टिप्पणी

9

अभिप्रेरणा

स्कूल से आने के आद आपको भूख लगी होती है, अतः आप कुछ खाना चाहते हैं। आप खाना इसलिए चाहते हैं क्योंकि कोई ऐसी शक्ति है जो आपको खाने के लिए मजबूर करती है। इसी प्रकार यदि आपसे यह प्रश्न पूछा जाए कि आप कॉलेज में प्रेवश क्यों चाहते हैं तो इसका जबाब कई प्रकार से दिया जा सकता है। आप कह सकते हैं कि आप ज्ञान प्राप्त करना चाहते हैं या एक अच्छी नौकरी प्राप्त करने के लिए डिग्री प्राप्त करना चाहते हैं। आप ढेर सारे मित्र बनाने के लिए भी कॉलेज में प्रेवश लेने के इच्छुक हो सकते हैं। कोई कार्य हम क्यों करते हैं या वे कारण जो हमें कुछ कार्यों को करने हेतु प्रेरित करते हैं। हमें इस मनोवैज्ञानिक प्रक्रिय का अध्ययन करने हेतु तैयार करते हैं। इस मनोवैज्ञानिक प्रक्रिया को 'प्रेरणा' कहा जाता है। इस अध्याय में आप प्रेरणा की प्रकति, प्रेरणा के प्रकार आंतरिक व बाह्य प्रकार की प्रेरणा, द्वन्द्व तथ हताशा (या कुंठा) के बारे में अध्ययन करेंगे। प्रेरणा का ज्ञान हमें कार्य की गतिशीलता के बारे में जानने की अंतर्दष्टि प्रदान करता है।

उद्देश्य

इस अध्याय के अध्ययन के बाद आपके लिए संभव होगाः

- प्रेरणा के अर्थ की व्याख्या करना;
- प्रेरणा के प्रकारों का वर्णन करना;
- आंतरिक व बाह्य प्रेरणा के बीच अंतर कर पाना;
- प्रेरक के रूप में आत्मबल, जीवन लक्ष्यों तथा मूल्यों का वर्णन करना तथा
- द्वन्द्व तथा कुंठा का वर्णन करना।

9.1 प्रेरणा का अर्थ

प्रेरण शब्द मनोविज्ञान में बारम्बार प्रयोग किए जाने वाले शब्दों में से एक है। यह उन कारकों के बारे में जानकारी देता है जो प्राणियों को क्रियाशील या गतिशील बनाते हैं। जब हम लोगों को किसी लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए कार्य करते हुए देखते हैं तो हमें वहां प्रेरणा के होने का अंदाजा होता है। उदाहरण के लिए एक विद्यार्थी उसके समक्ष आने वाले लगभग प्रत्येक कार्यों को अत्यंत परिश्रम से करता हुआ दिखलाई पड़ता है तो इससे हमें यह अंदाजा लगता है कि उसके पास लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए प्रेरणा विद्यमान है।

मनुष्य द्वारा किया जाने वाला हर व्यवहार किसी न किसी आंतरिक (मनोवैज्ञानिक) या बाह्य (परिवेश) संबंधी उत्प्रेरक द्वारा उत्पन्न होता है। कोई भी व्यवहार बेमतलब नहीं होता है। ऐसा प्रायः देखा जाता है कि लक्ष्य की उत्पत्ति के परिणामस्वरूप ही व्यवहार (कार्य) की शुरूआत होती है। इस प्रकार प्रेरणा को एक निश्चित लक्ष्य की प्राप्ति हेतु कार्य करने के लिए व्यक्ति को तैयार करने और उसे दिशा निर्देश देने की प्रक्रिया के रूप में परिभाषित किया जा सकता है। व्यक्ति द्वारा वह लक्ष्य प्राप्त कर लेने के बाद, यह प्रक्रिया प्रायः समाप्त हो जाती है।

कार्य शुरू करने की प्रक्रिया को तकनीकी तौर पर 'प्रेरणा' कहा जाता है। किसी निश्चित लक्ष्य की तरफ व्यवहार (कार्य) को लगाना प्रेरणा की अनिवार्यता है। प्रेरणा हमेशा प्रत्यक्ष रूप में दिखाई नहीं देती। इसका अनुमान लगाया जाता है तथा व्यवहार की व्याख्या करने के लिए प्रयोग किया जाता है। जब हम यह प्रश्न करते हैं कि ''किसी विशेष कार्य को करने के लिए एक व्यक्ति को कौन सी चीज प्रेरित करती है?'' तो आमतौर पर हमारा मतलब यह होता है कि व्यक्ति वह कार्य क्यों करता है। दूसरे शब्दों में कहें तो प्रेरणा कार्य के कारण या 'व्यवहार क्यों किया जाता है' को बतलाती है।

हम अपने सभी लक्ष्यों से अवगत नहीं हैं। अचेतन लक्ष्य भी व्यवहार को प्रभावित कर सकते हैं। यदि हमें लक्ष्य की सही जानकारी है तो व्यवहार को स्पष्ट करने के लिए हमारे पास एक शक्तिशाली साधन उपलब्ध है। हम अपने दिन प्रतिदिन के व्यवहार को विभिन्न लक्ष्यों के संदर्भ में स्पष्ट करते हैं। लक्ष्य से व्यवहार के बारे में भविष्यवाणी करने में भी हमें मदद मिलती है। हम यह बता सकते हैं कोई व्यक्ति भविष्य में क्या करेगा? लक्ष्य ये तो नहीं बता सकता कि बिलकुल यही होगा पर ये हमें जानकारी अवश्य दे देते हैं कि भविष्य में व्यक्ति की गतिविधियों का दायरा क्या होगा। इस प्रकार, शिक्षा के क्षेत्र में उपलब्धि प्राप्त करने का इच्छुक व्यक्ति स्कूल में कठिन परिश्रम करेगा। जिस व्यक्ति को खेलकूद में निपुणता हासिल करने की जरूरत होगी वह मैदान में कठोर परिश्रम करेगा। इसी प्रकार व्यापार व अन्य क्षेत्रों में भी होता है।

टिप्पणी

पाठगत प्रश्न 9.1

1. सही विकल्पों का प्रयोग करते हुए रिक्त स्थानों को भरिए:
   (क) प्राणियों में ..... करने की प्रक्रिया की शुरूआत को प्रेरणा कहते हैं।
   (ख) सभी साभिप्राय व्यवहारों में ..... होती है।
   (ग) प्रेरणा ..... दष्टिगोचर है।
   (घ) लक्ष्य ..... की भविष्यवाणी करने में सहायक होते हैं।
2. प्रेरणा की परिभाषा लिखें।

   _____

   _____

9.2 प्रेरणा की मूल संकल्पनाएं

'प्रेरणा' नामक इस अध्याय को पढ़ते समय आप आवश्यकता, उद्देश्य व प्रोत्साहन आदि जैसे कुछ शब्दों से परिचित होंगे। आइए इनमें से कुछ शब्दों के अर्थ जानें।

(क) आवश्यकताएं व अभिप्रेरक

प्राणियों के जरूरत की किसी वस्तु के अभाव या कमी की स्थिति, आवश्यकता है। समस्थिति को बनाए रखने या इसे संतुलित रखने के लिए प्राणियों को अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति करना जरूरी होता है।

आवश्यकताएं कई तरह की होती हैं। भोजन पानी की आवश्यकता एक शारीरिक आवश्यकता है। यह आवश्यकता प्राणी के शरीर में भोजन या पानी के अभाव या कमी के कारण उत्पन्न होती है। मल–मूत्र त्यागने की आवश्यकता भी शारीरिक आवश्यकता है क्योंकि प्राणियों के लिए शरीर में उपस्थित गंदगी को बाहर निकालना जरूरी है। दूसरे व्यक्तियों से सम्पर्क स्थापित करने की आवश्यकता सामाजिक आवश्यकता है। अन्य सामाजिक आवश्यकताओं में प्रतिष्ठा, सामाजिक रुतबा, स्नेह, आत्म–सम्मान, आदि शामिल हैं। आवश्यकताओं की पूर्ति न होने पर व्यक्ति अपनी उन आवश्यकताओं के प्रति और भी जागरूक हो जाता है। दूसरे शब्दों में कहें तो भूखा हाने पर आपको भोजन की आवश्यकता तथा प्यासा होने पर आपको पानी की आवश्यकता होती है। इन मामलों में आप भोजन और पानी से वंचित हैं और आपका शरीर इनकी कमी से कहीं न कहीं कष्ट व असंतुलन की स्थिति में है।

आवश्यकताओं को व्यापक रूप से प्राथमिक या शारीरिक आवश्यकताएं, तथा द्वितीयक या सामाजिक आवश्यकताओं के रूप में वर्गीकत किया जा सकता है। भोजन, पानी, सेक्स, नींद तथा आराम की आवश्यकता प्राथमिक आवश्यकताएं हैं। उपलब्धि हासिल

करना सम्पर्क स्थापित करने तथा शक्ति प्राप्त करने की आवश्यकता सामाजिक आवश्यकताओं के उदाहरण हैं।

'अभिप्रेरक' शब्द से प्राणियों के लक्ष्य निर्देशित व्यवहार तथा उनके अंदर ऊर्जाप्रद स्थितियों के होने का बोध होता है जो व्यवहार को संचालित करते हैं। सामान्यतः इसका प्रयोग कुछ स्थितियों को बताने के लिए होता है। ये स्थितियाँ व्यक्ति को प्रतिक्रिया करने हेतु जागत करने के अलावा उसे प्रतिक्रिया हेतु या अभिप्रेरक के अनुरूप उचित व्यवहार करने के लिए पहले से तैयार भी कर देती हैं। अभिप्रेरक व्यक्ति की गतिविधियों को उसके लक्ष्यों की तरफ ले जाता है।

(ख) लक्ष्य

लक्ष्य एक अन्तिम अवस्था है जिसका प्रतिनिधित्व संज्ञान द्वारा किया जाता है। लक्ष्य के बारे में चिन्तन किसी व्यक्ति को अपने कार्यों को संगठित करने हेतु प्रेरित करता है। यदि भूख एक आवश्यकता है तो भोजन करना लक्ष्य। इस प्रकार लक्ष्य आवश्यकता से सीधे जुड़ा हुआ है। कुछ मामलों में व्यवहार भी आंतरिक लक्ष्यों द्वारा निर्देशित होता है। इसका अर्थ यह है कि व्यवहार के लिए हमेशा बाहरी लक्ष्यों का होना आवश्यक नहीं है। यह स्वतः में ही संतोषप्रद व आनंददायक हो सकता है। कुछ लोग केवल गाने, नाचने या खेलने मात्र के लिए ही गाने, नाचने या खेलने का कार्य कर सकते हैं। उन्हें इस तरह के कार्य पसंद होते हैं। इस प्रकार लक्ष्य आंतरिक या बाह्‌य हो सकते हैं।

(ग) प्रोत्साहन

प्रोत्साहन लक्ष्य वस्तुओं का बोध कराती है। इनसे आवश्यकताओं की पूर्ति होती है। इनकी गुणवत्ता व मात्रा बदलती रहती है इसलिए इनसे प्राप्त होने वाली संतुष्टि का स्तर कम या ज्यादा हो सकता है। इस प्रकार अत्यधिक आकर्षक प्रोत्साहन प्राप्त करने के लिए कोई व्यक्ति बहुत ज्यादा प्रयास कर सकता है। वस्तुतः बहुत सारे प्रोत्साहन लोगों की जिन्दगी में बहुत ज्यादा महत्व रखते हैं और लोग इन प्रोत्साहनों को प्राप्त करने के लिए सभी संभव प्रयास करते हैं।

(घ) मूलप्रवत्तियाँ

मूलप्रवत्ति प्रेरणा के क्षेत्र की एक पुरानी संकल्पना है। इसे एक 'सहज जैविक बल' के रूप में परिभाषित किया गया है जोकि प्राणियों को एक निश्चित तरीके से कार्य करने के लिए पहले से ही तैयार करता है। कभी सभी व्यवहारों को कुछ मूल प्रवत्तियों का परिणाम माना जाता था। उस समय के मनोवैज्ञानिकों द्वारा चिह्नित कुछ मूलप्रवत्तियां हैं– झगड़ना, विकर्षण, उत्सुकता, आत्मदन्य तथा उपार्जन आदि। ऐसा समझा जाता था कि मूल प्रवत्तियां विरासत के रूप में प्राप्त होती हैं तथा आचरण को प्रभावित करती हैं, लेकिन अनुभव और ज्ञान से इनमें सुधार किया जा सकता है। अब इस शब्द का मानव व्यवहार के संबंध में ज्यादा प्रयोग नहीं होता है। कभी कभार पशुओं के व्यवहार को स्पष्ट करने के लिए इस शब्द का प्रयोग किया जाता है। वर्तमान प्रयोगों में 'मूल प्रवत्ति' शब्द, पशुओं में पाई जाने वाली सहज प्रवत्तियों के लिए आरक्षित हो गया है।

टिप्पणी

पाठगत प्रश्न 9.2

उचित शब्दों का प्रयोग द्वारा रिक्त स्थानों का भरिए:

(क) आवश्यकता ..... या ..... की स्थिति है।

(ख) लक्ष्य ..... अवस्था का ..... प्रतिनिधित्व करता है।

(ग) प्रोत्साहन ..... हैं, जो आवश्यकताओं की पूर्ति करते हैं।

9.3 आवश्यकताओं के प्रकार

आवश्यकताओं को विभिन्न वर्गों में वर्गीकत करना कठिन है क्योंकि किसी प्रदत्त समय पर किसी व्यक्ति द्वारा किया गया व्यवहार किसी एक आवश्यकता का परिणाम नहीं हो सकता है। इसमें बहुत सारी आवश्यकताओं व अभिप्रेरकों का योगदान होता है। लेकिन मानव व्यवहार के विश्लेषण के माध्यम से प्राप्त जानकारियों के आधार पर मनोवैज्ञानिकों ने मानव आवश्यकताओं को दो वहत वर्गों में वर्गीकत करने का प्रयास किया है। जैसा कि पहले भी उल्लेख किया गया है ये दो वर्ग निम्नलिखित हैं– 1. प्राथमिक या शारीरिक आवश्यकताएं तथा 2. द्वितीयक या सामाजिक मनोजन्य आवश्यकताएं। प्राथमिक आवश्यकताएं शरीर के अंदर निहित होती हैं। वे सहज होती हैं इसमं शरीर की विभिन्न स्थितियां जैसे भूख, प्यास, सेक्स, बुखार, नींद व दर्द आदि शामिल हैं। ये आवश्यकताएं आवर्ती (अर्थात बार–बार आने–जाने वाली) हाती हैं क्योंकि इनकी पूर्ति केवल अल्प समय के लिए ही की जा सकती है।

द्वितीयक या सामाजिक मनोजन्य आवश्यकता मनुष्यों के लिए अनूठी है। इनमें से बहुत सी आवश्यकताएं ज्ञान से प्राप्त हैं तथा ये व्यक्ति को विशेष प्रकार का व्यवहार करने की ओर प्रवत्त करती हैं। चूंकि ये आवश्यकताएं ज्ञान प्राप्त करने से मिली हैं, इसलिए इनकी संख्या अलग–अलग व्यक्तियों में अलग–अलग होती हैं। शक्ति, सम्पर्क स्थापना करना, उपलब्धियां व अनुमोदन आदि कुछ महत्वपूर्ण सामाजिक–मनोजन्य आवश्यकताएं हैं।

इन आवश्यकताओं का मूल्यांकन करने के लिए मनोवैज्ञानिकों ने अनेक मानकीकत परीक्षणों का विकास किया है। इनका मूल्यांकन परीक्षण की प्रक्रिया अपनाए बगैर भी अच्छी तरह से किया जा सकता है।

9.4 आवश्यकता-अधिक्रम

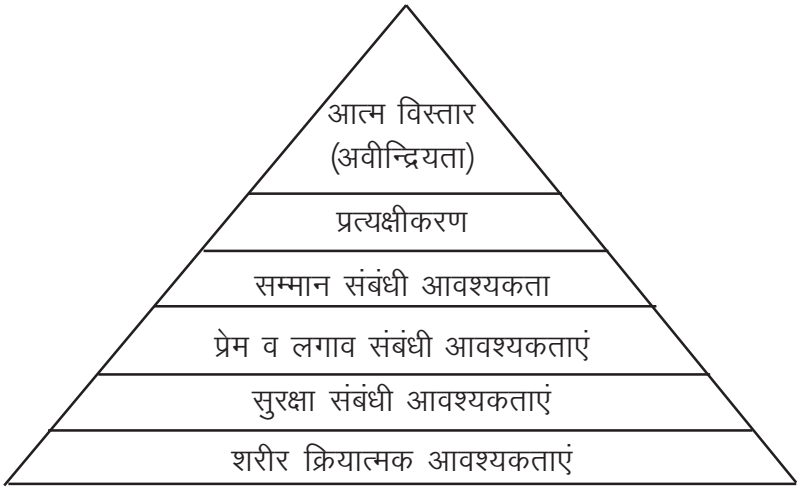
मानवतावादी मनोवैज्ञानिक अब्राहम मास्लो का तर्क था कि आवश्यकताएं सीढ़ी के डंडों की तरह क्रमिक रूप में व्यवस्थित होती हैं। उन्होंने शरीर क्रिया स्तर से लेकर आत्म

प्रागनुभव तक आवश्यकताओं को बढ़ते हुए क्रम में व्यवस्थित करने का प्रस्ताव रखा। आवश्यकताओं का क्रम जीने की मूल आवश्यकताओं या बिलकुल निचले क्रम की आवश्यकताओं से शुरू होकर आवश्यकताओं की उच्चतम अवस्था तक जाता था। एक स्तर की आवश्यकता की पूर्ति होते ही उससे उच्च स्तर की अगली आवश्यकता पैदा हो जाएगी और जीवन में घर कर लेगी। आवश्यकताओं का यह अधिक्रम चित्र 9.1 में दर्शाया गया है।

शरीरक्रियात्मक आवश्यकताएँ: शरीरक्रियात्मक आवश्यकताएं, समस्त आवश्यकताओं में सबसे प्रबल और सबसे निचले स्तर की, आवश्यकताएं हैं। इस प्रकार भूख, प्यास, सेक्स व आराम आदि की आवश्यकताएं इस सीढ़ी के सबसे निचले पायदान पर होती हैं। मैस्लो के अनुसार जब लम्बे समय तक इन शरीर क्रियात्मक आवश्यकताओं की पूर्ति नहीं होती, दूसरी सभी आवश्यकताएं गायब हो जाती हैं।

जिन्दा रहने के लिए खाना जरूरी है। जीवन को चलाने वाली जैव–रासायनिक प्रक्रिया, भोजन से ही ऊर्जा व रासायनिक पदार्थ प्राप्त करती है। भोजन से वंचित रहने पर पेट में संकुचन होता है और यह व्यक्ति को भूख पीड़ा के रूप में महसूस होता है। जब ऐसा होता है तो भोजन प्राप्त करने में व्यक्ति की ऊर्जा खर्च होती है। आदतें व सामाजिक रीति–रिवाज जैसे कारक भी खाने के आदम को प्रभावित करते हैं।

भोजन के बिना तो हम हफ्तों रह सकते हैं लेकिन पानी के बिना एकाध दिनों से ज्यादा नहीं रह सकते हैं। प्राणियों का दिमाग उन्हें पानी पीने का निर्देश देता है। सेक्स की आवश्यकता भूख और प्यास से कई मायनों में अलग है। प्राणी के जिन्दा रहने के लिए सेक्स जरूरी नहीं है पर प्रजातियों के जिन्दा रहने के लिए यह अनिवार्य है।



चित्र 9.1: *मास्लो का आवश्यकता अधिक्रम*

सुरक्षा संबंधी आवश्यकताएं: शरीरक्रियात्मक आवश्यकताओं की पूर्ति हो जाने के बाद, सुरक्षा संबंधी आवश्यकताओं की जीवन में प्रबल भूमिका हो जाती है। सुरक्षा संबंधी

टिप्पणी

आवश्यकताएं मुख्य रूप से व्यवस्था एवं सुरक्षा को बनाए रखने से संबंधित होती हैं ताकि व्यक्ति सुरक्षित, भयमुक्त तथा खतरों से बचा रहे।

प्रेम व लगाव संबंधी आवश्यकताएं: समाज के अन्य सदस्यों के साथ अंतरंग संबंध बनाने की आवश्यकता, प्रेम व लगाव संबंधी आवश्यकताएं हैं। लोग किसी संगठित समूह का स्वीकार्य सदस्य बनना चाहते हैं तथा एक पारिवारिक परिवेश में रहना चाहते हैं जैसे कि परिवार। ये आवश्यकताएं शरीरक्रियात्मक तथा सुरक्षा संबंधी आवश्यकताओं की पूर्ति व संतुष्टि पर निर्भर करती हैं।

सम्मान संबंधी आवश्यकता: प्रतिष्ठा संबंधी आवश्यकताएं निम्नलिखित दो वर्गों में विभक्त हैं–

(क) दूसरों से सम्मान प्राप्त करने से संबंधित आवश्यकता जैसे इज्जत, सामाजिक रुतबा, सामाजिक सफलता व प्रसिद्धि। ऐसे व्यक्ति जो निचले स्तर की आवश्यकताओं की पूर्ति से संतुष्ट होते हैं और आराम से रह रहे होते हैं, उनमें आत्ममूल्यांकन की आवश्यकता आ जाती है। उदाहरण के लिए, ऐसा समर्थ पेशेवर जिसने उच्च प्रतिष्ठा प्राप्त की हो तथा उसे रोजगार प्राप्त करने के लिए चिन्ता करने की आवश्यकता नहीं होती है। ऐसा व्यक्ति उपलब्ध रोजगारें में से रोजगार चुनने की स्थिति में हो सकता है अर्थात वह इस बात का निर्णय करने की स्थिति में हो सकता है उसे कौन सा रोजगार स्वीकार करना चाहिए और कौन सा नहीं।

(ख) आत्म प्रतिष्ठा, आत्म सम्मान एवं आत्म आदर

प्रतिष्ठा संबंधी आवश्यकताओं के अन्य प्रकारों में उपलब्धि हासिल करने की आवश्यकता समर्थ बनने की आवश्यकता, स्वीकति प्राप्त करने की आवश्यकता तथा पहचान बनाने की आवश्यकता आदि शामिल हैं। अपने को दूसरों से बेहतर समझने की आवश्यकता भी इसी वर्ग में आता है। अपनी इस आवश्यकता को पूरा करने के लिए व्यक्ति अच्छी किस्म के व महंगे कपड़े खरीद सकता है।

आत्म प्रत्यक्षीकरण: आत्म सिद्धि, व्यक्ति की व्यक्तिगत क्षमताओं का उपयोग करने, उसके सामर्थ्य का पूर्णरूपेण विकास करने तथा अपने अनुकूल क्रियाकलापों में व्यक्ति के शामिल होने की इच्छा का बोध कराती है। व्यक्ति को इस बात का एहसास व संतोष होना चाहिए कि उसने अपनी क्षमता के अनुकूल उपलब्धि हासिल की है।

आत्म सिद्धि केवल तभी संभव है जबकि व्यक्ति की आवश्यकताएं उस सीमा तक पूरी हो जाएं कि व सारी उपलब्ध ऊर्जा को न तो रोके और न ही सारी ऊर्जा को खर्च कर दे। व्यक्ति, निचले स्तर की अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति हो जाने के बाद ही अगले उच्च स्तर की आवश्यकताओं को पूरा करने का कार्य कर सकता है।

आत्म विस्तार (अवीन्द्रियता): यह आवश्यकता का सर्वोच्च स्तर है। यहां व्यक्ति को पूर्ण यथार्थ का बोध हो जाता है। वह 'स्व' की सीमाओं से परे चला जाता है तथा समष्टि

टिप्पणी

व समाज की आवश्यकताओं को पूरा करने में अपना योगदान देने लगता है। इस स्तर पर आकर व्यक्ति को सम्पूर्ण मानवता का ज्ञान हो जाता है। इस स्तर पर आध्यात्मिक कार्य महत्वपूर्ण हो जाते हैं।

इस अधिक्रम में यह माना गया है कि जब तक निचले क्रम की आवश्यकताओं की पूरी तरह से पूर्ति नहीं हो जाती ये आवश्यकताएं जीवन पर हावी रहती हैं। **मास्लो** के अनुसार सभी व्यक्ति आवश्यकताओं के पूरा करने में क्रमानुसार अनुगमन नहीं करते हैं अपवाद तो हर चीज के होते हैं। कभी–कभार व्यक्ति दूसरों को बचाने के लिए अपनी जान जोखिम में डालता है या किसी मूल्यवान वस्तु को बचाने के लिए सुरक्षा संबंधी अपनी आवश्यकताओं की तिलांजलि दे देता है (परवाह नहीं करता है)। भारतीय इतिहास में ऐसे अनेक उदाहरण मौजूद हैं जब महिलाओं में ऐसे अनेक उदाहरण मौजूद हैं जब महिलाओं ने अपने सम्मान की रक्षा के लिए अपने प्राणों की बलि दी है। ऐसे अनेक स्वतंत्रता सेनानियों का उदाहरण भी मौजूद हैं जिन्होंने स्वतंत्रता संग्राम के दौरान देश की आजादी की लड़ाई लड़ते समय भूख–प्यास की परवाह नहीं की अर्थात भोजन–पानी त्याग दिया और इसकी वजह से मत्यु को प्राप्त हुए। यहां पर उच्चतम स्तर की आवश्यकता ने भूख और प्यास की आवश्यकता का अधिक्रमण कर लिया है। आत्महत्या करके व्यक्ति कभी कभार प्रेम, परिवार व मित्रों आदि का त्याग कर देता है। इस प्रकार यहां पर प्रेम की आवश्यकता और लगाव के भाव की उपेक्षा होती है।

यह ध्यान रखना चाहिए कि उपर्युक्त अधिक्रम का अर्थ यह नहीं है कि निचले स्तर की आवश्यकताओं की पूर्ति हो जाने के बाद वे शिथिल/मंद पड़ जाती हैं तथा उच्चतम स्तर की आवश्यकताएं क्रियाशील हो जाती हैं।

9.5 उपलब्धि प्राप्ति की प्रेरणा

उपलब्धि प्राप्त करने या उत्कष्टता और उच्च स्तरीय कार्य निस्पादन की योग्यता प्राप्त करने की आवश्यकता व्यक्ति की महत्वपूर्ण आवश्यकताओं में से एक है तथा यह सभी व्यक्तियों के अन्दर कुछ हद तक मौजूद रहती हैं। जिन व्यक्तियों में उपलब्धि हासिल करने की आवश्यकता प्रबल होती है, वे कठिन कार्यों को प्रमुखता देते हैं तथा अपनी कार्य निष्पादन क्षमता में सुधार लाते हैं। वे भविष्योन्मुख, बड़े लक्ष्यों हेतु इच्छुक रहते हैं तथा चुने हुए कार्य को करने के लिए दढ़ होते हैं वे कार्योन्मुख होते हैं तथा चुनौतीपूर्ण कार्यों से उनके कार्य निष्पादन का मूल्यांकन किया जा सकता है। यह मूल्यांकन, कुछ मानकों के आधार पर, व्यक्ति के कार्य निष्पादन की दूसरे व्यक्ति के कार्यनिष्पादन से तुलना करके किया जा सकता है। उपलब्धि हासिल करने की प्रेरणा, मानव प्रयास के विभिन्न क्षेत्रों जैसे रोजगार, स्कूल या खेलकूद प्रतियोगिताओं में देखी जा सकती है।

ऐसा पाया जाता है कि प्रारम्भिक जीवन में होने वाले तरह–तरह के अनुभव जीवन के अगले पड़ावों में, उपलब्धि हासिल करने की प्रेरणा को शक्ति प्रदान करते हैं। माता–पिता

द्वारा अपने बच्चों से लगाई गई उम्मीदें भी उपलब्धि हासिल करने की प्रेरणा को विकसित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। जो माता–पिता अपने बच्चों से यह उम्मीद रखते हैं कि बच्चे कठिन परिश्रम करें वे माता–पिता बच्चों को प्रोत्साहित करते हैं तथा उनके कार्यों के लिए उनकी तारीफ करते हैं ऐसा करके वे बच्चों द्वारा उपलब्धि हासिल करने के लिए किए जा रहे व्यवहारों को बढ़ावा देते हैं।

उपलब्धि हासिल करने के लिए किए जा रहे व्यवहारों का स्तर अनेक कारकों पर निर्भर करता है। 'असफलता का भय' इन कारकों में से एक है। 'असफलता का भय' इन व्यवहारों की अभिव्यक्ति या प्रदर्शन को रोकता है। अर्थात उपलब्धि हासिल करने के लिए किए जा रहे अपने व्यवहारों को व्यक्ति 'असफलता के भय' से प्रकट नहीं करता है। पढ़ाई–लिखाई, खेलकूद या अन्य गतिविधियों में जब कोई सफलता हासिल करता है तो हम यही कहते हैं कि उपलब्धि हासिल करने की प्रेरणा अत्यंत प्रबल है।

9.6 आंतरिक प्रेरणा तथा बाह्य प्रेरणा

प्रेरणा के बारे में चिन्तन करते समय प्रायः हम इसके स्रोत को जानने का प्रयास करते हैं हम यह जानना चाहते हैं कि व्यक्ति में यह आंतरिक रूप से है या बाहरी रूप से। सौंपा गया कोई कार्य, पुरस्कार प्राप्त करने या किसी अन्य लाभ की प्रेरणा से भी किया जा सकता है। यह कार्य करने की बाहरी प्रेरणा है। इस प्रकार बाहरी पुरस्कार प्राप्त करने में कार्य, साधक होता है। ऐसी सभी स्थितियों में, जिस व्यक्ति को कार्य सौंपा जाता है, उस पर बाहरी स्थितियों का नियंत्रण होता है। इस तरह की स्थितियां बाह्य प्रकार की प्रेरणा का चित्रांकन करती हैं। दूसरी तरफ ऐसी भी स्थितियां होती हैं जिसमें प्रेरणा का स्रोत कार्य के अंदर ही निहित होता है। ऐसी स्थितियों में हम इसलिए कार्य करते हैं कि कार्य अपने आप में दिलचस्प होता है। तथा इसके लिए किसी बाहरी प्रेरणा की आवश्यकता नहीं होती है। यहां किसी बाहरी पुरस्कार को प्राप्त करने में कार्य साधक नहीं होता है। यहां नियंत्रण की स्थिति व्यक्ति के अंदर होती है। व्यक्ति स्वतः प्रेरणा से कार्य को करता है और कार्य व्यक्ति अपने पुरस्कार के रूप में कार्य करता है। यह स्थिति आंतरिक प्रेरणा का बोध कराती है जैसे बच्चे का खेलना, दिलचस्प उपन्यास पढ़ना या कविता–कहानी लिखना।

ऐसा पाया गया है कि आंतरिक प्रेरणा उच्च दर्जे के कार्य, चुनौतियों का समाना करने तथा उत्कष्टता की खोज की ओर ले जाती है। वस्तुतः परिणाम के प्रति आसक्ति प्रक्रिया या क्रियाकलापों को प्रायः बाधित करती है। इसीलिए भारतीय चिन्तकों ने 'अनासक्ति' के महत्व को समझा। यह एक महतवपूर्ण कार्य है जिस पर हमारा नियंत्रण होता है। इसलिए हमें कार्य के परिणाम की चिन्ता छोड़कर अधिक से अधिक ध्यान कार्य पर देना चाहिए। आधुनिक जीवन में बाहरी पुरस्कारों पर ज्यादा से ज्यादा जोर दिया जाता है तथा प्रत्येक वस्तु संविदात्मक होती जा रही है। रिश्तों का दायरा सिकुड़ता जा रहा है।

यह स्थिति लोगों की व्यक्तिगत व सामाजिक जिन्दगी में अनेक समस्याएं पैदा कर रही हैं। इसलिए यह महत्वपूर्ण है कि हम अपने क्रियाकलापों की योजना इस प्रकार बनाएं तथा रिश्तों को इस प्रकार से संगठित करें कि कार्य से हितों की पूर्ति होती रहे।

पाठगत प्रश्न 9.3

1. आवश्यकता अधिक्रम के सिद्धांत का प्रतिपादन किसने किया? आवश्यकताओं को अधिक्रम में दिखलाएं।

2. आंतरिक प्रेरणा क्या है? एक उदाहरण दें।

3. बाह्य प्रेरणा क्या है? एक उदाहरण दें।

9.7 आत्मबल

किसी कार्य को करने की अपनी क्षमता के बारे में लोगों की अपनी धारणाएं होती हैं। ऐसी धारणाएं उनके कार्य निष्पादन के स्तर को प्रभावित करती हैं। आत्मबल संबंधी धारणाएं लोगों द्वारा अपने बारे में बनाए गए आत्मपरक मानदण्ड हैं। ये धारणाएं किसी विशेष लक्ष्य के निर्धारण में निर्णायक भूमिका अदा करती हैं। बण्डूरा द्वारा प्रतिपादित आत्मबल की इस अवधारणा का प्रयोग अनेक तरीकों से लोगों को प्रेरित करने के लिए किया गया है। उचित या वास्तविक आत्मबल धारणाओं का ज्ञान प्राप्त कर लेने के बाद व्यक्ति अपने व्यवहारों को नियोजित कर सकता है। तथा उसका कार्य निस्पादन काफी बेहतर हो सकता है। आत्मबल संबंधी धारणाएं सामंजस्य बिठाने व शारीरिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करती है। लोगों का यह विश्वास है कि कुछ निश्चित स्थितियों

टिप्पणी

में अपनी क्षमताओं से वे अच्छा कार्य कर सकते हैं– आत्मबल की धारणा है। ये धारणाएं समयानुसार विकसित होती हैं। ये ज्ञान के उस विकास को दर्शाती हैं कि कार्यों से परिणाम उत्पन्न होते हैं तथा व्यक्ति कार्य को जन्म दे सकता है जिससे उसको परिणाम प्राप्त होते हैं। यह ध्यान रखना चाहिए कि आत्मबल की धारणाएं भी सामूहित स्तर पर कार्य करती हैं। इस प्रकार सामूहिक आत्मबल में किसी समूह की साझा धारणाएं अपनी संयुक्त क्षमता समेट उपस्थित रहती हैं ताकि निर्धारित स्तर की उपलब्धि को हासिल करने के लिए अपेक्षित कार्रवाई की दिशा तय की जा सके तथा उसे क्रियान्वित किया जा सके।

9.8 मूल्य

प्रेरणा प्रदान करने में मूल्यों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। इन्हें वांछित व पोषणयोग्य लक्ष्यों के रूप में देखा जाता है जो कि मानव जीवन में पथ–प्रदर्शक सिद्धान्तों के रूप में कार्य करते हैं। मूल्य, निर्णय लेने में सहायक होते हैं। ये आवश्यकताओं को प्राथमिकता प्रदान करते हैं। मूल्यों की वजह से ही लोग बड़े और उद्देश्यपूर्ण कार्यों को करने की ओर प्रवत्त होते हैं। विशिष्ट प्रकार के व्यवहारों से जुड़े, सुख और दुख का प्रभाव अस्थायी या क्षणिक होता है। मूल्यों के विश्लेषण में नैतिक मूल्यों को विशेष महत्व प्रदान किया जाता है। ये मूल्य चयन व कार्य का मार्गदर्शन करते हैं। नैतिक मूल्यों को अच्छे व बुरे के बीच बांटा गया है। अनेक देशों से प्राप्त जानकारी के आधार पर हाल ही में किए गए एक अध्ययन में कुछ मूल्यों को नोट किया गया है। इन मूल्यों का विवरण नीचे दिया जा रहा है।

शक्तिः इसके अन्तर्गत सामाजिक हैसियत व प्रतिष्ठा तथा लोगों व संसाधनों पर नियंत्रण व प्रभुत्व आदि आते हैं।

उपलब्धिः इसके अंतर्गत सामाजिक मानदण्डों के अनुरूप क्षमता प्रदर्शन के द्वारा व्यक्तिगत सफलता प्राप्त करना शामिल हैं।

सुखवादः इसके अन्तर्गत अपने लिए ऐन्द्रिक सुख प्राप्त करना आता है।

स्फूर्तिः इसके अन्तर्गत उत्तेजना, नवीनता और जीवन में चुनौती आते हैं

आत्म-निर्देशनः इसके अंतर्गत स्वतंत्र विचार व कार्य पसंदगी, सजन व खोज आदि शामिल हैं।

सार्वभौमवादः इसके अंतर्गत समाज के कल्याण के लिए समझ, प्रशंसा, सहनशीलता, और सुरक्षा आदि आते हैं।

परोपकारः इसके अंतर्गत उन लोगों के कल्याण का परिरक्षण व इसकी वद्धि शामिल है जिसके साथ व्यक्ति लगातार सम्पर्क में रहता है।

परम्पराः इसमें रीति–रिवाजों का सम्मान, प्रतिबद्धता व इनकी स्वीकति तथा वे विचार शामिल हैं जिन्हें पारम्परिक संस्कतियों व धर्मो में महत्व प्रदान किया गया है।

टिप्पणी

अनुपालनः इसके अंतर्गत ऐसे कार्य निग्रह, प्रवत्ति व आवेग आते हैं जिनसे दूसरों को क्षति पहुंचने या सामाजिक अपेक्षाओं या मानदण्डों का उल्लंघन होने की संभावना हो।

सुरक्षाः इसमें बचाव, समरसता, तथा समाज, संबंधों व स्वयं की स्थिरता शामिल है।

भारतीय सन्दर्भ में धर्म के ढांचे में अनेक ऐसे मूल्य उपलब्ध है जिन्हें जीवन को बनाए रखने का मूल माना गया है। इसमें सत्य, आस्तेय, धति, धी, विद्या, अक्रोध, क्षमा, शौच, इंन्द्रिय–निग्रह तथा दम शामिल हैं। ये मूल्य सामाजिक व व्यक्तिगत स्तर पर जीवन को बनाए रखने व उसे बढ़ाने के लिए आधार उपलब्ध करवाते हैं।

9.9 कुंठा व द्वन्द्व

इस तथ्य से आप अवश्य अवगत होंगे कि आवश्यकताओं की पूर्ति करना हमेशा आसान नहीं होता है। आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए जब हम प्रयास करते हैं तो हमें कुछ समस्याओं का समाना करना पड़ता है। कई बार हमें असफलता हासिल होती है। बहुत सारी बाधाएं भी हमें लक्ष्य को प्राप्त करने से रोकती हैं। आवश्यकताओं के पूरा न होने पर हम कुंठाग्रस्त हो जाते हैं।

कुंठा किसी व्यक्ति के अंदर आने वाला वह भाव होता है जिसमें वह ऐसा अनुभव करता है कि उसकी महत्वपूर्ण आवश्यकताओं को पूरा करने के उसके सभी प्रयास बेकार जा रहे हैं। उसे सफलता अवरुद्ध नजर आती है। कुंठा किसी लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए किए जाने वाले प्रयासों के अवरुद्ध हो जाने की स्थिति का बोध कराती है। अपेक्षित लक्ष्यों की प्राप्ति में आने वाली रुकावटों के कारण व्यक्ति एक प्रकार के विक्षुब्ध व्यवहार का प्रदर्शन करता है।

प्रेरणा के कुंठित या निरुद्ध हो जाने के कारण व्यक्ति को बेचैनी, खिन्नता/उदासी/दुख व क्रोध आदि की अनुभूति होती है। उदाहरण के लिए मान लीजिए कि आप फिल्म देखने या खेलने जाना चाहते हैं परन्तु आपके माता–पिता आपको उसाकी अनुमति नहीं प्रदान करते हैं। ऐसी स्थिति में आपके व्यवहार में परेशानी गुस्से या चिड़चिड़ापन का भाव दिखलाई देता है। कुंठा प्रायः आक्रामकता को जन्म देती है। कुंठा की जड़ इस आक्रामकता के निशाने पर होती है।

सामान्यतः कुंठा के मुख्य तीन स्रोत हैं। ये तीनों स्रोत निम्नलिखित हैं–

1. **पारिवेशिक शक्तियांः** लक्ष्यों की पूर्ति को पारिवेशिक तत्व कुंठित कर सकते हैं। ये बाधाएं भौतिक हो सकती हैं जैसे धन का अभाव, रास्तों का बंद हो जाना आदि। ये सामाजिक भी हो सकती हैं। उदाहरण के लिए हो सकता है कि आपके माता–पिता, शिक्षक या सहपाठी आपको उस कार्य को करने से रोक दें, जिन्हें आप करना चाहते हों।

टिप्पणी

2. **व्यक्तिगत कारण या सीमाएं:** ये लक्ष्यों की प्राप्ति नहीं होने देते जिससे कुंठा पैदा होती है। यह व्यक्तिगत अक्षमता या शारीरिक या मानसिक हो सकती है। व्यक्ति की व्यक्तिगत विशेषताएं जैसे उसका व्यक्तित्व या समझदारी उसी कार्य निष्पादकता को प्रभावित करते हैं। सामर्थ्य की बंदिशें व्यक्ति को कुंठित करती हैं क्योंकि इसकी वजह से व्यक्ति अति ऊचे लक्ष्यों को प्राप्त नहीं कर पाता है। कई बार हमारे लक्ष्य द्वन्द्वात्मक होते हैं जो कुंठा को जन्म देते हैं।

3. **द्वन्द्वः** द्वन्द्व ऐसी स्थिति है जिसमें व्यक्ति को दो या दो से अधिक विशिष्ट लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु दो या उससे अधिक बेमेल असंगत या तरीकों से कार्य करना होता है। यह स्थिति तब आती है जब व्यक्ति दो या उससे अधिक लक्ष्यों के बीच चुनाव कर पाने में असमर्थ होता है।

हम सभी को जीवन के प्रत्येक चरण से किसी न किसी स्तर के द्वन्द्व से गुजरना पड़ता है। कभी कभार हमारे सामने ऐसी स्थिति आ जाती है जब हमें दो या उससे अधिक विकल्पों में से किसी एक या कुछ का चयन करना होता है। उदाहरण के लिए हमें यह निर्णय लेना पड़ सकता है कि हम पुस्तक खरीदें या उस पैसे से फिल्म देखें। एक तरफ हो सकता है कि आप खेलना चाहें व अपने दोस्त के साथ समय बिताना चाहें तथा दूसरी तरफ आपको यह लगे कि इस समय के दौरान पढ़ाई करनी चाहिए ताकि परीक्षा में सफलता प्राप्त की जा सके। यहां पर खेलने की इच्छा व दोस्त के साथ समय बिताने की इच्छा का परीक्षा में सफलता प्राप्त करने के उद्देश्य के साथ द्वन्द्व चल रहा है।

द्वन्द्व के प्रकार

द्वन्द्व तीन प्रकार के होते हैं जिन्हें दष्टिकोण–दष्टिकोण द्वन्द्व, परिवर्जन–परिवर्जन द्वन्द्व, दष्टिकोण–परिवर्जन।

दष्टिकोण दष्टिकोण द्वन्द्वः यह वह स्थिति है जिसमें व्यक्ति को दो अच्छे व समान रूप से आकर्षक लक्ष्यों में से एक का चयन करना होता है। यह तब घटित होता है जब दो आनन्ददायक लक्ष्य हमारी पहुंच के अंदर होते हैं। हमें इनमें से किसी एक का चयन करना होता है। इस तरह के द्वन्द्व का उदाहरण उस स्थिति में पाया जा सकता है जबकि आपको उच्च शिक्षा के लिए दो समान आकर्षक पाठ्यक्रमों में प्रवेश प्राप्त करने का प्रस्ताव एक साथ प्राप्त हो और आपको उसमें से चयन करना हो कि आप किस पाठ्यक्रम में प्रवेश लेंगे।

परिवर्जन परिवर्जन द्वन्द्वः यह दूसरे प्रकार का द्वन्द्व है, यह तब होता है जब हमें दो समान अवांछनीय व नकारात्मक लक्ष्यों में से किसी एक को चयन करना हो। उदाहरण के लिए यह द्वन्द्व आपके समक्ष तब आ सकता है जब आपको ऐसे दो लक्ष्यों में से किसी एक का चयन करना हो, जो आपको समान रूप से नापसंद हों।

दष्टिकोण परिवर्जन द्वन्द्वः इसमें हम एक ही प्रकार के लक्ष्य के प्रति आकर्षित भी होते हैं तथा विकर्षित भी। यह तब उत्पन्न हाती हैं जब किसी एक ही लक्ष्य के प्रति हमारी भावनाएं सकारात्मक भी होती हैं तथा नकारात्मक भी अर्थात हम उसे पसंद भी करते हैं और नापसंद भी। उदाहरण के लिए मान लीजिए आप किसी लड़की से शादी करना चाहते हैं क्योंकि आप उसे बेहद प्यार करते हैं लेकिन आपके माता–पिता आपकी इस इच्छा से सहमत नहीं है। वे चाहते हैं कि आप उस लड़की से शादी न करें। चूंकि आप अपने माता–पिता को दुखी नही करना चाहते हैं इसलिए आप उस लड़की से शादी नहीं कर सकते। इस तरह के द्वन्द्व से छुटकारा पाना बहुत कठिन होता है तथा इससे आप भावनात्मक रूप से बहुत परेशान होते हैं।

आपने क्या सीखा

- प्रेरणा उस संचालक व कर्षण शक्तियों का बोध कराती है जिसके परिणामस्वरूप किसी लक्ष्य के प्रति निर्देशित व्यवहार क्रमिक रूप में चलते हैं। प्राथमिक आवश्यकताओं जैसे भूख, प्यास और सेक्स की उत्पत्ति शरीर की शरीर क्रियात्मक अवस्था में होती है। भूख की उत्पत्ति, ब्लड शूगर के निर्धारित स्तर के नीचे चले जाने की वजह से हो सकती है। पानी की कमी की वजह से खून की मात्रा में आने वाली गिरावट के कारण प्यास पैदा होती है। सेक्स करने की प्रेरणा सेक्स हारमोन्स पर निर्भर होती है।

- सामाजिक–मनोजन्य लक्ष्य जैसे कि शकित प्राप्त करने की आवश्यकता, लगाव, उपलब्धि व स्वीकति ज्ञान से प्राप्त लक्ष्य हैं व इसमें अन्य लोग भी शामिल होते हैं। उपलब्धि हासिल करने की आवश्यकता, कार्यों को पूरा करने तथा कार्य करने में सफलता प्राप्त करने का लक्ष्य है। शक्ति की प्रेरणा एक सामाजिक प्रेरण है जिसमें प्रभावित करना, नियंत्रण स्थापित करना, हावी होना, नेतत्व करना, दूसरों को आकर्षित करना तथा दूसरों की नज़रों में अपनी प्रतिष्ठा को बढ़ाना –लक्ष्य होता है।

- आंतरिक प्रेरणाएं वे क्रियाकलाप हैं जिसके लिए किसी स्पष्ट पुरस्कार की आवश्यकता नहीं होती है बल्कि इन क्रियाकलापों को करने में व्यक्ति को मजा आता है तथा संतुष्टि प्राप्त होती है। सक्षमता एक आंतरिक प्रेरणा है। लोगों में विद्यमान आत्मबल, जीवन के लक्ष्य, तथा मूल्य भी प्रेरणा के स्रोत के रूप में कार्य करते हैं। प्रेरण प्रायः अवरुद्ध या विफल होती हैं। इस विफलता के प्रमुख स्रोत पर्यावरणिक कारक, व्यक्तिगत कारक तथा द्वंद हैं। तीन प्रकार के द्वंद हैंः

  क) दष्टिकोण–दष्टिकोण द्वंद,

  ख) परिवर्जन–परिवर्जन द्वंद तथा

  ग) दष्टिकोण–परिवर्जन द्वंद।

पाठान्त प्रश्न

1. संक्षेप में प्रेरणा की प्रकति का उल्लेख कीजिए।
2. प्रेरणा की मूल अवधारणाओं का उल्लेख कीजिए।
3. प्राथमिक आवश्यकताओं से आप क्या समझते हैं। ये सामाजिक–मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं से कैसे भिन्न हैं?
4. स्वसामर्थ्य क्या है? व्यवहार के साथ इसके संबंध को दर्शाइए।
5. मूल्यों को परिभाषित कीजिए तथा कुछ महत्वपूर्ण मूल्यों का वर्णन कीजिए।
6. कुंठा के स्रोत क्या हैं? उद्देश्यों के द्वंद के तीन प्रकारों के नाम बताइए।

पाठगत प्रश्नों के उत्तर

9.1

1. क. क्रिया

   ख. प्रेरणा

   ग. नहीं

   घ. व्यवहार

2. प्रेरणा एक लक्ष्य विशेष के प्रति व्यवहार को क्रियाशील बनाने, अनुरक्षण करने तथा निर्देशित करने की प्रक्रिया है।

9.2

क) हीतना की कमी ख) अंतिम संज्ञान तथा ग) वस्तु

9.3

1. **मास्लो**! अनका आवश्यकता अधिक्रम–

   (i) शारीरिक आवश्यकताएं

   (ii) सुरक्षा आवश्यकताएं

   (iii) प्रेम व लगाव संबंधी आवश्यकताएं

(iv) सम्मान संबंधी आवश्यकताएं

(v) आत्म प्रत्यक्षीकरण

(iv) आत्म विस्तार (अतीन्द्रियता)

2. आन्तरिक प्रेरणा वह स्थिति है जब प्रेरणा स्वयं के व्यवहार के कारण संतोष से उत्पन्न होती है।

3. बाह्य प्रेरणा वह स्थिति है जब प्रेरणा बाहरी पुरस्कारों के कारण उत्पन्न होती है।

पाठान्त प्रश्नों के संकेत

1. खण्ड 9.1 का संदर्भ लें

2. खण्ड 9.2 का संदर्भ लें

3. खण्ड 9.7 का संदर्भ लें

4. खण्ड 9.8 का संदर्भ लें

5. खण्ड 9.9 का संदर्भ लें