2

मनोविज्ञान की पद्धतियाँ

पिछले पाठ में हमने जाना कि मनोवैज्ञानिक घटनाक्रमों के सम्बन्ध में एक अनभ्यस्त व्यक्ति द्वारा की गई व्याख्या एक मनोवैज्ञानिक द्वारा की गई व्याख्या से भिन्न होती है। एक मनोवैज्ञानिक इन घटनाक्रमों की व्याख्या करने के लिये एक क्रमबद्ध वैज्ञानिक प्रक्रिया का अनुसरण करता है, जिसका सशक्त सैद्धान्तिक आधार होता है। मनोवैज्ञानिक घटनाक्रमों को समझने के लिये मनोविज्ञान में अनेक पद्धतिपरक तरीके व उपागम उपलब्ध हैं। हम इनमें से कुछ उपागमों का अध्ययन करेंगे। व्यक्तियों की प्रतिक्रिया जानने के लिये कई प्रकार के मनोवैज्ञानिक उपकरणों या परीक्षणों का प्रयोग किया जाता है। इन उपकरणों की सहायता से प्राप्त प्रतिक्रियाओं के विश्लेषण द्वारा मानव अनुभवों, मानसिक प्रक्रियाओं और व्यवहारों का अध्ययन किया जाता है। प्रस्तुत पाठ में हम इन पहलुओं की विस्तार से चर्चा करेंगे।

उद्देश्य

इस पाठ को पढ़ने के बाद आपः

- मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं के अध्ययन के विभिन्न उपागमों की व्याख्या कर सकेंगे;
- मानव व्यवहार को समझने के लिये प्रयोग की जाने वाली कुछ महत्वपूर्ण पद्धतियों का वर्णन कर सकेंगे;
- व्यवहार तथा मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं को समझने के लिये प्रयोग किये जाने वाले विभिन्न उपकरणों का वर्णन कर सकेंगे।

2.1 मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं के अध्ययन के उपागम

पिछले पाठ में ये चर्चा की गई है कि व्यवहार और मानसिक प्रक्रियाओं की व्याख्या करने, भविष्यवाणी करने तथा इनको नियन्त्रित करने के लिए मनोवैज्ञानिक विभिन्न प्रकार के उपागमों का प्रयोग करते हैं। प्रस्तुत पाठ में मुख्य उपागमों का संक्षिप्त वर्णन किया गया है।

टिप्पणी

जैविक उपागमः ये उपागम मुख्यतः जैविक संरचनाओं और विभिन्न गोचर जैसे, मस्तिष्क, जीन, अन्तःस्राव, अन्तःस्रावी प्रणाली और तन्त्रिका प्रेषक पर आधारित है। इसके अन्तर्गत भावनाओं, स्मृतियों, संवेगों और व्यवहार के अन्य पहलुओं के नियन्त्रण में मस्तिष्क के विभिन्न भागों की भूमिका का अध्ययन किया जाता है। साथ ही साथ विभिन्न अन्तःस्रावों के न्यूनस्राव या अतिस्राव का व्यवहार पर प्रभाव का अध्ययन भी किया जाता है। एक उपक्षेत्र के रूप में व्यवहार अनुवांशिकी के अन्तर्गत व्यवहार के अनुवांशिक प्रभावकों का अध्ययन किया जाता है। इसके अतिरिक्त इस उपागम के अन्तर्गत मानव व्यवहार के दैहिक आधारों पर भी प्रकाश डाला जाता है।

मनोविश्लेषणात्मक उपगामः मनोविश्लेषणात्मक उपगाम के जनक सिग्मंड फ्रायड ने व्यक्ति की वर्तमान स्थिति की व्याख्या करने में ''अचेतन लिबिडो ऊर्जा'' पर ध्यान केन्द्रित किया है। उन्होंने मन का अध्ययन, अनुभवों के पदानुक्रमिक व्यवस्थाओं के सन्दर्भ में, चेतना की विभिन्न सतहों के रूप में किया (उदाहरणतः चेतन, अवचेतन और अचेतन)। स्वप्नों, बोलने में होने वाली गलतियों, मनस्ताप, तन्त्रिकाताप, कलाकृतियों और कर्मकाण्डों के विश्लेषण द्वारा फ्रायड ने चेतन की प्रकृति और गुण को जानने का प्रयास किया। उनका मानना था कि अधिकतर मानव व्यवहार ''अचेतन प्रेरणाओं'' द्वारा निर्धारित होते हैं। इसलिये वर्तमान मानव व्यवहार को समझने के लिये अचेतन मानसिक विषयवस्तु को समझना अत्यधिक महत्वपूर्ण है।

मानवतावादी उपागमः फ्रायड के विपरीत मानवतावादी उपागम के जनक कार्ल रोजर्स, वर्तमान परिस्थिति के चेतन अनुभव, जीवन के दौरान अर्न्तवैयक्तिक अनुभवों की भूमिका और मनोवैज्ञानिक परिपक्वता प्राप्त करने की व्यक्ति की क्षमता पर अत्यधिक बल देते हैं। इस उपागम का वस्तुतः ये मानना है कि व्यक्ति एक क्रियाशील व आत्मसिद्ध प्राणी है और उसे अपने व्यवहार के निर्धारण की स्वतंत्रता है। व्यक्ति 'स्व' और 'अनुभवों' क बीच अनुरूपता बनाये रखने का प्रयास करता है ताकि वह आत्मसिद्धि को प्राप्त कर सके। यद्यपि ''सशर्त सकारात्मक विचार'' के साथ पिछले अनुभवों के कारण, व्यक्ति उन अनुभवों को या तो अस्वीकृत कर सकता है या विकृत कर सकता है, जो उसकी स्व–प्रणाली को खतरा पहुँचा सकते हैं। चिकित्सात्मक व्यवस्था में, चिकित्सक द्वारा इस प्रकार की स्व–प्रणाली में, ''अशर्त सकारात्मक विचार' द्वारा तथा व्यक्ति की समस्याओं की तदानुभूति द्वारा परिवर्तन लाया जा सकता है।

व्यवहारवादी उपागमः इस उपागम के अन्तर्गत व्यक्त, वस्तुपरक और प्रत्यक्ष व्यवहार का विश्लेषण किया जाता है और इसका वातावरण की उत्तेजनाओं के साथ सम्बन्ध देखा जाता है। व्यवहारवाद के जनक जे.बी. वाटसन व्यवहार के वस्तुनिष्ठ विश्लेषण पर बल देते हैं। वे इस बात का समर्थन करते हैं कि व्यापक रूप से व्यवहार का निर्धारण उद्दीपक और प्रतिक्रिया के बीच साहचर्य के द्वारा होता है। इस साहचर्य में फेरबदल द्वारा व्यवहार को उचित आकार प्रदान किया जा सकता है।

संज्ञानात्मक उपागमः व्यवहारवाद के यान्त्रिक स्वरूप के विकल्प के रूप में संज्ञानात्मक उपागम का उद्भव हुआ। इस उपागम के अन्तर्गत मुख्यतः व्यक्ति की सूचना संसाधन की क्षमता

पर ध्यान केन्द्रित किया गया है। इसके अन्तर्गत प्रत्यक्षीकरण, स्मरण, चिंतन, भाषा, तर्क, समस्या समाधान तथा निर्णय लेना आदि जिन्हें उच्च मानसिक प्रक्रियाओं के अन्तर्गत रखा जाता है, के सन्दर्भ में सूचना संसाधन का अध्ययन किया जाता है। ये उपागम यह मानता है कि हम सूचना प्राप्त करने के लिये अपने परिवेश का सतर्कतापूर्वक निरीक्षण करते हैं और हमारा व्यवहार इस बात पर निर्भर करता है कि हम इस सूचना को किस प्रकार संसाधित करते हैं। ये उपागम मुख्यतः संगणक मॉडल पर आधारित है और इसके अन्तर्गत ये माना जाता है कि व्यवहार और मानसिक प्रक्रियाओं को सबसे बेहतर तरीके से तब समझा जा सकता है जब हम इन्हें सूचना संसाधन के सन्दर्भ में देखें।

ऊपर जिन उपागमों पर विचार विमर्श किया गया है, वे इस बात की ओर संकेत करते हैं कि मानसिक प्रक्रियाएं, अनुभव और व्यवहारों को विभिन्न सुलभ बिन्दुओं द्वारा समझा जा सकता है। वास्तव में व्यक्ति का व्यवहार जटिल है और इसके विभिन्न पहलुओं को कई तरीकों से समझा जा सकता है।

पाठगत प्रश्न 2.1

1. .... के अन्तर्गत भावनाओं, स्मृतियों, संवेगों और व्यवहार के अन्य पहलुओं के नियन्त्रण में मस्तिष्क के विभिन्न भागों की भूमिका का अध्ययन किया जाता है।

2. .... के अन्तर्गत व्यक्ति की सूचना संसाधन की क्षमता पर ध्यान केन्द्रित किया गया है।

3. .... के अन्तर्गत ये माना जाता है कि व्यक्ति क्रियाशील और आत्मसिद्ध प्राणी है और उसे अपने व्यवहार के निर्धारण की स्वतंत्रता है।

4. .... के अनुसार अधिकतर मानव व्यवहारों का निर्धारण अचेतन प्रेरणाओं द्वारा होता है।

5. .... के अन्तर्गत व्यक्त, वस्तुपरक और प्रत्यक्ष व्यवहार और इसका वातावरण की उत्तेजनाओं से सम्बन्ध का विश्लेषण किया जाता है।

2.2 मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं को समझने की पद्धतियाँ

मानव व्यवहार को समझने के लिये विभिन्न वैज्ञानिक पद्धतियों का उपयोग किया जाता है। इस अध्ययन या अनुसन्धान का उद्देश्य नियमों और सिद्धान्तों का विकास, उनका परीक्षण और मनुष्य की विभिन्न समस्याओं को सुलझाने में इसका अनुप्रयोग है। इस प्रकार हममें एक विश्वसनीय

समझ का विकास होता है जो विभिन्न परिस्थितियों में हमारे व्यवहार के निर्धारण में हमारी सहायता करती है। चूंकि मनुष्य एक जटिल जीवित प्राणी है, उसका व्यवहार अनेक कारकों द्वारा निर्मित किया गया है ये कारक दोनों प्रकार के हैं, आन्तरिक व बाह्य।

इस प्रकार मनोविज्ञान में मनोवैज्ञानिक अध्ययनों के लिये कई प्रकार की पद्धतियों का उपयोग किया जाता है। इन पद्धतियों की चर्चा यहाँ की गई है।

अवलोकनः बाजार में खरीदारी करते समय आपने लोगों की कई गतिविधियों पर ध्यान दिया होगा, तब आपके मन में ये भी विचार आया होगा कि उनकी इन गतिविधियों के पीछे कारण क्या है और सम्भवतः आप इन गतिविधियों के कारणों के विषय में किसी निष्कर्ष पर पहुँच भी जाते होंगे। दूसरों के विषय में जानने के इस तरीके को ही 'अवलोकन' कहते हैं।

यद्यपि अवलोकन का अर्थ इससे और अधिक विस्तृत है। एक अध्ययन पद्धति के रूप में इसके अन्तर्गत अध्ययन की जा रही घटना के चरों के साथ किसी भी प्रकार का ऐच्छिक हस्तक्षेप न करते हुए, घटनाओं को क्रमबद्ध रूप से दर्ज किया जाता है।

अवलोकन पद्धति के विषय में कुछ रुचिकर तथ्य

विकासात्मक मनोविज्ञान के इतिहास में शायद सबसे अधिक प्रसिद्ध अनौपचारिक अवलोकन, जीन पियाजे द्वारा अपने तीन बच्चों पर किये गये अवलोकन हैं, तब उनके बच्चे शैशवावस्था में थे। ये अवलोकन, पियाजे के विकासात्मक सिद्धान्त के लिये अनुभवजन्य आधार के रूप में उभर कर आये। आप स्वयं भी अपने छोटे भाई–बहन या भतीजा–भतीजी के विकासात्मक प्रतिमानों का अवलोकन कर सकते हैं और उनके सांवेदिक गतिक विकास और विकास के अन्य पक्षों में हो रहे परिवर्तनों को समझ सकते हैं।

इस पद्धति का प्रयोग नैसर्गिक या स्वाभाविक व प्रयोगशाला व्यवस्था, दोनों में किया जाता है। जब हम घटनाओं का स्वाभाविक वातावरण में अध्ययन करते हैं तो यह स्वाभाविक अवलोकन कहलाता है, जैसे, खेल के मैदान में खेलते बच्चों के व्यवहार का अवलोकन करना। इस प्रकार के अवलोकन में अवलोकनकर्ता (मनोवैज्ञानिक) का बाह्य चरों पर कोई नियंत्रण नहीं होता। इसके विपरीत प्रयोगशाला अवलोकन के अन्तर्गत अध्ययन की जा रही घटनाओं पर अवलोकनकर्ता का पूर्ण नियंत्रण रहता है। उदाहरण के लिये, कार्य के निष्पादन पर उत्प्रेरित दबाव के प्रभाव का अध्ययन करना।

अवलोकनकर्ता भी भूमिका के आधार पर इसे सहभागी व असहभागी अवलोकन में भी विभाजित किया जा सकता है। सहभागी अवलोकन के अन्तर्गत अध्ययनकर्ता अध्ययन की जा रही घटना या समूह का सदस्य बन जाता है और तब उसका अध्ययन करता है। जबकि असहभागी अवलोकन के अन्तर्गत अध्ययनकर्ता अध्ययन की जा रही घटना या समूह के सदस्यों से एक अनुकूल दूरी बनाये रखते हुए और उस पर अपना प्रभाव न छोड़ते हुए अध्ययन करता है।

अवलोकन के सबसे महत्वपूर्ण लाभों में से एक ये है कि ये विभिन्न व्यवहारों का अध्ययन उसी रूप में करता है, जिसमें वे घटित होते हैं। यद्यपि इस पद्धति में समय व प्रयास अधिक लगते हैं। इस प्रकार के अध्ययन प्रायः अध्ययनकर्त्ताओं के पक्षपातों से प्रभावित हो जाते हैं।

क्रियाकलाप 1

अवलोकन की पद्धति

एक अवलोकन उपकरण को तैयार करने के लिए सर्वप्रथम अवलोकन के निर्देशकों या सूचकों का निर्धारण आवश्यक है। वातावरण में आप क्या–क्या अध्ययन करना चाहते हैं, उन बिन्दुओं के आधार पर ही सूचकों का निर्धारण किया जाता है। इसके बाद प्रत्येक सूचक को समझकर उसकी उपस्थिति या अनुपस्थिति का मापन किया जाता है।

(अ) अब प्रदत्तों को एकत्र करने के लिये अवलोकन पद्धति का प्रयोग करने का प्रयास कीजिए:

किसी भी पारिवारिक समारोह की एक वीडियो रिकार्डिंग करें या आसानी से उपलब्ध रिकार्डिंग का प्रयोग 'अशाब्दिक संचार के संकेतों' का अध्ययन करने के लिये करें। सबसे पहले सूचकों की पहचान करें, जैसे, मुस्कराना, हाथ मिलाना, नमस्कार करना, हाथों का प्रयोग इत्यादि। गणनाओं (टैलीज) की सहायता से गिनें कि विडियो रिकॉर्डिंग में लोगों ने कितनी बार इन संकेतों का प्रयोग किया है। आप विभिन्न उचित व्यवहारों की एक सारणी का निर्माण कर सकते हैं, जिससे आपको ये जानने में सहायता मिलेगी कि किस अशाब्दिक संकेत का प्रयोग भारतीय व्यवस्था के अन्तर्गत सर्वाधिक किया जाता है। लिंग भिन्नता का भी अध्ययन करने का प्रयास करें, जैसे कि क्या पुरुष महिलाओं की अपेक्षाकृत अधिक हाथ मिलाते हैं? क्या महिलायें पुरुषों की अपेक्षाकृत बड़ों के पैर अधिक छूती हैं? इस प्रकार के कई प्रश्नों का निर्माण कर आप उनका अध्ययन कर सकते हैं।

प्रयोग: प्रयोग के अन्तर्गत प्रयोगकर्त्ता एक चर में ऐच्छिक रूप से हेर फेर तथा नियंत्रण कर दूसरे चर पर उसके प्रभाव का अध्ययन करता है। वह चर जिसमें प्रयोगकर्त्ता हेर फेर करता है, एवं नियन्त्रित करता है, वह स्वतंत्र चर या निराश्रित चर कहलाता है। तथा वह चर जिस पर स्वतंत्र चर के प्रभाव का अध्ययन किया जाता है, उसे परतंत्र चर या आश्रित चर कहते हैं। एक साधारण प्रयोग में दो समूहों का निर्माण किया जाता है। इनमें से एक ''प्रयोगात्मक समूह'' होता है जिसके सदस्यों पर स्वतंत्र चर का प्रयोग किया जाता है और दूसरा 'नियंत्रित समूह' होता है, जिसके सदस्यों पर स्वतंत्र चर का प्रयोग किये बिना व्यवहार का अध्ययन किया जाता है। स्वतंत्र चर में फेरबदल द्वार प्रयोगकर्त्ता ये कथन कर पाता है कि एक चर में किया गया परिवर्तन दूसरे चर में परिवर्तन लाता है। प्रयोग के दौरान प्रयोगकर्त्ता को उपरिलिखित चरों के अलावा उन चरों की तरफ भी ध्यान देना पड़ता है, जो उसके नियंत्रण से बाहर हैं। इन चरों को **'सुसंगत चर'** कहा जाता है, और इन्हें नियंत्रित करने की आवश्यकता होती है क्योंकि ये स्वतंत्र चर व

उससे सम्बन्धित आश्रित चर में बाधा/अवरोध डालते हैं और प्रयोग के परिणामों को प्रभावित करते हैं।

प्रयोगात्मक अध्ययनों में तीन प्रकार के सुसंगत चरों पर ध्यान दिया जाता है, जैविक चर, परिस्थितिक चर और अनुक्रमिक चर। 'जैविक चर' प्रयोज्यों की व्यक्तिगत विशेषताओं से सम्बन्धित होते हैं, जैसे आयु, लिंग तथा व्यक्तित्व की विशेषताएं। 'परिस्थितिक चर' प्रयोग के दौरान भौतिक पर्यावरण के गुणों से सम्बन्धित होते हैं जैसे, तापमान, आर्द्रता तथा शोर। 'अनुक्रमिक चर' वे चर है जो प्रयोग को करने की उस प्रक्रिया से सम्बन्धित होते हैं, जब प्रयोज्यों पर कई दशाओं/परिस्थितियों में परीक्षण करने की आवश्यकता होती है। इस प्रकार से कई दशाओं में प्रदर्शन के कारण प्रयोज्य या तो उस कार्य को करने में अभ्यास के कारण उसमें निपुणता प्राप्त कर लेता है या उसे थकान हो जाती है या प्रयोग के प्रति नीरसता दिखाने लगता है।

सुसंगत चरों के नियंत्रण के लिये प्रयोगकर्त्ता निम्न प्रविधियों का प्रयोग करता है:

1. **निरसन:** इस प्रविधि के अंतर्गत बाह्य चरों को प्रयोग की स्थिति से बाहर कर दिया जाता है।

2. **दशाओं की स्थिरता:** इस प्रविधि का उपयोग उस परिस्थिति में किया जाता है जब बाह्य चरों को प्रयोग की स्थिति से अलग करना सम्भव नहीं होता; तब इस चर को स्थिर कर दिया जाता है ताकि इसका प्रभाव प्रयोग की समस्त स्थितियों में एक समान पड़े।

3. **मिलान:** मिलान प्रविधि के द्वारा सुसंगत चरों को प्रयोग की समस्त स्थितियों में समान या स्थिर कर दिया जाता है।

4. **परिसन्तुलन:** इस प्रविधि का प्रयोग अनुक्रम के प्रभाव को कम करने क लिये किया जाता है। इसके अन्तर्गत प्रायः प्रयोज्यों को दो समूहों में विभाजित कर दिया जाता है। प्रथम प्रयास में आधे समूह (समूह 'अ') को पहला कार्य करने के लिए दिया जाता है और समूह के दूसरे आधे भाग (समूह 'ब') को दूसरा कार्य करने के लिये दिया जाता है। इसके बाद समूह 'अ' को दूसरा कार्य और समूह 'ब' को पहला कार्य करने के लिए दिया जाता है।

5. **यादृच्छिक वितरण:** यदि यादृच्छिक आधार पर प्रयोज्यों का वितरण किया जाता है तो सभी प्रयोज्यों को प्रयोगात्मक समूह तथा नियंत्रित समूह में चयन के समान अवसर प्राप्त होते हैं ये समूहों के मध्य यथाक्रम विभेदों को समाप्त कर देता है।

नियंत्रित स्थितियों में किये गये प्रयोगों (प्रयोगशाला आधारित प्रयोग) के साथ–साथ स्वाभाविक (नैसर्गिक) जीवन परिस्थितियों में भी प्रयोग किये जाते हैं इन्हें क्षेत्र प्रयोग तथा अर्द्धप्रयोग कहा जाता है। प्रयोगशाला आधारित प्रयोगों की तरह स्वतंत्र चरों में हेरफेर किया जाता है तथा प्रयोज्यों को अलग–अलग समूहों में विभाजित किया जाता है। अर्द्धप्रयोगों में स्वतंत्र चरों में स्वाभाविक स्थितियों में प्रयोगात्मक और नियंत्रित समूहों को बनाने के लिये स्वाभाविक रूप से बने हुए समूहों का उपयोग किया जाता है।

व्यक्ति अध्ययन (केस स्टडी): आपने यह देखा होगा कि एक डॉक्टर के पास जब आप जाते हैं तो वह आपसे आपके रोग से सम्बन्धित सूचनाओं के साथ–साथ और भी व्यक्तिगत सूचनायें लेता है। मीडिया से जुड़ा एक व्यक्ति जब किसी लोकप्रिय व्यक्ति का साक्षात्कार लेता है तो वह उसके जीवन से जुड़े अनेकों पहलुओं के विषय में प्रश्न करता है। इन सब प्रश्नों के पूछने के पीछे कारण होता है, व्यक्ति के अनुभव तथा पारस्परिक सम्बन्धों के आधार पर उसकी विस्तृत रूपरेखा तैयार करना। मनोविज्ञान में इस पद्धति को व्यक्ति अध्ययन कहा जाता है।

मनोवैज्ञानिक अध्ययनों के क्षेत्र में व्यक्ति अध्ययन पद्धति का अपना महत्व व सार्थकता है। इस पद्धति में अध्ययन की प्रमुख इकाई व्यक्ति तथा जीवन के विभिन्न सन्दर्भों में उसके अनुभव हैं। इस पद्धति के अन्तर्गत व्यक्ति के जीवन को महत्वपूर्ण लोगों के साथ उसके सम्बन्ध, साथ ही भिन्न–भिन्न वास्तविक जीवन की परिस्थितियों में उसके व्यक्तिगत अनुभवों पर ध्यान केन्द्रित किया जाता है। व्यक्ति इतिहास तैयार करने के लिये विभिन्न स्रोतों से प्रदत्तों को एकत्र किया जाता है, जैसे व्यक्ति का पारिवारिक इतिहास, शैक्षिक जीवन, चिकित्सीय इतिहास तथा उसका सामाजिक जीवन। नैदानिक मनोविज्ञान तथा विकासात्मक मनोविज्ञान में ये पद्धति अत्यधिक लोकप्रिय है।

व्यक्ति इतिहास तैयार करते समय व्यक्ति के सम्बन्ध में सूचनायें एकत्र करने के लिये प्रायः साक्षात्कार, प्रेक्षण और मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का प्रयोग प्रविधियों के रूप में किया जाता है। इन प्रविधियों के द्वारा एकत्रित प्रदत्तों का विस्तृत विश्लेषण किया जाता है। व्यक्ति की एक विस्तृत रूपरेखा (प्रोफाइल) तैयार की जाती है, जिसमें उसके जीवन की विभिन्न घटनाओं का वर्णन होता है। व्यक्ति अध्ययन पद्धति, व्यक्ति के जीवन के विशेष अनुभवों साथ ही उसकी विभिन्न संवेगात्मक और समायोजन से जुड़ी समस्याओं को जानने में सहायता करता है।

यद्यपि व्यक्ति अध्ययन पद्धति से जीवन का एक विस्तृत तथा गहन अध्ययन संभव हो पाता है, परन्तु फिर भी हम व्यक्ति के विषय में कोई एक बहुत ही निश्चित निर्णय तब तक नहीं ले पाते जब तक सूचना के विभिन्न स्रोतों, जैसे–परिवार के सदस्य, मित्र या किसी मानकीकृत मनोवैज्ञानिक परीक्षण द्वारा प्राप्त सूचनाओं की विश्वसनीयता तथा वैद्यता का निर्धारण नहीं किया जाता। व्यक्ति से प्रदत्त एकत्र करने की योजना बनाते समय तथा उसकी प्रतिक्रियाओं की व्याख्या करते समय हमें बहुत सावधानी बरतनी चाहिये।

सर्वेक्षण: आप इस बात से अवगत हैं कि दूरदर्शन के सामचार चैनल या समाचारपत्र, किसी वर्तमान राष्ट्रीय या अन्तर्राष्ट्रीय विषय पर मोबाइल संदेश द्वारा प्रतिक्रिया मांगते हैं। इस प्रकार वे इन विषयों पर लोगों के विचार एकत्र करने का प्रयास करते हैं ताकि इन्हें समाज के अन्य लोगों या सरकार तक पहुँचाया जा सके। उदाहरण के लिये, चुनाव के दौरान वे विचारों की मतगणना का आयोजन करते हैं ताकि ये जाना जा सके कि कौन से राजनीति समूह को लोगों का बहुमत प्राप्त है। इस प्रकार के अध्ययन सर्वेक्षण कहलाते हैं। मनोविज्ञान में ही नहीं अपितु अन्य विषयों, जैसे–समाजशास्त्र, राजनीतिक विज्ञान, अर्थशास्त्र, तथा प्रबंधन आदि में भी सर्वेक्षण एक अत्यधिक लोकप्रिय अनुसन्धान पद्धति है।

मनोविज्ञान में सर्वेक्षण पद्धति का प्रयोग सामान्यतः लोगों के विचारों के प्रतिमान, अभिवृति, विश्वास तथा मूल्यों के अध्ययन के लिये किया जाता है। इस पद्धति का प्रयोग चरों के बीच सम्बन्ध के विषय में बनाई गई परिकल्पना का परीक्षण करने के लिये भी किया जाता है, विशेषतः तब जब कोई घटना घटित होती है। उदाहरण के लिये, मुम्बई में आतंकवादियों के आक्रमण के बाद मीडिया ने पूरे देश के लोगों से इस पर प्रतिक्रियायें एकत्र कर उनका विश्लेषण करने का प्रयास किया। लोगों से प्रदत्त एकत्र करने के लिए विभिन्न स्रोतों का उपयोग किया जाता है, जैसे, लोगों से प्रत्यक्ष रूप से मिलकर उनसे प्रश्न पूछकर, उनका साक्षात्कार लेना, ई–मेल द्वारा या डाक द्वारा उन्हें प्रश्नावली भेजना तथा उन्हें मोबाइल संदेश द्वारा प्रतिक्रिया भेजने के लिये कहना। इस प्रकार सर्वेक्षण में, अनुसंधान साधारणतः प्रश्नावली या साक्षात्कार द्वारा किया जाता है। इस प्रकार के अनुसंधान को एक व्यक्ति पर साथ ही समूह पर भी किया जा सकता है।

पाठगत प्रश्न 2.2

1. अवलोकनकर्ता की भूमिका के आधार पर इसे ..... और ..... अवलोकन मे विभजित किया गया है।
2. प्रयोग के अन्तर्गत प्रयोगकर्ता एक चर में ऐच्छिक रूप से ..... तथा ..... स्थापित कर दूसरे चर पर उसके प्रभाव का अध्ययन करता है।
3. व्यक्ति अध्ययन पद्धति में अध्ययन की प्रमुख इकाई ..... तथा जीवन के विभिन्न सन्दर्भों में उसके अनुभव हैं।
4. वह चर जिस पर प्रयोगकर्ता फेरबदल व नियंत्रण स्थापित करता है वह ..... चर कहलाता है तथा वह चर जिस पर इसके प्रभाव का अध्ययन किया जाता है, वह ....चर कहलाता है।
5. ..... पद्धति का प्रयोग सामान्यतः लोगों के विचारों के प्रतिमान, मनोवृति, विश्वास तथा मूल्यों के अध्ययन के लिये किया जाता है।

2.3 मनोवैज्ञानिक उपकरण

मनोवैज्ञानिक अनुसन्धानों में प्रयोज्यों के विषय में प्रदत्त व सार्थक सूचनाओं को एकत्र करने के लिये कई प्रकार के उपकरणों का प्रयोग किया जाता है। ये उपकरण, पेपर, यन्त्र या कम्प्यूटर सॉफ्टवेयर के रूप में होते हैं। इन उपकरणों के प्रशासन द्वारा मनोवैज्ञानिक को शाब्दिक, लिखित, व्यावहारिक या दैहिक प्रतिक्रियाओं को प्राप्त करने में सहायता प्राप्त होती है। पाठ के इस भाग में हम कुछ ऐसे ही मनोवैज्ञानिक उपकरणों के विषय में चर्चा करेंगे, जिनका प्रयोग अनुसन्धानों को करते समय किया जाता है।

मनोवैज्ञानिक परीक्षणः आपने उन मनोवैज्ञानिक परीक्षणों के विषय में सुना होगा जो बुद्धि, अभिक्षमता तथा रुचि का मापन करते हैं। मनोवैज्ञानिक अनुसन्धानों में परीक्षणों का विकास एक महत्वूर्ण कार्यक्षेत्र है। मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का निर्माण व विकास, व्यक्तित्व, बुद्धि, अभिरुचि, मूल्य, उपलब्धि, अभिवृत्ति, स्मृति तथा अन्य कई मनोवैज्ञानिक गुणों का मूल्यांकन करने के लिये किया जाता है। उदाहरण के लिये बुद्धि के एक परीक्षण का विकास बुद्धि के सिद्धान्त पर आधारित होता है। इन परीक्षणों का कार्यान्वयन एक अकेले व्यक्ति पर या समूह पर किया जाता है। इन परीक्षणों पर एक व्यक्ति द्वारा प्राप्त अंकों की दूसरे व्यक्तियों द्वारा उन्हीं परीक्षणों पर प्राप्त अंकों से तुलना कर उसके स्तर का अनुमान लगाया जाता है। इस प्रकार एक **मनोवैज्ञानिक परीक्षण** द्वारा एक व्यक्ति के विभिन्न गुणों व सीमाओं का एक वस्तुनिष्ठ मूल्यांकन किया जा सकता है। एक मानकीकृत परीक्षण में **विश्वसनीयता व वैधता** के गुण होते हैं। जिस प्रतिदर्श के लिये परीक्षण का निर्माण किया गया है, उससे प्राप्त परिणामों में यदि स्थिरता हो तब वह परीक्षण **विश्वसनीय** कहलाता है। उदाहरण के लिये अगर परीक्षण से किसी लक्षण का मूल्यांकन किया जा रहा हो तो उसके परिणाम अलग–अलग अवसरों पर कुल मिलाकर समान होने चाहिए। किसी परीक्षण की '**वैद्यता**' का अर्थ यह है कि वह मूल्यांकन के लिये वांछित विशेषताओं का किस सीमा तक मापन करता है।

परीक्षण की प्रकृति व प्रशासन के आधार पर परीक्षण दो प्रकार का होता है, **शाब्दिक या अशाब्दिक (निष्पादन)** परीक्षण। शाब्दिक परीक्षण में प्रतिक्रियाएं मौखिक रूप से ली जाती हैं **अशाब्दिक** या निष्पादन परीक्षणों में प्रतिक्रियायें या तो लिखित रूप में या किसी कार्य या व्यवहार के रूप में ली जाती हैं। मनोवैज्ञानिक परीक्षणों को '**वस्तुपरक**' तथा '**प्रक्षेपी**' परीक्षणों के रूप में भी विभाजित किया जा सकता है। '**वस्तुपरक**' परीक्षणों के अन्तर्गत मनोवैज्ञानिक रचना से सम्बन्धित प्रश्न व्यक्ति से प्रत्यक्ष रूप से पूछे जाते हैं। इन परीक्षणों में व्यक्ति को प्रतिक्रिया प्रदान करने की सीमित स्वतंत्रता होती है। एक '**प्रक्षेपी**' परीक्षण के अन्तर्गत संदिग्ध अनिश्चित तथा असंरक्षित उद्दीपकों, जैसे– चित्र, स्याही के धब्बे, रेखाचित्र तथा अपूर्ण वाक्यों आदि को व्यक्ति से प्रतिक्रिया प्राप्त करने के लिय प्रयोग किया जाता है। इस प्रकार के परीक्षणों में व्यक्ति अपनी प्रतिक्रिया देने के लिए स्वतंत्र होता है।

इस प्रकार मनोवैज्ञानिक गुणों के मूल्यांकन के लिये कई प्रकार के परीक्षणों का प्रयोग किया जाता है। परीक्षणों द्वारा प्राप्त अंक इस बात की ओर संकेत करते हैं कि व्यक्ति में किस सीमा तक वह गुण विद्यमान है। ये अंक मनोवैज्ञानिक को प्रयोज्य के भविष्य की कार्य योजना बनाने में भी सहायता प्रदान करते हैं।

प्रश्नावलीः प्रश्नावली प्रश्नों की एक ऐसी तालिका होती है, जिनके उत्तर व्यक्ति को देने होते हैं। प्रश्नावली के ये पद (प्रश्न) या तो प्रतिबन्धित प्रकार के होते हैं या मुक्तोत्तर प्रकार के होते हैं। प्रतिबन्धित प्रकार के पदों में उत्तरदाता को उत्तर के सीमित विकल्प दिये जाते हैं और उसे उन विकल्पों में से केवल एक विकल्प को चुनना होता है जो उस पद के विषय में उसकी विचारधारा को दर्शाता है। मुक्तोत्तर प्रकार के पदों में व्यक्ति उत्तर देने के लिये पूर्णतः स्वतंत्र तथा मुक्त होता है। प्रश्नावली के प्रश्नों के उत्तर किस प्रकार देने हैं, इससे संबंधित निर्देश इसके सबसे

पहले पृष्ठ पर लिखे होते हैं। इसके द्वारा एक साथ कई व्यक्तियों से प्रदत्त प्राप्त किये जा सकते हैं, क्योंकि प्रश्नावली को आसानी से लोगों के समूह पर प्रशासित किया जा सकता है। प्रश्नावली के प्रश्नों को साधारण व व्यक्त भाषा में लिखा जाता है ताकि विषयी इन्हें पढ़कर समझ सके। प्रश्नावली के सभी प्रश्नों का निर्धारण इस प्रकार किया जाता है कि वे मापन किये जा रहे मनोवैज्ञानिक गुण के सभी पहलुओं को सम्मिलित करे या इन पर आधारित हो। प्रश्नावली में प्रश्नों के क्रम को सामान्य से विशिष्ट की ओर व्यवस्थित किया जाता है।

साक्षात्कार : इस प्रविधि के अन्तर्गत दो व्यक्तियों के बीच, आमने–सामने की स्थिति में उद्देश्यपूर्ण आपसी बाताचीत द्वारा प्रदत्तों को एकत्र किया जाता है। वह व्यक्ति जो साक्षात्कार करने वाला होता है, वह **साक्षात्कारकर्ता** तथा साक्षात्कार में उत्तर देने वाला व्यक्ति **साक्षात्कारदाता** कहलाता है। साक्षात्कारों का आयोजन टेलीफोन, इन्टरनेट तथा वीडियो कान्फ्रेंसिंग के माध्यम से भी किया जाता है। साक्षात्कार का आधारभूत उद्देश्य व्यक्ति के व्यक्तित्व को, उसकी व्यक्तिगत विशेषताओं, अभिवृत्तियों, मूल्यों, रुचियों और वरीयताओं के सन्दर्भ में समझना है। सूचनाओं को प्राप्त करने के लिये प्रायः दो प्रकार के साक्षात्कारों का प्रयोग किया जाता है। ये हैं, **संरचित साक्षात्कार** तथा **असंरचित साक्षात्कार**। संरचित साक्षात्कार में प्रश्नों को संभव विकल्पों के साथ पहले से ही निर्मित कर लिया जाता है। उदाहरण के लिये, मित्रता के गुण का मापन करने के लिये अत्यधिक मित्रता, बहुधा मित्रता से लेकर निम्नतम मित्रता तक के विकल्प प्रदान किये जा सकते हैं। असंरचित साक्षात्कार का स्वरूप थोड़ा अधिक लचीला होता है। इसके अन्तर्गत कई प्रकार के मुक्तोत्तर प्रकार के प्रश्नों का समावेश होता है तथा साक्षात्कारदाता जितना अधिक से अधिक सम्भव हो सके उतना स्वतंत्र होकर इनका उत्तर देता है। साक्षात्कार के दौरान साक्षात्कारकर्ता प्रश्नों का निर्माण या पुर्ननिर्माण भी करता है और साक्षात्कार की पूरी प्रक्रिया को सुगम बनाता है। किसी नौकरी के लिये उपयुक्त उम्मीदवार की भर्ती करने के लिये साक्षात्कार का आयोजन, असंरचित साक्षात्कार का एक अच्छा उदाहरण है।

साक्षात्कार का आयोजन करने के लिये साक्षात्कारकर्ता में कुछ विशेष गुणों का होना आवश्यक है, जो उसे साक्षात्कारदाता से अधिक से अधिक सूचना निकलवाने में सहायता प्रदान करते हैं। एक कुशल साक्षात्कारकर्ता, साक्षात्कार के दौरान साक्षात्कारदाता को चिंतामुक्त कर उसे सुखद स्थिति में लाकर, उसके साथ सरलतापूर्वक आत्मीय सम्बन्ध स्थापित कर लेता है। उसे अपनी भाषा पर आधिपत्य होता है, जिसकी सहायता से वह कठिन से कठिन प्रश्न को सरल एवं स्पष्ट रूप से पूछने में समर्थ होता है, जिससे वह साक्षात्कारदाता से गूढ़तम सूचनाओं को भी प्राप्त करने में सफल हो जाता है। उसे अपनी भावनाओं और संवेगों पर नियंत्रण रहता है जिससे साक्षात्कारदाता को साक्षात्कार के दौरान कोई संकेत नहीं मिल पाता है।

मनोविज्ञान के क्षेत्र में साक्षात्कार का उपयोग भर्ती व चयन, परामर्श, क्रय–विक्रय तथा विज्ञापन, अभिवृत्ति तथा सर्वेक्षण आदि के लिये किया जाता है।

प्रस्तुत पाठ में आपने उन विभिन्न उपागमों के विषय में जाना, जो मानव व्यवहार की प्रकृति एवं उसके कारणों को समझने में हमारी सहायता करते हैं। और आपने उन विभिन्न पद्धतियों के

विषय में भी जाना जो मानसिक प्रक्रियाओं के विषय में और अधिक ज्ञान प्राप्त करने में हमारी सहायात करती हैं।

पाठगत प्रश्न 2.3

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए:

1. एक ..... द्वारा एक व्यक्ति के विभिन्न गुणों व सीमाओं का एक वस्तुनिष्ठ मूल्यांकन किया जा सकता है।
2. जिस प्रतिदर्श के लिये परीक्षण का निर्माण किया गया है, उससे प्राप्त परिणामों में यदि स्थिरता हो तब वह परीक्षण .....कहलाती है।
3. ..... का अर्थ है कि परीक्षण, मूल्यांकन के लिये वांछित विशेषताओं का किस सीमा तक मापन करता है।
4. एक ..... परीक्षण के अन्तर्गत संदिग्ध, अनिश्चित तथा असंरचित उद्दीपकों जैसे– चित्र, स्याही के धब्बे, रेखाचित्र तथा अपूर्ण वाक्यों आदि का प्रयोग किया जाता है।
5. प्रश्नावली के पद (प्रश्न) या तो ..... रूप में या ..... रूप में हो सकते हैं।
6. प्रदत्त एकत्र करने की एक प्रविधि के रूप में साक्षात्कार का अर्थ है, निश्चित उद्देश्यों के साथ दो व्यक्तियों के बीच .....।
7. ..... के अन्तर्गत संभव विकल्पों के साथ पहले से ही प्रश्नों का निर्माण कर लिया जाता है।
8. .... के अन्तर्गत कई प्रकार के मुक्तोत्तर प्रकार के प्रश्नों का समावेश हेाता है तथा साक्षात्कारदाता जितना अधिक से अधिक संभव हो सके उतना स्वतंत्र होकर इनका उत्तर देता है।

आपने क्या सीखा

- व्यवहारों व मानसिक प्रक्रियाओं की व्याख्या करने, भविष्यवाणी करने तथा इनको नियंत्रित करने के लिए विभिन्न उपागमों का प्रयोग किया जाता है। ये उपागम हैं जैविक, मनोविश्लेषणात्मक, व्यवहारवादी, मानवतावादी तथा संज्ञानात्मक। वैज्ञानिक पद्धतियों में वस्तुनिष्ठता, परीक्षण योग्यता, स्वयं में संशोधन की संभावना तथा पुनरावृत्ति की संभावना, जैसी विशेषतायें होती हैं।

- मानव व्यवहार को समझने के लिये विभिन्न पद्धतियों का उपयोग किया जाता है। प्रयोगशाला या स्वाभाविक स्थिति में एक गोचर की व्याख्या करने में अवलोकन पद्धति हमारी सहायता करती है। ये सहभागी व असहभागी दोनों प्रकार की हो सकती है।
- प्रयोगात्मक पद्धति एक चर में फेरबदल एवं अन्य चरों पर नियंत्रण कर दूसरे चर पर इसके प्रभाव का अध्ययन करती है।
- व्यक्ति अध्ययन, एक व्यक्ति पर केन्द्रित रहता है। इसके अन्तर्गत एक व्यक्ति का विस्तृत अध्ययन किया जाता है ताकि उसके जीवन में छिपे विभिन्न पहलुओं को जाना जा सके।
- एक प्रश्नावली में प्रश्नों की एक तालिका होती है जिसका उत्तर व्यक्ति को देना होता है। ये प्रतिबन्धित प्रकार एवं मुक्तोत्तर प्रकार की हो सकती है।
- साक्षात्कार, किसी विषय पर दो लोगों के बीच आमने सामने होने वाली उद्देश्यपूर्ण बातचीत है। ये संरचित एवं असंरचित प्रकार का हो सकता है।

पाठान्त प्रश्न

1. मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं को समझने के लिये मनोवैज्ञानिकों द्वारा प्रयोग किये जाने वाले तीन मुख्य उपागमों का वर्णन कीजिए। मानव व्यवहार को समझने के लिये हमें कई प्रकार के उपागमों की आवश्यकता क्यों है?
2. वैज्ञानिक पद्धति की विशेषताओं का वर्णन कीजिए। प्रदत्त एकत्र करने के लिये अवलोकन के उपयोग की व्याख्या कीजिए।
3. प्रयोगात्मक पद्धति की एक वैज्ञानिक पद्धति के रूप में व्याख्या कीजिये। सुसंगत चरों के नियंत्रण के लिये प्रयोग की जाने वाली प्रविधियों के विषय में भी बताइए।
4. मानव व्यवहार और मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं को समझने के लिये मनोवैज्ञानिक उपकरणों का प्रयोग किस प्रकार किया जाता है, चर्चा कीजिए।

पाठगत प्रश्नों के उत्तर

2.1

1. जैविक उपागम
2. संज्ञानात्मक उपागम
3. मानवतावादी उपागम

4. मनोविश्लेषणात्मक उपागम
5. व्यवहारवादी उपागम

2.2

1. सहभागी, असहभागी
2. फेरबदल, नियंत्रण
3. व्यक्ति
4. स्वतंत्र, आश्रित
5. सर्वेक्षण

2.3

1. मनोवैज्ञानिक परीक्षण
2. विश्वसनीयता
3. वैधता
4. प्रक्षेपी
5. प्रतिबन्धित, मुक्तोत्तर
6. आमने–सामने की स्थिति में आपसी बातचीत
7. संरचित साक्षात्कार
8. असंरचित साक्षात्कार

पाठान्त प्रश्नों के लिये संकेत

1. भाग 2.1 देखें
2. भाग 2.2 देखें
3. भाग 2.2 देखें
4. भाग 2.3 देखें