GED S2 01

শিক্ষা মনোবিজ্ঞান

দ্বিতীয় ষান্মাসিক

শিক্ষা

খণ্ড-২

কৃষ্ণকান্ত সন্দিকৈ ৰাজ্যিক মুক্ত বিশ্ববিদ্যালয়

বিষয় বিশেষজ্ঞ মণ্ডলী

অধ্যাপিকা স্বর্ণলতা দাস, গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয়
অধ্যাপিকা গায়ত্রী গোস্বামী, গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয়
ড° সাধনা গোস্বামী, কটন মহাবিদ্যালয়

সমন্বয়ৰক্ষী ঃ ড° ৰীতিমণি বৰদলৈ, কৃষ্ণকান্ত সন্দিকৈ ৰাজ্যিক মুক্ত বিশ্ববিদ্যালয়

প্রস্তুতি গোটৰ সদস্য

অধ্যায়	*অৱিহণা যোগাইছে*	*ভাষান্তৰকাৰী*
৯	দিপশিখা চৌধুৰী, এ. এছ. পি. মহাবিদ্যালয়, লংকেশ্বৰ	ড° ৰীতিমণি বৰদলৈ
১০	ড° নীলিমা ডেকা	ড° ৰীতিমণি বৰদলৈ
১১	ড° সাধনা গোস্বামী	ড° ৰঞ্জু মেধি
১২	ড° ৰীতিমণি বৰদলৈ	ড° ৰঞ্জু মেধি
১৩	দিপশিখা চৌধুৰী	ড° ৰঞ্জু মেধি
১৪	ড° নীলিমা ডেকা	গীতাঞ্জলী চৌধুৰী, পাণ্ডু বি. এড. মহাবিদ্যালয়
১৫	ড° কাবেৰী সাহা, গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয়	ড° ৰঞ্জু মেধি ড° বীৰেন্দ্র ডেকা,

সম্পাদনাঃ

মূল ইংৰাজী সম্পাদনা ঃ ড° নীলিমা ডেকা, শিক্ষা বিভাগ, এল. চি. বি. মহাবিদ্যালয়
ড° ৰীতিমণি বৰদলৈ, কৃষ্ণকান্ত সন্দিকৈ ৰাজ্যিক মুক্ত বিশ্ববিদ্যালয়

ভাষা সম্পাদনা ঃ ড° ৰীতিমণি বৰদলৈ, কৃষ্ণকান্ত সন্দিকৈ ৰাজ্যিক মুক্ত বিশ্ববিদ্যালয়

গাঁথনিক সম্পাদনা ঃ ড° ৰীতিমণি বৰদলৈ

প্রথম প্রকাশ ঃ জানুৱাৰী, ২০১৮

This Self Learning Material (SLM) of the Krishna Kanta Handiqui State Open University is made available under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike4.0 License (international): http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

কৃষ্ণকান্ত সন্দিকৈ ৰাজ্যিক মুক্ত বিশ্ববিদ্যালয়ৰ হৈ পঞ্জীয়কৰ দ্বাৰা মুদ্রিত আৰু প্রকাশিত।

মূখ্য কার্যালয় ঃ পাটগাঁও, ৰাণীগেট, গুৱাহাটী-৭৮১০১৭
উপমূখ্য কার্যালয় ঃ হাউচফেড কমপ্লেক্স, দিচপুৰ, গুৱাহাটী-৭৮১০০৬
Web : www.kkhsou.in

এই শিক্ষণ সামগ্রী প্রস্তুতিৰ বাবে আর্থিক অনুদান আগবঢ়োৱা
দূৰ শিক্ষা ব্যুৰো, বিশ্ববিদ্যালয় অনুদান আয়োগৰ ওচৰত বিশ্ববিদ্যালয় কৃতজ্ঞ।

খণ্ড পৰিচয় -২

দ্বিতীয় খণ্ডটিত মুঠতে সাতটা অধ্যায় সন্নিবিষ্ট কৰা হৈছে।

নৱম অধ্যায়টিয়ে শিকন, শিকনৰ নীতি আৰু শিকন পদ্ধতিৰ বিষয়ে আলোচনা দাঙি ধৰিছে। দশম অধ্যায়ে শিক্ষণৰ তত্ত্ব, বিশেষকৈ আচৰণবাদ তত্ত্ব আৰু সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্ব ওপৰত এটি বিস্তৃত আলোচনা আগবঢ়াইছে। একাদশ অধ্যায়টিত স্মৃতি আৰু ইয়াৰ ধাৰণা, বিভিন্ন উপাদানসমূহ আৰু কম আয়াসতে মনত ৰখা পদ্ধতিৰ বিষয়ে বৰ্ণনা আগবঢ়োৱা হৈছে। ইয়াৰ উপৰি এই অধ্যায়টিৰ দ্বাৰা বিস্মৃতিৰ বৈশিষ্ট্য আৰু ইয়াৰ বিভিন্ন কাৰণসমূহৰ আলোচনা সন্নিৱিষ্ট কৰা হৈছে। দ্বাদশ অধ্যায়টিত বুদ্ধিমত্তা আৰু সৃষ্টিশীলতাৰ ধাৰণা, পাৰ্থক্য, বুদ্ধিমত্তাৰ শ্ৰেণীবিভাজন তথা ইয়াৰ অন্তৰ্গত বিভিন্ন তত্ত্ব সম্পৰ্কে আলোচনা কৰা হৈছে। ত্ৰয়োদশ আৰু চতুদৰ্শ অধ্যায় দুটিত ব্যক্তিত্বৰ গুণ, বৈশিষ্ট্য আৰু সংজ্ঞাৰ উপৰিও ব্যক্তিত্বৰ প্ৰজননিক তথা সাংস্কৃতিক কাৰকসমূহ তথা ব্যক্তিত্বৰ বিভিন্ন তত্ত্বৰ বিষয়ে আলোচনা কৰা হৈছে। পঞ্চদশ অধ্যায়টিত মানসিক স্বাস্থ্য আৰু পৰিচ্ছন্নতাৰ অৰ্থ, ধাৰণা ইত্যাদিৰ লগতে অপসমাযোজনৰ কৌশল আৰু কাৰক সম্পৰ্কে আলোচনা কৰা হৈছে।

এই পাঠ্যভাগটি অধ্যয়ন কৰোঁতে মূল পাঠৰ সোঁ তথা বাওঁফালে কিছুমান আয়তাকাৰ বাকচ লক্ষ্য কৰিব। এইবোৰত মূল পাঠত থকা নতুন শব্দ আৰু পৰিভাষাসমূহৰ অৰ্থ সন্নিবিষ্ট হৈছে। সেইদৰে— 'জানি থোৱা ভাল' বাকচবোৰত মূল পাঠৰ সৈতে জড়িত কিছু গুৰুত্বপূৰ্ণ তথ্যৰ সম্ভেদ আছে। প্ৰতিটো অধ্যায়ত থকা 'অনুশীলনী'সমূহে অধ্যয়ন অধিক সক্ৰিয় আৰু ফলপ্ৰসূ হোৱাত সহায় কৰিব। আকৌ, 'অগ্ৰগতি নিৰীক্ষণ' যোগে আগবঢ়োৱা প্ৰশ্নাৱলীয়ে অধ্যয়নৰ অগ্ৰগতি সম্পৰ্কে স্ব-পৰীক্ষণৰ সুবিধা দিব। অধ্যয়নৰ লগে লগে উক্ত প্ৰশ্নাৱলীৰ উত্তৰসমূহ লিখি শেষত দিয়া 'অগ্ৰগতিৰ খতিয়ান'ৰ সৈতে ৰিজাই চোৱাটো অধিক লাভদায়ক হ'ব। অধ্যায়টিত আলোচিত বিভিন্ন ধাৰণাসমূহৰ বিষয়ে বিস্তৃত অধ্যয়নৰ বাবে 'অধিক জানিবলৈ' শিতানত উল্লেখ থকা গ্ৰন্থসমূহ সাৰথিস্বৰূপ। অধ্যায়বোৰৰ শেষত 'আৰ্হি প্ৰশ্ন' হিচাপে কেইটিমান প্ৰশ্নৰ আৰ্হিও তুলি দিয়া হৈছে। শেষৰ অধ্যায়টিৰ পাছত কেইখনমান 'প্ৰসঙ্গ পুথি'ৰ নাম উল্লেখ কৰা হৈছে। সেই কেইখন পুথিৰ সহায়েৰেই মূলতঃ এই পাঠ্যবিষয়ত উল্লেখ থকা অধ্যায়সমূহ প্ৰস্তুত কৰা হৈছে। আপোনালোকে বিশদভাৱে কোনো বিষয় জানিবলৈ হ'লে সেইকেইখন অধ্যয়ন কৰিব পাৰিব।

বিষয়সূচী

পৃষ্ঠা নং

অধ্যায় ৯ ঃ শিকন ৫-১৬
শিকনৰ অর্থ, সংজ্ঞা আৰু স্বৰূপ, শিকনৰ নীতিসমূহ, শিকনৰ পদ্ধতিসমূহ

অধ্যায় ১০ ঃ শিকনৰ তত্ত্বসমূহ ১৭-৩০
শিকনৰ আচৰণবাদী তত্ত্ব আৰু সংজ্ঞাত্মক তত্ত্ব, তত্ত্বৰ সীমাবদ্ধতাসমূহ

অধ্যায় ১১ ঃ স্মৃতি আৰু বিস্মৃতি ৩১-৪৪
স্মৃতি আৰু ইয়াৰ অর্থ, স্মৃতিৰ উপাদান, উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণসমূহ, স্মৃতিৰ প্রকাৰ; বিস্মৃতি আৰু ইয়াৰ বিভিন্ন কাৰণসমূহ।

অধ্যায় ১২ ঃ বুদ্ধি আৰু সৃজনশীলতা ৪৫-৬০
বুদ্ধিৰ ধাৰণা আৰু সংজ্ঞা, বুদ্ধিৰ বৈশিষ্ট্য বুদ্ধৰ প্রকাৰ, শ্রেণীবিভাগ আৰু তত্ত্ব, সৃজনশীলতনাৰ অর্থ আৰু ধাৰণা আৰু পার্থক্য।

অধ্যায় ১৩ ঃ ব্যক্তিত্ব আৰু ইয়াৰ উপাদানসমূহ ৬১-৭৩
ব্যক্তিত্বৰ সংজ্ঞা আৰু ইয়াৰ স্বৰূপ, ব্যক্তিত্বৰ প্রজননিক আৰু সাংস্কৃতিক উপাদান

অধ্যায় ১৪ ঃ ব্যক্তিত্বৰ তত্ত্বসমূহ ৭৪-৮৮
ব্যক্তিত্বৰ তত্ত্ব, প্রকাৰসমূহৰ পন্থা, ব্যক্তিত্বৰ সংলক্ষণ পন্থা, মনোবিশ্লেষণাত্মক পন্থা

অধ্যায় ১৫ ঃ মানসিক স্বাস্থ্য বিজ্ঞান আৰু সমাযোজন কৌশল ৮৯-১০৭
মানসিক স্বস্থ্যৰ অর্থ, বৈশিষ্ট্য আৰু উপাদানসমূহ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ ধাৰণা আৰু সীমাবদ্ধতা, সমাযোজন কৌশল আৰু অপসমাযোজনৰ কাৰণসমূহ

অধ্যায় ৯ঃ শিকন

অধ্যায় গাঁথনি

৯.১ উদ্দেশ্য
৯.২ পৰিচয়
৯.৩ শিকনৰ অর্থ
৯.৩.১ শিকনৰ সংজ্ঞা
৯.৩.২ শিকনৰ স্বৰূপ
৯.৪ শিকনৰ নীতিসমূহ
৯.৫ শিকনৰ পদ্ধতিসমূহ
৯.৬ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ
৯.৭ অধিক জানিবলৈ
৯.৮ অগ্রগতিৰ খতিয়ান
৯.৯ আৰ্হি প্রশ্ন

৯.১ উদ্দেশ্য

এই অধ্যায়টি অধ্যয়ন কৰি আপুনি -

- শিকনৰ ধাৰণা আৰু সংজ্ঞা সম্পর্কে জানিব পাৰিব।
- শিকনৰ প্রক্রিয়াসমূহ চিনাক্তকৰণ কৰিবলৈ সমর্থ হ'ব।
- শিকনৰ নীতিসমূহৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰিব পাৰিব।
- শিকনৰ পদ্ধতিসমূহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিব পাৰিব।

৯.২ পৰিচয়

শিকন হ'ল মানুহৰ জীৱনৰ আটাইতকৈ স্বভাৱিক আৰু সাধাৰণ অভিজ্ঞতা। প্রত্যেক মানুহে নতুন নতুন কথা শিকিবলৈ ভাল পায়। আচৰণ সংশোধন কার্য্যই হ'ল শিকন। এই শিকন প্রক্রিয়া জন্ম মূহুর্ত্তৰ পৰা মৃত্যুৰ সময়লৈকে অবিৰাম গতিত চলি থাকে। জীৱ মাত্রেই শিক্ষা আহৰণ কৰে। কিন্তু মানুহে জ্ঞান আহৰণৰ বাবে শিক্ষা লয় এইটোৱেই মানুহৰ আন প্রাণীৰ পৰা পৃথক কৰি তুলিছে।

শিক্ষা মনোবিজ্ঞানত শিকন হৈছে এটা অতি দৰকাৰী উপাদান। শিশু এটাৰ জন্ম হওঁতে মনটো একেবাৰে উকা ফলিৰ নিচিনা হৈ থাকে কিন্তু পৰিবেশৰ সংস্পর্শলৈ অহাৰ লগে লগেই শিশুৰ শিকন কার্য আৰম্ভ হয়। শিকন কোনো কাম কৰাৰ নতুন নতুন উপায় বা কৌশলক সামৰি লয়। ই ব্যক্তিজনক তেওঁৰ সমস্যাৰাজিৰ পৰা মুক্তি পোৱাত আৰু নতুন পৰিবেশৰ সৈতে

সমাযোজন কৰাত সহায় কৰে। উদাহৰণস্বৰূপে - শিশু এটাই জ্বলি থকা ম'ম এডাল স্পর্শ কৰোতে যেতিয়া পুৰে তেতিয়া শিশুটোৱেই আৰু তাক স্পর্শ নকৰে। পিছত শিশুটোৱে কেৱল জ্বলি থকা ম'মকেই স্পর্শ নকৰা নহয় তেওঁ যিকোনো জ্বলি থকা বস্তুকেই স্পর্শ কৰাৰ পৰা দূৰত থাকে। ইয়াৰ দ্বাৰা ইয়াকে ক'ব পাৰি যে শিশুটোৱেই জ্বলি থকা ম'ম স্পর্শ কৰি অভিজ্ঞতা লাভ কৰে, আৰু সেই অভিজ্ঞতাৰ পৰা শিশুটিৰ শিক্ষণ প্রক্রিয়া আৰম্ভ হয়।

শিকন হ'ল শিক্ষার্থী এজনৰ পৰিবেশৰ লগত খাপ খাব পৰাকৈ আচৰণৰ পৰিৱর্তন অথবা সংশোধন কৰণ। ব্যক্তি এজনৰ আচৰণ গঠন কৰাত অভিজ্ঞতা আৰু প্রশিক্ষণে এক বিশেষ ভূমিকা গ্রহণ কৰে। শিকনে ব্যক্তি এজনক তেওঁৰ নিজস্ব লক্ষ্য আৰু আগ্রহক সম্পুর্ণ কৰাত সহায় কৰে। যিকোনো বিষয় বা বস্তুৰ প্রতি আগ্রহ থাকিলে সেইবিলাকৰ জ্ঞান অতি সোনকালে আয়ত্ব কৰিব পাৰি। এই মানসিক সম্ভাৱবোৰৰ লগত সম্পর্ক থকা কাৰণেই শিকনক মানুহৰ মানবীয় আচৰণ বুলি কব পৰা যায়। জন্মগতভাৱেও কিছুমান মানুহে এই আচৰণ লাভ কৰে আৰু আন কিছুমানে সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ কৰিও এই আচৰণ লাভ কৰে। এই অধ্যায়টোৱে শিকন সম্পর্কত বিভিন্ন ধাৰণা আৰু ইয়াৰ বৈশিষ্ট্য, প্রকৃতি, নীতি আৰু শিকনৰ পদ্ধতিসমূহ সাঙুৰি লৈছে।

৯.৩ শিকনৰ অর্থ

পৰিবর্তিত পৰিবেশৰ লগত যেতিয়া ব্যক্তি এজনে নিজকে খাপ খুৱাই চলিবৰ বাবে নিজৰ প্রতিক্রিয়া আৰু আচৰণৰ সালসলনি কৰে তাকেই শিকন বুলি কোৱা হয়। ন ন কৌশল ন ন কার্য উদ্ভাৱনৰ শক্তিৰ ওপৰত শিকন নির্ভৰ কৰে। ব্যক্তিয়ে নিজৰ বাধা বিঘিনি অতিক্রম কৰি নতুন পৰিস্থিতিত সমাযোজন স্থাপন কৰাৰ ক্ষেত্রত শিকন প্রকাশ পায়। শিকন মানেই হ'ল নতুন অভিজ্ঞতা আৰু উন্নত ক্রিয়া আচৰণৰ যোগ্যতা প্রদান কৰা। শিকন হ'ল এক জীৱন যোৱা প্রক্রিয়া। ইয়াৰ যোগেদিয়েই জন্মগত প্রবৃত্তিমূলক আচৰণৰ সংশোধন আৰু উৎকর্ষ সাধন কৰি তোলা হয়। মানুহ সদায় নতুন নতুন পৰিবেশ, পৰিস্থিতি আৰু সমস্যাৰ সন্মুখীন হয় আৰু সমাযোজন স্থাপন কৰে। শিকন হৈছে পৰিৱর্তনৰ যোগেদি ক্রমাগতভাবে লাভ কৰা এক বিকাশশীল অভিজ্ঞতা মাথোন। পৰিবেশ সদায় পৰিৱর্তনশীল আৰু সেইবাবে প্রতি মানুহেই প্রয়োজন অনুসৰি নিজৰ আচৰণ সাল-সলনি কৰিবলগীয়া হয়।

৯.৩.১ শিক নৰ সংজ্ঞাসমূহ

শিকন মানে কি, সেইকথা একে আষাৰতে কোৱা টান। কাৰণ মনোবিজ্ঞানীসকলে উদ্ভাৱন কৰা শিকনৰ বিভিন্ন তত্ত্বসমূহে এই বিষয়টোৰ সংজ্ঞা বেলেগ বেলেগ ধৰণে দিয়াৰ চেষ্টা কৰিছে। শিকনৰ কেইটামান সংজ্ঞা নিম্নোক্ত দিয়া ধৰণে দাঙি ধৰা হ'ল —

- **গেইট আৰু অন্যান্য মনোবৈজ্ঞানীক** (Gates and others) ৰ মতে - "অভিজ্ঞতা আৰু প্রশিক্ষণৰ যোগেদি হোৱা আচৰণৰ সংশোধন কার্যই হ'ল শিকন (Learning is modification of behaviour through experience and training)
- **ৱেবষ্টাৰ অভিধানৰ** মতে (Webster Dictionary) "শিকন হ'ল এজনে শিকা কর্মৰ অভিজ্ঞতা অধ্যয়নৰ ফলত প্রাপ্ত জ্ঞানৰ কৌশল, অভিজ্ঞতাৰ দ্বাৰা আচৰণ সংশোধনৰ স্পৃহা"।
- **গার্ডেনাৰ মার্ফিৰ** মতে (Gardener Murphy) "ব্যক্তি এজনে পৰিবেশত সমাযোজন কৰাৰ বাবে যিখিনি দৰকাৰ সেই আচৰণৰ প্রত্যেকটো পৰিবর্তনকেই শিকনে সাঙুৰি লয় (The term learning covers every modification in behaviour to meet environmental requirements)
- **ক্রো আৰু ক্রো** (Crow and Crow) ৰ মতে "অভ্যাস জ্ঞান আৰু মনোভংগী আয়ত্ব কৰণৰ লগতে নতুন ভাবে কোনো কার্য্য সম্পাদন কৰাৰ দক্ষতাকে শিকন বোলা হয়"। (Learning is the acquisition of knowledge, habits and attitudes it involves new ways of doing things.)
- **মনোবিদ ফ্রিমেনৰ** (Freeman) মতে শিকন হ'ল এনে এক প্রক্রিয়া য'ত ব্যক্তিয়ে পৰিবেশৰ যিকোনো পৰিস্থিতিত মূখামুখি হোৱাৰ লগতে বিকাশ লাভ কৰিব পাৰে।

সংজ্ঞাসমূহ বিশ্লেষণ কৰিলে পোৱা যায় যে -

- শিকন হ'ল অভিজ্ঞতা আৰু প্রশিক্ষণৰ দ্বাৰা এক সংশোধিত আচৰণ।
- ই হ'ল ব্যক্তিৰ জন্মৰ পৰা মৃত্যুলৈকে চলি থকা এক প্রক্রিয়া।
- ই হ'ল পৰিবেশীয় দৰকাৰী অৱস্থাসমূহ লগ পোৱা এক প্রক্রিয়া

ইয়াৰ পৰা আমি কব পাৰো যে শিকন হৈছে এনে এটা প্রক্রিয়া যাৰ দ্বাৰা যিকোনো পৰিবেশ বা পৰিস্থিতিত খাপ খাব পৰা অভিজ্ঞতা আয়ত্বকৰণ। প্রত্যেক জীৱই জন্মসূত্রে কিছুমান বিশেষ সহজাত শক্তিলৈ জন্মগ্রহণ কৰে। জন্মৰ পৰবর্তী অৱস্থাত প্রতিটো জীৱই অবিৰত বাবে পৰিবর্তন হৈ থকা তাৰ নিজস্ব পৰিবেশৰ লগত সমাযোজন কৰিবলৈ চেষ্টা কৰে। কোনো ব্যক্তি বা প্রাণীয়ে যেতিয়া কোনো এটা নতুন পৰিবেশৰ সন্মুখীন হয় তেতিয়া পূর্ববর্তী অভিজ্ঞতা আৰু প্রশিক্ষণৰ সহায়ত ইয়াৰ লগত সমাযোজন কৰিবলৈ চেষ্টা কৰে। কোনো পূর্ব অভিজ্ঞতা বা প্রশিক্ষণ নোহোৱাকৈ শিশুৰ আচৰণত পৰিৰ্বতন ঘটা প্রক্রিয়াই হৈছে **পৰিপক্কতা** (Maturation)। উদাহৰণস্বৰূপে জন্মৰ সময়ত নিজে একো কৰিব নোৱাৰা শিশু এদিন বহিব পৰা হয়, মাত ফুটে, এনেবোৰকে পৰিপক্কতাৰ ফল বুলি কোৱা হয়। শিকন প্রক্রিয়াক কার্য্যকৰী কৰাৰ বাবে পৰিপক্কতাৰ প্রয়োজন।



পৰিপক্কতা - এইটো এক স্বাভৰিক বিকাশৰ প্রক্রিয়া। কোনো পূর্ব অভিজ্ঞতা নোহোৱাকৈ শিশুৰ আচৰণত পৰিৰ্বতন ঘটা প্রক্রিয়াই হৈছে পৰিপক্কতা।

৯.৩.২ শিকনৰ স্বৰূপ

উদ্দেশ্য সাধন বা লক্ষ্যত উপনীত হোৱা বা অনুসন্ধিৎসু মন মানুহৰ সহজাত আকাঙ্খা। এনে আকাঙ্খা শিকনৰো মূল উপাদান স্বৰূপ। শিকন সাধাৰণতে নিৰ্ভৰ কৰে জীৱৰ মগজুৰ পৰিপক্কতা আৰু বিকাশৰ ওপৰত। শিকন হ'ল এটা জীৱন ব্যাপি চলা প্রক্রিয়া। জীৱৰ জন্মৰ পৰৱৰ্তী অৱস্থাৰ পৰাই শিকন আৰম্ভ হয় আৰু জীৱৰ মৃত্যুৰ লগে লগে শিকনৰো পৰিসমাপ্তি ঘটে। এনেবোৰ বিশেষত্বৰ উপৰিও শিকনৰ কিছুমান বিশেষ বৈশিষ্ট্য আছে। সেইবোৰ হ'ল—

- **শিকন এক সমাযোজন প্রক্রিয়া** (Learning as Adjustment)ঃ শিকন হ'ল ব্যক্তি আৰু পৰিস্থিতিৰ মাজত এক সমাযোজন প্রক্রিয়া। জন্মৰ পিছৰে পৰা শিশুৱে পৰিবেশত কৰা এই সমাযোজন বা পাৰস্পৰিক আদান প্রদান প্রক্রিয়াৰ ক্রমবিকাশ আৰম্ভ কৰে। পৰিবেশৰ লগত সমাযোজন কৰাৰ লক্ষ্যত উপনীত হোৱাৰ বাবে শিকনেই হ'ল একমাত্র উপায় স্বৰূপ। উদাহৰণ স্বৰূপে শিশু এটাই বিদ্যালয়ত যোৱাৰ প্রথম দিনাই খুব কান্দে, কিন্তু ক্রমান্বয়ে বিদ্যালয়ৰ পৰিবেশৰ লগত সমাযোজন কৰিব পৰা হৈ শিশুটোৱে কন্দা বন্ধ কৰে।
- **বিকাশৰ আহিলা হিচাপে শিকন** (Learning as Development) ঃ বিকাশ সাধাৰণতে ইতিবাচক বা নেতিবাচক এক নির্দিষ্ট গতিৰ ফালে ধাৱমান হয়। এইটো ধাৰণা কৰা ভুল যে এজন ব্যক্তিয়ে সদায়ে ভাল জ্ঞান, উচিত বা কাম্য অভ্যাস, আগ্রহ আৰু দৃষ্টিভংগী গ্রহণ কৰিব।

  উদাহৰণ স্বৰূপে শিকন আৰু বিকাশ হ'ল এনে দুটা প্রক্রিয়া যি সমভাৱে গতি কৰে। শ্রেণীকোঠাৰ সুবিধাৰ পৰা পাৰস্পৰিক কর্মশালা আৰু জ্ঞান সম্প্রসাৰণৰ আলোচনা চক্রৰ জৰিয়তে বিকাশৰ ধাৰা পিনে আমি গতি কৰো।
- **আচৰণৰ পৰিৱর্তন হিচাপে শিকন** (Learning as Behavioural Changes)ঃ শিকনৰ প্রধান উদ্দেশ্য হৈছে ব্যক্তিৰ আচৰণৰ পৰিবর্তন আৰু উৎকর্ষ সাধন কৰা। উল্লেখযোগ্য যে, পূর্বৰ প্রবৃত্তিমূলক প্রতিক্রিয়াত ব্যক্তিয়ে নতুন পৰিস্থিতিৰ সন্মুখীন হবৰ বাবে উপযুক্ত হৈ উঠিব নোৱাৰে। তাৰ সংশোধন আৰু পৰিবর্তন কৰি সময় উপযোগীকৈ আৰু পৰিস্থিতি সাপেক্ষে নতুন আচৰণ গ্রহণ কৰিব লাগে।
- **শিকন আৰু দৈহিক পৰিপক্কতা** (Learning and Maturation) ঃ ব্যক্তিৰ দেহ মনৰ পৰিপক্কতাৰ ওপৰত শিকন ক্ষমতা ঘাইকৈ নির্ভৰ কৰে। দৈহিক আৰু মানসিক বিকাশৰ লগে লগে শিক্ষা গ্রহণৰ ক্ষমতাও বৃদ্ধি পাবলৈ ধৰে। কম বয়সীয়া অপৈনত দেহ-মনৰ ব্যক্তিয়ে যোগ্যতাৰ নতুন পৰিস্থিতিৰ সন্মুখীন হব নোৱাৰে। ব্যক্তিৰ এই পৰিপক্কতাৰ ওপৰত শিকনীয় বিষয় আৰু পদ্ধতিও নির্ভৰ কৰে।

- **শিকন আৰু অভিৰোচন** (Learning and Motivation) ঃ শিকন কার্য্যৰ বাবে শিক্ষার্থীৰ মনৰ অভিৰোচনৰ (Motivation) অতি প্রয়োজন। এই অভিৰোচনেই ব্যক্তিৰ মনত ক্রিয়াৰ প্রস্তুতি আনি দিয়ে। ফলস্বৰূপে শিকন ক্রিয়াৰ বাবে দেহ মনত উৎসাহ, আগ্রহ আৰু স্মৃতিশক্তি জাগি উঠে। শিশু এটাৰ আচৰণ গঠন কৰিবলৈ হ'লে শিকন প্রক্রিয়াত অভিৰোচন অত্যন্তই প্রয়োজনীয়। অভিৰোচনে শিশু এটাক অনুশাসন বজাই ৰখাতো সহায় কৰে।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ১ ঃ শুদ্ধ নে অশুদ্ধ নির্ণয় কৰক

(ক) শিকন হ'ল আচৰণৰ পৰিবর্তন ☐

(খ) স্কুলীয়া শিক্ষাৰ পিছত শিকন আৰম্ভ হয়। ☐

(গ) শিকনৰ অর্থ হ'ল জ্ঞানৰ বিকাশ সাধন কৰা। ☐

(ঘ) শিকন আৰু পৰিপক্কতা ঘনিষ্ঠভাবে জড়িত। ☐

(ঙ) শিকন হ'ল সমাযোজন। ☐

৯.৪ শিকনৰ নীতিসমূহ

বিভিন্নজন মনোবৈজ্ঞানীকে শিকনৰ নীতি সম্পর্ক বিভিন্ন ধৰণে মত আগবঢ়াইছে। তাৰ ভিতৰত মনোবৈজ্ঞানিক থর্নডাইকে (Thorndike) আগবঢ়োৱা শিকনৰ প্রধান নীতিসমূহ শিক্ষক এজনে জনাটো অতি দৰকাৰ। সেইকেইটা হ'ল -

(ক) প্রস্তুতিৰ নীতি (Law of Readiness) ঃ যেতিয়া এজন ব্যক্তিয়ে কিবা এটা কৰিবলৈ বা শিকিবলৈ আগ্রহিত বা সাজু হয় তেতিয়া ব্যক্তিজনে বেছি সন্তোষেৰে সাজু নোহোৱাজনতকৈ শিকে বা কৰে। প্রকৃতভাৱে শিকিবলৈ হ'লে এজন ব্যক্তি মানসিকভাৱে প্রস্তুত হ'ব লাগিব।

এজন ব্যক্তিয়ে তেতিয়াহে ভালকৈ শিকে যেতিয়া ব্যক্তিজনৰ শিকাৰ প্রয়োজনীয় পৰিৱেশ বুৎপত্তি আৰু শিকাৰ ইচ্ছাশক্তি থাকে। এজন শিক্ষকৰ কর্ম হ'ল শিক্ষার্থীক শিকিবলৈ ইচ্ছাশক্তি বিকাশ কৰা। শিকনৰ স্বচ্ছ উদ্দেশ্য আৰু ভাল যুক্তিয়ে শিক্ষার্থীক শিকিবলৈ উৎসাহিত কৰে।

বাহিৰা দায়িত্ববোধ, অত্যাধিক হেঁচা, স্বাস্থ্য, অর্থ নাইবা পৰিয়ালৰ বিভিন্ন কাৰণত এজন শিক্ষার্থীক শিকাৰ পৰা আঁতৰাই ৰাখে।

শৈক্ষিক তাৎপর্য্য (Educational Implication) ঃ

শিক্ষকে শ্রেণীকোঠাত এই নীতিটো উপযুক্তভাৱে ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে। যেতিয়া আমি শাৰীৰিকভাৱে অসুস্থ থাকো আৰু মানসিকভাৱে অস্থিৰ হওঁ আৰু যদি সেই সময়ত কিবা এটা আমাক শিকাবলৈ লয়, আমি সেই বিষয়ত মনোনিবেশ কৰিব নোৱাৰো আৰু ফলস্বৰূপে আমি একো শিকিবলৈ সমর্থ নহওঁ।

(খ) অনুশীলনৰ নীতি (Law of Exercise) ঃ অনুশীলনৰ সহায়ত আর্জিত কৌশল আৰু অভিজ্ঞতাক স্থায়ীভাবে সংৰক্ষণ কৰিব পাৰি। এই নীতি অনুসৰি কোনো বিশেষ অৱস্থাত গঢ়ি উঠা উদ্দীপক আৰু প্রতিক্রিয়াৰ মাজৰ সংযোগ বা সম্বন্ধক পুনঃ পুনঃ অনুশীলন কৰিলে সেই সংযোগ আৰু অধিক দৃঢ় হয়। শিকনৰ এই নীতিটোক আকৌ দুটা অংশত ভাগ কৰা হৈছে। সেয়া হ'ল-

- ব্যৱহাৰিক নীতি (Law of use)
- অব্যৱহাৰিক নীতি (law of dis-use)
- **ব্যৱহাৰিক নীতি** (Law of use) ঃ যেতিয়া পৰিস্থিতি আৰু প্রতিক্রিয়াৰ মাজত সংশোধিত ৰূপত সম্বন্ধ স্থাপন কৰা হয়, তেতিয়া আনবোৰ অবস্থা একেই থাকিলে সংযোগৰ শক্তি বৃদ্ধি পায়।
- **অব্যৱহাৰিক নীতি** (law of dis-use) ঃ যেতিয়া পৰিস্থিতি আৰু প্রতিক্রিয়াৰ মাজত সংশোধিত ৰূপত সম্বন্ধ কিছুসময় ধৰি স্থাপন কৰা নহয়, তেতিয়া সেই সংযোগৰ শক্তি কমি আহে।

শৈক্ষিক তাৎপর্য্য (Educational Implication) ঃ

ছাত্র-ছাত্রীয়ে লাভ কৰা শিক্ষাক স্থায়ী ৰূপ দিবলৈ অনুশীলনৰ প্রয়োজন। এবাৰ শিকা কথা মনত ৰাখিবৰ বাবে শিকা কথাখিনি প্রয়োগ কৰি থকাৰ সুবিধা থাকিব লাগে আৰু ব্যৱহাৰ কৰি থকাৰ সুযোগ নাথাকিলে কথাবোৰৰ পুনৰাবৃত্তি ব্যৱস্থা হব লাগে। শিক্ষকে শ্রেণীকক্ষত শিকোৱা কথাবিলাক প্রায়েই ছাত্র-ছাত্রীক অনুশীলন কৰাব লাগে, কাৰণ দীর্ঘদিনৰ বিৰতিৰ পিছত অনুশীলন কৰালে তাক ছাত্র-ছাত্রীয়ে পাহৰি যোৱাৰ সম্ভাবনা থাকে। সঘনাই পৰীক্ষা পাতি থাকিলে ছাত্র-ছাত্রীৰ মনত শিকোৱা কথাবিলাক স্থায়ী হৈ থাকে। এই নীতিটো গণিত, বিজ্ঞান, ইত্যাদি বিষয়বোৰৰ ক্ষেত্রত বেছিকৈ উপযোগী।

(গ) পৰিণাম বা ফলাফলৰ নীতি (Law of Effect) ঃ এই সূত্রৰ মতে শিকনৰ পৰা লাভ কৰা ফল যদি শিক্ষার্থীৰ কাৰণে সন্তোষজনক হয় তেনে শিকনৰ শক্তি বৃদ্ধি পায়, আনহাতে শিকনৰ ফল যদি শিক্ষার্থীৰ বাবে আমনিদায়ক হয় তেন্তে তেনে শিক্ষাৰ শক্তি হ্রাস পায়। শিকনৰ শক্তি বৃদ্ধিৰ তাৎপর্য্য নির্ভৰ কৰে অভিজ্ঞতাৰ পৰা লাভ কৰা শিক্ষণীয় বিষয়বস্তুৰ মানসিক সন্তুষ্টি

ওপৰত। তেনে কথা বা অভিজ্ঞতা ইটোৰ পাছত সিটো আহৰণ কৰিবলৈ শিক্ষার্থী আগ্রহান্বিত হৈ তুলে। আনহাতে যিখিনি কথা বা অভিজ্ঞতাই মনলৈ দুখ কঢ়িয়াই আনে তেনে কথা বা অভিজ্ঞতাৰ পৰা ক্রমান্বয়ে আতৰি থকাৰ প্রৱনতাহে বৃদ্ধি পায়। এই নীতিক পুৰস্কাৰ আৰু শাস্তিৰ (Reward and Punisment) নীতি বুলিও ক'ব বুলিব পাৰি। কাৰণ কোনো কাম কৰি পোৱা পুৰস্কাৰে কৰোতাৰ মনত সন্তোষ দি কামটো কৰাৰ বাবে আগ্রহ সৃষ্টি কৰে আৰু শাস্তিয়ে প্রায়ক্ষেত্রতে কৰোতাৰ নির্দিষ্ট কামৰ প্রতি বিৰাগ ওপজায়। সেয়েহে শিক্ষকে শ্রেণীকক্ষত শাস্তি প্রদানৰ পৰা বিৰত থকা উচিত।

শৈক্ষিক তাৎপর্য্য (Educational implication) ঃ শিক্ষাৰ ক্ষেত্রত সাৱধানে এই নীতি প্রয়োগ কৰিলে সুফল পোৱা যায়। শ্রেণীত কৰিব লগা কাম ঠিকমতে কৰিলে যদি শিক্ষকৰ পৰা প্রশংসা বা আন কোনো ধৰণৰ পুৰস্কাৰ পায় ছাত্র-ছাত্রীয়ে তেনে কামৰ প্রতি আৰু বেছি উৎসাহিত হয়। কিন্তু কোনো কাম কৰাৰ ফলত যদি শাস্তি পায় তেনে কাম কৰিবলৈ মন নকৰা হয়। গতিকে কোনো অবাঞ্ছিত কাম কৰাৰ পৰা বিৰত থাকিবলৈ শাস্তি দিয়া উচিত। এনেদৰেই শিক্ষার্থী এজনৰ আবেগিক বা মানসিক অৱস্থাই শিকনৰ ওপৰত প্রভাব পেলায়।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ২ ঃ কোনে শিকনৰ মূখ্য নীতি উদ্ভাৱন কৰিছিল ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৩ ঃ সত্য নে অসত্য নির্ণয় কৰক -

(ক) থর্নডাইকৰ শিক্ষণৰ মূখ্য নীতিসমুহ শিক্ষাত প্রযোজ্য নহয়।

(খ) এটা অনুশীলন আৰু আন এটা অনুশীলনৰ মাজত দীর্ঘদিন বিৰতি থকা উচিত নহয়।

প্রশ্ন নং ৪ ঃ অনুশীলন নীতিৰ দুটা অংশ কি কি ?

.....

.....

৯.৫ শিকনৰ পদ্ধতিসমূহ

বিভিন্ন পৰীক্ষা-নিৰীক্ষা আৰু বিশদভাবে কৰা অধ্যয়নৰ পাছত মনোবৈজ্ঞানিকসকলে শিকনৰ বিভিন্ন পদ্ধতি আগবঢ়াইছে। তাৰ ভিতৰত কেইটামান হ'ল -

(ক) কর্মৰ যোগেদি শিকন বা প্রচেষ্টা আৰু ভুল পদ্ধতি।

(খ) অনুকৰণৰ যোগেদি শিকন ।

(গ) পর্য্যবেক্ষণৰ যোগেদি।

(ক) কর্মৰ যোগেদি শিকন বা প্রচেষ্টা আৰু ভুল পদ্ধতি (Learning by doing or trial and error method) ঃ এই পদ্ধতিটোক শিকনৰ আটাইতকৈ সৰল পদ্ধতি বুলি কোৱা হয়। এই পদ্ধতিক প্রচেষ্টা আৰু ভুল পদ্ধতি বুলিও জনা যায় যেতিয়া ব্যক্তি এজনে প্রথমে কোনো কাম কৰিবলৈ ধৰে তেতিয়া বহুত ভুল হোৱাৰ আশংকা থাকে। কিন্তু বহুতবাৰ অভ্যাস কৰাৰ ফলত ভুলবিলাক ক্রমান্বয়ে কমি আহে, আৰু অৱশেষত ভুল ত্রুটিবোৰ ব্যক্তিৰ আচৰণৰ পৰা সম্পূর্ণ নোহোৱা হৈ যায় আৰু ব্যক্তিজনে শুদ্ধভাবে কামটো কৰিবলৈ সক্ষম হয়। আমাৰ দৈনন্দিন জীৱন এই পদ্ধতিৰ প্রভাৰ অপৰিহার্য। উদাহৰণস্বৰূপে এটা শিশুৱে চামুচেৰে খাবলৈ শিকা, খোজ কঢ়া অথবা জোতা পিন্ধা কার্য, এজন বয়সীয়াল লোকে গাড়ী চলোৱা ইত্যাদি।

শৈক্ষিক তাৎপর্য্য (Educational implication) ঃ

শ্রেণীকোঠাৰ শৈক্ষিক পৰিবেশত এই পদ্ধতিটোৰ প্রয়োগ অতি উপযোগী। শিক্ষকে উদ্দীপক আৰু প্রতিক্রিয়াৰ মাজৰ সংযোগ দৃঢ় কৰিবলৈ চেষ্টা কৰা উচিত। শিশুক ইতিমধ্যে শিকা বিষয়সমূহ বাৰে বাৰে পুনৰাবৃত্তিৰ অভ্যাস কৰাব লাগে। বিশেষকৈ বিজ্ঞান আৰু গণিত এই বিষয় দুটাত এই পদ্ধতিটো বেছি প্রযোজ্য। প্রথম প্রচেষ্টাত শিশুটোৱে ভুল কৰিব পাৰে, কিন্তু ক্রমান্বয়ে শিশুটিৰ ভুলবোৰ কমি আহিবলৈ ধৰে আৰু এটা সময়ত শিশুটোৱে সম্পূর্ণ শুদ্ধভাৱে শিকাৰ দক্ষতা আহৰণ কৰিবলৈ সক্ষম হয়।

(খ) অনুকৰণৰ যোগেদি শিকণ (Learning by Imitation) ঃ আনৰ আচৰণক অনুকৰণ কৰা কার্যকে অনুকৰণ পদ্ধতি বোলা হয়। সৰু লৰা-ছোৱালী সকলে কোনো কথা বুজি শিকাতকৈ অনুকৰণ কৰিহে শিকে। তেওঁলোকে আচৰণ, অভ্যাস আৰু ভাষা মাক দেউতাক আৰু ডাঙৰসকলক অনুসৰণ কৰিহে শিকে। অনুকৰণ দুই প্রকাৰৰ -

- **সংজ্ঞাহীন বা স্বতঃস্ফূর্ত অনুকৰণ** (Unconscious or Spontaneous Imitation) ঃ কেতিয়াবা কেতিয়াবা আমি নজনাকৈয়ে আনৰ কথা কোৱা, খোজ কঢ়াৰ ধৰণ আদি অনুকৰণ কৰো। এনেকুৱা ধৰণৰ অনুকৰণ হ'ল স্বতঃস্ফূর্ত অনুকৰণ।
- **সচেতন বা অভিপ্রেত অনুকৰণ** (Conscious or deliberate Imitation) ঃ আমাৰ কেতিয়াবা কেতিয়াবা কিছুমান লোকে কথা কোৱাৰ ধৰণ, ভাৱ-ভঙ্গী, অভ্যাস আদি ভাল লাগে আৰু সেয়ে আমি এইবোৰ অনুকৰণ কৰো। আমি সচেতনভাৱে তেওঁলোকক অনুকৰণ কৰাৰ চেষ্টা কৰো আৰু তেওঁলোকৰ এই গুণবোৰ আমি আমাৰ নিজৰ মাজলৈ আনিবলৈ চেষ্টা কৰো। এনে ধৰণৰ অনুকৰণকে সচেতন অনুকৰণ বুলি জনা যায়।

শৈক্ষিক তাৎপর্য্য (Educational implication) ঃ

প্রাক প্রাথমিক স্তৰৰ ছাত্র-ছাত্রীসকলক পঢ়োৱা শিক্ষকসকলে এই পদ্ধতিটোৰ প্রয়োগ ব্যাপকভাৱে কৰিব পাৰে, যিহেতু এই বয়সৰ ছাত্র-ছাত্রীয়ে ডাঙৰক অনুকৰণ কৰিয়েই বেছিভাগ কথা শিকে। শিক্ষক ছাত্র-ছাত্রীৰ কাৰণে আদর্শ আর্হি হ্ব পাৰে। আৰু সেয়েহে শিক্ষকে তেওঁলোকৰ মাজত আকাংক্ষিত গুণসমূহৰ বিকাশ সাধনৰ চেষ্টা কৰিব লাগে।

(গ) পর্য্যবেক্ষণৰ দ্বাৰা শিকন (Learning by Observation) ঃ এই পদ্ধতিটো সামগ্রিকতাবাদ (Gestaltheory of learning) তত্ত্বটোৰ ওপৰত প্রতিষ্ঠিত। এই পদ্ধতিটো

অন্তদর্শন পদ্ধতি বুলিও জনা যায়। পর্য্যবেক্ষণৰ দ্বাৰা শিকন মানে হ'ল -শিকিবলগীয়া বিষয়বস্তুৰ বিভিন্ন অংশৰ ভিতৰত সম্বন্ধ ঘটাই সামগ্রিকভাবে নিৰীক্ষণ কৰিব পাৰিলেই শিকন কার্য সম্পাদিত হয়। এই পদ্ধতিটো - "সম্পূর্ণতা অংশবোৰতকৈ বেছি গুৰুত্বপূর্ণ" - এই ধাৰণাটোৰ ওপৰত নির্ভৰশীল, কিয়নো শিকন সামগ্রিকভাৱেহে সম্পাদিত হ'ব পাৰে।

শিকন সম্পর্কত গেষ্টাল্টপন্থী সকলৰ ধাৰণা সম্পূর্ণৰূপে মনোবিজ্ঞানসন্মত পৰীক্ষাৰ ওপৰত প্রতিষ্ঠিত। কহলাৰে (Kohler)তেওঁৰ কেনাৰি দ্বীপৰ গৱেষণাগাৰত কিছুসংখ্যক চিম্পাঞ্জীৰ ওপৰত নতুবা মানৰ আকৃতিৰ বান্দৰৰ ওপৰত প্রত্যাক্ষিক নতুবা শিকন প্রক্রিয়া সম্পর্কত অধ্যয়ন চলাইছিল।

শৈক্ষিক তাৎপর্য্য (Educational implication) ঃ

এই পদ্ধতিটো শিক্ষাৰ এটা অতি শক্তিশালী নীতি। সম্পূর্ণতাৰ পৰা অংশলৈ এই শিকন প্রক্রিয়া এই পদ্ধতিৰ ওপৰত নির্ভৰশীল। ইয়াত প্রথমে শিক্ষার্থীয়ে সমস্যা বা পৰিস্থিতিটো সামগ্রীকভাবে প্রত্যক্ষ কৰে আৰু ইয়াৰ পাছত তাৰ অংশসমূহৰ বুজ লয়। সেইকাৰণে শিক্ষাক শিক্ষার্থীৰ সন্মুখত প্রথমতে সম্পূর্ণ বস্তুটো দাঙি ধৰিব লাগে আৰু তাৰ পাছতহে বাকাংশ্যখিনি অংশসমূহ ভাগ ভাগ কৰি বুজাব লাগে।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৫ ঃ শিকনৰ দুটা পদ্ধতি উল্লেখ কৰক ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৬ ঃ সৰু লৰা-ছোৱালীক অংশ বিষয়টো শিকোৱাৰ বাবে শিক্ষণৰ কোনটো পদ্ধতি গ্রহণযোগ্য ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৭ ঃ শিকনৰ কোনটো পদ্ধতি শিকনৰ সূত্রসমূহ [Maxims of Teaching] ৰ ওপৰত প্রতিষ্ঠিত ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৮ ঃ শিকনৰ তিনিটা মূখ্য নীতি কি কি ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৯ ঃ ব্যৱহাৰিক নীতিটো আমি কেতিয়া প্ৰয়োগ কৰো?

.....

.....

প্রশ্ন নং ১০ ঃ দুবিধ অনুকৰণ পদ্ধতিৰ নাম লিখক?

.....

.....

প্রশ্ন নং ১১ ঃ শিশুৰ ক্ষেত্ৰত শিকনৰ কোনটো পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰা হয়?

.....

.....



৯.৬ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

- আচৰণৰ সংশোধন কার্যই হ'ল শিকন।
- শিকন হ'ল এক সমাযোজন প্রক্রিয়া।
- শিকনৰ প্রধান উদ্দেশ্য হৈছে -ব্যক্তিৰ পূর্বৱর্তী আচৰণৰ পৰিৱর্তন আৰু উৎকর্ষ সাধন কৰা।
- শিক্ষাৰ সুফল লাভত ব্যক্তিৰ দেহ মানসিক প্রস্তুতিৰ দিশ অতি বিবেচনা যোগ্য।
- শিকনক জীৱনযোৱা বিকাশৰ প্রক্রিয়া স্বৰূপে অভিহিত কৰিব পাৰি।
- আমেৰিকাৰ মনোবিদ থর্নডাইকৰ (Thorndike) মতে, শিকনৰ নীতি তিনিটা - অনুশীলনৰ নীতি, ফলাফলৰ নীতি আৰু প্রস্তুতিৰ নীতি। এই নীতিসমূহৰ উপযুক্ত প্রয়োগে শিকন প্রক্রিয়া সফল কৰি তোলে।
- মনোবিদসকলে শিকনৰ কেইটামান পদ্ধতিৰো উদ্ভাৱন কৰিছে যেনে - প্রচেষ্টা আৰু ভুল পদ্ধতি, অনুকৰণ পদ্ধতি, পর্য্যবেক্ষণৰ যোগেদি শিকন পদ্ধতি ইত্যাদি।
- শিকন জীৱনৰ এটা সাধাৰণ - কথা আৰু সকলোৱেই শিকিব ধৰে। সকলো জীৱিত প্রাণীয়েই শিকে কিন্তু মানুহে যুক্তিবান হ'বৰ বাবেহে শিকে।
- শিকন মানুহৰ আচৰণৰ মুখ্যতম প্রক্রিয়া। ব্যক্তি এজনৰ জন্মৰ পৰা মৃত্যুলৈকে শিকন প্রক্রিয়া চলি থাকে। শিকনে ব্যক্তি, গোট, সংগঠন আৰু সমাজৰ লোকসকলক প্রয়োজনীয় কার্য সম্পাদনত ইচ্ছা শক্তি আৰু কর্মশক্তি বৃদ্ধি কৰে লগতে সময়ৰ পৰিৱর্তন আৰু প্রত্যাহ্বান সন্মুখীন হোৱাকৈ নতুন নতুন কৌশল আৰু জ্ঞানেৰে সমৃদ্ধ কৰে।
- শিক্ষা মনোবিজ্ঞানত, শিকন হ'ল আটাইতকৈ প্রয়োজনীয় উপাদান। শিশু এজন পৰিৱেশৰ সংস্পর্শলৈ অহাৰ পৰাই শিকিবলৈ আৰম্ভ কৰে।
- বিভিন্ন মনোবিজ্ঞানীয়ে শিকনৰ নীতি সম্পর্কে বিভিন্ন ধৰণেৰে মত আগবঢ়াইছে, তাৰ ভিতৰত মনোবিজ্ঞানী থর্নডাইকে তিনিটা মূল নীতি উদ্ভাৱন কৰিছিল। সেই

তিনিটা হ'ল - প্রস্তুতিৰ নীতি, অনুশীলনৰ নীতি আৰু পৰিণাম বা ফলাফলৰ নীতি। অনুশীলনৰ নীতিক আকৌ দুটা ভাগত ভগাব পাৰি -- (ক) ব্যৱহাৰিক নীতি আৰু (খ) অব্যৱহাৰিক নীতি।

- বহুতো গৱেষণা আৰু বিষদ অধ্যয়নৰ পিছত মনোবিজ্ঞানীসকলে শিকনৰ কেইটামান বিশেষ পদ্ধতিৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা আগবঢ়াইছে, সেই কেইটা হ'ল ঃ -

  (ক) কর্ম যোগেদি শিকন বা প্রচেষ্টা আৰু ভুল পদ্ধতি।

  (খ) অনুকৰণ যোগেদি শিকন

  (গ) পর্য্যবেক্ষণৰ যোগেদি শিকন।

- সকলো নীতিয়ে আৰু পদ্ধতিয়ে শৈক্ষিক তাৎপর্য বহন কৰে।



৯.৭ অধিক জানিবলৈ

বৰুৱা, যতীন ঃ শিক্ষাৰ মনোবিজ্ঞান ভিত্তিক অধ্যয়ন,
অৰুণ প্রকাশন, কলেজ হোষ্টেল ৰ'ড, গুৱাহাটী - ১



৯.৮ অগ্রগতিৰ খতিয়ান

১নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ

(ক) সত্য

(খ) সত্য

(গ) সত্য

(ঘ) সত্য

(ঙ) সত্য

২নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ থর্নডাইকে শিকনৰ মূখ্য নীতি তিনিটা উদ্ভাৱন কৰিছিল।

৩নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ (ক) অসত্য, (খ) সত্য।

৪নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃঃ অনুশীলনৰ নীতিৰ দুটা ভাগ হ'ল -

(ক) ব্যৱহাৰিক নীতি (খ) অব্যৱহাৰিক নীতি।

৫নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ শিকনৰ দুটা পদ্ধতি হ'ল - পর্য্যবেক্ষনৰ যোগেদি শিকন, অনুকৰণৰ যোগেদি শিকন পদ্ধতি।

৬নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ কম বয়সীয়া লৰা-ছোৱালীক অংক শিকাওতে প্রচেষ্টা আৰু ভুল পদ্ধতিটো প্রয়োগ কৰা হয়।

৭নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ পর্য্যবেক্ষণৰ যোগেদি শিকন পদ্ধতিটো "শিকনৰ সূত্রসমূহ" [Maxims of teaching]ৰ ওপৰত প্রতিষ্ঠিত।

৮নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ প্রস্তুতিৰ নীতি, ফলাফলৰ নীতি আৰু অনুশীলনৰ নীতি - এই তিনিটা হ'ল শিকনৰ মূখ্য নীতি।

৯নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ যেতিয়া পৰিস্থিতি আৰু প্রতিক্রিয়াৰ মাজত সংশোধিত ৰূপত সম্বন্ধ স্থাপন হয় আৰু যদি আনবোৰ অৱস্থা একেই থাকে, তেনেহলে সংযোগৰ শক্তি বৃদ্ধি পায় আৰু তেতিয়াই আমি ব্যৱহাৰিক নীতিটো প্রয়োগ কৰো।

১০নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ দুই প্রকাৰৰ অনুকৰণ পদ্ধতি হ'ল - স্বতঃস্ফুর্ত অনুকৰণ আৰু সচেতন অনুকৰণ।

১১নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ অনুকৰণ পদ্ধতিটো শিশুৰ ক্ষেত্রত সাধাৰণতে প্রয়োগ কৰা হয়, কাৰণ শিশুসকলে বুজাতকৈ অনুকৰণহে বেছিকৈ কৰে।



৯.৯ আৰ্হি প্রশ্ন

(ক) **চুটি প্রশ্ন** (১৫০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্রশ্ন নং ১ ঃ শিকন মানে কি?

প্রশ্ন নং ২ ঃ শিকনক মানুহৰ পৰিপক্কতা প্রক্রিয়াৰ লগত কেনেকৈ সংযোগ কৰিব?

প্রশ্ন নং ৩ ঃ শিকনৰ মুখ্য নীতি তিনিটা কি কি?

প্রশ্ন নং ৪ ঃ অনুশীলনৰ নীতি বুলিলে কি বুজে? ব্যাখ্যা কৰক।

প্রশ্ন নং ৫ ঃ প্রচেষ্টা আৰু ভুল পদ্ধতি বুলিলে কি বুজে? ব্যাখ্যা কৰক।

প্রশ্ন নং ৬ ঃ অনুকৰণৰ যোগেদি শিকন বুলিলে কি বুজে? ব্যাখ্যা কৰক।

প্রশ্ন নং ৭ ঃ পর্য্যবেক্ষনৰ যোগেদি শিকন মানে কি? ব্যাখ্যা কৰক।

(খ) **ৰচনাধর্মী প্রশ্ন** (৩০০-৫০০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্রশ্ন নং ১ ঃ শিকন মানে কি? উদাহৰণসহ ইয়াৰ স্বৰূপ আলোচনা কৰক।

প্রশ্ন নং ২ ঃ প্রচেষ্টা আৰু ভুল পদ্ধতি মানে কি? ইয়াৰ শৈক্ষিক তাৎপর্য্য আলোচনা কৰক।

প্রশ্ন নং ৩ ঃ শিকনৰ বিভিন্ন নীতিসমূহ আৰু ইয়াৰ শৈক্ষিক তাৎপর্যৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।

প্রশ্ন নং ৪ ঃ শিকনৰ বিভিন্ন পদ্ধতিসমূহ আলোচনা কৰক। সাধাৰণতে শিশুসকলে কোনটো পদ্ধতি অনুসৰণ কৰে?

প্রশ্ন নং ৫ ঃ স্বতঃস্ফুর্ত আৰু সচেতন অনুকৰণ পদ্ধতিৰ শৈক্ষিক তাৎপর্যৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।

প্রশ্ন নং ৬ ঃ অনুকৰণ পদ্ধতিৰ দ্বাৰা শিকন আৰু পর্য্যবেক্ষন পদ্ধতিৰ দ্বাৰা শিকনৰ শৈক্ষিক তাৎপর্যৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।

অধ্যায় ১০ ঃ শিকনৰ তত্ত্ব সমুহ

অধ্যায় গাঁথনি

১০.১ উদ্দেশ্য
১০.২ পাতনি
১০.৩ শিকনৰ তত্ত্বসমুহ
১০.৪ শিকনৰ আচৰণবাদী তত্ত্বসমুহ
    ১০.৪.১ সংযোগবাদৰ তত্ত্ব
    ১০.৪.২ মৌলিক বা পৰম্পৰাগত তত্ত্ব
    ১০.৪.৩ ক্রিয়াত্মক বা ফলোৎপাদনমূলক অনুবন্ধনৰ তত্ত্ব
১০.৫ আচৰণবাদী তত্ত্বৰ সীমাবদ্ধতা সমুহ
১০.৬ শিকনৰ সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্ব
    ১০.৬.১ অন্তদর্শন শিকন তত্ত্ব
১০.৭ সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্বৰ সীমাবদ্ধতাসমুহ
১০.৮ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ
১০.৯ অধিক জানিবলৈ
১০.১০ অগ্রগতিৰ খতিয়ান
১০.১১ আৰ্হি প্রশ্ন

১০.১ উদ্দেশ্য

এই অধ্যায়টি অধ্যয়ন কৰি আপুনি —

- শিকনৰ আচৰনবাদ তত্ত্বসমুহৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰিব পাৰিব
- সংযোগবাদ তত্ত্বসমুহৰ বিষয়ে বুজিব পাৰিব
- মৌলিক আৰু ক্রিয়াত্মক অনুবন্ধনৰ তত্ত্বসমুহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিব পাৰিব
- শিকনৰ সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্বৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰিব পাৰিব
- শিকনৰ অন্তর্দর্শন তত্ত্বৰ বিষয়ে বর্ণনা কৰিব পাৰিব
- শিকনৰ আচৰণবাদ আৰু সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্বৰ সীমাবদ্ধতা আৰু শৈক্ষিক তাৎপর্য্যৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিব পাৰিব।

১০.২ পৰিচয়

আগৰ অধ্যায়টিত আমি শিকনৰ অর্থ, স্বৰূপ, পদ্ধতি আৰু নীতিসমূহৰ বিষয়ে সম্যক পৰিচয় লাভ কৰিলো। শিকনৰ তত্ত্বসমুহৰ জৰিয়তে ব্যক্তি এজনে কেনেকৈ এক প্রণালীবদ্ধভাৱে

যিকোনো বিষয়ত জ্ঞান আহৰণ কৰিব পাৰে তাকে মনোবৈজ্ঞানিকসকলে বৰ্ণনা কৰিবলৈ চেষ্টা কৰিছে। যিকোনো এটা বিষয়ত অধিক গৱেষণা কৰিবলৈ বা নতুন তথ্য উদ্‌ঘাটন কৰিবলৈ তত্ত্বই এক নির্দেশনা দিয়ে। মানুহে কেনেকৈ নতুন কথা শিকে তাক জানিবৰ বাবে মনোবৈজ্ঞানিকসকলে মানুহৰ কার্যকলাপ সূক্ষ্মভাবে পর্যবেক্ষণ কৰিছে। ইয়াৰ উপৰি বিভিন্ন বয়সৰ মানুহ আৰু বিভিন্ন প্রকাৰৰ জীৱ-জন্তুক লৈ পৰীক্ষা-নিৰীক্ষা কৰি তেওঁলোকে শিক্ষণৰ পদ্ধতি সম্বন্ধে বহুত কথা জানিব পাৰিছে। এনেদৰে লাভ কৰা জ্ঞানৰ ওপৰতে ভিত্তি কৰি শিক্ষণৰ বিভিন্ন তত্ত্ব গঢ় লৈ উঠিছে। এই অধ্যায়টোৰ জৰিয়তে আমি শিক্ষণৰ আচৰণ বাদ আৰু সংজ্ঞানাত্মকবাদ তত্ত্বসমুহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিম। ইয়াৰ লগতে এই তত্ত্বসমুহৰ বৈশিষ্ট্য, সীমাবদ্ধতাসমুহ আৰু শৈক্ষিক তাৎপর্য্যসমুহত আলোচনা কৰিম।

১০.৩ শিকনৰ তত্ত্বসমুহ

শিকনৰ তত্ত্বসমুহক প্রধানকৈ দুটা ভাগত ভগাব পাৰি —

(ক) সংযোগবাদ বা আচৰণবাদ তত্ত্ব

(খ) সংজ্ঞানাত্মক বা ক্ষেত্র তত্ত্ব

(ক) সংযোগবাদ বা আচৰণবাদ তত্ত্বসমুহ আচৰণবাদ স্কুলসমুহৰ লগত অন্তর্ভূক্ত। জে. বি. ৱাটছনে (1925) পোনপ্রথমে 'আচৰণবাদ' শব্দটো পোনটে বিকাশ কৰিছিল আৰু বর্ণনা কৰিছিল যে শিকন হ'ল উদ্দীপক আৰু প্রতিক্রিয়াৰ মাজত সংযোগ স্থাপন আৰু ইয়াৰ দিশত আমি ভাগ কৰিব পাৰো যে — থর্নডাইকৰ সংযোগবাদ তত্ত্ব, মনোবিজ্ঞানী পেভলভৰ পৰম্পৰাগত অনুবন্ধনবাদ তত্ত্ব আৰু স্কিনাৰৰ ক্রিয়াত্মক তত্ত্ব।

(খ) শিকনৰ সংজ্ঞানাত্মক বা ক্ষেত্র তত্ত্ব সমুহৰ ভিতৰত আছে— গেষ্টাল্ট তত্ত্ব আৰু সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্ব। এই তত্ত্ব বোৰে অন্তর্দর্শন, বোধনক্ষমতা, তার্কিক ক্ষমতা, স্মৃতি শক্তি আৰু অন্যান্য সংজ্ঞানাত্মক উপাদানসমুহক সাঙুৰি লয়। অন্তর্দর্শন শিকন তত্ত্বটোও ইয়াৰ ভিতৰত সোমাই আছে।

প্রথমতে আমি এতিয়া আচৰণবাদ তত্ত্ব আৰু সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্বৰ বিষয়ে আলোচনা কৰো আহক।

১০.৪ শিকনৰ আচৰণবাদী তত্ত্বসমূহ

আচৰণবাদী সকলে বর্ণনা কৰে যে শিকন হ'ল উদ্দীপক আৰু প্রতিক্রিয়াৰ মাজত এক দৃঢ় সংযোগ স্থাপন। শিকনৰ এই তত্ত্বই গুৰুত্ব দিয়ে যে আচৰণ আৰম্ভ হয় প্রতিবর্ত ক্রিয়াৰ সৈতে অর্থাৎ অভিজ্ঞতাৰ জৰিয়তে উদ্দীপক আৰু প্রতিক্রিয়াৰ মাজত যি নতুন সংযোগ গঠিত হয় তাৰ জৰিয়তে স্বাভাৱিক প্রতিক্রিয়া আৰু নতুন আচৰণ সমূহ গঢ়ি উঠে। এই তত্ত্বৰ কিছুমান বৈশিষ্ট্য আছে —

- আচৰণবাদী সকলে বিশ্বাস কৰে যে এজন ব্যক্তিৰ, জন্তুৰ আচৰণ প্রত্যক্ষ বা বস্তুগতভাৱে অধ্যয়ন কৰা উচিত।
- শিক্ষনে আচৰণৰ পৰিবর্তন সাধন কৰে।
- ইয়ে পৰিবেশৰ ওপৰত বেছিকৈ গুৰুত্ব দিয়ে। ব্যক্তি এজনৰ পৰিবেশৰ লগত কৰা সমন্বয়ৰ ফলাফলেই হ'ল শিকন।
- অনুবন্ধনবাদ হ'ল আচৰণ বুজি উঠাৰ চাবি কাঠি যিয়ে উদ্দীপক আৰু প্রতিক্রিয়াৰ মাজৰ সংযোগ গঠন কৰে।
- আচৰণবাদী সকলে বিশ্বাস কৰে যে জ্ঞানৰ এটা অংশই আন এটা অংশৰ লগত সম্পর্কিত হ'ব পাৰে কেৱল মাত্র সাদৃশ্য বা বৈসাদৃশ্যৰ বলতহে।

১০.৪.১ সংযোগবাদ তত্ত্ব

বিখ্যাত মনোবৈজ্ঞানিক এডৱার্ড. লি. থর্নডাইকে (Edward Lee Thorndike) (১৮৭৪-১৯৪৯) এই সংযোগবাদ তত্ত্বটো উদ্ভাৱন কৰে। তেওঁৰ মতে পৰিবেশৰ উদ্দীপক আৰু ব্যক্তিয়ে প্রদর্শন কৰা প্রতিক্রিয়াৰ মাজত সংযোগ সাধন কৰি স্থায়িত্ব লাভ কৰাই হৈছে শিকন। উদ্দীপকে ব্যক্তিৰ ওপৰত ক্রিয়া কৰে আৰু ব্যক্তিয়ে উদ্দীপকৰ প্রতি সহাৰি জনায়। ইয়াক উদ্দীপক-প্রতিক্রিয়া বা চমুকৈ 'S–R' সূত্র বুলিও জনা যায়। এই তত্ত্বমতে উদ্দীপক আৰু প্রতিক্রিয়াৰ এক সংযোগ স্থাপন হ'লেহে শিকন সম্ভৱ হ'ব পাৰে। থর্নডাইকে সেই কাৰণে শিকনত 'পুৰস্কাৰ'ৰ ধাৰণাটো পৰিচয় কৰাই দিছে। ইয়াক আকৌ 'পুনৰ প্রতিক্রিয়া কৰণৰ বাবে প্রয়োজনীয় শক্তিৰ ইন্ধন' (Reinforcement) বুলিও জনা যায়। উদ্দীপকৰ প্রতি জীৱই কৰা প্রতিক্রিয়াৰ পৰিণতি সুখদায়ক হৈ উঠিলে তেনে কার্যৰ পুনৰাবৃত্তি কৰি সংযোগক দৃঢ়তৰ কৰি তোলা হয়। ইয়াৰ ফলত শিকন অধিক ফলপ্রসু হয়, সেইবাবে এই তত্ত্বটিক "পুনৰ প্রতিক্রিয়া কৰণৰ বাবে প্রয়োজনীয় শক্তিৰ ইন্ধন"ৰ (Reinforcement) তত্ত্ব বুলিও অভিহিত কৰা হয়।

থর্নডাইকৰ পৰীক্ষা (Thorndike's experiment)

মনোবৈজ্ঞানিক থর্নডাইকে ব্যাপকভাৱে জন্তুৰ ওপৰত কিছুমান পৰীক্ষা চলাইছিল। তাৰ ভিতৰত ক্ষুধাতুৰ মেকুৰী এটাৰ ওপৰত চলোৱা পৰীক্ষণটো অন্যতম। তেওঁ এই মেকুৰীটো বিশেষ কৌশলেৰে নির্মাণ কৰা পিঞ্জৰাৰ ভিতৰত আৱদ্ধ কৰে। বাহিৰত এটুকুৰা মাছ মেকুৰীটোৰে দেখাকৈ থৈ দিয়া হয়। ইয়াৰ প্রৱেশ পথৰ দুৱাৰখনো এনেদৰে ৰখা হয় যাতে ভিতৰ ফালৰপৰা এডাল ৰছী টানিলেই তাক সহজে খুলিব পাৰি। ভোকাতুৰ পিঞ্জৰাবদ্ধ মেকুৰীটোৱে মাছ টুকুৰা খোৱাৰ বাবে পিঞ্জৰাৰ পৰা ওলাই আহিবলৈ অত ত'ত খুন্দিয়াই, জপিয়াই দৌৰা দৌৰিকৈ কৰি বাৰে বাৰে চেষ্টা চলালে। অন্ধ ভাৱে, অ'ত ত'ত খুন্দিয়াই কিছুসময় চেষ্টা কৰিও দুৱাৰখন খুলিবলৈ অপাৰগ হোৱা মেকুৰীটোৰ ইফালে সিফালে জপিয়াই থাকোতে দুৱাৰখনৰ কৌশলপূর্ণ

বুটামটোত হেঁচা লাগিল আৰু লগে লগে দুৱাৰখন খোল খালে আৰু মাছ-টুকুৰা খাবলৈ সক্ষম হ'ল। এনেদৰে একে পদ্ধতিৰে যদি পিঞ্জৰাবদ্ধ অৱস্থাত মেকুৰীটোক বাৰে বাৰে এই প্ৰচেষ্টাটো কৰোৱা হয় তেনেহলে প্ৰথম অৱস্থাতকৈ ভুলৰ মাত্ৰা কম হ'ব আৰু কম প্ৰচেষ্টাতে মেকুৰীটোৱে নিজৰ লক্ষ্যত উপনীত হ'বলৈ সক্ষম হয়। এনেদৰে কেবাবাৰো পৰীক্ষা চলোৱাত দেখা গ'ল যে পৰিস্থিতিৰ পৰিবৰ্তন নকৰাকৈ এনে অৱস্থাতে ক্ৰিয়াৰ পুনৰাবৃত্তি ঘটোৱাত প্ৰথম পৰ্যায়ত কৰা ভুল ক্ৰমান্বয়ে নাইকীয়া হয়। অৰ্থাৎ বাৰে বাৰে কৰা ভুল আৰু ইয়াৰ শুধৰণিৰ বাবে চলোৱা প্ৰচেষ্টাৰ মাজেৰেই কাৰ্য সম্পাদন কৰা পদ্ধতিক 'থৰ্নডাইকৰ প্ৰচেষ্টা' আৰু 'ভুল পদ্ধতিৰ শিকন' বুলিও কোৱা হয়। থৰ্নডাইকৰ ভাষাত "শিকন হ'ল উদ্দীপক আৰু প্ৰতিক্ৰিয়াৰ মাজত সংযোগ স্থাপন, যান্ত্ৰিক আৰু অন্ধ প্ৰচেষ্টা তথা ভুল পদ্ধতি অনুসৰণ কৰে।

সংযোগবাদৰ শৈক্ষিক তাৎপৰ্য্য (Educational implication of connectionism)

থৰ্নডাইকৰ সংযোগবাদ তত্ত্বটোও সমালোচনাৰ বাহিৰত নহয়। এই তত্ত্বটোয়ে শিকন পৰিস্থিতিত উদ্ভৱ হোৱা সমস্যাবোৰ বুজি উঠাৰ বাবে প্ৰয়াস কৰা নাই, শিক্ষাৰ্থীৰ সৃষ্টিশীল সামৰ্থ্য সমুহ তেওঁ এই তত্ত্বটোত অবজ্ঞা কৰিছে। যদিও তথাপিও বৰ্তমান সময়ত এই তত্ত্বটোৰ গুৰুত্ব নোহোৱা নহয়।

বিদ্যালয় সমুহত বিজ্ঞান বিষয় বা অংক আদি কাৰ্য বিষয়সমূহ ল'ৰা-ছোৱালীয়ে প্ৰচেষ্টা আৰু ভুল পদ্ধতিৰে শিকে আৰু নিজে নিজৰ পদ্ধতিৰে মূল্যায়ন কৰে।

শাৰীৰিক দিশৰ পৰা কব পাৰি যে বাৰে বাৰে কৰা প্ৰচেষ্টাৰ ফলতহে অভ্যাস গঠন হয়। কাৰণ অভ্যাসে মানুহক সম্পূৰ্ণ কৰি তোলে। সেয়েহে পুনৰাবৃত্তিৰ জৰিয়তে শিকনৰ সম্পূৰ্ণতা লাভ হয়। বিদ্যালয়ত ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ শিকনৰ ক্ষেত্ৰত অগ্ৰগতি জানিবলৈ হ'লে কেতিয়াবা কেতিয়াবা পুৰস্কাৰ আৰু শাস্তি প্ৰদানৰ ব্যৱস্থাও প্ৰয়োগ কৰিব লগা হয়। কাৰণ ইয়াৰ জৰিয়তে শিক্ষকে ছাত্ৰ-ছাত্ৰী সকলৰ প্ৰয়োজনীয় আচৰণ আৰু ধাৰণা সমূহ দৃঢ় কৰি তুলিব পাৰে আৰু অপ্ৰয়োজনীয়সমূহ ত্যাগ কৰাব পাৰে। সেয়েহে আধুনিক বৈজ্ঞানিক যুগত এই তত্ত্বটোৰ এক বিশেষ গুৰুত্ব আছে।



জনা উচিত

সংযোগবাদ তত্ত্ব ঃ

- সংযোগবাদ তত্ত্বটো এডৱাৰ্ড লি থৰ্নডাইকে ডাঙি ধৰে। এই তত্ত্বটোৰ মতে উদ্দীপক আৰু প্ৰতিক্ৰিয়াৰ সংযোগৰ ফলতহে শিকন সম্ভৱ হয়। শিকন অকস্মাৎ সম্ভৱ নহয়।

এইটো কেৱলমাত্র পুনৰাবৃত্তিৰ ফলতহে সম্ভৱ হয়।
প্রথম অৱস্থাত কোনো এটা কাম কৰোতে ভুলৰ পৰিমান বেছি হয় আৰু ক্রমান্বয়ে ভুলৰ পৰিমান কমি যায়।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ১ ঃ সংযোগবাদ তত্ত্বটো কোনে উদ্ভাৱন কৰিছিল?

.....

.....

প্রশ্ন নং ২ ঃ সংযোগবাদৰ মতে শিকন মানে কি?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৩ ঃ সংযোগবাদ তত্ত্বটো শিকনৰ .....দিশৰ ভিতৰত পৰে।

১০.৪.২ মৌলিক বা পৰম্পৰাগত তত্ত্ব

ৰাছিয়ান শৰীৰতত্ত্ব বিদ আইভান পি. পেভলভে (Ivan P. Pavlov) (১৮৪৯-১৯৩৬) এই পৰম্পৰাগত তত্ত্বটো আৱিস্কাৰ কৰে। তেও প্রথম কুকুৰক লৈ এটা পৰীক্ষা কৰিছিল। কিছুমান উদ্দীপকৰ প্রতি কিছুমান স্বাভাৱিক প্রতিক্রিয়া থাকে। পেভলভে লক্ষ্য কৰিছিল যে খাদ্য বস্তু দেখাৰ লগে লগে কুকুৰৰ লালটি ওলায় ইয়াক প্রতিবর্তক্রিয়া বুলি কোৱা হয়। এই পৰীক্ষাটো শিকন সম্ভৱ কৰি তোলাৰ বাবে এক দৰকাৰী নীতি।

পৰম্পৰাগত অনুবন্ধনবাদৰ পৰীক্ষা ঃ

পেভলভে ওপৰত উল্লেখ কৰা পৰীক্ষাটোৰ জৰিয়তে জনা যায় যে খাদ্য বস্তু দেখিলেই কুকুৰৰ লালটি ওলায়। এইটো হ'ল এটা স্বাভাৱিক প্রতিক্রিয়া। ইয়াত 'আহাৰক'অনুবন্ধিত উদ্দীপক (unconditioned stimulus) বুলি জনা যায়। আৰু 'লালটি ওলোৱা'টো "অনুবন্ধিত প্রতিক্রিয়া" (unconditioned response) বুলি জনা যায়। অনুবন্ধিত প্রতিক্রিয়া সমুহৰ কোনো প্রাথমিক চর্ত নেথাকে। তেওঁ পৰীক্ষাকালত 'ঘণ্টা' ধ্বনি এটা উদ্দীপক স্বৰূপে ব্যৱহাৰ কৰিছিল। উদাহৰণ স্বৰূপে খাদ্য কুকুৰটোৰ সন্মুখত দিয়াৰ আগে আগে ঘণ্টা ধ্বনিটো ব্যৱহাৰ কৰিছিল। এই যুটীয়া উদ্দীপক প্রদানৰ কার্য্যক কেইবাদিনো একেদৰে পুনৰাবৃত্তি কৰা হয়। ক্রমান্বয়ে কুকুৰটোৱে ঘণ্টাৰ শব্দ শুনাৰ লগে লগে মুখৰপৰা লালটি ওলাবলৈ ধৰিলে। এই ক্ষেত্রত ঘণ্টাৰ শব্দ শুনি মুখত লালটি

ওলোৱাটো কুকুৰটোৰ অনুবন্ধিত প্রতিক্রিয়া (conditioned)। তলত দিয়া সংক্ষিপ্ত বিৱৰণৰ পৰা এই কথা সহজে গম পোৱা যায়।

পর্য্যায়	উদ্দীপক	প্রতিক্রিয়া
i	S_1 (আহাৰ)	R_1 (লালটি ওলোৱা)
ii	S_2 (ঘণ্টাৰ শব্দ)	R_2 (স্বাভাৱিক পৰিবর্তন)
iii	$S_1 + S_2$ (আহাৰ + ঘণ্টাৰ শব্দ)	R_1 (লালটি ওলোৱা)
iv	S_2 (ঘণ্টাৰ শব্দ)	R_1 (লালটি ওলোৱা)

পৰম্পৰাগত অনুবন্ধিৰ মুল প্রক্রিয়াটো হ'ল - এটা উদ্দীপকৰ ঠাইত অন্য এটা উদ্দীপক সলনি বা বদলি কৰা। উদাহৰণটোত কুকুৰটোৱে ঘণ্টাৰ শব্দৰ শুনাৰ লগে লগে লালটি ওলোৱাটো স্বাভাৱিক প্রতিক্রিয়া নহয়। এইটো এটা অনুবন্ধিত প্রতিক্রিয়াহে।

পৰম্পৰাগত অনুবন্ধন তত্ত্বৰ শৈক্ষিক তাৎপর্য্য (Educational Implication of classical conditioning theory)ঃ মনোবিজ্ঞানৰ বিভিন্ন দিশত পেভলভে এক বৈপ্লিৱিক পৰিৱর্তন আনিছে। বহুত সময়ত আমি আমাৰ অজ্ঞাতেই বিভিন্ন পৰিস্থিতিত আমি অনুবন্ধিত অভিজ্ঞতা লাভ কৰো। পেভলকৰ মতে সকলো শিকনেই অনুবন্ধিত। গাড়ী চালক এজনে ৰাস্তাত ৰঙা লাইট দেখিলে গাড়ী ৰাখি দিয়ে আৰু সেইজীয়া পোহৰ দেখিলে গাড়ীখন চলাবলৈ আৰম্ভ কৰে। পুর্বৰ কোনো চিন্তা নথকাকৈ হঠাতে ৰাস্তাত ৰঙা সংকেত দেখিলে গাড়ী ব্রেক মাৰি ৰৈ দিয়া কার্যটো অনুবন্ধিত বুলিও ক'ব পাৰো। যদি তেওঁ এইক্ষেত্রত অকৃতকার্য্য হয় তেনেহ'লে তেওঁ শাস্তি ভূগিব লাগিব। শিশুবিলাকেও এইদৰেই কথা বিলাক শিকি উঠে। শিক্ষক এজন শ্রেণী কোঠাত সোমোৱাৰ লগে লগেই ছাত্র-ছাত্রীসকলে ঠিয় হব লাগে। এই পদ্ধতিটোক পৰম্পৰাগত অনুবন্ধন তত্ত্বৰ শিকন বুলি কোৱা হয়।

পৰম্পৰাগত অনুবন্ধনবাদ তত্ত্বটো প্রত্যক্ষভাৱে শ্রেণীকোঠাত প্রয়োগ কৰা নহয়। কিন্তু সু-অভ্যাস গঠন কৰিবলৈ এই পৰম্পৰাগত অনুবন্ধিত নীতিসমুহৰ বিকাশ সাধন কৰা হয় যেনে — চাফ-চিকুনতা, ডাঙৰক সন্মান কৰা, নিয়মানুবর্তীতা ইত্যাদি।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৪ঃ পৰম্পৰাগত অনুবন্ধন তত্ত্বটো কোনে উদ্ভাৱন কৰিছে?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৫ঃ অনুবন্ধিত প্রতিক্রিয়া মানে কি?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৬ঃ সকলো শিকনেই অনুবন্ধিত বা অনাঅনুন্ধিত। (শুদ্ধ / অশুদ্ধ)

প্রশ্ন নং ৭ঃ সকলো শিকনেই পুনৰবৃত্তি আৰু অনুশীলনৰ দ্বাৰাহে গঠিত হয়। (শুদ্ধ/অশুদ্ধ)

১০.৪.৩ ক্রিয়াত্মক বা ফলোৎপাদনমূলক অনুবন্ধন তত্ত্ব

আমেৰিকা যুক্তৰাষ্ট্ৰৰ হাৰ্ভাৰ্ড বিশ্ববিদ্যালয়ত পোন প্রথমে বি. এফ. স্কিনাৰ (B.F. Skiner 1904–1990) নামৰ এজন মনোবৈজ্ঞানিকে পোনপ্রথমে এই তত্ত্বটো ডাঙি ধৰে। স্কিনাৰে শিকনৰ প্রক্রিয়া জানি উঠিবলৈ বিভিন্ন ধৰণৰ প্রাণী যেনে এন্দুৰ, মেকুৰী, বান্দৰ, পাৰ চৰাই ইত্যাদিৰ ওপৰত পৰীক্ষা চলাইছিল। তেও এটা নিজে তৈয়াৰ কৰা সঁজুলি ব্যৱহাৰ কৰিছিল যাক কোৱা হয় "স্কিনাৰ বাকচ" য'ত আচৰণ বিলাক এক প্রণালীবদ্ধ ভাৱে বিশ্লেষণ কৰিব পৰা হয়।

স্কিনাৰৰ ক্রিয়াত্মক তত্ত্বত কোৱা হয় যে শিক্ষাপ্রাপ্ত হোৱা প্রতিক্রিয়া বা আচৰণক যান্ত্রিক ক্রিয়াৰ প্রচেষ্টা বুলিব নোৱাৰি। ই হৈছে লক্ষ্য সচেতন, সক্রিয়, ইচ্ছাকৃত আৰু পৰিনামদর্শী আচৰণ। শিক্ষামুলক আচৰণত ক্রিয়াৰ পৰিনাম বা ফল লাভৰ ভাব সদায় নিহিত থাকে। এনে ফল লাভৰ দিশটোৱেহে ক্রিয়াৰ পুনৰাবৃত্তি বা পুনৰ প্রতিক্রিয়া কৰণৰ বাবে প্রয়োজনীয় শক্তিৰ ইন্ধন (Reinforcement) যোগায়। ইয়াৰ ফলতহে আচৰণৰ অনুবন্ধন সংঘটিত হৈ উঠে। শিকন প্রক্রিয়া আৰু তাৰ পৰিবেশ এনেকুৱাকে সৃষ্টি কৰিব লাগে যাতে তাত কম হতাশা আৰু বেছি সন্তুষ্টি পোৱা যায়।

স্কিনাৰৰ এন্দুৰৰ ওপৰত কৰা পৰীক্ষা ঃ

এটা ভোকাতুৰ এন্দুৰক "স্কিনাৰ বস্ক"ৰ ভিতৰত সুমুৱাই দিয়া হয়। স্কিনাৰ বাকচটো এনেকৈ সজোৱা হয় যাতে বাকচটোৰ ভিতৰফালে কাষত এডাল দ ণ্ড বা "লিভাৰ" স্থাপন কৰা হয়। ইয়াৰ তলত এটা ফুটা বা চিদ্র উলিয়াই তাৰ লগত এখন থলি ৰখা হয়। মন কৰিবলগীয়া যে, ইয়াক এনেদৰে প্রস্তুত কৰা হয় যাতে দণ্ডদাল তললৈ দবাই দিলে খাদ্যৰ বৰি ওলাই আহি ট্রেখনত পৰে। দেখা যায় যে এন্দুৰটোৱে কিছুসময় ইফালৰ পৰা

সফালে গতি কৰি থকা অৱস্থাত আকস্মিকভাৱে দণ্ডদালক তললৈ দবাই দিয়ে। ফলত লগে লগে খাদ্যৰ বৰী ছিদ্রটোৱেইদি ওলাই আহি ট্রেখনত পৰে। কেইবাৰ মানৰ পাছত দেখা গ'ল যে এন্দুৰ টোৱে ক্রমে সঘনে দণ্ডদাল ডবাই দি খাদ্যৰ বৰী খাবলৈ শিকি উঠিছে।

ক্রিয়াত্মক তত্ত্বক আকৌ প্রয়োজনীয় শক্তিৰ ইন্ধন তত্ত্ব বুলিও জনা যায়। ইয়াত প্রয়োজনীয় শক্তিৰ ইন্ধনটো উদ্দীপকতকৈ প্রতিক্রিয়াৰ লগতহে সম্বন্ধিত হৈছে। ওপৰৰ উদাহৰণৰ পৰীক্ষাটোত এন্দুৰটোৱে দণ্ডদাল ডবাই দিয়াৰ লগে লগে খাদ্য বড়িটোৰ দ্বাৰা পুৰস্কৃত কৰা হয়।

ক্রিয়াত্মক অনুবন্ধনবাদ তত্ত্বৰ শৈক্ষিক তাৎপর্য্য (Educational Implication of operant conditioning) ঃ

ক্রিয়াত্মক অনুবন্ধনবাদে গোটেই পৃথিৱীতে এক বৈপ্লৱিক সুচক কেতবোৰ পৰিবর্তন আনিছে আৰু বিভিন্ন ধৰণৰ গৱেষণাও এই ক্ষেত্রত আগবঢ়াইছে। এই প্রসংগত তলত উল্লেখ কৰা ব্যৱহাৰিক দিশ কেইটাৰ কথা মন কৰিব লগীয়া—

- ক্রিয়াত্মক তত্ত্বটোৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি মানুহৰ ভাল বেয়া আচৰণৰ সংশোধন কৰিব পাৰি। ছাত্র-ছাত্রীৰ ভাল গুণবিলাক বাচি উলিয়াই তাক ইতিবাচক প্রৰোচক (Positive reinforce) কৰিব লাগিব যাতে ছাত্র-ছাত্রীসকলে সেইবিলাকৰ বিকাশ আৰু বেছি ভালদৰে কৰিব পাৰে। যেনে — ভাল আখৰ লিখা, পৰিস্কাৰ পৰিচ্ছন্নতা, নিয়মানুবর্তিতা ইত্যাদি।
- ক্রিয়াত্মক তত্ত্বই অনাৱশ্যকীয় আচৰণৰ বাবে শাস্তি প্রদান প্রয়োগটো ত্যাগ কৰিছিল। সেয়েহে ক্রিয়াত্মক তত্ত্বই ভাল কামৰ বাবে পুৰস্কৃত আৰু বেয়া অৱজ্ঞা কৰাৰ কথা কৈছে।
- এই তত্ত্বটোৰ আটাইতকৈ ডাঙৰ বৰঙনি হ'ল শিক্ষা ক্ষেত্রত অনুসুচীত শিকন পদ্ধতি (Programmed learning method) ধাৰণা কৰণ আৰু শিকন যন্ত্র শিক্ষাক্ষেত্রত প্রয়োগ কৰণ। এতিয়া এই দুটা ধাৰণাৰ বিষয়ে অকণমান জানো আহক —
  - (ক) অনুসুচীত শিকন পদ্ধতি (Programmed Learning Method) ঃ এই পদ্ধতিত বিষয়বস্তু সমুহ এনেকৈ সৰু সৰু অংশত ভাগ কৰা আৰু খুউব যুক্তিপূর্ণ ভাবে সজোৱা হয় যাতে লৰা-ছোৱালীয়ে খুউব সোনকালে বুজিব পাৰে। প্রত্যেকটো পদক্ষেপেই আগৰটোপদক্ষেপৰ ওপৰত প্রতিস্থিত। প্রত্যেকটো পদক্ষেপতেই প্রয়োজনীয় শক্তিৰ ইন্ধন যোগোৱা হয়। ইয়াত শিক্ষার্থীয়ে নিজৰ মাধ্যানুৱে শিকন গ্রহণ কৰিব পাৰে।
  - (খ) শিকন যন্ত্র (Teaching Machine) ঃ শিকন যন্ত্রবিলাকে পূর্ব-নির্ধাৰিত ক্রমৰ জৰিয়তে উপাদানসমুহ উপস্থাপন কৰে আৰু ছাত্র-ছাত্রীৰ তৎকালীন পুষ্টি সাধনৰ (Immediate feed back) প্রতিক্রিয়াসমূহ জানিবলৈ অনুমতি দিয়ে। শিকন যন্ত্রটো এটা স্বয়ংক্রিয় যন্ত্র যিয়ে প্রশ্নসমূহ উপস্থাপন কৰে, প্রতিক্রিয়াসমূহৰ অর্থ ডাঙি ধৰে আৰু ছাত্র-ছাত্রীৰ প্রতিক্রিয়াসমূহত থকা ভুলবোৰ জনাই দিয়ে।

১০.৫ আচৰণবাদী তত্ত্বৰ সীমাবদ্ধতাসমূহ

আচৰণবাদী শিকনত থকা সীমাবদ্ধতা কিছুমান আছে। তাক উল্লেখ কৰা হ'ল —

- আচৰণবাদী সকলে মানুহক এটা মেচিনৰ লগত তুলনা কৰিছে যিটো নেকি গ্রহণযোগ্য নহয়।

- ইয়ে ব্যক্তি এজনৰ বাহ্যিক আচৰণৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি আবেগ, চিন্তাধাৰা আদি ব্যাখ্যা কৰিছে।
- প্রত্যেক আচৰণবাদী তত্ত্বতে পৰীক্ষাসমুহৰ ফলাফল সমুহ ওলাইছে কেৱলমাত্র জন্তুৰ আচৰণসমুহ অধ্যয়ন কৰিহে।
- ক্রিয়াত্মক তত্ত্বটোৱে মানুহৰ সৃষ্টিশীল প্রতিভা, অনুসন্ধিৎসু মন আৰু স্বতঃ স্ফূর্ততাক কোনো গুৰুত্ব দিয়া নাই।
- আচৰণবাদী সকলে একমত প্রকাশ কৰিছে যে মানুহৰ আচৰণ আর্জি লোৱা হয়, ই কোনো জৈৱিক গুণৰ ফলত নাহে।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৮ ঃ ক্রিয়াত্মক অনুবন্ধনবাদ তত্ত্বটোকোনে উদ্ভাৱন কৰিছিল?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৯ ঃ পুনৰুদ্দীপন কি?

.....

.....

প্রশ্ন নং ১০ ঃ ব্যাখ্যা কৰক ঃ

- অনুসুচীত শিকন

.....

.....

- শিকন যন্ত্র

.....

.....

১০.৬ শিকনৰ সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্ব

ইতিমধ্যে আমি শিকনৰ আচৰণ বাদী তত্ত্ব সমুহ আৰু সেইবিলাকৰ শৈক্ষিক তাৎপর্য্যসমুহ আলোচনা কৰিলো। এই অধ্যায়টোৰ এই ভাগত আমি সংজ্ঞানাত্মক শিকন তত্ত্বৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিম। সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্বত শিকনক অর্ন্তর্নিহিত মনোবৈজ্ঞানিক কার্য্যাৱলী ৰূপে গণনা কৰা হয়, যেনে — সংবোধন, ধাৰণা গঠন, মনোযোগ, স্মৃতি আৰু সমস্যা সমাধান। এই তত্ত্বটোত শিক্ষার্থীয়ে কোনো এটা সমস্যাক সমাধান কৰিবলৈ হ'লে প্রথমে সমগ্র পৰিস্থিতিটো অধ্যয়ন কৰে আৰু সমস্যাটোৰ অন্তর্নিহিত সমস্যাবোৰৰ মাজত এক সম্পর্ক দেখা পায়। আৰু সেই মর্মে

সমস্যাসমুহ সমাধান কৰিবলৈ কিছুমান কৌশল প্রয়োগ কৰে। সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্বটোৰ মূখ্য বৈশিষ্ট্য সমুহ তলত উল্লেখ কৰা হ'ল —

- সংজ্ঞানাত্মক প্রক্রিয়াত, শিকন হ'ল এক সক্রিয় আৰু গতিশীল প্রক্রিয়া।
- শিক্ষার্থী তেওঁৰ লক্ষ্যত উদ্দেশ্য প্রনোদিত হ'ব লাগিব।
- উচ্চ মানসিক প্রক্রিয়া, ধাৰণা গঠন, সমস্যা সমাধান ইত্যাদিৰ বিষয়ে জানিবলৈ এই তত্ত্বটোৱে হ'ল আটাইতকৈ উত্তম পদ্ধতি।
- শিকনত সংজ্ঞানাত্মক প্রচেষ্টাৰ খুউব দৰকাৰ।

১০.৬.১ অন্তদর্শন শিকন তত্ত্ব

অন্তদর্শন শিকন তত্ত্বটো মনোবিজ্ঞানৰ গেষ্টাল্ট স্কুলৰ এক বিশেষ বৰঙনি বুলি ক'ব পাৰি। এই স্কুল ১৯১২ চনত জার্মানত তিনিজন বিখ্যাত মনোবৈজ্ঞানিক, ৰাৰথিমাৰ (Wertheimer), কফকা (Koffka) আৰু ক'হলাৰৰ (Kohler) দ্বাৰা প্রতিষ্ঠিত হৈছিল। ই হৈছে এক জার্মান ভাষাৰ শব্দ যাৰ ইংৰাজী প্রতিশব্দ পাব পৰা নেযায়। ইয়াৰ অর্থ হৈছে আকাৰ বা বহিৰাকৃতি (configuration) বা সমগ্র। গেষ্টাল্ট মনোবৈজ্ঞানিকসকলে শিকন প্রক্রিয়াটো সামগ্রিকভাৱে হোৱাটো বিচাৰে।

এই তত্ত্বটোৰ মতে কোনো সমস্যাৰ সমাধান হ'বলৈ হ'লে ব্যক্তিয়ে ইয়াৰ ভিন ভিন অংশৰ মাজত থকা পাৰস্পৰিক সম্বন্ধ নিৰীক্ষণ কৰিব লাগিব। এই নিৰীক্ষণযোগে অংশসমুহ এক গোট কৰি চাই সামগ্রীক ৰূপত সমাধান কৰিব লাগে। ফলত সমস্যাৰ দ্রুত সমাধান আৰু তাৰ ফলত শিকন সম্ভৱ হৈ উঠে।

চিম্পাঞ্জীৰ সৈতে কোহলাৰৰ (Kohler) পৰীক্ষা ঃ

মনোবিজ্ঞানী কহলাৰে এই অন্তদর্শন পদ্ধতিৰে প্রথমে চিম্পাঞ্জীৰ ওপৰত চলোৱা পৰীক্ষাটো উল্লেখনীয়। তেওঁ 'চুলতান' নামৰ এটা চিম্পাঞ্জীৰ ওপৰত ১৯১৩-১৯১৭ চনলৈকে পৰীক্ষা কাম চলাইছিল। যথেষ্ট বুধিয়ক হিচাপে পৰিচিত এই চিম্পাঞ্জীটো তেওঁ এটা পিঞ্জৰাৰ ভিতৰত আৱদ্ধ কৰি ৰাখে আৰু বাহিৰত সি দেখাকৈ কেইটামান কল থৈ দিয়ে। স্বাভাৱিকতে চিম্পাঞ্জীটো কলকেইটাৰ প্রতি আগ্রহ হয় আৰু সি পিঞ্জৰাৰ বাহিৰলৈ দুয়োখন হাত মেলি কল কেইটা পাবলৈ চেষ্টা কৰে। কিন্তু কল কেইটা ইমান দূৰত ৰখা হয় যে তাক ঢুকি পোৱা নেযায়। সেইকাৰণে পিঞ্জৰাৰ ভিতৰত বৰ কৌশলেৰে দুডাল লাঠি থৈছিল। লাঠি দুডাল জোৰা লগাব পৰা ব্যৱস্থা আছিল আৰু কলখিনি এনে দূৰত্বত ৰখা হৈছিল যে দুয়োদাল লাঠি লগ লগালেহে চিম্পাঞ্জীটোৱে কল সংগ্রহ কৰিব পাৰে। প্রথমতে চিম্পাঞ্জীটোৱে কলকেইটা হাতেৰে পোৱাৰ কাৰণে চেষ্টা কৰিছিল তাৰ পাছত এডাল লাঠিৰে চেষ্টা কৰিছিল। কিন্তু কৃতকার্য্য হ'ব নোৱাৰিলে। শেষত হঠাতে চিম্পাঞ্জীটো সক্রিয় হৈ পৰিছিল আৰু লাঠি দুডাল জোৰা লগাই কলখিনি সংগ্রহ কৰিছিল।

ক'হলাৰে এনেকৈ চিম্পাঞ্জীকলৈ বেলেগ বেলেগ ধৰণৰ পৰীক্ষা চলাইছিল আৰু তাৰ ভিত্তিত তেওঁ তলত দিয়া ধৰণেৰে অন্তদর্শনৰ দ্বাৰা শিকন প্রক্রিয়া বর্ণনা কৰিছিল—

- শিক্ষার্থীয়ে যিকোনো সমস্যা সামগ্রিকভাৱে অধ্যয়ন কৰে।
- শিক্ষার্থীয়ে অংশসমুহৰ মাজত সমন্বয় ৰাখিবলৈ চেষ্টা কৰে।
- শিক্ষার্থীয়ে সমস্যাৰ বিভিন্ন অংশ সমুহ পর্য্যবেক্ষণ কৰাৰ চেষ্টা কৰে আৰু আকস্মিক ভাৱে উপায় উদ্ভাৱন কৰে।

অন্তদর্শন শিকন তত্ত্বৰ শৈক্ষিক তাৎপর্য্য ঃ

অন্তদর্শন পদ্ধতিৰে প্রদান কৰা শিক্ষাত ছাত্র-ছাত্রীৰ চিন্তা, যুক্তি আৰু নিৰীক্ষণ ক্ষমতাৰ বিকাশৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া হয় আৰু সমস্যাৰ দ্রুত আৰু বিজ্ঞানসন্মত সমাধানতো এই পদ্ধতিয়ে সহায় কৰে। ই যান্ত্রিক প্রক্রিয়া নহয়।

এই তত্ত্বটোৱে কোনো এটা সমস্যাৰ সমাধান সামগ্রিক ভাৱে কৰিব বিছাৰে। আৰু এই তত্ত্বটোৱে শিক্ষাৰ উচ্চ পর্য্যায়ত খুউব সহায় কৰে।

শ্রেণী কোঠাৰ পৰিবেশত শিক্ষকে নিজেই পাঠত দিয়া সমস্যাসমুহ সমাধান কৰি শেষ কৰি দিব নেলাগে। ছাত্র-ছাত্রী সকলক নির্দেশনাহে দিব লাগে। ছাত্র-ছাত্রী সকলক সমস্যাবোৰ নিজে নিজেই সমাধান কৰিব দিব লাগে। তেওঁলোকৰ নিজা বুদ্ধি বৃত্তি প্রয়োগ কৰি সেইবোৰ সমাধান কৰিবলৈ ছাত্র-ছাত্রীক উৎসাহিত কৰিব লাগে। স্বাধীনভাৱে চিন্তা কৰি সমস্যা সমাধানৰ উপায় নিজে উদ্ভাৱন কৰিবৰ বাবে পাবলগা সহায়হে ছাত্র-ছাত্রীয়ে শ্রেণীকোঠাত শিক্ষকৰ পৰা পোৱা উচিত। ছাত্রৰ সুপ্ত অন্তর্নিহিত সৃষ্টিশীল প্রতিভাৰ উদ্ভাৱন আৰু তাৰ সম্ভাব্য বিকাশৰ সুযোগ এই পদ্ধতিয়ে দিব পাৰে। উচ্চ শিক্ষাৰ ছাত্র-ছাত্রী সকলে তেওলোকৰ অধ্যয়ন আৰু গৱেষণাৰ কার্যত এই পদ্ধতি পূর্ণভাৱে প্রয়োগ কৰিব পাৰে।

১০.৭ সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্বৰ সীমাবদ্ধতা

শিকনত 'অন্তদর্শন' শব্দটোৰ ক্ষেত্রত সমালোচনা আছে। অন্তর্দর্শনক দুটা পন্থাৰে সংজ্ঞা দিব পাৰি — এক দৃষ্টিত ফলাফলৰ শেষ হিচাবে বর্ণনা কৰিব পাৰি। উদাহৰণ স্বৰূপে - যদি এটা শিশুই তৎক্ষণাৎ আৰু শুদ্ধভাৱে যান্ত্রিক পুতলা এটা কার্য্য কৰিব পাৰে তেনেহলে আমি কম যে তেওঁৰ অন্তদৃষ্টি খুউব ভাল। অন্য এটা দিশৰ পৰা ইয়াক শিকনৰ ব্যাখ্যা যুক্ত নীতি বুলিও কোৱা হয়। উদাহৰণ স্বৰূপে - যেতিয়া আমি কওঁ যে এজন ব্যক্তিয়ে অন্তদর্শনৰ দ্বাৰা শিকিছে। গেষ্টাল্ট মনোবৈজ্ঞানিক সকলে কেতিয়াবা ইয়াক বর্ণনামূলকভাৱে ব্যাখ্যা কৰিছে আৰু কেতিয়াবা ব্যাখ্যাযুক্ত দিশেৰে ব্যাখ্যা কৰিছে। কিন্তু মনোবৈজ্ঞানিকসকলে অন্তদর্শনক ব্যাখ্যাযুক্ত নীতি হিচাপে গ্রহণ কৰিবলৈ টান পাইছে।

অন্তদর্শন পদ্ধতিয়ে শিকনৰ উচ্চ স্তৰত ভালকৈ কাম কৰিব পাৰে কিন্তু যিবিলাক শিক্ষার্থীৰ চিন্তা কৰিব পৰা ক্ষমতা, বুদ্ধি, যুক্তি আদি সমস্যা সমাধানৰ বাবে যথোপযুক্ত নহয় তাত এই শিকনীয় পদ্ধতি ভালকৈ উপযোগী নহয়। আনকি সমাজৰ সাধাৰণ মানুহেও এই অন্তদর্শনৰ তত্ত্ব অনুশীলন কৰিবলৈ সমর্থ নহ'ব পাৰে। তৎসত্বেও অন্তদর্শন তত্ত্বই

শিক্ষা তত্ত্ব শিকনত বিশেষভাৱে প্ৰভাৱ বিস্তাৰ যে কৰিছে সেই কথা শিক্ষা মনোবিজ্ঞানে নুই কৰিব নোৱাৰে।



অগ্ৰগতি নিৰীক্ষণ

প্ৰশ্ন নং ১১ ঃ 'গেষ্টাল্ট' শব্দটোৰ অৰ্থ ব্যাখ্যা কৰক।

.....

.....

প্ৰশ্ন নং ১২ ঃ শিকনৰ অন্তদৃষ্টি তত্ত্বটো কোনে বিকাশ কৰিছিল?

.....

.....

প্ৰশ্ন নং ১৩ ঃ অন্তদৰ্শনৰ দ্বাৰা শিকন মানে কি?

.....

.....



১০.৮ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

- শিকনৰ তত্ত্ব সমুহক দুভাগত ভাগ কৰিব পাৰি - আচৰণবাদী তত্ত্ব আৰু আনটো হ'ল সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্ব।
- আচৰণবাদ তত্ত্বৰ ভিতৰত প্ৰথমে আমি থৰ্ন ডাইকৰ সংযোগবাদ তত্ত্বৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিলো। য'ত থৰ্ন ডাইকে মত প্ৰকাশ কৰিছিল যে - শিকন হ'ল উদ্দীপক আৰু প্ৰতিক্ৰিয়াৰ মাজৰ সংযোগ স্থাপনহে মাত্ৰ।
- পৰম্পৰাগত অনুবন্ধনবাদ তত্ত্ব মতে উদ্দীপকৰ প্ৰতি কৰা স্বাভাৱিক প্ৰতিক্ৰিয়াৰ সংশোধনৰ পৰিণতিয়েই হৈছে অনুবন্ধন আৰু ই শিকনৰ পৰিচায়ক।
- ষ্কিনাৰৰ ক্ৰিয়াত্মক তত্ত্বত কোৱা হয় যে শিক্ষাপ্ৰাপ্ত হোৱা প্ৰতিক্ৰিয়া বা আচৰণক যান্ত্ৰিক ক্ৰিয়া বুলিব নোৱাৰি। তেওঁ কয় যে - "ব্যক্তিৰ আচৰণ পৰিবেশত সংঘটিত হয় আৰু তাৰ কোনো ফল বা পৰিনাম উৎপাদিত হবৰ বাবেহে।"
- শিকনৰ সংজ্ঞানাত্মক তত্ত্বৰ ভিতৰত গেষ্টাল্ট মনোবৈজ্ঞানিকসকলে আগবঢ়োৱা অন্তদৰ্শন তত্ত্বটো লেখত লবলগীয়া।
- এই তত্ত্বটোৰ মতে গেষ্টাল্টবাদী সকলে বিষয়বস্তুৰ অংশসমুহৰ পৰিবৰ্তে সমগ্ৰতাত অধিক গুৰুত্ব দিয়ে।

- প্ৰত্যেকটো তত্ত্বৰে শৈক্ষিক তাৎপৰ্য্য আৰু সীমাবদ্ধতা সমুহ ওপৰৰ অধ্যায়টোত ভালকৈ দাঙি ধৰা হৈছে।



১০.৯ অধিক জানিবলৈ

অসমীয়া ঃ

বৰুৱা, যতীন ঃ শিক্ষাৰ মনোবিজ্ঞান ভিত্তিক অধ্যায়ণ।
অৰুণ প্ৰকাশন, কলেজ হোষ্টেল ৰ'ড, গুৱাহাটী - ১

ইংৰাজী ঃ

Chauhan S.S. (1978) : Advance Educational Phycology,
Vikash Publishing House, New Delhi



১০.১০ অগ্রগতিৰ খতিয়ান

১ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ ই এল থৰ্নডাইক।

২ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ শিক্ষণ হ'ল উদ্দীপক আৰু প্ৰতিক্ৰিয়াৰ মাজত সংযোগ স্থাপন।

৩ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ আচৰণবাদ তত্ত্ব।

৪ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ আই ভান, পি, পেভলভ।

৫ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ ইয়াৰ অৰ্থ হ'ল কৃত্ৰিম উত্তীপকক স্বাভাৱিক উদ্দীপকৰ লগত সংযোগ কৰা হয়। জীৱৰ প্ৰতিক্ৰিয়াটোও হয় স্বাভাৱিক উদ্দীপকৰ দৰে।

৬ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ শুদ্ধ

৭ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ শুদ্ধ

৮ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ বি. এফ. ষ্কিনাৰ।

৯ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ পুনৰুদ্দীপনৰ অৰ্থ হ':ল - শিক্ষণৰ প্ৰত্যেক স্তৰতে শিক্ষাৰ্থীক পুৰস্কৃত কৰা।

১০ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ

(ক) অনুসুচীত শিক্ষণ পদ্ধতি ঃ এই পদ্ধতিত বিষয়বস্তু সমুহ এনেকৈ সৰু সৰু অংশত ভাগ কৰা আৰু খুউব যুক্তিপূৰ্ণ ভাবে সজোৱা হয় যাতে লৰা-ছোৱালীয়ে খুউব সোনকালে বুজিব পাৰে। প্ৰত্যেকটো পদক্ষেপেই আগৰটোপদক্ষেপৰ ওপৰত প্ৰতিস্থিত। প্ৰত্যেকটো পদক্ষেপতেই প্ৰয়োজনীয় শক্তিৰ ইন্ধন যোগোৱা হয়। ইয়াত শিক্ষাৰ্থীয়ে নিজৰ মাধ্যানুৱে শিক্ষণ গ্ৰহণ কৰিব পাৰে।

(খ) শিক্ষণ যন্ত্ৰ (Teaching Machine) ঃ শিক্ষণ যন্ত্ৰবিলাকে পূৰ্ব-নিৰ্ধাৰিত ক্ৰমৰ জৰিয়তে উপাদানসমুহ উপস্থাপন কৰে আৰু ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ তৎকালীন প্ৰতিপুষ্টি সাধনৰ (Immediate

feed back) প্ৰতিক্ৰিয়াসমুহ জানিবলৈ অনুমতি দিয়ে। শিক্ষণ যন্ত্ৰটো এটা স্বয়ংক্ৰিয় যন্ত্ৰ যিয়ে প্ৰশ্নসমুহ উপস্থাপন কৰে, প্ৰতিক্ৰিয়াসমুহৰ অৰ্থ ডাঙি ধৰে আৰু ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ প্ৰতিক্ৰিয়াসমুহত থকা ভূলবোৰ জনাই দিয়ে।

১১ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ গেষ্টাল্ট শব্দটো এটা 'জার্মান' শব্দ যাৰ অৰ্থ হ'ল গঠন বা বহিৰাকৃতি।

১২ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ গেষ্টাল্ট মনোবৈজ্ঞানিক সকল হ'ল - কোফকা, ক'হলাৰ, ৱাৰ্থিমাৰ।

১৩ নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ শিক্ষণৰ অন্তৰ্দৰ্শন তত্ত্ব মানে হ'ল - সামগ্ৰীক ৰূপ বা আন কোনো সমস্যাৰ অংশ বিশেষৰ মাজৰ সম্বন্ধৰ অনুভাৱেই হ'ল অন্তৰ্দৰ্শন। যেতিয়া বস্তু এটা সামগ্ৰীৰ ৰূপত গ্ৰহণ কৰা হয় তেতিয়া অন্তৰ্দৰ্শন সম্ভৱ হয়। কোনো প্ৰচেষ্টা বা ভূল নকৰাক আকষ্মিক ভাৱে বিজুলীৰ চমকনিৰ দৰে সমস্যা সমাধানৰ উপায় মনলৈ আহে।



১০.১১ আৰ্হি প্ৰশ্ন

(ক) চুটি প্ৰশ্ন (১৫০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ সংযোগবাদ বুলিলে কি বুজে? ব্যাখ্যা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ পৰম্পৰাগত অনুবন্ধন তত্ত্বটো কোনে আৱিষ্কাৰ কৰিছিল? এই তত্ত্বটোৰ মৌলিক ধাৰণা কি আছিল

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ সংযোগবাদ তত্ত্বৰ শৈক্ষিক তাৎপৰ্য কি? ব্যাখ্যা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ আচৰণবাদী তত্ত্ব বুলিলে কি বুজে? এই দিশৰ সীমাবদ্ধতাসমূহ কি কি?

প্ৰশ্ন নং ৫ ঃ অন্তদৰ্শন শিকন বুলিলে কি বুজে? সংজ্ঞানাত্মক শিকনৰ মুখ্য বৈশিষ্ট্যসমূহ কি কি?

(খ) ৰচনাধৰ্মী প্ৰশ্ন (৩০০-৫০০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ সংযোগবাদ তত্ত্বটো ব্যাখ্যা কৰক। ইয়াৰ সীমাবদ্ধতাসমূহ আলোচনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ পৰম্পৰাগত আৰু কাৰ্য্যাত্মক অনুবন্ধনবাদৰ মাজত কি কি পাৰ্থক্য আছে?

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ শিক্ষাতত্ত্বত ষ্কিনাৰৰ ৰৱঙনিসমূহ ব্যাখ্যা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ অন্তদৰ্শন শিকন মানে কি? উদাহৰণসহ শ্ৰেণীকোঠাত ইয়াৰ প্ৰয়োগ ব্যাখ্যা কৰক।

অধ্যায় ১১ ঃ স্মৃতি আৰু বিস্মৃতি

অধ্যায় গাঁথনি

১১.১ উদ্দেশ্য
১১.২ পৰিচয়
১১.৩ স্মৃতি আৰু ইয়াৰ অর্থ
১১.৪ স্মৃতিৰ উপাদান
১১.৫ উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণ সমূহ
১১.৬ স্মৃতিৰ প্রকাৰ
১১.৭ কম আয়াসতে মনত ৰখাৰ পদ্ধতি
১১.৮ বিস্মৃতি
১১.৯ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ
১১.১০ অধিক জানিবলৈ
১১.১১ অগ্রগতিৰ খতিয়ান
১১.১২ আৰ্হি প্রশ্ন

১১.১ উদ্দেশ্য

এই অধ্যায়টি অধ্যয়ন কৰি আপুনি—

- স্মৃতিৰ অর্থৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰিব পাৰিব।
- শিকনত স্মৃতিৰ প্রয়োজনীয়তাৰ বিষয়ে বিশ্লেষণ কৰিব পাৰিব।
- স্মৃতিৰ উপাদানসমূহৰ বিষয়ে জানিব পাৰিব।
- উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণসমূহ চিনাক্ত কৰিব পাৰিব।
- স্মৃতিৰ বিভিন্ন প্রকাৰ সমূহৰ বিষয়ে জানিব পাৰিব।
- কম আয়াসতে মনত ৰখাৰ পদ্ধতিসমূহৰ বিষয়ে জানিব পাৰিব।
- বিস্মৃতি আৰু বিস্মৃতিৰ বিভিন্ন কাৰণসমূহৰ বিষয়ে জানিব পাৰিব।

১১.২ পৰিচয়

এই অধ্যায়টোৱে আমাক মানুহৰ মানসিক কার্য্যকলাপৰ ভিতৰত এটা অতি দৰকাৰী ধাৰণাৰ লগত চিনাকী কৰি দিব। সেয়া হ'ল - স্মৃতি আৰু বিস্মৃতি। কাৰণ মানুহ এজনৰ ফলপ্রসূ জীৱন নির্বাহৰ বাবে স্মৃতি আৰু বিস্মৃতি দুয়োটাই একেবাৰে নিতান্তই প্রয়োজনীয়।

মনোবৈজ্ঞানিক দিশৰ পৰা য়েতিয়া ব্যক্তি এজনে শিক্ষণীয় বিষয়সমূহ শিকে তেতিয়া মনোবৈজ্ঞানিক তত্ত্ব কেইটামান কথাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিব লাগে, যেনে -

(ক) তেওঁ কি পদ্ধতিৰে শিক্ষণীয় বিষয়সমূহ আয়ত্ত কৰিছে।

(খ) তেওঁ শিকা কথাবিলাক কিমান পুনঃ স্মৰণ কৰিব পাৰিছে, আৰু

(গ) কিমানখিনি পাহৰি গৈছে।

শিক্ষা অভিজ্ঞতাক মনত ৰাখি প্ৰয়োজন অনুযায়ী তাক পুনৰায় প্ৰয়োগ কৰিব পৰাৰ ওপৰতেই শিক্ষাৰ সাৰ্থকতা নিৰ্ভৰ কৰে। অধ্যায়টোৱে সামৰি লোৱা দিশসমূহ হ'ল- স্মৃতিৰ অৰ্থ, স্মৃতিৰ উপাদান আৰু প্ৰকাৰ, স্মৃতি শক্তিৰ উন্নতি কৰিব পাৰিনে নোৱাৰি, উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণসমূহ, বিস্মৃতিৰ অৰ্থ আৰু ইয়াৰ বিভিন্ন কাৰণসমূহ।

১১.৩ স্মৃতি- ইয়াৰ অৰ্থ

স্মৃতি আমাৰ মানসিক জীৱনৰ এক বিশিষ্ট অভিজ্ঞতা আমি যি শিকো, অভিজ্ঞতাৰ পৰা আমি যি আহৰণ কৰো অথবা আমি কোনো এটা বিশেষ মূহুৰ্তত যি অনুভৱ কৰিছিলো অথবা ভাবিছিলো এই সকলোবোৰেই আমি মনত ৰাখো। স্মৃতি আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনত সাধাৰণভাৱে ব্যৱহাৰ কৰা এটা শব্দ। স্মৃতি হ'ল ঈশ্বৰ প্ৰদত্ত এটি আপুৰুগীয়া মানসিক ক্ষমতা। বাস্তৱ জীৱনৰ কঠিন সমস্যাবোৰ সমাধান কৰিবৰ বাবেও অতীত অভিজ্ঞতাৰ স্মৃতিৰ প্ৰয়োজন হয়। অতীত অভিজ্ঞতাক অবিকল বৰ্তমানত পুনৰুদ্ৰেক কৰাৰ যি মানসিক শক্তি সেয়াই হল স্মৃতি শক্তি।

স্মৃতিৰ ধাৰণাক স্পষ্ট কৰি তুলিব পৰা কেইজনমান বিশিষ্ট মনোবিজ্ঞানীয়ে দিয়া অৰ্থপূৰ্ণ সংজ্ঞা তলত দিয়া হল -

উডৱৰ্থ আৰু মাৰ্কুইচৰ (Woodworth & Marquis) মতে পূৰ্বে শিকা কথা পুনঃ স্মৰণ কৰাতেই স্মৃতি নিহিত থাকে। এই কথা কোৱা ভাল যে স্মৃতি পূৰ্বে শিকা বিষয়ৰ অভিজ্ঞতা, সংৰক্ষণ আৰু পুনঃ স্মৰণ কৰা কাৰ্য্যতেই নিহিত হৈ থাকে।

ইংলেণ্ডৰ বিখ্যাত মনোবৈজ্ঞানিক উইলিয়াম মেকডুগেলে (William Macdougall) স্মৃতিৰ সংজ্ঞা দি কয় যে সীমিত অৰ্থত স্মৃতি বা স্মৰণ প্ৰক্ৰিয়াই পূৰ্ব্বৰ অভিজ্ঞতাক কল্পনা কৰাৰ কথা বুজায়।

১১.৪ স্মৃতিৰ উপাদানসমূহ

স্মৃতি এক জটিল মানসিক শক্তি আৰু ইয়াক বিশ্লেষণ কৰিলে ইয়াৰ ভিতৰত কেইটামান মানসিক প্ৰক্ৰিয়া সোমাই থকা দেখা যায়। যথা -

(ক) **শিকন** (Learning) ঃ- শিক্ষা লাভ কৰাটো স্মৃতিৰ প্ৰথম পৰ্যায়। যি বিষয়ত আমাৰ কোনো অভিজ্ঞতা লাভ হোৱা নাই তেনে বিষয়ৰ স্মৰণ কেতিয়াও সম্ভৱ হ'ব নোৱাৰে। কিয়নো কোনো কথা মনত ৰাখিবলৈ হ'লে সেই কথাটো প্ৰথমতে শিকি মনৰ মাজত তাক মূদ্ৰিত কৰি ৰাখিব লাগিব। কোনোদিন নপঢ়া কবিতা এটা মুখস্থ মতা বা কেতিয়াও লগ নোপোৱা এজন মানুহক চিনি পোৱাটো সম্ভৱ নহয়।

(খ) **সংৰক্ষণ** (Retention) ঃ- স্মৃতিৰ দ্বিতীয় উপাদানটো হ'ল সংৰক্ষণ। আমি আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনত যি শিক্ষা বা অভিজ্ঞতা আহৰণ কৰো সেই অভিজ্ঞতা আৰু শিক্ষাক মনৰ মাজত সযতনে সংৰক্ষণ কৰি ৰাখো। যিজন ব্যক্তিয়ে তেওঁ আহৰণ

কৰা অভিজ্ঞতাসমূহ বেছি দিনলৈ মনত ধাৰণ কৰি ৰাখিব পাৰে তেওঁকেই ভাল স্মৃতিৰ গৰাকী বুলি কোৱা হয়।

ব্যক্তি বিশেষে ধাৰণা বা সংৰক্ষণ কৰিব পৰা ক্ষমতা বেলেগ বেলেগ। কোনো এজন ব্যক্তিৰ সংৰক্ষণ ক্ষমতা নির্ভৰ কৰে তেওঁৰ মন, স্বাস্থ্য, অভিৰুচি, চিন্তা আৰু যুক্তিৰ ওপৰত।

(গ) **পুনঃস্মৰণ** (Recall) ঃ- স্মৃতিৰ তৃতীয়টো উপাদান হ'ল পুনঃস্মৰণ। পুনঃস্মৰণৰ বাবে শিক্ষণ আৰু সংৰক্ষণৰ প্রয়োজন। অতীত অভিজ্ঞতাৰ সাঁচ মনত যিমানে গভীৰ আৰু স্পষ্ট হয়, সেই অভিজ্ঞতাৰ পুনঃ স্মৰণো সিমানে সহজ হয়। ব্যক্তিৰ বুদ্ধি, বৃত্তি আৰু সুস্থ মানসিক সংগঠন শক্তিৰ ওপৰত নির্ভৰ কৰে।

(ঘ) **প্রত্যাভিজ্ঞা** (Recognition) ঃ- স্মৃতিৰ চতুর্থ উপাদানটো হ'ল প্রত্যাভিজ্ঞা। ইন্দ্রিয়গ্রাহ্য অৱস্থাত থকা কোনো বস্তু বা বিষয়ক পূর্ব অভিজ্ঞতাৰ সহায়েৰে চিনাক্ত কৰা কার্যই হৈছে প্রত্যাভিজ্ঞা। আগতে জনা কোনো ব্যক্তিৰ নাম মনত পেলাবলৈ যিমান কষ্ট হয়, কেইটামান নাম দি তাৰ ভিতৰত সেই ব্যক্তিজনৰ নাম চিনাক্ত কৰিবলৈ দিলে চিনাক্ত কৰাটো সিমান কষ্টকৰ নহয়। পুনঃ স্মৰণতকৈ প্রত্যাভিজ্ঞা কার্য সহজ।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ১ ঃ স্মৃতি মানে কি ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ২ ঃ স্মৃতিৰ উপাদানৰ বিষয়ে চমুকৈ লিখক।

.....

.....

১১.৫ উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণ

যেতিয়া কোনো ব্যক্তি এজনে অতীতত শিকা কোনো কথা বহুদিনলৈ মনত ৰাখিব পাৰে তেওঁৰ স্মৃতি শক্তি প্রখৰ বুলি কোৱা হয়। মনোবৈজ্ঞানিক সকলৰ মতে উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণ কেইটা হ'ল -

- যি ব্যক্তিৰ স্মৃতিশক্তি প্রখৰ তেওঁ কোনো বিষয় সহজে আৰু কম বয়সতে আয়ত্ত কৰিব পাৰে। যিবিলাকৰ স্মৃতি দূর্বল, কোনো বিষয় আয়ত্ত কৰিবৰ বাবে তেওঁলোকৰ বেছি কষ্ট হয় আৰু অধিক সময়ৰ প্রয়োজন হয়।

- উত্তম স্মৃতিৰ লোকসকলে অতীতত আহৰণ কৰা অভিজ্ঞতাবিলাক অধিক সময়ৰ বাবে মনত ধৰি ৰাখিব পাৰে।
- উত্তম স্মৃতিৰ লোকসকলে অতীত অভিজ্ঞতাক দ্রুতভাৱে যথাযথ পুনঃ স্মৰণ কৰিব পাৰে।
- কম সময়তে সঠিকভাৱে চিনাক্ত কৰিব পৰাটোও উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণ।
- উত্তম স্মৃতিৰ গৰাকীসকলে আগতে শিকা কোনো কথা নির্দিষ্ট প্রসঙ্গত সঠিকভাৱে, সঠিকসময়ত, সঠিক ঠাইত প্রয়োজন সাপেক্ষে সৎব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে।

১১.৬ স্মৃতিৰ প্রকাৰ

স্মৃতি বিভিন্ন প্রকাৰৰ। চমুকৈ এই বিভিন্ন প্রকাৰসমূহৰ বিষয়ে বর্ণনা কৰা হ'ল -

- **অভ্যাস স্মৃতি আৰু প্রকৃত স্মৃতি** (Habit Memory & True Memory) ঃ বাৰে বাৰে অনুশীলন কৰি অভ্যাসৰ দ্বাৰা কোনো এটা বিষয় পুনঃ স্মৰণ কৰাৰ যি স্মৃতি তাকেই অভ্যাস স্মৃতি বোলা হয়। এইবিধ স্মৃতিৰ বাবে বিষয়বস্তু বুজাৰ কোনো প্রয়োজন নহয়। উদাহৰণ স্বৰূপে - অর্থ নুবুজাকৈ বাৰে বাৰে পঢ়ি কবিতা মুখস্থ কৰা। আনহাতে বাৰে বাৰে অনুশীলন কৰি অভ্যাস গঠন নকৰাকৈ স্বতন্ত্রভাৱে শিক্ষণীয় বিষয়ৰ মতে অর্থৰ উপলব্ধি আৰু মানসিক প্রচেষ্টাৰে যি প্রতিৰূপ মনত গঢ়ি তোলা হয় তাকেই প্রকৃত স্মৃতি বোলা হয়।
- **মুখস্থ স্মৃতি আৰু যুক্তিসংগত স্মৃতি** (Rote Memory & Logical Memory) ঃ শিকাৰ সময়ত বিষয়বস্তুৰ কোনো অর্থ বুজিবলৈ চেষ্টা নকৰাকৈ বাৰে বাৰে আওৰাই মনত ৰখা শক্তিকে মুখস্থ স্মৃতি বোলে। বস্তুৰ নাম, ব্যক্তিৰ নাম, গাড়ীৰ নম্বৰ ছাত্র-ছাত্রীসকলে সাধাৰণতে গানিতীক তালিকাসমূহ মনত ৰখা কার্যই মুখস্থ স্মৃতিৰ ভিতৰত পৰে।

  আনহাতে নিজৰ বিচাৰ-বুদ্ধি, যুক্তি আদি প্রয়োগ কৰি বিষয়বস্তুৰ অর্থ সম্যকভাৱে উপলব্ধি কৰাৰ ফলত মনত ৰাখি স্মৰণ কৰিব পৰাটোৱেই যুক্তিসংগত স্মৃতি। কোনো কথা বুজি শিকিবলৈ চেষ্টা কৰি মনত ৰখা কার্যত এই স্মৃতিৰ প্রয়োজন হয়। সেইকাৰণে বিষয়বস্তুৰ জ্ঞান অধিক স্থায়ী হয়।
- **তৎকালীন স্মৃতি আৰু দীর্ঘকালীন স্মৃতি** (Immediate Memory & Permanent Memory)ঃ অভিজ্ঞতা আহৰণ আৰু পুনঃস্মৰণৰ মাজত খুব কম সময় ব্যৱধান ৰাখি তাক পুনৰুদ্রেক কৰিব পৰা স্মৃতিক তৎকালীন স্মৃতি বোলে। উদাহৰণ স্বৰূপে - ছাত্র-ছাত্রীয়ে প্রায়ে পৰীক্ষাৰ আগত খুব কষ্টেৰে অধ্যয়ন কৰে আৰু তাকেই পৰীক্ষাত পুনৰুত্থাপন কৰে। কিন্তু পৰীক্ষাৰ কেইমাহমানৰ পিছত তেওঁলোকে তাৰ এটা অংশহে মনত ৰাখিবলৈ সক্ষম হয়। কিন্তু দীর্ঘকালীন স্মৃতিৰ ক্ষেত্রত শিক্ষণ আৰু তাৰ পুনৰ প্রয়োগৰ মাজত যথেষ্ট সময়ৰ ব্যৱধান থাকে। সেয়েহে, দীর্ঘকালীন স্মৃতিক আটাইতকৈ উপযোগী স্মৃতি বুলি কোৱা হয়।



জানি থোৱা ভাল

- স্মৃতি হৈছে অতীত জীৱনৰ পৰা পোৱা মগজুত সংহিত অভিজ্ঞতা আৰু উদ্দেশ্যৰ লক্ষ্যত উপনীত হ'বৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় সময়ত মনত পৰা এক কৌশল।
- স্মৃতিৰ চাৰিটা উপাদান হ'ল - শিকন, সংৰক্ষণ, পুনঃস্মৰণ আৰু প্ৰত্যাভিজ্ঞতা।
- শিকনৰ অবিহনে মনত ৰখা সম্ভৱ নহয়।
- পুনঃস্মৰণতকৈ প্ৰত্যাভিজ্ঞতা সহজ।
- স্মৃতি বিভিন্ন প্ৰকাৰৰ যেনে - অভ্যাস স্মৃতি, প্ৰকৃত স্মৃতি, যান্ত্ৰিক স্মৃতি, যুক্তিসংগত স্মৃতি, তৎকালীন আৰু দীৰ্ঘকালীন স্মৃতি।
- ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলে যাতে কোনো বিষয় এটা আয়ত্ত কৰোঁতে নিজৰ বিচাৰ বুদ্ধিৰে মনত ৰাখে তাৰ প্ৰতি শিক্ষকে লক্ষ্য ৰাখিব লাগে।



অগ্ৰগতি নিৰীক্ষণ

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণ চাৰিটা লিখক ।

.....

.....

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ পুনস্মৰণতকৈ প্ৰত্যাভিজ্ঞা সহজনে?

.....

.....

প্ৰশ্ন নং ৫ ঃ বৰ্ণনা কৰক ঃ

(ক) মুখস্থ স্মৃতি আৰু যুক্তিসংগতমূলক স্মৃতি।

.....

.....

(খ) তৎকালীন স্মৃতি আৰু দীৰ্ঘকালীন স্মৃতি।

.....

.....

১১.৭ কম আয়াসতে মনত ৰখাৰ পদ্ধতি

কোনো কথা সহজে মনত ৰাখিবলৈ মনোবিজ্ঞানীসকলে কিছুমান পদ্ধতিক আঙুলিয়াই দিছে। কিছুমান মনোবৈজ্ঞানিকৰ মতে স্মৃতি হ'ল জন্মগত। উইলিয়াম জেমছৰ (Willam James) মতে সহজাত সংৰক্ষণ ক্ষমতা হ'ল এটা দৈহিক ক্ষমতা আৰু ই জন্মগত গুন, যি অপৰিবর্তনীয়। অৱশ্যে, সাধাৰণভাৱে ইয়াক কব পাৰি যে কম আয়াসতে শিকিবলৈ আৰু সেই শিক্ষা দীর্ঘকাল ধৰি মনত ৰাখিবলৈ হলে আমি তলত উল্লেখ কৰা কথাকেইটাৰ প্ৰতি সচেতন হব লাগিব-

- বিশ্লেষনমূলক শিক্ষাদান পদ্ধতিৰ প্ৰয়োগ ঃ বিষয়বস্তু ভালকৈ বিশ্লেষণ কৰি তাৰ অর্থ স্পষ্টকৈ বুজি লব পাৰিলে সেই জ্ঞান বহুদিনলৈ মনত সংৰক্ষণ কৰাটো ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ পক্ষে সম্ভৱ হয়।
- পূর্ব জ্ঞান (Previous Knowledge) ঃ শ্ৰেণী পৰিবেশত শিক্ষকে নতুন পাঠ প্ৰদান কৰাৰ বাবে ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলৰ পূর্বৱর্তী অভিজ্ঞতা সজীৱ কৰি তোলা উচিত। তেতিয়াহে ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলৰ বাবে নতুন শিক্ষণীয় বিষয়টো মনত ৰাখিবলৈ সুবিধা হয়।
- মানসিক সুস্বাস্থ্য (Good Mental Health) ঃ কোনো অভিজ্ঞতাৰ স্মৃতিক সজীব কৰি ৰাখিবলৈ সুস্থ মন এটাৰ প্ৰয়োজন। ৰোগমুক্ত, সুস্থ আৰু বলিষ্ঠ মন এটাইহে ভালদৰে প্ৰতিৰূপক সংৰক্ষণ কৰিব পাৰে।
- আগ্ৰহ (Interest) ঃ কোনো বিষয়ৰ স্মৃতি সংৰক্ষণৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় মানসিক অৱস্থা হৈছে আগ্ৰহ। গভীৰ আগ্ৰহেৰে শিকা কথা আমাৰ মনত বহুদিনলৈ থাকে।
- শিকাৰ প্ৰতি ইচ্ছাশক্তি (Will Power to Learn) ঃ ইচ্ছাশক্তিয়েই হ'ল স্মৃতিৰ প্ৰাণ শক্তি। গতিকে শিক্ষাৰ ক্ষেত্ৰত ছাত্ৰৰ ইচ্ছাশক্তি জগাই তুলিবলৈ যত্নপৰ হব লাগে। মনৰ ইচ্ছাশক্তিয়ে অসম্ভৱ ক্ৰিয়াকো সম্ভৱ আৰু কঠিন কামকো সহজ কৰি তোলে।
- শিকনৰ পুনৰাবৃত্তি (Repetition in Learning) ঃ শিকা কথা বহুদিনলৈ মনত ৰাখিবলৈ হলে পুনৰাবৃত্তি আৰু চর্চাৰ প্ৰয়োজন। সেয়েহে ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলক শিক্ষণীয় বিষয়টো পুনৰাবৃত্তি আৰু অনুশীলন কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰিব লাগে। গতিকে শিকোৱা বিষয়ৰ পুনৰাবৃত্তিৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিব লাগে।
- সক্ৰিয় পদ্ধতি (Active Method) ঃ শিকাৰ সময়ত দেহ আৰু মন সক্ৰিয় হৈ থাকিলে বিষয়বস্তু ভালকৈ বুজা আৰু স্মৃতি সংৰক্ষণ কৰাত সহজ হয়। গতিকে শিক্ষা গ্ৰহণৰ সময়ত ছাত্ৰ-ছাত্ৰীক সক্ৰিয় কৰি ৰখাৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰিব লাগে।
- জিৰণি (Rest) ঃ স্মৃতি সংৰক্ষণ কৰাৰ বাবে জিৰণিৰ প্ৰয়োজন। ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলে পঢ়ি থকাৰ সময়ত মাজে মাজে বিৰতি লাগে তেওঁলোকৰ মনৰ পৰা ভাগৰ আৰু বিৰক্তিৰ ভাব নাইকিয়া হয় আৰু শিক্ষণীয় বিষয় অধিক মনোগ্ৰাহী হৈ উঠে।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৬ঃ মনত ৰখাৰ বাবে জিৰণিৰ প্রয়োজননে? যদি হয়, তেন্তে কাৰণ দর্শাওক।

.....

.....

প্রশ্ন নং ৭ঃ কোনো বস্তু মনত ৰখাৰ বাবে মানসিক সুস্বাস্থ্য আৰু আগ্রহ কিয় দৰকাৰী বাখ্যা কৰক।

.....

.....



চিন্তা চর্চা কৰক ১১.১

স্মৃতি শক্তিৰ উন্নতি কৰিবলৈ বিষয়বস্তুৰ ব্যৱহাৰিক জ্ঞানে কেনেকৈ সহায় কৰে। বাখ্যা কৰক।

.....

.....

১১.৮ বিস্মৃতি

বিস্মৃতি হ'ল স্মৃতিৰ বিপৰীত গুণ। অতীত অভিজ্ঞতাক যেতিয়াই আমি বর্তমানত পুনঃ স্মৰণ কৰাৰ বাবে অক্ষম হওঁ তেতিয়াই তাক আমি পাহৰা বুলি কওঁ। আমি আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনত বিভিন্ন অভিজ্ঞতা আহৰণ কৰোঁ। কিন্তু প্রতিটো অভিজ্ঞতাকেই মনত ৰখাৰ প্রয়োজনীয়তা আমাৰ নাথাকে। আমাৰ জীৱনত স্মৃতি আৰু বিস্মৃতি দুয়োটাৰে প্রয়োজন। প্রয়োজনীয় কথা সংৰক্ষণ সম্ভৱ হ'বলৈ অনাৱশ্যকীয় বহু কথা পাহৰণিৰ যোগে চেতন মনৰ পৰা আঁতৰাব লাগিব। গতিকে সকলো পুৰণা অভিজ্ঞতাই চেতন মনত ঠাই অধিকাৰ কৰি থাকিলে অভিজ্ঞতাৰ সাঁচ চেতন মনত সংৰক্ষণৰ সুবিধাই নহ'ব। তলত বিস্মৃতিৰ কেইটামান সংজ্ঞা উল্লেখ কৰা হ'ল-

- জন আদামছে (John Adams) মত প্রকাশ কৰে যে - " প্রকৃত শিক্ষণ হৈছে এক যুক্তিযুক্ত বিস্মৃতিকৰণ কার্য্য বিশেষ "। (True learning is judicious forgetting)
- মনোবিদ নৰমান এল. মানে (Norman L. Mann) সংজ্ঞা দি কয় যে - " বিস্মৃতি হৈছে পূর্বৰ শিক্ষা অভিজ্ঞতাৰ স্থায়ী বা অস্থায়ীৰূপত পুনঃস্মৰণ বা প্রত্যভিজ্ঞা কৰা

ক্ষমতাৰ ক্ষতিসাধন হোৱা কার্য্য " (Forgetting is the loss, permanent or temporary, of the ability to recall or recognise something learnt earlier)

- জেমচ দ্রেভাৰে (James Drever) কৈছে যে - " বিস্মৃতিৰ অর্থ হৈছে যিকোনো সময়ত চেষ্টা কৰিও অভিজ্ঞতাৰ পুনঃ স্মৰণ কৰাত অথবা পূর্বে শিকা কার্যক সম্পাদন কৰাত ব্যর্থ হোৱা অৱস্থা "। (Forgetting means failure at any time to recall an experience when attempting to do so, or to perform an action previously learned.)

বিস্মৃতিৰ বৈশিষ্টসমূহ (Characteristics of Forgetting) ঃ

বিস্মৃতিৰ কেইটামান চাৰিত্রিক বৈশিষ্ট নিম্নলিখিতভাবে উল্লেখ কৰিব পাৰি -

- অতীত অভিজ্ঞতাক পুনঃ স্মৰণ কৰা অক্ষমতাই হ'ল বিস্মৃতি।
- স্মৃতিৰ নিচিনাকৈ বিস্মৃতিও হ'ল এক মানসিক পর্য্যায়।
- স্মৃতিৰ বাবেও বিস্মৃতিৰ প্রয়োজন।
- শিক্ষণৰ অন্তত তাৰ প্রথম সময়খিনিতেই বিস্মৃতিৰ সর্বাধিক প্রভাৱ পৰে।
- জিৰণিৰ অৱস্থাতকৈ কর্ম ব্যস্ত অৱস্থাত বিস্মৃতিৰ অধিক প্রভাৱ পৰে।

বিস্মৃতিৰ কাৰণসমূহ (Causes of Forgetting) ঃ

মনোবিজ্ঞানীসকলে বিভিন্ন ধৰণৰ গৱেষণা কৰি তলত উল্লেখ কৰা কাৰণসমূহক বিস্মৃতিৰ প্রধান কাৰণ হিচাপে আঙুলিয়াই দিছে-

- **আগ্রহৰ অভাৱ** (Lack of Interest) ঃ শিক্ষণৰ প্রতি থকা গভীৰ আগ্রহে স্মৰণ কৰাত বিশেষ সহায় কৰে। ইয়াৰ অভাৱ হলে স্মৃতি দূর্বল হৈ পৰে আৰু আমি কথাবোৰ ভালদৰে মনত পেলাব নোৱাৰো। সেইকাৰণে শিক্ষকে শ্রেণীত শিক্ষাদান কৰোতে ছাত্র-ছাত্রীসকলৰ আগত মনোগ্রাহীকৈ পৰিবেশন কৰিব লাগে যাতে তেওঁলোকে বিষয়বস্তু সমূহ ভালকৈ মনত ৰাখিব পাৰে।
- **বার্দ্ধক্য** (Old Age) ঃ যিমানেই আমি বার্দ্ধক্যৰ ফালে আগবাঢ়ি যাওঁ, সিমানেই আমাৰ স্মৃতি শক্তি কমিবলৈ ধৰে। বৃদ্ধ অৱস্থাত মানুহৰ স্নায়ুতন্ত্র দূর্বল হয় আৰু তাৰ ফলত স্মৃতি শক্তি কমি যায়।
- **মস্তিস্কৰ আঘাত** (Brain Injury) ঃ মস্তিস্কৰ যি অংশত স্মৃতি সম্বন্ধীয় ক্রিয়া সম্পাদিত হয় সেই অংশ আঘাত পাই ক্ষতিগ্রস্ত হলে স্মৃতি স্থায়ী বা অস্থায়ীভাৱে হেৰুৱাবলগীয়া হ'ব পাৰে। এনে অৱস্থাত অতীতৰ ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা, নাম ঠিকনা আদিও পাহৰি যোৱা যায়।
- **সময়ৰ ব্যৱধান** (Lapse of Time) ঃ সাধাৰণতে সময়ৰ ব্যৱধান বেছি হলে অতীতৰ অভিজ্ঞতা বিলাক মনত পেলোৱাটো জটিল হৈ পৰে।
- **চর্চাৰ অভাৱ** (Lack of Practice) ঃ যিকোনো অভিজ্ঞতা বাৰে বাৰে চর্চা

কৰিলেহে তাৰ স্মৃতি ছাপ শক্তিশালী হয় আৰু তেতিয়াহে ব্যক্তিয়ে তাক দীৰ্ঘদিনৰ কাৰণে সংৰক্ষণ কৰি ৰাখিব পাৰে। অভিজ্ঞতা লাভৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰয়োজনীয় চৰ্চাৰ অভাৱ হলে সেই অভিজ্ঞতা পাছত মনত পেলোৱাটো কঠিন হৈ পৰে।

- **আবেগ জনিত প্ৰতিৰোধ** (Emotional Blocking) ঃ দুখ, ভয়, খং, আদি আবেগৰ আতিশয্য কাৰণে মানুহে বহু কথা পাহৰে। অতিপাত খং, ঘৃণা আদিযে . মনত উত্তেজনাৰ ভাৱ সৃষ্টি কৰি বহু কথা পাহৰি যায়।
- **পশ্চাদমূখী প্ৰতিৰোধ** (Retro-active Inhibition) ঃ যেতিয়া আমি কোনো এটা বিষয় শিকাৰ ঠিক পিছতেই আন এটা বিষয় শিকিবলৈ যাওঁ, দ্বিতীয় বিষয়টোৱে প্ৰথমে শিকা বিষয়টোৰ বেছিভাগ কথাই পাহৰাই দিয়ে। ইয়াকে পশ্চাদমুখী প্ৰতিৰোধ বোলে। সেয়ে, স্মৃতিৰক্ষাৰ বাবে শিক্ষণীয় বিষয়ৰ মাজত সময়ৰ ব্যৱধান থকাটো বাঞ্ছনীয়।
- **অৱদমন** (Repression) ঃ মনত অশান্তি সৃষ্টি কৰা অভিজ্ঞতাৰ স্মৃতিক আমি মনত ৰাখিবলৈ নিবিচাৰোঁ। আমি ইচ্ছা কৰি পাহৰিবলৈ চেষ্টা কৰাৰ কাৰণে তেনেবোৰ অভিজ্ঞতাৰ স্মৃতি আমাৰ চেতন মনৰ পৰা অচেতন মনত ঠাই লয়। গতিকে অৱদমনো বিস্মৃতিৰ এটা কাৰণ।
- **মাদক দ্ৰব্য সেৱন** (Use of Drugs) ঃ মদ, ভাং, কানি আদি নিচালগা বস্তু অধিক পৰিমাণে ব্যৱহাৰ কৰিলে মস্তিষ্ক আৰু স্নায়ু দুৰ্বল হয়। ইয়াৰ ফলত সাময়িক ভাৱে হলেও স্মৃতি লোপ পায়।



জানি থোৱা ভাল

- অতীত অভিজ্ঞতাৰ পুনঃ স্মৰণৰ বাবে অক্ষম হলেই আমি পাহৰা বুলি কওঁ।
- বিস্মৃতি হৈছে মনৰ স্মৃতি ৰক্ষাৰ সহায়কাৰী এক প্ৰয়োজনীয় চৰ্ত বিশেষ।
- জিৰণিৰ অৱস্থাতকৈ কৰ্মব্যস্ত অৱস্থাত বিস্মৃতিৰ অধিক প্ৰভাৱ পৰে।
- স্মৃতি ৰক্ষাৰ বাবেও বিস্মৃতিৰ প্ৰয়োজন।
- যেতিয়া কোনো বস্তু শিকাৰ প্ৰতি আগ্ৰহ নেথাকে, তেতিয়াই পাহৰণিৰ সৃষ্টি হয়।
- কোনো কাৰণত মস্তিষ্ক আঘাতপ্ৰাপ্ত হলে ক্ষতিগ্ৰস্ত হৈ স্মৃতি বিলোপ হয়।
- এবাৰ কোনো বিষয় শিক্ষা লাভ কৰাৰ পিছত যদি তাৰ পুনৰবাৰ চৰ্চা নহয় তেনেহলে মানুহে পাহৰে।
- দুবিধ শিক্ষণীয় বিষয়ৰ মাজত যদি সময়ৰ ব্যৱধান কম হয় তেনেহলেও পাহৰণিৰ সৃষ্টি হয়।
- অৱদমনো হ'ল বিস্মৃতিৰ অন্য এটা কাৰণ। কেতিয়াবা আমি আমাৰ অপূৰণ ইচ্ছাবোৰক অচেতন মনলৈ ইচ্ছাকৃতভাৱে ঠেলি পঠিয়াওঁ।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৮ ঃ বিস্মৃতিৰ সংজ্ঞা দিয়ক ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৯ ঃ বিস্মৃতিৰ বিভিন্ন কাৰণসমূহ কি কি ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ১০ ঃ আগ্রহৰ অভাৱ আৰু বার্দ্ধক্যই কেনেকৈ বিস্মৃতিৰ সৃষ্টি কৰে বর্ণনা কৰক ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ১১ ঃ মস্তিষ্কত আঘাত পালে বিস্মৃতি হ'ব পাৰেনে ? কেনেকৈ ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ১২ ঃ পশ্চাদমুখী প্রতিৰোধ মানে কি ? ই কেনেকৈ স্মৃতি ৰক্ষাত বাধাৰ সৃষ্টি কৰে আৰু বিস্মৃতিত পৰিণত কৰে ?

.....

.....



চিন্তা চর্চা কৰক ১১.২

বিস্মৃতিৰ সংজ্ঞা দিয়ক ? বিস্মৃতিৰ ছয়টা কাৰণ লিখক ? সেইসমূহ আঁতৰাবলৈ আপোনাৰ পৰামর্শ আগবঢ়াওক ?

.....

.....

.....

.....

.....

স্মৃতি ৰক্ষাৰ বাবে উপযুক্ত আবেগিক অৱস্থা কিয় আৱশ্যক ?

.....

.....



১১.৯ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

- স্মৃতি হ'ল আমাৰ মগজুৰ এটা অতি জটিল মানসিক প্রক্রিয়া।
- অতীত অভিজ্ঞতাক বর্তমানত অবিকল পুনৰুদ্রেক কৰাৰ যি মানসিক শক্তি সেয়াই হ'ল স্মৃতিশক্তি।
- স্মৃতিৰ উপাদানসমূহ হ'ল - শিক্ষণ, সংৰক্ষণ, পুনঃস্মৰণ, প্রত্যভিজ্ঞা।
- উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণসমূহ হ'ল - দ্রুত শিক্ষাগ্রহণ, সংৰক্ষণৰ দীর্ঘস্থায়িত্ব, সঠিক পুনঃস্মৰণ আৰু কার্যকাৰিতা।
- স্মৃতি বিভিন্ন প্রকাৰৰ - অভ্যাস স্মৃতি, প্রকৃত স্মৃতি, যান্ত্রিক স্মৃতি, যুক্তিসংগত স্মৃতি, তৎকালীন আৰু দীর্ঘকালীন স্মৃতি।
- কম সময়ৰ ভিতৰত স্মৃতি শক্তিৰ উন্নতি কৰিব পৰা বিভিন্ন পদ্ধতি সমূহ হ'ল - পূর্বজ্ঞান, মানসিক সু-স্বাস্থ্য, শিকাৰ প্রতি আগ্রহ, জিৰণি, ছন্দৰ প্রয়োগ ইত্যাদি।
- বিস্মৃতি হ'ল স্মৃতিৰ বিপৰীত গুণ। অভিজ্ঞতাৰ মনত পুনৰুদ্রেক কৰাৰ অক্ষমতাই হ'ল বিস্মৃতি বা পাহৰণি।
- শিক্ষাৰ অন্তত প্রাথমিক সময়খিনিতেই বিস্মৃতিৰ সর্বাধিক প্রভাৱ পৰে।
- বিস্মৃতিৰ কিছুমান সম্ভাব্য কাৰণ এনেধৰণৰ- সময়ৰ ব্যৱধান, চর্চাৰ অভাৱ, বার্ধক্য, মাদক দ্রব্য সেৱন, অৱদমন, আবেগজনিত প্রতিৰোধ ইত্যাদি।



১১.১০ অধিক জানিবলৈ

১) বৰুৱা, যতীন ঃ শিক্ষাৰ মনোবিজ্ঞান ভিত্তিক অধ্যায়ণ। অৰুণ প্রকাশন, কলেজ হোষ্টেল ৰ'ড, গুৱাহাটী -১

২) শর্ম্মা, ড. মুকুল কুমাৰ ঃ (স্নাতক মহলাৰ) শিক্ষা মনোবিজ্ঞান আৰু পৰিসংখ্যা, ষ্টুডেন্টচ্ এম্পৰিয়াম, ডিব্রুগড়।



১১.১১ অগ্রগতিৰ খতিয়ান

১নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ সচেতন মনত অতীত অভিজ্ঞতা পুনৰ জাগৰণ হোৱা প্রতিক্রিয়াক স্মৃতি বুলি কোৱা হয়।

২নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ স্মৃতিৰ উপাদানসমূহ হ'ল-

- **শিক্ষণ** (Learning) ঃ স্মৃতিৰ বাবে সর্বপ্রথম আৰু সকলোতকৈ প্রয়োজনীয়

কথা হৈছে বিবেচ্য বিষয়ৰ শিক্ষা অভিজ্ঞতা লাভ কৰা। পূর্ব অভিজ্ঞতা নথকা কোনো কথাৰ স্মৃতি লাভ কৰাৰ প্রশ্ন উঠিব নোৱাৰে।

- **সংৰক্ষণ** (Retention) ঃ আমি জীৱনত বিভিন্ন বিষয়ৰ শিক্ষা লাভ কৰিয়েই ক্ষান্ত নেথাকো, সেই অভিজ্ঞতা আৰু শিক্ষা মনৰ মাজত সযতনে সংৰক্ষণ কৰি ৰাখো।
- **পুনঃস্মৰণ** (Recall) ঃ এসময়ত শিকা কোনো কথা মস্তিস্কই সংৰক্ষণ কৰাৰ পাছত তাক স্মৰণ কৰাটোকে পুনঃস্মৰণ বোলা হয়।
- **প্রত্যাভিজ্ঞা** (Recognition) ঃ প্রত্যাভিজ্ঞা হৈছে মনৰ এক অনুভৱ যাৰ যোগেদি পুনঃস্মৰণ কৰা অভিজ্ঞতা সম্বন্ধে পৰিচিত বা ঘনিষ্ঠতা লাভ কৰি উঠিব পৰা যায়।

৩নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ স্মৃতি প্রখৰতাৰ লক্ষণসমূহ হ'ল—

- বিষয়বস্তু সহজ আৰু দ্রুত আয়ত্তকৰণ।
- বিষয়বস্তু সংৰক্ষণৰ দীর্ঘস্থায়িত্ব।
- দ্রুত আৰু সঠিকভাবে পুনঃস্মৰণ কৰিব পৰা।
- ক্রিয়া উপযোগিতা।

৪নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ পুনঃস্মৰণতকৈ প্রত্যাভিজ্ঞা কার্য সহজ। আগতে জনা কোনো ব্যক্তিৰ নাম মনত পেলাবলৈ দিলে যিমান কষ্ট হয়, কেইটামান নাম দি তাৰ ভিতৰত সেই ব্যক্তিজনৰ নাম চিনাক্ত কৰিবলৈ দিলে চিনাক্ত কৰাটো সিমান কষ্টকৰ নহয়।

৫নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ (ক) মুখস্থ বা যান্ত্রিক স্মৃতি আৰু যুক্তিসংগত স্মৃতি (Rote Memory & Logical Memory) ঃ শিক্ষাকালত কোনো কথা বুজিবলৈ চেষ্টা নকৰাকৈ কেৱল যন্ত্রচালিতভাবে তাৰ স্মৃতি ৰক্ষা কৰাকে যান্ত্রিক স্মৃতি বুলি কেৱা হয়।

আনহাতে নিজৰ বিচাৰ, বুদ্ধি, যুক্তি আদি প্রয়োগ কৰি বিষয়বস্তুৰ অর্থ সম্যকভাবে উপলব্ধি কৰাৰ ফলত মনত ৰাখি স্মৰণ কৰিব পৰাটোৱেই যুক্তিসংগত স্মৃতি।

(খ) তৎকালীন স্মৃতি আৰু দীর্ঘকালীন স্মৃতি (Immediate Memory & Permanent Memory) ঃ কোনো বিষয় শিকাৰ অতি কম সময়ৰ ভিতৰতে স্মৰণ কৰিব লগা হলে , সেই স্মৃতিক তৎকালীন স্মৃতি বোলে। আনহাতে দীর্ঘকালীন স্মৃতিৰ ক্ষেত্রত শিক্ষণ আৰু তাৰ স্মৰণৰ মাজত সময়ৰ যথেষ্ট ব্যৱধান থাকে।

৬নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ স্মৃতি ৰক্ষাৰ বাবে জিৰণিৰ অতি দৰকাৰ। ক্লান্ত দেহ মনত শিক্ষণ অভিজ্ঞতাৰ প্রতিৰূপক সংৰক্ষণ কৰিব নোৱাৰি। দিনৰ কর্মব্যস্ততাৰ মাত্রা ৰাতিৰ টোপনিৰ যোগেৰে লোৱা জিৰণিতকৈ অধিক হয়।

৭নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ মানসিক সুস্বাস্থ্য আৰু শিক্ষণৰ বিষয়বস্তুৰ প্ৰতি আগ্ৰহ স্মৃতি ৰক্ষাৰ বাবে অতি দৰকাৰী। যদি ব্যক্তি এজন বেমাৰী হয় তেনেহ'লে শিক্ষণৰ কোনো বস্তুৰ প্ৰতি মনোযোগ দিব নোৱোৰে আৰু তাৰ ফলত ভালকৈ মনত ৰাখিব নোৱাৰে। আকৌ আগ্ৰহে আমাৰ মনত কোনো বস্তু সজীৱ আৰু সক্ৰিয় কৰি ৰাখে।

৮নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ আমাৰ অতীত অভিজ্ঞতাসমূহক পুনৰুদ্ৰেক কৰাৰ অক্ষমতাই হল বিস্মৃতি। জেমছ দ্ৰেভাৰৰ মতে - "বিস্মৃতিৰ অৰ্থ হৈছে যিকোনো সময়ত চেষ্টা কৰিও অভিজ্ঞতাৰ পুনঃ স্মৰণ কৰাত অথবা পূৰ্বে শিকা কাৰ্যক সম্পাদন কৰাত ব্যৰ্থ হোৱা অৱস্থা "।

৯নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ বিস্মৃতিৰ কাৰণ কিছুমান হ'ল- সময়ৰ ব্যৱধান, মস্তিষ্কৰ আঘাত, বাৰ্ধক্য, অবদমন, পশ্চাদমুখী প্ৰতিৰোধ, আবেগিক প্ৰতিৰোধ ইত্যাদি।

১০নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ মস্তিষ্কত আঘাত পালে বিস্মৃতি হ'ব পাৰে। কাৰণ মস্তিষ্কৰ এক বিশেষ অংশই স্মৃতিৰ কাম কৰে। সেই অংশ কোনো দুৰ্ঘটনাত আঘাতপ্ৰাপ্ত হলে ক্ষতিগ্ৰস্ত হৈ স্মৃতি বিলোপ হয়।

১১নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ শিক্ষা আহৰণ আৰু তাৰ স্মৃতি প্ৰয়োগ কৰা উভয় ক্ষেত্ৰতে আবেগৰ অনুকুল -প্ৰতিকুল প্ৰভাব থাকে। মৰম, আনন্দ, ভালপোৱা আদি অৱস্থাই শিক্ষা গ্ৰহণ আৰু স্মৃতি সংৰক্ষণত বিশেষ সহায় কৰে। সেইদৰে ভয়, খং, বিৰক্তি আদি অসুস্থ আবেগিক অৱস্থাই স্মৃতি কাৰ্যত প্ৰতিৰোধক ভূমিকা গ্ৰহণ কৰে।

১২নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ যেতিয়া আমি কোনো এটা বিষয় শিকাৰ ঠিক পিছতেই আন এটা বিষয় শিকিবলৈ যাওঁ দ্বিতীয় বিষয়টোৱে প্ৰথমে শিকা বিষয়টোৰ বেছিভাগ কথাই পাহৰাই দিয়ে। ইয়াকে পশ্চাদমুখী প্ৰতিৰোধ বোলে। সেয়েহে স্মৃতি ৰক্ষাৰ বাবে শিক্ষণীয় বিষয়ৰ মাজত ব্যৱধান থকাটো বাঞ্ছনীয়।



১১.১২ আৰ্হি প্ৰশ্ন

(ক) বস্তুধৰ্মী প্ৰশ্ন (৫০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ স্মৃতি মানে কি বুজে?

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ সংৰক্ষণ বুলিলে কি বুজে?

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ পুনঃস্মৰণ বুলিলে কি বুজে?

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ মুখস্থ বা যান্ত্ৰিক স্মৃতি আৰু যুক্তি সংগত স্মৃতি বুলিলে কি বুজে?

প্ৰশ্ন নং ৫ ঃ উত্তম স্মৃতিৰ লক্ষণ কি কি?

(খ) **চুটি প্ৰশ্ন** (১৫০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ স্মৃতিৰ আটাইতকৈ প্ৰয়োজনীয় দুটা উপাদানৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ উত্তম স্মৃতিৰ বৈশিষ্ট্যসমূহৰ বিষয়ে লিখক।

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ কম আয়সতে মনত ৰখা পদ্ধতি দুটাৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ মনত ৰাখিবৰ বাবে জিৰণিৰ প্ৰয়োজননে? যদি হয় তেন্তে কিয় প্ৰয়োজন?

প্ৰশ্ন নং ৫ ঃ ভাল স্মৃতিৰ বাবে মানসিক স্বাস্থ্য আৰু আগ্ৰহ কিয় দৰকাৰ হয়, ব্যাখ্যা কৰক।

(গ) **ৰচনাধৰ্মী প্ৰশ্ন** (৩০০-৫০০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ স্মৃতি বুলিলে কি বুজে? স্মৃতিৰ উপাদানসমূহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ উত্তম স্মৃতিৰ চাৰিটা লক্ষণৰ বিষয়ে উল্লেখ কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ স্মৃতিৰ বিভিন্ন প্ৰকাৰসমূহৰ বিষয়ে চমুকৈ আলোচনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ স্মৃতিক কেনেকৈ আৰু বেছি উন্নীত কৰিব পৰা যায়?

প্ৰশ্ন নং ৫ ঃ আমি কিয় পাহৰো? উদাহৰণৰ সৈতে বিস্মৃতিৰ বিভিন্ন কাৰণসমূহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।

অধ্যায় ১২ ঃ বুদ্ধি আৰু সৃজনশীলতা

অধ্যায় গাঁথনি

১২.১ উদ্দেশ্য

১২.২ পৰিচয়

১২.৩ বুদ্ধিৰ ধাৰণা আৰু সংজ্ঞা

- ১২.৩.১ বুদ্ধিৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ
- ১২.৩.২ বুদ্ধিৰ প্ৰকাৰ
- ১২.৩.৩ বুদ্ধি পৰীক্ষাৰ শ্ৰেণীবিভাগ
- ১২.৩.৪ বুদ্ধিৰ তত্ত্বসমূহ

১২.৪ সৃজনশীলতাৰ অৰ্থ আৰু ধাৰণা

- ১২.৪.১ সৃজনশীলতাৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ
- ১২.৪.২ বুদ্ধি আৰু সৃজনশীলতাৰ পাৰ্থক্য

১২.৫ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

১২.৬ অধিক জানিবলৈ

১২.৭ অগ্ৰগতিৰ খতিয়ান

১২.৮ আৰ্হি প্ৰশ্ন

১২.১ উদ্দেশ্য

এই অধ্যায়টি অধ্যয়ন কৰি আপুনি ঃ-

- বুদ্ধিৰ ধাৰণা লাভ কৰাৰ লগতে সংজ্ঞা নিৰূপণ কৰিব পাৰিব
- বুদ্ধিৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ চিনাক্ত কৰিব পাৰিব
- বুদ্ধিৰ বিভিন্ন প্ৰকাৰসমূহ চিনাক্ত কৰিব পাৰিব
- বুদ্ধি পৰীক্ষাৰ শ্ৰেণীবিভাগসমূহ জানিব পাৰিব
- বুদ্ধিৰ বিভিন্ন তত্ত্বসমূহ জানিব পাৰিব।

১২.২পৰিচয়

আমি ইতিমধ্যে মনোবিজ্ঞানৰ বিভিন্ন বিচাৰ্য বিষয়সমূহৰ বিষয়ে অধ্যয়ন কৰিলোঁ। এইবাৰ মনোবিজ্ঞানৰ এটা অতি দৰকাৰী উপাদান বুদ্ধিৰ বিষয়ে আলোচনা দাঙি ধৰা হ'ব। এই অধ্যায়টিত আমি বুদ্ধিৰ ধাৰণা, ইয়াৰ বৈশিষ্ট্য, ইয়াৰ বিভিন্ন প্ৰকাৰ আৰু পৰীক্ষাসমূহ , বিভিন্ন তত্ত্বসমূহ আমি অধ্যয়ন কৰিম -যাৰ বিষয়ে এই তত্ত্বসমূহে আমাক বুদ্ধি সম্পৰ্কে এক প্ৰকৃত অৰ্থ দাঙি

ধৰিব। বুদ্ধি হৈছে ব্যক্তিৰ সামগ্রিক বা জাগতিক ক্ষমতা যাৰ যোগেদি তেওঁ উদ্দেশ্যমূলকভাৱে কাম কৰিব পাৰে, যুক্তিযুক্তভাৱে চিন্তা কৰিব পাৰে আৰু পৰিৱেশৰ লগত উপযুক্তভাৱে আদান-প্রদান কৰিব পাৰে। ব্যক্তিৰ অনুভূতি, চিন্তা আৰু ক্রিয়া আচৰণৰ দিশত প্রভেদৰ সৃষ্টি কৰি তোলা সহজাত দেহ-মানসিক গুণ, শক্তি বা প্রভাৱেই হৈছে বুদ্ধি।

১২.৩ বুদ্ধিৰ ধাৰণা আৰু সংজ্ঞা

বুদ্ধি হৈছে এক বহল ধাৰণা যিয়ে কেৱল বৌদ্ধিক কার্যকে সামৰি নলৈ জীৱনৰ বাস্তৱ সমস্যাসমূহ সন্মুখীন হ'ব পৰাকৈ আয়ত্ত কৰা ক্ষমতাসমূহকো সামৰি লয়। 'বুদ্ধি'ক আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনত প্রতিটো সময়তে প্রয়োজন হয়। আভিধানিক অর্থ মতে বুদ্ধি হৈছে দৈনন্দিন জীৱনৰ গ্রহণ কৰা আৰু জ্ঞান প্রয়োগৰ ক্ষমতা। এজন মানুহে জ্ঞানৰ দক্ষতাৰে যুক্তি সহকাৰে ভাবিবলৈ, চিন্তা কৰিবলৈ, চিহ্নিত আৰু বুজিবলৈ তথা নতুন পৰিৱেশৰ লগত সমাযোজন কৰিবলৈ সমর্থ হয়। সেয়েহে মানুহক সকলো জীৱৰ ভিতৰতে শ্রেষ্ঠ বুলি বিবেচিত কৰা হয়। ইয়াৰোপৰি, দৃষ্টিভংগী বা মনোভাৱ, আগ্রহ, জ্ঞান আৰু কৌশলো বুদ্ধিৰ লগত জড়িত।

'বুদ্ধি' শব্দটোৰ প্রয়োগ সর্বাত্মকভাৱে ব্যৱহাৰ কৰা হয় যদিও বহুতো মনোবিজ্ঞানীয়ে ইয়াৰ ব্যৱহাৰৰ দিশৰ বিষয়ে বিভিন্ন ধৰণেৰে ব্যাখ্যা আগবঢ়াইছে। মনোবৈজ্ঞানিক এটা দলে ক'ব বিচাৰে যে বুদ্ধি হৈছে শিকাৰ এক মানসিক বুৎপত্তি। অন্য দলৰ মতে বুদ্ধি হৈছে ব্যক্তিয়ে নিজ পৰিৱেশত কৰা সমাযোজন অথবা সমস্যা সমাধানৰ ক্ষমতা। টাৰমানৰ মতে বুদ্ধি হৈছে বির্মূত চিন্তা কৰিব পৰা ক্ষমতা।

মনোবিজ্ঞানী ষ্টার্ন (Stern) ৰ মতে "বুদ্ধি হৈছে জীৱনৰ নতুন নতুন সমস্যা আৰু অৱস্থাবোৰ অনুকূল কৰি তুলিব পৰা সাধাৰণ মানসিক ক্ষমতা"।

আমেৰিকাৰ মন-সমীক্ষণকাৰী **ডেভিড ৱেছ্লাৰৰ** মতে "বুদ্ধি হৈছে ব্যক্তিৰ এক সামগ্রিক অথবা জাগতিক ক্ষমতা, যাৰ দ্বাৰা তেওঁ উদ্দেশ্যপূর্ণভাৱে কাম কৰিব পাৰে, যুক্তিপূর্ণভাৱে চিন্তা কৰিব পাৰে আৰু পৰিৱেশৰ লগত আদান-প্রদান কৰিব পাৰে"।

উল্লিখিত বুদ্ধিৰ সংজ্ঞা সমূহ ভালকৈ বিশ্লেষণ কৰি চালে এই কথা সহজে বুজিব পাৰি যে আটাইবিলাক সংজ্ঞাকে তিনিটা স্পষ্ট ভাগত ভাগ কৰিব পাৰি। এই ভাগ তিনিটা এনেধৰণৰ—

- বুদ্ধি হ'ল চিন্তন কৰিব পৰা ক্ষমতা,
- বুদ্ধি হ'ল শিকাৰ সামর্থ্য,
- বুদ্ধিয়ে নতুন পৰিৱেশৰ লগত সমাযোজন কৰাত বা নিজকে উপযুক্ত কৰি তোলাত গুৰুত্ব দিয়ে।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ১ ঃ বুদ্ধিৰ সংজ্ঞা আপুনি কেনেকৈ দিবলৈ ইচ্ছা কৰে ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ২ ঃ ৱেছলাৰে (Weschler) বুদ্ধিৰ সংজ্ঞা কেনেকৈ দিছে ?

.....

.....

১২.৩.১ বুদ্ধিৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ

বুদ্ধিৰ ধাৰণা আৰু সংজ্ঞাৰ বিষয়ে জনাৰ পিছত এতিয়া আমি জানিবলৈ সক্ষম হ'ম যে বুদ্ধি কেৱলমাত্র একক ক্ষমতা নহয়- ৰৱঞ্চ ই বহুতো উপাদানেৰে গঠিত এক যৌগিক ক্ষমতা। তলত উল্লেখিত বৈশিষ্ট্যসমূহে ইয়াৰ ধাৰণাৰ বিষয়ে আৰু বেছি স্পষ্টভাৱে বুজাত সহায় কৰিব।

- বুদ্ধি হৈছে মানুহৰ এক শক্তি বা ক্ষমতা ঃ বুদ্ধি হৈছে এনে এক শক্তি বা ক্ষমতা যিয়ে মানুহক যুক্তিপূর্ণ, সহিষ্ণু আৰু সু-দক্ষ বিচাৰক হিচাপে গঢ়াত সহায় কৰে। বুদ্ধি জন্মগত আৰু আর্জিত দুয়ো ধৰণৰ হ'ব পাৰে।
- বুদ্ধি হৈছে সর্বোদিশৰ মানসিক দক্ষতাঃ সর্বোদিশৰ মানসিক দক্ষতা মানে এজন মানুহৰ মানসিক বিকাশৰ অন্তৰালত থকা, সর্বোগুণৰ বিকাশ। বুদ্ধিৰ ধাৰণাৰ জৰিয়তে সাধাৰণ বা বিমূর্ত্ত চিন্তা কৰিব পৰা, যুক্তিৰে বিশ্লেষণ কৰা ক্ষমতা প্রকাশ পায়।
- সত্যৰ দিশৰ পৰা বুদ্ধি হৈছে ভালদৰে প্রতিক্রিয়া কৰিব পৰা ক্ষমতা ঃ ব্যক্তিৰ এক সামগ্রিক বা জাগতিক ক্ষমতা হিচাপে, বুদ্ধি হৈছে সত্যৰ ওপৰত প্রতিষ্ঠিত বহুতো বস্তু বা ক্ষমতাৰ একক ধাৰা।
- বুদ্ধি হৈছে নতুন পৰিস্থিতিৰ লগত সমাযোজনৰ এক কৌশল ঃ ব্যক্তিৰ পৰিৱেশ আৰু পৰিস্থিতিত দেখা দিয়া সমস্যাৰ সন্মুখীন হোৱা আৰু তাৰ উপযুক্তভাৱে সমাধান কৰাটো বুদ্ধিৰ ওপৰত নির্ভৰ কৰে। ৱেলচ্ নামৰ প্রখ্যাত মনোবিজ্ঞানীৰ মতে ব্যক্তিৰ ক্রিয়া আচৰণ, সমস্যা সমাধান আৰু পৰিৱেশত কৰা সমাযোজন কার্যৰ যোগেদি বুদ্ধিৰ প্রকাশ হয়।
- বুদ্ধি হৈছে বিগত অভিজ্ঞতাৰ পৰা শিকনীয় ক্ষমতাৰ লগতে বিমূর্ত্ত চিন্তা কৰিব পৰা এক কৌশল ঃ বুদ্ধি হৈছে বিমূর্ত্ত ৰূপত চিন্তা কৰিব পৰা এক কৌশল। বিগত অভিজ্ঞতাৰ যোগেদি বুদ্ধি বিকশিত হয়, সেয়েহে ইয়াক বিগত সময়ছোৱাৰ উচিত বা লাভদায়ক ব্যৱহাৰ বুলিও কোৱা হয়।

- বুদ্ধি মানে জ্ঞান নহয় যদিওবা জ্ঞান আহৰণ বহু পৰিমাণে বুদ্ধিৰ ওপৰত নির্ভৰ কৰে।
- বুদ্ধিয়ে অস্বাভাৱিক ব্যৱহাৰ, অনগ্রসৰ আৰু অপৰাধৰ আশ্বাস নিদিয়ে বৰঞ্চ ই এনে এক উপাদান যিয়ে এজন মানুহৰ চাৰিত্রিক গঠন, সমাযোজন আৰু সাফল্যৰ ক্ষেত্রত অৱদান আগবঢ়ায়।

চমুকৈ ক'ব পাৰি যে বুদ্ধি হৈছে এনে এক শক্তি বা ক্ষমতা যিয়ে এজন মানুহক 'মানুহ' হিচাপে, সকলো প্রাণীতকৈ শ্রেষ্ঠ হিচাপে গঢ়ি তোলে। ইয়াৰ দ্বাৰা আমাৰ স্মৃতি, কল্পনা, চিন্তা, যুক্তি, বিচাৰ শক্তি আদি বিবিধ মানসিক ক্ষমতাসমূহ পৰিচালিত হয়। বুদ্ধিৰ জন্মগত আৰু আর্জিত ধাৰাৰ ক্ষেত্রত যদিও বা বির্তক বিৰাজমান, আধুনিক মনোবৈজ্ঞানিকসকলৰ মতে বুদ্ধি হৈছে কিছু পৰিমাণে জন্মগত আৰু লগতে অনুশীলনৰ জৰিয়তে বুদ্ধি আহৰণ কৰিব পৰা যায় বুলিও মত প্রকাশ কৰিছে। সেয়েহে বুদ্ধিক জন্মগত আৰু আর্জিত এই দুয়োটা কৌশলৰ সংমিশ্রণ বুলি ক'ব পৰা যায়।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৩ ঃ বুদ্ধিৰ যিকোনো পাঁচটা বৈশিষ্ট্য লিখক ।

.....

.....

.....

.....



চিন্তা চর্চা কৰক ১২.১

আপুনি বুদ্ধি জন্মগত বুলি ভাবে নেকি? আধুনিক মনোবিজ্ঞানীসকলে আগবঢ়োৱা মতামতসমূহৰ আধাৰত আপোনাৰ মত দাঙি ধৰক।

.....

.....

.....

.....

১২.৩.২ বুদ্ধিৰ প্ৰকাৰ

বুদ্ধিৰ কেতবোৰ বৈশিষ্ট্য আৰু ধাৰণা সম্পৰ্কে সম্যক ধাৰণা লাভ কৰাৰ পিছত আমি এতিয়া বুদ্ধিৰ প্ৰকাৰ সমূহৰ বিষয়ে অধ্যয়ন কৰিম। কিছু মনোবৈজ্ঞানিকৰ মতে বুদ্ধি কেৱল মাত্ৰ এটা ক্ষমতা নহয়। তেওঁলোকৰ মতে বুদ্ধিৰ বহুতো ভাগ আছে যিখিনি এটাৰ পৰা আনটোক পৃথকৰূপে চাব পৰা যায়।

থাৰ্চটন নামৰ মনোবৈজ্ঞানিকৰ মতে বুদ্ধিক বহুতো ভাগত ভাগ কৰিছে, - সেইবোৰ হ'ল -

(i) দৈশিক যোগ্যতা (Spatial Quality)
(ii) উপলব্ধিমূলক শক্তি (Perceptual Quality)
(iii) স্মৃতি (Memory)
(iv) সংখ্যা (Number)
(v) ভাষাবোধ (Verbal Comprehension)
(vi) শব্দ প্ৰয়োগৰ অনৰ্গলতা (Word Fluency)
(vii) যুক্তি (Reasoning)

বুদ্ধিক ভাগ ভাগ কৰি দেখুওৱা সকলৰ ভিতৰত আমেৰিকাৰ মনোবিদ অধ্যাপক এডৱাৰ্ড. লি. থৰ্নডাইক (Edward L. Thorndike) ৰ অৱদান বিশেষ উল্লেখযোগ্য। থৰ্নডাইকে বুদ্ধিক বহলভাৱে তিনিটা ভাগত ভাগ কৰি দেখুৱাইছে। এই ভাগ কেইটা হ'ল—

(ক) মূৰ্ত, বাস্তৱ, বা বস্তুবাচক বুদ্ধি,
(খ) বিমূৰ্ত বা ভাৱাত্মক বুদ্ধি,
(গ) সামাজিক বুদ্ধি

(ক) মূৰ্ত, বাস্তৱ, বা বস্তুবাচক বুদ্ধি ঃ এইবিধ বুদ্ধি হাতৰ কৌশল আৰু অন্যান্য শাৰীৰিক কাৰ্যকলাপত প্ৰকাশ পায়। ইয়াক প্ৰায়োগিক বুদ্ধি স্বৰূপেও জনা যায়। বাস্তৱ জগতৰ ক্ৰিয়া-কলাপত দেখা দিয়া সমস্যাক হাতে কামে সমাধান কৰিবৰ বাবে এইবিধ বুদ্ধিক প্ৰয়োগ কৰা হয়। ক্ৰিয়া সম্পাদনমূলক অভীক্ষাৰ দ্বাৰা এইবিধ বুদ্ধিৰ পৰিমাপ কৰা হয়। খেতিয়ক, মিস্ত্ৰি, দৰ্জি, হাতে কামে ব্যস্ত থকা অভিযন্তা, কল-কাৰখানাত কাম কৰা লোক আদিৰ কাৰণে উচ্চ পৰ্যায়ৰ মূৰ্ত বুদ্ধিৰ একান্ত প্ৰয়োজন। কাৰণ এইসকল লোকে অনবৰত যন্ত্ৰ-পাতি লৈ কাম কৰিব লাগে।

(খ) বিমূৰ্ত বা ভাৱাত্মক বুদ্ধি ঃ বিমূৰ্ত বুদ্ধি আপেক্ষিকভাৱে জটিল। পাৰ্থিৱ বস্তুৰ অবৰ্তমানতো এই বুদ্ধিসম্পন্ন লোকসকলে নানা ধাৰণা মনতে গুণা-গঁথা কৰি থাকিব পাৰে। শব্দ, বাক্য, ধাৰণা, তথ্য, সূত্ৰ, গাণিতিক প্ৰতীক আদিক এই ভাৱাত্মক বুদ্ধিৰ লোকসকলে মনৰ ভিতৰতে যুকিয়াই, তুলনা কৰি আৰু বিভিন্ন ধৰণেৰে সজাই নানা সিদ্ধান্তত উপনীত হ'ব পাৰে। কবি, সাহিত্যিক, দাৰ্শনিক,

বিজ্ঞানী, গৱেষক আদিৰ কাৰণে উচ্চ পর্যায়ৰ এই বুদ্ধি অতি প্রয়োজন। ষ্টেণ্ডফোর্ড বিনে বুদ্ধি পৰীক্ষাই এইবিধ বুদ্ধিৰ পৰিমাপ কৰে।

(গ) সামাজিক বুদ্ধি ঃ ব্যক্তিৰ সামাজিক জীৱনৰ পৰিস্থিতিৰ আৰু সমস্যাবোৰৰ সন্মুখীন আৰু সমাধানৰ বাবে প্রযোজন হোৱা বুদ্ধিক সামাজিক বুদ্ধি বোলে। উচ্চ পর্যায়ৰ সামাজিক বুদ্ধি থকা ব্যক্তিয়ে আন মানুহৰ লগত আদান-প্রদান কৰিবলগীয়া কামত সহজে কৃতকার্য হ'ব পাৰে। উকীল, বক্তা, ৰাজনৈতিক নেতা, মনস্তাত্ত্বিক, পৰামর্শদাতা, সমাজকর্মী আদিৰ সামাজিক বুদ্ধি উচ্চ পর্যায়ৰ হোৱা দৰকাৰ, কাৰণ এওঁলোকৰ কাম অনবৰতে মানুহৰ লগত সম্পর্কিত।

ওপৰত আমি তিনিবিধ বুদ্ধিৰ কথা বর্ণনা কৰিছোঁ আৰু বিভিন্ন বৃত্তিৰ বাবে ইয়াৰে কোনবিধ বুদ্ধিৰ প্রয়োগ আটাইতকৈ বেছি প্রয়োজনীয় সেই বিষয়েও আলোচনা কৰা হৈছে। এই ক্ষেত্রত এটা কথা মনত ৰখা উচিত হ'ব যে প্রতিটো বৃত্তিত কেৱল যে এবিধ বুদ্ধিৰহে প্রযোজন হয়, আন দুবিধৰ সমূলি প্রয়োজন নাই এনে নহয়। প্রায়বিলাক বৃত্তিতে কম বেছি পৰিমাণে তিনিওবিধ বুদ্ধিৰেই প্রয়োজন হয়, তাৰে ভিতৰত এবিধৰ ভূমিকা মুখ্য, আন দুবিধৰ ভূমিকা গৌণ।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৪ ঃ থার্চটনে আগবঢ়োৱা বুদ্ধিৰ ভাগ আৰু প্রকাৰসমূহ কি কি ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৫ ঃ (E.L.Thorndike) থর্নডাইকৰ মতে বুদ্ধিৰ শ্রেণীবিভাগসমূহ কি কি ?

.....

.....

১২.৩.৩ বুদ্ধি পৰীক্ষাৰ শ্রেণীবিভাগ

বুদ্ধিৰ বিভিন্ন প্রকাৰসমূহ আলোচনা কৰাৰ পাচত এতিয়া আমি বুদ্ধি পৰীক্ষাৰ বিভিন্ন প্রকাৰ সমূহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিম। বুদ্ধি পৰীক্ষাই প্রকৃতপক্ষে কি পৰীক্ষা কৰে, তাক কেনেদৰে কৰে তাৰ বিষয়ে আমাৰ মনত স্পষ্ট ধাৰণা থকা উচিত। ইতিমধ্যে আমি গম পালোঁ যে বুদ্ধি হৈছে ব্যক্তিৰ এক সাধাৰণ মানসিক ক্ষমতা যাৰ সহায়েৰে মানুহে স্মৃতি, কল্পনা, চিন্তা,যুক্তি, বিচাৰশক্তি, সমস্যা সমাধান ক্ষমতা আদিৰ প্রয়োগ কৰিব পাৰে। বুদ্ধি পৰীক্ষাই এই বহল পৰিসৰৰ মানসিক ক্ষমতাসমূহকেই পৰীক্ষা কৰে। বুদ্ধি পৰীক্ষাক বহল অর্থত দুই ভাগত ভগাব পাৰি, যথা —

(১) ব্যক্তিকেন্দ্রিক পৰীক্ষা

(২) সমূহ পৰীক্ষা

ব্যক্তিকেন্দ্রিক পৰীক্ষা মানে হ'ল যত এজন লোকৰ বুদ্ধি পৰীক্ষা কৰা হয় আৰু সমূহ পৰীক্ষাত একে সময়তে অধিক সংখ্যক লোকৰ বুদ্ধি পৰীক্ষা কৰা হয়।

পৰীক্ষাগাৰত প্রয়োগ কৰা প্রশ্ন উপাদানৰ ফালৰ পৰা বুদ্ধি পৰীক্ষাক দুই ভাগত ভগাব পাৰি। যেনে--- ভাষিক আৰু ভাষাবিহীন।

- ভাষিক বা শাব্দিক পৰীক্ষা ঃ শাব্দিক পৰীক্ষা প্রয়োগ কৰিবলৈ ভাষাজ্ঞান বা শব্দজ্ঞান থাকিব লাগে। ইয়াৰ অবিহনে তেওঁ কথিত, লিখিত প্রশ্নবোৰৰ উত্তৰ প্রদান কৰিব নোৱাৰিব।
- ভাষাহীন বা অশাব্দিক পৰীক্ষা ঃ এইবিধ পৰীক্ষাত ভাষাৰ আর্জিত জ্ঞান নেথাকিলেও এজন লোকৰ বুদ্ধি তেওঁৰ ক্রিয়া আচৰণৰ যোগেৰে প্রদত্ত সমস্যা সমাধানৰ ক্ষেত্রত নিৰীক্ষণ কৰি উলিয়াব পাৰি।



জানি থোৱা ভাল

কার্য সাধন বা অশাব্দিক পৰীক্ষাৰ মুখ্য বৈশিষ্ট্যসমূহ হ'ল -

- পৰীক্ষাৰ বিষয়বস্তুসমূহ বস্তুবাদী ৰূপতহে হয়।
- পৰীক্ষকে মৌখিক কার্যকৰণ বা সংকেত চিহ্নিত দ্বাৰাহে এজন ব্যক্তিয়ে কি কৰিছে তাক নিৰূপণ কৰে।
- ব্যক্তিৰ প্রতিক্রিয়া ব্যক্তিজনৰ কার্যকৰণৰ ওপৰতহে গুৰুত্ব দিয়া হয়।
- সাধাৰণতে কার্যসাধন বা অশাব্দিক পৰীক্ষাসমূহ ব্যক্তিকেন্দ্রিক পৰীক্ষাহে হয়।



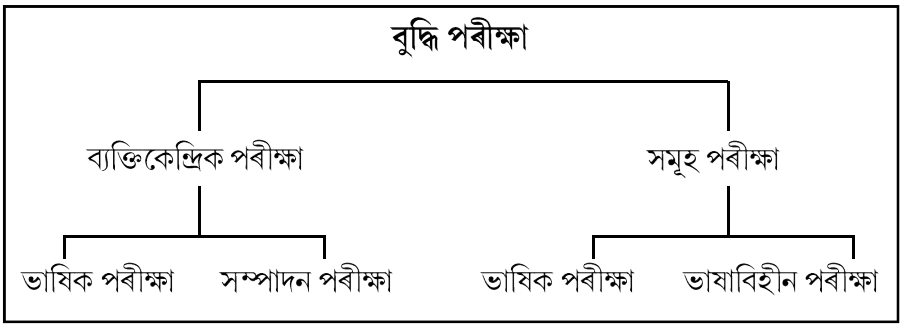
অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৬ ঃ বহল অর্থত বুদ্ধিৰ দুটা পৰীক্ষা কি কি ?

.....

.....

বুদ্ধি পৰীক্ষাক তলত দিয়া ধৰণেও ৰেখা চিত্ৰৰ সহায়েৰে প্ৰমাণ কৰিব পাৰি-



চিত্ৰ-১ বুদ্ধি পৰীক্ষাৰ শ্ৰেণী বিভাগ

ব্যক্তিকেন্দ্রিক ভাষিক পৰীক্ষা ঃ

ব্যক্তিকেন্দ্রিক ভাষিক বুদ্ধি পৰীক্ষাত এজন ব্যক্তিৰ শাব্দিক জ্ঞান একে সময়তে থাকিব লাগে। ষ্টেণ্ডফৰ্ড বিনেৰ বুদ্ধি-পৰীক্ষা হৈছে ব্যক্তিকেন্দ্রিক ভাষিক বা শাব্দিক পৰীক্ষাৰ উদাহৰণ। ১৯১৬ চনত টাৰমেনে (Terman) ষ্টেণ্ডফৰ্ড বিশ্ববিদ্যালয়ত বিনে ছাইমনৰ পৰীক্ষামালা পুনৰীক্ষণ কৰিছিল। টাৰমেনে I.Q. বা বুদ্ধ্যাংকৰ গুণগত মান অনুসৰি তাৰ বৰ্ণনা দাঙি ধৰে। ১৯৩৭ চনত টাৰমেনে মেৰিলৰ (Merill) সহযোগত আন এটা সংশোধন আগবঢ়ায়। এই পৰীক্ষামালা ব্যক্তিকেন্দ্রিক বুদ্ধি-পৰীক্ষা হিচাপে ব্যৱহাৰ হয়। বুদ্ধি নিৰ্ণয় কৰিবলৈ ভাৰতত ব্যৱহাৰ হোৱা অন্য এটা ব্যক্তিকেন্দ্রিক ভাষিক বুদ্ধি পৰীক্ষাৰ নাম হ'ল সমন্বয় বুদ্ধি পৰীক্ষা।



জানি থোৱা ভাল

১৯০৪ চনত ফ্ৰান্স চৰকাৰৰ শিক্ষা বিভাগৰ মন্ত্ৰালয়ে স্কুলৰ শিক্ষান্ত পৰীক্ষাত অকৃতকাৰ্য হোৱা ছাত্ৰসকলৰ বিষয়ে অধ্যয়ন কৰিবৰ বাবে আলফ্ৰেড বিনেক দায়িত্ব দিছিল। এই বিষয়ে অধ্যয়ন কৰিবলৈ গৈ তেওঁ বুদ্ধি -পৰীক্ষাৰ প্ৰতি অধিক মনযোগী হৈ উঠে। বৌদ্ধিক নিম্নমানৰ ছাত্ৰসকলক চিনাক্ত কৰিবৰ বাবে তেওঁ ১৯০৫ চনত চাইমনৰ সহযোগত প্ৰথমবাৰৰ বাবে বুদ্ধি -পৰীক্ষাৰ মাপকাঠি প্ৰস্তুত কৰি তোলে। এই মাপকাঠিৰ মুখ্য উদ্দেশ্য আছিল স্বাভাৰিক বৌদ্ধিক মানৰ ছাত্ৰসকলক নিম্নমান বিশিষ্টসকলৰ পৰা পৃথক কৰা। ইয়াত সৰ্বসাধাৰণ ল'ৰা-ছোৱালীয়ে কৰিব পৰা সৰ্বমুঠ ৩০ টা প্ৰশ্ন উপাদান সন্নিবিষ্ট কৰা হয়। এই উপাদানবোৰ ক্ৰমবৰ্ধিত কঠিনতাৰ ভিত্তিত প্ৰস্তুত কৰা হয়। ১৯১৬ চনত ষ্টেণ্ডফোৰ্ড বিশ্ববিদ্যালয়ত বিনেৰ পৰীক্ষামালা টাৰমেনৰ দ্বাৰা সংশোধন কৰা হয়। ইয়াক সেইকাৰণে বিনে চাইমনৰ ষ্টেণ্ডফোৰ্ড পুনৰীক্ষণ স্বৰূপে জনা যায়। টাৰমেনে এই পৰীক্ষণত বুদ্ধিৰ পৰিমাপণক ব্যক্তিৰ জন্ম, বয়স আৰু মানসিক বয়সৰ অনুপাতক অধিক বস্তুনিষ্ঠভাৱে প্ৰকাশ কৰিবলৈ বুদ্ধ্যাংকৰ (I.Q.) ধাৰণা প্ৰয়োগ কৰে। এই বুদ্ধ্যাংকৰ গাণিতিক সুত্ৰ হ'ল-

$$I.Q. = \frac{MA}{CA} \times 100$$

ব্যক্তিকেন্দ্রিক সম্পাদন পৰীক্ষা ঃ

সম্পাদন পৰীক্ষাত ব্যক্তিয়ে হাতে কামে ক্রিয়া সম্পাদন অথবা সমস্যা সমাধান কৰিব লাগে। কোনো লিখিত বা কথিতভাবে উত্তৰ দানৰ ইয়াত প্রয়োজন নহয়। ব্যক্তিকেন্দ্রিক সম্পাদন পৰীক্ষাৰ উপাদান আৰু উপকৰণবোৰৰ স্বৰূপ আমাৰ বিবেচনাযোগ্য। কাঠেৰে নির্মিত বিভিন্ন আকাৰ আৰু ৰঙৰ টুকুৰাবোৰ লগ লগাই একোটা 'মডেল তৈয়াৰ কৰা, ডাঠ কাগজেৰে নির্মিত 'পেপাৰ বর্ড' আদিত অংকিত চিত্রৰ অসমাপ্ত অংশ আন কেতবোৰ অংশৰ পৰা বিচাৰি আনি চিত্র সম্পূর্ণ কৰা ইত্যাদি। বর্তমান আন কেতবোৰ উল্লেখযোগ্য সম্পাদন পৰীক্ষা হৈছে। পিন্ট্নাৰ-পেটাৰছন সম্পাদন স্কেল (Pintner Paterson Scale), আর্থাৰ পইন্ট স্কেল (Arthur Point Scale), ক'হ ব্লক ডিজাইন পৰীক্ষা (Koh's Block Design Test) ইত্যাদি।

ব্যক্তিকেন্দ্রিক বুদ্ধি-পৰীক্ষা প্রস্তুত আৰু প্রয়োগকৰণৰ দিশত ভাৰতৰ মন সমীক্ষক চন্দ্রমোহন ভাটিয়াৰ 'ক্রিয়া সম্পাদন পৰীক্ষা' বিশেষভাৱে উল্লেখযোগ্য।

ভাষিকসমূহ বুদ্ধি-পৰীক্ষা হৈছে দলগতভাৱে বহু সংখ্যক লোকক ভাষিক পৰীক্ষাৰ বাবে একে সময়তে পৰীক্ষার্থীৰ পৰীক্ষা উপাদানবোৰ এখন সৰু পুস্তিকাত প্রদান কৰা হয়। পৰীক্ষা প্রস্তুতকাৰীয়ে দিয়া উত্তৰৰ ভিত্তিত ইয়াৰ মূল্যায়ন কৰা হয়। ভাষিক সমূহ বুদ্ধি-পৰীক্ষাৰ ভিতৰত আর্মি আলফা আৰু সৈনিকৰ সাধাৰণ শ্রেণীকৰণ পৰীক্ষা (Army General Classification Test) আদি উল্লেখযোগ্য।

ভাষাবিহীন সমূহ পৰীক্ষাবোৰত পৰীক্ষার্থীক কেতবোৰ পৰীক্ষণ সঁজুলিহে দিয়া হয়।যেনে - ছবি, চিহ্ন, সংখ্যা আদিৰ দ্বাৰা একো একোটা সমস্যা সমূহীয়াভাবে সমাধান কৰিবলৈ দিয়া হয়। এইবিধ পৰীক্ষাৰ ভিতৰত Army Beta, Chicago Non-Verbal Test, Raven Progressive Matric Test -আদি প্রণিধানযোগ্য।



জানি থোৱা ভাল

আর্মি আলফা অভীক্ষা ঃ প্রথম বিশ্বযুদ্ধই এই অভীক্ষা প্রয়োগৰ পাতনি। ১৯১৭ চনত আর্মি আলফা পৰীক্ষা প্রস্তুত কৰি তোলা হয়। ই হৈছে এক সমূহ বা দলগত পৰীক্ষা।

আর্মি বিটা অভীক্ষা ঃ ইংৰাজী ভাষা প্রযোগ কৰিব নজনা লোকসকলৰ বাবে ভাষা প্রতিবন্ধকতাস্বৰূপ নেহোৱাকৈ দলগতভাৱে বুদ্ধি পৰীক্ষা কৰিব পৰাকৈ ইয়াক প্রস্তুত কৰা হয়।

ৱেভেন প্রগ্রেছিভ মেট্রিক পৰীক্ষা ঃ এই পৰীক্ষাটো আমেৰিকাত প্রথমে ব্যপকভাৱে প্রয়োগ হয়। এই পৰীক্ষাটো ভাষাবিহীন সমূহ পৰীক্ষাৰ ভিতৰত আটাইতকৈ জনপ্রিয়।

বুদ্ধ্যাংক ঃ টাৰমেনে বুদ্ধ্যাংকৰ ধাৰণাক **১৯১৬** চনতেই কার্যকৰী কৰি তোলে। টাৰমেনৰ ১৯১৬ চনৰ বুদ্ধি বিভাজন তালিকাখন হ'ল --

বুদ্ধাংক	শ্রেণীকৰণ
১৪০ ৰ ওপৰত	প্রতিভাশালীৰ ওচৰ বা প্রতিভাশালী
১২০-১৩৯	অতি শ্রেষ্ঠ বুদ্ধি
১১০-১১৯	শ্রেষ্ঠ বুদ্ধি
৯০-১০৯	স্বাভাবিক বা গড় পৰিমাণ বুদ্ধি
৮০-৮৯	বুদ্ধিহীন
৭০-৭৯	বুদ্ধিহীনতাৰ ন্যূনতম সীমাৰেখা
৭০ ৰ তলৰ	নিশ্চিত ৰূপত দুৰ্বল মনৰ

১২.৩.৪ বুদ্ধিৰ তত্ত্বসমূহ

ইতিমধ্যে আমি বুদ্ধিৰ প্রকাৰভেদ সম্পর্কে অধ্যয়ন কৰিলোঁ। উল্লেখযোগ্য যে বুদ্ধি সম্পর্কে বিভিন্ন তত্ত্বও উদ্ভাৱন হৈছে। তেনে তত্ত্বসমূহৰ কেতবোৰ হ'ল --

- **একক বা ৰাজতন্ত্রবাদী তত্ত্ব ঃ** (Monarchic Theory) ডঃ জনছন নামৰ বিশেষজ্ঞই এই তত্ত্বটো জনপ্রিয় কৰি তোলে। এই তত্ত্বটোৰ মূল বক্তব্য হৈছে বুদ্ধিৰ সকলোবোৰ মানসিক শক্তিক একক আৰু অভিন্ন এক মানসিক সাম্রাজ্য স্বৰূপে বিবেচনা কৰিব লাগে। বুদ্ধিৰ এই একক শক্তিয়ে ব্যক্তিক কলা, বিজ্ঞান, কাৰিকৰী বিজ্ঞান আদি বৌদ্ধিক ক্রিয়াৰ সকলোবোৰ বিভাগতে সমানে প্রভাৱ পেলায়। সেই বাবে এজন লোকৰ বুদ্ধি উচ্চমানবিশিষ্ট হ'লে সকলো দিশতে তেওঁৰ পাৰদর্শিতা ফুটি উঠিব পাৰে। এই ধাৰণা অনুযায়ী ক'ব পাৰি যে এলবার্ট আইনষ্টাইনে পদার্থ বিজ্ঞান অধ্যয়ন নকৰি যদি সমান নিষ্ঠাৰে ক্রিকেট খেলিলেহেঁতেন তেওঁ এজন কৃতী ক্রিকেট খেলুৰৈ হ'ব পাৰিলেহেঁতেন।
- **অভিজাত তন্ত্রমূলক ধাৰণা ঃ** (Oligarchic Theory) এই ধাৰণামতে বুদ্ধি কেইবাটাও বিশেষ বিশেষ শক্তিৰ সমন্বয়। প্রত্যেকটো শক্তিয়ে পৰস্পৰ মিল থকা কার্যৰ একো একোবিধ মানসিক প্রক্রিয়া নিয়ন্ত্রণ কৰে। এই ধাৰণাক অভিজাত তন্ত্রমূলক বুলি কোৱা হয়। কেইবাজনো অভিজাত লোকে মিলি-জুলি কৰা শাসনক অভিজাততন্ত্র বুলি কোৱাৰ দৰে এই ধাৰণাতো কেইবাটাও বিশেষ শক্তি মিলি এজন মানুহৰ বৌদ্ধিক কার্য্যকলাপ পৰিচালনা কৰে। এই ধাৰণামতে কোনো এজন ব্যক্তিৰ কোনোবা এটা নির্দিষ্ট শক্তি উচ্চ পর্যায়ত হ'লে তেওঁ সেই শক্তিয়ে নিয়ন্ত্রণ কৰা সকলোবিলাক কার্যকে সমান নিপুণতাৰে সমাধা কৰিব পাৰে।
- **অৰাজকতামূলক ধাৰণা ঃ** (Anarchic Theory) মনোবিজ্ঞানী থর্নডাইকে এই তত্ত্বটো উদ্ভাৱন কৰে। তেওঁৰ মতে এজন লোকৰ মুঠ যোগ্যতা বা বুদ্ধি হৈছে তেওঁৰ বহু সংখ্যক ভিন ভিন আৰু ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র যোগ্যতাৰ সমষ্টি বা যোগফল মাথোন।

এই যোগ্যতাবোৰৰ মাজত কোনো সাধাৰণ কাৰক বা উপাদান নাথাকে। উদাহৰণ স্বৰূপে এজন ল'ৰা যদি সাহিত্যত ভাল এইটো মনত ৰখা উচিত হ'ব যে তেওঁ ৰাসায়ন বিজ্ঞানত ভাল নহ'বও পাৰে।

- **দ্বিকাৰক তত্ত্ব ঃ** (Two Factor Theory) দ্বিকাৰক তত্ত্বক স্পিয়েৰমেন তত্ত্ব বা একলেকটিক তত্ত্ব বুলিও কোৱা হয়। বিখ্যাত ইংৰাজ মনোবিদ চার্লচ স্পিয়েৰমেনে এই তত্ত্বটো দাঙি ধৰে। তেওঁৰ মতে বুদ্ধিক দুটা প্ৰধান কাৰক হৈছে 'জি' কাৰক ('G' factor) অথবা সাধাৰণ মানসিক ক্ষমতা আৰু 'এছ' কাৰক ('S' factor) অথবা বিশিষ্ট মানসিক ক্ষমতাসমূহ। 'G' হ'ল এবিধ সাধাৰণ শক্তি অর্থাৎ সকলো বৌদ্ধিক কামতেই ইয়াৰ প্ৰয়োগ হয়, কিন্তু কামৰ প্ৰকৃতি অনুসৰি নিয়োজিত 'S' ৰ পৰিমাণ বেলেগ বেলেগ। 'S' কাৰক ব্যক্তি অনুসৰি পৃথকতো হয়েই আনকি একেজন ব্যক্তিৰেই ভিন ভিন বিষয়ৰ ক্ৰিয়াত ই পৃথকৰূপে দেখা দিয়ে। উদাহৰণস্বৰূপে এজন ছাত্ৰ সাহিত্যত ভাল কিন্তু অংক বিষয়ত বেয়া, সি বুৰঞ্জী সহজ পায় কিন্তু বিজ্ঞানৰ অধ্যয়ন টান পায়। ইয়াৰ কাৰণ হৈছে 'এছ' কাৰক ভিন্নত। অৱশ্যে এজন লোকৰ কোনো কামৰ কৃতকার্যতাত এই দুই কাৰকৰ যুটীয়া প্ৰভাৱৰ ওপৰতহে নির্ভৰ কৰে। এজন লোকৰ 'জি' কাৰক উচ্চমানবিশিষ্ট হ'লে সি তেওঁৰ সকলোবোৰ 'এছ' কাৰকৰ ক্ৰিয়াও উচ্চমানৰ কৰি তুলিব পাৰে। আনহাতে 'জি' কাৰক নিম্নমানৰ হ'লে তেওঁৰ বিশেষ বিশেষ ক্ৰিয়াসমূহতো অনুৰূপ প্ৰভাৱ পেলায়।

- **থাৰ্ষ্টোনৰ প্ৰাথমিক মানসিক যোগ্যতা তত্ত্ব ঃ** (Thurstone's Primary Mental Ability Theory) আমেৰিকাৰ মনোবিদ থাৰ্ষ্টোনে ১৯৩৮ চনত এই তত্ত্বটো দাঙি ধৰে। এই তত্ত্বটো সমূহ কাৰক তত্ত্ব বুলিও জনা যায়। এই তত্ত্বৰ মতে বুদ্ধি সাতোটা মৌলিক শক্তিৰ এক সমষ্টি। এই সাতোটা মৌলিক শক্তি তেওঁ কেৱল মনৰ কল্পনাতেই সৃষ্টি কৰা নাই, তেওঁ জটিল পৰিসংখ্যা বিজ্ঞানৰ সূত্ৰ বিশেষকৈ উপাদানীয় বিশ্লেষণ প্ৰয়োগ কৰি এই সিদ্ধান্তত উপনীত হৈছিল। থাৰ্ষ্টোনৰ সাতোটা মৌলিক শক্তি বা প্ৰাথমিক যোগ্যতা হ'ল --

  (১) মৌখিক যোগ্যতা (Verbal Ability)

  (২) শব্দ প্ৰয়োগৰ অনৰ্গলতা (Word Fluency)

  (৩) দৈশিক যোগ্যতা (Spatial Quality)

  (৪) সাংখ্যিক যোগ্যতা (Numerical Quality)

  (৫) স্মৃতি (Memory)

  (৬) যুক্তি (Reasoning or R)

  (৭) উপলব্ধিমূলক যোগ্যতা (Perceptual Quality)



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৭ ঃ স্পেয়াৰমেনে আগবঢ়োৱা দ্বিকাৰক তত্ত্ব বুলিলে কি বুজে?

.....

.....



চিন্তা চর্চা কৰক ১২.২

ব্যক্তিৰ বুদ্ধিৰ হাৰ পৰিমাণৰ বাবে বা বুজিবলৈ হ'লে ইয়াৰ কিছুমান তত্ত্ব আৰু প্রকৃতিৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।

.....

.....

১২.৪ সৃজনশীলতা অর্থ আৰু ধাৰণা

বুদ্ধিৰ ধাৰণা, শ্রেণী বিভাজন প্রকাৰ আৰু তত্ত্বসমূহৰ বিষয়ে বিশদভাৱে অধ্যয়ন কৰিলোঁ। এতিয়া আমি এই অধ্যায়টিৰ আন এটা অতি গুৰুত্বপূর্ণ দিশ সৃজনশীলতাৰ বিষয়ে অধ্যয়ন কৰিম। বুদ্ধি আৰু সৃজনশীলতা ব্যক্তি বিশেষত মানসিক সামর্থ্য বুলি জনা যায় যদিও দুয়োটাৰ মাজত মূল পার্থক্যটো হ'ল -- বুদ্ধি হৈছে ব্যক্তি এজনৰ সহজাত ক্ষমতা বা যোগ্যতা আনহাতে সৃজনশীলতা হ'ল এক বিশেষ প্রকাৰৰ চিন্তন। এই চিন্তন মৌলিকত্ব আৰু বাকপটুতা (অর্থাৎ ভাষিক প্রকাশ) নিহিত হৈ থাকে।

সৃজনীশলতা হৈছে ব্যক্তিৰ নিজ চিন্তা আৰু ক্রিয়াৰ যোগেৰে নতুনৰ উদ্ভাৱন কৰিব পৰা ক্ষমতা। এনে উদ্ভাৱন চিন্তামূলক বস্তু বা বিষয়মূলক অথবা পুৰণি বিষয়ক নতুন ৰূপত কৰা পুনৰ সংগঠন আৰু পুনৰ উদ্ভৱানমূলকো হ'ব পাৰে। ইয়াৰ বিশেষত্ব এয়ে যে ইয়াৰ যোগেদি ব্যক্তিয়ে নিজ চিন্তা আৰু ক্রিয়াৰ দিশত মৌলিকতাৰ পৰিচয় দিব পাৰে। ব্যক্তিৰ এনে নতুনত্ব সৃষ্টি বা উদ্ভাৱনে সামাজিক জীৱনৰ সমস্যাক সমাধান কৰি তুলিব পাৰে।

জে. ষ্টেনলি গ্রে (J. Stanley Gray) -- ৰ মতে সৃজনাত্মক হৈছে এজন ব্যক্তি সম্বন্ধে এনে এক ভৱিষ্যৱাণী বা সিদ্ধান্ত, যি নতুন মৌলিক উদ্ভাৱনমূলক আৰু অস্বাভাৱিক। সৃজনাত্মক চিন্তাশীল লোক সেইজনেই যি নতুন দিশৰ অনুসন্ধান কৰে, নতুনৰ নিৰীক্ষণ কৰে, নতুনৰ ভৱিষ্যবাণী কৰে আৰু নতুনৰ অনুমান কৰে।

জে.ই. ড্রেভদেহলৰ মতে (J.E. Drevdahl) সৃজনশীলতা হৈছে এজন লোকৰ এনে এক ক্ষমতা যাৰ যোগেদি তেওঁ ৰচনা কৰিব পাৰে, ধাৰণা উৎপাদন কৰিব পাৰে, যি মূলত ঃ নতুন বা অভিনৱ আৰু উৎপাদকৰ বাবে পূৰ্বজ্ঞানহীন।

১২.৪.১ সৃজনশীলতাৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ

সৃজনশীলতাৰ ধাৰণা আমাৰ মনত স্পষ্ট কৰি তুলিবৰ বাবে ইয়াৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ তলত উল্লেখ কৰা হ'ল-

- সৃজনশীলতা ব্যক্তিৰ জন্মলব্ধ ক্ষমতা যদিও ইয়াৰ পৰিবেশৰ অভিজ্ঞতাৰ দ্বাৰা পুষ্টিসাধন কৰি তুলিব পাৰি।
- সৃজনশীলতা হৈছে ব্যক্তিয়ে নতুন চিন্তা কৰিব পৰা আৰু সৃষ্টি কৰিব পৰা এক বিশিষ্ট অসাধাৰণ ক্ষমতা।
- সৃজন ক্ষমতাই সমাজৰ সমস্যাসমূহক সমাধান কৰি উন্নতি আৰু প্ৰগতি নিশ্চিত কৰি তোলে।
- সৃজনশীল লোকৰ চিন্তা, ক্ৰিয়া আৰু আচৰণত অস্বাভাৱিকতা প্ৰকাশ পায়।
- সৃজন ক্ষমতাৰ পৰিসৰ হয় স্বাভাৱিকতেই বহল আৰু ব্যাপক।

১২.৪.২ বুদ্ধি আৰু সৃজনশীলতাৰ পাৰ্থক্য

বুদ্ধি আৰু সৃজনশীলতাৰ মাজত পাৰ্থক্য বিদ্যমান। এই পাৰ্থক্যসমূহ হ'ল --

ব্যক্তি এজনৰ ক্ষমতা আৰু বুদ্ধি বা বৌদ্ধিক যোগ্যতা একে গুণ বিশিষ্ট অৱস্থা নহয়। এজন সৃজনশীল ব্যক্তি সচৰাচৰ বৌদ্ধিকভাৱে উচ্চমানবিশিষ্ট হয়। বুদ্ধিহীন লোক সৃজনশীল হৈ উঠিব নোৱাৰে। অৱশ্যে বৌদ্ধিকভাৱে উন্নতমানৰ ব্যক্তি মাত্ৰেই সৃষ্টি প্ৰতিভাসম্পন্ন হোৱাটো আশা কৰিব নোৱাৰি। উন্নত বুদ্ধিৰ লোকৰ সৃজনক্ষমতা নাথাকিবও পাৰে।

বুদ্ধি অভীক্ষা ধৰাবন্ধা সময়সীমা আৰু কটকটীয়া নীতি নিয়মৰ মাজত আৱদ্ধ থাকি পৰিচালনা কৰা হয়- কিন্তু এনে অভীক্ষাত অভীক্ষার্থীৰ সৃজনশীল গুণসমূহ অৱনমিত হৈ থাকিবলৈ বাধ্য হয়।



১২.৫ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

- বুদ্ধি হৈছে এক সাধাৰণ মানসিক শক্তি যিয়ে মানুহক সকলো প্ৰাণীৰ পৰা পৃথক কৰি জীৱ শ্ৰেষ্ঠ হিচাপে যুক্তিবান কৰি তুলিছে।
- বুদ্ধি হৈছে প্ৰতিভা বা ব্যুপত্তি বিকাশৰ বাটকটীয়া। ই ব্যক্তি এজনৰ কলা-কৌশলক এক নিৰ্দিষ্ট গতি প্ৰদান কৰে।

- বুদ্ধি হৈছে ব্যক্তিৰ সামগ্রিক বা জাগতিক ক্ষমতা যাৰ যোগেদি তেওঁ উদ্দেশ্যমূলকভাৱে কাম কৰিব পাৰে, যুক্তিযুক্তভাৱে চিন্তা কৰিব পাৰে আৰু পৰিৱেশৰ লগত উপযুক্তভাৱে আদান-প্রদান কৰিব পাৰে।
- থর্নডাইকে বুদ্ধিক বহলভাবে তিনিভাগত বিভক্ত কৰিছে-
  (১) মূর্ত বস্তু বা বস্তুবাচক বুদ্ধি,
  (২) বিমূর্ত বা ভাৱাত্মক বুদ্ধি আৰু
  (৩) সামাজিক বুদ্ধি,
- বুদ্ধি পৰীক্ষাবোৰক প্রধানত ঃ দুভাগত ভগাব পাৰি -- ব্যক্তিকেন্দ্রিক পৰীক্ষা, সামূহিক পৰীক্ষা।
- ব্যক্তিকেন্দ্রিক পৰীক্ষাক আকৌ দুভাগত ভগাব পাৰি -- শাব্দিক বা ভাষিক পৰীক্ষা আৰু সম্পাদন পৰীক্ষা। আনহাতে সামূহিক পৰীক্ষাক ভাষিক আৰু ভাষাবিহীন পৰীক্ষাত ভাগ কৰিব পাৰি।
- বুদ্ধি সম্বন্ধে মনোবিদসকলে আগবঢ়োৱা তত্ত্বসমূহ এনেধৰণৰ -- ৰাজতন্ত্রমূলক তত্ত্ব, অভিজাততন্ত্রমূলক তত্ত্ব, অৰাজকতামূলক তত্ত্ব, স্পিয়েৰমেনৰ দ্বি-উপাদান তত্ত্ব, থার্ষ্টোনৰ প্রাথমিক যোগ্যতা তত্ত্ব, ইত্যাদি।
- বুদ্ধি আৰু সৃজনশীলতাৰ মাজত কিছু পার্থক্য আছে। বুদ্ধি হৈছে ব্যক্তিৰ সহজাত ক্ষমতা, কিন্তু সৃজনশীলতা হৈছে ব্যক্তিৰ নিজ চিন্তা আৰু ক্রিয়াৰ যোগেদি নতুনৰ উদ্ভাৱন কৰিব পৰা ক্ষমতা।



১২.৬ অধিক জানিবলৈ

১) বৰুৱা, যতীন ঃ শিক্ষাৰ মনোবিজ্ঞান ভিত্তিক অধ্যয়ন।

২) ভূঞা, বীৰেণ ; চৌধুৰী, মিনতি ঃ প্রাৰম্ভিক পৰিসংখ্যা বিজ্ঞান, শিক্ষা আৰু মনস্তাত্ত্বিক পৰিমাপণ।



১২.৭ অগ্রগতিৰ খতিয়ান

১নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ

বুদ্ধি হৈছে বহল পৰিসৰৰ মানসিক যোগ্যতা , যি ব্যক্তিৰ অনুভূতি, চিন্তা আৰু ক্রিয়া আচৰণক সামগ্রিক ৰূপত প্রভাৱিত কৰে।

২নং প্রশ্ন উত্তৰ ঃ

আমেৰিকা যুক্তৰাষ্ট্রৰ মনোবিজ্ঞানী ডেভিড ৱেছলাৰৰ (David Weschler) সংজ্ঞাটো হ'ল -- " বুদ্ধি হৈছে ব্যক্তিৰ সামগ্রিক বা জাগতিক ক্ষমতা যাৰ যোগেদি তেওঁ

উদ্দেশ্যমূলকভাৱে কাম কৰিব পাৰে, যুক্তিযুক্তভাৱে চিন্তা কৰিব পাৰে আৰু পৰিৱেশৰ লগত উপযুক্তভাৱে আদান-প্ৰদান কৰিব পাৰে"

৩নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ বুদ্ধিৰ পাঁচটা বৈশিষ্ট্য হ'ল ঃ

- বুদ্ধি হৈছে ব্যক্তিৰ সহজাত ক্ষমতা।
- বুদ্ধি এক বিশিষ্ট যোগ্যতা যাৰ যোগেদি ব্যক্তিয়ে নিজ পৰিবেশ আৰু পৰিস্থিতিত সুস্থ-অসুস্থ বা অনুকূল -- প্ৰতিকূলভাৱে সমাযোজন কৰি তোলে।
- বুদ্ধিক শিক্ষা আহৰণৰ যোগ্যতাস্বৰূপে চিনাক্ত কৰা হয়।
- বুদ্ধি হৈছে স্বাভাৱিকতেই বহল পৰিসৰৰ মানসিক যোগ্যতা
- ভাষা, সংখ্যা, চিহ্ন, চিত্ৰ, বিশ্লেষণ আদি কৰিব পৰা যোগ্যতা বুদ্ধিৰ পৰিচায়ক।

৪নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ

থাৰ্ষ্টোনৰ তত্ত্বত সন্নিবিষ্ট হোৱা সাতোটা প্ৰাথমিক যোগ্যতা হ'ল -

(ক) মৌখিক যোগ্যতা (V)
(খ) সাংখ্যিক যোগ্যতা (N)
(গ) স্মৃতি (M)
(ঘ) দৈশিক যোগ্যতা (S)
(ঙ) প্ৰাত্যক্ষিক যোগ্যতা (P)
(চ) শব্দ ব্যৱহাৰৰ স্বাচ্ছন্দ্য (W)
(ছ) যুক্তি বিচাৰ (R)

৫নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ থৰ্নডাইকে বুদ্ধিক বহলভাৱে তিনিভাগত ভাগ কৰি দেখুৱাইছে --

- মূৰ্ত, বাস্তৱ বা বস্তুবাচক বুদ্ধি,
- বিমূৰ্ত বা ভাৱাত্মক বুদ্ধি আৰু
- সামাজিক বুদ্ধি।

৬নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ

বুদ্ধি পৰীক্ষাক বহলভাৱে দুই ভাগত ভগাব পাৰি -- ব্যক্তিকেন্দ্ৰিক আৰু সামূহিক পৰীক্ষা।

৭নং প্ৰশ্ন উত্তৰ ঃ

বিখ্যাত ইংৰাজ মনোবিদ চাৰ্লচ স্পিয়েৰমেনে একলেকটিক তত্ত্ব দাঙি ধৰিছিল; যাক দ্বিকাৰক তত্ত্ব বুলিও জনা যায়। এই তত্ত্বটোৱে দুটা কাৰক সন্নিৱিষ্ট কৰিছে - 'জি' কাৰক ('g' factor) আৰু 'এছ' কাৰক ('s' factor)। 'g' হ'ল এবিধ সাধাৰণ শক্তি অৰ্থাৎ সকলো বৌদ্ধিক কামতেই ইয়াৰ প্ৰয়োগ হয়, কিন্তু কামৰ প্ৰকৃতি অনুসৰি নিয়োজিত 's' ৰ পৰিমাণ বেলেগ বেলেগ। 's' কাৰক ব্যক্তি অনুসৰি পৃথক হোৱাৰ উপৰিও একেজন ব্যক্তিৰেই ভিন ভিন বিষয়ৰ ক্ৰিয়াত ই পৃথকৰূপে দেখা দিয়ে। উদাহৰণস্বৰূপে 'g' কাৰকৰ ফলত এজন ব্যক্তিয়ে অংকত বা সাহিত্যত পাৰদৰ্শিতা দেখুৱাব পাৰে, কিন্তু 's' কাৰকৰ ফলত এজন ব্যক্তিয়ে গান আৰু চিত্ৰাংকন আদি কাৰ্যত পাৰদৰ্শিতা দেখুৱাব পাৰে।



১২.৮ আৰ্হি প্ৰশ্ন

(ক) বস্তুধৰ্মী প্ৰশ্ন (৫০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ঃ বুদ্ধি বুলিলে কি বুজে ?

প্ৰশ্ন নং ২ঃ ৰেচলাৰে বুদ্ধিৰ বিষয়ে কি সংজ্ঞা আগবঢ়াইছে?

প্ৰশ্ন নং ৩ঃ বুদ্ধিৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ কি কি?

প্ৰশ্ন নং ৪ঃ থাৰ্ষ্টোনে আগবঢ়োৱা বুদ্ধিৰ ভাগসমূহ কি?

প্ৰশ্ন নং ৫ঃ মূৰ্ত বা বস্তুবাচক বুদ্ধি বুলিলে কি বুজে?

প্ৰশ্ন নং ৬ঃ বিমুৰ্ত বা ভাৱাত্মক বুদ্ধি বুলিলে কি বুজে?

প্ৰশ্ন নং ৭ঃ সামাজিক বুদ্ধি বুলিলে কি বুজে?

(খ) চুটি প্ৰশ্ন (১৫০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ঃ সৃজনশীলতাৰ পৰা বুদ্ধিক আপুনি কিদৰে পৃথক কৰিব? বৰ্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ২ঃ বুদ্ধি জন্মগত আৰু আৰ্জিত বুলি আপুনি কিদৰে যুক্তি আগবঢ়াব? বৰ্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৩ঃ বহল অৰ্থত বুদ্ধিৰ দুটা পৰীক্ষা কি কি?

প্ৰশ্ন নং ৪ঃ বুদ্ধিৰ বিষয়ে চমুকৈ বৰ্ণনা কৰক। ব্যক্তিকেন্দ্ৰিক ভাষিক পৰীক্ষাৰ বিষয়ে চমুকৈ বৰ্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৫ঃ বুদ্ধিৰ ব্যক্তিকেন্দ্ৰিক সম্পাদন পৰীক্ষাৰ বিষয়ে চমুকৈ বৰ্ণনা কৰক।

(গ) ৰচনাধৰ্মী প্ৰশ্ন (৩০০-৫০০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ঃ বুদ্ধি বুলিলে আপুনি কি বুজে? বুদ্ধিৰ প্ৰকৃতিৰ ক্ষেত্ৰত বিভিন্ন তত্ত্বসমূহ কি কি?

প্ৰশ্ন নং ২ঃ বুদ্ধিৰ বিভিন্ন তত্ত্বসমূহ কি কি? কোনটো তত্ত্বক আপুনি বেছি প্ৰত্যয়জনক বুলি ভাৱে আৰু কেনেকৈ ভাৱে?

প্ৰশ্ন নং ৩ঃ বুদ্ধিৰ বিষয়ে আটাইতকৈ বেছি উৎকৃষ্ট সংজ্ঞা কি হ'ব পাৰে বুলি আপুনি ভাৱে? বুদ্ধিৰ প্ৰকাৰসমূহ কি কি?

প্ৰশ্ন নং ৪ঃ বুদ্ধিৰ প্ৰকৃতিৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰক আৰু ইয়াক কিদৰে জুখিব পৰা যায়?

প্ৰশ্ন নং ৫ঃ ব্যক্তিকেন্দ্ৰিক পৰীক্ষা আৰু সমূহ পৰীক্ষাৰ মাজত পাৰ্থক্য নিৰূপণ কৰক। ইয়াৰ বিভিন্ন শ্ৰেণীবিভাগসমূহৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৬ঃ বুদ্ধিক কেনেকৈ জুখিব পৰা যায়? বুদ্ধিৰ বুদ্ধ্যাংক বুলিলে কি বুজে? ষ্টেণ্ডফৰ্ড বিনেৰ পৰীক্ষাৰ বিষয়ে চমুকৈ লিখক।

প্ৰশ্ন নং ৭ঃ সৃজনশীলতা বুলিলে কি বুজে? সৃজনশীলতাৰ প্ৰকৃতি কি কি? বুদ্ধি আৰু সৃজনশীলতাৰ মাজত থকা পাৰ্থক্যসমূহ কি কি?

অধ্যায় ১৩ ঃ ব্যক্তিত্ব আৰু ইয়াৰ উপাদানসমূহ

অধ্যায় গাঁথনি

১৩.১ উদ্দেশ্য
১৩.২ পৰিচয়
১৩.৩ ব্যক্তিত্বৰ সংজ্ঞা আৰু ইয়াৰ স্বৰূপ
১৩.৩.১ ব্যক্তিত্বৰ বৈশিষ্ট্য
১৩.৩.২ আবেগিক চিত্ত প্রবৃত্তি, চৰিত্র আৰু ব্যক্তিত্ব
১৩.৪ ব্যক্তিত্বৰ প্রজননিক আৰু সাংস্কৃতিক উপাদান
১৩.৫ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ
১৩.৬ অধিক জানিবলৈ
১৩.৭ অগ্রগতিৰ খতিয়ান
১৩.৮ আৰ্হি প্রশ্ন

১৩.১ উদ্দেশ্য

এই অধ্যায়টি অধ্যয়ন কৰি আপুনি ঃ

- ব্যক্তিত্বৰ ধাৰণা আৰু সংজ্ঞা সম্পর্কে জানিব পাৰিব,
- ব্যক্তিত্বৰ স্বৰূপ সম্বন্ধে জানিবলৈ সামর্থ হব,
- ব্যক্তিত্বৰ বিকাশত উপাদানসমূহৰ প্রভাৱৰ বিষয়ে জানিব পাৰিব।

১৩.২ পৰিচয়

সর্বসাধাৰণ মানুহৰ দৃষ্টিকোণৰ পৰা ব্যক্তিত্ব হ'ল ব্যক্তিৰ কোনো আকর্ষণীয় গুন। তেওঁলোকৰ মতে পৃথিৱীৰ কিছুমান মানুহে ব্যক্তিত্বৰ অধিকাৰী হৈ জন্মগ্রহণ কৰে আৰু কিছুমান মানুহে ব্যক্তিত্বৰ অধিকাৰী হব নোৱাৰে। ব্যক্তিত্বৰ অধিকাৰীসকলে পৃথিৱীত অসাধাৰণ সাফল্য লাভ কৰি সুখ্যাতিপূর্ণ জীৱন-যাপন কৰে আৰু ব্যক্তিত্বহীন লোকে যশস্যাহীনভাৱে সাধাৰণ জীৱন-যাপন কৰে।

মনোবৈজ্ঞানিক দৃষ্টিত ব্যক্তিত্ব হ'ল ব্যক্তিৰ চিন্তা, প্রৱনতা, গুন, আগ্রহ আৰু জীৱন দর্শনৰ এক জটিল সংগঠন। তেওঁলোকৰ দৃষ্টিত প্রত্যেক মানুহেই ব্যক্তিত্বৰ অধিকাৰী। যি ব্যক্তিয়ে নিজৰ ব্যৱহাৰ কথা-বতৰা, চাল-চলনৰ দ্বাৰা আনৰ চকুত চমক লগাব পাৰে তেওঁৰেই ব্যক্তিত্ব আছে বুলি সর্বসাধাৰণলোকে ভাবে। 'ব্যক্তিত্ব' শব্দটো কেৱল মাত্র মনোবিজ্ঞানতেই ব্যৱহৃত

নহয় আমাৰ দৈনন্দিন জীৱন ধাৰাতো ব্যৱহাৰ হয়। এই ব্যক্তিত্বৰ স্বৰূপৰ সম্পৰ্কত বিভিন্ন ধৰণৰ গৱেষণা চলিছে, তথাপিও কোনো সৰ্বসম্মত সিদ্ধান্ত আগবঢ়াব পৰা নাই।

মনোবৈজ্ঞানিকসকলে 'ব্যক্তিত্বৰ' সংজ্ঞা বিভিন্ন ধৰণে আগবঢ়াইছে যদিও এটা নিখুঁত সংজ্ঞা আগবঢ়াব পৰা নাই কাৰণ ব্যক্তিত্ব হ'ল এটা জটিল ধাৰণা। ব্যক্তিত্ব স্থিৰ নহয় ই পৰিবৰ্তনশীলহে কাৰণ পৰিবেশৰ প্ৰভাৱৰ ফলত ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্ব পৰিৱৰ্তনশীল হৈ থাকে। সামাজিক অৱস্থাৰ লগত সামঞ্জস্য বিধানৰ কাৰণে ব্যক্তিৰ গঠন, আচৰণৰ ধৰণ, আগ্ৰহ, ভাব-ভংগী, ক্ষমতা, সামৰ্থ, আন প্ৰৱণতাৰ বিশেষ সংহতি বা ঐক্যই হ'ল ব্যক্তিত্ব।

১৩.৩ ব্যক্তিত্বৰ সংজ্ঞা আৰু স্বৰূপ

ব্যক্তিত্বৰ ইংৰাজী প্ৰতিশব্দ 'Personality'। এই ইংৰাজী শব্দটো লেটিন ভাষাৰ 'Persona' শব্দৰ পৰা উৎপত্তি হৈছে। ইয়াৰ অৰ্থ হৈছে 'ভাৱৰীয়াৰ মুখা' (A player's Mask)। গ্ৰীক অভিনেতাসকলে নাটকৰ চৰিত্ৰত ভাওঁ দিওতে কেতবোৰ 'মুখা' (Mask) ব্যৱহাৰ কৰিছিল। নাট্যাভিনয়ত ভাৱৰীয়াসকলে বিভিন্ন ধৰণৰ মুখা পিন্ধে আৰু মুখাৰ আকৃতিৰ পৰাই দৰ্শকে গম পায় কোনজন নায়ক আৰু কোনজন খলনায়ক ইত্যাদি। এই দৃষ্টিভংগীৰ পৰা বিবেচনা কৰি আমি কব পাৰো যে এজন মানুহে আন মানুহৰ আগত যি ৰূপত ধৰা দিয়ে সেই ৰূপটোৱেই হ'ল মানুহজনৰ ব্যক্তিত্ব।

ব্যক্তিত্ব সম্বন্ধে মনোবৈজ্ঞানিক সকলে বেলেগ বেলেগ ধৰণৰ সংজ্ঞা আগবঢ়াইছে। তলত কেইটামান বিশেষ সংজ্ঞা আগবঢ়োৱা হ'ল-

এজন ব্যক্তিয়ে কোনো এক নিৰ্দিষ্ট পৰিস্থিতিত কি কৰিব সেই বিষয়ে ভৱিষ্যবাণী কৰাত যিয়ে সহায় কৰে সেয়েই ব্যক্তিত্ব— কেটেল (R.B. Cattell) (Personality is that which permits a prediction of what a person will do in a given situation - Raymond B. Cattell)

মনোবিদ উডৱৰ্থ আৰু মাৰ্কুইছে (Woodworth and Marquis) মত দিয়ে যে- ব্যক্তিত্ব হৈছে আচৰণৰ সৰ্বমুঠ গুনৰাশি যি তেওঁৰ বৈশিষ্ট্যপূৰ্ণ অভ্যস্ত চিন্তা আৰু তাৰ প্ৰকাশ, মনোবৃত্তি, আগ্ৰহ, ক্ৰিয়া পদ্ধতি আৰু নিজ জীৱন দৰ্শনত প্ৰকাশ লাভ কৰে। (Woodworth and Marquis define Personality as " the total quality of an individual's behaviour as it is revealed in his characteristic habit of thought and expression, his attitudes, interests and his own philosopy of life").

কিম্বল য়ুঙে (Kimble Young) মত প্ৰকাশ কৰে যে— "ব্যক্তিত্ব হৈছে ব্যক্তিৰ কেতবোৰ সংগঠিত ভাৱ, মনোবৃত্তি, সংলক্ষণ, মূল্যবোধ আৰু অভ্যাস যাক তেওঁ আনৰ লগত তথা নিজৰ লগতো আদান প্ৰদানত এক ভূমিকা আৰু সংস্থিতি (Status) স্বৰূপে গঢ় দি তোলে।

(Kimble Young : "Personality refers to the more, or less organised body of ideas, atitudes, traits, values and habits which an individual has benifit into roles and status for dealing with others and with himself)

ব্যক্তিত্বৰ বিস্তৃতি অধ্যয়নকাৰী মনোবিজ্ঞানী এলপোর্টৰ মতে ব্যক্তিত্ব মানে হৈছে ব্যক্তিৰ অভ্যন্তৰত ঘটা মনোবৈজ্ঞানিক তন্ত্রসমূহৰ এক গতিশীল সংগঠন যি পৰিৱেশৰ লগত হোৱা ব্যক্তিৰ অদ্বিতীয় সমাযোজন নির্ধাৰণ কৰে- (Allport) Personality is the dynamic organisation within the individual of those Psycho-Physical system that determine its Unique adjustment to his environment)

ওপৰত উল্লেখ কৰা সংজ্ঞাসমূহৰ মাজত প্রকাশৰ বৈসাদৃশ্য থাকিলেও চিন্তাৰ সাদৃশ্য আছে। ইয়াৰ পৰা কব পাৰি যে এজন ব্যক্তিৰ সহজাত জৈৰিক শক্তিসমূহ তেওঁৰ পৰিবেশ অথবা সমাজত সুসংগঠিত আৰু বিকশিত কৰি তোলাৰ পৰিণতিয়ে হৈছে ব্যক্তিত্ব। চমুকৈ কব পাৰি যে ব্যক্তিৰ যি স্বাভাৰিক লক্ষণ আছে আৰু যিবোৰ আচৰণৰ মাজেদি তাক প্রকাশ কৰে, সেয়ে ব্যক্তিত্বৰ মূল উপাদান। সামগ্রিক ৰূপত এজন লোকৰ যি আছে বা হৈছে সেয়ে ব্যক্তিত্ব।

ওপৰৰ চাৰিটা সংজ্ঞাৰ ভিতৰত এলপোর্টৰ সংজ্ঞাই আটাইতকৈ সন্তোষজনক বুলি কব পাৰি, কাৰণ ইয়াত ব্যক্তিত্বৰ আটাইবিলাক দিশ সাঙোৰ খাই আছে। ইয়াত গতিশীল শব্দটোৱে ইয়াকে বুজাইছে যে- ব্যক্তিত্বৰ অনবৰতে পৰিৱর্তন হৈ থাকে আৰু পৰিবেশৰ লগত হোৱা সমাযোজনৰ জৰিয়তে নিৰবিচ্ছিন্ন ভাৱে ইয়াৰ ক্রমবিকাশ হৈ থাকে।

ইয়াত দুটা প্রণালী সাঙোৰ খাই আছে। (১) মানসিক আৰু (২) দৈহিক আৰু এই দুয়োটা প্রণালীকে আভ্যন্তৰীণ আৰু বাহ্যিক পৰিবেশৰ লগত অন্তঃক্রিয়া কৰে। নির্দ্ধাৰণ কৰা শব্দটিৰ জৰিয়তে ইয়াক বুজাইছে যে এই মন দৈহিক প্রণালীটোৱেই প্রাণীক ক্রিয়াশীল হ'বৰ বাবে ইন্ধন যোগায়।



জানি থোৱা ভাল

- ব্যক্তিয়ে নিজ পৰিবেশত কৰা সমাযোজনৰ পৰিণতিয়েই ব্যক্তিত্ব।
- এজন লোকে যি সামাজিক আৰু সাংস্কৃতিক প্রভাৱৰ মাজত থাকে সি তেওঁৰ ব্যক্তিত্বৰ যোগেদি প্রকাশ লাভ কৰে।



অগ্রগতিৰ নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ১ ঃ ব্যক্তিত্ব কি?

.....

.....

.....

প্রশ্ন নং ২ ঃ ব্যক্তিত্বৰ যিকোনো এটা সংজ্ঞা উল্লেখ কৰক?

.....

.....

ব্যক্তিত্বৰ স্বৰূপ (Nature of Personality) ঃ ব্যক্তিত্ব কোনো অংশবিশেষৰ সমষ্টি নহয়। এ এটা সামগ্রিক ধাৰণা। আমি কোনো এজন ব্যক্তিৰ ব্যক্তিত্ব তেওঁৰ শাৰীৰিক, বৌদ্ধিক অথবা চাৰিত্রিক বৈশিষ্ট্যৰ ওপৰত নির্ভৰ কৰি চিহ্নিত কৰিব নোৱাৰো। কিন্তু এই সকলোবোৰ উপাদানৰ সম্মিলিত ক্রিয়াৰ সময়তে তেওঁৰ ব্যক্তিত্ব গঠন কৰে। ব্যক্তি এজনৰ দৈহিক আকাৰ-আকৃতি, তেওঁৰ সাজ-পোছাক, কথা-বতৰা, মুখমণ্ডলৰ গঠন আৰু প্রকাশ ভংগী, অংগসঞ্চলন, স্বভাৱ-চৰিত্র আদি লক্ষ্য কৰি মানুহে ব্যক্তিজনৰ ব্যক্তিত্বৰ বর্ণনা কৰে।

কিন্তু 'ব্যক্তিত্ব' শব্দটো মনোবিজ্ঞানত এক বিশেষ অর্থ সূচকভাৱে প্রয়োগ কৰা হয়। ব্যক্তিয়ে জৈৱিক বা জন্মগতভাৱে আহৰণ কৰা মনৰ দৈহিক গুনসমূহ নিজ পৰিবেশৰ যিকোনো পৰিস্থিতিত সমাযোজন কৰি উঠাৰ ফলস্বৰূপে এক সুসংগঠিত ৰূপত স্থায়ীভাবে গঢ়ি উঠা অৱস্থাই হৈছে ব্যক্তিত্ব। এই কথাটো এনেকৈয়ে ব্যাখ্যা কৰিব পাৰি যে জন্মগতভাৱে প্রতিজন লোকেই হৈছে এক জৈৱিক অস্তিত্ব। এই জৈৱিক উপাদানবোৰ পূৰণৰ বাবে তেওঁ জন্ম লাভ কৰা পৰিবেশটোৰ সন্মুখীন হয়। সেয়েহে সংক্ষেপে কব পাৰি যে ব্যক্তিৰ জৈৱিক বংশগতি আৰু সামাজিক প্রভাৱৰ পাৰস্পৰিকতাৰ পৰিণতিয়েই হৈছে ব্যক্তিত্ব।

ব্যক্তিত্ব কিছুমান অসংলগ্ন সংলক্ষণৰ কেৱল যোগফল নহয়, ই এক সংগঠিত সত্তা। দ্বিতীয়তে এই সংগঠিত সত্তাটো গতিশীল অর্থাৎ ইয়াৰ অনবৰতে পৰিবর্তন হৈ থাকে আৰু পৰিৱেশৰ লগত হোৱা সমাযোজনৰ জৰিয়তে নিৰৱচ্ছিন্নভাৱে ইয়াৰ ক্রমবিকাশ হৈ থাকে। ব্যক্তিত্ব এজন লোকৰ সমগ্র দেহ-মনৰ ঐক্য সামঞ্জস্য আৰু সু-সংগঠনৰ প্রতীক। ইয়াৰ মাজেদি ব্যক্তিৰ সকলোবোৰ সংলক্ষণ (Trait) সামূহিক আৰু সু-সংগঠিত ৰূপত প্রকাশ পায়। সেয়ে সমূহ সংলক্ষণৰ সমষ্টিকেই ব্যক্তিত্বৰ যথার্থ স্বৰূপ বুলিও কোৱা হয়।

১৩.৩.১ ব্যক্তিত্বৰ বৈশিষ্ট্য (Characteristics of personality)

আমি দেখিবলৈ পালো মনস্তাতিকসকলে কেনেকৈ বিভিন্ন ধৰণে ব্যক্তিত্বৰ সংজ্ঞা আগবঢ়াইছে। অৱশ্যে সংজ্ঞাৰ ক্ষেত্ৰত ভিন্নতা থাকিলেও কিন্তু ব্যক্তিত্বৰ কেতবোৰ উমৈহতীয়া লক্ষণৰ সম্পৰ্কত তেওঁলোক একমত। ব্যক্তিত্বৰ প্ৰকৃতি সম্বন্ধে আমাৰ উপলব্ধি স্পষ্ট হ'ব যদিহে আমি এই বৈশিষ্ট্য বা লক্ষণসমূহ অধ্যয়ন কৰো। সেইবোৰ হ'ল —

- **অদ্বিতীয়** ঃ প্ৰত্যেক ব্যক্তিৰে অদ্বিতীয় আৰু প্ৰত্যেকেই প্ৰত্যেকৰপৰা পৃথক। কাৰণ জন্মতে কোনো দুজন ব্যক্তি কেতিয়াও একে নহয়। আনকি যজা সন্তানৰ মাজতো একে গুণ, বৈশিষ্ট্য দেখা পোৱা নাযায়।
- **গতিশীল** ঃ মানুহৰ ব্যক্তিত্ব গতিশীল। ব্যক্তিত্ব স্থিৰ বা অপৰিৱৰ্তনীয় নহয়, পৰিৱৰ্তনশীলহে।
- **মনো-দৈহিক স্বত্বা** ঃ ব্যক্তিত্ব দৈহিক আৰু মানসিক দুয়ো প্ৰকাৰৰ গুণেৰে তৈয়াৰী হোৱা এটা সুকীয়া স্বতা। প্ৰত্যেক ব্যক্তিয়ে যেতিয়া জন্মগ্ৰহণ কৰে তেতিয়া তেওঁৰ ভিতৰত অন্তনিৰ্হিত সম্ভাৱনা কিছুমান নিহিত হৈ থাকে।
- **আত্মচেতনা** ঃ আত্ম-চেতনা আৰু আত্ম নিয়ন্ত্ৰণৰ ক্ষমতাই হ'ল ব্যক্তিত্বৰ আন এটা বৈশিষ্ট্য। এটা কুকুৰ বা গৰুৰ ব্যক্তিত্ব নাই কাৰণ সিহঁতৰ আত্ম চেতনা বোধ নাই।
- **সংগঠন** ঃ ব্যক্তিস্বতা বুলিলে কোনো এটা বিশেষ আচৰণ নুবুজায়। সেই আচৰণৰ অন্তৰালত থকা জৈৱ মানসিক সংগঠনকহে বুজায়।
- **সামাজিক** ঃ ব্যক্তিস্বত্বাই পৰিবেশৰ লগত সঙ্গতি বিধানত সহায় কৰে। অর্থাৎ সামাজিক পৰিবেশৰ ভিতৰেদিহে ব্যক্তিৰ ব্যক্তিত্বই আত্মপ্ৰকাশ কৰে। সমাজৰ আচাৰ ব্যৱহাৰ ৰীতি-নীতি আদিৰ লগত সংগতি ৰাখি সমাযোজন কৰিব লাগে।
- **সংগতিপূৰ্ণতা বা স্থিৰতা** ঃ সঙ্গতিপূৰ্ণ বা স্থিৰতা হ'ল ব্যক্তিত্বৰ এক বৈশিষ্ট্য। এজন ব্যক্তিক পৰিস্থিতি অনুসৰি তেওঁৰ চৰিত্ৰত প্ৰতিফলিত হোৱা সঙ্গতিপূৰ্ণ লক্ষণসমূহৰ পৰা চিনি উলিয়াব পাৰি।

  গতিকে ব্যক্তিত্বক কোনো ব্যক্তিৰ আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তিৰ সৈতে একে বুলি ধৰিব নালাগে।

১৩.৩.২ আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তি, চৰিত্ৰ আৰু ব্যক্তিত্ব

ব্যক্তিত্বৰ লগত প্ৰায়েই দুটা শব্দৰ মাজত খেলি মেলিৰ সৃষ্টি হয় সেই দুটা হ'ল আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তি আৰু চৰিত্ৰ। কোনো কোনো মনোবৈজ্ঞানিকে ব্যক্তিত্ব

আৰু আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তিৰ মাজত কোনো পাৰ্থক্য নেদেখে। আবেগৰ স্বভাৱৰ প্ৰক্ৰিয়াক আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তি বুলি কোৱা হয়। ব্যক্তি এজনৰ আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তি পৰিবেশৰ দ্বাৰাও নিৰ্ণয় কৰিব পাৰি। চিত্ত প্ৰবৃত্তিক আবেগিক প্ৰৱণতা প্ৰণালীও বুলিব পাৰি। এই আবেগিক প্ৰৱণতাই ব্যক্তিৰ ব্যক্তিত্বৰ কেৱল অনুভূতি সম্পৰ্কীয় দিশটোহে প্ৰতিফলিত কৰো বস্তুনিষ্ঠ ভাবে বিবেচনা কৰিলে আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তি ব্যক্তিৰ জীৱনৰ কেৱল আবেগিক জীৱনটোহে। তদুপৰি ব্যক্তিৰ চিত্ত প্ৰবৃত্তি তেওঁৰ বংশত বৈশিষ্ট্যৰ ওপৰত নিৰ্ভৰশীল। ব্যক্তিত্বৰ পৰিসৰ ইয়াতকৈ বহু বেছি। মানসিক জীৱনৰ, জ্ঞান অনুভূতি আৰু ক্ৰিয়া এই সকলোবোৰেই ব্যক্তিত্বৰ ক্ষেত্ৰত সমানেই বিকশিত হয়।

ব্যক্তিত্ব আৰু চৰিত্ৰ দুইটা শব্দ সালসলনি কৰি প্ৰায়েই প্ৰকাশ কৰিব পাৰি। চৰিত্ৰই ব্যক্তি এজনৰ নৈতিক দিশটো মূল্যায়ণ কৰে। চৰিত্ৰ হৈছে ব্যক্তিত্বৰ নৈতিক মূল্যায়ন কৰা কাৰ্য আৰু ব্যক্তিত্ব হৈছে চৰিত্ৰৰ বিমূল্যায়ন কৰা কাৰ্য এটা হ'ল নৈতিক আৰু আনটো হ'ল মনস্তাতিক অভিধাৰণা। ব্যক্তিত্বৰ অভিধাৰণা হ'ল ব্যাপক আৰু চৰিত্ৰ হ'ল ইয়াৰ এটা এৰাব নোৱাৰা অঙ্গ।

সেয়েহে আমি ক'ব পাৰো যে এই তিনিওটা -আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তি, চৰিত্ৰ আৰু ব্যক্তিত্ব ওচৰা-ওচৰিকৈ এটা আনটোৰ লগত সম্পৰ্কিত আৰু প্ৰথম দুয়েটা ব্যক্তিত্বৰ অতি দৰকাৰী অংশ।



জানি থোৱা ভাল

- ব্যক্তিত্ব হৈছে গতিশীল।
- সমূহ সংলক্ষণৰ সমষ্টিকেই ব্যক্তিত্বৰ যথাৰ্থ স্বৰূপ বুলিও কোৱা হয়।
- প্ৰত্যেক ব্যক্তিৰে ব্যক্তিত্ব অদ্বিতীয়।
- মানুহৰ ব্যক্তিত্বই মানুহজন।
- আত্ম-চেতনা আৰু আত্ম নিয়ন্ত্ৰণৰ ক্ষমতাই হ'ল ব্যক্তিত্বৰ আন এটা বৈশিষ্ট্য।
- ব্যক্তিত্ব এটা সামাজিক অভিধাৰণা।



অগ্ৰগতিৰ নিৰীক্ষণ

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ হয় নে নহয় উত্তৰ দিয়ক—

ক) 'Personality' শব্দটো লেটিন ভাষাৰ 'Persona' শব্দৰ পৰা উৎপত্তি হৈছে। (হয় / নহয়)

খ) বংশগতি আৰু পৰিৱেশৰ ফলাফলে হ'ল ব্যক্তিত্ব। (হয় / নহয়)

গ) ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্ব স্থিতিশীল। (হয় / নহয়)

ঘ) শাৰীৰিক অৱয়বৰ ওপৰত নির্ভৰ কৰি এজন ব্যক্তিৰ আমি নির্ণয় কৰিব নোৱাৰো। (হয় / নহয়)

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ ব্যক্তিত্বৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ উল্লেখ কৰক ?

.....

.....

প্ৰশ্ন নং ৫ ঃ চমুকৈ লিখক ঃ

ক) আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তি

.....

খ) চৰিত্ৰ

.....

১৩.৪ ব্যক্তিত্বৰ প্ৰজননিক আৰু সাংস্কৃতিক উপাদান

ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্বত তেওঁৰ ক্ৰমবিকাশৰ কালছোৱাত দুটা বহল দিশৰ প্ৰভাৱ পৰে। তাৰ এটা হ'ল বংশগতি আৰু আনটো হ'ল সাংস্কৃতিক প্ৰভাৱ। বংশগতিৰ প্ৰভাৱ হৈছে স্থিতিশীল আৰু সাংস্কৃতিক উপাদানৰ প্ৰভাৱ হৈছে গতিশীল বা পৰিৱৰ্তনীয়। এই দুই দিশৰ সামগ্ৰিক বিধৰ প্ৰভাৱৰ পাৱস্পৰিকতাৰ পৰিণতিয়েই হৈছে ব্যক্তিত্ব। তলত এই সম্বন্ধে বহলকৈ আলোচনা কৰা হ'ল-

ক) প্ৰজননিক বা বংশগতিৰ প্ৰভাৱসমূহ ঃ বংশানুক্ৰমে যি জৈৱিক গুণ, বিভূতি বা শক্তি পূৰ্বপুৰুষৰ পৰা উত্তৰ পুৰুষলৈ গতি কৰে সেয়ে বংশগতি। ব্যক্তিত্বৰ বিকাশত প্ৰভাৱ পেলোৱা কেইটামান জৈৱিক উপাদানৰ বিষয়ে তলত উল্লেখ কৰা হ'ল-

- **অনালী আৰু অন্তক্ষৰা গ্ৰন্থী** (Ductless and Endocrine Glands) ঃ মানুহৰ ব্যক্তিত্ব ভিন্ন ভিন্ন ৰূপত গঢ় লৈ উঠাৰ দিশত অন্তক্ষৰা গ্ৰন্থিসমূহে পেলোৱা দেহ-ৰাসায়নিক প্ৰভাৱ মন কৰিবলগীয়া। দেহৰ অভ্যন্তৰ ভাগৰ ভিন ভিন অঞ্চলত থকা ক্ষৰণকাৰী গ্ৰন্থিৰ যোগেদি সংঘটিত হয়। সেইবাবে ইয়াক অন্তঃক্ষৰা গ্ৰন্থি স্বৰূপেও জনা যায়। দেহৰ বহিঃ আৰু অন্তৰ্ভাগৰ পৰিবেশ আৰু পৰিস্থিতি আৰু তাৰ পৰিৱৰ্তন অনুসৰি কৰা দৈহিক প্ৰতিক্ৰিয়াস্বৰূপ এই অন্তক্ষৰণ কাৰ্য্য সংঘটিত হয়। এইবিধ গ্ৰন্থিয়ে 'হৰম'ন' (Hormone) নামৰ এবিধ তৰল পদাৰ্থক দেহৰ ৰক্ত সঞ্চালনৰ সোতত নিসৃত কৰে। ইয়াৰ ফলত ব্যক্তিৰ দৈহিক গঠন, আৰু আচৰণ, আবেগিক প্ৰকাশ আৰু পৰিচালনা

হয় তাৰ নিয়ন্ত্রণ আদি অনুকুল ৰূপত প্রভাবিত হৈ উঠে। এই গ্রন্থিসমূহ হ'ল— পিটুইটেৰী গ্রন্থি (Pituitary Glands) গলগ্রন্থি (Thyroid Glands) অধিবৃক্ক গ্রন্থি (Adrinal Glands) যৌন গ্রন্থি (Sex Glands or gonads) এই গ্রন্থিবোৰৰ অতিক্ষৰণ বা অল্পক্ষৰণে ব্যক্তিৰ দেহ-মনৰ বিকাশক অস্বাভাৱিক কৰি তোলে। ব্যক্তিত্ব নির্ধাৰণ কৰাত এই গ্রন্থিবোৰৰ ভূমিকা যথেষ্ট দৰকাৰী।

- **দৈহিক গঠন** (Physique) ঃ এজন লোকৰ দৈহিক আকাৰ, আকৃতি আদি ব্যক্তিত্বৰ উপাদানস্বৰূপে সহজেই আমাৰ চকুত পৰে। এই দৈহিক গঠনসমূহ হ'ল ব্যক্তিৰ জৈৱিকভাৱে প্রভাৱিত হোৱা এক শক্তিশালী গুণ। শাৰিৰীক বৈশিষ্ট্যতাই এজন ব্যক্তিৰ চাল-চলন, আচৰণ আদিৰ ওপৰত প্র ভাৱ পেলায়।

ব্যক্তিত্বৰ মানসিক উপাদানবোৰৰ ভিতৰত বিভিন্ন মানসিক শক্তি আৰু তাৰ প্রতিক্রিয়াশীল ক্ষমতা আদি অন্তর্ভূক্ত কৰিব পাৰি। ইয়াৰ ভিতৰত বুদ্ধি, চিন্তা, যুক্তি, বিচাৰ ক্ষমতা আদি অন্তর্ভূক্ত কৰিব পাৰি। এনেবোৰ মানসিক ক্ষমতাই ব্যক্তিৰ ক্রিয়া আচৰণৰ মানদণ্ড নির্ধাৰণ কৰে আৰু তাক পৰিচালনা কৰাত সহায় কৰে।

প্রত্যেক ব্যক্তিৰ ক্ষেত্রত প্রকৃতি-বনাম প্রতিপালন (Nature-Nurture) পাৰস্পৰিক প্রভাব একপ্রকাৰ অসাধাৰণ আৰু অন্যান্য। বংশগতিৰ পার্থক্য নির্ণয় কৰিবলৈ যমজ সন্তানৰ (Twins) অধ্যয়ণ বিশেষভাবে গ্রহণযোগ্য। উদাহৰণ স্বৰূপে অভিন্ন যমজ (Identical Twins) সন্তানে একোবিধ জীন জন্মসূত্রে কঢ়িয়াই অনাৰ বাবে সিহতৰ মাজত কোনো জৈৱিক প্রভেদ নেথাকে। ব্যক্তিত্বৰ গুণ বা সংলক্ষনবোৰৰ ক্ষেত্রত অভিন্ন যমজ সন্তানৰ মাজত সাদৃশ্য থাকে। অভিন্ন যমজৰ ওপৰত পৰিবেশৰ ভিন্নতায়ো প্রভাৱ পেলাব নোৱাৰে। এনেবোৰ তথ্যই বংশগতিৰ প্রভাৱ আৰু ব্যক্তিত্ব গঠনত ইয়াৰ আধিপত্যক প্রতিপন্ন কৰি তোলে। জৈৱিক প্রক্রিয়াৰ জৰিয়তে লাভ কৰা বংশগতিক জৈৱিক বংশগতি (Biological Heredity) বুলি কোৱা হয়। আমাৰ চেহেৰা, বুদ্ধি, মেজাজ, আৱেগিকতা আদি আমি জন্ম সুত্রে - পূর্ব পুৰুষৰ পৰা লাভ কৰো। এই আটাইবোৰ আমাৰ ব্যক্তিৰ একোটা সংলক্ষণ ৰূপে প্রকাশ পায়। আমাৰ শাৰিৰীক সংলক্ষণৰূপে প্রকাশ পোৱা এটা চেহেৰাৰ অধিকাৰী হবলৈ হলে পূর্ব পুৰুষৰ শৌর্য্য-বীর্য্যৰ প্রভাৱ পাব লাগিব। মানসিক দিশতো উন্নত চিন্তা চর্চা কৰিবপৰা শক্তি, বুদ্ধিমত্তা, গতিশীলতা, সংযমী মনোভাৱ আদি গুণবোৰ বিকাশ লাভ কৰি উচ্চ মানসিকতাৰ পৰিচয় দিবলৈ হলে উচ্চধিকাৰী সুত্রে তেনেবোৰ গুণ লাভ কৰিব লাগিব। সমাজ প্রৱণতাও মানুহৰ তেনে এটা গুন। মানুহৰ তেজত সমাজ প্রিয়তাৰ প্রৱণতাৰ লক্ষণ জড়িত হলেহে সামাজিক জীৱনত প্রতিপত্তি লাভ কৰিব পাৰে। নৈতিকতাৰ বিকাশৰ ক্ষেত্রতো পূর্ব পুৰুষৰ প্রভাৱ অস্বীকাৰ কৰিব নোৱাৰি। সেয়েহে ব্যক্তিত্ব বিকাশত বংশগত

গুনবোৰৰ প্ৰভাৱ স্পষ্টভাৱেই উপলব্ধি কৰিব পৰা যায়। ব্যক্তিৰ জৈৱিক বংশগতিৰেই প্ৰভাৱত বা পৰিণতিস্বৰূপে দেহৰ স্নায়ুবিক গাঠনিক ব্যক্তিত্বৰ নিৰ্ধাৰণকাৰী গুনস্বৰূপে গণ্য কৰিব পাৰি। ব্যক্তিৰ স্নায়বিক গঠন প্ৰক্ৰিয়াই তেওঁৰ পৰিবেশৰ বিভিন্ন বিষয় আৰু পৰিস্থিতিৰ প্ৰতি কৰা প্ৰতিক্ৰিয়া আৰু আচৰণ নিৰ্ধাৰণ আৰু পৰিচালনা কৰে। সেইবাবে দেহৰ স্নায়বিক ক্ৰিয়াৰ উপযুক্ততাক ব্যক্তিত্ব নিৰ্ধাৰণকাৰী জৈৱিক প্ৰভাৱ স্বৰূপে গণ্য কৰিব পাৰি।

খ) **সাংস্কৃতিক উপাদান ঃ** সংস্কৃতি আৰু পৰিবেশে ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্ব বিকাশত প্ৰভাৱ পেলায়। ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্ব ক্ৰমান্বয়ে সংস্কৃতিৰ দ্বাৰাহে গঠন হয়। পৰিবেশেই হৈছে এজন লোকৰ ব্যক্তিত্ব নিৰ্ধাৰণকাৰী মৌলিক উপাদান। এটি শিশু ভৱিষ্যতে কেনে ধৰণৰ ব্যক্তিত্বত পৰিণত হ'ব সি সেই পৰিবেশৰ ওপৰতেই নিৰ্ভৰ কৰে। আমাৰ সামাজিক সাংস্কৃতিক, ধৰ্মীয় আৰু অৰ্থনৈতিক পৰিবেশ আদিৰ একো একোটা বৈচিত্ৰপূৰ্ণ প্ৰভাৱ থাকে। পৰিবেশীয় প্ৰভাৱৰ এনে বিচিত্ৰতা আৰু ভিন্নতাই ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্বত প্ৰভাৱ পেলায়। কাৰণ ব্যক্তিত্ব গঠনত ভাষা-জ্ঞান, বিজ্ঞান, সামাজিক নীতি-নিয়ম, ধৰ্মীয় আদৰ্শ, জীৱন নিৰ্বাহ পদ্ধতি, আস্থা, নিস্থা, বিশ্বাস আদি সাংস্কৃতিক উপাদানবোৰৰ প্ৰভাৱ থাকে। সংস্কৃতি হ'ল এটা জাতি বা এখন সমাজৰ পৰা নিগৰি ওলোৱা এখন ছবি। মানুহ হৈছে সামাজিক জীৱ আৰু সংস্কৃতি হৈছে সামাজিক উত্তৰাধিকাৰ। মানুহ এজন কি ভাবে, কি চিন্তা কৰে তাক সেই সমাজৰ সংস্কৃতিৰ দ্বাৰা প্ৰতিনিধিত্ব কৰে। সাংস্কৃতিক উপাদানবোৰৰ প্ৰভাৱ ভিন্ ভিন্ হোৱা বাবে বিভিন্ন সংস্কৃতিয়ে মানুহৰ ব্যক্তিত্বৰ বৈশিষ্ট্যক পৃথক পৃথক ৰূপত গঢ় দি তোলে।

শিশুসকলৰ ব্যক্তিত্ব গঠনত একোটা সম্প্ৰদায়ৰ প্ৰভাৱো মন কৰিবলগীয়া। এটা সম্প্ৰদায়ৰ লোকসকলে একোটা সীমিত ভৌগলিক অঞ্চলত বসবাস কৰে আৰু তাৰ সদস্যসকলৰ মাজত তেজৰ সম্বন্ধ বা জৈৱিক প্ৰভাৱ থাকে। তেওঁলোকৰ আস্থা, নিস্থা, বিশ্বাস, ধৰ্ম, ৰীতি-নীতি, উৎসৱ-পৰ্ব আদিৰ যোগেৰে গঢ়ি তোলা সাংস্কৃতিৰ প্ৰভাৱ ব্যক্তিত্বৰ ওপৰত পৰে।

ব্যক্তিত্ব নিৰ্ধাৰকাৰী প্ৰভাৱ স্বৰূপে ঘৰখনৰ প্ৰভাৱো নুই কৰিব নোৱাৰি। ব্যক্তিত্ব গঠনকাৰী স্বৰূপে আবেগিক জীৱনৰ সুস্থ অসুস্থ প্ৰভাৱ, আৱেগৰ পৈনতা, আবেগিক নিৰাপত্তা আদি গৃহ পৰিবেশে নিৰ্ধাৰণ কৰে।

ব্যক্তিত্ব গঠনৰ বাবে প্ৰয়োজন হোৱা নৈতিক আৰু আধ্যাত্মিক অনুভূতি, আনুগত্য আৰু অনুশাসনৰ মনোভাৱক ই গঢ়ি তোলে। ব্যক্তিৰ শিক্ষা অভিজ্ঞতা, মনোভাৱ মূল্যবোধ আৰু জীৱন দৰ্শন আদিও গৃহ পৰিবেশেই আমাৰ ব্যক্তিত্বত গঢ় দি তোলে।

ব্যক্তিত্ব গঠনৰ ক্ষেত্ৰত গৃহৰ ঠিক পিছতেই বিদ্যালয়ৰ ভূমিকাও নুই কৰিব

নোৱাৰি। বিদ্যালয়ৰ পাঠ্যক্রম আধুনিক যুগৰ লগত খাপ খোৱা, বিভিন্ন বয়সৰ লৰা-ছোৱালীৰ চাহিদা পূৰণ কৰিব পৰা আৰু সামগ্রিকভাবে অর্থপূর্ণ আৰু মনোগ্রাহী নহলে শিক্ষা কেৱল অলংকাৰ স্বৰূপে হৈ ৰব। সহঃ পাঠ্যক্রমিক কার্য্যাৱলীয়ে ছাত্র-ছাত্রীৰ বিভিন্ন দিশত থকা সম্ভাৱনীয়তাসমূহ বাস্তৱত ৰূপায়িত কৰাত সহায় কৰে। বিদ্যালয়ৰ সহপাঠী, অন্যান্য বন্ধু-বান্ধৱ আৰু চুবুৰিৰ একে বয়সৰ সমনীয়াসকলে লৰা-ছোৱালীৰ ব্যক্তিত্বত গুৰুত্বপূর্ণ প্রভাৱ পেলায়। লৰা-ছোৱালীৰ সামাজিকীকৰণ (Socialization) ত সমনীয়া দল এক শক্তিশালী মাধ্যম। সমনীয়াৰ পৰাই লৰা-ছোৱালীয়ে সহযোগিতা, আনুগত্য, নেতৃত্ব আদি সামাজিক গুণ আয়ত্ব কৰে। বিদ্যালয়ৰ অনুপযুক্ত অৱস্থানে যেনেকৈ লৰা-ছোৱালীৰ বিকাশত অশুভ প্রভাৱ পেলায় ঠিক তেনেকৈ পৰিয়ালৰ অৱস্থানেও অর্থাৎ ঘৰৰ চৌপাশৰ চুবুৰিয়েওঁ লৰা -ছোৱালীৰ ব্যক্তিত্বৰ ওপৰত গুৰুত্বপূর্ণ প্রভাৱ পেলায়। একে চুবুৰিত বাস কৰা পৰিয়ালবিলাকৰ শৈক্ষিক, নৈতিক, পার্থক্য, সামাজিক আৰু সাংস্কৃতিক বৈশিষ্ট্যসমূহে সেই চুবুৰিৰ লৰা-ছোৱালীৰ ব্যক্তিত্বৰ ওপৰত অহৰহ ক্রিয়া কৰি থাকে।



অগ্রগতিৰ নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৬ ঃ ব্যক্তিত্বৰ ওপৰত প্রভাৱ পেলোৱা উপাদানসমূহ কি কি?

.....

.....

.....

প্রশ্ন নং ৭ ঃ 'ব্যক্তিত্ব বিকাশত সংস্কৃতি আৰু পৰিবেশৰ একধনাত্মক প্রভাৱ আছে' — ব্যাখ্যা কৰক।

.....

.....



১৩.৫ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

- ইংৰাজী 'Personality' শব্দটো লেটিন ভাষাৰ 'Persona' শব্দৰ পৰা উৎপত্তি হৈছে। ইয়াৰ অর্থ হৈছে পুৰণি গ্রীক নাটকৰ অভিনেতাসকলে চৰিত্র ৰূপায়ন কৰিবৰ বাবে প্রয়োগ কৰা মুখা বা 'Mask'। এজন সাধাৰণ মানুহে ব্যহিকভাৱে ব্যক্তিয়ে

প্ৰকাশ কৰা প্ৰতিক্ৰিয়া আৰু আচৰণৰ গুনাগুন আদি লক্ষ্য কৰি আৰু বিচাৰ কৰি তাক প্ৰকাশৰ বাবে 'ব্যক্তিত্ব' শব্দৰ প্ৰয়োগ কৰে। ব্যক্তিজনৰ দৈহিক আকাৰ-আকৃতি, তেওঁৰ সাজ-পোছাক, মুখাবয়বৰ গঠন, প্ৰকাশ ভংগী, স্বভাৱ-চৰিত্ৰ আদি লক্ষ্য কৰি ব্যক্তিত্বৰ বৰ্ণনা কৰে।

- ব্যক্তিত্ব এক বিমুৰ্ত আৰু ভাৱাত্মক বিষয় যি ব্যক্তিৰ জৈৱিক প্ৰয়োজন আৰু সামাজিক পৰিস্থিতিক বহলভাবে সামৰি লয়। ব্যক্তিৰ সমগ্ৰতাই হৈছে ব্যক্তিত্ব।
- ব্যক্তিত্বৰ উল্লেখনীয় বৈশিষ্ট্য কেইটামান হ'ল— প্ৰত্যেক ব্যক্তিৰে ব্যক্তিত্ব অদ্বিতীয়, মানুহৰ ব্যক্তিত্ব গতিশীল, আত্ম-চেতনা আৰু আত্ম নিয়ন্ত্ৰণৰ ক্ষমতাই হ'ল ব্যক্তিত্বৰ আন এটা বৈশিষ্ট্য।
- আবেগৰ স্বভাৱৰ প্ৰক্ৰিয়াক আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তি বুলি কোৱা হয়।
- চৰিত্ৰ হৈছে ব্যক্তিত্বৰ নৈতিক মূল্যায়ন কৰা কাৰ্য আৰু ব্যক্তিত্ব হৈছে চৰিত্ৰৰ বিমূল্যায়ন কৰা কাৰ্য।
- ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্বত তেওঁৰ ক্ৰমবিকাশৰ কালছোৱাত দুটা বহল দিশৰ যুটীয়া প্ৰভাৱ পৰে। সেই দুটা হল - বংশগতি আৰু পৰিবেশ।
- জৈৱিক উপাদানস্বৰূপে দেহৰ অভ্যন্তৰ ভাগত থকা অন্তক্ষৰা গ্ৰন্থিবোৰে ব্যক্তিত্ব গঠনত গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা গ্ৰহণ নকৰে।
- ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্ব নিৰ্ধাৰণকাৰী উপাদানৰ ভিতৰত পৰিবেশো অন্যতম। শিশুসকলৰ ব্যক্তিত্ব গঠনত সমাজৰ প্ৰভাৱো যথেষ্ট। কাৰণ ব্যক্তিত্বৰ লগত সমাজৰ ওতপ্ৰোত সম্বন্ধ। সমাজৰ লোকেই ব্যক্তিত্ব গঠন কৰে, বৰ্ণনা কৰে আৰু ইয়াৰ মূল্যায়নো কৰে।



১৩.৬ অধিক জানিবলৈ

১) ডেকা, ড° বীৰেন্দ্ৰ ঃ শিক্ষা সমাজ বিজ্ঞান, বনলতা গুৱাহাটী -১
২) দাস, লক্ষহীৰা ঃ সম্পূৰ্ণ শিক্ষা, সংগম প্ৰকাশন, গুৱাহাটী



১৩.৭ অগ্ৰগতিৰ খতিয়ান

১নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ ইংৰাজী 'Personality' শব্দটো লেটিন ভাষাৰ 'Persona' শব্দৰ পৰা উৎপত্তি হৈছে। ইয়াৰ অৰ্থ হৈছে পুৰণি গ্ৰীক নাটকৰ অভিনেতাসকলে চৰিত্ৰ ৰূপায়ন কৰিবৰ বাবে প্ৰয়োগ কৰা মুখা বা 'Mask'।

বৰ্তমান সময়তো সাধাৰণ লোকৰ বাবে ব্যক্তিত্ব হ'ল কোনো এজন ব্যক্তিৰ আন ব্যক্তিৰ ওপৰত থকা প্ৰভাৱ।

২নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ মনোবৈজ্ঞানিক কেটেলৰ (Cattell) মতে এজন ব্যক্তিয়ে কোনো এক নিৰ্দিষ্ট পৰিস্থিতিত কি কৰিব সেই বিষয়ে ভৱিষ্যবাণী কৰাত যিয়ে সহায় কৰে সেয়েই ব্যক্তিত্ব।

৩নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ ক) হয়, খ) হয়, গ) নহয়, ঘ) হয়, ঙ) নহয়।

৪নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ ব্যক্তিত্বৰ উল্লেখনীয় বৈশিষ্ট্য কেইটামান হ'ল— প্ৰত্যেক ব্যক্তিৰে ব্যক্তিত্ব অদ্বিতীয়, মনুহৰ ব্যক্তিত্ব গতিশীল, আত্ম-চেতনা আৰু আত্ম নিয়ন্ত্ৰণৰ ক্ষমতাই হ'ল ব্যক্তিত্বৰ আন এটা বৈশিষ্ট্য।

৫নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ (ক) আবেগৰ স্বভাৱৰ প্ৰক্ৰিয়াক আবেগিক চিত্ত প্ৰবৃত্তি বুলি কোৱা হয়।
(খ) চৰিত্ৰ হৈছে ব্যক্তিত্বৰ নৈতিক মূল্যায়ন কৰা কাৰ্য।

৬নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্বত বংশগতি আৰু সাংস্কৃতিক উপাদানে বিশেষ প্ৰভাৱ পেলায়। এই দুয়োটা বিকাশ সাধনকাৰী শক্তিৰ প্ৰভাৱ হৈছে পাৱস্পৰিক আৰু সামগ্ৰিক বিধৰ কাৰণ বংশগতি আৰু পৰিবেশৰ প্ৰভাৱৰ ফলস্বৰূপে হে ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্ব গঢ় লৈ উঠে। মানুহৰ ব্যক্তিত্বৰ বিকাশত বংশগতীয় প্ৰভাৱসমূহে বিশেষভাৱে প্ৰভাৱ পেলায় যেনে - স্নায়ুতন্ত্ৰ আৰু অন্তক্ষৰা গ্ৰন্থীসমূহ। পৰিবেশেও ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্ব বিকাশত বিশেষভাৱে প্ৰভাৱ পেলায় যেনে - গৃহ বা পৰিয়াল, ওচৰ-চুবুৰীয়া, বিদ্যালয় ইত্যাদি।

৭নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্ব সংস্কৃতিৰ দ্বাৰাহে আকাৰ লয়। ব্যক্তিত্ব গঠনত ভাষ্য, জ্ঞান-বিজ্ঞান, সামাজিক নীতি-নিয়ম ধৰ্মীয় আদৰ্শ, আস্থা-নিস্থা, বিশ্বাস আদি সাংস্কৃতিক উপাদানবোৰৰ প্ৰভাৱ থাকে।পৰিবেশেই হৈছে এজন লোকৰ ব্যক্তিত্ব নিৰ্ধাৰণকাৰী মৌলিক উপাদান। এটি শিশু ভৱিষ্যতে কেনে ধৰণৰ ব্যক্তিত্বত পৰিণত হ'ব সি সেই পৰিবেশৰ ওপৰতেই নিৰ্ভৰ কৰে। আমাৰ সামাজিক সাংস্কৃতিক, ধৰ্মীয় আৰু আৰ্থনৈতিক পৰিবেশ আদিৰ একো একোটা বৈচিত্ৰপূৰ্ণ প্ৰভাৱ থাকে। পৰিবেশীয় প্ৰভাৱৰ এনে বিচিত্ৰতা আৰু ভিন্নতাই ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্বত প্ৰভাৱ পেলায়।



১৩.৮ আৰ্হি প্ৰশ্ন

(ক) চুটি প্ৰশ্ন (১৫০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ ব্যক্তিত্ব বুলিলে কি বুজে ?

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ ব্যক্তিত্বৰ উল্লেখযোগ্য বৈশিষ্ট্যৰ বিষয়ে লিখক।

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ ব্যক্তিত্বৰ বিষয়ে আপুনি কি সংজ্ঞা আগবঢ়াব?

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ ব্যক্তিত্বৰ ক্ষেত্ৰত বংশগতি উপাদানে কেনেকৈ প্ৰভাৱ পেলায়?

প্ৰশ্ন নং ৫ ঃ ব্যক্তিত্বত পৰিৱেশৰ উপাদানে কেনেকৈ প্ৰভাৱ পেলায়?

প্ৰশ্ন নং ৬ ঃ ব্যক্তিত্বৰ ক্ষেত্ৰত জৈৱিক উপাদানৰ প্ৰভাৱৰ বিষয়ে উল্লেখ কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৭ ঃ হৰম'ন বা অন্তঃক্ষৰণ কি ?

(খ) ৰচনাধৰ্মী প্ৰশ্ন (৩০০-৫০০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ ব্যক্তিত্বৰ বিকাশত প্ৰভাৱ পেলোৱা বিভিন্ন উপাদানসমূহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ বংশগতি আৰু পৰিৱেশৰ ফলাফলেই হ'ল ব্যক্তিত্ব- ব্যাখ্যা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ ব্যক্তিত্বৰ বিকাশত সংস্কৃতিৰ প্ৰভাৱ সম্পৰ্কে আলোচনা কৰক।

অধ্যায় ১৪ ঃ ব্যক্তিত্বৰ তত্ত্বসমূহ

অধ্যায় গাঁথনি

১৪.১ উদ্দেশ্য

১৪.২ পৰিচয়

১৪.৩ ব্যক্তিত্বৰ তত্ত্বসমূহ

১৪.৪ ব্যক্তিত্বৰ প্ৰকাৰসমূহৰ পন্থা

১৪.৪.১ হিপ্পোক্ৰেটচ্ৰ শ্ৰেণীবিভাজন

১৪.৪.২ ক্ৰেটচ্মাৰৰ শ্ৰেণীবিভাজন

১৪.৪.৩ শ্বেলডনৰ শ্ৰেণীবিভাজন

১৪.৪.৪ স্প্ৰেঞ্জাৰৰ শ্ৰেণীবিভাজন

১৪.৪.৫ ইয়ুংৰ শ্ৰেণীবিভাজন

১৪.৪.৬ ব্যক্তিত্বৰ প্ৰকাৰ সমূহৰ মূল্যায়ন

১৪.৫ ব্যক্তিত্বৰ সংলক্ষণ পন্থা

১৪.৫.১ এলপৰ্টৰ শ্ৰেণীবিভাজন

১৪.৫.২ কেটেলৰ শ্ৰেণীবিভাজন

১৪.৫.৩ ব্যক্তিত্বৰ সংলক্ষন তত্ত্বসমূহৰ মূল্যায়ন

১৪.৬ মনোবিশ্লেষণাত্মক পন্থা

১৪.৬.১ ফ্ৰয়েডৰ ব্যক্তিত্ব মনোবিশ্লেষণ তত্ত্ব

১৪.৬.২ ফ্ৰয়েডৰ তত্ত্বৰ ক্ৰমবিকাশ

১৪.৭ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

১৪.৮ অধিক জানিবলৈ

১৪.৯ অগ্ৰগতিৰ খতিয়ান

১৪.১০ আৰ্হি প্ৰশ্ন

১৪.১ উদ্দেশ্য

এই অধ্যায়টি অধ্যয়ন কৰি আপুনি ঃ

- ব্যক্তিত্বৰ বিভিন্ন প্ৰকাৰ তত্ত্বসমূহ জানিব পাৰিব,
- ব্যক্তিত্বৰ লক্ষণ তত্ত্ব আৰু ইয়াৰ প্ৰাসংগিক তত্ত্ব সমূহৰ ধাৰণা আৰু ব্যখ্যা কৰিব পাৰিব,
- ফ্ৰয়েডৰ মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্বসমূহৰ মূল্যায়ন কৰিব পাৰিব।

১২.২ পৰিচয়

আগৰ অধ্যায়ত আমি ব্যক্তিত্ব আৰু ইয়াৰ উপাদান সমূহৰ ধাৰণা আৰু স্বৰূপৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিছোঁহক। আমি লক্ষ্য কৰিছোঁ যে মানুহৰ ব্যক্তিত্ব এটা জটিল সুকীয়া সত্বা যিটো বিষয়ক জানিবলৈ গভীৰ বুজাবুজিৰ আৰু সুক্ষ্ম দৃষ্টিভংগীৰ আৱশ্যক হয়। ব্যক্তিত্বৰ তত্ত্বসমূহৰ আলোচনা অবিহনে ব্যক্তিৰ ব্যক্তিত্বৰ বিষয়ে অধ্যয়ন কৰাটো আধৰুৱা হৈ থাকিব। বিভিন্ন তত্ত্বই এটা দিশ নাইবা অন্য দিশত ব্যক্তিত্বৰ লগত জড়িত হৈ থকা মূল গঠন আৰু অস্তিত্ববোৰৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিবলৈ চেষ্টা কৰে ।

এই অধ্যয়নৰ দ্বাৰা সময়ে সময়ে মনোবৈজ্ঞানিক সকলে আগবঢ়োৱা ব্যক্তিত্বৰ বিভিন্ন তত্ত্বসমূহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰা হ'ব।

১৪.৩ ব্যক্তিত্বৰ তত্ত্বসমূহ

মনোবৈজ্ঞানিক সকলে ব্যক্তিত্বৰ বিভিন্ন তত্ত্ববোৰৰ গঠন আৰু ক্রমবিকাশৰ ওপৰত আলোকপাত কৰিছে। আমি জানো যে ব্যক্তিত্ব প্রত্যেকজন ব্যক্তিৰ চৰিত্রত প্রকাশ পায় যেতিয়া ব্যক্তিজন প্রতিদিনে কিছু অৱস্থাৰ সৈতে মুখামুখি হয়। মনোবৈজ্ঞানিক সকলে যেতিয়া ব্যক্তিৰ প্রকাৰ, লক্ষণ, স্বভাৱ আদি বিভিন্ন দিশৰ পৰা বিশ্লেষণ কৰে, তেতিয়াই ব্যক্তিত্বৰ ধাৰণ জটিল হৈ পৰে। ব্যক্তিত্বৰ তত্ত্বসমূহ তলত দিয়া ধৰণে বহল অর্থত ভাগ কৰিব পৰা যায়—

১। **ব্যক্তিত্বৰ প্রকাৰ তত্ত্ব ঃ** হিপ্পোক্রেটচ্, ক্রেটচ্মাৰ, শ্বেলডন, স্প্রেঞ্জাৰ, ইয়ুং আদিৰ তত্ত্ববোৰ এই ভাগত পৰে।

২। **ব্যক্তিত্বৰ সংলক্ষন তত্ত্ব ঃ** এলপর্ট, কেটল আদিৰ তত্ত্ববোৰ এই ভাগত পৰে।

৩। **মনো-বিশ্লেষণাত্মক তত্ত্ব ঃ** ছিগমাণ্ড ফ্রয়েডৰ তত্ত্বসমূহ এই ভাগত পোৱা যায়। এতিয়া, এই তত্ত্বসমূহ চমুকৈ তলত বর্ণনা কৰা হ'ল।

১৪.৪ ব্যক্তিত্বৰ প্রকাৰসমূহৰ পন্থা

পুৰণি কালত ব্যক্তিত্বৰ প্রকাৰ তত্ত্বটোই প্রধানতত্ত্ব আছিল। ব্যক্তিত্বৰ প্রকাৰ সমর্থসকলে ব্যক্তিসকলক তেওঁলোকৰ চাৰিত্রিক বৈশিষ্ট্য, শাৰীৰিক গঠন, তেজৰ প্রকাৰ, শৰীৰত থকা তৰল পদার্থৰ ওপৰত গুৰুত্ব দি ব্যক্তিত্বৰ প্রকাৰ সমূহ ভাগ কৰিছিল আৰু ব্যক্তিত্বৰ লক্ষণবোৰ সেই প্রকাৰ সমূহত অর্ন্তভুক্ত কৰিছিল। সেই ভিত্তিতে পুৰণি পদ্ধতিৰ ঔষধ 'আর্য়ুবেদ'ৰ স্রষ্টা চিকিৎসকজনেও মানুহৰ শৰীৰক তিনিটা উপাদান, যেনে— পিত্ত, বায়ু আৰু কফৰ মাজত শ্রেণী বিভাজন কৰিছিল। খৃঃ পূঃ ৫ম শতিকাক দার্শনিক এৰিষ্টট'লৰ অনুসৰণকাৰী হিপ্পোক্রেটচেও ঠিক একেধৰণেই মানুহৰ শৰীৰক ভাগ কৰিছিল। অৱশ্যে, পিচলৈ আন পণ্ডিত আৰু মনোবৈজ্ঞানিক সকলেও ব্যক্তিৰ বিশেষ নির্ণায়কৰ ওপৰত নির্ভৰ কৰি ব্যক্তিসকলকৰ মাজত ভাগ কৰিবলৈ চেষ্টা কৰিছিল।



হিপ্পোক্রেটচ (৪৬০ খ্রীঃ - ৩৯৯ খ্রীঃ) ঃ গ্রীক দার্শনিক আছিল। তেওঁৰ কামবোৰ বুৰঞ্জীবিদ আৰু তেওঁৰ অনুসৰনকাৰীসকলৰ বাবে যথেষ্ট তাৎপর্য্যপূর্ণ আছিল। কিয়নো তেওঁৰ কার্য্যসমূহ চিকিৎসা শাস্ত্ৰৰ ওপৰত ভিত্তি কৰিছিল।

শ্বেলডন (ইং ১৮৯৮-১৯৭৭) ঃ আমেৰিকা যুক্তৰাষ্ট্ৰৰ মনোবৈজ্ঞানিক আৰু চিকিৎসক আছিল। অপৰাধী আৰু শাৰীৰিক গঠনৰ ওপৰত তেওঁৰ তত্ত্বোৰ জড়িত হৈ আছিল।

স্প্রেঞ্জাৰ (ইং ১৮৮২-১৯৬৩) ঃ জার্মান দেশৰ দার্শনিক মনোবৈজ্ঞানিক আৰু অধ্যয়নশীল ব্যক্তি আছিল।

১৪.৪.১ হিপ্পোক্রেটচ্ৰ শ্রেণীবিভাজন

হিপ্পোক্রেটচ্ৰ মতে মানুহৰ শৰীৰটোত ৰক্ত (blood), হালধীয়া পিত্ত (yellow bite), কলা পিত্ত (black bite), শ্লেষ্মা (phelgm) এই চাৰিবিধ তৰল পদার্থ থাকে। এজন ব্যক্তিৰ শৰীৰত থকা এই পদার্থ এবিধে আন এবিধৰ ওপৰত আধিপত্য বিস্তাৰ কৰিলেই তেওঁৰ চৰিত্ৰত সেই ধৰণৰ ব্যক্তিত্বৰ বিকাশ কৰে। এই প্রকাৰবোৰ হল -

- **উৎসাহী, তেজস্বী দেহৰ প্রকাৰ** (The Sanguine Type) ঃ এই ধৰণৰ লোকৰ প্রধান হেতু হল ৰক্ত, তেওঁলোক কর্মক্ষম, খৰতকীয়া, উষ্ণ অন্তৰাত্মা, আনন্দময় আৰু আশাবাদী হয়।
- **বিষাদী বা বিষন্ন দেহৰ প্রকাৰ** (The Melancholic Type) ঃ এই ধৰণৰ ব্যক্তিৰ প্রধান হেতু হল কলা পিত্ত (black bite), এই ধৰণৰ মানুহ বিষাদগ্রস্ত, নিৰাশাবাদী, দুখী, হতাশাগ্রস্ত, নিজৰ মাজতে জড়িত হৈ থকা দেখা যায়। মনটো অস্বাভাবিক ভয় আৰু অনবৰতে ত্রাসৰ মাজতে থকা দেখা যায়।
- **খঙাল, পৈত্তিক ধৰণৰ প্রকাৰ** (The Choleric Type) ঃ হালধীয়া পিত্ত (yellow bite) হল এইধৰণৰ ব্যক্তিৰ প্রধানহেতু। এইসকল ব্যক্তিৰ সহজে খং উঠে, খৰতকীয়া খংৰ বশবর্ত্তী হোৱাৰ লগতে অস্বাভাবিক আবেগিক উত্তেজনাৰো বলি হোৱা দেখা যায়।
- **কফজনক বা শ্লৈষ্মিক দেহৰ প্রকাৰ** (The Phelgmatic Type) ঃ শ্লেষ্মা হ'ল এইধৰণৰ ব্যক্তিসকলৰ প্রধান হেতু। তেওঁলোক সাধাৰণতে উদাসীন, দুর্বল, দুখী, লেহেমীয়া আৰু আবেগহীন ব্যক্তি হোৱা দেখা যায়।

১৪.৪.২ ক্রেটচ্মাৰৰ শ্রেণীবিভাজন

এৰনেষ্ট ক্রেটচ্মাৰ হ'ল এজন জার্মান মনোবৈজ্ঞানিক। তেওঁ মানুহৰ শৰীৰৰ গঠনৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি ব্যক্তিত্ব আৰু শৰীৰৰ গঠনৰ মাজত সম্পর্ক স্থাপন কৰিবলৈ চেষ্টা কৰিছিল।

- **গোলাকাৰ দেহৰ প্রকাৰ** (The Pyknic Type) ঃ এই ধৰণৰ ব্যক্তিসকলৰ গঠনত চুটি ডিঙি, শকত মুখামৰ, বহল trunk, চুটি বাহু আৰু ভৰি আদি পৰিলক্ষিত হয়। সাধাৰণতে এই ব্যক্তিসকল সামাজিকপ্রিয়, আনন্দময়ী, হোজা আৰু সৎ প্রকৃতিৰ হয়।
- **দীর্ঘকায় দেহৰ প্রকাৰ** (The Leptosomatic Type) ঃ এই ধৰণৰ ব্যক্তিসকল ক্ষীণ, পাতল, দীঘল বাহু, পেশীৰ দ্বাৰা পুষ্ট হয়। তেওঁলোক স্বভাবতে লাজকুৰীয়া, সংবেদনশীল, অন্তর্মুখী ব্যক্তিত্বৰ অধিকাৰী।

- **থুলকায় বা হৃষ্টপুষ্ট দেহৰ প্ৰকাৰ** ঃ এই ব্যক্তিসকল শাৰিৰীক ভাবে সুঠাম, সবল হয়। তেওঁলোক শক্তিপ্ৰবণ ব্যক্তি হোৱা দেখা যায়।
- **বিকৃতকায় বা কু-গঠিত দেহৰ প্ৰকাৰ** ঃ ওপৰোক্ত বৰ্ণিত তিনিবিধ প্ৰকাৰৰ সংমিশ্ৰণেই হল বিকৃতকায় ব্যক্তি। তেওঁলোকৰ শৰীৰৰ গঠনত অস্বাভাবিক আৰু অসামঞ্জস্যতাই বিৰাজ কৰে।

১৪.৪.৩ শ্বেলডনৰ শ্ৰেণীবিভাজন

শ্বেলডনেও মানুহৰ শৰীৰৰ গঠন আৰু চৰিত্ৰৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি মানুহৰ ব্যক্তিত্বক তিনিটা বহল ভাগত ভাক কৰিছিল। সেইবোৰ হ'ল—

- **গোলাকাৰ ব্যক্তি** (Endomorphic) ঃ এইচাম ব্যক্তি উদাৰ প্ৰধান (viscera) হয় যদিও শাৰীৰিক গঠনত দুৰ্বল হয়। তেওঁলোক সহজ সৰল, সামাজিক আৰু মৰমীয়াল হয়।
- **আয়তাকাৰ ব্যক্তি** (Mesomorphic) ঃ আয়তাকাৰ গঠনৰ ব্যক্তিসকল সুস্থ, সবল, সুঠাম গঢ়নৰ হয়। তেওঁলোকে দুঃসাহসিক কাম কৰি উত্তেজনা লাভ কৰিবলৈ বিচাৰে। তেওঁলোকে শাৰিৰীক কাৰ্য্য প্ৰদানৰ দ্বাৰা যিকোনো কাম কৰিবলৈ ভাল পায়।
- **দীৰ্ঘকায় ব্যক্তি** (Ectomorphic) ঃ এই ব্যক্তিসকল দুৰ্বল, ওখ, ক্ষীণকায় শাৰীৰিক গঠনৰ হয়। এওঁলোক অন্তৰ্মুখী, অসামাজিক আৰু ৰক্ষণশীল প্ৰকৃতিৰ হয়।

১৪.৪.৪ স্প্ৰেঞ্জাৰৰ শ্ৰেণীবিভাজন

জাৰ্মান দাৰ্শনিক স্প্ৰেঞ্জাৰে সমাজ প্ৰাসংগিকতাৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি মানুহক ছয় ভাগত তলত দিয়া ধৰণে ভাগ কৰি দেখুৱাই দিয়ে -

- **তাত্ত্বিক** (Theoritical) ঃ যি সকল ব্যক্তি প্ৰকৃতিৰ প্ৰতি তাত্ত্বিক মনোভাবৰ হয়, সমাজ আৰু ৰাজনীতিক ঘৃণা কৰে।
- **সৌন্দৰ্য্যতাত্ত্বিক** (Aesthetic) ঃ ব্যক্তিসকল সৌন্দৰ্য্য, একতাৰ পূজাৰী হয়।
- **সামাজিক** (Social) ঃ সামাজিক কাৰ্য্যৰ প্ৰতি অনুৰক্ত হোৱা ব্যক্তিসকল।
- **ৰাজনৈতিক** (Political) ঃ যিসকলে ক্ষমতা লাভ আৰু আনৰ ওপৰত প্ৰভুত্ব দেখুৱাৰ প্ৰতি আগ্ৰহশীল।
- **ধাৰ্মিক** (Religious) ঃ যি সকল ধৰ্মনিষ্ঠ আৰু শ্ৰেষ্ঠ শক্তিৰ অস্তিত্বৰ ওপৰত বিশ্বাসী হয়।

১৪.৪.৫ ইয়ুংৰ শ্রেণীবিভাজন



ইয়ুং ঃ ইং (১৮৭৫ - ১৯৬১) চুইজাৰলেণ্ডৰ এজন মনোবৈজ্ঞানিক আছিল। তেওঁ মনোবিশ্লেষণকাৰী তত্ত্বৰ স্রষ্টা আছিল।

ইয়ুংয়ে মূলত মানুহক দুই ধৰণে ভাগ কৰিছিল - অন্তর্মুখী আৰু বহির্মুখী। অৱশ্যে এই দুই ভাগ ব্যক্তিসকলে দেখুওৱা সামাজিক কার্য্য আৰু সামাজিক কার্য্যত লোৱা অংশ গ্রহণৰ ওপৰতহে ভিত্তি কৰা হৈছিল।

- অন্তর্মুখী (Introvert) ঃ সমাজৰ পৰিবেশৰ প্রতি বল আৰু সংঘাতৰ মুখামুখি হলে অন্তর্মুখী ব্যক্তিসকলে নিজকে আঁতৰত ৰাখে। স্বভাবতে তেওঁলোক অন্তর্মুখী, লাজকুৰীয়া, মানুহৰ সংগক এৰাই চলি অকলশৰে থাকি ভাল পায়। সাধাৰণতে দার্শনিক আৰু বিজ্ঞানীসকল অন্তর্মুখী স্বভাবৰ হোৱা দেখা যায়।
- বহির্মুখী (Extrovert) ঃ বহির্মুখী ব্যক্তিসকল বর্হিজগতৰ প্রতি অনুৰক্ত হয়। তেওঁলোকে বুদ্ধি সহকাৰে সামাজিক পৰিবেশ আৰু অন্য ব্যক্তি সকলৰ লগত মিলামিচা কৰে। তেওঁলোক স্পষ্টবাদী, সামাজিক, বন্ধু অনুৰাগী হয় আৰু নিজকে উদ্বেগৰ পৰা আঁতৰত ৰাখে।
- উভয়মুখী (Ambivert) ঃ অন্য এক ধৰণৰ ব্যক্তি হল উভয়মুখী ব্যক্তিত্বৰ অধিকাৰী যিসকলে অন্তর্মুখী আৰু বহির্মুখী ব্যক্তিত্বৰ মাজত থাকে অর্থাৎ এই ব্যক্তি সকলৰ মাজত অন্তর্মুখী আৰু বহির্মুখী দুয়োবিধ ব্যক্তিত্বৰে বৈশিষ্ট্য নিহিত হৈ থাকে।

১৪.৪.৬ ব্যক্তিত্বৰ প্রকাৰ তত্ত্বৰ মূল্যাংকন

মনোবৈজ্ঞানিক সকলে মানুহৰ ব্যক্তিত্ব প্রকাৰৰ শ্রেণীবিভাজন প্রক্রিয়াটোক সমালোচনা কৰি নিম্নোক্ত কাৰণ সমূহ দেখুৱাইছে—

- তেওঁলোকে ক্রমবিকাশৰ এটা নাইবা অন্য দিশৰ ওপৰতহে গুৰুত্ব দিছিল।
- তেওঁলোকে স্বাভাবিক মানুহৰ স্বভাবতকৈ অন্য অস্বাভাবিক ব্যক্তিৰ স্বভাবৰ লগতহে বেছি গুৰুত্ব দিছিল।
- ব্যক্তিসকল এনেধৰণে তিনি বা চাৰি প্রকাৰ ভাগত ভাগ কৰাটো সহয় নহয়।
- ব্যক্তিৰ প্রকাৰ সমূহ অবিৰত নহয় আৰু এইবোৰক জুখিবও নোৱাৰি।
- প্রকাৰ তত্ত্ব সমূহক সহজে ব্যক্তিগত জীৱনত প্রয়োগ কৰিব নাযায়।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ হিপ্পোক্রেটচ্ আৰু শ্বেলডনে দেখুওৱা ব্যক্তিত্বৰ প্রকাৰ তত্ত্বৰ শ্রেণী বিভাজন কৰক।

.....

.....

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ চমুকৈ লিখক ঃ

ক) স্প্রেঞ্জাৰৰ শ্রেণীবিভাজন

.....

খ) বহির্মুখী ব্যক্তিত্ব

.....

গ) অন্তর্মুখী ব্যক্তিত্ব

.....

১৪.৫ ব্যক্তিত্বৰ সংলক্ষণ পন্থা (Trait Approach)

ব্যক্তিত্বৰ সংলক্ষণ তত্ত্বটো ব্যক্তিৰ বিভিন্ন লক্ষণক সামৰি লোৱা হৈছে। আধুনিক মনোবিজ্ঞানত ব্যক্তিৰ ক্রমবিকাশৰ বিষয়ে বুজিবলৈ হলে ব্যক্তিৰ প্রকাৰ তত্ত্বটো ব্যক্তিৰ লক্ষণ তত্ত্বটোৰ সমানে প্রয়োগ কৰিব নোৱাৰি। লক্ষণসমূহ ব্যক্তিৰ চৰিত্র বুলি গণ্য কৰা হয় যিটোৱে তেওঁক একক বুলি ব্যাখ্যা কৰে কিন্তু পৰিবেশৰ চাহিদা অনুযায়ী লক্ষণসমূহক প্রাসংগিক স্থায়ী উদ্দীপক বুলি গণ্য কৰা হয়।

আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনত আমি ব্যক্তিসকলক সাধু, জেদী, ভয়াতুৰ, সহনশীল, নির্ভৰশীল, এলেহুৱা বা মুর্খ বুলি আখ্যা দিওঁ। এনে লক্ষণবোৰৰ ব্যক্তিৰ চৰিত্রত পৰিস্ফুট হয়। সেয়ে, এই পদ্ধতিবোৰক এজন ব্যক্তিৰ ব্যক্তিত্বৰ প্রধান একক বোলা হয়।

- লক্ষণসমূহ জুখিব পৰা যায়।
- এইবোৰক সহজে লক্ষ্য কৰিব পৰা নাযায় কিন্তু এইবোৰক ব্যক্তিৰ আচৰণ, কার্য্য আৰু যোগাযোগ দিশৰ পৰা অনুমান কৰিব পাৰি।
- লক্ষণসমূহ স্থিৰ নহয়। শৈশবকালত এই লক্ষণসমূহ এৰা-ধৰা ভাবে থাকে কিন্তু বয়স হোৱাৰ লগে লগে এই লক্ষণসমূহ পৰিপক্ক হয়।
- লক্ষণসমূহৰ কার্য্যাত্মক মিল থকা চাৰিত্রিক বৈশিষ্ট্য থাকে। মিল থকা পৰিবেশৰ সৈতে যোগসূত্র স্থাপন কৰা দিশৰ পৰাই লক্ষণসমূহ শিকি লয়।

- লক্ষণসমূহৰ মানসিক ভেটি পোৱা যায়। যিকোনো পৰিবেশৰ সৈতে যি কোনো পৰিস্থিতিৰে সন্মুখীন হবলৈ লক্ষণসমূহে সাজু হৈ থাকে।
- এইবোৰ উচ্চখাপৰ অভ্যাস বুলি পৰিগণিত হয়। পৰিবেশৰ সৈতে আবেগ, বিশ্বাস আদিৰ দ্বাৰা শৃংখলাবদ্ধ ভাবে গঠিত হৈ থাকে।

এলপ'ৰ্ট ঃ ইং (১৮৯৭ - ১৯৬৭) ঃ আমেৰিকাৰ মনোবৈজ্ঞানিক আছিল। মানুহৰ দৃষ্টিভংগী, কুসংস্কাৰ আৰু ধর্মীয় বিশ্বাসৰ ওপৰত তেওঁ গবেষণা কৰিছিল। তেওঁৰ ব্যক্তিত্ব তত্বটো ফ্ৰয়েড আৰু আচৰণবিদসকলে প্রত্যাখ্যান কৰিছিল যদিও তেওঁ ব্যক্তিৰ অদ্বিতীয় আৰু তেওঁলোকৰ বিভিন্ন সমস্যাবোৰৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিছিল।

আৰ. বি. কেটেল ঃ ইং (১৯০৫ - ১৯৯৮) তেওঁ একেলগে বৃটিছ আৰু আমেৰিকাৰ মনোবৈজ্ঞানিক আছিল। মনোবিজ্ঞানৰ বিভিন্ন দিশৰ প্রকৃত তথ্য উদ্ভাৱন কৰাৰ বাবে তেওঁ বিখ্যাত আছিল।

১৪.৫.১ এলপ'ৰ্টৰ শ্রেণীবিভাজন

এলপ'ৰ্টৰ মতে লক্ষণবোৰ হল ব্যক্তিত্বৰ মূল গোট বা একক। আমাৰ অবিৰত ক্রমবিকাশৰ লগে লগে এই লক্ষণসমূহৰ সংঘবদ্ধই প্রবণতাৰো বিকাশ ঘটে। তেতিয়াই এই গোটসমূহক লক্ষণ বুলি কোৱা হয়। এলপ'ৰ্টে মানুহৰ লক্ষণসমূহক তিনিটা বহল ভাগত ভাগ কৰিব পৰা যায়।

- **মৌলিক লক্ষণ** (Cardial Traits) ঃ এই লক্ষণ সমূহে মানুহৰ মুখ্য লক্ষণ সমূহক বুজায়। মানুহৰ প্রতিটো আচৰণতে এই লক্ষণসমূহে হেঁচা দি দমন কৰি ৰাখে ফলত মানুহৰ ব্যক্তিত্বৰ বর্ণনা কৰিবলৈ লওঁতে এই লক্ষণবোৰ প্রধান হিচাপে গণ্য কৰা হয়।
- **প্রধান লক্ষণ** (Central Traits) ঃ এই লক্ষণ সমুহে বৈশিষ্ট্য প্রবণতাৰ অন্তর্ভুক্ত। সাধাৰণতে এই লক্ষণবোৰে মানুহক সাধু, দয়ালু, নম্র ইত্যাদি বৈশিষ্ট্যৰে বর্ণনা কৰে। এলপ'ৰ্টৰ মতে, এজন ব্যক্তিৰ ব্যক্তিত্বক বুজিবলৈ হলে তেওঁৰ পাঁচৰ পৰা দহলৈকে থকা প্রধান লক্ষণসমূহক বুজাৰ দর্কাৰ। এই মানুহৰ গুণ বা বৈশিষ্ট্য কিছুমানক সাঙুৰি লৈ পাঁচটা প্রধান লক্ষণ উল্লেখ কৰিছে। সেইবোৰ হ'ল—
  - **বুদ্ধি** (Intelligence) ঃ মানুহৰ বুদ্ধি হল একপ্রকাৰ সামর্থ্য। ই বিভিন্ন অবস্থাত বিভিন্ন ভাবে প্রকাশিত হয়।
  - **গতিশীলতা** (Mobility) ঃ যেতিয়া এজন ব্যক্তি উদ্দীপক ঘটনাৰ প্রতি খৰ-খেদাকৈ প্রতিক্রিয়া প্রকাশ কৰে আবেগিক, গতি, চলন-ফূৰণ, স্থিৰ নাইবা অস্থিৰ আদিৰ মাজত সম্পর্ক স্থাপন কৰিবলৈ সম্ভব হয় যেতিয়া তেওঁৰ গতিশীলতা প্রকাশ পায়।
  - **চিত্ত প্রবৃত্তি** (Temparament) ঃ ব্যক্তি এজনৰ আবেগিক বিভিন্ন আচৰণবোৰ এই ভাগত লব পৰা যায়।
  - **আত্মপ্রকাশ** (Self Expression) ঃ লক্ষণসমূহ যেনে প্রাধান্য নাইবা লমনীয়, মুক্ত প্রকাশ নাই ৰক্ষণশীল, সংসাৰবিৰাগী আগ্রহ পৰিধি, প্রভাবী আগ্রহ, আকাংক্ষাৰ স্তৰ আদি এই ভাগত পৰে।

- **সামাজিকতা** (Socialibility) ঃ এই লক্ষণে ব্যক্তি এজনৰ আন এজনৰ প্ৰতি থকা প্ৰতিক্ৰিয়াক বুজায়। যেতিয়া এজন ব্যক্তিয়েই বুজি পায় যে সমাজ নোহোৱাকৈ বা সমাজৰ পৰা আঁতৰত থাকি কোনো ব্যক্তি জীয়াই থাকিব নোৱাৰে, তেতিয়াই তেওঁৰ সামাজিক পৰিপক্কতা প্ৰকাশ হয় বুলি ধৰা হয়।

- **মাধ্যমিক লক্ষণ** (**Secondary traits**) ঃ মাধ্যমিক লক্ষণসমূহ প্ৰধান বা মৌলিক লক্ষণসমূহৰ দৰে প্ৰভাবশীল নহয়। ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্বত এৰাব নোৱাৰা ধৰণৰ অংশ হিচাপেও এই লক্ষণ সমূহক গ্ৰাহ্য কৰিব পৰা নাযায়।

  এলপৰ্টৰ তত্ত্বই অবশ্যে এইটো কয় যে যদিও প্ৰতিজন ব্যক্তি আন এজনৰ পৰা পৃথক তথাপিও এটা পৰিসীমাৰ ভিতৰত কিছুমান সাধাৰণ লক্ষণ দেখা যায়। সকলো আচৰণাত্মক লক্ষণৰ গতিমন্ত সংগঠনেই হল ব্যক্তিত্ব যিটো এজন ব্যক্তিৰ গাত নিহিত হৈ থাকে।

১৪.৫.২ কেটেলৰ শ্ৰেণীবিভাজন

আমেৰিকাৰ মনোবৈজ্ঞানিক আৰ. বি. কেটেলে ব্যক্তিত্বৰ লক্ষণৰ ওপৰত তত্ত্ব আগবঢ়াইছে। তেওঁ কৈছে যে লক্ষণ হল ব্যক্তিত্বৰ একধৰণৰ গঠন। তেওঁ চাৰিধৰণৰ লক্ষণ আগবঢ়াইছে।

- **সাধাৰণ লক্ষণ** (Common traits) ঃ সকলো জনসংখ্যাৰ মাজতে সাধাৰণ লক্ষণবোৰ ভাগ হৈ আছে। সাধুতা, সৃষ্টিশীলতা, সহযোগিতা, আক্ৰমণাত্মকতা, বন্ধুত্ব, উদাৰতা ইত্যাদি বোৰক সাধাৰণ লক্ষণ বোলা হয়।
- **একক লক্ষণ** (Unique traits) ঃ এই লক্ষণ কিছুমান বিশেষ ব্যক্তিৰ মাজত পোৱা যায়। ব্যক্তিৰ চিত্ত, প্ৰবৃত্তিদায়ক, আবেগিক প্ৰতিক্ৰিয়া জড়িত লক্ষণবোৰ হল একক লক্ষণ।
- **ওপৰুৱা লক্ষণ** (Surface traits) ঃ এই লক্ষণসমূহ হল পৰিবেশ পৰিস্থিতিৰ ফলাফলত সৃষ্টি হোৱা লক্ষণ। সেয়ে, এইবোৰ লক্ষণ বেলেগ বেলেগ সংস্কৃতিত বেলেগ বেলেগ হয়। অনুসন্ধিৎসু, নিৰ্ভৰশীলতা, বিচক্ষণতা আদিৰ দ্বাৰা এইবিধ লক্ষণ হয়।
- **উৎস লক্ষণ** (Source traits) ঃ মানুহৰ আচৰণ নিৰ্ধাৰণ কৰিবলৈ উৎস লক্ষণ সমূহকে আবেগিক প্ৰৱণতা আৰু আধিপত্য দেখুওৱা আদি উৎস লক্ষণ বিশ্লেষাণাত্মক তত্ত্বৰ মাজেদি কেটেলে ব্যক্তিৰ লক্ষণ সমূহৰ বিকাশত বংশ গঠিত আৰু শিকণৰ উপাদানসমূহৰ অবদান নিৰ্ধাৰণ কৰিছিল।

১৪.৫.৩ লক্ষণ তত্ত্বৰ ক্রমবিকাশ

তলত দিয়া কাৰণসমূহৰ ভিত্তিতেই মনোবৈজ্ঞানিক সকলে ব্যক্তিত্বৰ তত্ত্বসমূহক সমালোচনা কৰিছিল—

- 'লক্ষণ' শব্দটিৰ ব্যৱহাৰ কৰোঁতে মনোবৈজ্ঞানিকসকল একমত হব পৰা নাই।
- লক্ষণ হ'ল আচৰণগত প্ৰৱণতা যিটো সহ্য কৰা যায় বা যিটো অৱস্থাৰ পৰিৱৰ্তনৰ লগত সংগতি ৰাখি পৰিৱৰ্তন নহয় বুলি কোৱা হয় কিন্তু লক্ষণবোৰ ব্যক্তি এজনৰ স্থায়ী নাইবা স্থিৰ চৰিত্ৰৰ নহয়, কাৰণ ব্যক্তিত্ব হল সহ্য কৰা বিধৰ সংবোধনাত্মক পৰিৱৰ্তন।
- লক্ষণ সমূহৰ জোখ-মাখ কৰাৰ বাবে কোনো প্ৰমাণিত পন্থা নাই বাবে মানুহৰ লক্ষণ পৰিমাণগত ভাবে মূল্যাংকণ কৰিবলৈ কঠিন হয়।
- লক্ষণ আৱিষ্কাৰৰ প্ৰাপ্তাংকৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি ব্যক্তি এজনৰ আচৰণৰ কোনো অনুমান কৰিব নোৱাৰি, লক্ষণবোৰ হল প্ৰাসংগিকতাৰ এটা দিশ।



অগ্ৰগতি নিৰীক্ষণ

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ 'ব্যক্তিত্ব সংলক্ষণ' তত্ত্বৰ পাঁচটা লক্ষণ বা বৈশিষ্ট্য উল্লেখ কৰক।

.....

.....

.....

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ এলপৰ্ট আৰু কেটেলৰ মতে সংলক্ষণ তত্ত্বৰ প্ৰকাৰবোৰ কি কি?

.....

.....

১৪.৬ মনোবিশ্লেষণাত্মক পন্থা

ব্যক্তিত্বৰ মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্বটো চিগমাণ্ড ফ্ৰয়েডে সৃষ্টি কৰিছিল। মানুহৰ আচৰণৰ গতিশীলতাৰ ওপৰত এই তত্ত্বই গুৰুত্ব প্ৰদান কৰিছিল। মন বা আত্মাৰ বিশ্লেষণৰ ওপৰত ফ্ৰয়েডে গুৰুত্ব দিছিল সেয়ে তেওঁ মানুহৰ আচৰণক বুজিবলৈ বা মানুহৰ অসুস্থতাৰ কাৰণত ফহিয়াবলৈ তেওঁ মনোবিশ্লেষণ শব্দটি ব্যৱহাৰ কৰিছিল। তেওঁৰ চিন্তাবিষয়ক বিদ্যালয়খনক মনোবিশ্লেষণ বিদ্যালয় বুলি জনা যায় আৰু মানুহৰ আচৰণ আৰু ব্যক্তিত্বক বুজিবলৈ যি পন্থাৰে আগবাঢ়িছিল। সেই পন্থাটোক মনোবিশ্লেষণাত্মক পন্থা বুলি জনা যায়।

১৪.৬.১ ফ্ৰয়েডৰ ব্যক্তিত্বৰ মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্ব

মৌলিক ধাৰণা (Basic Concepts) ঃ ফ্ৰয়েডে মানুহৰ আচৰণৰ নিৰ্দ্ধাৰক হিচাবে প্ৰবৃত্তি সমূহক গুৰুত্ব দিছিল, তেওঁৰ দুই ধৰণৰ প্ৰবৃত্তি হ'ল—

ক) ইৰোজ (Eros) ঃ আত্মৰক্ষা কৰা প্ৰবৃত্তি।

খ) থানাটোছ (Thanatos) ঃ মৃত প্ৰবৃত্তি যিটো প্ৰবৃত্তিক সকলো মানৱীয় কৰ্ম আৰু আচৰণৰ শৰণ বুলি বিবেচনা কৰা হয়।

আত্মিক গঠন (Psychic Structure) ঃ ফ্ৰয়েডৰ মতে লিবিডোৰ পৰা শক্তি নিৰ্গত হয়। ইয়ে ব্যক্তিক মৌন শক্তি প্ৰদান কৰে। ব্যক্তিত্বৰ গঠনত তিনিবিধ সমৰূপ আৰু এৰাব নোৱাৰা ধৰণৰ পদ্ধতি পোৱা যায়। এই তিনিবিধ হ'ল— ইদ, অহম, পৰম অহম যি তিনিবিধে ইটো সিটোৰ লগত অনবৰতে সংঘাতৰ সৃষ্টি কৰি থাকে। এই তিনিবিধে শক্তিক প্ৰদান কৰে যাতে লিবিডোয়ে সিহঁতৰ মতে কাৰ্য কৰিবলৈ অনুমোদন পায়।

- **ইদ (Id)** ঃ ই মানুহৰ ব্যক্তিত্বৰ মূল তথা মৌলিক উপাদান যিটো অসজাগ মনৰ গভীৰ স্তৰত গোপনে লুকাই থাকে। ইদে মানুহক যন্ত্ৰণাৰ পৰা ৰেহাই দি সন্তুষ্টি প্ৰদান দিয়ে। বাস্তবৰ পৰা ইদ সম্পূৰ্ণ ভাবে দূৰৈত থাকে, যুক্তি আৰু কাৰণৰ কোনো ঠাই নাই। নৈতিক বিচাৰ ধাৰাৰ অভাব। সামাজিক প্ৰমূল্যৰো কোনো অনুভব নাই। ইদে মাত্ৰ ব্যক্তিজনৰ ইচ্ছা আকাংক্ষা পূৰণৰ প্ৰতিহে লক্ষ্য দিয়া দেখা যায়।
- **অহম (Ego)** ঃ অহম ধাৰণাটো ব্যক্তিৰ কাৰ্য্যকৰী ব্যক্তিত্ব বুলি ধৰা হয়। ইদৰ অনৈতিক কাৰ্য্যবোৰ পৰীক্ষা কৰাই হল অহম পদ্ধতিৰ কাম। ই সকলো সময়তে সতৰ্ক হৈ থাকে যাতে পৰম অহম, ইদ আৰু বৰ্হিজগতৰ প্ৰয়োজনীয়তা, দাবীসমূহক নিয়ন্ত্ৰণ কৰিব পাৰে। অহম হল 'মই' যিয়ে অনুভব কৰে। যিহেতু অহম পৃথিবীৰ বাস্তবাতাৰ সৈতে জড়িত হৈ আছে, সেয়ে ই সদায় বাস্তব নীতি-নিয়মৰ দ্বাৰা পৰিচালিতা হয়।
- **পৰম অহম (Super-ego)** ঃব্যক্তিত্বৰ নৈতিক অনুমোদন হল পৰম অহম পদ্ধতি। ই সমাজৰ ধাৰণা, মূল্য, আদৰ্শ আদিক আভ্যন্তৰিক কৰিবলৈ যত্ন কৰে সেয়ে ই ব্যক্তিক সামাজিক অনুষ্ঠানবোৰ, যেনে— পৰিয়াল, বিদ্যালয় আদিত বাল্যকালৰ পৰাই গুৰুত্ব দিয়াত সহায় কৰে। ই শুদ্ধতাৰ মাজেদি আদৰ্শ আৰু লক্ষ্যক প্ৰতিনিধিত্ব কৰে। সেয়ে ই সামাজিক আৰু নীতি আদৰ্শবোৰ অনুসৰণ কৰিব বিচাৰে।



জানি থোৱা ভাল

ইদ হৈছে জৈৱিক, ই মাত্ৰ সন্তুষ্টি বিচাৰে। অহম হ'ল মনোবিজ্ঞান ই মাত্ৰ সত্যতাৰ পৰীক্ষা কৰে। পৰম অহম হ'ল সামাজিক যিয়ে শুদ্ধতাৰ পিনে লক্ষ্য ৰাখে।



চিগমাণ্ড ফ্ৰয়েড ঃ ইং (১৮৫৬ - ১৯৩৯) মনো বিশ্লেষণ তত্বৰ জন্মদাতা বুলি জনা যায়। তেওঁ ভিৱেন্না (Vienna) বিশ্ববিদ্যালয়ৰ স্নাতক ডিগ্ৰীধাৰী আছিল আৰু পেছাত এজন চিকিৎসক আছিল।

- **ব্যক্তিত্বৰ গতিশীলতা** ঃ ব্যক্তিৰ ব্যক্তিত্বত থকা ইদ, অহম, পৰম অহমৰ মাজত অবিৰতভাবে চলি থকা সংঘাতৰ ওপৰত ধাৰণা কৰি লৈ ফ্ৰয়েডে ব্যক্তিত্বৰ গতিশীল ধাৰণ এটা আগবঢ়াইছিল। ব্যক্তিসকলে প্ৰবৃত্ত্যাত্মক প্ৰেৰণা আৰু ইচ্ছাক সন্তোষ দিব বিচাৰে। ফলত তেওঁ পৰিবেশ আৰু তেওঁৰ মাজত সংঘৰ্ষৰ সৃষ্টি হয়। অভিভাবক আৰু সামাজিক অনুষ্ঠানবোৰৰ দ্বাৰা ব্যক্তিসকল নিয়ন্ত্ৰিত হলেই ইদ আৰু পৰম অহমৰ মাজত যুদ্ধদায়ক পৰিস্থিতি আহি পৰে। তেতিয়া অহমে ব্যক্তিসকলৰ মাজত উদ্ভব হোৱা উদ্বেগ কমাবলৈ একধৰণ বুজাবুজিৰ সৃষ্টি কৰে।
- **ব্যক্তিত্বৰ বিকাশ** ঃ ব্যক্তিত্ব বিকাশত মনোযৌগক লৈ ফ্ৰয়েডে তেওঁৰ আন একধৰণৰ ব্যক্তিত্ব তত্ত্ব আগবঢ়াইছিল। মনোযৌগৰ বিকাশৰ চাৰিটা অৱস্থা পোৱা যায় - মৌখিক, পায়ু, উপাস্থ, শিশ্না ব্যক্তিত্বৰ বিকাশৰ লগে লগে মানুহৰ দৈহিক আনন্দ মুখৰ পৰা পায়ু বা উপাস্থলৈকে চলি থাকে, প্ৰত্যেক স্তৰতে ব্যক্তিৰ অভিজ্ঞতা পৃথক পৃথক হয়। অত্যাধিক প্ৰশ্ৰয় দান নাইবা যৌনকাৰ্য্যৰ পৰা আঁতৰত থাকিলেও যৌন আবেগৰ নিৰ্ধাৰণৰ কাৰণ হব পাৰে।

১৪.৬.২ ফ্ৰয়েড তত্ত্বৰ ক্ৰমবিকাশ

মনোবিজ্ঞানৰ জগতত ফ্ৰয়েডে মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্বই একধৰণৰ বিপ্লবৰ সৃষ্টি কৰিছিল। তেওঁ মানুহৰ আচৰণৰ ওপৰত আলোকপাত কৰা দিশটোৱেই সমাজ বিজ্ঞানত বিশেষ ভাবে প্ৰভাব পেলাইছিল। বহু গৱেষকে তেওঁৰ মনোবিশ্লেষণ তত্ত্বৰ ওপৰত পৰীক্ষা নিৰীক্ষা চলাইছিল। এই তত্ত্বৰ মুখ্য উপকাৰিতা সমূহ হল -

- এই মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্ব একপ্ৰকাৰ বোধাত্মক তত্ত্ব বুলি ধৰা হয় কাৰণ ব্যক্তিত্ব আৰু ইয়াৰ জটিলতাৰ সকলো দিশ এই তত্ত্বটোত অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছে।
- মানুহৰ আচৰণ অধ্যয়ন কৰাৰ বাবে এই তত্ত্বই ভাল পদ্ধতি আগবঢ়োৱা হৈছে।
- মানুহৰ আচৰণ পদ্ধতিৰ ক্ৰমবিকাশত অসজাগ অভিৱোচন বা প্ৰণোদনৰ গুৰুত্বৰ বিষয়ে এই তত্ত্বই পৰিচয় কৰাই দিছে।
- ফ্ৰয়েডে এজন ব্যক্তিৰ জীবনত যৌনতাৰ ভুমিকা আৰু গুৰুত্ব প্ৰদান কৰিছে যাৰ বাবে ছাত্ৰ জীবনত সঠিক যৌন শিক্ষাৰ প্ৰয়োজনীয়তা আনি দিছে।
- ফ্ৰয়েডৰ ব্যক্তিত্ব তত্ত্ব হল একধৰণৰ সৎ, আদৰ্শ তত্ত্ব। ইয়ে মানুহৰ ব্যক্তিত্বক বিশেষ লক্ষণ হিচাবে ভাগ নকৰে। তেওঁৰ তত্ত্বই ব্যক্তিজনৰ কাৰ্য্যাত্মক দিশৰ ওপৰত গুৰুত্ব প্ৰদান কৰিছে।

- ফ্ৰয়েডৰ মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্বই মানসিক ৰোগী বা মানসিক ভাবে বাধাগ্ৰস্ত লোকৰ শিক্ষা প্ৰদানত তাৎপৰ্যপূৰ্ণ অবদান আগবঢ়াইছে।

কিন্তু দেখা যায় যে কিছু মনোবৈজ্ঞানিকে চিগমাণ্ড ফ্ৰয়েডৰ এই ধাৰণা আৰু পদ্ধতিসমূহৰ সৈতে একমত নহয়। তেওঁলোকে তলত উল্লেখ কৰা দিশবোৰত সমালোচনা আগবঢ়াইছে—

- তেওঁৰ তত্ত্বই মানুহক স্বাৰ্থপৰ, সম্ভোগময়ী কৰিছে। ব্যক্তিক সামাজিক আৰু মানবীয় নকৰি জন্তু সদৃশ কৰিহে আচৰণ কৰিছে।
- মনোবিশ্লেষণৰ তথ্য সমূহত কোনো ধৰণৰ প্ৰমাণীকৰণ নোহোৱাকৈ ৰোগী সমূহৰ প্ৰতিবেদন পোৱা যায়। তথ্য সংগ্ৰহত আৰু ইয়াৰ অভিলেখত কোনো ধৰণৰ শৃংখলাবদ্ধ পদ্ধতি অনুশৰণ কৰা হোৱা নাই।
- তেওঁৰ তত্ত্বই মানুহৰ জীবনত যৌন ভূমিকাৰ বিষয়ে বেছি গুৰুত্ব প্ৰদান কৰিছে।
- তেওঁৰ তত্ত্বই ব্যক্তিৰ আচৰণৰ নিৰ্ধাৰক হিচাপে অসজাগতাৰ ভুমিকাৰ বিষয়ে বহুত বেছি গুৰুত্ব দিয়া দেখা যায়।



অগ্ৰগতি নিৰীক্ষণ

প্ৰশ্ন নং ৫ ঃ মনোবিশ্লেষণ বুলিলে কি বুজে?

.....

প্ৰশ্ন নং ৬ ঃ মনোবিশ্লেষণকাৰী তত্ত্বৰ পথ প্ৰদৰ্শক কোন?

.....

প্ৰশ্ন নং ৭ ঃ চমুকৈ লিখক ঃ ইদ, অহম আৰু পৰম অহম

.....

.....

.....



১৪.৭ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

- এই অধ্যায়ত আমি ব্যক্তিত্ব তত্ত্ব সমূহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিলোঁ। ব্যক্তিত্ব তত্ত্বসমূহে ব্যক্তিত্বৰ তিনিটা দিশৰ পৰা যেনে - প্ৰকাৰ, লক্ষণ, মনোবিশ্লেষণাত্মক দিশক সামৰি লৈ ব্যক্তিত্বৰ ব্যাখ্যা আগবঢ়াইছে।
- ব্যক্তিত্বৰ প্ৰকাৰ পন্থাই ব্যক্তিৰ তৰল পদাৰ্থ গঠন, স্বভাবৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি ব্যক্তিত্বক ভাগ কৰিবলৈ চেষ্টা কৰিছে। হিপ্পোক্ৰেটচ্ে শৰীৰৰ তৰল পদাৰ্থ আৰু ক্ৰেটচ্মাৰে শৰীৰৰ জৈবিক

গঠনৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি লৈ ব্যক্তিত্বৰ শ্ৰেণীবিভাজন কৰিছে। শ্লেলড্‌নে ব্যক্তিৰ শৰীৰৰ গঠন আৰু আচৰণৰ মাজত সম্পৰ্ক ৰাখি ব্যক্তিত্বৰ প্ৰকাৰ ব্যাখ্যা কৰিছে। স্প্ৰেঞ্জাৰে মানুহৰ আগ্ৰহৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি লৈ মানুহক ভাগ কৰিছে। ইয়ুংৰ পন্থাটো ব্যক্তিৰ অন্তৰ্মুখী আৰু বহিৰ্মুখী ব্যক্তিত্বতে সীমাবদ্ধ কৰিছে।

- এলপোৰ্টে ব্যক্তিৰ মৌলিক, প্ৰধান আৰু মাধ্যমিক লক্ষণসমূহক পৰিচয় কৰাই দিছে যিবোৰে ব্যক্তিৰ ব্যক্তিগত প্ৰৱণতা সমূহক প্ৰতিনিধিত্ব কৰে। কেটেলে উপাদান বিশ্লেষণ ব্যৱহাৰ কৰিছিল যাৰ দ্বাৰ তেওঁ ওপৰুৱা লক্ষণ আৰু উৎস লক্ষণসমূহৰ লগত পৰিচয় কৰাইছে।
- ফ্ৰয়েডৰ মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্বটোৱে ব্যক্তিৰ প্ৰবৃত্তিত বিশেষ গুৰুত্ব প্ৰদান কৰিছে। ফ্ৰয়েডৰ মতে, আত্মিক শক্তিবোৰ লিবিডোৰ পৰা নিৰ্গত হয় যিটো হল যৌন শক্তি। ব্যক্তিত্ব গঠনত ইদ, অহম, পৰম অহমক পোৱা যায়। সিহঁতে নিজস্ব কাৰ্য্যক্ষমতা আৰু আদৰ্শবোৰৰ মতে লিবিডোক অনুমোদন কৰিবলৈ শক্তিক প্ৰশ্ৰয় প্ৰদান কৰে। আমি ব্যক্তিত্বৰ মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্বক মূল্যাংকৰ দ্বাৰা অন্তৰ্ভুক্ত কৰিছোঁ।



১৪.৮ অধিক জানিবলৈ

১) দাস, লক্ষহীৰা ঃ সম্পূৰ্ণ শিক্ষা, সংগম প্ৰকাশন, গুৱাহাটী



১৪.৯ অগ্ৰগতিৰ খতিয়ান

১নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ ১) হিপ্পোক্ৰেটচ্— উৎসাহী, তেজস্বী দেহ, বিষাদী বা বিষন্ন দেহ, খঙাল, পৈত্তিক ধৰণৰ দেহ, কফজনক বা শ্লৈষ্মিক দেহৰ প্ৰকাৰ।

২) শ্বেলডন— গোলাকাৰ ব্যক্তি, আয়তাকাৰ ব্যক্তি, দীৰ্ঘকায় ব্যক্তি।

২নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ ক) মনোযোগৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি স্প্ৰেঞ্জাৰে মানুহক ভাগ কৰিছে, যেনে— তাত্ত্বিক, আৰ্থিক, সৌন্দৰ্য্যতাত্মিক, সামাজিক, ৰাজনৈতিক, ধাৰ্মিক।

খ) বহিৰ্মুখী ঃ বৰ্হিজগতৰ প্ৰতি যিসকল ব্যক্তি সময়তে অনুৰাগী হয়, তেওঁলোক স্পষ্টবাদী, সামাজিক, সহজে বন্ধুত্ব পাতিব পপৰা ধৰণৰ হয়। লগতে তেওঁলোক সাধাৰণ চিন্তামুক্ত ব্যক্তিও হয়। ৰাজনীতিবিদ, ব্যবসায়ী সকল, সামাজিক কাৰ্য্য কৰা ব্যক্তিসকল বহিৰ্মুখী ব্যক্তি বুলি ধৰিব পৰা যায়।

গ) অন্তৰ্মুখী ঃ যি সকল ব্যক্তি নিজৰ অৰ্ন্তজগতৰ প্ৰতি আগ্ৰহী, তেওঁলোক

লাজকুৰীয়া বিধৰ হয়। আন ব্যক্তিসকলৰ সংগ এৰাই চলে, প্ৰায়ে অকলশৰে থকাটোৱে পচন্দ কৰে। দাৰ্শনিকসকল, বৈজ্ঞানিকসকল সাধাৰণতে অন্তৰ্মুখী চৰিত্ৰৰ ব্যক্তি হয়।

৩নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ ব্যক্তিত্বৰ সংলক্ষণৰ বৈশিষ্টসমূহ হ'ল— (১) লক্ষণ সমূহক জুখিব পৰা যায় (২) এইবোৰ সার্বজনীন। (৩) লক্ষণ সমূহ এজন ব্যক্তিৰ আচৰণ, কার্য্য বা যোগাযোগত প্ৰকাশ পায়। (৪) লক্ষণ সমূহ ব্যক্তিৰ মানসিক স্থাপন বুলি ধৰা হয়। (৫) লক্ষণ সমূহ স্থিৰ নহয়। শৈশবকালৰ পৰা পূৰ্ণ বয়স্ক বয়সলৈকে লক্ষণসমূহ নমনীয়।

৪নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ এলপৰ্টৰ মতে, ব্যক্তিৰ লক্ষণ সমূহক তিনিটা বহল ভাগত ভগাব পাৰি, যেনে— মৌলিক, প্ৰধান আৰু মাধ্যমিক লক্ষণ। কেটলেৰ মতে, লক্ষণ সমূহৰ প্ৰধান ভাগবোৰ হ'ল - সাধাৰণ, একক, ওপৰুৱা আৰু উৎস প্ৰধান লক্ষণ।

৫নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ মানুহৰ আচৰণক বুজিবলৈ আৰু মানসিক ৰোগীক পৰিচালনা কৰিবলৈ ব্যৱহৃত পদ্ধতিটোৱেই হ'ল মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্ব।

৬নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্বৰ পথ প্ৰদৰ্শক হল চিগমাণ্ড ফ্ৰয়েড।

৭নং প্ৰশ্নৰ উত্তৰ ঃ ইদ মানুহৰ পশুত্ব স্তৰতহে উপলব্ধ হয়। ইদে ব্যক্তিৰ মাজত ভাল আৰু বেয়াৰ পার্থক্য আনিব নোৱাৰে। ইয়াৰ কোনো মূল্য নাই, নিয়ম-নীতি নাই কিয়নো ই ভুল নাইবা শুদ্ধ চিনাক্ত কৰিব নোৱাৰে।

অহম স্তৰে ব্যক্তিজনৰ মাজত ইদ অৱস্থাই সৃষ্টি কৰা অনৈতিক কার্য্যসমূহক পৰীক্ষা কৰাৰ বাবে কার্য্যক্ৰম হৈ থাকে। অহম স্তৰে সত্যতা বা বাস্তবতাৰ নীতি-নিয়ম অনুসৰণ কৰে আৰু ই ইদ স্তৰক নিয়ন্ত্ৰণ কৰি বর্হিজগতৰ শক্তিৰ সৈতে মিলি থাকি বুদ্ধি সহকাৰে কাম কৰে।

পৰম অহম স্তৰ হল ব্যক্তিত্বৰ নৈতিক নাইবা নীতি বিষয়াবাস্তৰ। ই আদর্শবাদী বাবে বাস্তবতকাক কোনো গ্ৰাহ্য নকৰে। ব্যক্তিৰ জীৱনত সিদ্ধান্ত লোৱাত ই সিদ্ধহস্ত অথবা এক ধৰণৰ অস্তিত্ব।



১৪.১০ আৰ্হি প্ৰশ্ন

(ক) চুটি প্ৰশ্ন (১৫০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ হিপ্পোক্ৰেটচ্ৰ ব্যক্তিত্বৰ শ্ৰেণীবিভাগৰ বিষয়ে বর্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ স্প্ৰেঞ্জাৰৰ ব্যক্তিত্বৰ শ্ৰেণীবিভাগৰ বিষয়ে বর্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ সংলক্ষণ বুলিলে কি বুজে? সংলক্ষণৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ কি কি?

প্ৰশ্ন নং ৪ ঃ ইগ, ইগ' (অহম) আৰু চুপাৰ ইগ' (পৰম অহম) বুলিলে কি বুজে?

(খ) ৰচনাধৰ্মী প্ৰশ্ন (৩০০-৫০০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ ব্যক্তিত্বৰ প্ৰকাৰ বুলিলে কি বুজায়? ইয়ুংয়ে আগবঢ়োৱা ব্যক্তিত্বৰ প্ৰকাৰ তত্ত্বৰ দোষবোৰৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ এলপোৰ্ট আৰু কেটেলৰ ব্যক্তিত্বৰ শ্ৰেণীবিভাজনসমূহৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰক।

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ ব্যক্তিত্বৰ মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্ব বুলিলে কি বুজে? মনোবিশ্লেষণাত্মক তত্ত্বৰ ক্ৰমবিকাশৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰক।

অধ্যায় ১৫ ঃ মানসিক স্বাস্থ্য বিজ্ঞান আৰু সমাযোজন কৌশল

অধ্যায় গাঁথনি

১৫.১ উদ্দেশ্য

১৫.২ পৰিচয়

১৫.৩ মানসিক স্বাস্থ্যৰ অর্থ

১৫.৩.১ মানসিক স্বাস্থ্যৰ বৈশিষ্ট্য

১৫.৩.২ মানসিক স্বাস্থ্যত প্রভাৱ পেলোৱা উপাদানসমূহ

১৫.৪ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ ধাৰণা

১৫.৪.১ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ উদ্দেশ্য

১৫.৪.২ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ কার্যৱলী

১৫.৪.৩ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ নীতিসমূহ

১৫.৪.৪ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ সীমাবদ্ধতা

১৫.৫ সমাযোজন কৌশল

১৫.৬ অপসমাযোজনৰ কাৰণসমূহ

১৫.৭ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

১৫.৮ অধিক জানিবলৈ

১৫.৯ অগ্রগতিৰ খতিয়ান

১৫.১০ আৰ্হি প্রশ্ন

১৫.১ উদ্দেশ্য

এই অধ্যায়টি অধ্যয়ন কৰি আপুনি ঃ

- মানসিক স্বাস্থ্যৰ অর্থ আৰু ধাৰণা ব্যখ্যা কৰিব পাৰিব,
- মানসিক স্বাস্থ্যৰ ওপৰত প্রভাৱ পেলোৱা উপাদানসমূহ চিনাক্তকৰণ কৰিব পাৰিব,
- মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ ধাৰণা আৰু ইয়াৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ ব্যাখ্যা কৰিব পাৰিব,
- মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ কার্যৱলী, নীতি আৰু সীমাবদ্ধতা সমূহ চিনাক্তকৰণ কৰিব পাৰিব,
- সমাযোজন কৌশলৰ ধাৰণা আলোচনা আৰু অপসমাযোজনৰ কাৰণসমূহ নির্ণয় কৰিব পাৰিব।

১৫.২ পৰিচয়

শিক্ষা মনোবিজ্ঞান, বৃদ্ধি আৰু বৰ্দ্ধন, বিকাশৰ স্তৰসমূহ, স্মৃতি আৰু বিস্মৃতি, ইত্যাদিৰ বিষয়ে ইতিমধ্যে আমি সম্যক ধাৰণা লাভ কৰিলোঁ এতিয়া আমি মনোবিজ্ঞানৰ অন্য এটা দিশ আলোচনা কৰিম সেইটো হ'ল মানসিক স্বাস্থ্য বিজ্ঞান। মানসিক স্বাস্থ্য আৰু স্বাস্থ্য বিধি হ'ল এটা মুদ্রাৰ দুটা ফাল। সু-স্বাস্থ্যৰ অধিকাৰী হ'বলৈ হ'লে মানুহ এজনৰ স্বাস্থ্য বিজ্ঞান সম্পৰ্কে ধাৰণা থকাতো অতি দৰকাৰী। ইয়াৰ উপৰি এই অধ্যায়টিত সমাযোজনৰ কৌশলসমূহৰ বিষয়েও অধ্যয়ন কৰিবলৈ পাব। বাস্তৱিকতে সমাযোজন কৌশলসমূহ হ'ল এনেকুৱা এক কৌশল যাৰ দ্বাৰা এজন ব্যক্তিয়ে তেওঁৰ ব্যক্তিত্ব একে গতিত চলাই থাকিব পাৰে আৰু একে সময়তে বিভিন্ন ধৰণৰ অপসমাযোজিত আচৰণ আৰু তাৰ পৰা উদ্ভৱ হোৱা সমস্যাৰ পৰা উপশম কৰিব পাৰিব।

১৫.৩ মানসিক স্বাস্থ্যৰ অর্থ

ধৰা হওক— শীতলে পইতাচোৱা ভয় কৰে। অখিলে দুই-তিনি সপ্তাহ আগৰে পৰা মূৰৰ বিষত ভোগী আছে। কিন্তু ডাক্তৰে তেওঁৰ একো হোৱা নাই বুলি কৈ আছে। তেনেহলে কেলেই এনেকুৱা হৈছে? আমি যদি কাৰোবাক সোধো যে তুমি নিজকে ভাল পোৱানে? বিভিন্নজনে এই ক্ষেত্ৰত বিভিন্ন মত পোষণ কৰে। কিছুমানে হয়তো ইতিবাচক উত্তৰ দিব, আন কিছুমানে হয়তো ক'ব পাৰে 'মই নেজানো' নাইবা কোনো সময়ত মই নিজকে ঘৃণা কৰোঁ।

ওপৰৰ আলোচনাৰ পৰা আমি ক'ব পাৰো যে কোনো ব্যক্তিয়ে ভালদৰে সমাযোজন কৰে আৰু কোনো কোনো ব্যক্তিৰ ক্ষেত্ৰত সমাযোজনৰ সমস্যা থাকে।

সাধাৰণতে এজন ব্যক্তিয়ে যেতিয়া নিজক ভাল পায় তেতিয়া তেওঁক মানসিকভাৱে সুস্থ বুলি কোৱা হয়। ওলোটাকৈ যদি কোনো এজনে নিজক বেয়া পায় তেনেহ'লে তাক **অপসমাযোজনৰ** মুখ্য লক্ষণ বুলি কোৱা হয়। মানসিকভাৱে সুস্থ ব্যক্তি এজনে সামাজিক দল এটাৰ ভিতৰত নিজকে গ্ৰহণযোগ্য বুলি ভাবে; কিন্তু অপসমাযোজিত ব্যক্তি এজনে এক সম্পূৰ্ণ বেলেগ দৃষ্টিভংগীৰে গ্ৰহণ কৰে।

মানসিক স্বাস্থ্যৰ ধাৰণা মানৱ জাতিৰ সমানেই পুৰণি। আমাৰ পুৰণি ধৰ্মশাস্ত্ৰসমূহতো মানসিক ৰোগসমূহৰ প্ৰসংগ উল্লেখ আছে। কিন্তু এই ধাৰণাটো পশ্চিমীয়া দেশত তুলনামূলকভাৱে নতুন। ব্যক্তিত্বৰ সমগ্ৰতাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দি "বাৰ্নহাম" (Burnham) য়ে কয় যে - "মানসিকভাৱে সুস্থ ব্যক্তি এজন হ'ল তেওঁ যিয়ে নেকি এক একে ব্যক্তিত্ব বজাই চলে। ধৰ্মসম্বন্ধীয় মত বিৰোধ, অসংলগ্ন কথাৰ পৰা সৃষ্টি হোৱা আবেগিক উদ্বীগ্নতা, সংঘাতৰ পৰা মুক্ত। এজন সুস্থভাৱে সমাযোজন কৰিব পৰা ব্যক্তিয়ে তেওঁৰ সম্ভাৱনীয়তা কিমান সেয়া জানে আৰু একে সময়তে তেওঁৰ সীমাবদ্ধতাৰ সম্পৰ্কেও জ্ঞাত।



অপসমাযোজন (Maladjusted) ঃ মানসিক আৰু আবেগিক সমস্যাবোৰ যেতিয়া গ্ৰহণ কৰিব নোৱাৰে তেতিয়া এনেকুৱা আচৰণ সৃষ্টি হয়।

১৫.৩.১ মানসিক স্বাস্থ্যৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ

মানসিকভাৱে সুস্থ ব্যক্তি এজনৰ বৈশিষ্ট বিভিন্নজনে বিভিন্নভাৱে নিৰূপণ কৰিছে। ইয়াত প্ৰধানতঃ দুই ধৰণে অধ্যয়ন কৰিব পাৰি। যথা— (ক) ভাৰতীয় দৃষ্টিভংগী, (খ) পশ্চিমীয়া দৃষ্টিভংগী।

ক) **ভাৰতীয় দৃষ্টিভংগী ঃ** অথর্ব বেদত (Atharva Veda) মানসিক স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় পৰ্যাপ্ত খবৰ পোৱা যায়। এই বেদত মানসিক অসুস্থতাৰ কাৰণ আৰু তাৰ চিকিৎসা সম্পৰ্কে সবিশেষ বৰ্ণনা আছে। অথর্ব বেদৰ মতে মানসিক ব্যক্তিত্ব তিনিটা গুণ বা বৈশিষ্ট্যৰ দ্বাৰা গঠিত— সত্ত্ব, ৰজঃ আৰু তমঃ (Sattya Rajas and Tamas) এই তিনিটাৰ সমতা নোহোৱা হ'লে মানসিকভাৱে অসুস্থ বুলি চিহ্নিত কৰা হয়।

চৰক সংহিতা আৰু **শূশ্রুতা সংহিতাতেও** (The charak Samhita and Susruta Samhita) মানসিক স্বাস্থ্য সম্পৰ্কে ধাৰণা দিছে। কিন্তু এই ধাৰণা অথর্ব বেদত প্ৰকাশ পোৱা ধাৰণাতকৈ পৃথক। এই দুই পুথিত প্ৰকাশিত মানসিক স্বাস্থ্যৰ ধাৰণাসমূহ একে ধৰণে যজুৰ বেদতো লিপিবদ্ধ কৰা হৈছে।

খ) **পশ্চিমীয়া দৃষ্টিভংগী ঃ** মানসিক স্বাস্থ্যৰ ধাৰণাবোৰ তুলনামূলকভাৱে নতুন যদিও সুস্থ মানসিক স্বাস্থ্যৰ বাবে বিভিন্নজন লেখকে বিভিন্ন মত পোষণ কৰিছে। হেৰি ষ্টক চুলিভান (Harry Stack Sullivan) ই কৈছে যে মানসিক-ভাৱে সুস্থ ব্যক্তি এজনে সুদক্ষভাৱে সমাজৰ কাৰ্যৱলীসমূহ চলাই নিব পাৰে।

ফ্ৰয়ডে (Freud) এজন ব্যক্তিৰ অৱচেতন মনৰ অভিপ্ৰায়সমূহৰ সজাগতা আৰু একে সময়তে সজাগতাৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি সেই বিলাকৰ আত্ম নিয়ন্ত্ৰণ কৰাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিছে।

যহোদাই (Jahoda, ১৯৬৩) এজন মানসিকভাবে সুস্থ ব্যক্তিৰ ছয়টা লক্ষণৰ বিষয়ে উল্লেখ কৰিছে। যথা—

- ব্যক্তিত্বৰ সংহতি আৰু স্থিতিশীলতা সমস্যা সমাধানৰ দক্ষতা বা পাৰদৰ্শিতা।
- নিজে নিজৰ সিদ্ধান্ত ল'ব পৰা ক্ষমতা।
- যুক্তিসংগতভাৱে আত্মমূল্যায়ন।
- বাস্তৱমুখী জীৱনৰ লক্ষ্য আৰু আনৰ সুখ-দুখৰ বুজ লোৱাৰ ক্ষমতা।
- চিনাক্তকৰণ আৰু আত্মধাৰণাৰ মনোভাৱ।
- মানসিক হেঁচাৰ পৰা উপশম ঘটাব পৰা ক্ষমতা।

ওপৰৰ আলোচনাৰ পৰা আমি অতি সহজে মানসিকভাৱে সুস্থ আৰু মানসিকভাৱে অসুস্থ ব্যক্তিৰ মাজত পাৰ্থক্য উলিয়াব পাৰো। যথা—



চৰক সংহিতা ঃ অতি পুৰণি আয়ুৰ্বেদিক পুথি। চৰকে এই পুথি লিখিছিল। ইয়াত আভ্যন্তৰীণ ঔষধৰ বিষয়ে লিখা আছে। ইয়াক আয়ুৰ্বেদৰ তিনিখন গ্ৰন্থৰ ভিতৰত আটাইতকৈ পুৰণি গ্ৰন্থ বুলি কোৱা হয়।

সূশ্রুতা ঃ সূশ্রুতা এজন অস্ত্ৰ চিকিৎসক আৰু আয়ুৰ্বেদৰ শিক্ষক। তেওঁ খ্ৰীঃ ৬০০ শতিকাত বেনাৰশ (কাশী) চহৰ গঢ়ি তুলিছিল। সূশ্রুতা সংহিতাত বিভিন্ন ৰোগৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰা আছে আৰু চিকিৎসা সম্পৰ্কীয় বিভিন্ন পদ্ধতিবিলাক লিখা আছে। তেওঁক শৈল্য চিকিৎসাৰ পিতৃ বুলিও কোৱা হয়।

মানসিকভাৱে সুস্থ	মানসিকভাৱে অসুস্থ
ক) নিজৰ প্ৰতি সজাগ থকাৰ লগতে আনৰ প্ৰতি সন্মান প্ৰদৰ্শন কৰা।	ক) নিজৰ প্ৰতি সজাগতা নথকা আৰু আনৰ প্ৰতি সন্মান প্ৰদৰ্শন নকৰা।
খ) নিজৰ সীমাবদ্ধতাৰ বিষয়ে জনা আৰু আনৰ সীমাবদ্ধতাৰ প্ৰতি সহনশীল হোৱা।	খ) নিজৰ সীমাবদ্ধতাৰ বিষয়ে বুজি নোপোৱা আৰু অইনৰ সীমাবদ্ধতাৰ বিষয়ে সহনশীল নোহোৱা।
গ) বিধিমতে আচৰণৰ কাৰণসমূহৰ বিষয়ে জানে।	গ) আচৰণৰ কাৰণসমূহৰ বিষয়ে নাজানে।
ঘ) এওঁলোকে আচৰণ অভিপ্ৰেত কৰিবলৈ দৰকাৰ হোৱা মূল প্ৰয়োজনসমূহৰ বিষয়ে জানে।	ঘ) এওঁলোকে আচৰণ অভিপ্ৰেত কৰিবলৈ দৰকাৰ হোৱা মূল প্ৰয়োজনসমূহৰ বিষয়ে নাজানে।

মানসিক স্বাস্থ্য, সেয়েহে মানসিক পৈণতাপ্ৰাপ্তিৰ বাবে এক চৰ্ত বুলি ক'ব পাৰি। এজন মানসিকভাৱে সুস্থ ব্যক্তিক দায়িত্বশীল আৰু সচাঁ অৰ্থত ব্যক্তিস্বত্ব থকা বুলি কোৱা হয়। তেওঁৰ জীৱন দৰ্শনৰ প্ৰতি এক বাস্তৱিক উদ্দেশ্য থাকে। তেওঁ শুদ্ধ আৰু ভুলৰ মাজত পাৰ্থক্য নিৰ্ণয় কৰিব পাৰে।

জেকি ৰয়ৰ মতে এজন মানসিকভাৱে সুস্থ ব্যক্তিয়ে শাৰিৰীকভাৱে সু-স্বাস্থ্যৰ অধিকাৰী হ'ব পাৰে। তেওঁ সামাজিক সম্বন্ধও ভালদৰে ৰাখিব পাৰে। তেওঁৰ কামৰ প্ৰতি এক অন্তৰ্দৃষ্টি থাকে। ওপৰত কৰা আলোচনাৰ ভিত্তিত আমি তলত দিয়া পৰ্যবেক্ষণসমূহ অনুভৱ কৰিব পাৰো। যথা—

- মানসিক স্বাস্থ্যৰ ধাৰণা ব্যক্তিনিষ্ঠ।
- মানসিক স্বাস্থ্য, সুস্থ শাৰিৰীক স্বাস্থ্যৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰে।
- মানসিক স্বাস্থ্য নিৰূপণ কৰাটো কঠিন যিহেতু ইয়াৰ কোনো মাপকাঠি নাই।
- মানসিকভাৱে সুস্থ ব্যক্তিৰ লক্ষণসমূহ দেশ ভেদে বেলেগ বেলেগ।
- মানসিক স্বাস্থ্য ব্যক্তিত্বৰ সমতা (Balance)ৰ লগত একে অৰ্থত তুলনা কৰিব পাৰি।
- মানসিক স্বাস্থ্য এক গতিশীল ধাৰণা।
- মানসিক স্বাস্থ্য জীৱনৰ উৎপীড়ন আৰু হেঁচাৰ লগত সম্বন্ধিত।

১৫.৩.২ মানসিক স্বাস্থ্যত প্ৰভাৱ পেলোৱা উপাদানসমূহ

এতিয়া আমি চাওঁ আহক কোনবিলাক উপাদানে মানসিক স্বাস্থ্যৰ ওপৰত প্ৰভাৱ পেলায়। মানসিক স্বাস্থ্যই ব্যক্তিত্ব গঠনত এক জটিল ৰূপ ধাৰণ কৰে; কিন্তু ইয়াত এনেকুৱা কিছুমান উপাদান আছে যিবোৰে ইতিবাচক আৰু নেতিবাচক মানসিক

স্বাস্থ্য বিকাশত সহায় কৰে। মানসিক অসুস্থতাৰ কাৰণসমূহ বিভিন্নজন পণ্ডিতে বিভিন্ন ধৰণে দাঙি ধৰিছে। ইয়াত মানসিক অসুস্থতাৰ কাৰণ কিছুমানৰ আদর্শ (Models) দাঙি ধৰা হৈছে—

- সামাজিক-সাংস্কৃতিক আদর্শ।
- চিকিৎসা সম্পর্কীয় আদর্শ।
- মনো-বিশ্লেষণাত্মক আদর্শ।
- ব্যক্তিত্বৰ সংহতিৰ আদর্শ।

সামাজিক-সাংস্কৃতিক আদর্শই সামাজিক অৱস্থাসমূহৰ ভূমিকাৰ ওপৰত নির্ভৰশীল। যেনে— দুর্ভিক্ষ, জাতিগত বৈষম্য, হিংসাত্মক ঘটনা ইত্যাদিবোৰ হ'ল মানসিক সুস্থতাৰ অৱনতি ঘটোৱাৰ মূল কাৰক।

চিকিৎসা আদর্শই আমাৰ মগজুৰ কার্যৱলীসমূহত প্রভাৰ পেলোৱা বিভিন্ন ধৰণৰ জৈৱিক অৱস্থাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়ে।

মনো-বিশ্লেষণাত্মক আদর্শই অসুস্থতাৰ মূল কাৰক হিচাপে আগতীয়া বাল্যকালৰ অভিজ্ঞতাসমূহৰ ওপৰত বেছি গুৰুত্ব দিয়ে।

ব্যক্তিত্বৰ সংহতিৰ আদর্শইমানৱ জাতিৰ ব্যক্তিত্বৰ সংহতিৰ অসন্তুষ্টিৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়ে।

এই আদর্শবোৰৰ উপৰি বিভিন্নজন পণ্ডিতে মানসিক অসুস্থতাৰ বাবে আৰু কেতবোৰ উপাদান চিহ্নিত কৰিছে —

- প্রাথমিক।
- পূর্ব-নিবন্ধন।
- বেগতে বিতত হোৱা।
- উদ্দীপিতকৰণ।

প্রাথমিক কাৰণ হ'ল এনে এটা চর্ত, যি নহ'লে মানসিক অসুস্থতা সৃষ্টি হ'ব নোৱাৰে।

পূর্ব-নিবন্ধন কাৰণ হ'ল এনে এটা চর্ত যিয়ে নেকি শেহতীয়া অপসমাযোজনৰ আগতে আহে। উদাহৰণস্বৰূপে— শিশু এটাই যদি আগতীয়া বাল্যকালত বহুত বেছি অগ্রাহ্যৰ সন্মুখিত হয় তেন্তে তেওঁৰ মানসিক বিশৃংখলতা সৃষ্টি হ'ব পাৰে।

বেগতে বিতত হোৱাৰ চর্ত হ'ল বহুত বেছি দুখ— অপসমাযোজিত আচৰণ প্রদর্শন কৰা। উদাহৰণস্বৰূপে - এজন ব্যক্তিৰ হঠাৎে দেউতাক ঢুকুৱা কথাটো এজনৰ ব্যক্তিৰ বাবে মানসিক বিশৃংখলতাৰ কাৰণ হ'ব পাৰে।

উদ্দীপিতকৰণ (Reinforcing) হ'ল এনে এটা চর্ত যিয়ে আগতে প্রদর্শিত অপসমাযোজিত আচৰণসমূহ চলাই নিয়াত সহায় কৰে। যেনে— বেমাৰৰ ভাও ধৰা ভূমিকাই ঘৰৰ অদৰকাৰী দায়িত্ব লোৱাৰ পৰা পৰিত্রাণ ঘটায়।

মানসিক অসুস্থতাৰ কাৰণ হিচাপে মনোবিজ্ঞানীসকলে কিছুমান উপাদান চিহ্নিত কৰিছে। সেই উপাদানসমূহ হ'ল—

ক) বংশগতি ঃ
- প্রজননিক দোষ।
- ক্রম'চমেল (Chromosomal) দোষ।
- জীৱানু কোষৰ আসোঁৱাহ।
- সাংবিধানিক সমর্থতা— শাৰীৰিক, শাৰীৰিকভাৱে অক্ষম ইত্যাদি।
- শাৰীৰিকভাৱে বঞ্চনা— অপুষ্টিকৰ খাদ্য, শোৱাৰ বেমেজালি, মগজুৰ ৰোগ নিৰূপণ বিদ্যা।

খ) মনোবৈজ্ঞানিক ঃ
- মানসিকভাৱে বঞ্চনা (Deprivation)।
- আনুষ্ঠানিক বিষয়।
- গৃহৰ পৰা বঞ্চনা।
- পৰিয়াল গাঁথনিৰ আসোঁৱাহ ।
- অত্যাধিক হেঁচা ইত্যাদি।

গ) সামাজিক-সাংস্কৃতিক উপাদান।

ঘ) যুদ্ধ আৰু সন্ত্রাস।

ঙ) দলীয় কু-সংস্কাৰ।

চ) অর্থনৈতিক আৰু নিৱনুৱা সমস্যা।

ছ) আধুনিকীকৰণ আৰু গোলোকীকৰণ।

১৫.৪ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ ধাৰণা

মানসিক স্বাস্থ্য বিধি হ'ল সেই সমূহ নিয়ম-কানুন আৰু চর্ত— যিবিলাক অনুসৰণ কৰিলে কোনো ব্যক্তিয়ে পৰিবেশত কোনো সমস্যা নোহোৱাকৈ সংগতি বিধান কৰিবলৈ সক্ষম হয়। মানসিক স্বাস্থ্য শব্দটো মানসিক স্বাস্থ্য বিধি শব্দৰ লগত ওতপ্রোতভাৱে জড়িত যিহেতু মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ মূল উদ্দেশ্যই হ'ল মানসিক স্বাস্থ্য লাভ কৰা, অন্য অর্থত মানসিক স্বাস্থ্য ৰক্ষা কৰাৰ এটা উপায় হ'ল মানসিক স্বাস্থ্য বিধি। সেইকাৰণেই ক'ব পাৰো যে মানসিক স্বাস্থ্য বিধি হ'ল উপায় আৰু মানসিক স্বাস্থ্য হ'ল তাৰ লক্ষ্য।

সংজ্ঞা (Definition) ঃ মানসিক স্বাস্থ্য বিধি সম্পর্কে বহুতো সংজ্ঞা আছে তাৰে। কিছুমান সংজ্ঞা তলত উল্লেখ কৰা হ'ল—

ক্লেইনৰ (Klien) মতে মানসিক স্বাস্থ্য বিধিয়ে ব্যক্তি এজন যেতিয়া কিছুমান সমস্যাৰ সন্মুখীন হয় তেতিয়া তাক সহায়ক সাহার্য কৰাৰ অর্থে চেষ্টা কৰে। তেওঁৰ মতে এই সমস্যাবোৰ হ'ব পাৰে—

- অসুস্থতাৰ বাবে
- মৌদ্রিক
- সামাজিক স্থান
- ধর্ম
- যৌনতা
- আর্থিক নিৰাপত্তা
- বার্দ্ধক্য
- নিৰাপত্তাহীনতা

ৰিভলিনৰ মতে, মানসিক স্বাস্থ্য বিধি মানে হ'ল—

- স্বাস্থ্যবিধিৰ সম্ভেদ আৰু কৌশল প্রয়োগৰ বাবে ব্যৱহৃত উপায়।
- ইয়াক মনোবিজ্ঞান, শিশু মনোবিজ্ঞান, শিক্ষা, সমাজবিজ্ঞান, মনঃস্তাত্ত্বিক, চিকিৎসা বিদ্যা আৰু জীৱতত্ত্ব বিজ্ঞানৰ পৰা লোৱা হৈছে।
- মানসিক স্বাস্থ্য বিধিয়ে ব্যক্তি এজনৰ আৰু সম্প্রদায় এটাৰ মানসিক স্বাস্থ্যৰ বিকাশ আৰু সংৰক্ষণৰ উদ্দেশ্যসমূহৰ বাবে যত্ন লয়।
- ই হৈছে মানসিক স্বাস্থ্যৰ উৎকর্ষ সাধন কৰা আৰু মানসিক বিশৃংখলতাক বাধাদান কৰা সম্বন্ধীয় নীতি আৰু পদ্ধতিৰ অধ্যয়ন।

আমাৰ সভ্যতাৰ নিচিনাকৈ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ বুৰঞ্জীও অতি পুৰণি। ভাৰতবর্ষত বহুদিন আগতে মানসিক অসুস্থতাৰ বাবে কি কি চিকিৎসা কৰিব পাৰি সেই বিষয়ে বহলাই আলোচনা কৰা হৈছে। আয়ুর্বেদ শাস্ত্রই ইয়াৰ প্রকৃষ্ট উদাহৰণ। কিন্তু পাশ্চাত্যত কুৰি শতিকাৰ প্রথম দশকতহে স্বাস্থ্যবিজ্ঞান ধাৰণাই জন্ম লাভ কৰে। ইয়েল (Yale) বিশ্ববিদ্যালয়ৰ স্নাতক ডিগ্রীধাৰী ক্লিফোর্ড বিয়াৰক (C. Beer) মানসিক স্বাস্থ্য বিজ্ঞানৰ পিতৃ বুলি কোৱা হয়। ১৯০৮ চনত তেওঁ পৰিয়ালকেন্দ্রীক অশান্তিৰ বাবে মনোকষ্ট ভোগ কৰি আত্মহত্যা কৰিবলৈ উদ্যত হৈছিল। কিন্তু তেওঁ ভাগ্যক্রমে বাছি যায় আৰু তেওঁক মানসিক অসুস্থতাৰ বাবে চিকিৎসা কৰা হয়। আৰোগ্য লাভ কৰাৰ পাছত তেওঁ "A Mind that Found Itself" নামৰ কিতাপ এখন লিখি উলিয়ায়। এই কিতাপখনত তেওঁ অসুস্থতাৰ কাৰণসমূহ চিহ্নিত কৰাৰ লগতে চিকিৎসা বিধান বিলাকো উল্লেখ কৰিছিল। এই কিতাপখনে সাধাৰণ মানুহৰ মাজত মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ আৱশ্যকতাৰ বিষয়ে এক আলোড়নৰ সৃষ্টি কৰিছিল।

১৫.৪.১ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ উদ্দেশ্য

মানসিক স্বাস্থ্য বিধি হ'ল এক বিজ্ঞান। মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ মূল উদ্দেশ্য হ'ল ব্যক্তিক পৰিৱেশৰ লগত সুস্থভাৱে সংগতি বিধান কৰাৰ বাবে সহায় কৰা। সেয়েহে আমি ক'ব পাৰোঁ যে মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ ধাৰণাটো হ'ল ইতিবাচক।

মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ মুখ্য উদ্দেশ্যসমূহ তলত উল্লেখ কৰা হ'ল—

এজনৰ সম্ভাৱনীয়তাসমূহ সাব্যস্ত কৰাত সহায় কৰা। প্রত্যেক ব্যক্তিয়ে কিছুমান সম্ভাৱনীয়তা লৈ জন্মগ্রহণ কৰে। মানসিক স্বাস্থ্য বিধিয়ে এজন ব্যক্তিৰ সম্ভাৱনীয়তাসমূহ বিকশিত কৰাত সহায় কৰে।

আত্মসন্মান আৰু অইনৰ প্রতি সন্মান প্রদর্শন কৰাত সহায় কৰে। বেছি সংখ্যক লোকেই আবেগিক বিশৃংখলতা ভোগাৰ মূল কাৰণ হ'ল আত্মসন্মান বোধ হেৰুওৱা।

এজন ব্যক্তিয়ে যেতিয়া নিজক ভাল পায় তেতিয়া তেওঁ আনকো ভাল পাব পাৰে আৰু যেতিয়া নিজক বেয়া পায় তেতিয়া তেওঁ আনকো বেয়া পায়। সেয়েহে মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ মুখ্য লক্ষ্য হ'ল —ব্যক্তি এজনে নিজকে প্ৰথমে সন্মান কৰিব জানিব লাগিব।

এজন ব্যক্তিৰ সীমাবদ্ধতাসমূহ জনাত সহায় কৰে আৰু অন্যৰ সীমাবদ্ধতাসমূহ সহ্য কৰাত সহায় কৰে।

মানসিক স্বাস্থ্য বিজ্ঞানে ব্যক্তি এজনৰ শাৰিৰীক, মানসিক, আধ্যাত্মিক সমৰ্থতাসমূহৰ সামঞ্জস্য ভালকৈ সমাযোজন কৰিব পাৰে।

সুখী মনোভাৱৰ সৃষ্টি কৰাত সহায় কৰে। মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ অন্য এটা উদ্দেশ্য হ'ল জীৱনৰ প্ৰতি এক ইতিবাচক মনোভাৱৰ বিকাশ সাধন কৰা, যাতে পৃথিৱীত ব্যক্তিজনে সুখীভাৱে জীৱন-যাপন কৰিব পাৰে।

মানসিক স্বাস্থ্য বিধিয়ে জীৱনৰ প্ৰত্যেকটো স্তৰতে যাতে সফলভাৱে সমাযোজন কৰিব পাৰে তাৰ বাবে প্ৰস্তুত কৰি তোলে। যেনে -বিদ্যালয়ত, গৃহত, সমাজৰ কামত, ইত্যাদি।

আমাৰ বহুতেই আমি নিজক ভালদৰে চিনি নাপাওঁ। আমাৰ সম্ভাৱনীয়তা কিমানখিনি, সীমাবদ্ধতা কিমানখিনিত আৰু দূৰ্বলতাসমূহ কোন কোন ক্ষেত্ৰত আছে আমি নিজেই নাজানো, যাৰ বাবে আমি বিভিন্ন ক্ষেত্ৰত উজুতি খাব লগা হয়। কিন্তু মনসিক স্বাস্থ্য বিজ্ঞানে নিজক জনাত সহায় কৰে।

১৫.৪.২ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ কাৰ্যৱলীসমূহ

মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ চাৰিটা দৰকাৰী কাৰ্য আছে। সেইবোৰ হ'ল—

- **আৰোগ্য ঃ** মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ আটাইতকৈ দৰকাৰী কাৰ্য হ'ল— কিছুমান দৈনিক কাৰ্যৰ দ্বাৰা মানসিক অসুস্থতাৰ সমস্যাসমূহ দূৰ কৰিব পাৰি।
- **সৃজনকাৰী ঃ** অন্য এটা মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ কাৰ্য হ'ল দৈনিক কাৰ্য তালিকা কিছুমান তৈয়াৰ কৰি লব লাগে, যেনে— নিৰ্দেশনা, মনোৰোগ, চিকিৎসাৰ নিদান স্থাপন কৰা আৰু ৰোগ প্ৰতিকাৰ কৰণৰ কাৰ্যকৰী ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা।
- **সংৰক্ষণকাৰক উপকাৰিতা** (Preservative) ঃ সকলো ব্যক্তিয়ে মানসিক-ভাৱে অসুস্থ নহয় বৰঞ্চ তাৰ ভিতৰত মানসিকভাৱে সুস্থ মানুহো আছে। মানসিক স্বাস্থ্য ৰক্ষা কৰিবলৈ হ'লে সমাজৰ প্ৰতিজন লোকেই নিয়মিতভাবে কিছুমান নীতি-নিয়ম মানি চলিব লাগে। ইয়াৰ যোগেদিহে সমাজত সুস্থ মানসিক স্বাস্থ্য ৰক্ষা কৰিব পৰা যাব।
- **প্ৰশিক্ষণ ঃ** মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ অন্য এটা কাৰ্য হ'ল— কিছুসংখ্যক ব্যক্তিক

এনেকুৱাকৈ প্ৰশিক্ষণ দিব লাগে যাতে তেওঁলোকে মানসিক সমস্যা থকা ব্যক্তিসকলক তেওঁলোকৰ সমস্যাসমূহ উপলব্ধি কৰি তেওঁলোকৰ আৱশ্যকতাসমূহ পূৰণ কৰাত সহায় কৰিব পাৰে।

১৫.৪.৩ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ নীতিসমূহ

বিভিন্ন ধৰণৰ ব্যক্তিৰ মাজত যিহেতু প্ৰভেদ আছে সেইবাবে মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ বাবে সাধাৰণ এটা নীতি গ্ৰহণ কৰাটো কঠিন কাম। তাৰ কাৰণ কেবাটাও। যেনে—

- বিকাশৰ বিভিন্ন স্তৰত মানুহৰ প্ৰয়োজনসমূহ বিভিন্ন ধৰণৰ। আৰু এই প্ৰয়োজনবোৰ স্বভাবত অমিল।
- মানুহৰ আচৰণ বা কাৰ্য নিৰ্ণয় কৰিবলৈ কোনো এটা নিৰ্দিষ্ট মাপকাঠি নাই।

তথাপিও এই অসুবিধাসমূহ থকা স্বত্বেও আমি কিছুমান সাধাৰণ নীতি গ্ৰহণ কৰিব পাৰো। সেইবোৰ হ'ল—

- **গৃহ পৰিবেশত সমাযোজন ঃ** প্ৰত্যেক শিশুৱে এনেকুৱা কেতবোৰ আচৰণ বিকাশ কৰিব লাগে যাতে তেওঁলোকে যিকোনো পৰিবেশতে সমাযোজন কৰিব পাৰে। আগতীয়া বাল্যকালত শিশুসকলে যিবিলাক আচৰণ গঢ়ি তোলে সেইবিলাক সাধাৰণতে ভৱিষ্যতলৈ থাকি যায় বুলি কোৱা হয়। সেয়েহে অভিভাৱকে এই ক্ষেত্ৰত খুব সচেতন হোৱা উচিত। সেইবাবে শিশু বিকাশৰ সমগ্ৰ দিশৰ প্ৰতি তেওঁলোকৰ সাধাৰণ সচেতনতা, প্ৰতিযোগিতা, নিৰাপত্তা তেওঁলোকৰ প্ৰয়োজন অনুযায়ী অনুশাসন ইত্যাদিবোৰ লৰা-ছোৱালীৰ মাজত বিকাশ হবলৈ সুবিধা দিব লাগে।
- **স্কুলত সমাযোজন** (Adjustment in School) ঃ গৃহৰ পিছতেই স্কুলে ব্যক্তি এজনৰ ব্যক্তিত্ব বিকাশতবিশেষ ভূমিকা গ্ৰহণ কৰে। স্কুলে বিভিন্ন ধৰণৰ কাৰ্যৱলীৰ যোগেদি এনেকুৱা পৰিবেশ গঢ়ি তুলিব লাগে যাতে লৰা-ছোৱালীৰ মানসিক স্বাস্থ্য ৰক্ষা কৰাত সহায় হয়।
- **সমাজত সমাযোজন ঃ** মানুহ হ'ল সামাজিক প্ৰাণী আৰু সমাজত তেওঁ সেয়েহে সমাযোজন কৰি চলিব লাগে। যথোপযুক্ত সামাজিক ভাৱবিনিময় নোহোৱাকৈ সুসামঞ্জস্যপূৰ্ণ ব্যক্তিত্বৰ বিকাশ হ'ব নোৱাৰে। সেয়েহে পিতৃ-মাতৃ, শিক্ষক আৰু সমাজে একেলগ হৈ এনেকুৱা কিছুমান কৌশল উলিয়াব লাগে যাতে সমাজত এক সুস্থ বাতাবৰণ সৃষ্টি হয়।
- **কৰ্মত সমাযোজন** (Adjustment to work) ঃ ফ্ৰয়দৰ মতে যদি ব্যক্তি এজনে কৃতকাৰ্যতাৰে কাম কৰিব পাৰে তেনেহ'লে তেওঁ মানসিকভাৱে সুস্থ কোৱা হয়। স্কুলে সেয়েহে দৈনিক কাৰ্য তালিকা কিছুমানৰ জৰিয়তে লৰা ছোৱালীৰ কামৰ প্ৰতি উপযুক্ত মানসিক অৱস্থা গঢ়ি তুলিব পাৰে।

১৫.৪.৪ মানসিক স্বাস্থ্যবিধিৰ সীমাবদ্ধতা

যদিও আমাৰ শিক্ষাব্যৱস্থাত মানসিক স্বাস্থ্যবিধি এক গুৰুত্ব দিশ বুলি ভবা হয় তথাপিও ইয়াৰ কিছুমান সীমাবদ্ধতা আছে। সেইবোৰ হ'ল -

- বেছিসংখ্যক পিতৃ-মাতৃয়েই মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ প্ৰতি সজাগ নহয়। সেয়েহে তেওঁলোকে নিজৰ ল'ৰা-ছোৱালীৰ মানসিক স্বাস্থ্য কেনেকৈ ৰক্ষা কৰিব লাগে সেই কথাত গুৰুত্ব নিদিয়ে।
- আমাৰ স্কুলৰ শিক্ষকসকলৰ ইমান বেছি কামৰ হেঁচা যে তেওঁলোকে ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ মানসিক স্বাস্থ্য ৰক্ষা কৰিবৰ বাবে যিবিলাক দৈনিক কাৰ্য তালিকা প্ৰয়োগ কৰিব লাগে সেইবিলাক গঠন কৰিবলৈ সময় নেপায়।
- মানসিক স্বাস্থ্যৰ সমস্যা সমূহ প্ৰতিৰোধ কৰিবলৈ প্ৰশিক্ষিত ব্যক্তিৰ অভাৱ।



চিন্তা চৰ্চা কৰক ঃ ১৫.১

মানসিক স্বাস্থ্য আৰু স্বাস্থ্য বিধিৰ মাজত সম্বন্ধ কি?

.....

.....

মানসিকভাৱে সুস্থ ব্যক্তি এজনৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ কি কি?

.....

.....



অগ্ৰগতি নিৰীক্ষণ

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ মানসিক অসুস্থতাৰ বিষয়ে Clifford Beers য়ে লিখা কিতাপখনৰ নাম কি?

.....

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ নীতি গঠন কৰিবলৈ যাওঁতে সন্মুখীন হোৱা সমস্যা দুটা কি কি?

.....

.....

১৫.৫ সমাযোজন কৌশল

প্রত্যেকজন মানুহৰ অৱস্থা আৰু চাহিদা অনুযায়ী সমাযোজনৰ পদ্ধতিও বেলেগ বেলেগ। প্রত্যেক ব্যক্তিয়ে নিজৰ নিজৰ কিছুমান উদ্দেশ্যত উপনীত হবলৈ ইচ্ছা কৰে। কিন্তু কিছুমানবাহ্যিক আৰু আভ্যন্তৰীণ কাৰণৰ বাবে সেই উদ্দেশ্যসমূহ বাস্তৱত ৰূপায়িত কৰা সম্ভৱ হৈ নুঠে। এই ক্ষেত্রত কিছুমান ব্যক্তিয়ে ব্যর্থতাত ভুগে, কিছুমানে আকৌ বেলেগ বেলেগ ধৰণে আচৰণ প্রদর্শন কৰে। কেতিয়াবা কেতিয়াবা সেই ব্যর্থতাসমূহ দূৰ কৰিবলৈ কিছুমান কৌশল অৱলম্বন কৰে। মানুহে নিজৰ প্রয়োজনৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি নিজক সংশোধন কৰি পৰিবেশৰ লগত সামঞ্জস্য স্থাপন কৰে। নিজস্ব আচৰণ সংশোধন ঘটাৰ পাছত পৰিবেশৰ লগত সম্পর্ক কৰা প্রক্রিয়াটোক সমাযোজন কৌশল বুলি কোৱা হয়। উদাহৰণ স্বৰূপে এজন লৰা ডাক্তৰ হবলৈ বিচাৰিছে কিন্তু তেওঁ আসন যোগাৰ কৰিব নোৱাৰিলে। সেয়েহে তেওঁ তেওঁৰ প্রয়োজন পূৰণ কৰিব নোৱাৰা বাবে ব্যর্থতাত ভুগিব পাৰে নাইবা বেলেগ কিবা চিকিৎসা সম্পর্কীয় বিষয় অধ্যয়ন কৰিব পাৰে আৰু নাইবা কলা বিষয়তো নাম ভর্ত্তি কৰিব পাৰে।

এনে পৰিস্থিতিত এজন মানসিকভাৱে সুস্থলোকে নিজৰ অহা ভাবক সুৰক্ষা দিবৰ বাবে কম-বেছি পৰিমাণে সামাজিক গ্রহণযোগ্যতা থকা কোনো কৌশল ব্যৱহাৰ কৰিব।



জানি থোৱা ভাল

- মনোবৈজ্ঞানিক মনস্তত্ত্ববিদ নাইবা মানসিক স্বাস্থ্য বিজ্ঞানবিদ সকলৰ মাজত সমাযোজন কৌশলৰ বিভিন্ন শ্রেণীবিভাগৰ সম্পর্কত কোনো মিল নাই।

সমাযোজন কৌশলৰ সম্পর্কত যদিও মনোবৈজ্ঞানিক, মনস্তত্ত্ববিদ ইত্যাদিসকল একমত নহয় তথাপিও কেইটামান উমৈহতীয়া সমাযোজন কৌশল তলত উল্লেখ কৰা হয়।

- **ক্ষতিপূৰণ** (Compensation)
- **চিনাক্তকৰণ** (Identification)
- **যুক্তিযুক্তকৰণ** (Rationalization)
- **নেতিবাচক** (Negativism)
- **দিবাস্বপ্ন** (Day dreaming)
- **প্রত্যাগমন বা প্রত্যাৱর্তন** (Regression)
- **অৱদমন** (Repression)
- **প্রক্ষেপন** (Projection)

ক্ষতিপূৰণ (Compensation) ঃ ব্যক্তিয়ে কোনো এটা দিশত নিজৰ দূৰ্বলতা পূৰণ কৰিবলৈ এই ক্ষতিপূৰণ কৌশলটো ব্যৱহাৰ কৰাটো হ'ল মানুহৰ এটা প্ৰবৃত্তি। যেতিয়া কোনো এজন ব্যক্তিয়ে কোনো দিশত অক্ষমতা বা অকৃতকাৰ্য হয় তেতিয়া তেওঁ তাক মানি লোৱাৰ পৰিবৰ্তে আন কোনো এটা দিশত কৃতকাৰ্য হ'বলৈ চেষ্টা কৰে। শক্তি সম্বন্ধে চলোৱা নেপোলিয়নৰ উদাহৰণটো এই ক্ষেত্ৰত উল্লেখযোগ্য। ক্ষতিপূৰণ দুই প্ৰকাৰৰ হ'ব পাৰে, যেনে—

- প্ৰত্যক্ষ ক্ষতিপূৰণ ঃ যেতিয়া ব্যক্তি এজনে কোনো এটা দিশত অক্ষমতা থকা বুলি অনুভৱ কৰে তেতিয়া তেওঁ আপ্ৰান চেষ্টাৰ ফলত সেই অক্ষমতাক ফলৱতী কৰিবলৈ চেষ্টা কৰে। উদাহৰণস্বৰূপে ল'ৰা এজনে অংকত দূৰ্বল হ'ব পাৰে কিন্তু একমাত্ৰ কঠোৰ পৰিশ্ৰমৰ ফলত তেওঁ অংকত চোকা হব পাৰে। এইটো প্ৰত্যক্ষ ক্ষতিপূৰণৰ উদাহৰণ।
- অতিমাত্ৰা ক্ষতিপূৰণ ঃ এইটো হ'ল এনে এটা প্ৰক্ৰিয়া যিটোৰ জৰিয়তে ব্যক্তি এজনে তেওঁৰ বিশিষ্ট দুৰ্বলতাসমূহক বিশিষ্ট শক্তিলৈ ৰূপান্তৰিত কৰিব পাৰে। উদাহৰণস্বৰূপে ভমষ্থেনিছে তেওঁৰ কথন প্ৰক্ৰিয়াত দুৰ্বলতা থকা স্বত্বেও এজন মহান বক্তা হ'ব পাৰিছিল।
- অপ্ৰত্যক্ষ ক্ষতিপূৰণ ঃ বহুতো অভিভাৱকে তেখেতসকলৰ সন্তানক তেখেতসকলে আশা কৰা মতে আৰু নিজে ল'বলৈ সক্ষম নোহোৱা, জীৱিকা ল'বৰ বাবে চেষ্টা কৰে। আকৌ পঢ়া-শুনাত দুৰ্বল ছাত্ৰ এজনে খেলত পাৰদৰ্শীতা দেখুৱাই ক্ষতিপূৰণ কৰিব পাৰে। এইবোৰ অপ্ৰত্যক্ষ ক্ষতিপূৰণৰ উদাহৰণ।

চিনাক্তকৰণ (Identification) ঃ এই প্ৰক্ৰিয়াত ব্যক্তি এজনে অন্য ব্যক্তিৰ জৰিয়তে বা এটা দলৰ জৰিয়তে নাইবা এটা অনুষ্ঠানৰ জৰিয়তে নিজকে চিনাক্ত কৰে।



জানি থোৱা ভাল

- চিনাক্তকৰণ সাৰ্বজনীনভাবে ব্যৱহৃত হয়।
- এইটো আটাইতকৈ সন্তোষদায়ক কৌশল।

এই চিনাক্তকৰণৰ জৰিয়তে তেওঁ সন্তুষ্টি পায়। তেওঁ অইনৰ সাহসত সাহস পায়। উদাহৰণস্বৰূপে শিশু এটাই কেনেকৈ নিজকে মাক বা দেউতাকৰ সৈতে চিনাক্তকৰণ কৰে। এনে সমাযোজন প্ৰক্ৰিয়াৰ যোগেৰে ব্যক্তিয়ে পৰোক্ষভাৱে নিজ ব্যক্তিত্বক শক্তিশালী কৰি তোলাৰ চেষ্টা কৰে। যদি এই কৌশলটো অতিমাত্ৰাই ব্যৱহাৰ কৰা হয় তেনেহলে ইয়ে ব্যক্তি এজনৰ মানসিক স্বাস্থ্যত আঘাত কৰিব পাৰে।

যুক্তিযুক্তকৰণ (Rationalization) ঃ এইটো এনেকুৱা এটা কৌশল যাৰ যোগেদি অযুক্তিকৰ কথা বা কাম একোটাকৈ যুক্তিসংগত বা উচিত বুলি প্রতিপন্ন কৰি তুলিবলৈ প্রচেষ্টা চলোৱা হয়।

সাধাৰণতে দুই ধৰণৰ যুক্তিযুক্তকৰণ আছে সেই দুটা হ'ল—

ক) **আঙ্গুৰ টেঙা ঃ** যেতিয়া ব্যক্তি এজনে আপ্রাণ চেষ্টাৰ ফলতো উদ্দেশ্যত উপনীত হব নোৱাৰে তেতিয়া তেওঁ সেইটো বস্তু নেলাগে বুলি কব পাৰে। ইয়াত ব্যক্তিয়ে নিজৰ অক্ষমতাৰ বাবে আনক দোষাৰোপ কৰাৰ পৰিবর্তেপৰিস্থিতিক স্বাভাৱিকভাৱে গ্রহণ কৰিবলৈহে চেষ্টা কৰে। তলৰ উদাহৰণৰদ্বাৰা সেইটো দেখা যায়।

- শিয়াল এটাই যেতিয়া আঙ্গুৰৰ থোপা ঢুকি নেপায় আঙ্গুৰ খাবলৈ নেপাই তেতিয়া কয় যে আঙ্গুৰ টেঙা।
- যেতিয়া লৰা এজনে স্কুলৰ ফুটবল দলটোৰ বাবে বাচনি নেপালে তেতিয়াতেওঁ কয় যে তেওঁ খেলিবলৈ ভাল নাপায়।

খ) **নেমুটেঙা মিঠা ঃ** যেতিয়া ব্যক্তি এজন নিজৰ পাৰদর্শিতাত সন্তুষ্টি নহয় তেতিয়া এনেকুৱা ধৰণৰ যুক্তিযুক্তকৰণৰ সহায় লয়। উদাহৰণস্বৰূপে শিক্ষক এজনে "শিক্ষক পদটোত" যোগদান কৰাৰ পূর্বে তেওঁ তাতকৈ বেছি কিবা ভাল কাম পায় নেকি বিচাৰি আছিল। কিন্তু যেতিয়া অক্ষম হ'ল, তেতিয়া তেওঁ "শিক্ষক" পদটোকে খুব ভাল জীৱিকা বুলি গ্রহণ কৰিবলৈ বাধ্য হ'ল আৰু ইয়াৰ যোগেদি নিজকে যুক্তিসংগত কৰি তুলিবলৈ চেষ্টা কৰিলে।



জানি থোৱা ভাল

- যুক্তিযুক্তকৰণ আটাইতকৈ জনপ্রিয় কৌশল।
- যুক্তিযুক্তকৰণৰ লক্ষ্য হ'ল মনৰ ব্যর্থতামূলক পৰিস্থিতিত নিজক স্বাভাৱিক কৰণ কৰি তুলিবৰ বাবে লোৱা এক সমাযোজন প্রচেষ্টা।



ডেমস থেনেচ (৩৮৪-৩২২ খৃষ্টাব্দ) ঃ এওঁ পুৰণি কালৰ এথেন্স চহৰৰ ভাল বক্তা আছিল।

নেতিবাচক (Negativism) ঃ নেতিবাচক ব্যক্তিয়ে অইনে পৰামর্শ দিলেও লোৱাৰ পৰা বিৰত থাকে। বাল্যকালত শিশুসকলে বিশেষকৈ এই কৌশলটো প্রয়োগ কৰে। কিছুমান শিশুৱে যিকোনো অনুৰোধতে 'নহয়' শব্দটো প্রয়োগ কৰে। তেওঁ পিছত সেই অনুৰোধতো ৰক্ষা কৰিলেও প্রথম অৱস্থাত 'নহয়' বা 'নোৱাৰো' শব্দটো প্রয়োগ কৰিবই। যদি এই অস্বীকাৰ কৰি থকা প্রক্রিয়াটো চলাই থাকে তেনেহলে তেওঁৰ বিকাশৰ প্রক্রিয়াত নেতিবাচক কৌশলতো চিৰস্থায়ী হৈ ৰোৱাৰ সম্ভাৱনা থাকে।

দিবাঃস্বপ্ন (Day dreaming) ঃ এই কৌশলটো প্ৰায় সকলো মানুহেই ব্যৱহাৰ কৰে। এজন ব্যক্তিয়ে তেওঁৰ বাস্তৱত বিফল আৰু অপূৰণ হৈ ৰোৱা ইচ্ছা, আশা-আকাংশা আদি মনৰ কল্পনাৰ যোগেদি পৰোক্ষভাৱে পূৰণৰ চেষ্টা কৰে। উদাহৰণস্বৰূপে - এজন ডেকা লৰাই যৌৱনকালত তেওঁৰ জনপ্ৰিয়তা বৃদ্ধি কৰিবলৈ ইচ্ছা কৰে কিন্তু তেওঁৰ সমনীয়া লোকসকলে ভাল নেপায়। তেনেক্ষেত্ৰত তেওঁ সেই দলটোৰ সকলোৱে ভালপোৱা নায়কহিচাপে নিজকে কল্পনা কৰিব পৰাৰ দিবাস্বপ্ন দুই প্ৰকাৰৰ হ'ব পাৰে—

ক) **বিজয়ী বীৰৰ দৰে ঃ** এনেধৰণৰ দিবাস্বপ্নত ব্যক্তিয়ে প্ৰত্যেক ক্ষেত্ৰতে নিজকে সক্ষম আৰু কৃতকাৰ্য বুলি ভাবে। উদাহৰণস্বৰূপে এজন ব্যক্তিয়ে নিজকে কেতিয়াবা সঙ্গীতজ্ঞ বুলিও বিবেচনা কৰিব পাৰে যাতে সকলো দৰ্শকে মোহ যাব পাৰে।

খ) **ভূগি থকা বীৰৰ দৰে ঃ** এনে ধৰণৰ দিবাস্বপ্নত এজন ব্যক্তিয়ে নিজৰ প্ৰতি সহানুভূতিত লিপ্ত হৈ থাকে। উদাহৰণস্বৰূপে যদি শিশু এটাই ঘৰখনত বেয়া আচৰণ পাই থকা বুলি অনুভৱ কৰে তেনেহলে তেওঁ কল্পনা কৰি কৰি অসুস্থ হৈ পৰে।

প্ৰত্যাগমন বা প্ৰত্যাবৰ্তন (Regression) ঃ এইটো এটা এনেকুৱা কৌশল যাৰ দ্বাৰা ব্যক্তিয়ে দুখদায়ক পৰিস্থিতিৰ পৰা বা জটিল পৰিস্থিতিৰ পৰা নিজকে নিৰাপদ দূৰত্বত ৰাখে। উদাহৰণস্বৰূপে হতাশাত ভাঙি পৰা কোনো ব্যক্তয়ে শিশুৰ দৰে কান্দিবলৈ আৰম্ভ কৰিব পাৰে। অতীতৰ সুদিনলৈ ঘূৰি যোৱাৰ ইচ্ছা সকলোৱে মাজতে থাকে। ইয়াৰ এটা উদাহৰণ হ'ল নিৰ্বাচিত কেতবোৰ কথা পাহৰি পেলোৱাটো।

অৱদমন (Repression) ঃ এই পদ্ধতিত ব্যক্তিয়ে মনৰ দুখ আৰু বেদনাদায়ক অভিজ্ঞতাবোৰক অচেতন মনত লুকুৱাই ৰাখি চেতন মনক উত্তেজনামুক্ত কৰি ৰখা অৱস্থা।

প্ৰক্ষেপন (Projection) ঃ এই পদ্ধতিত ব্যক্তি এজনে নিজৰ দোষ দূৰ্বলতা ঢাকি ৰাখিববৰ বাবে আনৰ গালৈ তাক প্ৰক্ষেপন কৰে। স্নায়বিক আৰু মনোৰোগী ব্যক্তিত্বৰ অধিকাৰী লোকে বাৰে বাৰে খুব বেছিকৈ এই প্ৰক্ষেপন পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰা দেখা যায়।

১৫.৬ অপ-সমাযোজনৰ কাৰণ

মানৱ আচৰণৰ এক জটিল সমস্যা হৈছে অপসমাযোজন। ইয়াৰ বাবে উপযুক্ত কাৰণ উলিওৱাটো বৰ কঠিন। ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ মাজত অপ-সমাযোজনৰ ক্ষেত্ৰত গৃহ-স্কুল আৰু সমাজে এক বিশেষ দৰকাৰী ভূমিকা গ্ৰহণ কৰে। ফ্ৰয়েদ, এডলাৰ, য়ুঙ ইত্যাদি মনোবৈজ্ঞানিকসকলে অপসমাযোজনৰ বিভিন্ন উপাদান বৰ্ণনা কৰিছে। তাৰ ভিতৰত কিছুমান উপাদান তলত উল্লেখ কৰা হ'ল।

অপসমাযোজনৰ বিভিন্ন কাৰণ আছে। এইবিলাক তিনিটা ভাগত ভগাব পাৰি—

ক) ব্যক্তিগত (Personal)

খ) সামাজিক (Social)

গ) স্কুলীয়া উপাদান (School factors)

ক) ব্যক্তিগত (Personal)

- দৈহিক গঠন (Physique) ঃ যদি শিশু এটা বৰ দূর্বল হয়, দেখাত বেয়া হয়, ইন্দ্রিয়সমূহৰ যদি কিবা বিসংগতি থাকে তেওঁ এক বিশেষ ধৰণৰ মানসিক অশান্তিত ভোগে আৰু তাৰ ফলত অপসমাযোজনৰ সৃষ্টি হব পাৰে।
- দৰিদ্রতা (Poverty) ঃ দৰিদ্রতাক অপসমাযোজনৰ এক কাৰণ বুলি কোৱা হয়। যেতিয়া লৰা-ছোৱালীৰ মৌলিক প্রয়োজনখিনি পিতৃ-মাতৃয়ে পূৰণ কৰিব নোৱাৰে তেতিয়াই শিশুটোৰ মনত এক সংঘাতৰ সৃষ্টি হয়।
- ব্যক্তিগত নাটনি (Individual Scarcity) ঃ ব্যক্তিগত নাটনিও অপসমাযোজনৰ এক বিশেষ কাৰণ বুলিব পাৰি। ধৰা হ'ল এজন ছাত্র খুব বেছি চোকা নহব পাৰে, কিন্তু তেওঁৰ পিতৃ-মাতৃয়ে তেওঁৰ পৰা খুব বেছি আশা কৰে। ইয়াৰ ফলত সংঘাতৰ সৃষ্টি হয় আৰু ইয়ে অপসমাযোজনৰ এক কাৰণ হৈ পৰে।
- পিতৃ-মাতৃৰ ব্যৱহাৰ (Behviour of Parents) ঃ যদি শিশু এটা আগতীয়া বাল্যকালত মাক-বাপেকৰ পৰা অবাঞ্চিত হয় তেনেহলে তেনে শিশুৱে অনিশ্চয়তা, নিৰাপত্তাহীন, অকলশৰীয়া অনুভৱ কৰে। মাক-বাপেকৰ এনে ব্যৱহাৰে শিশুটোৰ অপসংহতি মূলক আচৰণত সহায় কৰে।
- আবেগিক চক্ (Emotional Shock) ঃ যেতিয়া শিশুসকলে আবেগিক চক খায় অর্থাৎ মৃত্যু, দূর্ঘটনা ইত্যাদি আদিৰ সন্মুখীন হয় তেতিয়া তেওঁৰ আচৰণ সমূহত অপসমাযোজনাৰ ইংগিত পোৱা যায়।
- দীর্ঘদিনীয়া অসুস্থতা আৰু আঘাত (Long term disease or Injurey) ঃ দীর্ঘদিনীয়া বেমাৰ আৰু আঘাতৰ ফলতো শিশুসকলৰ মাজত অপসমাযোজনৰ কাৰণ হব পাৰে।
- বিপর্যস্ত পৰিয়াল (Broken Family) ঃ যিসকল লৰা-ছোৱালী বিপর্য্যস্ত পৰিয়ালৰ পৰা আহে। যেনে অভিভাৱকৰ মৃত্যু; বিবাহ বিচ্ছেদ, শাৰিৰীক বা মানসিক বাধাগ্রস্ততা ইত্যাদিৰ ফলস্বৰূপে হোৱা বিপর্যস্ত। সেইসকল লৰা-ছোৱালীৰ মাজত পৰিবেশৰ লগত অপসমাযোজনৰ সৃষ্টি হব পাৰে।

খ) সামাজিক উপাদান ঃ

- ধর্মীয় বিশ্বাস (Religious Faith) ঃ বর্তমান আধুনিকীকৰণৰ যুগত, যুৱক-যুৱতী সকলে ধর্মীয় বিশ্বাসৰ ওপৰত আস্থা হেৰুৱাই বর্তমান পৰিবেশৰ লগত সামাজিক সংহতি বজাই ৰাখিব নোৱাৰে। ইয়াৰ ফলত অপসমাযোজনৰ সৃষ্টি হয়।
- পিতৃ-মাতৃৰ গতিশীলতা (Parents mebility) ঃ যিবিলাক লৰা-ছোৱালীৰ মাক-দেউতাক সঘনাই এঠাইৰ পৰা আন ঠাইলৈ বদলি হৈ থাকে তেনেবোৰ পিতৃ-মাতৃৰ ল'ৰা-ছোৱালীয়ে পৰিবেশৰ লগত সমাযোজন কৰিব নোৱাৰে। আৰু ইয়াৰ

ফলত তেওঁলোকে পৰিবেশৰ লগত অপসমাযোজন কৰে আৰু নিৰাপত্তাহীনতাত ভোগে।

গ) **বিদ্যালয় ঃ** লৰা-ছোৱালীৰ অপসমাযোজনৰ আন এটা কাৰণ হৈছে বিদ্যালয়ৰ পৰিবেশ। ইয়াৰ লগত সংগতি ৰাখি কিছুমান উপাদান তলত উল্লেখ কৰা হ'ল -

- পাঠ্যক্রমৰ অনুপযুক্ততা ঃ আমাৰ বর্তমান পাঠ্যক্রমে উঠি অহা লৰা-ছোৱালী সকলৰ বিভিন্ন স্তৰৰ দৈহিক, মানসিক আৰু সামাজিক প্রয়োজনসমূহ যথোপযুক্তভাৱে পূৰণ কৰিব নোৱাৰে। তাৰ ফলত তেওঁলোকে নিৰাশ হৈ জীৱনৰ সচাঁ পৰিস্থিতি সমূহত নিজকে খাপ খুৱাব নোৱাৰে।
- অৱসৰ সময় কটোৱাৰ উপযুক্ত ব্যৱস্থাৰ অভাৱ ঃ যিবিলাক লৰা-ছোৱালীয়ে বহিঃ পাঠ্য ক্রমিক কার্যৱলী, যেনে— খেলা-ধূলা, পুথিভড়াল, তর্ক প্রতিযোগিতা, আলোচনা, চক্র ইত্যাদি উপযুক্ত সুবিধা নেপায় তেওঁলোকে অপসমাযোজন পৰিবেশৰ সৃষ্টি কৰিব পাৰে।
- শ্রেণী কোঠাৰ অনুপযুক্ত পৰিবেশ ঃ যদি শিক্ষক আৰু ছাত্র-ছাত্রী তথা সমনীয়াৰ মাজত ভাল সম্পর্ক নেথাকে, তেনেহলে তেওঁলোকে আবেগিক কিছুমান সমস্যাত ভোগে যাৰ ফলত অপসমাযোজনৰ সৃষ্টি হয়।
- মানসিক স্বাস্থ্য বিধি সম্পর্কত উপযুক্ত জ্ঞান আমাৰ শিক্ষক সকলক দিয়া দৰকাৰ। যথোপযুক্ত এই সম্পর্কত তেওঁলোকৰ জ্ঞান নথকা বাবে ছাত্র-ছাত্রীসকলে বিভিন্ন ধৰণৰ সমস্যাৰ সন্মুখীন হয়। শিক্ষকসকলে ছাত্র-ছাত্রীসকলৰ অৱস্থা বুজি উপযুক্তভাৱে সম্পর্ক কৰিব নোৱাৰো।
- কর্মচাৰী সকলৰ মাজত পাৰস্পৰিক সম্বন্ধ ঃ যদি শিক্ষানুষ্ঠান সমূহত প্রশাসনীয় বিষয়া, শিক্ষক আৰু অন্যান্য কর্মচাৰী সকলৰ মাজত সমিল মিল আৰু এক বুজা পৰা ভাব থাকে তেনেহলে এক সৌহাদ্যপূর্ণ পৰিবেশৰ সৃষ্টি হব আৰু মানসিক স্বাস্থ্য ৰক্ষা কৰাত সহায় হব। কিন্তু বিদ্যালয়বিলাকত ইয়াৰ অভাৱ দেখা যায়। আমাৰ শিক্ষানুষ্ঠানবিলাকত বিভিন্ন ধৰণৰ সমস্যা যেনে জাতি, বর্ণ, ধর্ম নির্বিশেষে বিভিন্ন ধৰণৰ ভাবৰ অভাৱ দেখা যায়। আৰু এইবিলাকৰ প্রভাৱে ছাত্র-ছাত্রীসকলৰ মানসিক স্বাস্থ্যত বিশেষভাৱে প্রভাৱ পেলায়।



চিন্তা চর্চা কৰক ঃ ১৫.২

কোনবিলাক ব্যক্তিক আপুনি অপসমাযোজিত ব্যক্তি বুলি ভাবে?

.....

.....

কিছুমান সমাযোজনৰ কৌশলৰ নাম উল্লেখ কৰক ?

.....

.....



অগ্রগতি খতিয়ান

প্রশ্ন নং ৩ ঃ 'মিঠা নেমু' আৰু আঙ্গুৰ টেঙা' সংঘাতৰ মাজত পার্থক্য দেখুৱাওক ?

.....

.....

প্রশ্ন নং ৪ ঃ অৱদমনৰ অর্থ হ'ল—

.....

প্রশ্ন নং ৫ ঃ অপসমাযোজনৰ সামাজিক কাৰণবোৰ হ'ল—

.....



১৫.৭ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

- মানসিক স্বাস্থ্য আৰু স্বাস্থ্য বিধি প্রত্যেকে প্রত্যেকৰে লগত সম্বন্ধিত। মানসিক স্বাস্থ্য বিধি হ'ল অর্থ আৰু মানসিক স্বাস্থ্য হ'ল উপায়।
- সুস্থ শাৰিৰীক স্বাস্থ্যৰ ওপৰত মানসিক স্বাস্থ্য বহু পৰিমাণে নির্ভৰ কৰে।
- মানসিক স্বাস্থ্যৰ লক্ষণ প্রত্যেক সমাজতে বেলেগ বেলেগ।
- সুস্থ মানসিক স্বাস্থ্য ৰক্ষা কৰিবলৈ চাৰিটা মূল দৰকাৰী প্রয়োজন পূৰণ কৰিব লাগিব। সেইকেইটা হ'ল— শাৰিৰীক নিৰাপত্তা, আবেগিক নিৰাপত্তা, পাৰদর্শিতা আৰু স্থান।
- নিজকে ভালদৰে জনাটোৱে হ'ল সুস্থ মানসিক স্বাস্থ্য বিধি।
- আবেগিক অপসমাযোজন হ'ল মানসিক অসুস্থতাৰ আটাইতকৈ দৰকাৰী উপাদান।
- সমাযোজনক দুটা দিশৰপৰা চাব পাৰি - পাৰদর্শিতা হিচাপে সমাযোজন আৰু প্রক্রিয়া

হিচাপে সমাযোজন।পাৱদর্শিতা হিচাপে সমাযোজন মানে হ'ল - এজন ব্যক্তিয়ে বিভিন্ন পৰিস্থিতিত কেনেকৈ তেওঁৰ কর্তব্যবিলাক পালন কৰে আৰু প্রক্রিয়া হিচাপে সমাযোজনৰ অর্থ হ'ল এটা শিশুৱে ক্রমান্বয়ে পৰিবেশৰ লগত কেনেকৈ সংগতি ৰাখে আৰু সেই অনুক্রমে বিভিন্ন অৱস্থাত কেনেকৈ সমাযোজন কৰে। কিছুমান সচৰাচৰ ব্যৱহৃত সমাযোজনৰ কৌশল হ'ল—ক্ষতিপূৰণ, চিনাক্তকৰণ, যুক্তিযুক্তকৰণ, দিবাস্বপ্ন, প্রত্যাগমন, অৱদমন আৰু প্রক্ষেপণ।

- অপসমাযোজনৰ মূল কাৰণকেইটা হ'ল— ব্যক্তিগত উপাদান, সামাজিক উপাদান, আৰু বিদ্যালয়ৰ উপাদান।



১৫.৮ অধিক জানিবলৈ

১) যতীন বৰুৱাঃ শিক্ষাৰ মনোবিজ্ঞান ভিত্তিক অধ্যয়ণ।
অৰুণ প্রকাশন, কলেজ হোষ্টেল ৰ'ড, গুৱাহাটী-১



১৫.৯ অগ্রগতিৰ খতিয়ান

১নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ " A mind that found itself.

২নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ ক) প্রয়োজনৰ সংখ্যা বেছি হোৱা বাবে।
খ) সম্পূর্ণ আদর্শৰ অভাৱ।

৩নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ "আঙ্গুৰ টেঙাৰ" অর্থ হ'ল— যেতিয়া ব্যক্তি এজনে আপ্রাণ চেষ্টাৰ ফলত নিজৰ লক্ষ্যত বিফল হয়। তেতিয়া তেওঁ কয় যে তেওঁক সেই বস্তুটো নেলাগে। অন্যহাতে 'মিঠা নেমু'ৰ অর্থ হ'ল— যেতিয়া বক্তি এজনে তেওঁৰ পাৱদর্শিতাত সন্তুষ্ট নহয় তেতিয়া তেওঁ এনেকুৱা ধৰণৰ যুক্তিযুক্ততা প্রদর্শন কৰে। ব্যক্তিজনে এনেকুৱাকে জোৰপূর্বকভাৱে পতিয়ন নিয়ায় যে তেওঁ যি বিচাৰে তাকেই পাইছে।

৪নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ ব্যক্তিয়ে মনৰ দুখ আৰু বেদনাদায়ক অভিজ্ঞতাবোৰক আচেতন মনত লুকুৱাই ৰাখি চেতন মনক উত্তেজনামুক্ত কৰি ৰখা অৱস্থা।

৫নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ অপসমাযোজনৰ সামাজিক কাৰণসমূহ হ'ল - ধর্মীয় বিশ্বাস, পিতৃ-মাতৃৰ গতিশীলতা আৰু নিয়োগৰ নিৰাপত্তাহীনতা।



১৫.১০ আৰ্হি প্ৰশ্ন

(ক) বস্তুধৰ্মী প্ৰশ্ন (৫০টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ মানসিক স্বাস্থ্যৰ বিষয়ে ভাৰতীয় ধাৰণা কি ?

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ মানসিক অসুস্থতাৰ কাৰণসমূহৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰিব পৰা আদৰ্শ (Models) সমূহৰ কথা উল্লেখ কৰক ।

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ মানসিক স্বাস্থ্য বিধি মানে কি বুজে ?

(খ) চুটি প্ৰশ্ন (১৫০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ মানসিক স্বাস্থ্যৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ লিখক। মানসিকভাৱে সুস্থ আৰু মানসিক ভাৱে অসুস্থ ব্যক্তিৰ মাজৰ পাৰ্থক্য দেখুৱাওক।

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ মানসিক স্বাস্থ্যৰ ওপৰত প্ৰভাৱ পেলোৱা কিছুমান মূল উপাদান চিনাক্ত কৰক।

(গ) ৰচনাধৰ্মী প্ৰশ্ন (৩০০-৫০০ টা শব্দৰ ভিতৰত উত্তৰ লিখক)

প্ৰশ্ন নং ১ ঃ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ নীতিসমূহ ব্যাখ্যা কৰক। মানসিক স্বাস্থ্যবিধিৰ সীমাবদ্ধতাসমূহ কি কি?

প্ৰশ্ন নং ২ ঃ মানসিক স্বাস্থ্য বিধিৰ মুখ্য উদ্দেশ্যসমূহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক ।

প্ৰশ্ন নং ৩ ঃ কিছুমান সমাযোজনৰ কৌশলৰ বিষয়ে আৰু অপসমাযোজনৰ কাৰণসমূহৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰক ।



প্রসঙ্গ পুথি

কিতাপ ঃ

১) ডেকা, বীৰেন্দ্র ঃ শিক্ষাতত্ত্ব, বনলতা প্রকাশন, পানবজাৰ, গুৱাহাটী

২) বৰুৱা, যতীন ঃ শিক্ষাতত্ত্ব অধ্যয়ন, লয়ার্চ বুক ষ্টল, গুৱাহাটী

৩) বৰুৱা যতীন ঃ শিক্ষা মনোবিজ্ঞান, বিশ্ববিদ্যালয় প্রকাশন বিভাগ, গুৱাহাটী।

৪) দাস, লক্ষ্যহীৰা ঃ সম্পূর্ণ শিক্ষা, সংগম প্রকাশন, গুৱাহাটী

৫) ডেকা, ড° কন্দর্প; শর্মা, ড° মুকুন্দ,চক্রৱর্তী, ড° আভা ঃ আধুনিক শিক্ষা তত্ত্ব আৰু শিক্ষা নীতি, অসম বুক ডিপ', গুৱাহাটী-১

৬) দেৱী, ড° ৰেণু ঃ শিক্ষাৰ দার্শনিক আৰু সামাজিক তত্ত্ব অধ্যয়ন, গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয় প্রকাশন

৭) শর্মা, মুকুল ঃ শিক্ষা মনোবিজ্ঞান আৰু পৰিসংখ্যা, ষ্টুডেন্টচ এম্পৰিয়াম, ডিব্রুগড়।

৮) ডেকা ডঃ বীৰেন্দ্র,ডেকা ডঃ কন্দর্প,শর্মা মুকুন্দ,মিশ্র চক্রৱর্তী, ডঃ আভা ঃ স্নাতক মহলাৰ শিক্ষাৰ মনোবৈজ্ঞানিক অধাৰ, অসম বুক ডিপো, পানবজাৰ, গুৱাহাটী - ১