# 22

# व्यक्ति प्रत्यक्षीकरण और अन्तर्वैयक्तिक आकर्षण

हम पहले ही देख चुके हैं कि आत्म की अनुभूति की प्राप्ति एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है। एक नवजात आत्म और दूसरों में अंतर करने के योग्य नहीं हो सकता है। हमारा आत्म ज्ञान इस अर्थ में विचित्र है कि हम इस बात के लिए जागरूक हैं कि हमारा एक आत्म है। इस प्रकार की आत्म चेतना एक बहुत बड़ी उपलब्धि है।

इस बात का अनुमान आसानी से लगाया जा सकता है कि आत्म के ज्ञान के लिए कुछ प्रकार के सामाजिक ज्ञान की आवश्यकता होती है। प्रारंभ में शिशु को बालक और बालिका के संसार जिसमें अन्य लोग आते हैं में भेद का अभाव होता है। बच्चा सामाजिक वातावरण में निमग्न होता है। वहीं से धीरे–धीरे बच्चा आत्म की सजगता प्राप्त करता है।

## उद्देश्य

इस पाठ को पढ़ने के बाद आप समर्थ होंगे :

- आत्म की अभिवद्धि और विकास के लिए सामाजिक वातावरण के महत्व को समझने में।
- अंतःवैयक्तिक आकर्षण को निर्धारित करने वाले कारकों की पहचान करने में और
- आत्म–प्रत्यक्षीकरण में महत्वपूर्ण दूसरों के साथ अंतःक्रिया की भूमिका को समझने में।

## 22.1 दूसरों का प्रत्यक्षीकरण

शैशव के अंतिम चरण पर बच्चे आत्म के प्रतिनिधित्व की रचना एक वस्तुगत इकाई के रूप में प्रारंभ कर देते हैं। संज्ञानात्मक और भाषायिक विकास दूसरों के अंतःक्रिया को सरल बना देता है। दूसरे हमारी विशेषताओं को स्पष्ट करने में सहायता करते हैं। हम उनकी अपेक्षा के अनुकूल अपने व्यवहार को समायोजित कर लेते हैं। भाषा पर कुछ अधिकार के साथ बच्चे अपने आत्म ज्ञान को व्यवस्थित कर लेते हैं। पहचानना या निश्चित करना कि कोई वस्तु 'मेरी' है अन्य सभी वस्तुओं से 'मुझे' के कुछ पूर्व कल्पित अंतर को देखा जा सकता है। तीसरे वर्ष तक बच्चे में कुछ विशेषतायें प्रदर्शित करने की रूझान होती है। वे आंतरिक प्रक्रियाओं, धारणा, इच्छाशक्ति के अस्तित्व की ओर संकेत करने लगते हैं। जैसे–जैसे बच्चों का आत्म संप्रत्यय बढ़ता है अंतर और अधिक स्पष्ट हो जाता है। यह देखा जा सकता है कि आत्मसंप्रत्यय मूलरूप से एक सामाजिक क्रिया है। परिवेश में अन्य लोग उन्हें संदर्भ और मार्गदर्शन प्रदान करते हैं। उदाहरण के लिए सामान्य रूप से पाया जाता है कि माता–पिता बच्चों के कार्यों को स्वीकार या अस्वीकार करते हैं। वे लक्ष्य सुझाते हैं और आकांक्षाओं को प्रोत्साहित करते हैं। वे बच्चों को परिवेश में अनेक घटनाओं की बातें करते हैं। ये समस्त स्थितियाँ बच्चों को आत्म के बारे में सीखने में सहायक होती हैं। विशेषकर बच्चे संवेगात्मक नियमन के बारे में सीखते हैं।

फिर भी आत्म को मात्र दूसरों के द्वारा आकार देने वाली वस्तु समझना गलत है। यह एक जटिल सामाजिक उत्पाद है जिसमें बच्चे के अपने अनुभवों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है।

आत्म के बारे में सीखते समय बच्चों में यह समझ भी विकसित होती है कि लोग अन्य वस्तुओं से भिन्न होते हैं, उनकी कतिपय विशेषतायें होती हैं और वे स्वतंत्र मनोवैज्ञानिक अस्तित्व रखते हैं। शिशु दूसरे व्यक्तियों में अधिक रूचि लेते हैं। वे वस्तुओं और व्यक्तियों में अंतर के बारे में जागरूक होते हैं। यह पाया गया है कि दूसरों के बारे में समझ आत्म की समझ से संबंधित होती है। बच्चे दूसरों की आंतरिक प्रक्रियाओं जैसे अनुभूति, विचार और अभिप्राय के प्रति जागरूकता की प्रारंभिक अवस्था में होते हैं आयु के बढ़ने के साथ ही उनकी जागरूकता बढ़ती और विस्तत होती जाती है। स्कूल जाने वाले बच्चे दूसरों का जटिल और विस्तत वर्णन करते हैं। बच्चे सक्रिय रूप से एक सामाजिक समझ बना लेते हैं। इसमें बच्चों की स्वयं अपनी और दूसरों की मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं में समानता खोजना भी शामिल होता है।

## 22.2 धारणा निर्माण

दूसरों का प्रत्यक्षीकरण करना हमारे दैनिक जीवन का महत्वपूर्ण कार्य है। जब आप किसी व्यक्ति से मिलते हैं तो उसके प्रति एक धारणा बना लेते हैं। इसके लिए उसे देखना और उसके द्वारा बोले गये कुछ शब्द ही पर्याप्त होते हैं। जब हम दूसरों को देखते हैं हम केवल कुछ छोटी–छोटी सूचनायें नहीं जोड़ते। बल्कि हम दूसरों के कुछ गुणों को

देखते हैं। हम एक गत्यात्मक पूर्ण बनाते हैं। हम पूर्ण व्यक्ति के प्रति एक धारणा बना लेते हैं। गुण कहीं शून्य में नहीं रहते वे एक दूसरे से अंत:क्रिया करते हैं और एक नया पूर्ण निर्मित कर लेते हैं।

धारणा बनाते समय अपने विश्वस्त या प्रशंसित स्रोतों पर अधिक महत्व के साथ निर्भर करते हैं। इस तरह कभी–कभी हम नकारात्मक सूचना पर बल देते हैं। हम असाधारण सूचना को भी महत्व देते हैं। अंततः प्रथम धारणाओं पर बाद की सूचना की अपेक्षा अधिक बल दिया जाता है। ऐसा पाया गया है कि दूसरों के बारे में कोई निर्णय करते समय उनके व्यवहार के उदाहरण याद करते हैं और उन्हीं पर अपना निर्णय आधारित करते हैं। धारणा बनाते और निर्णय लेते समय हम पूर्ववर्ती सारांश को भी मन में रखते हैं।

## पाठगत प्रश्न 22.1

सत्य और असत्य बताइये :

1. प्रारंभ में बच्चा आत्म और दूसरों में अंतर नहीं कर सकता। (सत्य/असत्य)
2. बच्चे के बढ़ने के साथ उसका आत्म संप्रत्यय निश्चित हो जाता है। (सत्य असत्य)
3. विकसित होते हुए व्यक्ति को परिवेश के लोग आवश्यक संदर्भ और मार्गदर्शन प्रदान करते हैं। (सत्य असत्य)
4. धारणा निर्माण करते समय हम विश्वस्त स्रोतों पर निर्भर करते हैं (सत्य असत्य)
5. प्रारंभिक अवस्था से ही बच्चे दूसरों की भावनाओं के प्रति अतिसंवेदनशील होते हैं। (सत्य असत्य)

## 22.3 सामाजिक जगत के प्रति व्यवहार

### अन्तरवैयक्तिक आकर्षण

हम उस सामाजिक जगत में रहते हैं जिस में और लोग भी रहते हैं। हम प्रायः उनसे परिवार, स्कूल, बाजार, लगभग हर जगह में अंत:क्रिया करते हैं। दूसरों के संपर्क में आकर व्यक्ति आत्म की अनुभूति करता है। इस प्रकार व्यक्तियों के मध्य होने वाली प्रक्रियायें या तकनीकी रूप से अंत:वैयक्तिक प्रक्रियायें हमारे जीवन का केंद्र बन जाती हैं। समाज मनोवैज्ञानिकों ने विस्तार से इन विभिन्न प्रक्रियाओं की खोज की है। यहाँ हम दो प्रक्रियाओं के बारे में जानेंगे – आकर्षण और दीर्घकालीन संबंध।

**शारीरिक आकर्षण :** सामान्यतः पाया गया है कि शारीरिक दष्टि से आकर्षक लोगों के प्रति हम अधिक सकारात्मक प्रतिक्रिया करते हैं। हम बहुधा आकर्षक व्यक्तियों के प्रति अधिक सुखद प्रतिक्रिया करते हैं।

**समानता और पूरकता :** हम अपने से समान लोगों को पसंद करते हैं। कहा जाता है समान उड़ान वाले पंछी एक साथ उड़ते हैं। दूसरे शब्दों में एक सी अभिवति और विचार रखने वाले लोगों को हम अधिक पसंद करते हैं। पूरकता वह स्थिति है जिसमें भिन्न होते हुये भी लोग एक दूसरे के पूरक होते हैं। और वे एक दूसरे से अंतःक्रिया करना पसंद करते हैं। ऐसा आकर्षण अमीर और गरीब के बीच भी हो सकता है।

**अंतरंगता और निकटता :** निकटता का तात्पर्य शारीरिक समीपता से है। पाया गया है कि मित्रता अक्सर उन लोगों के मध्य विकसित होती है जिन्हें हम बराबर देखते रहते हैं। इस प्रकार अंतरंगता और निकटता दूसरे व्यक्तियों के प्रति आकर्षण पैदा करती है। बार–बार अंतरवैयक्तिक संपर्क अंतरवैयक्तिक आकर्षण की ओर ले जाता है।

**पारस्परिक पसंद :** हम किसी व्यक्ति को पसंद करते हैं या नहीं यह इस बात पर निर्भर करता है कि दूसरा हमें पसंद करता है या नहीं। अक्सर हम उन लोगों से बचना चाहते हैं जो हमारे प्रति नकारात्मक धारणा रखते हैं और उन लोगों का साथ चाहते हैं जो हमें पसंद करते हैं।

**अनुरागः** अनुराग उन भावनाओं और संवेगों की ओर संकेत करते हैं जो गहनता और दिशा में भिन्न होते हैं। इस प्रकार हमारी भावनायें अति गहन या कम गहन और सकारात्मक या नकारात्मक हो सकती हैं। अध्ययनों से पता चलता है कि कोई व्यक्ति कुछ ऐसा करता है जिससे सकारात्मक या नकारात्मक भाव उभरते हैं उसे हम पसंद या नापसंद करते हैं। यदि कोई व्यक्ति सकारात्मक या नकारात्मक भावों से मात्र जुड़ा भी होता है तो उसे हम पसंद या नापसंद करते हैं।

**सम्बद्धता की आवश्यकता :** हम अपने अवकाश का अधिकांश समय दूसरों के साथ अंतःक्रिया में लगाते हैं क्योंकि सम्बद्धता अस्तित्व में बने रहने के अवसर बढ़ाती है। इसने स्थायी सम्बन्ध के गुण या आवश्यकता की दिशा दिखाई है। स्थितिजन्य विशेषतायें भी इस आवश्यकता को उभार सकती हैं।

**स्थायी संबंध :** हमारे बहुत से संबंध बड़े लंबे समय तक चलते रहते हैं। वे आजीवन हो सकते हैं जैसे मित्रता, विवाह आदि। संबंध बहुत प्रकार के हो सकते हैं। उदाहरण के लिए उनमें आत्मीयता, वचनबद्धता और गुण की मात्रा में अंतर हो सकता है।

बहुत से लोग संबंध को एक प्रकार का सामाजिक अनुबंध मानते हैं। हम संबंधों को पुरस्कार स्वरूप मानते हैं जो हमें संबंध स्थापित होने पर मिलता है। जिन क्षेत्रों में हममें कुछ कमी होती है उनमें मिलने वाला पुरस्कार अधिक मूल्यवान होता है। फिर भी सभी प्रकार के निकट संबंधों में परस्पर निर्भरता सबसे महत्व का समानतत्व है। व्यक्ति के रूप में बच्चे माँ के द्वारा विभिन्न प्रकार के लगाव के साथ पाले जाते हैं।

यह सुरक्षित, दूर–दूर और उभयमुखी हो सकते हैं। मनोवैज्ञानिक सोचते हैं कि शिशु दूसरे व्यक्ति पर विश्वास और प्रेम करना, अविश्वास करना और दूर रहना या अपने लगाव के आधार पर दोनों का मिला–जुला रूप सीखते हैं। ऐसा पाया गया है कि माँ का शिशु से संपर्क और बच्चों की आवश्यकताओं के प्रति उसकी जागरूकता एवं अनुकूलन सुरक्षित लगाव की ओर ले जाता है।

बच्चों को अपने माता–पिता तथा भाई–बहनों के साथ अंतःक्रिया की प्रतिकति बच्चों में स्नेह और प्रेम के गुण की रचना में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करती है। माता–पिता के लिए उनका प्रेम माता–पिता के प्रति उनके आकर्षण और वैयक्तिक सद्‌गुणों से निर्धारित होता है। भारतीय समाज द्वारा जिन कुछ सद्‌गुणों पर बल दिया जाता है वे इस प्रकार हैं।

**दान :** माता–पिता की सहायता करना, क्षमा करना और सहन करना।

**न्याय :** माता–पिता के प्रति कर्तव्य तथा उनके अधिकारों का सम्मान करना।

**विवेकशीलता :** उनके लाभ के लिए तर्क का प्रयोग करना।

**धैर्य :** उनके लाभ के लिए कष्ट सहन करना।

**संयम :** विध्वंसक संवेगों पर नियंत्रण करना और आत्मानुशासन का अभ्यास करना।

### घनिष्ट मित्रता

जब मित्र एक साथ काफी समय तक रह लेते हैं, विभिन्न स्थितियों में अंतःक्रिया करते हैं और एक दूसरे को सांवेगिक सहायता प्रदान करते हैं तब घनिष्ट मित्रता दिखाई देती है। बचपन में बच्चे मित्रों के साथ विभिन्न क्रिया कलापों में भाग लेने के इच्छुक रहते हैं तथा दोनों पक्ष उसमें आनंद लेते हैं। लगाव की उपरवर्णित शैली बच्चों की अंतःक्रिया को प्रभावित करती है और बदले में उनके संबंधों पर गुणात्मक प्रभाव डालती है। किशोरावस्था और पूर्व प्रौढ़ावस्था में मित्रता और प्रगाढ़ हो जाती है। यह देखा गया है कि महिलायें पुरुषों की अपेक्षा अधिक घनिष्ठ मित्र बनाती हैं। घनिष्ठ संबंधों की अभिव्यक्ति विभिन्न प्रकार के व्यवहारों में दिखाई देती है। जिसके अंतर्गत आत्म रहस्य खोलने वाला व्यवहार, संवेगात्मक अभिव्यक्ति, सहायता लेना और देना, विश्वास अनुभव करना, एक दूसरे के साथ होने पर सुख अनुभव करना आदि आते हैं। कुछ लोग घनिष्ठ मित्रता बनाने में असफल रह जाते हैं और अकेलापन अनुभव करते हैं।

## पाठगत प्रश्न 22.2

सही विकल्प चुनियेः

1. हम समानता और परस्पर आकर्षण कब अनुभव करते हैं :
   क. जब अपने से मिलती अभिवत्तियों और विचारों वाले लोगों को पसंद करते हैं।
   ख. हम उन लोगों को पसंद करते हैं जिनकी अभिवत्तियाँ और विचार समान होते हैं।
   ग. हम आकर्षक लोगों को पसंद करते हैं।
2. हम दीर्घकालीन संबंध पसंद करते हैं :
   क. क्योंकि संबंधों का मूल्य हम जानते हैं।
   ख. क्योंकि परस्पर निर्भरता संबंधों का एक सामान्य तत्व है।
   ग. क्योंकि हम अपने प्रियजनों से लगाव रखते हैं।
   घ. ऊपर के सभी।

## आपने क्या सीखा

- आत्म प्रत्यक्षीकरण एक जटिल सामाजिक प्रक्रिया है जिसमें बच्चे के अपने अनुभवों और समाज दोनों की अहम भूमिका होती है।
- बच्चा दूसरों से अंतर करना सीखता है और एक स्वतंत्र मनोवैज्ञानिक आस्तित्व रखता है।
- हम सारी जानकारी के आधार पर दूसरों के प्रति राय बनाते हैं।
- पारस्परिक आकर्षण का निर्धारण अनेक कारकों के आधार पर होता है – शारीरिक आकर्षण, परिचय, समानता आदि।
- महत्वपूर्ण दूसरे – माता–पिता, भाई–बहन, मित्र आदि आत्म–प्रत्यक्षीकरण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।
- दीर्घकालीन संबंध व्यक्ति को मनोवैज्ञानिक और संवेगात्मक सहायता प्रदान करता है।

## पाठांत अभ्यास

1. आत्म विकास में दूसरों के प्रत्यक्षीकरण की भूमिका की चर्चा कीजिये।
2. पारस्परिक आकर्षण में विभिन्न कारकों की भूमिका स्पष्ट कीजिये।
3. दीर्घकालीन संबंधों के लिए अपनी दष्टि से महत्वपूर्ण कारकों की पहचान कीजिये।

## पाठगत प्रश्नों के उत्तर

**22.1**

1. सत्य 2. असत्य 3. सत्य 4. सत्य 5. सत्य

**22.2**

1. (ख) 2. (घ)

### पाठांत अभ्यास के संकेत

1. संदर्भ 22.1
2. संदर्भ 22.3
3. संदर्भ 22.3