



ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર  
ઓપન યુનિવર્સિટી

ES-203

અધ્યયન અધ્યાપન  
સામગ્રી વિકાસ

વિભાગ

1

બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધીનાં શારીરિક વિકાસના વર્ણનકારો

---

એકમ-1 શારીરિક વિકાસ

---

એકમ-2 જ્ઞાનાત્મક વિકાસ

---

એકમ-3 ભાવાત્મક વિકાસ

---

એકમ-4 સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ

## ES-203, અધ્યયન અધ્યાપન સામગ્રી વિકાસ (વિભાગ-1)

લેખક	
ડૉ. દિવ્યેશ પટેલ	વૈદ્ય એમ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુ., ૬૨૭, ગુલબાર્ઈ ટેકરા, અમદાવાદ.
પરામર્શક (વિષય)	
ડૉ. અલ્કા મેકવાન	એમ.બી.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુકેશન, એસ.પી. યુનિવર્સિટી, વિદ્યાનગર.
પરામર્શક (ભાષા)	
ડૉ. રાજેશ્રીબેન પંડ્યા	વૈદ્ય એમ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુ., ૬૨૭, ગુલબાર્ઈ ટેકરા, અમદાવાદ.
સંપાદન અને સંયોજન	
પ્રો. (ડૉ.) અજીતસિંહ પી. રાણા	નિયામકશ્રી (શિક્ષણશાસ્ત્ર) ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી. અમદાવાદ.
સંયોજન સહાય	
ડૉ. મીના આર્ઈ. રાજપૂત	ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી. અમદાવાદ.

પ્રકાશક : કુલસચિવ, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ-382481

આવૃત્તિ : પ્રથમ આવૃત્તિ-2020, નકલ : 1200

દ્વિતીય આવૃત્તિ-2021, નકલ : 1200

**ISBN : 978-93-5598-178-3**

Copyright © Registrar, Dr. Babasaheb Ambedkar Open University, Ahmedabad.  
December 2020

While all efforts have been made by editors to check accuracy of the content, the representation of facts, principles, descriptions and methods are that of the respective module writers. Views expressed in the publication are that of the authors, and do not necessarily reflect the views of Dr. Babasaheb Ambedkar Open University. All products and services mentioned are owned by their respective copyrights holders, and mere presentation in the publication does not mean endorsement by Dr. Babasaheb Ambedkar Open University. Every effort has been made to acknowledge and attribute all sources of information used in preparation of this Self Learning Material. Readers are requested to kindly notify missing attribution, if any.

---

## ES-203 અધ્યયન અધ્યાપન સામગ્રી વિકાસ

---

### વિભાગ-1 બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધીનાં વિકાસના દર્શકો

- એકમ-1 શારીરિક વિકાસ
- એકમ-2 બોધાત્મક વિકાસ
- એકમ-3 ભાવાત્મક વિકાસ
- એકમ-4 સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ

### વિભાગ-2 વિકાસના સિદ્ધાંતો અને તેનાં શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો

- એકમ-5 મનોવૈજ્ઞાનિક વિકાસ - એરિક્સન
- એકમ-6 બોધાત્મક વિકાસ - પિયાજે
- એકમ-7 માનવતાવાદી સિદ્ધાંત - મેસ્લો અને રોજર્સ
- એકમ-8 પંચકોશ વિકાસ

### વિભાગ-3 અધ્યેતાનું સંપોષણ

- એકમ-9 ભાવાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-10 બોધાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-11 મનોશારીરિક કે ચેષ્ટાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-12 અનન્યતાનું સંપોષણ

### વિભાગ-4 અધ્યેતાનો વ્યક્તિત્વ વિકાસ

- એકમ-13 વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતો અને યુંગનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત
- એકમ-14 સ્વનો વિકાસ: રોજર્સનો સ્વ-સિદ્ધાંત અને મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકકરણનો સિદ્ધાંત
- એકમ-15 ઓલપોર્ટનો ગુણ-લક્ષણલક્ષી સિદ્ધાંત
- એકમ-16 ફોઈડનો વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંત

## દૂરવર્તી અધ્યયનમાં સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રીની ભૂમિકા

દૂરવર્તી શિક્ષણ પ્રણાલીમાં અસરકારક સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રી અનિવાર્ય છે. આ અભ્યાસ-સામગ્રીના લેખકો, અધ્યાપકો અને વિદ્યાર્થીઓ એકબીજાથી ઘણાં દૂર અને ક્યારેક તો ક્યારેય ન મળી શકે તેવી સ્થિતિમાં હોવાથી આવી અધ્યયન સામગ્રી સુગમ અને અસરકારક હોવી જરૂરી છે. દૂરવર્તી શિક્ષણ માટેની અભ્યાસ-સામગ્રીમાં વિદ્યાર્થીના બૌદ્ધિક ચિંતનને ઉદ્દીપ્ત કરવાની ક્ષમતા તથા આવશ્યક તમામ અધ્યયન પ્રવૃત્તિઓ હોવી જોઈએ. આ સામગ્રી પાઠ્યક્રમના સામાન્ય અને વિશિષ્ટ હેતુઓના અનુસંધાને વિદ્યાર્થીને પર્યાપ્ત માર્ગદર્શન આપવા સક્ષમ હોવી જોઈએ. સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં અભ્યાસક્રમમાં સૂચિત તમામ બાબતોનો સમાવેશ થાય તે જરૂરી છે.

અસરકારક અધ્યયન સિદ્ધ કરવા માટે અનેક પ્રકારના આયોજનનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે; જેનાથી વિદ્યાર્થી જ્ઞાનોપાર્જન કરી શકે. બૌદ્ધિક અને મનોશારીરિક કૌશલ્યો કેળવી શકે અને વર્તન તથા અભિગમમાં આવશ્યક પરિવર્તનો સાધી શકે. આથી જ વિદ્યાર્થીનું મૂલ્યાંકન પણ પાઠ્યસામગ્રીમાં આવરી લેવામાં આવ્યું છે.

દૂરવર્તી શિક્ષણની સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ સામગ્રીમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવેલી શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓનું સ્વરૂપ તે શિક્ષણના જ્ઞાનાત્મક, ભાવાત્મક કે મનોશારીરિક હેતુમાંથી કયા હેતુને સંલગ્ન છે? તેના પર આધારિત છે. આ હેતુઓ ભવિષ્યમાં અનુક્રમે જ્ઞાન, બૌદ્ધિક કૌશલ્યો અને મનોશારીરિક કૌશલ્યોની ઉપલબ્ધિમાં પરિણમે છે. વિદ્યાર્થીએ મેળવેલ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ, ઉપયોગ અને અભિવ્યક્તિ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકાય. વિદ્યાર્થીઓના પૂર્વજ્ઞાનનો અને અનુભવોનો આધાર લઈને રચવામાં આવેલ શિક્ષણ સામગ્રી દ્વારા બૌદ્ધિક કૌશલ્યના હેતુને સિદ્ધ કરી શકાય છે અને તેના દ્વારા નવીન જ્ઞાન પ્રાપ્તિનો માર્ગ પ્રશસ્ત થાય છે.

અભ્યાસ-સામગ્રીમાં સ્વાધ્યાય પ્રોજેક્ટ અને પ્રતિપૂષ્ટિ(Feedback)ના સ્વરૂપે અભ્યાસનું આયોજન જરૂરી છે. શારીરિક કૌશલ્ય સંબંધિત શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓમાં ચિત્રાત્મક રજૂઆત હોવી જોઈએ અને ત્યારબાદ ઉચિત અભ્યાસનું આયોજન હોવું જોઈએ. વર્તન અને અભિગમમાં પરિવર્તન માટે આયોજિત શિક્ષણ પ્રવૃત્તિઓ રસ જન્માવે તેવી તથા આ પરિવર્તન દ્વારા થતાં લાભ અને તેની જરૂરિયાતને પ્રતિબિંબિત કરે તેવી હોવી જોઈએ. ત્યાર પછી નવાં અભિગમોને અપનાવવાની અને તે સંબંધિત પ્રક્રિયાના યોગ્ય અભ્યાસનું ઉચિત આલેખન થવું જોઈએ.

## દૂરવર્તી શિક્ષણની ભૂમિકા.

પ્રત્યક્ષ અધ્યાપનમાં જોવા મળતી પ્રત્યાયનની વિશેષતાઓ; જેવી કે અંતરાલાપ, પૂર્વઅભિસંધાન, યોગ્ય સ્થાને વિરામ, આરોહ-અવરોહ, ભાવ-ભંગીમા, સ્વરભાર વગેરે દૂરવર્તી અધ્યયનમાં ઉપલબ્ધ નથી. આ ઉણપ વિશેષતઃ મુદ્રિત સાહિત્યમાં (લેખિત સાહિત્યમાં) જોવા મળે છે. વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક વચ્ચેના વ્યવહારની આ ખૂટતી કડીને જોડવા માટે જ દૂરવર્તી સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવામાં આવે છે. માટે જ આવી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન વૈકલ્પિક નહીં; પરંતુ અનિવાર્ય છે.

સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રીને નાના એકમોમાં વિભાજિત કરીને શિક્ષણના ઉત્તમ સાધન તરીકે વિકસાવવાની સંકલ્પના છે. શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓમાં વૈવિધ્ય દ્વારા શિક્ષણના વિવિધ ક્ષેત્રના હેતુઓ સિદ્ધ થાય તેવો પ્રયત્ન કરવાનો છે.

દૂરવર્તી શિક્ષણની સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીનું આયોજન પૂર્વનિશ્ચિત, શૈક્ષણિક નીપજને ધ્યાનમાં લઈને કરવાનું હોવાથી તેના હેતુઓ અને ધ્યેયો નિશ્ચિત હોય છે. વળી અધ્યેતાઓ દૂરસ્થ હોવાથી આ સામગ્રી દ્વારા તેઓ નિશ્ચિત અધ્યયન પ્રવૃત્તિઓમાં સંલગ્ન રહે તેવું આયોજન કરવામાં આવે છે. જેથી અધ્યેતાઓ સંબંધિત સંકલ્પનાઓને બરાબર સમજી શકે. સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં સાથે સંકળાયેલ સ્વાધ્યાયો, પ્રાયોગિક કાર્યો, પ્રવૃત્તિઓ અને પ્રકલ્પોનો પણ આ જ હેતુ છે. આ સામગ્રી માટે ઉચિત શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓની ઉદાહરણરૂપ સૂચિ ઘણી મોટી હોઈ શકે. આ સંદર્ભે શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓ વિદ્યાર્થીને અભિપ્રેરિત કરે છે, માર્ગદર્શન આપે છે અને વિદ્યાર્થીની પ્રગતિ અને પ્રદર્શનનું સતત માપન-મૂલ્યાંકન પણ કરે છે.

## વિભાગ-1 બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધીનાં વિકાસના દર્શકો

### પ્રસ્તાવના (Introduction)

બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધી માનવ તેના શારીરિક, બૌદ્ધિક, ભાવાત્મક, સામાજિક, ચેષ્ટાત્મક જેવા અનેકવિધ પાસાઓમાં ઘણી રીતે પરિવર્તન પામે છે. આ પરિવર્તનો સ્થળ, સમય અને સંજોગો અનુસાર દરેક વ્યક્તિમાં ભિન્ન-ભિન્ન હોય છે. આ વિભાગમાં આપણે શારીરિક, બોધાત્મક, ભાવાત્મક, સામાજિક અને નૈતિક વિકાસના દર્શકોની ચર્ચા કરીશું. માનવવિકાસના સિદ્ધાંતોના આધારે બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધીની જે વિકાસ તરાહો જોવા મળે છે તેમાં રહેલ સામાન્યપણાને ધ્યાનમાં રાખીને જે તે અવસ્થા દરમિયાન વિકાસના દર્શકોની ચર્ચા આ વિભાગમાં કરેલ છે. આ વિભાગ ચાર એકમો ધરાવે છે.

એકમ-1માં આપણે બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધીના શારીરિક વિકાસની ચર્ચા કરીશું. વૃદ્ધિ અને વિકાસની સમજ આ એકમની શરૂઆતમાં સ્પષ્ટ કરવામાં આવી છે. વૃદ્ધિ અને વિકાસની તરાહોમાં રહેલ મૂળભૂત બાબત તમામ માનવીઓમાં વત્તા-ઓછા અંશે સમાન જ રહે છે અને વ્યવસ્થિતપણે થયા જ કરે છે. જીવનના દરેક તબક્કે બાળક તેના શારીરિક કદ, આકાર, ક્ષમતાઓ અને વિકાસ પ્રાપ્ત કરે છે. આ એકમમાં શારીરિક વિકાસની વાત તો કરી જ છે. પરંતુ તે સાથે દરેક તબક્કા દરમિયાન તે અવસ્થાના દર્શકો પણ આપવામાં આવેલ છે.

એકમ-2માં બોધાત્મક વિકાસની વાત કરવામાં આવી છે. વિકાસની વિવિધ તબક્કાઓ દરમિયાન માનવ બુદ્ધિના વિકાસમાં ચોક્કસ તરાહ જોવા મળે છે. બોધાત્મક વિકાસ અંગેની વિસ્તૃત ચર્ચા એકમ-6માં જિન પિયાજેના સિદ્ધાંતમાં પણ આપણે કરીશું. અહીં બાલ્યાવસ્થાથી તરુણાવસ્થા સુધી બાળકના બોધાત્મક વિકાસના દર્શકોની ચર્ચા આપણે કરીશું. બાળકના જન્મથી માંડીને પુખ્તાવસ્થા સુધીના વિકાસના દર્શકોની સમજ શિક્ષકને જે તે અવસ્થા દરમિયાન જરૂરી અધ્યાપન વ્યવસ્થાની પણ સમજ આપે છે.

એકમ-3માં બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધી બાળકના વિકાસના દર્શકોની ચર્ચા કરીશું. બોધાત્મક વિકાસ પર કેન્દ્રિત શિક્ષણ વ્યવસ્થા સભાન રીતે બાળકના સર્વાંગી વિકાસ તરફ વળી રહી છે. ભાવાત્મક વિકાસ એ બાળકના સર્વાંગી વિકાસનું મહત્વનું અંગ છે. આ એકમમાં વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓ દરમિયાન બાળકના ભાવાત્મક દર્શકોની ચર્ચા અને કુદરતી વિકાસનો ભાગ હોવાની સમજ કેળવવામાં મદદ મળશે.

એકમ-4માં બાળકના સામાજિક અને નૈતિક વિકાસના દર્શકોની ચર્ચા કરીશું. મૂલ્યલક્ષી શિક્ષણની ઘણાં સમયની ચળવળ માત્ર કાગળ પૂરતી જ રહી. બદલાતી સામાજિક પરિસ્થિતિ અવનવી સમસ્યાઓ લઈ આવે છે. વર્તમાન સમયમાં સામાજિક વિકાસ માટે ખાસ પ્રયત્નો કરવા પડે છે. બાળકને જે સામાજિક પર્યાવરણ પૂરું પડવું જોઈએ તે હવે કુદરતી રીતે પૂરું પડતું નથી. વિકાસની દરેક અવસ્થાએ સામાજિક અને નૈતિક વિકાસની તરાહ બદલાવ પામે છે. આ એકમમાં વિકાસની વિવિધ અવસ્થામાં સામાજિક અને નૈતિક વિકાસના દર્શકોની વિસ્તૃત ચર્ચા કરેલ છે.

એકમની રૂપરેખા

- 1.1 પ્રસ્તાવના
- 1.2 ઉદ્દેશો
- 1.3 માનવ વિકાસ
  - 1.3.1 માનવ વિકાસની વિભાવના
  - 1.3.2 માનવ વિકાસના સિદ્ધાંતો
  - 1.3.3 માનવ વિકાસના પ્રકાર
  - 1.3.4 માનવ વિકાસની અવસ્થાઓ
- 1.4 શારીરિક વિકાસ
  - 1.4.1 અર્થ
- 1.5 ગર્ભાવસ્થા
  - 1.5.1 અર્થ
  - 1.5.2 શારીરિક વિકાસના દર્શકો
- 1.6 શિશુ અવસ્થા
  - 1.6.1 અર્થ
  - 1.6.2 શારીરિક વિકાસના દર્શકો
- 1.7 કિશોરાવસ્થા
  - 1.7.1 અર્થ
  - 1.7.2 શારીરિક વિકાસના દર્શકો
- 1.8 તરુણાવસ્થા
  - 1.8.1 અર્થ
  - 1.8.2 શારીરિક વિકાસના દર્શકો
- 1.9 સારાંશ
- 1.10 સ્વાધ્યાય
- 1.11 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 1.12 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

## 1.1 પ્રસ્તાવના

---

માનવ વિકાસ એ નિરંતર ચાલતી પ્રક્રિયા છે. મનોવિજ્ઞાનના અનેક અભ્યાસ ક્ષેત્રો પૈકીનું એક માનવ વિકાસનો અભ્યાસ કરે છે જેને વિકાસાત્મક મનોવિજ્ઞાન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. તેના આધારે શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન પોતાનો મનોવૈજ્ઞાનિક આધારસ્તંભ નિર્માણ કરે છે. ગર્ભધારણથી મૃત્યુ સુધીના સમગ્ર જીવન દરમિયાન તેનાં વિવિધ લક્ષણોના વિકાસની તરેહનો અભ્યાસ કરે છે. તેમાં તેનું શારીરિક બંધારણ, જનીનનો ફાળો, સામાજિક, ભાવાત્મક, બૌદ્ધિક વગેરે વિકાસોનો અભ્યાસ થાય છે. વિકાસલક્ષી મનોવિજ્ઞાનના આધારે મનુષ્યની વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓ પૈકી દરેક લક્ષણનો કેટલો વિકાસ થયો હોવો જોઈએ તે અંગેના સિદ્ધાંતો તારવવામાં આવે છે. ઉદાહરણ તરીકે કિશોરાવસ્થામાં બાળકોનો શારીરિક, માનસિક, સામાજિક, ભાવાત્મક વિકાસ કેવો અને કેટલો હોય તે વિકાસલક્ષી મનોવિજ્ઞાન પોતાના સિદ્ધાંતો થકી શિક્ષણને યોગ્ય વ્યવસ્થા ગોઠવવા દિશા સૂચન કરે છે. આ વિકાસ વ્યક્તિના વર્તનમાં પ્રદર્શિત થાય છે. સામાન્ય રીતે વ્યક્તિ આ સિદ્ધાંતો અનુસાર વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓમાંથી પસાર થાય છે, પરંતુ ક્યારેક પરિસ્થિતિજન્ય અસરોના કારણે તેમાં ભિન્નતા જોવા મળે છે.

પ્રસ્તુત એકમમાં તમારે બાળકના શારીરિક વિકાસના દર્શકોના અભ્યાસ કરવાનો રહેશે. ગર્ભાવસ્થાથી માંડીને તરુણાવસ્થા સુધી બાળકના શારીરિક વિકાસના દર્શકોના અભ્યાસ થકી આપણને બાળકના શારીરિક વિકાસની તરેહનો ખ્યાલ આવે છે. કોઈ બાળક જે તે ઉંમરે જરૂરી શારીરિક વિકાસ સુધી પહોંચ્યો છે કે નહીં તેનો ખ્યાલ આવતાં તે અંગે જરૂરી પગલાં લઈ શકાય છે. શારીરિક વિકાસના દર્શકોના અભ્યાસથી બાળકનો શારીરિક વિકાસ માનવ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ સામાન્ય છે કે નહિ તેનો અભ્યાસ કરી શકાય છે. શારીરિક વિકાસના આ દર્શકો માનવ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ જોવા મળતાં સામાન્ય લક્ષણો છે.

---

## 1.2 ઉદ્દેશો

---

આ એકમના અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો -

- ◆ માનવ વિકાસનો અર્થ આપી શકશો.
- ◆ વૃદ્ધિ અને વિકાસનો તફાવત આપી શકશો.
- ◆ માનવ વિકાસના સિદ્ધાંતો અને પ્રકારો જણાવી શકશો.
- ◆ માનવ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ શારીરિક વિકાસના દર્શકો જણાવી શકશો.

---

## 1.3 માનવ વિકાસ

---

### 1.3.1 માનવ વિકાસની વિભાવના

સામાન્ય રીતે વિકાસ શબ્દને બાળકના શારીરિક કદ સાથે જોડી દેવામાં આવે છે. બાળકના શારીરિક વિકાસને વૃદ્ધિ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, જ્યારે વિકાસ એ વધુ વ્યાપક અને સંકુલ ઘટના છે. જીવન વિકાસ પામે છે. વિકાસ એ જીવનની સાબિતી છે. ગર્ભાધાનનથી બાળકનો વિકાસ સતત ચાલુ રહે છે. મનોવિજ્ઞાનને માનવજીવન વિકાસ માટેના અભ્યાસ થકી તેના લક્ષણો, સમસ્યાઓ અને ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો અંગેના દિશાનિર્દેશ કરેલ છે. વિકાસના વિવિધ તબક્કાઓનો અભ્યાસ શિક્ષકને વિદ્યાર્થીને સમજવામાં મદદરૂપ થાય છે.

બી.એફ. સ્કીનરના મતે,

“વિકાસ એ નિરંતર અને ક્રમિક રીતે ચાલતી પ્રક્રિયા છે.”

“Development is the continuous and gradual process.”

હરલોકના મતે,

“વિકાસ એ વૃદ્ધિ પૂરતો મર્યાદિત નથી. તેને બદલે તે પરિપક્વતાના લક્ષ્ય તરફ દોરી જતી પ્રગતિશીલ પરિવર્તનોની શ્રૃંખલા છે. વિકાસ એ વ્યક્તિના સંદર્ભે નવીન વિશિષ્ટતાઓ અને નવીન શક્તિઓમાં પરિણમે છે.”



એન્ડરસનના મતે વિકાસ એ માત્ર શારીરિક કે માનસિક શક્તિની વૃદ્ધિનો ઉલ્લેખ કરવા ઉપરાંત બીજું ઘણું સૂચવે છે. વિકાસ એ અનેક કાર્યોના એકીકરણની જટિલ પ્રક્રિયા છે.

કેન્ડ્રીલ અને ઈરાગાર્ડનના મતે વિકાસ દ્વારા વ્યક્તિ પરિપૂર્ણતાના પ્રાપ્તિ તરફ આગળ વધે છે. ખ્યાલાત્મક જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ એ વિકાસનો ઉદ્દેશ છે. જેમ્સ ડીવરના મતે વિકાસએ જીવંત શરીરમાં અમુક અંતિમ પરિસ્થિતિ તરફ સતત થયા કરતો ફેરફાર છે.

ઉપરની ચર્ચા પરથી વિકાસ અંગે નીચેની બાબતો ફલિત થાય છે.

1. વિકાસ એ નિરંતર ચાલતી પ્રક્રિયા છે.
2. વિકાસ એ સંકુલ ઘટના છે કારણ કે શારીરિક અને માનસિક પરિવર્તનોના સંયોજનથી વિકાસ જન્મે છે.
3. વિકાસ એ અધ્યેતાના વર્તનનું પ્રેરક બળ છે.
4. વિકાસ એ અધ્યેતાની પરિસ્થિતિ અને વાતાવરણની તેના પર થતી અસરનું પરિણામ છે.
5. ઉંમર વધવાની સાથે વ્યક્તિના શરીરના વિવિધ અવયવોના સુગ્રથન દ્વારા થતાં વર્તનનાં પ્રગતિશીલ પરિવર્તનને વિકાસ કહે છે.
6. વિકાસમાં વૃદ્ધિનો સમાવેશ થઈ જાય છે.
7. વિકાસના અંતે અનુભવો દ્વારા વ્યક્તિ શિક્ષણ મેળવે છે.
8. વિકાસ એ પૂર્ણતા તરફની ગતિ છે, પરંતુ પૂર્ણતાની સ્વયં પ્રાપ્તિ થતી નથી. તેમાં વિશાળ શક્યતાઓ અને સંભાવનાઓ રહેલી છે.
9. વિકાસ એ માનવીના વર્તન થકી અનુભવી શકાય છે.
10. વિકાસનું સીધી રીતે માપન થઈ શકતું નથી પરંતુ ચોક્કસ પ્રયુક્તિઓ દ્વારા તેની કક્ષાઓ જાણી શકાય છે.

આમ, વિકાસની પ્રક્રિયામાં અનેક પરિબલો અને કૌશલ્યોનું સમાયોજન ભાગ ભજવે છે. પૂર્ણતા તરફની ગતિએ વિકાસનું લક્ષ્ય છે. વિકાસના પરિણામે જ વ્યક્તિમાં નૂતન વિશિષ્ટતાઓ પ્રાપ્ત થાય છે.

અગાઉ જણાવ્યા મુજબ વિકાસ એ વૃદ્ધિ કરતાં વધુ સંકુલ ઘટના છે. નીચે દર્શાવેલ વૃદ્ધિ અને વિકાસનો તફાવત બંનેની વિભાવનામાં રહેલ ભેદ સ્પષ્ટ કરી આપશે.

ક્રમ	વૃદ્ધિ	ક્રમ	વિકાસ
1	માત્ર શારીરિક ઘટના છે.	1	શારીરિક અને માનસિક ફેરફારોના સંયોજનથી પ્રાપ્ત થતી ક્ષમતા છે.
2	મોટે ભાગે વારસા પર આધારિત કરે છે.	2	વારસો અને વાતાવરણ બંને પરિબલો આને અસર અને પ્રભાવિત હોય છે.
3	જે તે અંગની પકવતા સિદ્ધ થતાં વૃદ્ધિ અટકી જાય છે.	3	વિકાસએ આજીવન ચાલતી પ્રક્રિયા છે.
4	તેને વર્તન સાથે પરોક્ષ સંબંધ છે.	4	તેને વર્તન સાથે પ્રત્યક્ષ સંબંધ છે.
5	સહજ પ્રક્રિયા છે.	5	સંકુલ પ્રક્રિયા છે.
6	શરીરના કોઈ એક ભાગ કે અંગનું પરિવર્તન સૂચવે છે.	6	વિકાસએ સમગ્રલક્ષી પરિવર્તન સૂચવે છે.
7	કદનું માપ તે વૃદ્ધિ છે.	7	ક્રિયાનું માપ તે વિકાસ છે.

8	વૃદ્ધિનું પરિણામ તરત અનુભવી શકાય છે.	8	વિકાસ વર્તન દ્વારા જ અનુભવી શકાય છે.
9	વૃદ્ધિના અંતે શરીરના અંગોની પરિપક્વતા સિદ્ધ થાય છે.	9	વિકાસને અંતે વ્યક્તિ અનુભવ દ્વારા શિક્ષિત થાય છે.
10	વૃદ્ધિનું માપન સરળ છે.	10	વિકાસનું માપન કરવા ખાસ સાધનો અને પ્રયુક્તિઓનો ઉપયોગ કરવો પડે છે.
11	વૃદ્ધિ ચોક્કસ મર્યાદામાં થાય છે.	11	વિકાસની સંભાવના વિશાળ છે.

#### તમારી પ્રગતિ ચકાસો-1

નીચેના વિધાનો પૈકી સાચા વિધાન સામે ‘√’ ની નિશાની અને ખોટા વિધાન સામે ‘x’ ની નિશાની કરો.

1. વૃદ્ધિ અને વિકાસ એ એક બીજાના પર્યાય છે.
2. વિકાસ એ સંકુલ પ્રક્રિયા નથી.
3. વિકાસ એ માત્ર શારીરિક ઘટના છે.
4. વૃદ્ધિ એ વિકાસ કરતાં વધારે સરળતાથી અનુભવી શકાય છે.
5. વિકાસ એ માત્ર વર્તન દ્વારા જ અનુભવી શકાય છે.

#### 1.3.2 માનવ વિકાસના સિદ્ધાંતો

##### 1. ભિન્ન ગતિનો સિદ્ધાંત :

જુદી જુદી વ્યક્તિઓના વિકાસની ગતિમાં તફાવત જોવા મળે છે. આ ગતિ તફાવત સમગ્ર વિકાસયાત્રા દરમિયાન જોવા મળે છે. ઘણી વ્યક્તિનો માનસિક વિકાસ ઝડપી હોય છે, જ્યારે કેટલીક વ્યક્તિનો માનસિક વિકાસ મંદ કે ધીમો હોય છે.

##### 2. નિરંતર વિકાસનો સિદ્ધાંત :

આ સિદ્ધાંત અનુસાર વિકાસ એ નિરંતર ચાલતી પ્રક્રિયા છે. વિકાસ બાળકના ગર્ભાધાનથી મૃત્યુ સુધી નિરંતર ચાલે છે. વિકાસની ગતિ ક્યારેક ધીમી, તો ક્યારેક ઝડપી હોઈ શકે છે.

##### 3. વિકાસક્રમનો સિદ્ધાંત :

આ સિદ્ધાંત અનુસાર બાળકનો ચેષ્ટાત્મક અને ભાષાકીય વિકાસ ચોક્કસ ક્રમ અનુસાર થાય છે. બાળક ક્રમશઃ ઉલટું થતા, ઘૂંટણિયે પડતા અને ચાલતા શીખે છે. જ્યારે ‘બા’, ‘પા’ જેવા શબ્દોથી શરૂઆત કરી ભાષા વિકાસનો આરંભ કરે છે. જન પિયાજે, એરિક્સન જેવા અનેક મનોવિજ્ઞાનીઓએ જન્મથી માંડીને વિકાસની પુખ્તાવસ્થા સુધીનો બાળકના વિકાસનો ક્રમ આપતા સિદ્ધાંતોની રચના કરેલ છે.

##### 4. વિકાસ-દિશાનો સિદ્ધાંત :

આ સિદ્ધાંત અનુસાર બાળકનો વિકાસ ચોક્કસ દિશામાં થાય છે. સૌપ્રથમ બાળકનું મસ્તિષ્ક અને ત્યારબાદ પગ પરિપક્વ બને છે. જન્મ બાદ તે માથું હલાવી શકે છે. ત્યારબાદ, ધીમે ધીમે ખભાના સ્નાયુઓ પર પ્રભુત્વ મેળવે છે. ક્રમશઃ કોણી, કાંડું, હથેળી, આંગળાં અને ટેરવાં પર કાબૂ મેળવે છે. સ્નાયુલક્ષી તબક્કાથી મૂર્ત માનસિક તબક્કા સુધીનો બૌદ્ધિક વિકાસ પણ ચોક્કસ દિશામાં થાય છે. આ અંગે જન પિયાજેએ બોધાત્મક વિકાસનો સિદ્ધાંત આપેલ છે, જેનો વિસ્તૃત અભ્યાસ એકમ-6માં આપણે કરવાનો છે.

**5. વ્યક્તિગત ભિન્નતાનો સિદ્ધાંત :**

આ સિદ્ધાંત અનુસાર પ્રત્યેક બાળકના વિકાસનું આગવું સ્વરૂપ હોય છે. બે સમાન વયના બાળકો શારીરિક, માનસિક, સામાજિક જેવા અનેકવિધ વિકાસમાં ભિન્ન જોવા મળે છે. છોકરો અને છોકરી પણ વિકાસમાં ભિન્નતાઓ દર્શાવે છે. સ્કિનરના મતે વિકાસનાં સ્વરૂપોમાં વ્યક્તિ વચ્ચે વ્યાપક ભિન્નતાઓ પ્રવર્તે છે.

**6. સામાન્યથી વિશિષ્ટનો સિદ્ધાંત :**

બાળક સામાન્ય ક્રિયાઓથી વિશિષ્ટ ક્રિયાઓ તરફ વિકાસ કરે છે. જન્મ સમયે ચૂસવું, હલન ચલન કરવું, રડવું વગેરે જેવી ક્રિયાઓથી વસ્તુઓને પકડવી, ચાલવું વગેરે જેવી વિશિષ્ટ ક્રિયાઓ તરફ એ વિકાસ સાધે છે.

**7. વારસો અને વાતાવરણની આંતરક્રિયાનો સિદ્ધાંત :**

બાળકના વિકાસનો આધાર વારસા અને વાતાવરણ પર રહે છે. બાળકના માતા-પિતા તરફથી મળતો જનીન વારસો બાળકના વિકાસ પર અસર કરે છે. બાળક પોતાની આસપાસના વાતાવરણ સાથે જે રીતે આંતરક્રિયા કરે છે તેની પણ અસર વિકાસ પર થાય છે. વોટસનના મતે બાળકને યોગ્ય વાતાવરણ પુરું પાડીને ઈચ્છિત વિકાસ સાધી શકાય છે.

**8. પૂર્વાગાહીનો સિદ્ધાંત :**

બાળકનો વિકાસ તેની અવસ્થા અનુસાર નિશ્ચિત ક્રમમાં થતો હોવાથી બાળકના વિકાસ અનુસાર તેની અસર તેના વર્તન પર થતી હોય છે. આથી, વિકાસક્રમને ધ્યાનમાં રાખીને બાળકના વિકાસવર્તન અંગે સહેલાઈથી આગાહી કે પૂર્વાનુમાન કરી શકાય છે.

**9. સમાન તરાહનો સિદ્ધાંત :**

આ સિદ્ધાંતને પ્રતિપાદિત કરતાં હરલોક જણાવે છે કે પ્રત્યેક જાતિ, કે પછી માનવ હોય કે પશુ હોય, પોતાની જાતિના લક્ષણોને અનુસાર વિકાસની તરાહને અનુસરે છે. માનવમાં પણ સમાન અવસ્થામાંથી પસાર થતાં બાળકોની વિકાસ તરાહ સમાન હોય છે. જેમ કે તરુણાવસ્થામાં પ્રવેશતા બાળકો આ અવસ્થા દરમિયાન પોતાનામાં લગભગ શારીરિક ફેરફારો અનુભવે છે.

**10. પરસ્પર સંબંધનો સિદ્ધાંત :**

આ સિદ્ધાંત અનુસાર બાળકના શારીરિક, માનસિક, ભાવાત્મક, સામાજિક વિકાસ વચ્ચે પરસ્પર સંબંધ હોય છે. બાલ્યાવસ્થા, કિશોરાવસ્થા, તરુણાવસ્થા દરમિયાન શારીરિક વૃદ્ધિની સાથે ભાષા, તર્ક, સમસ્યા ઉકેલ જેવા માનસિક કૌશલ્યોનો વિકાસ પણ જોડાયેલ હોય છે.

**11. એકીકરણનો સિદ્ધાંત :**

આ સિદ્ધાંત અનુસાર બાળક પહેલાં પોતાના સંપૂર્ણ અંગને અને ત્યારબાદ અંગોના વિવિધ ભાગો પર કાબૂ મેળવે છે. જેમ કે, પહેલાં તે પોતાના હાથને, ત્યારબાદ આંગળીઓને અને પછી આંગળીઓને એકી સાથે ચલાવતાં શીખે છે. વિભિન્ન અંગોના સમન્વય થકી થતું એકીકરણ ગતિની સરળતાને સંભવિત બનાવે છે.

## તમારી પ્રગતિ ચકાસો -2

નીચે દર્શાવેલ વિકાસ લક્ષણને તેના સિદ્ધાંત સાથે જોડો.

અ-વિકાસ લક્ષણ	બ-સિદ્ધાંત
1. બાળકનો વિકાસ ચોક્કસ દિશામાં થાય છે.	a. વિકાસક્રમ
2. બાળકના વિકાસનો આધાર તેના વારસા પર રહે છે.	b. વિકાસ દિશા
3. દરેક બાળકનો વિકાસ આગવી રીતે થાય છે.	c. એકીકરણ
4. વિકાસ દરમિયાન વિભિન્ન અંગોના કાર્યનું સંકલન થાય છે.	d. વારસા અને વાતાવરણ
	e. વ્યક્તિગત ભિન્નતા
1- _____ 2- _____ 3- _____ 4- _____	

### 1.3.3 માનવ વિકાસના પ્રકાર

વ્યક્તિગત જીવનના વિવિધ તબક્કે બાળક વૈવિધ્યપૂર્ણ વિકાસ કક્ષાઓ સિદ્ધ કરે છે. આ વિવિધ પ્રકારના વિકાસની તરાહ એકબીજાથી સ્વતંત્ર નહિ પણ અન્યોન્યાશ્રિત હોય છે. વિકાસ એ સંકુલ પ્રક્રિયા છે. વિકાસ એ સંગઠિત અને સુગ્રંથિત પ્રક્રિયા છે. પરંતુ અભ્યાસની સરળતા ખાતર મુખ્યત્વે નીચેના જેવા વિકાસ - વિભાગો પાડીને તેનો અભ્યાસ કરવામાં આવે છે.

**1. શારીરિક વિકાસ :** શરીરના વિવિધ અંગોના વિકાસનો અભ્યાસ અહીં કરવામાં આવે છે.

**2. ચેષ્ટા વિકાસ :** ચેષ્ટાનો સામાન્ય અર્થ અડપલું કે અમુક વર્તન એમ થાય. પરંતુ મનોવિજ્ઞાનમાં વ્યક્તિના વિભિન્ન અંગો પર તેની આસપાસના વાતાવરણની અસરો થકી વ્યક્તિ જુદી જુદી ક્રિયાઓ કરવા ઉત્તેજિત થાય છે. જેનાથી જન્મતી હલનચલન સ્વરૂપની પ્રતિક્રિયાને ચેષ્ટા કહે છે.

**3. ભાવાત્મક વિકાસ :** પ્રત્યેક વ્યક્તિના સર્વાંગી વિકાસનો આ એક ભાગ છે. વ્યક્તિના જીવનની સફળતા મહદ્ અંશે તેના માનસિક વિકાસને આભારી છે. તેના દ્વારા તે અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનો સામનો કરી શકે છે. માનસિક વિકાસ વ્યક્તિની બુદ્ધિ, ખ્યાલ, સ્મૃતિ, તર્ક અને ભાષાશક્તિઓના વિકાસ પર આધારિત છે.

**4. ભાવાત્મક વિકાસ :** પ્રત્યેક વ્યક્તિ સંવેગ અનુભવે છે. વ્યક્તિમાં કેટલીક ભાવનાઓની ભરતી ચઢે છે તો કેટલીક વાર તેમાં ઓટ આવે છે. સંતુલિત ભાવાત્મક વિકાસ એ સ્વસ્થ જીવનનો એક ભાગ છે. ક્રોધ, ભય, ઈર્ષ્યા, વગેરે સંવેગોનું નિયંત્રણ જરૂરી છે. સંવેગોનું નિયંત્રણ અને યોગ્ય અભિવ્યક્તિ વ્યક્તિને સમાજ સાથે અનુકૂળ સાધવા અને સમાયોજન કરવા માટે પ્રેરે છે.

**5. સામાજિક વિકાસ :** Man is a social animal. તે સમાજમાં જન્મે છે, સંવર્ધન પામે છે અને સમાજમાં વિકાસ સાધે છે. તેનાં વ્યક્તિત્વનો વિકાસ પણ સમાજને આભારી છે. વ્યક્તિનું વ્યક્તિત્વ સામાજિક વ્યક્તિત્વ હોય છે. સામાજિક પ્રત્યાયન થકી તે સમાજમાં સફળતા મેળવે છે. વ્યક્તિના સર્વાંગી વિકાસ માટે વ્યક્તિનો સામાજિક વિકાસ અનિવાર્ય છે.

**6. સૌંદર્યલક્ષી વિકાસ :** તે વ્યક્તિમાં સૌંદર્ય પ્રત્યે સ્વચ્છ અને સ્વસ્થ અભિગમ કેળવે છે. સ્વચ્છતા, સુઘડતા, સૌજવ, લયબદ્ધતા, સંવાદિતા, સમન્વય, સુરુચિ જેવા સદ્ગુણોની મદદથી તે કેળવાય છે. કવિ, સાહિત્યકાર, ડેકોરેટર, નર્તકો, અભિનેતાઓમાં તે વિશેષ જોવા મળે છે.

**7. નૈતિક વિકાસ :** મન અને આત્માની કેળવણીના વિકાસ થકી નૈતિક વિકાસ થાય છે. નૈતિક વિકાસ જે તે સમાજની સંસ્કૃતિ, કુટુંબના મૂલ્યો વગેરે પર આધાર રાખે છે. સદ્વૃત્તિ, સદ્વ્યવહાર, સદાચાર, સમર્પણ, ત્યાગ, પ્રેમ, કરુણા, પ્રામાણિકતા, સદ્ચરિત્ર વગેરે જેવા સદ્ગુણોનો સમન્વય એટલે નૈતિક વિકાસ.

**8. આધ્યાત્મિક વિકાસ :** સર્વ વિકાસની ટોચ પર આ વિકાસ છે. નૈતિક વિકાસએ આધ્યાત્મિક વિકાસની પૂર્વભૂમિકા છે. નૈતિકતા, પ્રામાણિકતા આત્મ-સાક્ષાત્કાર વગેરે જેવા ઘટકો થકી આધ્યાત્મિક વિકાસ સાધી શકાય છે.

વિભાગ-1માં આપણે ચાર એકમો અંતર્ગત બાલ્યાવસ્થાથી તરુણાવસ્થા સુધીના શારીરિક, બૌદ્ધિક, ભાવાત્મક અને સામાજિક-નૈતિક વિકાસનો અભ્યાસ કરીશું.

#### 1.3.4 માનવ વિકાસની અવસ્થાઓ

વ્યક્તિ સતત વિકાસ પામે છે. લોકમાન્યતા અનુસાર સામાન્ય રીતે વ્યક્તિના જીવનમાં ત્રણ અવસ્થાઓ માનવમાં આવે છે. આ અવસ્થાઓ બાલ્યાવસ્થા, યુવાવસ્થા અને વૃદ્ધાવસ્થા છે. પરંતુ, મનોવિજ્ઞાનના મતે વ્યક્તિના જીવનને વિવિધ વિકાસ તબક્કાઓ કે અવસ્થાઓમાં વિભાજીત કરવામાં આવે છે. આ અવસ્થાઓ નીચે મુજબની હોય છે.

1. ગર્ભાવસ્થા (Prenatal Stage) - 0 to 9 Months
2. શિશુ અવસ્થા (Infancy) - 0 to 6 Years
3. કિશોરાવસ્થા (Childhood) - 6 to 12 Years
4. તરુણાવસ્થા (Adolescence) - 12 to 20 Years
5. યુવાવસ્થા (Youth) - 20 to 40 Years
6. પ્રૌઢાવસ્થા (Adulthood) - 40 to 60 Years
7. વૃદ્ધાવસ્થા (Old Age) - Above 60 Years

પ્રસ્તુત એકમમાં ગર્ભાવસ્થાથી તરુણાવસ્થા સુધીના શારીરિક વિકાસના દર્શકોના અભ્યાસ કરીશું. Milestones of Childhood Development, Virgeina Early Childhood Development Alignment Project અંતર્ગત દર્શાવવામાં આવેલ માનવ વિકાસના દર્શકોને આધારે એકમ-1 થી 4 અંતર્ગત શારીરિક બોધાત્મક, ભાવાત્મક અને સામાજિક તેમજ નૈતિક વિકાસના દર્શકોની ટૂંકમાં ચર્ચા કરવામાં આવેલ છે. દર્શકોને અંગ્રેજીમાં Indicators કહે છે કે જે આપણને સૂચવે છે, બતાવે છે, નિર્દેશ કરે છે. અહીં શારીરિક વિકાસના દર્શકો આપણને સૂચિત કરે છે કે બાલ્યાવસ્થા કે કિશોરાવસ્થામાં બાળકનો શારીરિક વિકાસ લગભગ આ કક્ષા સુધી પહોંચ્યો હોવો જોઈએ. આ દર્શકો સ્થળ, કાળ, દેશ, સંસ્કૃતિ, કુટુંબ, વ્યક્તિ કે અન્ય પરિબલોની અસર હેઠળ પ્રભાવિત થઈ શકે છે. આ દર્શકો બાળ વિકાસના સામાન્ય સૂચકો છે, જેના આધારે જે તે અવસ્થામાં બાળકના શારીરિક, બોધાત્મક, ભાવાત્મક અને સામાજિક વર્તનનો અંદાજ આવે છે. આ દર્શકો વ્યક્તિગત ભિન્નતાને આધારે બાળકોમાં જણાવેલ ઉંમર કે અવસ્થા કરતાં વહેલાં કે મોડા નિર્દેશિત થઈ શકે છે જેની નોંધ લેવી જરૂરી છે.

#### તમારી પ્રગતિ ચકાસો -3

નીચે આપેલ ખાલી જગ્યામાં વાક્ય સાચું બને તે રીતે યોગ્ય શબ્દ કે સંખ્યા મૂકો.  
 માનવ \_\_\_\_\_ એ વિવિધ અવસ્થાઓમાંથી પસાર થાય છે. સામાન્ય રીતે આપણને એમ લાગે છે કે બાળકનો વિકાસ તેના \_\_\_\_\_ થી શરૂ થાય છે. એટલે કે બાળકનો વિકાસ જન્મના \_\_\_\_\_ મહિના પહેલાથી જ શરૂ થઈ જાય છે. ગર્ભાવસ્થાના ગાળાને \_\_\_\_\_ થી \_\_\_\_\_ મહિના સુધીના ગાળા તરીકે દર્શાવી શકાય. બાળકના જન્મની સાથે જ તેની \_\_\_\_\_ અવસ્થાનો અંત થાય છે. આમ શિશુ અવસ્થાએ \_\_\_\_\_ થી \_\_\_\_\_ વર્ષ થતી હોવાથી કહી શકાય કે \_\_\_\_\_ વર્ષની ઉંમરે \_\_\_\_\_ અવસ્થાનો અંત થાય છે. આમ શિશુ અવસ્થાએ \_\_\_\_\_ થી \_\_\_\_\_ વર્ષ સુધી ચાલે છે. \_\_\_\_\_ નો અંત એ તરુણાવસ્થાનો પ્રારંભ સૂચવે છે.

\_\_\_\_\_ એ \_\_\_\_\_ અવસ્થા અને \_\_\_\_\_ ની વચ્ચેનો ગાળો છે. કિશોરાવસ્થા \_\_\_\_\_ વર્ષની ઉંમરે શરૂ થઈને યુવાવસ્થાની શરૂઆત સુધી ચાલું રહે છે. ચાલીસ વર્ષની ઉંમરે \_\_\_\_\_ નો અંત થાય છે. ચાલીસ વર્ષે શરૂ થતી \_\_\_\_\_ 60 વર્ષની સુધી ચાલે છે અને તે પૂર્ણ થતા જ \_\_\_\_\_ નો પ્રારંભ થાય છે. આમ, માનવ વિકાસએ જન્મ બાદ કુલ \_\_\_\_\_ અવસ્થાઓમાં વિભાજિત થયેલ છે જ્યારે જન્મ પહેલાના તબક્કાને ધ્યાનમાં લેતા તે કુલ \_\_\_\_\_ અવસ્થાઓમાં વહેંચાયેલ છે તેમ કહી શકાય.

## 1.4 શારીરિક વિકાસ

### 1.4.1 અર્થ

શરીરમાં વિવિધ અંગોનો વિકાસ શી રીતે થાય છે તેનો અભ્યાસ અહીં કરવામાં આવે છે. બાળકને તમે જુદી જુદી ઉંમરે જુઓ ત્યારે તેના બાહ્ય-શારીરિક દેખાવમાં જે ફેરફાર મળે છે, તેને શારીરિક વિકાસ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. શારીરિક વિકાસમાં બાળકની ઊંચાઈ, વજન, સ્નાયુઓ, ચરબી, શારીરિક અવયવોનું પ્રમાણ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. શારીરિક વિકાસની અસરો વ્યક્તિના વર્તન પર પડતી હોવાથી આ પ્રકારનો અભ્યાસ મહત્વ ધરાવે છે. તદ્ઉપરાંત અન્ય પ્રકારના વિકાસ માટે પણ શારીરિક વિકાસ મહત્વ ધરાવે છે. કુંઠિત શારીરિક વિકાસની અસર અન્ય વિકાસ પર પણ જોવા મળે છે. શારીરિક વૃદ્ધિ અને વિકાસ વ્યક્તિમાં થતાં શારીરિક, માનસિક અને મનોશારીરિક ફેરફારો દર્શાવે છે.

## 1.5 ગર્ભાવસ્થા

### 1.5.1 અર્થ

માતા ગર્ભ ધારણ કરે ત્યારથી આ અવસ્થાની શરૂઆત થાય છે. એક કોષમાંથી ગર્ભ અને તેમાંથી ભ્રૂણ બનવાની ક્રિયા આ અવસ્થામાં જોવા મળે છે. આ ગાળા જન્મ પૂર્વેથી લગભગ નવથી દસ માસનો હોય છે. માતાના ગર્ભાધાનથી આ અવસ્થાનો પ્રારંભ થાય છે. નવ માસ પછી બાળક જન્મથી તેના બાહ્ય જીવનની વિકાસયાત્રા શરૂ થાય છે. આ અવસ્થા દરમિયાન બાળકની શારીરિક વૃદ્ધિ સૌથી વધુ થાય છે. આ શારીરિક વૃદ્ધિનો આધાર માતાના સ્વાસ્થ્ય પર પણ રહેલો છે. આ ઉપરાંત માતાની ભોજન ટેવો, તેની પરિપક્વતા, પ્રવૃત્તિઓ વગેરેની અસર ગર્ભ પર પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ રીતે થાય છે.

### 1.5.2 શારીરિક વિકાસના દર્શકો

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન ગર્ભ મુખ્યત્વે અંકુરાવસ્થા, ગર્ભ અવસ્થા, ભ્રૂણ અવસ્થામાંથી પસાર થાય છે. આ અવસ્થાઓ દરમિયાન શારીરિક વિકાસના દર્શકો નીચે દર્શાવેલ છે.

[A] અંકુરાવસ્થા : ગર્ભધારણથી બે અઠવાડિયા સુધીનો સમયગાળો

- પુરુષના શુક્રાણુથી સ્ત્રીનું અંડબીજ ફલિત થાય છે જેને ઝાયગોટ કહે છે.
- લગભગ 24 થી 36 કલાક બાદ કોષવિભાજન શરૂ થાય છે.
- ઝડપી કોષવિભાજનના કારણે બ્લાસ્ટોસાઈટ નિર્માણ પામે છે. તે એક્ટોડર્મ (જેમાંથી ચામડી અને ચેતાતંત્ર બને છે.) એન્ડોડર્મ (જેમાંથી પાચન અને શ્વસનતંત્ર બને છે.) અને મેસોડર્મ (જેમાંથી સ્નાયુ અને કંકાલતંત્ર બને છે.)નો બનેલો હોય છે.

[B] ગર્ભ અવસ્થા : ત્રણથી આઠ અઠવાડિયાથી સુધીનો સમયગાળો

સમયગાળો અઠવાડિયામાં	શારીરિક વિકાસના દર્શકો
3	મગજ, હૃદય, રક્તકણો, રુધિરાભિસરણ તંત્ર અને પાચનતંત્રની રચના શરૂ થાય છે.
4	હાડકાં, મોં અને ઉપાંગોની રચના શરૂ થાય છે જ્યારે હૃદય ધબકવાનું શરૂ થાય છે.
5	આંખ, નાક, કીડની, ફેફસાંની રચના શરૂ થાય છે અને હૃદયના વાલ્વ રચાય છે.
6	હાથ પગની રચના શરૂ થાય છે.
7	વાળ, જાતિય અંગો, ભ્રમરોનું નિર્માણ શરૂ થાય છે અને મગજના તરંગ શરૂ થાય.
8	મોં ના ભાગો વધુ સ્પષ્ટ દેખાય છે અને મગજ સ્નાયુને હલનચલન માટે સંદેશ મોકલી શકે છે.

આ તબક્કાને અંતે જરૂરી બાહ્ય અને આંતરિક અંગો નિર્માણ પામે છે અને ગર્ભ તરીકે ઓળખાય છે.

[C] ભ્રૂણ અવસ્થા : 9 થી 38 અઠવાડિયા સુધીનો સમયગાળો

સમયગાળો અઠવાડિયામાં	શારીરિક વિકાસના દર્શકો
9 થી 12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ભ્રૂણ 8 સેમીની લંબાઈ ધરાવે છે અને માથું કુલ લંબાઈનો અડધો ભાગ ધરાવે છે.</li> <li>- મોં, ગળું, પાંપણો, ઉપાંગો વગેરે સારા વિકસિત હોય છે.</li> <li>- દાંત નિર્માણ શરૂ થાય છે અને લીવરમાં રક્તકણોનું નિર્માણ થાય છે.</li> <li>- ભ્રૂણ મુક્કો મારવા સક્ષમ બને છે.</li> </ul>
13 થી 15	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ભ્રૂણ 15 સેમીની લંબાઈ ધરાવે છે અને પાતળી રૂંવાટી માથાને આવરી લે છે.</li> <li>- ફેફસાં, સ્નાયુ અને હાડકાંનો વિકાસ ચાલુ રહે છે.</li> <li>- ભ્રૂણ ચૂસવાની ક્રિયા જેવું હલનચલન કરે છે.</li> </ul>
16 થી 20	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ભ્રૂણ 20 સેમીની લંબાઈ ધરાવે છે અને મોં પર રૂંવાટી માથાને આવરી લે છે.</li> <li>- ચામડી નીચે ચરબી બનવાની શરૂ થાય છે.</li> <li>- આંખની પાંપણો, આંગળીઓ વગેરે દેખાય છે.</li> <li>- ભ્રૂણ વધારે સક્રિય થતાં ક્યારેક માતાને હલનચલનનો અહેસાસ થાય છે.</li> </ul>
21 થી 24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ભ્રૂણ 28.5 સેમીની લંબાઈ અને 0.7 કિગ્રા જેટલું વજન ધરાવે છે.</li> <li>- આંખનું નિર્માણ પૂર્ણ થાય છે અને ફેફસાંમાં વાતકોષો નિર્માણ પામે છે.</li> </ul>
25 થી 28	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ભ્રૂણ 38 સેમીની લંબાઈ અને 1.2 કિગ્રા જેટલું વજન ધરાવે છે.</li> <li>- હવે પછીના કેટલાક અઠવાડિયામાં મગજ અને ચેતાતંત્રનો વિકાસ ઝડપી બને છે.</li> <li>- ભ્રૂણ આંખ ખોલવી, બંધ કરવી જેવી ક્રિયાઓ પર નિયંત્રણ ધરાવે છે.</li> <li>- શ્વાસ લેવાનું શક્ય થઈ શકે તેટલો ફેફસાંનો વિકાસ થાય છે.</li> </ul>
29 થી 32	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ભ્રૂણ 38-43 સેમીની લંબાઈ અને 2 કિગ્રા વજન ધરાવે છે.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ચામડી નીચે ચરબીનું પ્રમાણ નોંધપાત્ર બને છે.</li> <li>- ફેફસાં અવિકસિત હોય છે પરંતુ શ્વસન શક્ય બને છે.</li> <li>- હાડકાં નિર્માણ પામ્યા હોય છે પરંતુ સખત બન્યા હોતા નથી.</li> </ul>
33 થી 36	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ભ્રૂણ 41-48 સેમીની લંબાઈ અને 2.6-3.0 કિગ્રા જેટલું વજન ધરાવે છે.</li> <li>- ચરબી વધવાનું ચાલુ રહે છે. નખ જોઈ શકાય છે, રૂંવાટી ઓછી થાય છે.</li> <li>- શરીરની ક્રિયાઓ પર ભ્રૂણ સારું નિયંત્રણ ધરાવે છે.</li> </ul>
36 થી 38	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ભ્રૂણ 48-53 સેમીની લંબાઈ ધરાવે છે અને ગર્ભાવસ્થાનો અંત થાય છે.</li> <li>- માથા પરની રૂંવાટી દૂર થઈ વાળ જોવા મળે છે. દરેક અંગ કાર્યરત હોય છે.</li> </ul>

આ ગર્ભાવસ્થાની સૌથી રોમાંચક અવસ્થા છે. આઠ અઠવાડિયાની ગર્ભ અવસ્થા દરમિયાન લગભગ 3 સેમીથી વધીને 50 સેમીની જેટલી લંબાઈ ધરાવે છે, જ્યારે વજન 3 ગ્રામથી 3300 ગ્રામ જેટલું વધે છે. મોટાભાગના દેહતંત્રની રચના ગર્ભ અવસ્થામાં થયેલ હોવાથી આ અવસ્થામાં માત્ર તેમનો વધુ વિકાસ થાય છે.

આમ, ગર્ભાવસ્થાને અંતે 0.6 મિલિગ્રામ વજનનો ગર્ભ જન્મ સમયે 3 થી 4 કિલોગ્રામ વજન ધરાવે છે અને ગર્ભાવસ્થાના નવ માસ દરમિયાન ગર્ભનું વજન 50-60 લાખ ગણું વધે છે. ત્યારબાદની જીંદગીમાં માત્ર 15-20 ગણું વધે છે.

## 1.6 શિશુ અવસ્થા

### 1.6.1 અર્થ

આ અવસ્થા જન્મથી પાંચ કે છ વર્ષની ઉંમર સુધીની હોય છે. આ અવસ્થા દરમિયાન બાળકની શારીરિક વૃદ્ધિ ઝડપથી થતી હોય છે અને તેના માનસિક તેમજ ભાવાત્મક વિકાસનો પણ પ્રારંભ થાય છે. તેનું સંવેદનતંત્ર વિકાસ પામે છે. તેના સામાજિક વિકાસનો આરંભ પરિવારમાંથી થાય છે.

### 1.6.2 શારીરિક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	શારીરિક વિકાસના દર્શકો
જન્મથી છ માસ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ઉંઘ અને ખોરાકમાં લયબદ્ધતા દર્શાવે છે.</li> <li>- ઝડપી વિકાસના કારણે છ મહિનાના અંતે વજન લગભગ બમણું થાય છે.</li> <li>- આંખના હલનચલન પર શરૂઆતનું નિયંત્રણ મેળવે છે.</li> <li>- વસ્તુઓને પકડવાની શરૂઆત કરે છે.</li> </ul>
છ માસથી એક વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- લગભગ આઠમા મહિનાથી ઘૂંટણિયે પડે છે અને નવમા મહિનાથી ચાલવાની શરૂઆત કરે છે.</li> <li>- હાથ વડે વસ્તુઓને ફેંકે છે.</li> <li>- દરેક વસ્તુને મુખમાં મૂકે છે.</li> <li>- દાંતે કરડવાની શરૂઆત કરે છે.</li> </ul>
એક થી બે વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ચાલવાની શરૂઆત કરે છે, દાદરા પર ચઢી ઉતરી શકે છે.</li> <li>- વસ્તુઓને ખેંચવામાં અને ધકેલવામાં આનંદ આવે છે.</li> <li>- કબાટ, બોક્ષ, મોં વગેરેમાં વસ્તુઓ મુકે અને બહાર કાઢે છે.</li> <li>- બે બ્લોક કે વસ્તુઓ એકબીજા પર ગોઠવી શકે છે.</li> <li>- કપડાને ખેંચીને કાઢી નાખે છે.</li> <li>- ચમચી વડે જાતે ખાવાનો પ્રયાસ કરે છે અને કપ પકડી શકે છે.</li> </ul>



બે થી ત્રણ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- દોડે, કીક મારે, ચઢે, દડો નાખે, કૂદે, ખેંચે, ધક્કો મારે વગેરે રમતો પસંદ કરે.</li> <li>- નાના પદાર્થોને હાથ વડે આમ તેમ ફેરવી શકે.</li> <li>- કપડાં પહેરવામાં મદદ કરી શકે.</li> <li>- 6 થી 7 બ્લોક એકબીજા પર ગોઠવી શકે.</li> <li>- ચમચી વડે સહેલાઈથી ખાઈ શકે.</li> <li>- શૌચ પર કાબૂ રાખવાની શરૂઆત કરે છે. પેશાબ પર કાબૂ આવતા થોડી વાર લાગે.</li> </ul>
ત્રણ થી ચાર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- દોડે, કૂદે, નિસરણી ચઢવાનું શરૂ કરે.</li> <li>- ત્રણ પૈડાવાળા સાયકલ પર બેસવાનું શરૂ કરે.</li> <li>- ગોળાકાર ગુંચળા રચે.</li> <li>- માટી, રેતી રંગો જોડે રમવાનું શરૂ કરે.</li> <li>- સહેલા પગલ ઉકેલે અને રમકડાને ગોઠવે.</li> <li>- લગભગ સારી રીતે જાતે કપડાં પહેરે, પરંતુ બૂટની દોરી બાંધી ન શકે.</li> </ul>
ચાર થી પાંચ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- શારીરિક રીતે ઉગ્ર બને અને ગમે તે કામ કરવા તત્પર રહે.</li> <li>- ઝડપી સ્નાયુ વિકાસ જોવા મળે.</li> </ul>
પાંચ થી છ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- પોતાની જાતે કપડાં પહેરી અને કાઢી શકે.</li> <li>- દૂરની દૃષ્ટિના કારણે હાથ અને આંખનું સંકલન કરવામાં તકલીફ પડે.</li> <li>- સ્વતંત્ર રીતે શૌચક્રિયા પતાવી શકે છે.</li> <li>- ભૂખ ઉઘડે અને વૈવિધ્યસભર ખોરાક પસંદ કરે.</li> <li>- અરૂચિકર અથવા તો ખોરાક વધુ ખવડાવવાથી પેટમાં દુખાવો કે ઉલ્ટી થાય.</li> </ul>

## 1.7 કિશોરાવસ્થા

### 1.7.1 અર્થ

કિશોરાવસ્થાને પ્રારંભ લગભગ છ વર્ષની ઉંમરથી થાય છે. આ સમયગાળો છ થી બાર વર્ષનો ગણી શકાય. આ અવસ્થામાં શારીરિક વિકાસ થોડો મંદ પડે છે. શારીરિક વિકાસમાં સ્થિરતા પ્રાપ્ત થાય છે. બાળકની અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓ સક્રિય બને છે. ચેષ્ટા વિકાસ સારી રીતે સધાય છે. તેનો માનસિક વિકાસ ઝડપી બને છે. તેની જિજ્ઞાસાવૃત્તિ જાગૃત થાય છે. તર્કશક્તિ વિકસે છે. તે શેરીમિત્રો સાથે સંગતિ માણે છે. જૂથનિષ્ઠા અને સહકારની ભાવનાનો તેનામાં ઉદય થાય છે. આમ, તેની સામાજિકતા પણ વિકાસ પામે છે. તેનામાં સંચયવૃત્તિઓ પણ ધીમે ધીમે વિકસે છે.

### 1.7.2 શારીરિક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	શારીરિક વિકાસના દર્શકો
છ થી સાત વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે ઉત્સાહી, જોશીલો, ઉર્જાથી ભરપૂર હોવાથી તેને લગભગ થાક લાગતો નથી.</li> <li>- અપસેટ થતાં અથવા ઉત્સાહમાં ક્યારેક રડી પડે.</li> <li>- અચાનક અતિઉત્સાહમાં કામ કરવા માંડે હાથ-આંખ સંકલનના અભાવે ક્યારેક ગોટાળા કરે.</li> <li>- જાતિય ભેદની સમજ આવે છે ઘર-ઘર વગેરે જેવી રમતો રમે છે. જાતિય અંગોને અડકવાનું અને રમવાનું પસંદ કરે છે. બાળક ગર્ભમાં જન્મે છે એ વાતનો સ્વીકાર કરે છે.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેઓ અનુમાન ન કરી શકાય તવી પસંદગીઓ અને નકાર ધરાવે છે.</li> <li>- આંગળીઓથી જમે છે અને મોં ભરેલું હોય ત્યારે વાતચીત કરે છે.</li> <li>- શરદી, ગળાની તકલીફ અને અન્ય બિમારીઓ પીડાય છે.</li> </ul>
સાત થી આઠ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- થાકીને લોથપોથ ન થઈ જાય ત્યાં સુધી પ્રવૃત્તિમય રહે છે.</li> <li>- અવારનવાર મોં ફૂલાવે કે ચઢાવે, રીસાઈ જાય.</li> <li>- હાથ-આંખનું સંકલન ખૂબ સારી રીત કરી શકે છે અને સામાન્ય રીતે ચિત્ર દોરવામાં અને કલર કરવામાં વધારે રસ દાખવે છે.</li> <li>- તેને નાની મોટી ઈજાઓ થાય છે.</li> <li>- જાતિય રમતોમાં તેને ઓછો રસ હોય છે અને ખોરાક ઘટે છે.</li> <li>- બિમારી ઘટે છે, પરંતુ લાંબા ગાળાની શરદી રહે છે અને ખોરાક ઘટે છે.</li> <li>- સતત પગ હલાવવા, ઊંધા સૂઈ રહેવું જેવા ગભરાટ સમયના વર્તન કરે છે.</li> </ul>
આઠ થી નવ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે ખૂબ વ્યસ્ત અને ક્રિયાશીલ રહે છે અને અવારનવાર વગાડી બેસે છે.</li> <li>- અન્યના મોં બનાવવા, ચાળા પાડવા, મશકરી કરે, મૂર્ખતાપૂર્ણ વ્યવહાર કરે છે.</li> <li>- તેની ભૂખ ઉઘડે છે અને નવા પ્રકારના ખોરાકને આવકારે છે.</li> <li>- તે ખોરાક પર ક્યારેક તૂટી પડે છે અને ડકાર લે છે.</li> <li>- બિમારીમાં ઘટાડો થતાં તેના સ્વાસ્થ્યમાં સુધારો થાય છે.</li> </ul>
નવ થી દસ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ક્રિયાશીલ, હાથાપાઈવાળી, ઉલ્ટા પૂલ્ટા કરી દેનારી રમતો રમે છે.</li> <li>- તેઓને જૂથમાં રમાતી રમતો વધારે ગમે છે.</li> <li>- તેઓનું શરીર નિયંત્રણ સારું હોય છે અને કૌશલ્યો, શક્તિ અને ઝડપી વિકાસમાં તેઓને રસ પડે છે.</li> <li>- જેમાં કોઈ ઉદ્દેશ પૂર્ણ કરવાનો હોય, જેમ કે કાફ્ટ, જેવી પ્રવૃત્તિમાં રચ્યાપચ્યા રહેવાનું ગમે છે.</li> <li>- છોકરા અને છોકરીના જાતિય વિકાસદરમાં ભેદ જોવા મળે છે. સામાન્ય રીતે છોકરીઓનો વિકાસદર વધુ જોવા મળે છે.</li> </ul>
દસ થી અગિયાર	<ul style="list-style-type: none"> <li>- વજનમાં ઝડપી વૃદ્ધિ જોવા મળે છે.</li> <li>- હસ્તકૌશલ્યોનો વિકાસ ચાલુ રાખે છે.</li> <li>- પોતાની સ્ટાઈલ અથવા શૈલી અથવા ઢંગ કે રીતભાત પર વધુ કેન્દ્રિત રહે છે, ખાસ કરીને છોકરીઓમાં.</li> <li>- તેઓ શાંત, લાપરવાહ, નિશ્ચિત અને શિથિલ રહે છે.</li> <li>- તેઓને એકાંત અને ગોપનીયતા ગમે છે.</li> <li>- પુખ્તાવસ્થા તરફનો દર છોકરીઓમાં વધુ જોવા મળે છે.</li> <li>- ક્યારેક ગુસ્સાને કારણે કે અન્ય કારણોસર રડે છે.</li> <li>- તેઓ શાળા અને પોતાના જૂથ સાથેના સંબંધો બાબતે ખૂબ ચિંતિત હોય છે.</li> </ul>

છ વર્ષે ઉત્તર બાલ્યાવસ્થાની શરૂઆત થાય છે અને 10 વર્ષ સુધી તે ચાલુ રહે છે. બાલ્યાવસ્થાના છેલ્લા એકથી બે વર્ષ દરમિયાન નોંધપાત્ર શારીરિક ફેરફારો ઉદ્ભવે છે. આ ફેરફારો તેના વલણો, મૂલ્યો અને વર્તનમાં ફેરફાર લાવે છે. આ ઉપરાંત

તરુણાવસ્થા માટે શારીરિક અને મનોવૈજ્ઞાનિક રીતે બાળક તૈયાર થાય છે. આ અવસ્થાના અંત ભાગમાં થતા શારીરિક ફેરફારો અસમતુલિતતાની સ્થિતિ ઉભી રહે છે અને બાળક જે જીવન તરેહથી ટેવાઈ ગયેલું હોય તેમાં ખલેલ ઉભી થાય છે. આ અવસ્થાની (તરુણાવસ્થા) સામાન્ય લાક્ષણિકતાઓ નીચે મુજબની છે.

- તેઓને સોંપેલ કાર્ય કરવા તૈયાર થતા નથી.
- તેઓના માતાપિતા અને કુટુંબના અન્ય સભ્યો કરતાં તેના સમવયસ્કોની તેમનાં પર વધુ અસર થાય છે.
- તેઓની બેદરકારી વધે છે. તેઓના દેખાવ અને તેમની વસ્તુઓ અસ્તવ્યસ્ત હોય છે.
- તેઓમાં સામાન્ય સિદ્ધિ મેળવનાર, ઓવર અચિવર કે અંડર અચિવર તરીકેની ટેવ વિકાસ પામે છે.
- પોતાના સમવયસ્કોની બનેલી ટોળકીના સભ્ય તરીકે સ્વીકૃતિ પામવા પ્રયત્નશીલ રહે છે.
- દર વર્ષે ઊંચાઈમાં 2 થી 3 ઇંચનો વધારો થાય છે.
- વજનમાં દર વર્ષે 1.5 થી 2.5 કિલોગ્રામ જેટલો વધારો થાય છે.
- શરીરના અન્ય અવયવોના પ્રમાણમાં માથાનો વિકાસ વધુ હોય છે.
- મોઢું અને જડબાં મોટા થતા ચહેરાની અપ્રમાણતા થોડે અંશે દૂર થાય છે.
- કપાળ પહોળું બનતા વધારે આકાર લે છે.
- ડોક, હાથ-પગ લાંબા થાય છે.
- શરીર પાતળું અને ઊંચું હોય છે.

બાળકના વિકાસ પૈકી 10 થી 12 વર્ષની ઉંમરને પૂર્વ તરુણાવસ્થા તરીકે ઓળખી શકાય. તે બે અવસ્થાઓનો સંધિકાળ છે, કારણ કે, ઉત્તર બાલ્યાવસ્થાનો અંત અને તરુણાવસ્થાનો પ્રારંભ સૂચવે છે. જ્યાં સુધી બાળક પુષ્ટ ન થાય ત્યાં સુધી તેને તરુણ કે કિશોર તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આ સમયગાળો ટૂંકો છે. વ્યક્તિના જીવનકાળ દરમિયાન બે એવી અવસ્થાઓ આવે છે જ્યારે તેનો શારીરિક વિકાસમાં ખૂબ ઝડપી વૃદ્ધિ અને નોંધપાત્ર ફેરફાર થાય છે. 1. જન્મ પહેલા અને જન્મ બાદના છ માસ 2. પૂર્વ તરુણાવસ્થા. પૂર્વ તરુણાવસ્થા ભિન્ન-ભિન્ન વયે શરુ થઈ શકે છે. પૂર્વ તરુણાવસ્થાના માપદંડો છોકરા અને છોકરીઓ માટે વૈવિધ્ય ધરાવે છે. છોકરીઓમાં પ્રથમ રજઃસ્ત્રાવ દેખાય છે ત્યારે જાતિય અવયવો અને ગૌણ જાતિય લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ શરુ થઈ ગયો હોય છે પરંતુ તે પરિપક્વતાની કક્ષાએ પહોંચ્યા નથી. છોકરીઓમાં વીર્ય સ્ખલનને સામાન્ય રીતે જાતિય પરિપક્વતાના માપદંડ તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે.

## 1.8 તરુણાવસ્થા

### 1.8.1 અર્થ

તારુણ્ય એ અંગ્રેજી શબ્દ Adolescence પરથી આવેલ છે. Adolescence એ લેટીન શબ્દ Adolescere પરથી આવેલ છે, જેનો અર્થ થાય છે ‘to grow’ or ‘to grow to maturity’ એટલે કે મોટા થવું અથવા ‘પરિપક્વતા સુધી મોટા થવું.’ સામાન્ય રીતે એવું સમજવામાં આવે છે કે જ્યારે બાળકો જાતિય રીતે પરિપક્વ થાય છે અને કાયદેસર પરિપક્વતા પ્રાપ્ત કરે ત્યારે તે અવસ્થા પૂરી થાય છે. સમગ્ર તરુણાવસ્થા દરમિયાન વિશેષ જોવા મળે છે.

સામાન્ય રીતે છોકરી તેની પરિપક્વ ઊંચાઈએ સત્તર કે અઠાર વર્ષે પહોંચે છે, જ્યારે છોકરો તેનાથી એક વર્ષ મોડો પરિપક્વ ઊંચાઈએ પહોંચે છે. સામાન્ય રીતે પુખ્ત સ્ત્રીની ઊંચાઈ 165 સેમી અને પુષ્ક પુરુષની ઊંચાઈ 175 સેમી હોય છે.

### 1.8.2 શારીરિક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	શારીરિક વિકાસના દર્શકો
અગિયારથી બાર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"><li>- તેઓ પોતાના શરીર વિષેની સમજ કેળવતાં રહે છે.</li><li>- જાતિય ઈચ્છાઓ અનુસાર પ્રવૃત્ત થવાની શક્યતાઓ વધે છે.</li><li>- અન્ય જાતિના જાતિય લક્ષણો તરફ વધારે જાગૃત થાય છે.</li><li>- સ્નાયુ વિકાસના કારણે ખોરાક વધે છે.</li><li>- નવા કૌશલ્યો શીખવવામાં કદાચ આત્મવિશ્વાસનો અભાવ અનુભવે.</li></ul>
બાર થી પંદર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"><li>- તરુણાવસ્થાના ઉંમરે વજન, ઊંચાઈ અને શક્તિ કે તાકાતમાં અચાનક વધારો થાય છે.</li><li>- વૃદ્ધિદરમાં જાતિય ભેદ જોવા મળે છે. છોકરીઓ શારીરિક અને જાતિય પખ્તતા સુધી લગભગ પહોંચે છે, જ્યારે છોકરાંઓમાં તેની શરૂઆત થાય છે.</li><li>- મોં પરના મસા અને પોતાના દેખાવ તરફ વધારે સભાન બને છે.</li><li>- જાતિય ઈચ્છાઓની પસંદગી તરફનો લગાવ વધે છે.</li></ul>
પંદરથી ઓગણીસ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"><li>- શારીરિક વિકાસ લગભગ પૂર્ણ થાય છે અને શારીરિક લક્ષણો આકાર લઈ ચૂક્યા હોય છે.</li><li>- જાતિય ઈચ્છાઓ પ્રેરિત ક્રિયા વધવાની શક્યતા વધે છે.</li></ul>

આ ઉપરાંત તરુણાવસ્થા દરમિયાન નીચેના શારીરિક વિકાસના દર્શકો જોવા મળે છે.

#### ઊંચાઈ :

- છોકરાઓમાં 12 વર્ષે ઊંચાઈમાં વધારો શરૂ થઈ 14 વર્ષે મહત્તમ બની 18-20 વર્ષે અંતિમ ઊંચાઈએ પહોંચે છે.

- છોકરીઓમાં 10 વર્ષે ઊંચાઈમાં વધારો શરૂ થાય થઈ 16-17 વર્ષે તે અંતિમ ઊંચાઈએ પહોંચે છે.
- અસ્થીકરણ પૂર્ણ થતાં હાડકાં મજબૂત બને છે.
- સ્થાયી દાંત આવી જાય છે.
- મુખ્ય જાતિય વિકાસ :
  - છોકરીઓમાં મુખ્ય જાતિય અંગોમાં વૃદ્ધિ થાય અને ક્રિયાત્મક દૃષ્ટિએ પરિપક્વ બને છે.
  - છોકરીઓમાં શરીરનું હાડપિંજર મોટું થાય અને જનનાંગોના વિકાસ થાય. માસિક ચક્ર શરૂ થાય અને બીજાશયનું વજન વધે.
- ગૌણ જાતિય વિકાસ :
  - છોકરાઓમાં : પેઢાં, ચહેરા, બગલમાં વાળ ઉગે, દાઢી-મૂછ ઉગે, અવાજ ઘેરો થાય, છાતી-ખભા પહોળા થાય, ચામડી બરછટ-કડક થાય.
  - છોકરીઓમાં : નિતંબનો વિકાસ થાય, સ્તન વિકાસ થાય, હોઠ પર રૂંવાટી થાય, અવાજ મધુર અને કોમળ બને, ચાલમાં લચિકતા આવે.

## 1.9 સારાંશ

માનવ વિકાસ અને વૃદ્ધિ એ બંને અલગ બાબત છે. વૃદ્ધિ એ શારીરિક ઘટના છે જ્યારે વિકાસ એ મનોશારીરિક ઘટના છે. વિકાસ એ વૃદ્ધિ પૂરતો મર્યાદિત નથી. શારીરિક, ચેષ્ટા, માનસિક, સામાજિક, ભાવાત્મક, સૌંદર્યલક્ષી, નૈતિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસ એ વિકાસના વિવિધ પરિમાણો દર્શાવે છે. આ એકમમાં શારીરિક વિકાસની વાત કરવામાં આવી છે. માનવ વિકાસને ગર્ભાવસ્થા, શિશુ અવસ્થા, કિશોરાવસ્થા, યુવાવસ્થા, પ્રૌઢવસ્થા અને વૃધ્ધાવસ્થા અંતર્ગત વર્ગીકૃત કરવામાં આવ્યો છે. ગર્ભાવસ્થાથી તરુણાવસ્થા દરમિયાન જોવા મળતાં શારીરિક વિકાસના દર્શકોનો અભ્યાસ તમે આ એકમમાં કર્યો.

ગર્ભધારણ વખતે 0.6 મિલિગ્રામ વજન ધરાવતો ગર્ભ જન્મ સમયે લગભગ 3 કિલોગ્રામ વજન ધરાવે છે. ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન બાળકનું વજન લગભગ 50 થી 60 લાખ ગ્રામ વધે છે જ્યારે જન્મ બાદ તેનું વજન સમગ્ર જીવન દરમિયાન માત્ર 15 થી 20 ગ્રામ વધે છે. આ બાબત દર્શાવે છે કે ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન બાળકનો અભૂતપૂર્વ શારીરિક વિકાસ પામે છે. જન્મ બાદ વિવિધ તબક્કે બાળકનો શારીરિક વિકાસ ચોક્કસ તરેહ દર્શાવે છે. આ દરેક તબક્કા માટે દર્શાવેલ શારીરિક વિકાસના દર્શકોનો અભ્યાસ કરવાથી તેને વધારે સારી રીતે સમજી શકાય છે અને અનુરૂપ એવું પોષક પર્યાવરણ પૂરું પાડી શકાય છે. છોકરાઓ અને છોકરીઓ શારીરિક ભિન્નતા ધરાવતા હોવાથી તેઓનો શારીરિક વિકાસ ખાસ કરીને તરુણાવસ્થા દરમિયાન અલગ પડે છે. શારીરિક વિકાસના આ દર્શકો બાળકના શારીરિક વિકાસની તરેહ અને દિશા સૂચવે છે. આ તરેહ કે દિશા સંપૂર્ણપણે એકસમાન હોય તે જરૂરી નથી પરંતુ તેમાં વ્યક્તિગત ભિન્નતા હોઈ શકે છે.

## 1.10 સ્વાધ્યાય

1. માનવ વિકાસ એટલે શું ?
2. વિકાસ અને વૃદ્ધિ વચ્ચેનો તફાવત જણાવો.

3. માનવ વિકાસના સિદ્ધાંતો જણાવો.
4. ગર્ભાવસ્થા દરમિયાનના શારીરિક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
5. શિશુ અવસ્થા દરમિયાનના શારીરિક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
6. કિશોરોવસ્થા દરમિયાનના શારીરિક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
7. તરુણાવસ્થા દરમિયાન શારીરિક વિકાસના દર્શકો જણાવો.

---

### 1.11 સૂચિત વાચનસામગ્રી

---

દોંગા, નનુભાઈ (2010), શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન, નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

દોંગા, નનુભાઈ (2012), અધ્યેતા અંગેની સમજ માટેનું વિકાસાત્મક મનોવિજ્ઞાન, નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

Child Development Guid, Center for Development of Human Services Research Foundation of SUNY Buffalo State Collage, New York.

Development Milestone Chart (2008), The Institute for Human Service for the Ohio Child Welfare Training Programme.

Judith S. Rycus, and Ronald C. Hughes (1998), The Field Guid to Child Welfare Volume III : Child Development and Child Welfare, Child Welfare League of America Press.

Milestones of Childhood Development Virgeina Early Childhood Development Alignment Project.

---

### 1.12 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

- તમારી પ્રગતિ ચકાસો-1

1. ખોટું 2. ખોટું 3. ખોટું 4. સાચું 5. સાચું

- તમારી પ્રગતિ ચકાસો -2

1- b 2- d 3- e 4- c

- તમારી પ્રગતિ ચકાસો -3

માનવ વિકાસ એ વિવિધ અવસ્થાઓમાંથી પસાર થાય છે. સામાન્ય રીતે આપણને એમ લાગે છે કે બાળકને એમ લાગે છે કે બાળકનો વિકાસ તેના જન્મથી શરૂ થાય છે પરંતુ તેમ ન હોતા વાસ્તવમાં બાળકનો વિકાસ ગર્ભાધાન બાદ, તુરંત જ શરૂ થાય છે. એટલે કે બાળકનો વિકાસ જન્મના નવ મહિના પહેલાથી જ શરૂ થઈ જાય છે. ગર્ભાવસ્થાના ગાળાને 9 થી 0 મહિના સુધીના ગાળા તરીકે દર્શાવી શકાય. બાળકના જન્મની સાથે જ તેની શિશુ અવસ્થાની શરૂઆત થાય છે. આમ શિશુ અવસ્થા એ જન્મથી છ વર્ષ સુધી ચાલે છે. કિશોરાવસ્થાનો અંત એ તરુણાવસ્થાનો પ્રારંભ સૂચવે છે. કિશોરાવસ્થા એ શિશુ અવસ્થા અને તરુણાવસ્થાની વચ્ચેનો ગાળો છે. કિશોરાવસ્થા બાર વર્ષની ઉંમરે પૂર્ણ થતી હોવાથી આ જ સમયે તરુણાવસ્થાનો પ્રારંભ થાય છે. તરુણાવસ્થા બાર વર્ષની ઉંમરે શરૂ થઈને યુવાવસ્થાની શરૂઆત સુધી ચાલું રહે છે. ચાલીસ વર્ષની ઉંમરે યુવાવસ્થાનો પ્રારંભ થાય છે. આમ, માનવ વિકાસ એ જન્મ બાદ કુલ છ અવસ્થાઓમાં વિભાજિત થયેલ છે જ્યારે જન્મ પહેલાના તબક્કાને ધ્યાનમાં લેતા તે કુલ સાત અવસ્થાઓમાં વહેંચાયેલ છે તેમ કહી શકાય.

રૂપરેખા :

- 2.1 પ્રસ્તાવના
- 2.2 ઉદ્દેશો
- 2.3 બોધાત્મક વિકાસ
  - 2.3.1 અર્થ
- 2.4 ગર્ભાવસ્થા
  - 2.4.1 બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો
- 2.5 શિશુ અવસ્થા
  - 2.5.1 બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો
- 2.6 કિશોરાવસ્થા
  - 2.6.1 બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો
- 2.7 તરુણાવસ્થા
  - 2.7.1 બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો
- 2.8 સારાંશ
- 2.9 સ્વાધ્યાય
- 2.10 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 2.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

## 2.1 પ્રસ્તાવના

---

આપણે વિભાગ-1માં માનવ વિકાસના દર્શકોનો અભ્યાસ કરી રહ્યા છીએ. એકમ-1માં આપણે માનવ વિકાસનો અર્થ, સિદ્ધાંતો અને પ્રકારનો અભ્યાસ કર્યો. માનવ વિકાસના પ્રકારો પૈકી શારીરિક વિકાસની વિસ્તૃત ચર્ચા આપણે એકમ-1 અંતર્ગત કરી. આ એકમમાં આપણે માનવ વિકાસનું સૌથી મહત્વનું પરિમાણ એટલે કે બોધાત્મક વિકાસની વાત કરવાના છીએ. માનવ જીવનની સફળતામાં તેનો બૌદ્ધિક વિકાસ ભૂમિકા ભજવે છે. આથી, તેની વધુ સારી સમજ મેળવવી જરૂરી હોઈ માનવ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ બૌદ્ધિક વિકાસના દર્શકોનો અભ્યાસ પ્રસ્તુત એકમમાં કરીશું.

---

## 2.2 ઉદ્દેશો

---

આ એકમના અંતે તમે નીચેના બાબતો માટે યોગ્ય બનશો -

- બોધાત્મક વિકાસની વિભાવના અને તેના સિદ્ધાંતોની સમજ આપી શકશો.
  - વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવી શકશો.
- 

## 2.3 બોધાત્મક વિકાસ

---

### 2.3.1 અર્થ

બોધાત્મક વિકાસને બૌદ્ધિક વિકાસ કે માનસિક વિકાસ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. બોધાત્મક વિકાસ એ માનવીના સર્વાંગી વિકાસનો એક ભાગ છે. વ્યક્તિ પોતાના બૌદ્ધિક વિકાસ થકી પોતાના જીવનમાં સફળતા મેળવે છે. યોગ્ય બૌદ્ધિક વિકાસના પરિણામે માનવી પોતાના જીવનમાં આવતી સમસ્યાઓનો ઉકેલ શોધી બોધાત્મક વિકાસનો અર્થ લાંબા ગાળે જાણવાની, આકલન કરવાની અને સમજવાની બોધાત્મક ક્ષમતા થાય છે. જે પરિપક્વતા અને વાતાવરણ સાથેના વ્યવહારથી સરળ બને છે. (બર્નરના મતે જ્ઞાનાત્મક વિકાસ ત્રણ તબક્કે થાય છે. કાર્યાન્વિત પ્રક્રિયાત્મક (ચિત્રના પદાર્થ પ્રતીમાનો) અને પ્રતિકાત્મક (ચિહ્નો અથવા પ્રતિકો) ઉદાહરણ તરીકે નાના બાળક માટે સફરજન એટલે શું તેનું જ્ઞાન તેને સ્પર્શવાથી અથવા પકડવાથી અથવા ચાખવાથી થાય છે (ક્રિયા પદ્ધતિ). ત્યારબાદ જેમ જેમ બાળક મોટું થાય છે તેમ તેના તે ચિત્રો કે પ્રતિમાઓ જુએ છે. (પ્રતીમાત્મક પદ્ધતિ) અને હજુ થોડા સમય બાદ તે સફરજનનો અર્થ સમજવા લાવે છે (પ્રતિકાત્મક પદ્ધતિ)

જન્મથી માંડીને તરુણાવસ્થા સુધીના બોધાત્મક વિકાસ માટે વિવિધ સિદ્ધાંતો મનોવિજ્ઞાને આપેલ છે. માનવના બૌદ્ધિક વિકાસ અંગેના સિદ્ધાંતો પૈકી જીન પિયાજેનું પ્રદાન નોંધપાત્ર છે કે જેનો વિસ્તૃત અભ્યાસ આપણે એકમ-6માં કરવાના છીએ. સામાન્ય રીતે બૌદ્ધિક વિકાસ એટલે માનવીની વિચાર પ્રક્રિયાઓ, યાદશક્તિ, સમસ્યા ઉકેલ, તર્ક શક્તિ, નિર્ણય પ્રક્રિયા વગેરે. બૌદ્ધિક વિકાસ માનવીના સર્વાંગી વિકાસનો એક ભાગ માત્ર છે, છતાં શિક્ષક, વાલી અને સમાજની દૃષ્ટિમાં તે સૌથી વધારે મહત્વ ધરાવે છે. પરિણામે માર્ક (ગુણ) કેન્દ્રિત શિક્ષણ વ્યવસ્થા તરફ આપણે સરી ગયા છીએ.

બૌદ્ધિક વિકાસના માપન માટે પણ મનોવિજ્ઞાને અનેકવિધ પ્રયુક્તિઓ અને સાધનો વિકસાવ્યા છે. બુદ્ધિ કસોટી થકી આપણે બાળકનો બુદ્ધિઆંક જાણીને બાળકની ઊંમરના સંદર્ભમાં તેનો યોગ્ય બૌદ્ધિક વિકાસ થયો છે કે તેમ તે જાણી શકીએ છીએ. બૌદ્ધિક વિકાસ બાળકની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સાથે સંકળાયેલ હોવાથી વાલી અને શિક્ષકો દ્વારા તેના પર વિશેષ ભાર મૂકવામાં આવે છે. સંશોધનો એમ પણ કહે છે કે બૌદ્ધિક આંકના સાપેક્ષમાં ભાવાત્મક આંક વધુ મહત્વ ધરાવે છે. ક્યારેક અતિ બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ પણ ભાવાત્મક અસ્થિરતા ધરાવે તો ન કરવાનું વર્તન કરી બેસે છે. આથી શિક્ષક તરીકે આપણે બાળકનો બહુઆયામી વિકાસ થાય તે પ્રકારનું વાતાવરણ નિર્માણ કરવું જોઈએ.



પ્રસ્તુત એકમમાં માનવ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ બાળકના બૌદ્ધિક વિકાસના દર્શકોની ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

## 2.4 ગર્ભાવસ્થા

### 2.4.1 બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો

The fetus is no passive passenger in the womb, nor is the woman simply “carrying” the fetus (Kisilevsky and Low, 1998).

“બાળક એ ગર્ભમાંનો નિષ્ક્રિય મુસાફર નથી અને માતા માત્ર ગર્ભ ધરાવતી નથી.”

ગર્ભાવસ્થામાં માનવ ચેતાતંત્રનો ખૂબ પાયાનો વિકાસ નોંધી શકાય છે. ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન રુધિરનું પરિભ્રમણ, ચેતાતંત્રની કામગીરી અને હૃદયના ધબકારાની શરૂઆત ત્રીજા અઠવાડિયાથી જ શરૂ થઈ જાય છે. જન્મ પહેલા પણ વિકાસ એ આંતરક્રિયાત્મક હોય છે. ગર્ભ અને તેના ધારણકર્તા માતા વચ્ચે માત્ર પોષણ પૂરતો શારીરિક સંબંધ નથી હોતો, પરંતુ તેના કરતાં કંઈક વિશેષ એવો મગજ આધારિત બૌદ્ધિક સંબંધ હોય છે. કેટલાંક અભ્યાસો થકી એ પણ સિદ્ધ થયું છે કે ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન માતાના સતત તણાવ હેઠળ રહેવાથી બાળકના બૌદ્ધિક વિકાસ પર વિપરીત અસર થાય છે. બૌદ્ધિક વિકાસ સામાન્ય કક્ષાનો હોવા છતાં પણ તેની નીચેના જેવા દર્શકો થકી નોંધ લઈ શકાય છે.

- બીજા મહિના સુધીમાં તે નકારવા કે બચાવ માટેની પ્રતિક્રિયા આપે છે.
- કોઈ અણગમતો ઉદ્દીપક રજૂ થતાં તે હાથને સંકોચે છે. જે દર્શાવે છે કે ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન બાળક સરળ પ્રતિક્રિયાઓ (simple reflexes) કરી શકે છે.
- નવમા અઠવાડિયાની શરૂઆત થતાં તે માતાની, શરીરની સ્થિતિના સંદર્ભમાં, પોતાના અંગોની સ્થિતિમાં ફેરફાર કરે છે.
- ક્યારેક માતાનાં ઉદર પર ફેરવવામાં આવતા હાથનો તે પ્રતિચાર આપે છે અને જીવનભરનો સ્પર્શનો સંબંધ સ્થાપિત થાય છે.
- ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન બાળક અવાજ તરફ પણ પોતાનો પ્રતિચાર આપવાની બૌદ્ધિક ક્ષમતા દર્શાવે છે. કેટલીક વખતે તે જાણીતા અવાજ તરફ પોતાનો પ્રતિચાર પણ આપે છે.

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાનનો મગજનો વિકાસ પણ કુદરતની એક અજાયબી છે. ભ્રૂણમાં દર મિનિટે લગભગ 2,50,000 જેટલા મગજના કોષો નિર્માણ પામે છે. મોટા ભાગના ન્યૂરોન્સની વિકાસ 26માં અઠવાડિયા સુધીમાં થઈ જાય છે અને જન્મ સમયે બાળક મગજના બધા જ ન્યૂરોન્સ ધરાવે છે.

## 2.5 શિશુ અવસ્થા

### 2.5.1 બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો
જન્મથી છ માસ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સંવેગો દ્વારા શીખે છે. ખખડાવવું, ઘૂઘરો વગેરે જેવા અવાજ અને હૂંફ જેવી અનુભૂતિ થકી શીખે છે.</li> <li>- અવાજના પ્રતિચાર રૂપે અચાનક હૂંકાર ભરે છે.</li> </ul>
છ માસથી એક વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- શારીરિક સંવેગો દ્વારા શીખે છે, ખાસ કરીને મોં નો ઉપયોગ વધુ કરે છે.</li> <li>- મોં માં વસ્તુઓ મૂકવી અને બહાર કાઢવી ગમે છે.</li> <li>- કેટલાંક વર્તનોનું પુનરાવર્તન કરે છે, પરંતુ નવી બાબતો પણ જોવાની ગમે છે.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- કેટલાંક શબ્દોને સાંભળવાનું ગમે છે અને કેટલાક શબ્દોના અર્થ સમજવાનું શરૂ કરે છે જેમ કે મા-મા, પા-પા, ટા-ટા વગેરે. શબ્દોને તે બોલી શકતો નથી.</li> </ul>
એકથી બે વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે જાણસુ હોય છે, અન્વેષણ કરવાનું ગમે છે.</li> <li>- કેટલાંક સામાન્ય પદાર્થોના નામ આપી શકે છે.</li> <li>- એક શબ્દના બનેલ વાક્ય બોલે છે, જેમ કે ના, હા, ટા-ટા, આવ, જા, મા-મા, પા-પા, મમ-મમ વગેરે.</li> <li>- તે સામાન્ય સૂચનાઓને સમજે છે.</li> <li>- સાદા ગીતો અને રાઈમ્સને સાંભળવાનું ગમે છે.</li> </ul>
બે થી ત્રણ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સંવેગો થકી શીખવવાનું ચાલું રાખે છે અને જાણસુ હોય છે.</li> <li>- તેનો ધ્યાનનો ગાળો ટૂંકો હોય છે.</li> <li>- ત્રણથી ચાર શબ્દોના બનેલ વાક્યો બોલે છે.</li> <li>- સાદા ગીતો કે રાઈમ્સની પંક્તિઓ ગણગણે છે.</li> </ul>
ત્રણ થી ચાર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- કલ્પનાનો ખૂબ ઉપયોગ કરે છે.</li> <li>- નાટકો, રોલ પ્લે વગેરેની શરૂઆત કરે છે.</li> <li>- પુખ્ત વ્યક્તિ, જેમ કે માતાપિતા, વગેરેની ભૂમિકા કરવી ગમે છે.</li> <li>- તે જાણસુ અને ઉત્સુક હોય છે.</li> </ul>
ચારથી પાંચ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેની પાસે લગભગ 1500 થી 2000 શબ્દોનું ભંડોળ હોય છે.</li> <li>- તેને ભાષામાં વિશેષ રસ પડે છે અને અદભૂત અવાજો કે શબ્દોથી ઉત્તેજિત થાય છે.</li> <li>- તે જાણસુ હોય છે અને ખૂબ પ્રશ્નો પૂછે છે.</li> <li>- તેના કાલ્પનિક મિત્રો હોય છે અને ક્રિયાત્મક કાલ્પનિક જીવન હોય છે.</li> </ul>
પાંચથી છ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે થાકી જતાં કે નર્વસ થઈ જતાં તોતડાય છે, હકલાય છે.</li> <li>- તે જે કાર્યને પુરું કરી શકે છે તે જ કાર્ય હાથ પર લે છે.</li> <li>- તે સૂચનાઓને અનુસરે છે અને કોઈની દેખરેખ કે માર્ગદર્શનને સ્વીકારે છે.</li> <li>- કલર, આંકડાઓ વગેરેને ઓળખે છે. કેટલીક વખત થોડા શબ્દો લખી શકે છે.</li> <li>- સિક્કાઓને ઓળખી શકે છે.</li> </ul>

## 2.6 કિશોરાવસ્થા

### 2.6.1 બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો
છ થી સાત વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તોતડાંપણમાં વધારો થઈ શકે છે, ખાસ કરીને તણાવની પરિસ્થિતિમાં.</li> <li>- તેને બધી જ વસ્તુઓ જોઈએ છે અને પસંદગી કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે.</li> <li>- સંગઠિત સ્મૃતિનો વિકાસ થાય છે અને મોટાભાગના બાળકો લખતા-વાચતા શીખે છે.</li> </ul>
સાતથી આઠ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે ચિંતનાત્મક બને છે, ગંભીર ચિંતન કરી શકે છે, વધુ સંકુલ સમસ્યાઓને ઊકેલી શકે છે, તે તર્કબદ્ધ વિચાર પ્રક્રિયા કરી શકે છે.</li> <li>- તે નવું શીખવા તત્પર રહે છે.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે શોખ અને કૌશલ્ય આધારિત પ્રવૃત્તિઓ કરવાનું પસંદ કરે છે.</li> <li>- તે પદાર્થોને એકઠાં કરવાનું, અંગત વસ્તુઓ, પ્રોજેક્ટ, લખાણો, ચિત્રો વિશે વાતચીત કરવાનું પસંદ કરે છે.</li> <li>- કલ્પના કરતાં વાસ્તવિકતા વધુ પસંદ કરે છે.</li> <li>- પડકારો, સખત મહેનત અને સમયસર પૂર્ણ કરવાના હોય તેવાં કાર્યોને પસંદ કરે છે.</li> </ul>
આઠ થી નવ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- વસ્તુઓ કે ઘટનાઓ પાછળના કારણો જાણવાનું પસંદ કરે છે.</li> <li>- ક્યારેક પોતાની કાર્યક્ષમતાનું ઊંચું મૂલ્યાંકન કરે છે.</li> <li>- નિષ્ફળતાઓને સામાન્યીકરણમાં ફેરવે છે, જેમ કે મારાથી ક્યારેય આ થતું નથી.</li> <li>- બાળકના જન્મ બાબતની વધારે માહિતી મેળવવાનો પ્રયત્ન કરે છે.</li> </ul>
નવથી દસ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેના ચોક્કસ રસક્ષેત્રો અને જીજ્ઞાસાઓ હોય છે. તે માહિતીની પૃચ્છા કરે છે.</li> <li>- તે લાંબાગાળાના રસક્ષેત્ર વિકસાવવા સક્ષમ હોય છે અને મૂર્ત ચિંતન અને તર્ક કરવા માટે વધુ સક્ષમ હોય છે.</li> <li>- વ્યક્તિગત તફાવતો વધારે સ્પષ્ટ બને છે.</li> <li>- તેને વાચવું, લખવું અને પુસ્તકો-સંદર્ભોનો ઉપયોગ કરવાનું ગમે છે.</li> <li>- વસ્તુઓ ભેગી કરવાનું ગમે છે.</li> </ul>
દસથી અગિયાર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે ચપલ અને શાંત બને છે, તર્કબદ્ધ રીતે દલીલો કરે છે.</li> <li>- વાચન પસંદ કરે છે.</li> <li>- ટૂંકા ગાળાના ઘણાં બધા રસ ધરાવે છે, પરંતુ કોઈ ચોક્કસ ક્ષેત્રમાં આવડત બતાવવાની શરૂઆત કરે છે.</li> </ul>

## 2.7 તરુણાવસ્થા

### 2.7.1 બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો
અગિયારથી	<ul style="list-style-type: none"> <li>- પુખ્ત લોકોના જ્ઞાન સામે દલીલ કરી શકે તેટલી માનસિક તર્ક-ક્ષમતા વિકાસ ધરાવે છે.</li> </ul>
બાર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- પૈસા કમાવવામાં રસ ઉત્પન્ન થઈ શકે છે.</li> <li>- ક્યારેક પોતાની જ ટીકા કરી શકે છે.</li> <li>- તેને બહારની દુનિયામાં, સમુદાય પ્રવૃત્તિમાં ભાગ લેવામાં રસ પડે છે.</li> </ul>
બારથી પંદર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- દલીલો અને ચર્ચામાં વધારો જોવા મળે.</li> <li>- તેની સ્મૃતિમાં સતત વધારો થાય, સંકલ્પનાઓ વિશે તર્કબદ્ધ રીતે વિચારે, ચિંતન કરે, પોતાની વિચાર પ્રક્રિયાની તપાસ કરે અને વાસ્તવિકતાને ધ્યાનમાં રાખી આયોજન કરે.</li> <li>- વિશ્વાસમાં પોતાની અગત્યતાનો અનુભવ કરવાનું ગમે છે.</li> </ul>
સોળથી ઓગણીસ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- પોતાની ક્ષમતાઓ અને કૌશલ્યો અંગે વિશ્વસનીયતાનો અભાવ.</li> <li>- ભવિષ્ય અંગે ગંભીરતાથી ચિંતા દર્શાવે અને પોતાના જ્ઞાનનો ઉપયોગ ભવિષ્યલક્ષી નિર્ણયો લેવામાં કરે.</li> </ul>

## તમારી પ્રગતિ ચકાસો -1

નીચે દર્શાવેલ બોધાત્મક વિકાસ દર્શકને માનવ વિકાસ અવસ્થા સાથે જોડો.	
અ - બોધાત્મક વિકાસ દર્શક	બ - અવસ્થા
1. મોં માં વસ્તુ મૂકવી અને બહાર કાઢવી ગમે છે.	a. ગર્ભાવસ્થા
2. ભવિષ્ય અંગે ચિંતા દર્શાવે.	b. શિશુઅવસ્થા
3. તોતડાપણામાં વધારે થવો.	c. કિશોરાવસ્થા
	d. તરુણાવસ્થા
1 - _____ 2 - _____ 3 - _____	

### 2.8 સારાંશ

બાળકનો બોધાત્મક વિકાસ એ બાળકના જન્મ બાદ શરુ થાય છે એ માન્યતા ભૂલભરેલી છે. જન્મ પૂર્વે બાળક અવાજ, સ્પર્શ, પરિસ્થિતિ વગેરેનો પ્રતિભાવ આપે છે. બાળકના ગર્ભસંસ્કાર પાછળ પણ તેને જન્મ પૂર્વેથી સારા સંસ્કારનું સિંચન કરવા માટે આપવામાં આવતા હતાં. જન્મ બાદ શરુઆતમાં બાળક પોતાના સંવેગો દ્વારા શીખે છે અને બાહ્ય ઉદ્દીપકો તરફ પોતાનો પ્રતિચાર આપે છે. અનુકરણ થકી વર્તનનું પુનરાવર્તન એ બાળકના બોધાત્મક વિકાસનો પાયો નાખે છે. આ સમયે બાળક અનુકરણ કરવાનું વલણ ધરાવતો હોવાથી વાલી તરીકે પોતે સભાનપૂર્વક વર્તન કરવું જોઈએ. શબ્દભંડોળનો વિકાસ પણ બોધાત્મક વિકાસમાં મહત્વનો ફાળો આપે છે. ભાષામાં રહેલ મર્યાદા એ વ્યક્તિના જીવનની મર્યાદા બની રહે છે.

બાળક શરુઆતના તબક્કે મૂર્ત બાબતો, ઘટનાઓ, વસ્તુઓ વગેરે દ્વારા શીખે છે. આ તબક્કા દરમિયાન બાળક સમક્ષ અમૂર્ત બાબતો પણ મૂર્ત સ્વરૂપમાં રજૂ કરવી જોઈએ. મૂર્ત બાબતો દ્વારા બાળકની બોધાત્મક સંરચના સરળતાથી નિર્માણ પામે છે જ્યારે અમૂર્ત બાબતો શાબ્દિક હોય ત્યારે તે અંગેનું ચિત્ર પોતે ન બનાવી શકતા તે અંગે હંમેશા મૂંઝવણ અનુભવે છે. વિકાસના તબક્કે બાળક તરુણાવસ્થાના ઊંબરે પગ મૂકે ત્યારે તેની અમૂર્ત ચિંતન કરવાની શક્તિનો વિકાસ થયેલ હોવાથી તેની સમક્ષ બાબતોને અમૂર્ત સ્વરૂપમાં રજૂ કરવી જોઈએ.

### 2.9 સ્વાધ્યાય

1. બોધાત્મક વિકાસ એટલે શું?
2. માનવ વિકાસના સિદ્ધાંતો જણાવો.
3. ગર્ભાવસ્થા દરમિયાનના બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
4. શિશુ અવસ્થા દરમિયાનના બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
5. કિશોરાવસ્થા દરમિયાનના બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
6. તરુણાવસ્થા દરમિયાનના બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવો.

### 2.10 સૂચિત વાચનસામગ્રી

દોંગા, નનુભાઈ (2010), શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન, નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

દોંગા, નનુભાઈ (2012), અધ્યેતા અંગેની સમજ માટેનું વિકાસાત્મક મનોવિજ્ઞાન, નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

Child Development Guid, Center for Development of Human Services Research Foundation of SUNY Buffalo State Collage, New York.

Development Milestone Chart (2008), The Institute for Human Service for the Ohio Child Welfare Training Programme.

Judith S. Rycus, and Ronald C. Hughes (1998), The Field Guid to Child Welfare Volume III : Child Development and Child Welfare, Child Welfare League of America Press.

Milestones of Childhood Development Virgeina Early Childhood Development Alignment Project.

### 2.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

#### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1 - b 2 - d 3 - c

રૂપરેખા :

- 3.1 પ્રસ્તાવના
- 3.2 ઉદ્દેશો
- 3.3 ભાવાત્મક વિકાસ
- 3.4 ગર્ભાવસ્થા
  - 3.4.1 ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો
- 3.5 શિશુ અવસ્થા
  - 3.5.1 ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો
- 3.6 કિશોરાવસ્થા
  - 3.6.1 ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો
- 3.7 તરુણાવસ્થા
  - 3.7.1 ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો
- 3.8 સારાંશ
- 3.9 સ્વાધ્યાય
- 3.10 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 3.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

### 3.1 પ્રસ્તાવના

આપણે વિભાગ-1માં માનવ વિકાસના દર્શકોનો અભ્યાસ કરી રહ્યા છીએ. એકમ-1માં આપણે માનવ વિકાસનો અર્થ, સિદ્ધાંતો અને પ્રકારનો અભ્યાસ કર્યો માનવ વિકાસના પ્રકારો પૈકી શારીરિક વિકાસની વિસ્તૃત ચર્ચા આપણે એકમ-1 અંતર્ગત તેમજ એકમ-2માં બોધાત્મક વિકાસની વાત કરી પ્રબળ બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ ગુસ્સામાં પોતાનું જ્ઞાન અને વિવેક શા માટે ગુમાવી બેસે છે? શા માટે ખૂબ હોશિયાર બાળકો નાની નિષ્ફળતાને જીરવી શકતા નથી? શા માટે શિક્ષિત વ્યક્તિ પોતાના સંવેગો પર કાબૂ ધરાવતો નથી? આવા અનેક સવાલોનો ઉત્તર વ્યક્તિના સાંવેગિક વિકાસના અભ્યાસ થકી મેળવી શકાય છે. વર્તમાન સમયમાં શિક્ષણ વ્યવસ્થા બોધાત્મક વિકાસની સાથે બાળકના ભાવાત્મક વિકાસ પર ભાર મૂકી રહી છે. ભાવાત્મક વિકાસ માટેના દર્શકોનો અભ્યાસ શિક્ષક તરીકે આપને બાળકના સર્ગગ્રાહી મૂલ્યાંકન અને તે અનુસાર આયોજનમાં મદદરૂપ થઈ શકશે.

### 3.2 ઉદ્દેશો

આ એકમના અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો -

ભાવાત્મક વિકાસની વિભાવના અને તેના સિદ્ધાંતોની સમજ આપી શકશો.

વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવી શકશો.

### 3.3 ભાવાત્મક વિકાસ

માનવ રચના સંકુલ છે. બુદ્ધિ, સંવેગ, કૌશલ્યો, સર્જનાત્મકતા, આધ્યાત્મિકતા વગેરે અનેકવિધ ક્ષેત્રોમાં ચિંતન કરનાર માનવનો દૈનિક વ્યવહાર મહદઅંશે બોધાત્મક અને સંવેગાત્મક બાબતો પર આધારિત રહે છે. બુદ્ધિના પ્રભાવની શિક્ષણ પર ઊંડી અસર જોવા મળે છે. શિક્ષણમાં બુદ્ધિને લગતાં સંશોધનો, અધ્યાપન મોડેલ, પ્રમાણિત કસોટીઓ વગેરેનો દબદબો રહ્યો છે. બુદ્ધિના ઉપયોગ પર સંવેગોની અસર પરના અભ્યાસને કારણે બુદ્ધિની સાથે સંવેગોના વિકાસ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત થયું. ભાવાત્મક વિકાસ માટે કોથોલે હેતુઓની ટેક્ષોનોમી આપી. તેના વિકાસ માટે અનેક રચાયા અને અધ્યેતાના ભાવાત્મક વિકાસ માટેના દર્શકો નિર્ધારિત કરવામાં આવ્યા.

### 3.4 ગર્ભાવસ્થા

#### 3.4.1 ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો

16 માં અઠવાડિયા બાદ કરવામાં આવતી સોનોગ્રાફીમાં બાળકના ભાવો, લાગણી, ઈચ્છા સ્પષ્ટપણે જોઈ શકાય છે. 'ટૂવીન્સ ભાઈઓ' એકબીજાના હાથ પકડવા, સાથે રમવું અને ઝઘડો થાય ત્યારે એકબીજાને લાતો મારવી વગેરે પણ જોઈ શકાય છે. તીવ્ર પ્રકાશ, અતિ ઘોંઘાટ અને ગર્ભજળ પરીક્ષણ વખતે વાતાવરણમાં ઉભા થયેલ ખતરાથી ગર્ભસ્થ શિશુના ધબકારા અનિયમિત થવા, શ્વાસોશ્વાસ અનિયમિત થવો કે દિવસો સુધી સૂનમૂન બેસી રહેવું જેવા પ્રતિચારો જોવા મળે છે. જેમ નવજાત બાળક રડે કે હસે છે તેમ ગર્ભસ્થ બાળક પણ રુદન અને હાસ્ય કરે છે. તે સ્વાદ અને સુગંધમાં અચાનક થતા ફેરફારને પસંદ નાપસંદ કરે છે. તે ગર્ભ બહારના વાતાવરણમાં થતા ફેરફારની નોંધ લે છે. શબ્દ વગરના વિચારો અને લાગણીઓની આપ-લે કરે છે.

જેમ નવજાત બાળક તેની ઈચ્છાઓ અને ભાવો મુઠ્ઠી જોરથી બંધ કરીને, રોઈને, હસીને, ઘૂ-ઘૂ અવાજ કરીને, અલગ-અલગ ટોન સાથે અવાજ કરીને, શરીરને એકદમ લાલ કરીને, મોં બગાડીને, હાથ-પગ ગુસ્સામાં પછાડીને, આખું શરીર કડક કરી છે તેમ તે બધું જ બાળક ગર્ભમાં પણ વ્યક્ત કરે છે અને તે સોનોગ્રાફીની મદદથી સ્પષ્ટ જોઈ શકાય છે.

અમેરિકાની 'મીયામી' યુનિવર્સિટીમાં બાળકોના રોગો અને ભાષાના વિભાગમાં અધ્યાપક તરીકે ફરજ બજાવતાં પ્રો. હેનરી ટર્બીએ એવું પૂરવાર કરેલ છે કે છ મહિના પછી બાળક માતાના અવાજની રિધમ પર ડાન્સ કરીને, માતા દ્વારા પ્રેમથી ગવાતાં બાળગીતોના લયને અનુસારી, બાળક ગર્ભાશયમાં જ પોતાનું ફેરવીને અને ડાન્સ કરીને માતાના પ્રેમને પ્રતિસાદ આપે છે.

### 3.5 શિશુ અવસ્થા

#### 3.5.1 ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો.

સમયગાળો	બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો
જન્મથી ૯ માસ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- છટપટાહટ દ્વારા કે હાથ હલાવીને પોતાની ઉત્તેજના દર્શાવે.</li> <li>- પોતાને ખોરાક મળતાં કે ઊંચકતા આનંદ દર્શાવે.</li> <li>- ભૂખ્યું, ભીનું કે ઠંડી લાગતાં વિવિધ રીતે રડે.</li> <li>- અચાનક થતા ઘોંઘાટથી, હલનચલનથી, વિચિત્ર પદાર્થોથી પરિસ્થિતિઓથી ભય અનુભવે.</li> </ul>
૯ માસથી એક વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- કોઈને કોઈ હંમેશા તેની આસપાસ રહેશે જ તેવી જરૂરિયાત અનુભવે છે.</li> <li>- જ્યારે માતા કે નજીકના સંબંધી દૂર જાય ત્યારે દુઃખી થાય છે.</li> <li>- અપરિચિત લોકોથી દૂર રહે છે.</li> <li>- પ્રેમથી ઊંચકવાની કે આલિંગન આપવાની જરૂર રહે છે.</li> </ul>
એકથી બે વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- કોઈ ખાસ વ્યક્તિ તરફથી ધ્યાન, હૂંફ અને સલામતી ઇચ્છે છે.</li> <li>- તે વિશ્વાસ રાખતાં શીખે છે અને તેને એ વાતની ખબર છે કે તેની સંભાળ રાખીને તેની જરૂરિયાતોને પૂર્ણ કરવામાં આવશે.</li> <li>- અંગૂઠો ચૂસે છે અને તે અઢાર મહિનાની આસપાસ તેની તીવ્રતા વધે છે.</li> <li>- સામાન્ય રીતે તે આનંદમાં રહે છે.</li> <li>- કેટલીક પ્રવૃત્તિમાં કોઈ દખલ કરે તો તે ગુસ્સો દર્શાવે છે.</li> <li>- તે પોતાની જરૂરિયાતોને શબ્દોમાં રજૂ કરવા અસમર્થ હોવાથી ક્યારેક નાસીપાસ થાય છે.</li> </ul>
બેથી ત્રણ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સ્વનો અહેસાસ અને પોતાના માટે કંઈક પ્રવૃત્તિ વિકાસની જરૂરિયાત રહે છે. તેને પ્રશંસા ગમે છે.</li> <li>- તે પોતાની શક્તિઓનું પરીક્ષણ કરવા માટે કેટલીકવાર 'ના' કહે છે.</li> <li>- તે રડવું, ગુસ્સે થવું વગેરે જેવા સંવેગો બતાવે છે.</li> <li>- મોટા અવાજો, ઝડપી હલન ચલન, મોટા પ્રાણીઓ, માતાનું દૂર જવું વગેરેથી ડર અનુભવે છે.</li> </ul>
ત્રણથી ચાર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- બીજાઓની પોતાના પ્રત્યેની લાગણી પ્રત્યે તે સંવેદનશીલ બને છે.</li> <li>- તે થોડી સ્વતંત્રતા અને આત્મનિર્ભરતા કેળવે છે.</li> <li>- ક્યારેક અજાણ્યા લોકો, અંધારું, પ્રાણીઓ પ્રત્યે ભય અનુભવે છે.</li> <li>- તેને મોટાઓને ખુશ કરવાનો કંટાળો આવે છે.</li> <li>- જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ તેની સમક્ષ મુશ્કેલી ઊભી કરે તેવું વર્તન કરે છે ત્યારે તે વળતો પ્રતિચાર આપે છે.</li> </ul>
ચારથી પાંચ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે માંગણીઓ કરે છે, બોસ બનવાનો પ્રયત્ન કરે છે, ચીસો પાડે છે, રડે છે, ફરિયાદો કરે છે.</li> <li>- ક્યારેક અન્યોની પરીક્ષા લે છે કે જેથી જાણી શકાય કે કોને કાબૂમાં કરી શકાય તેમ છે.</li> <li>- ક્યારેક શેષી હાંકે છે, ખાસ કરીને પોતાના અને કુટુંબ વિશે.</li> <li>- ક્યારેક પોતાના અને આસપાસના વિશ્વ અંગે આત્મવિશ્વાસથી વાત કરે છે.</li> <li>- ક્યારેક અસલામતીની ભાવના અનુભવે છે.</li> </ul>
પાંચથી ૯ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સામાન્ય રીતે તે વિશ્વાસપાત્ર અને સારી રીતે અનુકૂલિત હોય છે.</li> </ul>

- અંધારાથી, પડવાથી, પ્રાણીઓથી અથવા શરીરને ઈજા થવાથી ડર આનુભવે છે.
- તે વડીલોને ખુશ રાખવાનો પ્રયત્ન કરે છે.
- તે સામાન્ય રીતે લજ્જા અનુભવે છે.

### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

શિશુ અવસ્થા દરમિયાન વિવિધ અવસ્થાએ બાળક કયા સંવેગ કે જરૂરિયાત ધરાવે છે ?

ઉંમર	સંવેગ
જન્મથી છ માસ	
છ માસથી એક વર્ષ	
એકથી બે વર્ષ	
બેથી ત્રણ વર્ષ	
ત્રણથી ચાર વર્ષ	
ચારથી પાંચ વર્ષ	
પાંચથી છ વર્ષ	

### 3.6 કિશોરાવસ્થા

#### 3.6.1 ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	બોધાત્મક વિકાસના દર્શકો
છથી સાત વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સ્વતંત્રતા તરફ જવાની ઈચ્છાને પરિણામે ક્યારેક અસુરક્ષા અનુભવે છે.</li> <li>- ટીકા, દોષારોપણ કે સજાનો સ્વીકાર કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે.</li> <li>- તે પોતાની દુનિયામાં રચ્યોપચ્યો રહે છે અને ક્યારેક શેખી હાંકે છે.</li> <li>- તે સામાન્ય રીતે જડ, નકારાત્મક અને પ્રતિચાર આપવામાં મંદ, માંગણીઓ કરનાર, અનુકૂલન કરવાનું વલણ ન ધરાવનાર અને ચિડીયો હોય છે.</li> <li>- ઘણી વખત બીજા તેની સાથે છેતરપિંડી કરતા હોવાનો આક્ષેપ કરે છે.</li> </ul>
સાતથી આઠ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ઘણી ફરિયાદો કરે છે, જેમ કે મને કોઈ પસંદ નથી કરતું વગેરે.</li> <li>- સૂચનાઓને સાંભળવામાં કે તેનો પ્રતિચાર આપવામાં ક્યારેક રસ ન દાખવે.</li> <li>- અન્યો સાથેની વાતચીત ટાળે કે પોતાની જાતને પાછી ખેંચી લે.</li> </ul>
આઠથી નવ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે પોતે વાતોને છૂપી રાખે છે.</li> <li>- પોતાની વધારે પડતી ટીકા કરે, નાટ્યીકરણ કરે અને ખૂબ જ સંવેદનશીલ હોય છે.</li> <li>- તેને ઓછી પરંતુ ચોક્કસ બાબતોથી ડર લાગે છે.</li> <li>- સૂચનાઓ અને વિનંતીઓ સામે દલીલ કરે અને છેવટે અનુસરણ પણ કરે.</li> <li>- પોતાના વર્તન માટે તાત્કાલિક બદલાની અપેક્ષા રાખે.</li> <li>- તે સામાન્ય રીતે, મદદ કરે, ઉત્સાહિત રહે, જીજ્ઞાસા દર્શાવે.</li> <li>- ક્યારેક રુક્ષતા બતાવે, આત્મકેન્દ્રીતા દર્શાવે, માંગણીઓ કરે, ઠઠ્ઠા મશ્કરી કરે.</li> </ul>
નવથી દસ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ક્યારેક વર્તન બાબતની સમસ્યાઓ ઉભી થાય.</li> <li>- તે ખૂબ સ્વતંત્ર અને વિશ્વાસપાત્ર બને છે.</li> </ul>
દસથી અગિયાર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે પોતાની શૈલી પ્રત્યે જાગ્રત અને ચિંતિત રહે છે.</li> <li>- તે લાપરવાહ અને નિશ્ચિત રહે છે.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેને એકલતા અને ગોપનીયતા ગમે છે.</li> <li>- પુત્રપતાનો દર અલગ અલગ જોવા મળે છે.</li> <li>- ભાગ્યે જ રહે છે. પરંતુ ક્યારેક ગુસ્સે હોય ત્યારે રડી પડે છે. ગુસ્સો આકસ્મિક અને તીવ્ર હોય છે.</li> <li>- તે શાળાકીય અને મિત્રો સાથેના સંબંધ અંગે ચિંતિત રહે છે.</li> </ul>
--	--

### 3.7 તરુણાવસ્થા

#### 3.7.1 ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો
અગિયારથી બાર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- અવારનવાર ગુસ્સે થઈ જાય છે.</li> <li>- રોજંદી પ્રણાલિકાઓ સામે બળવો કરે.</li> <li>- કોઈ તેને શું કરવું કે ન કરવું તે અંગે દિશાસૂચન કરે તો તેને પસંદ ન પડે.</li> <li>- ક્યારેક પોતાના મૂડમાં કામ કર્યા કરે અને પોતાની વાતને વધારીને રજૂ કરે.</li> <li>- અનેક પ્રકારનાં બધા ભય અને ચિંતાઓનો અનુભવ કરે.</li> </ul>
બારથી પંદર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સામાન્ય રીતે રીસાઈ જાય અને ક્યારેક સત્તાકીય વ્યક્તિ સામે શાબ્દિક ગુસ્સો દર્શાવે.</li> <li>- તે અન્યોની સાથે યોગ્ય વાતચીત કરવામાં આવે તે માટે પોતાની ચિંતા દર્શાવે છે.</li> <li>- તે સામાન્ય રીતે તર્કપૂર્ણ વ્યવહાર કરે છે અને જુદું બોલવાનું નાપસંદ કરે છે.</li> </ul>
સોળથી ઓગણીસ વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- નિષ્ફળતાઓ અંગે ચિંતિત રહે છે.</li> <li>- મૂડ પ્રમાણે કામ કરે, એકલા રહેવાનું પસંદ કરે, ગુસ્સો કરે, સ્વ-કેન્દ્રી રહે, દ્વિધામાં રહે, મનમોજી, જીદ-હઠીલા રહે છે.</li> <li>- સ્વતંત્રતા અને પરાધીનતા અંગે દ્વિધાની સ્થિતિ અમુભવે છે.</li> </ul>

#### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

તરુણાવસ્થા દરમિયાન ભાવાત્મક વિકાસના મુખ્ય લક્ષણો જણાવો.

### 3.8 સારાંશ

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન બાળકના ભાવો લાગણીઓ, ઈચ્છા વગેરે સોનોગ્રાફી દરમિયાન સ્પષ્ટ જોઈ શકાય છે. બાળકનું ભાવવિશ્વ બાળકના જન્મ પૂર્વે જ ઘડતર પામવાનું શરુ કરી દે છે. તે પર્યાવરણમાં થતા ફેરફારો તરફ પોતાના ભાવો પ્રદર્શિત કરીને પ્રતિચાર આપે છે. તેથી ગર્ભસ્થ માતાએ પોતાના ભાવવિશ્વ પ્રત્યે સભાન રહી તાણ કે ચિંતાની સ્થિતિને ટાળવી જોઈએ. જન્મ બાદ બાળક અવાજ, સ્મિત, હલનચલન વગેરે થકી પોતાના ભાવો પ્રગટ કરે છે. શરુઆતના તબક્કે બાળક પોતાની આસપાસના પર્યાવરણમાંથી પ્રેમ, હૂંફ અને સલામતીની અપેક્ષા વિશેષ રાખે છે. આ અપેક્ષાઓ પૂર્ણ થતાં ભવિષ્યમાં બાળક સંતુલિત વ્યક્તિત્વ ધરાવે છે. એકથી બે વર્ષનું બાળક પણ ક્યારેક પોતાનો ગુસ્સો પ્રગટ કરે છે. તે રડવું, ગુસ્સે થવું, રીસાઈ જવું વગેરે જેવા વર્તન થકી પોતાની લાગણીઓને પ્રદર્શિત કરે છે અને આત્મવિશ્વાસ દર્શાવે છે. બાળક અનુકૂળનમાં મુશ્કેલી અનુભવે ત્યારે તે અનિચ્છનીય વર્તન પણ કરે છે. તરુણાવસ્થા દરમિયાન બાળકના ભાવવિશ્વનો વિશેષ વિકાસ થાય છે અને તે ભય, ચિંતા વગેરે જેવા નકારાત્મક ભાવો પણ ધરાવે છે અને મૂડ અનુસાર કાર્ય કરે છે.

બાળકનો ભાવાત્મક વિકાસ એ બાળકના સર્વાંગી વિકાસનું મહત્વનું અંગ છે. બોધાત્મક વિકાસ એ ભાવાત્મક વિકાસને સુનિશ્ચિત કરતો નથી. બોધાત્મક વિકાસ ધરાવનાર વ્યક્તિ પોતાની બુદ્ધિનો સદ્ઉપયોગ કરશે તેની પણ કોઈ ગેરંટી આપી શકાય નહીં. પરંતુ યોગ્ય ભાવાત્મક વિકાસ

સાથે બોધાત્મક વિકાસ ધરાવનાર વ્યક્તિ પોતાના કુટુંબ, સમાજ, રાષ્ટ્ર અને વિશ્વ માટે ઉપકારક બને છે. સમત્વ અને સમભાવની લાગણી ભાવાત્મક વિકાસ થકી જન્માવી શકાય છે. આથી બાળકના વિકાસના દરેક તબક્કે તેનો યોગ્ય ભાવાત્મક વિકાસ થાય તે માટે અનુકૂળ વાતાવરણ પૂરું પાડવું જોઈએ. ગુજરાતી, હિન્દી, સંસ્કૃત, વિજ્ઞાન અને ગણિત જેવા વિષયોમાં જોવા મળતા પ્રસંગો, ઘટનાઓ, વાર્તાઓ, કાવ્યો વગેરેનો ઉપયોગ બાળકના ભાવાત્મક વિકાસમાં પોતાનો ફાળો આપે તે શિક્ષકે અને વાલીએ સુનિશ્ચિત કરવું જોઈએ.

### 3.9 સ્વાધ્યાય

1. ભાવાત્મક વિકાસ એટલે શું ?
2. બોધાત્મક વિકાસ અને ભાવાત્મક વિકાસ પૈકી કયો વિકાસ વધારે મહત્વનો છે ? શા માટે ?
3. ગર્ભાવસ્થા દરમિયાનના ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
4. શિશુ દરમિયાનના ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
5. કિશોરાવસ્થા દરમિયાનના ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
6. તરુણાવસ્થા દરમિયાનના ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકો જણાવો.

### 3.10 સૂચિત વાચનસામગ્રી

દોંગા, નનુભાઈ (2010), શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન, નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

દોંગા, નનુભાઈ (2012), અધ્યેતા અંગેની સમજ માટેનું વિકાસાત્મક મનોવિજ્ઞાન, નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

Child Development Guide, Center for Development of Human Services Research Foundation of SUNY Buffalo State College, New York

Development Milestone Chart (2008), The Institute for Human Service for the Ohio Child Welfare Training Programme.

Judith S. Rycus, and Ronald C. Hughes (1998). The Field Guide to Child Welfare Volume III : Child Development and Child Welfare, Child Welfare League of America Press.

Milestone of Childhood Development, Virginia Early Childhood Development Alignment Project.

### 3.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

#### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

ઉંમર	સંવેગ
જન્મથી ૯ માસ	ભય
૯ માસથી એક વર્ષ	પ્રેમ, દુઃખ
એકથી બે વર્ષ	સલામતી
બેથી ત્રણ વર્ષ	ગુસ્સો
ત્રણથી ચાર વર્ષ	બીજાની લાગણી પ્રત્યે સંવેદનશીલ
ચારથી પાંચ વર્ષ	આત્મવિશ્વાસ
પાંચથી ૯ વર્ષ	સાંવેગિક અનુકૂલન

: રૂપરેખા :

- 4.1 પ્રસ્તાવના
- 4.2 ઉદ્દેશો
- 4.3 સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ
  - 4.3.1 સામાજિક વિકાસ - અર્થ
  - 4.3.2 નૈતિક વિકાસ - અર્થ
- 4.4 શિશુ અવસ્થા
  - 4.4.1 સામાજિક વિકાસના દર્શકો
  - 4.4.2 નૈતિક વિકાસના દર્શકો
- 4.5 કિશોરાવસ્થા
  - 4.5.1 સામાજિક વિકાસના દર્શકો
  - 4.5.2 નૈતિક વિકાસના દર્શકો
- 4.6 તરુણાવસ્થા
  - 4.6.1 સામાજિક વિકાસના દર્શકો
  - 4.6.2 નૈતિક વિકાસના દર્શકો
- 4.7 સારાંશ
- 4.8 સ્વાધ્યાય
- 4.9 સૂચિત વાંચનસામગ્રી
- 4.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

#### 4.1 પ્રસ્તાવના

આપણે વિભાગ - 1 માં માનવ વિકાસના દર્શકોની અભ્યાસ કરી રહ્યા છીએ. એકમ - 1 માં આપણે માનવ વિકાસનો અર્થ, સિદ્ધાંતો અને પ્રકારનો અભ્યાસ કર્યો. માનવ વિકાસના પ્રકારો પૈકી શારીરિક, બૌદ્ધિક અને ભાવાત્મક વિકાસની વિસ્તૃત ચર્ચા આપણે અનુક્રમે એકમ 1,2 અને 3 અંતર્ગત કરી. આ એકમમાં આપણે નીતિપથ પર ચાલવાને બોધ પણ આપણા સાંસ્કૃતિક વારસાનો અંગભૂત ભાગ છે. બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ સમાજભિમુખ હોય, તે શિક્ષણનો અગત્યનું ધ્યેય છે. આ એકમમાં આપણે માનવ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓ દરમિયાનથી બાળકના સામાજિક અને નૈતિક વિકાસની વાત કરીશું. માનવી એક સામાજિક પ્રાણી છે-તે વાત આપણે શાળા શિક્ષણ દરમિયાનથી સાંભળી રહ્યા છે. માનવીના સામાજિક અને નૈતિક વિકાસના દર્શકોના અભ્યાસ કરીશું.

#### 4.2 ઉદ્દેશો

આ એકમના અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો -

- ♦ સામાજિક અને નૈતિક વિકાસની વિભાવના આપી શકશો.
- ♦ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ સામાજિક અને નૈતિક વિકાસના દર્શકો જણાવી શકશો.

#### 4.3 સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ

##### 4.3.1 સામાજિક વિકાસ - અર્થ

અગાઉ આપણે શારીરિક, બોધાત્મક અને ભાવાત્મક વિકાસના દર્શકોની વાત કરી ચૂક્યા છીએ. બાળકોમાં યંત્રની જેમ ક્ષમતાઓ તેમજ શક્તિનો વિકાસ ક્રમિક રીતે

થતો નથી. તે એકબીજાથી ભિન્ન નથી. બાળકનો શારીરિક, બોધાત્મક, ભાવાત્મક, સામાજિક, નૈતિક તેમજ અન્ય પ્રકારના વિકાસ એ પરસ્પર અવલંબિત હોય છે. તે દરેક પરસ્પર ગાઢ રીતે સંકળાયેલ છે. સામાજિક વિકાસ એ બાળકની અન્ય સાથેના આંતરવ્યવહાર માટેના જરૂરી કૌશલ્યોનો વિકાસ સૂચવે છે જેમ - જેમ બાળક મોટું થતું જાય છે, તેમ તેમ તે પોતાની જાતને સમાજના સંદર્ભમાં જુએ છે. તેઓ બીજા લોકો સાથેની વાતચીતનું કૌશલ્ય કેળવે છે. સામાજિક વિકાસ પર બાળકના સામાજિક સ્વાસ્થ્ય અને ભવિષ્યના સંબંધોનો આધાર રહેલો છે. યોગ્ય સામાજિક વિકાસ ધરાવનાર બાળકના સંબંધો તેની આસપાસના વ્યક્તિઓ સાથે ગાઢ સંબંધ હોય છે. નબળો સામાજિક વિકાસ ધરાવનાર બાળક એકલો અટૂલો રહેતો હોવાથી ભવિષ્યમાં તેનું સામાજિક વર્તુળ મર્યાદિત રહેવાની સંભાવના છે. સામાજિક વિકાસ અંતર્ગત બાળક પોતે કોણ છે? તે શું અનુભવે છે? લોકો તેના તરફથી કઈ આશા રાખે છે? વગેરે જેવી બાબતો પર વિચાર કરતાં શીખે છે. સામાજિક વિકાસ એ અન્ય વિકાસમાં ખૂબ મહત્ત્વ પૂર્ણ ફાળો આપે છે. પોતાની આસપાસના લોકો સાથેનો સ્વાસ્થ્ય સામાજિક વ્યવહાર બાળકના અધ્યયનને સરળ બનાવે છે. નાના બાળકના સ્મિતથી તેના સામાજિક સંબંધો બાંધવાની શરૂઆત થઈ જાય છે. વર્તમાન સમયમાં માતાપિતા તરફથી પોતાના બાળકોને અપાતો ઓછો સમય, શહેરી વિસ્તારોમાં મિત્રવર્તુળનો અભાવ, ટીવી-મોબાઇલ-ઈન્ટરનેટ જેવા સાધનો વગેરેના પ્રભાવ હેઠળ બાળકનો સામાજિક વિકાસ રૂંધાઈ રહ્યો છે. સમાજ પ્રત્યેની સંવેદનશીલતા એ બાળકના સામાજિક વિકાસ થકી સુનિશ્ચિત કરી શકાય. બાળક તેની આસપાસના દરેક વ્યક્તિ એટલે કે માતા-પિતા, સગા-સંબંધીઓ, શિક્ષકો, મિત્રો, અપરિચિતો વગેરે સાથેનો બાળક તેની આસપાસ દરેક વ્યક્તિ એટલે કે માતા-પિતા, સગા-સંબંધીઓ, શિક્ષકો, મિત્રો, અપરિચિતો વગેરે સાથેનો સંવાદ કરી શકે તેવું વાતાવરણ અને અનુભવ પૂરો પાડીને સંતુલિત સામાજિક વિકાસને પ્રેરિત કરી શકાય છે.

સામાજિકતામિતિ, અવલોકન જેવા સાધનો થકી બાળકના સામાજિક વિકાસનો વૈજ્ઞાનિક અભ્યાસ કરી શકાય છે. લેવ વિગોટસ્કીએ બાળકના સામાજિક વિકાસને લગતો સિદ્ધાંત રજૂ કરેલ હતો. આ સિદ્ધાંતમાં તેઓના મતે જ્ઞાનાત્મક પ્રવૃત્તિઓ સામાજિક ઇતિહાસ પ્રમાણે આકાર પામે છે. તેના આકારે સામાજિક - ઐતિહાસિક વિકાસ નિશ્ચિત થાય છે. તેઓના સિદ્ધાંતના મુખ્ય વિચાર એ છે કે 'બોધના વિકાસમાં સામાજિક આંતરક્રિયા મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે.' બાળકના વિકાસમાં દરેક કાર્ય બે સ્તરે અને બીજું વૈયક્તિક સ્તરે.

#### ◆ 4.3.2 નૈતિક વિકાસ - અર્થ

નૈતિક વિકાસ અંગેના અભ્યાસો કરવાનો પ્રથમ પ્રયાસ કરનાર તરીકે પિયાજેનું નામ આવે છે. ત્યારબાદ, લાંબા સમય સુધી આ આ ક્ષેત્રમાં અભ્યાસો કરીને તેને સમજાવવાનું કામ કોહ્લબર્ગે કર્યું. નૈતિક વિકાસ એ શિશુ અવસ્થાથી પુખ્તાવસ્થા સુધીમાં નૈતિકતાની સમજનો વિકાસ દર્શાવે છે. અન્યના અધિકારો, ન્યાય અને સુખાકારીના સંદર્ભમાં દરેક વ્યક્તિએ શી રીતે વર્તન કરવું જોઈએ તે માટેના સિદ્ધાંતો એટલે નૈતિકતા. કાંઈ વ્યક્તિની નૈતિકતાનો અભ્યાસ કરવા માટે તેની નૈતિકતાની વિભાવનામાં ફાળો આપતી માન્યતાઓ, વલણો, સંવેગો વગેરેનો અભ્યાસ કરવો જરૂરી બને છે.

શિક્ષણ વ્યવસ્થા દ્વારા હાલમાં અમલી સર્વગ્રાહી વિકાસના મોડેલ અનુસાર પ્રામાણિકતાના મૂલ્યના વિકાસ પર વિશેષ ભાર મૂકવામાં આવેલ છે. નૈતિક વિકાસમાં બાળકની આસપાસના લોકોનું વર્તન વિશેષ ફાળો આપતું હોય છે. બાળકના તેની આસપાસના પર્યાવરણ સાથેની આંતરક્રિયાની ખૂબ મોટી અસર નૈતિકતા વિકાસ પર પડે છે.

પિયાજેના મતે બોધાત્મક વિકાસની માફક નૈતિક વિકાસ પણ બે તબક્કે થાય છે. એક, વાસ્તવિકતાલક્ષી નૈતિકતા અને બીજી, સહકારલક્ષી નૈતિકતા. વાસ્તવિકતાલક્ષી નૈતિકતા એ વિકાસનો એવો તબક્કો છે જ્યાં બાળકો નિયમોને નિરપેક્ષ રીતે જુએ છે. જો તમે નાના બાળક સાથે સમય પસાર કરતાં હશો તો તમે જાણતા હશો કે બાળકોની એક એવી ઉંમર હોય છે, જ્યારે તમે તેને કહેશો કે ‘બેઠકરૂમમાં જમવાની મનાઈ છે.’ તો બાળક તરત જ ઊઠીને ત્યાંથી જતું રહેશે. આને પિયાજેએ વાસ્તવલક્ષી નૈતિકતા કહી છે. 5 થી 6 વર્ષનું બાળક માને છે કે વર્તન અને રમતગમત અંગેના તેઓમાં સંદર્ભને ધ્યાનમાં લેવાની ક્ષમતા વિકસે છે. તે જુએ છે કે જુદા જુદા લોકો નિયમ બનાવે છે અને તેને બદલી પણ શકે છે. બાળકના વિકાસના જે તબક્કે આ વિચારનો સ્વીકાર બાળકો કરે છે ત્યારે કહી શકાય કે તે સહકારલક્ષી નૈતિકતાના તબક્કામાંથી પસાર થઈ રહ્યું છે.

કોહ્લબર્ગે નૈતિકતા વિકાસ અંગે ત્રણ સ્તરનો સિદ્ધાંત રજૂ કર્યો. આ પ્રત્યેક સ્તરમાં બે તબક્કાઓનો સમાવેશ થાય છે. અર્થાત્, તેમણે નૈતિકતા વિકાસ માટેના કુલ છ તબક્કા રજૂ કર્યાં.

♦ **કક્ષા - 1 પૂર્વ પારંપરિક - જન્મથી નવ વર્ષ**

**સોપાન - 1 :** આજ્ઞાકિંતતા અને શિક્ષા અભિમુખતા. બાળકો આ તબક્કે શિક્ષા નિવારવા વર્તન કરે છે. રાજુએ ચોરી ન કરવી. કેમ કે, પકડાશે તો સજા થશે.

**સોપાન - 2 :** સુખોપભોગવાદી અને સાધનાત્મક અભિગમ : એવું વર્તન કરે જેનાથી કંઈ સુખ પ્રાપ્ત થાય. રાજુએ ચોરી કરવી જોઈએ. કારણ કે, દુકાનદારે કિંમત ઊંચી રાખી છે.

♦ **કક્ષા - 2 પારંપરિક નૈતિકતા - નવ વર્ષ થી વીસ વર્ષ**

**સોપાન - 3 :** સારો છોકરો કે સારી છોકરી તરીકેની છાપ પાડવા તરફ અભિમુખ : અન્યની શુભેચ્છા મેળવવા વર્તન કરે. એક સારા પતિ તરીકે રાજુએ ચોરી ન કરવી જોઈએ.

**સોપાન - 4 :** કાયદો અને વ્યવસ્થા તરફ અભિમુખ : સમાજની સ્વીકૃતિ માટેનો વર્તનો. રાજુએ ચોરી ન કરવી કારણ કે તે કાયદાની વિરુદ્ધ છે.

♦ **કક્ષા - 3 ઉત્તર પારંપરિક નૈતિકતા - બહુ જ ઓછા પુખ્તો**

**સોપાન - 5 :** સામાજિક કરારો અને વૈયક્તિક હકો તરફ અભિમુખ : રાજુએ ચોરી કરવી જોઈએ. કારણ કે, દુકાનદારના હક્કો જાળવવા કરતાં તેની પત્નીની જિંદગી બચાવવી તેની ફરજ છે.

**સોપાન - 6 :** સાર્વત્રિક નૈતિક સિદ્ધાંત અભિમુખતા : માત્ર સમાજના નિયમોનું પાલન જ ન કરે, પરંતુ સાર્વત્રિક નૈતિક સિદ્ધાંતો કેટલે અંશે લાગુ પડે છે તે પણ ધ્યાનમાં છે.

**4.4 શિશુ અવસ્થા**

♦ **4.5.1 સામાજિક વિકાસના દર્શકો**

સમયગાળો	સામાજિક વિકાસના દર્શકો
જન્મથી છ માસ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સામાન્ય રીતે સંભાળ રાખનાર માતાને તે અન્યોથી અલગ પાડી ઓળખે છે.</li> <li>- તે અન્યો કરતાં માતાને વધારે પ્રતિચાર આપે છે.</li> <li>- હલનચલનનું અનુકરણ કરે છે. ચહેરા તરફ તાકી રહે છે અને પોતાના સ્મિત થકી મૈત્રીપૂર્ણ વ્યવહાર કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેની સાથે રમવું, તેને ધકેલવું, તેને ધીમેથી અડવું, ગલીપથી વગેરે તેને ગમે છે.</li> <li>- અરીસા સમક્ષ પોતાના તરફ હાસ્ય કરે છે.</li> </ul>
<b>છ માસથી એક વર્ષ :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સંભાળ રાખનારને અથવા માતાને તે શોધી કાઢે અને તે જરૂરી છે</li> <li>- ગરબડિયા અવાજો દ્વારા અન્યની સાથે વાતચીત કરે છે.</li> <li>- અન્યોના વર્તનનું અનુકરણ કરે છે.</li> <li>- ખોરાક અને અન્યો સાથેની વાતચીત એ આંતરક્રિયાનો મોટો ધાર બને છે.</li> <li>- અન્ય બાળકો સાથે ખૂબ સારી રીતે રમી શકતું નથી. પરંતુ, તેઓને ધકેલે છે. ખેંચે છે અને ધ્યાન ખેંચે છે.</li> </ul>
<b>એકથી બે વર્ષ :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- પરિચિત પુખ્તો સાથે આંતરક્રિયા કરવાનું પસંદ કરે છે.</li> <li>- પુખ્તોના વર્તનની કોપી કરે છે.</li> <li>- માંગણીઓ, હઠ કરવાની શરૂઆત કરે છે. સ્વતંત્ર બને છે</li> <li>- હાથ હલાવીને બાય - બાય કે ટા - ટા કહે છે.</li> <li>- હજુ પણ માતાને સૌથી મહત્વની વ્યક્તિ ગણે છે.</li> <li>- પોતાની મેળે રમ્યા કરે છે, પરંતુ પોતાની ઉંમરના અન્ય બાળકો સાથે ઘણી સારી રીતે રમી શકતો નથી.</li> <li>- પોતાના વસ્તુઓ તરફ અધિકારભાવ રાખે છે.</li> </ul>
<b>બેથી ત્રણ વર્ષ :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- પરિચિતોને અને ખાસ કરીને માતાને પસંદ કરે છે.</li> <li>- અપરિચિતો તરફ અણગમો દર્શાવે છે.</li> <li>- પુખ્તોના વર્તનનું અનુકરણ કરીને તેમાં ભાગ લેવાનું પસંદ કરે છે જેમ કે, પોતું કરવું, વાસણ ધોવા, કપડાં વાળવા, તૈયાર થવું વગેરે</li> <li>- વાર્તાલાપ દરમિયાન બીજા સાથે વાતચીત કરવા પ્રયત્ન કરે છે.</li> </ul>
<b>ત્રણથી ચાર વર્ષ :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- માતા અથવા સંભાળ રાખનારનું અગાઉ જેટલું જ મહત્વ હોવા છતાં તેઓથી થોડા સમય માટે અલગ રહી શકે છે.</li> <li>- પુખ્તોને ઓળખે છે અને ખાસ કરીને સ્ત્રી અને પુરુષોનો વ્યવહાર વચ્ચેનો ભેદ પારખે છે.</li> <li>- બીજા તરફ રસ દાખવે છે અને જૂથમાં રમત રમવાનું પસંદ કરે છે પરંતુ તે સ્પર્ધા માટે તૈયાર હોતું નથી આ તબક્કે જૂથ યોગ્ય રીતે રચાયેલું હોતું નથી.</li> <li>- તેને બીજાનો સહવાસ ગમે છે.</li> </ul>
<b>ચારથી પાંચ વર્ષ :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેને બીજા સાથે રમવાની જરૂર અનુભવાય છે. તે જૂથમાંના સભ્યો પૈકી જેની સાથે રમત રમવી હોય તેને પસંદ કરે છે.</li> <li>- તે ઉગ્રતા પર કાબૂ મેળવે છે અને પોતાની વસ્તુઓ બીજા સાથે વહેંચવાનું શીખે છે.</li> <li>- તે નિયમોને સ્વીકારે છે.</li> </ul>
<b>પાંચથી છ વર્ષ :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેને માતા કે સંભાળ રાખનારની જુદાઈનો ડર લાગે છે.</li> <li>- પુખ્તોની નકલ કરે છે અને તેઓ દ્વારા થતી પ્રશંસા ગમે છે.</li> <li>- તેને છોકરા અને છોકરીઓ સાથે રમવાનું ગમે છે અને અન્યો</li> </ul>

	<p>સાથેના સંબંધો જાળવવા માટે પોતાના તરફથી થતી માંગણીઓ પર અંકુશ લાવે.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- તે પોતાની ઉંમર જૂથના બાળકો સાથે રમી શકે.</li> <li>- ભોજન દરમિયાન વાતચીત કરવાનું પસંદ કરે</li> <li>- જાતિગત તફાવતોને ઓળખે અને તે અંગે વિનમ્ર રહે.</li> <li>- બાળક ક્યાંથી આવે છે તે વાતમાં તે રસ ધરાવે.</li> <li>- શાળાએ જવું ન ગમતું હોય ત્યારે ઊલટી કે ઉબકાની ફરિયાદ કરે.</li> <li>- તે સ્વીકાર અને સહમતિના ગાળામાંથી પસાર થાય છે.</li> </ul>
--	--

#### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

શિશુ અવસ્થા દરમિયાન બાળક સામાજિક વિકાસ અંતર્ગત કોની સાથે વિશેષ સંબંધ ધરાવે છે ?

ઉંમર	વિશેષ સંબંધ
જન્મથી ૯ મહાસ	
૯ મહાસથી એક વર્ષ	
એક થી બે વર્ષ	
બે થી ત્રણ વર્ષ	
ત્રણ થી ચાર વર્ષ	
ચાર થી પાંચ વર્ષ	
પાંચ થી ૯ વર્ષ	

#### 4.5.2 નૈતિક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	નૈતિક વિકાસના દર્શકો
એકથી બે વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે ચીડ કે ગુસ્સો હોવા છતાં પુખ્તો કે વડીલો તરફથી કાર્યની સંમતિ કે અસંમતિ તરફ સંવેદનશીલતા ધરાવે છે.</li> </ul>
બેથી ત્રણ વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે આત્મનિર્ભર દેખાય છે અને તે સારા બનવા માંગે છે. પરંતુ, તેઓમાં તે અંગેની સ્પષ્ટ સમજનો વિકાસ થયેલ ન હોવાથી તેઓ પોતે કહેલ બાબતોને વળગી રહેતા નથી કે તેને પૂર્ણ કરતાં નથી.</li> </ul>
ત્રણથી ચાર વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સાચા અને ખોટાને ઓળખવાની શરૂઆત કરે છે.</li> <li>- પોતાની તરફના અન્ય લોકોના અભિપ્રાયો માટે તેના મહત્ત્વ ધરાવે છે.</li> <li>- તે સારુ એવું સ્વ-નિયંત્રણ ધરાવે છે અને તે ઓછો આક્રમક હોય છે.</li> <li>- તે અર્થને જાણ્યા વગર શાબ્દિક ધમકીઓ આપે છે.</li> </ul>
ચારથી પાંચ વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે સાચા અને ખોટા તરફ સત્માન બને છે અને સામાન્ય રીતે સારા બનવાની ઈચ્છા ધરાવે છે.</li> <li>- ક્યારેક પોતાની ભૂલ માટે બીજાને દોષ આપે છે.</li> </ul>
પાંચથી ૯ વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેને સારા બનવામાં રસ હોય છે.</li> <li>- બીજાને ખુશ કરવા તેમજ સાચું કરવાની અદમ્ય ઈચ્છાને કારણે ક્યારેક પોતાના ખોટા કાર્યો માટે અન્ય પર દોષારોપણ કરે છે, તેમજ ખોટું બોલે છે.</li> </ul>

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

૧. શિશુ અવસ્થા દરમિયાન બાળકના સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ પરસ્પર કઈ રીતે સંકળાયેલ છે ?

.....

.....

.....

.....

.....

૪.૫ કિશોરાવસ્થા

◆ ૪.૬.૧ સામાજિક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	સામાજિક વિકાસના દર્શકો
છથી સાત વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- કંઈ પણ ખોટું બને તો મોટેભાગે માતાને કે સંભાળ રાખનારને જવાબદાર ઠેરવે</li> <li>- જાહેરમાં કોઈ ચુંબન કરે તે તેને ગમતું નથી. ખાસ કરીને છોકરાઓ આ બાબત ગમતી નથી.</li> <li>- પોતાની જાતને કુટુંબ સિવાયના લોકો સાથે જોડી શકે છે. જેમ કે શિક્ષક, પડોશી.</li> <li>- અસ્થાયી મિત્રો ધરાવે અને મિત્રો તરફ ક્યારેય દયાનો ભાવ ન દાખવે.</li> <li>- ખૂબ ઊંચી અપેક્ષાઓ હોવાના સંજોગોમાં શાળામાં પ્રશ્નો ઊભા થાય છે. તેને ધ્યાન કેન્દ્રીકરણમાં તકલીફ પડે છે અને અન્યોને હેરાન કરે છે.</li> <li>- ભોજનનો સમય ખૂબ લાંબો ચાલતો હોવાથી તે સમસ્યા બને. ખાસ કરીને નાસ્તો એ વધારે ગંભીર સમસ્યા બની શકે છે.</li> </ul>
સાતથી આઠ વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે પુખ્તોને ટાળવાનો પ્રયત્નો કરે અને શિક્ષક કે વડીલો તરફ સખત લાગણીમય વિરોધ કરે અને તેઓ પોતાની તરફ અન્યાય કરતાં હોવાથી ફરિયાદ કરે.</li> <li>- તે વધારે સ્વતંત્રતા અને જવાબદારીઓ ઈચ્છે છે અને સારી રીતે કરવા માટે ગંભીરતા દાખવે છે.</li> <li>- બિનઆયોજિત જૂથ-રમતમાં ભાગ લે છે.</li> <li>- તે પોતાના સ્વ માટે ગંભીરતા દાખવે છે. જેમ કે તેને મોડા પડવાની બીક કે મેદાન પર કંઈક ખોટું થવાનો ભય સતાવે છે.</li> <li>- સમસ્યા ઉકેલ દરમિયાન ઉગ્રતા દર્શાવે છે.</li> <li>- છોકરાઓ છોકરાઓ અને છોકરીઓ છોકરીઓ સાથે રમે છે.</li> </ul>
આઠથી નવ વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- સંભાળ રાખનાર તરફથી હુંફ અને પ્રેમની આશા રાખે છે</li> <li>- સંભાળ રાખનાર તેને સમજે તેવી અપેક્ષા રાખે છે</li> <li>- નવા મિત્રો સહેલાઈથી બનાવે છે અને તેને નિભાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે.</li> <li>- સમાન જાતિના ખાસ મિત્રો બનાવે છે અને ક્લબ કે જૂથનું મહત્વ સમજે છે.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- શાળાને પસંદ કરે છે અને ગેરહાજર રહેવાનું ટાળે છે તેમજ શાળામાં બનેલ બાબતોની વાતચીત કરવાનું પસંદ કરે છે.</li> <li>- તેને ભોજન દરમિયાન થતી વાતચીતમાં રસ ન પડતો હોવાથી તેને ઝડપથી પૂરું કરી પોતાના કામમાં પરોવાય છે.</li> <li>- મિત્રો કે સગા સંબંધીઓની વાતમાં ચંચૂપાત કરે અને જોક્સ કે અન્ય વાત પર હસવાનું વલણ ધરાવે.</li> </ul>
નવથી દસ વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- છોકરા અને છોકરીઓ તેઓના વ્યક્તિત્વ, રસક્ષેત્રો અને લક્ષણોમાં નોંધપાત્ર રીતે જુદા પડે છે.</li> <li>- તેઓ પોતાની સ્વતંત્રતાની કસોટી કરવા માટે તત્પર હોય છે અને સ્વતંત્ર હોવાની સત્તાનો ઉપયોગ કરે છે.</li> <li>- તેને મિત્રો અને સામાજિક પ્રવૃત્તિમાં વિશેષ રસ પડે છે અને જૂથમાં જોખમ લેવાનું તેમજ સકારાત્મક પ્રવૃત્તિઓ કરવાનું પસંદ કરે છે.</li> </ul>
દસથી અગિયાર વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે માતા - પિતા સાથે વાત્સલ્યસભર મજબૂત સંબંધો ધરાવે છે.</li> <li>- તેને પિતા માટે ગૌરવ હોય છે અને માતા તેના માટે સર્વસ્વ હોય છે.</li> <li>- તે મિત્રતા કરતી વખતે વધારે પડતી ચોક્કસાઈ રાખી પસંદગી દર્શાવે અને તેને એક ખાસ મિત્ર પણ હોય છે.</li> <li>- તેને જૂથમાં રહેવાનું ગમે છે અને તે કોઈ એક હીરો તરફ અહોભાવ દર્શાવે છે.</li> </ul>

#### ♦ 4.6.2 નૈતિક વિકાસ દર્શકો

સમયગાળો	નૈતિક વિકાસના દર્શકો
છથી સાત વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે પોતાના વ્યક્તિગત વર્તન તરફ ખૂબ ચિંતિત રહે છે. ખાસ કરીને જ્યારે આ વર્તન તેના કુટુંબ અને મિત્ર સાથે સંકળાયેલ હોય.</li> <li>- તે ક્યારેક પોતાની ભૂલ માટે બીજાને દોષિત ઠેરવે છે.</li> </ul>
સાતથી આઠ વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે નૈતિક નિયમોનું ઘડતર કરી રહ્યો હોવાથી તેને તેમાં મદદ કરવી.</li> <li>- તે પોતાના કૃત્યો તરફ અપરાધભાવ અનુભવે છે, ત્યારે તેને પોતાની જાતને માફ કરતા શીખવવું.</li> </ul>
આઠથી નવ વર્ષ : નવથી દસ વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે ક્યારેક અપરાધભાવ અને શરમનો અનુભવ કરે છે.</li> <li>- તે ન્યાયપૂર્ણ વ્યવહાર તરફ ખૂબ ચિંતિત હોય છે.</li> <li>- તે ન્યાયપ્રિયતા માટે દલીલ કરે છે અને ક્યારેક સ્પર્ધા પણ કરે છે.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેને ભૂલ સ્વીકારમાં મુશ્કેલી પડે છે પરંતુ તે ધીમે ધીમે નિષ્ફળતાઓ તેમજ ભૂલોનો સ્વીકાર કરી તે માટેની જવાબદારી સ્વીકારવાનું વલણ કેળવે છે.</li> <li>- તે સ્પષ્ટ વિવેક કેળવે છે અને તેને સાચા-ખોટાની સમજ પડે છે.</li> <li>- તે સામાન્ય રીતે સાચું કરવાની ઈચ્છા ધરાવે છે, પરંતુ, ક્યારેક આ રુઢિગત નીતિ નિયમો તરફ બળવો કરે છે.</li> </ul>
દસથી અગિયાર વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તેને ન્યાયની સૂઝ હોય છે અને પોતાના કડક નીતિ નિયમો હોઈ શકે છે</li> <li>- તે શું સાચું છે અને શું ખોટું છે તે તરફ ચિંતા દાખવે છે.</li> </ul>

♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3	
કિશોરાવસ્થા દરમિયાન બાળકના નૈતિક વિકાસના મુખ્ય લક્ષણો લખો	
ઉંમર	મુખ્ય લક્ષણ
છ થી સાત વર્ષ	પોતાના વર્તન તરફ ચિંતિત રહે
સાત થી આઠ વર્ષ	પોતાના કૃત્યો તરફ અપરાધભાવ અનુભવે
આઠથી નવ વર્ષ	અપરાધભાવ અને શરમનો અનુભવ કરે
નવથી દસ વર્ષ	ન્યાયપ્રિયતા માટે દલીલ કરે
દસ થી અગિયાર વર્ષ	ન્યાય માટેના પોતાના કડક નીતિ નિયમો ધરાવે

#### 4.7 તરુણાવસ્થા

##### 4.7.1 સામાજિક વિકાસના દર્શકો

સમયગાળો	સામાજિક વિકાસના દર્શકો
અગિયારથી બાર વર્ષ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે વડીલોની ટીકા કરે અને ઘરમાં વસ્તુઓ તરફ ઘૃણા દાખવે</li> <li>- ગેરવાજબી સ્વતંત્રતા માટે પ્રયત્નો કરે</li> <li>- તેને જૂથમાં, સ્પર્ધાત્મક રમતોમાં, જૂથ સભ્યપણામાં અત્યંત રસ હોય છે.</li> </ul>
બાર થી પંદર વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- અગાઉ કરતાં તે કુટુંબ સાથે ઓછી વાતચીત કરે છે.</li> <li>- સમાન જાતિના લોકો તરફ તેને ઓછી ગાઢ મિત્રતા હોય છે.</li> <li>- તેઓ મિત્રોની ટોળકી ધરાવે છે, જેમાં તેઓ પરસ્પર વિરુદ્ધ જાતિ તરફ રસ દાખવે છે.</li> <li>- તે અન્ય તરફ ન્યાયપૂર્ણ વ્યવહાર માટે પ્રયત્ન કરે છે</li> <li>- તે સામાન્ય રીતે તર્કબદ્ધ રીતે વિચારે છે અને ખોટું બોલવાનું ટાળે છે.</li> </ul>
સોળથી ઓગણીસ વર્ષ :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- તે સ્થાપિત મૂલ્યો અને વ્યવહારુ મૂલ્યો વચ્ચેના અંતરને કારણે મૂંઝવણ અનુભવે છે અને ક્યારેક નિરાશ થઈ જાય છે.</li> <li>- ક્યારેક પોતાના મિત્રો અને કુટુંબીજનોના વાણી અને વર્તનના ભેદને કારણે નાસીપાસ થાય છે.</li> <li>- ઉપરોક્ત બાબતોના કારણે ક્યારેક હતાશા, ગુસ્સો, ઉદાસીનતા અને એકલપણાનો ભોગ બને છે.</li> <li>- પોતાની ભાવાત્મક અને જાતિય જરૂરિયાતોના સંબંધમાં તેને જાતિય સંબંધોમાં રસ પડે છે અને પુષ્કોના વિશ્વમાં પ્રવેશવાની પ્રયત્ન કરે છે.</li> </ul>

#### ♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4

કિશોરાવસ્થા અને તરુણાવસ્થા દરમિયાન સામાજિક અને નૈતિક વિકાસમાં આવતો મુખ્ય ફેરફાર જણાવો.

.....

.....

.....

.....

#### 4.7 સારાંશ

માનવી એ સામાજિક પ્રાણી છે અને સમાજ પોતાની કુટુંબ અને શિક્ષણ વ્યવસ્થા થકી બાળકનું સામાજિકીકરણ કરે છે. બાળક શિક્ષણ પૂરું કર્યા બાદ સમાજમાં પોતાની જાતને સિધ્ધ કરી કુટુંબનિર્વાહ

કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. એક તબક્કે તેની પ્રાથમિક જરૂરિયાતો પૂર્ણ થતાં સમાજ તરફની પોતાની ભૂમિકા અદા કરે છે. યોગ્ય સામાજિકતા ન ધરાવતા વ્યક્તિના જીવનમાં વ્યક્તિગત, સામાજિક અને કૌટુંબિક પ્રશ્નો ઉભા થાય છે. બાળક પોતાની આસપાસના વાતાવરણ સાથે અનુકૂલન સાધે તે ખૂબ જરૂરી છે. બાળકના સામાજિક વિકાસની સાથે તેનો નૈતિક વિકાસ પણ એટલો જ અગત્યનો છે. સમાજે હજારો વર્ષના અનુભવો અને ચિંતન બાદ સમાજમાં યોગ્ય વ્યવસ્થા જળવાઈ રહે તે હેતુસર કેટલાંક નૈતિક માપદંડો અને મૂલ્યો પ્રસ્થાપિત કરેલ છે. તેનું વહન બાળક કરે તે માટે તેને પ્રોત્સાહિત કરવું જોઈએ. બાળક સમક્ષ નૈતિક વિકાસ માટેની શાબ્દિક રજૂઆત કરવાથી તે પ્રસ્થાપિત થવાની શક્યતા નહિવત છે કારણ કે જ્યાં સુધી આપણે જે નૈતિક બાબતો પ્રસ્થાપિત કરવા માંગીએ છીએ તેનું અનુકરણ આપણે જાતે નહીં કરીએ તો તેને બાળક ગ્રહણ કરશે નહિ. સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ માટે ચોક્કસ વાતાવરણ પૂરું પાડવું એ ખૂબ જરૂરી છે.

#### 4.8 સ્વાધ્યાય

1. સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ એટલે શું ?
2. સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ એકબીજા સાથે કઈ રીતે સંકળાયેલ છે ?
3. શિશુ અવસ્થા દરમિયાનમાં સામાજિક અને નૈતિક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
4. કિશોરાવસ્થા દરમિયાન સામાજિક અને નૈતિક વિકાસના દર્શકો જણાવો.
5. તરુણાવસ્થા દરમિયાનના સામાજિક અને નૈતિક વિકાસના દર્શકો જણાવો.

#### 4.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી

દોંગા, નનુભાઈ (2010), શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

દોંગા, નનુભાઈ (2012). અધ્યેતા અંગેની સમજ માટેનું વિકાસાત્મક મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

Child Development Guide, Centre For Development of Human Services  
Research Foundation of SUNY Buffalo State Collage, New york.

Development Milestone Chart (2008), The Institute for HUMAN Services for the  
Ohio Child Welfare Training Programme.

Juith S. Rycus and Ronald C. Hughes (1998). The Field Guide to Child Welfare  
Volume III : Child Development and Child Welfare League of America  
Press.

Milestones of Childhood Development, Virgenia Early Childhood  
Development Alignment Project.

#### 4.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

##### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

ઉંમર	વિશેષ સંબંધ
જન્મથી ૯ માસ	માતા
૯ માસથી એક વર્ષ	માતા
એક થી બે વર્ષ	માતા અને પરિચિત લોકો
બે થી ત્રણ વર્ષ	માતા અને પરિચિત લોકો
ત્રણથી ચાર વર્ષ	માતા અને જૂથ
પાંચથી ૯ વર્ષ	સમવયસ્ક

##### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

એક થી બે વર્ષનું બાળક પરિચિત પુખ્તો સાથે આંતરક્રિયા કરતુ હોવાથી તે પોતાની સંમતિ કે અસંમતિ દર્શાવે છે. બેથી ત્રણ વર્ષનું બાળક પુખ્તોની નકલ કરે છે અને પોતે તેમાં સારા દેખાવાનો પ્રયત્ન કરે છે. ત્રણ થી ચાર વર્ષ જૂથમાં રમે છે. પુખ્તોના વ્યવહારને ઓળખે છે અને સાચા ખોટાને ઓળખવાની શરૂઆત કરે છે. પાંચથી ૯ વર્ષની ઉંમરની આસપાસ બાળકને પ્રશંસા ગમતી હોવાથી તેને સારા બનવામાં રસ હોય છે.

##### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

ઉંમર	મુખ્ય લક્ષણ
૯ થી સાત વર્ષ	પોતાના વર્તન તરફ ચિંતિત રહે
સાત થી આઠ વર્ષ	પોતાના કૃત્યો તરફ અપરાધભાવ અનુભવે
નવથી દસ વર્ષ	ન્યાયપ્રિયતા માટે દલીલ કરે
દસથી અગિયાર વર્ષ	ન્યાય માટેના પોતાના કડક નીતિ નિયમો ધરાવે

##### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4

કિશોરાવસ્થા દરમિયાન બાળક સમાન જાતિના જૂથ સાથે મોટે ભાગે સામાજિક સંબંધો ધરાવે છે. જ્યારે તરુણાવસ્થા દરમિયાન તે વિરુદ્ધ જાતિના તરુણો સાથે સામાજિક સંબંધો ધરાવે છે. કિશોરાવસ્થા દરમિયાન બાળક પોતાના વર્તન પ્રત્યે ખૂબ સભાન હોઈ નૈતિકતા વિશેના કડક નિયમો ધરાવે છે. જ્યારે તરુણાવસ્થા દરમિયાન તે જૂથ નૈતિકતા પર ભાર મૂકે છે અને વડીલોના વાણી વર્તનોમાં જોવા મળતી ભિન્નતાથી ક્યારેક નાસીપાસ થાય છે.



ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર  
ઓપન યુનિવર્સિટી

ES-203

અધ્યયન અધ્યાપન  
સામગ્રી વિકાસ

વિભાગ

2

વિકાસના સિદ્ધાંતો અને તેનાં શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો

---

એકમ-5 મનોવૈજ્ઞાનિક વિકાસ - એરિક્સન

---

એકમ-6 બોધાત્મક વિકાસ - પિયાજે

---

એકમ-7 માનવતાવાદી સિદ્ધાંત - મેસ્લો અને રોજર્સ

---

એકમ-8 પંચકોશ વિકાસ

## ES-203, અધ્યયન અધ્યાપન સામગ્રી વિકાસ (વિભાગ-2)

લેખક	
ડૉ. દિવ્યેશ પટેલ	વૈદ્ય એમ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુ., ૬૨૭, ગુલબાર્ઈ ટેકરા, અમદાવાદ.
પરામર્શક (વિષય)	
ડૉ. અલ્કા મેકવાન	એમ.બી.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુકેશન, એસ.પી. યુનિવર્સિટી, વિદ્યાનગર.
પરામર્શક (ભાષા)	
ડૉ. રાજેશ્રીબેન પંડ્યા	વૈદ્ય એમ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુ., ૬૨૭, ગુલબાર્ઈ ટેકરા, અમદાવાદ.
સંપાદન અને સંયોજન	
પ્રો. (ડૉ.) અજીતસિંહ પી. રાણા	નિયામકશ્રી (શિક્ષણશાસ્ત્ર) ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી. અમદાવાદ.
સંયોજન સહાય	
ડૉ. મીના આર્ઈ. રાજપૂત	ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી. અમદાવાદ.

પ્રકાશક : કુલસચિવ, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ-382481

આવૃત્તિ : પ્રથમ આવૃત્તિ-2020, નકલ : 1200

દ્વિતીય આવૃત્તિ-2021, નકલ : 1200

**ISBN : 978-93-5598-186-8**

Copyright © Registrar, Dr. Babasaheb Ambedkar Open University, Ahmedabad.  
December 2020

While all efforts have been made by editors to check accuracy of the content, the representation of facts, principles, descriptions and methods are that of the respective module writers. Views expressed in the publication are that of the authors, and do not necessarily reflect the views of Dr. Babasaheb Ambedkar Open University. All products and services mentioned are owned by their respective copyrights holders, and mere presentation in the publication does not mean endorsement by Dr. Babasaheb Ambedkar Open University. Every effort has been made to acknowledge and attribute all sources of information used in preparation of this Self Learning Material. Readers are requested to kindly notify missing attribution, if any.

---

## ES-203 અધ્યયન અધ્યાપન સામગ્રી વિકાસ

---

### વિભાગ-1 બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધીનાં વિકાસના દર્શકો

- એકમ-1 શારીરિક વિકાસ
- એકમ-2 બોધાત્મક વિકાસ
- એકમ-3 ભાવાત્મક વિકાસ
- એકમ-4 સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ

### વિભાગ-2 વિકાસના સિદ્ધાંતો અને તેનાં શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો

- એકમ-5 મનોવૈજ્ઞાનિક વિકાસ - એરિક્સન
- એકમ-6 બોધાત્મક વિકાસ - પિયાજે
- એકમ-7 માનવતાવાદી સિદ્ધાંત - મેસ્લો અને રોજર્સ
- એકમ-8 પંચકોશ વિકાસ

### વિભાગ-3 અધ્યેતાનું સંપોષણ

- એકમ-9 ભાવાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-10 બોધાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-11 મનોશારીરિક કે ચેષ્ટાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-12 અનન્યતાનું સંપોષણ

### વિભાગ-4 અધ્યેતાનો વ્યક્તિત્વ વિકાસ

- એકમ-13 વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતો અને યુંગનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત
- એકમ-14 સ્વનો વિકાસ: રોજર્સનો સ્વ-સિદ્ધાંત અને મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકકરણનો સિદ્ધાંત
- એકમ-15 ઓલપોર્ટનો ગુણ-લક્ષણલક્ષી સિદ્ધાંત
- એકમ-16 ફોઈડનો વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંત

## દૂરવર્તી અધ્યયનમાં સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રીની ભૂમિકા

દૂરવર્તી શિક્ષણ પ્રણાલીમાં અસરકારક સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રી અનિવાર્ય છે. આ અભ્યાસ-સામગ્રીના લેખકો, અધ્યાપકો અને વિદ્યાર્થીઓ એકબીજાથી ઘણાં દૂર અને ક્યારેક તો ક્યારેય ન મળી શકે તેવી સ્થિતિમાં હોવાથી આવી અધ્યયન સામગ્રી સુગમ અને અસરકારક હોવી જરૂરી છે. દૂરવર્તી શિક્ષણ માટેની અભ્યાસ-સામગ્રીમાં વિદ્યાર્થીના બૌદ્ધિક ચિંતનને ઉદ્દીપ્ત કરવાની ક્ષમતા તથા આવશ્યક તમામ અધ્યયન પ્રવૃત્તિઓ હોવી જોઈએ. આ સામગ્રી પાઠ્યક્રમના સામાન્ય અને વિશિષ્ટ હેતુઓના અનુસંધાને વિદ્યાર્થીને પર્યાપ્ત માર્ગદર્શન આપવા સક્ષમ હોવી જોઈએ. સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં અભ્યાસક્રમમાં સૂચિત તમામ બાબતોનો સમાવેશ થાય તે જરૂરી છે.

અસરકારક અધ્યયન સિદ્ધ કરવા માટે અનેક પ્રકારના આયોજનનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે; જેનાથી વિદ્યાર્થી જ્ઞાનોપાર્જન કરી શકે. બૌદ્ધિક અને મનોશારીરિક કૌશલ્યો કેળવી શકે અને વર્તન તથા અભિગમમાં આવશ્યક પરિવર્તનો સાધી શકે. આથી જ વિદ્યાર્થીનું મૂલ્યાંકન પણ પાઠ્યસામગ્રીમાં આવરી લેવામાં આવ્યું છે.

દૂરવર્તી શિક્ષણની સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ સામગ્રીમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવેલી શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓનું સ્વરૂપ તે શિક્ષણના જ્ઞાનાત્મક, ભાવાત્મક કે મનોશારીરિક હેતુમાંથી કયા હેતુને સંલગ્ન છે? તેના પર આધારિત છે. આ હેતુઓ ભવિષ્યમાં અનુક્રમે જ્ઞાન, બૌદ્ધિક કૌશલ્યો અને મનોશારીરિક કૌશલ્યોની ઉપલબ્ધિમાં પરિણમે છે. વિદ્યાર્થીએ મેળવેલ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ, ઉપયોગ અને અભિવ્યક્તિ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકાય. વિદ્યાર્થીઓના પૂર્વજ્ઞાનનો અને અનુભવોનો આધાર લઈને રચવામાં આવેલ શિક્ષણ સામગ્રી દ્વારા બૌદ્ધિક કૌશલ્યના હેતુને સિદ્ધ કરી શકાય છે અને તેના દ્વારા નવીન જ્ઞાન પ્રાપ્તિનો માર્ગ પ્રશસ્ત થાય છે.

અભ્યાસ-સામગ્રીમાં સ્વાધ્યાય પ્રોજેક્ટ અને પ્રતિપૂષ્ટિ(Feedback)ના સ્વરૂપે અભ્યાસનું આયોજન જરૂરી છે. શારીરિક કૌશલ્ય સંબંધિત શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓમાં ચિત્રાત્મક રજૂઆત હોવી જોઈએ અને ત્યારબાદ ઉચિત અભ્યાસનું આયોજન હોવું જોઈએ. વર્તન અને અભિગમમાં પરિવર્તન માટે આયોજિત શિક્ષણ પ્રવૃત્તિઓ રસ જન્માવે તેવી તથા આ પરિવર્તન દ્વારા થતાં લાભ અને તેની જરૂરિયાતને પ્રતિબિંબિત કરે તેવી હોવી જોઈએ. ત્યાર પછી નવાં અભિગમોને અપનાવવાની અને તે સંબંધિત પ્રક્રિયાના યોગ્ય અભ્યાસનું ઉચિત આલેખન થવું જોઈએ.



## દૂરવર્તી શિક્ષણની ભૂમિકા.

પ્રત્યક્ષ અધ્યાપનમાં જોવા મળતી પ્રત્યાયનની વિશેષતાઓ; જેવી કે અંતરાલાપ, પૂર્વઅભિસંધાન, યોગ્ય સ્થાને વિરામ, આરોહ-અવરોહ, ભાવ-ભંગીમા, સ્વરભાર વગેરે દૂરવર્તી અધ્યયનમાં ઉપલબ્ધ નથી. આ ઉણપ વિશેષતઃ મુદ્રિત સાહિત્યમાં (લેખિત સાહિત્યમાં) જોવા મળે છે. વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક વચ્ચેના વ્યવહારની આ ખૂટતી કડીને જોડવા માટે જ દૂરવર્તી સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવામાં આવે છે. માટે જ આવી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન વૈકલ્પિક નહીં; પરંતુ અનિવાર્ય છે.

સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રીને નાના એકમોમાં વિભાજિત કરીને શિક્ષણના ઉત્તમ સાધન તરીકે વિકસાવવાની સંકલ્પના છે. શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓમાં વૈવિધ્ય દ્વારા શિક્ષણના વિવિધ ક્ષેત્રના હેતુઓ સિદ્ધ થાય તેવો પ્રયત્ન કરવાનો છે.

દૂરવર્તી શિક્ષણની સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીનું આયોજન પૂર્વનિશ્ચિત, શૈક્ષણિક નીપજને ધ્યાનમાં લઈને કરવાનું હોવાથી તેના હેતુઓ અને ધ્યેયો નિશ્ચિત હોય છે. વળી અધ્યેતાઓ દૂરસ્થ હોવાથી આ સામગ્રી દ્વારા તેઓ નિશ્ચિત અધ્યયન પ્રવૃત્તિઓમાં સંલગ્ન રહે તેવું આયોજન કરવામાં આવે છે. જેથી અધ્યેતાઓ સંબંધિત સંકલ્પનાઓને બરાબર સમજી શકે. સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં સાથે સંકળાયેલ સ્વાધ્યાયો, પ્રાયોગિક કાર્યો, પ્રવૃત્તિઓ અને પ્રકલ્પોનો પણ આ જ હેતુ છે. આ સામગ્રી માટે ઉચિત શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓની ઉદાહરણરૂપ સૂચિ ઘણી મોટી હોઈ શકે. આ સંદર્ભે શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓ વિદ્યાર્થીને અભિપ્રેરિત કરે છે, માર્ગદર્શન આપે છે અને વિદ્યાર્થીની પ્રગતિ અને પ્રદર્શનનું સતત માપન-મૂલ્યાંકન પણ કરે છે.

: રૂપરેખા :

- 5.1 પ્રસ્તાવના
- 5.2 ઉદ્દેશો
- 5.3 મનોસામાજિક વિકાસ
  - 5.3.1 મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમ
  - 5.3.2 મનોસામાજિક વિકાસ સિદ્ધાંત - એરિક્સન
- 5.4 મનોસામાજિક વિકાસ - એરિક્સન
  - 5.4.1 એરિક્સન - પરિચય
  - 5.4.2 મનોસામાજિક વિકાસ સિદ્ધાંત - એરિક્સન
- 5.5. એરિક્સનના મતે મનોસામાજિક વિકાસની અવસ્થાઓ
  - 5.5.1 વિશ્વાસ
  - 5.5.2 સ્વાયત્તતા - શરમ
  - 5.5.3 પહેલ કરવી - અપરાધ ભાવ
  - 5.5.4 પરિશ્રમ - લઘુતા
  - 5.5.5 ઓળખ - ભૂમિકા મૂંઝવણ
  - 5.5.6 ગાઠ સંબંધ - વિખૂટાપણું
  - 5.5.7 સર્જકતા - સ્થગિતતા
  - 5.5.8 એરિક્સનના મનોસામાજિક વિકાસ અવસ્થાની તુલના
- 5.6 વિકાસની અવસ્થાઓમાં મનોસામાજિક વિકાસ
  - 5.6.1 ઉત્તરબાલ્યાવસ્થા દરમિયાન મનોસામાજિક વિકાસ
  - 5.6.2 તરુણાવસ્થા દરમિયાન મનોસામાજિક વિકાસ
- 5.7 મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમનું મૂલ્યાંકન
  - 5.7.1 વિશેષતા
  - 5.7.2 મર્યાદાઓ
- 5.8 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થ
- 5.9 સારાંશ
- 5.10 સ્વાધ્યાય
- 5.11 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 5.12 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

## 5.1 પ્રસ્તાવના

---

વ્યક્તિ વિકાસની પ્રક્રિયા મનોવિજ્ઞાન માટે સંકુલ અને રહસ્યમય રહેવા પામી છે. વ્યક્તિ વિકાસને અસરકરતાં પરિબલોનું વૈવિધ્ય અને પરિવર્તનશીલતા આ ક્ષેત્રને હંમેશ માટે અભ્યાસપ્રદ બનાવે છે. વ્યક્તિ વિકાસના વૈવિધ્ય અને પરિવર્તનશીલતાનો વચ્ચે પણ મનોવૈજ્ઞાનિકો સામાન્યપણું શોધી પાયાના સિદ્ધાંતોની રચના કરે છે. શારીરિક, માનસિક, સાંવેગિક, સામાજિક વગેરે અનેકવિધ વિકાસ પરિમાણોને ધ્યાનમાં લઈ મનોવૈજ્ઞાનિકોએ પોતાના વિકાસ સિદ્ધાંતો રજૂ કરેલ છે. ગર્ભધારણથી પુખ્તતા સુધીના માનવ જીવનકાળને આવરી લેતા આ સિદ્ધાંતો માનવ વિકાસની સમજ પૂરી પાડવામાં મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે. બૌદ્ધિક વિકાસથી આગળ વધીને સર્વાંગી વિકાસ સુધી કેળવણી અભિમુખ થઈ છે ત્યારે આ સિદ્ધાંતોનો અભ્યાસ આપણને બાળવિકાસના વિવિધ પાસાઓની સમજ આપી શિક્ષક તરીકે તેને પોષણ આપવા માટેના દિશાનિર્દેશો આપે છે. માનવ વિકાસના વિવિધ તબક્કાઓ દરમિયાન કયા પ્રકારની મનો સામાજિક કટોકટીમાંથી પસાર થાય છે તે દર્શાવેલ છે. પ્રસ્તુત એકમમાં આપણે એરિક્સને આપેલ મનોસામાજિક વિકાસની સમજ પ્રાપ્ત કરી, બાળવિકાસની આપણી સમજને વધુ વિસ્તૃત બનાવીશું.

---

## 5.2 ઉદ્દેશો

---

આ એકમના અંતે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો.

- ◆ મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમોનો અર્થ સ્પષ્ટ કરી તેને સંલગ્ન સિદ્ધાંતોની યાદી આપી શકશો.
- ◆ એરિક્સનના મનોસામાજિક વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓની સમજ આપી શકશો.
- ◆ એરિક્સનના મનોસામાજિક વિકાસના શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો જણાવી શકશો.
- ◆ મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમની વિશેષતાઓ અને મર્યાદાઓ જણાવી શકશો.

---

## 5.3. મનોસામાજિક વિકાસ

---

### 5.3.1 મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમ

માનવ વિકાસના અનેક સિદ્ધાંતો જે તે વિકાસ અવસ્થા દરમિયાન સંકળાયેલા ઘટકો, પરિબલો અને લક્ષણોને દર્શાવે છે. પ્રકારલક્ષી અભિગમ, ગુણ - લક્ષણલક્ષી અભિગમ. પ્રકાર અને ગુણલક્ષી અભિગમ, મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમ, માનવતાવાદી અભિગમ અને અધ્યયનલક્ષી અભિગમ જેવા અનેકવિધ અભિગમો દ્વારા મનોવૈજ્ઞાનિકો માનવવિકાસની સમજ આપવાનો પ્રયત્ન કરે છે. મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમ મનોવિજ્ઞાનની વીસમી સદીના પ્રથમ પાંચ દાયકાઓ સુધી ખૂબ જ પ્રભાવી રહેલ મનોવિશ્લેષણ વિચારધારાને અનુસરે છે. મનોવિશ્લેષણ વિચારધારાના પ્રણેતા સિગ્મન ફ્રોઈડ હતા. તેઓના મતે વર્તનનું ઘડતર તેની પૂર્વ - બાલ્યાવસ્થાના અનુભવો વડે થાય છે. તેઓનું જાણીતું વિધાન હતું 'The child is the father of the man' મનનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમ અંતર્ગત ફ્રોઈડનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત અલ્ફ્રેડ એડલરનું વૈયક્તિક મનોવિજ્ઞાન, યુંગનું વિશ્લેષણાત્મક મનોવિજ્ઞાન અને એરિક્સનનો મનોસામાજિક વિકાસ સિદ્ધાંતનો સમાવેશ થાય છે.

### 5.3.2 મનોસામાજિક વિકાસના સિદ્ધાંતો

માનવ વિકાસના વિવિધ પ્રકારો જેવા કે શારીરિક, માનસિક, બૌદ્ધિક, ભાવાત્મક, વગેરે વિશે આપણે વિભાગ - 1 માં અભ્યાસ કર્યો. વિકાસના કોઈ એક કે તેથી વધુ પરિમાણોને લઈ મનોવૈજ્ઞાનિકોએ પોતાનાં સિદ્ધાંતો રજૂ કર્યા છે.

સામાજિક વિકાસના સિદ્ધાંતોમાં બ્રોન્ફેબ્રેનર અને વિગોસ્કીના સિદ્ધાંતો મુખ્ય છે. બ્રોન્ફેબ્રેનરે ઈકોલોજીકલ ડેવલપમેન્ટ સિદ્ધાંતની રચના કરી હતી. તેઓએ વારસા અને ઉછેર વચ્ચેના સંતુલનની વાત કરી હતી. વિગોસ્કીનું પ્રદાન બોધાત્મક તેમજ સામાજિક વિકાસ સિદ્ધાંત રચનામાં રહેલ છે. તેઓએ સામાજિક - સાંસ્કૃતિક સિદ્ધાંત રજૂ કરેલ છે. તેઓએ જોડીદારો અને વડીલો સાથેના બાળકોની આંતરક્રિયા થકી સામાજિક વિકાસની વાત કરેલ છે.

એરિકા એરિક્સનનો મનોસામાજિક વિકાસનો સિદ્ધાંતની આ એકમમાં વિસ્તૃત ચર્ચા કરેલ છે.

## 5.4 મનોસામાજિક વિકાસ - એરિક્સન

પ. ૪ મનોસામાજિક વિકાસ - એરિક્સન



### 5.4.1 એરિક એરિક્સન - પરિચય (15-6-1902 થી 12-5-1994)

એરિક એરિક્સનનો જન્મ જર્મનીમાં થયો હતો. એરિક એરિક્સનને યુવાનો અને બાળકના સ્વનો વિકાસ, ઓળખ માટેની શોધ અને વ્યક્તિના અન્યો સાથેના સંબંધોના જીવનપર્યંત વિકાસ પર ભાર મૂક્યો હતો. તેમની પાસે કોલેજમાં નિયમિત અભ્યાસ દ્વારા કોઈ યુનિવર્સિટીની માન્ય પદવી ન હતી. તેમણે વિદ્યેનામાં રહીને કલાના શિક્ષણકાર્યની સાથે મનોવિશ્લેષણનો અભ્યાસ કર્યો હતો. વિદ્યેના મનોવિશ્લેષણ સોસાયટીમાંથી મનોવિશ્લેષક તરીકેનું પ્રમાણપત્ર મેળવ્યું હતું. તેમણે થેલ મેડિકલ કોલેજ અને કેલિફોર્નિયા યુનિવર્સિટીમાં પ્રાધ્યાપક તરીકેની

સેવાઓ આપી હતી. મન: સામાજિક વિકાસ સિદ્ધાંત તેમનું મુખ્ય પ્રદાન છે. તેઓ 'Identity Crisis' શબ્દને પ્રચલિત કરવા માટે ખૂબ જાણીતા હતા. તેઓએ નીચેના પુસ્તકો લખ્યાં હતાં.

- Childhood and Society (1950)
- Young Man Luther. A Study in Psychoanalysis and History (1958)
- Identity \_ Youth and Crises (1968)
- Gandhi's Truth : On the Origins of Militant Nonviolence (1969)
- Adulthood (edited book, 1978)
- Vital Involvement in Old Age (with J.M. Erikson and H.Kvinick, 1986)
- The Life Cycle Completed (with J.M. Erikson, 1987)

### 5.4.2 મનોસામાજિક વિકાસ સિદ્ધાંત - એરિક્સન

એરિક એરિક્સને મનોવિશ્લેષણ વિચારધારાને અનુસરીને વિકાસની અવસ્થા - સિદ્ધાંત રજૂ કરેલ હતો. તેમણે ફોઈડના વિકાસની મનોજાતીય અવસ્થાઓના સિદ્ધાંતોમાં સુધારો પણ કર્યો હતો. એરિક્સનને મનોવિશ્લેષક તરીકે ફોઈડના પુત્રી એના ફોઈડે જ તાલીમ આપેલ હતી. તેમણે મનોવિશ્લેષણવાદના સિદ્ધાંતોમાં સુધારો કર્યો, એમ કહેવાને બદલે તેમણે આ વિચારધારાનું વિસ્તૃતીકરણ કર્યું તેમ કહેવું વધુ ઉચિત ગણાય. એરિક્સને વિકાસાત્મક અવસ્થાઓને મનોજાતીય અવસ્થાઓ તરીકે જોવાને બદલે મનોસામાજિક અવસ્થાઓ તરીકે જોઈ. તેના આધાર તરીકે જાતિયવૃત્તિને જોવાને બદલે તેમણે અહંપ્રક્રિયાને સ્વીકારી. તેમના મતે જીવનની શરૂઆતના પ્રથમ વર્ષનું અગત્યનું લક્ષણ શિશુના મુખ - સંતોષ પર કેન્દ્રિત ન હતું. પરંતુ તેમના મતે બાળક આ અવસ્થામાં તેની જરૂરિયાતોના સંતોષના ફળ સ્વરૂપે પર્યાવરણ પર વિશ્વાસ મૂકતા શીખે છે. બીજા વર્ષ દરમિયાન બાળક સ્વાયત્તા શીખે છે. તેમના મતે બાળક ત્રણ ક્ષેત્રમાં વિકાસ કરે છે : જૈવિક, માનસિક અને સામાજિક. તેઓએ તરુણાવસ્થા પર વિશેષ ભાર મૂક્યો હતો.

એરિક્સને જીવનની તમામ અવસ્થાઓ તેના સિદ્ધાંતમાં સમાવવા વધુ અવસ્થાઓનો સમાવેશ કર્યો. એરિક્સને જણાવ્યું કે દરેક અવસ્થામાં વ્યક્તિ વિકાસાત્મક કટોકટી કાળનો સામનો કરે છે. આ દરેક કટોકટીકાળ દરમિયાન હાકારાત્મક વિકલ્પ અને મૂળગત રીતે બિનસ્વાસ્થ્યપ્રદ વિકલ્પ વચ્ચે સંઘર્ષ ઉદ્ભવે છે. વ્યક્તિ જે રીતે કટોકટીકાળ ઉકેલે છે, તેની અસર વ્યક્તિની સ્વ-પ્રતિમા ઉપર અને સમાજ પ્રત્યેના દૃષ્ટિબિંદુ પર થાય છે. શરૂઆતની અવસ્થાઓમાં સમસ્યાઓના અસ્વાસ્થ્યપ્રદ ઉકેલો જીવનભર નકારાત્મક પ્રત્યાઘાતો પાડે છે. તેમણે અઠાર વર્ષની ઉંમર સુધીની પાંચ અવસ્થાઓ અને ત્યાર બાદ વધુ ત્રણ અવસ્થાઓ દર્શાવેલ છે. તેમણે રજૂ કરેલ મનોસામાજિક વિકાસની અવસ્થાઓ નીચે દર્શાવેલ છે.

- (1) વિશ્વાસ - અવિશ્વાસ (Trust - distrust)
- (2) સ્વાયત્તા-શરમ (Autonomy - Shame/Doubt)
- (3) પહેલ કરવી - અપરાધ ભાવ (Industrious Inferiarity)
- (4) પરિશ્રમ - લઘુતા (Industry - Inferiorty)
- (5) ઓળખ - ભૂમિકા મૂંઝવણ (Identity - Confusion)
- (6) ગાઢ સંબંધ - વિખૂટાપણું (Intimacy-Isolation)
- (7) સર્જકતા - સ્થગિતતા (Creativity - Staġknation)
- (8) પરિપૂર્ણતા - નિરાશા (Eġikoniteġikrity - Despair)

### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

એરિક્સને આપેલ અવસ્થાઓને ધ્યાનમાં રાખી નીચેના જોડકાં જોડો.

અ	બ
1. ગાઢ સંબંધ	a અવિશ્વાસ
2. પહેલ કરવી	b વિખૂટાપણું
3. પરિશ્રમ	c અપરાધભાવ
4. વિશ્વાસ	d લઘુતા
	e નિરાશા

1- ....., 2 - ....., 3 - ....., 4 - .....

## 5.5 એરિક્સનના મતે મનોસામાજિક વિકાસની અવસ્થાઓ

### 5.5.1 વિશ્વાસ - અવિશ્વાસ (જન્મથી 12-18 માસ)

જન્મ બાદ બાળક નિરાધાર હોય છે. તે એવા વિશ્વને શોધવાનો પ્રયત્ન કરે છે કે જેના પર તે વિશ્વાસ મૂકી શકે. શું તે ભૂખ્યું હશે તો તેને ખોરાક મળશે ? શું તેનાથી પેશાબ થતાં તેના કપડાં બદલાવવામાં આવશે ? શું તે ડરી ગયું હશે ત્યારે તેને હુંફ મળશે ? આ પ્રકારના પ્રશ્નોના ઉકેલ શોધી તે અનુભવને આધારે આસપાસના પર્યાવરણ પર વિશ્વાસ મૂકે છે.

શિશુ પ્રથમ વર્ષ દરમિયાન ખોરાક, કપડાં પહેરવા, બહાર જવું, શૌચ વગેરે બાબતોમાં અન્યાશ્રિત હોય છે. માતાપિતા તેને ઝુલાવે છે, રમાડે છે. ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાના પ્રયત્નો કરે છે. વિવિધ પ્રકારના અવાજો - બોલી દ્વારા તેની સાથે વાતો કરે છે. બાળક સાથેની આ આંતરક્રિયા તેના જીવનના વલણો નક્કી કરે છે. શિશુની જરૂરિયાતો મહંદ્રઅંશે શારીરિક અને સાંવેગિક હોય છે. ખોરાક, કપડાં અને શૌચ જેવી શારીરિક જરૂરિયાતો હોય છે. જ્યારે તેને જરૂર હોય ત્યારે ખોરાક મળવો. તેને કોઈના હુંફની જરૂર હોય ત્યારે કોઈ તેની પાસે હોવું. તેને મહત્વ આપવું. તેના તરફ જોવું. તેને બોલાવવું, તેને રમાડવું, તેને ઉચકી લેવું વગેરે જેવી બાબતો તેની સાંવેગિક જરૂરિયાતો સાથે સંકળાયેલ છે.

જો શિશુની શારીરિક અને સાંવેગિક જરૂરિયાતો સંતોષાય તો તે પોતાની આસપાસના પર્યાવરણ પર વિશ્વાસ મૂકતા શીખે છે. જો આ જરૂરિયાતો ન સંતોષાય તો તેના આસપાસના લોકો અને વસ્તુઓ પર તેને અવિશ્વાસ ઊભો થાય છે અને ભયભીત બને છે. ઉદાહરણ તરીકે બાળકને ખોરાકરૂપી શારીરિક જરૂરિયાત ઊભી થઈ. અમુક સમય બાદ માતા તેને ખોરાક આપે છે. આ ઘટના વારંવાર થવાથી બાળકને અવિશ્વાસ ઊભો થાય છે કે તેની જરૂરિયાત ઊભી થતા તેનો તત્કાલ સંતોષ થશે નહીં. આ જ રીતે જ્યારે નોકરી પરથી પિતા ઘરે આવી

બાળકની સમક્ષ રજૂ થાય ત્યારે બાળક પોતાના હાથપગ હલાવી ઉચકવા માટેના સંકેત આપે છે. પરંતુ આમ ન થવાના સંજોગોમાં સાંવેગિક જરૂરિયાત સંતોષાતી ન હોવાથી તેને પોતાની આસપાસના પર્યાવરણ પ્રત્યે અવિશ્વાસ ઊભો થાય છે. આ અવસ્થા દરમિયાન ઉદ્દીપક તરીકે બાળકની શારીરિક અને સાંવેગિક જરૂરિયાતો હોય છે. જ્યારે પર્યાવરણ તરફથી તેને પ્રતિચાર મળે છે. બાળકની શારીરિક અને સાંવેગિક જરૂરિયાતોના સંતોષ અને અસંતોષ પર બાળકના પર્યાવરણ તરફના વિશ્વાસ - અવિશ્વાસ પરિણમતી હોવાથી આ અવસ્થાને વિશ્વાસ - અવિશ્વાસની અવસ્થા કહે છે. જો બાળકની જરૂરિયાતોને યોગ્ય રીતે સંતોષવામાં આવે તો તે વિશ્વાસ અને અવિશ્વાસ વચ્ચેનું સંતુલન પ્રાપ્ત કરે છે અને ભવિષ્યમાં મુશ્કેલ પરિસ્થિતિમાં બધું સારું થશે તેવો આશાવાદ સેવશે.

આ અવસ્થા દરમિયાનના વિકાસાત્મક કાર્યોમાં સામાજિક લગાવ અને પ્રત્યક્ષીકરણમાં વધારો તેમજ શારીરિક ક્રિયાઓની પરિપક્વતાના પ્રારંભનો સમાવેશ થાય છે. બાળકનો મુખ્ય સંબંધ તેની માતા સાથે હોય છે. આ અવસ્થાના મુખ્ય લક્ષણો ખોરાક અને ઈરણ છે. જરૂરિયાતોના અસંતોષ પરિણામ સ્વરૂપે સાંવેગિક વિક્ષેપન અને પીછેહઠ જેવા અપાનુકૂલન જોવા મળે છે.

#### ♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

1. શિશુમાં વિશ્વાસ કે અવિશ્વાસ પેદા કરતી ઘટનાઓ સામે ✓ ની નિશાની કરો.

ઘટના	વિશ્વાસ	અવિશ્વાસ
1. બાળકને રડવા દેવું		
2. બાળકને ભૂખ્યું થતા ત્વરિત ખોરાક આપવો		
3. બાળકના ભીના કપડાં થોડી વાર બાદ બદલવા		
4. બાળક હાથ ઊંચા કરતા તેને ઉચકી લેવો		

2. આસપાસના વાતાવરણ તરફ વિશ્વાસ ધરાવતું બાળક ભવિષ્યમાં કેવું વર્તન કરશે ?

.....

.....

#### 5.5.2 સ્વાયત્તતા - શરમ (18 માસથી 3 વર્ષ)

બીજા અને ત્રીજા વર્ષ દરમિયાન બાળક ચાલતા, બોલતા શીખે છે અને પોતાની જાતે કામ કરે છે. આ અવસ્થામાં બાળકનો પ્રિય શબ્દ 'ના' હોય છે. આ સમયે માતાપિતા તરફથી મળતું પ્રોત્સાહન અને શિસ્તપાલનના આગ્રહમાં સાતત્ય બાળકમાં સ્વાયત્તતા અને સ્વતંત્રતા વિકસાવવામાં મદદ કરે છે. પરંતુ માતાપિતા વધુ પડતુ રક્ષણ આપનારા, શિસ્તપાલનના આગ્રહમાં અસાતત્ય દર્શાવનારા કે ઓછી સ્વીકૃતિ આપનારા હોય ત્યારે બાળક શંકાશીલ બને છે અને તેના પોતાના માટે શરમ અનુભવે છે.

ઉદાહરણ તરીકે માતાપિતા બાળકને હાથ ધોઈને ખોરાક લેવાની વાત કરે છે. જ્યારે જ્યારે બાળક ખોરાક લે ત્યારે માતાપિતા બાળકને હાથ ધોવા માટેનો આગ્રહ કરે છે. આથી બાળક ખોરાક લેતા પહેલા હાથ ધોવાની બાબતનો સ્વીકાર કરી આ વર્તનમાં સ્વતંત્ર બને છે. આથી વિરુદ્ધ માતાપિતા ક્યારેક આગ્રહ કરે અને ક્યારેક ચલાવી લે ત્યારે બાળકના મનમાં હાથ ધોવાના વર્તન અંગે શંકા

ઉત્પન્ન થાય છે. ભવિષ્યમાં જ્યારે તે એકલું હોય ત્યારે તે હાથ ધોવા કે ન ધોવા તે બાબતમાં સ્વતંત્રપણે નિર્ણય લેવામાં મૂઝવણ અનુભવે છે. ક્યારેક હાથ ધોયા વગર ખોરાક લેવાની બાબત માતાપિતાના ધ્યાન પર આવતા તે શરમ અનુભવે છે. શિસ્ત પાલનના સંદર્ભમાં માતાપિતા એકવાક્યતા ન દર્શાવે તો બાળક જે તે વર્તનની જરૂરિયાત અને મહત્ત્વ અંગે શંકાશીલ રહે છે. પરિણામે તે વર્તન માટે બાળક સ્વાયત્તા કેળવતું નથી અને તે વર્તનની ગેરહાજરીમાં તે શરમ અનુભવે છે. આથી વિરુદ્ધ નકારાત્મક બાબતમાં શિસ્તપાલનનો આગ્રહ અને સ્વાયત્તા અને શરમ નીપજાવે છે. ઉદાહરણ તરીકે ચોકલેટ ન ખાવાનો આગ્રહ રાખનાર માતાપિતાની હાજરી કે ગેરહાજરીમાં કોઈ અન્ય વ્યક્તિ બાળકને ચોકલેટ આપે છે ત્યારે તે ચોકલેટનો સ્વીકાર કરતા તે શરમ અને ક્ષોભ અનુભવે છે. ક્યારેક તે માતાપિતા સામે જોઈને ચોકલેટ લેવી કે ન લેવી તે અંગેની મૂક સંમતિ માંગે છે. આ અવસ્થાના વિકાસાત્મક કાર્યો કાલ્પનિક રમતગમત, શારીરિક હલનચલન, ભાષા વિકાસ અને સ્વ-નિયંત્રણ છે. બાળકનો મુખ્ય સંબંધ માતા - પિતા સાથે હોય છે. ઈચ્છા અને સ્વનિયંત્રણ એ મુખ્ય લક્ષણો છે. આવેગશીલતા અને દબાણનો ઉદ્ભવ એ બંને અપાનુકૂળનું પરિણામ સૂચવે છે.

### 5.5.3 પહેલ કરવી - અપરાધ ભાવ (3 વર્ષ થી 6 વર્ષ)

પરિશ્રમ એટલે હેતુપૂર્ણ અને અર્થપૂર્ણ ક્રિયા. તે ક્ષમતા અને કૌશલ્યના વિકાસ માટેની તબક્કો હોવાથી એરિક્સન તેને 'જીવનમાં પ્રવેશ' તરીકે ઓળખાવે છે. જે બાળકોને આ તબક્કે પોતાની ક્ષમતાઓ, અન્વેષણની, આંતરિક શક્તિઓની ઓળખવાની કે કાર્ય કરવાની તક આપવામાં આવતી નથી તે બાળકોમાં લઘુતા અથવા પોતે અન્ય કરતાં ઉતરતા હોવાનો ભાવ આવે છે. પરિશ્રમથી બાળક આગળ જતાં કાર્યસ્થળ પર ઉત્પાદક કાર્ય થકી પોતાની હાજરીનું મૂલ્ય વધારે છે. બાળકો આ ઉંમર સુધીમાં પોતાની જાતે વસ્તુઓ અને ઘટનાઓ સાથે કામ કરતા શીખી જાય છે. જો તેને પ્રોત્સાહન મળે તો બાળકમાં પરિશ્રમની કે ઉદ્યમની ભાવના વિકસે છે. સમસ્યા ઉકેલવામાં અને કાર્ય પૂર્ણ કરવામાં આનંદ અનુભવે છે. બુદ્ધિપૂર્વક ઉદ્દીપકો શોધે છે. જો તેમ ન થાય તો લઘુતાગ્રંથિ, નિષ્ફળતા અને બિનકાર્યક્ષમતા વિકસે છે. ઉદાહરણ તરીકે છ થી બાર વર્ષના બાળકો પોતાના જૂથમાં કાર્ય કરે, પ્રોજેક્ટ શરૂ કરે, તહેવારોની ઊજવણીનું આયોજન કરે, રમતગમત રમવાના સમય અને સ્થળ નક્કી કરે, શાળા તરફથી અપાયેલ કાર્ય પૂર્ણ કરે, પોતાના રૂમની સફાઈ અને વ્યવસ્થાપન કરે, ઘરમાં કે શાળામાં વનસ્પતિનું જતન કરે, માતાપિતાને ઘરકામમાં મદદ કરે, આસપાસના બજારમાંથી નાની મોટી ચીજવસ્તુઓ લઈ આવે, આસપાસના પડોશી કે સંબંધીને ત્યાં ચીજવસ્તુઓની આપ લે કરે, પોતાની ચીજવસ્તુઓ - રમકડાંનું સમારકામ કરે વગેરે જેવા અનેકવિધ કાર્યો માટે બાળક આ ઉંમરે પોતાની ઉમેદવારી નોંધાવવા તત્પર હોય છે. તે પોતે કાર્યરત રહેવા માટેના રસ્તાઓ શોધતો હોય છે. સવારથી ઊઠે અને સાંજે સૂઈ જાય ત્યાં સુધી નાનામોટા કામમાં પરોવાયેલ રહેવાનું પસંદ કરે છે. માતાપિતા દ્વારા બાળકના પરિશ્રમનની ભાવનાને પોષણ મળે તે માટે વૈવિધ્યપૂર્ણ અનુભવો પૂરા પાડે તેવા કાર્યો તેને સોંપી તેની કાર્યક્ષમતા પર ભરોસો મૂકવો જોઈએ. આ ભરોસો બાળકના પ્રયત્નો, પરિશ્રમ અને આત્મવિશ્વાસમાં વધારો કરે છે.

આપણે જોયું તેમ બાળક માટે કાર્યરત રહેવા અનેકવિધ ઉદ્દીપકો શોધતો રહે છે. જો માતાપિતા તેને આ ઉદ્દીપકો પૂરા ન પાડી શકે તો બાળક પોતે કંઈ ન કર્યું હોવાનો કે ન કરી શકતો હોવાનો ભાવ અનુભવી લઘુતાગ્રંથિ અનુભવે છે. આ અવસ્થામાં બાળકે કરેલ પરિશ્રમ તેનામાં અનેકવિધ શારીરિક, બૌદ્ધિક, સાંવેગિક અને સામાજિક કૌશલ્યોનો વિકાસ કરે છે. આ કૌશલ્ય-વિકાસના અભાવમાં બાળક બિનકાર્યક્ષમ બની જાય છે. જેથી ભવિષ્યમાં કોઈ સમસ્યા ઊભી થતા તે પોતાની ક્ષમતા અને શંકાશીલ રહે છે અને પ્રત્યનથી દૂર રહે છે અથવા પ્રયત્નમાં નિષ્ફળ રહે છે. ઘણો વખત માતાપિતા એ નથી જાણતા કે પોતાના બાળકની કાર્ય કરવાની જીજ્ઞાસાને કઈ રીતે સંતોષવી. આવી પરિસ્થિતિમાં આધુનિક સમયે માતાપિતા તરફથી બાળકને કાર્યરત રાખવા માટે સામાન્ય રીતે મોબાઈલ, ગેમ કે ટીવીના હવાલે કરી દેવામાં આવે છે. જેની લાંબાગાળાની અસરો સર્વવિદિત છે.

આ અવસ્થાના વિકાસાત્મક કાર્યો મિત્રતા, કૌશલ્ય-અધ્યયન, સ્વ-મૂલ્યાંકન અને ટીમ તરીકેની રમત વગેરે છે. શાળા, મિત્રો અને સંબંધીઓ સુધી બાળકના સંબંધો વિસ્તરે છે. ક્ષમતા અને યોગ્ય પદ્ધતિ વિકાસ એ મુખ્ય લક્ષણ તથા લઘુ પ્રવીણતા અને આળસ અપાનુકૂલન સૂચવે છે.

♦	<b>તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3</b>
1.	સ્વાયત્તતા એટલે શું ? ..... .....
2.	બાળકમાં અપરાધભાવ ક્યારે પેદા થાય છે ? ..... .....
3.	પરિશ્રમ - લઘુતા અવસ્થામાં કઈ કાળજી રાખવી જોઈએ ? ..... .....

### 5.5.5 ઓળખ - ભૂમિકા મૂલવણ (12 વર્ષથી 18 વર્ષ)

ઓળખ તરીકે પર્યાવરણના સંદર્ભમાં બાળક પોતાને શી રીતે જુએ છે તે. આ ઉંમરે બાળકો જાતિય પરિપક્વતા પ્રાપ્ત કરે છે. તરુણ પોતાની જાતને ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેણે અગાઉ મેળવેલ અનુભવોને અહંની ઓળખ માટે સુગ્રથિત કરવા પડે છે. જો તે પોતાની એક ઓળખ પ્રસ્થાપિત કરવી. પોતે ભવિષ્યમાં શું કરવાનું છે. સામાજિક બંધનો, પોતાની કૌટુંબિક - સામાજિક - ધાર્મિક - વ્યક્તિગત - રાષ્ટ્રીય- વૈશ્વિક સંદર્ભમાં ભૂમિકા શોધવી. વ્યવસાય પસંદગી કરી જીવનનું આયોજન કરવું. જાતિય આવેગોને સમજવા - અનુકૂલન પ્રાપ્ત કરવું વગેરે જેવી મૂલવણો વચ્ચે તરુણ પોતાની ઓળખ પ્રસ્થાપિત કરે છે. આ તબક્કે પોતાને સ્વતંત્ર અને જવાબદાર માનીને નિર્ણયો લેવાનું પસંદ કરે છે. સામાન્ય રીતે શિક્ષણ, વાલી અને સમાજ દ્વારા આ તબક્કે બાળક પોતાની ઓળખ પ્રસ્થાપિત કરે તેવા



કાર્યક્રમો કે માર્ગદર્શન આપવામાં નિષ્ફળ જતું હોય તેવું તરુણને અનુભવ થતાં તે તરુણાવસ્થાના પ્રવાહમાં તણાય છે અને અનેકવિધ ઓળખો વચ્ચેની પસંદગીમાં મૂંઝાય છે.

આ અવસ્થાના વિકાસાત્મક કાર્યોમાં શારીરિક પુખ્તતા, ભાવાત્મક વિકાસ, જૂથનું સભ્યપદ, શારીરિક સંબંધો, વાલીથી સ્વતંત્રતા, જાતિય ભૂમિકા ઓળખ. નૈતિકતાનું વૈયક્તિકરણ અને કારકિર્દી પસંદગી છે. જૂથ સાથે બાળક વિશેષ સંબંધ ધરાવે છે. વફાદારી અને પ્રતિબદ્ધતા જેવા મુખ્ય લક્ષણો અને તીવ્ર ઈચ્છા અને અસ્વીકાર જેવા અપાનુકૂલનના લક્ષણો જોવા મળે છે.

તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4	
1.	ઓળખ એટલે શું? ..... .....
2.	ભૂમિકા એટલે શું? ..... .....
3.	ઓળખ - ભૂમિકા મૂંઝવણના તબક્કામાં બાળકના મનમાં ઉદ્ભવતા કોઈપણ ત્રણ પ્રશ્નો લખો. ..... .....

#### 5.5.6 ગાઢ સંબંધ - વિખૂટાપણું (પૂર્વ પુખ્તાવસ્થા 18 વર્ષ થી 34 વર્ષ)

કુટુંબ, પત્ની સાથેના સંબંધોની પ્રાપ્તિ, શારીરિક - સાંવેગિક જોડાણો, પ્રેમ, વિશ્વાસ, આધાર પૂરો પાડવો વગેરે જેવી બાબતો કે જે સ્વાસ્થ્ય સંબંધોને લગતી હોય તેને એરિક્સને ગાઢ સંબંધ સાથે જોડી હતી. વિખૂટાપણું એટલે એકલતા, અસહભાગિતા, સામાજિક નિર્લેપતા જે વ્યક્તિ નજીકના સંબંધોની લાગણી પ્રાપ્ત કરી શકે તો અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે નજીકના સંબંધો કેળવી શકે અને બીજા સાથે વિનિયોગ કરી શકે. જો તેમાં નિષ્ફળતા મળે તો વ્યક્તિ એકલતાવાદી બને છે. પોતાનું કોઈ નથી કે જેનાં પર તે આધાર રાખી શકે તેવી ભાવના વિકસે છે.

આ અવસ્થાના વિકાસાત્મક કાર્યો સ્થાયી સંબંધો, બાળઉછેર, નોકરી કે કાર્ય વગેરે છે. પ્રેમપાત્ર મિત્રો અને કાર્યસ્થળના જોડાણો સંબંધોમાં પ્રભુત્વ ધરાવે છે. પ્રેમ અને જોડાણ એ મુખ્ય લક્ષણ અને સ્વઈંદ્રતા એ અપાનુકૂલનને સૂચિત કરે છે.

#### 5.5.7 સર્જકતા - સ્થગિતતા (મધ્ય પુખ્તવસ્થા 34 વર્ષ થી 60 વર્ષ)

સર્જકતા શબ્દ સર્જન પરથી આવેલ છે. એરિક્સનના મતે આ અવસ્થામાં પણ કાર્ય અને સર્જનાત્મકતા જેવાં ઉત્પાદકતાનું મહત્ત્વ રહેલ છે. સર્જકતા થકી એરિક્સનનો મુખ્ય હેતુ વાલીપણા તરફનો હતો. પોતાના બાળકના ઉછેર દ્વારા આવનારી પેઢીઓનું સર્જન એટલે સર્જકતા. માત્ર બાળકો પેદા કરવા એટલે સર્જકતા નહીં. આ તબક્કાને આપણે સ્વકેન્દ્રિતા અને સ્વમાં રસના અંત તરીકે જોઈ શકીએ. વાલી હોવું એ સર્જકતાની બાંહેધરી આપતું નથી, પરંતુ પોતાની ક્ષમતા અનુસાર બાળકનો માનવ તરીકેનો ઉછેર અને જીવનને કંઈક પરત આપવાનો હેતુ સર્જકતા દર્શાવે છે. સ્થગિતતા એ પોતાના પ્રત્યેના લગાવને

કારણે સ્વકેન્દ્રિતતામાં વધારો અને સર્જકતામાં ઘટાડો સૂચવે છે. તે સ્વાર્થીપણું, અભિમાન અને બીજામાં ઓછો રસ હોવાનું સૂચવે છે. સ્થગિતતા એ વ્યક્તિની આવનારી પેઢીઓ, યુવાનો અને અખિલ વિશ્વ તરફથી ઉદાસીનતા દર્શાવે છે. સ્થગિતતા એ બાળ ઉછેરની તકના અભાવે અથવા કંઈક સારું કરવાની તકના અભાવે પણ ઉદ્ભવે છે. મધ્યવયે વ્યક્તિનું સમાજ પ્રત્યેનું દૃષ્ટિબિંદુ સ્થિર થયું હોય છે. અન્ય માટેની પોતાની જવાબદારી સ્વીકારનાર ઉત્પાદક અને સુખી બને છે. તેમાં નિષ્ફળ જનાર સ્વકેન્દ્રિત બને છે.

આ અવસ્થાના વિકાસાત્મક કાર્યો ગાઢ સંબંધોની સાચવણી અને પોષણ, કારકિર્દી અને અને ઘરનું વ્યવસ્થાપન, વાલીપણું વગેરે છે. પોતાના બાળકો અને સમુદાય સાથે વ્યક્તિ વિશેષ સંબંધ ધરાવે છે. સંભાળ અને ઉત્પાદન એ મુખ્ય લક્ષણો છે, જ્યારે અસ્વીકાર એ અપાનુકૂલનને દર્શાવે છે.

### 5.5.8 પરિપૂર્ણતા - નિરાશા (ઉત્તર પુખ્તાવસ્થા 60 વર્ષથી 75 વર્ષ)

આ સમીક્ષા અને બધું સમેટવાની અવસ્થા છે. પરિપૂર્ણતા એટલે પોતાની જાત અને વિશ્વ સાથે શાંતિનો અનુભવ. કોઈ અફસોસ કે પ્રત્યારોપણ નહીં. જો તેણે વિશ્વને અગાઉના કરતાં સુંદર વિશ્વ બનાવવામાં સફળતા મેળવવી હોય તો તે પોતાના જીવનની સમીક્ષા હકારાત્મક રીતે કરે છે. ગુમાવેલી તકો, નિષ્ફળતાઓ, અફસોસ, પુનઃગઠનની ઈચ્છા, ઘડિયાળને ઉલટી ગુમાવવાની ઈચ્છા, બીજી તક મેળવવાની ઈચ્છા એ નિરાશાને સૂચિત કરે છે. આ અવસ્થા પોતાના જીવનને જોવાનો શક્તિશાળી લેન્સ છે. વ્યક્તિનું જીવન જો સંતોષપ્રદ હોય અને પોતાની તથા અન્યો સાથે એકત્વની લાગણી પ્રાપ્ત કરી હોત તો તેની વદ્ધાવસ્થા આનંદપૂર્ણ પસાર થાય, પરંતુ જો તે અનુભવતી હોય કે તેનું જીવન નિષ્ફળતાઓથી ભરેલું હોય તો તે નિરાશા અનુભવે છે.

આ અવસ્થાના વિકાસાત્મક કાર્યો બૌદ્ધિક પ્રબલતા, નવી ભૂમિકા તરફ ઊર્જાને કેન્દ્રિત કરવી, મૃત્યુ વિશેનો અભિપ્રાય કેળવવો વગેરે છે. સમાજ, વિશ્વ અને જીવન સુધી વ્યક્તિના સંબંધનો વિકાસ થાય છે. ડહાપણ અને ત્યાગ જેવા મુખ્ય લક્ષણો જ્યારે ધારણા અને ઉપેક્ષા જેવા અપાનુકૂલન જોવા મળે છે.

### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 5

1. ગાઢ સંબંધ ધરાવનાર વ્યક્તિના લક્ષણો લખો.  
.....  
.....
2. વ્યક્તિ ઉત્તર પુખ્તાવસ્થા દરમિયાન ક્યારે પરિપૂર્ણતા અનુભવે છે ?  
.....  
.....
3. વ્યક્તિ ઉત્તર પુખ્તાવસ્થા દરમિયાન ક્યારે નિરાશા અનુભવે છે ?  
.....  
.....

5.5.9 એરિક્સનના મનોસામાજિક વિકાસ અવસ્થાઓની તુલના

વય	વિકાસ અવસ્થા	જીવનનો તબક્કો	સંબંધનો વિસ્તાર	મુખ્ય સમસ્યા	મુખ્ય લક્ષણો	અપાનુકૂલન
જન્મથી 12-18 માસ	વિશ્વાસ-અવિશ્વાસ	શિશુ	માતા	ખોરાક, ઊંઘ, આરામદાયક સ્થિતિ	આશા અને ઈરજ	સાંવેગિક વિક્ષેપન, પીછેહઠ
18 માસથી 3 વર્ષ	સ્વાયતત્તા - શરમ	બાળક	માતા - પિતા	શારીરિક ક્રિયાઓ, શૌચ તાલીમ, સ્નાયુ નિયંત્રણ, ચાલવું,	ઈચ્છા અને સ્વનિયંત્રણ,	આવેગશીલતા, દબાણ
3 વર્ષથી 6 વર્ષ	પહેલ કરવી - અપરાધ ભાવ	પૂર્વ-શાલેય	કુટુંબ	શોધખોળ- રમતગમત	હેતુ અને દિશા	નિર્દયતા, સંકોચ
6 વર્ષથી 12 વર્ષ	પરિશ્રમ - લઘુતા	શાલેય	શાળા શિક્ષકો, મિત્રો, પડોશી	સિદ્ધિ અને કાર્યપૂર્ણતા	ક્ષમતા અને પધ્ધતિ	લઘુ પ્રવીણતા, આળસ
12 વર્ષથી 18 વર્ષ	ઓગામ - ભૂમિકા મૂંઝવણ	તરુણાવસ્થા	જૂથ	ઓગામ અને દિશાને લગતી સમસ્યા ઉકેલવી, પુખ્તતા તરફ વધવું.	વફાદારી અને પ્રતિબદ્ધતા	તીવ્ર ઈચ્છા, અસ્વીકાર
18 વર્ષથી 34 વર્ષ	ગાઠ સંબંધ - વિખૂટાપણું	પૂર્વ પુખ્તાવસ્થા	પ્રેમપાત્ર મિત્ર, કાર્યસ્થળના જોડાણો	ગાઠ સંબંધો, કાર્ય અને સામાજિક સંબંધો	પ્રેમ અને જોડાણ	સ્વછંદતા
34 વર્ષથી 60 વર્ષ	સર્જકતા - સ્થગિતતા	મધ્ય પુખ્તાવસ્થા	પોતાના બાળકો,	પરત આપવું, મદદ કરવી, ફાળો આપવો	સંભાળ અને ઉત્પાદન	અસ્વીકાર
60 વર્ષથી 75 વર્ષ	પરિપૂર્ણતા - નિરાશા	ઉત્તર પુખ્તાવસ્થા	સમાજ, વિશ્વ, જીવન	જીવનનો અર્થ, હેતુ અને સિદ્ધિઓ	ડહાપણ અને ત્યાગ	ધારણા, ઉપેક્ષા

## 5.6 વિકાસની અવસ્થાઓમાં મનોસામાજિક વિકાસ

### 5.6.1 ઉત્તરબાલ્યવસ્થા દરમિયાન મનોસામાજિક વિકાસ

ઉચ્ચર પ્રાથમિક શાળાના બાળકોમાં પરિશ્રમની ભાવનાનો વિકાસ થાય છે. પરિશ્રમની ભાવના એટલે ઉત્પાદક કાર્યમાં સામેલ થવાની આતુરતા. આ વયે બાળકો કાર્યમાં સતત પ્રયત્નશીલતા અને કાર્ય પૂર્ણ કર્યાનો આબંને વચ્ચેના સંબંધને જોવાનું શરૂ કરે છે. આ વયે તેઓ પરિશ્રમ અને લઘુતા વચ્ચેનો સંઘર્ષ અનુભવે છે. એક તરફ તેઓ પાસે પ્રત્યેક પ્રયત્ન, પ્રત્યેક સફળતા માટે વિપુલ માત્રામાં શક્તિ છે. બીજી તરફ ઓછા ઉત્પાદનવાળી પૂર્વ કક્ષા તરફનું ખેંચાણ છે. વડીલો દ્વારા તેને હજુ બાળક સમજવામાં આવે છે. તેથી તેણે કાંઈ સાહસ ન કરવું જોઈએ તેવું તેના પર સતત દબાણ રહે છે. આ હકીકત તેને લઘુતા તરફ ખેંચી જાય છે.

બાળક લઘુતા સામે લડી શકે તેવો એકમાત્ર રસ્તો હોય તો તે છે દરેક બાબત ક્રિયા દ્વારા શીખવવાનો અભિગમ કેળવવો. પોતાના અવિકસિત કૌશલ્યોને અજમાવવાની તકોનો ઉપયોગ કરવો. રમત દ્વારા શીખવું તે આ તબક્કે બાળકના વિકાસનું મહત્વનું અંગ બની શકે છે. તેના દ્વારા પુખ્ત વયે જરૂરી પાયાનાં સામાજિક અને શારીરિક કૌશલ્યો પ્રભુત્વ પ્રાપ્ત કરવાની શરૂઆત થઈ શકે. પ્રવર્તમાન સમાજ, શાળા, વાલી અને સંબંધીઓ બાળક સામે સતત નવા પડકારો ઊભા કરે છે. આ તમામ પડકારોને માતાપિતાએ સમતુલિત કરવા જોઈએ સમયવસ્કો સાથે આંતરક્રિયા પણ તેમાં મદદરૂપ થઈ શકે છે. બુદ્ધિજીવીઓ સાથે કામ કરવું, જૂથ - પ્રવૃત્તિમાં ભાગ લેવો વગેરે તેનામાં પોતે ક્ષમતાવાન હોવાની લાગણી ઉત્પન્ન કરે છે. આ અવસ્થાએ બાળકના યોગ્ય ઉછેરને કારણે તેનામાં વિકાસ પામેલ પરિશ્રમની લાગણીને વ્યક્ત કરતાં વર્તનો નીચે મુજબના હોય છે:-

1. વસ્તુ કઈ રીતે કામ કરે છે તે જાણવા તે ઉત્સુક રહે છે.
2. તેણે જે કાર્ય શરૂ કર્યું હોય તે પૂર્ણ કરે છે.
3. પ્રોજેક્ટસ હાથ ધરવા ગમે છે.
4. પ્રયોગો કરવાનું પસંદ કરે છે.
5. શીખવામાં આનંદ અનુભવે છે.

આ તબક્કે બાળકના અયોગ્ય ઉછેરના કારણે તેનામાં વિકાસ પામેલ લઘુતાની લાગણીને વ્યક્ત કરતાં વર્તનો આવાં હોય છે:-

1. બીકણ, કંઈક અંશે પીછેહઠ કરતું જોવા મળે
2. વધુ પડતું આજ્ઞાંકિતપણું
3. અવલોકનકર્તા, ઉત્પાદક નહીં.
4. પોતાની ક્ષમતા અંગે પોતાને શંકા હોય
5. વારંવાર કામકાજ કરવાનું ટાળે, કામકાજ કરવામાં ઢીલ દર્શાવે.

શિક્ષક તરીકે બાળકોમાં પરિશ્રમનું વલણ કેળવવા માટે નીચેની બાબતો ધ્યાનમાં લેવી જોઈએ.

1. બાળકોને વાસ્તવિક ધ્યેય નક્કી કરવાની અને તે દિશામાં કામ કરવાની તક આપવી. ઉદાહરણ તરીકે
  - નાના સ્વાધ્યાયોથી શરૂઆત કરવી, ત્યારબાદ લાંબાગાળાના સ્વાધ્યાયો આપવા, પ્રગતિ ચકાસવા માટેના મુદ્દાઓ, માપદંડો નક્કી કરી તેના વિકાસનું અવલોકન કરવું
  - વિદ્યાર્થીઓને વાસ્તવિક અને યોગ્ય ધ્યેયો નક્કી કરતાં શીખવવું. ધ્યેયોને લખી તેની દિશામાં થયેલ પ્રગતિની નોંધ કરતાં શીખવવું.

2. વિદ્યાર્થીઓને તેઓની સ્વતંત્રતા અને જવાબદારીઓને દર્શાવવાની તક આપવી.
  - વિદ્યાર્થીઓની પ્રમાણિક ભૂલને સહન કરવી.
  - વિદ્યાર્થીઓને લગતું સાહિત્ય એકત્રિત કરવું અને વિતરણ કરવું. કમ્પ્યુટર લેબ સાચવવી, અન્ય વિદ્યાર્થીઓના ગૃહકાર્યને ગ્રેડ આપવા, વિષય મંડળોમાં સહભાગી થવું, વનસ્પતિભાગ-માછલીઘર વગેરેની સંભાળ રાખવી જેવા કાર્યો બાળકોને સોંપી શકાય.
3. હતોત્સાહ થતાં વિદ્યાર્થીઓને મદદ કરો
  - વિદ્યાર્થીના વિકાસને દર્શાવતા વ્યક્તિગત ચાર્ટ્સનો ઉપયોગ કરો.
  - વિદ્યાર્થીએ અગાઉ કરેલ કાર્યના નમૂના સાચવવા જેથી તેઓ પોતાના વિકાસને જોઈ શકે.
  - ખૂબ જ સુધારો પામેલ, ખૂબ જ મદદરૂપ, ખૂબ જ કાર્ય કરનારાઓ માટે એવોર્ડ રાખવા.

### 5.2.2 તરુણાવસ્થા દરમિયાન મનોસામાજિક વિકાસ

આપણે એકમ - 1 માં અગાઉ જોયું તેમ તરુણાવસ્થાની મુખ્ય સમસ્યા સ્વ-ઓળખ વિકાસ છે, જે તેની પુખ્તવયને મજબૂત આધાર પૂરો પાડે છે. શિશુ અવસ્થાથી ઓળખ મેળવવાનો પ્રયાસ તરુણાવસ્થા દરમિયાન વધારે જાગ્રત બને છે. હું કોણ છું? પ્રશ્નનો જવાબ આપવાની શરૂઆત તરુણાવસ્થા દરમિયાન થાય છે. આ તબક્કે તરુણ ઓળખ અને લઘુતા વચ્ચેનો સંઘર્ષ અનુભવે છે. ઓળખનો સાદો અર્થ છે, હું કોણ છું? પ્રશ્નનો સંકુલ જવાબ. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, ઓળખ એટલે વ્યક્તિના ક્ષમતાઓ, માન્યતાઓ અને ઈતિહાસનું સ્વની સાતત્યપૂર્ણ પ્રતિમામાં સંગઠન તેમાં ખાસ કરીને કાયરતા, મૂલ્યો અને આદર્શ અંગે ઈરાદાપૂર્વક કરેલ પસંદગીઓ સુગ્રથિત કરવામાં નિષ્ફળ જાય અથવા પસંદગી માટે પોતાને અક્ષમ અનુભવે તો તેનામાં ભૂમિકા - સંઘર્ષ ઉદ્ભવે છે.

માર્સિયા અને તેના સાથીઓએ (1985) ઓળખના ચાર સ્વરૂપ રજૂ કર્યા છે.

**1. ઓળખ - સિદ્ધિ :** જ્યારે વિદ્યાર્થી વાસ્તવિક વિકલ્પોને ધ્યાનમાં રાખી યોગ્ય વિકલ્પની દૃઢપણે પસંદગી કરે છે અને તે પ્રમાણે કરવાની આગ્રહ રાખે છે ત્યારે તેણે ઓળખ-સિદ્ધિ મેળવી છે તેમ કહેવાય. ઘણાં ઓછા તરુણો માધ્યમિક શાળાનો અભ્યાસ પૂર્ણ કરે ત્યાં સુધીમાં આ કક્ષાની ઓળખ મેળવી શકે છે. ઘણાં તરુણો વર્ષો સુધી પોતાની પસંદગીઓમાં દૃઢ હોતા નથી.

**2. પૂર્વનિર્ધારિત ઓળખ :** જ્યારે તરુણ ભિન્ન ઓળખને અજમાવતો નથી કે વિકલ્પોને ધ્યાનમાં લેતો નથી પણ માતાપિતાના ધ્યેયો, મૂલ્યો અને જીવનરાહને પોતે સ્વીકારી લે છે તે ઓળખને પૂર્વનિર્ધારિત ઓળખ કરે છે.

**3. અસ્પષ્ટ ઓળખ :** જ્યારે તરુણ પોતે શું છે, તે પોતાના જીવનમાં શું કરવા માંગે છે? તે અંગે ચોક્કસ તારણ ન કાઢી શકે ત્યારે તેની અસ્પષ્ટ ઓળખ ગણાય. તેઓને પોતાની કોઈ ચોક્કસ દિશા હોતી નથી. આમ થવાનું કારણ એ હોઈ શકે કે અગાઉ તેમણે પસંદગી માટેના નિષ્ફળ પ્રયાસો કર્યા હોય અથવા તેના અંગે ગંભીરતાપૂર્વક ક્યારેય વિચાર ન કર્યો હોય.

**4. ઓળખનો અભાવ :** તરુણો પસંદગીના સંઘર્ષ વચ્ચે ક્યારેક પોતાની વૈયક્તિક કે વ્યાવસાયિક પસંદગીઓ અંગે પોતાની પ્રતિબદ્ધતામાં ઢીલાશ અનુભવે છે એટલે કે પોતાની કોઈ પસંદગી કરી શકતા નથી. તરુણો પ્રવર્તમાન સમાજમાં આ સ્થિતિમાં વિશેષ અનુભવે કરે છે.

એરિક્સનના મતે ઓળખ-સિદ્ધિ અને ઓળખ - અભાવ એ બંને સ્થિતિઓ સ્વાસ્થ્યપ્રદ વિકલ્પો છે. તરુણોની ઓળખની અજમાયશ, જીવનશૈલી અંગે

પ્રયોગશીલતા અને કારણોનો સ્વીકાર એ દૃઢ ઓળખ પ્રસ્થાપિત કરવામાં અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. પરંતુ જે તરુણો અસ્પષ્ટ ઓળખ કે પૂર્વનિર્ધારિત ઓળખમાંથી મુક્ત થઈ શકતા નથી તેઓ અનુકૂલનમાં મુશ્કેલી અનુભવે છે. ઉદાહરણ તરીકે અસ્પષ્ટ ઓળખવાળા તરુણો જડ, અસહિષ્ણુ, ઝનૂની અને સંરક્ષણાત્મક બને છે.

#### યોગ્ય ઓળખ ધરાવતા તરુણના લક્ષણો

1. જાતિયતા - ભૂમિકા અંગે ચોક્કસ મત.
2. સમવયસ્કોના દબાણ નીચે વધુ લાગણીવશ બની જતાં નથી.
3. પુખ્તોની સત્તાને પડકારે છે.
4. ભાવિ અંગેનું આયોજન કરે છે.
5. સ્વ-સ્વીકૃત બનવાનું વલણ ધરાવે છે.

#### ભૂમિકા મૂલવણ ધરાવતા તરુણોના વર્તનો :

1. પોતાની જાતિય ભૂમિકા અંગે શંકા ધરાવે છે.
2. આત્મવિશ્વાસનો અભાવ.
3. સત્તા પ્રત્યે વધુ પડતો દુશ્મનાવટ અથવા વધુ પડતું આજ્ઞાંકિતપણું
4. સ્વ-અસ્વીકૃતિનું વલણ.

#### તરુણોમાં ઓળખ-ઘડતરને મદદરૂપ થવા માટેના અભિગમો :

1. વિદ્યાર્થીઓને કારકિર્દી પંસદગી માટે અને અન્ય પુખ્ત ભૂમિકા સંબંધિત પણ મોડલ્સ આપવા જેમ કે સાહિત્ય અને ઈતિહાસમાંથી મોડલ્સ શોધીને આપવા. વિદ્વાનો, મહિલાઓ, નેતાઓ વગેરેના ફાળા વિશે જણાવવાનું અને તેમની જન્મ તારીખનું કેલેન્ડર બનાવવું.
2. વિદ્યાર્થીઓને તેઓના વ્યક્તિગત પ્રશ્નો ઉકેલવા માટેના સ્ત્રોતો શોધવામાં મદદ કરવી જેમ કે શાળા સલાહકાર, શિક્ષક, વડીલ, માતાપિતા સાથે વાતચીત કરવા પ્રેરણા આપવી.
3. જ્યાં સુધી અન્યને નુકસાન ન કરે કે અધ્યયનમાં અવરોધક ન બને ત્યાં સુધી તારુણ્યની ધૂન-તરંગને સહન કરવી.
4. તરુણોને તેમના ગેરવર્તન માટે વાસ્તવદર્શી પ્રતિપુષ્ટિ આપવી.

### 5.7 મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમનું મૂલ્યાંકન

મનોવિશ્લેષણાત્મક દષ્ટિબિંદુએ મનોવિજ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં અને તેની બહાર નોંધપાત્ર અસરો ઊભી કરી છે. તેમ છતાં અનેક વિવેચકોએ તેની વિશેષતાઓ કરતાં મર્યાદાઓની વિશેષ નોંધ લીધી હોય છે નીચે મુજબ છે.

#### 5.7.1 વિશેષતાઓ

આ અભિગમને અનુસરનારા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ રજૂ કરેલા સિદ્ધાંતો અને ખ્યાલો અંગે સ્મિથ અને અન્ય (2006) એ નીચે મુજબની હકારાત્મક વિશેષતાઓ નોંધી છે.

1. આ અભિગમ દ્વારા કેટલાંક મહત્વના ખ્યાલો પ્રાપ્ત થયા છે : દાખલા તરીકે બચાવ પ્રયુક્તિઓ.
2. મનોવિશ્લેષણાત્મક સિદ્ધાંતની ધારણા અનુસાર વિવિધ વર્તનો માટે એક પ્રેરણ કાર્ય કરે છે. પરંતુ તેનાથી વિરુદ્ધ અનેક વર્તનો એવા જોવા મળે છે જેના કારણોની સ્પષ્ટતા આ સિદ્ધાંતો દ્વારા થતી નથી.
3. મનોવિશ્લેષણવાદીઓ ફોઈડથી આગળ હતાં છતાં કોઈને કોઈ રીતે તેમના સિદ્ધાંતોમાં પણ ફોઈડના દષ્ટિ બિંદુની મર્યાદા ચાલુ હતી.

4. વિકાસની અવસ્થાઓ સંસ્કૃતિ મુજબ પરિવર્તનશીલ છે. કેટલીક સંસ્કૃતિમાં ચૌદ વર્ષની ઉંમરની આસપાસ લગ્ન થાય છે. જ્યારે કેટલીક સંસ્કૃતિમાં પચ્ચીસ વર્ષની આસપાસ લગ્ન કરવામાં આવે છે.
5. કેટલાક મનોવૈજ્ઞાનિકોને મતે એરિક્સનનો સિદ્ધાંત એ છોકરીઓ કરતાં છોકરાઓ પર વધુ કેન્દ્રિત છે. એરિક્સનના મતે તેમનો સિદ્ધાંત સ્ત્રી અને પુરુષ બંનેને લાગુ પડે છે. પરંતુ ક્યારેક સ્ત્રીઓની મનોસામાજિક સ્થિતિ અને અવસ્થાઓ પુરુષો કરતા અલગ હોવાનું સ્વીકાર કરવામાં આવ્યું છે.
6. સમગ્ર માનવજીવનને આઠ અવસ્થાઓ આવરી લેતી હોવાનો એરિક્સનનો દાવો હોવા છતાં તેમનું મોટાભાગનું કાર્ય એ અઠાર વર્ષની ઉંમર સુધી વધુ કેન્દ્રિત હતું.

## 5.8 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થી

### ◆ વિશ્વાસ-અવિશ્વાસ

1. બાળકની શારીરિક જરૂરિયાતો જેવી કે ખોરાક, શૌચ સફાઈ વગેરેની સમયસર પૂર્તિ કરવી.
2. બાળક પોતાની જરૂરિયાતો રડીને કે હલન ચલન દ્વારા વ્યક્ત કરતા હોવાથી તે વર્તનને સહજ ગણી અવગણવું નહીં.
3. બાળકની સાંવેગિક જરૂરિયાતો જેવી કે હૂંફ, પ્રેમ વગેરે પૂરી કરવી
4. બાળકની જરૂરિયાત ઉદ્ભવે ત્યારે જ પૂર્ણ થાય તેનું ધ્યાન રાખવું કારણ કે તેનાથી બાળકમાં પોતાની જરૂરિયાત આસપાસનું પર્યાવરણ પૂરી કરશે તેવો વિશ્વાસ પેદા થાય છે.

### ◆ સ્વાયત્તતા - શરમ

5. બાળકને વધુ પડતું રક્ષણ ન આપવું. બાળકને દરેક કાર્ય પોતાની જાતે કરવાનો પ્રયત્ન કરવા દેવો. જેથી તેના સ્વાયત્તતા મેળવવાના પ્રયત્નમાં તે સરળતા અનુભવે.
6. બાળક તરફ શિસ્ત પાલનના આગ્રહમાં એકવાક્યતા દર્શાવવી. ક્યારેક ચોકલેટ ખાવાની 'હા' અને ક્યારેક 'ના' એવું અસાતત્યપૂર્ણ વર્તન ન કરવું.
7. બાળકને તેના કાર્યની પસંદગી કરવાની તક આપવી.

### ◆ પહેલ કરવી - અપરાધ ભાવ

8. બાળકને પસંદગી કરવાની અને તેની પર અમલ કરવાની તક આપો કારણ કે આ તબક્કે બાળક પોતાની મેળે પહેલ કરવાની વૃત્તિ ધરાવે છે. દિવસનો એક એવો સમય નક્કી કરો કે જ્યારે બાળકો પોતાની પસંદગીનું કાર્ય કરી શકે આનાથી બાળકો પોતાના નિર્ણયો જાતે લેતા થશે.
9. શિક્ષણ અને તેની પ્રવૃત્તિઓને નાના પગલાંઓમાં વહેંચો કે જેથી બાળકો નાના નાના પગલાંઓ પર સરળતાથી સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે. અન્યથા તેઓ લાંબા પગલાંઓથી કંટાળી જશે અને સફળતા પ્રાપ્તિનો દર ઘટશે.
10. રમતો રમાડતી વખતે સંતુલિત ટીમ બનાવવી કારણ કે નબળી ટીમ સતત હારતી રહેશે તો તેના સભ્યોને તે રમત કે વિષય પ્રત્યે અણગમો પેદા થઈ શકે છે.
11. બાળકો જાતે પ્રવૃત્તિ કરે ત્યારે થતી ભૂલનો સ્વીકાર કરો. જો બાળક કોઈ વસ્તુને નુકસાન કે ભયંકર ભૂલ કરે તો તેને તે ભૂલ કઈ રીતે સુધારવી તે અંગે શાંતિથી માર્ગદર્શન આપવું. આથી બાળકને પ્રવૃત્તિ કરતી વખતે આત્મવિશ્વાસ વધશે.

### ◆ પરિશ્રમ - લઘુતા

12. બાળકોને વાસ્તવિક ધ્યેયો સ્થાપિત કરવામાં મદદ કરો. તેઓને ત્રિમાસિક કે છ માસિક શૈક્ષણિક અને વ્યક્તિગત ધ્યેયો સ્થાપિત કરવામાં મદદ કરો અને અઠવાડિયે કે પંદર દિવસે તેઓની પ્રગતિ અંગે પૃચ્છા કરી તેઓને પોતાની જાતનું અવલોકન કરવાની ટેવ પાડો. દરેક સ્વાધ્યાય કે પ્રકલ્પને સમયના સંદર્ભમાં વિભાજિત કરો કે જેથી તેઓ તેને પૂર્ણ કરી શકે. પરિશ્રમનો આ તબક્કો સફળતાપૂર્વક પાર પાડવાથી તરુણવસ્થામાં તે આત્મવિશ્વાસપૂર્વક પ્રવેશ કરશે.
13. બાળકોને કામ સોંપો. તેઓને ખુરશીઓ, પાટલીઓ, પુસ્તકો વગેરે ગોઠવવાનું સોંપો. વિજ્ઞાનને લગતા કાર્ય જેમ કે માછલીઘરની સંભાળ વગેરે સોંપો. બાળકોની જવાબદારીની યાદી તૈયાર કરી તેઓને કામ સોંપો
14. બાળકોના સહયોગથી વર્ગખંડના અને વર્ગખંડ બહારના નિયમો તૈયાર કરો.

15. બાળકોની અભ્યાસ ટેવો વિકસાવો. તેઓને સમયનું વ્યવસ્થાપન કરતાં, નોટબુક બનાવતા, વાચન, લેખન વગેરે અંગે જરૂરી સૂચનાઓ આપો.
16. બાળકોને સમયાંતરે નિયમિત પ્રતિપોષણ આપો. ખાસ કરીને ઓછો આત્મવિશ્વાસ ધરાવતા બાળકોને જરૂરથી પ્રતિપોષણ આપવું. તેઓ જે કાર્ય કરી રહ્યાં છે તે માટે તેઓની પ્રશંસા કરો અને સંરચનાત્મક ટીકા કરો.
17. હોશિયાર બાળકો નબળા બાળકોને મદદ કરે તે માટેની જવાબદારી સોંપો જેથી તેઓને નબળા બાળકો પ્રત્યે ઘૃણા પેદા ન થાય અને તેમની મશ્કરી ન કરે.
18. બાળક સમક્ષ એનેકવિધ રોલ મોડેલ રજૂ કરો. તરુણવસ્થા એ બાળખની પોતાની ઓળખ મેળવવાનો સમય છે. આ અવસ્થામાંથી સફળતાપૂર્વક પસાર થયેલ બાળક ‘હું કોણ છું’ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપવા સક્ષમ બને છે. નબળા સંજોગોમાં પરિશ્રમ થકી સફળતાને વરેલ લોકોની વાત રજૂ કરો.
19. સર્વોત્તમ કાર્યનું ઉદાહરણ પૂરું પાડો. શ્રેષ્ઠ બાળક કેવો હોય ? તે જણાવો. આનાથી તેઓ શ્રેષ્ઠતાને પોતાની ઓળખનો ભાગ બનાવવા પ્રેરણા મળશે.
20. બાળકોને અભ્યાસ, વિષય, પ્રવૃત્તિઓ, પ્રકલ્પોમાં રસપૂર્વક ભાગ લેવાની સમજ આપો કારણ કે તેનાથી જે તે કાર્ય હંમેશા રસપૂર્વક કરવાની બાબત તેમની ઓળખનો ભાગ બનશે.
21. વ્યક્તિગત ટીપ્પણીઓ કરવા કરતાં તેઓના વર્તનને સંરચનાત્મક ટીકા કરવી કારણ કે તેઓ અનેક રોલ મોડેલ પૈકી પસંદગીના મોડેલ અનુસાર વર્તન કરી રહ્યાં હોય છે.

## 5.9 સારાંશ

માનવ વિકાસના અનેક પરિમાણો પૈકી મનોસામાજિક પરિમાણને ધ્યાનમાં રાખીને રચવામાં આવેલ એરિક્સનના સિદ્ધાંતનો અભ્યાસ આ એકમમાં કાર્યો બાળકના જન્મથી જ તેનો માનસિક અને સામાજિક વિકાસ શરૂ થાય છે. સમાજ, કુટુંબ અને પર્યાવરણ માનવને સામાજિક પ્રાણી બનાવવામાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે.

વિશ્વાસ-અવિશ્વાસના તબક્કાથી માંડીને તરુણવસ્થા દરમિયાન ઓળખ પ્રાપ્ત કરવાની મથામણ સુધી બાળક વૈવિધ્યપૂર્ણ રીતે મનોસામાજિક વિકાસ સાધે છે. એરિક્સને દર્શાવેલ આ સિદ્ધાંત બાળકના મનોસામાજિક વિકાસને સમજવામાં શિક્ષકને તેમજ વાલીને મદદરૂપ થાય છે. વિકાસના વિવિધ તબક્કે મનોસામાજિક વિકાસનું જ્ઞાન આપણને વધુ સારી અને સુયોજિત ભૂમિકા ભજવવામાં મદદરૂપ કરે છે. બાળક પરિશ્રમ-લઘુતા અવસ્થામાં હોય ત્યારે વાલી કે શિક્ષક તરીકે આપણે કેવું વર્તન કરવું જોઈએ ? આપણે બાળકને કેવું પર્યાવરણ પૂરું પાડવું જોઈએ ? વગેરેનું ચિંતન ભવિષ્યમાં વધારે સારા વ્યક્તિત્વ ધરાવતા માનવીના નિર્માણને સુનિશ્ચિત કરે છે. શિક્ષકે આ અવસ્થાઓનો ગહન અભ્યાસ કરી પોતાના વર્તનને સભાનપણે આયોજિત કરવું જોઈએ અને આ બાબતે વાલી પણ જાગૃત બને તેવાં પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

## 5.10 સ્વાધ્યાય

1. મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમ એટલે શું ?
2. એરિક્સનની મનોસામાજિક વિકાસની અવસ્થાઓ સમજાવો.
3. એરિક્સનના મનોસામાજિક વિકાસ સિદ્ધાંતના શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો જણાવો.
4. એરિક્સનના મનોસામાજિક વિકાસની અવસ્થાઓના સંદર્ભમાં બાળકનું અવલોકન કરી નોંધ તૈયાર કરો.
5. બાળકોને લગતી ફિલ્મની એરિક્સનની મનોસામાજિક વિકાસ સિદ્ધાંતના સંદર્ભમાં સમીક્ષા કરો.

## 5.11 સૂચિત વાચનસામગ્રી

દોંગા, નનુભાઈ (2010), શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન (દ્વિતીય આવૃત્તિ). નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ  
 શાહ ગુણવંત અને પંડ્યા કુલિન (1999). શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન. યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, અમદાવાદ.

Erikson, E.H. (1993). Childhood and Society. W.W. Norton & Co., New York

Erikson, E.H. (1968). Identity. Youth and Crisis. W.W. Norton & Cp., New york



## 5.12 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1. - બી                      2- સી                      3-ડી                      4-એ

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

1. શિશુમાં વિશ્વાસ અને અવિશ્વાસ પેદા કરતી ઘટનાઓ સામે ✓ ની નિશાની કરો.

ઘટના	વિશ્વાસ	અવિશ્વાસ
1 બાળકને રડવા દેવું		✓
2 બાળકને ભૂખ્યું થતાં ત્વરિત ખોરાક આપવો	✓	
3 બાળકના ભીના કપડાં થોડી વાર બાદ બદલવા		✓
4 બાળક હાથ ઊંચા કરતા તેને ઊંચકી લેવો	✓	

2. આસપાસના વાતાવરણ તરફ વિશ્વાસ ધરાવતું બાળક ભવિષ્યમાં કેવું વર્તન કરશે.

આસપાસના વાતાવરણ પર વિશ્વાસ ધરાવતું બાળક ભવિષ્યમાં આસપાસના લોકો અને વસ્તુઓ પર વિશ્વાસ મૂકશે અને મુશ્કેલ પરિસ્થિતિમાં વધુ સારું થશે તેવો આશાવાદ સેવશે.

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

1. સ્વાયત્તતા એટલે શું ?

બીજા અને ત્રીજા વર્ષ દરમિયાન બાળક ચાલતાં, બોલતાં શીખે છે અને પોતાની જાતે કામ કરે છે. આ અવસ્થામાં બાળકનો પોતાની જાતે કામ કરવાનું વલણ ધરાવે છે જેને સ્વાયત્તતા કહે છે.

2. બાળકમાં અપરાધભાવ ક્યારે પેદા થાય છે ?

અપરાધભાવ એટલે પોતે જે કંઈ કરી રહ્યો છે તેનો અન્ય દ્વારા અસ્વીકાર થવાની શક્યતા. પોતાના કાર્યનો અસ્વીકાર થવાની સંભાવના હોવાથી તે કાર્યને હાથ પર જ ન લેવાની વૃત્તિ બાળકમાં આવે છે.

3. પરિશ્રમ - લઘુતા અવસ્થામાં કઈ કાળજી રાખવી જોઈએ.

સવારથી ઊંઠે અને સાંજે સૂઈ જાય ત્યાં સુધી નાનામોટા કામમાં પરોવાયેલા રહેવાનું તે પસંદ કરે છે. માતાપિતા દ્વારા બાળકના પરિશ્રમની ભાવનાને પોષણ મળે તે માટે વૈવિધ્યપૂર્ણ અનુભવો પૂરા પાડે તેવા કાર્યો તેને સોંપી તેની કાર્યક્ષમતા પર ભરોસો મૂકવો જોઈએ.

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4

1. ઓળખ એટલે શું ?

બાળકો જ્યારે જાતિય પરિપક્વતા પ્રાપ્ત કરે છે. તરુણ પોતાની જાતને ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરે છે. ઓળખ એટલે પર્યાવરણના સંદર્ભમાં બાળક પોતાને શી રીતે જૂએ છે તે.

2. ભૂમિકા એટલે શું ?

ભૂમિકા એટલે પોતાની જાતિય ઓળખ પ્રસ્થાપિત કરવી. પોતે ભવિષ્યમાં શું કરવાનું છે તે સામાજિક બંધનો પોતાની કૌટુંબિક - સામાજિક - ધાર્મિક - વ્યક્તિગત - રાષ્ટ્રીય-વૈશ્વિક સંદર્ભમાં ભૂમિકા શોધવી.

3. ઓળખ - ભૂમિકા મૂંઝવણના તબક્કામાં બાળકના મનમાં ઉદ્ભવતા કોઈપણ પાંચ પ્રશ્નો લખો

1. હું કોણ છું ?

2. મારી ઓળખ શી છે ?

3. મારી કૌટુંબિક - સામાજિક - ધાર્મિક - વ્યક્તિગત - રાષ્ટ્રીય - વૈશ્વિક સંદર્ભમાં ભૂમિકા શી છે ?

---

♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 5

---

1. ગાઢ સંબંધ ધરાવનાર વ્યક્તિના લક્ષણો લખો

ગાઢ સંબંધ ધરાવતા વ્યક્તિ તેના કુટુંબ, પત્ની, મિત્ર તરફના શારીરિક-સાંવેગિક જોડાણોમાં પ્રેમાળ અને વિશ્વાસુ હોય છે. તેના નજીકનો ગાઢ સંબંધ ધરાવતી વ્યક્તિ સાથે તે સુખ-દુઃખની વાતો કરી શકે છે.

2. વ્યક્તિ ઉત્તર પુખ્તાવસ્થા દરમિયાન ક્યારે પરિપૂર્ણતા અનુભવે છે ?

પરિપૂર્ણતા એટલે પોતાની જાત અને વિશ્વ સાથે શાંતિનો અનુભવ. ઉત્તર પુખ્તાવસ્થા દરમિયાન પોતાની અગાઉના જિંદગી પ્રત્યે કોઈ અફસોસકે પ્રત્યારોપણ ન હોય અને વ્યક્તિએ વિશ્વને અગાઉ કરતાં સુંદર વિશ્વ બનાવવામાં સફળતા મેળવી હોય તે પરિપૂર્ણતાનો અનુભવ કરે છે.

3. વ્યક્તિ ઉપર પુખ્તાવસ્થા દરમિયાન ક્યારે નિરાશા અનુભવે છે ?

ઉત્તર પુખ્તાવસ્થા દરમિયાન ગુમાવેલી તકો, નિષ્ફળતાઓ, અફસોસ, પુનઃગઠનની ઈચ્છા, ઘડિયાળને ઉલટી ધુમાવવાની ઈચ્છા, બીજી તક મેળવવાની ઈચ્છા વગેરે જેવી લાગણીઓના કારણે વ્યક્તિ નિરાશા અનુભવે છે.

: રૂપરેખા :

- 6.1 પ્રસ્તાવના
- 6.2 ઉદ્દેશો
- 6.3 બોધાત્મક વિકાસ
  - 6.3.1 અર્થ
  - 6.3.2 બોધાત્મક વિકાસના સિદ્ધાંતો
- 6.4 બોધાત્મક વિકાસ - પિયાજે
  - 6.4.1 જન પિયાજે - પરિચય
  - 6.4.2 બોધાત્મક વિકાસ - જન પિયાજે
- 6.5 બોધાત્મક વિકાસ સિદ્ધાંતના મહત્વના ખ્યાલો
  - 6.5.1 પ્રતિક્ષિત ક્રિયાઓ
  - 6.5.2 જ્ઞાનાત્મક સંરચનાઓ
  - 6.5.3 મૂળભૂત વલણો
  - 6.5.4 સંતુલિતતા
- 6.6. બોધાત્મક વિકાસની અવસ્થાઓ
  - 6.6.1 પિયાજેની અભ્યાસ પધ્ધતિ
  - 6.6.2 સંવેદન - સ્નાયુલક્ષી અવસ્થા
  - 6.6.3 પૂર્વ - માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા
  - 6.6.4 મૂર્ત - માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા
  - 6.6.5 ઔપચારિક માનસિક વિચાર અવસ્થા
- 6.7 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થ
- 6.8 બોધાત્મક વિકાસનું મૂલ્યાંકન
  - 6.8.1 વિશેષતાઓ
  - 6.8.2 મર્યાદાઓ
- 6.9 સારાંશ
- 6.10 સ્વાધ્યાય
- 6.11 સૂચિત
- 6.12 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

## 6.1 પ્રસ્તાવના

---

મનોવિજ્ઞાનના અભ્યાસનું કેન્દ્ર એટલે માનવ વર્તન. માનવ વર્તન પાછળનું જવાબદાર પરિબલ એટલે માનવીનું જ્ઞાન. બોધાત્મક વિકાસ, સામાજિક વિકાસ, સાંવેગિક વિકાસ, શારીરિક વિકાસ, અધિબોધાત્મક વિકાસ વગેરે જેવા માનવ વિકાસના વિવિધ પાસાઓનો મનોવિજ્ઞાન અભ્યાસ કરે છે. આ શબ્દો મનોવિજ્ઞાનના વિવિધ સંપ્રદાય અંતર્ગત વપરાયેલ છે. વર્તનવાદ અને મનોમાપનશાસ્ત્રોએ મગજ વડે થતાં કાર્યોના વિકાસના સંદર્ભમાં માનસિક વિકાસ અને બૌદ્ધિક વિકાસ જેવાં શબ્દોનો ઉપયોગ કર્યો. બોધાત્મવાદી મનોવિજ્ઞાનીઓએ ‘બોધાત્મક વિકાસ’ પદનો ઉપયોગ કર્યો. બાળક વિકાસના વિવિધ તબક્કે ધ્યાન- કેન્દ્રકરણ, પ્રત્યક્ષીકરણ, અવલોકન, સ્મૃતિ, કલ્પના, વિચાર, સમસ્યા ઉકેલ, બુદ્ધિ, ભાષા વગેરેનાં સંદર્ભમાં અનેક ક્ષમતા વિકસિત કરે છે. આ ક્ષમતાઓના વિકાસમાં વિવિધ ઉંમરે થતા ફેરફારોને બોધાત્મક વિકાસ તરીકે ઓળખાય છે. બોધાત્મક વિકાસ અંગે આધુનિક સિદ્ધાંત આપવાનો શ્રેય જન પિયાજેના ફાળે જાય છે. બાળકો જન્મથી માંડીને વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ અનેક વર્તનો એવા કરે છે જે સર્વસામાન્ય હોવા છતાં આજદિન સુધી સિદ્ધાંતનું રૂપ લઈ શક્યા નહોતા. પિયાજે એ બાળકના જન્મથી તરુણાવસ્થા સુધીના વિકાસનું અવલોકન કરી બોધાત્મક વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓ આપી અને તેના આધારે માનવવિકાસની સમજ વિકસાવવામાં અભૂતપૂર્વ ફાળો આપ્યો.

---

## 6.2 ઉદ્દેશો

---

આ એકમના અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો.

- ♦ બોધાત્મક વિકાસની વિભાવના અને તેના સિદ્ધાંતોની સમજ આપી શકશો.
- ♦ બોધાત્મક અભિગમનો અર્થ સ્પષ્ટ કરી તેની ઐતિહાસિક ભૂમિકા સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- ♦ જન પિયાજેના બોધાત્મક વિકાસને સંલગ્ન મહત્વના ખ્યાલોની સમજ આપી શકશો.
- ♦ જન પિયાજેના બોધાત્મક વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓની સમજ આપી શકશો.
- ♦ જન પિયાજેના બોધાત્મક વિકાસના શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો જણાવી શકશો.
- ♦ જન પિયાજેના બોધાત્મક સિદ્ધાંતની વિશેષતાઓ અને મર્યાદાઓ જણાવી શકશો.

---

## 6.3 બોધાત્મક વિકાસ

---

### 6.3.1 અર્થ

બોધાત્મક વિકાસ એ મનોવિજ્ઞાનની એવી શાખા છે કે જે માહિતી સંસ્કરણ, સંકલ્પના વિકાસ, પ્રત્યક્ષીકરણ કૌશલ્ય, ભાષા અધ્યયન અને મગજના અન્ય વિકાસોના સંદર્ભમાં પોતાનો અભ્યાસ કરે છે. બોધાત્મક વિકાસના કારણે બાળક બુદ્ધિશાળી બનીને વિચાર, કલ્પના, સર્જનાત્મકતા વગેરે જેવા ગુણો ધરાવતા થાય છે. તે બાળકના બૌદ્ધિક વિકાસ કાર્યોના વિકાસની ઉત્ક્રાંતિ દર્શાવે છે. તે ઉંમર વધવાથી સાથે વધુ સંકુલ વિચારક્રિયા કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ પણ સૂચવે છે. તે જ્ઞાનની સંરચના દર્શાવે છે. મનોવિજ્ઞાનના મોટા ભાગના અભ્યાસો, બાળક વિશ્વને કઈ રીતે જુએ છે તે આધારિત રહ્યાં છે.

### 6.3.2 બોધાત્મક વિકાસના સિદ્ધાંતો

ઐતિહાસિક રીતે બાળકના બોધાત્મક વિકાસના સિદ્ધાંતોનો અનેકવિધ રીતે અભ્યાસ કરવામાં આવતો હતો. જૂનામાં જૂની રીત એટલ બીનેની બુદ્ધિ કસોટીઓના માધ્યમથી અમેરિકામાં થયેલ અભ્યાસો. બુદ્ધિઆંક ને માનસિક અને શારીરિક વય સાથે જોડવામાં આવ્યો. બુદ્ધિઆંકને માનસિક ક્ષમતા અથવા માનસિક વિકાસના માપદંડ તરીકે સ્વીકારવામાં આવ્યો. આથી વિરુદ્ધ વ્હોટસને બાળકના અધ્યયન પર અસર કરતાં પર્યાવરણીય પરિબલોનો અભ્યાસ કરી બાળકની બુદ્ધિને ઘડતા પરિબલો પર ભાર મૂક્યો.

બોધાત્મક વિકાસના સિદ્ધાંતોને અસર કરનાર અનેક સિદ્ધાંતો રજૂ થયા. તેમાં મુખ્ય સિદ્ધાંતો નીચે મુજબ છે.

1. જીન પિયાજેનો બોધાત્મક વિકાસ સિદ્ધાંત
2. સામાજિક - સાંસ્કૃતિક સિદ્ધાંત - લેવ વિગોટસ્કી
3. માહિતી સંસ્કરણ સિદ્ધાંત

બોધાત્મક વિકાસના સૌથી અસરકારક સિદ્ધાંત તરીકે ફ્રેંચ મનોવિજ્ઞાની જીન પિયાજેના સિદ્ધાંતનો સ્વીકાર થયો. પિયાજેએ અનેક અવલોકનો અને પ્રયોગોના આધારે સૌપ્રથમ 1952માં તેઓનો સિદ્ધાંત રજૂ કર્યો. તેઓએ બાળક જન્મથી પુખ્ત બને ત્યાં સુધીના બોધાત્મક વિકાસને ચાર અવસ્થાઓમાં વહેંચીને પોતાનો સિદ્ધાંત રજૂ કર્યો. બાળકના બોધાત્મક વિકાસ માટે તેને સમજવો જરૂરી છે. પિયાજેના સિદ્ધાંતના અભ્યાસ થકી બાળ-વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓ કેવી બોધાત્મક સંરચનાઓ ધરાવે છે તેની સમજ મેળવવામાં આ સિદ્ધાંત ઉપયોગી નીવડશે.

## 6.4 બોધાત્મક વિકાસ - પિયાજે

### 6.4.1 જીન પિયાજે - પરિચય

જીન પિયાજેનો જન્મ 9 ઓગસ્ટ 1896માં સ્વીટ્ઝરલેન્ડમાં થયો હતો. તેઓ 16 સપ્ટેમ્બર 1980 ના રોજ મૃત્યુ પામ્યા હતા. તેઓએ પોતાનું સંશોધન કાર્ય 11 વર્ષની ઉંમરે ‘albino sparrow’ પર સંશોધન પેપર લખીને શરૂ કરી દીધેલ હતું. નેચરલ સાયન્સમાં તેઓની રુચિને આગળ વધારતા તેઓએ પ્રાણીશાસ્ત્રમાં Ph.D.નો અભ્યાસ 1918 માં પૂર્ણ કર્યો. તેમનું મુખ્ય પ્રદાન બોધાત્મક વિકાસ સિદ્ધાંત છે. તેમણે બાળકના વિકાસનો ઝીણવટપૂર્વક લાંબા સમય સુધી અભ્યાસ કર્યો. બીને સાથેના શરૂઆતના કાર્યો દરમિયાન તેઓ નિષ્કર્ષ પર પહોંચ્યાં કે બાળકો એ પુખ્ત વ્યક્તિ કરતાં અલગ રીતે વિચારે છે. બાળક અનુભવ અને અન્ય સાથેની આંતરક્રિયા દ્વારા જે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે તેઓએ ‘સંરચના’ નામથી ઓળખાવી. જ્યારે નવું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. ત્યારે વર્તમાન ‘સંરચના’ માં ફેરફાર થાય છે.

તેમણે ન્યુ ચેટલ યુનિવર્સિટી, જીનીવા યુનિવર્સિટીઓમાંથી માનદ્ ડાયરેક્ટ પદવીઓ. 12 આંતરરાષ્ટ્રીય ઈનામો અને અનેક સંસ્થાઓના અધ્યક્ષપદ મેળવ્યા છે. બાળકોના બોધાત્મક વિકાસ માટેના તેમના સિદ્ધાંત માટે પ્રખ્યાત છે અને આજે પણ તેઓના સિદ્ધાંતના સંદર્ભમાં અનેક સંશોધનો હાથ ધરવામાં આવે છે.

### 6.4.2 બોધાત્મક વિકાસ - જીન પિયાજે

જીન પિયાજેનો બોધાત્મક વિકાસમાં રસ તેમની કારકિર્દીના શરૂઆતના વર્ષોમાં ઉત્પન્ન થયો. પ્રયોગશાળામાં કામ કરતી વખતે તર્ક આધારિત પ્રશ્નોના બાળકો દ્વારા આપવામાં આવતા ખોટા ઉત્તરોથી તેમનામાં મૂળ જિજ્ઞાસા ઉત્પન્ન થઈ. તેમણે મનોવિશ્લેષણવાદીઓની મદદથી બાળકો દ્વારા થતી ભૂલોના વર્ણન માટેની સમજ અંગેનો અભ્યાસ કરવામાં આવે તો જ્ઞાનમીમાંસા માટે રસપ્રદ તારણો મળે. જીન પિયાજેએ આ દિશામાં પ્રયોગો શરૂ કર્યા અને 1940 ના દાયકામાં આલ્બર્ટ આઈનસ્ટાઈને પિયાજેને સૂચન કર્યું કે જો સમય, વેગ અને હલનચલન સંબંધિત બાળકની સમજ અંગેનો અભ્યાસ કરવામાં આવે તો જ્ઞાનમીમાંસા માટે રસપ્રદ તારણો મળે પરંતુ જ્ઞાનના રચનાર તેને ક્રિયાન્વિત કરનાર તરીકે જોતા હતા. તેઓના મતે,

‘The Principal ĩkoal of education in the schools should be creatinĭik men and women who are capable of doinĭik new thinĭiks, not simply repeatinĭik what other ĩkenerations have done.’

‘શિક્ષણનું મુખ્ય ધ્યેય કાર્યને કરી શકે તેવા ક્ષમતાવાન પુરુષો અને નારીઓ પેદા કરવાનું છે, નહિ કે અગાઉની પેઢીઓએ કરેલ કાર્યોનું માત્ર પુનરાવર્તન કરવાનું’

તેમના સિદ્ધાંતમાં જ્ઞાનનો પરિવર્તનશીલ ઘટક તરીકેનો ખ્યાલ અને પર્યાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા વચ્ચેનો ગુણાત્મક તફાવત જેવા બે મહત્વના પરિપ્રેક્ષ્ય હતાં. તેઓનો સિદ્ધાંત વિકાસાત્મક છે. જન પિયાજેના સિદ્ધાંતના કેટલાંક ગૃહિતો અથવા અવધારણાઓ નીચે દર્શાવેલ છે.

1. મનોવૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતોમાં જીવશાસ્ત્રીય સંકલ્પનાઓનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.
2. બાળક એ પુખ્ત વ્યક્તિની લઘુ પ્રતિકૃતિ નથી. તે પુખ્ત વ્યક્તિ કરતાં વિચારવાની ઓછી ક્ષમતા ધરાવે છે. એટલું જ નહીં પરંતુ જુદી રીતે વિચારે છે.
3. પર્યાવરણમાં જ્ઞાન એ અનાત્મલક્ષી તત્ત્વ નથી પરંતુ વ્યક્તિની પર્યાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા પર આધારિત છે.
4. શારીરિક વિકાસની જેમ બૌદ્ધિક વિકાસ એ જૂના માળખાની જેમ નવા માળખાની રચના પર આધારિત છે. નવા માળખાની રચના એ પર્યાવરણ સાથે અનુકૂલનના ભાગરૂપે રચના પામે છે.

## 6.5 બોધાત્મક વિકાસ સિદ્ધાંતના મહત્વના ખ્યાલો

જના પિયાજે તેઓ મૂળભૂત રીતે જીવશાસ્ત્રના વિદ્યાર્થી હતા. પરંતુ તેમણે પોતાની પીએચ.ડી. ની પદવી પ્રાપ્ત કર્યા બાદ મનોવિજ્ઞાન. જ્ઞાનમીમાંસા અને તર્કશાસ્ત્રમાં રસ લેવાનો શરૂ કર્યા. આથી તેમનાં મનોવિજ્ઞાન ક્ષેત્ર જ્ઞાનાત્મક વિકાસ અંગેના સિદ્ધાંતને સમજાવવા જીવવિજ્ઞાન, તત્ત્વજ્ઞાન અને તર્કશાસ્ત્રના પારિભાષિક શબ્દોનો ઉપયોગ કર્યો છે. આથી તેમના વિકાસાત્મક સિદ્ધાંતને સમજવા માટે તેમણે પ્રયોજેલા કેટલાંક અગત્યના શબ્દોને સમજી લેવા જરૂરી છે.

### 6.5.1 પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયાઓ

ભિન્ન સજીવોના વર્ગોના સભ્યો જન્મ સમયે વિવિધ પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયાઓ ધરાવતા હોય છે. દરેક વર્ગના સભ્યોમાં આ પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયાઓ અલગ અલગ હોય છે. જ્યારે પર્યાવરણમાં કોઈ ઉદ્દીપક ઉદ્ભવે ત્યારે સજીવ ચોક્કસ વર્તન વડે આ ઉદ્દીપક સામે સ્વયંસંચાલિત પ્રતિચાર આપે છે. આ ક્રિયાને પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયા વડે ઓળખવામાં આવે છે. પ્રતિક્ષિપ્ત પ્રતિચાર માટે કોઈપણ પ્રકારના અધ્યયન, તાલીમ કે પર્યાવરણ સાથે અન્ય કોઈ પ્રકારના પૂર્વાનુભવની જરૂર પડતી નથી. વારસાગત શારીરિક તંત્રરચના એ આ પ્રકારના સ્વયંસંચાલિત પ્રતિચારો માટેના આધારો છે. આ પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયાઓમાં ચૂસવાની ક્રિયા, રડવાની ક્રિયા વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. જ્યારે કોઈ ઉદ્દીપક રજૂ થાય છે ત્યારે તે વારસાગત શારીરિક તંત્રરચનાને સક્રિય બનાવે છે અને પ્રતિચાર ઉત્પન્ન કરે છે. નવજાત શિશુને ચૂસવાની ક્રિયા શીખવવી પડતી નથી. નવજાત શિશુની શારીરિક રચના જ એવી હોય છે કે જ્યારે તે ભૂખ્યું થાય છે ત્યારે આપોઆપ રડીને પોતાની જરૂરિયાતોને વ્યક્ત કરે છે.

માત્ર નવજાત શિશુઓના વર્તન આ પ્રકારની પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયાઓ પર આધારિત હોય છે. જીવનના શરૂઆતના થોડા દિવસો બાદ નવજાત શિશુના અનુભવોને કારણે પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયાઓમાં સુધારો થાય છે અને તેનું બોધાત્મક સંરચનામાં રૂપાંતર થાય છે.

### 6.5.2 બોધાત્મક સંરચનાઓ

જન્મ પછી તરત જ બાળક સંયોજિત વર્તન દર્શાવે છે. પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયાઓ જેવી વર્તનતરાહો વારસાગત પરિબળોને કારણે થાય છે તે આપણે જોયું. તેમ છતાં વારસાગત પરિબળો વડે નવજાત શિશુના તમામ વર્તનોમાં સંયોજિતતાને સમજાવી શકાય નહીં. ઉદાહરણ તરીકે બે માસનું બાળક સામાન્ય રીતે તેનો અંગૂઠો કે આંગળી ચૂસે છે. જ્યારે તેને પારણામાં મૂકવામાં આવે છે ત્યારે તેના હાથને મોઢા

પાસે લાવવાની તેની ઝડપ અને ક્ષમતામાં નિયમિત રીતે વધારો થાય છે. આને સામાન્ય ભાષામાં અંગૂઠો ચૂસવાની ટેવ પડી તેમ કહીએ છીએ. 'ટેવ' શબ્દ બાળકની ક્રિયામાં નિયમિતતા અને સુસંગતતા સૂચવે છે. અંગૂઠો ચૂસવાની ક્રિયા એ વારસાગત શારીરિક સંરચના નથી. હોઠને અડકતી કોઈ વસ્તુને ચૂસવી એ પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયા છે. હાથને મોઢા પાસે લાવવો એ મૂળભૂત વલણ નથી, આ ક્રિયાને શીખવી પડે છે. પિયાજે વર્તનની આવી સંયોજિત વર્તન તરાહને 'બોધાત્મક સંરચના' તરીકે ઓળખાવે છે. આ બોધાત્મક સંરચનાઓ મૂળભૂત કે વારસાગત નથી પરંતુ અનુભવ - આધારિત રચના પામે છે.

જ્ઞાનના સ્વરૂપને આધારે પિયાજેએ બોધાત્મક સંરચનાઓના બે મુખ્ય પ્રકારો પાડ્યા છે. વ્યક્તિ પાસે જ્ઞાનના બે સ્વરૂપ હોય છે.

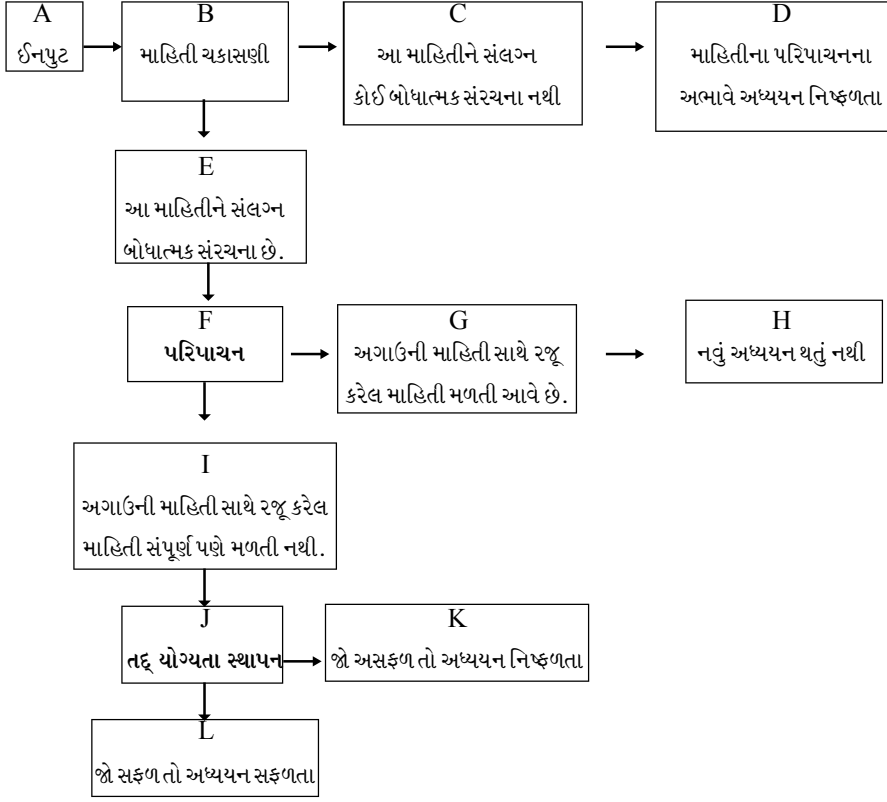
1. **ક્રિયાત્મક (Operative) જ્ઞાન:** કોઈપણ ક્રિયા કઈ રીતે કરવી તે અંગેનું જ્ઞાન એટલે ક્રિયાત્મકજ્ઞાન જેમ કે બૂટની દોરી બાંધવી, બાઈક ચલાવવું, કમ્પ્યુટર ચાલુ કરવું, રોટલી બનાવવી વગેરે
2. **હકીકતલક્ષી (Fiiikurative) જ્ઞાન :** હકીકત અંગેના જ્ઞાનને હકીકતલક્ષી જ્ઞાન કહે છે. પંખીઓને પાંખો હોય છે, પૃથ્વીને એક કુદરતી ઉપગ્રહ ચંદ્ર છે વગેરે.

### 6.5.3 મૂળભૂત વલણો

પિયાજેએ પૂર્વધારણા બાંધી કે સંગઠન (Orfikkanization) અને રૂપાંતરણ (Adaptation) એ સજીવોના બે મૂળભૂત વલણો છે. પિયાજે તેને સજીવને મળતો સામાન્ય વારસો કહે છે. દરેક સજીવની શારીરિક કે માનસિક પ્રક્રિયાઓને સુસંગતતંત્રમાં સંયોજિત કરવાના વલણને સંગઠનના લક્ષણ તરીકે ઓળખાવે છે. શરીરના જુદા જુદા અંગોના સંયોજનના કારણે શારીરિક તંત્ર રચાય છે. જેના કારણે વિવિધ શારીરિક ક્રિયાઓ શક્ય બને છે. ઉદાહરણ તરીકે ક્રિકેટ રમવું એ અનેક શારીરિક તંત્રનું સંગઠન છે. શારીરિક સંગઠનની જેમ માનસિક સંગઠનનું વલણ પણ જોવા મળે છે. આસપાસનાં પર્યાવરણ સાથે આંતરક્રિયા કરવા વ્યક્તિ પોતાના માનસિક કે બોધાત્મક સંરચનાઓને સુગ્રંથિત કરવાનું વલણ ધરાવે છે. ઉદાહરણ તરીકે, નાના બાળકમાં વસ્તુ જોવાની કે તેને પકડવાની અલગ અલગ વર્તન સંરચનાઓ હોય છે. શરૂઆતમાં આ બંનેનું તે જોડાણ કરતું નથી પરંતુ વિકાસના આધારે તે વસ્તુને જોવી અને તેને પકડવી જેવી બંને અલગ સંરચનાઓને સુગ્રંથિત કરી જોયેલી વસ્તુને પકડવા સક્ષમ બને છે.

રૂપાંતરણ કે બંધબેસતા થવું એ તમામ સજીવોનું બીજું વલણ છે. દરેક સજીવ પર્યાવરણ સાથે અનુરૂપ થવાના વલણ સાથે જન્મેલ છે. સજીવોની ભિન્નવ જાતિની પર્યાવરણ સાથે અનુરૂપ થવાના વલણ કે વૃત્તિ સાથે બંધબેસતા થવાની કે રૂપાંતર પામવાની રીત ભિન્ન હોય છે. તેમજ દરેક વ્યક્તિમાં દરેક તબક્કે પણ તે બાબતમાં ભિન્નતા હોય છે. પર્યાવરણ સાથે અનુકૂલન સાધવા માટે બે પ્રક્રિયાઓ જવાબદાર ગણવામાં આવી છે.

1. **પરિપાયન (Assimilation) :** જેમ આપણે ખોરાક લઈએ છીએ ત્યારે આપણું પાયનતંત્ર લીધેલા ખોરાકનું પાયન કરી લોહી સાથે ભેળવી દેવા પ્રયત્ન કરે છે તે પરિપાયન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. પાયનક્રિયાના ઉદાહરણ પરથી સમજી શકાય કે નવી માહિતીને બોધાત્મક સંરચનામાં અગાઉથી રહેલ માહિતી સાથે જોડવાની ક્રિયા એટલે પરિપાયન. ઉદાહરણ તરીકે ભેસ, ગાયને ચોપણું પ્રાણી તરીકે જાણ્યા બાદ બકરીને જોતા તે પણ ચોપણું પ્રાણી છે તેમ સમજવું એટલે પરિપાયન.



(આકૃતિ - 1 પરિપાચન અને તદ્દ્ યોગ્યતા સ્થાપન પ્રક્રિયા)

આકૃતિ - 1 પરિપાચન અને તદ્દ્-યોગ્યતા સ્થાપનાની પ્રક્રિયા દર્શાવે છે. આકૃતિમાં મુજબ બિંદુ A આગળ બાળક સમક્ષ માહિતી રજૂ થાય છે. બાળક આ માહિતીને બિંદુ B આગળ ચકાસે છે. જો રજૂ થયેલ માહિતીને સંલગ્ન અગાઉ કોઈ બોધાત્મક સંરચના સાથે મળતી આવે તો બિંદુ F આગળ પરિપાચનની પ્રક્રિયા અંતર્ગત બાળક એ માહિતીને ઓળખી લે છે. અહીં નોંધપાત્ર બાબત એ છે કે રજૂ થયેલ માહિતી અગાઉની માહિતીને મળતી હોવાથી નવું અધ્યયન પરિપાચન દરમિયાન થતું નથી પરંતુ એક પ્રકારે રજૂ થયેલ માહિતીની ઓળખમાત્ર થાય છે.

જો રજૂ થયેલ માહિતી અગાઉની બોધાત્મક સંરચનાથી અલગ હશે એટલે કે સંપૂર્ણપણે મળતી નથી તો બાળક પોતાની અગાઉની સંરચનામાં બિંદુ J આગળ તદ્દ્ યોગ્યતા સ્થાપન અંતર્ગત ફેરફાર કરે છે. જો આ ફેરફાર સફળ રહેશે તો અધ્યયન થશે અન્યથા બાળક અધ્યયનમાં નિષ્ફળ રહેશે.

આ જ રીતે વ્યક્તિ પોતાની આસપાસની આંતરક્રિયાઓ કરે છે. આ દરમિયાન તે પોતાની બોધાત્મક સંરચનાઓ કે જ્ઞાનમાં પરિપાચન અને તદ્દ્-યોગ્યતા દ્વારા પરિવર્તન કરે છે જેને કારણે બૌદ્ધિક વિકાસ થાય છે. આ બંને એકબીજાની પૂરક ક્રિયાઓ છે. પરિપાચન બોધાત્મક સંરચનાઓ સંદર્ભમાં પર્યાવરણ સાથે કામ કરવામાં સરળતા કરી નવા જ્ઞાનને પૂર્વજ્ઞાન સાથે જોડે છે. જ્યારે તદ્દ્ યોગ્યતા સ્થાપન નવા જ્ઞાનનું પૂર્વજ્ઞાન સાથે જોડાણ ન થતા પૂર્વજ્ઞાનમાં જરૂરી ફેરફાર કરે છે.

**2. તદ્દ્ યોગ્યતા (Accommodation) :** જ્યારે કોઈ ખોરાકનું સામાન્ય સંજોગોમાં પાચન ન થઈ શકે ત્યારે પાચનતંત્ર પોતાની કાર્ય પ્રણાલિમાં ફેરફાર કરી નવા ખોરાકને પચાવે છે. આ ઘટનાને પિયાજે તદ્દ્-યોગ્યતા સ્થાપન તરીકે ઓળખાવે છે. જ્યારે પ્રવર્તમાન ક્રિયાલક્ષી કે હકીકતલક્ષી બોધાત્મક સંરચનાઓ સાથે નવી માહિતી જોડી શકાય તેમ ન હોય કે તેના સંબંધમાં તેમ ન હોય ત્યારે પ્રવર્તમાન માહિતી સાથે નવી માહિતી સાથે નવીને જોડવા માટે પોતાની અગાઉની બોધાત્મક સંરચનાઓમાં ફેરફાર કરવો એટલે તદ્દ્-યોગ્યતા સ્થાપન. એટલે કે પ્રવર્તમાન



બોધાત્મક સંરચનાને નવી માહિતીને યોગ્ય બનાવવી. ઉદાહરણ તરીકે ચાર પગ ધરાવતાં પ્રાણીઓને ચોપગાં પ્રાણી તરીકે ઓળખવા તે પ્રવર્તમાન જ્ઞાન છે. આ ચોપગાં પ્રાણીઓ પૈકી ગાય એ પાલતું પ્રાણી, જ્યારે સિંહ એ જંગલી પ્રાણી તરીકેની ભેદ ઓળખાવો એ ચોપગાં પ્રાણીઓના પ્રવર્તમાન જ્ઞાનમાં કરેલ ફેરફાર એટલે કે તદ્દ-યોગ્યતા સ્થાપન.

#### 6.5.4 સંતુલિતતા

બાળક પાસે મર્યાદિત સંખ્યામાં વિશાળ બોધાત્મક સંરચનાઓ હોય છે. તેથી દરેક નવા જ્ઞાનને પ્રવર્તમાન જ્ઞાન સાથે જોડી શકાતું નથી. તેવી જ રીતે તમામ નવી માહિતી માટે તદ્દ - યોગ્યતા સ્થાપિત કરી શકાતી નથી. કારણ કે તેમ કરવાથી અનેક પ્રકારની બોધાત્મક સંરચના (સાદી ભાષામાં અનેક પ્રકારનું જ્ઞાન) તૈયાર થશે, જે મર્યાદિત અનુભવોને કારણે ઉદભવેલ હોવાથી દરેક જ્ઞાન માટે પ્રવર્તમાન અને નવા જ્ઞાન વચ્ચે સામ્યતા નક્કી કરવી મુશ્કેલ બને છે. પિયાજેના મતે આવા સમયે પરિપાચન અને તદ્દ-યોગ્યતા સ્થાપન વચ્ચે સંતુલિતતા માટે પ્રયત્ન કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે ભેંસને ચોપગું પ્રાણી તરીકે ઓળખ્યા બાદ પાલતું અને જંગલી ભેંસ એ પ્રકારનું વર્ગીકરણ બાળકના પ્રવર્તમાન અનુભવો અને જ્ઞાન સાથે સામ્યતા ન ધરાવતું હોવાથી બાળક નથી પરિપાચન કરી શકાતું કે નથી તદ્દ યોગ્યતા સ્થાપન કરી શકાતું. ભેંસ તો પાલતું જ હોય. જંગલી ભેંસ હોય ? આ પ્રકારનું નવું જ્ઞાન અસંતુલનને જન્મ આપે છે. બાળક આ અસંતુલનને દૂર કરવા, અનુભવ ન હોવા છતાં, ભેંસ વિશેના અગાઉના જ્ઞાનમાં ફેરફાર કરી નવા જ્ઞાનનો સ્વીકાર કરી સંતુલન સ્થાપિત કરે છે.

માનસિક વિકાસ હંમેશા વધુને વધુ સંકુલ અને સ્થિર બોધાત્મક સંરચનાઓના વિકાસની દિશામાં આગળ વધે છે. જ્યારે પ્રવર્તમાન બોધાત્મક સંરચનાઓ નવા અનુભવને સરળતાથી અંતર્ગત ન કરી શકે ત્યારે પારિપાચન કે તદ્દ-યોગ્યતા સ્થાપન વચ્ચે અસંતુલિતતા ઉત્પન્ન થાય છે. અસંતુલિતતાની લાગણી વ્યક્તિને સંતુલિતતા સ્થાપિત કરવા પ્રેરિત કરે છે. જ્યારે નવા ઉદ્દીપકો માટે પ્રવર્તમાન જ્ઞાન લાગુ પાડી નવી પરિસ્થિતિની જરૂરિયાત અનુસાર વર્તમાન જ્ઞાનમાં સરળતાથી ફેરફાર કરે છે. જેને સંતુલન કહે છે.

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1	
1.	પ્રતિક્ષિત ક્રિયાઓના ત્રણ ઉદાહરણો આપો. ..... .....
2.	બોધાત્મક સંરચનાઓ શી રીતે તૈયાર થાય છે ? ..... .....
3.	ક્રિયાલક્ષી અને હકીકતલક્ષી જ્ઞાન વચ્ચે શો તફાવત છે ? ..... .....
4.	મૂળભૂત વલણો કયા કયા છે ? ..... .....
5.	પરિપાચન અને તદ્દ-યોગ્યતા સ્થાપન વચ્ચે શો ભેદ છે ? ..... .....

## 6.6 બોધાત્મક વિકાસની અવસ્થાઓ

આગળ આપણે જોયું તે મુજબ બાળકનો અનુભવ વધતો જાય તેમ તેની બોધાત્મક સંરચનાઓ સુધારાઓ થાય છે અને ત્યાર બાદ નવી સંરચનાઓ રચાય છે. આ ફેરફારો વિકાસાત્મક પ્રક્રિયાઓના પરિણામમાં છે. બોધાત્મક વિકાસ એ બોધાત્મક સંરચનાઓમાં ક્રમિક અને ગુણાત્મક ફેરફારો સુસંગત, સળંગ શ્રેણી છે. બીજા શબ્દોમાં સંરચનાઓ આધારિત ફેરફારો સાથેની તાર્કિક અને ક્રમબદ્ધ પ્રક્રિયા છે. પિયાજેને બોધાત્મક સંરચનાઓને વિભાજિત કરેલ છે.

1. સંવેદન - સ્નાયુલક્ષી અવસ્થા (Sensoriy - motor staīike)
2. પૂર્વ માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા (Pre-operational thouīikht staīike)
3. મૂર્ત માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા (Contrete Operations staīike)
4. ઔપચારિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા (Format Operations staīike)

પિયાજેના મતે દરેક અવસ્થાએ ચોક્કસ બોધાત્મક વિકાસ થાય છે. પરંતુ, અવસ્થાઓનો સમયગાળો જડ રીતે નિશ્ચિત નથી. એક અવસ્થા પૂરી થાય પછી બીજી શરૂ થાય તેવું પણ નથી. પરંતુ બાળક આ ક્રમમાં જ દરેક અવસ્થામાંથી પસાર થાય છે. દરેક બાળકની પ્રત્યેક અવસ્થા પૂરી કરવાની ઝડપ ભિન્ન હોઈ શકે છે.

પિયાજેના સિદ્ધાંતનું મુખ્ય ધ્યેય જ્ઞાનના વિકાસને વર્ણવવાનું અને સમજાવવાનું છે. પિયાજેને માણસ કયું જ્ઞાન મેળવે છે તેમાં રસ નથી. પરંતુ, તે જે જ્ઞાન મેળવે છે તેનું બંધારણ કેવું છે તે જાણવામાં રસ છે. પિયાજેના સિદ્ધાંતની મુખ્ય પૂર્વધારણા એ છે કે ‘માનવી જે જ્ઞાન મેળવે છે તેનું ચોક્કસ બંધારણ હોય છે. આ એક વાસ્તવિક હકીકત છે કારણ કે જે પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા આ જ્ઞાન મેળવવામાં આવે છે તે પણ ખૂબ જ ચોક્કસ માળખું ધરાવે છે’ આથી પિયાજેના સંશોધનો વ્યક્તિ જે જ્ઞાન મેળવે છે તે જ્ઞાન મેળવવાની પ્રવૃત્તિઓના બંધારણ પર કેન્દ્રિત છે.

### 6.6.1 પિયાજેની અભ્યાસ પદ્ધતિ

શિશુ અવસ્થામાં બાળકના બોધાત્મક વિકાસ અંગેના તારણો પિયાજેએ પોતાના ત્રણ બાળકો - લ્યુસિને, લોરેન્ટ અને જેકવેલિન વર્તનોનું અવલોકન કરીને તારવ્યા છે. આ અવલોકનો પતિ - પત્ની બંનેએ મળીને કર્યા છે. તેનો અભ્યાસ પ્રાકૃતિક પ્રકારનો હતો. તેમણે ઉપયોગમાં લીધેલ અભ્યાસ પદ્ધતિ અવલોકન પર આધારિત છે.

1. તેમણે કોઈ વૈજ્ઞાનિક ઉપકરણ કે પ્રાયોગિક સાધનોનો ઉપયોગ કર્યો નથી.
2. અવલોકન પદ્ધતિનો ઉપયોગ કર્યા બાદ અવલોકનોની વિશ્વસનીયતા તપાસવા બીજા અવલોકનકારોનો પણ ઉપયોગ કર્યો નથી.
3. તેમના અભ્યાસ માટેનો નમૂનો માત્ર ત્રણ પાત્રોનો હતો, જે પરિણામોનાં સામાન્યીકરણ માટે અપૂરતો ગણાય.
4. સામાન્ય રીતે જ્યારે પ્રાકૃતિક અવલોકનનો ઉપયોગ થતો હોય ત્યારે, કારણ અસર સંબંધ શોધવો અશક્ય છે.
5. તેમણે પ્રાપ્ત માહિતીના પૃથક્કરણ માટે પ્રમાણભૂત અંકશાસ્ત્રીય પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કર્યો ન હતો.

### પિયાજેની અભ્યાસ પદ્ધતિના ફાયદાઓ :

1. પિયાજે પોતે બાળકોના ખૂબ જ સંવેદનશીલ અવલોકનકાર હતા.
2. પિયાજેના અભ્યાસ પાત્ર સાથેના નજીકના સંપર્કોના કારણે વિકાસની પ્રક્રિયાને શોધવાની તક મળી, જે પ્રયોગશાળા, અવલોકન થયા વગર કે ધ્યાન આપ્યા વગર જતી રહેત.
3. બાળકો સાથેના ગાઢ પરિચયને કારણે અર્થઘટનના નાજુક પ્રશ્નોના ઉકેલ માટે તેમને આંતરિક સૂઝ પ્રાપ્ત થઈ છે.

4. તેમને લાંબા સમય સુધી પાત્રના અવલોકનની તક મળી. આવા લાંબા ગાળા સુધીના સર્ળગસૂત્રી અભ્યાસ મનોવિજ્ઞાનમાં ભાગ્યે જ જોવા મળે છે.

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

1. પિયાજેની અભ્યાસ પધ્ધતિ કઈ હતી ?  
2. પિયાજેની અભ્યાસ પધ્ધતિની કોઈપણ બે મર્યાદાઓ જણાવો

.....  
.....  
.....  
.....

3. પિયાજેની બોધાત્મક અવસ્થાઓના સંદર્ભમાં નીચેના જોડકાં જોડો.

	અ	બ
1	જન્મથી બે વર્ષ	પૂર્વ માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા
2	બે થી સાત વર્ષ	ઔપચારિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા
3.	સાતથી અગિયાર વર્ષ	સંવેદન - સ્નાયુલક્ષી અવસ્થા
4.	અગિયારથી પંદર વર્ષ	મૂર્ત માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા

1. .... 2- ..... 3 - ..... 4 - .....

6.6.2 સંવેદન - સ્નાયુલક્ષી અવસ્થા - શિશુ અવસ્થા (જન્મથી 2 વર્ષ) :

પિયાજેએ આ અવસ્થાને છ પેટા સોપાનોમાં વહેંચી છે. દરેક પેટા સોપાન દરમિયાન થતા બોધાત્મક વિકાસને તેઓએ વર્ણવેલ છે. આ પેટા સોપાનો નીચે મુજબ છે.

**પેટા સોપાન - 1 (જન્મથી 1 માસ) :** નવજાત શિશુ વારસામાં મળેલ ચોક્કસ શક્તિઓ સાથે જન્મે છે. તે પૈકીની એક યૂસવાની પ્રતિક્ષિત ક્રિયા છે. જ્યારે હોઠ કોઈપણ વસ્તુને અડકે છે ત્યારે આપોઆપ તેને યૂસવાનું ચાલુ કરી દે છે. પિયાજેના મતે યૂસવાની આ પ્રતિક્ષિત ક્રિયા જ્યારે બહારની કોઈ વસ્તુ અડકે ત્યારે જ ઉદભવે છે તેવું નથી. નવજાત શિશુ પોતાની મેળે પણ તે ક્રિયા કરે છે. આ પ્રતિક્ષિત ક્રિયાઓ ભાવિ વિકાસ માટેનો આધાર બને છે. જ્યારે બાળક ભૂખ્યું ન હોય ત્યારે તે તેની નજીક આવતી વસ્તુ, આંગળીઓ, કપડું વગેરેને તેની ક્રિયાલક્ષી બોધાત્મક સંરચનાઓ ઉપયોગ કરવા માટે યૂસે છે. પરંતુ જ્યારે બાળક ખરેખર ભૂખ્યું હોય અને તેની ભૂખ પ્રબળ બને ત્યારે તે યૂસવા માટેની વસ્તુની પસંદગી કરવામાં ભેદ દર્શાવે છે. આ ઘટનાને પિયાજે પરિપાચન કહે છે. નવજાત શિશુમાં એક માસ દરમિયાન વિકસેલ પ્રાથમિક કક્ષાની પરખશક્તિ છે.

**પેટા સોપાન - 2 (1 થી માસ) :** સંવેદન - સ્નાયુ અવસ્થાના બીજા પેટા સોપાનોમાં શિશુ પોતાના શરીર સંબંધો અને તદ્દન સરળ એવી કેટલીક ટેવો વિકસાવે છે. એક માસના અનુભવ બાદ હવે તેનામાં પ્રાથમિક સકીય પ્રતિક્રિયાઓનો વિકાસ થાય છે. જેના હલનચલનો કરવાને બદલે કંઈક મેળવવા માટે હલનચલન કરે છે. પહેલાં જ્યારે વસ્તુ મોઢામાં આવે ત્યારે તે યૂસતું હતું. હવે વસ્તુ મોઢામાં આવે તે પહેલાં યૂસવાની જેવી ક્રિયા શરૂ કરી દે છે. એટલે કે, તેનામાં પ્રાથમિક પૂર્વાનુમાનાત્મક અનુમાનનો વિકાસ થાય છે. આ સોપાન દરમિયાન તેનામાં જોવાની બોધાત્મક સંરચનાનો વિકાસ થાય છે. તે વધુને વધુ વસ્તુઓ જુએ છે. સાથોસાથ તેની વસ્તુ પસંદગીયુક્ત બને છે. તેનું ધ્યાન નવી વસ્તુ પર વધારે કેન્દ્રિત થાય છે. અર્થાત્ તે જેનાથી પરિચિત છે તેનાથી જુદી પડતી વસ્તુને જોવાનું કુતૂહલ ઉત્પન્ન થાય છે. આ ઉપરાંત અનુકરણ અને પોતાની આસપાસની વસ્તુની બાહ્ય વાસ્તવિકતા અંગે સમજ કેળવે છે.

પેટાસોપાન - 3 (4 થી 10 માસ) આ પેટાસોપાન દરમિયાન બાળકમાં નીચેના જેવા ફેરફાર આકાર લે છે.

- પહેલા જે ક્રિયા આકસ્મિક રીતે થઈ હોય તે ક્રિયા હવે ફરીથી રસપૂર્વક કરવાની ક્રિયાલક્ષી બોધાત્મક સંરચનાનો વિકાસ થાય છે.
- અનુકરણની ક્રિયા વધુ વ્યવસ્થિત બને છે, તેની જ્ઞાનાત્મક સંરચનાઓની સંખ્યા અને વિસ્તાર વધ્યો હોય છે.
- કારણ અને પરિણામની સૂઝ વિકાસ પામે છે. એકવાર બોટલ પછાડવાથી દૂધ મળ્યાનો અનુભવ ઉપયોગમાં લઈ બીજીવાર દૂધ મેળવવા બોટલ પછાડે છે.
- સ્પર્શ અને આંખનું સંકલન વિકસે છે અર્થાત્, તેને જે બાબતનો સ્પર્શ થાય તેના તરફ તે પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકે છે.

પેટાસોપાન - 4 (10 થી 12 માસ) આ પેટા સોપાન અંતર્ગત બાળકમાં નીચેના પાસાંઓ વિકાસ પામે છે.

- બાળક કોઈ ચોક્કસ ધ્યેય સાથે ક્રિયા કરે છે. તે ધ્યેયને સિધ્ધ કરવામાં કોઈ અવરોધ દૂર કરવા કે ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરવા માટે શરૂઆતમાં કરેલ ક્રિયાથી જુદી ક્રિયાનો ઉપયોગ કરે છે.
- વસ્તુના કાયમીપણાનો ખ્યાલ વિકાસ પામે છે. વસ્તુને સંતાડી દેવામાં આવે તો પણ તે સમજે છે કે વસ્તુનું અસ્તિત્વ છે, વસ્તુ નાશ પામી નથી.
- તે એવી ક્રિયાઓનું અનુકરણ કરે છે તે પોતાની પ્રવર્તમાન ક્રિયાલક્ષી બોધાત્મક સંરચનામાં રહેલા પૂર્વાનુભવો સાથે જોડી શકે. આ અનુકરણ સંપૂર્ણ ચોક્કસ હોતું નથી.

પેટા સોપાન - 5 (12 થી 18 માસ) : આ પેટા સોપાન અંતર્ગત બાળક નીચેની ક્રિયાઓ કરે છે.

- નવીનતા શોધવાનું શરૂ કરે છે. હવે તે પોતાની આસપાસની વસ્તુઓ અંગે વધુને વધુ જાણવા ઉત્સુક બને છે, તે પ્રયોગો કરવાનું શરૂ કરે છે. વસ્તુ ફેંકે છે, તોડે છે, ફરીને ગોઠવે છે. આ બધા વર્તનો પરિણામ જાણવા માટેના છે.
- ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરવા નવા રસ્તાઓ શોધે છે.
- વસ્તુ અને પર્યાવરણના અન્ય ઘટકો વચ્ચે સ્થિતિજન્ય સંબંધ સમજી શકે છે.

પેટાસોપાન - 6 (18 થી 2 વર્ષ) આ અંતિમ પેટાસોપાન દરમિયાન બાળક નીચેની ક્રિયા કરે છે.

- વિચાર પ્રક્રિયા શરૂ થતાં જુદા જુદા અનુભવોના સંકલન થકી સમસ્યા ઉકેલના રસ્તા વિચારે છે.

**6.6.3 પૂર્વ - માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા - પ્રારંભિક બાલ્યાવસ્થાથી પ્રારંભિક શાળાના વર્ષો (2 થી 7 વર્ષ)**

પિયાજેએ આ અવસ્થાને પૂર્વક્રિયાત્મક અવસ્થા તરીકે ઓળખાવેલ છે કારણ કે આ અવસ્થામાં બાળક એક દિશામાં માનસિક ક્રિયા કરી શકે છે. જે દિશામાં માનસિક ક્રિયા કરી હોય તેનાથી વિરુદ્ધ દિશામાં ક્રિયા કરી શકતું નથી. 6 નો વર્ગ 36 થાય તેમ સમજી શકે પણ તેને સંખ્યા 36 આપેલ હોય તો 6 નો વર્ગ છે તેનો ખ્યાલ ન આવે. એટલે કે બંને એકબીજા સાથે જોડાયેલ છે તેવો ખ્યાલ આ અવસ્થાએ વિકસ્યો હોતો નથી. આ અવસ્થાનાં મુખ્ય લક્ષણો નીચે મુજબ છે.

1. આ અવસ્થામાં તેનો ભાષા વિકાસ ઝડપી હોય છે. બે વર્ષની ઉંમર સુધીમાં માંડ 200 શબ્દોનું ભંઠોળ ધરાવનાર બાળક આ અવસ્થા પૂરી કરે ત્યારે તેની

માતૃભાષાના 5000 થી પણ વધુ શબ્દોનું ભંડોળ ધરાવતું થઈ જાય છે. આ અવસ્થા દરમિયાનનું શબ્દભંડોળ બોલીના શબ્દો ધરાવે છે કે જેને શીખવવા પડતા નથી. આ અવસ્થામાં બાળકોની શબ્દપ્રયોગ ક્યારેક છેતરામણી હોય છે એટલે કે ખરેખર જે વસ્તુ માટે યોગ્ય શબ્દનો પ્રયોગ થવો જોઈએ તે જ શબ્દના ઉપયોગની ખાતરી હોતી નથી.

2. અહંકેન્દ્રિતા એ આ અવસ્થાનું બીજું લક્ષણ છે. તે એવું માને છે કે પોતે જે વિચારે છે, એટલે કે પોતે જે વિચારે છે તે સાચું જ છે. આથી પોતે ખોટું વિચારે છે તેવું માનવા તૈયાર નથી. પરિણામે તે બીજાના વિચારોને સ્વીકારી શકતું નથી. વિચારોનું આ અહંકેન્દ્રિતપણું જ્યારે તે સમવયસ્કોના સંપર્કમાં આવે છે અને તેઓના વિચારો સાથે પોતાના વિચારોના સંઘર્ષ અનુભવે છે ત્યારે ધીમે ધીમે દૂર થાય છે.
3. સાતત્યના ખ્યાલનો વિકાસ થયો હોતો નથી. પાંચ છ વર્ષના બાળકને આઠ આઠ સિક્કાઓ, સમાતંર હારમાં ગોઠવી, કહેવામાં આવે કે આ બંને હારમાં સરખી સંખ્યામાં સિક્કા છે. ત્યારબાર તેની નજર બહાર એક હારના સિક્કા ખસેડીને તે હારને બીજી હાર કરતાં લાંબી બનાવીને પૂછવામાં આવે કે હવે બંને હારમાં સિક્કાની સંખ્યા સરખી છે કે કેમ? ત્યારે બાળક લાંબી હારમાં વધુ સિક્કાઓ હોવાનું જણાવશે. તેના મનમાં એવો ખ્યાલ જોડાયેલો છે કે લંબાઈ જેમ વધુ તેમ સંખ્યા વધુ. અર્થાત્ આ તબક્કે તેના વિચારો તાર્કિક બન્યા હોતા નથી. માત્ર ‘પ્રત્યક્ષીકરણ’ પર તેના નિર્ણયો આધારિત હોય છે.
4. નવું જાણવાની કુતૂહલવૃત્તિ વધુ હોય છે, આથી સતત પ્રશ્નો પૂછવા કરે છે.
5. બે થી પાંચ વર્ષ દરમિયાન બાળક આપેલ વસ્તુઓને જુદા જુદા વર્ગોમાં વર્ગીકૃત કરવા માટે ચોક્કસ નિયમ કે ગુણધર્મ સાતત્યપૂર્ણ રીતે ઉપયોગમાં લેવામાં નિષ્ફળ જાય છે. પાંચથી સાત વર્ષના બાળક ચોક્કસ ગુણધર્મો નક્કી કરીને વસ્તુઓનું વર્ગીકરણ કરી શકે છે. અર્થાત્ પાંચ થી સાત વર્ષની ઉંમર દરમિયાન ક્રમનો ખ્યાલ વિકાસ પામે છે. પરંતુ, બે અલગ હારમાં ગોઠવેલ બે અલગ અલગ વસ્તુઓની સમકક્ષતા નક્કી કરી શકતા નથી.
7. આ અવસ્થાએ બાળકને વિચારો કે એકમાર્ગીય અને મર્યાદિત માહિતી પર કેન્દ્રિત હોય છે.
8. આ અવસ્થાએ બાળકમાં સાતત્ય, પરિવર્તનીયતા કે વિકેન્દ્રિતતાના ખ્યાલો વિકસ્યા હોતા નથી છતાં, તે મહત્વની બૌદ્ધિક ક્ષમતાઓ ધરાવે છે. સાતત્યના પ્રયોગમાં એક વાસણમાંથી પ્રવાહી, બીજા વાસણમાં નાખવામાં આવે ત્યારે તે કહે છે કે બીજા વાસણમાં પ્રવાહીના જથ્થામાં ફેરફાર થયો છે પરંતુ તેને એ તો ખ્યાલ છે કે તે બંને ક્રિયાઓ પરસ્પર જોડાયેલી છે.

**આ અવસ્થાએ બાળકના શિક્ષક માટે શિક્ષકે નીચેની અધ્યાપન યોજનાઓનો અમલ કરવો જોઈએ.**

- 1 શક્ય હોય ત્યાં મૂર્ત અને દશ્ય સાધનોનો ઉપયોગ કરો. ઉદાહરણ તરીકે પૂર્ણ, અડધું કે ભાગ જેવી સંકલ્પનાની ચર્ચા દરમિયાન રંગીન ટૂકડાઓ કે પદાર્થોનો ઉપયોગ કરો.
- 2 સૂચનાઓ માટે ક્રિયાઓ અને શબ્દોનો ઉપયોગ કરો. લાંબી સૂચનાઓ આપવાનું ટાળો. ઉદાહરણ તરીકે કોઈપણ રમતની સમજૂતી તેના એક ભાગને ક્રિયા દ્વારા રજૂ કરીને આપો.
- 3 વિદ્યાર્થીઓ તેની આસપાસના વિશ્વ અંગે અન્યના દૃષ્ટિબિંદુથી જોવામાં સાતત્ય દર્શાવે તેવી અપેક્ષા ન રાખો. ઉદાહરણ તરીકે, કોઈપણ સાહિત્યનો સાથે મળીને ઉપયોગ કરવાના નિયમો દર્શાવો પરંતુ તેના અંગે કારણોની લાંબી સમજૂતી આપવાનું ટાળો.

- 4 એ બાબત અંગે જાગ્રત રહો કે વિદ્યાર્થીઓ એક જ શબ્દ માટે અલગ અલગ અર્થ અથવા એક અર્થ માટે અલગ અલગ શબ્દ આપે તેવી શક્યતા છે.
- 5 વાચન - અર્થગ્રહણ જેવા સંકુલ કૌશલ્યોના અધ્યાપન માટે આધારરૂપ સરળ કૌશલ્યોનો વધુ મહાવરો આપો. ઉદાહરણ તરીકે શબ્દરચના માટે અલગ અલગ બોર્ડ પર લખેલા અક્ષરો પસંદ કરી શબ્દરચના અને શબ્દોની પસંદગીથી વાક્યરચના કરવાનો મહાવરો આપો.
6. ખ્યાલોનું અધ્યયન અને ભાષા વિકાસ માટે વૈવિધ્યપૂર્ણ અનુભવો આપો. ઉદાહરણ તરીકે પ્રાણી સંગ્રહાલય, બગીચાઓની મુલાકાતો લેવી, તેઓ જે સાંભળે, જુએ, સ્પર્શે, સ્વાદ લે છે કે સૂંઘે તેને વર્ણવવા શબ્દો આપવા.

#### 6.6.4 મૂર્ત - માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા - પ્રાથમિક મિડલ સ્કૂલના વર્ષો (7 થી 11 વર્ષ)

આ અવસ્થા મૂર્ત - માનસિક ક્રિયાત્મક અવસ્થા તરીકે ઓળખાય છે કારણ કે આ અવસ્થા દરમિયાન બાળક મૂર્ત સમસ્યાઓને તાર્કિક રીતે ઉકેલી શકે છે. મૂર્તનો અર્થ થાય કે વસ્તુ કે ઘટનાની વાસ્તવિક હાજરી. આ અવસ્થાએ બાળક સામે પદાર્થો મૂર્ત સ્વરૂપમાં મૂકી સમસ્યાઓને રજૂ કરવામાં આવે તો તે અત્યાર સુધી જે માનસિક ક્રિયાઓ કરી શકતું ન હતું તે પૈકી હવે નીચેનાં જેવી કેટલીક માનસિક ક્રિયાઓ કરી શકે છે.

1. આ અવસ્થાએ બાળકે આપેલ વસ્તુઓનું શ્રેણીબદ્ધ વર્ગીકરણ કરી શકે છે. સાથે તે વર્ગીકરણના કોઈપણ તબક્કે આપેલ વસ્તુઓ સિવાયની અન્ય વસ્તુઓ પૈકી કઈ વસ્તુ તેમાં ઉમેરી શકાય, તે અંગે નિર્ણય લઈ શકે છે. વર્ગીકરણના કોઈપણ તબક્કે નક્કર વસ્તુઓનું વર્ગીકરણ કરવાની અને વર્ગીકરણની શ્રેણીની કક્ષાઓ વચ્ચેનો સંબંધ સ્થાપવાની ક્ષમતા વિકાસ પામી હોય છે.
2. કમનો ખ્યાલ વધુ વિકાસ પામ્યો હોય છે. મૂર્ત વસ્તુઓ ઝડપથી કમમાં ગોઠવી શકે છે. બે અલગ અલગ હારના ઘટકો વચ્ચે એક - એક સંગતતાનો સંબંધ નક્કી કરે છે અને આ સંબંધ અંગે સાતત્ય પણ વિકાસ પામે છે.
3. સંખ્યાની દૃષ્ટિએ સમાન બે સમૂહો રચી શકે છે અને તે બંને તેઓની વચ્ચેનો સંબંધ નક્કી કરી શકે છે.
4. બાળકમાં પ્રવાહીના જથ્થાના સાતત્યનો ખ્યાલ વિકસે છે જુદા જુદા આકારના પ્રવાહીનો જથ્થો સમાન રહે છે. તેનાં કારણો આપી શકે છે.
5. સમસ્યાના ઘણા પાસાંઓ પર એક સાથે ધ્યાન આપી શકે છે અને તેઓની વચ્ચેનો સંબંધ નક્કી કરી શકે છે.
6. પારસ્પરિક સંબંધોનો ખ્યાલ વિકસ પામે છે. તે વિચારી શકે છે કે એક ગ્લાસ લાંબો અને પાતળો છે, જ્યારે બીજો ટૂંકો અને પહોળો છે.

**આ અવસ્થાએ વિદ્યાર્થીઓના અધ્યાપન માટે શિક્ષકે નીચેની બાબતોને ધ્યાનમાં રાખવી.**

1. ખાસ કરીને અમૂર્ત ખ્યાલો અને હકીકતોની ચર્ચા દરમિયાન આ અવસ્થાએ પણ મૂર્ત અને દૃશ્ય સાધનોનો ઉપયોગ ચાલુ રાખવો.
2. બાળકોને વસ્તુ, પદાર્થ કે સાધન સાથે કામ કરવાની તક આપવી, ઉદાહરણ તરીકે સરળ પ્રયોગો કરવા આપવા.
3. બાળકોને વાંચન સાહિત્ય ટૂંકાં અને સુઆયોજિત સ્વરૂપમાં આપો. ઉદાહરણ તરીકે ટૂંકી વાર્તાઓની પુસ્તિકા વાંચવા આપવી.
4. બાળકો સમક્ષ વધુ સંકુલ વિચારો સ્પષ્ટ કરવા પરિચિત ઉદાહરણોનો ઉપયોગ કરી. ઉદાહરણ તરીકે વાર્તાના પાત્ર સાથે બાળકોને પોતાના જીવનની તુલના કરવાનું કહો.

5. વધુનેવધુ સંકુલકક્ષાએ પદાર્થના વર્ગીકરણ અને જૂથ બનાવવાની ક્રિયા માટે તકો આપવી. ઉદાહરણ તરીકે, અલગ અલગ સ્લીપ પર લબેલ વાક્યો પરથી ફકરો તૈયાર કરવા કહેવું.
6. બાળકો સમક્ષ એવી સમસ્યાઓ રજૂ કરો જેના ઉકેલ માટે તાર્કિક અને વિશ્લેષણાત્મક વિચાર કરવાની પ્રક્રિયાની જરૂર પડે.

#### 6.6.5 ઔપચારિક માનસિક વિચાર અવસ્થા - ઉચ્ચતર માધ્યમિક અને કૉલેજના વર્ષો (11 થી 15 વર્ષ)

પિયાજે આ અવસ્થાને ઔપચારિક વિચાર ક્રિયા અવસ્થા તરીકે ગણાવે છે કારણ કે બાળકો હવે ઔપચારિક તાર્કિકતા માટે જરૂરી ઉલટ-સૂલટ પ્રક્રિયાઓ કરી શકે છે. આ એવી અવસ્થા છે જેમા પુખ્ત વિચારની મોટાભાગની લાક્ષણિકતાઓ વિકાસ પામે છે. પિયાજે એ તરુણોની તાર્કિકતાના વિકાસ સંબંધિત અસંખ્ય પ્રયોગો કર્યા હતાં. જેમાં તેમણે પોતે વિકસાવેલી આધુનિક ક્લિનીકલ મેથડનો ઉપયોગ કર્યો હતો. આ વિશિષ્ટ અભ્યાસોમાં તેમણે ભૌતિકશાસ્ત્ર, રસાયણશાસ્ત્ર અને અન્ય શાસ્ત્ર સંબંધિત સમસ્યાઓ અનેક તરુણોને આપી હતી. દરેક તરુણને સાધનો કે વસ્તુઓ આપવામાં આવી. તેઓને દરેક સાધન કેવી રીતે કામ કરે છે તે સમજાવવા માટે કહેવામાં આવેલ. તરુણોએ આપેલ જવાબો અને સાધનો સાથે કરેલું કામ અંગેના અવલોકનોની કરેલ વિગતપૂર્ણ નોંધના આધારે તારવેલ તારણો નીચે દર્શાવેલ છે.

1. કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં રહેલ સંભાવિતતાની કલ્પના કરી શકવાની ક્ષમતા વિકસે છે. કોઈપણ કાર્ય કરતાં પહેલાં કાર્યનું વિશ્લેષણ કરે છે અને પરિણામો અંગે ઉત્કલ્પનાઓ બાંધે છે. આ ઉત્કલ્પનાઓ ચકાસવા માટે પ્રયોગ યોજના તૈયાર કરે છે. પ્રયોગના પરિણામોનું ચોક્કસાઈપૂર્ણ અવલોકન કરી યોગ્ય તારણો મેળવે છે. તારણો માટેના કારણો કહી શકે છે અને નવા અર્થઘટનો આપી શકે છે.
2. તરુણો સંતુલિતતાના ઉચ્ચતર સ્તરે પહોંચ્યાં હોય છે તેમની બોધાત્મક સંરચનાઓ એટલે સુધી વિસ્તાર પામી હોય છે કે અનેક પ્રકારના પ્રશ્નો અને સમસ્યાઓ અસરકારક રીતે તેની સાથે બંધબેસતા કરી શકે છે. તારુણ્યના અંત સુધીમાં તેને વિચારવાની રીતે એટલે કે તેની બોધાત્મક સંરચનાઓ લગભગ બંધાઈ ચૂકી હોય છે.
3. તરુણોના વિચારો લવચીક હોય છે. તેની પાસે સમસ્યાને ઉકેલવા માટે મોટી સંખ્યામાં બોધાત્મક ક્રિયાઓ પ્રાપ્ય હોય છે તેઓ વધુ ચંચળ હોય છે અને સમસ્યાને અનેક રીતે જુદાં જુદાં સંદર્ભોમાં ઉકેલી શકે છે.
4. અનઅપેક્ષિત પરિણામોથી મૂંઝાતા નથી કારણ કે, તેમણે અગાઉથી જ તમામ શક્યતાઓ વિચારી લીધી હોય છે.
5. તેઓ બંને દિશામાં વિચાર કરવાની ક્ષમતા ધરાવે છે. અર્થાત્ એક વિચાર એક દિશામાં આગળ વધે અને તે જ સોપાનો પરથી પસાર થઈને મૂળ સ્થાને આવી શકે છે.

**આ અવસ્થાએ વિદ્યાર્થીઓના અધ્યાપન માટે નીચેની યોજનાઓનો અમલ કરવો જોઈએ.**

1. અસામાન્ય બાબતો અંગે પ્રશ્નોના જવાબો શોધવાની તકો આપો. ઉદાહરણ તરીકે પર્યાવરણ, રાષ્ટ્રીય સમસ્યાઓ વગેરે સંબંધિત બનાવો અંગે તરફેણમાં કે વિરોધમાં દલીલો કરતા નિબંધ લખવા આપો.
2. વિદ્યાર્થીઓને સમસ્યાઓ ઉકેલવા માટે આપો અને વૈજ્ઞાનિક રીતે તેના કારણો આપતા જણાવો. ઉદાહરણ તરીકે, જૂથચર્ચાનું આયોજન કરો.

3. તરુણો સંપૂર્ણપણે ઔપચારિક વિચારકો ન હોવાથી મૂર્ત વિચાર પ્રક્રિયા માટેની અધ્યાપન યોજનાઓને સંપૂર્ણ રીતે ન ત્યજતા, તેનો ઉપયોગ ચાલુ રાખવો.
4. વિદ્યાર્થીઓને પ્રકલ્પો પર કામ સોંપો. સમયાંતરે તેઓને પ્રકલ્પની પ્રગતિ અંગે પૂછતા રહેવું.
5. વિદ્યાર્થીને જે વિષયમાં રસ હોય તે વિષયમાં ઔપચારિક વિચાર - પ્રક્રિયાનો ઉપયોગ પસંદ કરે છે, જ્યારે અન્ય વિષયમાં મૂર્ત વિચાર - પ્રક્રિયા કરવાનું પસંદ કરે છે.

આમ બોધાત્મક વિકાસ એ જન્મથી તરુણાવસ્થા દરમિયાન બોધાત્મક સંરચનાઓના બંધારણની વિકાસાત્મક પ્રક્રિયા છે. શરૂઆતમાં આ સંરચનાઓ સ્નાયુઓ અને સંવેદનાઓ પર આધાર રાખે છે. ત્યાર બાદ ક્રમશઃ વિકાસ પર પોતાનું સમગ્ર વિશ્વ રચે છે. બાળક પોતાની આસપાસના પર્યાવરણ સાથે આંતરક્રિયા કરી જૂના અને નવા જ્ઞાનના જોડાણો બનાવી ક્રિયાલક્ષી અને હકીકતલક્ષી બોધાત્મક સંરચનાઓ નિર્માણ કરે છે. છોકરો હોય કે છોકરી, બાળક શાળાએ જતું હોય કે ન જતું હોય, તેઓની વિકાસની શ્રેણી સમાન હોય છે અને તેઓની માનસિક ક્રિયાઓમાં કોઈ તફાવત હોતો નથી. પરંતુ, દરેક બાળકનો વિકાસ દર જુદો હોય છે. માનસિક વિકાસ પર કંઈક અંશે સંસ્કૃતિની અસર જોવા મળે છે.

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

પિયાજેના બોધાત્મક વિકાસ સિદ્ધાંતને ધ્યાનમાં રાખી નીચેના જોડકાં જોડો.

અ	બ
1 સંવેદન-સ્નાયુલક્ષી અવસ્થા	આપેલ વસ્તુઓનું શ્રેણીબદ્ધ વર્ગીકરણ કરી શકે છે
2. પૂર્વ-માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા	વસ્તુ ફેંકે છે, તોડે છે, ફરીને ગોઠવે છે.
3 મૂર્ત-માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા	બંને દિશામાં વિચાર કરવાની ક્ષમતા ધરાવે છે.
4 ઔપચારિક માનસિક વિચાર અવસ્થા	એક જ દિશામાં માનસિક ક્રિયા કરે છે.

1 - ....., 2 - ....., 3 - ....., 4 - .....

### 6.7 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થ

પિયાજેએ ચોક્કસ શૈક્ષણિક ભલામણો કરી નથી. તેમને બાળકોની વિચાર - પ્રક્રિયાને સમજવામાં વિશેષ રસ હતો. તેઓ માનતા હતા કે શિક્ષણનું મુખ્ય કાર્ય બાળકને 'કેમ શીખવું' તે શીખતા કરવાનું છે. પિયાજેએ પોતાના વિચારોના આધારે શિક્ષણના કોઈ કાર્યક્રમો તૈયાર કર્યા નથી. પરંતુ પિયાજેને વિચારોનો ઉપયોગ કરીને 'National Association for the Education of Young children and Developmentally Appropriate Education' માટે માર્ગદર્શિકા તૈયાર કરી છે. શિક્ષકે પોતાની અધ્યાપન-યોજના તૈયાર કરવા માટે નીચેની ત્રણ બાબતો ધ્યાનમાં રાખવી જરૂરી છે.

#### 1. વિદ્યાર્થીઓની વિચાર પ્રક્રિયાને સમજવી અને વિકસાવવી.

વર્ગમાં વિદ્યાર્થીઓ તેમના જ્ઞાનાત્મક વિકાસ અને વિષયવસ્તુ - જ્ઞાનમાં ભિન્નતા ધરાવે છે. શિક્ષક તરીકે તમે શી રીતે નક્કી કરી શકો કે, વિદ્યાર્થીને અધ્યયનમાં પડતી મુશ્કેલી તેમની જરૂરી વિચાર ક્ષમતાના અભાવે છે કે તેની પાસે જરૂરી પાયાના જ્ઞાનનો અભાવ છે. આ નક્કી કરવા વિદ્યાર્થીની સમસ્યા ઉકેલની રીતનું અવલોકન કરો. તે કયાં પ્રકારના તર્કના ઉપયોગ કરે છે. તે વ્યવસ્થિત ઉકેલ સૂચવે છે. કે માત્ર અનુમાન કરીને ઉકેલ સૂચવે છે, તે સમસ્યાના માત્ર એક જ ઉકેલ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે, તેઓને સમસ્યા ઉકેલવા શી રીતે



પ્રયત્ન કર્યા તે કહો. તેઓની યોજનાઓને ધ્યાનથી સાંભળો. તેમની વારંવાર ભૂલ પાછળ જવાબદાર તર્કને ઓળખો. આ તમામ પ્રશ્નોનો વિચાર વિદ્યાર્થીઓની વિચાર - ક્ષમતા અંગે માહિતી મેળવવા માટે ઉપયોગી છે.

પિયાજેના સિદ્ધાંતના અગત્યનો ફલિતાર્થ એટલે 'The Problem of Match' વિદ્યાર્થી કંટાળી જાય તેટલું સરળ કાર્ય પણ તેને આપવું નહીં તેમજ એટલું અઘરું કાર્ય પણ ન આપવું જોઈએ કે તે સમજી ન શકે. બોધાત્મક વિકાસને ચાલુ રાખવા માટે અસમતુલા જળવાઈ રહેવી જોઈએ. વિદ્યાર્થી પક્ષે ભૂલો સર્જનારી પરિસ્થિતિ અસમતુલા જાળવી રાખવી રાખે છે.

## 2. પ્રવૃત્તિ દ્વારા જ્ઞાનની સંરચના કરવી.

પિયાજેના મતે વ્યક્તિ પોતાની સમજની સંરચના જાતે કરે છે. અધ્યયન એ સંરચનાત્મક પ્રક્રિયા છે. આથી શિક્ષકે એ વાતની કાળજી લેવી જોઈએ કે, જ્ઞાનાત્મક વિકાસની પ્રત્યેક અવસ્થાએ અધ્યેતા અધ્યયન પ્રક્રિયામાં સક્રિય રીતે સામેલ હોવો જોઈએ. આ સક્રિયતા શારીરિક તેમજ માનસિક એમ બંને રીતે હોવી જોઈએ. ઉદાહરણ તરીકે સ્થિર દડાને બળ લગાવતાં તેની સ્થિતિમાં શો ફેરફાર થાય છે? અવલોકનને અંતે વિદ્યાર્થી જાતે જણાવશે કે બળ દ્વારા સ્થિર પદાર્થોની સ્થિર દડાને બળ લગાવતા તેની ગતિમાન સ્થિતિમાં લાવી શકાય છે. વિદ્યાર્થીઓને શિક્ષકો અને સમયવસ્તુ સાથે વાતચીત કરવા માટેની તક આપવી જોઈએ. જેથી તેઓ અન્યના વિચારોને ચકાસી શકે. પોતાના વિચારો સામેના પડકારો જાણી શકે. પ્રતિપોષણ મેળવી શકે અને બીજા લોકો સમસ્યા ઉકેલની રીતને જાણી શકે.

## 3. રમતના મૂલ્યનો સ્વીકાર

પિયાજેના મતે બાળકો માટે રમત એ જ કાર્ય છે. સ્નાયુ - સંવેદન અવસ્થામાં શિશુને ચૂસવું, હલાવવું, ફેંકવું જેવી ક્રિયાઓ વડે શીખે છે. પૂર્વ - માનસિક ક્રિયા અવસ્થા દરમિયાન બાળકો રમવું પસંદ કરે છે. આ રમતોમાં સંકેતો અને ભાષા દ્વારા બીજા સાથે પ્રત્યાપન કરે છે. તેઓ આગાહીક્ષમ નિયમો વડે રમવાનું પસંદ કરે છે. મૂર્ત - માનસિક વિચાર અવસ્થાએ પણ બાળકો વધુ સંકુલ રમતો રમવાનું શરૂ કરે છે અને તેના વડે સહકાર, બાંધછોડ, હાર-જીત વગેરે શીખે છે. સાથોસાથ ભાષાવિકાસ પણ થાય છે.

### 6.8.1 વિશેષતાઓ :

પિયાજે તરુણોને સમજવામાં વિશેષ ફાળો આપેલ, છે જેમ કે:-

- 1 વૈજ્ઞાનિક તર્કની બાબતમાં તરુણો અને નાના બાળકો જુદા પડે છે એટલે કે ઉંમર વધે તેમ વ્યવસ્થિત પ્રયોગો, વિશિષ્ટ કસોટીઓની રચના, અસર કરતાં ચલોને અલગ તારવવા અને પ્રાયોગિક માહિતીના આધારે યોગ્ય તારણો તારવવા.
2. પિયાજેએ તરુણોના વર્તનોને સમજાવવા અને વર્ણવવા માટેના ઔપચારિક મોડલ વિકસાવવાનું કાર્ય કર્યું છે. આ પ્રકારનું કામ કરનાર જૂજ મનોવૈજ્ઞાનિકો પૈકીના તેઓ એક હતા.
3. તેમણે એવી રજૂઆત કરી કે તરુણોના વિકાસમાં તેમની વૈયક્તિક રુચિઓનો ફાળો હોય છે.

### 6.8.2 મર્યાદાઓ

પિયાજેએ બોધાત્મક વિકાસને સમજાવવા માટે ખૂબ જ સઘન અભ્યાસોના આધારે જન્મથી તરુણાવસ્થા સુધીમાં થતા વિકાસનો સંકલિત સિદ્ધાંત રજૂ કર્યો છે. અત્ર આ સિદ્ધાંતની કેટલીક ઊણપોની ચર્ચા કરેલ છે.

1. માનસિક વિકાસનો સિદ્ધાંત પિયાજેના જન્મ પહેલા બાલ્ડવિને 1894 માં વર્ણવેલ. જેમાં તેમણે વિકાસની ત્રણ અવસ્થા (1) Preloīkical (2) Loīkical (3) Hyper Loīkical વર્ણવી હતી. આથી પિયાજેના સિદ્ધાંતને તદ્દન નવો ન કહી શકાય.
2. પિયાજેનો અવસ્થાઓનો ખ્યાલ વર્ણાત્મક વધુ છે, જ્યારે સ્પષ્ટઓ ઓછી છે.

તેમણે ચોક્કસ અવસ્થામાં બાળકના વર્તનનું વર્ણન કરેલ છે પરંતુ સ્પષ્ટીકરણ કે આગાહી કરતી પરિસ્થિતિઓ જણાવેલ નથી.

3. પિયાજેના અભ્યાસોમાં પ્રયોગકાર અને પાત્ર વચ્ચે વાતચીત દ્વારા વધુ આંતરક્રિયા થયેલ છે. પ્રયોગ દરમિયાન પ્રયોગકારના વર્તનોની અસર બાળક પર થાય છે. તેથી બાળકના પ્રતિચારો પાછળ રહેલ તાર્કિક ક્ષમતા અંગે અનુમાન બાંધી ન શકાય. કેટલીક વખત વડીલો એકનો એક પ્રશ્ન ફરી પૂછતા બાળકો પોતાનો ઉત્તર બદલે છે. પરિણામે બાળક અસ્થિર બોધાત્મક સંરચના ધરાવે છે તેમ કહી શકાય નહીં.
4. પિયાજેના મતે શરૂઆતમાં ભાષા દ્વારા તાર્કિક વિકાસ થતો નથી. પરંતુ, હકીકતમાં ભાષા એ તાર્કિક વિકાસની નિશાની અને નીપજ છે.
5. કેટલાંકના મતે પિયાજેના સિદ્ધાંત ગણિત અને વિજ્ઞાનના ખ્યાલોના વિકાસ માટે વધુ લાગે પડે છે.
6. પિયાજેના સિદ્ધાંતની સૌથી મોટી મર્યાદા તેઓની અભ્યાસ પદ્ધતિને લગતી છે. તેઓએ પોતાના બાળકોના અવલોકનને આધારે સિદ્ધાંતોની તારવણી કરેલ હતી.
7. પિયાજેના મતે બાળક મોટું થાય તેમ આપોઆપ વિકાસની એક અવસ્થામાંથી બીજી અવસ્થામાં પ્રવેશે છે પરંતુ સંશોધનના તારણો આથી વિરુદ્ધ એમ દર્શાવે છે કે પર્યાવરણની અસર વિકાસ પર જોવા મળે છે.
8. કેટલાંક સંશોધકના મતે બાળક પિયાજેએ જણાવેલ ક્ષમતાઓ કરતા વધારે ક્ષમતાઓ ધરાવે છે. આધુનિક સિદ્ધાંતો અનુસાર ચાર થી પાંચ વર્ષનું બાળક પોતાની અને અન્યોની માનસિક ક્રિયાઓ સમજી શકે છે.

## 6.9 સારાંશ

ઘણી વખત બાળકનો ઉછેર સાહજિક રીતે કોઈપણ પ્રકારના સભાન પ્રયત્નો વગર થતો જોવા મળે છે. બાળક જેમ મોટું થતું જાય છે તેમ તેમ આ શાળાઓમાં વર્ગશિક્ષણ થકી તેઓને જ્ઞાન પીરસવામાં આવે છે. માતા પિતા ઘરે હોમવર્ક કરાવીને કે ટ્યૂશનમાં મોકલીને પોતાના બાળકને હોશિયાર બનાવવા માટેના પ્રયત્નો કરતાં જોવા મળે છે. બાળકના બોધાત્મક વિકાસ માટે સમગ્ર શિક્ષણ વ્યવસ્થા પ્રયત્નો કરે છે. જન પિયાજે એ પોતાના પ્રયોગો અને લાંબા ગાળાના અવલોકનો પછી બાળકના બોધાત્મક વિકાસની અવસ્થાઓ આપી. આ અવસ્થાઓ દરમિયાન બાળકની જ્ઞાનાત્મક સંરચનાઓના વિકાસની તરેહ સમજાવતો સિદ્ધાંત તેઓએ આપ્યો. તેના અભ્યાસ થકી તમે જોયું કે બાળક જ્ઞાનની સંરચના દરમિયાન સંતુલિતતા અને પરિપાચન જેવી ક્રિયાઓનો ઉપયોગ કરે છે. સંવેદન-સ્નાયુલક્ષી અવસ્થાથી માંડીને ઔપચારિક માનસિક વિચાર અવસ્થા સુધીમાં બાળક વિવિધ પ્રયુક્તિઓ અને પદ્ધતિઓ દ્વારા શીખે છે.

જન પિયાજેના આ સિદ્ધાંતનો અભ્યાસ કરવાથી બાળ વિકાસના વિવિધ તબક્કે કઈ પ્રયુક્તિ કે પદ્ધતિ પસંદ કરવી તેનો ખ્યાલ આવે છે. કઈ અવસ્થા દરમિયાન જ્ઞાનને મૂર્ત સ્વરૂપે રજૂ કરવું કે કઈ અવસ્થા દરમિયાન અમૂર્ત વિચારોના વિકાસ પર ભાર આપવો? વગેરે જેવી મહત્વની બાબતો આ સિદ્ધાંત સૂચવે છે. આ સિદ્ધાંતનો અભ્યાસ શા માટે કરવો જોઈએ? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર ખૂબજ સ્વાભાવિક છે. શિક્ષક તરીકે આપણી સમક્ષ વિવિધ વયકક્ષાના બાળકો ઉપસ્થિત થાય છે. તેઓની બોધાત્મક સંરચના કઈ રીતે નિર્માણ થાય છે તેની જાણ આપણને વર્ગખંડ વ્યવસ્થાપનમાં મદદ કરે છે. બોધાત્મક વિકાસ એ માનવનિર્માણનું મહત્વનું પરિમાણ હોવાથી આ સિદ્ધાંતનો અભ્યાસ અનિવાર્ય બની રહે છે.

## 6.10 સ્વાધ્યાય

- 1 બોધાત્મક વિકાસ એટલે શું ?
- 2 જન પિયાજેનો પરિચય આપો
- 3 પ્રતિક્ષિત ક્રિયાઓનો અર્થ ઉદાહરણ સહિત સમજાવો.

- 4 જીન પિયાજેએ આપેલ બોધાત્મક વિકાસની અવસ્થાઓની યાદી આપો.
- 5 જીન પિયાજેના બોધાત્મક વિકાસની અવસ્થાઓ પૈકીની પ્રથમ અવસ્થાની વિસ્તૃત માહિતી આપો.
- 6 પૂર્વ - માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થા અને મૂર્ત - માનસિક ક્રિયાત્મક વિચાર અવસ્થાના મુખ્ય લક્ષણો જણાવો.
- 7 પરિપાચન અને તદ્-યોગ્યતા સ્થાપન વચ્ચેનો ભેદ સ્પષ્ટ કરો.
- 8 જીન પિયાજેની બોધાત્મક વિકાસ સિદ્ધાંતનો વર્ગખંડમાં શી રીતે વિનિયોગ કરશો ?
- 9 જીન પિયાજેની અભ્યાસ પદ્ધતિની વિશેષતાઓ જણાવો.
- 10 જીન પિયાજેના બોધાત્મક વિકાસ સિદ્ધાંતની વિશેષતાઓ અને મર્યાદાઓ જણાવો.

### 6.11 સૂચિત વાચન સામગ્રી

દોંગા, નનુભાઈ (2010), શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન (દ્વિતીય આવૃત્તિ) નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.  
 Gredler, Market (1986) Learning And Instruction. Macmillan Publishing Company, New York.  
 Wardworth, Barry J. (1971), Piaget's Theory of Cognitive Development. Mckey Publishers, University of Minnesota.  
 Piaget, J. (1936). Origins of Intelligence in the Child. Roytledlike & Keifikan Paul.

### 6.12 તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

#### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

#### 1 પ્રતિક્ષિત ક્રિયાઓના ત્રણ ઉદાહરણ આપો

1. ચુસવું
2. રડવું
3. હાથ પગ હલાવવા

#### 2. બોધાત્મક સંરચનાઓ શી રીતે તૈયાર થાય છે ?

પ્રતિક્ષિત ક્રિયાઓ સાથે અનુભવ જોડાતા વર્તમાન બોધાત્મક સંરચનામાં ફેરફાર થઈ નવી બોધાત્મક સંરચના તૈયાર થાય છે. પરિણામે બાળક નવા વર્તનો કરવા સક્ષમ બને છે.

#### 3. ક્રિયાલક્ષી અને હકીકતલક્ષી જ્ઞાન વચ્ચે શો તફાવત છે ?

કોઈપણ ક્રિયા (જેમ કે બ્રશ કરવું) કરવા માટેનું જ્ઞાન એટલે ક્રિયાલક્ષી જ્ઞાન. જ્યારે મનુષ્યને બે આંખો હોવી એ હકીકતલક્ષી જ્ઞાનમાં એક જ બોધાત્મક સંરચના કાર્ય કરે છે.

#### 4. મૂળભૂત વલણો કયા કયા છે ?

પરિપાચન અને તદ્-યોગ્યતા સ્તાપન એ મૂળભૂત વલણો છે.

#### 5. પરિપાચન અને તદ્ - યોગ્ય સ્થાપન વચ્ચે શો ભેદ છે ?

રજૂ થયેલ માહિતીને અગાઉની બોધાત્મક સંરચના સાથે સફળતાપૂર્વક સરખાવવી એટલે પરિપાચન. જ્યારે રજૂ થયેલ માહિતી અગાઉની બોધાત્મક સંરચના સાથે બંધબેસતી ન હોવાના સંજોગોમાં અગાઉની બોધાત્મક સંરચનામાં ફેરફાર કરવો એટલે તદ્-યોગ્યતા સ્થાપના.

#### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

#### 1. પિયાજેની અભ્યાસ પદ્ધતિ કઈ હતી ? અવલોકન

#### 2. પિયાજેની અભ્યાસ પદ્ધતિની કોઈપણ બે મર્યાદાઓ જણાવો

1. તેમણે કોઈ વૈજ્ઞાનિક ઉપકરણ કે પ્રાયોગિક સાધનોનો ઉપયોગ કર્યો નથી.

2. અવલોકન પદ્ધતિનો ઉપયોગ કર્યા બાદ અવલોકનોની વિશ્વસનીયતા તપાસવા બીજા અવલોકનકારોનો પણ ઉપયોગ કર્યો નથી.

3. પિયાજેની બોધાત્મક અવસ્થાઓનાં સંદર્ભમાં નીચેના જોડકાં જોડો.

- 1 - સી,
- 2 - એ,
- 3 - ડી,
- 4 - બી

#### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

- 1- બી,
- 2 - ડી,
- 3 - એ,
- 4- સી

: રૂપરેખા :

- 7.1 પ્રસ્તાવના
- 7.2 ઉદ્દેશો
- 7.3 માનવતાવાદી સિદ્ધાંત
  - 7.3.1 અર્થ
  - 7.3.2 માનવતાવાદી સિદ્ધાંતો
- 7.4 મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ સિદ્ધાંત
  - 7.4.1 મેસ્લો - પરિચય
  - 7.4.2 જરૂરિયાતોની શ્રેણી
  - 7.4.3 સ્વ - વાસ્તવિકીકરણ
  - 7.4.4 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો
- 7.5 રોજર્સનો 'સ્વ' સિદ્ધાંત
  - 7.5.1 રોજર્સ - પરિચય
  - 7.5.2 રોજર્સનો 'સ્વ' સિદ્ધાંત
  - 7.5.3 'સ્વ' નો ખ્યાલ
  - 7.5.4 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો
- 7.6 માનવતાવાદી સિદ્ધાંતનું મૂલ્યાંકન
  - 7.6.1 વિશેષતાઓ
  - 7.6.2 મર્યાદાઓ
- 7.7 સારાંશ
- 7.8 સ્વાધ્યાય
- 7.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 7.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

7.1 પ્રસ્તાવના

મનોવિજ્ઞાને વિજ્ઞાનની જેમ વધુ ચોક્કસ બનવાના હેતુસર માનવ વર્તનને પોતાનું અભ્યાસકેન્દ્ર બનાવ્યું. મનોવિજ્ઞાન એટલે આત્માનું વિજ્ઞાન, ચેતનાનું વિજ્ઞાન વગેરે જેવી માન્યતાઓનો અસ્વીકાર વર્તનવાદીઓએ કર્યો. વોટ્સને વર્તનવાદનો પાયો નાંખતા કહ્યું કે માનવનાં મન, આત્મા અને ચેતના એ અદૃશ્ય બાબતો છે, જ્યારે વર્તન એ જોઈ શકાય છે. તેથી, મનોવિજ્ઞાને માનવ વર્તનનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. મેસ્લોએ માનવની જરૂરિયાતોનો અભ્યાસ કરીને માનવ વર્તન માટે જરૂરિયાતોને કારણભૂત જણાવી, તેની શ્રેણી રજૂ કરી. રોજર્સે પણ માનવ 'સ્વ' ની ઓળખ માટે અભ્યાસ કરીને માનવ વર્તનને સમજાવવા અનેક પ્રેરણો, કારણોને સમાવતા સિદ્ધાંતો આપ્યાં. પ્રસ્તુત એકમમાં મેસ્લોની જરૂરિયાતોની શ્રેણી અને રોજર્સનો 'સ્વ' સિદ્ધાંતની વાત કરવામાં આવી છે.

## 7.2 ઉદ્દેશો

આ એકમનાં અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો -

- ♦ માનવતાવાદી સિદ્ધાંતોનો અર્થ આપી શકશો.
- ♦ મેસ્લોની જરૂરિયાતોની શ્રેણી અને તેનાં શૈક્ષણિક ફલિતાર્થોની ચર્ચા કરી શકશો.
- ♦ રોજર્સના 'સ્વ' સિદ્ધાંતની સમજ આપી શકશો.
- ♦ રોજર્સના 'સ્વ' સિદ્ધાંતના શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો આપી શકશો.

## 7.3 માનવતાવાદી સિદ્ધાંત

### 7.3.1 અર્થ

માનવતાવાદી સિદ્ધાંત એ સિગ્મંડ ફ્રોઇડના મનોવિશ્લેષણાત્મક સિદ્ધાંત અને બી.એફ. સ્કીનરના વર્તનવાદના પ્રતિચારરૂપે રજૂ થતો હતો. આ અભિગમ માનવીનાં રહેલ સ્વ-ઓળખ મેળવવા માટેની આંતરિક ઝંખના પર ભાર મૂકે છે. મનોવિશ્લેષણ અને વર્તનવાદ કરતાં વધુ માનવીય અભિગમ ધરાવતો આ સિદ્ધાંત એવો મત ધરાવે છે કે વ્યક્તિ અંદરથી હંમેશા સારો હોય છે. તે વ્યક્તિ તરફનો સમજિવાદી અભિગમ ધરાવે છે અને સર્જનાત્મકતા અને માનવ શક્તિઓ પર ભાર મૂકે છે.

જેમ્સ બુજેન્ટલે 1964માં સૌપ્રથમ માનવતાવાદી સિદ્ધાંતના પાંચ આધારભૂત સિદ્ધાંતો અથવા અવધારણાઓ આપી હતી. આ પાંચ અવધારણાઓ નીચે દર્શાવેલ છે.

1. માનવી એ માનવ તરીકે તેના અંગોના સરવાળાથી કંઈક વિશેષ ક્ષમતા ધરાવે છે. તેને તેના અંગોનાં સંદર્ભમાં સીમિત કરી શકાય નહીં.
2. માનવીના અને અવકાશીય પર્યાવરણના સંદર્ભમાં દરેક માનવનું આગવું અસ્તિત્વ છે.
3. માનવ તત્વ એ જાગ્રત એટલે કે ચેતન સ્વરૂપ હોવાની માનવને ખબર છે. માનવ ચેતનામાં હંમેશાં અન્યોના સંદર્ભમાં પોતાના 'સ્વ' અંગેની જાગૃતિ રહે છે.
4. માનવ પાસે કેટલીક પસંદગીઓ હોય છે, સાથે જવાબદારીઓ પણ હોય છે.
5. માનવી એ હેતુવાદી હોય છે, ઉદ્દેશો તરફ ધ્યેય કેન્દ્રિત કરે છે અને તેઓને ખબર હોય છે કે તેની ભવિષ્યની ઘટના આની પર શી અસર થવાની છે.

માનવતાવાદી અભિગમના મુખ્ય લક્ષણો નીચે મુજબ છે.

- ગુણાત્મક સંશોધન
- વ્યક્તિકેન્દ્રી અભિગમ Idiographic Approach (જેમાં વ્યક્તિના અનન્ય હોવા પાછળના કારણોનો અભ્યાસ થાય)
- સ્વ-સંકલ્પના (સ્વ-ઓળખ, સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ)
- સમગ્રવાદી અભિગમ (જેમાં વ્યક્તિનો સમગ્રલક્ષી અભ્યાસ કરવામાં આવે)
- જરૂરિયાતોની શ્રેણી

માનવતાવાદી અભિગમના અભ્યાસ પદ્ધતિઓ નીચે મુજબની છે.

- ગુણાત્મક પદ્ધતિ
- વ્યક્તિ અભ્યાસ
- અનૌપચારિક મુલાકાતો
- Q - સોર્ટ પદ્ધતિ
- મુક્ત જવાબી પ્રશ્નાવલિઓ

માનવતાવાદી અભિગમનો ઉપયોગ મુખ્યત્વે નીચેના ક્ષેત્રોમાં થાય છે.

- વ્યક્તિકેન્દ્ર ચિકિત્સા
- ગુણાત્મક પદ્ધતિઓ
- અસામાન્ય વર્તન શિક્ષણ
- પ્રેરણા

ટૂંકમાં, માનવતાવાદી સિદ્ધાંતનું કેન્દ્ર 'સ્વ' છે કે જે આપણે અનુભવોને આધારે ઘડીએ છીએ. આ અભિગમના મતે પર્યાવરણના પરિબળોને આધીન પ્રતિચાર આપવાને બદલે આપણે આપણો પ્રતિચાર પસંદ કરી શકીએ છીએ. વ્યક્તિ વિકાસની અનુકૂળતા એ આ સિદ્ધાંતનો ઉદ્દેશ છે. કાર્લ રોજર્સ અને અબ્રાહમ મેસ્લો આ સિદ્ધાંતના મુખ્ય પ્રદાનકર્તાઓ છે. જેનો અભ્યાસ આપણે આ એકમમાં કરવાના છીએ.

### 7.3.2 માનવતાવાદી સિદ્ધાંતો

માનવતાવાદી સિદ્ધાંતનો સ્રોત કાર્લ રોજર્સના કાર્યમાં જોઈ શકાય છે. રોજર્સનું કાર્ય માનવવિકાસ થકી સ્વસ્થ અને સર્જનાત્મક વ્યક્તિત્વના નિર્માણ પર કેન્દ્રિત હતું. 'વાસ્તવિકીરણનું વલણ' (actualizing tendency) શબ્દ પણ તેઓ દ્વારા ચલણમાં મૂકવામાં આવેલ હતો. મનોવિશ્લેષણવાદીઓના નિરાશાજનક દૃષ્ટિકોણના પ્રતિચારરૂપે રોજર્સ અને મેસ્લોએ હકારાત્મક માનવતાવાદી અભિગમ રજૂ કર્યો. માનવતાવાદીઓના મતે પ્રણાલિગત વૈજ્ઞાનિક સંશોધન પદ્ધતિને માનવ ચેતનાના અભ્યાસમાં સફળતાપૂર્વક લાગુ પાડી શકાય નહીં. આમ છતાં શરૂઆતના વર્ષોમાં વૈજ્ઞાનિક સંશોધન પદ્ધતિનો ઉપયોગ માનવતાવાદી મનોવિજ્ઞાનનો ભોગ હતો. ઉદાહરણ તરીકે, મેસ્લોએ માનવવિકાસ માટે કેટલીક ચકાસી શકાય તેવી ઉત્કલ્પનાઓ આપી હતી. સંશોધન એ માનવતાવાદી અભિગમનો ભાગ રહ્યો હોવા છતાં સમગ્રલક્ષી અભિગમનું મહત્ત્વ વધારે રહ્યું છે. રોજર્સ, મેસ્લો, ઓટ્ટો, રોલો મે વગેરે જેવા મનોવિજ્ઞાનીઓએ માનવતાવાદી સિદ્ધાંતનો પાયો નાખ્યો. માનવતાવાદી મનોવિજ્ઞાનના ઐતિહાસિક સીમાચિહ્નરૂપ બનાવો નીચે દર્શાવેલ છે.

- 1943 મેસ્લોએ માનવ પ્રેરણ માટેની જરૂરિયાતોની શ્રેણી રજૂ કરી.
- 1946 માં કાર્લ રોજર્સ વ્યક્તિકેન્દ્રી ચિકિત્સાને લગતું કાર્ય રજૂ કર્યું.
- 1957 અને 1958 માં મેસ્લો અને ક્લાર્ક મોઉસ્ટક્સ વચ્ચે માનવતાવાદી દૃષ્ટિકોણને વધુ મજબૂત કરવા માટે ફાઉન્ડેશન બનાવવા માટેની મુલાકાતો થઈ.
- 1962 માં બ્રાન્ડિસ યુનિવર્સિટીની સ્પોન્સરશીપ થકી 'Association of Humanistic Psychology' ની સ્થાપના થઈ.

#### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો-1

માનવતાવાદી સિદ્ધાંતો માટેના નીચેના વિધાનો પૈકી સાચા વિધાન સામે '✓' ની નિશાની અને ખોટા વિધાન માટે 'X' ની નિશાની કરો.

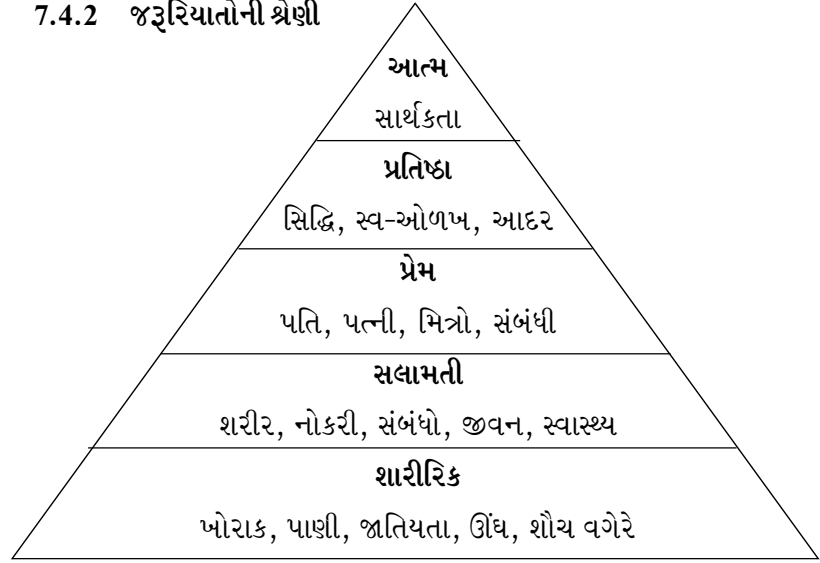
1. માનવતાવાદી સિદ્ધાંતના મતે મનુષ્ય અંદરથી હંમેશા સારો જ હોય છે.
2. માનવ તત્ત્વ ચેતન હોવાની દરેક માનવને ખબર હોતી નથી.
3. માનવતાવાદી સિદ્ધાંત વ્યક્તિકેન્દ્રી અભિગમ ધરાવે છે.
4. માનવતાવાદી સિદ્ધાંત મનુષ્યને પસંદગી હોવાનું સ્વીકારે છે.
5. પર્યાવરણના સંદર્ભમાં દરેક મનુષ્ય આગવું અસ્તિત્વ ધરાવે છે.

## 7.4 મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ સિદ્ધાંત

### 7.4.1 મેસ્લો - પરિચય

અબ્રાહમ હારોલ્ડ મેસ્લોનો જન્મ અમેરિકામાં 1-4-1908માં થયો હતો. 62 વર્ષની વયે કેલિફોર્નિયાના મેન્લો પાર્કમાં જોર્જીંગ કરતી વખતે આવેલ હાર્ટ એટેકમાં તેઓ 8-6-1970 ના રોજ મૃત્યુ પામ્યા હતા. તેઓ માનવતાવાદી મનોવૈજ્ઞાનિક હતા. તેમના જીવનના છેલ્લા વર્ષોમાં તેમણે મનોવિજ્ઞાનના ચોથા બળનો (Fourth Force) પ્રારંભ કર્યો હતો. (સિગ્મંડ ફ્રોઈડ, એડલર, એરિક્સન, યુંગ, વગેરેને પ્રથમ બળ જ્યારે વોટ્સન, સ્કીનરને દ્વિતીય બળ તરીકે ઓળખવામાં આવતા હતાં.) જરૂરિયાતોની શ્રેણી, અને સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ અંગે કરેલા અભ્યાસો તેમનું નોંધપાત્ર પ્રદાન છે. તેઓએ બ્રાન્ડિસ ખાતે મનોવિજ્ઞાન ભવનના અધ્યક્ષ તરીકે સેવા આપી હતી. તેઓના મતે સ્વ-વાસ્તવિકીકરણવાળી વ્યક્તિ પોતાનામાં જે કંઈ શક્તિઓ છે તેને શ્રેષ્ઠ બનાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

### 7.4.2 જરૂરિયાતોની શ્રેણી



મેસ્લોએ પાયાની જરૂરિયાતોને તેમની પ્રબળતાના ક્રમ અનુસાર પાંચ વિભાગોમાં વહેંચી છે.

1. શારીરિક જરૂરિયાતો (Physical Needs)
2. સલામતીની જરૂરિયાતો (Safety Needs)
3. પ્રેમની જરૂરિયાતો (Love Needs)
4. પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાતો (Esteem Needs)
5. આત્મસાર્થકતાની જરૂરિયાતો (Self Actualization Needs)

જરૂરિયાતો ઉપરના ક્રમમાં ગોઠવ્યા પછી મેસ્લો એ વાત પર ભાર મૂકે છે કે પ્રથમ કક્ષાની જરૂરિયાત સાથે બીજી, ત્રીજી કે ચોથી કક્ષાની જરૂરિયાત માટેની સ્પર્ધા વ્યક્તિ માટે નુકસાનકારક છે. જેમ કે, સલામતીની જરૂરિયાત અને પ્રેમની જરૂરિયાત સંઘર્ષમાં આવે ત્યારે સલામતીની જરૂરિયાતોને જ મહત્વ આપવામાં આવે. ક્યારેક પ્રેમની જરૂરિયાતનો વિજય થઈ પણ શકે છે અને આવા સંજોગોમાં તે ઘટના પર નાટકો, મહાકાવ્યો રચવામાં આવે છે.

મેસ્લો પોતાનો 'માનવ પ્રેરણાનો સિદ્ધાંત' રજૂ કરતી વખતે એવો દાવો કરે છે કે આ સિદ્ધાંતમાં એણે ઘણી બધી વિચારસરણીઓને ન્યાય આપવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. આ સિદ્ધાંતમાં જેમ્સ અને ડ્યૂઈનો કાર્યવાદ, વર્ધેમર અને ગોલ્ડસ્ટીનનો સમગ્રતાવાદ તેમજ ફ્રોઈડ અને એડલરનો સંકલનવાદ એમ અનેક વિચારસરણીઓનું સંકલન શક્ય બને છે. મેસ્લોએ આપેલ જરૂરિયાતોની શ્રેણીની ચર્ચા એક પછી એક કરીશું.

1. **શારીરિક જરૂરિયાતો :** માણસને પ્રવૃત્તિ કરવાની પ્રેરણા આપનાર મૂળ તત્ત્વ શારીરિક જરૂરિયાતો છે. તે પ્રેરણાનું પ્રસ્થાનબિંદુ છે. અન્ય જરૂરિયાતો કરતાં આ જરૂરિયાતની પ્રબળતા વધારે હોય છે. જ્યાં સુધી માનવીની શારીરિક જરૂરિયાતો સંતોષાતી નથી ત્યાં સુધી બીજી કોઈ જરૂરિયાતોનો ઉદ્ભવ થતો નથી. મેસ્લો શારીરિક સમતુલાની સંકલ્પનાનો ઉપયોગ કરે છે. શારીરિક સમતુલા એટલે લોહીની સામાન્ય સ્થિતિને જાળવી રાખવા માટેના શરીરના સ્વયંસંચાલિત પ્રયત્નો. નીચેની બાબતોનો સમાવેશ કર્યો.

**શારીરિક સમતુલા :**

- પાણી - ચરબી - શારીરિક તાપમાન - ક્ષાર - પ્રોટીન
- વિટામીન - શર્કરા - પ્રાણવાયુ - અંતઃસ્ત્રાવો - એસિડ બેઈઝ
- ખનીજ દ્રવ્યો

આ તત્ત્વોના પ્રમાણની સમતુલાના અભાવમાં વ્યક્તિની કાર્યક્ષમતા ઘટે છે.

**ભૂખ અને તરસ :** વર્તનના ઉત્તેજક પરિબળ તરીકે ભૂખ અને તરસ અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. તે વ્યક્તિની અગત્યની શારીરિક જરૂરિયાત છે. ભૂખ્યા માણસને રોટી યા ખોરાક જોઈએ છીએ અને અન્ય બાબતોની ચિંતા હોતી નથી. ભૂખ્યા માણસનું વર્તન વિસંવાદી બની જાય છે. તે ગમે તેવું આચરણ કરે છે. ખોરાક અને પાણી મળતાં તેની જરૂરિયાત સંતોષાય છે અને સંતોષાયેલી જરૂરિયાત પુનઃ ભૂખ અને તરસ ન લાગે ત્યાં સુધી પ્રેરણાને જન્મ આપતી નથી.

**આરામ અને ઊંઘ :** માણસ સતત ક્રિયાશીલ રહે તો શરીરના સ્નાયુઓ અને મગજના મજજાકોષોમાં ઓક્સિજનનું પ્રમાણ ઓછું થતું જાય છે અને કાર્બન ડાયોક્સાઈડ જેવા ઘટકો લોહીમાં ભળે છે. પરિણામે વ્યક્તિ થાકની અસર અનુભવે છે અને તેને આરામની જરૂર ઊભી થાય છે. એકવાર આરામની જરૂરિયાત સંતોષ પામે પછી તે ફરીથી ઉદ્ભવે નહીં ત્યાં સુધી તે પ્રેરણાને જન્માવતી નથી.

**જાતિયતા :** આ પણ એક શારીરિક જરૂરિયાત છે. ખાસ કરીને તરુણાવસ્થામાં જાતિય ગ્રંથિ સક્રિય બનતાં જાતિય જરૂરિયાત ઉદ્ભવે છે. આ જરૂરિયાતને જો કે અમુક પ્રેરણામાં નિયંત્રિત કરી શકાય છે. આ જરૂરિયાતોની પૂર્તિ ન થતા માનસિક તનાવ પેદા થાય છે. પરિણામે વ્યક્તિનું વર્તન વિસંવાદી બને છે.

મેસ્લોનો આ સિદ્ધાંત સ્થાપિત થયો એ પૂર્વે પણ સદીઓથી પ્રાણીઓ આ જરૂરિયાતનો અનુભવ કરતાં રહ્યાં છે. રોટલો ન રળતો યુવાન કોઈના પ્રેમની ઈચ્છા ન રાખે. સલામતીની દરકાર કર્યા વિના માણસ પોતાની પ્રાથમિક જરૂરિયાત સંતોષાય પછી જ અન્ય જરૂરિયાત તરફ ધ્યાન રાખે છે. ‘માણસ માત્ર રોટી માટે જીવતો નથી’ એમ કહેવાય છે, પરંતુ જ્યારે રોટી ન હોય ત્યારે એ રોટી માટે જ જીવતો હોય છે. માત્ર ધરાયેલા લોકો જ આવું બોલી શકે છે.

**2. સલામતીની જરૂરિયાત :** શારીરિક જરૂરિયાત સંતોષાય પછી માનવી અને પ્રાણી સલામતી ઝંખે છે. પ્રાણીઓની દરેક પ્રવૃત્તિ પોતાની જાતને સલામત રાખવા માટેની હોય છે. આ એક મનોવૈજ્ઞાનિક જરૂરિયાત છે. અનાજના દાણા માટે રસોડામાં આંટો મારતો ઉંદર ભૂખ્યો હોય ત્યારે બિલાડીની દરકાર કર્યા વિના આમ તેમ ખોરાકની શોધમાં ફરે છે. પરંતુ ખોરાક મળ્યા બાદ ક્ષણના પણ વિલંબ વગર ખૂણામાં ભરાઈ જાય છે.

માણસો પણ સલામતીની ભાવનાને વરેલા હોય છે. માનવી સમાજમાં રહે છે એ પણ સલામતીની જરૂરિયાતનું જ પરિણામ છે. પહેલાં માનવી જંગલી પ્રાણીઓથી પોતાનું રક્ષણ કરવાની ચિંતામાં હતો, હવે ચોર, ડાકુ, ગુંડા, લૂંટારા કે ખૂની ગણાતા માનવ-પ્રાણીઓથી ડરીને ચાલે છે. ધર્મ, ભગવાન, ફિલસૂફી અને વિજ્ઞાન તરફનું માનવીનું આકર્ષણ પણ સલામતીની ભાવનાનું પ્રતિબિંબ પાડે છે. તે આર્થિક સલામતી પણ ઝંખે છે. સલામતીની ઝંખના માનવીની આદિમ મૂળભૂત ઝંખના છે. સલામતી માટે તે જુદાં જુદાં રસ્તાઓ શોધે છે. વિદ્યાર્થીઓ પણ સલામતીને ઝંખતા હોય છે. વર્ગમાં શિક્ષકો તરફ ડર ન અનુભવતા



બાળકો તે શિક્ષકોની વધારે નજીક જવાના પ્રયત્ન કરે છે. તેમનો આત્મવિશ્વાસ વધે છે. તેઓ ચર્ચામાં ભાગ લે છે અને પોતાની વાત રજૂ કરે છે.

### 3. પ્રેમની જરૂરિયાત :

શારીરિક અને સલામતીની જરૂરિયાતોના સંતોષ બાદ પ્રેમની જરૂરિયાત ઉદ્ભવે છે. આ તબક્કે વ્યક્તિને પોતાના નિકટના સંબંધીઓની ખોટ સાલે છે. એ પ્રેમભર્યા સંબંધો ઝંખે છે અને પોતાના મિત્રમંડળમાં કે પોતાના કુટુંબ કે સમાજમાં અમુક ચોક્કસ સ્થાન મેળવવાની ઇચ્છા અનુભવે છે. મેસ્લો લિંગવૃત્તિને પ્રેમની જરૂરિયાતોમાં વર્ગીકૃત નથી કરતા. તેઓના મતે લિંગવૃત્તિ એ શારીરિક જરૂરિયાત છે. જ્યારે માનવીને પ્રેમ મળતો નથી ત્યારે તેનામાં અપાનુકૂલન જોવા મળે છે. બાળકોમાં જોવા મળતી મોટા ભાગની મનોવૈજ્ઞાનિક સમસ્યાઓનો ઉકેલ પ્રેમની જરૂરિયાતના સંતોષમાં રહેલો છે. સ્નેહના અભાવમાં તે હિજરાય છે. વર્તમાન સમયમાં માતાપિતા બાળકોને પૂરતો સમય ન ફાળવતા તેમની પ્રેમની જરૂરિયાત ન સંતોષાતી હોવાથી પોતે ઉપેક્ષિત થઈ રહ્યા હોવાનું અનુભવે છે.

આજે માણસ માનવીના ટોળાની વચ્ચે અટવાયો છે. એક નવી સમાજ વ્યવસ્થા લગભગ આકાર લઈ ચૂકી છે જેમાં બાળકોને માબાપનો પ્રેમ મળતો નથી. બધું હોવા છતાં જે ખૂટે છે તે પ્રેમ. મોટા શહેરોમાં માણસ પોતાના આડોશ પાડોશમાં બનતી ઘટનાઓથી અજાણ હોય છે. વિખરતા માનવસમાજને પ્રેમ જ બચાવી શકશે. શિક્ષણમાં પણ આજે બાળકો પ્રત્યે સ્નેહપૂર્ણ નજરે જોનાર શિક્ષકોની ખોટ વર્તાઈ રહી છે. પ્રેમ એ જીવનની સંજીવની છે. જીવનનું પ્રેરક બળ છે એ વાતને સમાજ, કુટુંબ અને શિક્ષણે સમજવાની જરૂર છે.

### 4. પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાત : વ્યક્તિની શારીરિક, સલામતી અને પ્રેમની જરૂરિયાતો સંતોષતા પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાત ઉદ્ભવે છે. બાળકો અને પુખ્તો બંધાને માટે પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાત સમાન હોય છે. મેસ્લો પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાતને બે ભાગમાં વહેંચે છે.

1. સ્વ અંગેનો ઉંચો અભિપ્રાય : વ્યક્તિ પોતાનું મૂલ્યાંકન ઊંચી રીતે થાય તેવું ઇચ્છે છે. તેને બધા આગવી ઓળખ આપે તેવું તે ઇચ્છે છે. આને Self Esteem કે Self Identity કહેવામાં આવે છે.

2. મોભો - દરજ્જો : સમાજમાં દરેક વ્યક્તિ પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત કરીને ચોક્કસ પ્રકારના મોભાની કે દરજ્જાની ઇચ્છા રાખે છે. આજુબાજુના સમાજની વ્યક્તિઓ તેને માનપૂર્વક સન્માને, એક વિશિષ્ટ મોભાદાર વ્યક્તિ તરીકે તેની ગણના થાય તેવું તે ઇચ્છે છે. વ્યક્તિઓ જરૂરિયાત સંતોષવા કેટલીક બૌદ્ધિક, સાંસ્કૃતિક કે સામાજિક પ્રવૃત્તિઓ કરીને પોતાનું ચોક્કસ સ્થાન મેળવવા પ્રયત્નો કરે છે.

પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાત સંતોષાતા વ્યક્તિમાં આત્મવિશ્વાસ, શક્તિ અને સામર્થ્ય જન્મે છે. પરંતુ જો આ જરૂરિયાત ન સંતોષાય તો તેનો અહમ ધવાતા તે લાચારી, મજબૂરી અને લઘુતા અનુભવે છે. તેનામાં શારીરિક અને માનસિક વિકૃતિઓ જન્મે છે.

શિક્ષકો બાળકોને ઘણી વખત પ્રાણીઓના નામથી સંબોધન કરતાં ખચકાતાં નથી. ઘરમાં અને શાળામાં બાળકનું સન્માન જળવાવું જોઈએ.

### 5. આત્મસાર્થકતાની જરૂરિયાત :

ઉપરની બધી જરૂરિયાતો સંતોષાયા પછી પણ ઘણીવાર માણસને એક પ્રકારનો અસંતોષ થાય છે. માત્ર શારીરિક, સલામતીની, પ્રેમની કે પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાતોનો સંતોષ થવાથી માનવીને સુખ મળી જાય તેવું નથી. સારી આર્થિક સ્થિતિ અને પ્રતિષ્ઠા મેળવ્યા પછી પણ ઘણાંને કંઈક ખૂટતું હોય તેમ લાગે છે. સંગીતનો જીવ ગાય નહીં કે વાજાંત્ર ન વગાડે ત્યાં સુધી તે બેચેન રહે છે. આત્મસાર્થકતા શબ્દનો સૌપ્રથમ ઉપયોગ કર્ટ ગોલ્ડસ્ટીને કર્યો હતો. મેસ્લોએ તેનો ઉપયોગ પોતાની રીતે કર્યો હતો. કવિતા રચ્યા બાદ જ કવિ ખરો આનંદ મેળવે છે. ચિત્રો દોરીને જ ચિત્રકાર સંતોષ અનુભવે છે. મેસ્લોના મતે માણસ જે બની શકે તેમ હોય તે તેણે બનવું જોઈએ. આત્મસાર્થકતામાં સ્વયંપૂર્તિની ઇચ્છા છૂપાયેલ હોય છે.

આ જરૂરિયાતને આત્મસાક્ષાત્કાર કે આત્માભિવ્યક્તિના નામે પણ ઓળખાય છે. આ

જરૂરિયાતમાં વ્યક્તિ અનુભવે છે કે અમુક પ્રકારના ચોક્કસ સ્થાન માટે તે સૌથી યોગ્ય વ્યક્તિ છે. પ્રથમ ચાર જરૂરિયાતોના સંતોષ બાદ વ્યક્તિ જે બનવા માટે સર્જાયો હોય છે તેના માટે બેચેન બને છે. તેને પોતાની મહત્તાઓ અને લક્ષણોનો અનુભવ થાય છે. તે પોતાની મર્યાદાઓમાંથી મુક્ત થઈને પૂર્ણતા તરફ જવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આત્મસાક્ષાત્કાર કરનાર વ્યક્તિ હંમેશા સમાજની સાંસ્કૃતિક જરૂરિયાતોને સંતોષીને સામાજિક ઉત્થાનમાં પોતાનો ફાળો આપે છે. તેઓ મહદઅંશે સર્જનશીલ હોય છે અને સમાજ તેમની પાસે ઘણી અપેક્ષાઓ રાખે છે અને સમાજની અપેક્ષાઓ સંતોષાતા તેમનું જીવન સાર્થક બની જાય છે. મેસ્લોએ ઉપરોક્ત પાંચ જરૂરિયાતોની ચર્ચા બાદ કહ્યું કે માનવીની એ પાંચ જરૂરિયાતો સંતોષાય, તે પછીના ક્રમમાં કુતૂહલ, ગૃહ બાબતો સમજવી, સંશોધન કરવું વગેરે જેવી બોધાત્મક જરૂરિયાતોનો સમાવેશ થાય છે. આ ઉપરાંત સપ્રમાણતા, સુરચના, સુસંવાદિતા અને સુવ્યવસ્થા જેવી સૌંદર્યાત્મક જરૂરિયાતોની પણ મેસ્લો વાત કરે છે.

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો -2		
મેસ્લોની માનવ જરૂરિયાતોની શ્રેણીને ધ્યાનમાં રાખીને આપેલાં વિધાનોને સંલગ્ન માનવ જરૂરિયાત પસંદ કરો		
શારીરિક, સલામતી, પ્રેમ, પ્રતિષ્ઠા, આત્મસાર્થકતા		
વિધાન	માનવ જરૂરિયાત	
1. મને ગમે તેટલી ભૂખ લાગે પરંતુ કોઈનો ફેંકેલો ટૂંકડો હું ખાઈશ નહીં.		
2. ભૂખ્યા પેટે ભજન ન થાય.		
3. હવે કોલેજ પૂરી થતાં મારા મિત્રો મને છોડીને જતા રહેશે તો હું શું કરીશ ?		
4. મારા માતા પિતાને ડાયાબિટીસ હોવાથી મારે ગળ્યું ખાવું જોઈએ નહીં.		
5. કરોડો રૂપિયાની કમાણી કરી પરંતુ જીવનમાં ખૂટતું હોય એવું મને લાગે છે.		

### 7.4.3 સ્વ - વાસ્તવિકીકરણ

સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ શબ્દ ઘણી વખત મનોવિજ્ઞાનમાં ઉપયોગમાં લેવાયેલ જોવા મળે છે. પોતાનામાં રહેલ મહત્તમ ક્ષમતાની ઓળખ માટેના પ્રેરણા માટે કર્ટ ગોલ્ડસ્ટેઈને સૌપ્રથમ આ શબ્દનો ઉપયોગ કર્યો હતો. પોતાની સર્જનાત્મકતા દર્શાવવી, આધ્યાત્મિક અનુભૂતિ માટેની ઝંખના હોવી અને સમાજને કંઈક આપવાની ઝંખના વગેરે સ્વ-વાસ્તવિકીકરણના ઉદાહરણો છે. મેસ્લોએ ગોલ્ડસ્ટેઈનના પ્રભાવ હેઠળ જરૂરિયાતોની શ્રેણીને રજૂ કરી.

મેસ્લોએ સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ શબ્દનો ઉપયોગ તેઓના આર્ટિકલ A Theory of Human Motivation માં કર્યો. તેઓના મતે સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ એટલે, સ્વને પૂર્ણ કરવા માટેની ઝંખના, પોતે મૂળભૂત રીતે જે ક્ષમતાઓ ધરાવે છે તેને ઓળખવાની વૃત્તિ. આ વૃત્તિ એટલે પોતે જે બનવા સક્ષમ છે તે બનવા માટે તેની તરફ વધુને વધુ નજીક જવું. વ્યક્તિ જે છે તે તરફનો તેનો આંતરિક વિકાસ એટલે સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ. સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ એ વૃદ્ધિ પ્રેરિત છે અભાવ-પ્રેરિત નથી. મેસ્લોના મતે પ્રથમ ચાર જરૂરિયાતોની પૂર્તિ બાદ સ્વ-વાસ્તવિકીકરણની જરૂરિયાત ઉદભવે છે. તેઓના મતે કુલ સમષ્ટિના માંડ એક

ટકા લોકોમાં સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ જોવા મળે છે. મોટા ભાગના લોકો સ્વ-વાસ્તવિકીકરણની અવસ્થાની નીચેની અવસ્થા પર કાર્ય કરતાં હોય છે. મેસ્લોએ તેને સામાન્યીકરણનો મનોરોગ કહ્યો છે જે અંતર્ગત મોટા ભાગના લોકો પોતાના જીવનકાળ દરમિયાન નીચેની ચાર જરૂરિયાતોમાં અટવાયેલા રહી સામાન્ય વ્યક્તિ બની રહે છે.

મેસ્લોએ મનોવૈજ્ઞાનિક રીતે સ્વસ્થ વ્યક્તિઓના અભ્યાસ પર ઘણું ધ્યાન આપ્યું હતું. મનોવૈજ્ઞાનિક રીતે સ્વસ્થ લોકો એટલે એવા લોકો કે જેમણે તેમના સ્વ-વાસ્તવિકીકરણનું ઊંચું સ્તર પ્રાપ્ત કરેલું છે. અર્થાત તેઓ તેમની સાચી ક્ષમતાની મહત્તમ કક્ષાએ પહોંચી ગયા છે. આવી વ્યક્તિઓ તેઓમાં જે કંઈ શક્તિઓ છે તેને શ્રેષ્ઠ બનાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

મેસ્લોએ સ્વ-વાસ્તવિકીકરણવાળી વ્યક્તિઓના લક્ષણો તારવવા કેટલીક ઐતિહાસિક વ્યક્તિઓ, કેટલીક એવી વ્યક્તિઓ કે જેમને તેઓ સારી રીતે ઓળખતા હતા તેમનાં જીવનવૃત્તાંતોનો અભ્યાસ કર્યો. તેઓનાં લેખો વાંચ્યાં, રૂબરૂ મુલાકાતો લીધી. આ વ્યક્તિઓને જેઓ ઓળખતા હતા તે લોકોને તેમના વિશે પૂછીને માહિતી મેળવી. જેમનો તેમણે અભ્યાસ કર્યો તેમાં અબ્રાહમ લિંકન, થોમસ જેફરસન, આલ્બર્ટ આઈનસ્ટાઈન, એલીનોર રૂઝવેલ્ટ, વિલિયમ જેમ્સ, આલ્બર્ટ, સ્વાઈટ્ઝર, બેન્ડીક્ટ સ્પિનોઝા વગેરેનો સમાવેશ થતો હતો. આ અભ્યાસના આધારે આ લોકોમાં જે લક્ષણો તેમને જણાયા તેની યાદી આ પ્રમાણે બનાવી. સ્વ-વાસ્તવિકીકરણવાળી વ્યક્તિઓ -

1. **વાસ્તવિકતા - કેન્દ્રી :** સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ પ્રાપ્ત કરનાર વ્યક્તિ પરિસ્થિતિને સાચી અને પ્રામાણિક રીતે પારખે છે. તેઓ અપ્રામાણિકતા અને જુદા પ્રત્યે અતિસંવેદનશીલ હોવાથી તરત પકડી પાડે છે અને વાસ્તવિકતા 'જેવી છે તેવી' જોવા સક્ષમ હોય છે.
2. **ગાઢ વૈયક્તિક સંબંધો :** સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ ધરાવનાર વ્યક્તિઓ ગાઢ અને પ્રેમાળ વૈયક્તિક સંબંધો ધરાવે છે.
3. **તાજગીપૂર્ણ પ્રશંસા :** સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ પ્રાપ્ત કરનાર વ્યક્તિ જીવનના પાયાના શુભ તત્વોની હંમેશા નવા ઉત્સાહ દ્વારા પ્રશંસા કરે છે. દરેક વખતે સૂર્યાસ્ત અને ફૂલને પ્રથમ વખત જોતા હોય તે રીતે.
4. **સ્વાયત્ત :** સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ ધરાવનાર વ્યક્તિ બીજી વ્યક્તિઓ કે પરિસ્થિતિની અસર કે સત્તા હેઠળ ન આવતાં સ્વતંત્ર રહે છે.
5. **રમૂજવૃત્તિ :** પોતાના પર હસવાની આ એક સુંદર ક્ષમતા છે.
6. **સ્વ અને અન્યોનો સ્વીકાર :** તેઓ પોતાના માનવ સ્વભાવનો સ્વીકાર કરે છે. તેઓ રમૂજ અને સહનશીલતા સાથે બીજાના સ્વ અને વિરોધાભાસને સ્વીકારે છે.
7. **માનવીયતા અને અન્ય પ્રત્યે આદર :** તેઓ અન્ય માનવ અને માનવ પરિસ્થિતિ સાથે ઊંડી આત્મીયતા ધરાવે છે.
8. **સર્જનાત્મક :** તેઓ સર્જનાત્મકતાને દૈનિક જીવનમાં લાગુ પાડે છે. તેઓ સામાન્ય રીતે જીવંત અને શીઘ્ર પ્રતિચાર આપનાર હોય છે.
9. **એકલતામાં આનંદ :** અન્યો સાથે સંતોષકારક સંબંધો હોવો છતાં તેઓ એકલતાનું મૂલ્ય સમજે છે અને તેનો આનંદ ઉઠાવે છે.
10. **શ્રેષ્ઠતાની અનુભૂતિ :** સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ કરનાર લોકો અવારનવાર શ્રેષ્ઠતાની અનુભૂતિ (સ્વ-વાસ્તવિકીકરણનો ક્ષણિક અનુભવ) કરતાં હોય છે.

11. જરૂરિયાતો : તેઓ તેમના જીવનમાં સુખી થવા સત્ય, સારાપણું, સુંદરતા, ઐક્ય, જીવંતતા, ચોકસાઈ, ન્યાય, સાદાઈ અને અર્થપૂર્ણતા જેવી જરૂરિયાતો અનુભવે છે.

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ ધરાવનાર વ્યક્તિઓના નીચે દર્શાવેલ લક્ષણો પૈકી તમે જે લક્ષણો ધરાવો છો તેની સામે '✓' ની નિશાની કરો.

લક્ષણો		લક્ષણો	
વાસ્તવિકતા કેન્દ્રી	<input type="checkbox"/>	સ્વ અને અન્યોનો સ્વીકાર	<input type="checkbox"/>
ગાઢ વૈયક્તિક સંબંધો	<input type="checkbox"/>	માનવીયતા અને અન્ય પ્રત્યે આદર	<input type="checkbox"/>
તાજગીપૂર્ણ પ્રશંસા	<input type="checkbox"/>	સર્જનાત્મક	<input type="checkbox"/>
સ્વાયત્ત	<input type="checkbox"/>	એકલતામાં આનંદ	<input type="checkbox"/>
રમૂજવૃત્તિ	<input type="checkbox"/>	શ્રેષ્ઠતાની અનુભૂતિ	<input type="checkbox"/>

7.4.4 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો

મેસ્લોનું જરૂરિયાતોની શ્રેણી અંગેનું ચિંતન ખૂબ મૌલિક છે. અહીં આપણે આ વિચારોને વર્ગશિક્ષણ સાથે અનુબંધિત કરવાનો પ્રયત્ન કરીશું. ગુણવંત શાહના મતે આ જરૂરિયાતોની શ્રેણીના શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો ખૂબ સ્પષ્ટ છે અને શિક્ષકે તેને ગાંઠે બાંધી લેવાની જરૂર છે. વર્ગખંડના બાળકો સાથે કામ કરતી વખતે શિક્ષક આટલું યાદ રાખે તે અપેક્ષિત છે. મેસ્લોની જરૂરિયાતોની શ્રેણીના શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો નીચે મુજબ છે.

(A) શારીરિક જરૂરિયાતોના સંદર્ભમાં

1. બાળકોની ભૂખ અને તરસ સંતોષાય તે માટેની વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ. નિયત સમયે રીસેસ પાડવી.
2. બાળકોની શારીરિક સમતુલા જળવાય તે માટે સંતુલિત આહાર પર ભાર મૂકવો જોઈએ.
3. મધ્યાહન ભોજન અંતર્ગત તેમને પૌષ્ટિક ખોરાક મળે તેવી વ્યવસ્થા કરવી.
4. શાળામાં પીવાના પાણીની, શૌચાલયની અને બાથરૂમની યોગ્ય પ્રમાણમાં સુવિધાઓ પૂરી પાડવી.
5. વિદ્યાર્થીઓ થાકેલાં હોય તેવા સમયે શિક્ષણકાર્ય ન કરવું અથવા યોગ્ય પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવો.
6. સતત શિક્ષણકાર્ય ન કરતાં વચ્ચે આરામનો સમય આપવો જેથી બાળકો થાકી ન જાય.
7. વિદ્યાર્થી ઘરે પૂરતી ઊંઘ લે તે માટે માતાપિતાએ કાળજી રાખવી.
8. પૂરતા હવા-ઉજાસવાળા વર્ગખંડ રાખવા જેથી તાજી હવા મળી રહે.
9. જાતીય વૃત્તિના સંતોષ માટે શાળામાં યોગ્ય તબક્કે જાતીય શિક્ષણની વ્યવસ્થા કરવી.

(B) સલામતીની જરૂરિયાતના સંદર્ભમાં :

10. શિક્ષક, વાલી અને વડીલોએ બાળકને ધમકી ન આપવી.
11. વર્ગમાં શિક્ષકે પોતાનો હાઉ ઊભો ન કરવો.
12. વિદ્યાર્થીઓ શિક્ષક, વાલી અને વડીલો પાસે પોતાની સમસ્યા રજૂ કરી શકે તેવું વાતાવરણ ઊભું કરવું.

13. વર્ગમાં વિદ્યાર્થીઓ સલામતી અનુભવે તેવું વાતાવરણ તૈયાર કરવું.
14. વિદ્યાર્થીઓ ચર્ચામાં ભાગ લે, પ્રશ્નો પૂછે તેવા પ્રયત્નો થકી સલામતીની ભાવના પેદા કરવી.
15. વર્ગમાં બાળકો એકબીજાને ધમકાવે, દાદાગીરી કરે નહી તે બાબતનું ધ્યાન રાખવું.
16. સમાજમાં એક વ્યક્તિને અન્ય વ્યક્તિનો ડર ન રહે તેવું સુસંવાદી વાતાવરણ પેદા કરવું.

**(C) પ્રેમની જરૂરિયાતના સંદર્ભમાં :**

17. માતા-પિતાએ બાળકો માટે પૂરતો સમય ફાળવવો.
18. શિક્ષકો, વડીલો, સમાજે બાળકો સાથે પ્રેમભર્યો, વ્યવહાર કરવો.
19. પ્રેમની ઉણપના ફળસ્વરૂપે બાળક ગુનાહિત પ્રવૃત્તિઓ તરફ ન વળે તેનું ધ્યાન રાખવું.
20. શિક્ષકે વર્ગના બધા બાળકો સાથે સમાન પ્રેમ દર્શાવવો.
21. વાલીઓએ પોતાના બધા બાળકો સાથે સમાન પ્રેમ દર્શાવવો.
22. સમાજમાં વ્યક્તિ વ્યક્તિ અને સમુદાયો વચ્ચે પ્રેમભર્યા વાતાવરણનું નિર્માણ કરવું.

**(D) પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાતના સંદર્ભમાં**

23. બાળકને વર્ગમાં યોગ્ય સ્થાન, સન્માન આપવું.
24. બાળકોની હાજરીની નોંધ લેવી.
25. બાળકોની કદર અને પ્રશંસા કરવી.
26. દરેક બાળકને પોતાની જાતનો અભિપ્રાય બાંધે તેમાં મદદ કરવી, જેથી તેઓ સ્વ-ઓળખ વિકસાવે.
27. બૌદ્ધિક, સામાજિક, સાંસ્કૃતિક, શારીરિક, વિશિષ્ટ કૌશલ્યો કે શક્તિઓ ધરાવતા બાળકોને યોગ્ય સ્થાન આપવું અને અપાવવું.
28. બાળકોની વિશિષ્ટ શક્તિઓની નોંધ લેવી, તેની અવગણના ન કરવી.
29. બાળકોનો અહં ધવાય તેવું વર્તન ન કરવું.

**(E) આત્મસાક્ષાત્કારની જરૂરિયાતના સંદર્ભમાં :**

30. બાળકો પોતાનામાં રહેલ વિશિષ્ટતાઓને ઓળખે તેવા પ્રયત્નો કરવા.
31. બાળકો પોતાના 'સ્વ' નો સાક્ષાત્કાર કરે તેવા અનુભવો પૂરા પાડવા.
32. બાળકો તેમનામાં રહેલ મર્યાદાઓને ઓળખી દૂર કરે તેવા પ્રયત્નો કરવા.
33. આત્મસાક્ષાત્કાર પામેલ વ્યક્તિઓના પ્રસંગો રજૂ કરવા.
34. સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમો અને સમાજસેવાના કાર્યક્રમોનું આયોજન કરી વિશિષ્ટ સિદ્ધિ મેળવનારનું શાળામાં સન્માન કરવું.
35. સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમો અને સમાજસેવાના કાર્યક્રમોનું આયોજન કરી વિશિષ્ટ સિદ્ધિ મેળવનારનું શાળામાં સન્માન કરવું.

---

**7.5 રોજર્સનો 'સ્વ' સિદ્ધાંત**

---

**7.5.1 રોજર્સ - પરિચય**

કાર્લ રોજર્સની જન્મ 8-1-1902 ના રોજ અમેરિકામાં થયો હતો. તેમણે આપેલા બિનદિશાસૂચક (non-directive) સલાહદર્શન અભિગમ માટે તેઓ જાણીતા છે. તેમણે અસીલ-કેન્દ્રી (client-centred) સલાહદર્શન અભિગમ સંબંધિત કાર્ય-શિબિરોના આયોજન માટે અનેક દેશોની મુલાકાત લીધી હતી. તેમણે ઓહાઇયો રાજ્ય યુનિવર્સિટી, શિકાગો યુનિવર્સિટી અને વિસ્કોન્સિન યુનિવર્સિટીમાં

મનોવિજ્ઞાનના પ્રાધ્યાપક તરીકે સેવા આપી હતી. પાંચ યુનિવર્સિટીઓએ તેમને માનદ્ ડોક્ટરેટ પદવી એનાયત કરી હતી.

### 7.5.2 રોજર્સનો 'સ્વ' સિદ્ધાંત

માનવીને સતત એ જીજ્ઞાસા રહે છે કે પોતાના વિચાર અને વર્તનને દોરવનાર અને તેનું નિયંત્રણ કરનાર આંતરિક તત્વ કયું છે. સદીઓ સુધી આ તત્વને આત્મા નામ આપવામાં આવ્યું હતું. વૈજ્ઞાનિક મનોવિજ્ઞાનના જન્મ પછી આત્માના ખ્યાલમાં માનનારાઓની સંખ્યા ઘટી હોવા છતાં આંતરિક અનુભાવક અને નિયંત્રણ તત્વ વિષેની જિજ્ઞાસા તો એવી જ રહી છે. રોજર્સનો 'સ્વ' સિદ્ધાંત એ આ જિજ્ઞાસાના વિવિધ ઉત્તરોમાંનાં એક છે.

ફોઈડની માફક કાર્લ રોજર્સનો સિદ્ધાંત પણ ચિકિત્સાલયમાં અસીલો સાથે કામ કરવાના પરિણામ સ્વરૂપે વિકાસ પામ્યો હતો. તેમને અસીલો સાથે કામ કરતાં અનુભવ થયો કે “each client has within him or herself the vast resources for self-understanding, for altering his or her self-concept, attitudes and self-directed behaviour.” અર્થાત દરેક વ્યક્તિ તરફ આગળ વધવાનું, પરિપક્વતા પ્રાપ્ત કરવાનું અને હકારાત્મક ફેરફારો માટેનું આંતરિક વલણ ધરાવે છે. તેના પરથી તેઓ માનતા થયા હતા કે, માનવનું પાયાનું પ્રેરક બળ વાસ્તવિકીકરણનું વલણ કે વૃત્તિ છે. એટલે કે દરેક વ્યક્તિ તેમની તમામ ક્ષમતાઓને પરિપૂર્ણ કરવાની વૃત્તિ ધરાવે છે. વિકાસ પામી રહેલી વ્યક્તિ તેની ક્ષમતા, તેના વારસાની મર્યાદામાં રહીને પરિપૂર્ણ કરવા પ્રયત્ન કરે છે. વ્યક્તિને હંમેશા સ્પષ્ટ ખ્યાલ હોતો નથી કે કઈ ક્રિયા વિકાસ તરફ તેને લઈ જશે અને કઈ ક્રિયા વિકાસ તરફ નહીં લઈ જાય. પરંતુ જ્યારે એકવાર પરિસ્થિતિ સ્પષ્ટ થઈ જાય એટલે વ્યક્તિ વિકાસ પામવાનું પસંદ કરે છે.

રોજર્સની માન્યતા મુજબ દરેક વ્યક્તિની ગતિ પૂર્ણ-કાર્યશીલ-વ્યક્તિ બનવા તરફની હોય છે. આવી વ્યક્તિ જીવનને પૂર્ણપણે અનુભવવા ઇચ્છે છે, પોતાની લાગણીઓ પર વિશ્વાસ મૂકે છે. અન્યોની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ પ્રત્યે સંવેદનશીલ હોય છે, પરંતુ સમાજમાં ધોરણોને તેની લાગણીઓને ઘડવાની મંજૂરી આપતી નથી. આવી વ્યક્તિ સંત હોતી નથી. પરંતુ સમગ્ર જીવન દરમિયાન તેની ક્રિયાઓ રચનાત્મક આવેગો દ્વારા પ્રભાવિત હોય છે.

### 7.5.3 'સ્વ' નો ખ્યાલ

સ્વ વિષે બે પ્રકારના અભિગમ હોઈ શકે :

1. સ્વ એટલે અનુભવના અન્ય પદાર્થો જેવો એક આંતરિક પદાર્થ.
2. અનુભવોને અનુભવનાર આંતરિક ચેતના.

રોજર્સનો 'સ્વ' સિદ્ધાંતમાં 'સ્વ' નો અર્થ પહેલા પ્રકારનો છે. અનુભવનાર તત્વ અહમ પોતાના 'સ્વ' ને ઓળખે છે અને અનુભવે છે. આ રીતે 'સ્વ' વિકાસશીલ છે અને અનુભવોની નિષ્પત્તિ છે. રોજર્સનો સિદ્ધાંત પ્રત્યક્ષીકરણકેન્દ્રી અને અનુભવવાદી છે. તેમના મતે સાચી વાસ્તવિકતા અને વ્યક્તિ દ્વારા અનુભવાતી વાસ્તવિકતા વચ્ચે તફાવત છે.

રોજર્સના સિદ્ધાંતનો કેન્દ્રવર્તી ખ્યાલ 'સ્વ' અથવા સ્વ-ખ્યાલમાં છે. 'સ્વ' માં તમામ વિચારો, પ્રત્યક્ષીકરણો અને મૂલ્યોનો સમાવેશ થાય છે જે 'હું' અથવા 'અમે' ને સ્પષ્ટ કરે છે. તેમાં 'હું શું છું' અને 'હું શું કરી શકું છું.' તે અંગેની જાગૃતિનો સમાવેશ થાય છે આ 'સ્વ' ને પ્રત્યક્ષીકૃત 'સ્વ' વ્યક્તિના વિશ્વ અંગેના પ્રત્યક્ષીકરણ અને તેના પોતાના વર્તન એમ બંને પર અસર કરે છે. સ્વ-સંકલ્પના વાસ્તવિકતાને જ વ્યક્ત કરે તેવું હંમેશાં બનતું નથી. ઉદાહરણ તરીકે ખૂબ જ સફળ અને આદરપૂર્ણ વ્યક્તિ તેની જાતને નિષ્ફળ માનતી હોય છે.

રોજર્સના માતાનુસાર, વ્યક્તિ દરેક અનુભવને તેની સ્વ-સંકલ્પના અનુસાર મૂલવે છે. લોકો એવી રીતે વર્તવાનું પસંદ કરે છે, જેનું તેઓની સ્વ-પ્રતિમા, અનુભવો અને લાગણીઓ સાથે સાતત્ય હોય, જેનું સાતત્ય ન હોય તેવાં વર્તનો, અનુભવો અને લાગણીઓનો તેના જાગૃત મનમાં અસ્વીકાર કરે છે. જેમ-જેમ વ્યક્તિ પોતાની સ્વ-સંકલ્પના સાથે સાતત્ય ન ધરાવતા અનુભવોનાં વધુ ક્ષેત્રોનો અસ્વીકાર કરે તેમ-તેમ તેના સ્વ અને વાસ્તવિકતા વચ્ચેનું અંતર વધે છે અને પરિણામે અપાનુકૂલનની શક્યતા વધે છે. જે વ્યક્તિની લાગણીઓ અને અનુભવોનાં વધુ ક્ષેત્રોનો અસ્વીકાર તેમ-તેમ તેના સ્વ અને વાસ્તવિકતા વચ્ચેનું અંતર વધે છે અને પરિણામે અપાનુકૂલનની શક્યતા વધે છે. જે વ્યક્તિની લાગણીઓ અને અનુભવો સાથે તેની સ્વ-સંકલ્પના બંધબેસતી નથી તેના સામે પોતાની જાતનો બચાવ કરવા જરૂરી બને છે. કારણ કે, સત્ય તેના માટે ચિંતા ઉત્પન્ન કરે છે. જ્યારે આ અંતર ખૂબ વધી જાય ત્યારે વ્યક્તિનો બચાવ તૂટી જાય છે. પરિણામે ગંભીર ચિંતા ઉત્પન્ન કરે છે.

### આદર્શ વિરુદ્ધ વાસ્તવિક સ્વ :

વ્યક્તિ અહીં અનુભવોનું કેન્દ્ર છે. વ્યક્તિના સર્વ અનુભવોના સમુચ્ચય તે તેનું પ્રત્યક્ષીકરણ ક્ષેત્ર છે. વ્યક્તિ પોતાની જાતને અને પરિસ્થિતિને કેવા સ્વરૂપે જુએ છે તેને પોતાને જ ખબર હોય, અન્યને કદી પણ એની સંપૂર્ણ ખબર પડે નહિ, કારણ કે પ્રત્યક્ષીકરણ એ આંતરિક ઘટના છે. વ્યક્તિ જે વિચાર કે વર્તન કરે છે તે પ્રત્યક્ષીકૃત વાસ્તવિકતાને આધારે કરે છે, નહિ કે સાચી, બાહ્ય વાસ્તવિકતાને આધારે પ્રત્યક્ષીકરણ જાગ્રત અને અજાગ્રત કક્ષાએ પણ હોઈ શકે છે.

સારી રીતે અનુકૂલિત વ્યક્તિની સ્વ-સંકલ્પના તેના અનુભવો, વિચારો અને લાગણીઓ સાથે સાતત્ય ધરાવે છે. તેઓ નવા વિચારો અનુભવોનું પરિપાચન કરી તેની સ્વ-સંકલ્પનામાં ફેરફાર કરે છે. ‘આદર્શ સ્વ’ ની સંકલ્પના પણ રજૂ કરી છે. એટલે કે દરેક વ્યક્તિનો એક ‘આદર્શ સ્વ’ પણ હોય છે. ‘આદર્શ સ્વ’ એટલે વ્યક્તિને પોતાને કેવી વ્યક્તિ બનવું ગમે છે. વ્યક્તિનો આદર્શ સ્વ તેના ‘વાસ્તવિક સ્વ’ ની બહુ નજીક તેમ વ્યક્તિ વધુ પરિપૂર્ણતા અને આનંદની લાગણી અનુભવી શકે છે તેમજ વાસ્તવિક સ્વ અને આદર્શ સ્વ વચ્ચે અંતર વધુ તેમ વ્યક્તિ વધુ નાખુશ અને અસંતુષ્ટ બને છે.

આમ, વાસ્તવિક સ્વ અને આદર્શ સ્વ વચ્ચે બે પ્રકારના અસાતત્ય વિકાસ પામી શકે છે. અસાતત્ય શી રીતે વિકાસ પામે છે તે અંગે રોજર્સે કેટલીક ધારણાઓ રજૂ કરી છે.

1. રોજર્સના મતે જો તેમનો ઉછેર બિનશરતી હકારાત્મક આદર વડે થયો હોત તો લોકો વધુ અસરકારક રીતે કાર્ય કરી શકે છે. અર્થાત તેમની લાગણીઓ, વલણો અને વર્તનો ઓછા આદર્શ હોય, તો પણ તેમને બાલ્યવસ્થામાં માતાપિતા કે અન્યો દ્વારા મહત્વ આપવામાં આવ્યું હોય તો તેઓ મોટી ઉંમરે અસરકારક રીતે કાર્ય કરે છે.
2. પરંતુ જો વાલીઓએ તેમનાં વર્તનો, વિચારો કે લાગણીઓ સાચા હોય ત્યારે જ તેને મહત્વ આપ્યું હોય કે તેની કિંમતી આંકી હોય તો બાળકની સ્વ-સંકલ્પનામાં વિરુપતા આવવાની શક્યતા વધે છે.

ઉદાહરણ તરીકે, બાળકમાં નાના ભાંડુ પ્રત્યે સ્પર્ધાની અને વિરોધની લાગણી સ્વાભાવિક છે. પરંતુ નાના ભાંડુને મોટું બાળક મારે તેને માતાપિતા સ્વીકારતા નથી અને તેને તે કાર્ય માટે શિક્ષા કરે છે. બાળકો આ અનુભવને તેની સ્વ-સંકલ્પના સાથે કોઈપણ સ્વરૂપમાં જોડી દે છે. તેઓ નક્કી કરી લે છે કે તેઓ

ખરાબ છે અને શરમની લાગણી અનુભવે છે. તેઓ માની લે છે કે તેમના માતાપિતાને તેઓ ગમતાં નથી અને તેઓની જાતને તિરસ્કૃત માને છે અથવા તેઓ પોતાની લાગણીઓનો અસ્વીકાર કરે છે અને નક્કી કરે છે કે તેઓ નાના ભાંડુને મારવા ઈચ્છતા નથી. આ બંને પ્રકારના વલણો વાસ્તવિકતાને વિરુપ કરે છે. જ્યારે વ્યક્તિ પર તેઓની વાસ્તવિક લાગણીઓનો અસ્વીકાર કરવાનું અને અન્યોનાં મૂલ્યોનો સ્વીકાર કરવાનું દબાણ વધુ કરવામાં આવે છે તેમ તે પરિસ્થિતિ તેમને માટે વધુ અસુવિધાજનક બને છે. રોજર્સના મતે માતાપિતા માટે બાળક તેના ભાંડુને માર તે અસ્વીકાર્ય છે તેના કારણો સમજાવતી વખતે બાળકની લાગણીઓનો સ્વીકાર કરવો જોઈએ.

### વિરુપણ અને અસ્વીકાર :

વ્યક્તિના આદર્શ સ્વ અને વાસ્તવિક સ્વ વચ્ચે ખૂબ વધારે અંતર હોય ત્યારે વ્યક્તિ ચિંતા અનુભવે છે. આ ચિંતામાંથી મુક્ત થવા માટે મુખ્યત્વે બે રીતે પોતાના સ્વનો બચાવ કરીને ચિંતામુક્ત થવાનો પ્રયત્ન કરે છે. 1. વિરુપણ અને 2. અસ્વીકાર.

ઉદાહરણ તરીકે, ધારો કે એક નાની છોકરી સ્વતંત્ર અને સ્વ-વિશ્વાસુ છે અને તે રીતે તેની જાત વિષે વિચારે છે. એક અકસ્માતમાં તેના એક મોટા ભાંડુના અવસાન બાદ તેના માતાપિતા તે છોકરીને અસહાય શિશુ જેવી સમજવા લાગે છે અને તેને વારંવાર સમજાવે છે કે તેણે બાહ્ય જગતથી બચીને રહેવું જોઈએ. તેની સાથે પણ તેના મોટા ભાંડુ જેવો બનાવ બની શકે છે. માતાપિતાનો તેની સાથેનો આ વ્યવહાર તે છોકરીની સ્વ-સંકલ્પનાથી તદ્દન અલગ પડતો હતો આથી તેનામાં ચિંતા પેદા થાય છે. આથી આ ચિંતા ઘટાડવા માટે તે 'વિરુપણ' નો આશરો લેશે. એટલે કે, તે પોતાની સ્વ-સંકલ્પનાને અનુરૂપ થવા માટે બાહ્ય વાસ્તવિકતામાં ફેરફાર કરશે. તેના માતાપિતા તેના સ્વભાવની વિરુદ્ધ તેના પર તેની જાતનું રક્ષણ કરવા વધુ પડતું દબાણ કરતાં હોવા તે માનવા લાગે છે કે તેના માતાપિતા તેના રક્ષણ માટે અસામાન્ય વર્તન કરી રહ્યા છે. અથવા તે બીજા વિકલ્પ તરીકે 'અસ્વીકાર' નો આશરો લેશે એટલે કે તે પોતાના સ્વભાવનો અસ્વીકાર કરશે. જેના પરિણામે તે પોતે સ્વતંત્ર રીતે વિચારી શકે છે અને આત્મવિશ્વાસુ હોવા છતાં પોતાને નાનું અસહાય બાળક માની લેશે.

આ બેમાંથી કોઈપણ બચાવ પ્રયુક્તિ તેની ચિંતામાં ઘટાડો કરવામાં મદદરૂપ બનશે. તેમ છતાં, વ્યક્તિની સ્વ-સંકલ્પના અને વાસ્તવિકતા વચ્ચેનું અંતર તો ચાલુ જ રહે છે. ઉદાહરણ તરીકે, છોકરી તેની માન્યતાને લગભગ રહે છે કે તે સ્વતંત્ર રીતે વિચારી શકે છે. છતાં, તેના માતાપિતાના આગ્રહના પરિણામે તે અસહાય બાળક તરીકે વર્તવાનું શરૂ કરે છે. આમ, વિરુપણ તેની સ્વ-સંકલ્પનાને યથાવત્ રાખવા અને અસ્વીકાર તેની સ્વ-સંકલ્પનાની વિરુદ્ધ વર્તન કરવા પ્રેરે છે. આમ, તેના બાહ્ય વર્તન અને તેની સ્વ-સંકલ્પના વચ્ચે અંતર રહે છે.

રોજર્સ તારવે છે કે, જેમ આ અંતર વધુ તેમ વ્યક્તિનું અપાનુકૂલન વધુ. તેમના મતે, સ્વ-સંકલ્પનામાં વિરુપણ એ સ્વાભાવિક છે. કારણ કે, મોટાભાગની વ્યક્તિનો ઉછેર શરતી હકારાત્મક આદરના વાતાવરણમાં થયો હોય છે. એટલે કે, બાળક એમ શીખે છે કે તે જ્યારે ચોક્કસ રીતે વર્તન કરશે અને ચોક્કસ રીતે લાગણીઓ વ્યક્ત કરશે ત્યારે જ માતાપિતા તેને માન્ય રાખશે. આથી ઘણા લોકો પર વિવિધ આવેગો અને લાગણીઓના અસ્તિત્વનો અસ્વીકાર કરવાનું દબાણ આવે છે. પરિણામે તેની સ્વ-સંકલ્પનામાં ખરાબ રીતે વિરુપતા આવે છે.

### વિરુપણનો ઉપચાર :

રોજર્સના મતે આ વિરુધ્ધતા પામેલ સ્વ-સંકલ્પનાને સુધારવા અને સ્વસ્થ વિકાસ ચાલ રાખવા મનોચિકિત્સકો વ્યક્તિને બિનશરતી હકારાત્મક આદરના પર્યાવરણમાં



મૂકીને મદદ કરી શકે છે. આ પ્રકારની પરિસ્થિતિનું નિર્માણ અસલી-કેન્દ્રી મન:ઉપચારમાં કરી શકે છે.

અસીલકેન્દ્રી મન:ઉપચારની ધારણા છે કે વ્યક્તિમાં પરિવર્તન માટેનું પ્રેરણા અને ક્ષમતા છે અને તેના પરિવર્તનની દિશા નક્કી કરવા માટે કે સૌથી વધુ લાયકાત ધરાવે છે. ઉપચાર કરનારે, અસલી જ્યારે તેની સમસ્યા રજૂ કરતો હોય કે તેનું વિશ્લેષણ કરતો હોય ત્યારે માત્ર શ્રોતા તરીકે કાર્ય કરવાનું છે.

અસીલકેન્દ્રી અભિગમનો ઉપયોગ મન:સારવાર પૂરતો મર્યાદિત રહ્યો નથી. તેનો ઉપયોગ શિક્ષણ, લગ્નજીવન, નેતૃત્વ, માતાપિતા-બાળકો વચ્ચે સંબંધો અને વ્યાવસાયિક ધારણોના વિકાસના ક્ષેત્રમાં અસરકારક રીતે થવા લાગ્યો છે. આ તમામ ક્ષેત્રોમાં ઉપયોગમાં લઈ શકાય તેવા તેના સામાન્ય ઘટકો નીચે પ્રમાણે છે.

1. વ્યક્તિ માર્ગદર્શન માટે ઉપચારક રીતે આવે છે.
2. મદદ શી રીતે કરવામાં આવશે તે વ્યાખ્યાયિત કરવામાં આવે છે. એટલે કે અસીલને તે બાબતની જાણ કરવામાં આવે છે. ઉપચારક પાસે સમસ્યાનો કોઈ જવાબ નથી, પરંતુ અસીલ પોતે જ ઉપચારકની મદદથી તેની સમસ્યાનો ઉકેલ પોતાની જાતે શોધી શકે છે.
3. ઉપચારક અસીલને તેની સમસ્યા સાથે જોડાયેલી લાગણીઓને મુક્ત રીતે વ્યક્ત કરવા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે.
4. ઉપચારક નકારાત્મક લાગણીઓને સ્વીકારે છે, ઓળખે છે અને સ્પષ્ટ કરે છે.
5. નકારાત્મક લાગણીઓ વ્યક્ત થઈ જાય ત્યારે હકારાત્મક લાગણીઓ વ્યક્ત થાય છે જે વિકાસ તરફ લઈ જાય છે.
6. ઉપચારક હકારાત્મક અને નકારાત્મક લાગણીઓ સમાન રીતે સ્વીકારે છે.
7. અસીલ ઉકેલ માટે શક્ય પગલાંઓ સાથે અતઃસૂઝ, સ્વ વિષેની સમજ અને સ્વની સ્વકૃતિ મેળવે છે.
8. અસીલ દ્વારા ઉકેલની દિશામાં હકારાત્મક પગલાંઓ લેવામાં આવે છે અને ધીમે ધીમે મદદ ઘટાડવામાં આવે છે.

#### 7.5.4 રોજર્સના 19 પ્રસ્તાવો

રોજર્સનો સિદ્ધાંત તેમણે રજૂ કરેલા 19 પ્રસ્તાવો પર આધારિત હતો. આ પ્રસ્તાવો તેમણે 1951માં પોતાના પુસ્તક Client-Centered Therapy : Its Current Practice, Implications and Theory માં રજૂ કર્યા હતાં. આ પ્રસ્તાવો નીચે મુજબ હતાં.

1. દરેક મનુષ્ય સતત પરિવર્તનશીલ પર્યાવરણ (જેના કેન્દ્રમાં પોતે હોય છે)ના સંદર્ભમાં પોતાનું અસ્તિત્વ ધરાવે છે.
2. વ્યક્તિ પર્યાવરણનો જેવો અનુભવ અને પ્રત્યક્ષીકરણ કરે છે તે પ્રમાણે વર્તે છે. અનુભવાતું પ્રત્યક્ષીકરણ એ વ્યક્તિ માટે વાસ્તવિકતા છે.
3. ઘટનાઓ તરફ વ્યક્તિ એક સંગઠનાત્મક સમગ્ર (Organized Whole) ના સ્વરૂપમાં પ્રતિચાર આપે છે.
4. સમગ્રલક્ષી પ્રત્યક્ષીકરણનો થોડો ભાગ ધીમે ધીમે પોતાના સ્વ અનુસાર વિભિન્ન એટલે કે અલગ દેખાય છે.
5. પર્યાવરણ સાથેની આંતરક્રિયાના પરિણામે અને ખાસ કરીને અન્યો સાથેની મૂલ્યાંકનાત્મક આંતરક્રિયાઓના પરિણામે વ્યક્તિનો સંગઠિત સ્વ નિર્માણ પામે છે.

6. માનવીનું મૂળભૂત વલણ અને ક્ષુધા હોય છે કે તે સ્વને ઓળખે, જાળવે અને અનુભવે.
7. વ્યક્તિના આંતરિક માળખાના સંદર્ભમાં તેના વર્તનને સૌથી સારી રીતે જાણી શકાય છે.
8. પર્યાવરણનું જે રીતે પ્રત્યક્ષીકરણ થઈ રહ્યું છે તેના સંદર્ભમાં પોતાની જરૂરિયાત અને અનુભવોના સંતોષ માટે વ્યક્તિનો ધ્યેય-ચલિત (ધ્યેય દ્વારા અસર પામેલ) પ્રયાસ એટલે વર્તન.
9. આવા ધ્યેય-ચલિત વર્તનને સંવેગો સાથે આપીને સરળ બનાવે છે.
10. અનુભવ સાથે સંકળાયેલ અને સ્વ માળખાનો એક ભાગ એવા મૂલ્યો એ વ્યક્તિ દ્વારા સીધા અનુભવ નિર્મિત મૂલ્યો હોય છે. ક્યારેક જાણે પોતે અનુભવ કર્યો એમ બીજા દ્વારા બહારથી શીખવાડેલ મૂલ્યો (કે જેનું ક્ષતિયુક્ત પ્રત્યક્ષીકરણ થયું છે) પણ સ્વ માળખાનો ભાગ હોય છે.
11. વ્યક્તિને જીવનમાં જેમ જેમ અનુભવો થાય છે તે (a) સ્વના સંદર્ભમાં તેને જુએ છે. અનુભવે છે અને સંગઠિત કરે છે (b) સ્વ માળખામાં કોઈ પ્રત્યક્ષીત સંબંધ ન હોવાને કારણે તેને અવગણે છે (c) સ્વના માળખા સાથે અનુભવ અસંગત હોવાથી તેને નકારે છે અથવા ક્ષતિયુક્ત સ્વીકાર કરે છે.
12. વ્યક્તિ દ્વારા અપનાવવામાં આવેલ મોટા ભાગનાં વર્તનો તેના સ્વની સંકલ્પના સાથે સુસંગત હોય છે.
13. કેટલીક વખત સ્વનો ભાગ ન હોય છતાં અનુભવો અને જરૂરિયાતોના કારણે કેટલાક વર્તન નિષ્પન્ન થાય છે. આવા વર્તનો વ્યક્તિના સ્વનો કાયમી ભાગ બનતાં નથી.
14. જ્યારે વ્યક્તિના સાંવેગિક અને અસંગત અનુભવો સ્વના ખ્યાલ સાથે પરિપાચિત થાય છે ત્યારે સ્વના ખ્યાલ સાથેનું વ્યક્તિનું મનોવૈજ્ઞાનિક અનુકૂલન અસ્તિત્વ ધરાવે છે.
15. વ્યક્તિ જ્યારે સાંવેગિક અને અસંગત અનુભવો (કે જે તેના સ્વના સમગ્રલક્ષી માળખા સાથે સંગત નથી)નો અસ્વીકાર કરે છે ત્યારે તે મનોવૈજ્ઞાનિક અપાનુકૂલન અસ્તિત્વ ધરાવે છે.
16. સ્વના માળખા સાથે અસંગત હોય તેવા અનુભવને વ્યક્તિ ભય તરીકે જુએ છે. જેમ આ પ્રકારના પ્રત્યક્ષીકરણો કે અનુભવો વધુ તેમ વ્યક્તિ વધુ જડ રીતે પોતાના સ્વ ને જાળવી રાખે છે.
17. કેટલાક સંજોગોમાં જ્યારે વ્યક્તિના સ્વ ને બિલકુલ ભય હોતો નથી ત્યારે વ્યક્તિ અસંગત અનુભવોનું પ્રત્યક્ષીકરણ અને મૂલ્યાંકન કરે છે અને એવા અનુભવોને પરિપાચિત કરવા કે સમાવવા માટે 'સ્વ' ના માળખાનું સુધારે છે.
18. જ્યારે વ્યક્તિ પોતાના સંવેગો અને અનુભવોની સાતત્યપૂર્ણ અને સંકલિત પ્રજ્ઞાલિનો સ્વીકાર કરે છે તે અન્યોને વધારે સારી રીતે સમજી શકે છે અને તેમનો સ્વતંત્ર વ્યક્તિ તરીકે સ્વીકાર કરે છે.
19. જ્યારે વ્યક્તિ પોતાના સ્વ માળખાને પોતાના અનુભવો તરીકે જુએ અને સ્વીકારે છે ત્યારે તે પોતાની પ્રવર્તમાન મૂલ્ય પ્રજ્ઞાલિને સતત પરિવર્તનશીલ મૂલ્ય પ્રક્રિયા દ્વારા બદલે છે.

#### 7.5.5 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો

1. સમૃદ્ધ વાતાવરણ : પોતાની ક્ષમતાઓના પૂર્ણ વિકાસ માટે દરેકને પોતાના રસના ક્ષેત્ર માટે શાળામાં બાળકને સમૃદ્ધ વાતાવરણ મળી રહે તેવી વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ.

2. શિક્ષક મદદકર્તા તરીકે રોજર્સે 'non-directive teaching' 'બિન-દિશાસૂચક અધ્યાપન'નો ખ્યાલ આપ્યો. રોજર્સના મતે 'એક વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિને સીધી રીતે શીખવી શકતો નથી, એક વ્યક્તિ માત્ર અન્ય વ્યક્તિના અધ્યયનમાં મદદ કરી શકે છે.' આ સંદર્ભમાં શિક્ષકે માત્ર મદદકર્તા તરીકેની ભૂમિકા નિભાવવી જેથી બાળક પોતાની આવડતોને સમુદ્ધ કરી વાસ્તવિક સ્વ અને આદર્શ સ્વ વચ્ચેનું અંતર ઘટાડી શકે.
3. શિક્ષક-વિદ્યાર્થીના હકારાત્મક સંબંધો : તેમણે શિક્ષણમાં હકારાત્મક સંબંધો પર ભાર મૂક્યો, તેઓના મતે અસરકારક શિક્ષણની ગુરુચાવી શિક્ષક-વિદ્યાર્થી વચ્ચેના વધુ સારા સંબંધોમાં રહેલ છે.
4. શિક્ષક એક ક્રિયાત્મક શ્રોતા : બાળકોની ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે અને તેઓને માર્ગદર્શન આપી શકે તે માટે શિક્ષકે ક્રિયાત્મક શ્રોતા બનવું જોઈએ. ક્રિયાત્મક શ્રોતા એટલે પોતે જે સાંભળી રહ્યો છે તેના સંદર્ભમાં યોગ્ય પ્રતિચાર આપે.
5. અધ્યેતાનું સંપોષણ : શિક્ષણે બાળકને ઘડવાને બદલે તેનું સંપોષણ કરવું જોઈએ.
6. અર્થપૂર્ણતા : રોજર્સના મતે બાળકો પોતાના સ્વને અનુરૂપ હોય તે બાબતો શીખવા તરફ પ્રેરાય છે. આથી બાળકો સમક્ષ રજૂ થતી બાબતો બાળકો માટે અર્થપૂર્ણ બને તેવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.
7. ભયમુક્તતા : રોજર્સના મતે 'ભય હેઠળ સ્વ વધુ જડ બની જાય છે અને તેની ગેરહાજરીમાં પોતાની ક્ષિતિજો વિસ્તારે છે.' આથી બાળકના 'સ્વ' ના વિકાસ માટે ભયમુક્ત વાતાવરણ પૂરું પાડવું જોઈએ.
8. પ્રત્યક્ષીકરણ વૈવિધ્ય : રોજર્સના 'પ્રત્યક્ષીકરણનું વૈવિધ્ય બાળકના અધ્યયન વધારે છે.' આથી બાળક સમક્ષ કોઈપણ બાબતને વૈવિધ્યસભર રીતે અને અનેક દષ્ટિકોણથી રજૂ કરવી જોઈએ.
9. હકારાત્મકતા : રોજર્સના સિદ્ધાંત અનુસાર વ્યક્તિમાં પરિવર્તન માટેનું પ્રેરણ હાજર જ હોય છે આથી સમસ્યારૂપ બાળકોના વર્તનમાં સુધારા લાવવા માટે તેઓને હકારાત્મક વાતાવરણમાં મૂકવા જોઈએ.

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4

1. રોજર્સના મતે 'સ્વ' નું નિર્માણ શી રીતે થાય છે ?

.....

.....

.....

2. આદર્શ સ્વ અને વાસ્તવિક સ્વ વચ્ચેનું અંતર વધતાં શું થાય છે ?

.....

.....

.....

3. વ્યક્તિ પોતાની જાતને શી રીતે જુએ છે તેની ખબર અન્યને શા માટે પડતી નથી ?

.....

.....

.....

4. આદર્શ સ્વ અને વાસ્તવિક સ્વ એટલે શું ?

.....

.....

.....

5. વિરુપતા પામેલ સ્વ-સંકલ્પનાને કઈ રીતે સુધારી શકાય ?

.....  
.....  
.....

## 7.6 માનવતાવાદી સિદ્ધાંતનું મૂલ્યાંકન

### 7.6.1 વિશેષતાઓ

માનવતાવાદી સિદ્ધાંતની મનોવિજ્ઞાન પર ઊંડી અને લાંબાગાળાની અસરો પડી છે. મેસ્લો, રોજર્સ અને અન્ય માનવતાવાદી મનોવૈજ્ઞાનિકોએ આપેલા અનેક વિચારો મનોવિજ્ઞાનના મુખ્ય પ્રવાહમાં પ્રવેશ્યા. માનવતાવાદી સિદ્ધાંતની વિશેષતાઓ નીચે મુજબ છે.

1. સૌથી મોટી વિશેષતા એ છે કે તે વ્યક્તિની પસંદગીઓ અને જવાબદારીઓ પર ભાર મૂકે છે.
2. લોકોની આત્મ-પૂર્ણતા અને વ્યક્તિગત મૂલ્યોની અનુભૂતિને આ સિદ્ધાંતે સમર્થન પૂરું પાડ્યું છે.
3. આ સિદ્ધાંત વ્યક્તિનો તેના પર્યાવરણ, પ્રત્યક્ષીકરણ અને સંવેદનોના અભ્યાસ કરતો હોઈ સંશોધકોને માનવવર્તનના અભ્યાસનું એક લવચિક માળખું પૂરું પાડે છે.
4. આ સિદ્ધાંતે વ્યક્તિકેન્દ્રી અને સમગ્રલક્ષી અભ્યાસ પર ભાર મૂક્યો છે.
5. આ સિદ્ધાંતે ચિકિત્સા અને શિક્ષણમાં પોતાનું મહત્વપૂર્ણ યોગદાન આપેલ છે.
6. ચિકિત્સાને મનોરોગીઓ માટે જ હોવાના ખ્યાલમાંથી મુક્ત કરી વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતાઓ અને સ્વની ઓળખ માટે પણ તેનો ઉપયોગ પ્રસ્થાપિત કર્યો.

### 7.6.2 મર્યાદાઓ

1. સૌથી મોટી મર્યાદા એ છે કે તેનો ખ્યાલાત્મક વિસ્તાર ખૂબ મોટો છે.
2. સંશોધકોના મતે વ્યક્તિગત વાસ્તવિક અનુભવોને અનાત્મલક્ષી બનાવવા ખૂબ મુશ્કેલ છે કે જે અનુભવ એક વ્યક્તિ માટે વાસ્તવિક અને મહત્વનો છે તે બીજા માટે તેટલો વાસ્તવિક કે મહત્વનો ન પણ હોઈ શકે.
3. માનવતાવાદી અભિગમના સંશોધનો વિશ્વસનીય ન કહી શકાય કારણ કે આત્મલક્ષી અનુભવોની ચકાસણી કે પ્રમાણભૂતતા નક્કી કરવી મુશ્કેલ છે.
4. ટીકાકારોના મતે મેસ્લોનો સિદ્ધાંત તેમના પોતાના સુખી અને સંપન્ન વ્યક્તિના આત્મલક્ષી વિચારો પર આધારિત છે.
5. માનવતાવાદી અભિગમ માનવીના વર્તન તરફ ખૂબ આશાવાદી છે જ્યારે ગુનાહિત વર્તન તરફ લઈ જતી ક્ષમતાઓને અવગણી છે.
6. માનવતાવાદી સિદ્ધાંત 'વ્યક્તિના જીવન અનુભવ'ના ખૂબ મર્યાદિત ભાગને રચાયેલ હોવાથી તેના અનુભવો વિસ્તાર ખૂબ સીમિત છે જ્યારે વ્યક્તિને જીવનમાં થતા અનુભવો ઘણાં વિશાળ હોય છે.

## 7.7 સારાંશ

'know thyself' તું તારી જાતને ઓળખ માનવી પોતાના 'સ્વ' ની ઓળખ પ્રાપ્ત કરે તે માટેનો સિદ્ધાંત એટલે મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તિકીકરણનો સિદ્ધાંત ઉદ્દીપક - પ્રતિચારના સિદ્ધાંતોથી અલગ એવો આ સિદ્ધાંત માનવીની જરૂરિયાતો પર ભાર મૂકે છે અને તે જરૂરિયાતોને શ્રેણીબધ્ધ રીતે ગોઠવે છે. માનવી શારીરિક, માનસિક (સલામતી), પ્રેમ, પ્રતિષ્ઠા અને આત્મસાક્ષાત્કાર જેવી જરૂરિયાતો ધરાવે શિક્ષક

તરીકે બાળકોની આ જરૂરિયાતોને સમજવી અનિવાર્ય છે. બાળકની તમામ જરૂરિયાતો યોગ્ય સમયે યોગ્ય પ્રમાણમાં પૂરી થાય તે માટેની વ્યવસ્થા કરવાથી બાળકમાં સંતોષની લાગણીનો જન્મ થાય છે. સ્વ વાસ્તવિકીકરણવાળી વ્યક્તિઓમાં સર્જનાત્મકતા, ગાઢ સંબંધો વાસ્તવકેન્દ્રિતા વગેરે જોવા મળતાં લક્ષણોનો અભ્યાસ કરી તેના વિકાસ પર ભાર મૂકી શકાય છે.

રોજર્સના સિદ્ધાંત અનુસાર ‘સ્વ’ એટલે અનુભવના અન્ય પદાર્થો જેવો એક આંતરિક પદાર્થ ‘સ્વ’ એ વિકાસશીલ અને અનુભવજન્ય છે. દરેક વ્યક્તિ પોતાનો ‘આદર્શ સ્વ’ અને ‘વાસ્તવિક સ્વ’ ધરાવે છે. બંને વચ્ચેનું અંતર જેમ ઓછું તેમ સંતોષનું પ્રમાણ વધે છે. પરંતુ જો આ બંને વચ્ચેનાં પ્રમાણમાં વધારો જોવા મળે તો વ્યક્તિની ચિંતામાં વધારો થાય છે જેને દૂર કરવાં તે વિરૂપણ અને અસ્વીકાર જેવી પ્રયુક્તિઓનો સહારો લે છે. માનવતાવાદી સિદ્ધાંતોના અભ્યાસ અંતર્ગત મેસ્લો અને રોજર્સના વિચારો વ્યક્તિને તેના ‘સ્વ’ તરફ લઈ જવા માટેના દિશાસૂચનો કરે છે. તેનો અભ્યાસ કરવાથી શિક્ષક પોતાના અને બાળકોના ‘સ્વ’ વિકાસ માટે પ્રયત્નો કરી શકે છે.

## 7.8 સ્વાધ્યાય

1. માનવતાવાદી સિદ્ધાંત એટલે શું ?
2. માનવતાવાદી સિદ્ધાંતની અવધારણાઓ જણાવો.
3. મેસ્લોની જરૂરિયાતોની શ્રેણી વિગતવાર ચર્ચો.
4. સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ એટલે શું ?
5. સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ ધરાવનાર વ્યક્તિના લક્ષણો જણાવો.
6. મેસ્લોની જરૂરિયાતોની શ્રેણી આધારિત શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો જણાવો.
7. રોજર્સનો સ્વ સિદ્ધાંત જણાવો.
8. રોજર્સના સિદ્ધાંતના શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો જણાવો.
9. માનવતાવાદી સિદ્ધાંતની વિશેષતાઓ અને મર્યાદાઓ ચર્ચો.
10. તમારા મતે મેસ્લો અને રોજર્સના સિદ્ધાંત પૈકી કયો સિદ્ધાંત વધારે અસરકારક છે ?

## 7.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી

દોંગા, નનુભાઈ (2010). શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન (દ્વિતીય આવૃત્તિ). નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ  
 શાહ, ગુણવંત પંડ્યા કુલિન (1999). શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન. યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ. અમદાવાદ  
 Maslow, A.H. (1968). Towards a Psychology of Being (2<sup>nd</sup> Ed.). Princeton, NJ.  
 Roffers, Carl (1951). Client-Centered Therapy : Its Current Practice, Implications and Theory. London : constable.

## 7.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1 - સાચું    2 - ખોટું    3 - સાચું    4 - સાચું    5 - સાચું

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

1 - પ્રતિષ્ઠા    2 - શારીરિક    3 - પ્રેમ    4 - સલામતી    5 - આત્મસાંત્વકતા

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4

1. પ્રત્યક્ષીકરણ અને અનુભવો દ્વારા માનવીનો ‘સ્વ’ રચાય છે.
2. આદર્શ સ્વ અને વાસ્તવિક સ્વ વચ્ચેનું અંતર વધતાં અપાનુકૂલનની શક્યતા વધે છે.
3. વ્યક્તિ પોતાની જાતને શી રીતે જુએ છે તેની ખબર અન્યને પડતી નથી કારણ કે ‘સ્વ’ ને રચતું પ્રત્યક્ષીકરણ એ આંતરિક ઘટના છે.
4. ‘આદર્શ સ્વ’ એટલે વ્યક્તિને પોતાને કેવી વ્યક્તિ બનવું ગમે છે તે જ્યારે વાસ્તવિક સ્વ એટલે પ્રત્યક્ષીકરણો અને અનુભવોના આધારે વ્યક્તિ હાલમાં જે ‘સ્વ’ ધરાવે છે તે.
5. વિરુપતા પામેલ સ્વ-સંકલ્પના સુધારવા અને સ્વસ્થ વિકાસ ચાલુ રાખવા મનોચિકિત્સકો વ્યક્તિને બિનશરતી હકારાત્મક આદરના પર્યાવરણમાં મૂકીને મદદ કરી શકે છે.

: રૂપરેખા :

- 8.1 પ્રસ્તાવના
- 8.2 ઉદ્દેશો
- 8.3 પંચકોશ વિકાસ
  - 8.3.1 પંચકોશની વિભાવના
  - 8.3.2 માયા
  - 8.3.3 આત્મા
- 8.4 સ્થૂળ શરીર
  - 8.4.1 અન્નમય કોશ
    - 8.4.1.1 અર્થ
    - 8.4.1.2 આત્મા અને અન્નમય કોશનો સંબંધ
- 8.5 સૂક્ષ્મ શરીર
  - 8.5.1 પ્રાણમય કોશ
    - 8.5.1.1 અર્થ
    - 8.5.1.2 આત્મા અને પ્રાણમય કોશનો સંબંધ
  - 8.5.2 મનોમય કોશ
    - 8.5.2.1 અર્થ
    - 8.5.2.2 આત્મા અને મનોમય કોશનો સંબંધ
  - 8.5.3 વિજ્ઞાનમય કોશ
    - 8.5.3.1 અર્થ
    - 8.5.3.2 આત્મા અને વિજ્ઞાનમય કોશનો સંબંધ
- 8.6 કારણ શરીર
  - 8.6.1 આનંદમય કોશ
    - 8.6.1.1 અર્થ
    - 8.6.2.2 આત્મા અને આનંદમય કોશનો સંબંધ
- 8.7 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થ
- 8.8 સારાંશ
- 8.9 સ્વાધ્યાય
- 8.10 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 8.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

## 8.1 પ્રસ્તાવના

એકમ-2માં આપણે વિકાસના સિદ્ધાંતો અને તેનાં શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો જોઈ રહ્યાં છીએ. માનવને જ્યારથી મનોવિજ્ઞાને સમજવાનું શરૂ કર્યું છે ત્યારથી તેનો વિશ્લેષણાત્મક અભ્યાસ કરી અનેક સિદ્ધાંતો આપ્યા છે. માનવના મન, બુદ્ધિ, સંવેગો, કૌશલ્યો જેવી ક્ષમતાઓને વિશિષ્ટ સમજીને તેનો આડછેદી અભ્યાસ કરી તેના શારીરિક, માનસિક, સાંવેગિક ફલિતાર્થો મનોવિજ્ઞાને આપ્યા. બાળકના જન્મથી માંડીને પુખ્તતા સુધીની વિવિધ અવસ્થાઓ માટે તેના શારીરિક, માનસિક, સાંવેગિક, બૌદ્ધિક, સામાજિક જેવા અનેકવિધ વિકાસોનો અભ્યાસ કરી દરેક અવસ્થા માટેના દર્શકો આપવાનો પ્રયત્ન પણ કર્યો છે. શિક્ષણે આ સિદ્ધાંતો આધારિત પોતાની શિક્ષણ વ્યવસ્થા ગોઠવી. માનવ અધ્યયનની સમજ કેળવી બાળકોનો બહુઆયામી વિકાસ સુનિશ્ચિત કરવા પ્રયત્નો કર્યા. આમ છતાં અતિ બૌદ્ધિક વિદ્યાર્થી પણ નાસીપાસ થાય, અતિ હોશિયાર બાળક પણ મોટો થઈ ભ્રષ્ટ્રચાર કરે, આર્થિક રીતે સંપન્ન કુટુંબનું બાળક પોતાને સમાજની ભિન્ન સમજે ત્યારે શિક્ષણે બાળકના જે સર્વાંગી વિકાસની વાત કરી હતી તે અંતિમ નીપજમાં પરિણામ સ્વરૂપ દેખાતી નથી. કંઈક ખૂટે છે તેવો અહેસાસ હંમેશા મનુષ્યને થયા કરે. પોતાના આસપાસના વિશ્વમાં જે ભયંકર ભિન્નતાઓ દેખાય છે તેની વચ્ચે પોતે કોણ છે? શા માટે જન્મ્યો છે? પોતાનું સાચું સ્વરૂપ કયું છે? આવા પ્રશ્નોનો ઉદ્ભવ તો થાય છે. પરંતુ શિક્ષણે આવા પ્રશ્નોને અભ્યાસક્રમમાં સ્થાન આપેલ ન હોવાથી તે સપાટી પર આવતા નથી. અલભત મનનાં ઊંડા ખૂણામાં આ પ્રશ્નો એક બંધ ઓરડામાં દરેક મનુષ્ય સાચવીને બેઠો છે. આધુનિક જીવનની વાત એટલે પંચકોશ વિકાસ. મનુષ્ય એ આત્માનું સ્વરૂપ છે એ તો આપણે વારંવાર સાંભળીએ છીએ, પરંતુ આ સ્વરૂપની અનુભૂતિ આપણને કેમ થતી નથી? કયું આવરણ છે કે જે આપણા સ્વરૂપને ઢાંકી દે છે? શરીરકેન્દ્રી મનુષ્યને આત્મરૂપનું ભાન કરાવવું એટલે જ પંચકોશ વિકાસ. પ્રસ્તુત પ્રકરણમાં આત્માને ઢાંકનાર પાંચ આવરણોની અને તે દૂર કરવા અંગેની વાત કરવામાં આવી છે. આધુનિક માનવ વિકાસની સંકલ્પના કરતા તદ્દન ભિન્ન છતાં અદભૂત એવી વિકાસની વાત એ વ્યક્તિની કેળવણીમાં ખૂટતી કડીરૂપ સાબિત થઈ શકે છે.

પ્રસ્તુત એકમમાં પાંચકોશોની સમજ થકી ગેરસમજ દૂર કરીને આત્માને અનાવૃત્ત કરવા માટે સામાન્ય મનુષ્ય અને સંતનો વાર્તાલાપ, બોધરૂપ, વાર્તાઓ અને સમજ વિકાસ કરતી માહિતીનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ છે.

## 8.2 ઉદ્દેશો

આ એકમના અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો -

- ◆ પંચકોશ, માયા અને આત્માનો અર્થ સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- ◆ ત્રણ શરીરનો અર્થ અને તેમાં આવેલ કોશોની માહિતી આપી શકશો.
- ◆ પાંચ કોશોનો અર્થ અને તેમનો આત્મા સાથેનો સંબંધ સ્થાપિત કરી શકશો.
- ◆ પંચકોશ વિકાસના શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો તારવી શકશો.

## 8.3 પંચકોશ વિકાસ

### 8.3.1 પંચકોશની વિભાવના

માનવીની સત્તાને બે ભાગોમાં વિભાજિત કરી શકાય છે - શરીર અને ચેતના. શરીર પૃથ્વી, જળ, વાયુ, અગ્નિ અને આકાશ એ પાંચ તત્ત્વોનું બનેલ છે. આ પાંચ તત્ત્વોનો સમન્વય શરીરના અસ્તિત્વ માટે જવાબદાર છે. દરેક તત્ત્વની શરીરમાં તેની ઉપયોગિતા અને મહત્ત્વ છે. શરીરને આરોગ્યમય અને પુષ્ટ બનાવવામાં આ તત્ત્વોની ભૂમિકા રહેલ છે. માનવના આ ભાગની વિશેષ ચર્ચા સ્થળ શરીર અંતર્ગત કરેલ છે.

માનવ સાથે અદૃશ્યરૂપે જોડાયેલ બીજો ભાગ ચેતના છે કે જે શરીરની સાપેક્ષમાં વધારે સૂક્ષ્મ અને સામર્થ્યવાન છે. આત્મસત્તા પાંચ આવરણોમાં છૂપાયેલ છે. ચેતનાના પાંચ દિવ્ય કોશ છે. તે દરેકમાં એકબીજાથી ચઢિયાતી અનેક સંભાવનાઓ રહેલ છે. ખજાનાને કે આવરણને કોશ કહે છે. માનવસત્તામાં પાંચ અમૂલ્ય

રત્નભંડાર છૂપાયેલ હોય છે. કોશવિજ્ઞાન અનુસાર જીવનસત્તાનું વિભાજન પાંચ વર્ગોમાં કરવામાં આવેલ છે. (1) અન્નમય કોશ (2) પ્રાણમય કોશ (3) મનોમય કોશ (4) વિજ્ઞાનમય કોશ અને (5) આનંદમય કોશ. આ પાંચ કોશ સામાન્ય રીતે મૂર્છિત અવસ્થામાં પડ્યા હોય છે પરંતુ જેમ બીજમાં વૃક્ષ બનવાની અપાર સંભાવનાઓ છૂપાયેલ હોય છે તેમ આ દરેક કોશમાં અપાર શક્તિઓ રહેલ હોય છે. પંચકોશ એ તિજોરીમાં રહેલ પાંચ તાળાઓની અંદર રાખેલ સંપત્તિ સમાન છે. બહારના તાળા કરતાં અંદરના તાળામાં રહેલ વસ્તુ વધારે બહુમૂલ્યવાન છે. પંચકોશ એ પાંચ તત્ત્વો અને પાંચ પ્રાણોનો બનેલ હોય છે જેમાં સૂક્ષ્મતાનું પ્રમાણ વિશેષ રહે છે.

અન્નમય કોશને અંગ્રેજીમાં Physical Body કહેવામાં આવે છે. બોડી શબ્દ સામાન્ય રીતે સ્થૂળ શરીર સાથે જોડાયેલ છે. અધ્યાત્મની શરૂઆત સૂક્ષ્મ શરીરથી થતી હોવાથી અહીં બોડીને સૂક્ષ્મ શરીર જ સમજવું રહ્યું. પ્રાણમય કોશને Etheric Body, મનોમય કોશને Astral Body, વિજ્ઞાનમય કોશને Cosmic Body અને આનંદમય કોશને Causal Body કહે છે. પંચાયત, પાંચ વસ્ત્રોનું ઘન, પંચામૃત, પંચમુખી, પંચાંગ, પંચીકરણ વિદ્યા વગેરે શબ્દો ‘પાંચ’ નું મહત્ત્વ સૂચવે છે. અન્નમય કોશ સૂર્ય, પ્રાણમય કોશ યમ, મનોમય કોશ ઈન્દ્ર, વિજ્ઞાનમય કોશ પવન અને આનંદમય કોશ વરુણ દેવતાનાં હોવાનું માનવામાં આવે છે. આ પાંચ દેવતાઓની આરાધના દ્વારા જ કુંતીએ પાંચ પાંડવોને જન્મ આપેલ હતો.

પાંચ કોશોનું વિભાજન ત્રણ પ્રકારના શરીર અંતર્ગત પણ કરવામાં આવે છે. સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીર અંતર્ગત પાંચ કોશોને વિભાજીત કરેલ છે જેની વિસ્તૃત ચર્ચા આગળ કરેલ છે. પ્રશ્નોપનિષદમાં જિજ્ઞાસુ નચિકેતાને યમરાજ પંચાગ્નિ વિદ્યાનું રહસ્ય સમજાવે છે. છેલ્લે આને જ પાંચ કોશોની જાગૃતિનું વિજ્ઞાન કહેલ છે. પાંચ કોશોને સ્વર્ગલોકના પાંચ દ્વારપાળ પણ કહેલ છે. તેને અનુકૂળ થવાથી જ તે દિવ્ય ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ શક્ય છે. યોગી વશિષ્ઠ અનુસાર,

યન્તરઃ પ્રાણઃ પ્રાણાદ્ધ્યન્તરં મનઃ ।

તતઃ કર્તા તતો ભોક્તા ગુહા સેર્યં પરમ્પરા ॥

એટલે કે દેહની અંદર પ્રાણ, પ્રાણની અંદર મન, મનની અંદર કર્તા અને કર્તાની અંદર ભોક્તા છે. ‘ગુહા’ સુધી પહોંચવાની આ જ પરંપરા છે.

વિજ્ઞાનની ભાષામાં અન્નમયકોશને Matter, પ્રાણમય કોશને Cell, મનોમય કોશને Mind, વિજ્ઞાનમય કોશને Personality અને આનંદમય કોશને Intuition કહે છે. વિજ્ઞાન ચાર પરિણામો સુધી પહોંચી શક્યું છે. પાંચમું પરિણામ એટલે બ્રહ્માંડીય ચેતના અને આત્મા ચેતના. પાંચમું પરિણામ વિશુદ્ધ રીતે ચેતનાત્મક છે. બ્રહ્માંડીય ચેતનાને જીવ ચેતના સાથે જોડવાથી અસાધારણ લાભ ઉઠાવી શકાય છે. આ પાંચ કોશ એ આત્મા પર ચઢેલ આવરણ જેવા છે જેને દૂર કરવાથી સારતત્ત્વ એવા આત્માની પ્રાપ્તિ થાય છે.

♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1. પંચકોશ એટલે શું ?

.....  
 .....

2. પંચકોશમાં આવેલ કોશોની યાદી બનાવો.

.....  
 .....



### 8.3.2 માયા

તમે ઘણાં બધા મનુષ્યના મુખે સાંભળો છો કે : ‘જગત માયાજય છે, આપણે માયાજાળમાં ફસાયેલા છીએ, એમાંથી નીકળી નથી શકતા, આપણે ગૃહસ્થ છીએ, વળી આપણાથી શું થઈ શકે ? માયા ઠગ છે, નટ છે, આપણને મોહિત કરીને પોતાના વશમાં કરી લે છે. કોઈ ગૃહસ્થ માયાથી છટકી નથી શકતો, હાં કોઈ મહાન શૂરવીર સાધુ સંત છૂટી જાય તો કહી ન શકાય.’ આ પ્રકારના વેણ બોલનાર લોકો માયાનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ નથી જાણતાં. માયા શું છે ? કઈ રીતે ફેલાય છે ? કોની છે ? જો આટલી ખબર પડી જાય તો પોતાની જાતને આટલી અસમર્થ સમજવાની જરૂર ન પડે.

લોકોના વિધાનોની સત્યતા કેટલી છે તે જાણવું જોઈએ. જે કંઈ દૃશ્યમાન છે તે સ્થૂળ સ્વરૂપે પૃથ્વી પર છે કે જેને લોકો સંસાર કે માયા કહે છે. તેનાં સિવાયના સંસાર કે માયાને તેઓ ઓળખતા નથી. જેને જગત, સંસાર કે સૃષ્ટિ કહે છે તે મૂળભૂત રીતે માયા નથી, તે તો દૃશ્ય પદાર્થ છે. જડ છે. જડ પદાર્થ બળજબરીથી કોઈને ફસાવી નથી શકતા. ઘર, ધન, વસ્ત્રો વગેરે સુંદર પદાર્થ શું મનુષ્યને ફસાવી શકે છે ? શું તેઓએ જાળ ફેલાવેલ છે ? ના, તે ફસાવી નથી શકતા. જગતના આરંભને સમજીને તો કોઈ પદાર્થ કોઈ પદાર્થને નથી ફસાવ્યો. તો ફસાવવાવાળું કોણ છે ? ફસાવવાવાળું ફસનારના ભાવ જ છે. પોતાના ભાવથી જ પોતે ફસાઈ જાય છે અને દોષ જગતના પદાર્થોને આપે છે. માનો કે તે એમ કહેવા માંગે છે કે હું પોતે નથી ફસાતો, પણ બીજા બળજબરી કરીને મને ફસાવે છે. ફસવાવાળામાં ભરેલું આ અજ્ઞાન જ ખરેખર માયા છે. તેનો ભાવ એ માયાની વૃત્તિઓ છે. જ્યારે આ જ વૃત્તિઓ વિસ્તાર પામે છે ત્યારે તૈયાર થાય છે માયાજાળ. જે લોકો એમ કહે છે કે અમે માયામાંથી નીકળવા માંગીએ છીએ તેઓ ખરેખર જુદું બોલતા હોય છે. જો તે ખરેખર નીકળવા માંગે તો જરાપણ વાર ન લાગે. જ્યારે મનુષ્ય દુઃખમાં ફસાય છે ત્યારે માયાજાળમાંથી નીકળવાની ઈચ્છા ધરાવે છે પરંતુ જેવું દુઃખ સહેજ હળવું થયું કે તરત જ આ નીકળવાની ઈચ્છા પણ ગઈ. નીકળવું છે તેમ બોલનારના મનમાં ખરેખર નથી નીકળવું એવી ભાવના વધારે પ્રબળ હોય છે. જેમ કે એક નિર્ધન વ્યક્તિ એક લાખ રૂપિયા મેળવવાની ઈચ્છા કરે અને પછી કહે કે આ તો અસંભવ છે - તેનાં જેવું અવિચારી મનુષ્યથી આ માયાથી છૂટવું અસંભવ છે. માયાથી છૂટવા માટે યુદ્ધ નથી કરવું પડતું, કેટલાંય મહિનાઓ સુધી દરિયાઈ મુસાફરી નથી કરવાની હોતી, પચાસ સો કિલો લોખંડ નથી ઉઠાવવું પડતું, લાખો મણ માટી નથી ખોદવી પડતી, માયા તો સહજ વારમાં હટી જઈ શકે છે. પૈસાનો પણ ખર્ચ કર્યા વગર. માયા એ વ્યક્તિના અજ્ઞાનનો ભાવ છે, તે તેના વશમાં છે, તેની મિલકત છે, તો પછી તેને હટાવવામાં પરિશ્રમ કેવો ? ઘર, સંસાર, પતિ, પત્ની, બાળકો, ભૌતિક સંપત્તિ વગેરેએ તમને પકડ્યા નથી તો પછી તેઓ તમને છોડશે શી રીતે ? તમે તમારા અજ્ઞાનરૂપી ભાવથી તેઓમાં ફસાયેલ છો તો છોડવાના કોને છે ? તમારે જ. માયા એ જાદુ જેવી છે. જ્યાં સુધી જાદુની અસર હોય ત્યાં સુધી જાદુથી બનેલ કાર્યક્રમ દેખાય છે. જેમ જાદુ પૂરું થતાં તેની અસર જતી રહે છે તેમ અજ્ઞાનરૂપ ભાવ દૂર થતાં ક્ષણભરમાં માયા દૂર થાય છે.

જે ખરેખર ન હોય પરંતુ બીજાના સહારે દેખાય તે માયા છે. અજ્ઞાન, અવિદ્યા, ભ્રમ, કલ્પના, મનોસૃષ્ટિ બધા તેનાં જ નામ છે. તે કોઈ વસ્તુ નથી તેથી તે ક્યાંથી ઉત્પન્ન થઈ તે પ્રશ્ન જ ઉદ્ભવતો નથી. જેમ જગત ચક્રાકાર છે, તેમ માયા પણ ચક્રાકાર છે. તેનો આદિ કે અંત હોતો નથી. જે આ ચક્રની બહાર નીકળી જાય છે તેને ફરી શંકા નથી થતી. પંચ કોશનું જ્ઞાન આ માયારૂપી અજ્ઞાનને દૂર કરી આત્માના સાચા સ્વરૂપ સુધી લઈ જાય છે.

◆	તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2
1.	માયા એટલે શું ? ..... ..... .....
2.	નીચેના વિધાનો સાચા છે કે ખોટા તે જણાવો. 1. આસપાસનું જગત એ માયા છે. .... 2. જડ પદાર્થો મનુષ્યને ફસાવતા નથી પરંતુ મનુષ્ય સ્વયં તેમાં ફસાય છે. .... 3. બાહ્ય પદાર્થો મને ફસાવે છે એ અજ્ઞાન એટલે જ માયા. ....

### 8.3.3 આત્મા

આત્મા શબ્દ બોલતી વખતે આત્મા શું છે એ લોકો બરાબર સમજતા નથી. શાસ્ત્રોમાં આત્મા શબ્દનો પ્રયોગ પ્રસંગાનુસાર શરીર, મન અને જીવ પર થયેલ છે. તો આમાંથી વાસ્તવિક આત્મા કોણ છે ? અથવા આનાથી આત્મા અલગ છે ? આ ત્રણેયનો પરસ્પર શું સંબંધ છે ? આત્મા શબ્દનો અર્થ સ્વયં તમે છો. જે જેવા ભાવથી યુક્ત હોય છે તે પોતાની જાતને તેવો જ સમજે છે અને આત્મા અર્થ પણ તેવો જ કરે છે. આત્મા શબ્દાર્થની સંકલ્પનાત્મક સમજ માટે આપણને સંત અને મનુષ્ય વચ્ચેનો નીચેનો સંવાદ મદદરૂપ થશે.

### 8.4 સ્થૂળ શરીર

**સંત :** આત્માના પ્રદેશમાંથી આવેલ અને શરીરરૂપી રાજમહેલમાં વસવાટ કરનારને કેટલાંક સમય બાદ રાજમહેલ સાથે એટલો પ્રેમ થઈ જાય છે કે તેને ખ્યાલ પણ રહેતો નથી કે તે રાજમહેલ નથી. રાજમહેલ અને 'હું' બંને અલગ હોવા છતાં તું ભૂલી ગયો.

**મનુષ્ય :** ના, મહારાજ. હું શરીરને અલગ માનું છું, પરંતુ શરીરથી અલગ હું મારી જાતને જોઈ નથી શકતો અને ઠીક રીતે સમજી પણ નથી શકતો કે હું શરીર છું કે તેનાથી અલગ કંઈ બીજું ?

**સંત :** ત્યારે જ તો હું કહું છું કે તું શરીરને જ 'હું' માને છે. જ્યારે શરીર થાકી જાય છે ત્યારે તું સમજે છે કે 'હું' થાકી ગયો. જ્યારે શરીરને સુખ હોય છે ત્યારે તું પોતાની જાતને સુખી માને છે. જ્યારે શરીરને રોગ થયો હોય છે ત્યારે તું તારી જાતને રોગી માને છે. શરીર સુંદર હોવાથી તું પોતાને સુંદર માને છે. આવું માનવું જ 'હું શરીર છું.' એવો ભાવ દર્શાવે છે.

**મનુષ્ય :** મહારાજ, જો 'હું' શરીરથી ભિન્ન હોઉં તો દેખાતો કેમ નથી ? જ્યારે 'હું' શરીરથી અલગ નથી દેખાતો ત્યારે 'હું' પોતાને શરીર માની લઉં છું.

**સંત :** દેખાઈ રહેલ પદાર્થ માયાના પંચભૌતિક છે. તું માયાનો પંચભૌતિક પદાર્થ છે જ નહીં તો કેવી રીતે દેખાઈ ? જ્યારે જાય છે ત્યારે શું ઓછું થાય છે ? જે ઓછું થાય છે તે દેખાતું જ નથી તો શરીરમાં રહેવાવાળો ન દેખાય તો શું થયું ? તે શરીરથી અલગ છે. જ્યારે તું શરીરને 'તારું' કહે છે ત્યારે તે તારાથી ભિન્ન જ કહેવાય. તું શરીર નથી. શરીર વિકારી છે તું વિકારરહિત છે. શરીર જન્મ મરણવાળું છે તું જન્મરહિત છે. શરીર નાનાથી મોટું થાય છે તું નાના મોટો થતો નથી. આથી વિચાર કરે કે તું શરીર નથી. તું શરીર નથી તે સમજાવવા માટે સ્થૂળ શરીર શાનું બનેલ છે તે હું તને સમજાવું છું.

'હું' લાગનાર સ્થૂળ શરીર પંચભૂતનું પૂતળું છે. પૃથ્વી, જળ, અગ્નિ, વાયુ અને આકાશ એ પંચમહાભૂત છે. પૃથ્વીનો રંગ પીળો, જળનો શ્વેત, અગ્નિનો લાલ, વાયુનો ધૂંધળો અને આકાશનો કાળો છે. આકાશમાં એક ગુણ શબ્દ છે. વાયુમાં બે ગુણ - શબ્દ અને સ્પર્શ છે. અગ્નિમાં ત્રણ ગુણ - શબ્દ, સ્પર્શ અને રૂપ છે. જળમાં ચાર ગુણ: શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ અને રસ છે. પૃથ્વીમાં પાંચ ગુણ - શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ અને ગંધ છે. આ પાંચ તત્ત્વોમાં પૃથ્વી, જળ અને વાયુ દૃશ્ય સ્વરૂપ છે. વાયુ અને આકાશ દૃશ્યનો વિષય ન હોવા છતાં ઈન્દ્રિયનો વિષય તો છે જ. પાંચેય તત્ત્વો તેના આપેલ ક્રમમાં એકબીજાથી સૂક્ષ્મ છે અને

તેમની ઉત્પત્તિ માયાથી થયેલ છે. જે એકબીજામાં મળીને ઘટ્ટ થઈ જાય તેને મિશ્રિત પંચમહાભૂત કહે છે. પંચભૂતોમાં પૃથ્વી કઠિન, જળ દ્રવ્ય, અગ્નિ ઉષ્ણ, વાયુ શીતલ અને આકાશ પોલું છે. તે બધા એકબીજામાં મળીને સ્થૂળતા પ્રાપ્ત કરે છે. મિશ્રણ કરવાની રીતો પૈકીની એક રીત આ મુજબ છે. પંચભૂતમાંના દરેક તત્વના પચ્ચીસ ભાગ કરો. દાત. પૃથ્વી તત્વના પચ્ચીસ ભાગમાંથી એકવીસ ભાગ લઈ તેમાં એક ભાગ જળ, એક ભાગ વાયું, એક ભાગ અગ્નિ, એક ભાગ આકાશ લઈ પચ્ચીસ પૂરા કરો. આમ થયેલ મિશ્રણમાં એકવીસ ભાગ પૃથ્વી નથી, પરંતુ તમામનું મિશ્રણ છે. પરંતુ મુખ્ય ભાગ પૃથ્વી છે. સ્થૂળ શરીરનું મિશ્રણ દર્શાવતું ટેબલ નીચે દર્શાવેલ છે. પૃથ્વીના મુખ્ય ભાગોમાંથી હાડકાં, પૃથ્વી મુખ્ય ભાગ અને જળ ગૌણ ભાગથી રક્ત, પૃથ્વી મુખ્ય ભાગ અને અગ્નિ ગૌણ ભાગથી આલસ્ય, પૃથ્વી મુખ્ય ભાગ અને વાયુ ગૌણ ભાગથી સંકોચન અને પૃથ્વી મુખ્ય ભાગ અને આકાશ ગૌણ ભાગથી કટિનું રહેલ આકાશ. આ જ રીતે અન્ય મિશ્રણ થકી વિવિધ તત્વ પેદા થાય છે.

પંચભૂત	પૃથ્વી	જળ	અગ્નિ	વાયુ	આકાશ
પૃથ્વી	હાડકાં	માંસ	નાડી	ત્વચા	રોમ
જળ	રક્ત	વીર્ય	મૂત્ર	પરસેવો	લાળ
અગ્નિ	આલસ્ય	ક્રાંતિ	ક્ષુધા	તૃષ્ણા	નિંદ્રા
વાયુ	સંકોચન	ચાલવું	ઉત્ક્રમણ	દોડવું	પ્રસરણ
આકાશ	કટિનું	પેટનું	હૃદયનું	કંઠનું	માથાનું

સ્થૂળ શરીર પંચભૌતિક અને નાશવંત છે જ્યારે તું પવિત્ર અને ચેતન્ય છે. આ રીતે તું સ્થૂળ શરીર નથી. જો તું સ્થૂળ શરીર હોય તો સારી ઈચ્છા અનુસાર તેને રાખી કેમ નથી શકતો ? તું ઈચ્છે છે કે આરોગ્ય રહે પરંતુ તે નથી રહેતું તો તું શરીર કઈ રીતે છે ? જેમ તું શરીર નથી તેમ તે સારું પણ નથી. જે પદાર્થ જેનો બનેલ હોય તેના જ અધિકારમાં રહે છે. શરીર પંચભૂતોનું બનેલ હોવાથી તે તેના જ અધિકાર હેઠળ રહેતું હોવાથી તે તારું નથી. જડનો સંબંધ જડ સાથે જ્યારે ચેતન્યનો સંબંધ ચૈતન્ય સાથે હોય છે. કોઈનો હાથ કે અધિકાર હેઠળ રહેતું હોવાથી તે તારું નથી. જડનો સંબંધ જડ સાથે જ્યારે ચૈતન્ય સંબંધ ચૈતન્ય સાથે હોય છે. કોઈનો હાથ કે પગ કપાઈ જતાં આજીવન તેને સાથે લઈ નથી ફરતો તો પછી શરીર તેનું કેમનું કહેવાય ? શરીર તારું હોય તો મરતી વખતે તેને કેમ ત્યજી તેને કેમ ત્યજી દે છે ? શરીર તારું છે તો તેના એક ભાગ એવા મળ-મૂત્રને કેમ ત્યજી દે છે, તેનાથી ધૂણા કેમ કરે છે ? આથી આ સ્થૂળ શરીર તારું નથી અને તું એનો નથી. તારું ન હોવા છતાં તારું માનવું એને જ અજ્ઞાન કહેવાય કે જે અનેક દુઃખોનું કારણ છે.

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

1. સ્થૂળ શરીર એટલે શું ?

.....

.....

.....

2. નીચે દર્શાવેલ પંચતત્વ અને તેમના ગુણોને યોગ્ય રીતે જોડો.

અ-પંચતત્વ	બ-ગુણો
1. પૃથ્વી	a. શબ્દ
2. વાયુ	b. શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ અને ગંધ
3. જળ	c. શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ
4. આકાશ	d. શબ્દ, સ્પર્શ
5. અગ્નિ	e. શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ

1 - ..... 2 - ..... 3 - ..... 4 - ..... 5 - .....

## 8.4.1 અન્નમય કોશ

### 8.4.1.1 અર્થ

સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ એ ત્રણેય શરીર ક્રમશઃ એકબીજામાં રહે છે. કીટક જેમ કોશમાં રહે છે, તલવાર જેમ મ્યાનમાં રહે છે, ધન જેમ ભંડારમાં રહે છે તેમ આત્મા એ શરીરરૂપી કોશમાં રહે છે. શરીરરૂપી આત્માને કોશ ઢાંકે છે. સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ એ ત્રણેય શરીર માયા હોવાથી પાંચ કોશ પણ માયા છે. સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીરમાં પાંચ કોશ નીચે દર્શાવ્યા મુજબ રહે છે.

શરીર	કોશ
સ્થૂળ	અન્નમય
સૂક્ષ્મ	પ્રાણમય, મનોનય, વિજ્ઞાનમય
કારણ	આનંદમય

### ◆ અન્નમય કોશની ઉત્પત્તિ

માતાપિતા દ્વારા ગ્રહણ કરાયેલ અન્નથી ઉત્પન્ન થયેલ અને રસ સ્વરૂપ એવા માતાના અંડ અને પિતાના વીર્યથી અન્નમય કોશ માતાના ઉદરમાં જન્મે છે. જન્મ બાદ કેટલાંક સમય સુધી માતાના દૂધ અને ત્યારબાદ પ્રત્યક્ષ આહાર થકી વૃદ્ધિ પામી અંતે અન્નરૂપ પૃથ્વીમાં લીન થઈ જાય છે.

### ◆ લક્ષણો

1. તે સ્થૂળ છે.
2. તે દૃષ્ટિનો વિષય છે.
3. તે દૃશ્ય છે.
4. તે સુખ દુઃખ ભોગવવાનું સ્થાન છે.
5. તેની ઉત્પત્તિ, વૃદ્ધિ અને લય થાય છે.
6. તે વિકારી અને અસત્ય છે.

### 8.4.1.2 આત્મા અને અન્નમય કોશનો સંબંધ

અન્નમય કોશ ત્વચા, હાડ-માંસ, રક્ત, મળ-મૂત્ર નો સમન્વય છે કે જે અશુદ્ધ છે જ્યારે આત્મા શુદ્ધ છે. અન્નમય કોશ નિયમમાં રહેવાવાળો છે જ્યારે આત્મા ચેતન છે. અન્નમય કોશ હાથ, પગ, મસ્તિષ્ક વગેરે જેવા ઉપાંગસહિત છે જ્યારે આત્મા ઉપાંગરહિત છે. શરીર નાશવંત છે જ્યારે આત્મા અમર છે. શરીર માયાના ત્રણે ગુણોથી બનેલ છે જ્યારે આત્મા ગુણાતીત છે. આ રીતે અન્નમય કોશ અને આત્મા અલગ હોવા છતાં અજ્ઞાની મનુષ્ય સ્થૂળ શરીર એવા અન્નમય કોશ જ આત્મા હોય તેમ વર્તન કરી અનેક પ્રકારના કષ્ટ ભોગવે છે.

એકબીજાથી નાના એવાં પાંચ ડબ્બાને એકબીજામાં મૂકેલાં છે. સૌથી અંદરના ડબ્બામાં હીરો મૂકેલ છે. હીરો એ આત્મા છે જ્યારે પાંચ ડબ્બા એ પાંચ કોશ છે. બહારનો ડબ્બો એ અંદરના ચાર ડબ્બા અને હીરાને ઢાંકી દે છે. આ જ રીતે અન્નમય કોશ પણ પ્રાણમય, મનોમય, વિજ્ઞાનમય અને આનંદમય કોશોને આત્માસહિત સંતાડી દે છે અને તે પોતે જ માત્ર દેખાય છે. કમ્પ્યુટરમાં એક ફોલ્ડરની અંદર એક એમ પાંચ ફોલ્ડરો બનાવ્યા બાદ અંદર આત્માની ફાઈલ મૂકવામાં આવે તો વ્યક્તિને માત્ર બહારનું છેલ્લું ફોલ્ડર જ દેખાય છે. તે અંદરના તમામ ચાર ફોલ્ડરોને તેમજ અંદર રહેલ આત્મા નામની ફાઈલને પોતાનામાં ઢાંકી દે છે. જેમ પાંચ ફોલ્ડરમાં રહેલ ફાઈલ ખોલવા માટે દરેક ફોલ્ડરને એક પછી એક, પછી એક ખોલવા પડે છે તેમ આત્માના સ્વરૂપને જોવા માટે પાંચ કોશરૂપી આવરણોને દૂર કરવા પડે છે.

એક મનુષ્ય એક સંત પાસે ગયો અને પ્રણામ કરીને બેસી ગયો. ત્યારબાદ સંત અને મનુષ્ય વચ્ચે થયેલ વાતચીતને આધારે અન્નમય કોશ નામનું આવરણ દૂર થશે તેમજ આત્મા અને અન્નમય કોશ વચ્ચેનો સંબંધ વધારે સ્પષ્ટ થશે.

સંત : ભાવિક, તે કોને પ્રણામ કર્યા ?

મનુષ્ય : (હાથ જોડીને) આપને.

સંત : હું કોણ છું ? જેને તે પ્રણામ કર્યા ?

મનુષ્ય : તમે મહાત્મા છો.

સંત : મહાત્મા કોણ છે ?

મનુષ્ય : તમે છો.

સંત : હું ક્યાં છું ?

મનુષ્ય : તમે મારી સામે બિરાજમાન છો.

સંત : (પોતાની નીચે રહેલ આસન બતાવીને) તારી સામે તો આ મૃગચર્મ છે, શું આ જ મહાત્મા છે ?

મનુષ્ય : ના, તે તો મૃગચર્મ છે, મહાત્મા તો તમે છો.

સંત : મૃગચર્મ મહાત્મા નથી તો શું આ નરચર્મ મહાત્મા છે ? મૃગચર્મ પર નરચર્મ બિરાજમાન છે, શું તે એને પ્રણામ કર્યા ?

મનુષ્ય : ના મહારાજ.

સંત : તો જેને તે પ્રણામ કર્યા તેને તું બતાવ.

મનુષ્ય : (ગભરાઈને) તમે બધું જ જાણો છો, હું શું કહું ?

સંત : સારું, જેને તે પ્રણામ કર્યા તે મહાત્માને તું ન બતાવી શકતો હોય તો જેણે મહાત્માને પ્રણામ કર્યા તેને તું બતાવ.

મનુષ્ય : મેં પ્રણામ કર્યાં. હું તમારી સામે બેઠો છું.

સંત : મારી સામે તો અન્નથી બનેલ હાડ-માંસ, મેદ, રક્ત, સ્નાયુથી બનેલ પૂતળું છે. શું તું તે જ છે ?

મનુષ્ય : હા, મહારાજ.

સંત : અરે મૂર્ખ, તું તારી જાતને હાડકાં વગેરેનું પૂતળું બતાવે છે. શું તારી સામે માંસનો લોચો જોઈને તું દૂર નહીં ભાગે ?

મનુષ્ય : (હાથ જોડીને) મહારાજ, આ પદાર્થ અપવિત્ર છે, દુર્ગંધયુક્ત છે, હું તેને જોઈને અવશ્ય ભાગીશ. તેને જોઈને મને ઘૃણા થશે.

સંત : તો શું આ ઘૃણિત પદાર્થ તું જ છે ?

મનુષ્ય : (થોડી વાર વિચારીને) હું હાડ-માંસનો બનેલો છું, પરંતુ તેમાં જીવ અને આત્મા હોવાથી તે અપવિત્ર નથી.

સંત : શું શરીરમાં પણ જીવ છે ?

મનુષ્ય : હા, મહારાજ.

સંત : શું તું હાડ-માંસનું પૂતળું જ છું ? શું તું જીવ નથી ?

મનુષ્ય : (શરમ અનુભવતાં) હા, મહારાજ, હું જીવ જ છું, શરીર નથી.

સંત : (હસીને) પહેલાં તું શરીર કહેતો હતો અને હવે જીવ કહે છે. તું આ જાતે જ સ્વીકારે છે. જો તારા શરીરને કોઈ મારે તો તારે શું ? શરીર અલગ છે, તું અલગ છું.

મનુષ્ય : હું શરીર નથી, પરંતુ શરીર મારું હોવાથી શરીરને થતું દુઃખ મુજ જીવને પણ થશે.

સંત : કયા પ્રકારનો સંબંધ છે ? જીવ દેખાતો નથી જ્યારે શરીર દેખાય છે, તો બંનેનો સંબંધ કેવી રીતે હોઈ શકે ?

મનુષ્ય : જ્યારે જીવનો શરીર સાથે સંબંધ રહેતો નથી ત્યારે તે અપવિત્ર, મૃત થઈ જવાથી અનુમાન કરી શકાય કે જીવ હોવાથી જ મનુષ્ય જીવીત કહેવાય છે ?

સંત : શું જીવ ક્યાંય ચાલ્યો જાય છે ?

મનુષ્ય : ચોક્કસ ચાલ્યો જાય છે. જ્યારે તે ચાલ્યો જાય છે ત્યારે શરીર નિર્જીવ બની જાય છે.

સંત : જીવ ક્યાં ચાલ્યો જાય છે ?

મનુષ્ય : ખબર નથી. તે જતો દેખાતો નથી.

સંત : શરીરમાં અંદર રહેલ હોવાથી ન દેખાય પરંતુ શરીરમાં નીકળતો તો દેખાવો જોઈએ ?

મનુષ્ય : તમે બધું જાણો છો. છતાં તમે મને જ પૂછો છો.

સંત : આમ જ નથી પૂછતો, પૂછવાનું કારણ છે. તારી સમજમાં આવે એટલે પૂછું છું. જેમ તારી સમજમાં આવે તેમ તું ઉત્તર આપતો જા. જઈ રહેલો જીવ કેમ દેખાતો નથી ?

મનુષ્ય : ખૂબ જ સૂક્ષ્મ હોવાથી દેખાતો નથી. આજ સુધી કોઈએ જીવને જોયો નથી.

સંત : તારા મતે જીવ શરીરમાંથી ચાલ્યો જાય છે ત્યારે શરીરમાંથી શું બંધ થઈ જાય છે.

મનુષ્ય : એકપણ અંગ ઓછું થતું નથી, શરીર જેમનું તેમ જ રહે છે. શ્વાસોશ્વાસ બંધ થઈ જાય છે.

સંત : તો શું શ્વાસોશ્વાસ જીવ હતો ?

મનુષ્ય : (ગભરાઈને) મને ખબર નથી તે જ છે કે બીજું કોઈ. તમે જ સમજાવો.

સંત : પૂર્ણ સમાધિમાં શ્વાસની અવરજવર બંધ થઈ જાય છે તો શું તેમાં જીવ નથી રહેતો ? જો એમ કહેવામાં આવે કે એટલા સમય માટે જાય છે તો એમ થવાથી શરીર મૃત થઈ જાય પણ એમ થતું નથી. એટલા માટે પ્રાણ એ જીવ નથી. જો તું જીવને જાણતો જ નથી તો જીવ અને શરીરનાં સંબંધને કેવી રીતે દર્શાવી શકે ? જેમાં તું શરીર નથી તે જ રીતે તારો અને શરીરનો પણ સંબંધ નથી. એટલે કે શરીર તારું નથી.

મનુષ્ય : જો હું શરીરનો નથી તો શરીરનાં સુખ દુઃખનું ભાન મને કેમ થાય છે ? દુઃખ તો સંબંધ હોવાથી જ થાય ને ?

સંત : સાચું છે. સંબંધ વગર દુઃખ થતું નથી, પરંતુ સંબંધ ન હોવા છતાં સંબંધ છે તેમ માનવાથી દુઃખ થાય કે નહીં ?

મનુષ્ય : જો સંબંધ હોવાનું માની લેવામાં આવે તો દુઃખ અવશ્ય થાય છે.

સંત : આ જ કારણે દુઃખ થાય છે. શરીર અને આત્માનો સંબંધ ન હોવા છતાં સંબંધ છે તેમ માનવાથી દુઃખ થાય છે.

મનુષ્ય : (આશ્ચર્યથી) તો શું શરીર અને આત્માનો કોઈ સંબંધ નથી ? સંબંધ ન હોવા છતાં કેટલો ગાઢ સંબંધ બંધાઈ ગયો છે. શું આપણે સંબંધ માનીએ નહીં તો દુઃખ નહીં થાય ?

સંત : ક્યારેય નહીં. કોઈ કારણસર મનુષ્યનાં અંગને કાપવાની જરૂર પડતાં ડોક્ટર ક્લોરોફોર્મ સુંઘાડી દે છે, જેનાથી શરીર અને આત્માનો સંબંધ સ્થાપિત કરનાર બુદ્ધિ થોડી વાર માટે દબાઈ જાય છે, જેનાથી તે સમયે જીવને દુઃખ થતું નથી. એટલે કે બંને વચ્ચેનો સંબંધ વાસ્તવિક નથી, કાલ્પનિક છે. જ્ઞાની આ સંબંધને જેટલો ઓછો કરશે તેટલું જ દુઃખ ઓછું થશે.

મનુષ્ય : મહારાજ, હવે મારી સમજમાં આવ્યું કે હું શરીર નથી અને શરીર મારું નથી. મારો અને તેનો કોઈ સંબંધ નથી.

## ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4

1. અન્નમય કોશના લક્ષણો લખો.

.....

.....

.....

2. અન્નમય કોશ એ આત્મા શા માટે નથી?

.....

.....

.....

### 8.5 સૂક્ષ્મ શરીર

સૂક્ષ્મ શરીર એ ત્રણેય શરીરોમાં મધ્ય છે. સ્થૂળ શરીર કરતાં સાપેક્ષમાં સૂક્ષ્મ હોવાથી તેને સૂક્ષ્મ શરીર કહે છે. સ્થૂળ શરીરને મળતી બધી સત્તા સૂક્ષ્મ શરીરમાંથી આવે છે. જો સ્થૂળ શરીરમાં સૂક્ષ્મ શરીર ન હોય તો સ્થૂળ શરીર નિર્જીવ, મૃત અથવા માટી સ્વરૂપ કહેવાય. સ્થૂળ શરીરમાં સૂક્ષ્મ શરીર હોવાથી જ તે સજીવ કહેવાય છે. સ્થૂળ શરીર એ સૂક્ષ્મ શરીરના કપડાં સમાન છે. જ્યાં સુધી જરૂરિયાત હોય ત્યાં સુધી સૂક્ષ્મ શરીર સ્થૂળ શરીરને ધારણ કરે છે. શરીરનું આવશ્યકતા મૂલ્ય એટલે કે ભોગક્ષમતા પૂર્ણ થઈ જતાં તે ભોગ ભોગવા યોગ્ય અન્ય અનુકૂળ શરીરને ધારણ કરી લે છે. આ રીતે જોતા સૂક્ષ્મ શરીર જ વાસ્તવિક શરીર છે, સ્થૂળ શરીર તો માત્ર તેનું સાધન છે. સૂક્ષ્મ શરીર એ સ્થૂળ શરીરના સંદર્ભમાં સૂક્ષ્મ છે જ્યારે કારણ શરીરના સંદર્ભમાં સ્થૂળ છે.

સ્થૂળ શરીરની ઉત્પત્તિ અને નાશવંત હોવાની ખબર પડે છે જ્યારે સૂક્ષ્મ શરીરની ઉત્પત્તિ અને નાશની ખબર પડતી નથી. જો કે સ્થૂળ શરીરની જેમ સૂક્ષ્મ શરીરની ઉત્પત્તિ અને નાશ છે પણ નહિ. સ્થૂળ શરીરની ઉત્પત્તિ અને નાશ સાથે તેનો ઉત્પત્તિ કે નાશ થતો નથી કારણ કે અનાદિકાળથી અવિદ્યામય કે અજ્ઞાનમય હોવાથી જ્યાં સુધી અજ્ઞાન રહે છે ત્યાં સુધી તેનો નાશ થતો નથી. તે વાસનામય હોવાથી વાસનાઓ બદલતાં તેનું રૂપાંતરણ અવશ્ય થાય છે, પરંતુ તેનો નાશ ક્યારેય થતો નથી. તે સ્થૂળ શરીરની સહાયતા વિના કાર્ય નથી કરી શકતો અને પોતાના કારણરૂપ કારણ શરીરથી ક્યારેય અલગ ન હોવાથી તે હંમેશા કારણ શરીરની સાથે જ રહે છે.

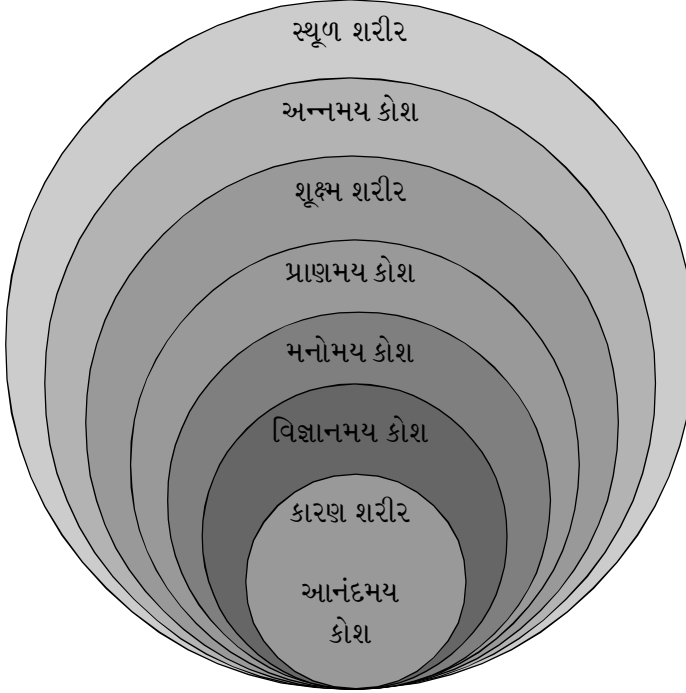
જ્યારે જ્ઞાન દ્વારા સૂક્ષ્મ શરીરની તમામ વાસનાઓનો નાશ થઈ જાય ત્યારે કારણ શરીર સહિત તેનો નાશ થાય છે. સ્થૂળ શરીરનો નાશ થવાથી સંપૂર્ણ નાશ થતા નથી પરંતુ અજ્ઞાન ત્રિશિ સ્વરૂપના સૂક્ષ્મ શરીરનો નાશ એ જ સંપૂર્ણ નાશ છે. તે પંચ મહાભૂતોનું બનેલ ન હોવાથી પંચ મહાભૂતોમાંથી કોઈપણ તેનો નાશ કરી શકતાં નથી, પરંતુ તે અજ્ઞાનનું બનેલ હોવાથી સ્વરૂપનું જ્ઞાન થવાથી જ તેનો નાશ થાય છે. તે અનાદિ કાલ્પનિક માયા છે. સ્વરૂપનું જ્ઞાન કલ્પનાનો નાશ કરે છે અને કલ્પનાનો નાશ અનાદિ હોવા છતાં કારણ શરીરનો નાશ કરે છે.

#### 8.5.1 પ્રાણમય કોશ

##### 8.5.1.1 અર્થ

પ્રાણમય કોશ પ્રાણોના સમુદાયરૂપ છે. તે આગળના આનંદમય, વિજ્ઞાનમય અને મનોમય કોશ દ્વારા પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરે છે જ્યારે તેના પછીના અન્નમય કોશને તે પૂર્ણતા આપે છે. નીચેની આકૃતિમાં દર્શાવ્યા પ્રમાણે અન્નમય કોશ તરફથી તે બીજા નંબરે છે જ્યારે આનંદમય કોશ તરફથી તે ચોથા નંબરે છે. સૂક્ષ્મ શરીરના ત્રણેય કોશમાં તે છેલ્લો કોશ છે. વિજ્ઞાનમય કરતાં મનોમય અને મનોમય કરતાં પ્રાણમય કોશ વધારે સ્થૂળ છે. પ્રાણમય કોશનું કારણ મનોમય અને મનોમય કોશનું કારણ વિજ્ઞાનમય કોશ છે. મનોમય અને વિજ્ઞાનમય કોશથી પ્રાણમય કોશ એ પાંચ પ્રાણ અને પાંચ કર્મેન્દ્રિયોનો બનેલ છે.

પ્રાણ, અપાન, સમાન, ઉદાન અને વ્યાન એ પાંચ પ્રાણ છે જ્યારે વાયા, હાથ, પગ, શિશ્ન અને ગુદા એ પાંચ કર્મેન્દ્રિય છે. પ્રાણ કર્મેન્દ્રિયોને કર્મ કરવાની શક્તિ આપતો હોવાથી કર્મેન્દ્રિયો પ્રાણમય કોશમાં છે. પ્રાણમય કોશ એ અન્નમય કોશમાં વ્યાપક હોવાથી સ્થૂળ શરીરનો આધાર છે.



### 8.5.1.2 આત્મા અને પ્રાણમય કોશનો સંબંધ

પ્રાણમય કોશના લક્ષણો આત્માને મળતાં ન હોવાથી તે આત્મા નથી. પ્રાણમય કોશ ક્રિયારૂપ છે જ્યારે આત્મા સક્રિય છે. પ્રાણમય કોશ દૃશ્ય છે, આત્મા દૃષ્ટા છે. પ્રાણમય કોશ વિકારી છે, આત્મા આશ્રયવાળો નથી. પ્રાણમય કોશ સૂક્ષ્મ શરીરનું અંગ છે, આત્મા કોઈનું અંગ નથી. પ્રાણ રજોગુણવાળો છે, આત્મા ગુણોના આશ્રયવાળો નથી. પ્રાણમય કોશ સૂક્ષ્મ શરીરનું અંગ છે, આત્મા કોઈનું અંગ નથી. પ્રાણ રજોગુણવાળો છે, આત્મા ગુણાતીત છે. પ્રાણ અસત્ય અને જડ છે, આત્મા સચ્ચિદાનંદ રૂપ છે. આવા વિરૂદ્ધ ગુણો ધરાવતા પ્રાણમય કોશ અને આત્મા ક્યારેય એક હોઈ શકે નહીં. મનુષ્ય આત્મ સ્વરૂપ હોવાથી તે પ્રાણમય કોશ કોઈ શકે નહીં. આત્મા અને પ્રાણમય કોશ વચ્ચેનો સંબંધ સંત અને મનુષ્ય વચ્ચેના આ વાર્તાલાપ દ્વારા વધુ સ્પષ્ટ થાય છે.

**મનુષ્ય :** સ્થૂળતાવાળો અન્નમય કોશ હું નથી એ તો સમજાઈ ગયું પરંતુ હું પ્રાણમય કોશ તો ચોક્કસ છું જ કારણ કે પ્રાણોથી જ જીવન અને મરણ છે. પ્રાણ ન હોય તો હું નથી રહેતો. મૃત્યુ સમયે કુટુંબીઓ પણ એ જ કહે છે કે ‘હવે શરીરમાં પ્રાણ નથી રહ્યા, જીવ ચાલ્યો ગયો.’ જ્ઞાનેન્દ્રિય અને કર્મેન્દ્રિય ખંડિત હોય તો પોતાનું કાર્ય નથી કરી શકતી પરંતુ પ્રાણ ન જાય ત્યાં સુધી તે મૃતક કહેવાતી નથી. પ્રાણોના જવાથી ઉત્તમ શરીર પ્રેત બની જાય છે અને ભયંકર દેખાય છે. પ્રાણોના સંબંધથી જ જીવન મરણ છે તેથી મરણ છે તેથી હું પ્રાણમય કોશ જ છું.

**સંત :** મરણ અને જીવન શરીરનું થાય છે, તારું થતું નથી. સ્થૂળ શરીર અને પ્રાણનો સંબંધ હોવાથી જીવન મરણ પ્રાણોમાં દેખાય છે. પ્રથમ તો એ વિચાર કે જીવન મરણ શું છે ? દૃઢીભૂત વાસનાઓનો અંત મરણ છે અને નવીન વાસનાઓનું પ્રગટ થવું જન્મ છે. પ્રાણમય કોશ ઉત્પત્તિ અને નાશવંત છે, જ્યારે તું સૂક્ષ્મ પ્રાણ જ નથી તો સ્થૂળ પ્રાણ કેવી રીતે હોઈ શકે ? તું કહે છે કે ‘પ્રાણ ન હોવાથી તું નથી રહેતો’ પરંતુ પ્રાણ ન હોવાથી ન રહેવાવાળો તું છે કોણ ? શું તું સ્થૂળ શરીર છે ? શરીરમાં રહેનાર સ્થૂળ પ્રાણ શરીરના આરંભથી અસ્તિત્વમાં આવ્યો, પરંતુ શું તેની અગાઉ તું ન હતો ? જ્યારે તું પ્રથમથી જ છે તો પ્રાણમય કોશના રહેવા કે ન રહેવા છતાં તું તો રહેવાનો જ છું. જ્યારે રોગી પોતાના પ્રાણ ત્યજી દુઃખથી મુક્તિ ઈચ્છે છે ત્યારે પ્રાણના જવાથી દુઃખરહિત રહેનાર કોઈ બીજું છે. પ્રાણ જડ અને બોધરહિત છે જ્યારે આત્માસ્વરૂપ તું જડ અને બોધરહિત નથી.



**મનુષ્ય :** જો હું પ્રાણમય કોશ નથી તો મને કહો કે હું કોણ છું ? હું પોતાની જાતને ઓળખતો ન હોવાથી અનેક વસ્તુઓમાં મારી હોવાની સંભાવના મને દેખાય છે ? જો હું પોતાની જાતને ઓળખી લઉં તો આ ભૂલ ન થાય.

**સંત :** શાસ્ત્રાનુસાર સદગુરુની યુક્તિ દ્વારા ક્રમશઃ આત્માનો બોધ થાય છે. શાસ્ત્ર અને ગુરુમાં શ્રદ્ધા રાખીને તું માની લે કે આત્મા સચ્ચિદાનંદ, સક્રિય, અવ્યક્ત, અવિકારી, આદિ-અંત રહિત અને અદ્વૈત છે. તને જેમાં જેમાં આત્માસ્વરૂપ તારું હોવાની સંભાવના દેખાય છે તેની સાથે તું આત્માના આ લક્ષણોની તુલના કર. જેમાં તે મળે તે જ આત્મા છે અને જેમાં ન મળે તે આત્મા નથી. આમ કરતાં કરતાં જ્યારે તું શુદ્ધ અંતઃકરણવાળો થઈ આત્મબોધ પ્રાપ્ત કરવાનો અધિકારી બનીશ ત્યારે ગુરુ ‘તત્ત્વમસિ’ (તે તું જ છે) જેવા મહાકાવ્યો દ્વારા તને આત્માનો ઉપદેશ આપશે અને શરૂઆતમાં જે આત્મા હોવાની તે માત્ર ધારણા કરી હતી તેનો તને પ્રત્યક્ષ બોધ થશે. મન, બુદ્ધિ, પ્રાણ, ઈન્દ્રિય, શરીર વગેરેમાં આત્મા હોવાથી ભ્રાંતિના ભાવને હટાવવાનો તું અભ્યાસ કર.

જે રીતે પ્રાણમય કોશ તું નથી તે જ રીતે તે તારો પણ નથી. તું જ્ઞાનરૂપ છું, પ્રાણ વાયુ અને વિકારવાળો જરૂર છે. તારી સ્થિતિ અદ્વૈતમાં છે, પ્રાણની સ્થિતિ દ્વૈતમાં છે. અદ્વૈતમાં જ્યારે બીજો પદાર્થ હોઈ જ ન શકે તો પ્રાણ કેવી રીતે હોઈ શકે ? પ્રાણમય કોશ અજ્ઞાનનો છે, માયામાં છે અને સ્થૂળ શરીરને ચૈતન્ય આપવાનું કારણ છે, તું આત્મરૂપ છું અને તારે અને કાર્યકારણ સંબંધને કંઈ લેવાદેવા નથી. જો તું કહે કે હું અજ્ઞાની છું અને અજ્ઞાનીનો તો પ્રાણ કેવી રીતે હોઈ શકે ? પ્રાણમય કોશ અજ્ઞાનનો છે, માયામાં છે અને સ્થૂળ શરીરને ચૈતન્ય આપવાનું કારણ છે, તું આત્મરૂપ છું અને તારે અને કાર્યકરણ સંબંધને કંઈ લેવાદેવા નથી. જો તું કહે કે હું અજ્ઞાની છું અને અજ્ઞાનીનો તો પ્રાણ હોઈ શકેને ? આ રીતે તો સમગ્ર જગતમાં બની જ રહ્યું છે તો પછી આ ઉપદેશની જરૂર શી છે ? વાસ્તવિક આત્મા અજ્ઞાન સ્વરૂપ નથી. પ્રાણ એ શરીરરૂપી નગરી કે જેમાં અનેક પ્રજા રહે છે, તેનો ચોકીદાર છે. જરા વિચાર કર કે ચોકીદાર મહાન સામ્રાજ્ય સ્વરૂપ આત્મા કેવી રીતે હોઈ શકે છે.

એક ગામમાં જમીનદાર છે. જમીન તેની છે અને ખેડૂતો તેના માટે કામ કરે છે. કેટલાંક ખેડૂતો પાસે પોતાનું બળદગાડું છે. કોઈ વખત ખેડૂત બળદગાડીમાં બેસીને નીકળે છે. તે તેનો માલિક છે અને ગાડું તેનો નોકર હાંકી રહ્યો છે. નોકરના હાથમાં બળદની રાસ - દોરી હોય છે, જેનાંથી તે બળદને હાંકે છે.

બળદગાડી :	અન્નમય કોશ - શરીર	બળદ :	પ્રાણમય કોશ
નોકર :	વિજ્ઞાનમય કોશ	રાસ-દોરી :	મનોમય કોશ
ખેડૂત :	આનંદમય કોશ	જમીનદાર :	આત્મા

હવે વિચાર કરીએ તો બળદગાડીરૂપ કોશ આપણે નથી અને તે આપણો પણ નથી. શરીરરૂપી બળદગાડીને ચેતન - ગતિ આપનાર બળદ એટલે કે પ્રાણમય કોશ પણ તું નથી. નોકરરૂપી વિજ્ઞાનમય કોશ પણ સ્વામીભાવ પેદા કરે છે. નોકર અને માલિક એવા ખેડૂત વચ્ચેનો પડદો એ આનંદમય કોશ છે. તું આ સમગ્રના માલિક એવો આત્મા છે.

આત્મા નામનો એક બ્રાહ્મણ પોતાના ગામથી દૂર બીજા ગામની મુસાફરી દરમિયાન એક સ્ત્રીના પ્રેમમાં પડ્યો, જેનું નામ બુદ્ધાદાસી હતું અને જાતિએ શુદ્ર હતી. સ્ત્રીએ બ્રાહ્મણ સમક્ષ લગ્નનો પ્રસ્તાવ મૂકતા તેણે કહ્યું કે હું તો બ્રાહ્મણ છું. તારી જોડે લગ્ન શી રીતે કરી શકું ? સ્ત્રીએ કહ્યું શુદ્રને લગ્ન કરવાની શાસ્ત્રમાં છૂટ છે. શાસ્ત્રપ્રમાણ મળતાં બ્રાહ્મણ લગ્ન માટે તૈયાર થયો. સ્ત્રીની માતાએ બંનેના લગ્ન કરાવી આપ્યા. થોડા દિવસ પછી પોતાના વતન પાછા ફરતાં સ્ત્રીએ કહ્યું હું આગળ નહીં આવી શકું. જો તમે મને પ્રેમ કરતાં હો તો અહીં રહો. બ્રાહ્મણે ત્યાં રહી પોતાનું મકાન બનાવ્યું. બંનેને કોઈ સંતાન ન હોવાથી દુઃખી હતાં. એક દિવસ રસ્તામાં નદી કિનારે બે બાળકો મળતાં તેઓ પ્રસન્ન થઈ તેનો ઉછેર કરવાં લાગ્યા અને પોતાનું દુઃખ ઓછું થયાનો આનંદ અનુભવ્યો. સમય જતાં ખબર પડી કે શ્વેત બાળક મનોહર અપંગ છે અને ઘઉંવણો બાળક ગૌરાંગ આંધળો છે. બંને પહેલા કરતાં ખૂબ વધારે દુઃખી થયા. અપંગ મનોહર પર આંધળો ગૌરાંગ સવાર થઈને એક દિવસ માયાપુરી નગરીમાં ભાગી ગયા. પકડીને પાછા લાવવાં છતાં બંનેએ ખૂબ ધમાલ કરવા લાગી ત્યારે મારીને તેમને ઘરની

બહાર કાઢી મૂક્યાં. બાળકો ક્યારેક જેલમાં રહે, ક્યારેક ભૂખ્યા સૂઈ રહે, ક્યારેક મારજૂડ કરતાં ઈજા પામે. બ્રાહ્મણ અને તેની પત્ની આ બધા સમાચાર જાણી વધારે દુઃખી થતાં. આત્મારામને એક સાધુએ ઉપદેશ આપ્યો કે સ્ત્રી અને બાળકો બંને તને રસ્તામાં મળ્યા અને જે વસ્તુ તારી નથી તેને મારી માનીને તું દુઃખી થયો. તું તો આત્મારામ છે. તારાં બંને પુત્રો માયાપુરીમાં વિચરે છે. સાધુના ઉપદેશથી બ્રાહ્મણને પોતાનું દિવ્ય સ્વરૂપ સમજાયું.

આત્મારામ આત્મા છે. તે બુદ્ધિરૂપ બુદ્ધાદાસીના પ્રેમમાં પડ્યો અને સ્ત્રીની માતા એવી વાસનાએ બંનેના લગ્ન કરાવી આપ્યા. આત્મા બુદ્ધિ થકી પ્રકાશનો ભાવ ધરાવતો થયો ત્યારે બે પુત્રો - મનોહર અને ગૌરાંગ પ્રાપ્ત થયાં. મનોહર - મન છે કે જે અપંગ પ્રકારના કષ્ટ ભોગવે છે.

ઉપરોક્ત દૃષ્ટાંતો પરથી ખ્યાલ આવે છે કે પ્રાણમય કોશ શું છે? પ્રાણમય કોશ હું છું તેમ કહેવું મૂર્ખતા છે. તેને તીવ્ર વૈરાગ્ય અને શ્રદ્ધા રાખીને દૂર કરવું જોઈએ. ટૂંકમાં, પ્રાણમય કોશ હું નથી અને તે મારો નથી, હું તેનો દૃષ્ટા છું અને તેનાથી અલગ એવો સચ્ચિદાનંદ, નિર્વિકાર, નિરંજન આત્મા છું.

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 5

1 સ્થૂળ શરીર અને સૂક્ષ્મ શરીર વચ્ચેનો તફાવત આપો.

સ્થૂળ શરીર	સૂક્ષ્મ શરીર

2. નીચેની ખાલી જગ્યા પૂરો.

1. પ્રાણમય કોશ એ ..... શરીરમાં આવેલ છે.
2. પ્રાણમય કોશ એ ..... કોશને પૂર્ણ કરે છે અને ..... તથા ..... કોશ દ્વારા પોતે પૂર્ણ થાય છે.
3. સૂક્ષ્મ શરીરમાં..... અને..... કોશ આવેલ છે.

### 8.5.2 મનોમય કોશ

#### 8.5.2.1 અર્થ

મન અને પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયોને મનોમય કોશ કહ્યો છે. આકૃતિ - 1 માં દર્શાવ્યા મુજબ પાંચેય કોશોમાં તે વચ્ચેનો કોશ છે. બે કોશ તેનાથી સૂક્ષ્મ છે જ્યારે બે સ્થૂળ છે. મનોમય પોતાની ઉપર બે કોશ મનોમય અને આનંદમયથી પૂર્ણ થાય છે જ્યારે પોતાની નીચેના પ્રાણમય અને અન્નમય એ બે કોશને પૂર્ણ કરે છે. આ કોશ વિજ્ઞાનમય અને આનંદમયથી પૂર્ણ થતો હોવાથી બંને કોશથી અલગ ક્યારેય રહી શકતો નથી. તે સૂક્ષ્મ શરીરમાં હોવા છતાં તેની ઉપરનાં વિજ્ઞાનમય કોશની સાંપેક્ષમાં સ્થૂળ છે. અને તેની નીચેના પ્રાણમય કોશની સાંપેક્ષમાં સૂક્ષ્મ હોવાથી સ્થૂળ પદાર્થો જેમ સૂક્ષ્મ દૃષ્ટિનો વિષય નથી પરંતુ સૂક્ષ્મ બુદ્ધિનો વિષય છે.

અનેક પ્રકારની કલ્પનાઓના હોવાપણાનું નામ સંકલ્પ છે. એક સંકલ્પ છે. (કલ્પના) માંથી બીજા સંકલ્પ (કલ્પના) માં આવવું એ વિકલ્પ છે અથવા એક કલ્પનામાંથી અનેક કલ્પનાઓમાં આવવું વિકલ્પ જેનાથી થાય છે તે મન છે. કાર્યથી કારણની જાણ થાય છે. જો તમે મનને નથી જાણતા પરંતુ જે કાર્ય કરે છે તેને જાણીને કાર્યને કરનાર મનને જાણી શકાય છે.

શ્રવણ, ત્વચા, આંખ, જીભ અને નાક આ પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે અને અનુક્રમે શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ અને ગંધ એ વિષયોને ગ્રહણ કરે છે. જ્યારે મન આ જ્ઞાનેન્દ્રિયોથી યુક્ત હોય ત્યારેજ તે વિષયોને

ગ્રહણ કરી શકે છે. આ રીતે જ્ઞાનેન્દ્રિયો અને મન મળીને જે એક ભાવ પ્રાપ્ત કરે છે તેને મનોમય કોશ કહે છે. બુદ્ધિરહિત મનોમય કોશનો વિસ્તાર સીમિત છે. તે વિજ્ઞાનમય અને આનંદમય કોશ કરતાં સૂક્ષ્મ હોવાથી તેમાં સૂક્ષ્મ કોશોની તુલનામાં ચૈતન્યનો પ્રકાશ ઓછો પડે છે. આનંદમય કોશ આનંદનો, વિજ્ઞાનમય કોશ ચિત્તનો અને મનોમય કોશ એ સત્નો આભાસ છે. મનોમય કોશ એ સત્નો આભાસ હોવાથી વિષયોને સત્યરુપે ગ્રહણ કરે છે. અને મન જડ હોવા છતાં ચૈતન્યની સત્ સત્તાથી ચૈતન્યવાન બનીને કાર્યમાં પ્રવૃત્ત બને છે. આ કારણે જ તેને અર્ધચૈતન્ય પણ કહે છે. એક મકાનમાં એકની અંદર બીજો એ રીતે ત્રણ ઓરડાઓ બનેલ છે. પ્રથમ ઓરડામાં જે પ્રકાશ પડે છે તે જ બીજા ઓરડામાં પડે છે અને પછી તે જ ત્રીજા ઓરડામાં જાય છે. ત્રણે ઓરડામાં પ્રકાશના પ્રમાણમાં અંતર છે પરંતુ બે ઓરડાઓમાંથી આવતો હોવાથી દૂરીને લીધે તે વિકાસ પામેલ છે. અસત્ પદાર્થોને સત્ માનવા એ મનનો વિકાર છે.

મન જ અવિદ્યા છે. અજ્ઞાન દ્વારા સંસારરૂપી બંધનમાં નાખનાર અને જ્ઞાન દ્વારા તેમાંથી છોડાવનાર મન જ છે. મનનો નાશ જ બધા પ્રપંચનો નાશ છે. મનની વૃદ્ધિ પામે છે. મન પોતાની શક્તિથી સ્વપ્નમાં કશું જ ન હોવા છતાં સમગ્ર વિશ્વ ઉત્પન્ન કરે છે તે જ રીતે જાગ્રત અવસ્થામાં જગત ઉત્પન્ન કરનાર મન જ છે. આનાથી જ બધા પ્રકારના પ્રપંચનો વિકાસ થાય છે. જો મનથી જગતની ઉત્પત્તિ ન થતી હોત તો સુષુપ્ત અવસ્થામાં પણ જગત રહેવું જોઈએ. સુષુપ્તિમાં જગત નથી કારણ કે મન તે સમયે દબાઈ જાય છે. જેમ માયાવીની સૃષ્ટિ માયાવીની સાથે જ હોય છે તેમ મનરૂપી માયાની સૃષ્ટિ પણ મનની સાથે જ રહે છે. આ દ્વારા એ સિદ્ધ થાય છે કે મન જ જગતરૂપ દેખાય છે. સંસારનું જે કંઈ દૃશ્ય છે તે તમામ મનનું કલ્પેલ છે. જેમ વાદળને ખેંચી લાવવા અને દૂર લઈ જવા એ વાયુનું કાર્ય છે તેમ જ સંસાર તરફ લઈ જઈ બંધનમાં લાવવું અને આત્મા તરફ લઈ જઈ મુક્ત કરવું એ બંને કાર્ય પણ મનમાં જ છે. જેમ પશુને દોરડાંથી બાંધીને અનેક કાર્ય કરાવી શકાય છે તેમ મનુષ્યને શારીરિક વિષયોમાં બાંધીને મન તેને અનેક યોનિયોમાં ભટકાવે છે. જ્યારે વિષયોથી વૈરાગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે ત્યારે મન જ તેને બંધનમાંથી મુક્ત રજો અને તમો ગુણથી મુક્ત શુદ્ધ હોય છે ત્યારે મોક્ષનું કારણ બને છે. આત્મા પર મનના પ્રભાવની પ્રબળતા દર્શાવતું આ દૃષ્ટાંત રસપ્રદ રીતે મન અને આત્માના સંબંધોના રૂપકો સ્પષ્ટ કરે છે.

આત્મારામ નામનો એક શાહુકાર તમામ પ્રકારની સમૃદ્ધિ ધરાવતો હતો. એક વખત તે અનેક પ્રકારના આશ્ચર્યજનક પદાર્થો મળે એવા મેળામાં ગયો. વિશ્વની તમામ વસ્તુઓ એ મેળામાં મળતી હતી. આત્મારામને કોઈ પદાર્થ પ્રત્યે અનુરાગ ન થયો. એક માણસ પિટારી લઈને બેઠો હતો. શાહુકારે પૂછ્યું આ પિટારીમાં શું છે ? શું વેચવા બેઠો છે ? મેલા કપડાં પહેરેલ એ મનુષ્યે કહ્યું ‘શેઠજી, આ પિટારીમાં એક ભૂત છે, હું તેને વેચવા માંગુ છું ?’ શાહુકારે કહ્યું ‘તે ક્યા કામમાં આવે છે ?’ વેચવાવાળાએ કહ્યું તે ખૂબ જ કામની વસ્તુ છે, તેની જોડે દિવસ રાત કામ લઈ શકાય છે અને તે ક્યારેય થાકતો નથી. કોઈપણ ભારે કામ કે જેને કેટલાંય બળવાન મનુષ્ય ભેગા મળીને ન કરી શકે તેવું કાર્ય તે એકલો જ ઝડપથી કરી દે છે. તે ક્યારેય બેસી રહેતો નથી.’ શાહુકારે કહ્યું વસ્તુ તો સારી છે પરંતુ તેનામાં કોઈ દોષ પણ હશેને ? વેપારીએ કહ્યું ‘એક જ દોષ છે તેનામાં. જ્યારે તેને કામ કરવા ન મળે ત્યારે તે તેના માલિકને જ ખાઈ જાય છે. જેનું કાર્ય ક્યારેય અટકતું ન હોય તેનાં માટે ખૂબ કામની વસ્તુ છે.’ આત્મારામે વિચાર્યું કે મારે ત્યાં ખૂબ મોટા પ્રમાણમાં વેપાર થતો હોવાથી કામ તો ક્યારેય ખૂટવાનું જ નથી એટલે આ વસ્તુમાં રહેલ દોષની ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. શાહુકારે પૂછ્યું કેટલા રૂપિયા છે આ વસ્તુનાં ? વેપારીએ કહ્યું એક લાખ રૂપિયા શાહુકારે તે ચૂકવતાં વેપારીએ પિટારીમાંથી ભૂત કાઢીને આપી દીધું. ભૂત શાહુકારની સમક્ષ ઉભો રહીને બોલ્યું કે ‘કામ બતાવ, નહીં તો હું તને ખાઈ જાઉં છું.’ શાહુકારે કહ્યું મને ઘરે પહોંચ્યાડી દે ભૂતે તેને ખભે બેસાડી ક્ષણભરમાં ઘરે પહોંચ્યાડી દીધો અને ફરી સામે ઊભો રહીને બોલ્યું ‘કામ બતાવ, નહીં તો હું તને ખાઈ જાઉં છું. શાહુકારે અનેક પ્રકારની રસોઈ, મકાન, બગીચો, કૂવો ખોદવો વગેરે જેવા કાર્યો કે જેને કરતાં વર્ષો લાગી જાય તે ભૂતને બતાવ્યા પરંતુ ભૂત થોડી વારમાં જ તેને પૂર્ણ કરીને નવું કામ માંગતો. શાહુકારનું ચિંતાને લીધે ખાવાપીવાનું છૂટી ગયું અને શરીર અડધું થઈ ગયું. શાહુકારે વિચાર કર્યો કે આ કેવી મુસીબતમાંથી છૂટવા પ્રાર્થના કરી. એક સાધુ ઘરે આવતાં

શાહુકારે તેમનો આદર સત્કાર કરી ભોજન કરાવ્યું. સાધુએ તેની દુર્બળતા અને ચિંતાનું કારણ પૂછતાં આપવીતી જણાવી અને કોઈ ઉપાય સૂચવવા પ્રાર્થના કરી. સાધુએ કહ્યું આટલું બધું કાર્ય કરનાર ભૂતને છોડી દેવું યોગ્ય નથી અને ગભરાવવાની પણ જરૂર નથી. તું એક થાંભલો જમીનમાં ખોસીને તેની પર ચઢ ઉતર કરવાનું કામ તેને સોંપી દે જ્યારે તારે બીજું કામ હોય ત્યારે તે કામ કરાવીને પુનઃ તેને ચઢ ઉતર કરવાનું કામ સોંપી દેવું. આ રીતે આત્મારામ શાહુકારને ભૂતથી છૂટકારો મળ્યો.

આત્મારામ એ આત્મા છે. મેળો એ સંસાર છે કે જ્યાં મનરૂપ ભૂત પણ છે. ભૂતને વેચનાર વેપારી એ કામ છે. આત્મા કામ કરાવવાં માટે ભૂતને ખરીદે છે, મન મહાબળવાન હોવાથી સૂચવેલ કામ ક્ષણમાં જ કરી દે છે. જ્યારે કામ ન હોય ત્યારે તે આત્માને ખાઈ જાય છે, આસક્તિરૂપ ખરાબ સંકલ્પ કરે છે અને આત્માને અધોગતિ પ્રાપ્ત થાય છે. થાંભલો ખોસેલ છે તે મેરૂદંડ છે જેમાં સાત ચક્ર છે જેની પર ચઢ ઉતર કરવાથી અનર્થોથી બચી જાય છે. મનની પ્રવૃત્તિ જ્ઞાનેન્દ્રિયયુક્ત હોય છે. યોગશાસ્ત્રમાં દર્શાવેલ પ્રત્યાહાર મનોમય કોશમાં હોય છે, ધારણા વિજ્ઞાનમય કોશમાં હોય છે જ્યારે સમાધિ આનંદમય કોશથી પર હોય છે.

### 8.5.2.2 આત્મા અને મનોમય કોશનો સંબંધ

સંત અને મનુષ્ય વચ્ચેનો સંવાદ હવે આત્મા અને મનોમય કોશના પારસ્પરિક સંબંધોને સ્પષ્ટ કરે છે. આત્મા નિત્ય, અવિકારી, અક્રિય, અવ્યક્ત, અવિનાશી, વ્યાપક, મુક્તસ્વરૂપ, અદ્વૈત, દષ્ટા અને સુખ સ્વરૂપ છે. મન હંમેશા સમભાવમાં નથી રહેતું. જ્ઞાનથી તેનો નાશ થાય છે તેથી તે નિત્ય નથી. કામ, ક્રોધ જેવી વૃત્તિઓયુક્ત હોવાથી તે નિયમરહિત સ્વભાવ ધરાવે છે એટલે કે તે વિકારી છે. મન ક્રિયા કરે છે અને કરાવે પણ છે તેથી તે અક્રિય નથી; પ્રાણીઓમાં પૃથક ભાવથી રહેનાર હોવાથી વ્યક્ત છે. વિષયોમાં ભટકીને એક ભાવમાંથી બીજા ભાવમાં રૂપાંતર પામ્યા કરતાં મનનો સમૂળ નાશ જ્ઞાનથી થતો હોવાથી અવિનાશી નથી. શરીર સિવાય અન્ય ક્યાંય રહેતો ન હોવાથી વ્યાપક નથી. બંધન અને મોક્ષનો હેતુ હોવાથી મુક્ત નથી. અજ્ઞાનનું કાર્ય હોવાથી જ્ઞાનસ્વરૂપ નથી. પ્રાણીઓમાં ભિન્ન ભિન્ન અને દ્વૈતરુપે રહેવાથી અદ્વૈત નથી. માયામાં હોવાથી સુખરૂપ નથી. એટલે કે તે અનિત્ય, વિકારી, ક્રિયા કરનાર, વ્યક્ત, જન્મનાર, વિનાશી, બંધિત, અજ્ઞાનરૂપ, દ્વૈત, દશ્ય અને દુઃખરૂપ છે. આત્મા અને તેનું એકપણ લક્ષણ મળતું ન હોવાથી તેને તું આત્મા માનીશ નહીં કારણ કે આત્મા તેનાથી અવિશેષ છે.

મનુષ્ય: મનને આત્મા ન માનું તો, કોને આત્મા માનું? મન સિવાય અન્ય કોઈ આત્મા જોવા સમજવામાં આવતો નથી. જે મનનાં લક્ષણોને આત્માથી વિરુદ્ધ દર્શાવવામાં આવ્યા છે તેથી અશુદ્ધ મનને હું આત્મા ન માનું પરંતુ શુદ્ધ મન તો આત્મા જ છે ને?

સંત : જ્યારે તું મનને શુદ્ધ અને અશુદ્ધ બતાવે છે ત્યારે તે વિકારી જ થયોને આત્માથી વિરુદ્ધ જે મનનાં લક્ષણો બતાવેલ છે તે માત્ર અશુદ્ધ મનનાં નથી પરંતુ શુદ્ધાશુદ્ધ બંને પ્રકારના મનનાં છે. શુદ્ધ મન પણ માયાના ગુણોથી રહિત નથી તેથી જ્યાં માયાની ગંધ પણ નથી તેવો આત્મા મન કઈ રીતે હોઈ શકે?

મનુષ્ય: મહારાજ, હું સમજી ગયો કે હું આત્મારૂપ છું અને મન આત્મા નથી. પરંતુ મન મારું છે તેમ હું કહી શકું છું કારણ કે મન પર મારું સ્વામિત્વ છે.

સંત : જેમ તું મન નથી તેમ મન તારું પણ નથી. મન માયાના ગુણોથી બનેલ હોવાથી મન માયાનું મન ચૈતન્યનું પણ નથી કારણ કે તે ચૈતન્ય આત્મામાંથી આવેલ નથી. જે જેમાંથી ઉત્પન્ન થયેલ હોય તે તેનું હોય છે. આત્મા કોઈને ઉત્પન્ન નથી કરતો એટલે મન તેનું નથી. મનના ભાવથી આત્માનું ભાન થતું નથી કારણ કે બંને વિરુદ્ધ સ્વભાવ ધરાવે છે. પ્રકાશનું અંધારું ન હોઈ શકે તેમ આત્માનું મન ન હોઈ શકે. એટલે કે તું મન નથી અને મન તારું પણ નથી તેવો તું નિશ્ચય કર.

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 5

1. મનોમય કોશ એ આત્માના ક્યા લક્ષણો ધરાવતો નથી? યાદી આપો.

.....  
.....  
.....

2. મનોમય કોશ એટલે શું?

.....  
.....  
.....

### 8.5.3 વિજ્ઞાનમય કોશ

#### 8.5.3.1 અર્થ

વિજ્ઞાનમય કોશ સૂક્ષ્મ શરીરનો કોશ છે. તે કોશ વિશેષ જ્ઞાન હેતુ હોવાથી તેનું નામ વિજ્ઞાનમય કોશ છે. વિશેષ જ્ઞાન બુદ્ધિથી થાય છે એટલે વિજ્ઞાનમય કોશ બુદ્ધિનો છે. મન અને બુદ્ધિ એ બંનેના કોશ સૂક્ષ્મ છે. જ્ઞાનેન્દ્રિયનો સંબંધ બંનેમાં છે. પરંતુ વૃત્તિઓમાં અંતર છે. જેમ મનોમય કોશ એ મન જ્ઞાનેન્દ્રિય છે તેમ વિજ્ઞાનમય કોશ એ બુદ્ધિ અને જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે. જ્યારે જ્ઞાનેન્દ્રિયો મન સાથે જોડાયેલ હોય ત્યારે મનોમય કોશ અને બુદ્ધિ સાથે જોડાયેલ હોય ત્યારે વિજ્ઞાનમય કોશ કહેવાય છે.

જ્ઞાનેન્દ્રિયો + મન = મનોમય કોશ

જ્ઞાનેન્દ્રિયો + બુદ્ધિ = વિજ્ઞાનમય કોશ

જે ઈન્દ્રિયો મનોમન કોશમાં છે તે જ વિજ્ઞાનમય કોશમાં પણ છે તેથી મનોમય કોશ જ સૂક્ષ્મ બુદ્ધિવૃત્તિવાળો હોવાથી વિજ્ઞાનમય કોશ છે. મનોમય કરતાં વિજ્ઞાનમય કોશ સૂક્ષ્મ છે. સંસારની બધી રચનાઓ વિજ્ઞાનમય કોશમાં પ્રારંભ અને સંબંધવાળી બનીને ક્રમશઃ સ્થૂળ બનીને મનોમય, પ્રાણમય અને અન્નમય કોશમાં આવે છે. જેમ મનોમય કોશમાં આત્માનો સત આત્માસ દર્શાવેલ છે. તેમ વિજ્ઞાનમયકોશમાં આત્માનો ચિત્ત આત્માસ છે. સામાન્ય રીતે જીવ પણ તેને જ કહે છે. જીવના અલગપણાની શરૂઆત વિજ્ઞાનમય કોશથી જ થાય છે. માયા કારણ અને કાર્યરૂપ એમ બે પ્રકારે હોય છે. આનંદમય કોશની માયા કારણરૂપ હોય છે. જ્યારે વિજ્ઞાનમય કોશથી લઈને તમામ કોશની માયા કાર્યરૂપ છે. ક્યારેક કારણ માયાને અજ્ઞાન અને કાર્ય માયાને અવિદ્યા કહેવામાં આવે છે. આ અજ્ઞાનનો પ્રારંભ વિજ્ઞાનમય કોશથી થાય છે. તે 'હું કર્તા છું' એવો ભાવ ધારણ કરે છે અને કર્મોનું ફળ ભોગવનાર પણ આ જ કોશ છે. તે જાગ્રત અને સ્વપ્નાવસ્થા છે અને સુષ્પ દુઃખ પણ આ જ કોશમાં હોય છે.

આત્માની નજીક હોવાથી વિજ્ઞાનમય કોશ પ્રકાશવાળો છે. વિજ્ઞાનમય કોશ જડ હોવા છતાં આત્માના મિલનથી ચૈતન્ય સમાન હોય છે. જેટલા શાસ્ત્રો છે તે તમામની દૃષ્ટિ વિજ્ઞાનમય કોશની આગળ ગઈ નથી. જગતનાં ઊંચામાં ઊંચા તત્ત્વજ્ઞાનની સમાપ્તિ તેમાં થઈ જાય છે. એક આત્મ તત્ત્વ જ્ઞાન જ માત્ર એવું છે કે જેનો આરંભ વિજ્ઞાનમય કોશથી થાય છે અને પરબ્રહ્મ સુધી જાય છે. વિજ્ઞાનને સમજતાં સમજતાં વિજ્ઞાનને છોડીને સ્વને જાણવું એ શાસ્ત્રની એક મહાન યુક્તિ છે.

વિજ્ઞાનમય કોશથી બંધન અને સંસાર હોવાથી આ કોશમાંથી નિવૃત્ત થવું એટલે જ મોક્ષ. આનંદમય કોશની અલગ સત્તા નથી પરંતુ વિજ્ઞાનમય કોશ દ્વારા તેની સિદ્ધિ થાય છે અને જ્યારે વિજ્ઞાનમય કોશનો સમૂળ નાશ થાય છે ત્યારે તેનો પણ નાશ થવાથી આત્માની પ્રાપ્તિ થાય છે.

### 8.5.2.2 આત્મા અને મનોમય કોશનો સંબંધ

આત્મા વિજ્ઞાનમય કોશથી ભિન્ન છે. આત્માના લક્ષણો આગળ દર્શાવેલ છે. તેના સંદર્ભમાં બુદ્ધિ ચૈતન્યની સત્તાથી ભિન્ન કાર્ય કરતી હોવાથી તે અક્રિય નથી. અનેક ભાવયુક્ત હોવાથી વિકારી છે. મર્યાદામાં હોવાથી વ્યક્ત છે. અનાદિ અવિદ્યાની ઉત્પત્તિથી જન્મ લેનાર હોવાથી અવિનાશી નથી. નાશવંત હોવાથી અવિનાશી નથી. અન્યના પ્રકાશથી પ્રકાશિત થનાર હોવાથી ચિત્ત નથી પરંતુ માયાની હોવાથી જડ છે. તે સત્ગુણમાં જ્ઞાન, રજોગુણમાં ક્રિયા અને તમોગુણમાં જડતા સાથે જોડાયેલ હોવાથી વિકારી છે. તે મન, શરીર, પ્રાણ વગેરેનું કારણ હોવાથી કાર્યકારણથી પર નથી. તે જાણી શકાય તેમ હોવાથી દષ્ટા નથી. આમ આત્માનું એકપણ લક્ષણ ન હોવાથી બુદ્ધિ સ્વરૂપ વિજ્ઞાનમય કોશ એ આત્મા નથી.

**મનુષ્ય :** બુદ્ધિ જાણી શકાય છે. આત્માને જાણી શકાતો નથી. જો આપના ઉપદેશ અનુસાર બુદ્ધિને આત્મા ન સમજી અને તેને છોડી દઉં તો હું રહેતો નથી. આ તો એવું થયું કે કોઈ રોગી વૈદ્ય પાસે રોગ દૂર કરવા ગયો. રોગી રોગથી મુક્ત થવા ઈચ્છતો હતો અને વૈદ્ય કહે કે શરીરથી મુક્ત થવાથી રોગથી મુક્ત થઈ જવાશે. આ રીતે બુદ્ધિશાળી મનુષ્ય દવા ન કરાવે. હું બુદ્ધિ જ છું કારણ કે તે સિવાય મને કશું દેખાતું જ નથી. જ્યારે હું બુદ્ધિને જ છોડી દઉં ત્યારે હું જ ન રહેતો હોવાથી બુદ્ધિનું ફળ કોને મળશે ?

**સંત :** હું સમજ્યા વગર જ પોતાના ભાવ ઉત્પન્ન કરે છે. હું પૂછું તેનો ઉત્તર આપ. રોગ ક્યાં હતો ?

**મનુષ્ય :** રોગ પેટમાં હતો અને મનુષ્ય જ રોગી થયો.

**સંત :** એનો અર્થ એવો થયો કે તારો ઘોડો બિમાર પડે તો તું પોતાને બિમાર માનીશ.

**મનુષ્ય :** ના મહારાજ.

**સંત :** કેમ ?

**મનુષ્ય :** ઘોડો ભિન્ન છે. હું ભિન્ન છું. ઘોડો જ બિમાર કહેવાશે. હું નહીં કહેવાઉં. હું અને મારું પેટ એક જ છીએ એટલે પેટ એક જ છે એટલે પેટમાં બિમારી થવાથી હું જ બિમાર કહેવાઈશ.

**સંત :** જ્યારે તું અને પેટ એક છો ત્યારે પેટમાં બિમારી છે તેમ કેમ કહે છે ?

**મનુષ્ય :** એવું બોલવાની ટેવ પડી ગઈ છે.

**સંત :** તો તું 'હું પેટ' છું. એમ બે ચાર વખત બોલી બતાવ.

**મનુષ્ય :** એવું બોલવાથી લોકો મને પાગલ કહેશે.

**સંત :** સાચું છે. પાગલ જ આ પ્રકારે બોલે છે. એ કહે છે ને તું માને તો શું પાગલ ન થયો ?

**મનુષ્ય :** તો શું હું પેટ નથી ?

**સંત :** ના. તું પેટ નથી. તું પેટ અને તારી વચ્ચે ઐક્ય સાધીને આમ કહે છે જે તારી અજ્ઞાનતા છે. જેમ અજ્ઞાનની અવસ્થામાં તું તારી જાતને પેટથી અલગ નથી માનતો તે જ રીતે બુદ્ધિને પણ તારાથી અલગ નથી માનતો. પેટના અસાધ્ય રોગથી મુક્તિ પેટના ન રહેવાથી થશે તેમાં વૈદ્યે ખોટું શું કહ્યું. આત્મા ભિન્ન છે. દર્દયુક્ત પેટ ભિન્ન છે. તેથી પેટના ન રહેવાથી આત્મા નહીં રહે તેમ ન સમજવું જોઈએ.

જેમ તું બુદ્ધિ નથી તેમ બુદ્ધિ તારી પણ નથી. આભાસરૂપ આત્માનું પ્રતિબિંબ બુદ્ધિમાં દેખાય છે અને તેને પોતાની માને છે. શુદ્ધાત્મામાં મારું તારું ન હોય તો બુદ્ધિ કેવી રીતે તારી

હોઈ શકે ? સંસારી બુદ્ધિ દ્વારા આત્માને ભિન્ન ન જાણી શકાય કારણ કે સંસાર જ બુદ્ધિનો વ્યાપાર છે. સંસારમાં ટકીને આત્માને બુદ્ધિથી ભિન્ન જાણી શકાય નહીં. સંસારી ભાવ ધરાવતી બુદ્ધિને દૂર કરી આત્મભાવ ધરાવતી બુદ્ધિ બનાવવાથી આત્માને બુદ્ધિથી અલગ જોઈ શકાશે. એક વાટકીમાં પાણી ભરેલ છે. પાણી ઢોળી દેવાથી શું રહ્યું ? તું કહીશ કે કંઈ પણ ન રહ્યું કારણ કે પાણીને જ તું સર્વસ્વ સમજી રહ્યો હતો. પાણી ન રહ્યું પરંતુ પાણી જે કટોરામાં હતું તે તો ક્યાંય ન ગયું. આથી તે જે કહ્યું કે બુદ્ધિનો નાશ થવાથી તું નહીં રહે તે સાચું છે. તું જે બુદ્ધિવાળો હતો તે બુદ્ધિવાળો તું નહીં રહે. જ્યાં સુધી પાણીનો ભાવ નહીં હટાવે ત્યાં સુધી કટોરોનું ભાન થતું નથી તેમ બુદ્ધિનો ભાવ હટાવવામાં આવે ત્યાં સુધી આત્માનું ભાન થતું નથી.

બુદ્ધિ પ્રગટ થવાથી પ્રપંચ પ્રગટ થાય છે અને પ્રપંચનો લય થવાથી બુદ્ધિનો લય થાય છે. તેથી જ જગતને બુદ્ધિમય કહેવામાં આવે છે. આથી તું વિજ્ઞાનમય કોશ નથી અને તે તારો - આત્માનો પણ નથી.

### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 7

1. વિજ્ઞાનમય અને મનોમય કોશ વચ્ચેનો મુખ્ય તફાવત જણાવો

-----  
 -----  
 -----

2. વિજ્ઞાનમય કોશ એટલે શું ?

-----  
 -----  
 -----

### 8.6 કારણ શરીર

સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ શરીરની પાછળ સૌથી છેલ્લું કારણ શરીર છે. તે અવ્યક્ત ભાવયુક્ત માયાનું છે. સ્થૂળ શરીર દરેકનું અલગ અલગ છે. સૂક્ષ્મ શરીર પણ વાસનાનું હોવાથી અલગ અલગ દેખાય છે. પરંતુ, કારણ શરીર અતિસૂક્ષ્મ હોવાથી અલગ દેખાતું નથી. સ્થૂળ શરીર જગતનું છે. સૂક્ષ્મ શરીર સંસ્કાર - વાસના સ્વરૂપ છે. જ્યારે કારણ શરીર અતિ સૂક્ષ્મ કારણ માયાનું છે. કારણ શરીરના લીધે જે માયા ત્રણે ગુણોની સામ્યાવસ્થા ધરાવે છે તેના ગુણો વચ્ચે ભેદ ખબર નથી પડતો કારણ શરીર એ માયાનું સ્વરૂપ જ હોવાથી તેમાં દરેકને સમાન અનુભવ થાય છે. એક અવ્યક્ત માયા તમામનું કારણ હોવાથી જ્યારે શરીરધારી માયાના કારણભાવમાં જાય છે ત્યારે એક થઈ જાય છે.

કારણ શરીર તમોગુણની વિશેષતાવાળું કહેવાય છે. તમોગુણ અંધકારમય હોવાથી તેમાં અંધકારનું પ્રભુત્વ રહે છે જેથી તેમાં અલગતાનો ભાવ હોવા છતાં અંધારું જ દેખાય છે. વિશેષ અંધારું હોવાથી રજોગુણની ક્રિયા અને સતોગુણનો પ્રકાશ બંને એટલા દબાઈ જાય છે કે તે અનુભવી શકાતા નથી. જેમાં ત્રણે ગુણોની ભિન્નતા ખબર ન પડે તેને સામ્યાવસ્થા કહે છે. જેમ અજવાળામાંથી અચાનક અંધારામાં જતા મનુષ્યને કશું જ દેખાતું નથી પરંતુ તે માટીમાં મળે અને વરસાદ પડે ત્યારે તેમા રહેલ ભિન્નતા દેખાય છે તે જ રીતે કારણ શરીરમાં રહેલ ભિન્નતા દબાયેલ રહે છે. આથી જ

કારણ શરીર પણ વાસનાના બીજથી રહિત હોતું નથી.

જેમ ખૂબ જ નાના વટવૃક્ષના બીજમાં વટવૃક્ષ સમાયેલ હોવા છતાં દેખાતું નથી તેમ જ કારણ શરીરમાં રહેલ સૂક્ષ્મ અને સ્થૂળ શરીર દેખાતું નથી. સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ શરીરનું કારણ એ કારણ શરીર છે. જેમ દરેક કાર્ય એ કારણમાંથી ઉદ્ભવે છે અને તે કારણથી ભિન્ન નથી હોતું તેમ સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ શરીર એ કારણ શરીરમાંથી ઉદ્ભવે અને તે કારણ શરીરમાંથી ભિન્ન નથી હોતું કારણ શરીર એ સૂક્ષ્મ શરીરનો જ સૂક્ષ્મ અંશ હોવાથી સમૂળ નાશ કરવાથી કારણ શરીરનો નાશ કરવાનું બાકી રહેતું નથી.

સુખ - દુઃખ, લાભ-નુકસાન, હું-તું, હર્ષ-શોક વગેરે જેટલાં દ્વંદ્વ છે તે બધા જ દ્વૈતમાં જ રહે છે. જ્યાં દ્વૈત નથી ત્યાં સુખ-દુઃખ વગેરે પણ નથી હોતા. કારણ શરીરમાં દ્વૈતની પ્રતીતિ થતી ન હોવાથી સુખ-દુઃખનો અનુભવ નથી થતો. સૂક્ષ્મ અને સ્થૂળ શરીરમાં હું-તું વગેરેનો ભેદ હોવાથી ત્યાં દુઃખ થાય છે. જ્યારે કારણ શરીરમાં હું-તું નો ભેદ ન હોવાથી તે દુઃખરહિત છે. દુઃખરહિત હોવા છતાં તે આત્મા કે મોક્ષનું કારણ નથી કેમ કે દુઃખની અત્યંત નિવૃત્તિ અને પરમાનંદની પ્રાપ્તિ આ બે લક્ષણ મોક્ષના છે. કારણ શરીરમાં દુઃખની નિવૃત્તિ અવશ્ય હોય છે. પરંતુ તે ક્ષણિક હોય છે. અજ્ઞાનના ઊંડાણમાં દુઃખની ખબર પડતી નથી. માટે દુઃખ નથી તેમ ન કહી શકીએ. કારણ શરીરમાં દુઃખ બીજરૂપ હોવાથી જાગ્રત અવસ્થામાં તેનો અનુભવ થાય છે તેથી દુઃખની અત્યંત નિવૃત્તિ ન થઈ.

દ્વૈતના અભાવમાં કારણ શરીરમાં આનંદનો અનુભવ થાય છે. પરંતુ તે આનંદ વિષયોના અભાવરૂપ છે અને માયામાં છે તેથી તે આત્માનો પરમાનંદ નથી. પરમાનંદ તો અજ્ઞાનની નિવૃત્તિ અને આત્મબોધથી થાય છે, જે કારણ શરીરમાં નથી. કારણ શરીર અને આત્મામાં સૂક્ષ્મ અંતર છે. સુષુપ્તિ અને સમાધિ અવસ્થા બંને સમાન હોવા છતાં ભિન્ન છે. સુષુપ્તિ અજ્ઞાન સ્વરૂપ છે. જ્યારે સમાધિ જ્ઞાન- આત્મ સ્વરૂપ છે. એક વિદ્વાન વિદ્યાને કારણે સ્થિર બુદ્ધિવાળો દેખાય છે, જ્યારે બીજો મૂઢતાને કારણે સ્થિર દેખાય છે. જેમ મૂઢમાં દેખાતી સ્થિરતાનું કારણ મૂઢતા હોવાથી તે વાસ્તવિક સ્થિરતા નથી તેમ જ કારણ શરીરમાં અજ્ઞાનના ધન ભાવથી દેખાતી અદ્વૈતતા વાસ્તવિક નથી. શુભ ગુણો અને લોભ જેવા અશુભ ગુણો થકી સહનશીલતા પ્રાપ્ત થાય છે, જે પૈકી શુભગુણો થકી પ્રાપ્ત થયેલ સહનશીલતા જ યથાર્થ છે. આવો જ ભેદ આત્મા અને કારણ શરીરનો છે.

ત્રણેય શરીરનો ભેદ સમજવા એક ઉદાહરણ જોઈએ. વેપારી પ્રાતઃકાળે પોતાની દુકાન ખોલીને માલસામાન રાખીને બેસે છે તે જીવરૂપ વેપારીની સ્થૂળ શરીરરૂપી જાગ્રત અવસ્થા છે. વેપારી જે માલની ખરીદ વેચ કરે છે તેને પોતાની ખાતાવહીમાં નોંધે છે તે જીવરૂપ વેપારીનું સૂક્ષ્મ શરીર છે કેમ કે તેમાં વસ્તુ ન હોવા છતાં વસ્તુઓ અને તેનો ભાવ હોય છે. રાત પડતા તે તમામ વસ્તુઓને આટોપી લઈ અંદર મૂકી દે છે અને દુકાનને તાળું મારી દે છે ત્યારે વસ્તુઓ હોવા છતાં અલગ ભાવથી દેખાતી નથી. માત્ર એક દુકાન સ્વરૂપે જ રહી જાય છે. આ જીવનું કારણ શરીર છે. ફરી સવાર પડતાં દુકાન ખોલવામાં આવે છે અને આ જ રીતે ત્રણ શરીર અને તેમની અવસ્થાઓમાં પરિવર્તન આવ્યા કરે છે કારણ શરીર અવિભક્ત હોવા છતાં વિભક્તપણાથી રહિત નથી.

જ્યાં જાગ્રત અને સ્વપ્ન શરીરની જેમ જ કારણ શરીર એ આત્મા નથી કારણ કે અગાઉ જણાવેલ આત્માના અંદર બહારનો ભાવ છોડીને હૃદયમાં ટકે છે તેથી જ કારણ શરીરનું સ્થાન હૃદય છે.

સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ શરીરની જેમ જ કારણ શરીર એ આત્મા નથી કારણ કે અગાઉ જણાવેલ



આત્માના લક્ષણો તેને નથી મળતા. કારણ શરીર દેખાતું અને સમજાતું હોવાથી તે દૃશ્ય છે. સ્થૂળમાં ક્રિયા કરનાર અને સૂક્ષ્મમાં વાસનામય હોવાથી તે વિકારી છે. તે પોતાને અને અન્યને ન જાણતું હોવાથી જડ અબોધરૂપ છે. સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મમાં પરિવર્તન થતું હોવાથી અપરિવર્તનશીલ નથી. સદા એક સ્થિતિમાં ન રહેતું હોવાથી નિત્ય નથી. પોતાના કાર્યના સૂક્ષ્મ સંસ્કારોથી યુક્ત હોવાથી નિર્મલ નથી. તમોગુણવાળુ હોવાથી અંધકારમય છે તેથી પ્રકાશ સ્વરૂપ નથી. અચેતન હોવાથી ચિત્ત સ્વરૂપ નથી. માયાની એકતામાં અને આવરણ સહિત હોવાથી આનંદ સ્વરૂપ નથી. અદ્વૈત સમાન દેખાતું હોવા છતાં બીજરૂપ સંસ્કાર હોવાથી દ્વૈત છે. આવા વિરુદ્ધ લક્ષણો ધરાવતું હોવાથી કારણ શરીર એ આત્મા નથી.

જેમ કારણ શરીર આત્મા નથી તેમ આત્મા પણ કારણ શરીર નથી. બંનેના દેશ ભિન્ન છે. આત્માનો દેશ પરમ તત્ત્વ છે. જ્યારે કારણ શરીરનો દેશ માયાની ભ્રાંતિ છે. એક દેશમાં હોવા વગર સંબંધ કયારેય હોઈ શકે નહીં. ચૈતન્યમાં માયા ન દેખાય અને માયામાં ચૈતન્ય ન દેખાય તો બંને શી રીતે હોઈ શકે ? બંનેનો કાળ પણ અલગ છે. એક કાળમાં બંને ન હોઈ શકે.

ટૂંકમાં, કારણ શરીર જ અજ્ઞાનની જડ છે. અજ્ઞાનની નિવૃત્તિથી તેની નિવૃત્તિ થાય છે. અજ્ઞાનને ભૂલ કહે છે. ભૂલનું દૂર થવું એ જ અજ્ઞાનનું દૂર થવું છે.

### 8.6.1 આનંદમય કોશ

#### 8.6.1.1 અર્થ

જ્યારે મનુષ્ય સૂઈ જાય છે અને ગાઢ નિદ્રામાં જાય છે ત્યારે તે સુષુપ્તિ અવસ્થા કહેવાય છે. અને જે શરીર (ત્રણ શરીર પૈકી) માં તે હોય છે તેને કારણ શરીર કહે છે. તેમાં જ આનંદમય કોશ હોય છે. જ્યાં કોઈ પદાર્થ નથી હોતો, જ્યાં કોઈ પદાર્થની કામના નથી હોતી, જ્યાં કોઈ પ્રકારનું સ્વપ્ન નથી દેખાતું, જ્યાં કોઈ પ્રકારનો વિચાર નથી હોતો, જ્યાં વિષય અને વિષયી નથી હોતા અને જ્યાં દ્વૈતની પ્રતીતિ નથી થતી તેને આનંદમય કોશ. કારણ શરીર અથવા સુષુપ્તિ અવસ્થા કહે છે. કારણ શરીરનો આનંદમય કોશ એ પાંચેય કોશમાં સૂક્ષ્મથી પ્રથમ અને સ્થૂળ તરફથી છેલ્લો છે. જેમ સ્થૂળ શરીરમાં એકમાત્ર અન્નમય કોશ છે. તેમ કારણ શરીરમાં એક માત્ર આનંદમય કોશ છે. ચારેય કોશોની સાપેક્ષમાં તેમાં વિશેષ આનંદ હોવાથી તેને આનંદમય કોશ કહે છે.

ત્રણેય શરીરમાં જે આનંદ થાય છે તે આનંદ આત્માનો છે પરંતુ તે આનંદનું ભાન પદાર્થ અથવા વસ્તુ અથવા વિષયના કારણે થતું હોવાથી થઈ રહેલ આત્માનો આનંદ વિષયોના આવરણસહિત છે. સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ શરીરમાં પદાર્થના સહારે આનંદનું ભાન થાય છે. જ્યારે આનંદમય કોશમાં કોઈ પદાર્થ ન હોય તો પણ પદાર્થના અભાવના કારણે આનંદ થાય છે. એટલે કે, પદાર્થના અભાવનું અવલંબન જરૂરી છે. માટે પદાર્થના અભાવમાં એકાગ્રતા હોવાથી થતો આનંદ પણ માયાવી છે. તે આનંદ સ્વરૂપ આત્મા નતીય તે આનંદ અવિદ્યાના આધારે છે. કારણ શરીર અવિદ્યામાં એકાગ્રતા હોવાથી થતો આનંદ પણ માયાવી છે. તે આનંદ સ્વરૂપ આત્મા નથી. તે આનંદ અવિદ્યાના આધારે છે કારણ શરીર અવિદ્યામાં હોવાથી નિર્વિષય આનંદ નથી. આત્માનંદ સ્વાશ્રય છે. જ્યારે આનંદમયકોશ પરાશ્રય છે. તે પદાર્થના અભાવ પર અવલંબિત છે. જેમ કોઈ મનુષ્ય તડકામાં ચાલતાં ચાલતાં થાકીને કોઈ એક વૃક્ષના છાંયડામાં બેસે છે ત્યારે તેને દુઃખ (તડકો) ના અભાવરૂપ આનંદ થાય

છે તે જ રીતે જીવાત્મા જ્યારે સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ શરીરમાં ફરી ફરીને થાકી જતાં કારણરૂપ અવિદ્યામાં જાય, છે. ત્યારે વિષયોના અભાવરૂપ જે વિશ્રાંતિ મળે છે તે જ આનંદમય કોશ છે.

### 8.6.1.2 આત્મા અને આનંદમય શરીરનો સંબંધ

આનંદમય કોશનો આનંદ એ જાગ્રત સ્વપ્નાવસ્થામાં કરેલ કર્મનું ફળ છે. તેથી કર્મ જ તેની ઉત્પત્તિ અને કર્મ જ તેની નિવૃત્તિ બની જાય છે. આનંદ સ્વરૂપમાં આત્મા એ કોઈનું ફળસ્વરૂપ નથી એટલે તેની નિવૃત્તિ પણ નથી. જીવ અને અજ્ઞાનીઓને સુષુપ્તિના આનંદમયરૂપ ફળ પ્રયત્ન વગર જ સ્વભાવિક ક્રિયાથી પ્રયત્ન થાય છે. તે ઉત્પત્તિ અને નાશવંત છે. ક્ષણિક છે. સ્વ - અજ્ઞાન છે. શરીરવાળું અને અવસ્થાવાળું છે તેથી તે આત્મા હોઈ શકે નહીં.

જે રીતે આનંદમય કોશ એ આત્મા નથી, તેમ આત્મા પણ આનંદમય કોશ નથી. બંને એકબીજાથી વિરુદ્ધ છે બંનેમાં સહેજ પણ સમાનતા નથી માટે તેમનો સંબંધ હોવો શક્ય નથી. તે આત્માનો નહીં, પરંતુ માયાનો છે. સંબંધ ન હોવા છતાં સંબંધ માનવો એ અજ્ઞાન છે. આથી જ્ઞાનપ્રાપ્તિની ઈચ્છા રાખનારે આત્મા અને આનંદમય કોશનો સંબંધ માનવો ઉચિત નથી.

આમ, આપણે મનુષ્યના સ્વને આત્માને આવરણ સ્વરૂપે ઢાંકી દેતા પાંચ કોશનો અભ્યાસ કર્યો. આ પાંચ કોશોના કાર્ય, રચના અને ચિહ્ન નીચે દર્શાવેલ છે.

કોશ	વર્તુળ	કાર્ય	રચના
અન્નમય	ભૌતિક શરીર	ભૌતિક અસ્તિત્વ ટકાવવું	પંચતત્ત્વ
પ્રાણમય	પ્રાણ	મન અને શરીરને ઊર્જા આપવી	પાંચ પ્રાણ અને પાંચ કર્મેન્દ્રિય
મનોમય	માનસ	સાંવેગિક પ્રત્યક્ષીકરણ,	મન અને પાંચ સંવેન્દ્રિયો
વિજ્ઞાનમય	બુદ્ધિ	તર્ક, મૂલ્ય નિર્ણય, ભેદ	બુદ્ધિ અને તર્ક
આનંદમય	આંતરિક	પ્રેમ, અંત:પ્રજ્ઞાનો અનુભવ	સંસ્કાર અને ગુણ

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 8

1. સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીર વચ્ચેનો તફાવત આપો.

સ્થૂળ શરીર	સૂક્ષ્મ શરીર	કારણ શરીર

2. શું આનંદમય કોશ એ જ આત્મા છે? શા માટે ?

.....

.....

.....

3. પાંચકોશ અને આત્મામાં જે લક્ષણો હાજર હોય તેની સામે '√' ની નિશાની કરો.

લક્ષણ	અન્નમય કોશ	પ્રાણમય કોશ	મનોમય કોશ	વિનિમય કોશ	આનંદમય કોશ	આત્મા
અક્રિય						
અવ્યક્ત						
અમર						
વિકારી						
નિત્ય						

સચ્ચિદાનંદ					
વ્યાપક					
અવિકારી					
ગુણાતીત					
ઉપાંગસહિત					
નાશવંત					
અદ્વૈત					
દૃષ્ટા					

### 8.7 શૈક્ષણિક ફલિતાર્થ

1. બાળક અને મનુષ્યને પાંચ કોશોથી પર આત્માના સ્વરૂપમાં જોવું.
2. પોતાના શરીરને 'હું' ન સમજતા તેને માત્ર અન્નથી ઉત્પન્ન થયેલ અન્નકોશ સ્વરૂપે જોવાની સમજ કેળવવી.
3. સ્વની આસપાસના પાંચ આવરણને સમજી તેમાંથી નિવૃત્ત થઈ 'સ્વ' તરફથી યાત્રા તરફ જવું.
4. પાંચ કોશોની સમજ કેળવ્યા બાદ તે આત્મા ન હોવા પાછળના કારણોની સમજ કેળવવી.
5. મનુષ્યના સુખ દુઃખનું કેન્દ્ર એવા શરીરની રચનાને સમજી સંતુલન કેળવવું.
6. ત્રણે પ્રકારના શરીરની ઓળખ મેળવવી.
7. દરેક કાર્યને કારણ હોય તે અર્થમાં કારણ શરીરની સમજ કેળવવી.
8. ઈન્દ્રિયસુખના સાધનોનો અતિરેક થતાં તેના બંધનમાં ન સપડાઈ જવાની સમજ કેળવવી.
9. મન અને બુદ્ધિના કાર્યોની સમજ કેળવવી અને તેનું સ્વરૂપ જોવું.
10. દૃશ્ય અને દૃષ્ટા વચ્ચેનો ભેદ પારખી પોતાના આત્માને દૃષ્ટા સ્વરૂપે જોવું.
11. આત્માના લક્ષણોની સાથે પંચકોશના લક્ષણોની તુલના કરી તાર્કિક રીતે બંને વચ્ચેનો ભેદ પારખવો.
12. માયાનું સ્વરૂપ સમજી તેના અસરોની ચર્ચા કરવી.
13. પાંચકોશ અંગે પ્રશ્નો પૂછવા માટે વિદ્યાર્થીઓને પ્રેરણા આપવી.
14. પ્રસંગો, વાર્તા, પ્રમાણ વગેરે થકી વિદ્યાર્થીઓને વિષય પ્રત્યે અભિમુખ કરવા.
15. વિદ્યા અને અવિદ્યા વચ્ચેનો ભેદ પારખી બંનેના મહત્વને સ્થાપિત કરવું.
16. અજ્ઞાનના સ્વરૂપને સમજી જ્ઞાન તરફ સમજપૂર્વક આગળ વધવું.

### 8.8 સારાંશ

બુદ્ધિના વિકાસ કેન્દ્રિય શિક્ષણ વ્યવસ્થા બાળકના સર્વાંગી વિકાસની વાત કરે છે ત્યારે સામાજિક, સાંવેગિક કે શારીરિક બાબતોને ધ્યાનમાં લે છે. ભારતીય ચિંતન અનુસાર માનવી પોતાનું વાસ્તવિક આત્મા સ્વરૂપ ઓળખે તે માટેના વિચારો રજૂ કરે છે માનવી અન્નમય દેહ ધારણ કરે છે. ત્યારથી તેનાં સંદર્ભમાં જ પોતાની જાતને જોવે છે. પોતાના વાસ્તવિક સ્વરૂપને પાંચ આવરણો દ્વારા જાણે-અજાણે આવરી લે છે.

શિક્ષક તરીકે આપણે આ પાંચ કોશની પાર રહેલ વાસ્તવિક માનવ સ્વરૂપને ઓળખીએ તો 'સ્વ' ની ઓળખ તો પ્રાપ્ત થાય જ પરંતુ આપણી સમક્ષ ઉપસ્થિત થનાર બાળકોને પણ આ પાંચ કોશોથી પર જોવાની દૃષ્ટિનો વિકાસ થાય છે. બાળક પોતાની ઈન્દ્રિયોના પ્રભાવ હેઠળ ભૌતિક જગતરૂપી માયામાં ન ફસાય તે માટેના પ્રયત્નો કરી શકાય સ્થૂળ શરીરની પાર પોતાના અસ્તિત્વ માટે જવાબદાર કારણ શરીર નો પણ ખ્યાલ વિકસિત કરવો જોઈએ.

આ એકમમાં વિવિધ દૃષ્ટાંતો અને વાર્તાઓ દ્વારા આપણે પંચકોશ વિકાસનો અર્થ સમજવાનો પ્રયત્ન કર્યો. માનવ સ્વભાવ તર્કપ્રિય હોવાથી આ દરેક કોશ અંગે ગહન ચિંતન કરવાથી તેનો ખ્યાલ વધુ સ્પષ્ટ થશે. દરેક કોશ એ આત્માથી ભિન્ન હોવાની બાબત પણ અંતમાં ચર્ચામાં લેવામાં આવી છે. પંચકોશ વિકાસની સમજ અને તે માટેના પ્રયત્નો આજના ભૌતિકવાદી યુગમાં ખૂબ જ જરૂરી છે.

### 8.9 સ્વાધ્યાય

૧. પંચકોશ એટલે શું?
૨. નીચેના લક્ષણો ટૂંકમાં વર્ણવો.
૩. સ્થૂળ શરીર અને સૂક્ષ્મ શરીર વચ્ચેનો ભેદ આપો.
૪. કારણ શરીરનું સ્વરૂપ સ્પષ્ટ કરો
૫. ત્રણ પ્રકારના શરીર અને તેમાં રહેલ કોશોના નામ આપો.
૬. અન્નમય કોશ એ આત્માથી કઈ રીતે જુદો પડે છે
૭. આનંદમય કોશ એ આત્મા શા માટે નથી?
૮. પંચકોશ વિકાસના શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો આપો.
૯. પંચકોશ વિકાસ માટેની પ્રવૃત્તિઓ જણાવો.
૧૦. પંચકોશ વિકાસ એ વિકાસની આધુનિક સંકલ્પના કરતાં કઈ રીતે જુદો પડે છે.

### 8.10 સૂચિત વાચન સામગ્રી

પરમહંસ સ્વામી યોગાનંદ (1988). પંચકોશ વિવેક. વેદાંત કેસરી કાર્યાલય, વેલનગંજ, આગ્રા.  
પંચકોશો કી વૈજ્ઞાનિક પૃષ્ઠભૂમિ, અખંડ જ્યોતિ સામયિક, માર્ચ ૧૯૭૭  
ચેતના કે પાંચ આયામ પંચકોશ, અખંડ જ્યોતિ સામયિક, અક્ટુબર, ૧૯૯૨  
ગાયત્રી પંચકોશકી અનાવરણ સાધના, અખંડ જ્યોતિ સામયિક, અપ્રેલ ૨૦૦૯

Swami Anubhavnanda, Panchdasi (Vol. I), Indra Publishinġik House

Swami Krishnanada. Commentory of Panchdashi. The Devine Life Society.  
Shivananda Ashram, Rishikesh, India

Swami Krishnanada. (1982). Philosophy of Panchdashi. The Devine Life  
Society. Shivananda. Ashram, Rishikesh, India

Swami Sanskarananda. Panchdasi - 1. Central Chinmayanada Trust.9

### 8.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તર

#### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1. પંચકોશ એટલે શું?  
માનવીની સત્તાને બે ભાગોમાં વિભાજિત કરી શકાય છે - શરીર અને ચેતના. શરીર, પૃથ્વી, જળ, વાયુ, અગ્નિ અને આકાશ એ પાંચ તત્ત્વોનું બનેલ છે. જ્યારે માનવ સાથે અદૃશ્યરૂપે જોડાયેલ બીજો ભાગ ચેતના છે કે જે શરીરની સાપેક્ષમાં વધારે સૂક્ષ્મ અને સામર્થ્યવાન તે આત્મસત્તા પાંચ આવરણોમાં ઘૂંપાયેલ છે. જેને પંચકોશ કહે છે.
2. પંચકોશમાં આવેલ કોશોની યાદી બનાવો  
(1) અન્નમય કોશ (2) પ્રાણમય કોશ (3) મનોમય કોશ (4) વિજ્ઞાનમય કોશ અને (5) આનંદમય કોશ.

#### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

1. માયા એટલે શું?  
સ્થૂળ સ્વરૂપે પૃથ્વી પરની દૃશ્યમાન વસ્તુઓએ મને બાંધ્યો છે તે અજ્ઞાન એટલે માયા.
2. નીચેના વિધાનો સાચા છે કે ખોટા તે જણાવો  
1. ખોટું                      2. સાચું                      3. સાચું

#### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

1. સ્થૂળ શરીર એટલે શું?  
પૃથ્વી, જળ, અગ્નિ, વાયુ અને આકાશ એ પંચમહાભૂતના બનેલ શરીરને સ્થૂળ શરીર કહે છે.
2. નીચેના પંચતત્ત્વ અને તેમના ગુણોને યોગ્ય રીતે જોડો.  
1- બી                      2.- ડી                      3.-ઈ                      4.-એ                      5.- સી

♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4

1. અન્નમય કોશના લક્ષણો લખો.

- |                        |   |
|------------------------|---|
| 1. તે સ્થૂળ છે.        | 4. તે સુખ દુઃખ ભોગવવાનું સ્થાન છે.      |
| 2. તે દંષ્ટિનો વિષય છે | 5. તેની ઉત્પત્તિ, વૃદ્ધિ અને લય થાય છે. |
| 3. તે દૃશ્ય છે.        | 6. તે વિકારી અને અસત્ય છે.              |

2. અન્નમય કોશ એ આત્મા શા માટે નથી ?

અન્નમય કોશ ત્વચા, હાડ-માંસ, રક્ત, મળ-મૂત્ર નો સમન્વય છે કે જે અશુદ્ધ છે. જ્યારે આત્મા શુદ્ધ છે. અન્નમય કોશ નિયમમાં રહેવાવાળો છે, જ્યારે આત્મા ચેતન છે. અન્નમય કોશ હાથ, પગ, મસ્તિષ્ક વગેરે જેવા ઉપાંગસહિત છે જ્યારે આત્મા ઉપાંગરહિત છે. શરીર નાશવંત છે, જ્યારે આત્મા અમર છે. શરીર માયાના ત્રણે ગુણોથી બનેલ છે, જ્યારે આત્મા ગુણાતીત છે. આ રીતે કોશ અને આત્મા અલગ હોવાથી અન્નમય કોશ એ આત્મા નથી.

♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 5

1. સ્થૂળ શરીર અને સૂક્ષ્મ શરીર વચ્ચેનો તફાવત આપો.

તફાવતનો મુદ્દા	સ્થૂળ શરીર	સૂક્ષ્મ શરીર
સૂક્ષ્મતા	ઓછી	સ્થૂળ કરતાં વધારે
રચના	અન્ન થકી	---
કોશ	અન્નમય	પ્રાણમય, મનોમય, વિજ્ઞાનમય
સ્થિતિ	જાગ્રત	સ્વપ્ન
નાશનું કારણ	પંતભૂત તત્ત્વો	વાસનાઓનો નાશ
ગુણ	તમસ	રજસ

2. નીચેની ખાલી જગ્યા પૂરો

1. સુક્ષ્મ 2. અન્નમય, મનોમય, વિજ્ઞાનમય 3. પ્રાણમય, મનોમય, વિજ્ઞાનમય

♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 6

1. મનોમય કોશ એ આત્માના કયા લક્ષણો ધરાવતો નથી. યાદી આપો.

આત્મા નિત્ય, અવિકારી, અક્રિય, અવ્યક્ત, અવિનાશી, વ્યાપક, મુક્તસ્વરૂપ, જ્ઞાન સ્વરૂપ, અદ્વૈત, દૃષ્ટા અને સુખ સ્વરૂપ છે. આ તમામ લક્ષણો મનોમય કોશ ધરાવતો નથી.

2. મનોમય કોશ એટલે શું ?

મન અને પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયોને મનોમય કોશ કહે છે.

♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 7

1. વિજ્ઞાનમય અને મનોમય કોશ વચ્ચેનો મુખ્ય તફાવત જણાવો

જ્ઞાનેન્દ્રિયો + મન = મનોમય કોશ

જ્ઞાનેન્દ્રિયો + બુદ્ધિ = વિજ્ઞાનમય કોશ

2. વિજ્ઞાનમય કોશ એટલે શું ?

વિજ્ઞાનમય કોશ વિશેષ જ્ઞાન હેતુ છે. વિશેષ જ્ઞાન બુદ્ધિથી થાય છે એટલે વિજ્ઞાનમય કોશ બુદ્ધિનો છે. જેમ મનોમય કોશ એ મન અને જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે, તેમ વિજ્ઞાનમય કોશ એ બુદ્ધિ અને જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે. જ્યારે જ્ઞાનેન્દ્રિયો બુદ્ધિ સાથે જોડાયેલ હોય ત્યારે વિજ્ઞાનમય કોશ કહેવાય છે.

♦ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 8

1. સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીર વચ્ચેનો તફાવત આપો.

તફાવતનો મુદ્દો	સ્થૂળ શરીર	સૂક્ષ્મ શરીર	કારણ શરીર
સૂક્ષ્મતા	ઓછી	સ્થૂળ કરતાં વધારે	સૌથી સૂક્ષ્મ
રચનાનું કારણ	અન્ન થકી	અજ્ઞાન અને વાસના માયા	
કોશ	અન્નમય	પ્રાણમય, મનોમય, વિજ્ઞાનમય	આનંદમય
સ્થિતિ	જાગ્રત	સ્વપ્ન	ગાઢ નિદ્રા
નાશનું કારણ	પંચભૂત તત્ત્વો	વાસનાઓનો નાશ	અજ્ઞાનની નિવૃત્તિ
ગુણ	તમસ	રજસ	સત્ત્વ
પ્રકાશ	ઊર્જામય	પ્રકાશિત	પ્રગટ પ્રકાશ

2. શું આનંદમય કોશ એ જ આત્મા છે ? શા માટે ?

ના આનંદમય કોશ એ આત્મા નથી કારણ કે તેમાં આત્માના ગુણોનો અભાવ જોવા મળે છે.

3. પાંચકોશ અને આત્મામાં જે લક્ષણો હાજર હોય તેની સામે '√' ની નિશાની કરો.

લક્ષણ	અન્નમય કોશ	પ્રાણમય કોશ	મનોમય કોશ	વિજ્ઞાનમય કોશ	આનંદમય કોશ	આત્મા
અક્રિય						√
અવ્યક્ત						√
અમર						√
વિકારી	√	√	√	√	√	
નિત્ય						√
સચ્ચિદાનંદ						√
વ્યાપક						√
અવિકારી						√
ગુણાતીત						√
ઉપાંગસહિત	√					
નાશવંત	√	√	√	√	√	
અદ્વૈત						√
દૃષ્ટા						√



ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર  
ઓપન યુનિવર્સિટી

ES-203

અધ્યયન અધ્યાપન  
સામગ્રી વિકાસ

વિભાગ

3

અધ્યેતાનું સંપોષણ

---

એકમ-9 ભાવાત્મક ક્ષેત્ર

---

એકમ-10 બોધાત્મક ક્ષેત્ર

---

એકમ-11 મનોશારીરિક કે ચેષ્ટાત્મક ક્ષેત્ર

---

એકમ-12 અન્યન્યતાનું સંપોષણ

## ES-203, અધ્યયન અધ્યાપન સામગ્રી વિકાસ (વિભાગ-3)

લેખક	
ડૉ. દિવ્યેશ પટેલ	વૈદ્ય એમ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુ., ૬૨૭, ગુલબાર્ઈ ટેકરા, અમદાવાદ.
પરામર્શક (વિષય)	
ડૉ. અલ્કા મેકવાન	એમ.બી.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુકેશન, એસ.પી. યુનિવર્સિટી, વિદ્યાનગર.
પરામર્શક (ભાષા)	
ડૉ. રાજેશ્રીબેન પંડ્યા	વૈદ્ય એમ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુ., ૬૨૭, ગુલબાર્ઈ ટેકરા, અમદાવાદ.
સંપાદન અને સંયોજન	
પ્રો. (ડૉ.) અજીતસિંહ પી. રાણા	નિયામકશ્રી (શિક્ષણશાસ્ત્ર) ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી. અમદાવાદ.
સંયોજન સહાય	
ડૉ. મીના આર્ઈ. રાજપૂત	ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી. અમદાવાદ.

પ્રકાશક : કુલસચિવ, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ-382481

આવૃત્તિ : પ્રથમ આવૃત્તિ-2020, નકલ : 1200

દ્વિતીય આવૃત્તિ-2021, નકલ : 1200

**ISBN : 978-93-5598-194-3**

Copyright © Registrar, Dr. Babasaheb Ambedkar Open University, Ahmedabad.  
December 2020

While all efforts have been made by editors to check accuracy of the content, the representation of facts, principles, descriptions and methods are that of the respective module writers. Views expressed in the publication are that of the authors, and do not necessarily reflect the views of Dr. Babasaheb Ambedkar Open University. All products and services mentioned are owned by their respective copy-rights holders, and mere presentation in the publication does not mean endorsement by Dr. Babasaheb Ambedkar Open University. Every effort has been made to acknowledge and attribute all sources of information used in preparation of this Self Learning Material. Readers are requested to kindly notify missing attribution, if any.



---

## ES-203 અધ્યયન અધ્યાપન સામગ્રી વિકાસ

---

### વિભાગ-1 બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધીનાં વિકાસના દર્શકો

- એકમ-1 શારીરિક વિકાસ
- એકમ-2 બોધાત્મક વિકાસ
- એકમ-3 ભાવાત્મક વિકાસ
- એકમ-4 સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ

### વિભાગ-2 વિકાસના સિદ્ધાંતો અને તેનાં શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો

- એકમ-5 મનોવૈજ્ઞાનિક વિકાસ - એરિક્સન
- એકમ-6 બોધાત્મક વિકાસ - પિયાજે
- એકમ-7 માનવતાવાદી સિદ્ધાંત - મેસ્લો અને રોજર્સ
- એકમ-8 પંચકોશ વિકાસ

### વિભાગ-3 અધ્યેતાનું સંપોષણ

- એકમ-9 ભાવાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-10 બોધાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-11 મનોશારીરિક કે ચેષ્ટાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-12 અનન્યતાનું સંપોષણ

### વિભાગ-4 અધ્યેતાનો વ્યક્તિત્વ વિકાસ

- એકમ-13 વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતો અને યુંગનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત
- એકમ-14 સ્વનો વિકાસ: રોજર્સનો સ્વ-સિદ્ધાંત અને મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકકરણનો સિદ્ધાંત
- એકમ-15 ઓલપોર્ટનો ગુણ-લક્ષણલક્ષી સિદ્ધાંત
- એકમ-16 ફોઈડનો વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંત

## દૂરવર્તી અધ્યયનમાં સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રીની ભૂમિકા

દૂરવર્તી શિક્ષણ પ્રણાલીમાં અસરકારક સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રી અનિવાર્ય છે. આ અભ્યાસ-સામગ્રીના લેખકો, અધ્યાપકો અને વિદ્યાર્થીઓ એકબીજાથી ઘણાં દૂર અને ક્યારેક તો ક્યારેય ન મળી શકે તેવી સ્થિતિમાં હોવાથી આવી અધ્યયન સામગ્રી સુગમ અને અસરકારક હોવી જરૂરી છે. દૂરવર્તી શિક્ષણ માટેની અભ્યાસ-સામગ્રીમાં વિદ્યાર્થીના બૌદ્ધિક ચિંતનને ઉદ્દીપ્ત કરવાની ક્ષમતા તથા આવશ્યક તમામ અધ્યયન પ્રવૃત્તિઓ હોવી જોઈએ. આ સામગ્રી પાઠ્યક્રમના સામાન્ય અને વિશિષ્ટ હેતુઓના અનુસંધાને વિદ્યાર્થીને પર્યાપ્ત માર્ગદર્શન આપવા સક્ષમ હોવી જોઈએ. સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં અભ્યાસક્રમમાં સૂચિત તમામ બાબતોનો સમાવેશ થાય તે જરૂરી છે.

અસરકારક અધ્યયન સિદ્ધ કરવા માટે અનેક પ્રકારના આયોજનનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે; જેનાથી વિદ્યાર્થી જ્ઞાનોપાર્જન કરી શકે. બૌદ્ધિક અને મનોશારીરિક કૌશલ્યો કેળવી શકે અને વર્તન તથા અભિગમમાં આવશ્યક પરિવર્તનો સાધી શકે. આથી જ વિદ્યાર્થીનું મૂલ્યાંકન પણ પાઠ્યસામગ્રીમાં આવરી લેવામાં આવ્યું છે.

દૂરવર્તી શિક્ષણની સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ સામગ્રીમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવેલી શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓનું સ્વરૂપ તે શિક્ષણના જ્ઞાનાત્મક, ભાવાત્મક કે મનોશારીરિક હેતુમાંથી કયા હેતુને સંલગ્ન છે? તેના પર આધારિત છે. આ હેતુઓ ભવિષ્યમાં અનુક્રમે જ્ઞાન, બૌદ્ધિક કૌશલ્યો અને મનોશારીરિક કૌશલ્યોની ઉપલબ્ધિમાં પરિણમે છે. વિદ્યાર્થીએ મેળવેલ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ, ઉપયોગ અને અભિવ્યક્તિ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકાય. વિદ્યાર્થીઓના પૂર્વજ્ઞાનનો અને અનુભવોનો આધાર લઈને રચવામાં આવેલ શિક્ષણ સામગ્રી દ્વારા બૌદ્ધિક કૌશલ્યના હેતુને સિદ્ધ કરી શકાય છે અને તેના દ્વારા નવીન જ્ઞાન પ્રાપ્તિનો માર્ગ પ્રશસ્ત થાય છે.

અભ્યાસ-સામગ્રીમાં સ્વાધ્યાય પ્રોજેક્ટ અને પ્રતિપૂષ્ટિ(Feedback)ના સ્વરૂપે અભ્યાસનું આયોજન જરૂરી છે. શારીરિક કૌશલ્ય સંબંધિત શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓમાં ચિત્રાત્મક રજૂઆત હોવી જોઈએ અને ત્યારબાદ ઉચિત અભ્યાસનું આયોજન હોવું જોઈએ. વર્તન અને અભિગમમાં પરિવર્તન માટે આયોજિત શિક્ષણ પ્રવૃત્તિઓ રસ જન્માવે તેવી તથા આ પરિવર્તન દ્વારા થતાં લાભ અને તેની જરૂરિયાતને પ્રતિબિંબિત કરે તેવી હોવી જોઈએ. ત્યાર પછી નવાં અભિગમોને અપનાવવાની અને તે સંબંધિત પ્રક્રિયાના યોગ્ય અભ્યાસનું ઉચિત આલેખન થવું જોઈએ.

## દૂરવર્તી શિક્ષણની ભૂમિકા.

પ્રત્યક્ષ અધ્યાપનમાં જોવા મળતી પ્રત્યાયનની વિશેષતાઓ; જેવી કે અંતરાલાપ, પૂર્વઅભિસંધાન, યોગ્ય સ્થાને વિરામ, આરોહ-અવરોહ, ભાવ-ભંગીમા, સ્વરભાર વગેરે દૂરવર્તી અધ્યયનમાં ઉપલબ્ધ નથી. આ ઉણપ વિશેષતઃ મુદ્રિત સાહિત્યમાં (લેખિત સાહિત્યમાં) જોવા મળે છે. વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક વચ્ચેના વ્યવહારની આ ખૂટતી કડીને જોડવા માટે જ દૂરવર્તી સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવામાં આવે છે. માટે જ આવી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન વૈકલ્પિક નહીં; પરંતુ અનિવાર્ય છે.

સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રીને નાના એકમોમાં વિભાજિત કરીને શિક્ષણના ઉત્તમ સાધન તરીકે વિકસાવવાની સંકલ્પના છે. શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓમાં વૈવિધ્ય દ્વારા શિક્ષણના વિવિધ ક્ષેત્રના હેતુઓ સિદ્ધ થાય તેવો પ્રયત્ન કરવાનો છે.

દૂરવર્તી શિક્ષણની સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીનું આયોજન પૂર્વનિશ્ચિત, શૈક્ષણિક નીપજને ધ્યાનમાં લઈને કરવાનું હોવાથી તેના હેતુઓ અને ધ્યેયો નિશ્ચિત હોય છે. વળી અધ્યેતાઓ દૂરસ્થ હોવાથી આ સામગ્રી દ્વારા તેઓ નિશ્ચિત અધ્યયન પ્રવૃત્તિઓમાં સંલગ્ન રહે તેવું આયોજન કરવામાં આવે છે. જેથી અધ્યેતાઓ સંબંધિત સંકલ્પનાઓને બરાબર સમજી શકે. સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં સાથે સંકળાયેલ સ્વાધ્યાયો, પ્રાયોગિક કાર્યો, પ્રવૃત્તિઓ અને પ્રકલ્પોનો પણ આ જ હેતુ છે. આ સામગ્રી માટે ઉચિત શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓની ઉદાહરણરૂપ સૂચિ ઘણી મોટી હોઈ શકે. આ સંદર્ભે શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓ વિદ્યાર્થીને અભિપ્રેરિત કરે છે, માર્ગદર્શન આપે છે અને વિદ્યાર્થીની પ્રગતિ અને પ્રદર્શનનું સતત માપન-મૂલ્યાંકન પણ કરે છે.

## અધ્યેતાનું સંપોષણ

### પ્રસ્તાવના (Introduction)

આ ચાર વિભાગ ચાર એકમોને સમાવે છે. (એકમ 9,10,11 અને 12)

એકમ - 9 માં બાળકોના ભાવાત્મક વિકાસની વાત કરવામાં આવી છે. એકમ - 3 માં બાળકના ભાવાત્મક વિકાસના નિર્દેશકોની સમજ મેળવી છે. માનવ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાએ ભાવાત્મક વિકાસ અનેક પરિબલોની અસર હેઠળ અનન્ય રીતે વિકાસ પામે છે. શિક્ષણનું ધ્યેય બાળકના સર્વાંગી વિકાસની માટેનું હોઈ અને બાળકને એક સારો માનવી બનાવવાનું હોઈ એ બાબત ખૂબ જરૂરી બને છે કે બાળકના બોધાત્મક વિકાસની સાથે તેના ભાવાત્મક વિકાસને સુનિશ્ચિત કરવામાં આવે. બુદ્ધિશાળી બાળક અન્ય પ્રત્યે યોગ્ય સંવેદનાઓ ધરાવે તેને અભિવ્યક્ત કરી શકે તે પણ એટલું જ મહત્વનું છે. આ એકમમાં ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં રહેલ પ્રક્રિયાઓની સમજ, ભાવાત્મક ક્ષેત્રોના કૌશલ્યો, ભાવાત્મક વિકાસનું માપન અને અધ્યાપન તેમજ ભાવાત્મક વિકાસનાં સંપોષણ માટેના સૂચનો તથા રમતો આપવામાં આવી છે.

એકમ - 10 માં બાળકોના બોધાત્મક વિકાસની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. માનવ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓએ બોધાત્મક વિકાસના નિર્દેશકોનો અભ્યાસ તમે એકમ - 6 માં કર્યો. બોધાત્મક વિકાસ એ માનવ વિકાસ સાથે જટિલ માનસિક પ્રક્રિયા કરવાની તેની ક્ષમતા સૂચવે છે. સરળથી જટિલ માનસિક પ્રક્રિયાનું વર્ગીકરણ આપતી બ્લુમ ટેક્ષોનોમીની ચર્ચા આ એકમમાં કરવામાં આવી છે. તે ઉપરાંત બોધાત્મક પ્રક્રિયા અને તેના સ્વરૂપ તેમજ તેને સંલગ્ન તર્ક, સમસ્યા ઉકેલ, સર્જનાત્મક અને અધિબોધની વાત પણ આ એકમમાં કરવામાં આવી છે. આ એકમનો હેતુ બાળકોના બોધાત્મક વિકાસને વધારે સારી રીતે સમજવો અને તેને અનુરૂપ બોધાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓના આયોજન માટે સક્ષમ થવાનો છે.

એકમ - 11 માં બાળકના મનોશારીરિક વિકાસની સમજ અંગેની ચર્ચા કરી છે. બાળકનું શરીર સ્વસ્થ હોય તો તેના સર્વાંગી વિકાસને પોષણ મળે છે. બોધાત્મક અને ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેની વાત કર્યા બાદ બાળકના મનોશારીરિક વિકાસની વાત આ એકમમાં કરવામાં આવી છે. બાળક ભવિષ્યમાં કોઈપણ ક્ષેત્રમાં જાય ત્યારે તે શરીર અને માનસિક ક્રિયાઓનું જરૂરી સંકલન ધરાવે તે ખૂબ અગત્યનું છે. બાળકના મનોશારીરિક ક્ષેત્રના હેતુઓની ટેક્ષોનોમી, મનોશારીરિક કૌશલ્યોનું વર્ગીકરણ અને મનોશારીરિક કૌશલ્ય વિકાસ માટેના હેતુઓની ટેક્ષોનોમી, મનોશારીરિક કૌશલ્યોનું વર્ગીકરણ અને મનોશારીરિક કૌશલ્ય વિકાસ માટેના અધ્યાપનની વાત આ એકમમાં કરવામાં આવી છે.

એકમ - 1 થી 11 માં આપણે માનવ વિકાસના વિવિધ પરિમાણો જેવા કે બોધાત્મક, ભાવાત્મક, ક્રિયાત્મક, સામાજિક, નૈતિક વિકાસ વગેરેને લગતાં નિર્દેશકો અને કેટલાંક સિદ્ધાંતોનો અભ્યાસ કર્યો. આ તમામ માહિતીનો અભ્યાસ કર્યા બાદ એ બાબત સમજવી ખૂબ જરૂરી છે કે આ દરેક પરિમાણ દરેક વ્યક્તિમાં ભિન્ન ભિન્ન પ્રમાણમાં વિકસિત થયેલ હોય છે. દરેક વ્યક્તિ અનન્ય અસ્તિત્વ ધરાવે છે. દરેક વ્યક્તિ અન્યોથી ચોક્કસ રીતે જુદો પડે છે. બાળકોમાં આ અનન્યતા કયા સ્વરૂપમાં, કયા ક્ષેત્રોમાં, કઈ રીતે જોવા મળે છે અને તેને ધ્યાનમાં રાખીને અનન્યતાના સંપોષણ માટે કઈ પ્રવૃત્તિઓ કરી શકાય તેની વાત એકમ - 12 માં કરવામાં આવી છે.

: રૂપરેખા :

- 9.1 પ્રસ્તાવના
- 9.2 ઉદ્દેશો
- 9.3 ભાવાત્મક વિકાસ
- 9.4 ભાવાત્મક ક્ષેત્રની પ્રક્રિયાઓ
  - 9.4.1 ભાવાત્મક ક્ષેત્રની પ્રક્રિયાઓની કક્ષાઓ
  - 9.4.2 ભાવાત્મક ક્ષેત્રના કૌશલ્યો
  - 9.4.3 સાંવેગિક ક્ષમતાઓ
- 9.5 ભાવાત્મક વિકાસનું અધ્યાપન અને માપન
  - 9.5.1 ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં અધ્યાપન માટેના અભિગમો
  - 9.5.2 ભાવાત્મક વિકાસનું માપન
- 9.6 ભાવાત્મક વિકાસનું સંપોષણ
  - 9.6.1 ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેના સૂચનો
  - 9.6.2 ભાવાત્મક વિકાસને અસર કરતાં પરિબળો
  - 9.6.3 ભાવાત્મક વિકાસ માટેની રમતો
- 9.7 સારાંશ
- 9.8 સ્વાધ્યાય
- 9.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 9.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

9.1 પ્રસ્તાવના

ભાવાત્મક વિકાસ અંગે એકમ - 3 માં અભ્યાસ કર્યો. તેમ જોયું કે ગભાવસ્થાથી જ બાળકનો ભાવાત્મક વિકાસ શરૂ થઈ જાય છે અને તરુણાવસ્થા સુધી વિવિધ અવસ્થાઓમાંથી અનેક પરિબળો હેઠળ વિકાસ પામે છે. ભાવાત્મક વિકાસના નિર્દેશકોના અભ્યાસ થકી બાળકના સંભવિત વર્તનનો અભ્યાસ તમે કર્યો. માનવીનું ભાવાત્મક ક્ષેત્ર ખૂબ સંકુલ સંરચના ધરાવે છે. કયો માનવ સંવેગ ક્યારે અને કોના દ્વારા કઈ રીતે પ્રભાવિત થાય છે તે કહેવું મુશ્કેલ છે. તેમજ કયો સંવેગ ક્યારે અભિવ્યક્ત થાય તેની આગાહી કરવી પણ મુશ્કેલ છે. પરંતુ, સંશોધનોના આધારે એટલું ચોક્કસ કહી શકાય કે અન્ય પ્રકારના વિકાસોની માફક આપણે ભાવાત્મક વિકાસની ચોક્કસ યોજના અમલમાં મૂકીને ભાવાત્મક કૌશલ્યોનો વિકાસ કરી શકીએ છીએ. ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં થયેલ ખેડાણ બોધાત્મક ક્ષેત્ર જેટલું વ્યાપક અને ચોક્કસ કહી શકાય કે અન્ય પ્રકારના વિકાસોની માફક આપણે ભાવાત્મક વિકાસની ચોક્કસ

યોજના અમલમાં મૂકીને ભાવાત્મક કૌશલ્યોનો વિકાસ કરી શકીએ. ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં થયેલ ખેડાણ બોધાત્મક ક્ષેત્ર જેટલું વ્યાપક અને ચોક્કસ ન હોવાના કારણે શિક્ષકો માટે ચોક્કસ દિશાનિર્દેશ કે માર્ગદર્શન આપતા સિદ્ધાંતો અને સાહિત્યનો અભાવ હોય છે. વળી આ પ્રકારના વિકાસના માપન માટે રહેલ મૂંઝવણો તેમાં ઊંડા ઉતરવા માંગતા લોકો માટે અવરોધક બની રહે છે. તેમ છતાં ઘણાં મનોવિજ્ઞાનીઓના પ્રયાસો હેઠળ બોધાત્મક ક્ષેત્રની માફક જ બાળકના ભાવાત્મક વિકાસની પ્રક્રિયાને ધ્યાનમાં રાખીને ટેકોનોમી રજૂ કરવામાં આવેલ છે. તેના અભ્યાસ થકી બાળકના ભાવાત્મક વિકાસના સંતોષણ માટેનું આયોજન કરી શકાય છે.

પ્રસ્તુત એકમમાં એકમમાં ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં થતી પ્રક્રિયાઓ અને ભાવાત્મક કૌશલ્યોની વાત કરવામાં આવી છે. જેથી તેના સંપોષણ માટેનો ચોક્કસ બોધાત્મક આધાર મળી રહે. ત્યાર બાદ ભાવાત્મક ક્ષેત્રના વિકાસ માટેના અધ્યાપન માટેના અભિગમો અને તેના માપનની વાત કરવામાં આવી છે. છેલ્લે ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેના અભિગમો અને તેના માપનની વાત કરવામાં આવી છે. છેલ્લે ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેના સૂચનો અને રમતોની વાત કરેલ છે.

## 9.2 ઉદ્દેશો

આ એકમના અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો -

- ◆ ભાવાત્મક ક્ષેત્રના વિકાસની પ્રક્રિયાના સમજ આપી શકશો.
- ◆ ભાવાત્મક વિકાસ માટેના અધ્યાપન અભિગમો અને તેના માપન વિશે સમજ આપી શકશો.
- ◆ ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેના સૂચનો અને તેને અસર કરતાં પરિબલોની ચર્ચા કરી શકશો.
- ◆ ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેની રમતોનું આયોજન કરી શકશો.

## 9.3 ભાવાત્મક વિકાસ

બેન્જામિન બ્લૂમ અને તેમના સહકાર્યકરોના જૂથે શિકાગો યુનિવર્સિટીના શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવનમાં અભ્યાસો અને ચર્ચાઓના આધારે, Taxonomy of Learning and Taxonomy of Educational Objectives રજૂ કર્યાં. Taxonomy of Learning માં તેઓએ અધ્યયનના છ સ્તર રજૂ કર્યાં. આ સ્તર એકબીજા પર શ્રેણીની માફક આગળ વધે છે. આ સ્તર સરળ ચિંતન પ્રકારથી સંકુલ ચિંતન પ્રકાર તરફ પણ આગળ વધે છે. જ્ઞાન, સમજ, ઉપયોગન, સંશ્લેષણ, વિશ્લેષણ અને મૂલ્યાંકનનો આ સ્તરમાં સમાવેશ કરવામાં આવ્યો. Taxonomy of Educational માં તેઓએ શૈક્ષણિક હેતુઓનું ત્રણ ક્ષેત્રોમાં વર્ગીકરણ કર્યું. ભાવાત્મક ક્ષેત્ર, જ્ઞાનાત્મક ક્ષેત્ર અને મનોસ્નાયવિક ક્ષેત્ર. ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં અભિરુચિઓ, વલણો, કદર, મૂલ્યો અને ભાવાત્મક પ્રણાલિનો સમાવેશ થાય છે. જ્યારે મનોસ્નાયવિક ક્ષેત્રોમાં સ્નાયવિક કૌશલ્યોનો સમાવેશ થાય છે.

આ વર્ગીકરણ અનુસાર બાળકોના સર્વાંગી વિકાસ માટે આ ત્રણેય ક્ષેત્રમાં શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓ શિક્ષક દ્વારા હાય ધરવી જોઈએ. આ વર્ગીકરણ બાદ ઘણા વિદ્વાનોએ પોતાના પક્ષ રજૂ કર્યાં કે આ વર્ગીકરણમાં ત્રણેય ક્ષેત્રોની અલગ - અલગ ઓળખ આપવામાં આવી છે, પરંતુ તેઓને સંપૂર્ણપણે એકબીજાંથી જુદાં પાડી શકાય નહીં. તેઓ પૈકી ત્રણેય વચ્ચે અથવા ત્રણ પૈકી બબ્બે વચ્ચે ગમો - અણગમો, ખુશી - નાખુશી વગેરે લાગણીઓ પૂર્વે થયેલી જ્ઞાનાત્મક પ્રક્રિયાઓ પર આધારિત છે. જેમાં વિવિધ વિષયવસ્તુ વચ્ચેનો ભેદ પારખવામાં આવ્યો હોય છે. તેમના પાસાંઓને ઓળખવામાં આવ્યાં હોય છે. તેમનું મૂલ્ય ચકાસવામાં આવ્યું હોય છે.

જ્ઞાનાત્મક ક્ષેત્રના કોઈપણ કૌશલ્યના અધ્યયન માટે તેની અભિરુચિ, તેના પ્રત્યે હકારાત્મક વલણ. તે શીખવા માટે પ્રેરણા વગેરે ભાવાત્મક ઘટકો અનિવાર્ય છે. બાંદુરાએ સ્નાયવિક કૌશલ્યના અધ્યયનના ચાર સોપાનો રજૂ કર્યા છે : ધ્યાન, ધારણ, વર્તન અને પ્રેરણા. આમ સ્નાયવિક કૌશલ્યના અધ્યયન માટે જ્ઞાનાત્મક, ભાવાત્મક ક્ષેત્રના ધ્યાન અને પ્રેરણા ઘટકો અનિવાર્ય જણાવ્યા છે. બાળક જ્ઞાનાત્મક, ભાવાત્મક, સામાજિક કે મનોશારીરિક ક્ષેત્રના કૌશલ્યોનું અધ્યયન કરતું હોય ત્યારે જો તે ભાવાત્મક ક્ષેત્રના નિમ્ન સ્તરે હોય તો તેને અધ્યયનમાં મુશ્કેલી કે અવરોધ નડે છે. ઉદાહરણ તરીકે, જો અધ્યેતા અધ્યયન અંગે પોતાની જવાબદારી લેવા તૈયાર ન હોય તો તે જૂથચર્ચામાં ભાગ લેશે નહીં.

આમ, અધ્યાપનનું આયોજન કોઈ એક ક્ષેત્ર પર કેન્દ્રિત હોય અને અન્ય ક્ષેત્રોની અવગણવામાં આવે તો શિક્ષક અધ્યાપન પ્રક્રિયામાં કે અધ્યેતા અધ્યયન પ્રક્રિયામાં સંપૂર્ણપણે સફળ થતો નથી. આથી ત્રણે ક્ષેત્રો પર સમાંતર ધ્યાન આપવું જોઈએ.

કોથવેલ, બ્લૂમ અને મેસીયા એ ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં સંવેગો સાથે જોડાયેલી બાબતો જેવી કે, લાગણીઓ, મૂલ્યો, કદર, ઉત્સાહ, પ્રેરણો અને વલણોનો સમાવેશ કર્યો છે. આ ક્ષેત્રોની ભિન્ન બાબતો સરળથી સંકુલ સ્વરૂપની અધ્યયનની પાંચ કક્ષાઓમાં સમાવિષ્ટ થાય છે. જેમ જ્ઞાનાત્મક ક્ષેત્રમાં તર્ક, સમસ્યા- ઉકેલ વગેરેના અધ્યયનની પ્રક્રિયાઓ થાય છે તેમ ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં પણ ભાવાત્મક કૌશલ્યોના અધ્યયનની પ્રક્રિયા થાય છે. અહીં આપણે સૌપ્રથમ બ્લૂમ અને તેમના સાથીદારોએ આપેલા વર્ગીકરણ અનુસાર અધ્યયન-પ્રક્રિયાની પાંચ કક્ષાઓ અને તેની અધ્યયન નીપજોની ચર્ચા કરીશું અને ત્યારબાદ આ પાંચ કક્ષાઓનું 16 ઝૂમખાંઓ અને 80 કૌશલ્યોમાં સૂક્ષ્મ વર્ગીકરણ કરીશું.

## 9.4 ભાવાત્મક ક્ષેત્રની પ્રક્રિયાઓ

### ◆ 9.4.1 ભાવાત્મક ક્ષેત્રની પ્રક્રિયાઓની કક્ષાઓ

આ ક્ષેત્ર પાંચ ભાવાત્મક પ્રક્રિયાઓનું બનેલ છે કે જે સરળથી સંકુલ એમ શ્રેણીમાં ગોઠવાયેલું છે. આ પ્રત્યેક પ્રક્રિયાને ‘અધ્યયન - નીપજ’ તરીકે ઓળખીશું. આ પ્રત્યેક ‘અધ્યયન - નીપજ’ નો પરિચય તેની સંકલ્પના અને તેને વ્યક્ત કરતાં અધ્યેતાનાં વર્તનો વડે મેળવીશું. દરેક પ્રક્રિયા કે સોપાન માટે ક્રિયાપદોની યાદી આપેલ છે. આ ક્રિયાપદોના ઉપયોગથી ‘સ્વચ્છતા’ ના મૂલ્ય માટેના વિશિષ્ટ હેતુઓ દરેક સોપાન માટે ઉદાહરણ તરીકે આપેલ છે. તમે કોઈ એક મૂલ્ય પસંદ કરી આ ક્રિયાપદોનો ઉપયોગ કરી વિશિષ્ટ હેતુઓની યાદી બનાવી તેને સંલગ્ન જરૂરી અધ્યાપન યોજનાઓ વિચારી શકો છો.

કોથવેલ, બ્લૂમ અને મેસીયાએ Taxonomy of Educational Objectives Hand Book - II : Affective Domain માં ભાવાત્મક ક્ષેત્રની પ્રક્રિયાઓને ધ્યાનમાં હેતુઓનું વર્ગીકરણ સમજાવ્યું હતું જે નીચે મુજબ છે.

1. ધ્યાનમાં લેવું (Receivinĭk or Attendinĭk)
2. પ્રતિચાર આપવો (Respondinĭk)
3. મૂલવવું (Valuinĭk)
4. વ્યવસ્થાપન (Orĭkanisation)
5. અમૂક મૂલ્ય કે મૂલ્યતંત્ર વડે ઓળખવવું (Characterization by a Value or Value Complex)

1. **ધ્યાન આપવું :** ધ્યાન આપવું એટલે ચોક્કસ પ્રક્રિયા, ઘટના કે ઉદ્દીપક પ્રત્યે બાળકની ધ્યાન આપવાની ઈચ્છા. આ પ્રક્રિયાને નીચેની પેટાકક્ષાઓમાં વહેંચી શકાય.

**જાગૃતતા :** અધ્યેતા ચોક્કસ પરિસ્થિતિ, બનાવ કે સમસ્યા અંગે જાગૃત બને છે જે અધ્યયન તરફનું પ્રથમ સોપાન છે.

**ધ્યાન આપવાની ઈચ્છા :** આ વર્તન દર્શાવે છે કે અધ્યેતા કંઈક પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છે છે. અધ્યેતા પરિસ્થિતિ પર ખરેખર ધ્યાન આપે છે. ઉદાહરણ તરીકે, ધ્યાનપૂર્વક વાત સાંભળવી.

**નિયંત્રિત કે પસંદિત ધ્યાન :** અધ્યેતા પોતાના ધ્યાનને હકારાત્મક રીતે નિયંત્રિત કરે છે. અલગ - અલગ હેતુ માટે શ્રેષ્ઠ હોય તેવો ઉદ્દીપક પસંદ કરે છે અને તેના પર ધ્યાન આપે છે. અન્ય ઉદ્દીપકોનો હાજરી અવગણે છે.

**ધ્યાનમાં લેવું - ક્રિયાપદો**

- |                                    |                |             |             |
|------------------------------------|----------------|-------------|-------------|
| - પૃચ્છા કરે                       | - સૂચના અનુસરે | - ઓળખે      | - વર્ણન કરે |
| - ટટ્ટાર બેસે                      | - ઓળખે         | - દર્શાવે   | - પસંદ કરે  |
| - નામ આપે                          | - શ્રવણ કરે    | - ધ્યાન આપે | - સભાન થાય  |
| - પ્રત્યુત્તર આપવા તત્પરતા દર્શાવે |                |             |             |

◆ **ક્રિયાપદોના આધારે વિશિષ્ટ હેતુઓ :**

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| - સ્વચ્છતા વિશે પૃચ્છા કરે            | - સ્વચ્છતા અંગેની સૂચના અનુસરે                   |
| - સ્વચ્છતાની વાત દરમિયાન ટટ્ટાર બેસે  | - સ્વચ્છતાના ક્ષેત્રોને ઓળખે                     |
| - સ્વચ્છતાનું વર્ણન કરે               | - સ્વચ્છતા દર્શાવે                               |
| - સ્વચ્છતા પસંદ કરે                   | - સ્વચ્છતા અંગે પ્રત્યુત્તર આપવા તત્પરતા દર્શાવે |
| - સ્વચ્છતા અંગેની વાતચીતનું શ્રવણ કરે | - સ્વચ્છતા તરફ ધ્યાન આપે                         |
| - સ્વચ્છતા માટે સભાન થાય              |  |

2. **પ્રતિચાર આપવો :** વસ્તુ પર ધ્યાન આપવા ઉપરાંત તે સક્રિય રીતે ભાગ પાડી લે છે. આ સ્તરે ચોક્કસ ઘટના તરફ માત્ર ધ્યાન ન આપતા તે પ્રતિચાર પાડી આપે છે. આ વર્ગની ઉચ્ચ કક્ષાને અભિરુચિ નામ આપવામાં આવ્યું છે. અર્થાત્ આ પ્રક્રિયા પર પ્રભુત્વ મેળવેલ વ્યક્તિ ચોક્કસ પ્રક્રિયામાં ભાગ લેવામાં આનંદ મેળવે છે. આ પ્રક્રિયાની પેટાકક્ષાઓ નીચે મુજબ છે.

**અન્યના પ્રતિચારોને વિના વિરોધે સ્વીકારવા :** અધ્યેતા ચોક્કસ પરિસ્થિતિ કે ઉદ્દીપક તરફ આપેલ પ્રતિભાવને સંપૂર્ણપણે વળગી રહે છે. આપેલ સાહિત્ય વાંચે, સ્વાસ્થ્ય સંબંધી સૂચનાનું પાલન કરે વગેરે.

**પ્રતિચાર આપવાની ઈચ્છા :** અપેક્ષિત વતન વૈકલ્પિક અને સ્વૈચ્છિક હોવા છતાં અધ્યેતા શિક્ષકના ભય વગર તેનો પ્રતિભાવ આપવા તૈયાર હોય છે. વધારાનું સાહિત્ય વાંચે, વર્ગખંડ ચર્ચામાં ભાગ લે છે.



પ્રતિચારમાં સંતોષ : ચોક્કસ વર્તનો કરવામાં આનંદ મેળવે. આનંદ મેળવવા અગાઉ કરતાં વધુ ઉચ્ચ કક્ષાએ જાય.

પ્રતિચાર આપવો - ક્રિયાપદો

- ઉત્તર આપે - વાંચે - મંજૂર કરે - કહે
- મદદ કરે - રજૂઆત કરે - એકત્રિત કરે - અહેવાલ આપે
- મહાવરો કરે - ચર્ચા કરે લખે

◆ ક્રિયાપદોના આધારે વિશિષ્ટ હેતુઓ :

- સ્વચ્છતા અંગેના પ્રશ્નોના ઉત્તર આપે - સ્વચ્છતા અંગે વાંચે
- સ્વચ્છતા અંગેના પ્રસ્તાવ મંજૂર કરે - સ્વચ્છતા અંગે અન્યને કહે
- સ્વચ્છતાના કાર્યોમાં મદદ કરે - સ્વચ્છતા અંગેના કાર્યો માટે રજૂઆત કરે
- સ્વચ્છતા અંગેની માહિતી એકત્રિત કરે - સ્વચ્છતા અંગેનો અહેવાલ આપે
- સ્વચ્છતા અંગે ચર્ચા કરે - સ્વચ્છતા અંગે લખે

3. **મૂલવવું :** મૂલવવું એટલે વસ્તુ, ઘટના કે વર્તનનું મૂલ્ય સમજવું. અધ્યેતાની મૂલ્ય સમજ તે ચોક્કસ વસ્તુ, ઘટના કે વર્તન સાથે કેટલી ઘનિષ્ટ રીતે જોડાય છે. તેના વડે નક્કી થઈ શકે છે. તેની સાથે જોડાવા દબાણ ન હોવા છતાં ચોક્કસ મૂલ્યના કારણે તેની સાથે જોડાવા વર્તન કરે છે. આવા વર્તનોને 'વલણો' કે 'કદર' વડે ઓળખવામાં આવે છે. મૂલવવાની પેટાકક્ષાઓ નીચે મુજબ છે.

**મૂલ્યનો સ્વીકાર :** અધ્યેતા ચોક્કસ વસ્તુ કે ઘટનાને ચોક્કસ મૂલ્ય આપે છે. પ્રારંભિક તબક્કે મૂલ્ય સ્વીકારની પરિસ્થિતિ કંઈક અંશે કામચલાઉ હોય છે. ઉદાહરણ તરીકે વર્ગમાં સહાધ્યાયીના સહકારની કદર કરે અને લોકશાહીમાં વિશ્વાસ દર્શાવે.

**મૂલ્ય માટે અગ્રિમતા :** પોતે સ્વીકારેલ મૂલ્ય કે વલણ સંબંધિત બાબતોને વળગી રહે અથવા પ્રથમ પસંદગી આપે. ઉદાહરણ તરીકે, સામાજિક સુધારણા માટેની દરખાસ્ત મૂકવી.

**મૂલ્ય માટે પ્રતિબદ્ધતા :** પોતાના મૂલ્ય, સિદ્ધાંત કે વલણને વફાદાર રહી તેના તરફ કટિબદ્ધ રહે.

મૂલવવું - ક્રિયાપદો

- પૂર્ણ કરે - સાર્થકતા સિદ્ધ કરે - ટીકારકણ કરે
- કાર્ય કરે - પહેલ કરે - કાર્યમાં જોડાય
- તફાવત પાડે - રચના કરે - દરખાસ્ત મૂકે
- અનુસરે - નિસ્ખત દર્શાવે - અભ્યાસ કરે

◆ ક્રિયાપદોના આધારે વિશિષ્ટ હેતુઓ :

- સ્વચ્છતાના કાર્ય પૂર્ણ કરે - સ્વચ્છતા અંગેના કાર્યોની સાર્થકતા સિદ્ધ કરે
- સ્વચ્છતા અંગે ટીકારકણ કરે - સ્વચ્છતાના કાર્ય કરે
- સ્વચ્છતા અંગેના કાર્યમાં પહેલ કરે - સ્વચ્છતાના કાર્યમાં જોડાય

- સ્વચ્છતા અને ગંદકી વચ્ચે તફાવત પારખે
- સ્વચ્છતા જૂથની રચના કરે
- સ્વચ્છતાના કાર્ય માટેની દરખાસ્ત મૂકે
- સ્વચ્છતાના પાઠોને અનુસરે
- સ્વચ્છતા અંગે નિસ્ખત દાખવે
- સ્વચ્છતાનો અભ્યાસ કરે

4. **વ્યવસ્થા :** વિવિધ મૂલ્યો અને તેમનાં તંત્રો વચ્ચે સુસંવાદિતા કેળવવી મૂલ્યતંત્રની વ્યવસ્થા પ્રસ્થાપિત કરવી. તે માટે અધ્યેતા તુલના, સંબંધ જોડવો અને સંશ્લેષણ જેવી પ્રક્રિયાઓ કરે છે. આ પ્રક્રિયાની પેટાકક્ષાઓ નીચે મુજબ છે.

**મૂલ્યની સ્પષ્ટ સંકલ્પના :** જવાબદારી, સ્વતંત્રતા, સતત પ્રયત્નશીલતા, નૈતિક ધોરણો વગેરે જેવી અમૂર્ત સંકલ્પનાઓ અંગે સ્પષ્ટ બને છે અને તેના અંગેની જવાબદારી ધરાવે છે. ઉદાહરણ તરીકે માનવસંબંધો વિકસાવવા માટે દરેક વ્યક્તિની શી જવાબદારી છે તેનો સ્વીકાર કરે.

**મૂલ્યની ગોઠવણી :** પોતાના જીવનના લાંબાગાળાના આયોજન માટેના આધારોનો વિકાસ થાય છે. ઉદાહરણ તરીકે તે પોતાનું એવું વ્યવસાયિક કારકિર્દીનું આયોજન કરે છે જે તેની આર્થિક સલામતી અને સામાજિક સેવા એમ બંને જરૂરિયાતોને સંતોષે, પોતાની ક્ષમતાઓ અનુસાર પોતાના જીવનનું આયોજન કરે છે.

**વ્યવસ્થા - ક્રિયાપદો**

- વળગી રહે
- જરૂરી ફેરફાર કરે
- ગોઠવે
- મૂલ્યોની તુલના કરે
- સંબંધ સ્થાપે
- સુગ્રથન કરે
- સામાન્યીકરણ કરે
- ફેરફાર કરે
- સંગઠન કરે
- તૈયારી કરે
- બચાવ કરે
- સ્વ-મૂલ્યાંકન કરે
- ઓળખ દર્શાવે
- દૃષ્ટિકોણ કરે
- પરિવર્તન કરે
- કમ ગોઠવે
- જોડે
- સંશ્લેષણ કરે

◆ **ક્રિયાપદોના આધારે વિશિષ્ટ હેતુઓ :**

- સ્વચ્છતાના મૂલ્યને વળગી રહે
- સ્વચ્છતા જાળવવા જરૂરી ફેરફાર કરે
- સ્વચ્છતા માટેની વ્યવસ્થા ગોઠવે
- સ્વચ્છતાનો અન્ય બાબતો સાથે સંબંધ સ્થાપે
- સ્વચ્છતાના મૂલ્યની અન્ય મૂલ્યો સાથે તુલના કરે
- સ્વચ્છતા માટે તૈયારી કરે
- સ્વચ્છતાના મૂલ્યનું સામાન્યીકરણ કરે
- સ્વચ્છતા અંગેની બાબતોનું સંગઠન કરે
- સ્વચ્છતાના મૂલ્યનો બચાવ કરે
- સ્વચ્છતાના મૂલ્ય સાથે પોતાની ઓળખ દર્શાવે

- સ્વચ્છતા બાબતમાં પોતાનું સ્વમૂલ્યાંકન કરે - સ્વચ્છતા અંગેનો પોતાનો દૃષ્ટિકોણ સ્પષ્ટ કરે
- સ્વચ્છતા જાળવવા વર્તન પરિવર્તન કરે - સ્વચ્છતા માટેનો દૈનિક ક્રમ ગોઠવે
- સ્વચ્છતાને અન્ય બાબતો સાથે જોડે - સ્વચ્છતા અંગેની બાબતોનું સંગઠન કરે

5. **અમુક મૂલ્ય કે મૂલ્યતંત્ર વડે ઓળખાવું :** વ્યક્તિમાં મૂલ્યો એટલા બધા દૃઢ થઈ જાય કે વ્યક્તિ તે મૂલ્ય વડે ઓળખાવા માંડે છે. વ્યક્તિના વર્તનો પર પૂરતા લાંબા સમય સુધી મૂલ્યતંત્ર નિયંત્રણ કરે છે જેના પરિણામે તેની એક ચોક્કસ જીવનરીતિ નિશ્ચિત થઈ જાય ત્યારે વ્યક્તિ ભાવાત્મક ક્ષેત્રના વિકાસની આ અવસ્થાએ પહોંચી છે તેમ કહી શકાય. ભાવાત્મક વિકાસની આ શ્રેષ્ઠ કક્ષાએ પહોંચેલ વ્યક્તિના વર્તનની આગાહી કરી શકાય છે. આ પ્રક્રિયાની બે પેટાકક્ષાઓ નીચે મુજબ છે.

**મૂલ્યોનો સામાન્યીકૃત સ્વીકાર :** અધ્યેતાના વર્તનનું નિયંત્રણ ચોક્કસ મૂલ્યતંત્ર વડે એટલું સહજ બની જાય છે કે તે વર્તન વડે વ્યક્તિને વર્ણવી શકાય છે. ઉદાહરણ તરીકે નવા પુરાવાઓને આધારે નિર્ણયો અને વર્તનોને બદલે.

**ઓળખ :** સુસંવાદી જીવનની ફિલોસોફી. માન્યતાઓ, વિચારો, વલણો અને મૂલ્યોનું ઐક્ય. તેનાથી વ્યક્તિમાં આગવાપણું આવે છે. ઉદાહરણ તરીકે, સહકારયુક્ત કાર્યપર્યાવરણમાં પોતે સહકારયુક્ત વર્તન કરે છે.

◆ **અમુક મૂલ્ય કે મૂલ્યતંત્ર વડે ઓળખાવું - ક્રિયાપદો**

- વર્તે - પ્રભાવ પાડે - વિશેષતા દર્શાવે - ઉકેલ આપે
- વ્યવહાર પરિવર્તન કરે - લાયક બને - સેવા કરે - કાર્ય કરે

◆ **ક્રિયાપદોના આધારે વિશિષ્ટ હેતુઓ**

- સ્વચ્છતાને ધ્યાનમાં રાખીને વર્તે - સ્વચ્છતા દ્વારા પ્રભાવ પાડે
- સ્વચ્છતાની વિશેષતા દર્શાવે - સ્વચ્છતા અંગેનો કાયમી વ્યવહાર પરિવર્તન કરે
- સ્વચ્છતાના મૂલ્ય વહન માટે લાયક બને - સ્વચ્છતાના પ્રશ્નોનો ઉકેલ આપે
- સ્વચ્છતા જાગૃતિ અને અભિયાનો દ્વારા સેવા કરે

◆ **તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1**

નીચે દર્શાવેલ ભાવાત્મક ક્ષેત્રની પ્રક્રિયાઓના પ્રત્યેક તબક્કે માનવ વર્તન જણાવો.

1. ધ્યાન આપવું : .....
2. પ્રતિચાર આપવો : .....
3. મૂલવવી : .....
4. વ્યવસ્થા : .....
5. અમૂક મૂલ્ય કે અમૂલ્યતંત્ર વડે ઓળખાવું : .....

#### 9.4.2 ભાવાત્મક ક્ષેત્રના કૌશલ્યો

બહુમ અને તેના સાથીદારોના પયાસ બાદ અન્ય વિદ્વાનોએ પણ આ ક્ષેત્રમાં રસ લીધો હોવાના પરિણામે આપેલ પાંચ કક્ષાનું વધુ વિશ્લેષણ કર્યું. દોંગા, નનુભાઈએ પોતાના પુસ્તક શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાનમાં ઓળખાયેલ આ 80 ભાવાત્મક કૌશલ્યોની 16 ઝૂમખામાં આપેલ આ વિશ્લેષણની યાદી અત્રે રજૂ કરી છે.

**પ્રક્રિયા - 1 ધ્યાન આપવું : અનુભવ માટે ખુલ્લા રહેવું.**

##### ઝૂમખું - 1 સ્વની શોધ

- સ્વનું અવલોકન કરવું
- સ્વને સાંભળવું
- પ્રતિભાવોનું પ્રત્યક્ષીકરણ કરવું
- શારીરિક જાગૃત્તિ
- સંવેગોને જાગૃત કરવા
- પોતાની ક્રિયાઓની નોંધ લેવી
- પોતાની દૃષ્ટિબિંદુ અંગે જાગૃત થવું
- પોતાને અન્ય લોકો કેવો પ્રતિભાવ આપે છે તે જોવું
- શરીરની ક્ષમતાઓના વિસ્તારને ઓળખાવો
- લાગણીઓનો અનુભવ કરવો

##### ઝૂમખું - 2 પર્યાવરણની શોધ

- જાણવાની ઈતેજારી દર્શાવવી
- મન ખુલ્લુ રાખવું
- હકારાત્મક બનવું
- રમતિયાળ બનવું
- સક્રિય બનવું
- વધુ માહિતી શોધી કાઢવા ઈચ્છવું
- નવીનતાને આવકારવી અને તેને શોધવાની અપેક્ષા
- આશાવાદી માનસિક સ્થિતિ જાળવવી
- અનુભવોમાંથી રમૂજ મેળવવી
- પ્રવૃત્તિ શોધવી

##### ઝૂમખું - 3 સંવેગોની શોધ

- પ્રેમની અનુભવ કરવો
- દિલગીર થવું
- આનંદ અનુભવવો
- હસવું
- સૌંદર્યને પ્રતિભાવ આપવો
- સલામતીનો અનુભવ કરવો
- સાચી રીતે મૂલ્ય પામવું
- નુકશાનને સ્વીકારી લેવું
- અસ્તિત્વ સાથે જોડાણની લાગણી
- અનુભવમાંથી રમૂજ મેળવવી
- સુંદરતાના સ્વરૂપોથી પ્રેરિત થવું
- સલામતીની લાગણીનું પ્રસ્થાપન થવું

#### ◆ પ્રક્રિયા - 2 પ્રતિયાર આપવો : જીવનમાં પ્રવૃત્ત થવું

##### ઝૂમખું - 4 લાગણીનો અનુભવ

- પ્રેમ કરવો
- સંભાળ લેવી
- આદર આપવો
- અર્પણ કરવું
- દુઃખીને મદદ કરવી
- પોતાની જાતને આપવી
- અન્યોની જરૂરિયાતોને હકારાત્મક પ્રતિયાર આપવો
- અન્યો પ્રત્યે કદરની અભિવ્યક્તિ કરવી
- પોતાની માલિકીની વસ્તુ અન્યને સોંપી દેવી
- શારીરિક અને શાબ્દિક આધાર પૂરો પાડવો

#### ◆ ઝૂમખું - 5 જીવનના પડકારોને પહોંચી વળવું

- ની સાથે કામ પાર પાડવું
- તણાવ ઉત્પન્ન કરતાં ઉદ્દીપકોનું વ્યવસ્થાપન કરવું

- વળગી રહેવું
- મદદનો સ્વીકાર કરવો
- પોતાની જાતમાં માનવું
- નિષ્ફળતાને પ્રતિચાર આપવો
- મૂલ્યાંકનની કદર કરવી
- મુશ્કેલીઓ છતાં ચાલુ રાખવું
- અન્યોની મદદ વડે પોતાની વૈયક્તિક મર્યાદા પાર કરવી
- સ્વ-ખ્યાલને જાળવવો અને વિકસાવવો
- અવરોધો પ્રતિ પ્રતિચાર આપવામાં અને નકારાત્મક પરિણામોમાં સંદર્ભમાં ઉપર ઊઠવું
- વાસ્તવદર્શી પ્રતિપુષ્ટિના મૂલ્યોનો સ્વીકાર કરવો.

#### ઝૂમખું - 6 જીવનની સફળતા માટેની ક્ષમતાનો ઉપયોગ કરવો.

- સફળતા પ્રત્યે પ્રતિચાર આપવો
- નમ્ર બનવું
- મૂલ્યાંકન કરવું
- માન આપવું
- અન્યોનો સ્વીકાર કરવો
- ભવિષ્ય માટે રોકાણ કરવું
- પોતાના વિષેની વાત પૂરી કરવાની મંજૂરી આપવી
- ભાવિ સિદ્ધિ માટે ભૂતકાલીન સિદ્ધિઓનું વિશ્લેષણ
- પૂર્ણતાના અર્થનો સ્વીકાર કરવો
- તેમના ફાળાને સ્વીકારવો

#### ◆ પ્રક્રિયા - 3 મૂલવવું : મૂલ્યો કેળવવાં

#### ઝૂમખું - 7 પોતાની જાતને મૂલવવી

- ઓળખ ઊભી કરવી
- પોતાની ફિલસૂફી વિકસાવવી
- પોતાની જાત પર વિશ્વાસ મૂકવો
- પોતાની જાતની સંભાળ રાખવી
- ચિંતન કરવું
- ક્રિયાઓ અને મૂલ્યોને સંતુલિત કરવા
- જીવનને અર્થ આપવો
- સ્વ-કાર્યસાધકતા અંગે ચોક્કસ ખ્યાલ કેળવવો
- પોતાની વૈયક્તિક, ભાવાત્મક - શારીરિક અને આધ્યાત્મિક જરૂરિયાતો પર ધ્યાન આપવું.
- પોતાની સ્વ-જાગૃતિ વધારવી

#### ઝૂમખું - 8 પ્રાકૃતિક કાયદાઓને મૂલવવા

- વૈવિધ્યની કદર કરવી
- પ્રકૃતિને મૂલવવી
- કુટુંબને મૂલવવું
- આધ્યાત્મિક બનવું
- તંદુરસ્ત પર્યાવરણ પ્રણાલી અને સામાજિક પ્રણાલીના માપ તરીકે ભિન્નતાઓનું અંકન કરવું
- પ્રાકૃતિક નિયમોને સમજવા અને તેની સાથે પોતાની પ્રતિક્રિયાઓને સુસંવાદી બનાવવી.
- કેન્દ્રિય સામાજિક જૂથ સાથે સામીપ્યનો આનંદ અનુભવવો
- ભય અને માન અનુભવવા

#### ઝૂમખું - 9 વૈયક્તિક મૂલ્યોનું શુદ્ધિકરણ

- મૂલ્યોને ઓળખવા
- માન્યતાઓ શોધવી
- પોતાના મૂલ્યતંત્રને સ્પષ્ટ કરવું
- મૂલ્યોને પ્રમાણિત કરવા
- માલિકી સ્વીકારવી
- મુખ્ય માન્યતાઓને નામ આપવા
- પોતાના મૂલ્યોના આધારો શોધવા પ્રશ્નો પૂછવા
- સાતત્ય પ્રાપ્ત કરવું
- અનુભવોની કસોટી વડે મૂલ્ય પર વૈયક્તિક માલિકી મેળવવી
- પોતાના વર્તનની જવાબદારી અંગે ધારણા બાંધવી

◆ પ્રક્રિયા - 4 વ્યવસ્થા : પોતાની જાતનું વ્યવસ્થાપન કરવું

ઝૂમખું - 10 પોતાની જાતનું નિયમન

- વિનંતીઓ પ્રત્યે પ્રતિચાર
- જ્ઞાનાત્મક સંઘર્ષને ઓળખવો
- જ્ઞાનાત્મક સંઘર્ષનું વ્યવસ્થાપન કરવું
- સ્ત્રોતોનું વ્યવસ્થાપન કરવું
- અગ્રતાક્રમ નક્કી કરવો
- સ્વ-શિસ્તયુક્ત બનવું
- પોતાની પૂર્ણતાને જાળવી રાખવા હદ નિશ્ચિત કરવી
- પરિસ્થિતિઓમાં અસાતત્યની નોંધ લેવી
- જીવનના અસાતત્યોના સામનામાં સમરૂપતા કેળવવી
- અગત્યના ધ્યેયો માટેના સ્ત્રોતો અને રસ્તાઓનો ઉપયોગ
- સૌથી અગત્યનું શું છે તે નક્કી કરવું
- સંવેગ - નિરપેક્ષ સખત મેહનત કર્યા કરવી

ઝૂમખું - 11 કાર્યસિદ્ધિનું વ્યવસ્થાપન

- નિર્ણાયક બનવું
- ભાવિ પ્રતિ પ્રતિબદ્ધતા
- પોતાની જાતને તૈયાર કરવી
- મહાવરો કરવો
- ધોરણોને પડકારવા
- સ્વ- કાર્યસાધક બનવું
- સંવેગોને સુસંવાદી બનાવવા
- વિશ્વાસ સાથે પસંદગી કરવી
- જીવન ધ્યેયોમાં પ્રવૃત્ત રહેવું
- કાર્યસિદ્ધિને વાસ્તવ સ્વરૂપમાં જોવી
- પુનરાવર્તનથી પોતાની સફળતાની શક્યતા વધારવી
- પોતાની ગુણવત્તા માટે અપેક્ષાઓ ઊંચી લઈ જવી
- સ્વ - ક્ષમતાઓ અને માન્યતાઓ વચ્ચે એકરૂપતા લાવવી
- લાગણીઓને સમસ્યા - ઉકેલ, નિર્ણય અને અધ્યયન માટે ઉપયોગમાં લેવી

ઝૂમખું - 12 સંવેગોનું વ્યવસ્થાન

- સંવેગોનું નિયમન કરવું
- ભાવાત્મક સંદર્ભોને ઓળખવા
- સંવેગોનું મોડલિંગ કરવું
- પોતાના સંતુલન બિંદુ પર પુનઃ આવવું
- ભાવિ સંવેગો માટે તૈયાર રહેવું
- ભિન્ન પરિસ્થિતિઓમાં ભાવાત્મક ક્ષમતાઓનું નિદર્શન

◆ પ્રક્રિયા - 5 અમુક મૂલ્ય કે મૂલ્યતંત્ર વડે ઓળખવું

ઝૂમખું - 13 સંવેગોનું સંકલન

- લાગણીઓને જોડવી
- લાગણીઓનું અર્થઘટન કરવું
- લાગણીઓનું વિશ્લેષણ કરવું
- લાગણીઓની આગાહી કરવી
- સંવેગોને શોધવા
- સંવેગો જોડવા જેમ કે પ્રેમ અને ભય
- સંવેગોના સામાજિક અને ઐતિહાસિક અર્થ સમજવા
- સંકુલ સંવેગોના કારણો સમજવા
- ભાવિ સંવેગોને જોઈ શકી અને તેને પહોંચી વળવા યોગ્ય પગલાં લેવા
- સુખદાયક અને દુઃખદાયક સંવેગોમાંથી શીખવું

ઝૂમખું - 14 વૈયક્તિક વિકાસ માટે મદદ કરવી

- વૈયક્તિક ક્ષમતાઓનો ઓળખવી
- મૂલ્યાંકન આવકારવું
- વિકાસ માટેના ક્ષેત્રો અને ક્ષમતાઓને ઓળખવા
- વાસ્તવદર્શી વિકાસ માટે પ્રતિપુષ્ટિ પર ધ્યાન આપવું

- ધીરજવાન બનવું
- અભ્યાસક્રમમાં ચાલુ રહેવા શક્તિમાન બનવું

#### ઝૂમખું : 15 સ્વને પડકારવો

- ક્ષમતા શોધવી
- ઓળખને વિસ્તૃત કરવી
- હિંમતવાન બનવું
- સાંસ્કૃતિક રીતે વિકસવું
- સમાનુભૂતિ દર્શાવવી
- જીવનનું દષ્ટિબિંદુ વિકસાવવું
- જીવનને નૂતન માર્ગે પ્રવૃત્ત કરવું
- અજ્ઞાતને પ્રભાવિત કરવા જોખમ ઉઠાવવું
- માનવ ભિન્નતાના દષ્ટિબિંદુથી અંતઃસૂઝનો ઉપયોગ
- વિશ્વ અંગેના અન્યોના સંકુલ મતભેદ પ્રત્યે હકારાત્મક પ્રતિભાવ આપવો

#### ઝૂમખું - 16 સ્વ થી પર પ્રતિબદ્ધતા

- સંભાળ માટે પ્રતિબદ્ધ થવું
- નીપજોની સ્વીકાર કરવો
- માન્યતાઓનો અમલ કરવો
- સ્વ-મૂલ્યાંકનને વધારવું
- પરિપક્વ બનવું
- સ્વ- વાસ્તવિકીકરણ
- લાંબાગાળાની જવાબદારી લેવી
- વાસ્તવિકતા સાથે અનુકૂળ થવું
- નૈતિક રીતે સાતત્ય દર્શાવવું
- પોતાની ક્ષમતાને ક્રિયાશીલ બનાવવી
- પોતાની સુગ્રંથિતતામાં વધારો કરવો
- ભાવિ માટે જવાબદારી લેવી

#### 9.4.3 સાંવેગિક ક્ષમતાઓ

ડેનિયલ ગોલમેને ‘ભાવાત્મક બુદ્ધિ’ નામની એક વિભાવના પ્રચલિત કરી છે. તેમણે ભાવાત્મક બુદ્ધિનું એક મોડેલ રજૂ કર્યું. તેમાં તેમણે વ્યક્તિગત અને અન્યોના સંદર્ભમાં ઓળખ અને નિયંત્રણ કરતી 20 ભાવાત્મક ક્ષમતાઓની યાદી આપી છે. આ મોડેલ નીચેની સારણીમાં રજૂ કર્યું છે.

	વ્યક્તિગત ક્ષમતાઓ	સામાજિક ક્ષમતાઓ
ઓળખ	સ્વ-જાગૃતિ	સામાજિક ક્ષમતાઓ
	- ભાવાત્મક સ્વ-જાગૃતિ - ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન - આત્મ-વિશ્વાસ	- સમાનુભૂતિ - સેવા- અભિમુખતા - વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ
નિયંત્રણ	સ્વ વ્યવસ્થાપન	સંબંધોનું વ્યવસ્થાપન
	- સ્વ-નિયંત્રણ - વિશ્વાસપાત્રતા - ઈમાનદારી - ઉચ્ચ આદર્શ - અનુકૂલન - ક્ષમતા - સિદ્ધિપ્રેરણ - પહેલ કરવાની ક્ષમતા - સંયોજનક્ષમતા	- અન્યોનો વિકાસ કરવો - પ્રભાવ - પ્રત્યાયન - ક્ષમતા - સંઘર્ષોનું વ્યવસ્થાપન - નેતૃત્વશક્તિ - પરિવર્તક ક્ષમતા - જૂથ ક્ષમતા, સહકાર

આ મોડેલમાં આપેલ ભાવાત્મક ક્ષમતાઓની યાદી એ તમે આગળ જોઈ ગયા તે ડકન - હેવિડ અને તેના સાથીઓ રજૂ કરેલ ભાવાત્મક કૌશલ્યોની યાદી સાથે મળતી આવે છે. ભારતમાં આ ક્ષેત્રો પૈકી માલદે એ ભાવાત્મક બુદ્ધિ વિકાસ મોડેલ અનુસાર 60 મિનિટમાં શિક્ષક એક ભાવાત્મક ક્ષમતા અંગે બાળકો સાથે આંતરક્રિયા કરે છે અને બાળકો આનુષંગિક નોંધ તેમને આપેલા પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધે છે. શિક્ષક ભાવાત્મક ક્ષમતાઓ પોતાની સમજ અને પ્રત્યાયન કૌશલ્યો પરના પ્રભુત્વ વડે આ કાર્યક્રમનો અસરકારક રીતે અમલ કરી શકે છે.

## 9.5 ભાવાત્મક વિકાસનું અધ્યાપન અને માપન

### 9.5.1 ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં અધ્યાપન માટેના અભિગમો

મોટા ભાગના વિદ્વાનોના મતે અધ્યયન માટે ભાવાત્મક ક્ષેત્ર ખૂબ અગત્યનું છે પરંતુ બ્લૂમના સંદર્ભમાં આ ક્ષેત્રમાં ઓછું ખેડાણ થયેલ છે. પરિણામે અધ્યાપનમાં ભાવાત્મક ક્ષેત્રનો ઉપયોગ કરવા અંગે અલ્પ માત્રામાં સાહિત્ય ઉપલબ્ધ છે. આપણા ઔપચારિક વર્ગખંડ અધ્યાપનમાં મોટા ભાગના શિક્ષકો અધ્યેતાઓના જ્ઞાનાત્મક વિકાસ માટે સતત પ્રયત્નશીલ રહેતા જોવા મળે છે. વાલી અને સમાજ પણ બાળકના જ્ઞાનાત્મક પાસાના વિકાસ પ્રત્યે જાગૃત રહે છે. આપણે ઈચ્છીએ છીએ કે, બાળકો પોતાની લાગણીઓ અંગે જાગૃત બને, લાગણીઓનું વ્યવસ્થાપન કરે, તેઓમાં ચોક્કસ મૂલ્યતંત્રનો વિકાસ થાય. તેઓ પોતાની અને અન્યના કામની કદર કરે. તેઓને અભ્યાસમાં સતત ઉચ્ચ સિદ્ધિ મેળવવા પ્રેરણા મળે, તેઓમાં વિવિધ વિષયો, પદાર્થો, ઘટનાઓ, વ્યક્તિઓ પ્રત્યે હકારાત્મક વલણ કેળવાય. તેઓ ચોક્કસ પ્રવૃત્તિઓમાં રસ કેળવે અને તેઓમાં સ્વ-વાસ્તવિકીકરણનો વિકાસ થાય. આ તમામ અપેક્ષાઓ બાળકના ભાવાત્મક વિકાસ સાથે જોડાયેલ છે. જો આ અપેક્ષાઓ સંતોષવી હોય તો બાળકે ધ્યાન આપવું, પ્રતિચાર આપવો, મૂલવવું, વ્યવસ્થા કરવી અને ચોક્કસ મૂલ્યતંત્ર વડે ઓળખાવું જેવી ભાવાત્મક પ્રક્રિયા શ્રેણી પર અને તેમાં સામેલ ભાવાત્મક કૌશલ્યો પર પ્રભુત્વ મેળવવું જરૂરી છે. ડન્કન-હેવિટના મતે અધ્યયન અને સર્વાંગી વિકાસમાં ભાવાત્મક ક્ષેત્ર અગત્યની ભૂમિકા ભજવે છે અને અન્ય કૌશલ્યોની જેમ તેનો પણ સુઆયોજિત વિકાસ કરી શકાય છે. ભાવાત્મક કૌશલ્યો ઈરાદાપૂર્વકના મહાવરો અને સતત મૂલ્યાંકનથી જાગૃતપણે વિકસાવી શકાય છે.

ભાવાત્મક કૌશલ્યોના શિક્ષણ માટે બે અભિગમો પ્રચલિત છે. આ અભિગમોનો અભ્યાસ કરવાથી ભાવાત્મક ક્ષેત્રના વિકાસ માટેની પ્રવૃત્તિઓના આયોજનમાં સરળતા રહેશે. 1. અનૌપચારિક અભિગમ અને 2. ઔપચારિક અભિગમ. નીચે આ બંને અભિગમોનો પરિચય આપેલ છે.

1. **ભાવાત્મક કૌશલ્ય વિકાસ માટે અનૌપચારિક અભિગમ :** આ અભિગમ અનુસાર શાળાના આચાર્ય કે શિક્ષક બાળકોમાં જે ભાવાત્મક કૌશલ્યો વિકસાવવાનું ધ્યેય હોય તેનો પ્રાસંગિક પરિચય કરાવે છે. તે માટે તેઓ પ્રવચનો, વાર્તાલાપો, પ્રશ્નોત્તરી, સહઅભ્યાસિક પ્રવૃત્તિઓ, પ્રાર્થનાસભા વગેરેને માધ્યમ બનાવી શકે છે. ઉપરાંત શાળાકીય પાઠ્યક્રમના ભાષા, વિજ્ઞાન, ઇતિહાસ જેવા વિષયોના વસ્તુ અને પાત્રોની વર્તનમાં વ્યક્ત થતાં ભાવાત્મક કૌશલ્યો પર બાળકોને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી વિષય શિક્ષણની સાથોસાથ ભિન્ન ભાવાત્મક કૌશલ્યો વિકસાવવામાં મદદ કરી શકાય. ઇતિહાસના એવા ઘણા પ્રસંગો હોય છે. જે બાળકોના ચોક્કસ બાબતો પ્રત્યે વલણ - ઘડતરમાં અને મૂલ્ય-સ્પષ્ટીકરણ માટે ઉપયોગમાં લઈ શકાય. આ અભિગમનો શાળાકીય પર્યાવરણમાં સાતત્યપૂર્ણ ઉપયોગ ભાવાત્મક વિકાસની દિશામાં સારું પરિણામ લાવી શકાય છે.
2. **ભાવાત્મક કૌશલ્ય વિકાસ માટેની ઔપચારિક અભિગમ :** અહીં શિક્ષક ચોક્કસ આયોજન સાથે કામ કરે છે. વિવિધ ભાવાત્મક કૌશલ્યોનો સીધેસીધો પરિચય કરાવવામાં આવતો હોવાથી તે પ્રત્યક્ષ પદ્ધતિ તરીકે ઓળખાય છે. આ અભિગમ અનુસાર પાઠ્યક્રમના કોઈ વિષયવસ્તુનો ઉપયોગ કરીને અથવા ખાસ કાર્યક્રમોનો ઉપયોગ કરીને વલણ, મૂલ્યો, ભાવાત્મક ક્ષમતાઓ, સામાજિક કૌશલ્યો, પ્રતિબદ્ધતા વગેરેના વિકાસ કરવા પ્રયાસો થાય છે.

#### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

ભાવાત્મક ક્ષેત્રના અધ્યાપન માટેના અનૌપચારિક અને ઔપચારિક અભિગમ વચ્ચેનો તફાવત આપો.

અનૌપચારિક અભિગમ	ઔપચારિક અભિગમ
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.



### 9.5.2 ભાવાત્મક વિકાસનું માપન

ભાવાત્મક ક્ષેત્ર ઘણું સંકુલ છે. તેમાં 'માહિતી મેળવવાની ઈચ્છા' જેવા પ્રારંભિક કૌશલ્યોથી 'બાળકો જે જ્ઞાન અને કૌશલ્યોનો સમાવેશ થાય છે તેનું તેઓ મૂલ્ય સમજી શકે છે તેની અભિવ્યક્તિ' જેવા ઉચ્ચ કક્ષાનાં ભાવાત્મક કૌશલ્યોનો સમાવેશ થાય છે. ભાવાત્મક વિકાસ અને તેના માપન માટે નીચેના સોપાનોના ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

- 1. ભાવાત્મક કૌશલ્યને વ્યાખ્યાયિત કરવું :** મૂલ્યાંકન કરવા માટે કૌશલ્યોના આ વિસ્તારમાંથી યોગ્ય કૌશલ્ય પસંદગી કરી તેને વ્યાખ્યાયિત કરવું જોઈએ. ઉદાહરણ તરીકે, શિક્ષક 'સ્વ-નિયમન' નામના ભાવાત્મક કૌશલ્યનું માપન કરવા માંગતો હોય તો તેની વ્યાખ્યા આ રીતે લખે છે - વ્યક્તિ સ્વીકારે છે કે પોતાના જ્ઞાન અને કૌશલ્યોની પ્રાપ્તિ માટેની જવાબદારી અને તેનું નિયંત્રણ પોતાનું જ છે.
- 2. પસંદિત ભાવાત્મક કૌશલ્ય ધરાવતા બાળકોના લક્ષણોની યાદી તૈયાર કરવા :** સ્વ - નિયમન ધરાવતા બાળકોના લક્ષણો નક્કી કરવાં જેમ કે...
  - સ્વ-નિયમનવાળા બાળકો જ્ઞાનપ્રાપ્તિની પ્રક્રિયાના ભિન્ન તબક્કે પોતાની જાતે આયોજન કરે. ધ્યેયો નક્કી કરે, ગોઠવણી કરે, સ્વ-મોનિટરીંગ કરે અને સ્વ-મૂલ્યાંકન કરે છે.
  - સ્વ-નિયમનવાળા બાળકો અધ્યયન પ્રતિચારોની અમલ પોતાની મેળે કરે છે. નવી કે બદલાતી પરિસ્થિતિમાં અધ્યયન પ્રતિચારોને અનુકૂલિત કરવાનું કાર્ય જાતે કરે છે અને અધ્યયન પ્રવૃત્તિમાંથી લાભ મેળવવા સ્વ-પરિત બને છે.
- 3. ભાવાત્મક હેતુઓ નક્કી કરવા :** બાળકો સ્વ-નિયમનયુક્ત વર્તન કરે તેવું ઈચ્છતો શિક્ષક અધ્યયન અનુભવો આપવા માટે નીચેના હેતુઓનું નિર્ધારણ કરે.
  - બાળકો વર્ગમાં સમયસર આવશે.
  - બાળકો સમયસર સ્વાધ્યાયો રજૂ કરશે.
  - બાળકો વર્ગ પ્રવૃત્તિમાં હકારાત્મક રીતે ભાગ લેશે.
  - બાળકો તેઓના ભાવિ વિકાસની જવાબદારી લેશે.
- 4. ભાવાત્મક કૌશલ્યો માટેના અધ્યયન અનુભવોને વ્યાખ્યાયિત કરવા :** જો શિક્ષક ઉપરોક્ત નિર્ધારિત ભાવાત્મક હેતુઓ સિદ્ધ કરવા માંગતા હોય તો તે હેતુને અનુરૂપ અધ્યયન અનુભવોને વ્યાખ્યાયિત કરવા પડે. હેતુઓ નિશ્ચિત થાય ત્યારે તે હેતુઓ પર બાળકો પ્રભુત્વ દર્શાવી શકે તેવી પ્રવૃત્તિઓ શિક્ષકે સહેલાઈથી પૂરી પાડવી જોઈએ.
- 5. ભાવાત્મક કૌશલ્યોને વ્યક્ત કરતાં વર્તનોનું મૂલ્યાંકન :**

ભાવાત્મક કૌશલ્યોને વ્યક્ત કરતાં વર્તનોનું મૂલ્યાંકન નીચે દર્શાવેલ સાધનો વડે થઈ શકે છે.

(એ) ઓળખયાદી : તે ભાવાત્મક ક્ષેત્રોના કૌશલ્યોના માપનમાં ઉપયોગમાં લેવાતું સૌથી પ્રચલિત સાધન છે. તેમાં સરળ વિધાન સ્વરૂપમાં નિયત ભાવાત્મક કૌશલ્યને વ્યક્ત કરતાં વર્તનોની યાદી હોય છે. બાળકે કે શિક્ષકે પ્રત્યેક વિધાનની સામે તે વિધાનમાં રજૂ થતું કૌશલ્ય માપન માટે ઓળખયાદીમાં નીચેના જેવાં વિધાનો મૂકી શકાય.

  - બાળક વર્ગમાં સમયસર આવે છે.
  - બાળક પોતાનું ગૃહકાર્ય નિયમિત રીતે કરીને લાવે છે.
  - બાળક જૂથચર્ચામાં ઉત્સાહપૂર્વક ભાગ લે છે.
  - બાળક પોતાની ક્રિયાઓ પર ધ્યાન રાખે છે.
  - અનુભવોમાંથી રમૂજ મેળવે છે.
  - અન્યોના કાર્યોની કદર કરે છે.
  - મુશ્કેલીઓનો સામનો કરીને પ્રયત્નો ચાલુ રાખે છે.
  - પરિસ્થિતિમાં અસાતત્યની નોંધ લે છે.

- (બી) **સ્વ - અહેવાલ :** તેમા કોઈ પાત્ર કોઈ ખ્યાલ, વિચાર કે વ્યક્તિ પ્રત્યે પોતાની લાગણીઓ કે વલણો અભિવ્યક્ત કરે છે. તે એક પ્રકારનું લેખિત ચિંતન કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે, પાત્ર વિચારે છે કે ‘મને ગણિત શા માટે નથી ગમતુ’ અને તેનો જવાબ લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરે છે. શિક્ષકે એવી રીતે ઉદ્દીપકો પૂરા પાડવા જોઈએ કે પાત્ર ‘ધ્યાન આપવું’ થી માંડીને ‘લાક્ષણિકતા’ સુધીના ભાવાત્મક કૌશલ્ય તેના અહેવાલમાં જણાવે.
- (સી) **ક્રમમાપદંડ :** આ ઉપકરણમાં સામાજિક વિજ્ઞાનમાં સંખ્યાત્મક માહિતી મેળવવા કક્ષાઓનો ગણ તૈયાર કરવામાં આવે છે એટલે કે ભાવાત્મક કૌશલ્યના વર્તનને વ્યક્ત કરતા વિધાન સામે પાંચથી અગિયાર કક્ષાઓમાં પાત્રનો પ્રતિચાર મેળવવામાં આવે છે.
- (ડી) **રોમાન્ટિક ડિફરન્શિયલ :** તે દ્વિધ્રુવીય ક્રમ માપદંડ છે. તેમાં પાત્ર પાસે ચોક્કસ વિચાર કે સંકલ્પના સંબંધિત વિશેષણના બે અંતિમ છેડાની બે કક્ષાઓ વ્યાખ્યાયિત કરેલી હોય છે વચ્ચે 5,7,9 કે 11 બિંદુઓ પૈકી કોઈ એક બિંદુ પર માત્ર પસંદગી દર્શાવે છે. તેમા મુખ્યત્વે સારો - ખરાબ, ક્ષમતાલક્ષી અને પ્રવૃત્તિલક્ષી (ઝડપી-ધીમો) વિશેષણોની જોડીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. ભાવાત્મક ક્ષેત્રના માપન માટે આ પ્રયુક્તિ વધુ અસરકારક પુરવાર થયેલ છે.
- ◆ **તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3 ભાવાત્મક વિકાસના માપન માટેના સોપાનોને યોગ્ય ક્રમ આપો..**
- ◆ ભાવાત્મક કૌશલ્યોને વ્યક્ત કરતાં વર્તનોનું મૂલ્યાંકન .....
  - ◆ ભાવાત્મક કૌશલ્ય કે પ્રક્રિયાને વ્યાખ્યાયિત કરવી. ....
  - ◆ ભાવાત્મક હેતુઓ નક્કી કરવાં. ....
  - ◆ ભાવાત્મક કૌશલ્યો ધરાવતા બાળકોના લક્ષણો નક્કી કરવાં .....
  - ◆ ભાવાત્મક કૌશલ્યો માટેના અધ્યયન - અધ્યાપન અનુભવોને વ્યાખ્યાયિત કરવાં. ....

## 9.6 ભાવાત્મક વિકાસનું સંપોષણ

બાળકના ભાવાત્મક વિકાસની શરૂઆત જન્મથી જ થાય છે તે આપણે એકમ - 1 માં ભાવાત્મક વિકાસના નિર્દેશકોમાં અભ્યાસ કર્યો. અહીં કેટલાંક સૂચનો બાળકના ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટે આપેલ છે. શિક્ષક તરીકે અને વાલી તરીકે આ બાબતોના અભ્યાસથી બાળકના ભાવાત્મક વિકાસનું સંપોષણ માટે આપેલ છે. શિક્ષક તરીકે અને વાલી તરીકે આ બાબતોના અભ્યાસથી બાળકના ભાવાત્મક વિકાસનું સંપોષણ વધારે સારી રીતે થઈ શકે છે.

### ◆ 9.6.1 ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેના સૂચનો

- ❖ બાળકને નવડાવતી વખતે, ખવડાવતી વખતે, કપડા બદલતી વખતે તેની આંખોમાં આંખ પરોવીને તેની સાથે વાતચીત કરો.
- ❖ બાળકની લાગણીઓની કદર કરો. તે આનંદમાં હોય ત્યારે અને રડતું હોય ત્યારે પણ તેની સાથે રહો. જમવાનું બનાવવાનું કે કપડાં ધોવાના વગેરે જેવા કાર્યો વિશે ન વિચારતા આ ક્ષણે બાળકની સાથે રહીને સંપૂર્ણપણે તેનામાં ઓતપ્રોત રહો.
- ❖ અલગ અલગ પ્રકારના ચહેરા બનાવવા વગેરે જેવી રમૂજ દ્વારા તમારા બાળકને ખુશ રાખો.
- ❖ અજાણી વ્યક્તિના સંપર્કમાં બાળક આવે ત્યારે તેની પાસે રહો જેથી તે ભાવાત્મક સલામતીનો અનુભવ કરે.
- ❖ તમારા નવજાત શિશુ સાથે મજબૂત સંબંધ બાંધો. તમારા બાળકની જરૂરિયાતો તરફ ઝડપી પ્રતિચાર આપો.
- ❖ તમારા વિકસતા બાળકને ધ્યાનપૂર્વક નિહાળો. તેનાથી તમે તમારા બાળકની ભાવાત્મક જરૂરિયાતોને અને તેના વર્તનને સમજી શકશો.
- ❖ માનવ વિકાસના તબક્કાઓની પાયાની બાબતોથી માહિતગાર રહો.

- ❖ બાળકનાં અતિ તીવ્ર સંવેગો માટે તેના પર ગુસ્સે ન થાવ. તમારા બાળકને સંવેગોની અભિવ્યક્તિ શીખવા દો. જો કે તમારે બાળકને સંવેગોની યોગ્ય અભિવ્યક્તિ માટે માર્ગદર્શન આપવું જોઈએ. શરૂઆતમાં આ પ્રકારનું માર્ગદર્શન મેળવેલ બાળકોને આગળ જતાં પોતાનાં સંવેગો પર કાબૂ રાખવામાં મુશ્કેલી પડતી નથી.
- ❖ તમારા બાળકોને વાર્તા કહો અને તેમાં આવતા પાત્રનાં સંવેગોની ચર્ચા કરો. જેમ કે તે શા માટે રડતી હતી ? તે શા માટે જુદું બોલી ? વગેરે
- ❖ સ્વસ્થ ભાવાત્મક વ્યવહારનું આદર્શ ઉદાહરણ પુરું પાડો. તમારું બાળક એ અનુકરણ દ્વારા શીખતું હોવાથી તમારા સંવેગોનું બરાબર વ્યવસ્થાપન કરો. તમારું બાળક પણ એ જ કરશે.
- ❖ વિચિત્ર ચહેરા બનાવો. બાળક આસપાસના પર્યાવરણમાં રહેલ ચહેરાઓના નિરીક્ષણ પાછળ ખૂબ સમય ફાળવે છે. જોયેલ બાબતોના અર્થ અસ્પષ્ટ હોવાથી બાળકની પાસે રહી વિવિધ સંવેગો ધરાવતા ચહેરા દર્શાવી તેની ઓળખ કરાવવી. જેમ કે, સ્મિત કરીને તમે કહો કે તમે બાળકની સાથે આનંદમાં છો. બાળક મોટું થાય તેમ અરીસામાં તેની સાથે ઊભા રહી વિવિધ સંવેગો ધરાવતા ચહેરા બનાવો.
- ❖ બાળકને હૂંફ આપો : સુરક્ષિત પર્યાવરણ બાળકના ભાવાત્મક વિકાસને પોષક છે. બાળકને સુરક્ષિત વાતાવરણ પૂરું પાડવાથી તે ભાવાત્મક સલામતી અનુભવે છે.
- ❖ વાતચીત કરો : બાળકને શબ્દોની સમજ ન હોવાથી તેની સાથે વાતચીત ન કરવાનું વલણ ન રાખવું. બાળક સાથે વાતચીત કરતાં રહેવું. સ્નાન, કપડા પહેરવવા, રમાડવું વગેરે ક્રિયાઓ કરતી વખતે બાળક સાથે વાતચીત કરવી.
- ❖ આસપાસના બાળકોને ભેગા કરી તેની સાથે બાળકોને પુખ્તની હાજરીમાં પ્રજ્ઞાલિગત રમતો રમાડવી. પરિણામે બાળક સંવેગો અને કૌશલ્યોનો વિકાસ સરળતાથી સાધે છે.
- ❖ બાળક સંવેગ દર્શાવે ત્યારે તેની સાથે રહીને તેનાં સંવેગને સમર્થન આપવું. તેનાથી બાળકને ખ્યાલ આવશે કે તે તમારા માટે મહત્વનું છે.
- ❖ બાળકના ભાવાત્મક વિકાસના દરેક તબક્કે ગુસ્સો એ સંવેગોને વ્યક્ત કરવા માટેનું અસરકારક માધ્યમ છે. એકમ - 1માં આપે જોયું કે વિકાસના વિવિધ તબક્કે બાળક આ માધ્યમોનો ઉપયોગ કરતો હોય છે.
  - ◆ ગુસ્સો એ દરેક વ્યક્તિને અનુભવ થતો કુદરતી સંવેગ છે. વાલી અને શિક્ષકે બાળકના ગુસ્સા સાથે કામ પાર પાડતી વખતે હકારાત્મક ભૂમિકા ભજવવાની રહે છે. પુખ્તો દ્વારા થતાં દરેક વર્તનને બાળક જોતું હોવાથી તેઓએ ગુસ્સા સાથે કામ કરવાની યોગ્ય પધ્ધતિ વિકસાવવી જોઈએ.
  - ◆ ગુસ્સો પેદા કરતી પરિસ્થિતિઓ અંગે અજાણ હોવાના કારણે ઘણી વખતે ગુસ્સો પ્રદર્શિત કરતાં હોય છે.
  - ◆ બાળ વિકાસના તબક્કાઓથી માહિતગાર રહેવું. બે વર્ષનું બાળક ચીડાશે, ત્રણ વર્ષનું બાળક પ્રતિચાર આપશે અને મોટા બાળકો શાબ્દિક ગુસ્સો દર્શાવશે. આ દરેક વર્તન અપેક્ષિત ન હોવાં છતાં તે થવાનું છે તે પ્રકારની માનસિક તૈયારી રાખવાથી તેની સાથે કામ પાર પાડવામાં સરળતા રહે છે.
  - ◆ દરેક બાળક પોતાની રીતે અનન્ય હોય છે. તેઓ સંવેગોની બાબતમાં પણ અન્ય કરતાં અનન્ય હશે. કેટલાંક બાળકો વાતાવરણ તરફ ઉગ્ર પ્રતિચાર આપી વધુ સંવેગો દર્શાવે છે.
  - ◆ બાળકની વિકાસાત્મક અપેક્ષાઓને સમજો. દરેક તબક્કે બાળકની ભાવાત્મક જરૂરિયાતો બદલાય છે. તેથી તેના દ્વારા પ્રદર્શિત સંવેગોને ધ્યાનથી નિહાળી હકારાત્મક સંવેગને પ્રોત્સાહન આપો.
  - ◆ નકારાત્મક સંવેગો તરફ ઓછું ધ્યાન આપો. બાળકના વર્તનને પુનઃ બદલી શકાતું ન હોવાથી તેને અવગણી શકાય.

- ◆ બાળક દુઃખી હોય કે ઉદાસ હોય ત્યારે તેના વર્તનને ઓળખો. બાળકની ગુસ્સે થવાની તૈયારી હોય તે પરિસ્થિતિને ઓળખો. તેને ઓળખી તે બાળકને જણાવો જેથી તે પોતાના વર્તન તરફ સભાન બનશે. બાળક પોતાના વર્તનને ઓળખવા સક્ષમ ન હોય તો તમે દાખલ કરી તેને યોગ્ય માર્ગ વાળો.
  - ◆ બાળકને ગુસ્સો પી જતાં શીખવવું, ગુસ્સાને પી જવો એ સૌથી સ્વસ્થ સંવેગ દર્શાવે છે. બાળક પરિસ્થિતિને પુનઃ ચકાસે અને નક્કી કરે કે હવે શું કરવું જોઈએ. બાળકને સ્વ-વાતચીત કરતાં પણ શીખેલો જેથી તે પરિસ્થિતિ અંગે સરળતાથી નિર્ણય લઈ શકે.
  - ◆ બાળકને તેના સંવેગો અંગે વાતચીત કરવા પ્રેરણા આપો. ઉગ્ર સંવેગોને એકલાં રહીને શાંત પાડવા અઘરાં છે. તેઓને અહેસાસ કરાવો કે ગુસ્સો એ કુદરતી સંવેગ છે જે પોતાને અને અન્યને નુકશાન કરે છે.
  - ◆ બાળક ટીવી પર શું જોવે છે તેના પર ધ્યાન રાખો. હિંસા દર્શાવતા કાર્યક્રમો બાળકને હિંસક બનાવે છે.
  - ◆ બાળકના ગુસ્સા તરફના તમારા પ્રતિચારમાં સાતત્ય જાળવો જેથી બાળક તમારા પ્રતિચાર અંગે અનુમાન કરી શકે. બાળકના ગુસ્સા તરફનો તમારો પ્રતિચાર પરિવર્તન પામતો રહેશે તો બાળક પોતાના સંવેગને પ્રદર્શિત કરવામાં મૂંઝવણ અનુભવશે.
  - ◆ બાળકને તેના વર્તનોની અન્ય પર થતી અસરો સમજાવો જેથી તે અન્યોની લાગણીઓને સમજતો થાય.
- ❖ મનોવિજ્ઞાની મેકડૂગલના મતે પ્રત્યેક વ્યક્તિમાં મૂળભૂત કે સહજવૃત્તિઓ હોય છે. તરુણાવસ્થામાં ઊર્મિઓ અને લાગણીઓનો પ્રચંડ વિસ્ફોટ થાય છે. તરુણ તરુણોમાં પ્રચંડ કામવૃત્તિ કે આવેગ, સંગ્રહવૃત્તિ, લડાયકવૃત્તિ હોય છે. તેઓ એટલાં બધા લાગણીશીલ હોય છે કે તેઓ વાસ્તવિક જીવન કરતાં દિવાસ્વપ્નો અને કલ્પના જગતમાં વિહરવાનું પસંદ કરે છે. તેથી તેમના આવેગોને નિયંત્રણ અને નિયમન માટે તેમનામાં રહેલી સહજ વૃત્તિઓનું ઊર્ધ્વીકરણ થાય તેવા કાર્યક્રમો શાળાએ યોજવા જોઈએ.
- ◆ આ અવસ્થામાં તરુણ - તરુણીઓને યોગ્ય જાતીય શિક્ષણ આપવું જોઈએ કે જેથી તેઓ વિષમગામી ન બને.
  - ◆ આ માટે કેટલીક ફિલ્મો, પોસ્ટરો, ચિત્રો વગેરે દ્વારા જાતીય શિક્ષણ આપવું.
  - ◆ તેમની સહજવૃત્તિઓના ઊર્ધ્વીકરણ માટે તેમજ તેમનામાં સંઘભાવના, સહાનુભૂતિ, સહકાર જેવા ગુણો ખીલે અને તેમની સહજવૃત્તિઓનું ઊર્ધ્વીકરણ થાય તે માટે સંધિક રમતો, સિક્કાસંગ્રહ, પીછાસંગ્રહ, સ્ટેમ્પ સંગ્રહ વગેરે. પ્રવાસ પર્યટન, વિદ્યાર્થી સાંસદની ચૂંટણી, સામૂહિક શિબિરોનું આયોજન (શ્રમ શિબિર, ગ્રામ સફાઈ શિબિર, આફતગ્રસ્ત લોકોની શિબિર) સામાજિક અને નૈતિક મૂલ્યોનું પરોક્ષ શિક્ષણ (પ્રાર્થના સભા, આધ્યાત્મિક વાર્તાલાપો, પ્રામાણિક બાળકોની જાહેરમાં કદર) જેવા કાર્યક્રમો યોજી શકાય.

### 9.6.2 ભાવાત્મક વિકાસને અસર કરતાં પરિબળો

ભાવાત્મક વિકાસ એ ખૂબ સંવેદનશીલ બાબત છે. બાળક સાથેનું કયું વર્તન ક્યારે કઈ રીતે તેના ભાવાત્મક પાસાને અસર કરશે તેની આગાહી કરવી મુશ્કેલી છે. રોજિંદા જીવનમાં બાળક સાથેના વર્તનસંબંધી કેટલાંક પરિબળો બાળકના ભાવાત્મક વિકાસને ક્યારેક ઊંડી અસર કરે છે. અત્રે બાળકના ભાવાત્મક, શારીરિક અને જાતીય શોષણની બાળકના ભાવાત્મક વિકાસ પર અસરો ચર્ચા કરેલ છે. આ પરિબળો જાણે અજાણે બાળકના વિકાસ પર અસર કરતાં હોય છે. આ પરિબળોનો અભ્યાસ થકી શિક્ષક અને વાલી બાળકના વિકાસને વધારે સુઆયોજિત કરી શકે છે.

(એ) **બાળકોનું ભાવાત્મક શોષણ:** બાળકના શારીરિક શોષણથી તમે માહિતગાર હશો. નકારાત્મક શબ્દો, ટીકા-ટીપ્પણીઓ પણ બાળકનું ભાવાત્મક શોષણ કરે છે. આ પ્રકારના શોષણોના પુરાવા નથી હોતા ને ક્યારેક વાલી તેમજ શિક્ષકો જાણે અજાણે બાળકનું ભાવાત્મક શોષણ કરતાં હોય છે. ગધેડો, ડોબો, ડફોળ, બબુચક, મૂર્ખ વગેરે શબ્દો બાળકના સંવેગોને નુકસાન પહોંચાડે છે અને તેની સ્વ- પ્રતિમાને ખંડિત કરે છે. કેટલીક વખત બાળકની પહોંચ બહારની પરિસ્થિતિને સમજ્યા વિના

આ પ્રકારનું શાબ્દિક શોષણ કરવું એ બાળકોને શિસ્તમાં રાખવા માટેનું સૌથી ખરાબ સ્વરૂપ છે. તમારા બાળકોની ભાવાત્મક જરૂરિયાતને નકારવી એ પણ એક પ્રકારનું ભાવાત્મક શોષણનું એક સ્વરૂપ છે. બાળકને સજા સ્વરૂપે પ્રેમથી વંચિત રાખવો એ પણ ભાવાત્મક શોષણને નિર્દેશિત કરે છે. કેમ રહે છે ? રડવાનું તાત્કાલિક બંધ કર ? ખબરદાર. જો રડ્યો છે તો.. વગેરે જેવા શબ્દો બાળકના સંવેગોને અભિવ્યક્ત થતાં રોકે છે.

બાળકના ભાવાત્મક શોષણના પરિણામ સ્વરૂપે બાળક એમ માની બેસે છે કે તે મહત્વનું નથી. તે પ્રેમને લાયક નથી. તેની શૈક્ષણિક સિદ્ધિમાં ઘટાડો થાય છે. તે લાંબા ગાળાની મિત્રતા કે સંબંધો કેળવવાનું ટાળે છે. તેના આત્મવિશ્વાસમાં ઘટાડો થાય છે. તેના ગેરવર્તનમાં વધારો થાય છે. તેઓ ક્યારેક પોતાની જાતને નુકસાન પણ પહોંચાડી બેસે છે.

જે પુખ્તો પોતે ભાવાત્મક શોષણ પામેલ હોય તેઓ મોટેભાગે પોતાના સંપર્કમાં આવતા બાળકોનું ભાવાત્મક શોષણ કરે છે ઘણી વખત ખૂબ તણાવની પરિસ્થિતિમાં પણ પુખ્ત આ પ્રકારનું વર્તન કરી બેસે છે. કેટલીક વખત બાળકોને ઉછેરવા અંગેની ગેરમાન્યતાઓને કારણે બાળક સાથે આ પ્રકારનું વર્તન કરવામાં આવે છે. જેમ કે લાડથી બાળક બગડી જાય છે. ભાવાત્મક શોષણને રોકવા માટે નીચેના જેવાં પગલાં લઈ શકાય.

- ◆ જો તમારા સગાં સંબંધી કે મિત્ર તરફથી તેઓના બાળકનું સતત ભાવાત્મક શોષણ થતું હોય ત્યારે તેઓના આ પ્રકારના વર્તનને તેઓના ધ્યાન પર લાવો અને તેની આડઅસરો સમજાવો. તેઓ જાણે અજાણે નકારાત્મક વર્તન તરાહો ધરાવતા હોય તો તેમાં સુધારો કરવા જણાવો.
- ◆ જો તમે તમારા બાળકનું ભાવાત્મક શોષણ કર્યું હોય તો તે વાત અન્યને જણાવો. તમને જેનાં તરફ વિશ્વાસ હોય તેને આ વાત કરો. તમને તમારા વર્તનનો અહેસાસ થશે અને ખ્યાલ આવશે કે આ સમસ્યા સાર્વત્રિક છે અને તેને સભાનપણે ઉકેલવી જરૂરી છે.
- ◆ બાળકના ગેરવર્તન તરફ યોગ્ય પ્રતિચાર આપવા માટે જરૂરી સાહિત્યનું વાંચન કરો. તજજ્ઞ તરફથી માર્ગદર્શન મેળવો.
- ◆ પોતાની જાત પ્રત્યે સજાગ રહો. તમારા બાળકના સંકેતોને સમજો. તમને તે તરફ ગુસ્સો આવતો હોય તો શાબ્દિક રીતે તૂટી પડવાને બદલે તમે આ પ્રકારનું વર્તન શા માટે કરી રહ્યા છો ? તે અંગે વિચારો.
- ◆ બાળક સુરક્ષિત થાય તે સુનિશ્ચિત કરો ત્યારબાદ પરિસ્થિતિમાંથી તમારી જાતને થોડો સમય દૂર કરો.

### (b) બાળકોનું શારીરિક શોષણ

બાળક અનેક પ્રકારે શારીરિક શોષણનો શિકાર બને છે. તેને હલાવવું, ધક્કો મારવો, લાફો મારવો, ચૂંટી ભરવી, વાળ ખેંચવા, માર મારવો વગેરે બાળકનું શારીરિક શોષણ દર્શાવે છે. આપણે જ્યારે બાળકના ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ જોઈ રહ્યા છીએ ત્યારે નકારાત્મક સંવેગોને પોષિત કરનારાં પરિબળોનો અભ્યાસ અને તે તરફથી જાગૃતતા ખૂબ જરૂરી છે. આ સમયે નીચેની બાબતોને અમલમાં મૂકવી જરૂરી છે.

- ◆ તમને લાગે કે તમે હવે બાળકનું શારીરિક શોષણ કરવાની તૈયારમાં છો ત્યારે તમારી જાતને તે પરિસ્થિતિમાંથી બહાર ખેંચી લો.
- ◆ પરિસ્થિતિના ઉકેલ માટે સગાં સંબંધી કે વડીલોની મદદ લો.
- ◆ બાળકમાં રહેલ સારી બાબતોને જોવાનો પ્રયત્ન કરો. તમે બાળક પાસેથી જે વર્તનની અપેક્ષા રાખો છો તે વર્તનની પ્રશંસા કરો.

### (c) બાળકોનું જાતીય શોષણ

લોકોની સમજ કરતાં બાળકોનું જાતીય શોષણ એ વધારે સામાન્ય રીતે જોવા મળતી બાબત છે. આ અંગેના આંકડાઓ પણ ક્યારેક નજર નાંખવાથી તેની ગંભીરતાનો ખ્યાલ આવે છે. પ્રત્યેક ચાર બાળકોમાંથી એક અને પ્રત્યેક છ બાળકોમાંથી એક પોતે અઢાર વર્ષની ઉંમર સુધીમાં ક્યારેક જાતીય

શોષણનો ભોગ બને છે. ક્યારેક આ સંખ્યા વધારે હોવાની શક્યતા પણ છે કારણ કે જાતીય સતામણી અંગે વાલી કે બાળકો ખૂલીને વાત કરતાં હોતા નથી. ક્યારેક આ પ્રકારની વાતચીત કરતી વખતે તેઓ મૂંઝવણ અનુભવે છે. બાળકના ભાવાત્મક વિકાસ પર અસર કરતી આ ખૂબ ગંભીર બાબત છે. પ્રકાશમાં ન આવતી હોવાના કારણે તે અંગેની જાગૃતિનો પણ અભાવ જોવા મળે છે. આ પ્રકારના શોષણનું પ્રમાણ છેલ્લા કેટલાંક સમયથી વધેલ જોવા મળે છે. આ પ્રકારના શોષણનો ભોગ બનેલ બાળકને રાત્રે ઊંઘની તકલીફ હોઈ શકે છે. જાતીય બાબતોની વાતચીત કરવાનું તે ટાળે છે. સગાં સંબંધીઓ અને મિત્રો તરફ ઉદાસીનતા, ખરાબ શૈક્ષણિક સિદ્ધિ અને અસ્તવ્યસ્ત સામાજિક કૌશલ્યો, નવા સ્થળ કે પરિચિતોથી ડર લાગવો. રાત્રે ઊંઘમાં પેશાબ થઈ જવો. કોઈના સ્પર્શ તરફ અણધાર્યો પ્રતિચાર આપે. જાતીય અંગોમાં દુઃખાવો વગેરે જેવા લક્ષણો ધરાવી શકે છે. જાતીય શોષણના કોઈ ચોક્કસ લક્ષણો નિર્ધારિત કરવા મુશ્કેલ છે. આ માટે નીચેના જેવી સાવધાની રાખી શકાય છે.

- ◆ આ પ્રકારની સમસ્યાનો સામનો કરો, તે વિચલિત કરનાર હોવાં છતાં બાળક જ્યારે આ પ્રકારની રજૂઆત કરે ત્યારે તેને શાંતિથી સાંભળો. તમારા બાળકની આ વાતની રજૂઆત બદલ પ્રશંસા કરો અને તેમને અહેસાસ કરાવો કે તેમણે આ પ્રકારની વાતની રજૂઆત કરીને સારી બાબત દર્શાવી છે. તેઓની હિંમતને બિરદાવો.
- ◆ આ પ્રકારની ઘટના બને ત્યારે પરિસ્થિતિ પર કાબૂ રાખો અને આ પ્રકારની ઘટના ફરી ન બને તેનું ધ્યાન રાખો.
- ◆ આ પ્રકારના બાળકને જરૂર જણાય તો મનોચિકિત્સકની સારવાર આપો. તમે પોતે તેને તમારી રીતે ઉકેલવાનો પ્રયત્ન ન કરશો. તેઓની સ્વ-પ્રતિમાને ઠેસ પહોંચેલ હોવાથી તજજ્ઞીય સારવાર જરૂરી છે.
- ◆ બાળકોને આ બાબતે જાગૃત કરો અને તેઓની શારીરિક છેડછાડ ન થાય તે માટે તેઓને માર્ગદર્શન આપો. તેઓને કોઈ સ્પર્શ કરે તો ‘ના’ કહેતા શીખવો.

### 9.6.3 ભાવાત્મક વિકાસ માટેની રમતો

બાળકને હકારાત્મક વાતાવરણમાં ઉછેરવા માટે રમતો ખૂબ સુંદર તક પૂરી પાડે છે. સમૂહ રમતોનો ઉપયોગ બાળકના ભાવાત્મક વિકાસ માટે ખૂબ સુંદર રીતે કરી શકાય છે. નીચે કેટલીક રમતો બાળકના ભાવાત્મક વિકાસ માટે કરી શકાય છે. શિક્ષકો આ રમતો ઉપરાંત પ્રાદેશિક રમતોનો પણ સભાનપણે બાળકના ભાવાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટે કરી શકે છે.

- ◆ **હસવાની રમત :** વર્તુળાકાર અંદરની તરફ મોં રાખીને ઊભા રહો. ચાર થી છ બાળકોની ‘હસાવનારા’ તરીકેની પસંદગી કરો. તેઓનું કાર્ય વર્તુળની અંદર ફરતાં ફરતાં બહારની તરફ ઊભેલા બાળકોને હસાવવાનું છે. માત્ર ‘હસાવનારા’ જ વાતચીત કરી શકે. અવાજો કાઢી શકે, બહારના વર્તુળમાં ઊભેલ લોકોની નજીક જઈ શકે છે વર્તુળમાં ઊભેલા બાળકોએ ‘હસાવનારા’ બાળકો સાથે દૃષ્ટિસંપર્ક જાળવી રાખવાનો અને પોતાના મોં પર હાથ મૂકવો નહીં. હસાવનાર બાળક જો વર્તુળમાંના કોઈ બાળકને હસાવવામાં સફળ થાય તો તેણે બેસી જવાનું રહે છે. બહારનાં વર્તુળમાંથી કોઈને પણ હસાવવામાં નિષ્ફળ રહેનાર ‘હસાવનાર’ બાળક આગળના રાઉન્ડમાં ‘હસાવનાર’ ની ભૂમિકા પુનઃ ભજવશે.
- ◆ **અડચણોને પાર કરવી :** બાળકને એકબીજામાં વિશ્વાસ પેદા કરવી આ રમતમાં બે બાળકોની જોડ બનાવવામાં આવે છે. બે મિત્રોની પણ જોડી બનાવી શકાય. એક રૂમમાં એક છેડેથી બીજા છેડે પહોંચવાના માર્ગ પર ખુરશી, ટેબલ, ડસ્તબિન વગેરે જેવા પદાર્થો અડચણો તરીકે મૂકેલ હોય છે. એક બાળકે આંખે પાટો બાંધવાનો રહે છે જ્યારે બીજું બાળક તેને અડચણોથી બચતાં બચતાં બીજા છેડે પહોંચવા માટેની શાબ્દિક સૂચનાઓ આપે છે. આંખે પાટો બાંધનાર બાળક જોડીદારની સૂચના મુજબ આગળ વધે છે અને જો તે કોઈ એક અડચણને સ્પર્શે તો તે આઉટ ગણાય અથવા તેને પુનઃ શરૂઆત કરવી પડે છે. આ રમત સહભાગીતા, સમાનુભૂતિ વગેરે જેવા ભાવાત્મક કૌશલ્યો કેળવે છે.
- ◆ **આંખનો શિકારી :** આ રમતમાં એક બાળક રૂમની બહાર ઊભો રહે છે. આ બાળકે ‘ગુનાશોધક’ તરીકેની ભૂમિકા ભજવાની રહેશે. તેણે ‘આંખના શિકારી’ ને ઓળખવાનો છે. બાકીના બાળકો રૂમમાં વર્તુળાકારે ઊભા રહે છે. શિક્ષક જે બાળકની પીઠ પર ટપલી

મારે તેણે 'આંખના શિકારી' ની ભૂમિકા ભજવવાની રહે છે. તેણે વર્તુળમાં ઊભેલા બાકીના બાળકોનો શિકાર તેમની તરફ આંખનો ઝબકારો કરીને કરવાનો રહે છે. તમામ બાળકોનો શિકારનો કર્યા બાદ બહાર ઊભેલ બાળક અંદર આવે છે અને 'આંખના શિકારી' ને ઓળખવા માટેના ત્રણ પ્રયત્નો કરે છે. જો તે સાચો પડે તો રૂમની અંદર રહી શકે છે અને બીજા બાળક રૂમની બહાર જઈ ગુનાશોધકની ભૂમિકા ભજવવાની રહે છે. આ રમતમાં બાળક પોતાના ચહેરાના સંવેગો છુપાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેના પર કાબૂ રાખે છે જ્યારે ગુનાશોધક બાળક અન્ય બાળકોના ચહેરાના હાવભાવને ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરે છે. પરસ્પરના સંવેગોને ઓળખવાની તક આ રમત દ્વારા પૂરી પાડી શકાય છે.

- ♦ **સિક્કાની રમત :** વર્તુળકારે બેઠેલ બાળકોની વચ્ચે એક બાળક સૂતેલ હોય છે. વચ્ચે સૂતેલ બાળક પર એક સિક્કો મૂકેલ હોય છે. આ બાળકની આંખો પર પટ્ટી બાંધેલી હોવાથી તે જોઈ શકતો નથી. વચ્ચે સૂતેલ બાળક પોતાના બંને હાથની આંગળીઓનો ઉપયોગ બંદૂકની જેમ નિશાન તાકવા માટે કરે છે. વર્તુળકારે બેઠેલ બાળકોએ ધીમે રહીને તે સિક્કો લેવાનો રહે છે. આ દરમિયાન વચ્ચે સૂતેલ બાળકે આસપાસ થતાં હલનચલનને આધારે સિક્કો લેવાનો પ્રયત્ન કરનાર બાળક તરફ નિશાન સાધવાનું રહે છે. જો તે તમામ બાળકોના નિશાન સાધવામાં સફળ રહે તો વિજેતા બને છે.
- ♦ **સિક્કો શોધો :** આ રમતમાં વર્તુળકારે બેઠેલ બાળકો પોતાના હાથ પીઠ પાછળ રાખીને પચાસ પૈસાનો સિક્કો એકબીજાને વારાફરતી આપે છે. વચ્ચે બેઠેલ બાળકે તે સિક્કો ખરેખર કોના હાથમાં છે તે સોધી કાઢવાનો રહે છે. સિક્કો પસાર કરતાં બાળકોએ પોતાના ચહેરાના હાવભાવ અને મનોભાવ કાબૂ રાખવો પડે છે. જ્યારે વચ્ચે બેઠેલા બાળકે દરેક બાળકોના ચહેરાનો અભ્યાસ કરીને તેઓના મનોભાવોને આધારે સિક્કો ધરાવનાર બાળકને શોધવાનો રહે છે.

## 9.7 સારાંશ

બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ ભાવવિહીન હોય ત્યારે સામાજિક અને કૌટુંબિક વ્યવસ્થા ખોરવાય છે. અનુસ્નાતક પદવી ધરાવનાર વ્યક્તિ જ્યારે ચાનો કપ ગમે ત્યાં નાંખે કે થૂંકે ત્યારે પર્યાવરણ તરફના તેના ભાવવિશ્વના અધૂરા વિકાસને દર્શાવે છે. જ્ઞાનાત્મક વિકાસના માપન માટે અનેકવિધ કસોટીઓ, પ્રયુક્તિઓ અને સાધનોનો વિકાસ થયેલ છે. શિક્ષણ વ્યવસ્થાઓ બુદ્ધિને માર્ક સ્વરૂપે દર્શાવવાની વ્યવસ્થા ઊભી કરીને આ બાબતે શિક્ષકોને સરળતા કરી આપી છે. બાધાત્મક વિકાસ માટે અનેક મોડેલો અને પદ્ધતિઓ વિકસિત છે, તે માટે અનેક સોપાનો રજૂ થયેલ છે.

ભાવાત્મક વિકાસની અનિવાર્યતાનો અનુભવ થતાં તે માટેની ટેકોનામી પદ્ધતિઓનો વિકાસ કરવામાં આવ્યો છે. ભાવાત્મક વિકાસ માપનને પરીક્ષામાં સ્થાન ન હોવાથી શિક્ષકો અને વાલી તરફથી આ બાબતે ઉપેક્ષા સેવવામાં આવે છે. પરંતુ સરળતાથી બાળકના ભાવાત્મક વિકાસ માટે સભાન પ્રયત્ન કરી શકાય છે. તે માટેની ટેકોનામી અને પદ્ધતિઓનો અભ્યાસ કરી વર્ગવ્યવહારમાં તેને સ્થાન આપી શકાય છે. બાળકના વર્તનનું મૂલ્યાંકન કરી ભાવાત્મક વિકાસમાં જણાતી ઉણપ દૂર કરી શકાય છે. આ માટે ઓળખયાદી, કમમાપદંડ, સામાજિકતામિતી વગેરે જેવા અનેકવિધ સાધનો પ્રાપ્ય છે. 'માનવી માનવ થાય તો ઘણું' આ ઉક્તિને ચરિતાર્થ કરવા માટેની વ્યવસ્થા એટલે ભાવાત્મક વિકાસ માટે કરવામાં આવતી વ્યવસ્થા.

## 9.8 સ્વાધ્યાય

- 1 ભાવાત્મક વિકાસ એટલે શું ?
- 2 ભાવાત્મક ક્ષેત્રની વિકાસ પ્રક્રિયાની સમજ આપો
- 3 ભાવાત્મક કૌશલ્યોની યાદી આપો.
- 4 ભાવાત્મક ક્ષેત્રની પ્રક્રિયાઓ પૈકી 'ધ્યાન આપવું' એ 'પ્રતિચાર આપવો' થી કઈ રીતે અલગ પડે છે ?
- 5 ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં અધ્યાપનના મુખ્ય અભિગમો જણાવો.

- 6 ભાવાત્મક ક્ષેત્રના માપન માટેના ઉપકરણોની ટૂંકમાં સમજ આપો.
- 7 ભાવાત્મક ક્ષેત્રના સંપોષણ માટેના સૂચનો જણાવો
- 8 ભાવાત્મક ક્ષેત્રના સંપોષણ માટેની કોઈપણ બે રમતોની વિસ્તૃત સમજ આપો.

### 9.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી

જોષી, હરિપ્રસાદ, ઓ (2004). શૈક્ષણિક મૂલ્યાંકન. સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ.

દોંગા, નનુભાઈ (2010). શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ

દોંગા નનુભાઈ (2012). અધ્યેતા અંગેની સમજ માટેનું વિકાસાત્મક મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

Child Development Guide, Central for Development of Human Services Research Foundation of SUNY Buffalo State Collaĳike, New York

Development Milestone Chart (2008), The Institute for Human Service for the Ohio Child Welfare Traininĳik Proĳikramme.

Judith S. Rycus, and Ronald C. Huĳĳkhes (1998). The Field Guide to Child Welfare Volume III:  
Child Development and Child Welfare., Child Welfare Leaĳĳikue of America Press.

Milestones of Childhood Development, Virĳĳkenia Early Childhood Development Aliĳĳiknment Project.

### 9.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1. ધ્યાન આપવું : અધ્યેતા પોતાના ધ્યાનને હકારાત્મક રીતે નિયંત્રિત કરે છે.
2. પ્રતિચાર આપવો : ચોક્કસ વર્તનોમા સંતોષ મેળવવા વધુ ઉચ્ચ કક્ષાએ જાય છે.
3. મૂલવવું : પોતાના મૂલ્ય, ધ્યેય, કે સિદ્ધાંત પ્રત્યે વફાદાર રહે છે.
4. વ્યવસ્થા : લાંબાગાળાના આયોજનો માટેના આધારો વિકસાવે છે.
5. અમુક મૂલ્ય કે મૂલ્યતંત્ર વડે ઓળખાવું : સુસંવાદી જીવની ફિલોસોફીનો વિકાસ.

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

અનોપચારિક અભિગમ	ઔપચારિક અભિગમ
1 પરોક્ષ પદ્ધતિ	1. પ્રત્યક્ષ પદ્ધતિ
2 અપેક્ષિત ભાવાત્મક કૌશલ્યના સીધા પરિચયનો અભાવ	2. અપેક્ષિત ભાવાત્મક કૌશલ્યોનો સીધો પરિચય
3 સહઅભ્યાસ પ્રવૃત્તિઓ	3. વર્ગખંડ અધ્યાપન કાર્ય
4 ભાવાત્મક કૌશલ્યનનો પરિચય કરાવે	4 ભાવાત્મક કૌશલ્યનો પરિચય અને વિકાસ

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

- ભાવાત્મક કૌશલ્યોને વ્યક્ત કરતાં વર્તનોનું મૂલ્યાંકન 5
- ભાવાત્મક કૌશલ્ય કે પ્રક્રિયાને વ્યાખ્યાયિત કરવી 1
- ભાવાત્મક હેતુઓ નક્કી કરવાં 3
- ભાવાત્મક કૌશલ્યો ધરાવતા બાળકોના લક્ષણો નક્કી કરવા 3
- ભાવાત્મક કૌશલ્ય ધરાવતા બાળકોના લક્ષણો નક્કી કરવાં 2
- ભાવાત્મક કૌશલ્યો માટેના અધ્યયન-અધ્યાપન અનુભવોને વ્યાખ્યાયિત કરવા 4



રૂપરેખા :

- 10.1 પ્રસ્તાવના
- 10.2 ઉદ્દેશો
- 10.3 બોધાત્મક વિકાસ
- 10.4 બોધાત્મક ક્ષેત્ર-બ્લૂમ ટેક્ષોનોમી
  - 10.4.1 જ્ઞાન અને તેના ક્રિયાપદો
  - 10.4.2 સમજ અને તેના ક્રિયાપદો
  - 10.4.3 ઉપયોજન અને તેના ક્રિયાપદો
  - 10.4.4 વિશ્લેષણ અને તેના ક્રિયાપદો
  - 10.4.5 સંશ્લેષણ અને તેના ક્રિયાપદો
  - 10.4.6 મૂલ્યાંકન અને તેના ક્રિયાપદો
- 10.5 બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ અને તેનું સંપોષણ
  - 10.5.1 બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓની સંકલ્પના
  - 10.5.2 બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓનું સ્વરૂપ
  - 10.5.3 બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓનું શિક્ષણ
  - 10.5.4 તર્ક અને તેનું શિક્ષણ
  - 10.5.5 સમસ્યા ઉકેલ અને તેનું શિક્ષણ
  - 10.5.6 સર્જનાત્મકતા અને તેનું શિક્ષણ
  - 10.5.7 અધિબોધ અને તેનું શિક્ષણ
- 10.6 બોધાત્મક વિકાસનાં સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
- 10.7 સારાંશ
- 10.8 સ્વાધ્યાય
- 10.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 10.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

## 10.1 પ્રસ્તાવના

---

એકમ-2માં માનવ વિકાસના વિવિધ તબક્કે બોધાત્મક વિકાસના નિર્દેશકોનો આપણે અભ્યાસ કર્યો. એકમ-6માં આપણે પિયાજેના બોધાત્મક વિકાસ સિદ્ધાંતનો વિસ્તૃત અભ્યાસ કર્યો. આ બંને એકમો માનવ વિકાસનું અગત્યનું પાસું એવા બોધાત્મક વિકાસની સમજ સ્પષ્ટ કરે છે. બોધાત્મક સંરચનાઓ શી રીતે વિકાસ પામે છે તે દર્શાવતો પિયાજેનો સિદ્ધાંત શિક્ષકને શાળા શિક્ષણના વિવિધ સ્તરે અધ્યાપન યોજના પસંદ કરવામાં અનુકૂળતા કરી આપે છે. આપણે એકમ-6માં ચર્ચા કરી તે મુજબ બોધાત્મક વિકાસનો આધુનિક સિદ્ધાંત આપવાનું શ્રેય જીન પિયાજેના ફાળે જાય છે.

પ્રસ્તુત એકમમાં બોધાત્મક ચિંતનના વિવિધ સ્તર દર્શાવતી બ્લૂમ ટેક્ષોનોમીની વાત કરી છે. ત્યારબાદ બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ અને તેના સ્વરૂપની વાત કરવામાં આવી છે. તર્ક, સમસ્યા-ઉકેલ, સર્જનાત્મકતા અને અધિબોધ જેવી બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓની સમજ અને તેના સંપોષણ માટેના દિશાસૂચનોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. છેલ્લે બોધાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેની કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ દર્શાવેલ છે.

---

## 10.2 ઉદ્દેશો

---

આ એકમના અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો.

- ♦ બોધાત્મક ક્ષેત્રને સંલગ્ન બ્લૂમ ટેક્ષોનોમીની સમજ આપી શકશો.
- ♦ બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓની સંકલ્પના અને તેના સ્વરૂપની ચર્ચા કરી શકશો.
- ♦ તર્ક, સમસ્યા-ઉકેલ, સર્જનાત્મકતા અને અધિબોધ જેવી બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓની સમજ અને તેના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકશો.
- ♦ બોધાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ માટેનું આયોજન કરી શકશો.

---

## 10.3 બોધાત્મક વિકાસ

---

બોધાત્મક વિકાસ માટે મનોવિજ્ઞાનના અંગ્રેજી સાહિત્યમાં Mental Growth, Intellectual Ability, Cognitive Development વગેરે જેવાં શબ્દો પદો પ્રયોજાયેલ છે. આ શબ્દો સામાન્ય રીતે મગજની કાર્ય કરવાની ક્ષમતાના વિકાસના સંદર્ભમાં યોજાયેલ છે. ગુજરાતી સાહિત્યમાં માનસિક વિકાસ, બૌદ્ધિક ક્ષમતા, જ્ઞાનાત્મક વિકાસ વગેરે પદો પ્રયોજ્યાં છે. વર્તનવાદ અને મનોમાપનશાસ્ત્રીઓએ મગજ વડે થતાં કાર્યોના વિકાસનાં સંદર્ભમાં માનસિક વિકાસ અને બૌદ્ધિક વિકાસ જેવાં શબ્દો પ્રયોજ્યાં છે. જે-તે સમયે મનોવૈજ્ઞાનિકોએ માનસિક વિકાસ સંબંધિત અભ્યાસોમાં ધ્યાન કેન્દ્રકરણ, પ્રત્યક્ષીકરણ, અવલોકન, સ્મૃતિ કલ્પના, વિચાર, સમસ્યા-ઉકેલ, બુદ્ધિ, ભાષા વગેરેના સંદર્ભમાં ક્ષમતાઓનો અભ્યાસ કર્યો છે. એટલે કે આ ક્ષમતાઓના સંદર્ભમાં માનવ વિકાસના વિવિધ તબક્કે ઉંમરમાં થતાં ફેરફારોને બોધાત્મક વિકાસ તરીકે ઓળખાવ્યો.

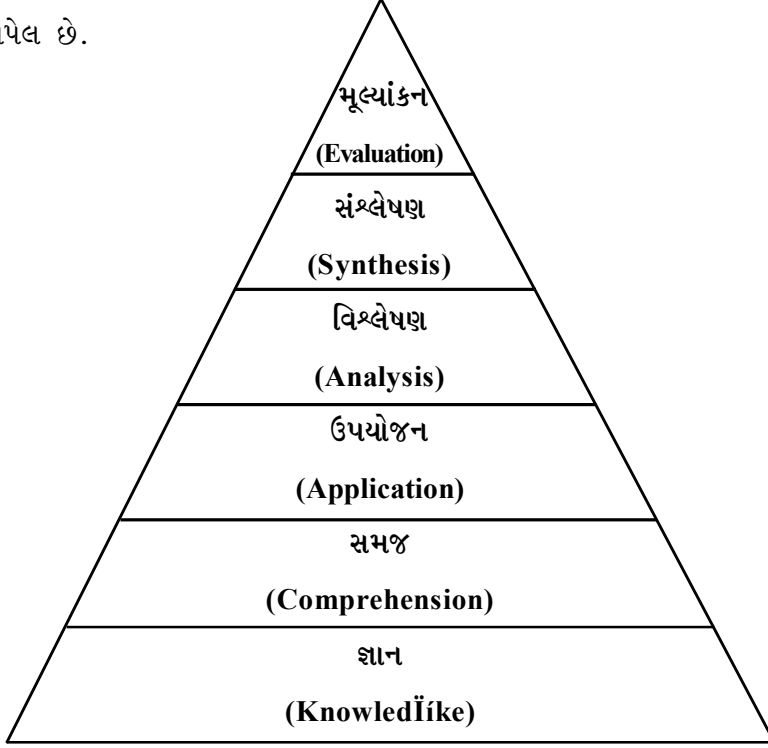
---

## 10.4 બોધાત્મક ક્ષેત્ર-બ્લૂમ ટેક્ષોનોમી

---

બેન્જામિન બ્લૂમ તેમનાં પુસ્તક ‘ટેક્ષોનોમી ઓફ એજ્યુકેશનલ ઓબ્જેક્ટીવ્સ’માં બોધાત્મક ક્ષેત્રને લગતાં વિચારણાના વિવિધ સ્તરોએ શિક્ષણનું આયોજન કરવા માટે શૈક્ષણિક હેતુઓને નિર્ધારિત કરેલ હતાં. શિક્ષણની પ્રક્રિયા દરમિયાન આ હેતુઓને ધ્યાનમાં રાખીને વર્ગખંડ

અધ્યાપન કરવાથી ઉચ્ચ કક્ષાનો બોધાત્મક વિકાસ કરવા માટેના પ્રયત્નો થઈ શકે છે. શૈક્ષણિક હેતુઓના આ વર્ગીકરણ દ્વારા બાળકોની અધ્યયન નિષ્પત્તિઓને વર્તન-પરિવર્તન સ્વરૂપમાં શ્રેષ્ઠ રીતે વર્ણવી શકાય છે. બોધાત્મક ક્ષેત્રને લગતું બ્લૂમનું વર્ગીકરણ સરળથી સંકુલ માનસિક ક્રિયાઓને સૂચિત કરે છે. જ્ઞાન એ સૌથી સરળ માનસિક ક્રિયા છે. સમજમાં જ્ઞાનને સંલગ્ન માનસિક ક્રિયાનો સમાવેશ થઈ જાય છે. ઉપયોજનમાં જ્ઞાન અને સમજ એ બન્ને માનસિક ક્રિયાઓ સમાયેલા છે. આ રીતે સર્વોચ્ચ માનસિક ક્રિયામાં તેના નીચેના સ્તરની તમામ માનસિક ક્રિયાઓ સમાઈ જાય છે. નીચે બ્લૂમ ટેક્ષોનોમીનાં વિવિધ બોધાત્મક સ્તરો અને તેના ક્રિયાપદોની સમજ આપેલ છે.



#### 10.4.1 જ્ઞાન અને તેના ક્રિયાપદો

બોધાત્મક ક્ષેત્રમાં જ્ઞાનપ્રાપ્તિ મહત્વની બની રહે છે. જ્ઞાન એ શું છે તેની પહેલાં સમજ મેળવવી પડે. જ્ઞાન નિષ્પત્તિ સ્મૃતિનાં બે પાસાંઓના સ્વરૂપમાં થાય છે. 1. પુનઃ સ્મરણ 2. ઓળખ. આથી એમ કહી શકાય કે જ્ઞાન એટલે અગાઉ શીખેલાં જ્ઞાનને યાદ કરવું કે તેનું સ્મરણ કરવું. તેમાં વ્યક્તિ પાસે રહેલ વિશાળ બોધાત્મક સંરચનાઓ કે માહિતીમાંથી કોઈ ચોક્કસ માહિતીને પુનઃપ્રાપ્તિની પ્રક્રિયા સમાયેલ છે. તેમાં વિશિષ્ટ હકીકતો કે બાબતોનું સ્મરણ કરવામાં આવે છે. અહીં માહિતીને પુનઃ યાદ કરવા માટે લઘુત્તમ માનસિક પ્રક્રિયા કરવાની જરૂર પડતી હોવાથી બોધાત્મક ક્ષેત્રનું આ સૌથી નિમ્ન સ્તર છે. ઉદાહરણ તરીકે ગાંધીજીનો ફોટોગ્રાફ ઓળખી બતાવો.

ક્રિયાપદો :

- ઓળખાવી શકે
- નામ આપી શકે
- વર્ણન કરી શકે
- આપેલા વિકલ્પોમાંથી પસંદ કરી શકે
- યાદ કરી શકે
- જોડકાં જોડી શકે
- યથાતથ રજૂ કરી શકે
- જણાવી શકે
- યાદી બનાવી શકે

#### 10.4.2 સમજ અને તેના ક્રિયાપદો

સમજ એટલે કોઈપણ વૈજ્ઞાનિક સામગ્રી યા બાબતને અર્થગ્રહણ કરવાની ક્ષમતા. જે તે વિચાર યા બાબતને યોગ્ય રીતે સમજવી તે. અધ્યયન સામગ્રીને એક સ્વરૂપમાંથી બીજા સ્વરૂપમાં ફેરવીને સમજી શકાય છે. જેમ કે શબ્દોને આંકડામાં ફેરવીને યા કોઈ બાબતનું સ્પષ્ટીકરણ કરીને કે સંક્ષિપ્તમાં રજૂ કરીને સમજ કેળવી શકાય છે. પરિણામો કે અસરની આગાહી કરાવી તેને પણ સમજ કહી શકાય છે. અધ્યયનના આ તબક્કે સરળ રીતે યાદ કરવા કરતાં તે એક પગથિયું ચઢિયાતું છે.

##### ◆ ક્રિયાપદો :

- તફાવતો આપી શકે
- અનુમાન કરી શકે
- ઉદાહરણ આપી શકે
- સારાંશ રજૂ કરી શકે
- રૂપાંતર કરી શકે
- ભાષાંતર કરી શકે
- કારણો આપી શકે
- સ્પષ્ટીકરણ આપી શકે
- સમજાવી શકે

#### 10.4.3 ઉપયોજન અને તેના ક્રિયાપદો

ઉપયોગ એટલે શીખેલી બાબતોને નૂતન પરિસ્થિતિમાં લાગુ પાડવી. જે બાબતો જ્ઞાન અને સમજના સ્તરે સ્પષ્ટ બની હોય તેને નવી કે વાસ્તવિક પરિસ્થિતિ રજૂ થતાં તેને લાગુ પાડવાની પ્રક્રિયા એટલે ઉપયોજન. શીખેલ સિદ્ધાંતો, નિયમો, સૂત્રો, સમીકરણો, વિચારો વગેરેનું યોગ્ય અર્થઘટન કરી વર્તમાન પરિસ્થિતિમાં લાગુ પાડવામાં આવે છે. ઉપયોજનની પ્રક્રિયામાં પ્રાપ્ત કરેલ જ્ઞાન અને તેની સમજ એમ બન્ને બોધાત્મક સ્તરોની પ્રક્રિયાઓનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

##### ◆ ક્રિયાપદો :

- ઉકેલ આપી શકે
- ગણતરી કરી શકે
- ઉપયોગક્ષમ બનાવી શકે
- પરિવર્તન કરી શકે
- નિદર્શન કરી શકે
- સંબંધ સ્થાપિત કરી શકે
- સુધારો કરી શકે
- તૈયાર કરી શકે
- નિયમ, સાધન કે સૂત્રનો ઉપયોગ કરી શકે

#### 10.4.4 વિશ્લેષણ અને તેના ક્રિયાપદો

વિશ્લેષણ અથવા પૃથક્કણ એટલે અધ્યયન સામગ્રીઓનું તેના પેટાવિભાગોમાં વિભાજન કરવું જેથી પાઠ્યસામગ્રીને વ્યવસ્થિત સમજી શકાય. તેમાં પાઠ્યસામગ્રીમાં રહેલ માહિતીના વિવિધ વિભાગો વચ્ચેના સંબંધો સ્થાપિત કરવાની અથવા તેને ઓળખવાની પ્રક્રિયા સમાયેલ છે. આ પ્રકારનાં કાર્યમાં સમજ કરતાં ઉચ્ચ સ્તરના ચિંતનની આવશ્યકતા કહે છે.

##### ◆ ક્રિયાપદો :

- ભેદ પારખી શકે
- વિભાગો પાડી શકે
- રૂપરેખા તૈયાર કરી શકે
- આકૃતિ-આલેખ દ્વારા
- તારણો તારવી શકે
- સંબંધો દર્શાવી શકે
- સમજાવી શકે
- ઉદાહરણો દ્વારા સ્પષ્ટ કરી શકે

#### 10.4.5 સંશ્લેષણ અને તેના ક્રિયાપદો

સંશ્લેષણ યા સંયોજન એ વિવિધ ભાગોને એકબીજા સાથે યોગ્ય રીતે સમજપૂર્વક જોડવાની ક્ષમતા. સંશોધન, અમૂર્ત સંબંધોના ગણ, સિદ્ધાંત કે નિયમો વગેરે સંશ્લેષણ સાથે સંબંધિત છે. સંશ્લેષણ એ વ્યક્તિની સર્જનાત્મકતા પર આધાર રાખે છે. વિવિધ વિભાગોને યોગ્ય રીતે સંયોજિત કરી તેને નૂતન સ્વરૂપ આપવાની સર્જનાત્મક પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ થાય છે. તે વ્યક્તિની સર્જનાત્મક પ્રવૃત્તિ વર્તન પર ભાર મૂકે છે. સર્જનાત્મકતાને લીધે નૂતન તરાહ યા સંરચના સંભવિત બને છે. જ્ઞાન સર્જનની પ્રક્રિયા આ તબક્કે સમાયેલ છે. તેથી સંશ્લેષણ એ ઉચ્ચત્તમ બોધાત્મક પ્રવૃત્તિ છે.

#### ◆ ક્રિયાપદો :

- શ્રેણીકરણ કરી શકે
- રચના કરી શકે
- યોજના બનાવી શકે
- નિષ્પન્ન કરી શકે
- શબ્દબદ્ધ કરી શકે
- સંગઠન-સુગ્રંથન કરી શકે
- વ્યાખ્યા રચી શકે
- પુર્ન રચના કરી શકે
- સુધારા વધારા સાથે સંવર્ધન કરી શકે

#### 10.4.6 મૂલ્યાંકન અને તેના ક્રિયાપદો

મૂલ્યાંકન એટલે નિશ્ચિત હેતુ સિદ્ધિ કરવા માટે પ્રવૃત્ત અધ્યયન સામગ્રી યા વિષ્યવસ્તુનું મૂલ્ય અંકન કરવાની પ્રવૃત્તિ છે. મૂલ્યાંકન માટે જ્ઞાન, સમજ, ઉપયોજન, વિશ્લેષણ અને સંશ્લેષણમાં સમાવિષ્ટ બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓમાંથી પસાર થવું પડે છે. મૂલ્યાંકન ચોક્કસ માપદંડો આધારિત થતું હોવાથી તે બોધાત્મક ક્ષેત્રની નિષ્પત્તિઓમાં શ્રેષ્ઠ છે. આમાં નિર્ણયશક્તિનો સમાવેશ થયેલ હોવાથી તે જટિલ માનસિક પ્રક્રિયા બની રહે છે.

#### ◆ ક્રિયાપદો :

- અર્થઘટન આપી શકે
- ઊચિત ઠેરવી શકે
- તરફેણ કે વિરોધ કરી શકે
- અનુભાવન કરી શકે
- ફલિતાર્થો તારવી શકે
- તુલના કરી શકે
- ટિપ્પણી કરી શકે

#### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

બ્લૂમ ટેક્ષોનોમીના વિવિધ ચિંતન સ્તરોને તેને સંલગ્ન ક્રિયાપદ સાથે જોડો.

ચિંતનસ્તર	ક્રિયાપદ	ઉત્તર
1. જ્ઞાન	a. સ્પષ્ટીકરણ આપે - 2	1 _____
2. સમજ	b. ઓળખાવે - 1	2 _____
3. ઉપયોજન	c. સુધારો કરી શકે - 3	3 _____
4. વિશ્લેષણ	d. શ્રેણીકરણ કરી શકે - 5	4 _____
5. સંશ્લેષણ	e. તરફેણ કે વિરોધ કરે - 6	5 _____
6. મૂલ્યાંકન	f. સંબંધો દર્શાવી શકે - 4	6 _____

## 10.5 બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ અને તેનું સંપોષણ

### 10.5.1 બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓની સંકલ્પના

બોધાત્મક પ્રક્રિયા એ વ્યક્તિ દ્વારા થતા બાહ્યવર્તનોનું પૃથક્કણ કરવાની, તેના ઘટકો નક્કી કરવાની અને આસપાસના વાતાવરણને પરોક્ષ રીતે જાણવાની પ્રક્રિયા છે. વ્યક્તિના મગજમાં થતી અદૃશ્ય એવી વાચન, સમસ્યા ઉકેલ, શ્રવણ વગેરે જેવી પ્રક્રિયાઓ એટલે બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ. વર્તન ફેરફારોના અવલોકન, મનોવૈજ્ઞાનિક કસોટીઓ વગેરે જેવા સાધનો વડે તેનો અભ્યાસ થઈ શકે છે.

માથુરના મતે બોધાત્મક પ્રક્રિયા એ પ્રત્યક્ષીકરણ અને સ્મૃતિ આધારિત છે. જે વસ્તુ વિશે કોઈ પણ ક્ષણે વિચાર કરતા હોઈએ છીએ ત્યારે તે વસ્તુ અગાઉ ક્યારેક અનુભવાયેલી હોય છે અને હાલની ક્ષણે તેની સ્મૃતિ થાય છે.

નેઈસરના મતે સંવેદન, પ્રતિમા, ધારણ, પુનઃ પ્રાપ્તિ, સમસ્યા ઉકેલ અને વિસ્તૃત વિચાર વગેરે બોધાત્મક વર્તન સાથે જોડાયેલી બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ છે. આથી બોધાત્મક મનોવિજ્ઞાને એવી પ્રક્રિયાઓનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ જેનાથી સંવેદન દ્વારા આવેલી માહિતીનું રૂપાંતર, ઘટાડો, સંકેતીકરણ, સંગ્રહ, પુનઃ પ્રાપ્તિ અને ઉપયોગ થતો હોય.

બોધાત્મક પ્રક્રિયા શરૂ કરવા માટે કોઈ ચોક્કસ હેતુ હોવો જરૂરી છે. ભાષા, સંકેતો, પ્રતિમાઓ, ખ્યાલો વગેરેની હાજરી કે ગેરહાજરીમાં બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ થાય છે. બાળકોને બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓના ઉપયોગ માટેની તાલીમ આપી શકાય છે.

### 10.5.2 બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓનું સ્વરૂપ

કોઈપણ બોધાત્મક પ્રક્રિયાના ત્રણ પાસા હોય છે.

1. કઈ પરિસ્થિતિમાં તેનો ઉપયોગ થાય છે ?
2. કયા વિષયવસ્તુ પર તેનો ઉપયોગ થાય છે ?
3. કયા હેતુથી તેનો ઉપયોગ થાય છે ?

સામાન્ય રીતે વ્યક્તિ વાસ્તવિક અને અવાસ્તવિક એમ બે પ્રકારની બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ કરે છે. દિવાસ્વપ્નો, તરંગો, ચિંતા, સ્વપ્ન વગેરે જેવી અવાસ્તવિક બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ ઈચ્છાપૂર્તિ માટે હોય છે. વાસ્તવિક બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ નવા સંબંધો સ્થાપવા, સામાન્યીકરણો કરવા, સમસ્યા ઉકેલવા જેવી ચોક્કસ સોપાનોને અનુસરતી ક્રિયાઓ છે. જેમ કે તર્ક, સમસ્યા-ઉકેલ, સર્જનાત્મક વિચાર-પ્રક્રિયા, નિર્ણય ઘડતર વગેરે. મોલિયા (1997) એ બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓની યાદી નીચે મુજબ આપી છે.

- બોધ	- પ્રતિમા	- સંવેદન	- ધારણ	- પુનઃપ્રાપ્તિ
- સંકેતીકરણ	- જોડાણ	- પ્રત્યક્ષીકરણ	- વાચન	- લેખન
- સમજ	- સમસ્યાઉકેલ	- સર્જનાત્મકતા	- બુદ્ધિ	- ભેદબોધ
- સુગ્રંથિત વિચારપ્રક્રિયા	- વિસ્તૃત વિચારપ્રક્રિયા	- જ્ઞાનનું અન્વેષણ		

મનોવિજ્ઞાનીઓ, શિક્ષણશાસ્ત્રીઓ અને સંશોધનકર્તાઓએ બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓને અનેક રીતે વર્ગીકૃત કરે છે. તે પૈકીનું સૌથી જાણીતું વર્ગીકરણ છે. : 1. પ્રાથમિક બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ 2. ઉચ્ચ કક્ષાની બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ. સામાન્ય રીતે રોજબરોજનાં તમામ કાર્યોમાં ઉપયોગમાં લેવાતી

અને મોટાભાગના તમામ લોકો દ્વારા ઉપયોગમાં લેવાતી બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓનો સમાવેશ પ્રાથમિક કક્ષામાં થાય છે. જ્યારે ચોક્કસ હેતુ માટે અમુક લોકો દ્વારા ઉપયોગમાં લેવાતી સંકુલ બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓનો સમાવેશ ઉચ્ચ કક્ષામાં થાય છે.

◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો- 2

બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ એટલે શું ?

.....

.....

.....

.....

### 10.5.3 બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓનું શિક્ષણ

શાળામાં બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓનો વિકાસ સારી રીતે કરવો જોઈએ. એવું ઘણા મનોવૈજ્ઞાનિકો માને છે. તેઓના મતે બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓને વિકસાવી શકાય છે. તેના વિકાસ માટે બે અભિગમો સૂચિત કરવામાં આવ્યા છે.

1. ચોક્કસ બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓના વિકાસ માટે ચોક્કસ પદ્ધતિનો ઉપયોગ : મનોવૈજ્ઞાનિકોએ વિચારકૌશલ્યોના વિકાસ માથે ઘણા વિવિધ કાર્યક્રમો વિકસાવ્યા છે. કોસ્ટા (1985) એ સંપાદિત કરેલ *Developing Minds : A Resource Book For Teaching Thinking* પુસ્તકમાં વિવિધ પંદર જેટલાં કાર્યક્રમોનો ઉલ્લેખ કરે છે. આ કાર્યક્રમો દ્વારા બાળકો તુલના કરવી, ક્રમમાં ગોઠવવું, વર્ગીકરણ કરવું અને અનુમાન કરવું જેવા કૌશલ્યો શીખે છે. બાળકે વિચારકૌશલ્યો કે બોધાત્મક પ્રક્રિયા પર પ્રભુત્વ મેળવવા માટે કોઈ ખાસ વિષયવસ્તુ શીખવાની જરૂર પડતી નથી. શાળાકીય વિષયો થકી બોધાત્મક વિકાસમાં મુશ્કેલી અનુભવનારા બાળકો માટે આ પ્રકારના કાર્યક્રમ ઉપયોગી નીવડે છે.
2. નિયમિત અભ્યાસક્રમ મારફત : બાળકા વિચારપ્રક્રિયાને વિકસાવવાનો બીજો માર્ગ વિષયોના નિયમિત શિક્ષણમાં પૃથક્કરણ, સમસ્યાઉકેલ, તર્ક વગેરેને પ્રોત્સાહન આપવું તે છે. વર્ગખંડમાં વિચારપ્રક્રિયાવે પ્રોત્સાહન આપીને શિક્ષક આ હેતુ સિદ્ધ કરી શકે છે.

### ◆ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

બોધાત્મક પ્રક્રિયાના શિક્ષણ માટેની ચોક્કસ બોધાત્મક વિકાસ માટે ચોક્કસ પદ્ધતિ અને નિયમિત અભ્યાસક્રમ અભિગમ વચ્ચેનો તફાવત આપો.

ચોક્કસ પદ્ધતિ અભિગમ	નિયમિત અભ્યાસક્રમ અભિગમ
1. ચોક્કસ બોધાત્મક પ્રક્રિયા માટે થાય	1. બોધાત્મક પ્રક્રિયાના સામાન્ય સ્વરૂપ માટે
2. વિષયવસ્તુ કરતાં બોધાત્મક પ્રક્રિયા પર વધુ ભાર	2. બોધાત્મક પ્રક્રિયા સાથે વિષયવસ્તુ અધ્યયનનું પણ મહત્વ
3. વિષયવસ્તુ શીખવાનું ભારણ ન રહે	3. વિષયવસ્તુ શીખવાનું ભારણ રહે

#### 10.5.4 તર્ક અને તેનું શિક્ષણ

તર્ક એ ઉચ્ચ પ્રકારની બોધાત્મક પ્રક્રિયા છે. તર્ક-પ્રક્રિયાના બે પ્રકાર છે. 1. આગમનાત્મક તર્ક અને 2. નિગમનાત્મક તર્ક. આગમનાત્મક તર્કમાં બાળક ઉદાહરણોમાં રહેલ સામાન્ય તત્વને શોધીને સામાન્યીકરણ દ્વારા સિદ્ધાંત રચના કરે છે. જ્યારે બાળક સામાન્ય સિદ્ધાંતને કોઈ એક વિશિષ્ટ ઉદાહરણ સાથે જોડે ત્યારે નિગમનાત્મક તર્કનો ઉપયોગ કર્યો તેમ કહેવાય. વર્ગીકરણ, શ્રેણી અને સમસંબંધ જેવી વિવિધ પ્રક્રિયાઓનો તર્ક-પ્રક્રિયામાં સમાવેશ થાય છે.

વર્ગીકરણ કરવા માટે આપેલ આકૃત્તિઓ, સંકેતો, પદાર્થો કે શબ્દો પૈકી કોઈ એક આકૃત્તિ, સંકેત પદાર્થ કે શબ્દને આધારે કોઈ એક સામાન્ય લક્ષણને આધારે અલગ પાડવામાં આવે છે. ઉદાહરણ તરીકે 2,4,6,8,9,10,12ની શ્રેણીમાં 9 એ અન્ય કરતાં અગલ છે.

શ્રેણીમાં આપેલ આકૃત્તિ કે આંકડાઓનું બંધારણ ઓળખીને હવે પછીની સંખ્યા કે આકૃત્તિ મેળવવા માટે કરવો પડતો તર્ક એટલે આગમન તર્ક. ઉદાહરણ તરીકે 2,4,6,... પછી આવતી સંખ્યા એટલે 8.

સમસંબંધમાં બાળક બે પદો વચ્ચેનો સંબંધ ઓળખી તેમની વચ્ચે જેવો સંબંધ છે તેવો સંબંધ ત્રીજા પદ સાથે હોય તેવું યોથું પદ શોધો. ઉદાહરણ તરીકે, પેન્સિલ : લેખન : રબ્બર : ..... યોથા પદ તરીકે ભૂસવું આવે તે બાળક આ તર્કની મદદથી નક્કી કરે શકે છે.

#### 10.5.5 સમસ્યા ઉકેલ અને તેનું શિક્ષણ

બાળક પોતાની વિદ્યાર્થી અવસ્થા દરમિયાન શૈક્ષણિક, ભાવાત્મક, સ્વાસ્થ્ય, કારકિર્દી આયોજન વગેરે જેવા અનેક ક્ષેત્રોમાં સમસ્યા અનુભવે છે. શિક્ષક સમસ્યા-ઉકેલનો ઉપયોગ કરી સમગ્ર જૂથના સભ્યોની નિશ્ચિત ક્ષેત્રની સમસ્યા ઉકેલવામાં મદદરૂપ નીવડી શકે છે. સમસ્યા-ઉકેલ એટલે નવા જવાબની રચના કરવી. સામાન્ય રીતે જ્યારે વ્યક્તિની સામે ધ્યેય પ્રાપ્ત કરવા માટે પૂર્વે શીખેલા નિયમોના સાદા ઉપયોગથી આગળ જવું. ઊભી થયેલ સમસ્યાઓ દેખીતો ઉકેલ ન હોય ત્યારે વ્યક્તિ સમસ્યા-ઉકેલનો ઉપયોગ કરે છે. સમસ્યા ઉકેલ એ અપેક્ષિત ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટે શક્ય વિકલ્પો પૈકી યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરવાનો કે યોગ્ય વિકલ્પ વિકસાવવાનો છે. જહોન ડ્યૂઈએ અસરકારક સમસ્યા ઉકેલનાર દ્વારા જે સોપાનો અનુસાર અનુસરવામાં આવે છે તેનું ઝીણવટભર્યું અવલોકન કરી તેની શ્રેણી રજૂ કરી છે. સમસ્યા-ઉકેલની તાલીમ તાર્કિકમમાં નીચેના મુદ્દાઓને સમાવવામાં આવે છે.

1. સમસ્યાની રજૂઆત
2. સમસ્યાને વ્યાખ્યાયિત કરવી
3. ઉત્કલ્પનાઓની રચના કરવી
4. ઉત્કલ્પનાઓની ચકાસણી કરવી
5. શ્રેષ્ઠ ઉત્કલ્પનાઓની પસંદગી કરવી

સમસ્યા ઉકેલના પ્રયુક્તિઓના મુખ્ય બે પ્રકારો જોવા મળે છે.

1. સામાન્ય સમસ્યા ઉકેલ પ્રયુક્તિઓ : કોઈપણ જ્ઞાન ક્ષેત્રની સમસ્યાઓ ઉકેલવા માટે ઉપયોગમાં લઈ શકાય તેવી પ્રયુક્તિ એટલે સામાન્ય-ઉકેલ પ્રયુક્તિ.



2. **વિશિષ્ટ સમસ્યા ઉકેલ પ્રયુક્તિઓ :** ચોક્કસ જ્ઞાન ક્ષેત્રની સમસ્યાઓ ઉકેલવા માટે ઉપયોગમાં લેવાતી પ્રયુક્તિઓ એટલે વિશિષ્ટ સમસ્યા-ઉકેલ પ્રયુક્તિઓ. જેમ કે બીજ ગણિતની સમસ્યાનો ઉકેલ મેળવવો.

સમસ્યા-ઉકેલના શિક્ષણ માટે સામાન્ય રીતે ડ્યૂઈએ આપેલ સોપાનોને અનુસરવામાં આવે છે. પરંતુ અહીં માહિતી સંસ્કરણ સિદ્ધાંત અને આસુબેલના સિદ્ધાંતોનો સમન્વય કરીને બાળકોને સારા સમસ્યા-ઉકેલનારા બનાવવા માટે ગ્લોવર અને બ્રુનિંગ (1987) એ આપેલાં સૂચનો રજૂ કર્યાં છે.

1. બાળકોને સમસ્યા ઉકેલનારા બનવાની તક આપો.
2. બાળકોને સમસ્યાને વ્યાખ્યાયિત કરવા માટે મદદ કરો.
3. બાળકોને ઉત્કલ્પના રચના માટે પ્રેરિત કરો.
4. બાળકોને તેઓની ઉત્કલ્પનાઓ ચકાસવો દો.
5. બાળકોને તેઓના ઉકેલોનું મૂલ્ય નક્કી કરવામાં મદદ કરો.
6. વ્યક્તિગત ભિન્નતા પ્રત્યે સજાગ રહો.
7. બાળકોને અયોગ્ય સજાજતાઓ ટાળવા મદદ કરો.

બાળકોની આ સજાજતા તેઓને સમસ્યા-ઉકેલ કૌશલ્ય કેળવવામાં મદદરૂપ થશે. શિક્ષકે સાચા ઉકેલ પર ભાર આપવામાં બદલે સમસ્યા-ઉકેલ પ્રક્રિયા પર ભાર આપવો જોઈએ.

### 10.5.6 સર્જનાત્મકતા અને તેનું શિક્ષણ

કલાકારો, લેખકો, વૈજ્ઞાનિકો હંમેશા કંઈક નવું સર્જન કરવા પ્રયત્નશીલ હોય છે. તેઓ પોતાની કૃતિ દ્વારા લોકો પર પ્રભાવ ઉત્પન્ન કરે છે. સર્જનાત્મક પ્રક્રિયામાં ‘નવું’ એ શબ્દ મહત્વનો છે. શરૂઆતની વિચારધાઓએ સર્જનાત્મક વિચાર પ્રક્રિયામાં અંતઃસૂઝનું મહત્વ સ્વીકાર્યું છે. એટલે કે વ્યક્તિને કામ કરતાં અચાનક નવો વિચાર મળે છે. જ્યારે ગિલ્ડર્ડ અને ટોરેન્સ જેવા મનોવૈજ્ઞાનિકો માને છે કે વ્યક્તિ સતત જાગ્રત રહીને પોતાની આસપાસની માહિતીને સમસ્યા-ઉકેલના સંદર્ભમાં ગોઠવે છે. સર્જનાત્મક વિચાર એ ઉચ્ચ માનસિક કાર્ય છે. ગઝેલ્સના મતે સર્જનાત્મકતા એટલે, ઉત્પાદનમાં નાવીન્ય હોય, સંસ્કૃતિનું મૂલ્ય હોય, વિચાર-પ્રક્રિયા અરુઢિગત હોય. વિશાળ હેતુ ધરાવતી હોય અને સ્થિરતા ધરાવતી હોય અથવા ખૂબ જ આતુરતાવાળી હોય તેવી માનસિક પ્રક્રિયાને સર્જનાત્મકતા કહે છે.

આ ચર્ચાને આધારે સર્જનાત્મકતાના સ્વરૂપ વિશે કહી શકાય તે, તે સહેતુક છે, ઉચ્ચ કક્ષાની માનસિક પ્રક્રિયા છે. અન્યોથી અલગ વિચારવાની આવડત છે. ઉપયોગિતાના સંદર્ભમાં તેનું મૂલ્ય નક્કી કરી શકાય છે. ઉત્કલ્પના-માહિતી વિશ્લેષણ-સંશ્લેષણ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે અને તેનાથી કોઈ નવી નીપજ પ્રાપ્ત થાય છે.

◆ **સર્જનાત્મક વિચાર પ્રક્રિયાની અવસ્થાઓ :** ગ્રેહામ વોલાસે ઘણા વર્ષો પહેલાં મુલાકાતો, પ્રશ્નાવલિઓ વગેરે દ્વારા સર્જનાત્મક વ્યક્તિઓનો અભ્યાસ કર્યો. તેના આધારે સર્જનાત્મક વ્યક્તિઓના વિચારોની તરેહ શોધી કાઢી. The Art of Thought પુસ્તકમાં તેમણે સર્જનાત્મક વિચાર-પ્રક્રિયાની પાંચ અવસ્થાઓ રજૂ કરી.

1. **તૈયારી :** આ અવસ્થામાં વિચારક સમસ્યા નિર્ધારણ કરે છે. નવા ઉકેલો માટે જરૂરી માહિતી એકઠી કરે છે.
  2. **સુષુપ્તાવસ્થા :** આ અવસ્થામાં અજાગ્રત રીતે પ્રક્રિયા થાય છે અને ઉકેલ ઊભરી આવે છે. આ પ્રક્રિયા દરમિયાન જાગ્રત કાર્યની માફક અજાગ્રત કાર્ય થાય છે. સ્મૃતિ સક્રિય બને છે. પૂર્વ પ્રયત્નો અને ઉપરછલ્લી માહિતીનું વિસ્મરણ થાય છે. અને સમસ્યા ઘટકો વચ્ચે જોડાણ થાય છે.
  3. **સ્પષ્ટ કરવું :** કોઈ મહત્વનો વિચાર જાગ્રત રીતે પ્રાપ્ત થાય છે. પ્રકાશના ઝબકારાની માફક વિચાર સ્ફુરે છે.
  4. **વિસ્તૃતીકરણ :** પ્રાપ્ત વિચારને વિચારક યોગ્ય સ્વરૂપમાં પ્રત્યાયિત કરે છે. તે વિચારકના કૌશલ્ય સ્વરૂપમાં, શાબ્દિક સ્વરૂપમાં, સંગીતના સ્વરૂપમાં, કલાના સ્વરૂપમાં વ્યક્ત કરે છે.
  5. **સમીક્ષા :** વિચારક ચકાસણી કરે છે કે મળેલ જવાબ પ્રારંભિક પ્રશ્નના સંદર્ભમાં સ્વીકાર્ય અને યથાર્થ છે. કેમ કે તે માટે પ્રયોગ કરે છે અને નિષ્ણાતોના મત મેળવે છે.
- ◆ **સર્જનાત્મકતાનું માપન :** ટોરેન્સે સર્જનાત્મક વિચાર-પ્રક્રિયાના નીચે દર્શાવેલ ચાર ઘટકો સ્વીકારી તેનું માપન કરવા કસોટી રચી છે.
1. **પ્રવાહિતા :** ઉદ્દીપક અંગે વધુ વિચારો આપવાની શક્તિ. ઉદાહરણ તરીકે, 'ક' પરથી શબ્દો લખો.
  2. **લવચિકતા :** વિવિધ પ્રકારના વિચારો રજૂ કરવાની શક્તિ. ઉકેલ માટે એક અભિગમથી બીજા અભિગમ તરફ જવાની શક્તિ.
  3. **મૌલિકતા :** ખુલ્લા, પ્રણાલિગત, સામાન્ય, ચીલાચાલુ વિચારોથી અલગ વિચારો રજૂ કરવાની શક્તિ.
  4. **વિસ્તૃતીકરણ :** વિચારોને વિકસાવવા, પ્રસ્થાપિત કરવા, વહન કરવા કે અન્ય રીતે વિસ્તૃત કરવાની શક્તિ.
- ◆ **સર્જનાત્મકતાના વિકાસ માટેની પ્રયુક્તિઓ :** બોધાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટે સર્જનાત્મકતાનું સંપોષણ અનિવાર્ય છે. ચોક્કસ રીત વિચારવાની તાલીમ આપીને બાળકોની સર્જનાત્મકતા વિકસાવી શકાય છે. વર્ગખંડમાં વિષય શિક્ષણ દરમિયાન બાળકને વિકેન્દ્રિત ચિંતન કરવાની તક પૂરી પાડીને સર્જનાત્મકતા વિકસાવી શકાય છે. સર્જનાત્મકતાના વિકાસ માટે અસરકારક સાબિત થયેલ કેટલાંક કાર્યક્રમો નીચે આપેલ છે.
1. **વિચારની ઓળખયાદી :** તે સર્જનાત્મક વિચારો ઉત્પન્ન કરવાની પ્રયુક્તિ છે. તેમાં વ્યક્તિને હાથ પરની સમસ્યાના ઉકેલ અંગે વિચારવા માટે ઉપયોગમાં લઈ શકાય તેવી વિવિધ કેટેગરી, વિશેષણો કે પ્રશ્નોની ઓળખયાદી આપવામાં આવે છે. આ યાદીને સર્જનાત્મક વિચાર-ઓળખયાદી કહે છે.
  2. **લક્ષણોની ઓળખયાદી :** લક્ષણોની યાદી બનાવવી એ સમસ્યાના નાનામાં નાના ટુકડા કરવાની અને સમસ્યાના ઉકેલ અંગે શું કરી શકાય તેમ છે તે જોવાની પ્રક્રિયા છે. અહીં અસ્તિત્વમાન નીપજ કે પ્રણાલી લેવામાં આવે છે. તેને ભાગોમાં વિભાજિત

કરવામાં આવે છે. દરેક ભાગની પુનઃ રચના કરવા માટેના વિકલ્પો વિચારવામાં આવે છે અને નવી નીપજ કે પ્રણાલી માટે દરેક ભાગના વિકલ્પોનું જોડાણ કરવામાં આવે છે. અહીં નીપજ કે પ્રણાલીના સંદર્ભમાં તેઓનો ઉપયોગ ક્યારે, કેવી રીતે અને પ્રયુક્તિ શી રીતે કાર્ય કરે છે તે અંગે વિચાર કરવામાં આવે છે.

3. **બ્રેઈંગ સ્ટાર્મિંગ :** આ રીતનો મુખ્ય સિદ્ધાંત છે કે વિચાર ઉત્પન્ન કરવાની પ્રક્રિયાને તેને મૂલવવાની પ્રક્રિયાથી અલગ કરવી, કારણ કે મૂલ્યાંકન હંમેશા સર્જનાત્મકતામાં અવરોધ ઉત્પન્ન કરે છે. આ અભિગમમાં બાળક તરફથી સમસ્યા ઉકેલના તમામ વિચારો રજૂ ન થાય ત્યાં સુધી તેના પર મૂલ્યાંકન થતું નથી. તેમાં ચોક્કસ સમસ્યા કે વિષય પર વિચાર ઉત્પન્ન કરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે.

◆ **તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4**

સમસ્યા ઉકેલ અને સર્જનાત્મકતા વચ્ચે કઈ સામ્યતા છે ?

.....

.....

.....

.....

**10.5.7 અધિબોધ અને તેનું શિક્ષણ**

બાળકોની વિચાર-પ્રક્રિયાના નિષ્ણાત ડીના કુન (1999) ના મતાનુસાર બાળકોના કૌશલ્યોની બે કક્ષાઓ છે. 1. પ્રથમ કક્ષાના બોધાત્મક કૌશલ્યો કે જે બાળકોને પોતાની આસપાસના જ્ઞાનને સમજવા સક્ષમ બનાવે છે. 2. દ્વિતીય કક્ષાના બોધાત્મક કૌશલ્યો કે જે બાળકોને પોતાની ક્ષમતાઓ અને જ્ઞાનને જાણવા સક્ષમ બનાવે છે. આ દ્વિતીય કક્ષાના કૌશલ્યોને અધિબોધાત્મક કૌશલ્યો તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. કુનના મતે પ્રાથમિક અને માધ્યમિક શાળા કક્ષાએ આ દ્વિતીય કક્ષાના કૌશલ્યો પર ભાર મૂકવો ખૂબ જરૂરી છે. અધિબોધ એ વ્યક્તિની પોતાની બોધાત્મક પ્રણાલી અને તે પ્રણાલી શી રીતે કામ કરે છે તે અંગેની જાગૃતિ છે. કોસ્ટાના મતે આપણે શું જાણીએ છીએ તે જાણવાની ક્ષમતા એટલે અભિબોધ. પાંચ વર્ષની ઉંમરથી બાળકમાં શરૂ અધિબોધાત્મક પ્રક્રિયા લગભગ અગિયાર વર્ષની વયે વિકસિત બને છે.

❖ **અધિબોધાત્મક જ્ઞાન :** અધિબોધમાં ત્રણ પ્રકારના જ્ઞાનનો સમાવેશ થાય છે.

1. **વર્ણનાત્મક કે હકીકતલક્ષી જ્ઞાન :** વ્યક્તિ પોતાને અધ્યેતા તરીકે કેટલી સારી રીતે ઓળખે છે. પોતાના અધ્યયન અને સ્મૃતિ પર કયા પરિબલો અસર કરે છે. કોઈ કાર્ય કરવા કયા સ્ત્રોતની જરૂર પડશે. વગેરેનો આ પ્રકારના જ્ઞાનમાં સમાવેશ થાય છે.
2. **પ્રક્રિયાલક્ષી જ્ઞાન :** બે અપૂર્ણાંક સંખ્યાઓનો સરવાળો શી રીતે કરવો તે અંગેનું જ્ઞાન એટલે પ્રક્રિયાલક્ષી જ્ઞાન. અહીં વ્યક્તિ કોઈપણ પ્રક્રિયા કરવા માટે કઈ બોધાત્મક પ્રક્રિયામાંથી પસાર થાય છે તે અંગેનું જ્ઞાન એટલે પ્રક્રિયાલક્ષી જ્ઞાન.
3. **પરિસ્થિતિલક્ષી જ્ઞાન :** કોઈપણ પ્રવિધિ કે યોજના કે જ્ઞાનનો ઉપયોગ ક્યારે અને કઈ રીતે કરવો તે અંગેનું જ્ઞાન.

❖ **અધિબોધાત્મક કૌશલ્યો :** અધિબોધાત્મક જ્ઞાનનો ઉપયોગ વ્યક્તિ પોતાની વિચાર-પ્રક્રિયાના નિયમન માટે કરે છે. મનોવૈજ્ઞાનિકોએ અધિબોધનો વિશેષ અભ્યાસ કરીને અધિબોધના ચાર કૌશલ્યો ઓળખી બતાવ્યા છે.

1. **આયોજન :** કાર્ય માટે કેટલો સમય આપવો, કઈ યોજનાનો ઉપયોગ કરવો, શી રીતે પ્રારંભ કરવો, કયા સાધનો ભેગા કરવા, કયા કમને અનુસરવું, કઈ બાબતને અવગણવી વગેરે.
2. **મોનિટરીંગ :** જે-તે કાર્ય હું શી રીતે કરી રહ્યો છું ? શું આ કાર્ય બરાબર થઈ રહ્યું છે ? શું હું આયોજન મુજબ ચાલી રહ્યો છું ? વગેરે.
3. **જાગૃતતા :** અહીં જાગૃતપણે નક્કી કરવું કે પોતે શું જાણે છે ? અધ્યયન શી રીતે કરવું ? વ્યક્તિગત સ્ત્રોતો નક્કી કરવા કાર્ય શું કરવાનું છે, તેનું મૂલ્યાંકન શી રીતે કરવાનું છે, પ્રેરણા સ્તર કેવું છે, ચિંતાતુરતા કેવી છે વગેરે.
4. **મૂલ્યાંકન :** વિચાર અને અધ્યયન અંગેનો નિર્ણય લેવામાં આવે છે. મારે યોજના બદલવી જોઈએ ? મદદ મેળવવી જરૂરી છે ? મારે આ કાર્ય અત્યારે છોડી દેવું જોઈએ ? કાર્ય ગુણવત્તાસભર થાય ? વગેરે.

❖ **અધિબોધના વિકાસ માટેની યોજનાઓ :** બોધાત્મક વિકાસના સંપોષણ માટે અધિબોધનો વિકાસ અનિવાર્ય છે. બાળકે પોતે બોધાત્મક કૌશલ્યો પ્રાપ્ત કરે તેટલું પૂરતું નથી પરંતુ તે પ્રાપ્ત કરેલાં કૌશલ્યોને ઓળખે એ પણ એટલું જ મહત્ત્વનું છે. પોતાના બોધાત્મક વિકાસ અંગેનું જ્ઞાન બાળકને પોતાના બોધાત્મક કૌશલ્યોના વધુ સારા ઉપયોગ માટેની તક પૂરી પાડે છે. બાળકના અધિબોધના વિચાર માટે નીચેના જેવી યોજનાઓ અમલમાં મૂકી શકાય.

1. **આયોજન :** કોઈપણ અધ્યયન-પ્રવૃત્તિ શરૂ કરતાં પહેલાં શિક્ષકે સમસ્યા ઉકેલવાનાં સોપાનો, યોજનાઓ, નિયમો, સૂચનાઓ વગેરે અધ્યેતાને જણાવી દેવા જોઈએ. આ માર્ગદર્શન બાળકને તેના બોધાત્મક જ્ઞાનના ઉપયોગ માટેનું માર્ગદર્શન પુરું પાડે છે.
2. **પ્રશ્નો રચવા :** શિક્ષક બાળકો સાહિત્યનું વાચન શરૂ કરે તે પહેલા અને વાચન કરતા હોય તે દરમિયાન પોતાની જાતને પ્રશ્નો પૂછવાનું કહે તો તે બાળકોને સાહિત્યના અર્થગ્રહણમાં મદદરૂપ થાય છે. તેઓને વિચાર કરવા પ્રેરિત કરે છે.
3. **જાગૃત રીતે પસંદગી કરવી :** શિક્ષકો બાળકોને તેઓના નિર્ણય લેતા પહેલા અને નિર્ણય લેવાની પ્રક્રિયા દરમિયાન તેઓની પસંદગીઓ અને નિર્ણયોના શક્ય પરિણામો વિશે વિચારવાનું કહીને અધિબોધ વિકસાવવામાં મદદ કરી શકે છે.
4. **બહુવિધ માપદંડો વડે મૂલ્યાંકન :** બાળકોને તેઓના કાર્યને મૂલ્યાંકન બે કે તેથી વધુ માપદંડો વડે મૂલવાનું કહીને અધિબોધ વિકસાવી શકાય છે.
5. **ગૌરવનો અનુભવ :** શિક્ષકે બાળકોને એ જણાવવું રહ્યું કે તેઓએ શું સારું કર્યું ? શું યોગ્ય કર્યું ? તેનાથી તેઓ પોતાના યોગ્ય વર્તન વિશે વધુ જાગૃત બનશે.
6. **બાળકોના વર્તનની ઓળખ આપવી :** શિક્ષક બાળકોના વર્તનને યોગ્ય ઓળખ આપે તો બાળકો તેઓના કાર્ય અંગે જાગૃત બને છે. જેમ કે તમે જે કરી રહ્યા છો તે સમસ્યા ઉકેલવું આયોજન છે.

7. પાઠ ભજવવો અને અનુરૂપણ : પાઠ ભજવવાથી બાળકોમાં તે અંગેના અધિબોધનો વિકાસ થાય છે. બાળક જે વ્યક્તિનો પાઠ ભજવે છે તે વ્યક્તિના લક્ષણોને જાગૃતપણે જાળવે છે. પરિણામે તેની અહંકેન્દ્રિતામાં ઘટાડો છે.
8. નોંધ રાખવી : બાળક શિક્ષણકાર્ય શરૂ કરે તે પહેલાં, દરમિયાન અને અંતે થયેલા અનુભવોની નોંધ રાખવાનું કહીને અધિબોધ વિકસાવી શકે છે.



તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 5

અધિબોધ એટલે શું ? તે બોધ કરતાં શી રીતે અલગ પડે છે ?

.....

.....

.....

.....

## 10.6 બોધાત્મક વિકાસનાં સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ

બોધાત્મક વિકાસ માટે જન્મથી પાંચ વર્ષ સુધીનો ગાળો ખૂબ મહત્વનો હોય છે. શાળા કક્ષાએ સમસ્યા-ઉકેલ, સર્જનાત્મકતા, અધિબોધ વગેરે માટેના સૂચનોનો તમે આગળ જોઈ ગયા. અહીં બાળકના વિકાસના શરૂઆતના તબક્કે કરી શકાય તેવી પ્રવૃત્તિઓની યાદી આપેલ છે. આ પ્રવૃત્તિઓના આધારે શિક્ષક અને વાલી પોતાની રીતે અન્ય પ્રવૃત્તિઓની રચના કરી શકે છે.



1-2 વર્ષના બાળક માટે :

- ◆ બાળકની સમક્ષ કેટલીક પરિચિત વસ્તુઓ મૂકો અને તમે જે વસ્તુને અડકો તેનું નામ બાળકને બોલવા કહો.
- ◆ શરીરના જે ભાગનું નામ તમે બોલો તે ભાગને બાળક પોતાના અને તમારા શરીર પર અડકે તેવું કહો.
- ◆ બાળકને બેસાડી તેની સામે રબરનો વાગે નહી તેવો સોફ્ટ બોલ ગબડાવો અને તેને પકડાવાનું કહો. બાળકને તે બોલ પાછો ગબડાવતા શીખવો.
- ◆ બાળક સમક્ષ કોઈ એક ગીત રજૂ કરીને તે ગીતના તાલ પર તમે તેની સામે આંગળીઓનો તાલ કોઈ પદાર્થ પર મિલાવો અને બાળકને તે મુજબ કરવા કહો.
- ◆ કોઈ રમકડાંને કે પદાર્થને બાળક સામેથી અચાનક દૂર કરીને કે ઢાંકી દઈને તે રમકડું કે પદાર્થ ક્યાં ગયો ? પૂછ્યા બાદ તેને તે પદાર્થ શોધવાનું કહો.
- ◆ કોઈ રમકડાંને કે પદાર્થને બાળક સામેથી અચાનક દૂર કરીને કે ઢાંકી દઈને તે રમકડું કે પદાર્થ ક્યાં ગયો ? પૂછ્યા બાદ તેને તે પદાર્થ શોધવાનું કહો.
- ◆ બાળકને કેટલાંક અવાજો સંભળાવો અને તેની ઓળખ કરાવો. ત્યારબાદ તે અવાજો તેની સામે પુનઃ રજૂ કરી તેને ઓળખવાનું કહો.
- ◆ તમારી આંગળી પર પપેટ બનાવીને પહેરો. ત્યારબાદ તમારી આંગળીને ઝડપથી અલગ-અલગ દિશામાં ફેરવો અને બાળકને તે પપેટ સામે જોવાનું કહો. થોડાં

સમયાંતરે તમારા હાથને ફેરવવાની દિશા બદલતાં રહો.

### ❖ 2-3 વર્ષના બાળક માટે ...

- ◆ એક બોક્ષને રમકડાં, ચમચી, બોલ વગેરે જેવા પદાર્થો વડે ભરી દો અને બાળકને તે ખાલી કરી એકપણ રમકડું કે પદાર્થ બહાર ન રહે તે રીતે પુનઃ ભરવા કહો.
- ◆ તમારા બાળક સમક્ષ આકાર, વજન, કલર પૈકી કોઈ એક બાબતના આધારે અનેક વસ્તુઓ ક્રમમાં ગોઠવો. ઉદાહરણ તરીકે નાની મોટી ચમચીઓ. હવે બાળકને નાની ચમચી આપવાનું કહો. ત્યારબાદ તેને અલગ અલગ આકારની ચમચીઓ આપવાનું કહો. આ જ રીતે વજન અને કલર માટે પણ કરી શકાય છે.
- ◆ તમારા બાળકને આંખો બંધ કરવા કહી તેને વિવિધ સ્વાદવાળો ખોરાક આપી તેને ઓળખવાનું કહો. ફળ, અનાજ, ચોકલેટ વગેરે ખોરાક કે જે બાળક દૈનિક ખોરાક તરીકે લેતું હોય તેની પસંદગી કરવી.
- ◆ કાર્ડબોર્ડ કે પૂંઠાના ચોરસ નાના-નાના ટુકડા કરો. બાળક જે ચિત્રને ઓળખતું હોય તેને આ ટુકડાઓ વડે ઢાંકી દો. હવે વારાફરતી એક-એક ટુકડો જરૂર પડે તે મુજબ લઈને બાળકને તે ચિત્ર ઓળખવા કહો.
- ◆ ફોનનું રમકડું કે ફોન લઈને બાળક સમક્ષ એક બે શબ્દો બોલ્યા બાદ ફોન બાળકનાં કાન પાસે ધરીને તે શબ્દોનું પુનરાવર્તન કરવા કહો. ધીમે ધીમે શબ્દોની સંખ્યા વધારી એક બે નાના વાક્યો બોલો. હેલો, કોણ ? કોણ બોલે છે ? પપ્પા, તમે કેમ છો ? તમે શું કરો છો ?
- ◆ ટેબલ, ખુરશી, પલંગ, ઓશીકું વગેરે જેવા પદાર્થો રૂમમાં અસ્તવ્યસ્ત મુક્યા બાદ બાળકના કોઈ એક રમકડાંને ચોક્કસ માર્ગે તે પદાર્થોની આસપાસની પસાર કરો અને તે માર્ગ વિશે બોલતા જાવ. જેમ કે રમકડું હવે ટેબલ નીચેથી જઈ રહ્યું છે, હવે તે ખુરશી ઉપરથી જશે, હવે તે પલંગ નીચેથી જશે વગેરે. ત્યારબાદ તે માર્ગે તે જ રમકડાંને બાળકને પુનઃ પસાર કરવા કહો.
- ◆ પૂંઠાના નાનાં ચોરસ ટુકડા પર રંગીન કાર્ડ કે ચિત્રો બેની જોડમાં ચોંટાડી દો. ત્યારબાદ તે કાર્ડને ઊભી કે આડી હરોળમાં ઊંધા ગોઠવો. બાળકને કોઈપણ બે કાર્ડને છતા કરી જોડ બનાવવાનું કહો. ઉદાહરણ તરીકે લાલ રંગના બે કાર્ડને શોધી તેની જોડ બનાવવી. જે બે કાર્ડને બાળકે છતા કર્યા હોય તે જોડમાં ન હોય તો તેને પુનઃ ઊંધા મૂકી દેવા. અહીં બાળકે દરેક કાર્ડને સ્મૃતિમાં રાખીને આગળ વધવું પડશે.

### ❖ 3-4 વર્ષના બાળક માટે....

- ◆ એક બોક્ષમાં કાતર, ચમચી, મિલ્ક કપ, પેન, કેયોન, રીમોટ, મોબાઈલ વગેરે વસ્તુઓ મૂકો. ત્યારબાદ બાળકની આંખોને રૂમાલ વડે બંધ કરી તેને તે બોક્ષમાંથી એક એક વસ્તુ ઉપાડવા અને ઓળખવા રહો.
- ◆ બાળક સમક્ષ નાની ભૂલો કરો અને તે ભૂલો બાળકને ઓળખવા કહો. જેમ કે

પેન્સિલની અણી કાઢ્યા વગર તેને વાપરવાનો પ્રયત્ન કરવો, પેનનું ઢાંકણ ખોલ્યા વગર તેને વાપરવાનો પ્રયત્ન કરવો. ચમચીમાં ખોરાક લીધા વગર મોંમાં મૂકવી, ગ્લાસમાં પાણી લીધા વગર હાથ ધોવા વગેરે.

- ◆ અખબારમાં આવતી ચિત્રાત્મક વાર્તાઓને કાપી તેને પુનઃ ક્રમમાં ગોઠવવા કહો.
- ◆ બાળક સમક્ષ કોઈ એક પદાર્થને રહસ્યમય રીતે રજૂ કરો અને તેને ઓળખવા કહો. ઉદાહરણ તરીકે, તે પદાર્થ આપણે ખોરાકમાં લઈએ છીએ. તે પદાર્થને આપણે સવારે જ લઈએ છીએ. તે પદાર્થ પ્રવાહી છે. તે પદાર્થ પ્રવાહી છે. વગેરે જેવા અણસાર આપીને બાળકને તેને ઓળખવાનું કહો.
- ◆ પંદર જેટલી લખોટીને હરોળમાં ગોઠવો. ત્યારબાદ બાળકને એક લખોટી આપી થોડા અંતરેથી તેને ગબડાવી હરોળમાંની લખોટીને તાકવા કહો. જે લખોટીને તે તાકે તે બાળકને આપી દો. ત્યારબાદ બીજા બાળકને દાવ આપી લખોટી તાકવા કહો. જેની પાસે સૌથી વધારે લખાટી ભેગી થાય તે વિજેતા બને છે.
- ◆ કોઈ એક પદાર્થને રૂમમાં ચોક્કસ જગ્યાએ મૂકી બાળકની આંખો બંધ રાખી તેને શાબ્દિક સૂચનાઓ આપી તે પદાર્થ સુધી પહોંચવામાં મદદ કરો. જેમ કે ડાબી બાજુ, જમણી બાજુ, નીચે ઉપર વગેરે.
- ◆ બજારમાં મળતા વિવિધ રંગના લોટ જેવા પદાર્થનો ઉપયોગ કરીને તેને વિવિધ આકારો બનાવવા કહો.

#### ❖ રમતોના સામાન્ય પ્રકારો :

- ◆ વિવિધ અવાજો તરફ પ્રતિચાર આપવો.
- ◆ મંદ ગતિ કરતાં પદાર્થો કે રમકડાંને અનુસરવું.
- ◆ વિવિધ સુગંધ તરફ પ્રતિચાર આપવો.
- ◆ પદાર્થોને શોધવા વ્યક્તિનું જાણવું અને શોધવું, કલ્પના કરવાની રમતો, પદાર્થોને ક્રમમાં ગોઠવવા, ગાવું, ડાન્સ કરવો, ચિત્રોને ઓળખવા, બે પદાર્થો કિ ચિત્રો વચ્ચે તફાવતો ઓળખે, પદાર્થોને તેના લક્ષણો અનુસાર વર્ગીકૃત કરે વગેરે જેવી અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓ બાળકના બોધાત્મક વિકાસ માટે કરી શકાય છે.
- ◆ શાબ્દિક રમતો
  - અનુમાન કર, ચાર પગ ધરાવતું પ્રાણી કયું છે ?
  - શોધ, ગઈકાલે તે સવારે નાસ્તામાં શું લીધું હતું ?
  - હા કે ના, આ પદાર્થ ગોળ છે ? આ રંગ લીલો છે ?
  - કયો પદાર્થ અલગ છે અને શા માટે ? પેન, પેન્સિલ, કેયોન, રબ્બર
  - પૂર્ણ કરો... મને ફળમાં ગમે છે... મને કલરમાં ગમે છે... મને ખાવામાં ગમે છે... મને ફૂલોમાં ગમે છે...
  - હવે પછી શું આવશે ? ત્રણ ફૂલો, ચાર ફૂલો, પાંચ ફૂલો
  - કયા શબ્દનું મેં પુનરાવર્તન કર્યું ? આ સફરજનનો રંગ લાલ રંગ છે.

---

## 10.7 સારાંશ

---

માનવી અન્ય પ્રાણીઓ કરતાં બુદ્ધિશાળી પ્રાણી છે. 'બુદ્ધિ' થકી તેણે પૃથ્વી પર પોતાની સત્તામાં વધારો કર્યો છે. આ બુદ્ધિનો વિકાસ એટલે બોધાત્મક વિકાસ 'બુદ્ધિ' ના કાર્યો વૈવિધ્યસભર અને બહુપરિમાણીય હોવાથી તેનો વિકાસ એ સંકુલ પ્રક્રિયા છે. બ્લૂમે જ્ઞાન, સમજ, ઉપયોજન, વિશ્લેષણ, સંશ્લેષણ અને મૂલ્યાંકન જેવી બોધાત્મક ક્રિયાઓની સમજ આપી. આ ક્રિયાઓના વિકાસ માટે શું કરવું જોઈએ ? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર તેઓએ કેટલાંક ક્રિયાપદોના વર્ગીકરણ થકી આપ્યો છે. આ એકમમાં તમે બ્લૂમે દર્શાવેલ વિવિધ બોધાત્મક સ્તરો અને તેને સંલગ્ન ક્રિયાપદોનો અભ્યાસ કર્યો. આ ક્રિયાપદો આધારિત વર્ગવ્યવહાર કે મૂલ્યાંકન પ્રક્રિયાનું આયોજન કરી તેનાં વિકાસ માટેના આયોજનબદ્ધ પગલાં લઈ શકાય.

તર્ક, સમસ્યા ઉકેલ અને સર્જનાત્મકતા એ અગત્યની બોધાત્મક ક્રિયાઓ છે. તેની સમજ અને તે માટેની પ્રવૃત્તિઓ તમે આ એકમમાં શીખી ગયા. 'અધિબોધ' એટલે પોતે જે જ્ઞાન ધરાવે છે તે જ્ઞાન અંગેનું જ્ઞાન પોતે અમુક બાબત શી રીતે શીખી ? તે બાબત શીખવા માટે મેં કઈ બૌદ્ધિક પ્રક્રિયા કરી ? તે જ્ઞાન પ્રાપ્તિ વખતે મેં ક્યા પૂર્વાનુભવોનો ઉપયોગ કર્યો ? વગેરે જેવા પ્રશ્નોનાં ઉત્તર મેળવતી વખતે વ્યક્તિ પોતાની બૌદ્ધિક ક્રિયાઓ તરફ વધુ સભાન થાય છે અને તેના પર નિયંત્રણ મેળવવા તરફ આગળ વધે છે. બાળકો જે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે તેને પુનઃયાદ કરાવીને માત્ર મૂલ્યાંકન કરીને અટકવાનું નથી. પરંતુ જ્ઞાનપ્રાપ્તિની ક્રિયાને વધારે સભાન બનાવવી જોઈએ જેથી ભવિષ્યમાં બાળક પોતે પોતાની જ્ઞાનપ્રાપ્તિની તરેહને ઓળખે અને તેનો અસરકારક ઉપયોગ કરી શકે.

---

## 10.8 સ્વાધ્યાય

---

1. બોધાત્મક વિકાસ એટલે શું ?
2. બ્લૂમ ટેક્ષોનોમીની સમજ આપો.
3. બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ એટલે શું ? તેનું સ્વરૂપ સ્પષ્ટ કરો.
4. તર્ક એટલે શું ? તેના વિકાસ માટે શું કરશો ?
5. સમસ્યા-ઉકેલ એટલે શું ? તેના વિકાસ માટે શું કરશો ?
6. સર્જનાત્મકતા એટલે શું ? તેના વિકાસ માટે શું કરશો ?
7. અધિબોધ એટલે શું ? તેના વિકાસ માટે શું કરશો ?
8. બાળ વિકાસના શરૂઆતના તબક્કે બોધાત્મક વિકાસ માટેની પાંચ પ્રવૃત્તિઓ જણાવો.

---

## 10.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી

---

જોષી, હરિપ્રસાદ ઓ. (2004) શૈક્ષણિક મૂલ્યાંકન. સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ.

દોંગા નનુભાઈ (2010) શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન, નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

દોંગા નનુભાઈ (2010) અધ્યેતા અંગેની સમજ માટેનું વિકાસાત્મક મનોવિજ્ઞાન, નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

Childs Development Guide, Center for Development of Human Services Research Foundation of SUNY Buffalo State College, New York



Development Milestone Chart (2008), The Institute for Human Service for the Ohio Child Welfare Training Program.

Judith S. Rycus, and Ronald C. Huffhes (1998). The Field Guide to Child Welfare Volume III: Child Development and Child Welfare League of America Press.

Milestones of Childhood Development, Virginia Early Childhood Development Alignment Project.

## 10.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1-a 2-a 3-c 4-f 5-d 6-e

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

બોધાત્મક પ્રક્રિયા એ વ્યક્તિ દ્વારા થતા બાહ્યવર્તનોનું પૃથક્કરણ કરવાની, તેના ઘટકો નક્કી કરવાની અને આસપાસના વાતાવરણને પરોક્ષ રીતે જાણવાની પ્રક્રિયા છે.

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

ચોક્કસ પદ્ધતિ અભિગમ	નિયમિત અભ્યાસક્રમ અભિગમ
1. ચોક્કસ બોધાત્મક પ્રક્રિયા માટે થાય	1. બોધાત્મક પ્રક્રિયાના સામાન્ય સ્વરૂપ માટે
2. વિષયવસ્તુ કરતાં બોધાત્મક પ્રક્રિયા	2. બોધાત્મક પ્રક્રિયા સાથે વિષયવસ્તુ અધ્યયનનું પણ મહત્વ
3. વિષયવસ્તુ શીખવાનું ભારણ ન રહે	3. વિષયવસ્તુ શીખવાનું ભારણ રહે

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4

સમસ્યા ઉકેલનો હેતુ નવીન ઉકેલ શોધવાનો છે જેમાં સર્જનાત્મકતાની પ્રક્રિયા સમાયેલ છે. સમસ્યા-ઉકેલ દરમિયાન વ્યક્તિ પોતાના પૂર્વજ્ઞાનના ઉપયોગથી સમસ્યા ઉકેલે છે જ્યારે સર્જનાત્મકતા માટે પણ વ્યક્તિ પોતાના પૂર્વજ્ઞાનમાં રહેલ માહિતીઓના નવા જોડાણ કરી નવું સર્જન કરે છે.

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 5

બોધ એટલે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું જ્યારે અધિબોધ એટલે તે જ્ઞાન શી રીતે પ્રાપ્ત કર્યું તે અંગેનું જ્ઞાન. બોધ એટલે જ્ઞાન પ્રાપ્તિના સ્વરૂપમાં નીપજ જ્યારે અધિબોધ એટલે વ્યક્તિ પોતે કઈ રીતે શીખે છે, તેની બોધાત્મક ક્ષમતાઓ કઈ છે વગેરેનું જ્ઞાન.

: રૂપરેખા :

- 11.1 પ્રસ્તાવના
- 11.2 ઉદ્દેશો
- 11.3 મનોશારીરિક વિકાસ
- 11.4 મનોશારીરિક ક્ષેત્ર - ટેક્ષોનોમી
  - 11.4.1 પ્રત્યક્ષીકરણ
  - 11.4.2 ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું
  - 11.4.3 માર્ગદર્શન હેઠળ પ્રતિચાર
  - 11.4.4 કાર્યપ્રણાલી શીખી જવી
  - 11.4.5 પ્રભુત્વ
- 11.5 મનોશારીરિક વિકાસનું વર્ગીકરણ
- 11.6 મનોશારીરિક વિકાસનું સંપોષણ
  - 11.6.1 મનોશારીરિક કૌશલ્ય વિકાસના ચલો
  - 11.6.2 ધારણ અને કૌશલ્ય સંક્રમણમાં વધારો કરવો
  - 11.6.3 મનોશારીરિક કૌશલ્યોનું અધ્યાપન
  - 11.6.4 મનોશારીરિક વિકાસ અંગે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો
- 11.7 સારાંશ
- 11.8 સ્વાધ્યાય
- 11.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 11.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

## 11.1 પ્રસ્તાવના

---

સ્વસ્થ શરીરમાં મનનો વિકાસ થાય છે. સ્વસ્થ બાળકના બોધાત્મક, ભાવાત્મક અને ક્રિયાત્મક વિકાસ માટેના પરિણામો વધારે સારી રીતે મેળવી શકાય છે. અગાઉના એકમોમાં આપણે બાળકના બોધાત્મક અને ભાવાત્મક વિકાસની વાત કરી. બાળકના સર્વાંગી વિકાસ અંગેના પ્રયત્નો શારીરિક વિકાસ વિના અધૂરા છે. ગાંધીજીએ આપેલ શિક્ષણની વ્યાખ્યામાં પણ બાળકના મન, શરીર અને આત્મામાં રહેલ ઉત્તમાંશોને પ્રગટ કરવાની વાત કરવામાં આવી છે. બાળકના મનોશારીરિક કૌશલ્યના વિકાસ માટે સહેતુક પ્રયત્નો થવા જોઈએ. શારીરિક સ્વસ્થતા એ સ્વસ્થ જીવનશૈલીનો એક ભાગ છે. વર્તમાન સમયમાં જીવનકૌશલ્યોના વિકાસ પર ભાર મૂકવામાં આવે છે ત્યારે સ્વાસ્થ્યની જાળવણી એ સૌથી અગત્યનું અને મહત્વનું કૌશલ્ય છે.

---

## 11.2 ઉદ્દેશો

---

આ એકમના અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો-

- ◆ મનોશારીરિક કૌશલ્યનો અર્થ આપી શકશો.
- ◆ મનોશારીરિક ક્ષેત્રની ટેક્ષોનોમીની સમજ આપી શકશો.
- ◆ મનોશારીરિક કૌશલ્યનું વર્ગીકરણ રજૂ કરી શકશો.
- ◆ મનોશારીરિક કૌશલ્ય વિકાસ પર ચલોના અસર અંગે ચર્ચા કરી શકશો.
- ◆ મનોશારીરિક કૌશલ્ય વિકાસમાં ધારણ અને સંક્રમણની ભૂમિકાની ચર્ચા કરી શકશો.
- ◆ મનોશારીરિક કૌશલ્યના અધ્યાપન દરમિયામ ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો કહી શકશો.
- ◆ મનોશારીરિક કૌશલ્યના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકશો.

---

## 11.3 મનોશારીરિક વિકાસ

---

*“We are what we repeatedly do. Excellence, then, is not an act, but a habit.”*  
– Aristotle

એરિસ્ટોટલે કહેલ ઉપરનું વાક્ય મનુષ્ય જે છે તે હોવા પાછળનું તાત્વિક કારણ દર્શાવે છે. ટેવ એ વર્તનના પુનરાવર્તન દ્વારા જન્મે છે. મનોશારીરિક વિકાસને પણ આ બાબત એટલી જ લાગું પડે છે. બાળકે મનોશારીરિક કૌશલ્યોનું કરેલ પુનરાવર્તન તેની ટેવમાં પરિણમે છે. મનોશારીરિક વિકાસ શબ્દમાં ‘મનો’ એટલે કે માનસિક અને ‘શારીરિક’ એમ બે શબ્દો સમાયેલ છે. મનોશારીરિક શબ્દનો શબ્દાર્થ સૂચિત કરે છે કે માનસિક અને શારીરિક ક્રિયાઓના સંકલન વડે થતું કાર્ય. મનોશારીરિક કૌશલ્યને નીચે મુજબ વધારે સારી રીતે વ્યાખ્યાયિત કરી શકાય.

- ◆ મનોશારીરિક કૌશલ્ય એટલે જે કૌશલ્યમાં શારીરિક હલનચલન અને માનસિક ઘટકનો સમાવેશ થાય છે.
- ◆ એવું શારીરિક હલનચલન કે જે માનસિક પ્રક્રિયા સાથે જોડાયલું હોય.
- ◆ મગજ અને શરીર દ્વારા સંકલન થકી આપવામાં આવતી પ્રતિક્રિયા.

મનોશારીરિક વિકાસને ચેષ્ટા વિકાસ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. ચેષ્ટાનો સામાન્ય

અર્થ હરકત કે હલનચલન વર્તન એમ થાય છે. પરંતુ મનોવિજ્ઞાનની ભાષામાં વ્યક્તિના વિભિન્ન અંગો પર તેની આસપાસના વાતાવરણ/પરિસ્થિતિની અસરો થતી હોય છે. જેનાથી વ્યક્તિ જુદી જુદી ક્રિયાઓ કરવા ઉત્તેજિત થાય છે. જેનાથી પ્રતિક્રિયા જન્મે છે. આ પ્રતિક્રિયાના ફલસ્વરૂપે જે હલનચલન થાય છે તેને ચેષ્ટા કહે છે. શરીરમાં આવેલ વિવિધ સ્નાયુઓ, અસ્થિપિંજર અને મજ્જાતંતુઓ એકમેકના સહકારને લીધે વ્યક્તિને ગતિશીલ કાર્યમાં પરિણમે તેવી જે ચેષ્ટા કરવા પ્રેરે તેને મનોશારીરિક કૌશલ્ય કહી શકાય.

પ્રોફેસર જ્યાર્જ કેઝરોલાએ પોતાના પુસ્તક Physical Activity and Child Development માં વિકાસની અવસ્થાઓ દરમિયાન બાળક કયા મનોશારીરિક કૌશલ્ય ધરાવતા હોવા જોઈએ તેની માહિતી નીચે આપેલ છે.

❖ **6 થી 7 વર્ષના બાળકમાં જોવા મળતાં મનોશારીરિક કૌશલ્યો :**

- ઝડપથી આગળ વધવું અને પાછું આવવું.
- પગ ભેગા રાખીને કૂદવું અને વારાફરતી જમણાં કે ડાબા પગે કૂદવું
- અડચણોને દૂર કરતાં-કરતાં દોડવું અને દોડતી વખતે ઝડપથી દિશા બદલી
- એક હાથે પદાર્થને ફેંકવો અને તે માટે વિરુદ્ધ પગની મદદ લેવી.
- છાતીથી દૂર હાથને લઈ જઈને બોલને પડકવો.
- બોલને ઉછાળવો અને હાથ વડે કેચ કરવો.

❖ **6 થી 11 વર્ષના બાળક માટે શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ :**

વાસ્તવમાં આ શીખવા માટેનો ઉત્તમ સમય છે. બાળકો નીચેના જેવી પ્રવૃત્તિઓ વારાફરતી કરતાં હોવાં જોઈએ.

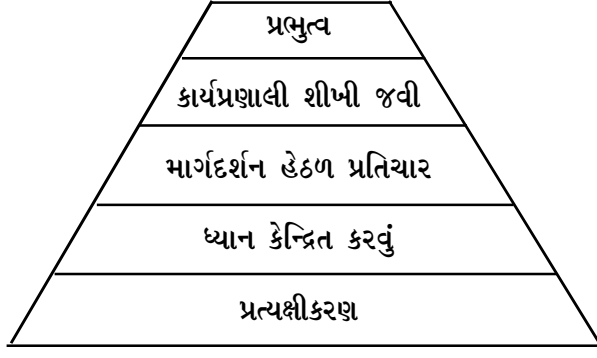
- શરીરના અંગોનું સંકલન ધરાવતી પ્રવૃત્તિઓ જેમ કે ટેનિસ, ક્રિકેટ, જીમનાસ્ટિક, ડાન્સ વગેરે.
- વધારે ઉર્જા ધરાવતી પ્રવૃત્તિઓ જેવી કે તરત દોડવું, સાયકલીંગ કરવું વગેરે.
- સામાજિક કૌશલ્ય ધરાવતી પ્રવૃત્તિઓ જેવી કે ટીમ સ્પોર્ટ્સ - ક્રિકેટ, કબડ્ડી વગેરે.

---

**11.4 મનોશારીરિક ક્ષેત્ર - ટેક્ષોનોમી**

---

આ ક્ષેત્રના હેતુઓ માટે સિમ્પસને એક તંત્ર નક્કી કર્યું હતું. આ ક્ષેત્રના હેતુ સિદ્ધ કરવા માટે બાળકે માનસિક અને શારીરિક એમ બંને પ્રકારના વર્તનોને કેળવવા પડે છે. એટલું જ નહીં પરંતુ કાર્યનાં અંતે બાળકના વર્તન પરિવર્તનમાં આ બંને પ્રકારના વર્તનોનું સમાયોજન અપેક્ષિત છે. અહીં સુસ્પષ્ટ હેતુ પ્રક્રિયામાં નૈપુણ્ય કેળવે કે ક્રિયા શીખે તે સ્વરૂપમાં હોય છે. જ્યારે ગર્ભિત હેતુ ક્રિયાની સાથેનો માનસિક વ્યવહાર કેળવે તે છે. મનોશારીરિક વિકાસનું ચોક્કસ સ્તર સૂચવતા આ ક્ષેત્રમાં વિકાસ નીચેના સોપાનો મુજબ થાય છે.



#### 11.4.1 પ્રત્યક્ષીકરણ

કોઈપણ ક્રિયાને નૈપુણ્યની દૃષ્ટિએ નિહાળવી એ પ્રત્યક્ષીકરણ છે. બાળક ક્રિયાનું અનુકરણ કરવા પોતાના મનથી પ્રેરાય અને માનસિક ક્રિયા કરે એ બે બાબતોના પ્રત્યક્ષીકરણ દરમિયાન ખ્યાલ રાખવામાં આવે છે. આ દૃષ્ટિએ નીચેના બે વિશિષ્ટ હેતુ કહી શકાય.

1. આંતરિક પ્રેરણ
2. વિગતનો ખ્યાલ

ઉદાહરણ તરીકે,

- બાળક શિક્ષકને આવૃત્તિ દોરતા જોવે
- બાળકો ટાઈપ કરવા માટેની જરૂરી માહિતી મેળવે
- બાળકો શિક્ષકને સાધનો ગોઠવતા જોવે

#### ❖ ક્રિયાપદો :

- પસંદ કરે
- વર્ણન કરે
- શોધે
- ભેદ પારખે
- અનુભવે
- જોડે
- સાંભળે
- ઓળખે
- જુદું પાડે
- નોંધ લે
- પુનઃ યાદ કરે
- અડકે

#### 11.4.2 ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું

બાળક ક્રિયાને સંલગ્ન સોપાન શ્રેણી તરફ પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે અને માનસિક રીતે તેને એક 'તંત્ર' સ્વરૂપે સમજવાનો પ્રયત્ન કરે છે. અહીં નીચેના વિશિષ્ટ હેતુઓ સમાયેલ છે.

1. શ્રેણી સમજવી
2. શારીરિક હલનચલન અને માનસિક ભૂમિકા
3. સમન્વય

ઉદાહરણ તરીકે,

- બાળકો ક્રિયા અંતર્ગત શરૂથી અંત સુધીના વ્યવહારો જાણે
- બાળકો ક્રિયાની સૈદ્ધાંતિક અને વ્યવહારૂ વિગત તરફ ધ્યાન આપે
- બાળકો જરૂરી શારીરિક હલનચલનો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે

#### ❖ ક્રિયાપદો :

- ગોઠવે
- શરૂ કરે
- બતાવે
- સમજાવે
- પહેલ કરે
- તૈયારી કરે
- આગળ વધે
- પ્રતિચાર આપે
- જણાવે

#### 11.4.3 માર્ગદર્શન હેઠળ પ્રતિચાર

બાળક માનસિક સમજના અંતે પ્રત્યેક સોપાન માટે ચોક્કસ હલનચલનો શીખે અને તે ક્રિયાઓ વારંવાર કરે છે. અહીં નીચેના વિશિષ્ટ હેતુઓ સમાયેલ છે.

1. પુનઃ ક્રિયા કરે
2. દૃઢિકરણ કરે

ઉદાહરણ તરીકે,

- બાળકો પ્રત્યેક સોપાન માટે પુનઃ ક્રિયા કરે
- બાળકો આકૃતિ દોરવા દૃઢિકરણ કરે
- બાળકો જાણેલા સૂરને હારમોનિયમ પર સતત વગાડે

❖ ક્રિયાપદો :

- ભેગું કરે
- સર્જન કરે
- માપન કરે
- રચે
- અનુકરણ કરે
- છૂટું પાડે
- દર્શાવે
- ઝડપ વધારે
- હાથથી કાર્ય કરે
- સુધારો કરે
- પુનઃ સર્જન કરે
- વિઘટન કરે
- યોજના કરે
- સંશોધન કરે
- પ્રયત્ન કરે

#### 11.4.4 કાર્યપ્રણાલી શીખી જવી

ક્રિયાના પુનરાવર્તન કારણે તે ક્રિયા બાળક પોતાની મેળે કરી શકે છે અને તેનાં વિવિધ ઘટકો પર કાબૂ મેળવે છે. આ તબક્કા દરમિયાન વ્યક્તિના ચોક્કસ અવલોકનો માટે પરીક્ષણ કરવામાં આવે તો સુસ્પષ્ટ હેતુ શીખી ગયેલ છે તેવું જણાય છે. અહીં નીચેના જેવા વિશિષ્ટ હેતુઓ સમાયેલ છે.

1. સોપાનક્રમ આવડી જવો
2. તેની ક્રમબદ્ધતા દર્શાવી શકે
3. ક્રિયા નૈપુણ્ય પ્રાપ્તિ

ઉદાહરણ તરીકે,

- બાળક હૃદયની આકૃતિ દોરે
- બાળક પ્રયોગ જાતે કરે
- બાળક હાર્મોનિયમ પર સારેગમ - સૂર વગાડે

❖ ક્રિયાપદો :

- એકત્રિત કરે
- રચના કરે
- પૂર્ણ કરે
- વધારે ઝડપથી કરે
- ઉત્તેજના અનુભવે
- બનાવે
- ક્રિયાન્વિત કરે
- આકાર આપે
- રેખાચિત્ર તૈયાર કરે

#### 11.4.5 પ્રભુત્વ

જેમ-જેમ ક્રિયા અંતર્ગત શારીરિક હલનચલન અને માનસિક વ્યવહારો આપમેળે થતાં જાય છે તેમ-તેમ તે મનોશારીરિક ક્રિયા પ્રતિક્ષિપ્ત કે સ્વાભાવિક બનતી જાય છે. આ સ્વાભાવિક બનવાની ક્રિયા દરમિયાન નીચેના જેવા વિશિષ્ટ હેતુઓનો સમાવેશ થયેલ છે.

1. શારીરિક હલનચલનનો પર પ્રભુત્વ
2. ક્રિયાનું સ્વાભાવિકરણ - આત્મસાત

ઉદાહરણ તરીકે,

- બાળક ક્રિયા સંલગ્ન સંકુલ પ્રતિચાર દર્શાવે
- બાળક ક્રિયાને લગતી વિશિષ્ટતા જાતે તૈયાર કરે

❖ ક્રિયાપદો :

- સુગ્રંથન કરે - સંકલન કરે - સફળતાપૂર્વક નિદર્શન કરે - સંગઠિત કરે
- વિઘટન કરે - વિચ્છેદન કરે - હસ્તપ્રયોજન કરે - સર્જન કરે

દરેક સોપાન કેટલાંક ક્રિયાપદો સમાન હોવા છતાં તેઓના અર્થ જે-તે સોપાનનાં સંદર્ભમાં બદલાય છે.

❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

નીચે દર્શાવેલ મનોશારીરિક ક્ષેત્રની ટેકોનોમીના પ્રત્યેક તબક્કે માનવ વર્તન જણાવો.

1. પ્રત્યક્ષીકરણ : .....
2. ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું : .....
3. માર્ગદર્શન હેઠળ પ્રતિચાર : .....
4. કાર્યપ્રણાલી શીખી જવી : .....
5. પ્રભુત્વ : .....

**11.5 મનોશારીરિક વિકાસનું વર્ગીકરણ**

જેનેના મતે મનોશારીરિક અધ્યયન એટલે સાહજિક અને સમયબદ્ધ એવા સંકલિત સ્નાયવિક હલનચલનો. મનોશારીરિક વિકાસ એ ખૂબ જરૂરી છે કારણ કે તે શરીરનું બોધાત્મક બાબતો સાથેનું સંકલન દર્શાવે છે. આ કૌશલ્યોનું સ્વરૂપ શારીરિક છે. કૌશલ્ય શીખવાની શરૂઆત કરતાં પહેલા જે-તે શારીરિક કૌશલ્યની બાબતમાં વ્યક્તિ પાસે શું, જાણે છે? તે અંગેનું ચિંતન કરવું જોઈએ. મનોશારીરિક કૌશલ્યોનું વર્ગીકરણ નીચે મુજબ કરી શકાય.

1. સતત - અસતત : જે કૌશલ્યની શરૂઆતના અને અંતિમ બિંદુઓ સુનિશ્ચિત હોય પરંતુ તે અધ્યેતા માટે વધુ સંકુલ અને કઠિન હોય છે, તેને સતત શારીરિક કૌશલ્ય કહી શકાય. જ્યારે અસતત શારીરિક કૌશલ્યના શરૂઆતના અને અંતિમ બિંદુઓ ભિન્ન હોય અને તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે ઓછા સોપાનો હસ્તગત કરવાની જરૂર હોય છે.
2. બંધ - ખુલ્લાં : બંધ શારીરિક કૌશલ્યો એ પર્યાવરણ થકી અસર પામતાં નથી જ્યારે ખુલ્લાં પ્રકારના શારીરિક કૌશલ્યો એ પર્યાવરણ દ્વારા અસર પામે છે.
3. વ્યક્તિ - પદાર્થની ગતિ : અહીં કૌશલ્યનો ઉપયોગ કરનાર વ્યક્તિ અને જે પદાર્થ પર તે કૌશલ્યનો ઉપયોગ થઈ રહ્યો છે તે પદાર્થની શરૂઆતની ગતિની વાત કરવામાં આવી છે. તેના વિવિધ પ્રકાર નીચે મુજબ છે.

પ્રકાર-1 વ્યક્તિ અને પદાર્થ સ્થિર બંને હોય. ઉદાહરણ તરીકે - ગોલ્ફની રમત

પ્રકાર-2 વ્યક્તિ અને પદાર્થ ગતિમાં હોય. ઉદાહરણ તરીકે - બેઝબોલ, ક્રિકેટની રમત

પ્રકાર-3 વ્યક્તિ ગતિમાં હોય અને પદાર્થ સ્થિર હોય. ઉદાહરણ તરીકે - બાસ્કેટબોલમાં ગોલ કરવો

પ્રકાર-4 વ્યક્તિ અને પદાર્થ બંને ગતિમાં હોય. ઉદાહરણ તરીકે - ચાલતી સબમરીનમાંથી એરક્રાફ્ટનું નિશાન

મનોશારીરિક કૌશલ્યના ઉપયોગ દરમિયાન ઉપયોગમાં લેવાતાં શરીરના અંગોના પ્રમાણના આધારે પણ નીચે મુજબ વર્ગીકરણ કરવામાં આવે છે.

1. સંકુલ મનોશારીરિક કૌશલ્ય : આ કૌશલ્યના ઉપયોગ સમયે શરીરના અનેક સ્નાયુઓનો એકસાથે ઉપયોગ કરવાની જરૂર પડે છે. જેમ કે દોડવું, દોરડા કૂદવું, ચાલવું વગેરે.
2. સૂક્ષ્મ મનોશારીરિક કૌશલ્ય : આ કૌશલ્યના ઉપયોગ દરમિયાન શરીરના કોઈએક ભાગ કે સ્નાયુઓના ઉપયોગની જરૂરી પડે છે. જેમ કે ચિત્ર દોરવું, સીવણકામ કરવું વગેરે.

❖ મનોશારીરિક અધ્યયનના મુખ્ય ત્રણ જૂથ પાડી શકાય છે :

1. પદાર્થ - કેન્દ્રી : જેમ કે ટાઈપ કરવું, સાયકલ ચલાવવી, ટેનીસ રમવું, મશીન ઓપરેટ કરવું વગેરે.
2. ભાષા - કેન્દ્રી : જેમ કે લેખન, વાચન, વિદેશી ભાષા શીખવી વગેરે.
3. સંવેદન - કેન્દ્રી : જેમ કે સંગીતના વાદ્ય વગાડવા, ચિત્ર દોરવું, એક્ટીંગ કરવી, ડાન્સ કરવો વગેરે.

ઉપરનાં પૈકી બે જૂથોનો સમન્વય ધરાવતું મનોશારીરિક અધ્યયન પણ જોવા મળે છે. જેમ કે ગાવામાં જૂથ બે અને ત્રણનો સમન્વય જોવા મળે છે. સંગીતના વાદ્યોમાં જૂથ એક ત્રણનો સમન્વય જોવા મળે છે વગેરે.

❖ મનોશારીરિક કૌશલ્યના મહાવરા અંગેના ત્રણ અગત્યનાં ઘટકો :

1. સમગ્ર - ખંડિત મહાવરો : મનોશારીરિક કૌશલ્યના સમગ્રલક્ષી મહાવરામાં વ્યક્તિ બ્રેક લીધા વિના સતત મહાવરો કરે છે, જ્યારે ખંડિત મહાવરામાં વ્યક્તિ કૌશલ્ય પ્રાપ્તિ દરમિયાન અવારનવાર નાનાં બ્રેક લે છે.
2. સમગ્ર - અંશ મહાવરો : વ્યક્તિ સમગ્ર મહાવરા દરમિયાન જે કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવાનું હોય છે તેના દરેક વિભાગોનો એકસાથે મહાવરો કરે છે, જ્યારે અંશ મહાવરા દરમિયાન વ્યક્તિ જે કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવાનું છે તે કૌશલ્યના નાના વિભાગો કરી તે દરેક વિભાગનો અલગથી મહાવરો કરે છે.
3. આંતરિક - બાહ્ય પ્રતિભાવ : વ્યક્તિને કૌશલ્ય પ્રાપ્તિ દરમિયાન પોતાના શરીર તરફથી જે પ્રતિભાવ મળે તેને આંતરિક પ્રતિભાવ કહે છે. જ્યારે વ્યક્તિને કૌશલ્ય દરમિયાન કોચ કે શિક્ષક તરફથી જે પ્રતિભાવ મળે તેને બાહ્ય પ્રતિભાવ કહે છે.

## 11.6 મનોશારીરિક વિકાસનું સંપોષણ

### 11.6.1 મનોશારીરિક કૌશલ્ય વિકાસના ચલો :

મનોશારીરિક વિકાસને લગતાં સિદ્ધાંતોના સારરૂપે તેની સાથે સંલગ્ન કેટલાંક ચલોની વાત અહીં કરવામાં આવી છે. આ ચલોની સમજ કેળવવાથી મનોશારીરિક વિકાસ પર અસર કરતાં પરિબળોને ધ્યાનમાં રાખીને આયોજન કરી શકાય છે. મનોશારીરિક કૌશલ્ય વિકાસ પર નીચેના ચલો અસર કરે છે.

1. પ્રેરણ : ડલ (1977) ના મતે મનોશારીરિક કૌશલ્ય વિકાસ પર પ્રેરણ હકારાત્મક રીતે



અસર કરે છે. ડ્યૂઈ (1969) ના મતે જો અનુભવો શૈક્ષણિક હોય તો તેમાં અચોક્કસતા અને ખોજનું તત્ત્વ હોવું જોઈએ. એટલે કે શિક્ષણ એવું હોવું જોઈએ કે જે બાળકના મનમાં કૌશલ્યને સંલગ્ન મૂંઝવણ અને હેરાનગી પેદા કરે. સંશોધનના આધાર વાત કરીએ તો વોટસન (1980) પ્રેરણામાં વધારો કરવાં નીચેની પ્રયુક્તિઓ દર્શાવી હતી.

- વૈયક્તિક ધ્યેયો, રસ, કૌશલ્ય પ્રત્યેનું મામ, વ્યક્તિગત યુનૌતી વગેરેને ધ્યાનમાં રાખીને વૈવિધ્યસભર મનોવૈજ્ઞાનિક પ્રયુક્તિઓનો ઉપયોગ કરો.
- સમસ્યા સ્વરૂપમાં કે નવીન વિચારોની રજૂઆત થકી જિજ્ઞાસા પેદા કરો.
- દરેક બાળક માટે ચેલેન્જ બની રહે અને તેમ છતાં પ્રાપ્ત કરી શકાય તેવી નાની યુનૌતીઓ આપો.
- પ્રતિચાર અને પ્રતિભાવ આપો.
- કૌશલ્ય પ્રાપ્તિ અને પૂર્ણતા તરફ જવાના કુદરતી વલણનો લાભ લો.

2. **નિદર્શન :** કૌશલ્ય વિકાસ માટેની આ સર્વોત્તમ પ્રયુક્તિ છે. ફિલ્મ રેકોર્ડીંગ કરેલાં કૌશલ્યો પણ અસરકારક સાબિત થયેલ છે. વોટસનના મતે નિદર્શન એ ટેકનિક, આત્મવિશ્વાસ અને સફળ પ્રયત્નની સમજ સ્પષ્ટ કરે છે. ગોઉલ અને રોબર્ટ (1982) નીચેના જેવા મુદ્દાઓ આપ્યાં છે.

- નિદર્શન મનોશારીરિક કૌશલ્યોના અધ્યયનમાં વધારો કરે છે.
- નિદર્શન કરનાર વ્યક્તનો હોદ્દા જેટલો વધારે હોય તેટલું બાળકોનું અધ્યયન વધારે હોય છે.
- શીખવવાના હેતુસર કૌશલ્યને નાના વિભાગોમાં વિભાજિત કરવું જોઈએ. દરેક વિભાગમાં સમાવિષ્ટ લઘુ કૌશલ્યનું નિદર્શન કરવું જોઈએ અને બાળકોને સાથે-સાથે મહાવરો કરાવવો જોઈએ.
- નિદર્શન અજાણ્યા કૌશલ્યોને શીખવાની ચિંતામાં ઘટાડો કરે છે.

3. **શારીરિક મહાવરો :** મહાવરો એટલે કૌશલ્યમાં સુધારાના હેતુસર કરવામાં આવેલ પુનરાવર્તન. કૌશલ્યને વાસ્તવમાં મહાવરા થકી અમલમાં મૂકવાથી ચિંતામાં ઘટાડો થાય છે. લાંબા સમયના મહાવરા કરતાં ટૂંકા સમયના મહાવરાની બેઠકો અસરકારક જોવા મળે છે. મહાવરાની બેઠકો એટલી ટૂંકી પણ ન હોવી જોઈએ કે તેમાં કૌશલ્યના સુધારા માટેનો અવકાશ ન રહે. વોટસનના મતે કૌશલ્ય પ્રદર્શનનો ગ્રાફ સૂચવે છે કે શરૂઆતના તબક્કે સુધારે ખૂબ ઝડપી હોય છે અને ત્યારબાદ નૈપુણ્ય સુધી પહોંચવામાં સમય લાગે છે. આમ થવાનું કારણ એ છે કે બાળક પોતે નક્કી કરેલા નૈપુણ્યના સ્તર પર થોભી જાય છે અને વાસ્તવિક નૈપુણ્ય તરફ જવા માટે તેણે પુનઃ પોતાના લક્ષ્યમાં સુધારો કરવો પડે છે.

4. **માનસિક મહાવરો :** અપેક્ષિત કૌશલ્યનો માનસિક પુનરાવર્તન એટલે માનસિક મહાવરો. માનસિક મહાવરા દરમિયાન વ્યક્તિ પોતે જે-તે કૌશલ્યને પ્રદર્શિત કરી રહી હોય તેવો અનુભવ કરે છે અને તે પ્રકારનું હલનચલન કરે છે. માનસિક મહાવરા અને સ્નાયવિક ઉત્તેજના વચ્ચે ખૂબ ગાઢ સંબંધ રહેલ છે. જહોનસન (1979) ના

મતે મનોશારીરિક કૌશલ્ય વિકાસનો શરૂઆતનો તબક્કો બોધાત્મક હોય છે. આ તબક્કે શિક્ષક બાળકને કૌશલ્યના સૈદ્ધાંતિક આધારો પૂરા પાડે છે. કૌશલ્ય નૈપુણ્ય તરફ જવા માટે માનસિક મહાવરાનો ઉપયોગ કરવા માટેના કેટલાંક સૂચનો નીચે મુજબ છે.

- માનસિક મહાવરો શરૂ કરે તે પહેલાં બાળકાએ જે કાર્ય કરવાનું છે તેનાથી પૂર્વપરિચિત હોવા જોઈએ.
- માનસિક મહાવરા માટે બાળકોને જરૂરી સૂચનાઓ આપવી.
- માનસિક અને શારીરિક મહાવરાનું સંકલન ઉચ્ચ પરિણામ આપે છે.
- સરળ કૌશલ્યો અથવા સંકુલ કૌશલ્યોના નાના વિભાગો એ માનસિક મહાવરા માટે સર્વોત્તમ છે.
- બાળકોને માનસિક મહાવરો, તેઓને અનુકૂળ સમયે અને સ્થળે કરવાની છૂટ હોવી જોઈએ.
- માનસિક મહાવરાની બેઠક પાંચ મિનિટથી વધારે ચાલવી જોઈએ નહીં.

**5. પ્રતિભાવ અથવા પરિણામની જાણ :** મનોશારીરિક કૌશલ્યના વિકાસ માટે પ્રતિભાવ અથવા પરિણામ અંગેની જાણ એ ખૂબ જરૂરી છે. જે-તે કૌશલ્ય અથવા તેના નાના વિભાગ માટે પ્રતિભાવ આપી શકાય છે. કૌશલ્યનું કે તેના ભાગનું સંપૂર્ણ નિદર્શન પૂર્ણ થયા બાદ જ પ્રતિભાવ આપવામાં આવે છે. કેટલીક વાર ભૂલ અને સુધારાની પ્રક્રિયા સાથે રાખવાના હેતુસર જ્યારે કૌશલ્ય નિદર્શનમાં ભૂલ થાય ત્યારે ત્વરિત પ્રતિભાવ આપવામાં આવે છે. પ્રતિભાવ અને તેની અસરોને લગતાં પરિણામો નીચે મુજબ જોવા મળે છે.

- કૌશલ્ય સુધારાનો દર એ ચોક્કસાઈ અને પરિણામની જાણની આવૃત્તિ પર આધારિત છે. જેટલી વધુ વખત પરિણામની જાણ કરવામાં આવે છે તેટલો કૌશલ્ય સુધારાનો દર વધે છે.
- પરિણામની જાણ કે પ્રતિભાવ આપવામાં વિલંબ કૌશલ્યના નૈપુણ્ય પર અસર કરતો નથી. જો કે શરૂઆતના તબક્કે પ્રતિભાવ મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે.
- શરૂઆતના તબક્કે પરિણામથી અજાણ હોવાનાં સંજોગોમાં કૌશલ્ય પ્રાપ્તિના દરમાં ઘટાડો થાય છે.
- શાબ્દિક, દશ્યાત્મક, ગત્યાત્મક વગેરે જેવા વૈવિધ્યસભર પ્રતિભાવો આપવા જોઈએ.

### 11.6.2 ધારણ અને કૌશલ્ય સંક્રમણમાં વધારો કરવો

ધારણ એટલે કેટલાંક સમય સુધી મહાવરાના અભાવ બાદ પણ કૌશલ્યને નિદર્શિત કરવાની ક્ષમતા. ફીશમેન (1992) ધારણને અસર કરતાં ચલોની વાત કરી હતી. સૌથી મહત્વનું પરિબળ એ શરૂઆતનું કૌશલ્ય પ્રવીણતાનું સ્તર છે. સંશોધનો દ્વારા એ પણ પૂરવાર થયેલ છે કે મહાવરા થકી ધારણમાં વધારો કરી શકાય છે. આ સંકલ્પનાને પુનઃ અધ્યયન તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. કૌશલ્યની પ્રક્રિયાઓના આંતરિકીકરણ થકી ધારણમાં વધારો થાય છે. બાળકે કૌશલ્યના નિદર્શન બાદ બને તેટલી ઝડપથી તેનો મહાવરો કરવો જોઈએ. નિદર્શન અને મહાવરા વચ્ચેના સમયમાં નિદર્શનને લગતું ધારણ ઘટે છે. તેઓના મતે શરૂઆત અને અંતમાં આપવામાં આવેલ માહિતીનું ધારણ વધે છે.

સંક્રમણ એ અગાઉ શીખેલાં નવા કૌશલ્યોને નવા કૌશલ્યના અધ્યયન દરમિયાન લાગુ પાડવાની પ્રક્રિયા છે. જેમ કે સાયકલ ચલાવતી વખતે શીખેલ કૌશલ્યોને બાઈક ચલાવતાં શીખતી વખતે લાગું પાડવા. ફીશમેને મનોશારીરિક કૌશલ્યોના સંક્રમણ માટે નીચેનાં સૂચનો કર્યા હતાં.

- અગાઉ શીખેલ કૌશલ્ય અને નવા કૌશલ્યો વચ્ચેની સામ્યતામાં વધારો એ નવા કૌશલ્યના અધ્યયન પર હકારાત્મક રીતે સંક્રમિત થાય છે.
- મહાવરા દરમિયાન અગાઉ શીખેલ બાબતોના ઉદાહરણો કૌશલ્ય પ્રાપ્તિમાં મદદરૂપ થાય છે.
- સંકુલ કૌશલ્યને ધ્યાનમાં રાખીને તેના નાના વિભાગોનો મહાવરો કરવો જોઈએ અન્યથા નાના વિભાગોનું સંકલન કરવું મુશ્કેલ બને છે.

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

નીચેના વિધાનો સાચા છે કે ખોટા તે જણાવો.

- અધ્યયન સંક્રમણથી કૌશલ્ય પ્રાપ્તિમાં અવરોધ ઊભો થાય છે.
- કૌશલ્ય પ્રાપ્તિ દરમિયાન પરિણામની સતત જાણ કરવી જોઈએ.
- અપેક્ષિત કૌશલ્યનું નિદર્શન કૌશલ્ય પ્રાપ્તિની પ્રક્રિયા પર નકારાત્મક અસર કરે છે.
- ખૂબ લાંબો સમય માનસિક મહાવરો કરવાથી કૌશલ્ય પ્રાપ્તિ ઝડપી બને છે.
- કૌશલ્યને વૈવિધ્યસભર રીતે રજૂ કરવાથી બાળકને શીખવાની પ્રેરણા મળે છે.

#### 11.6.3 મનોશારીરિક કૌશલ્યોનું અધ્યાપન :

લેન્સલોટ (1944)ના મતે મનોશારીરિક વિકાસ માટે મન અને સ્નાયુઓનું એકીકરણ ખૂબ અગત્યનું છે. તેઓના મતે શારીરિક કૌશલ્ય એ વિચારો દ્વારા માર્ગદર્શિત હોય છે અને વિચારોની ગુણવત્તા સાથે શારીરિક કૌશલ્યની ગુણવત્તા શીધી રીતે જોડાયેલ છે. વોટસન (1980) ના મતે મનોશારીરિક કૌશલ્ય નિર્માણની પ્રક્રિયામાં સ્નાયુ અને વિચાર એમ બંનેના સમાવેશ થાય છે. તેઓના મતે મનોશારીરિક કૌશલ્ય ત્રણ તબક્કામાં હસ્તગત થાય છે.

- શરૂઆતનો બોધ : સામાન્ય રીતે ટૂંકા ગાળાનો હોય છે અને તેમાં ધ્યાન કેન્દ્રિકરણને અવલોકનનો સમાવેશ થાય છે. આ તબક્કે કૌશલ્ય કેવી રીતે કરવામાં આવતું હશે તે અંગેના પ્રશ્નો ઉદ્ભવે છે.
- લાંબો મહાવરો : તેમાં ચોક્કસ અને વર્તનકૌશલ્ય ઘડવા માટેની તાલીમ બેઠકોનો સમાવેશ થાય છે.
- અંતિમ સ્વ-ચાલિત તબક્કો : સાચું વર્તન એ આપોઆપ થવા લાગે છે. તેની ઝડપ, ચોક્કસાઈ, નિપુણતા અને ઉપયોજનની વધુ સારી સમજ કેળવાય છે. બાળકોને પ્રેરિત કરવા, કૌશલ્યનું નિદર્શન કરવું, બાળકોને મહાવરો કરવાની તક આપવી, કૌશલ્ય નિદર્શન માટે જરૂરી પ્રતિભાવ આપવા જેવા વિવિધ તબક્કાઓ મનોશારીરિક કૌશલ્યના અધ્યાપનમાં સમાયેલ છે. લેન્સલોટે (1944) કૌશલ્ય વિકાસ માટેની સુઆયોજિત પ્રયુક્તિ સૂચવેલ હતી જેમાં આ તમામ તબક્કાઓનો સમાવેશ થઈ જાય છે. તેમનાં તબક્કાઓમાં નીચેની બાબતોનો સમાવેશ થાય છે.

- a) જે કૌશલ્ય શીખવવું હોય તેને સમસ્યા કે ઉપાણા સ્વરૂપમાં રજૂ કરો. તે અંગેના પ્રશ્નો પૂછી જિજ્ઞાસા પેદા કરો. તેનાથી બાળક આ કૌશલ્ય વિશે મનોવૈજ્ઞાનિક જરૂરિયાત અનુભવશે.
- b) કૌશલ્ય નિદર્શન માટેના જરૂરી સોપાનો જણાવવા બાળકને કહો. તેઓની ભૂલો સુધારો અને જરૂરી સુધારા માટેનું કારણ આપો. કૌશલ્ય સાથે સંકળાયેલ નાનાં કૌશલ્યોના મહાવરા માટે ટૂંકી સૂચનાઓ આપો અને તે કરવા માટેના સ્પષ્ટ દિશાસૂચનો આપો. શા માટે ? અને કેવી રીતે ? ની ચર્ચા અગાઉથી કરેલ હોય તો નિદર્શન દરમિયાન બાળકો વધારે સારી રીતે ગ્રહણ કરશે.
- c) કૌશલ્યનું નિદર્શન કરો. નિદર્શન દરમિયાન બાળકોને માનસિક અને શારીરિક રીતે જોડાયેલા રાખવાથી અસરકારકતામાં વધારો થાય છે. કૌશલ્ય સાથે સંકળાયેલ નાના કૌશલ્યોને શ્રેણીબદ્ધ રીતે રજૂ કરવા અને સાથે તેની સમજૂતી પણ આપવી.
- d) બાળકોને કૌશલ્યનો મહાવરો કરવા દો. મહાવરા બાદ બે બાળકોને કૌશલ્ય નિદર્શન કરવા કહો અને તેમાંથી ઉત્તમ નિદર્શન કયું છે અને શા માટે છે તેની ચર્ચા કરો. ભવિષ્યમાં કૌશલ્યના મૂલ્યાંકન માટેના ધોરણો વધારે ઉચ્ચ હશે તે અંગેની જાણ કરો જેથી બાળકો તે ધોરણો સુધી પહોંચવા માટેનો પ્રયત્ન કરે. આ તબક્કો કૌશલ્ય નૈપુણ્ય માટે સૌથી અગત્યનો તબક્કો છે.
- e) અપેક્ષિત કૌશલ્ય પ્રાપ્તિ ન થાય ત્યાં સુધી મહાવરા માટેની બેઠકોનું આયોજન કરવું.

#### 11.6.4 મનોશારીરિક વિકાસ અંગે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો

1. કયા તબક્કે કયું કૌશલ્ય હસ્તગત થયું તેનો ભેદ પારખવો મુશ્કેલ છે. મુખ્ય કૌશલ્યનું સૂક્ષ્મ વિશ્લેષણ કરી તેના દરેક નાના કૌશલ્યનું સ્પષ્ટ વર્ણન કરવાથી બાળકના કાર્યનું મૂલ્યાંકન કરવામાં સરળતા રહે છે. ઉદાહરણ તરીકે માઈકો ટીચીંગ દરમિયાન શીખવામાં આવતા દરેક કૌશલ્યનું સૂક્ષ્મ વિશ્લેષણ.
2. જ્યારે કૌશલ્ય એટલી હદ સુધી હસ્તગત થઈ જાય કે વ્યક્તિ તે કૌશલ્ય રજૂ કરવાનું કહેતા તેને ઓટોમેટિક રજૂ કરી શકે ત્યારે એમ કહી શકાય કે કૌશલ્ય વ્યક્તિના અજાગ્રત મનનો ભાગ બની ચૂક્યું છે. આમ થયા બાદ જે-તે કૌશલ્યને ભૂલી જવું અશક્ય છે. વ્યક્તિ જો 'ભૂલ અને પ્રયત્ન' દ્વારા શીખતો હોય તો તેને રોકવો જોઈએ કારણ કે આમ થવાનાં સંજોગોમાં તે ખોટા લઘુકૌશલ્યો શીખીને તેને હસ્તગત કરી લે અને તે અજાગ્રત મનનો ભાગ બની જાય તો તેને ભૂલવું અઘરું બની જાય છે.
3. મહાવરો એ કૌશલ્ય હસ્તગત કરવા માટે સૌથી મહત્ત્વની બાબત છે. પુનરાવર્તન ટેવને જન્મ આપે છે. મહાવરો માર્ગદર્શન હેઠળ થાય તે ખૂબ જ જરૂરી છે. Practice does not make perfect, perfect practice makes perfect. ચોક્કસ મહાવરો નિપુણ બનાવે છે નહિ કે માત્ર મહાવરો અયોગ્ય મહાવરાને બાળકના અધ્યયન તબક્કા દરમિયાન જ સુધારવી જોઈએ. એક સાથે મહાવરો કરવાને બદલે સમયાંતરે મહાવરો કરવો વધારે અસરકારક નીવડે છે.

❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

મનોશારીરિક કૌશલ્ય પ્રાપ્તિના તબક્કા જણાવો.

.....

.....

.....

.....

---

### 11.7 સારાંશ :

માનસિક અને શારીરિક ક્રિયાઓના સંકલન વડે થતું કાર્ય એટલે મનો શારીરિક વિકાસ કોઈપણ બાબતનું અધ્યયન જેમ તેનાં પ્રત્યક્ષીકરણથી શરૂ થાય છે તેમ જ સિમ્પસને પણ પ્રત્યક્ષીકરણને મનોશારીરિક વિકાસનું પ્રથમ સોપાન જણાવ્યું છે. પ્રત્યક્ષીકરણને ધ્યાન કેન્દ્રીકરણ, માર્ગદર્શિત પ્રતિચાર, કાર્યપ્રણાલી શીખવી અને પ્રભુત્વ સુધી પહોંચાડવા માટે ચોક્કસ ક્રિયાપદો આપેલ છે. તેનો યોગ્ય તબક્કે ઉપયોગ કરવાથી બનાવી શકાય છે.

આ એકમમાં તમે મનોશારીરિક વિકાસના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ અંતર્ગત મનોશારીરિક ક્ષેત્રના વિકાસ માટેનાં સોપાનોનો અભ્યાસ કર્યો. મનોશારીરિક વિકાસના પ્રકાર તેને વધારે સ્પષ્ટતાથી સમજવામાં મદદ કરે છે. પ્રેરણ, નિદર્શન, માનસિક મહાવરો, શારીરિક મહાવરો, પ્રતિભાવ વગેરે જેવા ચલો મનોશારીરિક વિકાસ પર અસર કરે છે. આ ચલોના અસરકારક ઉપયોગથી મનોશારીરિક વિકાસને વેગ આપી શકાય છે. મનોશારીરિક ક્ષેત્રમાં કૌશલ્ય વિકાસનું ધારણ વધે તે માટે શરૂઆતમાં કૌશલ્યની પ્રવીણતા અને મહાવરો જરૂરી છે. સૈધ્ધાંતિક બાબતોના અધ્યાપન કરતાં મનોશારીરિક ક્ષેત્રનું અધ્યાપન અલગ પડે છે. તે દરમિયાન ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો ચર્ચા આપણે એ એકમમાં કરી છે. ‘સ્વસ્થ શરીરમાં સ્વસ્થ મન’ આ ઉક્તિને યથાર્થ બનાવવા માટે બાળકનાં બોધાત્મક વિકાસ સાથે તેનાં મનોશારીરિક વિકાસ માટેના પ્રયત્નો પણ કરવાં જરૂરી છે. આચાર્ય, શિક્ષકો અને વાલીએ પણ શાળામાં આ માટેની જરૂરી સુવિધાઓ પ્રાપ્ત બને તે સુનિશ્ચિત કરવું જોઈએ.

---

### 11.8 સ્વાધ્યાય

1. મનોશારીરિક વિકાસ એટલે શું ?
2. મનોશારીરિક વિકાસ એ માનસિક તેમજ શારીરિક વિકાસ કરતાં શી રીતે અલગ પડે છે ?
3. મનોશારીરિક ક્ષેત્ર માટેની હેતુઓની ટેક્ષોનોમી સમજાવો.
4. મનોશારીરિક વિકાસનું વર્ગીકરણ આપો.
5. કોઈ એક મનોશારીરિક કૌશલ્ય માટે હેતુઓની ટેક્ષોનોમીના ક્રિયાપદોનો ઉપયોગ કરી વિશિષ્ટ હેતુ રચો.
6. મનોશારીરિક વિકાસ માટેના તબક્કાઓની સમજ આપો.
7. મનોશારીરિક કૌશલ્યના સંપોષણ દરમિયાન ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો જણાવો.

---

### 11.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી

Dave, R.H. (1975). *Developmental and Written Behavioral Objectives* (R.J. Armstrong, Ed.). Tucson, Arizona : Educational Innovators Press.

Dewey, J. (1999). *Experience and Education* London, Collier-MacMillan.

- Dull L. W. (ed.) (1977), Psychology of Learning. Columbus Ohio : Ohio Department of Education.
- Fischman, M.G., Christina, R.W., & Vermyssen, M.J.(1982). Retention and Transfer of Motor Skills: A Review for the Practitioner. Quest, 33(2), 181-194
- Gould D. & Roberts G. (1982). Modeling and Motor Skill Acquisition. Quest, 33(2), 214-230
- Johnson C.E. (1979). Mental Practice for Skill Acquisition. Charlottesville: University of Virginia. (ERIC Document Reproduction Service No. ED 206 575)
- Lancelot, W. (1944). Permanent Learning. London: John Wiley & Sons, Inc.
- Waston, A. (1980). Learning Psychomotor Skill in TAFE. Sydney Australia, Institute of Technical and Adult Teacher Education. (ERIC Document Reproduction Service No. Ed 228 406)
- Simpson E.J. (1972). The Classification of Educational Objectives in the Psychomotor Domain, Washington, DC: Gryphon House.

---

#### 11.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

##### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1. પ્રત્યક્ષીકરણ : કોઈપણ ક્રિયાને મનથી પ્રેરીને નિહાળવી
2. ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું : ક્રિયાને સંલગ્ન સોપાન શ્રેણી તરફ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે
3. માર્ગદર્શન હેઠળ પ્રતિચાર : પોતાની માનસિક સમજ અનુસાર હલનચલન કરે
4. કાર્યપ્રણાલી શીખી જવી : ક્રિયાના પુનરાવર્તનને કારણે પોતાની મેળે તે ક્રિયા કરી શકે
5. પ્રભુત્વ : શારીરિક હલનચલન અને માનસિક વ્યવહારો આપમેળે થતાં જાય

##### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

1. ખોટું
2. સાચું
3. ખોટું
4. ખોટું
5. સાચું

##### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

1. શરૂઆતનો બોધ : સામાન્ય રીતે ટૂંકા ગાળાનો હોય છે અને તેમાં કેન્દ્રીકરણ, અવલોકનનો સમાવેશ થાય છે. આ તબક્કે કૌશલ્ય કેવી રીતે કરવામાં આવતું હશે તે અંગેના પ્રશ્નો ઉદ્ભવે છે.
2. લાંબો મહાવરો : તેમાં ચોક્કસ અને સાચા વર્તન કૌશલ્ય ઘડવા માટેની તાલીમ બેઠકોનો સમાવેશ થાય છે.
3. અંતિમ સ્વ-ચાલિત તબક્કો : સાચું વર્તન એ આપોઆપ થવા લાગે છે. તેની ઝડપ, ચોક્કસાઈ, નિપુણતા અને ઉપયોજનની વધુ સારી સમજ કેળવાય છે.

: રૂપરેખા :

- 12.1 પ્રસ્તાવના
- 12.2 ઉદ્દેશો
- 12.3 વૈયક્તિક ભિન્નતાઓ
  - 12.3.1 સંકલ્પના
  - 12.3.2 વારસો, વાતાવરણ અને વૈયક્તિક ભિન્નતા
  - 12.3.3 વારસો અને વાતાવરણ વચ્ચેની આંતરક્રિયા
- 12.4 વૈયક્તિક ભિન્નતાઓ - બોધાત્મક ક્ષેત્ર
  - 12.4.1 બુદ્ધિ અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
  - 12.4.2 અભિયોગ્યતા અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
  - 12.4.3 સર્જનાત્મકતા અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
  - 12.4.4 શૈક્ષણિક સિદ્ધિ અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
- 12.5 વૈયક્તિક ભિન્નતાઓ - ભાવાત્મક ક્ષેત્ર
  - 12.5.1 અભિરુચિ અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
  - 12.5.2 વલણ અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
  - 12.5.3 મૂલ્યો અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
  - 12.5.4 સામાજિક અનુકૂલન અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
  - 12.5.5 સ્વસંકલ્પના અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ
- 12.6 સારાંશ
- 12.7 સ્વાધ્યાય
- 12.8 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 12.9 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

## 12.1 પ્રસ્તાવના

---

અગાઉ આપણે બોધાત્મક, ભાવાત્મક, મનોશારીરિક અને ચેષ્ટાત્મક ક્ષેત્ર અધ્યેતાઓના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓનો અભ્યાસ કર્યો. આ એકમમાં ચર્ચા કરવામાં આવી છે કે તમામ અધ્યેતાઓ સમાન હોતા નથી. તેઓ પોતે અનન્ય રીતે એકબીજાથી જુદા પડે છે. તેઓ પોતે માનસિક ક્ષમતાઓ, અભિરુચિઓ, વલણો અને મૂલ્યોમાં જુદા પડે છે. તેઓ સ્ત્રી કે પુરુષ હોવાના સંદર્ભમાં, તવંગર કે ગરીબ હોવાના સંદર્ભમાં, એક જ્ઞાતિ કે બીજી જ્ઞાતિના હોવાના સંદર્ભમાં પણ જુદા પડે છે. વ્યક્તિગત ભિન્નતાઓ વારસાગત અને વાતાવરણીય પરિબળોના સંદર્ભમાં સમજાવવામાં આવે છે. આ એકમમાં બોધાત્મક ક્ષેત્ર અને ભાવાત્મક ક્ષેત્રના સંદર્ભમાં વ્યક્તિગત ભિન્નતાની ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

બોધાત્મક ક્ષેત્ર અંતર્ગત બાળકોની બુદ્ધિ, અભિયોગ્યતા, સર્જનાત્મકતા અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિમાં જોવા મળતી વ્યક્તિગત ભિન્નતાની વાત કરવામાં આવી છે. બુદ્ધિ એ બોધાત્મક પ્રક્રિયાના સામાન્ય સ્તરને રજૂ કરતી સામાન્ય શક્તિ છે. અભિયોગ્યતામાં જન્મજાત અને પ્રાપ્ત એમ બે પ્રકારની શક્તિઓનો સમાવેશ થાય છે. સર્જનાત્મકતા એ સમસ્યા ઉકેલ માટેના વિવિધ નાવીન્યપૂર્ણ વિચારો કરવાની ક્ષમતા સૂચિત કરે છે. સર્જનાત્મકતામાં ભિન્નતાઓ માટે વિકેન્દ્રિત ચિંતન કરવાની શક્તિઓ, બુદ્ધિ, જ્ઞાન અને પ્રેરણામાં તફાવત જેવા પરિબળો જવાબદાર હોય છે.

ભાવાત્મક ક્ષેત્રમાં બાળકોની અભિરુચિઓ, વલણો, મૂલ્યો અને સ્વ-સંકલ્પનામાં જોવા મળતી વ્યક્તિગત ભિન્નતાની વાત કરવામાં આવી છે. તમારું કાર્ય બાળકોની અભિરુચિઓ, વલણો, મૂલ્યો અને સ્વ-સંકલ્પનાના વિકાસ માટે યોગ્ય પ્રવૃત્તિઓનો અભ્યાસક્રમ સાથે સુગ્રથન કરવાનું છે.

---

## 12.2 ઉદ્દેશો

---

આ એકમના અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો -

- વ્યક્તિગત ભિન્નતાની સંકલ્પના અને ભૂમિકાની ચર્ચા કરી શકશો.
- વ્યક્તિગત ભિન્નતા પર વારસા અને વાતાવરણની અસરોની ચર્ચા કરી શકશો.
- બોધાત્મક બાબતો જેવી કે બુદ્ધિ, અભિયોગ્યતા, સર્જનાત્મકતા અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિની વ્યક્તિગત ભિન્નતામાં ભૂમિકા અને તેના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ વર્ણવી શકશો.
- ભાવાત્મક બાબતો જેવી કે અભિરુચિ, વલણો, મૂલ્યો અને સ્વ-સંકલ્પનાની વ્યક્તિગત ભિન્નતામાં ભૂમિકા અને તેના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ વર્ણવી શકશો.

---

## 12.3 વૈયક્તિક ભિન્નતાઓ

---

### ❖ 12.3.1 સંકલ્પના

એક વર્ગખંડ કે સમૂહમાં વિદ્યાર્થીઓની ભિન્નતાઓનો વિશાળ વિસ્તાર હોવો અસામાન્ય બાબત નથી. આ ભિન્નતાઓ વિદ્યાર્થીઓના લક્ષણો જેવા કે શારીરિક (દેખાવ, ઊંચાઈ, કદ, જાતીયતા, રંગ) વસ્તીલક્ષી (ઊંચર, જાતિ, સામાજિક-આર્થિક સ્તર), બોધાત્મક વર્તન, સાંવેગિક વર્તન જેવી બાબતોના સંદર્ભમાં ઓળખવામાં આવે છે. વિદ્યાર્થીઓમાં શારીરિક, ભાવાત્મક અને બોધાત્મક વર્તનના કારણે રહેલ વૈયક્તિક લક્ષણો વૈયક્તિક ભિન્નતા માટે જવાબદાર છે.



શારીરિક અને વર્તનલક્ષી લક્ષણોના કારણે ઊભી થતી ભિન્નતાઓ સામાન્ય રીતે અવલોકન કરી શકાય તેવી હોય છે. ગણિતની સમસ્યા ઉકેલવી છે કે વિચારોનું અર્થઘટન અને સમજૂતી આપવાની શક્તિમાં રહેલ ભિન્નતાઓ સહેલાઈથી અવલોકી શકાતી નથી. પરંતુ, તેઓની કામગીરી દ્વારા તેને ઓળખી શકાય છે. ઉદાહરણ તરીકે, એક જ વર્ગના બે બાળકો કમલ અને રાજુએ નીચેના રૂઢિપ્રયોગનો આપેલ અર્થ તપાસીએ.

નીચેની કહેવતનું અર્થઘટન કરો, ‘તલવાર કરતાં કલમ વધુ તાકાતવાન છે.’

કમલના મતે તેનો અર્થ છે ગમે તેટલી શારીરિક તાકાત હોય તેમ છતાં તેના કરતાં લખાણોએ માનવજાત પર હંમેશા વધારે અસર કરી છે. કોઈપણ પ્રકારના શારીરિક પ્રદર્શન કરતાં લખાણો નિઃશંક રીતે લોકોના મન પર વધુ દીર્ઘકાલીન અસર કરે છે. તલવારની અસર પરંતુ લાંબા સમય સુધી નહીં હોય. ગ્રીક વિચારકો, લેખકો અને તત્ત્વ ચિંતકો તેઓના લખાણો દ્વારા તેઓના પાયાના જ્ઞાનની મદદથી લોકોના મન પર હજારો વર્ષોથી અવિસ્મરણીય શાસન જાળવી શક્યા છે. ઉદા. તરીકે સોક્રેટીસને શક્તિશાળી સત્તાધીશોનો રોષ વહોરવો પડ્યો હતો કારણ કે તેની પાસે યુવાન લોકોને પોતાના વાર્તાલાપ દ્વારા મંત્ર મુગ્ધ કરવાની ક્ષમતા હતી. તેવી જ રીતે વોલ્ટર અને રુસોના લખાણોએ ફ્રેન્ચોને ક્રાંતિમાંથી બેઠા થવાની પ્રેરણા આપી હતી.

રાજુના મતે આ એક સાદી કહેવત છે, જેનો સરળ અર્થ એ છે કે શારીરિક દબાણ અને હથિયારોનો ઉપયોગ કરીને જે મેળવી શકાય છે તેના કરતાં લખાણો દ્વારા વધુ વિજય મેળવી શકાય છે. જ્યારે કોઈ સારું પુસ્તક વાંચવામાં આવે છે ત્યારે તેનો સંદેશો આપણી સ્મૃતિમાં જાળવવો શક્ય બને છે. બીજી તરફ, શારીરિક શક્તિ વડે મેળવેલ સફળતા માણસ જાત માટે નથી.

ઉપરના ઉદાહરણમાં જોઈ શકાય છે કે કમલ અને રાજુ કહેવતનું અર્થઘટન કરવું, તર્ક કરવો, સમસ્યા ઉકેલવી અને વિચારવું વગેરેમાં થતી ક્રિયાઓ જ્ઞાનાત્મક ક્ષેત્રનાં વર્તનો છે અને તે અધ્યયન તથા સિદ્ધિ માટે જરૂરી છે. આપણે શી રીતે વિચારીએ છીએ ? અને શી રીતે યાદ રાખીએ છીએ ? આપણે શી રીતે સમસ્યા ઉકેલીએ છીએ ? અને શી રીતે યોજનાનું સર્જન કરીએ છીએ ? વગેરે જ્ઞાનાત્મક ક્ષેત્રના વર્તનો છે અને વર્તનોમાં દરેક વ્યક્તિ જુદી પડે છે. મનોવૈજ્ઞાનિક રીતે આવી ભિન્નતાઓ બુદ્ધિ, અભિયોગ્યતા, સર્જનાત્મકતા અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં ઓળખવામાં આવે છે.

### ❖ 12.3.2 વારસો, વાતાવરણ અને વૈયક્તિક ભિન્નતા

વૈયક્તિક ભિન્નતાઓ પર વારસો અને વાતાવરણની અસર અંગે ઘણા લાંબા સમયથી ચર્ચા થઈ રહી છે. ઘણાં સમય બાદ એ વાત સ્વીકાર પામી કે વ્યક્તિના બાહ્ય વર્તનો એ વારસા અને વાતાવરણ એમ બંને પરિબળો વડે નિશ્ચિત થાય છે.

વારસાના ફાળા અંગે ચર્ચા શરૂ કરતાં પહેલાં આપણે વારસાનો અર્થ સમજીશું, જ્યારે આપણે વારસાની વાત કરીએ છીએ ત્યારે સામાન્ય રીતે આપણા માનસમાં જીવશાસ્ત્રીય વારસો હોય છે. ‘વારસો’ અન્ય સંદર્ભમાં પણ ઉપયોગમાં લેવાય છે. ઉદાહરણ તરીકે કોઈ એક બાળકને અનુસૂચિત જનજાતિના સામાજિક વાતાવરણમાંથી લાવવામાં આવે, ત્યારે તેના મનમાં તે સામાજિક જૂથના અન્ય સભ્યોએ તેનામાં તે જનજાતિનાં સામાજિક મૂલ્યો અને ધોરણોનું સિંચન

કરેલ હોય છે. આને સામાજિક વારસો કહેવાય. તેવી જ રીતે વિદ્યાર્થી પોતાના ખાસ સાંસ્કૃતિક વારસા સાથે વર્ગખંડમાં આવે છે. દરેક વ્યક્તિમાં ક્ષમતાઓનો ખાસ સમૂહ હોય છે. જેનો વાતાવરણ વડે વિકાસ થાય છે. વ્યક્તિની આ ક્ષમતાઓ અને લક્ષણો તેના જીવશાસ્ત્રીય વારસાનું પરિણામ છે. વારસાની અસર એટલી પ્રબળ હોય છે કે બે જોડીયા ભિન્ન વાતાવરણમાં ઉછેરવામાં આવે તો પણ તેઓની માનસિક શક્તિઓ અને અન્ય ગુણોમાં ઘણી સમાનતા જોવા મળે છે. તે દર્શાવે છે કે તદ્દન ભિન્ન વાતાવરણો પણ વારસાની અસરને ટાળી શકતાં નથી.

વારસો એટલે વ્યક્તિએ ગર્ભધારણ સમયે માતાપિતા પાસેથી મેળવેલ જનીનો. એકકોષમાંથી બહુભાજન થકી વિકાસ પામતા ભ્રૂણના પ્રત્યેક નવા કોષમાં રંગસૂત્રોના સમાન જૂથો હોય છે. શારીરિક લક્ષણો એ વારસાનું પરિણામ છે. વાળ, આંખ, ચામડી વગેરેનો રંગ જેવા લક્ષણો જનીનોના ભિન્ન જોડાણોનું પરિણામ છે. વ્યક્તિનો માનસિક વિકાસ તેના વારસા વડે નિશ્ચિત થાય છે. વોટ્સન નામના મનોવૈજ્ઞાનિકના દાવા અનુસાર કોઈપણ તંદુરસ્ત બાળકને તાલીમ આપીને અપેક્ષા પ્રમાણે તે ઘડી શકે છે. આ દાવાનો અત્યારે સ્વીકાર કરવો યોગ્ય નથી કારણ કે પ્રયોગોએ હવે પુરવાર કર્યું છે કે વ્યક્તિનો માનસિક વિકાસ તેના વારસા વડે નિશ્ચિત થાય છે.

વારસા ઉપરાંત વૈયક્તિક ભિન્નતા ઉત્પન્ન કરવામાં અસર કરનાર બીજું પરિબળ એટલે વાતાવરણ. તેને પર્યાવરણ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. પર્યાવરણની સંકલ્પના અંગે ઘણી સ્પષ્ટતા કરવી જરૂરી છે. ઉદાહરણ તરીકે આપણે કહીએ છીએ કે બાળકને સારું વાતાવરણ નથી મળ્યું, ત્યારે આપણો કહેવાનો અર્થ એ હોય છે કે તે એવા વાતાવરણમાં ઉછેર પામ્યો છે કે જે સામાજિક, નૈતિક, માનવીય, રાષ્ટ્રીય ધોરણોના સંદર્ભમાં યોગ્ય નથી. તે બાળક જેવો હોવો જોઈએ તેવો ન હોવા પાછળ તેને મળેલ વાતાવરણને જવાબદાર માનીએ છીએ. એક જ ઘરમાં દરેક બાળકને મળતું વાતાવરણ સમાન હોય છે તેમ કહેવું ભૂલભરેલું છે. ક્યારેક નાના બાળકને મળેલ વાતાવરણ એ મોટા બાળકને વાતાવરણ કરતાં ભિન્ન હોઈ શકે છે. બંને બાળકો તરફ મા-બાપનો વ્યવહાર અને અપેક્ષાઓ ભિન્ન હોઈ શકે છે. દરેક બાળકનાં ભૂતકાળના અનુભવો પણ ભિન્ન હશે પરિણામે તેમનો વર્તમાન પણ ભિન્ન હશે. મનોવૈજ્ઞાનિક પર્યાવરણ એ બાળકને ગર્ભાધાનથી મૃત્યુ સુધી તેણે પ્રાપ્ત કરેલ અનુભવો એને તે તરફ તેણે આપેલ પ્રતિચારોનો સરવાળો છે. વાતાવરણની આ ક્રિયાશીલ સંકલ્પના છે. એટલે કે જ્યાં સુધી પદાર્થો કે વસ્તુઓ બાળક માટે ઉદ્દીપક તરીકે કાર્ય ન કરે ત્યાં સુધી વસ્તુઓની માત્ર હાજરીથી પર્યાવરણ રચાતું નથી.

જન્મ પૂર્વેનું વાતાવરણ બાળકના વિકાસ પર અસર કરતું હોવાનું અનેક પ્રયોગો દ્વારા પુરવાર થયેલ છે. ભારતીય સંદર્ભોમાં પણ તેના અનેક ઉદાહરણ જોવા મળે છે. ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન માતાની માનસિક સ્થિતિ, અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓમાંથી ઝરતો અંતઃસ્ત્રાવ અને વિચાર પ્રક્રિયા બાળકના વિકાસ પર અસર કરે છે. વાતાવરણવાદીઓ સ્પષ્ટપણે માને છે કે અનુકૂળ પર્યાવરણમાં પ્રત્યેક વ્યક્તિ ખૂબ જ ઉચ્ચ કક્ષા સુધી વિકાસ પામી શકે છે.

### ❖ 12.3.3 વારસો અને વાતાવરણ વચ્ચેની આંતરક્રિયા

આપણે વારસો અને વાતાવરણની માનવ વિકાસ પર થતી અસરોની ચર્ચા કરી. આજે આપણે ચોક્કસપણે માનીએ છીએ કે માનવ વર્તન અને વ્યક્તિત્વ એ વારસા અને પર્યાવરણનું સંયુક્ત પરિણામ છે. વ્યક્તિનું પ્રત્યેક લક્ષણ અને પ્રતિચાર વારસો અને વાતાવરણ બંને પર



આધાર રાખે છે. વર્તનને મૂળભૂત અને પ્રાપ્ત એમ બે કક્ષામાં વિભાજીત કરી શકાય છે. પરંતુ વારસા અને વાતાવરણને આ રીતે વર્ગીકૃત કરી શકાય નહીં. આ બંને પરિબળો તરફનો એક બીજો અભિગમ છે જેને ‘યોગદાન’ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. તેનો અર્થ થાય છે કે આ બંને પરિબળો માનવ વૃદ્ધિ અને વિકાસ નક્કી કરે છે, તેમાં યોગદાન આપે છે. વર્તન એ વારસા અને વાતાવરણનું સંયુક્ત પરિણામ હોવાથી તે વર્તન માટે માત્ર વારસો કે વાતાવરણ જવાબદાર છે. તેમ કહી શકાય નહિ. આથી ચોક્કસપણે કહેવું હોય તો કહી શકાય કે વર્તન એ વારસો અને વાતાવરણજન્ય પરિબળોના સરવાળો છે.

❖	તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1
1.	વારસો એટલે શું ?
	.....
	.....
	.....
2.	વારસો અને વાતાવરણ વ્યક્તિની ભિન્નતાઓને શી રીતે અસર કરે છે ?
	.....
	.....
	.....

#### 12.4 વૈયક્તિક ભિન્નતાઓ - બોધાત્મક ક્ષેત્ર

##### ❖ 12.4.1 બુદ્ધિ અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ

બાળકોનો બોધાત્મક વિકાસ થાય તેવું પર્યાવરણ રચવું જોઈએ. બાળકના વિકાસક્રમ અને તેની બૌદ્ધિક ક્ષમતાને ધ્યાનમાં રાખીને વર્ગખંડમાં કાર્ય કરવું જોઈએ જેથી બાળક પર બિનજરૂરી બૌદ્ધિક કાર્યો માટેનું દબાણ ન આવે. તેમજ બાળક જે વિકાસ અવસ્થામાંથી પસાર થતો હોય તે અવસ્થામાં બોધાત્મક વિકાસ માટેના જરૂરી કાર્યો અને અનુભવો પણ અચૂક પૂરા પાડવા જોઈએ જેથી તે બોધાત્મક વિકાસના હવે પછીના તબક્કામાં સરળતાથી પ્રવેશ કરી શકે.

મનોવૈજ્ઞાનિકોના ભિન્ન જૂથોએ ભિન્ન અભિગમોથી બુદ્ધિ અંગેના સંશોધનો કર્યા છે. જે પૈકી મનોમાપન શાસ્ત્રીય અભિગમ અને માહિતી સંસ્કરણ અભિગમ નોંધપાત્ર છે. મનોમાપન શાસ્ત્રીય અભિગમ અનુસાર બૌદ્ધિક ક્ષમતાઓમાં ભિન્નતા માપન પર કેન્દ્રિત છે. તેઓના મતે બુદ્ધિ એ અમૂર્ત રીતે અધ્યયનવી ક્ષમતા છે અથવા પોતાના પર્યાવરણ અંગે વિચારવા કે તેની સાથે અનુકૂલન સાધવાની ક્ષમતા છે. આ વ્યાખ્યાના પૃથક્કરણથી ખ્યાલ આવે છે કે અમુક અધ્યયન ક્ષમતા, અમૂર્ત વિચાર અને અનુકૂલન ક્ષમતા વચ્ચે સંબંધ છે. તેનાથી બુદ્ધિ બને છે. આ અભિગમ અંતર્ગત બુદ્ધિ શેનાથી બને છે ? તે બાબત પર ભાર મૂકવામાં આવે છે. બુદ્ધિ અંગેના દ્વિઅવયવ અને બહુઅવયવ સિદ્ધાંત ઉપરાંત થર્સ્ટને આપેલ બુદ્ધિના નવ ઘટકો, ગિલ્ડર્ડે આપેલ બુદ્ધિના ત્રણ પાસાંઓ વગેરે જેવા સિદ્ધાંતોનો સમાવેશ કરી શકાય. સંસ્કરણ અભિગમ તેનાથી એક પગલું આગળ જઈ મગજ માહિતી પર પ્રક્રિયા શી રીતે કરે અને વિચાર પ્રક્રિયાઓ શી રીતે થાય છે તે અંગે અભ્યાસ કરે છે. તેઓ બૌદ્ધિક ક્ષમતા સાથે સંબંધિત બોધાત્મક ક્રિયાઓ પર તેઓનું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓમાં મગજની સ્મૃતિ, તર્ક, પ્રત્યક્ષીકરણ, સમસ્યા ઉકેલ જેવી તમામ પ્રક્રિયાઓનો સમાવેશ થાય છે.

શું વ્યક્તિઓ બુદ્ધિમાં જુદી પડે છે ? તેનો જવાબ છે; હા જુદી પડે છે. પરંતુ પ્રશ્ન એ છે કે તેઓ શી રીતે જુદી પડે છે. બુદ્ધિના તફાવતને શી રીતે જાણી શકાય ? યોગ્ય બુદ્ધિ કસોટીના ઉપયોગ થકી આ તફાવતને માપી શકાય છે. તેના ઉપયોગથી બુદ્ધિમાંક મેળવી શારીરિક અને માનસિક વયના સંદર્ભમાં બુદ્ધિની માહિતી મેળવી શકાય છે. પરિણામે પ્રતિભાશાળી કે અક્ષમ બાળકોને ઓળખી શકાય છે.

શિક્ષક તરીકે વિદ્યાર્થીઓની બુદ્ધિક્ષા અને તેની સાથે સંબંધિત બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ અંગે જાગૃત રહેવું જરૂરી છે. તેઓને અધ્યયનમાં મદદરૂપ થવા માટે તેઓના બૌદ્ધિક સ્તરને અનુરૂપ અધ્યાપન યોજનાઓનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. માટે નીચેના જેવી પ્રવૃત્તિઓ કરી શકાય.

- (1) **બોધાત્મક પ્રક્રિયાના વિકાસ માટે અધ્યાપન ગોઠવો.** અધ્યાપનનું વિશેષ ધ્યાન માત્ર માહિતી પ્રાપ્ત પર ન આપતાં તે બાળકની બોધાત્મક પ્રક્રિયાના વિકાસ પર કેન્દ્રિત હોવું જોઈએ.
- (2) **પ્રવર્તમાન બોધાત્મક કક્ષાનો પાયા તરીકે ઉપયોગ કરો :** બાળકની વર્તમાન બોધાત્મક કક્ષા એ વધુ બોધાત્મક વિકાસ માટેનો પાયો છે. ઉદાહરણ તરીકે, બાળકની તર્કશક્તિનું અવલોકન કર્યા બાદ આપણે એ ઓળખવું જોઈએ કે તેઓ કઈ તાર્કિક પ્રક્રિયા કરવા માટે સક્ષમ કે અક્ષમ છે. તેના આધારે દરમિયાન અધ્યયન - અધ્યાપન યોજનાની પસંદગી કરવી.
- (3) **સ્મૃતિ પ્રબળ બનાવો :** અધ્યયન કે સમસ્યા ઉકેલ માટે સ્મૃતિતંત્રમાં માહિતીના મોટા જથ્થામાં જરૂર પડે છે. સ્મૃતિ માટેની પ્રવૃત્તિઓ નવી માહિતીને સહેલાઈથી યાદ રાખી શકાય છે. પુનરાવર્તન પણ સ્મૃતિને પ્રબળ બનાવવામાં મદદ કરે છે.
- (4) **કક્ષાને અનુરૂપ અધ્યાપન યોજનાનું આયોજન કરો :** એક અધ્યાપન યોજના કોઈ એક જૂથ માટે શ્રેષ્ઠ તે જરૂરી નથી. સામાન્ય કે નિમ્ન બુદ્ધિ કક્ષા ધરાવતાં બાળકોની તુલનામાં બુદ્ધિશાળી બાળકો માટે વધુ ઉચ્ચ કક્ષાની, વિચાર કક્ષાનો ઉપયોગ થાય તેવી અધ્યયન પરિસ્થિતિઓની જરૂર પડે છે. તેઓની બોધાત્મક જરૂરિયાતની પહોંચી વળવા ગણિત, વિજ્ઞાન, ભાષા, ક્વિઝ, સર્જનાત્મક લખાણો વગેરે જેવી પ્રવૃત્તિઓ યોગ્ય રહે છે. બીજી તરફ સાધારણ જૂથ માટે વધુ પ્રત્યક્ષ અને દૃશ્ય ઉદાહરણો વધારે યોગ્ય રહે છે.
- (5) **વ્યક્તિગત બેઠકોનો ઉપયોગ :** મુશ્કેલ હોવા છતાં તેના થકી બાળકના અધ્યયન અને બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ અંગે ઊંડી સૂઝ પ્રાપ્ત થાય છે. ઉદાહરણ તરીકે, એક બાળકને ફકરાનું અર્થઘટન કરવામાં મુશ્કેલી પડે છે. શ્રેણીબદ્ધ ફકરાઓ આપીને તે શી રીતે અધ્યયન કરે છે તેનું અવલોકન કરો. આ યોજના નિમ્ન શક્તિવાળા વિદ્યાર્થીઓ માટે વધુ યોગ્ય છે.
- (6) **અધ્યયન અક્ષમતાઓના નિવારણ માટે અધ્યયન પૂરું પાડો. :** અધ્યયન ક્ષમતાના સ્વરૂપ અને કક્ષાને અનુરૂપ અધ્યાપનની યોજનાનું આયોજન કરો. ઉદાહરણ તરીકે એક શિક્ષકને ખ્યાલ આવે કે તેના બાળકોની નબળી બોધાત્મક ક્ષમતાનું કારણ તેઓનું નબળું શબ્દભંડોળ છે. તેણે તેઓને જરૂરી શબ્દભંડોળ શીખવા માટેની પ્રવૃત્તિઓ આપી. તેના અનુસંધાનમાં બાળકોને શીખેલા શબ્દભંડોળ અને ખ્યાલો ધરાવતું પસંદ કરેલું

સાહિત્ય વાંચવા આપ્યું. ત્યારબાદ મહાવરા માટેની બેઠકો યોજી. પરિણામે સમજ વધતા તેઓને મૌખિક અથવા લેખિત સ્વરૂપે પ્રશ્નોના જવાબ આપવાનું કહેવામાં આવ્યું અને ફરારનો સારાંશ લખવાનું કહેવામાં આવ્યું. પરિણામે બાળકોની અધ્યયન અક્ષમતાના કારણનું નિવારણ થતાં અધ્યયન સરળ બન્યું.

❖	તમારી પ્રગતિ ચકાસો :
1.	શાસ્ત્રીય અભિગમ અને માહિતી સંસ્કરણ અભિગમ દ્વારા આપવામાં આવેલ બુદ્ધિની સંકલ્પનામાં શો ભેદ છે.
	.....
	.....
	.....
2.	સ્મૃતિને મજબૂત બનાવવા માટે શું કરશો ?
	.....
	.....
	.....

❖ 12.4.2 અભિયોગ્યતા અને તેના સંદર્ભમાં સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ :

અભિયોગ્યતાના એ પસંદિત કામગીરીના સંદર્ભમાં જરૂરી જ્ઞાન અને કૌશલ્યો પ્રાપ્ત કરવા માટે જરૂરી શક્તિઓનો ગણ છે. ઉદાહરણ તરીકે, ઈજનેર, શિક્ષક, કલા વગેરે કામગીરીમાં શક્તિઓના ગણ હોય છે. અભિયોગ્યતાઓના ઘટકો વડે શક્તિઓના આ સમૂહો વિષે વિશેષ સ્પષ્ટતા મળે છે. અભિયોગ્યતા કેટલાક ઘટકો ધરાવે છે. બૌદ્ધિક પ્રક્રિયાઓ એ અભિયોગ્યતાનો મુખ્ય ઘટક છે. તેમાં સ્મૃતિ પ્રક્રિયાઓ, સંકેતો અને વિચારોની પુનઃ રચના, વિચારો વચ્ચેના સંબંધો અને તરેહોનું પૃથક્કરણ, તર્ક, સમસ્યા ઉકેલ, નિર્ણય વગેરે વિચાર પ્રક્રિયા સાથે સંબંધિત પ્રક્રિયાઓ છે. બીજા ઘટકોનું નામ સંવેદી ઘટક છે. તે દૃષ્ટિ અને શ્રવણ જેવી સંવેદન પ્રક્રિયા સંબંધિત શક્તિઓ છે. દૃષ્ટિ એટલે દૃશ્ય સંવેદનશીલતા માટેની શક્તિ. શ્રવણ એટલે ભિન્ન સ્વર કક્ષાઓએ સૂરોને સાંભળવાની શક્તિ. આ ઉપરાંત મનોસ્નાયવિક ઘટકનો સમાવેશ થાય છે. આ શક્તિઓમાં અભિયોગ્યતાના ઘટકોમાં થાય છે. તેમાં સમગ્ર શરીરના અવયવોના હલનચલનમાં સામેલ શક્તિઓનો સમાવેશ થાય છે. આ શક્તિઓમાં તાકાત, આવેશ, ઝડપ, ચોકસાઈ અને લવચિકતા મુખ્ય છે. કોઈપણ અભિયોગ્યતા એ ભિન્ન શક્તિઓનું જોડાણ છે. ઉદાહરણ તરીકે યાંત્રિક અભિયોગ્યતા એ બોધાત્મક પ્રક્રિયા. સંવેદન અને પેનથી લખવા જેવી યાંત્રિક પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટે જરૂરી મનોસ્નાયવિક એવી ભિન્ન શક્તિઓનું જોડાણ છે. આ જ હકીકત ગાણિતિક, સંગીત, શિક્ષક, ચિત્રકળા, ખેલકૂદ અભિયોગ્યતાઓ માટે પણ સાચી છે.

દરેક વ્યક્તિ અભિયોગ્યતામાં અલગ પડે છે. એક વ્યક્તિમાં યાંત્રિક અભિયોગ્યતા હોય તો બીજામાં ગાણિતિક અભિયોગ્યતા હોઈ શકે. આ તફાવતો બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ, સંવેદન અને મનોસ્નાયવિક ઘટકો સાથે સંબંધિત શક્તિઓના સંયોજનમાં ભિન્નતાઓના કારણે હોય છે. અભિયોગ્યતાઓના સંદર્ભમાં વૈયક્તિક ભિન્નતાઓના સંપોષણ માટે નીચેના જેવી અધ્યયન યોજનાઓનો ઉપયોગ કરી શકાય છે.

વૈયક્તિક અભિયોગ્યતાઓના નિયમન માટે પરિવર્તનશીલ અધ્યયનતંત્ર અભિગમ સૂચવાયો છે. આ અભિગમમાં શૈક્ષણિક સફળતા માટે ઓછામાં ઓછી બે અધ્યયન સારવારો જરૂરી બને છે. તે બે પૈકી કઈ અધ્યાપન સારવાર સૌથી વધુ યોગ્ય છે તે બાળકની પ્રવર્તમાન અભિયોગ્યતા કક્ષા પર આધાર રાખે છે. ઉચ્ચ અભિયોગ્યતા ધરાવતા બાળકો બિન માળખાગત અધ્યાપન યોજના પસંદ કરે છે. શિક્ષકના મહત્તમ માર્ગદર્શન સાથે તેઓને શોધ અધ્યયન અભિગમોથી શીખવા માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકાય. આ અધ્યાપન યોજના અધ્યેતાકેન્દ્રી છે.

બીજી તરફ નિમ્ન અભિયોગ્યતા ધરાવતા અધ્યેતા માટે ખૂબ જ બંધનમુક્ત અધ્યાપન સારવારનું આયોજન કરવામાં આવે છે. તેમાં એકમને નાના નાના ટુકડાઓમાં વહેંચવામાં આવે છે અને તેને ક્રમિક રીતે રજૂ કરવામાં આવે છે અને પ્રતિપુષ્ટિ આપવામાં આવે છે. સરળ ઉદાહરણો સાથે અવારનવાર સારાંશ અને સમીક્ષા. સમસંબંધ અને શીખવાની સંકલ્પનાઓ અને સિદ્ધાંતોનું ચોક્કસ સ્પષ્ટીકરણ વિકાસાત્મક અધ્યયનને મદદ કરે છે. સિદ્ધિ અને અભિયોગ્યતાનું ચોક્કસ અધ્યયનને મદદ કરે છે. જો બાળકોને આપેલ આ વૈકલ્પિક સારવારો પૈકી કોઈથી ફાયદો ન થાય તો તેમને માટે ક્ષતિપૂરક અભિયોગ્યતા તાલીમ સૂચવવામાં આવી છે. તેમાં નિયમનયુક્ત વાચન કૌશલ્ય, અભ્યાસ ટેવો, સ્વ-અધ્યયન કૌશલ્યો, નોંધ કરવી અને સંબંધિત પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ થાય છે. ક્ષતિપૂરક અભિયોગ્યતા તાલીમનું મુખ્ય ધ્યેય બાળકોમાં નિયંત્રિત સારવારમાં પ્રવેશ માટે તત્પરતા વિકસાવવાનો છે. વૈકલ્પિક સારવારમાં પ્રવેશ માટેના જરૂરી સ્તર સુધી પહોંચ્યાં હોય તેવા બાળકોને ઓળખી કાઢવા માટે સમયાતંતરે અવલોકનની વ્યવસ્થા ગોઠવવી જોઈએ.

❖	<b>તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3</b>
1.	અભિયોગ્યતા એટલે શું ? ..... ..... .....
2.	નિમ્ન અભિયોગ્યતા બાળકોને તમે કઈ અધ્યાપન સારવાર આપશો ? ..... ..... .....

❖ **12.4.3 સર્જનાત્મકતા અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ**  
વિમાન મુસાફરી, મોબાઈલથી વાતચીત, ઈન્ટરનેટનો ઉપયોગ, કમ્પ્યુટરનો ઉપયોગ, મકાનોની ડિઝાઈનો, પહેરવેશ વગેરેમાં જોવા મળતું વૈવિધ્ય એ માનવીની સર્જનાત્મકતાની કથા છે. સર્જનાત્મકતા એ શિક્ષણમાં વિપુલ પ્રમાણમાં લેવાતી અભિવ્યક્તિ છે. સર્જનાત્મકતા વિકાસ માટેનું કાર્ય એ શાળાનું મુખ્ય ધ્યેય હોવાનું વારવાર કહેવાય છે પરંતુ ખરેખર સર્જનાત્મક એ છે શું ? સર્જનાત્મકતા એટલે એવું કંઈક કે જે નવીનતમ હોય અને જેનું સમાજ કે વ્યક્તિ માટે મૂલ્ય હોય તેવું સર્જવાની કે શોધો કાઢવાના શક્તિ, ઉદાહરણ તરીકે, પેનેસિલિન દવા, સાપેક્ષતાનો ખ્યાલ, ટેલિવિઝન, ટેલિફોન વગેરેની શોધ. જે કઈ સર્જન થાય તેમાં નવીનતા

હોય તો તેને સર્જનાત્મક કહી શકાય. કેટલાંક મનોવિજ્ઞાનીઓ સર્જનાત્મકતાની વ્યાખ્યા નીપજના સંદર્ભમાં આપે છે. અન્ય મનોવિજ્ઞાનીઓ તેને પ્રક્રિયાના સ્વરૂપમાં જોવે છે.

વિકેન્દ્રિત ચિંતન એ સર્જનાત્મકનો મુખ્ય ઘટક છે. તે આપેલ સમસ્યાના જવાબો આપવા કે વૈકલ્પિક વિચારો ઉત્પન્ન કરવામાં સામેલ વિચાર પ્રક્રિયા સાથે સંબંધિત છે. સર્જનાત્મકતામાં વિકેન્દ્રિત ચિંતન પ્રક્રિયા પર આધારિત શક્તિઓના સમૂહનો સમાવેશ થાય છે. આ શક્તિઓની શ્રેણીમાં સમસ્યાઓ અંગેની સંવેદન શક્તિ (પર્યાવરણ પ્રદૂષણ), પ્રવાહીતા (વર્તમાનપત્રોની ઉપયોગિતા), લવચિકતા (અનેક ઉપયોગો સૂચવવા), મૌલિકતા (કાવ્યનું નવું શીર્ષક આપવું), વિસ્તૃતીકરણ (મુદ્દા પરથી વાતી). પુનઃ વ્યાખ્યાયીકરણ (બાળકોને દૂધપીતી કરવી - સ્ત્રી ભ્રૂણહત્યા) વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. સર્જનાત્મકતા એ જ્ઞાન પ્રેરણા સાથે સીધી રીતે જોડાયેલ છે. સંગીતમાં સર્જનાત્મક શક્તિઓ વિકસાવી શકાય છે. સર્જનાત્મકતાના વિકાસ માટેની કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ નીચે પ્રમાણે છે.

1. અસાધારણ કે વિચિત્ર પ્રશ્નોને પ્રોત્સાહન આપો : બાળકોના કૃતુલલને પ્રોત્સાહિત કરવું જોઈએ અને અસાધારણ પ્રશ્નોને સ્વીકારવા જોઈએ.
2. સર્જનાત્મક વિચારને ઉત્તેજન આપવા પ્રવૃત્તિઓ પૂરી પાડો : ઉદાહરણ તરીકે બોલપેન, કાગળ, બૂટ વગેરેના શક્ય તેટલા ઉપયોગ લખવા.
3. બ્રેઈંગ સ્ટોર્મિંગ બેઠકોનું આયોજન કરવું : જૂથના પ્રત્યેક સભ્યને આપેલ સમસ્યાના સંભવિત ઉકેલ શોધવા માટેના વિચારો આપવા કહો. એક જૂથ સમસ્યા રજૂ કરે તો બીજું જૂથ ઉકેલ આપે. આમ એક પછી એક ઘણાં રાઉન્ડ થાય છે.
4. સિનેક્રિટસનો ઉપયોગ કરો : તે સમસંબંધિત પરિચિત વિષયવસ્તુને નવા વિષયવસ્તુ સાથે જોઈએ અથવા પરિચિત વિષયવસ્તુને નવા સંદર્ભમાં જોડીને નવા વિચારો ઉત્પન્ન કરવાનું માળખું પુરું પાડે છે. દા.ત. મગજ અને એન્જિન. ખોરાક અને પેટ્રોલ, ચેતાતંત્ર અને યાંત્રિક જોડાણો, બિમાર અને બગડી જવું વગેરે.
5. બાળકોને તેઓના વિચારો મૂલવવાની તક પૂરી પાડવી. : જે બાળકો પોતાના વિચારોનું મૂલ્યાંકન કરે છે તેઓ ભવિષ્યમાં પ્રશ્નો પૂછવામાં ઓછો અવરોધ અનુભવશે.
6. સર્જનાત્મક વિચાર માટે પ્રશંસા અને યશ આપો : બાળકોની શૈક્ષણિક સિદ્ધિનું મૂલ્યાંકન કરતી વખતે સર્જનાત્મકતા પર ધ્યાન આપો. જે બાળક આવા પ્રયત્નો કરે તને યશ અને પ્રશંસા આપો. તેઓને વિશેષ માર્ક્સ પણ આપી શકાય.

જ્યાં સુધી શિક્ષક તરીકે તમે તમારી મૌલિકતા નહીં દર્શાવો ત્યાં સુધી બાળકોની સર્જનાત્મકતાને પ્રોત્સાહન આપવું અઘરું છે.

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 4

1. સર્જનાત્મકતા એટલે શું ? બાળકોમાં સર્જનાત્મકતા લાવવા કઈ કઈ પ્રવૃત્તિઓ કરશો ?

.....

.....

.....

#### ❖ 12.4.4 શૈક્ષણિક સિદ્ધિ અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ

બાળકો બુદ્ધિ, અભિયોગ્યતા, સર્જનાત્મકતાની માફક શૈક્ષણિક સિદ્ધિમાં પણ જુદા પડે છે. ઉચ્ચ સિદ્ધિ ધરાવતા કે નિમ્ન સિદ્ધિ ધરાવતા બાળકો અંગેના તમારા પ્રત્યક્ષીકરણ અનુસાર તમારી અધ્યાપન પદ્ધતિ અને તમારું વર્તન જુદું પડે છે. સામાન્ય રીતે બાળકે વિષય કે વિષયમાં મેળવેલ ગુણને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ કહેવામાં આવે છે. ગુણમાં દર્શાવેલ શૈક્ષણિક સિદ્ધિ એ માત્ર આંકડાઓ છે. વાસ્તવમાં બાળકે જે વિષયમાં પ્રાપ્ત કરેલ જ્ઞાન અને ક્ષમતાના સ્વરૂપમાં તે રજૂ થવી જોઈએ. તમને એ વાત જાણવાની ઈચ્છા થતી હશે કે બાળકો શૈક્ષણિક સિદ્ધિ એટલે કે ક્ષમતા કઈ રીતે મેળવે છે. આ પ્રશ્નનો જવાબ મનોવિજ્ઞાનીઓ ‘બોધાત્મક સંરચના સિદ્ધાંત’ દ્વારા આપે છે. બોધાત્મક સંરચનાઓ એ બાળકો વડે તેઓની સ્મૃતિમાં રચાયેલ જ્ઞાનની સંરચના છે. ઉદાહરણ તરીકે બાળક પક્ષીની બોધાત્મક સંરચના આકાર, પાંખો, પીછાઓ, ઊડવું અને માળાઓ કે વૃક્ષની ડાળમાં રહેવું વગેરે સ્વરૂપમાં બનાવે છે. વિવિધ પ્રકારના પક્ષીઓ, લક્ષણો વગેરે માટે અનેક બોધાત્મક સંરચના બનાવે છે. બોધાત્મક સિદ્ધાંત અનુસાર નવી બોધાત્મક સિદ્ધાંત અનુસાર નવી બોધાત્મક સંરચનાઓને વર્તમાન બોધાત્મક સંરચનાઓ સાથે જોડવાથી અધ્યયન થાય છે. આ સિદ્ધાંતના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ. તમે શી રીતે જાણી શકો કે બાળકે યોગ્ય બોધાત્મક સંરચના રચી છે ? આ પ્રશ્નનો જવાબ તો જ આપી શકે જો તેને સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રની રચના, અંતર્ગોળ લેન્સની રચના અને ઉપયોગ તેમજ બહિર્ગોળ લેન્સની રચના અને ઉપયોગ વિશે જ્ઞાન હોય. હકીકતમાં આપણે બાળકને આપેલ ગુણ તેના જ્ઞાનને અભિવ્યક્ત કરે છે.

બાળકો શૈક્ષણિક સિદ્ધિમાં જુદા પડે છે તે હકીકત છે પરંતુ તે શી રીતે જુદાં પડે છે તે નક્કી કરવું જરૂરી છે. તમે જોયું કે જેઓ યોગ્ય પૂર્વ અપેક્ષિત જ્ઞાન ધરાવે છે તેઓ પૂર્વ અપેક્ષિત જ્ઞાન ન ધરાવનાર બાળકો કરતાં વધારે સારી રીતે શીખી શકે છે. બાળકોના પૂર્વજ્ઞાનમાં તફાવત, જ્ઞાન પ્રાપ્તિમાં તફાવત ઊભો કરે છે. જ્ઞાન પ્રાપ્તિમાં આ તફાવતો જેમ જેમ વધતા જાય તેમ સંગ્રહિત જ્ઞાનપ્રાપ્તિમાં તફાવતો ઊભા થાય છે. આ પ્રકારના તફાવતોને ‘મેથ્યુ અસર’ તરીકે ઓળખાવવામાં આવે છે એટલે કે શૈક્ષણિક રીતે સમૃદ્ધ હોય તે વધારે સમૃદ્ધ બને છે અને શૈક્ષણિક રીતે નબળા હોય તે વધારે નબળા બને છે. સિદ્ધિ કસોટી, નિદાન કસોટી વગેરેના ઉપયોગથી બાળકોમાં રહેલ શૈક્ષણિક સિદ્ધિ કે ક્ષમતાના તફાવતને ઓળખી શકાય છે.

શિક્ષક તરીકે તમારા વર્ગમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિની ભિન્નતાનું નિયમન કરવા માટે અથવા અધ્યયન - અધ્યાપન પરિસ્થિતિઓમાં બાળકોની ક્ષમતાઓ અને નબળાઈઓ વડે ઊભા થતાં પડકારોને પહોંચી વળવા માટેની યોજનાઓ જાણવાનું તમને કુતૂહલ હશે જ. શૈક્ષણિક સિદ્ધિઓમાં જોવા મળતી ભિન્નતાઓના સંપોષણ માટે નીચેના જેવી પ્રવૃત્તિઓ કરવી જોઈએ.

1. નવી માહિતીને સંગઠિત કરવા અને શીખવા અપેક્ષિત પૂર્વજ્ઞાન આપી : અગાઉ તમે જોયું તેમ પૂર્વજ્ઞાન સાથે નવી માહિતી જોડીને શીખવવામાં આવે છે. આથી સૌપ્રથમ ખાતરી કરો કે બાળક જરૂરી અને યોગ્ય પૂર્વજ્ઞાન ધરાવે છે કે નહીં અને જો ન ધરાવતો હોય તો તે પૂરી પાડો. યોગ્ય પૂર્વજ્ઞાન પુરું પાડવા ‘એડવાન્સ ઓર્ગેનાઈઝર’ એ યોગ્ય યોજના છે. એડવાન્સ ઓર્ગેનાઈઝર એ નવી માહિતી પર પ્રક્રિયા થાય તે પહેલાં રજૂ કરવામાં આવતી નવી માહિતીનું સામાન્ય સ્વરૂપ છે અથવા તેને સંબંધિત સામાન્ય માહિતી છે. બાળકોને અગાઉથી કહેવામાં આવે છે કે કયા મુખ્ય મુદ્દાઓ કે મુખ્ય ખ્યાલો તેઓએ હવે પછી શીખવાના છે.



ઉદાહરણ તરીકે સસ્તન પ્રાણીઓ અંગેના પાઠના પ્રારંભમાં ઘેટાં જેવા પાલતું પ્રાણીઓના લક્ષણોની ચર્ચા કરવામાં આવે. નિમ્ન શક્તિવાળા અધ્યેતાઓ માટે એડવાન્સ ઓર્ગેનાઈઝરનો ઉપયોગ વધુ અસરકારક છે.

2. દૃશ્ય સાધનોનો ઉપયોગ કરવો : દૃશ્ય સાધનો વિચારોની માનસિક પ્રતિમા ઉત્પન્ન કરે છે અને અમૂર્તતાનું પ્રમાણ ઘટાડીને બાળકોની મૂર્ત સ્વરૂપમાં વિચારવાની શક્તિને સહાયક બને છે. આકૃતિઓ, નકશા, આલેખો, છબીઓ, નમૂનાઓ અને વાસ્તવિક વસ્તુઓ વગેરે દૃશ્ય સાધનોના વિવિધ સ્વરૂપો છે.
3. સમસંબંધ અને ઉદાહરણોનો ઉપયોગ કરો : સહસંબંધ એ ઉત્પાદક અધ્યાપન પ્રયુક્તિ છે અને બાળકોને વિચારવા અને અધ્યયનમાં મદદરૂપ બને છે. સમસંબંધ જ્ઞાન વિચારો અને શીખવાના વિચારો વચ્ચે સમાનતા શોધી કાઢવા બાળકોને પ્રોત્સાહિત કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે, ઈંડા સાથેના સમસંબંધનો ઉપયોગ કરીને પ્રાણીકોષની રચનાનો પરિચય આપી શકો છો.
4. અધ્યેતાઓને અધ્યયનમાં સક્રિય રીતે સામેલ કરો : શિક્ષકની માત્ર વાત સાંભળવાથી અધ્યન થતું નથી. બોલવાની સાથે બાળકોને સક્રિય રીતે સામેલ થવાની તક મળે તેવા કાર્યો આપો. ઉદાહરણ તરીકે, પર્યાવરણ સંરક્ષણ પર ના પાઠમાં બાળકોએ કરવાની કામગીરીના સંદર્ભો શ્રેણીબદ્ધ રીતે આપો. પાઠ્યપુસ્તકનું પૃથક્કરણ કરવું. પર્યાવરણની અસરને ઓળખવવા, પોસ્ટર બનાવવા, વાર્તા લખવી, પત્ર લખવો, ચિત્રો દોરવા વગેરે.
5. આવર્તક મૂલ્યાંકન : તે બાળકોને માહિતીનું પુનરાવર્તન અને પુનઃયાદ કરવાની તક પૂરી પાડે છે. તે શિક્ષકને બાળકોની નબળાઈઓને સિદ્ધિને ઓળખવામાં મદદ કરે છે.

❖	<b>તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 5</b>
1.	મેથ્યુ અસર એટલે શું ?
	.....
	.....
	.....
	.....

## 12.5 વૈયક્તિક ભિન્નતાઓ - ભાવાત્મક ક્ષેત્ર

### ❖ 12.5.1 અભિરુચિ અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ

બોધાત્મક ક્ષેત્રના બુદ્ધિ, અભિયોગ્યતા, સર્જનાત્મકતા અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિઓના સંદર્ભમાં બાળકોની વ્યક્તિગત ભિન્નતાઓનો તમે અભ્યાસ કર્યો. વર્ગખંડમાં બાળક અધ્યયન વિકાસમાં ઘણી વૈયક્તિક ભિન્નતાઓ ધરાવે છે કારણ કે દરેક બાળક જનીન બંધારણની બાબતમાં ભિન્ન છે. શિક્ષક તરીકે તમારે બાળકના બોધાત્મક પાસાની સાથે તેની અભિરુચિઓ, વલણો, મૂલ્યો, સામાજિક અનુકુલન, સ્વ-સંકલ્પના અને પ્રેરણ જેવા ભાવાત્મક પાસાઓને પણ સમજવા પડશે. તે બાળક શું કરી શકશે અને શું નહીં કરી શકે, તેઓ કયા પ્રકારનું સામાજિક અનુકુલન ધરાવશે વગેરેમાં અગત્યની ભૂમિકા ભજવે છે.

તમે જોયું હશે કે દરેક વ્યક્તિ કોઈ એક પ્રવૃત્તિ કરતાં બીજી પ્રવૃત્તિમાં સામેલ થવું વધારે પસંદ કરતી હોય છે. વેબસ્ટરે આપેલ વ્યાખ્યા અનુસાર અભિરુચિ એ કોઈ વસ્તુ પ્રત્યે

ખાસ ધ્યાન જોડાયેલી લાગણીની ઉત્તેજના છે. ઉદાહરણ તરીકે ક્રિકેટમાં અભિરૂચિ. અભિરૂચિ એ એવી બાબત છે જેનાથી બાળક પોતાની જાતને સુખી માને છે. અભિરૂચિ એ પ્રેરણાનો સ્ત્રોત છે. જે લોકોને તે જે કરવા ઈચ્છે છે તે કરવા માટેનું ચાલકબળ પુરું પાડે છે. તે ધ્યાન કરવાની પરિસ્થિતિ નિશ્ચિત કરે છે. અભિરૂચિ પર સાંસ્કૃતિક અને સાંવેગિક પરિબળોની અસર થાય છે. અસુખદાયી સંવેગ અભિરૂચિને નબળી બનાવે છે. જ્યારે સુખદાયી સંવેગ અભિરૂચિને પ્રબળ બનાવે છે.

#### ❖ 12.5.2 વલણ અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ

વલણ એ વ્યક્તિનો ગુણ છે કે જે વ્યક્તિના ગમા-અણગમાની દિશા દર્શાવે છે. વલણ વ્યક્તિના કઈ વસ્તુ, સંસ્થા કે વ્યક્તિ પ્રત્યેના વર્તનની રીત પર અસર કરે છે. વ્યક્તિના ચોક્કસ વસ્તુ પ્રત્યેના વલણ પર માતાપિતા, શિક્ષકો, શાળા અને તે જેમાં રહે છે તે સમાજ અસર કરે છે. આપણી આસપાસના પર્યાવરણમાં રહેલ તમામ સજીવ અને નિર્જીવ વસ્તુઓ તરફથી આપણને પ્રત્યક્ષ અનુભવો મળે છે. આ દરેક અનુભવમાં વ્યક્તિ ભિન્ન ભિન્ન પ્રતિચાર આપતી નથી. પર્યાવરણમાં આ પદાર્થો કે ઘટકો વડે વારંવાર જાગૃત થતા બોધ, લાગણીઓ અને પ્રતિચાર વલણો સંકલિત થાય છે અને ધીમે ધીમે સ્થાયી બને છે. ભવિષ્યમાં વ્યક્તિ સમૂહ કે પ્રતિચાર વલણો સ્વરૂપે પ્રગટ થાય છે. જી.વી. ઓલપાર્ટના મતે:-

‘વલણ એ અનુભવ વડે વ્યક્તિ જે તે પરિસ્થિતિ સાથે જોડાયેલ છે તેના પ્રત્યેના પ્રતિચારો પર ચોક્કસ અને ગતિશીલ અસર ઉત્પન્ન કરતી તત્પરતાની માનસિક અને તટસ્થ સ્થિતિ છે.’ આ વ્યાખ્યાના આધારે સ્પષ્ટ થાય છે કે વિદ્યાર્થીના વલણો વાસ્તવિક પરિસ્થિતિ સાથેના તેના અનુભવના કારણે બંધાય છે. ઉદાહરણ તરીકે, બાળક લખાણમાં જોડણીની ભૂલો વારંવાર કરે છે. આ ભૂલો થવાની શરૂઆતમાં શિક્ષક દ્વારા તેના તરફ નિર્દેશ કરવામાં ન આવે તો તેને વાસ્તવિક અનુભવ મળે છે કે શિક્ષક સમક્ષ જોડણીમાં ભૂલવાળું લખાણ રજૂ કરવામાં વાંધો નથી. ધીમે ધીમે આ વર્તન ટેવ અને છેવટે વલણમાં પરિણમે છે.

હેરિસને વલણોના ત્રણ ઘટકો રજૂ કર્યા છે. 1. માન્યતાઓ. 2. સંવેગો અને 3. વર્તન. તમે માનો છો કે આ ઈચ્છનીય છે અને અનિચ્છનીય છે. તે તમારી માન્યતાઓ છે. તે તમારા મૂલ્યતંત્રોમાંથી નીપજેલ પસંદગીઓ છે. વલણો સંવેગો સાથે જોડાયેલા હોવાથી વ્યક્તિ દ્વારા થતું વર્તન હંમેશા બંનેની પરસ્પર ક્રિયાનું પરિણામ હોય છે. વ્યક્તિ પોતાના ગમા - અણગમા એટલે કે વલણો તેની ક્રિયા દ્વારા વ્યક્ત કરે છે.

ઘણાં વલણો તટસ્થ નથી હોતાં. બાળકો તેઓના માતા-પિતા, સમવયસ્કો અને શાળાઓમાંથી હકારાત્મક કે નકારાત્મક વલણો કેળવે છે. નકારાત્મક વલણો વ્યક્તિને અવગણના, અસંમતિ, દલીલો, સંઘર્ષો અને અન્ય અથડામણો તરફ દોરી જાય છે. પૂર્વગ્રહ એ હકીકતોની પૂરી તપાસ કર્યા વગર લેવામાં આવેલ અપરિપક્વ કે ઝડપથી લીધેલ નિર્ણય છે. તે નકારાત્મક વલણોમાં મુખ્ય ઘટક છે. વલણો એકવાર ઘડાયા પછી બદલવા મુશ્કેલ છે. વલણોને બદલવા માટે સ્પષ્ટીકરણ, અનભિસંસાધન કે પ્રત્યક્ષીકરણમાં ભૂલો અથવા ભ્રામક માન્યતાઓનું તાર્કિક પૃથ્થકરણ પૂરતાં નથી, કારણ કે વલણો વ્યક્તિમાં એવા સ્થાયી પ્રણાલીઓ ઉત્પન્ન કરે છે જે અવેજીકરણ, અવગણના અને તાર્કિકીકરણની મદદથી તેના બચાવ માટે પૂર્વ નિશ્ચિત માનસિક ઝોક ઉત્પન્ન કરે છે.

વલણના અધ્યનને મદદ કરવા માટે પ્રાપ્ત વલણને ઓળખવું જોઈએ અને તેનો અર્થ સ્પષ્ટકરવો જોઈએ. ત્યાર બાદ વલણ ઘડતર અંગે તમારા અનુભવોની અન્ય લોકો સાથે ચર્ચા કરો. વલણોને વર્તનમાં મૂકવા માટે યોગ્ય પરિસ્થિતિ અને પ્રતિપુષ્ટિનું આયોજન કરો. વલણની સ્વીકૃતિ અને સમજ માટે જૂથ ચર્ચાનો ઉપયોગ અને જૂથમાં કાર્ય કરવાના અભિગમનો ઉપયોગ કરી શકો. બાળકો અપેક્ષિત વલણ પ્રયત્નપૂર્વક પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરે તે માટે તેઓને પ્રોત્સાહિત કરવા.

તરુણોમાં વલણોના સંદર્ભમાં વ્યક્તિગત ભિન્નતાઓ જોવા મળે છે. દરેક તરુણ માટે પરિપકવતાનું સ્તર. આયોજિત અને આકસ્મિક અનુભવો, ભૌતિક પર્યાવરણ તેના પ્રત્યે પ્રદર્શિત ઉપમાનું પ્રમાણ, લોકશાહી વર્તન અને ઘરમાં તેઓની તૃપ્તિ કરવામાં આવેલ ઈચ્છાઓ, શાળા જીવન, રમતના મેદાન પરના મિત્રો વગેરે સમાન નથી હોતાં. તેવી જ રીતે, કોઈ બાળક જે વ્યક્તિઓ પાસેથી સ્વીકૃતિ મેળવીને તે વલણોને તે આત્મસાત્ કરવા માંગે છે અથવા બાળકોને જે વ્યક્તિઓ ગમતી નથી અને સામાન્ય રીતે જેના વલણોને તે અસ્વીકૃત કરે છે, તે વ્યક્તિઓ બધા તરુણો માટે સમાન હોતી નથી. પરિણામે તરુણોમાં વ્યક્તિગત ભિન્નતા ઉદ્ભવે છે.

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 6

1. અભિરુચિઓની અગત્ય જણાવો.

.....

.....

.....

.....

2. વલણો એટલે શું ?

.....

.....

.....

.....

#### ❖ 12.5.3 મૂલ્યો અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ

સમાજ દ્વારા સંસ્કૃતિ અને મૂલ્યતંત્રોની જાળવણી અને વહન માટે શાળાઓની સ્થાપના કરવામાં આવે છે. એટલે કે સમાજ દ્વારા સ્થાપિત ધોરણોની સ્વીકૃતિના સંદર્ભમાં ગુણો અને નૈતિક સદ્ગુણોના પ્રત્યક્ષીકરણની બાબતમાં જુદા પડે છે. મૂલ્યો એ વ્યક્તિ પોતાના જીવનમાં જેને અગત્યના માનતા હોય તેવાં ધ્યેયો પ્રત્યેની તેમની અભિમુખતા છે. જીવનમાં પ્રાપ્ત કરવાના ખાસ ધ્યેયો સાથે મૂલ્યનું નામ જોડાયેલ છે. ઉદાહરણ તરીકે, ઘણાં લોકોને સ્વતંત્રતા, સારી તંદુરસ્તી, ગાઢ મિત્રતા, ગાઢ કૌટુંબિક સંબંધો, પૈસો કે સફળતા માટે આગ્રહ હોય છે. જો સારું સ્વાસ્થ્ય તમારા મૂલ્યોમાં અગત્યનું સ્થાન ધરાવતું હશે તો તમે કહેશો કે લોકોએ પોષણયુક્ત આહાર ખાવો જોઈએ.

વ્યક્તિ કેટલાંક પાયાના મૂલ્યો તેના બાળપણ દરમિયાન શીખે છે. આ મૂલ્યો જીવનનાં પ્રત્યેક પાસાંને સ્પર્શે છે. ઉદાહરણ તરીકે, સફળતા પ્રત્યેનું વલણ, સ્પર્ધા, સમસ્યા ઉકેલ, સ્વ-

અભિવ્યક્તિ વગેરે પાયાનાં મૂલ્યો છે. મૂલ્યોમાં પ્રામાણિકતા, સહકાર, નીતિમત્તા, સત્ય વગેરે જેવા સદ્ગુણોનો સમાવેશ થાય છે. કેટલાંક મૂલ્યો કુદરતી વિકાસ પ્રક્રિયા મારફતે વિકાસ પામે છે. તેના વિકાસને કોઈ ખાસ ઘટકો કે ઘટનાઓ સાથે જોડી શકાય નહીં. અનેક સંતોષપ્રદ અનુભવો, અન્યોની પ્રવૃત્તિઓની અસર અંગેનું અધ્યયન. માનવપ્રાણી અને તેની આસપાસના આનંદદાયક અને બિન આનંદદાયક પર્યાવરણ અંગેનું જ્ઞાન અને બીજાઓ દ્વારા ઉપયોગી મનાયેલા ખ્યાલોની સ્વીકૃતિ વગેરે મૂલ્ય ઘડતરમાં મહત્ત્વનો ફાળો આપે છે.

શું શાળા મૂલ્યો શીખવી શકે છે ? શું બાળકોને મૂલ્યો શીખવવા જોઈએ ? આ મૂલ્યો વર્ગખંડમાં શી રીતે શીખવી શકાય ? શિક્ષક તરીકે, તમારા માટે આ ખૂબ અગત્યના પ્રશ્નો છે. તમે અવલોકન કર્યું હશે કે જ્યાં બાળકો શિક્ષકોના સંપર્કમાં આવે છે ત્યાં તે બાળકો પર વ્યક્તિગત રીતે અસર કરે છે. શાળાઓ હંમેશા તેઓના ધ્યેયોના સંદર્ભમાં પોતાના બાળકોમાં તે મૂલ્યો વિકસાવવાની ઊંડી ઈચ્છા ધરાવે છે. પ્રવર્તમાન ભારતીય તત્ત્વદર્શનની વિચારધારાઓનો ઉપયોગ કરવો એ મૂલ્યોના શિક્ષણની ઉપયોગી પ્રયુક્તિ છે. તત્ત્વદર્શનને દૃષ્ટિબિંદુએ તમે જે સમાજમાં રહો છો તેના મૂલ્યો અંગે તમે જાગૃત બનો છો. તમે વર્ગખંડ પ્રવૃત્તિના ભાગરૂપે ફિલ્મો, કલા સર્જનો, વાર્તાઓ, કાવ્યો, પ્રસંગો વગેરે અંતર્ગત મૂલ્યોની ચર્ચા કરી શકો છો. સમવયસ્કોની આંતરક્રિયા એ મૂલ્ય વિકાસ માટેનું ચાવીરૂપ પરિબળ છે. બાળકો પોતાના વિચારો, લાગણીઓ કે અનુભવો પરસ્પર વહેંચીને ન્યાય અને વાજબીપણાનાં મૂલ્યો શીખે છે. શિક્ષણનાં તમામ મૂલ્યોનો બાળકો સ્વીકાર કરે તે જરૂરી નથી. વ્યક્તિઓ ન્યાય, આજ્ઞાકિતતા, ફરજ, નિયમ - પાલન, અમૂર્ત તર્ક સંબંધિત વ્યક્તિગત નિર્ણયો લેવાની ક્ષમતાની બાબતમાં જુદા પડે છે. તેથી તેઓ તેમનાં મૂલ્યોમાં જુદા પડે છે. પાશ્ચાત્ય જીવનશૈલી અને વર્તમાનપત્રો, સામયિકો, રેડિયો, ટેલિવિઝન, ઈન્ટરનેટ, મોબાઈલ, ટેકનોલોજી, નેટવર્કિંગ વગેરે જેવા માધ્યમોમાં કારણે બાળકોમાં મૂલ્યો અંગે મૂંઝવણ ઊભી થાય છે. કુટુંબ, જ્ઞાતિ, સમાજ, આર્થિક સ્તર વગેરેમાં આવેલ ફેરફારો સાથે તેઓના મૂલ્યતંત્રમાં સંઘર્ષ ઊભો થાય છે. કેટલાંક બાળકો મૂલ્ય ધોવાણથી પીડાતા હોય છે. તેઓ બળવો કરવો, હડતાળ પાડવી, શાળામાં ગેરહાજર રહેવું, નશો કરવો, આજ્ઞા ન માનવી, અભ્યાસ ન કરવો જેવા વર્તનો દ્વારા તૃપ્તિ અનુભવે છે. પરિણામે મૂલ્યતંત્રમાં વૈયક્તિક ભિન્નતા ઉદ્ભવે છે.

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 7

1. બાળકો ઘરે, શાળામાં કયા મૂલ્યો શીખે છે ? તેની યાદી બનાવો.

.....

.....

.....

.....

#### ❖ 12.5.4 સામાજિક અનુકૂલન અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ

માતાપિતા અને શિક્ષકોએ બાળકોના સામાજિક અનુકૂલનોનો બે કારણોસર અભ્યાસ કરવો જોઈએ. 1. શરૂઆતમાં ઘડાયેલ વલણો અને તરાહો લગભગ જીવનભર ચાલુ રહે છે. 2. બાળકોના સામાજિક અનુકૂલનનું તેઓની સ્વ-સંકલ્પનાના વિકાસમાં પ્રદાન હોય છે. બાળક

અન્ય લોકો સાથે કેટલે અંશે અનુકૂલન સાધે છે, કયા જૂથ સાથે તાદાત્મ્ય સાધે છે. તે તેના સામાજિક અનુકૂલનનો ખ્યાલ આપે છે. સારી રીતે અનુકૂલિત બાળકો એ મિત્રો અને અજાણ્યા લોકો સાથે અસરકારક રીતે કામ પાર પાડવામાં સામાજિક કૌશલ્યો ધરાવે છે. સામાજિક અનુકૂલનો ધરાવતા બાળકો સામાન્ય રીતે સમાજના અન્યો સભ્યો તરફ હકારાત્મક સામાજિક વલણ ધરાવે છે. બાળક સામાજિક અનુકૂલન ધરાવે છે કે નહીં તે નીચેના ચાર માપદંડો થકી ખ્યાલ આવે છે.

- ◆ **બાહ્ય વર્તન :** જ્યારે સામાજિક વર્તન તેઓ જે જૂથ સાથે તાદાત્મ્ય ધરાવતા હોય તેનાં ધોરણો અને અપેક્ષાઓને અનુરૂપ હોય ત્યારે તેઓ જૂથના અનુકૂલિત સભ્યો ગણાય છે.
- ◆ **સામાજિક વલણો :** સારું સામાજિક અનુકૂલન ધરાવતા બાળકો, સામાજિક ભાગીદારી અને સામાજિક જૂથ આંતરક્રિયાઓ પ્રત્યે હકારાત્મક વલણો દર્શાવે છે.
- ◆ **વૈયક્તિક સંતોષ :** સારી રીતે સામાજિક અનુકૂલન સાધવા માટે તેઓના સામાજિક સંબંધો જૂથ આંતરક્રિયાઓથી સંતોષ હોવો જોઈએ.

સારું સામાજિક અનુકૂલન સાધવું મુશ્કેલ છે. જેમની બાલ્યાવસ્થા સારી રીતે પસાર થઈ હોય તેમની પુખ્તાવસ્થા સુખદાયી અને અનુકૂલિત હોય છે. ઘરમાં સામાજિક અપાનુકૂલન ધરાવતા બાળકો તેઓના ઘરની બહાર સારું સામાજિક વર્તન કરવામાં નિષ્ફળ જાય છે. જે બાળકોને ઘરનું વાતાવરણ સત્તાવાહી મળે છે. તેઓ તમામ સત્તાઓ સામે રોષ પ્રદર્શિત કરે છે. જેઓના ઉછેર ઉદાર પર્યાવરણમાં થાય છે તેઓ અન્યોનું ભલું કરે છે. તેવી જ રીતે, જે બાળકો પોતાના ઘરમાં અનુકરણ માટે સારું મોડેલ મેળવી શકતા નથી તેઓ પોતાના કુટુંબની બહાર પોતાની જાતને નિઃસહાય માને છે. જે બાળકો માતાપિતાથી તરછોડાયેલા હોય કે તેમના માતા પિતા વિચલિત વર્તનોનું અનુકરણ કરતા હોય તેઓ આક્રમક બને છે અને તેઓમાં વિચલિત વર્તનની તરેહ વિકાસ પામે છે. શિક્ષક તરીકે બાળકને ઘરમાં સારું વાતાવરણ મળી રહે તે માટે માતા પિતા સાથે અવારનવાર સંવાદ કરતા રહેવું જરૂરી છે. શાળામાં પણ બાળક પોતાના શિક્ષક, મિત્રો, સમવયસ્કો સાથે સારી રીતે અનુકૂલન સાધી શકે તેવા પ્રયત્નો સતત કરતાં રહેવું જોઈએ.

#### ❖ 12.5.5 સ્વસંકલ્પના અને તેના સંદર્ભમાં અધ્યેતાના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ

સ્વ-સંકલ્પનાઓ વ્યક્તિનું પોતાના વિશેનું સમગ્ર દૃષ્ટિબિંદુ છે. તે પોતાની જાત અંગે પોતાની માન્યતાઓ, વિચારો, પ્રત્યક્ષીકરણોથી બનેલ છે. પોતાના શારીરિક, મનોવૈજ્ઞાનિક, સામાજિક અને સાંવેગિક લાક્ષણિકતાઓ, આકાંક્ષાઓ અને સિદ્ધિઓ અંગે તેમણે પોતાની જાતને આપેલ અર્થ, વલણો અને લાગણીઓનો સરવાળો છે. તે પોતાની જાતને રજૂ કરવા માટે આપવામાં આવતું સંપૂર્ણ વર્ણન છે. તમારી તંદુરસ્તી, દેખાવ, સુલભતા, અન્યો પરનો પ્રભાવ, ક્ષમતાઓ અને નબળાઈઓ એ તમારી સ્વ-સંકલ્પનાનો ભાગ છે. જો તમે બાળકને સંપૂર્ણ મુક્ત રીતે શક્ય તેટલું ચોકસાઈથી પોતાની જાતનું વર્ણન કરવાં કહેશો તો તેની સ્વ-સંકલ્પનાના તેનાં વર્ણનમાં મુખ્ય બાબતો તરીકે બુદ્ધિશાળી, સખત મહેનત કરનાર, પરિપક્વ, જવાબદાર, અંતઃસૂઝ વાળો વગેરે જેવા શબ્દોનો સમાવેશ થાય છે.

સામાન્ય રીતે પ્રથમ શારીરિક સ્વ- પ્રતિમા રચાય છે અને તે બાળકના ભૌતિક દેખાવ

સંબંધિત હોય છે. મનોવૈજ્ઞાનિક સ્વ-પ્રતિમા વિચારો, લાગણીઓ અને સંવેગો પર આધારિત હોય છે. આ શારીરિક અને મનોવૈજ્ઞાનિક સ્વ-પ્રતિમાઓ હિંમત, પ્રામાણિકતા, સ્વતંત્રતા, આત્મવિશ્વાસ, આકાંક્ષા અને વિવિધ પ્રકારની શક્તિઓ જેવા ગુણો ધરાવે છે. સ્વ-સંકલ્પનાના અગત્યનાં લક્ષણો નીચે મુજબ છે.

- ◆ સ્વ-સંકલ્પના સુયોજિત છે : પોતાના સ્વ વિશેનું એક સામાન્ય ચિત્ર મેળવવા માટે વિપુલ જથ્થામાં માહિતી મેળવે છે અને તેને સુયોજિત કરે છે. આ માહિતી પર તેઓનું પ્રત્યક્ષીકરણ આધાર રાખે છે.
- ◆ સ્વ-સંકલ્પના બહુપાર્શ્વીય છે : સ્વ - સંકલ્પનામાં વિવિધ ક્ષેત્રો જેવા કે, સામાજિક સ્વીકૃતિ, શારીરિક આકર્ષતા, શૈક્ષણિક શક્તિઓ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે.
- ◆ સ્વ - સંકલ્પના ગુણોની ક્રમિક શ્રેણી છે : બહુપાર્શ્વીય લક્ષણો શ્રેણીમાં હોય છે. આ ગુણો વિકાસાત્મક હોય છે. ઉંમર વધવા સાથે સ્વ-સંકલ્પના વિકાસાત્મક રીતે વિભેદન પામે છે.
- ◆ સ્વ-સંકલ્પના સ્થાયી હોય છે. : જો બાળકની લઘુતા કે ગુરુતા, સફળતા કે નિષ્ફળતા તેની સ્વ-સંકલ્પનામાં પરિવર્તન લાવે છે. તેમ છતાં વ્યક્તિની પ્રાથમિક સ્વ- સંકલ્પનામાં કશો ફેર પડતો નથી.

સ્વ-સંકલ્પના બાળકોની, તેઓના માતા પિતા, શિક્ષકો અને સમવયસ્કો તેઓના વિશે શું વિચારે છે કે તે અંગેની માન્યતા પર આધારિત છે. આ પ્રકારની સ્વ-સંકલ્પનાને ‘સામાજિક સ્વ’ કહે છે કે જે સમાજ તરફથી વ્યક્તિ પ્રત્યેના વિચારો દ્વારા નિર્માણ પામે છે. જો તેઓ માનતા હશે કે તેઓની આસપાસના લોકો તેઓના વિશે હકારાત્મક અભિગમ ધરાવે છે તો તે પોતાની જાતને હકારાત્મક ગણશે. બાળક માટે તેના જીવનમાં મહત્વનું સ્થાન ધરાવતા લોકો એટલે કે તેના માતા પિતા, શિક્ષકો, વડીલો વગેરે તરફથી પ્રેમ, વખાણ, હકારાત્મક ટીકાઓ, જવાબદારીપૂર્ણ રીતે સંભાળ વગેરે બાળકમાં ઊંચી સ્વ-સંકલ્પના સ્થાપિત કરવામાં મદદરૂપ થાય છે. બાળકને ક્યારેય જાહેરમાં કે એકાંતમાં નકારાત્મક શાબ્દિક શબ્દોનો મારો ચલાવીને ક્યારેય ઘાયલ કરવો જોઈએ નહીં. તેનાથી તેની સ્વ-સંકલ્પના ખંડિત થાય છે અને તે પોતાના વિષે નકારાત્મક વિચારોનું અનુસંધાન કરી લે છે. નબળો પ્રેમ મેળવેલ કે સતત ઠપકો મેળવેલ બાળકોની સ્વ-સંકલ્પના નીચી જોવા મળે છે. હકારાત્મક સ્વ-સંકલ્પના ધરાવતા બાળકો સ્વનિર્ભર અને ટીકા કે સૂચનો તરફ હકારાત્મક વલણ ધરાવે છે. નીચી સ્વ-સંકલ્પના ધરાવતા બાળકો ટીકા તરફ વધુ પડતાં સંવેદનશીલ હોય છે.

સ્વ-સંકલ્પના એ ગુણોની શ્રેણી છે. બાળકની પાયાની સ્વ-સંકલ્પના રચનાની શરૂઆત તેના ઘરે તેના કુટુંબના સભ્યો સાથેના અનુભવથી થાય છે. જેમ જેમ ઘરની બહારની આંતરક્રિયાઓ વધે છે. તેમ તેમ પોતાના વિશેના અન્ય ખ્યાલો વિકાસ પામે છે. તેનાથી ગૌણ સ્વ-સંકલ્પનાઓ ઘડાય છે. ગૌણ સ્વ-સંકલ્પના અને સ્વ- મૂલ્યાંકનની અસર તેના વર્ગખંડ વર્તનો અને સિદ્ધિ પર થાય છે. બાળકની વર્ગખંડમાં ઉચ્ચ સિદ્ધિ તેની સ્વ-સંકલ્પનાને ઊંચી લઈ જાય છે અને ઊંચી સ્વ-સંકલ્પના તેને ઉચ્ચ સિદ્ધિ પર થાય છે. બાળકની વર્ગખંડમાં ઉચ્ચ સિદ્ધિ તેની સ્વ-સંકલ્પનાને ઊંચી લઈ જાય છે અને ઊંચી સ્વ-સંકલ્પના તેને ઉચ્ચ સિદ્ધિ અપાવે છે. આપણા બાળકો શૈક્ષણિક કાર્યો શી રીતે કરે છે તે સમજવામાં સ્વ-સંકલ્પના મદદ કરે છે.

---

## 12.6 સારાંશ

---

આપણે એકમની ચર્ચાનો આરંભ વ્યક્તિગત ભિન્નતાની વિભાવના અને તેના પર વારસા અને વાતાવરણની અસરથી કરી. ત્યારબાદ બુદ્ધિ, અભિયોગ્યતા, સર્જનાત્મકતા અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ જેવી બોધાત્મક બાબતો અને વ્યક્તિગત ભિન્નતા વિશેનો અભ્યાસ કર્યો. જે પૈકી મનોમાપન શાસ્ત્રીય અભિગમ બૌદ્ધિક શક્તિઓ પર ભાર મૂકે છે. જ્યારે માહિતી - સંસ્કરણ અભિગમ બૌદ્ધિક પ્રક્રિયા પર ભાર મૂકે છે. અભિયોગ્યતા એ શક્તિઓનો ગણ છે. તે પૈકીની કેટલીક જન્મજાત હોય છે જ્યારે કેટલીક અર્જિત કરેલ હોય છે. અભિયોગ્યતા એ બોધાત્મક, સંવેદનાત્મક અને મનોસ્નાયવિક ઘટકો સાથે સંબંધિત શક્તિઓનો ગણ છે. બાળક ગણિત, સંગીત, ખેલકૂદ વગેરે જેવા ક્ષેત્રોમાં અભિયોગ્યતા ધરાવી શકે છે. સર્જનાત્મકતા એ કોઈ સમસ્યા ઉકેલવા માટે નવા અને કંઈક મૂલ્ય ધરાવતા વિકલ્પો શોધવાની શક્તિ છે. સર્જનાત્મક લોકો સામાન્ય રીતે ઊંચો બુદ્ધિઆંક ધરાવે છે. શૈક્ષણિક સિદ્ધિઓ એ બાળકોને પ્રાપ્ત કરેલ ક્ષમતાઓ છે. તેઓ પૂર્વજ્ઞાનને નવા જ્ઞાન સાથે જોડીને નવી માહિતી પ્રાપ્ત કરે છે. બુદ્ધિ, અભિયોગ્યતા, સર્જનાત્મકતા વગેરે બોધાત્મક બાબતો બાળકના અધ્યયનમાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે.

બાળકો પોતાની વિશિષ્ટ અભિરુચિ સાથે વર્ગમાં આવે છે. શાળા તેને વિવિધ અનુભવો, સાહિત્ય પૂરું પાડીને તેની અભિરુચિને સંતોષવાનો પ્રયત્ન કરે છે અને શિક્ષણવિદો તેને પોષણ મળે તે અનુસાર પાઠ્યક્રમની રચના કરે છે. બાળકને પ્રવૃત્તિ કરવાની યોગ્ય તક મળી હોય તો અસરના નિયમ અનુસાર અભિરુચિ અને શક્તિ વચ્ચે ધનાત્મક સંબંધ ઊભો થાય છે. અસંગત ઘટકોવાળી કોઈપણ પ્રવૃત્તિ અણગમો ઉત્પન્ન કરે છે. બાળકોના વલણ તરેહ અંગેનું શિક્ષકનું જ્ઞાન તેણે જેનો સામનો કરવાનો છે તેવા પ્રસંગો કે પરિસ્થિતિઓ પ્રત્યે આપવાના પ્રતિચારો વિચારી અગાઉથી આયોજન કરી શકે છે. અનિચ્છનીય વલણો અને વર્તનોને સમયસર ઓળખી તેને અટકાવવી કે સુધારી શકાય છે. જે બાળકો મૂલ્યોમાં સંઘર્ષ અનુભવે છે. તે સામાજિક - વૈયક્તિક કે નૈતિક પ્રશ્નો તરફ પોતાનો સ્પષ્ટ અભિપ્રાય આપી શકતા નથી. બાળકોમાં મૂલ્યોનું સ્પષ્ટ અભિસ્થાપન થાય તે માટેના પ્રયત્નો વર્ગખંડ અને તે બહાર સતત કરતાં રહેવું જોઈએ. શિક્ષકોએ હકારાત્મક અપેક્ષાઓ, વલણો, વર્તનો અને પ્રતિપુષ્ટિ દ્વારા બાળકોના સ્વ-મૂલ્યાંકનને હકારાત્મક રીતે ઘડવા જાગૃત રહેવું જોઈએ. સ્પષ્ટ અસ્વીકૃતિ અને પ્રામાણિક પ્રતિપુષ્ટિ વડે સ્વ-દષ્ટિબિંદુમાં સુધારા માટે મદદ કરી શકાય છે.

---

## 12.7 સ્વાધ્યાય

---

1. વ્યક્તિગત ભિન્નતાઓ ઉત્પન્ન કરવા માટે કયા કયા પરિબલો જવાબદાર છે ?
2. વાતાવરણ એટલે શું ? વ્યક્તિના વર્તન પર શી અસર પડે છે ?
3. કઈ બોધાત્મક બાબતોની વ્યક્તિગત ભિન્નતા પર શી અસર પડે છે ? તેના સંપોષણ માટેની પ્રવૃત્તિઓ જણાવો.
4. પાંચ બાળકોની મુલાકાત લો. તેઓની અભિરુચિ, વલણો અને મૂલ્યો વિષેની માહિતી મેળવો. તેઓની અભિરુચિ, વલણો અને મૂલ્યોના સુધારણા માટેની પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરો.

---

## 12.8 સૂચિત વાચનસામગ્રી

---

જોષી હરિપ્રસાદ, ઓ. (2004). શૈક્ષણિક મૂલ્યાંકન. સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ.

દોંગા, નનુભાઈ (2010), શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

દોંગા નનુભાઈ (2012) અધ્યેતા અંગેની સમજ માટેનું વિકાસાત્મક મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

Hamachek, D. (1987). A History of Humanistic Psychology. In J.A. Glover and R.R. Ronnink (Eds) Historical Foundation Psychology, Plenum, New York

Herbert E.F., Winokrad, P.N. & Danner, F.W. (1984), Children's Attributions for Failure and Success in Different Aspects of Reading. Journal of Educational Psychology. 76:1139-1148.

---

## 12.9 તમારી પ્રગતિ ચકાસો.

---

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો - 1

1. દરેક વ્યક્તિને પોતાની કેટલી મર્યાદાઓ હોય છે, જે તેના માતાપિતા કે પૂર્વજો તરફ વારસામાં મળેલ તેના જીવશાસ્ત્રીય વારસાનું પરિણામ છે.
2. વૈયક્તિક ભિન્નતા જનીનોના અસંખ્ય શક્ય જોડકાંઓનું પરિણામ છે. માતા કે પિતા અથવા બંનેના જૈવિક કોષના જનીનોના સંખ્યાબંધ જોડાણો શક્ય છે અને કારણે ભાઈ ભાંડુમાં વ્યક્તિગત ભિન્નતા ઉદ્ભવે છે. વાતાવરણ પણ વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વ પર અનેક રીતે અસર કરે છે. જેનાથી વૈયક્તિક ભિન્નતા નીપજે છે. વ્યક્તિના બોધાત્મક વિકાસ પર વાતાવરણમાં ખાસ ઘટકો અસર કરે છે.

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો - 2

1. શાસ્ત્રીય અભિગમ બુદ્ધિ એ અમૂર્ત તર્ક કરવાની ક્ષમતા છે કે જે અમૂર્ત વિચાર અને અનુકલન ક્ષમતાનો સમાવેશ કરે છે. આ અભિગમ પૈકી બુદ્ધિ એ કેટલાંક ઘટકો ધરાવતી બાબત છે. જ્યારે માહિતી સંસ્કરણ અભિગમ અનુસાર બુદ્ધિ એ બોધાત્મક પ્રક્રિયા છે.
2. જોડકણાંઓ, શબ્દો કે પ્રતિમાઓને નવી માહિતી સાથે જોડીને નવી માહિતી સહેલાઈથી યાદ રાખી શકાય છે. પુનરાવર્તન પણ સ્મૃતિને પ્રબળ બનાવવામાં મદદ કરે છે.

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો - 3

1. અભિયોગ્યતા એ જ્ઞાન અને કૌશલ્યો પ્રાપ્ત કરવાની શક્તિઓ ગણ છે.
2. નિમ્ન અભિયોગ્યતા ધરાવતા બાળકો માટે ક્રમિક સોપાનો અને પ્રતિપુષ્ટિ દ્વારા નાના એકમોમાં અધ્યાપન સારવાર યોજવી જોઈએ.

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો - 4

સર્જનાત્મકતાને નાવીન્ય, ઉપયોગિતામૂલ્ય, નીપજ, કેન્દ્રવર્તી વિચાર, અથવા વિકેન્દ્રિત ચિંતનના સ્વરૂપમાં વ્યાખ્યાયિત કરી શકાય. તેના વિકાસ માટે અસામાન્ય પ્રશ્નો પૂછવા, ભ્રેઈંગ સ્ટોર્મિંગ બેઠકો યોજવી, બાળકોને પોતાના વિચારોના મૂલ્યાંકન માટેની તક પૂરી પાડવી વગેરે જેવી પ્રવૃત્તિઓ કરી શકાય.



❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો - 5

પૂર્વજ્ઞાનમાં રહેલ તફાવત જ્ઞાન પ્રાપ્તિમાં સંગ્રહિત તફાવતો ઉત્પન્ન કરે છે. આ પ્રકારના તફાવતોને મેથ્યુ અસર કહે છે.

❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો - 6

1. અભિરૂચિ ખાસ ક્ષેત્રોમાં અધ્યયન વિકસાવે છે અનુભવને વિસ્તૃત કરે છે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય જાળવવામાં મદદ કરે છે. જીવનની કાર્યક્ષમતા વધારે છે. જરૂરી દિશામાં અભિરૂચિમાં સુધારો કરે છે, પ્રવૃત્તિનું વિશાળ ક્ષેત્ર પૂરું પાડે છે. સંતોષપ્રદ પરિસ્થિતિઓ પૂરી પાડે છે. સંતોષપ્રદ પરિસ્થિતિઓ પૂરી પાડે છે.

2. વલણો વ્યક્તિને પદાર્થ, પરિસ્થિતિ કે વિચારધારા પ્રત્યે ચોક્કસ રીતે વર્તવાની દિશા પૂરી પાડે છે. વલણો આપેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિની લાગણી, વિચાર દૃષ્ટિ કે પ્રવૃત્તિ કરવાનું માળખું કે સંદર્ભ પૂરા પાડે છે. વલણની મુખ્ય ત્રણ સંકલ્પનાઓ છે. માન્યતાઓ, સંવેગ અને વર્તન.

❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો - 7

ઘરે બાળકો સમાજમાં આધુનિક વિકાસલક્ષી પરિવર્તનો અંગેની જાગૃતિ સાથે પારિવારિક મૂલ્યો શીખે છે. શાળામાં બાળક આદર, સમયપાલન, આજ્ઞાંકિતતા, સામાજિક વ્યવહાર, નિયમપાલન વગેરે જેવાં મૂલ્યો શીખે છે.

વિભાગ

4

અધ્યેતાનો વ્યક્તિત્વ વિકાસ

---

એકમ-13 વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતો અને યુગનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત

---

એકમ-14 સ્વનો વિકાસ: રોજર્સનો સ્વ-સિદ્ધાંત અને મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકકરણનો સિદ્ધાંત

---

એકમ-15 ઓલપોર્ટનો ગુણ-લક્ષણલક્ષી સિદ્ધાંત

---

એકમ-16 ફોઈડનો વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંત

## ES-203, અધ્યયન અધ્યાપન સામગ્રી વિકાસ (વિભાગ-4)

લેખક	
ડૉ. દિવ્યેશ પટેલ	વૈદ્ય એમ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુ., ૬૨૭, ગુલબાર્ઈ ટેકરા, અમદાવાદ.
પરામર્શક (વિષય)	
ડૉ. અલ્કા મેકવાન	એમ.બી.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુકેશન, એસ.પી. યુનિવર્સિટી, વિદ્યાનગર.
પરામર્શક (ભાષા)	
ડૉ. રાજેશ્રીબેન પંડ્યા	વૈદ્ય એમ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ એજ્યુ., ૬૨૭, ગુલબાર્ઈ ટેકરા, અમદાવાદ.
સંપાદન અને સંયોજન	
પ્રો. (ડૉ.) અજીતસિંહ પી. રાણા	નિયામકશ્રી (શિક્ષણશાસ્ત્ર) ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી. અમદાવાદ.
સંયોજન સહાય	
ડૉ. મીના આર્ઈ. રાજપૂત	ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી. અમદાવાદ.

પ્રકાશક : કુલસચિવ, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ-382481

આવૃત્તિ : પ્રથમ આવૃત્તિ-2020, નકલ : 1200

દ્વિતીય આવૃત્તિ-2021, નકલ : 1200

**ISBN : 978-93-5598-202-5**

Copyright © Registrar, Dr. Babasaheb Ambedkar Open University, Ahmedabad.  
December 2020

While all efforts have been made by editors to check accuracy of the content, the representation of facts, principles, descriptions and methods are that of the respective module writers. Views expressed in the publication are that of the authors, and do not necessarily reflect the views of Dr. Babasaheb Ambedkar Open University. All products and services mentioned are owned by their respective copyrights holders, and mere presentation in the publication does not mean endorsement by Dr. Babasaheb Ambedkar Open University. Every effort has been made to acknowledge and attribute all sources of information used in preparation of this Self Learning Material. Readers are requested to kindly notify missing attribution, if any.

---

## ES-101 અધ્યેતા અને વિકાસનું મનોવિજ્ઞાન

---

### વિભાગ-1 બાલ્યાવસ્થાથી તારુણ્ય સુધીનાં વિકાસના દર્શકો

- એકમ-1 શારીરિક વિકાસ
- એકમ-2 બોધાત્મક વિકાસ
- એકમ-3 ભાવાત્મક વિકાસ
- એકમ-4 સામાજિક અને નૈતિક વિકાસ

### વિભાગ-2 વિકાસના સિદ્ધાંતો અને તેનાં શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો

- એકમ-5 મનોવૈજ્ઞાનિક વિકાસ - એરિક્સન
- એકમ-6 બોધાત્મક વિકાસ - પિયાજે
- એકમ-7 માનવતાવાદી સિદ્ધાંત - મેસ્લો અને રોજર્સ
- એકમ-8 પંચકોશ વિકાસ

### વિભાગ-3 અધ્યેતાનું સંપોષણ

- એકમ-9 ભાવાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-10 બોધાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-11 મનોશારીરિક કે ચેષ્ટાત્મક ક્ષેત્ર
- એકમ-12 અનન્યતાનું સંપોષણ

### વિભાગ-4 અધ્યેતાનો વ્યક્તિત્વ વિકાસ

- એકમ-13 વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતો અને યુગનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત
- એકમ-14 સ્વનો વિકાસ: રોજર્સનો સ્વ-સિદ્ધાંત અને મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકકરણનો સિદ્ધાંત
- એકમ-15 ઓલપોર્ટનો ગુણ-લક્ષણલક્ષી સિદ્ધાંત
- એકમ-16 ફોઈડનો વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંત

## દૂરવર્તી અધ્યયનમાં સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રીની ભૂમિકા

દૂરવર્તી શિક્ષણ પ્રણાલીમાં અસરકારક સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રી અનિવાર્ય છે. આ અભ્યાસ-સામગ્રીના લેખકો, અધ્યાપકો અને વિદ્યાર્થીઓ એકબીજાથી ઘણાં દૂર અને ક્યારેક તો ક્યારેય ન મળી શકે તેવી સ્થિતિમાં હોવાથી આવી અધ્યયન સામગ્રી સુગમ અને અસરકારક હોવી જરૂરી છે. દૂરવર્તી શિક્ષણ માટેની અભ્યાસ-સામગ્રીમાં વિદ્યાર્થીના બૌદ્ધિક ચિંતનને ઉદ્દીપ્ત કરવાની ક્ષમતા તથા આવશ્યક તમામ અધ્યયન પ્રવૃત્તિઓ હોવી જોઈએ. આ સામગ્રી પાઠ્યક્રમના સામાન્ય અને વિશિષ્ટ હેતુઓના અનુસંધાને વિદ્યાર્થીને પર્યાપ્ત માર્ગદર્શન આપવા સક્ષમ હોવી જોઈએ. સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં અભ્યાસક્રમમાં સૂચિત તમામ બાબતોનો સમાવેશ થાય તે જરૂરી છે.

અસરકારક અધ્યયન સિદ્ધ કરવા માટે અનેક પ્રકારના આયોજનનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે; જેનાથી વિદ્યાર્થી જ્ઞાનોપાર્જન કરી શકે. બૌદ્ધિક અને મનોશારીરિક કૌશલ્યો કેળવી શકે અને વર્તન તથા અભિગમમાં આવશ્યક પરિવર્તનો સાધી શકે. આથી જ વિદ્યાર્થીનું મૂલ્યાંકન પણ પાઠ્યસામગ્રીમાં આવરી લેવામાં આવ્યું છે.

દૂરવર્તી શિક્ષણની સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ સામગ્રીમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવેલી શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓનું સ્વરૂપ તે શિક્ષણના જ્ઞાનાત્મક, ભાવાત્મક કે મનોશારીરિક હેતુમાંથી કયા હેતુને સંલગ્ન છે? તેના પર આધારિત છે. આ હેતુઓ ભવિષ્યમાં અનુક્રમે જ્ઞાન, બૌદ્ધિક કૌશલ્યો અને મનોશારીરિક કૌશલ્યોની ઉપલબ્ધિમાં પરિણમે છે. વિદ્યાર્થીએ મેળવેલ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ, ઉપયોગ અને અભિવ્યક્તિ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકાય. વિદ્યાર્થીઓના પૂર્વજ્ઞાનનો અને અનુભવોનો આધાર લઈને રચવામાં આવેલ શિક્ષણ સામગ્રી દ્વારા બૌદ્ધિક કૌશલ્યના હેતુને સિદ્ધ કરી શકાય છે અને તેના દ્વારા નવીન જ્ઞાન પ્રાપ્તિનો માર્ગ પ્રશસ્ત થાય છે.

અભ્યાસ-સામગ્રીમાં સ્વાધ્યાય પ્રોજેક્ટ અને પ્રતિપૂષ્ટિ(Feedback)ના સ્વરૂપે અભ્યાસનું આયોજન જરૂરી છે. શારીરિક કૌશલ્ય સંબંધિત શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓમાં ચિત્રાત્મક રજૂઆત હોવી જોઈએ અને ત્યારબાદ ઉચિત અભ્યાસનું આયોજન હોવું જોઈએ. વર્તન અને અભિગમમાં પરિવર્તન માટે આયોજિત શિક્ષણ પ્રવૃત્તિઓ રસ જન્માવે તેવી તથા આ પરિવર્તન દ્વારા થતાં લાભ અને તેની જરૂરિયાતને પ્રતિબિંબિત કરે તેવી હોવી જોઈએ. ત્યાર પછી નવાં અભિગમોને અપનાવવાની અને તે સંબંધિત પ્રક્રિયાના યોગ્ય અભ્યાસનું ઉચિત આલેખન થવું જોઈએ.

## દૂરવર્તી શિક્ષણની ભૂમિકા.

પ્રત્યક્ષ અધ્યાપનમાં જોવા મળતી પ્રત્યાયનની વિશેષતાઓ; જેવી કે અંતરાલાપ, પૂર્વઅભિસંધાન, યોગ્ય સ્થાને વિરામ, આરોહ-અવરોહ, ભાવ-ભંગીમા, સ્વરભાર વગેરે દૂરવર્તી અધ્યયનમાં ઉપલબ્ધ નથી. આ ઉણપ વિશેષતઃ મુદ્રિત સાહિત્યમાં (લેખિત સાહિત્યમાં) જોવા મળે છે. વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક વચ્ચેના વ્યવહારની આ ખૂટતી કડીને જોડવા માટે જ દૂરવર્તી સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવામાં આવે છે. માટે જ આવી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન વૈકલ્પિક નહીં; પરંતુ અનિવાર્ય છે.

સ્વ-અધ્યયન અભ્યાસ-સામગ્રીને નાના એકમોમાં વિભાજિત કરીને શિક્ષણના ઉત્તમ સાધન તરીકે વિકસાવવાની સંકલ્પના છે. શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓમાં વૈવિધ્ય દ્વારા શિક્ષણના વિવિધ ક્ષેત્રના હેતુઓ સિદ્ધ થાય તેવો પ્રયત્ન કરવાનો છે.

દૂરવર્તી શિક્ષણની સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીનું આયોજન પૂર્વનિશ્ચિત, શૈક્ષણિક નીપજને ધ્યાનમાં લઈને કરવાનું હોવાથી તેના હેતુઓ અને ધ્યેયો નિશ્ચિત હોય છે. વળી અધ્યેતાઓ દૂરસ્થ હોવાથી આ સામગ્રી દ્વારા તેઓ નિશ્ચિત અધ્યયન પ્રવૃત્તિઓમાં સંલગ્ન રહે તેવું આયોજન કરવામાં આવે છે. જેથી અધ્યેતાઓ સંબંધિત સંકલ્પનાઓને બરાબર સમજી શકે. સ્વ-અધ્યયન સામગ્રીમાં સાથે સંકળાયેલ સ્વાધ્યાયો, પ્રાયોગિક કાર્યો, પ્રવૃત્તિઓ અને પ્રકલ્પોનો પણ આ જ હેતુ છે. આ સામગ્રી માટે ઉચિત શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓની ઉદાહરણરૂપ સૂચિ ઘણી મોટી હોઈ શકે. આ સંદર્ભે શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓ વિદ્યાર્થીને અભિપ્રેરિત કરે છે, માર્ગદર્શન આપે છે અને વિદ્યાર્થીની પ્રગતિ અને પ્રદર્શનનું સતત માપન-મૂલ્યાંકન પણ કરે છે.

## વિભાગીય પ્રસ્તાવના (Introduction)

બાળકના ગર્ભધારણથી તેના વ્યક્તિત્વનો વિકાસ શરૂ થઈ જાય છે. બાળકના શારીરિક, માનસિક, સામાજિક, સાંવેગિક વિકાસ અંગે અભ્યાસ આપણે અગાઉના વિભાગોમાં કરી ચૂક્યા છીએ. બાળકના વિકાસનું એક મહત્વનું પાસું તેનું વ્યક્તિત્વ છે. બાળક તેના વ્યક્તિત્વ થકી સમાજમાં પોતાની આગવી ઓળખ ઉભી કરવાનો છે. બાળક પોતાના વ્યક્તિત્વ થકી સમાજ સાથે આંતરક્રિયા કરનાર છે. બાળકના વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં અપાર સંભાવનાઓ રહેલ છે. બાળકનો બૌદ્ધિક વિકાસ તો શિક્ષક અનેક પ્રકારના મૂલ્યાંકનો થકી કરી લશે પરંતુ તેના વ્યક્તિત્વને ઓળખવું પણ એટલું જ જરૂરી છે. બાળકનું વ્યક્તિત્વ કઈ દિશામાં આગળ વધી રું છે તે જાણવું ખૂબ આવશ્યક છે. વ્યક્તિત્વ એ જટિલ બાબત હોવાથી તેના અભ્યાસ માટે વ્યક્તિત્વના કેટલાક પાયાના સિદ્ધાંતોનો અભ્યાસ જરૂરી છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોના સ્વપ અને કેટલાક અગત્યના સિદ્ધાંતોની ચર્ચા આ વિભાગના ચાર એકમોમાં કરેલ છે.

એકમ – ૧૩ માં પસંદગીના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતોનો અભ્યાસ શ કરતાં અગાઉ વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની વિભાવના અને સ્વપનો ખ્યાલ સ્પષ્ટ કરવામાં આવ્યો છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની પોતાની કેટલીક જરૂરીયાતો હોય છે. આ જરૂરીયાતોની ચર્ચા પણ અંતે કરવામાં આવેલ છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોનું વર્ગીકરણ અને તેની મર્યાદાઓ પણ સ્પષ્ટ કરવામાં આવેલ છે. આ એકમમાં વ્યક્તિત્વના એક ખૂબ મહત્વના સિદ્ધાંત એવા યુંગના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતની ચર્ચા કરવામાં આવેલ છે. યુંગનું પ્રદાન વ્યક્તિત્વની સમજ વિકાસ કરવામાં અનન્ય છે. ધ્રુવીયતા, સમશક્તિતા, સમવિતરણ જેવા પાયાના ખ્યાલો વ્યક્તિત્વની એક અલગ જ સમજ વિકસાવે છે. યુંગે આપેલ વ્યક્તિત્વના લક્ષણો શિક્ષક તરીકે બાળકના વ્યક્તિત્વને અને સમાજની વિભિન્ન પ્રક્રિયાઓને સમજવામાં મદદ કરે છે. યુંગે આપેલ વ્યક્તિત્વની કેટલીક પ્રક્રિયાઓ સમાજજીવનના વિવિધ ખ્યાલો જેવા કે લગ્ન, વિનોદવૃત્તિ, અસામાજિકતા વગેરેને સ્પષ્ટ કરે છે. આ સિદ્ધાંતનો અભ્યાસ શિક્ષકને બાળકના વ્યક્તિત્વને વિશાળ ફલક પર જોવાની તક પૂરી પાડશે.

એકમ – ૧૪ માં બાળકના સ્વ-વિકાસમાં વ્યક્તિત્વના ફાળા અંગેના મહત્વના બે વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતોની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. ભારતીય સંસ્કૃતિમાં પોતાની જાતને ઓળખવા પર વિશેષ ભાર મૂકવામાં આવે છે. બાળક પોતે પોતાની જાત અંગે સભાન થાય તે માટે શિક્ષકપક્ષે સ્વની ઓળખ માટેના સિદ્ધાંતોની સમજ હોવી આવશ્યક છે. રોજર્સનો સ્વ-સિદ્ધાંત અને મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકરણનો સિદ્ધાંત શિક્ષકપક્ષે આ સમજના વિકાસમાં ફાળો આપી શકે તેમ છે. વર્ગખંડમાં એવી કઈ પ્રક્રિયાઓ કે અનુભવો પૂરા પાડવાની જરૂર છે કે જેના દ્વારા બાળક પોતાના સ્વથી પરિચિત થાય? રોજર્સનો સિદ્ધાંત વાતાવરણની ભૂમિકા અને સાચા માર્ગની પસંદગીની વાત કરે છે, તેમજ વ્યક્તિત્વ વિકાસના વિવિધ ખ્યાલો પણ સ્પષ્ટ કરે છે જ્યારે મેસ્લો વ્યક્તિની મૂળભૂત જરૂરીયાતોની વાત કરે છે. સૌથી પ્રાથમિક કક્ષાથી ઉચ્ચ કક્ષા સુધીની જરૂરીયાતો મેસ્લો સ્પષ્ટ કરે છે. આ સિદ્ધાંત શિક્ષકને બાળકની જરૂરીયાતોની પૂર્તિ થકી વ્યક્તિત્વ વિકાસ તરફ આગળ વધવામાં મદદપ થશે. સ્વ-વાસ્તવિકરણની કક્ષા સુધી પહોંચવાનો માર્ગ પણ મેસ્લોના સિદ્ધાંત થકી સ્પષ્ટ થાય છે. જરૂરીયાતની કઈ કક્ષામાં શિક્ષક શું કરી શકે તે જાણવામાં પણ આ સિદ્ધાંત મદદપ બને છે.

એકમ – ૧૫ ઓલપોર્ટના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતની ચર્ચા આ પ્રકરણમાં કરવામાં આવે છે. ઓલપોર્ટે આપેલી વ્યક્તિત્વની વ્યાખ્યાનો અભ્યાસ કર્યા વગર વ્યક્તિત્વની વાત અધૂરી રહે છે. ઓલપોર્ટે વ્યક્તિત્વને ગત્યાત્મક મનોશારીરિક તંત્ર તરીકે ઓળખાવેલ. ઓલપોર્ટની વ્યાખ્યાના દરેક પારિભાષિક શબ્દની ચર્ચા આ એકમમાં કરવામાં આવી છે. વ્યક્તિત્વના ગુણલક્ષી અભિગમની વિભાવના, વ્યક્તિત્વ ગુણના લક્ષણો અને તેના પ્રકારો વ્યક્તિત્વને સમજવાનો આધાર પૂરો પાડે છે. વ્યક્તિત્વગુણના લક્ષણો બાળકને ઓળખવામાં મદદપ સાબિત થઈ શકે છે. આ ઉપરાંત પ્રેરણા, અધ્યયન, અહમ, સ્વ-ભાન જેવા પરિબળોની વ્યક્તિત્વ પર થતી અસરની પણ ચર્ચા આ એકમમાં કરવામાં આવી છે.

એકમ – ૧૬ માં વ્યક્તિત્વ તરફ જોવાનો એક અલગ જ દૃષ્ટિકોણ આપનાર સિગ્મન ફ્રોઇડના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતની ચર્ચા કરેલ છે. મનોવિશ્લેષણવાદી તરીકે સિગ્મન ફ્રોઇડનું નામ જગપ્રસિ છે. તેઓએ લીબીડો અને જાતીય લીબીડો જેવી સંકલ્પનાઓ આપેલ છે. ફ્રોઇડે વ્યક્તિત્વના બંધારણને તત્વ, અહ્મ અને અધિઅહ્મ તરીકે રજૂ કરી વ્યક્તિને અંદરથી સમજવા માટેની દિશા ખોલી આપી છે. ફ્રોઇડ અહીંથી અટકતાં નથી પરંતુ તેઓએ વ્યક્તિત્વ વિકાસના સોપાનો આપી વ્યક્તિત્વ વિકાસને તબક્કાવાર સમજવાની તક પૂરી પાડી છે. શિક્ષક તરીકે બાળકના મનોવિશ્વને સમજવામાં ફ્રોઇડનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત ખૂબ મહત્વનો છે. ફ્રોઇડના વ્યક્તિત્વને અસર કરતાં પરિબળો જેવા કે માનસ, ઓડિપસ ગ્રંથિ, ઈલેક્ટ્રા ગ્રંથિ તેમજ ભાંડુ વૈમનસ્યની વાત પણ અંતે રજૂ કરવામાં આવી છે. વ્યક્તિત્વ વિકાસના સિદ્ધાંતોનો અભ્યાસ શિક્ષકને એક એવું ભાથું પૂરું પાડશે કે તેના થકી તે બાળકના વ્યક્તિત્વ નિર્માણમાં પોતાની ભૂમિકા સ્પષ્ટ રીતે સમજી શકશે.





- 13.1 પ્રસ્તાવના
- 13.2 ઉદ્દેશો
- 13.3 વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતો
  - 13.3.1 વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની વિભાવના અને સ્વરૂપ
  - 13.3.2 વ્યક્તિત્વ-અભ્યાસના અભિગમો
  - 13.3.3 વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતની જરૂરીયાતો
  - 13.3.4 વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતોનું વર્ગીકરણ
  - 13.3.5 વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતોની મર્યાદાઓ
- 13.4 યુંગનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત અને તેની મૂળભૂત સંકલ્પનાઓ
  - 13.4.1 ધ્રુવીયતા
  - 13.4.2 સમશક્તિતા
  - 13.4.3 સમવિતરણ
- 13.5 યુંગે આપેલ વ્યક્તિત્વ-લક્ષણોના સ્પષ્ટીકરણો
  - 13.5.1 કારણસંબંધ – હેતુલક્ષીતા
  - 13.5.2 ઉદાત્તીકરણ - દમન
  - 13.5.3 સ્નેહાતત્ત્વ – પૌરુષતત્ત્વ
  - 13.5.4 જૈવીય – સંસ્કૃતિજન્ય જરૂરિયાત
  - 13.5.5 શારીરિક ઊર્જા – મન: ઊર્જા
  - 13.5.6 શ્રેષ્ઠતાસૂચક – હીનતાસૂચક કાર્યો
  - 13.5.7 સબોધ – અબોધ માનસિક ક્રિયાઓ
  - 13.5.8 વ્યક્તિગત – સામૂહિક અબોધ માનસિક ક્રિયાઓ
  - 13.5.9 પ્રગતિ – પરાગતિ
  - 13.5.10 આંતરમુખિતા – બહિર્મુખિતા
- 13.6 યુંગના મતે વ્યક્તિત્વ પ્રક્રિયાઓ
  - 13.6.1 લગ્ન
  - 13.6.2 આદિપ્રતિમાઓ
  - 13.6.3 આત્મહત્યા
  - 13.6.4 વિનોદવૃત્તિ
  - 13.6.5 અસામાજિક વર્તન
  - 13.6.6 પારલૌકિકતા - અલૌકિકતા
  - 13.6.7 મંદ – તીવ્ર મનોવિકૃત્તિ

### 13.7 સારાંશ

### 13.8 સ્વાધ્યાય

### 13.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી

### 13.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

#### 13.1 પ્રસ્તાવના

મનોવિજ્ઞાનના અભ્યાસી માટે વ્યક્તિત્વ મા+ આવશ્યક જ નહિ અનિવાર્ય એવું અભ્યાસક્ષે+ છે. મનોવિજ્ઞાનમાં સમાવિષ્ટ થતાં અન્ય વિષયો પૈકી વ્યક્તિત્વના અભ્યાસને અગ્રીમતા આપવામાં આવે છે. આ માટે અનેક કારણો જવાબદાર છે. મનોવિજ્ઞાનનો અભ્યાસ ન કરતાં લોકો માટે વ્યક્તિત્વનો અભ્યાસ એટલે જ મનોવિજ્ઞાન એવો ખ્યાલ પ્રચલિત છે. તેઓના મતે વ્યક્તિત્વની સમજૂતી, તેની શક્તિઓ, મર્યાદાઓ, વિકાસ વગેરે એટલે મનોવિજ્ઞાન. સંશોધનના સંદર્ભમાં પણ વ્યક્તિત્વએ મનોવિજ્ઞાનને એક વિશાળ ક્ષે+ પૂરું પાડ્યું છે. એકવીસમી સદીમાં કૌટુંબિક, વ્યાવસાયિક, સામાજિક જેવા ક્ષે+માં સમાયોજનનો પ્રશ્ન વિકટ બની રહ્યો છે. આ બાબતો મહદ્ અંશે વ્યક્તિત્વની સમજૂતી સાથે સંકળાયેલ હોય છે. વ્યક્તિત્વમાપનના સાધન તરીકે પણ સંશોધનિકાઓ, પ્રશ્નાવલિઓ, પ્રક્રમણ પદ્ધતિઓ વગેરેનો વિકાસ થયો છે. શાળામાં બાળકનું સમાયોજિત અને સંતુલિત વ્યક્તિત્વ નિર્માણ પામે તે માટે વ્યક્તિત્વ વિકાસના સિદ્ધાંતોનો અભ્યાસ શિક્ષકને દિશાસૂચન પૂરું પાડે છે. ખાસ કરીને શહેરીકરણ, ટેકનોલોજીનો પ્રભાવ, ભૌતિકવાદ વગેરે જેવા પરિબળોની અસર હેઠળ બાળકોએ ભવિષ્યમાં અનેક માનસિક તેમજ શારીરિક પડકારોને પહોંચી વળવા સક્ષમ બનવું પડશે. કયા પ્રકારના વ્યક્તિત્વના વિકાસ માટે કયા સિદ્ધાંતને ઉપયોગમાં લઈ શકાય તે શિક્ષકપક્ષે લાંબા ગાળાનું આયોજન માંગી લે છે. મનોવિજ્ઞાન વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો થકી વ્યક્તિત્વ વિકાસમાં પોતાનો ફાળો આપે છે. આ પ્રકરણમાં વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોનો પ્રાથમિક ખ્યાલ આપ્યા બાદ વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોમાં અગ્ર કહી શકાય એવા યુગના વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતની ચર્ચા કરેલ છે.

#### 13.2 ઉદ્દેશો

આ એકમનાં અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો –

- વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની વિભાવના અને સ્વરૂપ સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોનું વર્ગીકરણ અને મર્યાદાઓ રજૂ કરી શકશો.
- યુગના વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતની મૂળભૂત સંકલ્પનાઓ સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- યુગે આપેલ વ્યક્તિત્વ-લક્ષણોના સ્પષ્ટીકરણો કરી શકશો.
- યુગના મતે વ્યક્તિત્વની પ્રક્રિયાઓ સ્પષ્ટ કરી શકશો.

#### 13.3 વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતો

##### 13.3.1 વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની વિભાવના અને સ્વરૂપ

વ્યક્તિત્વ બહુપરિમાણ ધરાવતી સંકલ્પના છે. મનોવૈજ્ઞાનિકો આજદિન સુધી તેના સ્વરૂપ વિશે એકમત સાધી શક્યા નથી. જુદા-જુદા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ વ્યક્તિત્વના તદ્દન ભિન્ન એવા ખ્યાલો રજૂ કર્યા છે. એ વાત સ્વીકારવી જ રહી કે વ્યક્તિત્વની સંકલ્પના જટિલ છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની સમજ મેળવતાં અગાઉ વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ વ્યક્તિત્વની વ્યાખ્યા સમજી લેવી જરૂરી છે. મનોવિજ્ઞાન વિવિધ વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિઓના ઉપયોગ થકી વૈજ્ઞાનિક રીતે મનોવૈજ્ઞાનિક જ્ઞાનને રજૂ કરવાનો પ્રયત્ન કરેલ છે. સિદ્ધાંત સ્થાપનની પદ્ધતિ મનોવિજ્ઞાનની જુદી-જુદી શાખાઓમાં બહુ પરિવર્તન પામતી નથી. દરેક શાખામાં વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિનું હાર્દ એવી અનાત્મલક્ષીતા કે વસ્તુલક્ષીતાને અનુસરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતમાં વ્યક્તિત્વને કેન્દ્રમાં રાખીને તેના સમગ્ર સ્વરૂપ વિશે, તેના વિકાસ વિશે, તેનાં વિવિધ પાસાંઓ વિશે તથા તેને અસર કરતાં પરિબળો વિશે અભ્યાસ હાથ ધરવામાં આવે છે. તે

વ્યક્તિત્વની સમગ્રલક્ષી અને તલસ્પર્શી સમજૂતી આપવાનો પ્રયત્ન કરે છે. વ્યક્તિત્વ અભ્યાસમાં જોવા મળતા મતભેદ અને વિરોધી વિચારસરણી પાછળ નીચેનાં જેવા કારણો જવાબદાર કહી શકાય.

- વ્યક્તિત્વ અત્યંત જટિલ, વ્યાપક અને વિશાળ છે. તે અનેક પાસાંઓ અને પરિબળોથી પ્રભાવિત થાય છે. અભ્યાસનો વિષય એક જ હોવા છતાં અનેક મતમતાંતરો પ્રવર્તી શકે છે. એક જ વિષયને અનેક દૃષ્ટિબિંદુથી સમજી શકાય છે.
- વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતની રચના દરમિયાન જોવા મળતું પદ્ધતિ વૈવિધ્ય પણ આ મતભેદો પાછળ કારણભૂત છે. મનોવૈજ્ઞાનિકોની પદ્ધતિઓમાં કેટલાક સાહચર્ય પદ્ધતિ, તો કેટલાક અવલોકન પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરે છે તો વળી કેટલાક પ્રયોગ પદ્ધતિ પર ભાર મૂકે છે. કેટલાક પ્રક્ષેપણ પદ્ધતિને તો કેટલાક અંકશાસ્ત્રીય પદ્ધતિને મહત્ત્વ આપે છે. પરિણામે દરેકનો અભિગમ જુદો હોવાથી ભિન્નતા પ્રવર્તે છે.
- વ્યક્તિત્વના અભ્યાસનો મુખ્ય હેતુ તેની સમજૂતી આપવાનો હોવા છતાં પણ તેમાં ભિન્નતા જોવા મળે છે. કેટલાંક સૈદ્ધાંતિક સમજૂતી માટે કાર્ય કરે છે તો કેટલાક વ્યવહારિક ઉપયોગના હેતુ સાથે કાર્ય કરે છે. વળી કેટલાક લોકો મનોપચારના હેતુને કેન્દ્રમાં રાખે છે. પરિણામે વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોમાં ભિન્નતા ઉદ્ભવે છે.

આમ છતાં વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતના લક્ષણો જેવાં કે પુરાવો, ધારણા, ચકાસણી, ભવિષ્યકથન અને નિયંત્રણ જેવા લક્ષણોને મનોવિજ્ઞાન ન્યાય આપવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

### 13.3.2 વ્યક્તિત્વ-અભ્યાસના અભિગમો

વ્યક્તિત્વ વિકાસના અભિગમોને ઓળખવા જરૂરી છે કારણ કે શિક્ષક તરીકે જ્યારે આપણે કોઈ સિદ્ધાંતનો અભ્યાસ અને ઉપયોગનો હેતુ ધરાવીએ છીએ ત્યારે તેના નિર્માણની પ્રક્રિયા અને અભિગમ જાણવો ખૂબ જરૂરી છે. વ્યક્તિત્વના અભ્યાસ માટે મુખ્યત્વે બે પ્રકારના અભિગમો અનુસરવામાં આવે છે - અણુવાદી અભિગમ અને સમષ્ટિવાદી અભિગમ. અણુવાદી અભિગમ કોઈપણ ઘટના કે વિષયના અભ્યાસ માટે તેને શક્ય તેટલા નાના-નાના વિભાગમાં વહેંચવાનો પ્રયત્ન કરે છે. દરેક વિભાગનો સ્વતંત્ર અભ્યાસ કરીને તે સમગ્ર ઘટના કે વિષયની સમજૂતી માટેના પ્રયત્નો કરવામાં આવે છે. જેમ કે, સાયકલને સમજવા માટે તેના વિવિધ ભાગો, તેની ભૂમિકા, તેનું સંકલન, પરસ્પરનો સંબંધ વગેરેનો અભ્યાસ જરૂરી છે. આ અભિગમમાં વ્યક્તિત્વને શિક્ષણ, બુદ્ધિ, સ્મરણ, પ્રત્યક્ષીકરણ, સમાયોજન, સર્જનાત્મકતા, આવેગ, લાગણી, ક્રોધ, પ્રેમ વગેરે જુદા-જુદા ભાગોમાં વહેંચીને તેઓનો સ્વતંત્ર અભ્યાસ કરવામાં આવે છે. આ અભિગમમાં ક્યારેક એવું બને છે કે કોઈ મનોવૈજ્ઞાનિક કોઈ એક પાસાની અસર હેઠળ આવીને તેના અભ્યાસમાં ડૂબી જાય છે ત્યારે અન્ય પાસાઓનો ખ્યાલ અસ્પષ્ટ બને છે. સમષ્ટિવાદી અભિગમમાં કોઈપણ ઘટના કે વિષયનો અભ્યાસ કરવા માટે સૌપ્રથમ તેનું સમગ્રલક્ષી સ્વરૂપ સ્પષ્ટ કરવામાં આવે છે. અહીં ઘટનાને વિભાજિત કરીને તેના સમગ્ર સ્વરૂપ સુધી જવામાં આવતું નથી પરંતુ ઘટનાની એક એક તરીકેની સમજૂતી મેળવ્યા બાદ વિભાગીય સમજૂતી તરફ જવામાં આવે છે. સમગ્રલક્ષી અભિગમ એ દૃષ્ટિએ મહત્ત્વ ધરાવે છે કે કોઈ વ્યક્તિને મા+ એક જ લક્ષણના આધારે સમજાવી શકાય નહિ. ખૂબ ઊંચો બુદ્ધિઆંક હોય તો તે એક મા+ બાબત સમગ્ર વ્યક્તિત્વનું પ્રતિનિધિત્વ કરતું નથી. આ દૃષ્ટિએ વ્યક્તિત્વની સમજૂતીમાં સમષ્ટિવાદ તરફ વધારે ઝોક જોવા મળે છે. શિક્ષક તરીકે આ બાબત ખૂબ ઉપયોગી છે.

### 13.3.3 વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતની જરૂરીયાતો:

વ્યક્તિત્વનું સ્વરૂપ અત્યંત જટિલ છે. તેના અનેક પાસાંઓ પર મનોવૈજ્ઞાનિકો અભ્યાસ કરી ચૂક્યા છે. છતાં તેમાં નવા પરિમાણો સતત ઉમેરાય છે. આવા સંજોગોમાં વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતોને અંતિમ માનીને અટકી ન જતાં સતત તેનો અભ્યાસ જરૂરી છે. એકવીસમી સદીમાં અનેક નવા પરિબળોનું ઉમેરણ થયેલ છે કે જે વ્યક્તિત્વને અસર કરે છે. ફેસબુક પર ઓછી લાઈફ્સ મળે તો પણ લોકો પોતાની સામાજિક સ્વીકૃતિ અંગે ચિંતિત થાય છે. આધુનિક વ્યક્તિત્વ મનોવૈજ્ઞાનિકો વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતમાં નીચેની બાબતોના અભ્યાસને આવશ્યક ગણે છે.

1. **અનુવંશ અને વાતાવરણ :** આધુનિક મનોવૈજ્ઞાનિકોના મતે અનુવંશ અને વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયાના ફળસ્વરૂપે વ્યક્તિત્વ નિર્માણ પામે છે. આથી આ બંનેના અભ્યાસ વગર વ્યક્તિત્વનો અભ્યાસ અધૂરો કહી શકાય. અનુવંશ એટલે માતા-પિતા તરફથી મળતો શારીરિક-માનસિક શક્તિઓનો સુષુપ્ત પુરવઠો. માતા-પિતા તરફથી જે રંગસૂત્રોની જોડ અનુવંશમાં મળે છે તેમાં બાળકની જાતિ, શરીર-બંધારણ, બૌદ્ધિક શક્તિ, શારીરિક-માનસિક ખામીઓ વગેરે નિર્ધારિત થાય છે. અનુવંશની વ્યક્તિત્વ પર થતી અસર નાબૂદ કરવી શક્ય નથી તેમ છતાં આધુનિક ચિકિત્સા વિજ્ઞાન ડીઝાઈનર બેબી પેદા કરવા માટેના પ્રયત્નો કરી રહ્યું છે.

વાતાવરણ એટલે આનુવંશિક શક્તિઓના વિકાસ સાથે સંકળાયેલ પરિબળો. વ્યક્તિત્વ વિકાસમાં વાતાવરણ ખૂબ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. વાતાવરણની કઈ વ્યક્તિ પર કેવી અસર થાય છે તે કહેવું મુશ્કેલ છે. એક જ પ્રકારના વાતાવરણની અલગ-અલગ લોકો પર ભિન્ન અસર થઈ શકે છે. યોગ્ય વાતાવરણ મળે તો અનુવંશમાં મળેલી શક્તિઓનો વિકાસ થઈ શકે છે. અને યોગ્ય વાતાવરણ મળે તો અનુવંશમાં ન મળી હોય તેવી શક્તિઓનો પણ વિકાસ શક્ય બને છે. વ્યક્તિત્વ એ વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયાના પરિપાક રૂપે નિર્માણ પામે છે. શિક્ષક તરીકે અનુવંશનો અંદાજ બાળકના માતા-પિતાની પૃષ્ઠભૂમિના આધારે અંદાજી શકાય છે. આ ઉપરાંત જરૂરી નીપજના સંદર્ભમાં યોગ્ય વાતાવરણનું નિર્માણ કરવાની સૂઝ શિક્ષકે કેળવવી જરૂરી છે. બાળક સમયસર પોતાના કાર્યોને પૂર્ણ કરી સમય વ્યવસ્થાપન કરતાં શીખે તેવું અપેક્ષિત હોય ત્યારે તેને કેવા અનુભવો પૂરા પાડવા, તેની સાથે કેવી ચર્ચા કરવી, સમયનું વ્યવસ્થાપન શી રીતે કરવું, સમય વ્યવસ્થાપનનું મૂલ્યાંકન શી રીતે કરવું વગેરે જેવી બાબતોની ચર્ચા અને વાતાવરણ પૂરું પાડવા અંગે શિક્ષકે વિચારવું જ પડે છે.

2. **વ્યક્તિગત ભિન્નતા :** વ્યક્તિગત ભિન્નતા એ વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની અનિવાર્ય બાબત છે. જો કોઈ એક વાતાવરણ દરેક વ્યક્તિ પર એક જ પ્રકારની અસર જન્માવતું હોય તો ધારી અસરો જન્માવી શકાય છે. પરંતુ આમ થતું નથી. દરેક વ્યક્તિ શારીરિક અને માનસિક રીતે ભિન્નતા ધરાવે છે. જેમ પાંચ આંગળીઓ એકસમાન નથી હોતી તેમ દરેક વ્યક્તિ અનન્યતા ધરાવે છે. આ બાબતનો સ્વીકાર શિક્ષણમાં થવો અનિવાર્ય છે. આપણે સૈદ્ધાંતિક રીતે તો એ સ્વીકારીએ છીએ કે દરેક વ્યક્તિ એકબીજાથી ભિન્ન છે પરંતુ વ્યવહારમાં આપણે આપણા શિક્ષણકાર્યની એકસમાન અસર થાય તેવી અપેક્ષાઓ રાખીએ છીએ. દરેક બાળક એકસમાન બૌદ્ધિક કે શારીરિક વિકાસ પ્રાપ્ત કરે તે અનિવાર્ય નથી. આ બાબતનો સ્વીકાર કરવાથી નબળા બાળકો પ્રત્યે જોવાનો શિક્ષકનો દૈષ્ટિકોણ બદલાઈ શકે છે. તેઓ પણ પ્રેમને પા+ બની શકે છે.

3. **વ્યક્તિત્વ વિકાસને અસર કરતાં પરિબળો :** બાળકના વ્યક્તિત્વ પર ગર્ભાવસ્થાથી અસર જોવા મળે છે. ગર્ભાધાન સંસ્કાર અંગેના ભારતીય ખ્યાલને હવે વૈશ્વિક અનુમોદન મળી રહ્યું છે. વ્યક્તિત્વ વિકાસ પર માનવીય, ભૌતિક પરિબળો ઉપરાંત પરિસ્થિતિ પણ અસર કરે છે. ભૂતકાળના અભ્યાસ દરમિયાન વ્યક્તિત્વ પર અસર કરતાં પરિબળોમાં જે પરિબળોનો સમાવેશ થયો હશે તેમાં આજે અનેક નવા પરિબળોનું ઉમેરણ થયું છે અને ભવિષ્યમાં પણ અનેક નવા પરિબળોનું ઉમેરણ થશે જ. આથી આ બાબતનો સતત અભ્યાસ થતો રહશે. જેમ કે, શિક્ષક તરીકે ભૂતકાળમાં વ્યક્તિત્વ પર મોબાઈલ અસર કરનાર પરિબળ ન હતું જ્યારે આજે તે મુખ્ય પરિબળોમાંનું એક છે.

4. **અસામાન્યતા :** વ્યક્તિત્વમાં સામાન્ય અને અસામાન્ય એમ બંને પ્રકારના વ્યક્તિત્વનો સમાવેશ થાય છે. દરેક વ્યક્તિત્વમાં કેટલીક સામાન્ય બાબતો અને કેટલીક અસામાન્ય બાબતો હોય જ છે. વર્ગમાં પણ સામાન્ય અને અસામાન્ય બાળક હોય છે કે જેઓને આપણે વિશિષ્ટ બાળકો તરીકે ઓળખીએ છીએ. આવા બાળકોમાં રહેલી અસામાન્યતા સ્વીકાર્ય

અને અસ્વીકાર્ય એમ બંને પ્રકારની હોઈ શકે છે. સ્વીકાર્ય અસામાન્યતાનું સંપ્રેષણ થાય તે જોવાની જવાબદારી શિક્ષકની છે.

5. **સમાયોજન :** વ્યક્તિની વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા અનિવાર્ય છે. અનિવાર્યપણે ચાલતી આ આંતરક્રિયાનું એક અગત્યનું પરિબળ સમાયોજન છે. વ્યક્તિ વાતાવરણ સાથે સતત સમાયોજન સાધવાનો પ્રયત્ન કરે છે. સમાયોજનના પ્રયત્નોના પરિણામની વ્યક્તિત્વનિર્માણ પર અસર જોવા મળે છે. વર્ગખંડમાં પણ બાળક સતત સમાયોજન સાધવાનો પ્રયત્ન કરે છે. બાળકના સમાયોજનની પ્રક્રિયાને વધારે સુગમ બની રહે તે માટે શિક્ષકે વર્ગખંડ વાતાવરણને ઊંડાણપૂર્વક સમજવું જરૂરી છે.

### 13.3.4 વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતોનું વર્ગીકરણ

વ્યક્તિત્વ જટિલ છે તેની ચર્ચા આપણે અગાઉ કરી. વ્યક્તિત્વની આ જટિલતા વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોમાં જોવા મળતાં વૈવિધ્ય માટે જવાબદાર છે. વ્યક્તિત્વનો દરેક સિદ્ધાંત કોઈ વિશિષ્ટ પાસાને સ્પષ્ટ કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. અભ્યાસ વસ્તુ, વાતાવરણ, અભિગમ તેમજ પદ્ધતિ બદલાય તેમ વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોનું સ્વરૂપ પણ બદલાય છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોનું વર્ગીકરણ શિક્ષક તરીકે આપણને વ્યક્તિત્વના વિવિધ પરિમાણો જાણવાની તક આપે છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની મુખ્ય ધારાઓ બાળકના વ્યક્તિત્વને જોવાની અને ઘડવાની આંતરિક સૂઝનો વિકાસ કરી શકે છે. અસ્તિત્વમાન વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોનું મુખ્યત્વે નીચે મુજબ વર્ગીકરણ કરી શકાય છે.

1. **મનોગત્યાત્મક સિદ્ધાંતો :** આ સિદ્ધાંતો વ્યક્તિના વર્તનના ઉદ્ભવ માટેના પ્રેરક પરિબલોનો અભ્યાસ કરે છે. વ્યક્તિનું વર્તન શા માટે ઉદ્ભવે છે, તેના પ્રેરણો ક્યા છે, પ્રેરણોના પ્રકારો ક્યા છે, તેમની કાર્યપદ્ધતિ કઈ છે, તેની વ્યક્તિત્વ પર શી અસર થાય છે વગેરે પ્રશ્નોને અંતે મહત્ત્વ આપવામાં આવે છે. આ વર્ગના વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતોમાં મોટેભાગે મનોવિશ્લેષણવાદી મનોવૈજ્ઞાનિકો જેવા કે ફ્રોઈડ, યુંગ, એડલર, મરે વગેરેના સિદ્ધાંતોનો સમાવેશ કરી શકાય.
2. **વ્યક્તિગુણકેન્દ્રિ સિદ્ધાંતો :** આ પ્રકારના સિદ્ધાંતોમાં વ્યક્તિત્વના લક્ષણોની સમજૂતી પર વધારે ભાર મૂકવામાં આવે છે. વ્યક્તિત્વના શારીરિક, માનસિક, સામાજિક, સાંવેગિક વગેરે જેવા લક્ષણોનો વૈજ્ઞાનિક રીતે અભ્યાસ કરીને તેની વ્યવસ્થિત રજૂઆત કરવામાં આવે છે. આ પ્રકારના સિદ્ધાંતો વ્યક્તિના વર્તન પાછળના પ્રેરક પરિબલોના અભ્યાસમાં ઊંડા ઉતરતા નથી. તેઓ વર્તનની સમજૂતી પર ભાર મૂકે છે. ઓલપોર્ટ, આઈઝેન્ક, કેટલ, મેરેનો વગેરેના સિદ્ધાંતો વર્ણનલક્ષી સિદ્ધાંતો છે. વ્યક્તિત્વના અભ્યાસમાં અંકશાસ્ત્રીય પદ્ધતિઓનો વિનિયોગ આ પ્રકારના અભ્યાસને આભારી છે.
3. **સામાજિક વર્તનકેન્દ્રી સિદ્ધાંતો :** પ્રાયોગિક મનોવિજ્ઞાનના સહયોગથી રચાતા સિદ્ધાંતોનો અંતે સમાવેશ કરવામાં આવે છે. વર્તનવાદી વિચારસરણી અંતર્ગત પાવલોવના ઉદ્દીપક-પ્રતિચાર સિદ્ધાંતને વિકસાવીને વ્યક્તિત્વના સંદર્ભમાં અંતે રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. વ્યક્તિત્વને શિક્ષણના પરિપાકરૂપે સ્વીકારવામાં આવે છે. આ પ્રકારના સિદ્ધાંતો વ્યક્તિત્વના વર્ણનલક્ષી સિદ્ધાંતો છે. સ્કીનરના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતનો સમાવેશ આ વર્ગમાં કરી શકાય છે.
4. **અસ્તિત્વવાદી સિદ્ધાંતો :** કોઈ લક્ષણ વ્યક્તિમાં વાસ્તવમાં અસ્તિત્વ ધરાવતું હોવા છતાં જો તે લક્ષણનો વ્યક્તિ સ્વીકાર ન કરે તો હાજર લક્ષણનો કોઈ અર્થ રહેતો નથી. આથી વિરુદ્ધ, કોઈ લક્ષણ વ્યક્તિમાં વાસ્તવિક રીતે હાજર ન હોવા છતાં તે હાજર છે એમ વ્યક્તિ માનતી હોય તો તેની અસર તેના વર્તન પર થયા વિના રહેતી નથી. આ પ્રકારની હકીકતને ધ્યાનમાં રાખનાર સિદ્ધાંતો અસ્તિત્વવાદી સિદ્ધાંતો કહી શકાય. અંતે વ્યક્તિની માન્યતાઓનું મહત્ત્વ રહેલું છે. વ્યક્તિ પોતાના જે લક્ષણોનો સ્વીકાર કરે તે તેને માટે સાચાં છે જ્યારે લક્ષણો વાસ્તવમાં હોવા છતાં અસ્વીકાર કરે તે તેને માટે અવાસ્તવિક છે. મેસ્લો, રોજર્સ, ગોલ્ડસ્ટીન વગેરેના વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતોનો આમાં સમાવેશ કરી શકાય છે.

5. **શારીરિકબંધારણકેન્દ્રી સિદ્ધાંતો :** આ પણ વર્ણનાત્મક પ્રકારના સિદ્ધાંતો છે. અહીં વ્યક્તિના શારીરિક-જૈવીય પરિબળોને આધારે વ્યક્તિત્વને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. જેમ કે, સ્વભાવ અને શારીરિક બંધારણ વચ્ચેના સહસંબંધના અભ્યાસના આધારે વ્યક્તિત્વની સમજૂતી આપવી. અહીં શારીરિક બંધારણમાં થતા ફેરફારની વ્યક્તિત્વ પર થતી અસરો તેમજ વ્યક્તિત્વની શારીરિક બંધારણ પર થતી અસરોનો અભ્યાસ કરવામાં આવે છે. શેલ્ડનના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતને આ વર્ગમાં સમાવી શકાય છે.
6. **સામાજિક-સાંસ્કૃતિક અભિગમ ધરાવતાં સિદ્ધાંતો :** આ પ્રકારના સિદ્ધાંતોમાં બે લક્ષણો સહઅસ્તિત્વ ધરાવે છે. એક બાજુ વ્યક્તિત્વના પ્રેરક પરિબળના પાસાંને મહત્વ અપાય છે, તો બીજી બાજુ તેની સમજૂતી માત્રને જ પૂરતી ગણવામાં આવતી નથી, પરંતુ તેની સમજૂતીમાં વ્યક્તિના સામાજિક સાંસ્કૃતિક વાતાવરણને પણ મહત્વ આપવામાં આવે છે. કોઈ વ્યક્તિના વર્તન પાછળ કેટલાંક પ્રેરક પરિબળો હોય છે. આ પરિબળોમાં મા+ વ્યક્તિનો જ સમાવેશ કરવામાં આવતો નથી પરંતુ તેઓના સામાજિક-સાંસ્કૃતિક વાતાવરણને પણ ધ્યાન પર લેવામાં આવે છે. ફ્રોઈડ, એડલર અને યુંગે પોતાના સિદ્ધાંતોમાં સામાજિક-સાંસ્કૃતિક વાતાવરણને ધ્યાન પર લીધેલ નથી. હોર્ની, સલ્લીવાન, એરિક્સન વગેરેના સિદ્ધાંતોનો સમાવેશ આ વર્ગમાં કરી શકાય છે.

વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોના વર્ગીકરણને આધારે જોઈ શકાય છે કે તેમાં ઘણી ભિન્નતા રહેલી છે. દરેક વર્ગ વ્યક્તિત્વના કોઈ વિશિષ્ટ પાસાંને ધ્યાનમાં રાખીને વ્યક્તિત્વનું સ્પષ્ટીકરણ કરે છે. શિક્ષક તરીકે આ સિદ્ધાંતો પાછળ રહેલા મૂળભૂત પરિબળને જાણવાથી બાળકના વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં ભૂમિકા ભજવતાં પરિબળોને ઓળખી શકાય છે.

### 13.3.5 વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતોની મર્યાદાઓ

વ્યક્તિત્વના દરેક સિદ્ધાંતની પોતાની આગવી વિશેષતાઓ અને મર્યાદાઓ હોય છે. અહીં કોઈ સિદ્ધાંત વિશેષને ધ્યાનમાં રાખીને મર્યાદાઓની ચર્ચા કરેલ નથી. અહીં રજૂ કરેલ મર્યાદાઓ વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોના અભ્યાસક્ષે+ની પોતાની મર્યાદાઓ છે.

1. **મર્યાદિત ભવિષ્યકથન શક્તિ :** વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતમાં વ્યક્તિત્વનું સ્વરૂપ, તેનું બંધારણ, તેનો ઉદ્ભવ, પ્રક્રિયા, વિશેષતાઓ વગેરેનો સમાવેશ કરવામાં આવતો હોવા છતાં તેના આધારે વ્યક્તિના વર્તન અંગેનું ચોકકસ ભવિષ્યકથન કરવું સંભવ નથી. કોઈ ચોકકસ અવલોકનના પરિણામોના આધારે ભવિષ્યમાં પણ તે જ પરિણામો મળશે તેમ કહી શકાતું નથી. આ જ કારણોસર મનોવૈજ્ઞાનિકો પોતાના સિદ્ધાંતોના આધારે કોઈ વ્યાપક ભવિષ્યકથન કરવાનું ટાળે છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો ‘જો...તો’ ના સ્વરૂપના હોય છે. ભૌતિક સિદ્ધાંતોમાં રહેલ ભવિષ્યકથન જેટલી ખાતરી અ+ આપી શકાતી નથી.
2. **વર્ણનાત્મક દૃષ્ટિબિંદુ :** વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો વિકાસાત્મક તબક્કામાં હોઈ તેઓ વર્ણનાત્મક બાબતો પર વધારે ભાર મૂકે છે. તેઓ વ્યક્તિત્વમાં જોવા મળતાં વૈવિધ્ય અંગેના કારણો શોધી કાર્યકારણાત્મક સમજૂતી આપી શકતા નથી. વ્યક્તિત્વના દરેક પાસાંઓ પર પૂરતા પ્રમાણમાં સંશોધનો ન થાય ત્યાં સુધી આ સિદ્ધાંતો વર્ણનાત્મક તબક્કામાં જ રહેશે.
3. **વ્યક્તિત્વની જટિલતા :** અગાઉ આપણે જોઈ ગયા કે વ્યક્તિત્વના અભ્યાસનું ક્ષે+ જટિલ છે. જીવશાસ્ત્ર, શરીરશાસ્ત્ર, રસાયણશાસ્ત્ર, જીવ-રસાયણશાસ્ત્ર, તબીબીશાસ્ત્ર, અનુવંશશાસ્ત્ર, વાતાવરણ, સમાજ, સંસ્કૃતિ, પરિસ્થિતિ વગેરે બાબતોની ભિન્ન-ભિન્ન અસરો વ્યક્તિત્વ પર જોવા મળે છે. ત્યારે વ્યક્તિત્વ પાછળ કોઈ ચોકકસ કારણ જ જવાબદાર છે તેમ કહેવું મુશ્કેલ છે. તેના આધારે મનોવૈજ્ઞાનિકોને ભવિષ્યકથન કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવાય છે.

4. **વ્યક્તિગત અર્થઘટનમાં પડતી મુશ્કેલીઓ :** વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો કોઈ એક વ્યક્તિવિશેષ માટે નહીં પરંતુ સમૂહને ધ્યાનમાં રાખીને રચવામાં આવે છે. તે સમૂહના સંદર્ભમાં કરેલા સામાન્યીકરણો છે. તેના આધારે કોઈ ચોક્કસ વ્યક્તિના વર્તનને સમજાવવા માટે તેમાં થોડી બાંધછોડ કરવી પડે છે. કોઈ એક વ્યક્તિ માટે વ્યક્તિત્વનો સિદ્ધાંતો કોઈ એક પરિણામ આપતો હોય તો કોઈ અન્ય વ્યક્તિ માટે તે અલગ પરિણામ પણ આપી શકે છે.
5. **સિદ્ધાંત સ્થાપકતા વ્યક્તિગત અનુભવ તથા દૈષ્ટિબિંદુની અસર :** વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતની આ મુખ્ય મર્યાદા કહી શકાય. દરેક મનોવૈજ્ઞાનિક પોતાના વ્યક્તિગત અનુભવોના આધારે પોતાના સિદ્ધાંતને પ્રસ્થાપિત કરે છે. વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતમાં જોવા મળતી ભિન્નતા વ્યક્તિત્વના સમગ્રલક્ષી ખ્યાલના વિકાસમાં અવરોધ બને છે. ક્યારેક કોઈ સિદ્ધાંત અન્ય સિદ્ધાંતથી તદ્દન વિરોધી લાગે છે. સિદ્ધાંતની સમજ મેળવતાં પહેલા તેના પ્રણેતા અને તેઓની મુખ્ય અવધારણાઓથી પરિચિત થવું અનિવાર્ય છે.

**તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 1 નીચેના વિધાનો પૈકી સાચા વિધાન સામે ‘✓’ ની નિશાની અને ખોટા વિધાન સામે ‘x’ ની નિશાની કરો.**

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| 1. વ્યક્તિના અભ્યાસ માટે સમષ્ટીવાદી અભિગમ અનિવાર્ય છે.                  | <input type="checkbox"/> |
| 2. વ્યક્તિત્વ વિકાસ અનુવંશ પર નહિ પરંતુ વાતાવરણ પર આધારિત છે.           | <input type="checkbox"/> |
| 3. સમાયોજન એ સતત ચાલતી પ્રક્રિયા છે.                                    | <input type="checkbox"/> |
| 4. સમાન અનુભવો સમાન વ્યક્તિત્વનું નિર્માણ કરે છે.                       | <input type="checkbox"/> |
| 5. મનોગત્યાત્મક સિદ્ધાંતો વર્તનના પ્રેરણ પર ભાર મૂકે છે.                | <input type="checkbox"/> |
| 6. વ્યક્તિએ સ્વીકારેલા લક્ષણો જ તેના સાચા લક્ષણો હોય છે.                | <input type="checkbox"/> |
| 7. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોના આધારે વ્યક્તિના વર્તનની સચોટ આગાહી શક્ય છે. | <input type="checkbox"/> |

### 13.4 યુંગનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત અને તેની મૂળભૂત સંકલ્પનાઓ

યુંગે તેઓના વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતમાં વંશગત કે સામૂહિક અબોધ માનસનો એક નવો અને આગવો ખ્યાલ વિકસાવેલ હતો. યુંગના વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતની સમજૂતી માટે તેનો આ ખ્યાલ સમજવો થવો જરૂરી છે. સામૂહિક અબોધ માનસ એટલે વ્યક્તિને તેના અનુવંશમાં મળતું માનસ. આ અબોધ માનસ પોતાના સમૂહ કે જાતિની અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે લગભગ સરખું અનુભવાય છે. એટલે કે તે સમૂહ માનસનો છેદગણ છે. તેના ઉદ્ભવમાં જન્મ પછીના આવેગોનો જ નહિ પરંતુ વ્યક્તિના અનુવંશનો પણ ફાળો રહેલ હોય છે. યુંગના મતે પ્રત્યક્ષ જ્ઞાન, ધ્યાન, સ્મૃતિ, શિક્ષણ વગેરે સામાન્ય છે તેવી જ રીતે અબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓ પણ દરેક વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વમાં સામાન્ય છે. જન્મ સમયે વ્યક્તિ સબોધ અને અબોધ માનસ વિકાસ માટેની સુષુપ્ત શક્તિઓ ધરાવતી હોય છે. આ સંદર્ભમાં યુંગના વ્યક્તિત્વ-સિદ્ધાંતના કેટલાક પાયાના ખ્યાલ નીચે દર્શાવેલ છે.

#### 13.4.1 ધ્રુવીયતા:

ધ્રુવીયતા મા+ ચેતન જગતમાં જ નહિ પરંતુ અચેતન જગતમાં પણ અસ્તિત્વ ધરાવે છે. ધ્રુવીયતા એટલે કોઈપણ ક્ષે+માં પ્રવર્તતી એક પ્રકારની પરિસ્થિતિ કરતાં વિરોધી પરિસ્થિતિનું તત્ત્વ. જેમ કે, કુદરતમાં લાવારસથી ભરપૂર જવાળામુખી તો બીજી તરફ બરફ જોવા મળે છે. યુંગના મતે માનસિક સ્તરે પણ આ પ્રકારની ધ્રુવીયતા જોવા મળે છે. આ પ્રક્રિયા વ્યક્તિગત અને સામૂહિક એમ બે રીતે સમજી શકાય છે. વ્યક્તિ ક્યારેક આનંદમાં અને ક્યારેક શોકમાં હોય તે વ્યક્તિગત ધ્રુવીયતા દર્શાવે છે. વ્યક્તિમાં કોઈએક અનુભૂતિ કે લાગણીનો અનુભવ લાંબો સમય ચાલતો નથી. બંને અનુભવ વાસ્તવિક છે. ધ્રુવીયતા સામૂહિક કક્ષાએ પણ જોઈ શકાય છે. દરેક સમાજ અને સંસ્કૃતિમાં પરસ્પર વિરોધી વ્યક્તિ-લક્ષણો ધરાવતા લોકો હોય છે. યુંગ અહીં આંતરમુખી અને બહિર્મુખી વ્યક્તિત્વના ખ્યાલના આધારને સમર્થન આપે છે. શિક્ષક તરીકે બાળકમાં જોવા મળતી ધ્રુવીયતા એ સામાન્ય



બાબત છે. બાળક હંમેશા શીખવા માટે તત્પરતા દર્શાવે જ તે જરૂરી નથી. આ જ રીતે શિક્ષક તરીકે શીખવવા માટેની એકસમાન ધગશ હરહંમેશ હોય તેવું અનિવાર્ય નથી. આવા સંજોગોમાં પરિસ્થિતિની જરૂરીયાત અનુસાર પોતાની ધ્રુવીયતામાં હેતુપૂર્વક સભાન ફેરફાર કરવાનો પ્રયત્ન કરી શકાય છે.

### 13.4.2 સમશક્તિતા

સમશક્તિના ખ્યાલમાં યુગ ભૌતિકવિજ્ઞાનના એક સિદ્ધાંતને આધારે માનસિક ઘટનાની સમજૂતી આપવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેઓના મતે સમશક્તિતા એટલે વ્યક્તિત્વની ભિન્ન-ભિન્ન પ્રક્રિયાઓમાં વ્યક્તિત્વની મૂળભૂત શક્તિઓનું સરખે ભાગે વહેંચાવું. આ બાબતને જરા વધારે સ્પષ્ટ કરવાની જરૂર છે. યુગના મતે વ્યક્તિત્વમાં રહેલ મૂળભૂત શક્તિનો વ્યક્તિ જુદી-જુદી પ્રક્રિયાઓમાં ઉપયોગ કરતી હોય છે. આમ કરવાથી શક્તિના મૂળ પ્રમાણમાં કોઈ ઘટાડો થતો નથી, તેનું પ્રમાણ એકસમાન જ રહે છે. દરેક પ્રક્રિયા મૂળ શક્તિનો જરૂર પ્રમાણે ઉપયોગ કરે છે. મા+ પ્રક્રિયાના સ્વરૂપ અનુસાર મૂળભૂત શક્તિ કાં તો ભૌતિક અથવા માનસિક સ્વરૂપે વ્યક્ત થાય છે. જરૂરીયાત પ્રમાણે મૂળભૂત શક્તિનું સ્વરૂપ બદલાય છે. આમ માનસિક અને ભૌતિક શક્તિ એક મૂળભૂત શક્તિની અભિવ્યક્તિ છે. આ બાબતને યુગ ઉદાહરણ આપતા સમજાવે છે કે, બરફનું પાણીમાં રૂપાંતર થતાં તેના જથ્થામાં કોઈ ફેર પડતો નથી, મા+ તેનું સ્વરૂપ બદલાય છે. તેવી જ રીતે કોઈ વ્યક્તિની શારીરિક જરૂરીયાત પૂરી થતા માનસિક જરૂરીયાત ઉત્પન્ન થાય છે. બંને જરૂરીયાતમાં મૂળભૂત શક્તિ એક જ સરખી વપરાય છે. વ્યક્તિમાં શારીરિક માનસિક સંતુલિતતા ખોરવાય ત્યારે તે સમતુલનની પક્રિયા કરે છે. અસમતુલન નિવારવા વ્યક્તિ ક્રિયાશીલ બને છે અને આ ક્રિયાશીલતા જ વ્યક્તિત્વ વિકાસ સંભવ બનાવે છે. માનસિક સમતુલન, વિઘટન અને પુનઃસ્થાપન એ સતત ચાલતી પ્રક્રિયા છે.

### 13.4.3 સમવિતરણ

આ ખ્યાલ પણ યુગે ભૌતિક વિજ્ઞાનમાંથી લીધેલ છે. સમવિતરણ એટલે કોઈપણ એક શક્તિનું જુદા જુદા વિભાગમાં એક જ સરખા પ્રમાણમાં વિતરણ. આ ખ્યાલ મુજબ જ્યારે કોઈપણ પદાર્થને ગરમ કરવામાં આવે છે ત્યારે તેની ગરમી સમગ્ર પદાર્થમાં એકસમાન રીતે વહેંચાઈ જાય છે અને છેવટે પદાર્થમાં ગરમીની દૃષ્ટિએ અસમાનતા રહેતી નથી. આ જ રીતે પાણીની બે ટાંકીને નીચેથી જોડતાં તેમાં રહેલ પાણી બંનેમાં સમાન રીતે વહેંચાઈ જાય છે. આ જ આધારે યુગે એવી કલ્પના કરી કે વ્યક્તિમાં જ્યારે કોઈપણ એક પરિબળ જ્યારે તેની અત્યંત તીવ્ર કક્ષાએ અસ્તિત્વ ધરાવે છે ત્યારે વ્યક્તિત્વનાં બીજા પરિબળો પણ તેટલી જ તીવ્રતા ધરાવે છે અથવા તે તીવ્રતાએ પહોંચવાનો પ્રયત્ન કરે છે. સામાજિક સંબંધોમાં યુગ આ બાબતને વધારે સ્પષ્ટ કરે છે. સાથે રહેતી બે વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વની અસર ધીમે ધીમે એકબીજા પર થવા લાગે છે અને લાંબગાળે બંને એકબીજાની પ્રતિકૃતિ જેવી બનેલી જોવા મળે છે. સમવિતરણ વ્યક્તિની આંતરિક બાબતો પૂરતું જ મર્યાદિત ન રહેતા સામાજિક આંતરક્રિયા સુધી વિસ્તરેલ જોવા મળે છે.

તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 2 નીચેના જોડકા જોડો.

ક્રમ	યુગના વ્યક્તિત્વના ખ્યાલની મૂળભૂત સંકલ્પનાઓ	ક્રમ	ઉદાહરણ
1	ધ્રુવીયતા	a	શક્તિના મૂળ પ્રમાણમાં ઘટાડો થતો નથી.
2	સમશક્તિતા	b	શક્તિનું જુદા-જુદા વિભાગમાં સરખે ભાગે વહેંચાવવું
3	સમવિતરણ	c	પ્રેમ અને ધૃણા

## 13.5 યુગે આપેલ વ્યક્તિત્વ-લક્ષણોના સ્પષ્ટીકરણો

### 13.5.1 કારણસંબંધ – હેતુલક્ષીતા

કારણસંબંધ પરિબળ વ્યક્તિના વર્તનને સમજાવે છે. જેમ કે, કોઈ વ્યક્તિ ભૂખ કે તરસના કારણે કોઈ

કાર્ય કરે છે ત્યારે તે કારણસંબંધ ધરાવે છે. આ પ્રકારના વર્તન માટે વ્યક્તિત્વના આંતરિક પરિબળો જવાબદાર હોય છે. હેતુલક્ષીતાના પરિબળમાં વ્યક્તિના વર્તનનું કારણ આંતરિક જરૂરીયાત નહિ પરંતુ કોઈ ધ્યેય કે હેતુની પ્રાપ્તિ હોય છે. જેમ કે, સામાજિક પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત કરવી. કોઈપણ વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વ વિકાસનો આધાર આ બંને પરિબળોના સંતુલન પર રહેલ છે. શારીરિક જરૂરીયાતો કારણલક્ષી પ્રવૃત્તિઓને જન્મ આપે છે અને તેના પર દબાણ આવતા હેતુલક્ષી પ્રવૃત્તિઓ અવરોધાય છે. આમ, બંને વચ્ચેનું સંતુલન આવશ્યક છે. મેસ્લોની જરૂરીયાતોનો આધાર પણ આ બાબત પર રહેલ છે. જ્યારે શિક્ષક કોઈ હેતુલક્ષી જરૂરીયાત પૂર્ણ કરવા માંગતા હોય ત્યારે કારણલક્ષી જરૂરીયાતોની પૂર્તિ થયેલ હોય તે અનિવાર્ય છે.

### 13.5.2 ઉદાત્તીકરણ - દમન

ઉદાત્તીકરણ એટલે કોઈપણ જરૂરીયાત વાસ્તવિક રીતે સંતોષવી શક્ય ન હોય ત્યારે તેના ભૌતિક સ્વરૂપને માનસિક સ્વરૂપ આપીને વધારે ઉચ્ચ કક્ષાએ સંતોષવાનો પ્રયત્ન કરવો. ભૌતિક પ્રવૃત્તિમાં આવેલ અવરોધને વ્યક્તિ માનસિક પ્રવૃત્તિ તરફ વાળવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આ પ્રક્રિયાને ઉદાત્તીકરણ કહી શકાય. જેમ કે, લડવા-ઝઘડવાની ભૌતિક પ્રવૃત્તિમાં સામાજિક અવરોધ અનુભવાય ત્યારે વ્યક્તિ સાહસ કથાઓ, યુદ્ધ કથાઓ લખીને તેને અભિવ્યક્ત કરે છે. સમાજમાં ચાલતી અવ્યવસ્થા અંગે ભૌતિક સ્વરૂપે કંઈ કરવા અસમર્થ કવિ પોતાની કવિતાઓ દ્વારા તેને અભિવ્યક્ત કરે છે. દમન એ ઉદાત્તીકરણથી વિરોધી પ્રક્રિયા છે. જ્યારે સામાજિક અને નૈતિક રીતે કોઈ બાબતને સંતોષવી ભૌતિક રીતે શક્ય ન હોય તેમજ વ્યક્તિ પોતાના અસ્તિત્વમાં આ બાબતનો સમાવેશ કરવા તૈયાર ન હોય ત્યારે તે બાબત સબોધ માનસમાંથી અબોધ માનસમાં ચાલી જાય છે. ઈચ્છાઓના આ સ્થાન પરિવર્તનને દમન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. ફોઈડ પણ અબોધ માનસને દમિત ઈચ્છાઓના વિપુલ ભંડાર તરીકે ઓળખાવે છે. વ્યક્તિને એમ લાગે કે તેની ઈચ્છાઓ તેના વ્યક્તિત્વ ઉપર વર્ચસ્વ જમાવી લેશે ત્યારે તે તેનું દમન કરે છે. બંને પ્રક્રિયાઓ વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વમાં કાર્યરત રહે છે. દમનનું પ્રમાણ વધતાં સમતુલન ખોરવાય છે. આ માટે અધૂરી ઈચ્છાઓનું ઉદાત્તીકરણ થતું રહે તે આવશ્યક છે.

### 13.5.3 સ્ફેણતત્વ – પૌરુષતત્વ

યુંગના મતે સ્ફેણ તત્વ અને પુરુષ તત્વ દરેક વ્યક્તિમાં હાજર એવા પરસ્પર વિરોધી તત્વ છે. સ્ફેણતત્વ એ સ્ત્રીગુણ જેવા કે દયા, પ્રેમ, કરુણા, મદદ કરવાની ભાવના, સંગીત, નૃત્ય, કળા વગેરે દર્શાવે છે. જ્યારે પુરુષતત્વ એ પુરુષગુણ જેવા કે સાહસ, બળ, વર્ચસ્વ, ઝનૂન, આક્રમકતા, લડાઈ વગેરેનો નિર્દેશ કરે છે. સામાન્ય રીતે સ્ત્રીઓમાં સ્ફેણ તત્વનું પ્રમાણ વધારે હોય છે જ્યારે પુરુષોમાં પુરુષ તત્વનું પ્રમાણ વધારે હોય છે. યુંગના મતે સ્ત્રી અને પુરુષમાં તદ્દન ભિન્ન ગુણો અસ્તિત્વ ધરાવતા નથી, બંનેનું પ્રમાણ વધતા-ઓછા અંશે હોય જ છે. દરેક વખતે સ્ત્રી અને પુરુષમાં આ બંને તત્વોનું સમતુલન જળવાતું નથી. ક્યારેક સ્ત્રીઓમાં પુરુષતત્વ વધી જાય છે તો ક્યારેક પુરુષમાં સ્ત્રી તત્વ વધી શકે છે. આ પરિસ્થિતિમાં સામાજિક રીતે તેઓનું અસ્તિત્વ સમાયોજિત રહેતું નથી.

### 13.5.4 જૈવીય – સંસ્કૃતિજન્ય જરૂરીયાત

યુંગના મતે જરૂરીયાતોને બે ભાગમાં વહેંચી શકાય છે. શારીરિક કે જૈવીય અને સંસ્કૃતિજન્ય કે સમાજજન્ય જરૂરીયાતો. જૈવિક કે શારીરિક જરૂરીયાતો મુખ્યત્વે જીવન ટકાવી રાખવા માટેની હોય છે. જેમ કે, પાણી, ખોરાક, આરામ, જાતીયતા વગેરે. તેને સંતોષવાના સાધનો અને પદ્ધતિઓ ભિન્ન હોવા છતાં તેનો સંતોષ દરેક વ્યક્તિ માટે અનિવાર્ય હોય છે. સંસ્કૃતિજન્ય જરૂરીયાતો વ્યક્તિને અનુવંશમાં મળતી નથી. જન્મ બાદ અન્ય વ્યક્તિઓના સંપર્કમાં આવતા આ જરૂરીયાતો જન્મે છે. કુટુંબ, મિત્રો, સંબંધીઓ, સમાજ, ધર્મ સંસ્કૃતિ વગેરે તેમાં મુખ્ય ભૂમિકા ભજવે છે. વ્યક્તિનું સામાજિકરણ આ જરૂરીયાત પર અસર કરે છે. આથી સંસ્કૃતિજન્ય જરૂરીયાતો સમાજ અને સંસ્કૃતિ અનુસાર બદલતી રહે છે.

### 13.5.5 શારીરિક ઊર્જા – મનઃઊર્જા

યુંગના મતે વ્યક્તિમાં શારીરિક અને મનઃ અને બે પ્રકારની ઊર્જા અસ્તિત્વ ધરાવતી હોય છે. શારીરિક

ઊર્જા મુખત્ત્વે શરીરના હલનચલન દ્વારા વ્યક્ત થાય છે. મનઃઊર્જા વિભિન્ન માનસિક ક્રિયાઓ જેવી કે વિચારણા, તર્ક, સમસ્યા-ઉકેલ, ધ્યાન, સર્જનાત્મક પ્રક્રિયાઓ વગેરે દ્વારા વ્યક્ત થાય છે. બંને ઊર્જા વિભિન્ન હોવા છતાં તેઓનું એકબીજામાં પરિવર્તન શક્ય છે. વ્યક્તિ દોડવાની રમતમાં પાછળ પડી જાય તો તે હતાશા, મૂંઝવણ, તાણ વગેરે અનુભવી શકે છે. ક્યારેક હતાશા, તાણ વગેરેને દૂર કરવાનું ન સૂઝે ત્યારે માથું દુઃખી શકે છે કે પરસેવો વળી શકે છે. આથી જ વ્યક્તિત્વના અભ્યાસમાં આ બંને પ્રક્રિયાઓનું સમાન મહત્ત્વ રહેલું છે. આ બાબતોનો અભ્યાસ મનોપચાર દરમિયાન ખૂબ ઉપયોગી નીવડે છે. સતત મનઃ ઊર્જાનો ઉપયોગ ન થયા કરે તે રીતે શિક્ષકે બંનેનું સંતુલન જાળવવું.

### 13.5.6 શ્રેષ્ઠતાસૂચક – હીનતાસૂચક કાર્યો

જેમ જરૂરીયાતો અને શક્તિઓના ભિન્ન પરંતુ પરસ્પર વિરોધી એવા વિભાગો પાડી શકાય છે તેમ વ્યક્તિત્વનાં કાર્યોને પણ પરસ્પર ભિન્ન વિભાગોમાં વર્ગીકૃત કરી શકાય છે. આ બે વિભાગોમાં શ્રેષ્ઠતાસૂચક અને હીનતાસૂચક કાર્યોનો સમાવેશ કરી શકાય છે. આ કાર્યોના પરિણામે વ્યક્તિમાં યોગ્ય શક્તિઓનો વિકાસ થાય છે. આ કાર્યો વ્યક્તિને સામાજિક અને માનસિક રીતે વધારે પ્રગતિશીલ બનાવે છે. આ બંને પ્રકારના કાર્યો મહદ્અંશે શારીરિક અને સાંસ્કૃતિક જરૂરીયાતોના સંતોષ સાથે સંકળાયેલા હોય છે. ઈચ્છાઓના સંતોષ માટે વ્યક્તિનો માર્ગ તેને યોગ્ય ન લાગે ત્યારે તે નવા માર્ગની શોધ કરે છે. પ્રયત્ન અને ભૂલ થકી તે નવી શોધ કરી શ્રેષ્ઠતા પ્રાપ્ત કરે છે. ક્યારેક કાર્યપદ્ધતિના પરિણામ સ્વરૂપે વ્યક્તિત્વની પ્રગતિ ન થતાં પરાગતિ પણ સંભવ છે. વ્યક્તિની મોટાભાગની ઊર્જા દમિત ઈચ્છાઓના નિયંત્રણમાં વપરાય જાય ત્યારે આવું બને છે. જે વ્યક્તિમાં દમનનું પ્રમાણ ઉદાત્તીકરણની પ્રક્રિયા કરતાં વધી જાય ત્યારે દમિત ઈચ્છાઓને અંકુશમાં રાખવાનું વ્યક્તિ માટે પ્રશ્ન બની જાય છે. આવા સંજોગોમાં વ્યક્તિમાં નવું સંશોધન કરવું, આગળ વધવું જેવા શ્રેષ્ઠતાસૂચક કાર્યો કરવાની શક્તિ રહેતી નથી. વ્યક્તિની શક્તિ દમનની પ્રક્રિયા માટે ઓછી પડે છે ત્યારે દમિત ઈચ્છાઓ તેના અબોધ માનસ પર વર્ચસ્વ જમાવી લે છે. યુંગના મતે આ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિ દ્વારા હીનતાસૂચક કાર્યો થાય છે. કેટલીક વ્યક્તિઓનું વ્યક્તિત્વ સામાજિક દૃષ્ટિએ વિકસિત લાગે છે, જ્યારે કેટલીક વ્યક્તિઓનું વ્યક્તિત્વ સામાજિક દૃષ્ટિએ હીન કે વિકૃત લાગે છે. જેઓનું વ્યક્તિત્વ સામાજિક દૃષ્ટિએ વિકસિત હોય તેઓ પોતાની શક્તિઓને શ્રેષ્ઠતાદર્શક કાર્યોમાં વાપરે છે જ્યારે જે લોકોનું વ્યક્તિત્વ સામાજિક દૃષ્ટિએ વિકૃત છે તેઓની શક્તિઓ હીનતાસૂચક કાર્યોમાં વપરાય છે. વિદ્યાર્થીઓની શક્તિઓ શ્રેષ્ઠતાદર્શક કાર્યોમાં વપરાય તે માટેનું આયોજન કરવું જોઈએ. આ સાથે જ્યારે પણ હીનતાદર્શક કાર્યો જોવા મળે ત્યારે તેનું નિયંત્રણ કરી યોગ્ય દિશા તરફ લઈ જવા પયત્ન કરવો જોઈએ.

### 13.5.7 સબોધ – અબોધ માનસિક ક્રિયાઓ

ફોઈડની માફક યુંગ પણ માનસિક પ્રક્રિયાઓને સબોધ અને અબોધ એમ બે વિભાગમાં વહેંચે છે. સબોધ પ્રક્રિયાઓ વ્યક્તિની જાગૃત અવસ્થામાં જ્યારે અબોધ પ્રક્રિયાઓ અજાગૃત અવસ્થામાં થાય છે. અબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓ વ્યક્તિમાં અસ્તિત્વ ધરાવતી હોવા છતાં વ્યક્તિને તેની જાણ હોતી નથી. વિપુલ પ્રમાણમાં રહેલ માનસિક પ્રક્રિયાઓ પૈકી મોટાભાગની અબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓ હોય છે.

### 13.5.8 વ્યક્તિગત – સામૂહિક અબોધ માનસિક ક્રિયાઓ

વ્યક્તિની માનસિક પ્રક્રિયાઓના વિભાગો આપીને યુંગ અટકી જતાં નથી. તેઓ ફોઈડ કરતાં વધારે ઊંડા ઊતરે છે. યુંગનો અબોધ મનનો ખ્યાલ ફોઈડના ખ્યાલથી +ણ રીતે જુદો પડે છે.

- અબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓ કેવળ વ્યક્તિગત અનુભવોમાંથી જ જન્મતી નથી પરંતુ સબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓની માફક અનુવંશ પણ પોતાની ભૂમિકા ભજવે છે.
- અબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓને યુંગ વ્યક્તિગત અને સામૂહિક અબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓ તરીકે જુદી પાડે છે. તેઓના મતે જગતની દરેક સંસ્કૃતિમાં અબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓ સર્વસામાન્ય રીતે જોવા મળે છે.
- અબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓ આનુવંશિક રીતે પણ વ્યક્તિમાં ઊતરી આવતી હોવાથી તે

હંમેશા અવરોધ ન બનતાં ક્યારેક વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં વિધાયક અસરો પણ જન્માવે છે. ક્યારેક અણધારી મુશ્કેલી આવતા વ્યક્તિ અદમ્ય સાહસ બતાવે છે.

યુંગના મતે અબોધ માનસ માત્ર નકારાત્મક દમિત ઈચ્છાઓ અને વાસનાઓનું જ બનેલું હોતું નથી, પરંતુ તેમાં રહેલી શક્તિઓનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવાથી અણધાર્યા પરિણામો પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. આ જ કારણોસર ક્યારેક કેટલાક લોકો માનવ તરીકેની મર્યાદાઓને ઓળંગીને અકલ્પનીય શારીરિક કે માનસિક શક્તિઓ દર્શાવે છે. શિક્ષક બાળકના અબોધ મનને યોગ્ય કમાન્ડ આપી ધાર્યું પરિણામ મેળવી શકે છે.

### 13.5.9 પ્રગતિ – પરાગતિ

પ્રગતિ-પરાગતિને સમજવા માટે યુંગના વ્યક્તિગત અને સામૂહિક અબોધ માનસને સમજવું જરૂરી છે. પ્રગતિ એટલે સામૂહિક અબોધ માનસની શક્તિઓના યોગ્ય ઉપયોગ કરી તેને વ્યક્તિગત વિકાસ તરફ વાળવાનો પ્રયત્ન. આમ પ્રગતિ એ સામૂહિક અબોધ માનસનો વિધાયક ઉપયોગ છે. આથી વિરુદ્ધ જ્યારે સામૂહિક અબોધ માનસની શક્તિઓ વ્યક્તિના વિકાસને સ્થગિત કરી નાખે અથવા તેની ઈચ્છાઓના દમનમાં જ ખર્ચાઈ જાય ત્યારે વ્યક્તિત્વના વિકાસ માટે કોઈ શક્તિ બચતી ન હોવાથી વ્યક્તિત્વમાં સ્થગિતતા કે પીછેહઠ આવે છે. યુંગ આ પ્રક્રિયાને પરાગતિ તરીકે ઓળખાવે છે. આમ સામૂહિક અબોધ માનસ વિધાયક કે નકારાત્મક અસર નીપજાવી શકે છે.

### 13.5.10 આંતરમુખિતા – બહિર્મુખિતા

યુંગ પોતાના જે વિશિષ્ટ યોગદાન માટે જાણીતા થયા છે તે તેઓએ આપેલું વ્યક્તિત્વ સ્વભાવનું વર્ગીકરણ છે. તેઓએ વ્યક્તિત્વ સ્વભાવના બે વિભાગો પાડ્યા છે – આંતરમુખિતા અને બહિર્મુખિતા. વ્યક્તિના સ્વભાવ, ધ્યાન, રસ, સામાજિકતા વગેરે બાબતોને ધ્યાનમાં રાખીને તેઓએ આ વિભાગો પાડ્યા હતા. યુંગના મતે ઘણી વ્યક્તિઓનું ધ્યાન હંમેશા બાહ્ય વાતાવરણ એટલે કે બાહ્ય પ્રવૃત્તિઓ પર, સામાજિક સંબંધોમાં કે અન્ય લોકો સાથેના સંપર્ક પર કેન્દ્રિત રહે છે. આ પ્રકારની વ્યક્તિઓને યુંગ બહિર્મુખી વ્યક્તિ તરીકે ઓળખાવે છે. અંતર્મુખી વ્યક્તિઓનું ધ્યાન હંમેશા પોતાની તરફ, પોતાની જરૂરીયાતો, પોતાના ગમા-અણગમા, પોતાની આશા-નિરાશા વગેરે પર જ કેન્દ્રિત થયેલું હોય છે. તેઓને અન્ય લોકોને મળવાની, હળવા-ભળવાની, તેઓની મુશ્કેલી સમજવાની ક્યારેય ઈચ્છા હોતી નથી. વ્યક્તિત્વ આ બે અંતિમ છેડાઓ વચ્ચે વહેંચતા યુંગ એક નીજો પ્રકાર પણ જણાવે છે. આ પ્રકાર છે ઉભયમુખી વ્યક્તિત્વ. આ પ્રકારનું વ્યક્તિત્વ ક્યારેક અંતર્મુખી તો ક્યારેક બહિર્મુખી વ્યક્તિત્વ જેવા લક્ષણો દર્શાવે છે.

**તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 3 યુંગ આપેલ વ્યક્તિત્વ લક્ષણો નીચે દર્શાવેલ છે. આપેલ યાદીમાંથી જે-તે લક્ષણની સાથે જોડાયેલ લક્ષણને લખો.**

(સામૂહિક અબોધ માનસિક ક્રિયાઓ, સંસ્કૃતિજન્ય, દમન, પરાગતિ, હેતુલક્ષીતા, હીનતાસૂચક કાર્યો, બહિર્મુખિતા, પૌરુષત્વ, મનઃઊર્જા, અબોધ માનસિક ક્રિયાઓ)

1. કારણસંબંધ \_\_\_\_\_
2. ઉદાત્તીકરણ \_\_\_\_\_
3. સ્ત્રૈણતત્ત્વ \_\_\_\_\_
4. જૈવિક જરૂરીયાત \_\_\_\_\_
5. શ્રેષ્ઠતાસૂચક કાર્યો \_\_\_\_\_
6. સબોધ માનસિક ક્રિયાઓ \_\_\_\_\_
7. વ્યક્તિગત અબોધ માનસિક ક્રિયાઓ \_\_\_\_\_
8. પ્રગતિ \_\_\_\_\_

9.	આંતરમુખિતા	_____
10.	શારીરિક ઊર્જા	_____

### 13.6 યુંગના મતે વ્યક્તિત્વ પ્રક્રિયાઓ

#### 13.6.1 લગ્ન

લગ્ન એ સામૂહિક અબોધ માનસની અભિવ્યક્તિ દર્શાવે છે. યુંગના મતે લગ્ન સાથે દરેક વ્યક્તિની માતાની સ્મૃતિઓ જોડાયેલી રહે છે. બાળકનું તાદાત્મ્ય નાનપણથી માતા સાથે જોડાયેલું રહે છે. માતા વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વનું અનિવાર્ય અંગ બની જાય છે. પરંતુ માતા સાથેનો સંબંધ તેણે શારીરિક, માનસિક, સામાજિક અને વ્યક્તિત્વના અન્ય પાસાઓના કારણે છોડવો પડે છે. આવા સંજોગોમાં માતા તરફ રહેલી અપેક્ષાઓ જેવી કે સલામતી, માનસિક સહવાસ વગેરેની જરૂરીયાતોની પૂર્તિ માટે એક વ્યક્તિની જરૂર પડે છે અને તે તેની પત્ની બને છે. વિવિધ ઈચ્છાઓની પૂર્તિ માટે અલગ-અલગ વ્યક્તિઓનો આશરો લેવાને બદલે એક જ વ્યક્તિ આ બધી જરૂરીયાતો પૂરી કરી શકે તેવી શક્યતાઓ હોવાથી આ પ્રકારની સામાજિક સગવડ વધારે યોગ્ય લાગે છે. આ ઉપરાંત પત્નીની પોતાના પિતા તરફથી અધૂરી રહી ગયેલી ઈચ્છાઓ પદ્ધતિ દ્વારા પૂરી થતી લાગે છે. પદ્ધતિ-પત્નીનું એકબીજા પ્રત્યેનું આકર્ષણ એ એકબીજાની જરૂરીયાતોના સંતોષને આભારી છે.

#### 13.6.2 આદિપ્રતિમાઓ

આદિપ્રતિમાઓ એ અબોધ સામૂહિક માનસની જુદા-જુદા પ્રકારની અભિવ્યક્તિઓ છે. વ્યક્તિ સામૂહિક અબોધ માનસના કેટલાક ખ્યાલો સાથે જન્મે છે. ઈશ્વર, જન્મ-મરણ, મિલકત, સત્તા, જાતિ, જ્ઞાતિ વગેરે જેવા ખ્યાલો સામૂહિક અબોધ માનસ તરફથી વ્યક્તિને મળે છે. સામૂહિક અબોધ માનસ આ પ્રકારની આદિપ્રતિમાઓનો સમન્વય છે. જુદી-જુદી સંસ્કૃતિઓની આદિપ્રતિમાઓના કેટલાક ખ્યાલોમાં સામ્ય જોવા મળે છે. આનુવંશમાં મળેલ આદિપ્રતિમાઓના ખ્યાલ પર વર્તમાન સંસ્કૃતિની અસરના કારણે પરિવર્તન આવતું રહે છે. સ્વપ્નસંકેતો અને ધાર્મિક પ્રતિમાઓ પણ આદિપ્રતિમાઓ જ છે.

#### 13.6.3 આત્મહત્યા

યુંગના મત અનુસાર આત્મહત્યા એ વ્યક્તિની સર્જનાત્મક શક્તિનો પરાજય છે. જ્યારે કોઈપણ કાર્યક્ષેત્રમાં વ્યક્તિ જ્યારે સદંતર નિષ્ફળતા અને હતાશા અનુભવે ત્યારે તેમાંથી છૂટવા માટે તેણે અપનાવેલો અંતિમ માર્ગ એટલે આત્મહત્યા. યુંગના મતે વ્યક્તિની સર્જનાત્મક શક્તિ હંમેશા અભિવ્યક્ત થવા ઈચ્છે છે. સામાન્ય સંજોગોમાં વ્યક્તિને તેની અભિવ્યક્તિ માટેની તક અને સફળતા મળતી રહે છે. મંદ મનોવિકૃતિ અંતર્ગત વ્યક્તિને થોડાઘણા અંશે પણ પોતાની સર્જનાત્મક અભિવ્યક્તિમાં સફળતા મળતી રહે છે ત્યાં સુધી તે પોતાના જીવનના અંત અંગે વિચારતી નથી. તીવ્ર મનોવિકૃતિના કેટલાક પ્રકારોમાં વ્યક્તિને જ્યારે પોતાની મુશ્કેલીમાથી બહાર નીકળવા માટેનો કોઈ જ માર્ગ સૂઝતો ન હોય ત્યારે તે આત્મહત્યા તરફ વળે છે. ગંભીર માંદગીનો ભોગ બનવું, ધંધામાં અચાનક મોટી ખોટ આવવી, સ્વજનના મૃત્યુંનો આઘાત વગેરે જેવા અનેક પરિબળો તીવ્ર મનોવિકૃતિમાં પરિણમે છે. ખૂબ દુઃખી થવું, ખૂબ નાસીપાસ થવું, પરિણામ ઓછું આવતા ઠપકો આપતાં લાંબો સમય ચિંતામાં સરી પડે વગેરે જેવા અનેક સૂચકો દ્વારા આ પ્રકારની મનોવૃત્તિને ઓળખી શકાય છે. આત્મહત્યા પાછળ કંઈક અંશે સમાજ, સામાજિક પરિસ્થિતિ અને અન્ય લોકો તરફ વેર વાળવાની વૃત્તિ પણ રહેલી હોય છે.

#### 13.6.4 વિનોદવૃત્તિ

યુંગના મતે વિનોદવૃત્તિ કોઈપણ પ્રકારના માનસિક સંઘર્ષાત્મક પરિસ્થિતિની નિર્દોષ અને વિરેચક અભિવ્યક્તિ છે. વ્યક્તિ જ્યારે ખૂબ તંગદિલી અનુભવે ત્યારે સમગ્ર પરિસ્થિતિને અણધાર્યો પરંતુ હળવો વણાંક આપી દેવાથી વ્યક્તિની તંગદિલી હળવી થાય છે અને વ્યક્તિ તંગદિલીને દૂર કરવા માટે સક્રિય રીતે કટિબ બને છે. છૂટવા માટેની સંભાવના ન હોય તેવી પરિસ્થિતિમાંથી નીકળવામાં વિનોદવૃત્તિ અત્યંત ઉપયોગી એવી માનસિક પ્રક્રિયા છે. વાતવાતમાં હસાવી શકે તેવી વ્યક્તિને

મળવાનું લોકો પસંદ કરે છે. વિનોદવૃત્તિ ગંભીરતાને હળવાસમાં ફેરવવામાં મદદ કરે છે. વર્ગમાં જ્યારે ખૂબ ગંભીર વાતાવરણ ઉભું થઈ જાય ત્યારે શિક્ષક તરીકે તેને વિનોદવૃત્તિ દ્વારા હળવું બનાવી શકાય છે. વર્ગની કમાન્ડ શિક્ષકના હાથમાં હોવાથી શિક્ષક વર્ગની ગંભીરતાને હળવાશમાં ફેરવી શકે છે.

### 13.6.5 અસામાજિક વર્તન

વ્યક્તિના વિકાસ દરમિયાન તેનામાં સાંસ્કૃતિક, સામાજિક અને નૈતિક મૂલ્યો વિકાસ પામે છે અને ધીમે-ધીમે તે કાયમી સ્વરૂપ ધારણ કરી લે છે. ત્યારબાદ વ્યક્તિ અસામાજિક કે ગુનાહિત કાર્યો કરતી નથી. પરંતુ જે વ્યક્તિ સામાજિક વિકાસની સામાન્ય કક્ષાએ પહોંચ્યા નથી અથવા તો પહોંચ્યા બાદ ધીમે-ધીમે પીછેહઠ કરી રહ્યા છે તેઓ માટે સામાજિક નીતિ-નિયમોનું બંધન રહેતું નથી. તેઓ કોઈપણ સંકોચ વગર અસામાજિક, અનૈતિક પ્રવૃત્તિ કરી શકે છે. તેઓ માટે આ પ્રકારની અસામાજિક પ્રવૃત્તિ એક સામાન્ય બાબત છે. વ્યક્તિની નૈતિક પીછેહઠ એ તેની અસામાજિક પ્રવૃત્તિ માટે જવાબદાર છે. બાળકો નૈતિક પીછેહઠ ઘણી વખત કરે છે. વર્ગમાં વિક્ષેપ ઉભો કરવો, પરીક્ષામાં ચોરી કરવી, જુદું બોલવું વગેરે બાળકની નૈતિક પીછેહઠ દર્શાવે છે. આ પ્રકારની નૈતિક પીછેહઠને ગંભીરતાથી ન લેતાં આગળ જતાં તે અસામાજિક પ્રવૃત્તિઓ માટેનું પોષકબળ બની રહે છે.

### 13.6.6 પારલૌકિકતા – અલૌકિકતા

યુંગ પોતાના જીવનના અંતિમ વર્ષોમાં ધર્મ, ધાર્મિક પ્રવૃત્તિ, ગૂઢ તત્ત્વવાદ વગેરે જેવી અધ્યાત્મવાદી ઘટનાઓની સમજૂતી તરફ વળી ગયા હતા. તેઓએ તત્ત્વચિંતન અને ધર્મશાસ્ત્રને જ પોતાના મુખ્ય અભ્યાસ-વિષય બનાવી દીધાં હતાં. તેઓના મતે મનુષ્ય ઈશ્વરમાં માનતો હતો અને માનતો રહેશે જ કારણ કે તે તેની માનસિક જરૂરીયાત છે. મનુષ્ય જીવનના શરૂઆતના ગાળામાં આ પ્રકારની જરૂરીયાત હોતી નથી પરંતુ જેમ-જેમ મનુષ્ય અનુવંશમાં રહેલ શક્તિ, સત્તા, સર્વવ્યાપકતા, સર્વજ્ઞતા વગેરે ખ્યાલો આદિપ્રતિમા તરીકે દૃઢ થતાં ગયા. તેમ-તેમ આદિપ્રતિમાઓનું કેન્દ્રકરણ ધીમે-ધીમે એક કાલ્પનિક તત્ત્વ પર થતું ગયું અને તે તત્ત્વને જ ઈશ્વર, પ્રભુ, પરમાત્માનું નામ આપવામાં આવ્યું. મનુષ્યને પોતાનું અસ્તિત્વ ટકાવી રાખવાના સંઘર્ષમાં જે નબળાઈઓ લાગી તેમાંથી છૂટવા માટે જરૂરી શક્તિઓનું સૂર્ય, સાગર, ચંદ્ર, અગ્નિ જેવા દૈવીતત્ત્વમાં નિરૂપણ કરવામાં આવ્યું કારણ કે આ તત્ત્વો ગમે ત્યારે મનુષ્યના અસ્તિત્વનો અંત કરવાની ક્ષમતા ધરાવતા હતા. આથી ડરવશ તેઓને ખુશ રાખવા એ મનુષ્ય જીવનનો ભાગ બની ગયો. યુંગ આ બધી પ્રવૃત્તિઓના સમૂહને ધાર્મિક પ્રવૃત્તિ તરીકે ઓળખાવે છે. દૈવી તત્ત્વની ધારણાથી મુશ્કેલીના સમયમાં એકપ્રકારની શ્રદ્ધા અને હિંમત આવે છે. વાસ્તવમાં આ હિંમત અને શ્રદ્ધા એ આંતરિક શક્તિ જ છે. આમ સામૂહિક અબોધ માનસ વ્યક્તિને શક્તિનો પૂરવઠો પૂરો પાડે છે.

### 13.6.7 મંદ – તીવ્ર મનોવિકૃત્તિ

માનસિક સંતુલન જાળવવામાં નિષ્ફળ જતી વ્યક્તિમાં આ બંને પ્રકારની વિકૃતિઓ જન્મે છે. સામાન્ય વ્યક્તિમાં આંતરમુર્ખિતા અને બહિર્મુખિતાનું સંતુલન જોવા મળે છે. પરંતુ જ્યારે વ્યક્તિ કોઈ એક અગ્રિમતા ઉપર આવે અને ત્યારબાદ પાછી ન ફેરે ત્યારે તેનું પરિણામ માનસિક રોગમાં પરિણમે છે. આંતરમુર્ખિતા અને બહિર્મુખિતાની જે કક્ષાએ વ્યક્તિ પહોંચ્યો હોય ત્યાં સમાયોજિત ન થતાં તે પીછેહઠ કરે છે. મંદ મનોવિકૃતિમાં વ્યક્તિએ માનસિક સમતુલા તદ્દન ગુમાવી હોતી નથી તેથી પીછેહઠ કરવા છતાં તેનો અહમ વાસ્તવિકતા સાથે સમાયોજિત બને છે. તીવ્ર મનોવિકૃતિમાં વ્યક્તિની પીછેહઠ કેવળ વ્યક્તિગત અબોધ માનસ સુધી ન રહેતાં સામૂહિક અબોધ માનસ સુધી પહોંચી જાય છે. પરિણામે વાસ્તવિકતા સાથેનો સંબંધ તૂટી જાય છે. વાણી, વિચાર, અને વર્તન તદ્દન અવાસ્તવિક અને વિકૃત લાગે છે. આમ બંને પ્રકારની મનોવિકૃતિઓ અહમ્મે ગુમાવેલી સમતુલાનું પરિણામ છે.

તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 4 યુંગે આપેલી વિવિધ વ્યક્તિત્વ પ્રક્રિયાઓનો અર્થ ટૂંકમાં આપો.

1. લગ્ન: \_\_\_\_\_
2. આદિપ્રતિભાઓ: \_\_\_\_\_
3. આત્મહત્યા: \_\_\_\_\_
4. વિનોદવૃત્તિ: \_\_\_\_\_
5. અસામાજિક વર્તન: \_\_\_\_\_
6. પારલૌકિકતા: \_\_\_\_\_
7. મંદ મનોવિકૃતિ: \_\_\_\_\_
8. તીવ્ર મનોવિકૃતિ: \_\_\_\_\_

### 13.7 સારાંશ

વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો વ્યક્તિત્વને સમજવાનો પ્રયત્ન કરે છે. વ્યક્તિત્વ એ વ્યક્ત થતું તત્ત્વ છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો વ્યક્તિને વ્યક્તિત્વ થકી સમજવાનો સતત પ્રયત્ન કરતાં રહે છે. વ્યક્તિત્વના અભ્યાસને વૈજ્ઞાનિક સ્વરૂપ આપવાના પ્રયત્નો થઈ રહ્યા છે. મનોવૈજ્ઞાનિકો વિવિધ પદ્ધતિઓ થકી વ્યક્તિત્વનો અભ્યાસ કરે છે. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો પૈકી યુંગના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતનો આ એકમમાં અભ્યાસ કર્યો. યુંગે ભૌતિકશાસ્ત્રની કેટલીક વિભાવનાઓનો આધાર લઈને વ્યક્તિત્વને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરેલ હતો. યુંગે વ્યક્તિત્વને ઊંડાણપૂર્વક રજૂ કર્યું. યુંગના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતમાંથી અનેક વિભાવનાઓ બાળકને સમજવામાં મદદરૂપ થઈ શકે તેમ છે. યુંગના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતના વર્ગખંડ ફિલિતાર્થો અંગે શિક્ષકે ચિંતન કરવું રહ્યું. બાળક શાળા શિક્ષણ પૂરું કરીને જ્યારે સમાજમાં જાય છે ત્યારે પણ સામાજિક પ્રક્રિયાઓના સંદર્ભમાં તેના વ્યક્તિત્વને સમજવામાં પણ યુંગનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત વિચાર પૂરો પાડે છે.

### 13.8 સ્વાધ્યાય

1. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની વિભાવના અને સ્વરૂપ રજૂ કરો.
2. વ્યક્તિત્વ અભ્યાસના અભિગમોની ચર્ચા કરો.
3. વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતની જરૂરીયાતોની વિગતે ચર્ચા કરો.
4. વ્યક્તિત્વ અભ્યાસમાં અનુવંશ અને વાતાવરણનો અભ્યાસ શા માટે અનિવાર્ય છે?
5. વ્યક્તિત્વમાં જોવા મળતી અસામાન્યતા એટલે શું? ઉદાહરણસહ સમજાવો.
6. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોનું વર્ગીકરણ સમજાવો.
7. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોની મર્યાદાઓ જણાવો.
8. ધુવીયતા એટલે શું?
9. યુંગના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતની મૂળભૂત સંકલ્પનાઓ સ્પષ્ટ કરો.
10. સમશક્તિતા અને સમવિતરણ એટલે શું? ઉદાહરણસહ સમજાવો.
11. યુંગે આપેલા કોઈપણ પાંચ વ્યક્તિત્વ લક્ષણોના સ્પષ્ટીકરણો આપો.
12. યુંગના મતે વ્યક્તિત્વની પ્રક્રિયાઓ કઈ છે? કોઈપણ બે પ્રક્રિયાઓની સમજ આપો.
13. પારલૌકિકતા અંગેના યુંગના વિચારો જણાવો.

### 13.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી

ભટ્ટ, કુસુમબેન કે (2014). વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો (તૃતીય આવૃત્તિ). યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, અમદાવાદ.

- દોંગા, નનુભાઈ (2010). શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.
- શુક્લા, સતીષપ્રકાશ એસ. (2013). શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન. અગ્રવાલ પબ્લિકેશન્સ, આગ્રા.
- Corr, Philip J. & Matthews, Gerald, (2009). The Cambridge Handbook of Personality Psychology. Cambridge University Press, New York.
- Jung, C.G., (1969). The structure and dynamics of psyche (2<sup>nd</sup> ed.). Princeton University Press, New Jersey.
- Millon, Theodore & Lerner Melvin J., (2003). Handbook of Psychology, Personality and Social Psychology (Volume – 5). John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.
- Ryckman, Richard M., (2008). Theories of Personality, (9<sup>th</sup> ed.). Thomson Wadsworth, CA, USA.

---

### 13.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 1

1. સાચું
2. ખોટું
3. સાચું
4. ખોટું
5. સાચું
6. સાચું
7. ખોટું

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 2

- 1 - c, 2 - b, 3 - c

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 3

1. હેતુલક્ષીતા
2. દમન
3. પૌરુષતત્ત્વ
4. સંસ્કૃતિજન્ય જરૂરીયાત
5. હીનતાસૂચક કાર્યો
6. અબોધ માનસિક ક્રિયાઓ
7. સામૂહિક અબોધ માનસિક ક્રિયાઓ
8. પરાગતિ
9. બહિર્મુખિતા
10. મનઃઊર્જા

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 4

1. લગ્ન: સામૂહિક અબોધ માનસની અભિવ્યક્તિ.
2. આદિપ્રતિમાઓ : અબોધ સામૂહિક માનસની જુદા-જુદા પ્રકારની અભિવ્યક્તિઓ.
3. આત્મહત્યા : વ્યક્તિની સર્જનાત્મક શક્તિનો પરાજય.



4. **વિનોદવૃત્તિ :** કોઈપણ પ્રકારના માનસિક સંઘર્ષાત્મક પરિસ્થિતિની નિર્દોષ અને વિરેચક અભિવ્યક્તિ.
5. **સામાજિક વર્તન :** વ્યક્તિની નૈતિક પીછેહઠ.
6. **પારલૌકિકતા :** આદિપ્રતિમાઓનું ધીમે-ધીમે એક કાલ્પનિક તત્ત્વ પર થયેલ કેન્દ્રીકરણ.
7. **મંદ મનોવિકૃતિ :** માનસિક સમતુલા તદ્દન ગુમાવેલ ન હોવાથી તેની પીછેહઠ કરવા છતાં તેનો અહમ વાસ્તવિકતા સાથે સમાયોજિત બને.
8. **તીવ્ર મનોવિકૃતિ :** વ્યક્તિની પીછેહઠ કેવળ વ્યક્તિગત અબોધ માનસ સુધી ન રહેતાં સામૂહિક અબોધ માનસ સુધી પહોંચી જાય.

: રૂપરેખા :

- 14.1 પ્રસ્તાવના
- 14.2 ઉદ્દેશો
- 14.3 રોજર્સના સ્વ-સિદ્ધાંતની પૂર્વધારણાઓ
  - 14.3.1 વ્યક્તિત્વનો ખ્યાલ
  - 14.3.2 માર્ગ પસંદગી
  - 14.3.3 વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા
- 14.4 રોજર્સના મતે વ્યક્તિત્વનો વિકાસ
  - 14.4.1 સ્વ-ખ્યાલ
  - 14.4.2 શરતી વિધાયક ખ્યાલ
  - 14.4.3 બિનશરતી વિધાયક ખ્યાલ
  - 14.4.4 શરતી વિધાયક સ્વ-ખ્યાલ
  - 14.4.5 વાસ્તવિક અને આદર્શ સ્વ
  - 14.4.6 અસમપતાની વિભાવના
  - 14.4.7 સ્વવાસ્તવીકરણનો ખ્યાલ
  - 14.4.8 સ્વ-સાતત્યનો ખ્યાલ
- 14.5 રોજર્સના મતે સંપૂર્ણ ક્રિયાશીલ વ્યક્તિના લક્ષણો
  - 14.5.1 અનુભવો તરફનો અભિગમ
  - 14.5.2 આત્મવિશ્વાસ
  - 14.5.3 વર્તમાનકેન્દ્રિ
  - 14.5.4 સ્વતં+ પસંદગી
  - 14.5.5 સર્જનાત્મકતા
- 14.6 મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકરણનો સિદ્ધાંત
  - 14.6.1 જરૂરીયાત - મેસ્લોના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતનો આધાર
  - 14.6.2 મેસ્લોનો જરૂરીયાતોનો શંકુ
- 14.7 મેસ્લોના મતે જરૂરીયાતોની શ્રેણી
  - 14.7.1 શારીરિક જરૂરીયાતો
  - 14.7.2 સલામતીની જરૂરીયાતો
  - 14.7.3 પ્રેમની જરૂરીયાતો
  - 14.7.4 સ્વમાનની જરૂરીયાતો
  - 14.7.5 સ્વ-વાસ્તવિકરણની જરૂરીયાતો
  - 14.7.6 સ્વ-વાસ્તવિકરણ પામેલ વ્યક્તિના લક્ષણો

## 14.8 સારાંશ

## 14.9 સ્વાધ્યાય

### 14.10 સૂચિત વાચનસામગ્રી

### 14.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

#### 14.1 પ્રસ્તાવના

બાળકના વ્યક્તિત્વનો વિકાસ અનેક સિદ્ધાંતો ધરાવે છે. આ પ્રકરણમાં આ સિદ્ધાંતો પૈકી મહત્વના બે સિદ્ધાંતો રોજર્સ અને મેસ્લોના સિદ્ધાંતની ચર્ચા કરેલ છે. કાર્લ રેન્સમ રોજર્સ (Carl Ransom Rogers) નો જન્મ 8મી જાન્યુઆરી 1902ના રોજ ઈલીનોઈઝ, અમેરિકામાં થયેલ હતો. તેઓએ કોલંબિયા યુનિવર્સિટીમાંથી ચિકિત્સા મનોવિજ્ઞાન વિષયમાં પીએચ.ડી. ની પદવી પ્રાપ્ત કરી હતી. તેઓએ પોતાની કારકિર્દી દરમિયાન મહદ્ અંશે શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં કાર્ય કરેલ હતું. પરિણામે તેઓ વ્યક્તિત્વના અભ્યાસ દરમિયાન તીવ્રમનોવિકૃતિ, છિન્ન માનસ વિકૃતિ વગેરે જેવી બાબતોને સાંકળવાનો પ્રયત્ન કરતાં નથી. તેઓએ મંદમનોવિકૃતિ અને સમાયોજનમાં થતી મુશ્કેલીઓને કારણે વ્યક્તિને અનુભવાતી મુશ્કેલીઓ અંગે સિદ્ધાંતો પ્રસ્થાપિત કરેલ હતા. તેઓ પોતે પણ તેમના સિદ્ધાંતોને આખરી અને સંપૂર્ણ નહોતા માનતા. તેઓના મતે સંશોધનના અંતે વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોમાં પરિવર્તન આવી શકે છે. શિક્ષક તરીકે જ્યારે બાળકના ઉછેરમાં પોતાની ભૂમિકા સમજવી હોય ત્યારે રોજર્સના સિદ્ધાંતમાંથી સ્વની ઓળખ વિકસાવવામાં મદદ મળી શકે છે.

અબ્રાહમ હેરોલ્ડ મેસ્લો (Abraham Harold Maslow) નો જન્મ 1 એપ્રિલ 1908ના રોજ બ્રુકલિન, ન્યુયોર્કમાં થયેલ હતો. તેઓએ ન્યુયોર્કમાં કાયદાનો અભ્યાસ કરેલ હતો. ઈ.એલ. થોર્નડાઈક સાથેના પોતાના કાર્ય દરમિયાન તેઓને માનવીની જાતીયતા વિશે સંશોધન કરવામાં રસ જાગ્યો. 1943માં તેઓએ તેમના A Theory of Human Motivation નામના એક અભ્યાસપત્રમાં માનવીની પાયાની જરૂરીયાતો અંગેનો ખ્યાલ સ્પષ્ટ કર્યો. તેના આધારે તેઓએ પોતાના વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો. તેઓએ પોતાના સિદ્ધાંતમાં સ્વ-વાસ્તવિકરણને મહત્વ આપ્યું. 8જૂન 1970ના રોજ કેલિફોર્નિયા ખાતે તેઓનું અવસાન થયું હતું. વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતોમાં મેસ્લોની જરૂરીયાતોની શ્રેણી વિશ્વવિખ્યાત છે. બાળકને કઈ જરૂરીયાત પ્રેરિત કરે છે અને તેનો વ્યક્તિત્વ વિકાસમાં શો ફાળો છે? – તે સમજવામાં એક શિક્ષક તરીકે મેસ્લોની જરૂરીયાતોની શ્રેણીનો અભ્યાસ અનિવાર્ય છે.

#### 14.2 ઉદ્દેશો

આ એકમનાં અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો –

- વ્યક્તિત્વ અંગેના રોજર્સના સ્વ-સિદ્ધાંતની પૂર્વધારણાઓ જણાવી શકશો.
- વ્યક્તિત્વ અંગેના રોજર્સના ખ્યાલને સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- રોજર્સના મતે પૂર્ણ ક્રિયાશીલ વ્યક્તિના લક્ષણોની યાદી આપી શકશો.
- મેસ્લોના સ્વ-વાસ્તવિકરણના સિદ્ધાંતને સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- મેસ્લોની જરૂરીયાતોની શ્રેણી જણાવી શકશો.

#### 14.3 રોજર્સના સ્વ-સિદ્ધાંતની પૂર્વધારણાઓ

રોજર્સના વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંત અંગેની કેટલીક પૂર્વધારણાઓ નીચે મુજબ છે.

##### 14.3.1 વ્યક્તિત્વનો ખ્યાલ

વ્યક્તિત્વની સમજ એ વ્યક્તિને મળતી તક પર આધાર રાખે છે. રોજર્સના મતે જો વ્યક્તિને પૂરતી તક મળે તો સામાન્ય બુધિરાવનાર વ્યક્તિ પણ પોતાના વ્યક્તિત્વ અંગેનો ખ્યાલ મેળવી શકે છે. પોતાનામાં કેટલી આવડત છે, પોતે કઈ શક્તિઓ ધરાવે છે, પોતાનામાં કઈ વિશિષ્ટ શક્તિઓ છે, પોતાનામાં

રહેલ શક્તિઓનું પ્રમાણ કેટલું છે વગેરે જેવા પ્રશ્નોના ઉત્તર વ્યક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. વ્યક્તિને પોતાની શક્તિઓની સાચી ઓળખ ત્યારે જ પ્રાપ્ત થાય છે જ્યારે તે વાતાવરણ સાથે આંતરક્રિયા કરે. વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા દરમિયાન થયેલ અનુભવોના આધારે વ્યક્તિ પોતાની ખામીઓ અને ખૂબીઓ ઓળખી શકે છે. બાળકોને તેઓની ખામીઓ અને ખૂબીઓથી પરિચિત કરાવવા માટે યોગ્ય વાતાવરણ પૂરું પાડવાની જવાબદારી શિક્ષકની છે. વ્યક્તિત્વની સમજ મેળવવા માટે વ્યક્તિ પાસે વિશિષ્ટ શક્તિ હોવી અનિવાર્ય છે. આ શક્તિ કેળવવા માટે આત્મચિંતન તરફ બાળકોને સતત પ્રેરિત કરવા રહ્યા. બાળક પોતાની શક્તિઓ અને મર્યાદાઓને જાણે-અજાણે ધ્યાનમાં રાખીને જ વાતાવરણ સાથે આંતરક્રિયા કરે છે. પોતાના વર્તન પાછળના કારણોની ઓળખ બાળકને તેના વ્યક્તિત્વ અંગેની સમજ કેળવવામાં મદદ કરશે.

### 14.3.2 માર્ગ પસંદગી

પસંદગીની કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતાઓ અને મર્યાદાઓને ધ્યાનમાં લે છે. જો વ્યક્તિને પોતાના વ્યક્તિત્વમાં રહેલ ક્ષમતાઓ અને મર્યાદાઓનો ખ્યાલા સ્પષ્ટ હોય તો સાચા માર્ગની પસંદગી સરળ બની જાય છે. પોતાની શક્તિઓને ધ્યાનમાં રાખીને કરેલ માર્ગ પસંદગીમાં સફળતા મળવાની સંભાવનાઓ વધી જાય છે અને નિષ્ફળતાનો સામનો કરવાનું ટાળી શકાય છે. સાચા માર્ગની પસંદગી દરમિયાન બાળક પોતાની શક્તિઓનો પૂરેપૂરો ઉપયોગ કરી શકે છે. જેમ કે, ખો-ખો ની રમતમાં પસંદગી કરવાની હોય તો બાળક પોતાના પૂર્વાનુભવો, રમત અંગેનું જ્ઞાન, ચપળતા, ત્વરિત નિર્ણયશક્તિ વગેરે જેવી શક્તિઓની હાજરી અંગે વિચારી શકે છે.

### 14.3.3 વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા

વ્યક્તિત્વની ખીલવણી વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા થકી જ સંભવ બની શકે છે. શિક્ષક બાળકોને જેટલા અનુભવો પૂરા પાડશે તેટલું જ તેઓનું વ્યક્તિત્વ ખીલી ઉઠશે. વ્યક્તિત્વ અંગેની સમજ પણ વ્યક્તિની વાતાવરણ સાથેની સભાન આંતરક્રિયા થકી જ સંભવી શકે છે. વ્યક્તિત્વ એટલે બીજું કશું નહીં પરંતુ બાળકની વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા દરમિયાન થયેલ અનુભવોની નીપજ. વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા જ વ્યક્તિને પોતાના વ્યક્તિત્વ અંગેની સાચી સમજ કેળવવામાં મદદ કરે છે. રોજર્સના મતે વ્યક્તિત્વની સાચી સમજ કેળવવામાં વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા અનિવાર્ય છે. અનુભવની આગમાં તથા વગર પોતાનામાં રહેલ શક્તિઓની અને ખામીઓને સમજવી મુશ્કેલ છે.

તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 1 નીચેના વિધાનો પૈકી સાચા વિધાન સામે ‘✓’ ની નિશાની અને ખોટા વિધાન સામે ‘x’ ની નિશાની કરો.

1. સામાન્ય બુદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિ પણ પોતાના વ્યક્તિત્વને સમજી શકે છે.
2. માર્ગની પસંદગીમાં પોતાની શક્તિઓની ભૂમિકા નહિવત્ છે.
3. પોતાના વ્યક્તિત્વની ઓળખ માટે વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયા અનિવાર્ય છે.
4. વ્યક્તિ અનુભવ થકી પોતાની મર્યાદાઓ જાણી શકે છે.
5. તક મળે તો પણ વ્યક્તિ પોતાની શક્તિઓને હંમેશા ઓળખી જ કાઢે છે.

### 14.4 રોજર્સના મતે વ્યક્તિત્વનો વિકાસ

રોજર્સે વ્યક્તિત્વના વિકાસ માટેના સોપાનો આપવાને સ્થાને તેના કેટલાક ખ્યાલો અને સિદ્ધાંતો રજૂ કર્યા છે. આ ખ્યાલો અને સિદ્ધાંતોની સમજ શિક્ષકને બાળકના વ્યક્તિત્વ વિકાસમાં પોતાની ભૂમિકા સમજવામાં મદદરૂપ થશે.

#### 14.4.1 સ્વ-ખ્યાલ

સ્વ-ખ્યાલ એટલે પોતાની શક્તિઓ, મર્યાદાઓ, ક્ષમતાઓ, ગુણો, અવગુણો, કૌશલ્યો વગેરેની સ્થિર સમજ. કોઈપણ વ્યક્તિ જીવનના વિવિધ પાસાંઓ અને અન્ય વ્યક્તિઓના સંદર્ભમાં પોતાના

‘હું’ ની તુલના કરીને આ સમજ કેળવી શકે છે. પોતાના અનુભવોના આધારે આ તુલના સંભવ બને છે. જેમ કે, સો મીટર દોડમાં પોતે છેલ્લો નંબર આવ્યો, તો આ સંદર્ભમાં બાળક સમજી શકે છે કે પોતે આ રમતમાં ક્યુ સ્થાન ધરાવે છે. ગણિત સિવાયના બધા વિષયમાં મારા ગુણ સર્વોચ્ચ છે તો મારું ગણિત થોડું નબળું કહી શકાય. મારા ગણિતના ગુણ અગાઉની પરીક્ષા કરતાં વધારે છે તો મારા ગણિતમાં સુધારો થયો છે તેમ કહી શકાય. આમ, બાળક અન્ય લોકોના સંદર્ભમાં, પોતાના પૂર્વના દેખાવના સંદર્ભમાં કે અન્ય કોઈ સંદર્ભમાં પોતાની શક્તિઓને તપાસી શકે છે. શિક્ષક તરીકે બાળકને તેના વર્તમાન દેખાવના સ્તરથી હવે પછીના સ્તર અંગેનું ધ્યેય નિર્ધારિત કરી આપવાનું કામ શિક્ષકનું છે. બાળક પોતે ક્યાં છે અને ક્યાં પહોંચી શકે છે તે માર્ગનું દિશાસૂચન જરૂરી છે. સ્વ-ખ્યાલ કેળવવામાં શિક્ષકનું માર્ગદર્શન બાળક માટે મહત્વનું સાબિત થઈ શકે તેમ છે.

#### 14.4.2 શરતી વિધાયક ખ્યાલ

કોઈપણ વ્યક્તિ પોતાની આસપાસના, જૂથમાં કે સમાજમાં પોતાના અંગેના હકારાત્મક ખ્યાલોના વિકાસ માટે સતત મથામણ કરે છે. આ માટે તે જૂથ કે સમાજમાન્ય વર્તનો, વ્યવહારો અનુસાર કાર્ય કરે છે. તે પોતાના માટેના હકારાત્મક ખ્યાલના વિકાસ માટે સમાજની અપેક્ષાઓ અનુસાર વર્તન કરવા પ્રેરાય છે. સમાજમાન્ય ન હોય તેવા વર્તનને તે ટાળે છે. સામાજિક આદર્શોનો ખ્યાલ તેના વર્તન પર અસર કરે છે. સામાજિક મર્યાદાઓ અનુસાર જીવનનિર્વાહ કરીને તે પોતાની હકારાત્મક છાપ ઉપસાવી શકે છે. વર્ગમાં પણ બાળક પોતાની હકારાત્મક છાપ ઉપસાવવા માટે સતત પ્રયત્નશીલ રહે તે અનિવાર્ય છે. આ માટે શિક્ષકે વર્ગના ધારા-ધોરણો સ્થાપિત કરવા જરૂરી છે. શિક્ષક તરીકે તમારી અપેક્ષાઓને વર્ગ સમક્ષ અવાર-નવાર રજૂ કરવી જરૂરી છે. વિદ્યાર્થી તરીકેના બાળકના અપેક્ષિત વર્તનોની ચર્ચા પણ થવી જોઈએ. આમ કરવાથી બાળકને પોતાના વર્તનનું અપેક્ષિત વર્તનના સંદર્ભમાં તુલના કરવાની તક પ્રાપ્ત થાય છે. પોતાની શું અપેક્ષા છે તે જણાવ્યા વિના બાળકના અયોગ્ય વર્તન માટે અવાર-નવાર ઠપકો આપવાથી બાળકોના ભવિષ્યના વર્તનને યોગ્ય દિશા મળતી નથી. આથી જ્યારે પણ બાળક તરફથી નકારાત્મક વર્તન જોવા મળે ત્યારે હકારાત્મક વર્તન કેવું હોવું જોઈએ તે સ્પષ્ટ કરવું જરૂરી છે. બાળક પોતાની છાપ અંગે સભાન થાય અને તેને કેળવવા તત્પર બને તે માટે સંવાદ જરૂરી છે. આમ, હકારાત્મક ખ્યાલના વિકાસની પૂર્વશરત એ મર્યાદિત વર્તન છે. બાળક એક વખત આ પ્રકારનો સમાજમાન્ય શરતી વિધાયક ખ્યાલ વિકસાવી લે ત્યારબાદ તેના શરતી અને વિધાયક સ્વ-ખ્યાલનો વિકાસ થાય છે.

#### 14.4.3 બિનશરતી વિધાયક ખ્યાલ

શરતી વિધાયક ખ્યાલ વિકાસ કરતી વખતે અન્ય લોકોની અપેક્ષાઓ મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. પરંતુ આમ કરવાથી લોકોની મરજી અનુસારનું જીવન બની જાય છે. વ્યક્તિ સ્વ-વાસ્તવિકરણના સ્તર સુધી પહોંચી શકતી નથી. પોતાના નિજાનંદ માટે કોઈ કાર્ય કરવું શક્ય બનતું નથી. જો વ્યક્તિ સ્વ-વાસ્તવિકરણના સ્તર સુધી પહોંચવા માંગતી હોય તો પોતાના નિજાનંદ અનુસાર કાર્ય કરીને પોતાના વ્યક્તિત્વનું ઘડતર કરવું પડે છે. પોતાની આંતરિક શક્તિઓને ધ્યાનમાં રાખીને પોતાનો વિકાસ કરવો પડે છે. પોતાનામાં રહેલી અભિયોગ્યતાઓનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવો પડે છે. સમાજમાન્ય ચીલાઓને છોડીને વ્યક્તિએ નવો ચીલો ચાતરવો પડે છે. આમ કરીને તે પોતાના સ્વ-વાસ્તવિકરણ થકી સમાજમાં પોતાની વિશિષ્ટ અને અનન્ય છાપ વિકસાવી શકે છે. રોજર્સ વ્યક્તિના આવા વિધાયક ખ્યાલને બિનશરતી વિધાયક ખ્યાલ તરીકે ઓળખાવે છે. આવા ખ્યાલના વિકાસ દરમિયાન થતું કોઈપણ વર્તન એ સામાજિક બંધનોથી મુક્ત હોય છે. વ્યક્તિ પોતાના અંતરઆત્માના અવાજ અનુસાર પોતાના નિજાનંદ માટે વર્તન અને કાર્ય કરે છે. ગાંધી, ટાગોર, રામકૃષ્ણ પરમહંસ, રાજા રામમોહન રાય, ગીજુભાઈ બધેકા વગેરેએ સ્વ-વાસ્તવિકરણ થકી સમાજમાં પોતાની વિશિષ્ટ છાપ ઉભી કરેલ છે. આ ખ્યાલ વિધાયક છે અને તે કોઈપણ પ્રકારની પૂર્વશરતથી મુક્ત હોવાથી તેને બિનશરતી વિધાયક ખ્યાલ કહેવામાં આવે છે. બાળકને પોતાને શું ગમે છે, તેના મનમાં કેવા નવવિચાર આવે છે, રૂઢિગત પ્રણાલી કરતાં પોતે નવું શું વિચારે છે વગેરે જેવી બાબતોની બાળકો સાથે ચર્ચા કરવાથી પોતાનામાં રહેલ અનન્ય બીજને અંકુરિત કરી શકાય છે.

#### 14.4.4 શરતી વિધાયક સ્વ-ખ્યાલ

વ્યક્તિનો સ્વ-ખ્યાલ હંમેશા સાંદર્ભિક હોય છે. વ્યક્તિ કોઈ સંદર્ભની તુલનામાં પોતાનો સ્વ-ખ્યાલ વિકસાવે છે. આ સંદર્ભ પોતે, પોતાના કુટુંબીજનો, પોતાના મિત્રો, સગા-સંબંધી, સહ-કર્મચારીઓ, ધર્મ, જ્ઞાતિ, સમાજ કે અન્ય કોઈપણ હોઈ શકે છે. સામાન્ય રીતે અન્યો સાથેની તુલના કરતાં-કરતાં જ વ્યક્તિ પોતાનો સ્વ-ખ્યાલ વિકસિત કરતો હોવાથી તેને શરતી વિધાયક સ્વ-ખ્યાલ કહી શકાય. અન્ય લોકો દ્વારા અનુમોદન મળ્યા બાદ જ પોતાના વર્તનને વિધાયક ખ્યાલ તરીકે વ્યક્તિ સ્વીકારે છે. રોજર્સ આવા ખ્યાલને શરતી વિધાયક સ્વ-ખ્યાલ કહે છે. શિક્ષકે બાળકોના યોગ્ય વર્તનને અનુમોદન આપી તેને શરતી વિધાયક ખ્યાલમાં પરિવર્તિત કરવું જોઈએ.

#### 14.4.5 વાસ્તવિક અને આદર્શ સ્વ

વ્યક્તિ હંમેશા આદર્શની શોધમાં વર્તમાનમાં સતત પ્રયત્નો કર્યા કરે છે. તે શરુઆતથી જ સ્વ-વાસ્તવિકરણના સ્તર સુધી પહોંચવા મથ્યા કરે છે. સમાજની અપેક્ષાઓની પૂર્તિ કરતાં-કરતાં ક્યારેક પોતાના નિજાનંદનું પણ સાંભળવા પ્રેરાય છે. જો વ્યક્તિને પોતાના નિજાનંદ અનુસાર કાર્ય કરવા માટેની અનુકૂળ પરિસ્થિતિ મળી જાય તો તે સફળતાપૂર્વક સ્વ-વાસ્તવિકરણ કરી શકે છે. આ રીતે થયેલ સ્વનો વિકાસ એ વાસ્તવિક સ્વનો વિકાસ કહી શકાય. આ સ્વ તેની પોતાની અપેક્ષાઓ અનુસાર છે, નહિ કે અન્યોની અપેક્ષા અનુસાર. આ સ્વ વ્યક્તિ પોતાની શક્તિઓ અને મર્યાદાઓ અનુસાર વિકસિત કરે છે. તત્ત્વજ્ઞાનમાં આ માટે ‘Seeming’ અને ‘Being’ ના ખ્યાલો દર્શાવેલ છે એટલે કે ‘દેખાવું’ અને ‘હોવું’. જે ન હોય અને દેખાડવાનો પ્રયત્ન કરીએ તેને વાસ્તવિક સ્વ ન કહી શકાય. શિક્ષકની ભૂમિકા બાળકના વાસ્તવિક સ્વ વિકાસ માટેનું વાતાવરણ પૂરું પાડવાની છે.

આદર્શ એ સમાજ દ્વારા ઉભો કરાયેલો ખ્યાલ છે. જો વ્યક્તિ સ્વ-વાસ્તવિકરણ માટે સમાજની આદર્શ અપેક્ષાઓને ધ્યાનમાં રાખીને પોતાનો સ્વ-ખ્યાલ વિકસાવશે તો તે તેના માટે આદર્શ સ્વ-ખ્યાલ બની જાય છે. અહીં વ્યક્તિ સમાજના આદર્શો, અપેક્ષાઓ, ખ્યાલોને પોતાના વર્તનો, શક્તિઓ, ઈચ્છાઓ વગેરે કરતાં વધારે મહત્ત્વ આપે છે. તેની સ્વ-ખ્યાલ વિકસાવવાની આ રીતને સમાજમાં એક આદર્શ તરીકે જોવામાં આવે છે. આ પ્રકારનો આદર્શ સ્વ-ખ્યાલ વિકસિત કરનાર વ્યક્તિનો સમાજમાં આદર્શ તરીકે સ્વીકાર કરવામાં આવશે. સમાજમાન્ય આદર્શોનું વહન અને સાંસ્કૃતિક તેમજ વ્યક્તિગત મૂલ્યોના જતન માટે આ પ્રકારના ખ્યાલનો વિકાસ કરવા માટે શિક્ષકે અભ્યાસક્રમને તેની સાથે વણી લેવો જરૂરી છે. અભ્યાસક્રમમાં આવતાં વિષયવસ્તુમાં રહેલ સાંસ્કૃતિક અને વૈશ્વિક મૂલ્યોની વાત કરવી એ શિક્ષકની સૂઝ પર આધાર રાખે છે.

#### 14.4.6 અસમપતાની વિભાવના

વાસ્તવિક સ્વ અને આદર્શ સ્વ વચ્ચેના તફાવતને રોજર્સ અસમપતા તરીકે ઓળખાવે છે. સમાજના આદર્શ સ્વ સાથે પોતાના વાસ્તવિક સ્વના ખ્યાલની તુલના કરતાં જો કોઈ ભેદ જોવા મળશે તો તે ખ્યાલ અસમપતાના ખ્યાલને જન્મ આપે છે. સમાજના આદર્શ અનુસાર પોતાનો સ્વ હશે તો સમપતાનો ખ્યાલ વિકસે છે. જેમ કે, સમાજમાં વડીલોનું માન જાળવવું - એ આદર્શ હોય અને પોતે તેનાથી વિરુદ્ધ વર્તન કરી બેસે તો તેના મનમાં અસમપતાનો ખ્યાલ જન્મે છે અને પોતાનામાં ઊણપ હોવાની હીન ભાવના પેદા થાય છે. અસમપતાનો ખ્યાલ મનોવિકૃતિમાં પરિણમે છે. આદર્શ અને વાસ્તવ વચ્ચેની આ લડાઈમાં બાળકમાં આ પ્રકારની મનોવિકૃતિ જન્મ ન લઈ લે તે માટે શિક્ષકે ખૂબ સત્માન રહેવાની જરૂર છે. બાળક નિયમિત ગૃહકાર્ય કરી લાવે તે અપેક્ષિત આદર્શ છે પરંતુ ક્યારેક તેનાથી ચૂક થઈ જાય તો તે પક્ષે માટે ગંભીર ગુનો છે તેમ સાબિત કરવાથી બચવું અનિવાર્ય છે. જ્યારે આદર્શ અને વાસ્તવિક સ્વ વચ્ચે દ્વિધાની પરિસ્થિતિ ઉત્પન્ન થાય ત્યારે શિક્ષકનું માર્ગદર્શન અતિ મહત્ત્વનું બની જાય છે.

#### 14.4.7 સ્વ-વાસ્તવિકરણનો ખ્યાલ

સ્વ-વાસ્તવિકરણ એટલે વ્યક્તિમાં રહેલી અનન્યતા એટલે કે તમામ સુષુપ્ત શક્તિઓને સંપૂર્ણ રીતે આવિષ્કૃત કરવાની પ્રક્રિયા. ભારતીય શાસ્ત્રોમાં પણ કેળવણીને બાળકમાં પ્રથમથી જ રહેલ પૂર્ણતાના

પ્રગટીકરણ તરીકે દર્શાવેલ છે. સ્વ-વાસ્તવિકરણ માટે સૌપ્રથમ પોતાનામાં રહેલ સુષુપ્ત શક્તિઓની ઓળખ કરવી અનિવાર્ય છે. આ બાદ પોતે ઓળખેલ શક્તિઓનો ઉપયોગ કઈ રીતે કરી શકાય તેના માટેના રસ્તા અને પરિસ્થિતિઓ શોધીને જે-તે શક્તિઓને કામે લગાડવી જરૂરી છે. ઘણી વખત પોતાનામાં રહેલી સુષુપ્ત શક્તિઓનો અણસાર વ્યક્તિને અવાર-નવાર આવે છે પરંતુ તેને યોગ્ય પરિસ્થિતિઓમાં કામે ન લગાડતાં તે સંપૂર્ણ રીતે આવિષ્કૃત થતી નથી. બંને બાબતોનું સંકલન વ્યક્તિને પરમ આનંદ અને સંતોષ આપે છે તેમજ વ્યક્તિનું સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ શક્ય બનાવે છે. રોજર્સના મતે દરેક વ્યક્તિ આ બંને કાર્યનું યોગ્ય સંકલન કરવા માટેના પ્રયત્નો કરે જ છે. વ્યક્તિના દરેક પ્રયત્નો સ્વ-વાસ્તવિકરણ માટેના જ હોય છે. રોજર્સ અને મેસ્લોમાં આ બાબતે ભેદ જોવા મળે છે. મેસ્લોના મતે સ્વ-વાસ્તવિકરણ સુધી પહોંચતા અગાઉ કેટલીક પ્રાથમિક જરૂરીયાતો પૂર્ણ કરવી અનિવાર્ય છે જ્યારે રોજર્સના મતે વ્યક્તિના દરેક પ્રયત્નો સ્વ-વાસ્તવિકરણ માટેના હોય છે.

#### 14.4.8 સ્વ-સાતત્યનો ખ્યાલ

સ્વ-સાતત્ય એટલે પોતાના વિશેના સ્વ-ખ્યાલને ટકાવી રાખવો. રોજર્સના મતે જ્યારે વ્યક્તિ પોતાના સ્વ-ખ્યાલનું નિર્માણ કરે છે ત્યારે તેને ટકાવી રાખવા માટેના સતત પ્રયત્નો કરે છે. જેમ કે, તમારો સ્વ-ખ્યાલ હોય કે હું ક્યારેય કોઈને મદદ કરવામાં ના નહીં પાડુ, તો તમે કોઈપણ સંજોગોમાં પોતાના આ સ્વ-ખ્યાલને જાળવવા પ્રયત્ન કરો છો. તે માટે તમે પોતાના સમય, શરીર અને આર્થિક બાબતોને પણ ધ્યાનમાં ન લો તેમ બની શકે છે. બાળકનો પોતાનો સ્વ-ખ્યાલ બંધાય એટલે શિક્ષકે તેના સાતત્ય માટે પ્રોત્સાહિત કરતાં રહેવું જોઈએ. જેમ કે, તું તો દરરોજ નિયમિત ગૃહકાર્ય કરે જ છે તો આજે કેમ ન કરી લાવ્યો, તું તો દરેક પ્રશ્નનો ઉત્તર આપવા હાથ ઊંચો કરે જ છે પરંતુ આજે કેમ ઊંચો ન કર્યો વગેરે. વ્યક્તિના આમ કરવા પાછળનું કારણ એ છે કે વ્યક્તિ પોતાના સ્વ-ખ્યાલ અનુસારનું વર્તન કરીને પોતાના સ્વ-ખ્યાલને વધારે મજબૂત બનાવવા માંગે છે. આમ કરવાથી તેને માનસિક સંતોષ પ્રાપ્ત થાય છે અને પોતે સમય વ્યક્તિત્વ ધારણ કરે છે. પોતાના સ્વ-ખ્યાલથી જુદા પડતાં અનુભવોને વ્યક્તિ નકારે છે અથવા તેને પોતાના સ્વ-ખ્યાલ અનુસાર બનાવવાના પ્રયત્નો કરે છે. જેમ કે, કોઈ વ્યક્તિ ટીકીટ માટે લાઈનમાં ઊભી છે. બીજી એક વ્યક્તિ આગળ જઈને ઘૂસ મારીને ટીકીટ લઈ લે છે, ત્યારે વ્યક્તિને પોતાને પણ આ રીતે કરવાની લાલચ ઊભી થાય છે, પરંતુ તે પોતાના સ્વ-ખ્યાલ અનુસાર આમ કરવાનું ટાળે છે અને આમ કરનારને અટકાવવાનો પ્રયત્ન પણ કરે છે.

**તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 2 નીચેના વિધાનોની સામે તેઓનો યોગ્ય અર્થ આપેલ યાદી પૈકી પસંદ કરી આપો.**

(સ્વ-ખ્યાલ, શરતી વિધાયક ખ્યાલ, બિનશરતી વિધાયક ખ્યાલ, શરતી વિધાયક સ્વ-ખ્યાલ, વાસ્તવિક સ્વ, આદર્શ સ્વ, અસરૂપતા, સમરૂપતા, સ્વ-વાસ્તવિકરણ, સ્વ-સાતત્ય)

1. વ્યક્તિમાં રહેલી સુષુપ્ત શક્તિઓને સંપૂર્ણ રીતે આવિષ્કૃત કરવાની પ્રક્રિયા \_\_\_\_\_
2. કોઈ સંદર્ભની તુલનામાં વિકસાવેલ વિધાયક સ્વ-ખ્યાલ \_\_\_\_\_
3. સામાજિક મર્યાદાઓ અનુસાર જીવનનિર્વાહ કરીને ઉપસાવેલ હકારાત્મક છાપ \_\_\_\_\_
4. પોતાની શક્તિઓ, મર્યાદાઓ, ક્ષમતાઓ, ગુણો, અવગુણો, કૌશલ્યો વગેરેની સ્થિર સમજ \_\_\_\_\_
5. પોતાના નિજાનંદ અનુસાર કાર્ય કરી વિકસાવેલ વિધાયક ખ્યાલ \_\_\_\_\_
6. સમાજની અપેક્ષાઓની પૂર્તિ કરતાં-કરતાં ક્યારેક પોતાના નિજાનંદનું પણ સાંભળવું \_\_\_\_\_
7. પોતાના વિશેના સ્વ-ખ્યાલને ટકાવી રાખવો \_\_\_\_\_
8. સમાજના આદર્શોને પોતાની ઈચ્છાઓ કરતાં વધારે મહત્ત્વ આપવું \_\_\_\_\_
9. આદર્શ સ્વ અને વાસ્તવિક સ્વમાં જોવા મળતો ભેદ \_\_\_\_\_

## 14.5 રોજર્સના મતે સંપૂર્ણ ક્રિયાશીલ વ્યક્તિના લક્ષણો

### 14.5.1 અનુભવો તરફનો અભિગમ

અભિગમ એ અનુભવની નીપજ સુનિશ્ચિત કરે છે. અનુભવો પ્રત્યેનો અભિગમ ખુલ્લાપણું ધરાવતો હોય તો તેમાં રહેલ લાગણીઓ અને વિચારોની સમજ સ્પષ્ટ બને છે. આનો અર્થ એમ કરી શકાય કે પોતાની લાગણીઓ અને વાસ્તવિકતાને સ્વીકારવાનું વ્યક્તિનું વલણ એટલે અનુભવો પ્રત્યે ખુલ્લાપણું ધરાવતો અભિગમ. આવો ખુલ્લાપણું ધરાવતો અભિગમ ન ધરાવનાર વ્યક્તિ અનુભવમાંથી કોઈ બોધપાઠ લઈ શકતી નથી. પરિણામે સ્વ-વાસ્તવિકરણ તરફનો માર્ગ મુશ્કેલ બની જાય છે. પોતાની લાગણીઓ વિશે સભાનતા કેળવવા માટે બાળકો તે લાગણીઓને અભિવ્યક્ત કરી શકે તેટલી મોકળાશ આપવી જરૂરી છે. બાળકોની લાગણીઓનો અભ્યાસ કરવાની, તેને વાચવાની ટેવ શિક્ષકપક્ષે વિકસે તે જરૂરી છે.

### 14.5.2 આત્મવિશ્વાસ

સંપૂર્ણ રીતે ક્રિયાશીલ વ્યક્તિ પોતાની જાત પર સંપૂર્ણ વિશ્વાસ ધરાવે છે. પોતાની લાગણીઓ અને સ્વ-બ્યાલ અંગેની સ્પષ્ટતા તેમાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. તે સ્વતંત્ર રીતે નિર્ણયો લેતી હોય છે. કઈ પરિસ્થિતિમાં કેવું વર્તન કરવું જોઈએ તેનું નિયમન તે સારી રીતે કરી શકે છે. તે સમાજના રૂઢિગત અને પ્રણાલીગત નિયમો પર આંધળો વિશ્વાસ મૂકી વર્તન કરતી નથી પરંતુ પોતાની સૂઝ અનુસાર યોગ્ય નિર્ણય લે છે. તે પોતાના પૂર્વાનુભવોના આધારે સાચા-ખોટાનો નિર્ણય લેતી હોય છે. તેઓ વાસ્તવિક સ્વ માટે જીવતા હોય છે. આ જ બાબત તેઓને સ્વ-વાસ્તવિકરણ તરફ દોરી જાય છે. શિક્ષકે પાઠ્યપુસ્તકમાં આવતા વિષયવસ્તુમાં જ્યારે પણ આ પ્રકારના નિર્ણયલક્ષી પ્રસંગોનું વર્ણન કરવાનું થાય ત્યારે અન્ય ક્યા વિકલ્પો સંભવી શકે અથવા બાળક પોતે નવું શું કરી શકે તે પ્રકારના પ્રશ્નોની મુક્તપણે ચર્ચા કરવી જોઈએ. બાળકને પોતાના કાર્ય પર વિશ્વાસ પેદા થાય તે પ્રકારની વૈચારિક સ્પષ્ટતા બાળકપક્ષે કેળવાય તે જરૂરી છે.

### 14.5.3 વર્તમાનકેન્દ્રિ

કહેવાય છે કે ભૂતકાળ અને ભવિષ્યકાળ વ્યક્તિના હાથમાં નથી, પરંતુ જે તેના હાથમાં છે તે છે વર્તમાન. વર્તમાન જ વ્યક્તિના નિયંત્રણ હેઠળ અસ્તિત્વમાન છે. સંપૂર્ણ રીતે ક્રિયાશીલ વ્યક્તિ વર્તમાનમાં જીવે છે. તેના વર્તમાન વર્તન પર ભૂતકાળના બોધનો ઉપયોગ કરીને તે વર્તમાનને વધારે ફળદાયી બનાવે છે. શિક્ષકે બાળકને વર્તમાનની જરૂરીયાતો અંગે સભાન કરવા માટે સતત સજાગ કરતાં રહેવું જોઈએ. આ અઠવાડિયે તમને કેટલું ગૃહકાર્ય મળેલ છે, તમારી રજાઓ કેટલી છે, તમારા ઘરમાં કોઈ પ્રસંગમાં જવાનું છે, તમારું શનિવાર અને રવિવારનું આયોજન શું છે, તમારે ગૃહકાર્ય ક્યારે પૂર્ણ કરી લેવું જોઈએ, તમારું સમયપત્ર કેવું હશે વગેરે જેવા વર્તમાનલક્ષી પ્રકાર્યો દ્વારા શિક્ષક બાળકોને વર્તમાનમાં કાર્યરત રહેવાનો મહાવરો પૂરો પાડી શકે છે.

### 14.5.4 સ્વતંત્ર પસંદગી

સંપૂર્ણ ક્રિયાશીલ વ્યક્તિનો પસંદગી-વિસ્તાર બહોળો હોય છે. તેઓ સામાજિક પ્રણાલીઓ ઉપરાંત પોતે પણ અલગ માર્ગ પસંદ કરવાનું વલણ ધરાવે છે. તેઓની પસંદગી પર અન્ય પરિબળોની અસર નિયંત્રિત થયેલ જેવા મળે છે. તેઓ પોતે પસંદ કરેલ માર્ગ માટે પોતાની જાતને જ જવાબદાર ગણવાની હિંમત દાખવે છે. તેઓ પોતાના અનુભવોના આધારે પોતાની નિર્ણયપ્રક્રિયાને ઘડે છે. ઘણીવખત બાળકો એકબીજાની દેખાદેખીમાં પોતાના નિર્ણયો લેતા હોય છે. જેમ કે, તું પ્રવાસમાં આવતો હોય તો જ હું આવીશ, તું રમવા આવવાનો હોય તો જ હું આવીશ, તું વધારાના ઉપચારાત્મક વર્ગોમાં આવવાનો હોય તો જ હું આવીશ, તું સાયન્સમાં બાયોલોજી જૂથ લેવાનો હોય તો જ હું લઈશ વગેરે. આમ બાળકોની નિર્ણયપ્રક્રિયા પર અનેક પરિબળો અસર કરતાં હોય છે. આ તમામ પરિસ્થિતિઓમાં તે પોતાની જરૂરીયાતો અનુસાર સ્વતંત્ર પસંદગી કરતો થાય તે માટે શિક્ષકે યોગ્ય માર્ગદર્શન પૂરું પાડવું જોઈએ.



### 14.5.5 સર્જનાત્મકતા

સર્જનાત્મકતા એ સંપૂર્ણ ક્રિયાશીલ વ્યક્તિઓનું આગવું લક્ષણ છે. તેઓ પોતાના સંતોષ ઉપરાંત અન્યોના સંતોષ માટે પણ પ્રયત્નો કરે છે. તેઓ પોતાની સમક્ષ આવેલ પરિસ્થિતિમાં અણધાર્યો અને અપેક્ષિત ન હોય તેવો નિર્ણય લઈને પોતાની સર્જનાત્મકતાને મોકળાશ આપે છે. તેઓ આ દ્વારા સ્વ-સંતોષ પ્રાપ્ત કરીને સ્વ-વાસ્તવિકરણ તરફ આગળ વધે છે. સર્જનાત્મકતા વિકેન્દ્રિત ચિંતન સાથે જોડાયેલ હોવાથી વર્ગખંડમાં આ માટેની પરિસ્થિતિ પૂરી પાડવી જરૂરી છે. જેમ કે, ઈદગાહ પાઠમાં હામીદ પોતાની દાદી માટે ચીપિયો લઈને જાય છે, તો જો તમારે તમારી માતા માટે કોઈ ભેટ ખરીદવાની હોય તો તમે શું પસંદ કરશો?

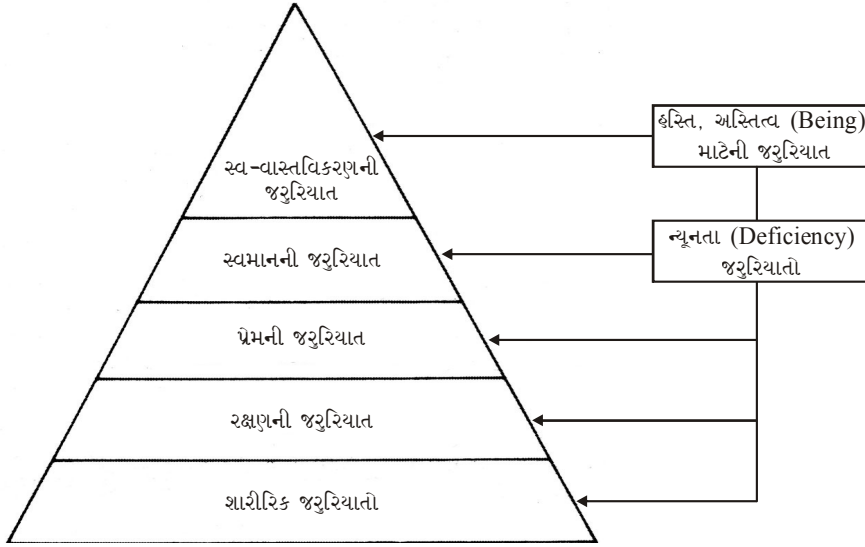
## 14.6 મેસ્લોનો સ્વ-વાસ્તવિકરણનો સિદ્ધાંત

### 14.6.1 જરૂરીયાતો - મેસ્લોના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતનો આધાર

મેસ્લોના મતે વ્યક્તિત્વનો વિકાસ જરૂરીયાતોથી પ્રભાવિત થાય છે. વ્યક્તિત્વને પ્રભાવિત કરતી આ જરૂરીયાતોની પણ તેઓએ સ્પષ્ટતાઓ કરી છે. તેઓએ વ્યક્તિની જરૂરીયાતોનો ઊર્ધ્વગામી ક્રમ દર્શાવેલ છે. તેઓએ વ્યક્તિની જરૂરીયાતોને પાંચ ક્રમિક વિભાગોમાં વર્ગીકૃત કરી છે. સૌથી પ્રાથમિક જરૂરીયાતથી માંડીને ઉચ્ચ કક્ષાની જરૂરીયાતોને ક્રમ આપવામાં આવેલ છે. સૌથી પ્રાથમિક જરૂરીયાતની પૂર્તિ બાદ ત્યારબાદના ક્રમની જરૂરીયાતની પૂર્તિ માટેના પ્રયત્નો કરવામાં આવે છે. વ્યક્તિ પોતાના અસ્તિત્વને ટકાવી રાખવા માટે જરૂરીયાતોની પૂર્તિ કરતો રહે છે. વ્યક્તિ જેમ-જેમ ઉચ્ચ કક્ષાની જરૂરીયાતોની પૂર્તિ કરતો જાય છે તેમ-તેમ તેના વ્યક્તિત્વનો ઊર્ધ્વગામી વિકાસ થતો જાય છે.

કોઈ એક ક્રમની જરૂરીયાત ન સંતોષાય ત્યાં સુધી ત્યારબાદના ક્રમની જરૂરીયાતની પૂર્તિ માટે વ્યક્તિ પ્રયત્ન કરતો નથી. જરૂરીયાતોનું મહત્ત્વ એ સમય અને સંજોગો આધારિત છે. કોઈ એક સમયે અગત્યની લાગતી જરૂરીયાત અન્ય સમયે મહત્ત્વ ન પણ ધરાવે. જેમ કે, તરસ્યા વ્યક્તિ સામે ભોજન મૂકતા તે સૌપ્રથમ પોતાની તરસ છીપાવશે જ્યારે કેટલાય દિવસથી ભૂખ્યો માણસ પાણીના સ્થાને ખોરાકને પસંદ કરશે. અન્ય એક ઉદાહરણ દ્વારા સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ. ધારો કે કોઈ વ્યક્તિની પ્રાથમિક જરૂરીયાત એટલે કે તરસ ઉભી થઈ છે અને તેની સામે પાણી છે. આ સમયે તે પાણી પીવા જાય છે ત્યાં જ મધમાખીનું ઝુંડ તેની તરફ આવે છે ત્યારે તે પાણીની પ્રાથમિક જરૂરીયાત ઉભી થઈ હોવા છતાં પોતાના સ્વભ્યાવ અને ભયની અસર હેઠળ જીવ બચાવવા ભાગે છે અને પાણીની જરૂરીયાતને પડતી મૂકે છે. આમ, વ્યક્તિ હંમેશા પ્રાથમિક જરૂરીયાત અથવા જે-તે સમયે ઉભી થયેલ જરૂરીયાતને સંતોષવા માટેના પ્રયત્નો કરે છે. ઉભી થયેલ જરૂરીયાતોના સંતોષ માટે વ્યક્તિ દ્વારા કરવામાં આવેલા પ્રયત્નો તેના વ્યક્તિત્વનું ઘડતર કરે છે. વ્યક્તિત્વના વિકાસ સાથે જુદી-જુદી જરૂરીયાતો પણ ઉભી થતી જાય છે. મેસ્લોનો સિદ્ધાંત વ્યક્તિની મૂળભૂત જરૂરીયાતોના વિકાસાત્મક સિદ્ધાંત તરીકે ઓળખાય છે. શિક્ષક તરીકે મેસ્લોના સિદ્ધાંતના વર્ગખંડ માટેના ફલિતાર્થો ખૂબ મહત્ત્વના છે. બાળકોની પ્રાથમિક જરૂરીયાતોને સંતોષીને જ પછીના ક્રમની જરૂરીયાતોની સિદ્ધિ માટે પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

## 14.6.2 મેસ્લોનો જરૂરીયાતોનો શંકુ



મેસ્લોના જરૂરીયાતોના શંકુમાં સૌથી વધુ અગ્રતા ધરાવતી જરૂરીયાતને શંકુમાં સૌથી નીચે દર્શાવેલ છે. તેની ઉપરના ક્રમની જરૂરીયાત ઓછી અગ્રતા ધરાવે છે. આમ, શંકુમાં જરૂરીયાતો ઊર્ધ્વગામી ક્રમમાં દર્શાવેલ છે. સૌથી નીચે આવેલ ચાર જરૂરીયાતોને ન્યૂનતા અથવા ઊણપ જરૂરીયાતો તરીકે ઓળખાવી છે. આ જરૂરીયાતો એવા પ્રકારની છે કે તેની પૂર્તતા ન થતાં વ્યક્તિ વ્યગ્રતા, માનસિક તાણ અને દબાણ અનુભવે છે. આવી જરૂરીયાતો નહીં સંતોષાવાના કારણે ઉભો થતો અસંતોષ સામાન્ય રીતે શારીરિક રીતે વ્યક્ત થતો નથી. જે જરૂરીયાત ઉભી થયેલ છે તેના સંતોષ માટે વ્યક્તિ સતત પ્રયત્નશીલ રહે છે. જરૂરીયાત પૂર્ણ થયા બાદ જ્યાં સુધી પુનઃ ન ઉદ્ભવે ત્યાં સુધી વ્યક્તિ તે જરૂરીયાત અંગે વિચારતો નથી. સૌથી ટોચ પર આવેલ જરૂરીયાતને મેસ્લો પોતાના અસ્તિત્વ, હસ્તિ કે હોવાપણાની જરૂરીયાત તરીકે ઓળખાવે છે. પોતે કોણ છે?, પોતાના હોવા પાછળનું કારણ શું છે?, પોતાનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ કયું છે? વગેરે જેવા અસ્તિત્વલક્ષી પ્રશ્નોના ઉત્તર મેળવવાની જરૂરીયાત સ્વ-વાસ્તવિકરણ અંતર્ગત થાય છે. મેસ્લોના મતે ન્યૂનતાલક્ષી તમામ જરૂરીયાતોના સંતોષ બાદ આ પ્રકારની જરૂરીયાત ઉભી થાય છે.

મેસ્લોના મતે વ્યક્તિ જ્યાં સુધી પ્રથમ જરૂરીયાત ન સંતોષાય ત્યાં સધી બીજી જરૂરીયાતની પૂર્તિ માટે પ્રયત્ન કરતો નથી. એક વખત જરૂરીયાત સંતોષાય જાય ત્યારબાદ તે જરૂરીયાત તરફ પાછો વળતો નથી. તે હંમેશા ઊર્ધ્વલક્ષી ક્રમમાં આગળ વધી વિકસિત થવાનો પ્રયત્ન કરે છે. ક્યારેક વ્યક્તિ નીચેના ક્રમની જરૂરીયાત તરફ પાછો પણ આવી શકે છે. જેમ કે, કોઈ એક વ્યક્તિ સ્વમાનની જરૂરીયાતના ક્રમ સુધી પહોંચી ગયેલ છે અને તે સતત તેને પ્રાપ્ત કરવા પ્રયત્ન કરે છે. ત્યાં અચાનક જ તે ગંભીર બીમારીનો ભોગ બને તો તેની શારીરિક જરૂરીયાતની પ્રાથમિકતા વધી જાય છે અને તેના સંતોષ માટે તે પ્રયત્નશીલ રહે છે.

**તમારી પ્રગતિ ચકાસો –3 નીચે દર્શાવેલ જરૂરીયાતોને મેસ્લોએ દર્શાવ્યા અનુસાર ઊર્ધ્વગામી ક્રમમાં ગોઠવો.**

પ્રેમની જરૂરીયાત, સ્વ-વાસ્તવિકીકરણની જરૂરીયાત, રક્ષણની જરૂરીયાત, સ્વમાનની જરૂરીયાત, શારીરિક જરૂરીયાત

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

## 14.7 મેસ્લોના મતે જરૂરીયાતોની શ્રેણી

મેસ્લોના મતે વ્યક્તિવના વિકાસ પર જરૂરીયાતોના સંતોષ અને અસંતોષની અસર જોવા મળે છે. અને વ્યક્તિત્વ વિકાસ પર આ જરૂરીયાતોની અસરની ચર્ચા જરૂરીયાતોના ઊર્ધ્વગામી ક્રમમાં કરી છે.

### 14.7.1 શારીરિક જરૂરીયાતો

શારીરિક જરૂરીયાતો વ્યક્તિની સૌથી પ્રાથમિક જરૂરીયાતો છે. મેસ્લોએ ઊર્ધ્વગામી ક્રમમાં તેને સૌથી નીચે દર્શાવેલ છે. શરીરની જરૂરીયાતોનો અહીં સમાવેશ કરવામાં આવે છે. હવા, પાણી, ખોરાક, ઊંઘ, શૌચક્રિયા, જાતીય સંતોષ, શારીરિક સ્વાસ્થ્ય વગેરે શરીરની જરૂરીયાતો છે. આ જરૂરીયાતો ઉભી થતા તેનો સંતોષ થવો જરૂરી છે. આ જરૂરીયાતોની અપૂર્તતા રહે ત્યાં સુધી વ્યક્તિ અન્ય જરૂરીયાતો અંગે વિચારતી નથી. શારીરિક જરૂરીયાતો સર્વવ્યાપી છે. શિક્ષકે બાળકની શારીરિક જરૂરીયાતોની પૂર્તિ સમયાંતરે થાય તે ધ્યાનમાં રાખવું જરૂરી છે.

### 14.7.2 સલામતીની જરૂરીયાતો

સલામતી એ વ્યક્તિની આજીવન ચાલતી શોધ છે. વ્યક્તિ જીવનના દરેક તબક્કે સલામતી પ્રાપ્ત કરવા માટેના પ્રયત્નો કરે છે. શારીરિક જરૂરીયાતો સંતોષાય ત્યારે સલામતીની જરૂરીયાત ઉભી થાય છે. સલામતી એટલે ડર, ભય, બીક, બિન-સલામતી કે ખતરામાંથી મુક્તિ. શારીરિક, માનસિક, સામાજિક, આર્થિક, કૌટુંબિક વગેરે જેવી બાબતોમાં અનુભવાતી અસલામતીથી છૂટકારો મેળવવો એટલે સલામતીની જરૂરીયાત. સલામતી વ્યક્તિના અસ્તિત્વ માટે અનિવાર્ય છે. નાના બાળકો, માનસિક રીતે અસ્થિર લોકો કે તીવ્ર મનોવૃત્તિવાળા લોકો પોતાની સલામતી અંગે સભાન ન હોવાથી અસામાન્ય વર્તન કરી બેસે છે. જ્યારે પુખ્ત અને સમજણ ધરાવતી વ્યક્તિ આમ કરતાં પહેલા અનેક વખત વિચાર કરશે. નાના બાળકો રસ્તાની આસપાસ રમતાં હોય તો નિર્ભયતાથી રોડ પર પહોંચી જાય છે. તેઓને પોતાની સલામતીનું ભાન રહેતું નથી. કેટલીક વખત નાના બાળકો કુતુહલવશ જીવજંતુને પણ પકડી લે છે. આ તો થઈ શારીરિક સલામતીની વાત, પરંતુ વ્યક્તિ પોતાના કુટુંબની સલામતી પણ વિચારે છે, વ્યવસાયમાં પણ સ્થિરતા માટે પ્રયત્નો કરે છે, આર્થિક બચત દ્વારા ભવિષ્યને સલામત બનાવે છે, સમાજમાન્ય વ્યવહારો કરીને સામાજિક પ્રતિષ્ઠાને સલામત રાખે છે. આમ, સલામતી એ વ્યક્તિના દરેક પસંદ કરેલા વર્તન પાછળ રહેલ અનેક પરિબલો પૈકીનું અગત્યનું પરિબલ છે. સલામતીની જરૂરીયાત વ્યક્તિને સ્વકેન્દ્રી બનાવી દે છે. આ જ કારણોસર એ પોતાની સલામતી માટે અન્યોની સલામતીને જોખમમાં મૂકી દે છે. વર્ગમાં પણ બાળક ઘરથી દૂર સલામતીની શોધમાં રહેતો હોય છે. વર્ગમાં બાળકો શિક્ષકના પ્રેમાળ વર્તન હેઠળ સલામતીની ભાવના અનુભવે તે જરૂરી છે. સલામતીની ભાવના હેઠળ બાળક કુદરતી વર્તન કરવા પ્રેરાય છે અને પોતાના સ્વની અનુભૂતિને અભિવ્યક્ત કરે છે. અસલામતીના વાતાવરણમાં બાળક પોતાના કુદરતી વર્તનથી વિરુદ્ધ બનાવટી વર્તન કરવા પ્રેરાય છે. શિસ્તના આગ્રહની સાથે અભિવ્યક્તિની મોકળાશ હોવી જરૂરી છે.

### 17.7.3 પ્રેમની જરૂરીયાતો

પ્રેમની જરૂરીયાત એ ભાવાત્મક પાસા સાથે જોડાયેલ છે. શારીરિક અને રક્ષણની જરૂરીયાત સંતોષાય ત્યારે આ જરૂરીયાત ઉદ્ભવે છે. વ્યક્તિ પોતાની આસપાસના માનવ પરિબલો તરફથી પ્રેમની અપેક્ષા રાખે છે. પોતાના મિત્રો, સગા-સંબંધીઓ, પત્ની, બાળકો, માતા-પિતા વગેરે તેના તરફ પ્રેમાળ વર્તન કરે તેવી અપેક્ષા વ્યક્તિને હંમેશા રહે છે. વ્યક્તિ પોતે પણ આ લોકો તરફ પોતાનો પ્રેમ અભિવ્યક્ત કરવા માટે તત્પર હોય છે. પોતાના વ્યક્તિત્વના ઘડતર દરમિયાન તે પ્રેમની જરૂરીયાત સંતોષવા મથે છે. પ્રેમની જરૂરીયાત ભાવાત્મક સ્તરે ઉદ્ભવતી હોવાથી તીવ્ર લાગણી ધરાવે છે. આ જરૂરીયાતના સંતોષ માટે વ્યક્તિ અનેક પ્રકારના અસામાન્ય વર્તન પણ કરી શકે છે. આ જરૂરીયાત સંતોષ પામનાર વ્યક્તિ વિધાયક સામાજિકતા વિકસાવે છે. વ્યક્તિ પોતાના આસપાસનું વાતાવરણ પ્રેમાળ રહે તે માટે અનુકૂળન સાધવા પણ તૈયાર થઈ જાય છે. વ્યક્તિ પર જ્યારે કોઈ મુશ્કેલી આવી પડે ત્યારે તેની પ્રેમની જરૂરીયાત વધારે તીવ્ર બને છે. આવા સંજોગોમાં પ્રેમપૂર્વક સહારો મળે તો

વ્યક્તિને મુશ્કેલીના સમયમાં માનસિક આધાર મળી રહે છે. જીવનના સારા-નરસાં પ્રસંગે વ્યક્તિ હંમેશા અન્યોના પ્રેમની અપેક્ષા રાખે છે. વ્યક્તિને મુશ્કેલીના સમયમાં મળેલ પ્રેમ તેને પરિસ્થિતિ સામે લડવા માટે આત્મબળ તેમજ આત્મવિશ્વાસ પૂરો પાડે છે. પ્રેમની જરૂરીયાત વ્યક્તિને લગ્ન કરવા પ્રેરે છે તેમજ તે બાળકોને સ્નેહ અને મમતા આપે છે.

પ્રેમની ભાવાત્મક જરૂરીયાતની અપૂર્તિ ભયંકર પરિણામો લાવી શકે છે. વ્યક્તિ ભાવાત્મક નિષ્ફળતાની અસર હેઠળ અનેક અયોગ્ય પગલાં ભરવા પ્રેરાય છે. પ્રેમની જરૂરીયાતનો સંતોષ ન થાય ત્યારે વ્યક્તિ નિરાશામાં સરી પડે છે, નાસીપાસ થાય છે, એકલતામાં સરી પડે છે, સમાજથી વિમુખ બની જાય છે, વિદ્રોહના સ્તરે વર્તન કરે છે. પ્રેમની જરૂરીયાત દરેક અવસ્થાએ ઉદ્ભવ પામે છે. બાળકોના સંતુલિત વિકાસ માટે પ્રેમની જરૂરીયાત પૂરી કરવી જરૂરી છે. ભયમુક્ત બાળક પોતાના વ્યક્તિત્વનો વધારે મજબૂત વિકાસ કરી શકે છે. બાળકો વર્ગમાં શિક્ષક પાસેથી સૌપ્રથમ પ્રેમની અપેક્ષા રાખે છે અને ત્યારબાદ જ્ઞાનની. પ્રેમબળ વર્તન કરનાર શિક્ષક સરળતાથી વિષયવસ્તુ નિરુપણ કરી શકે છે. પ્રેમની અભિવ્યક્તિ શારીરિક હાવભાવ તેમજ શાબ્દિક રીતે થઈ શકે છે. શિક્ષકે બને ત્યાં સુધી પોતાના વર્ગમાં કેટલાંક વિધાનો અનૌપચારિક રીતે હેતુપૂર્વક પ્રેમની અભિવ્યક્તિ કરતાં બોલવા જોઈએ. આમ થવાથી બાળકો ભાવાત્મક સ્તરે શિક્ષક સાથે જોડાઈ જાય છે. ઘણી શાળાઓમાં કેટલાક શિક્ષકો આ જ કારણોસર વધારે વિદ્યાર્થીપ્રિય જોવા મળે છે. ભાવાત્મક સ્તરે જોડાયેલ શિક્ષકનો પડયો બોલ બાળકો જીલી લે છે અને કાર્ય કરવા તત્પરતા દર્શાવે છે. પ્રેમ એ શિક્ષકના વ્યક્તિત્વનું સૌથી મહત્વનું પ્રબળ પાસું છે. તેના વિકાસ માટે શિક્ષકે પ્રેમબળ બનવું અનિવાર્ય છે. પ્રેમ વહેંચવાથી પ્રેમ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે તે વાત હંમેશા યાદ રાખવી જરૂરી છે.

#### 17.7.4 સ્વમાનની જરૂરીયાતો

દરેક વ્યક્તિને પોતાના અસ્તિત્વની નોંધ લેવાય તેવી ઈચ્છા રહે છે. દરેક વ્યક્તિ અન્યો કરતાં અલગ હોવાથી તેની આગવી લાક્ષણિકતાની નોંધ લેવાય તેવા પ્રયત્નો સતત કરતો રહે છે. આ નોંધ ઘર, કુટુંબ, મિત્રો, સમાજના લોકો કે તેના જૂથના લોકો લે તેવી અપેક્ષા વ્યક્તિની રહે છે. આ લોકો તેના અસ્તિત્વને સ્વીકારે, તેને માન આપે, તેના વિચારોને ધ્યાનથી સાંભળે અને સ્વીકારે ત્યારે વ્યક્તિને સ્વમાનની અનુભૂતિ થાય છે. મેસ્લોના મતે અગાઉના ક્રમની જરૂરીયાતો પૂર્ણ થયે વ્યક્તિમાં આ જરૂરીયાતનો ઉદ્ભવ થાય છે. તેના વર્તનમાં આવેલ પરિવર્તન જ તેની સ્વમાન પ્રત્યેની જાગૃતિ દર્શાવે છે.

વ્યક્તિની સ્વમાન માટેની જરૂરીયાત તેને અનેક વર્તનો કરવા માટેની પ્રેરણા અને આત્મવિશ્વાસ પૂરો પાડે છે. સ્પર્ધા કરવી, નવું સંશોધન કરવું, નવા વિચારો રજૂ કરવા, સ્વતંત્ર રીતે જીવવાના પ્રયત્નો કરવા, સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરવી વગેરે જેવા વર્તનો માટેની પ્રેરણા આ જરૂરીયાત ઉભી કરી આપે છે. આ જરૂરીયાતની નીપજ તરીકે વ્યક્તિ માન, સન્માન, ગૌરવ, પુરસ્કાર, ઓળખ, નામાભિધાન, કીર્તિ, ગૌરવ, આબરૂ, પ્રસિદ્ધિ, નામના, કદર વગેરે પ્રાપ્ત કરે છે. સ્વમાન માટે તે અન્ય લોકોને આકર્ષિત કરવા માટેનો પ્રયત્ન કરે છે અને લોકો પર વર્ચસ્વ જમાવવા માટે પ્રયત્નો કરે છે. આ જરૂરીયાતની પૂર્તિ ન થવાના સંજોગોમાં વ્યક્તિ લઘુતાગ્રંથિથી પીડાય છે. તે પોતાનું સ્વમાન ગુમાવી દે છે અને પોતાના અસ્તિત્વનો અસ્વીકાર થતા તે પોતાના પ્રત્યે હીનભાવ અનુભવે છે. ઘણી વખત આવી વ્યક્તિઓ માનસિક બિમારીઓથી પીડાવા લાગે છે અને અસામાજિક પ્રવૃત્તિઓ તરફ વળી જાય છે. સ્વમાનના અભાવમાં વ્યક્તિ પોતાની આસપાસના લોકોને નકારે છે. શિક્ષક તરીકે બાળકના સ્વમાનની જાળવણી એ આ બાબતનો ફલિતાર્થ કહી શકાય. બાળક એ બાળક હોવા મા+થી તેનું સ્વમાન કે ઓળખ ન સ્વીકારવી યોગ્ય ન કહી શકાય. દરેક બાળક પોતાની ઓળખ અને સ્વમાન મેળવવા માટે પ્રયત્નશીલ હોય છે. ક્યારેક તેઓના વર્તન પણ આ માટેના હોઈ શકે છે. શિક્ષક તરીકે આ બાબતનો વિધાયક ઉપયોગ કરી બાળકમાં આત્મવિશ્વાસ પૂરો પાડી પ્રેરણા આપી શકાય છે. તેઓનું જાહેરમાં સન્માન જળવાય તે માટે શિક્ષકપક્ષે સતત જાગૃતતા હોવી અનિવાર્ય છે.

#### 14.7.5 સ્વ-વાસ્તવિકરણની જરૂરીયાતો

વ્યક્તિત્વ વિકાસનું આ છેલ્લું સોપાન છે. મેસ્લોના મતે સ્વ-વાસ્તવિકરણ એટલે પોતાનામાં રહેલ અનન્યતાને ઓળખી સુષુપ્ત શક્તિઓને સંપૂર્ણ રીતે આવિષ્કૃત કરવાની પ્રક્રિયા. સ્વ-વાસ્તવિકરણની જરૂરીયાતના સંતોષ માટે બે બાબતો જરૂરી છે. એક તો પોતાનામાં રહેલ સુષુપ્ત શક્તિને ઓળખવી અને બીજું આ શક્તિને ઓળખ્યા બાદ તેનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવા માટેના રસ્તા અને પરિસ્થિતિઓ નિર્માણ કરવી. ક્યારેક એવું બને છે કે વ્યક્તિને પોતાનામાં રહેલ સુષુપ્ત શક્તિઓનો અણસાર આવી જાય પરંતુ જીવનની વ્યસ્તતામાં તે માર્ગે આગળ વધવામાં તે નિષ્ફળ નીવડે છે. જ્યારે આ બંને બાબતોનું યોગ્ય સંકલન થાય ત્યારે વ્યક્તિને પરમ આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે અને છેવટે સ્વ-વાસ્તવિકરણ શક્ય બને છે. જે લોકો સ્વ-વાસ્તવિકરણ માટેનું ધ્યેય રાખે છે તેઓએ આ બંને બાબતોના સંકલન માટે સભાન પ્રયત્નો કરવા જરૂરી છે. ક્યારેક એવું પણ બની શકે છે કે પોતે અનુભવેલી સુષુપ્ત શક્તિના પોષણ માટે પ્રયત્નો કરતાં તેને બહાર લાવવામાં સફળતા ન પણ મળે. પરંતુ, આ માટેના પ્રયત્નો ચાલુ રાખવા જરૂરી છે. સ્વ-વાસ્તવિકરણની જરૂરીયાતના સંતોષ માટે જ વ્યક્તિ સામાજિક કાર્ય તરફ વળે છે, પોતાનામાં રત રહે છે, ચિનો દોરવામાં આનંદ પ્રાપ્ત કરે છે, પોતાના શોખ પૂરા કરે છે, પુસ્તકો વાંચે છે, ગીતો ગાય છે, કૌશલ્ય વિકાસ જેવા કાર્યો કરે છે. ઘણી વખત કોઈએક વ્યક્તિમાં એક કરતાં વધારે સુષુપ્ત શક્તિઓ હોય તેમ બની શકે છે. જેમ કે, ડૉ અબ્દુલ કલામ એક ઉચ્ચ કોટિના વૈજ્ઞાનિક તો હતા જ પરંતુ તક મળતાં તેઓ એક નોંધપાત્ર રાષ્ટ્રપદ્ધતિ પણ બની શક્યા અને છેવટે સામાજિક ચેતના જગાવવા માટે એક સારા વક્તા અને શિક્ષક સાબિત થયા. આ જ રીતે રવિન્દ્રનાથ ટાગોર પણ સારા કવિ હોવાની સાથે-સાથે સારા ચિંતક પણ હતા. મેસ્લોના મતે પ્રથમ ચાર જરૂરીયાતોના સંતોષ બાદ સ્વ-વાસ્તવિકરણની જરૂરીયાત ઉદ્ભવે છે. બાળકોમાં રહેલ સુષુપ્ત શક્તિઓને ઓળખી તેને બહાર આવવા માટેનો માર્ગ પૂરો પાડવાની ભૂમિકા શિક્ષક અદા કરી શકે છે. આ માટે તે વાલી સંપર્ક કરીને પણ તેઓને જે-તે શક્તિના વિકાસ માટેનું યોગ્ય વાતાવરણ પૂરું પાડવા સમજાવી શકે છે. કોઈ બાળક સંગીતમાં ખૂબ સારો દેખાવ કરે તો તેને વધારે તાલીમ મળી રહે તે માટેના માર્ગો શિક્ષકે વિચારવા જોઈએ. વિવિધ અનુભવો પૂરા પાડવાથી બાળકોને પોતાનામાં રહેલી સુષુપ્ત શક્તિઓનો ખ્યાલ આવી શકે છે.

**તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 4 શિક્ષક તરીકેના નીચે દર્શાવેલા વર્તનોને મેસ્લોની જરૂરીયાતની શ્રેણી અનુસાર ઊર્ધ્વગામી ક્રમમાં ગોઠવો.**

વર્તન	ઊર્ધ્વગામી ક્રમ
1. વિદ્યાર્થીઓની સુષુપ્ત શક્તિઓને બહાર લાવવી.	_____
2. વિદ્યાર્થીઓનું જાહેરમાં અપમાન ન કરવું.	_____
3. વિદ્યાર્થીઓને સ્નેહ આપવો.	_____
4. સમયપત્રકમાં યોગ્ય સમયે રીશેષ આપવી.	_____
5. વિદ્યાર્થીઓને ન ધમકાવવા.	_____

#### 14.7.6 સ્વ-વાસ્તવિકરણ પામેલ વ્યક્તિના લક્ષણો

સ્વ-વાસ્તવિકરણ પામેલ કેટલીક સામાજિક વ્યક્તિઓના અભ્યાસના અંતે મેસ્લોએ સ્વ-વાસ્તવિકરણ પામેલ વ્યક્તિઓના લક્ષણોને રજૂ કરેલ હતા. તેઓની આ પદ્ધતિને જીવનચરિત્રાત્મક વિશ્લેષણ પદ્ધતિ (Biographical Analysis Method) તરીકે ઓળખવામાં આવી. કેટલીક વ્યક્તિઓને ઇતિહાસમાંથી જ્યારે બાકીના જીવંત લોકોને આ માટે પસંદ કરવામાં આવ્યા હતા. મેસ્લોએ નક્કી કરેલા સ્વ-વાસ્તવિકરણના ધોરણોમાં બંધ બેસતા લોકોને જ આ માટે પસંદ કરવામાં આવ્યા હતાં. આમાંની દરેક વ્યક્તિ પોતાના ક્ષેત્રમાં ખૂબ પ્રસિદ્ધ થયેલ હતી. આ વ્યક્તિઓમાં અબ્રાહમ લિંકન, થોમસ જેફરસન, આલ્બર્ટ આઈન્સ્ટાઈન, લીનર ઝવેલ્ટ, જેન એડમ્સ, વિલિયમ જેમ્સ, આલ્બર્ટ સ્કિવલ્ડર, બેનીડીક્ટ સ્પિનોઝા અને આલ્ડસ હક્સ્લીનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ હતો. મેસ્લોએ

પસંદ કરેલા લોકોના વર્તનોનો અભ્યાસ કરીને નીચે મુજબના લક્ષણો સ્વ-વાસ્તવિકરણ ધરાવનાર વ્યક્તિઓ માટે દર્શાવેલ હતા.

1. સ્વ-વાસ્તવિકરણ પામેલી વ્યક્તિ વાસ્તવવાદી હોય છે.
2. તેઓ સમસ્યાને પડકાર સ્વરૂપે જુએ છે.
3. તેઓ સફળતા કરતા સફળતા માટેના કરવામાં આવેલા ગંભીર પ્રયત્નોને વધારે મહત્ત્વ આપે છે.
4. તેઓ એકલતાનો આનંદ ઉઠાવે છે.
5. તેઓ વધારે વ્યક્તિઓ સાથે સંબંધ રાખવાને બદલે જૂજ લોકો સાથે સંબંધ રાખે છે.
6. તેઓ દરેક કાર્યમાં સ્વાયત્તતા પસંદ કરે છે.
7. તેઓ સામાજિક દબાણની ચિંતા કરતાં નથી.
8. તેઓ રમૂજવૃત્તિ ધરાવે છે અને તે માટે પોતાની મશ્કરી પણ કરી લે છે.
9. તેઓ સામેની વ્યક્તિઓને જેવી છે તેવી જ સ્વીકારી લે છે. તેઓ બીજામાં પરિવર્તન લાવવા પ્રયત્ન કરતાં નથી.
10. તેઓમાં બનાવટ હોતી નથી. તેઓ જેવા છે તેવા દેખાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે.
11. તેઓ સાદગીમાં માને છે.
12. તેઓ માનવતાવાદી હોય છે અને અન્યોની કદર કરે છે.
13. તેઓમાં નૈતિકતા જોવા મળે છે અને દરેક કાર્યમાં વ્યક્તિગત આચારસંહિતાનું પાલન કરતી હોય છે.
14. તેઓ સામાન્ય વસ્તુઓનું પણ બારીકાઈથી નિરીક્ષણ કરતાં હોય છે.
15. તેઓ સરેરાશ વ્યક્તિઓ કરતાં વધારે અનુભવો મેળવવાની વૃત્તિ ધરાવે છે.

સ્વ-વાસ્તવિકરણ ધરાવતી વ્યક્તિઓ હંમેશા વિધાયક ગુણો જ ધરાવે છે તેવું મેસ્લો કહેતા નથી. તેઓએ સ્વ-વાસ્તવિકરણ ધરાવતી વ્યક્તિઓની નીચેના જેવી નબળાઈઓ પણ દર્શાવી છે.

1. તેઓ અવાસ્તવિક ચિંતા અને અપરાધભાવથી પીડાય છે, પરંતુ આ ચિંતા કે અપરાધભાવ મનોવિકૃતિ ધરાવતા વ્યક્તિઓમાં જોવા મળે છે તેવા હોતા નથી. તેઓને તેમના કામ અંગેની ચિંતા હોય છે. સફળતા ના મળે ત્યારે પ્રયત્નોમાં રહી ગયેલ ખામીઓનો અપરાધભાવ જોવા મળે છે.
2. આ પ્રકારની વ્યક્તિઓ ઘણી ભૂલકણી હોય છે.
3. તેઓ ક્યારેક અચાનક નિષ્ફુરતા પણ દર્શાવી દે છે.
4. તેઓ ક્યારેક અન્યને અકળાવી મૂકે તેવી શાંત પ્રકૃતિ દર્શાવે છે.
5. ઘણીવખત તેઓ અચાનક જ તેમની વિનોદવૃત્તિ પર નિયં+ણ મૂકે દે છે.

મેસ્લોએ તેમના જીવનનાં અંતિમ દિવસોમાં સ્વ-વાસ્તવિકરણ કરતાં પણ ઊપલી કક્ષાની એક જરૂરીયાત જણાવેલ હતી. આ જરૂરીયાત હતી સ્વ-શ્રેષ્ઠતા (Self – Transcendence) સિદ્ધ કરવાની જરૂરીયાત. સ્વ-શ્રેષ્ઠતાની જરૂરીયાત વ્યક્તિની એવી ઈચ્છા કે તેઓએ મેળવેલ સિદ્ધિઓ કે સફળતાનો લાભ આવનારી પેઢી પણ ઉઠાવે અને તેઓએ સ્થાપિત કરેલા ધોરણોને માન્યતા મળે. સ્વ-વાસ્તવિકરણમાં વ્યક્તિ સ્વ-આનંદ માટેના પ્રયત્નો કરતી હોય છે જ્યારે સ્વ-શ્રેષ્ઠતામાં વ્યક્તિ તેના જીવનને લોકોપયોગી બનાવવાની ઈચ્છા ધરાવે છે.

### તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 5

મેસ્લોએ આપેલ સ્વ-વાસ્તવિકરણ ધરાવનાર વ્યક્તિઓના લક્ષણો અને નબળાઈઓ પૈકી તમારામાં હાજર હોય તેવા પાંચ લક્ષણો અને બે નબળાઈઓની યાદી તૈયાર કરો.

#### ❖ પાંચ લક્ષણો:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

#### ❖ બે નબળાઈઓ

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

### 14.8 સારાંશ

રોજર્સના વ્યક્તિત્વના ખ્યાલ અનુસાર મોટાભાગની મુશ્કેલીઓનું મૂળ કારણ વ્યક્તિત્વના સાચા સ્વરૂપનું આપણું અજ્ઞાન છે. શિક્ષક તરીકે બાળક પોતાના સ્વને ઓળખે અને તેને સ્વીકારે તે માટેના પ્રયત્નોને આ સિદ્ધાંત દિશા આપે છે. મુશ્કેલી એ છે કે વ્યક્તિ પોતાના સાચા સ્વને ઓળખતી નથી અને ઓળખે છે તેનો નકાર કરી તેને સ્વીકારવા તૈયારી બતાવતી નથી. બાળક તરીકે તેઓ પોતાના સ્વ-ખ્યાલ વિશે થોડો પણ વિચાર કરતાં થાય તો અનુભવોના આધારે તેને વધારે સુદૃઢ બનાવી શકે છે. સ્વ-ખ્યાલની વિકૃતિ જ મનોવિકૃતિમાં પરિણમતી હોવાથી તેને બને તેટલો સ્પષ્ટ રાખવો જરૂરી છે. સ્વ-વાસ્તવિકરણનો મેસ્લોનો ખ્યાલ વ્યક્તિની ઉચ્ચત્તમ જરૂરીયાત તરફ નિર્દેશ કરે છે. વ્યક્તિ મોટાભાગે પોતાની પ્રાથમિક જરૂરીયાતોને સંતોષવામાં જ જીવન વ્યતિત કરી દે છે. સ્વ-વાસ્તવિકરણ કોને કહેવાય?, તેને કઈ રીતે પ્રાપ્ત કરવું? તેની પ્રાપ્તિ કે અપ્રાપ્તિને કઈ રીતે ઓળખવી? વગેરે જેવા પ્રશ્નોના ઉત્તર મેસ્લોના સિદ્ધાંતમાંથી મેળવી શકાય છે.

### 14.9 સ્વાધ્યાય

1. રોજર્સની સ્વ-સિદ્ધાંતની પૂર્વધારણાઓ જણાવો.
2. સાચા માર્ગની પસંદગીમાં અસર કરતાં પરિબળોની ઉદાહરણસહ ચર્ચા કરો.
3. વ્યક્તિની વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયાની અસરો જણાવો.
4. શરતી અને બિનશરતી વિધાયક ખ્યાલનો ભેદ સ્પષ્ટ કરો.
5. સ્વ-ખ્યાલ એટલે શું?
6. આદર્શ અને વાસ્તવિક સ્વ વચ્ચેનો તફાવત આપો.
7. અસમરુપતા એટલે શું? સમરુપતા ક્યારે પ્રાપ્ત કરી શકાય?
8. સ્વ-વાસ્તવિકરણ એટલે શું?
9. સ્વ-સાતત્ય શા માટે જોવા મળે છે?
10. રોજર્સના મતે વ્યક્તિત્વને દર્શાવતા કોઈપણ ચાર ખ્યાલોની ચર્ચા કરો.
11. રોજર્સના મતે સંપૂર્ણ ક્રિયાશીલ વ્યક્તિત્વ કોને કહી શકાય?
12. સર્જનાત્મકતા એટલે શું? તેના પર કયા પરિબળોની અસર થાય છે?

13. મેસ્લોના વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતને જરૂરીયાતોના સિદ્ધાંત તરીકે શા માટે ઓળખવામાં આવે છે ?
14. મેસ્લોએ જણાવેલ ઊણપ જરૂરીયાતો સમજાવો.
15. મેસ્લોના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતના મૂળ આધારો સ્પષ્ટ કરો.
16. મેસ્લોના મતે સ્વ-વાસ્તવિકરણ પામેલ વ્યક્તિઓના લક્ષણો જણાવો.
17. મેસ્લોનો જરૂરીયાતોનો શંકુ સમજાવો.

---

#### 14.10 સૂચિત વાચનસામગ્રી

---

ભટ્ટ, કુસુમબેન કે., (2014). વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો (તૃતીય આવૃત્તિ). યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, અમદાવાદ.

દોંગા, નનુભાઈ, (2010). શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.

શુક્લા, સતીષપ્રકાશ એસ., (2013). શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન. અગ્રવાલ પબ્લિકેશન્સ, આગ્રા.

Corr, Philip J. & Matthews, Gerald, (2009). The Cambridge Handbook of Personality Psychology. Cambridge University Press, New York.

Maslow, A., (1970). Motivation and Personality, (2<sup>nd</sup> ed). Freeman, New York.

Millon, Theodore & Lerner Melvin J., (2003). Handbook of Psychology, Personality and Social Psychology (Volume – 5). John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Rogers, C., (1967). Learning to be Free, in C. Rogers and B. Stevens (Des.). The Problem of Being Human, Lafayette. Real People Press, CA.

Ryckman, Richard M., (2008). Theories of Personality, (9<sup>th</sup> ed.). Thomson Wadsworth, CA, USA.

---

#### 14.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

##### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 1

1. સાચું
2. ખોટું
3. સાચું
4. સાચું
5. ખોટું

##### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 2

1. સ્વ-વાસ્તવિકરણ
2. શરતી વિધાયક સ્વ-ખ્યાલ
3. શરતી વિધાયક ખ્યાલ
4. સ્વ-ખ્યાલ
5. બિનશરતી વિધાયક ખ્યાલ
6. વાસ્તવિક સ્વ
7. સ્વસાતત્ય
8. આદર્શ સ્વ
9. અસમરુપતા



❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો – ૩

1. શારીરિક જરૂરીયાત
2. રક્ષણની જરૂરીયાત
3. પ્રેમની જરૂરીયાત
4. સ્વમાનની જરૂરીયાત
5. સ્વ-વાસ્તવિકરણની જરૂરીયાત

❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો – ૪

1. સમયપ+કમાં યોગ્ય સમયે રીશેષ આપવી.
2. વિદ્યાર્થીઓને સ્નેહ આપવો.
3. વિદ્યાર્થીઓને ન ધમકાવવા.
4. વિદ્યાર્થીઓનું જાહેરમાં અપમાન ન કરવું.
5. વિદ્યાર્થીઓની સુષુપ્ત શક્તિઓને બહાર લાવવી.

❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો – ૫

દરેક વ્યક્તિના ભિન્ન ભિન્ન લક્ષણો અને નબળાઈઓની યાદી તૈયાર થશે.

: રૂપરેખા :

- 15.1 પ્રસ્તાવના
- 15.2 ઉદ્દેશો
- 15.3 વ્યક્તિત્વનો અર્થ અને પારિભાષિક પદો
  - 15.3.1 વ્યક્તિત્વનો અર્થ
  - 15.3.2 ગતિશીલ તં+
  - 15.3.3 મનોશારીરિક તં+
  - 15.3.4 વાતાવરણ સાથેનું અનુકૂલન
  - 15.3.5 સહેતુકતા
- 15.4 ગુણ-લક્ષણલક્ષી અભિગમ
  - 15.4.1 વ્યક્તિત્વ-ગુણની વિભાવના
  - 15.4.2 વ્યક્તિત્વ-ગુણના પ્રકારો
- 15.5 વ્યક્તિત્વગુણના લક્ષણો
  - 15.5.1 માપનક્ષમ
  - 15.5.2 વર્તના આધારિત ઓળખ
  - 15.5.3 લવચિકપણું
  - 15.5.4 સાર્વનિકતા
  - 15.5.5 વ્યક્તિગુણો એટલે ઉચ્ચક્રમ ધરાવતી ટેવો
  - 15.5.6 વ્યક્તિગુણો એટલે માનસિક પરિસ્થિતિ
  - 15.5.7 વ્યક્તિગુણો એ સાંદર્ભિક છે
  - 15.5.7 વ્યક્તિગુણો કેળવી શકાય છે
- 15.6 વ્યક્તિત્વ પર અસરકર્તા પરિબળો
  - 15.6.1 પ્રેરણા
  - 15.6.2 ક્રિયાલક્ષી સ્વાયત્તતા
  - 15.6.3 અધ્યયન
  - 15.6.4 અહમ કે સ્વનો ખ્યાલ
  - 15.6.5 સ્વ-ભાન
  - 15.6.6 વ્યક્તિગુણ
- 15.7 ગુણ-લક્ષણલક્ષી અભિગમની મર્યાદાઓ.
- 15.8 સારાંશ
- 15.9 સ્વાધ્યાય
- 15.10 સૂચિત વાચનસામગ્રી
- 15.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

## 15.1 પ્રસ્તાવના

---

ગોર્ડન ઓલપોર્ટનું નામ વ્યક્તિત્વનો અભ્યાસ કરનાર મનોવૈજ્ઞાનિકોમાં સૌથી મોખરે છે. તેઓએ વ્યક્તિત્વને કેન્દ્રમાં રાખીને પોતાનો અભ્યાસ કર્યો હતો. ગોર્ડન વિલાર્ડ ઓલપોર્ટ (Gordon Willard Allport) નો જન્મ 1897 માં મોન્ટેઝુમા ખાતે અમેરિકામાં થયો હતો. પોતાની સમગ્ર કારકિર્દીમાં તેઓએ ઘણા મનોવૈજ્ઞાનિક મંડળો તેમજ અન્ય કાર્યક્ષેત્રોમાં જવાબદારીઓ સંભાળી હતી. તેઓ 1939 માં APA (American Psychological Association) ના અધ્યક્ષ બન્યા હતા અને આજીવન તેના સભ્ય રહ્યા. 1937 થી 1949 સુધી અમેરિકાના Journal of Abnormal and Social Psychology ના તંત્રી તરીકે સેવા આપી હતી. આ દૃષ્ટિએ તેમણે કેવળ પોતાની સિદ્ધાંત-ભૂમિકા બીજા મનોવૈજ્ઞાનિકો સમક્ષ રજૂ કરી નથી પરંતુ અન્ય મનોવૈજ્ઞાનિકોના વિચારોને પણ આવકાર્યા હતા. ઓલપોર્ટ વ્યક્તિત્વની સ્પષ્ટ સમજૂતી મેળવવા માટે વ્યક્તિત્વનો સાચો અર્થ સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે. ઓલપોર્ટની વ્યક્તિત્વ અંગેની વ્યાખ્યાની સમજ બાળકના વ્યક્તિત્વના વિકાસની બહુદૈશીય સમજ પૂરી પાડે છે. શિક્ષક પોતે બાળકના વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં શો ફાળો આપી શકે છે, તે અંગેની સૂઝ કેળવવામાં ઓલપોર્ટનો સિદ્ધાંત ખૂબ ઉપયોગી નીવડી શકે છે. શિક્ષક તરીકે બાળકના વ્યક્તિત્વને અંતિમ નીપજ તરીકે નહિ, પરંતુ વ્યક્તિત્વ નિર્માણની પ્રક્રિયા હોવા અંગેની સમજ સ્પષ્ટ થાય છે.

---

## 15.2 ઉદ્દેશો

---

આ એકમનાં અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો –

- વ્યક્તિત્વ અંગેના ઓલપોર્ટના ખ્યાલોની સમજ આપી શકશો.
- ઓલપોર્ટના વ્યક્તિત્વ અંગેના પારિભાષિક શબ્દો સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- ઓલપોર્ટના ગુણ-લક્ષણલક્ષી અભિગમને સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- ઓલપોર્ટના વ્યક્તિત્વ-ગુણના લક્ષણો તેમજ પ્રકારો જણાવી શકશો.
- ઓલપોર્ટના મતે વ્યક્તિત્વને અસર કરતાં પરિબલોને સ્પષ્ટ કરી શકશો.

---

## 15.3 વ્યક્તિત્વનો અર્થ અને પારિભાષિક પદો

---

### 15.3.1 વ્યક્તિત્વનો અર્થ

ઓલપોર્ટના મતે, “વ્યક્તિત્વ એટલે વ્યક્તિના મનોશારીરિક તંત્રનું એવું ગત્યાત્મક સંગઠન કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતે પોતાના વાતાવરણમાં પોતાની રીતે આગવું સમાયોજન સાધે છે.”

“Personality is a dynamic organization, within the individual, of those psychophysical systems that determine his unique adjustment to his environment.”

વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વને ઓલપોર્ટ અન્ય વ્યક્તિઓથી તદ્દન ભિન્ન એવું મનોશારીરિક તંત્ર તરીકે દર્શાવે છે. આ સાથે સંકળાયેલા કેટલાક શબ્દોની સમજ સ્પષ્ટ કરવી ખૂબ જરૂરી છે. ઓલપોર્ટનો વ્યક્તિત્વ અંગેનો આ અર્થ સમગ્ર વિશ્વમાં સૌથી વધારે સ્વીકૃત પામ્યો હતો. આ અર્થમાં રહેલ દરેક શબ્દ વ્યક્તિત્વને સમજવામાં મદદપ થાય છે.

### 15.3.2 ગતિશીલ તંત્ર

વ્યક્તિનું વ્યક્તિત્વ એ ગતિશીલ તંત્ર છે. વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વમાં કશું જ સ્થિર, સ્થૂળ કે કાયમી હોતું નથી. આપેલી પરિસ્થિતિમાં આજે એક પ્રકારનું વર્તન કરનાર વ્યક્તિ ભવિષ્યમાં આ જ પ્રકારની પરિસ્થિતિમાં આ જ પ્રકારનું વર્તન કરશે તેવું ચોક્કસપણે કહી શકાય નહીં. એટલે કે વ્યક્તિનું વર્તન એ જડ નથી. વાતાવરણમાંથી પ્રાપ્ત થતાં એક પછી એક ઉદ્દીપકો સામે પ્રતિચાર આપવા માટે તે સતત ગતિશીલ રહે છે. વાતાવરણમાંના આ ઉદ્દીપકો સામેના પ્રતિચાર એ વ્યક્તિત્વ ઘડતરમાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. આ ગતિશીલતામાં મનોશારીરિક તંત્ર વિશેષ ભૂમિકા ભજવે છે. શિક્ષક તરીકે ભૂતકાળના અનુભવોને આધારે ચોક્કસ પરિસ્થિતિમાં વિદ્યાર્થીએ આવું જ વર્તન કરવું જોઈએ – એ

પ્રકારની પૂર્વનિર્ધારિત અપેક્ષાઓથી બચવું જોઈએ. વિદ્યાર્થીનું વર્તન ગતિશીલ હોઈ શકે તે બાબતનો સ્વીકાર કરવો જોઈએ.

### 15.3.3 મનોશારીરિક તંત્ર

વ્યક્તિત્વની સામાન્ય પરિભાષા કે માન્યતામાં વ્યક્તિના બાહ્ય દેખાવ અને વર્તનનો ખૂબ મોટો ફાળો રહેલો છે. પરંતુ આ શારીરિક વર્તન ઉપરાંત વ્યક્તિના મનમાં ચાલતી માનસિક ક્રિયાઓ પણ પાયાની ભૂમિકા ભજવે છે. વાતાવરણ સાથેનો વ્યક્તિનો પ્રતિચાર એ વ્યક્તિના મનોશારીરિક તંત્રની મિશ્રિત અસર છે. વ્યક્તિનું વ્યક્તિત્વ તેની માનસિક અને શારીરિક શક્તિઓની આંતરક્રિયાનું પરિણામ છે. બાળકો તેઓના બાહ્ય વર્તનની સાથે તેઓના માનસિક વિચારોના ઐક્ય અંગેની જાગૃતિ કેળવે તે પણ ખૂબ જરૂરી છે. મનોશારીરિક તંત્રનું સંકલન વ્યક્તિત્વને વધારે સંતુલિત બનાવે છે. ‘કહીએ તે કરીએ અને કરીએ તે કહીએ’ એ સૂત્રને સાર્થક કરવાનો પ્રયત્ન થવો જોઈએ. આજે આર્ટીફિસિયલ ઇન્ટેલીજન્સ ના યુગમાં શરીરના હાવભાવ એટલે કે વ્યક્તિના શારીરિક વર્તન અને માનસિક વિચારોની એકબીજા સાથે સરખામણી કરી નિર્ણયો લેવામાં આવી રહ્યા છે.

### 15.3.4 વાતાવરણ સાથેનું અનુકૂલન

વ્યક્તિ છેવટે તો વાતાવરણમાં પોતાની જાતને સમાયોજિત કરવાના પ્રયત્નો માન કરે છે. વ્યક્તિના જીવનની દરેક ક્ષણ એક ચોક્કસ વાતાવરણ ધરાવે છે. આ વાતાવરણ તરફ વ્યક્તિ અનુકૂલન સાધવાનો પ્રયત્ન કરે છે. એક જ પ્રકારના વાતાવરણ તરફ વ્યક્તિ પોતાની સ્થાનિક અને તાત્કાલિક જરૂરીયાતો અનુસાર ભિન્ન-ભિન્ન વર્તન કરી શકે છે. વાતાવરણ વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વને અસર કરે છે. વાતાવરણ વ્યક્તિ પર પ્રભુત્વ જમાવી શકે છે અથવા તો વ્યક્તિ વાતાવરણ પર પ્રભુત્વ જમાવી શકે છે. આમ વાતાવરણ સાથે અનુકૂલન સાધવાની પ્રક્રિયાનું પરિણામ એ વ્યક્તિની મનોશારીરિક શક્તિઓ પર આધાર રાખે છે. બાળકો વર્ગના વાતાવરણ સાથે અનુકૂલન સાધવામાં કોઈ મુશ્કેલી અનુભવે ત્યારે તેઓને માર્ગદર્શન આપી સરળતા કરી આપવાની જવાબદારી શિક્ષકની છે. ઓલપોર્ટ વાતાવરણ સાથેના આ અનુકૂલનને આગવું કહે છે કારણ કે આ અનુકૂલન દરેક સમયે ભિન્ન-ભિન્ન હોઈ શકે છે. કોઈ એક પરિસ્થિતિમાં સ્થાપેલ અનુકૂલનનું પરિણામ સુખદ આવે તો વ્યક્તિ આ જ પ્રકારની પરિસ્થિતિમાં ભૂતકાળમાં સ્થાપેલ અનુકૂલનને સ્થાપવાનો પ્રયત્ન પહેલા કરે છે.

### 15.3.5 સહેતુકતા

વ્યક્તિના વાતાવરણ સાથેના અનુકૂલનની પ્રક્રિયા નિરર્થક કે હેતુવિહિન હોતી નથી. ચોક્કસ પરિણામો પ્રાપ્ત કરવા માટે વ્યક્તિ સહેતુક મનોશારીરિક ક્રિયા કરે છે. વ્યક્તિનો હેતુ વાતાવરણમાં મહત્તમ સંતોષ પ્રાપ્ત કરવાનો હોય છે. આપેલા વાતાવરણમાં વ્યક્તિ પોતાના અસ્તિત્વને ટકાવી રાખવા માટે સહેતુક પ્રયત્નો કરે છે. અનુકૂલન સાધવા માટેના આ સહેતુક પ્રયત્નોની વ્યક્તિત્વ પર અસર થાય છે. બાળકના દરેક વર્તન પાછળ રહેલા હેતુઓને સમજવાની સૂઝ શિક્ષકે કેળવવી પડશે. જેમ કે, અધ્યયન-અધ્યાપન દરમિયાન બેધ્યાન રહે તો તેના આ વર્તન પાછળ રહેલા હેતુઓને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવાથી સમસ્યાનું સાચું સમાધાન મેળવી શકાય છે. દરેક વ્યક્તિ એકસમાન પરિસ્થિતિમાંથી બહાર નીકળવા માટેના અલગ-અલગ હેતુઓ ધરાવતા હોય છે. હેતુઓમાં રહેલ આ ભિન્નતા જ વ્યક્તિત્વને આગવું બનાવે છે. આપણે વ્યક્તિત્વના લક્ષણોને આધારે તેના મુખ્ય પ્રકારો પાડી શકીએ પરંતુ સૂક્ષ્મ સ્વરૂપે તો દરેક વ્યક્તિ પોતાનું આગવું વ્યક્તિત્વ ધરાવે છે.

#### તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

નીચેના વિધાનો પૈકી સાચા વિધાન સામે ‘✓’ ની નિશાની અને ખોટા વિધાન સામે ‘x’ ની નિશાની કરો.

1. વર્તન એ મનુષ્યની શારીરિક ક્રિયા માન્ય છે.
2. વ્યક્તિત્વ ગત્યાત્મક હોય છે.

- |    |   |
|----|---|
| 3. | એક સમાન પરિસ્થિતિમાં એક જ વ્યક્તિનું વર્તન એકસમાન હોય છે. |
| 4. | માનવીના કેટલાક વર્તન હેતુ વગરના હોઈ શકે છે.               |

#### 15.4 ગુણ-લક્ષણલક્ષી અભિગમ

##### 15.4.1 વ્યક્તિત્વ-ગુણની વિભાવના

વ્યક્તિગુણની વિવિધ લેખકો દ્વારા આપવામાં આવેલ કેટલીક વ્યાખ્યાઓ નીચે મુજબ છે.

- વ્યક્તિનું કોઈપણ એવું સાપેક્ષ અને આગવું લક્ષણ કે વર્તન જે તેને બીજી વ્યક્તિથી જુદી તારવી શકે તેને વ્યક્તિગુણ કહી શકાય.

- ગિલફર્ડ

Trait is any distinguishable, relatively enduring way in which one individual differs from another.

- Gillford

- વ્યક્તિગુણ એ વ્યક્તિનું એવું લક્ષણ છે જે તેના વાતાવરણમાં તેના આગવા પરંતુ સાપેક્ષ રીતે (અન્ય લક્ષણો કરતાં) સ્થિર પ્રતિચાર અંગેનું વર્ણન કરે છે.

- એસ.એસ. ચૌહાણ

Trait may be defined as a property within the individual that accounts for his unique but relatively stable reactions to his environment.

- S.S. Chauhan

- વ્યક્તિગુણ એ વ્યક્તિત્વનું સાતત્યવાળું એવું ઘટક છે જેના આધારે વ્યક્તિમાં હાજર લક્ષણોનાં પ્રમાણના સંદર્ભમાં વ્યક્તિગત તફાવતોને સંખ્યાત્મક રીતે ગોઠવી શકાય છે.

- વોલ્ટર માઈકલ

Trait is a continuous dimension on which individual differences may be arranged quantitatively in terms of the amount of the characteristics, the individual has.

- Walter Michel

- વ્યક્તિગુણ એટલે વ્યક્તિના કોઈ એક વર્તનની તરાહોનો અવલોકિત સમૂહ.

- એચ. જે. આઈઝેન્ક

Trait is an observed constellation of individual action – tendencies.

- H.J. Eysenck

આમ, ઉપરોક્ત વ્યાખ્યાઓને આધારે કહી શકાય કે વ્યક્તિગુણ એ વ્યક્તિનું એવું લક્ષણ છે કે જે તેને અન્યો કરતાં અલગ પાડે છે અને વિશેષ બનાવે છે. વિશ્વની દરેક વ્યક્તિ અન્યો કરતાં વિશેષ હોય છે. વ્યક્તિગુણ વ્યક્તિના વર્તનને પ્રભાવિત કરે છે અને તેના વ્યક્તિત્વનો અભિન્ન ભાગ બની જાય છે. શિક્ષક તરીકે બાળકોના વ્યક્તિગુણોની ઓળખ કરવી અનિવાર્ય છે. સમગ્ર વર્ગને એક જ પ્રકારના ચશ્માથી જોવાને બદલે દરેક બાળક અનન્ય છે એમ માનીને તેના વ્યક્તિગુણોની ઓળખ કરવી જરૂરી છે. બાળકના વ્યક્તિગુણોની ઓળખ શિક્ષકને અનેક રીતે મદદપ થાય છે. બાળકના અભ્યાસથી માંડીને મૂલ્યાંકન સુધીની ગોઠવણ આ ઓળખને આધારે કરી શકાય છે.

##### 15.4.2 વ્યક્તિત્વ-ગુણના પ્રકારો:

વ્યક્તિગુણના નીચેના જેવા પ્રકારો પડે છે.

- (A) વ્યક્તિલક્ષી વ્યક્તિગુણ: વ્યક્તિને ધ્યાનમાં રાખીને વ્યક્તિગુણના પ્રકાર નીચે મુજબ છે.
- (i) વ્યક્તિગત વ્યક્તિગુણ: વ્યક્તિગત વ્યક્તિગુણ એ વ્યક્તિગત તફાવતોને જન્મ આપે છે.

કોઈ વ્યક્તિગુણ એક વ્યક્તિમાં વિશેષ પ્રમાણમાં જોવા મળે છે જ્યારે તે જ વ્યક્તિગુણ કોઈ બીજી વ્યક્તિમાં અલ્પ માત્રામાં જોવા મળે છે. કોઈપણ વ્યક્તિની પાંચ આંગળીઓ સમાન હોતી નથી. આ સંદર્ભમાં શિક્ષકે હંમેશા યાદ રાખવું જોઈએ કે વર્ગમાં વ્યક્તિગત ભિન્નતા તો રહેવાની જ. કોઈ બાળક વધારે બુદ્ધિશાળી તો કોઈ વધારે સારી રમત રમી શકે છે. ચોક્કસ વ્યક્તિમાં આવેલા ચોક્કસ પ્રકારના આ વ્યક્તિગત ગુણોને વ્યક્તિગત વ્યક્તિગુણ તરીકે ઓળખાવી શકાય.

(ii) સામાન્ય વ્યક્તિગુણ : સામાન્ય રીતે આપણે જોઈ શકીએ છીએ કે અમુક વર્ગ, સમુદાય, સમૂહના લોકો એકસમાન ગુણો ધરાવતા હોય છે. તે જૂથની દરેક વ્યક્તિ એકસમાન લક્ષણો ધરાવે છે. જેમ કે, અમુક સમૂહ કે જૂથના લોકો કોઈ પ્રસંગે કે તહેવાર દરમિયાન એકસમાન રીતભાત દ્વારા ઊજવણી કરતા જોઈ શકાય છે. પંજાબ જેવા રાજ્યમાં ઘરદીઠ સેનામાં જઈ સેવા કરવા જેવા સામાન્ય વ્યક્તિગુણ જોઈ શકાય છે. આવા જૂથની વ્યક્તિઓમાં કેટલાક વ્યક્તિગુણો સમાન હોય છે. આવા વ્યક્તિગતગુણને સામાન્ય વ્યક્તિગુણ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. વર્ગમાં જ્યારે જૂથ રચના થાય છે ત્યારે તેઓમાં કેટલાક ચોક્કસ સામાન્ય વ્યક્તિગુણો નોંધી શકાય છે. જૂથના સામાન્ય વ્યક્તિગુણોને હકારાત્મક દિશામાં વાળવાની જવાબદારી શિક્ષકની છે. કોઈ સમૂહના વ્યક્તિગુણની ઓળખ કરી લેવાથી તેઓની પાસેથી મહત્તમ કાર્ય મેળવી શકાય છે.

(B) અગત્યતાની દૃષ્ટિએ વ્યક્તિગુણ : વ્યક્તિગત ગુણનું આ વર્ગીકરણ ઓલપોર્ટે આપેલ છે.

(i) સર્વોપરી કે મુખ્ય વ્યક્તિગુણ : કોઈ એક વ્યક્તિમાં અનેક વ્યક્તિગુણો જોવા મળે છે. તે દરેકનું પ્રમાણ એકસમાન હોતું નથી. કોઈ એક વ્યક્તિગુણ અન્ય વ્યક્તિગુણ કરતા વધારે પ્રભાવ ધરાવે છે. પ્રભાવ ધરાવતા આ વ્યક્તિગુણને સર્વોપરી કે મુખ્ય વ્યક્તિગુણ તરીકે ઓળખી શકાય છે. કોઈ બાળકને કાર્ય સોંપતા તે હંમેશા સર્જનાત્મકતા દર્શાવે છે તો તેને તે બાળકના સર્વોપરી વ્યક્તિગુણ તરીકે ઓળખી શકાય છે. સર્વોપરી વ્યક્તિગુણના આધારે શિક્ષક બાળકોની કોઈ ચોક્કસ કાર્ય માટે પસંદગી કરી શકે છે. બાળકોને ડીખટમાં મોકલવા હોય, રમત-ગમતમાં પસંદ કરવા હોય કે પછી વિજ્ઞાનમેળામાં સહભાગી બનાવવા હોય, સર્વોપરી વ્યક્તિગુણની માહિતી હંમેશા મદદપ થાય છે.

(ii) કેન્દ્રિય વ્યક્તિગુણ : સર્વોપરી વ્યક્તિગુણ બાદના મુખ્ય વ્યક્તિગુણને કેન્દ્રિય વ્યક્તિગુણ કહી શકાય. વ્યક્તિના દરેક વર્તનમાં સર્વોપરી વ્યક્તિગુણની અસર જોવા મળે છે. કેન્દ્રિય વ્યક્તિગુણનો ક્રમ તેના પછી તરત જ આવે છે. જેમ કે, કોઈ વ્યક્તિ ઓછું બોલવાનું પસંદ કરતો હોય પરંતુ જ્યારે શિક્ષક તરીકે વર્ગખંડમાં જાય ત્યારે ખીલી ઉઠે છે કે પછી કોઈ જગ્યાએ અન્યાય થતો જુએ છે ત્યારે પોતાનો અવાજ ઉઠાવે છે. આ પ્રકારના વ્યક્તિગુણોને કેન્દ્રિય વ્યક્તિગુણ કહી શકાય.

(iii) ગૌણ વ્યક્તિગુણ : આ પ્રકારના વ્યક્તિગુણ સામાન્ય રીતે કાયમી હોતા નથી. તે સમય અને સંજોગો અનુસાર હાજર રહે છે. તે સમયની સાથે બદલાય છે તેમજ તે આકસ્મિક કે ઉપરછલ્લા હોય છે. જેમ કે, કોઈ રમતનો શોખ, કાર્યક્રમો જોવાનો શોખ, અમુક પ્રકારના કપડાંનો શોખ, સંગીત સાંભળવાનો શોખ વગેરે. શિક્ષક તરીકે બાળકોમાં જોવા મળતાં આ ગૌણ વ્યક્તિગુણોના આધારે તેના અંગે કોઈ અભિપ્રાય બાંધવાનું ટાળવું જોઈએ. પ્રસંગોપાત થતાં બાળકોના વર્તનને પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આ પ્રકારના ગૌણ વ્યક્તિગુણનો બાળકના સર્વોપરી વ્યક્તિગુણ તરીકે સ્વીકાર ન થાય તેની કાળજી શિક્ષકે રાખવી જોઈએ.

તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 2 નીચે દર્શાવેલ વિધાનો માટે ચોક્કસ શબ્દ આપો.

1. એક વ્યક્તિને બીજી વ્યક્તિથી જુદું પાડતું વ્યક્તિનું આગવું લક્ષણ \_\_\_\_\_

2.	અમુક વર્ગ, સમુદાય, સમૂહના લોકો એકસમાન ગુણો	_____
3.	વ્યક્તિગત તફાવતોને જન્મ આપતો વ્યક્તિગુણ	_____
4.	અન્ય વ્યક્તિગુણ કરતા વધારે પ્રભાવ ધરાવતો વ્યક્તિગુણ	_____
5.	સમય અને સંજોગો અનુસાર હાજર રહતો વ્યક્તિગુણ	_____

## 15.5 વ્યક્તિત્વગુણના લક્ષણો

### 15.5.1 માપનક્ષમ :

વ્યક્તિગુણોનું માપન કરીને તેને સંખ્યાત્મક સ્વરૂપે દર્શાવી શકાય છે.

### 15.5.2 વર્તન આધારિત ઓળખ:

વ્યક્તિગુણોનું પ્રત્યક્ષ માપન કરવું મુશ્કેલ છે. વ્યક્તિના વર્તનો અથવા તેના શાબ્દિક પ્રતિચારો દ્વારા તેના વ્યક્તિગુણો સ્પષ્ટ થાય છે. વ્યક્તિના વર્તન-વ્યવહારના આધારે તેના વ્યક્તિગુણો જાણી શકાય છે. આ સંદર્ભમાં અવલોકન અને કસોટીઓ માપનના સાધન બને છે.

### 15.5.3 લવચિકપણું:

માનવજીવનના શઆતના વર્ષોમાં એટલે કે બાળપણમાં વ્યક્તિગુણો અસ્થિર રહે છે. ઉંમરમાં વધારો થવાની સાથે તે ધીમે-ધીમે સ્થિરતા પ્રાપ્ત કરે છે. વ્યક્તિની પરિપક્વતાની સાથે તેમાં વધારે સ્થિરતા આવે છે. આમ છતાં સમય અને સંજોગો અનુસાર તેમાં વિચલન આવતું રહે છે. કોઈપણ વ્યક્તિગુણ કાયમી કે અચળ રહે તેવું બનવાની શક્યતાઓ નહિવત્ છે.

### 15.5.4 સાર્વનિકતા:

જે વ્યક્તિગુણો દરેક વ્યક્તિ, સમાજ, સ્થળ કે દેશની વ્યક્તિઓમાં સામાન્ય તત્ત્વ તરીકે જોવા મળે તેને સાર્વનિક વ્યક્તિગુણ કહી શકાય. જેમ કે, પ્રેમ, ચિંતા, ગુસ્સો, લાગણી વગેરે.

### 15.5.5 વ્યક્તિગુણો એટલે ઉચ્ચક્રમ ધરાવતી ટેવો:

વ્યક્તિગુણ એટલે વ્યક્તિમાં સ્થિર થયેલ ટેવો. એટલે કે તે વ્યક્તિમાં રહેલ પ્રથમ હરોળની ટેવોને નિર્દેશિત કરે છે. વ્યક્તિની ટેવો જ તેના સાચા વ્યક્તિત્વના દર્શન કરાવે છે. ટેવો એ કેટલાક વ્યક્તિગુણોની સ્થિરતા દર્શાવે છે.

### 15.5.6 વ્યક્તિગુણો એટલે માનસિક પરિસ્થિતિ:

કેટલાક મનોવૈજ્ઞાનિકોના મતે વ્યક્તિગુણો એ માનસિક પરિસ્થિતિ દર્શાવે છે કે જે વિભિન્ન પરિસ્થિતિઓમાં એક સમાન રીતે વર્તન કરવાની તૈયારી દર્શાવે છે. જેમ કે, અમુક પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિને ગુસ્સો આવી જાય છે, કેટલીક પરિસ્થિતિમાં તે ભયની લાગણી અનુભવે છે વગેરે.

### 15.5.7 વ્યક્તિગુણો એ સાંદર્ભિક છે:

વ્યક્તિગુણો એ આસપાસના વાતાવરણ તરફની વ્યક્તિની સમગ્ર માન્યતાઓ અને સંવેગોનું સંગઠનાત્મક વર્તન છે. વ્યક્તિના વર્તનમાં વાતાવરણની અસર મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. કોઈપણ વર્તનને જે-તે પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં જાવું અનિવાર્ય છે.

### 15.5.8 વ્યક્તિગુણો કેળવી શકાય છે :

વ્યક્તિગુણો કેળવી શકાય છે. પોતાની માનસિક અને શારીરિક શક્તિઓ અનુસાર કોઈપણ વાતાવરણ તરફના પોતાના પ્રતિચારને આપતાં-આપતાં વ્યક્તિ પોતાના વ્યક્તિગુણોને કેળવે છે. વાતાવરણના પ્રતિચાર દરમિયાન થયેલ હકારાત્મક કે નકારાત્મક અનુભવ તેના વ્યક્તિત્વનો ભાગ બને છે. ચોક્કસ પ્રકારના અનુભવો પૂરા પાડીને ચોક્કસ પ્રકારના વ્યક્તિગુણો કેળવી શકાય છે. જેમ કે, આર્મીની તાલીમમાં અગાઉ હાજર ન હોય તેવા ગુણો પણ તાલીમના અંતે કેળવાયેલા જોવા મળે છે.

## 15.6 વ્યક્તિત્વ પર અસરકર્તા પરિબળો

વ્યક્તિત્વની સમજ આપતી વખતે ઓલપોર્ટ કેટલાંક પાયાના ખ્યાલોની ચર્ચા કરે છે. આ પાયાના ખ્યાલો એ વ્યક્તિત્વને અસરકર્તા પરિબળો છે. બાળકના વ્યક્તિત્વના વિકાસ સમયે તેના પર અસરકર્તા પરિબળોની સમજ શિક્ષકને મદદપ થાય છે. આ પાયાના ખ્યાલો કે પરિબળો નીચે દર્શાવેલ છે.

### 15.6.1 પ્રેરણા

વ્યક્તિના વાતાવરણ તરફના પ્રતિચારને કોઈ ચોક્કસ પરિબળ સંચાલિત કરે છે. આ પરિબળ એટલે પ્રેરણા. તે વ્યક્તિને ક્રિયાશીલ બનાવવા માટેનું આંતરિક ઉત્તેજન છે. વ્યક્તિને વર્તન કરવા માટે કોઈ ચોક્કસ પરિબળ પ્રેરિત કરે છે. આ પરિબળ બા કે આંતરિક હોઈ શકે છે. આ પરિબળ દર્શ્ય કે અદર્શ્ય હોઈ શકે છે. ભૂખ, તરસ અને જાતીય ઈચ્છાઓ એ શારીરિક તેમજ આંતરિક પરિબળો છે જ્યારે પરીક્ષામાં પ્રથમ નંબર લાવવો, સ્પર્ધામાં વિજેતા થવું, સારી નોકરી મેળવવી, સામાજિક પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત કરવી વગેરે બાહ્ય પ્રેરણાઓ છે. વ્યક્તિ પોતાની જરૂરીયાતોને પૂર્ણ કરવા માટે તેની શારીરિક અને માનસિક શક્તિઓના આધારે પ્રયત્ન કરતો રહે છે. વ્યક્તિમાં શક્તિનો સંચાર કરનાર પરિબળ એટલે ઈચ્છાઓ અને જરૂરીયાતો. આ શક્તિ જ વ્યક્તિને જરૂરીયાતોની પૂર્તિ માટે ક્રિયાશીલ બનાવે છે. ઓલપોર્ટના મતે વ્યક્તિત્વના અભ્યાસ અને વિકાસ માટે દરેક પ્રકારની પ્રેરણાઓની સમજ કેળવવી જોઈએ. આદર્શ પરિસ્થિતિઓની સાંપેક્ષમાં વાસ્તવિક પરિસ્થિતિઓને પણ ધ્યાનમાં લેવી જોઈએ. શિક્ષક પ્રેરણાઓના અભ્યાસ થકી વર્ગમાં અધ્યયન માટેની જરૂરીયાતો ઉભી કરવી જરૂરી છે. સામાજિક મૂલ્યોના શિક્ષણ દરમિયાન પણ જરૂરીયાતોનો ઉદ્ભવ સફળતા તરફ લઈ જાય છે.

### 15.6.2 ક્રિયાલક્ષી સ્વાયત્તતા

ઓલપોર્ટના મત અનુસાર દરેક વ્યક્તિ કોઈપણ કાર્ય પ્રથમ વખત કોઈ પ્રેરણાથી દોરવાઈને કરે છે. આ કાર્યના અંતે તેને સંતોષ મળે છે. હેતુ પૂર્ણ થઈ ગયેલ હોવા છતાં વ્યક્તિ કાર્યને ચાલુ રાખે છે. વ્યક્તિને તે કાર્ય કરવાની આદત પડી જતી હોવાથી તે આદતવશ તે કાર્યને ચાલુ રાખે છે. ઓલપોર્ટ તેને ક્રિયાલક્ષી સ્વાયત્તતા કહે છે. જેમ કે, કોઈ વ્યક્તિ દોડમાં પ્રથમ નંબર લાવવા માટે રોજ દોડવાનો મહાવરો કરે છે અને છેવટે તે સ્પર્ધામાં પ્રથમ નંબર મેળવે છે. આમ છતાં હેતુ પૂર્ણ થયા બાદ પણ તે ક્રિયાલક્ષી સ્વાયત્તતાના કારણે તેને નિર્ધારિત સમયે રોજ દોડવાની આદત પડી જાય છે.

ઓલપોર્ટ આ ક્રિયાલક્ષી સ્વાયત્તતાને બે ભાગમાં વહેંચે છે - ટેવલક્ષી સ્વાયત્તતા અને મૂલ્યલક્ષી સ્વાયત્તતા. વ્યક્તિએ કોઈ સમસ્યા ઉકેલ માટે કે જરૂરીયાતની પૂર્તિ માટે કોઈ કાર્ય કરેલ હોય અને છેવટે તે સમસ્યા કે જરૂરીયાતની પૂર્તિ બાદ પણ તેની તે જરૂરીયાત ઉદ્ભવતી રહે તો તેને ટેવલક્ષી સ્વાયત્તતા કહી શકાય. જેમ કે, કોઈ બિમારીને કારણે શારીરિક આરામની જરૂરીયાતને સંતોષવા બાળક અભ્યાસમાંથી મુક્તિ મેળવે અને બિમારી દૂર થયા બાદ પણ આદતવશ તે આરામ કરવાના બહાના શોધી કાઢે છે. મૂલ્યલક્ષી સ્વાયત્તતા એ ટેવલક્ષી સ્વાયત્તતા કરતાં વધારે વ્યાપક અને વ્યક્તિત્વનો અભિન્ન ભાગ હોય છે. વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વમાં ઊંડે સુધી તે પોતાની અસર ધરાવે છે. અહીં કાર્ય પાછળ એક કરતાં વધારે હેતુઓ ભાગ ભજવે છે. નૈતિક, આધ્યાત્મિક, સામાજિક, ધાર્મિક, ચારિત્ર્ય, આદર્શ વગેરે જેવા પરિબળો સાથે સંકળાયેલ ક્રિયાઓનો અને સમાવેશ થાય છે - જેમ કે, કોઈ નબળી વ્યક્તિને મદદ કરવી. વ્યક્તિત્વ પર આ સ્વાયત્તતા ખૂબ અસર જન્માવે છે.

શિક્ષક તરીકે આપણે બાળકોના વ્યક્તિત્વનો અભ્યાસ કરીને તેનામાં જન્મેલ ક્રિયાલક્ષી સ્વાયત્તતાઓને સંલગ્ન વર્તનોની ઓળખ કરવી જોઈએ. ટેવલક્ષી કે મૂલ્યલક્ષી સ્વાયત્તતાનો ઉપયોગ હકારાત્મક બાબતોની કેળવણી માટે કરવા માટેના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. ક્રિયાલક્ષી સ્વાયત્તતાની કોઈ નકારાત્મક અસર ટેવમાં પરિણમે તો તેને સાચા માર્ગે વાળવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

### 15.6.3 અધ્યયન

ઓલપોર્ટના મતે શિક્ષણ પણ વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વ પર અસર કરનાર પરિબળ છે. જિજ્ઞાસા એ માનવીનું અગત્યનું લક્ષણ છે. જિજ્ઞાસાવશ માનવી કેટલાક વર્તન કરવા પ્રેરાય છે. અધ્યયન એ માનવજીવનનું



અનિવાર્ય તત્વ છે. અધ્યયન માનવીના જીવનને ઘાટ આપે છે. વ્યક્તિત્વની સમજ મેળવવા માટે અધ્યયન ટેવોનો અભ્યાસ પણ જરૂરી છે. બાળકની શીખવાની શૈલીની ઓળખ કરવાથી અધ્યયનકાર્યને વધારે અસરકારક અને સફળ બનાવી શકાય છે.

#### 15.6.4 અહ્મ કે સ્વનો ખ્યાલ

ઓલપોર્ટના મતે દરેક વ્યક્તિનો પોતાના વિશેનો કોઈ ચોક્કસ ખ્યાલ હોય છે. દરેક વ્યક્તિ પોતાની નબળાઈઓ, શક્તિઓ, ગમા-અણગમા, ટેવો, વલણો, શોખ, માન્યતાઓ, આવડતો વગેરે અંગે ચોક્કસ મત ધરાવતી હોય છે. વ્યક્તિને પોતાના વ્યક્તિત્વ વિશેનો ચોક્કસ ખ્યાલ હોય છે. આ ખ્યાલને ઓલપોર્ટ અહ્મ કે સ્વના ખ્યાલ તરીકે ઓળખાવે છે. દરેક વ્યક્તિનો પોતાના વિશેનો ખ્યાલ સાચો કે ખોટો હોઈ શકે છે. ઓલપોર્ટ વ્યક્તિના આ અહ્મના કાર્યો નીચે મુજબ જણાવે છે.

- અહ્મ દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના વ્યક્તિત્વની સમજ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરે છે.
- અહ્મ દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની મર્યાદાઓ અને શક્તિઓનો ખ્યાલ મેળવે છે.
- વ્યક્તિની મૂળભૂત જરૂરીયાતો અને મૂળવૃત્તિઓના સંતોષનું કામ અહ્મનું છે.
- અહ્મના કારણે વ્યક્તિ પોતાની જાત પ્રત્યેનું સ્વમાન કેળવે છે. જે તેને ગૌરવપૂર્ણ જીવન જીવવા પ્રેરે છે.
- અહ્મ વ્યક્તિની વિવિધ માનસિક પ્રવૃત્તિઓ વચ્ચે સંકલન સાધે છે.
- અહ્મ વ્યક્તિના પોતાના એક બીજાથી ભિન્ન એવા વ્યક્તિત્વ ગુણોનું સંકલન કરવાનું કાર્ય કરે છે.
- અહ્મ વ્યક્તિના વર્તનો પર નૈતિક નિયંત્રણો મૂકવાનું કાર્ય કરે છે.

આમ, વ્યક્તિત્વના ઘડતરમાં અહ્મ કે સ્વનો ખ્યાલ મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. શિક્ષક તરીકે બાળકના અહ્મ અને સ્વના વિકાસ માટેની તકો વર્ગખંડમાં ઉભી કરવી જોઈએ. તમારામાં ક્યા ગુણો રહેલા છે, તમને શું પસંદ છે, તમને શું નાપસંદ છે, આ પરિસ્થિતિમાં તમે હોવ તો શું કરશો, આ પા+એ જે વર્તન કર્યું તે યોગ્ય છે કે નહિ, જે-તે વ્યક્તિએ આ પ્રકારનું વર્તન શા માટે કર્યું હશે, સમાજ માટે આ વર્તન યોગ્ય હતું કે નહિ, વ્યક્તિગત વિકાસ માટે કેવા પ્રકારનું વર્તન હોવું જોઈએ, તમે તમારા વર્તનમાં કેવા પ્રકારના ફેરફારો જોવા ઇચ્છો છો વગેરે જેવા પ્રશ્નોની ચર્ચા વર્ગખંડ અધ્યાપન દરમિયાન કરી શકાય. આ પ્રકારની ચર્ચા બાળકને પોતાની જાત સાથેનો પરિચય કરવામાં મદદપ થાય છે.

#### 15.6.5 સ્વ-ભાન

દરેક વ્યક્તિ પોતાની શક્તિઓ, મર્યાદાઓ અને પરિસ્થિતિઓ સાથે અનુકૂલન સાધવાની પોતાની આવડત વિશે ચોક્કસ ખ્યાલ બાંધે છે અને તેને વળગી રહે છે. આ તેના અહ્મની પરાકાષ્ટા છે. ઓલપોર્ટ તેને વ્યક્તિત્વના કેન્દ્રકરણ તરીકે ઓળખાવે છે. તેઓના મતે વ્યક્તિત્વનું કેન્દ્રકરણ એટલે અહ્મનો વિકાસ અને તેની પરાકાષ્ટા. આ અવસ્થાએ વ્યક્તિ પોતાની જાતની તુલના અન્ય વ્યક્તિઓના ગુણ-લક્ષણો સાથે કરે છે. ઓલપોર્ટ તેને સ્વ-ભાન કહે છે. સ્વ-ભાન એ સાચું-ખોટું, સારું-ખરાબ, નબળું-પ્રબળ, સમાજમાન્ય-અમાન્ય, લઘુતાગ્રંથી કે ગુરુતાગ્રંથી વાળું હોઈ શકે છે. વ્યક્તિ જ્યારે પોતાના વ્યક્તિત્વ અંગે સંતોષ અનુભવે છે ત્યારે જે અનુભૂતિ થાય છે તે જ સ્વ-માન. આ જ સ્વ-માનના કારણે ગરીબ વ્યક્તિ અમીરની સામે, નબળી વ્યક્તિ પ્રબળની સામે ગૌરવભરે ઉભી રહે છે. ઓલપોર્ટના મતે વ્યક્તિત્વના અભ્યાસ દરમિયાન સ્વમાન અને સ્વ-ભાનનો અભ્યાસ કરવો અનિવાર્ય છે.

શિક્ષક તરીકે બાળકના સ્વમાનની જાળવણી થાય તે ખૂબ જરૂરી છે. સામાન્ય રીતે શિક્ષક તરીકે બાળકના અસ્તિત્વનો સ્વીકાર કરવો મુશ્કેલ છે. શિક્ષક બાળકને પોતાનું સ્વમાન હોઈ શકે છે તે વાતને ખૂબ મુશ્કેલીથી સ્વીકારે છે. બાળકનું સ્વમાન જાળવવું એટલે શું? શિક્ષક તરીકે આપણું કેવું

વર્તન બાળકનું સ્વમાન જાળવે છે?, શિક્ષક તરીકે આપણી કેવી ભાષા કે શબ્દો બાળકનું સ્વમાન જાળવશે?, શિક્ષક તરીકે આપણું કેવું વર્તન બાળકને સ્વમાનને ઠેસ પહોંચાડશે? શિક્ષક તરીકે દિવસ દરમિયાન ક્યા પ્રસંગોએ મેં બાળકના સ્વમાનને હાનિ પહોંચાડી? વગેરે જેવા ચિંતનાત્મક પ્રશ્નો શિક્ષક તરીકેના આપણા વર્તનને વધારે માનવીય બનાવે છે તેમજ બાળકને એક સ્વતંત્ર વ્યક્તિ તરીકે સ્વીકારવા માટે મદદરૂપ થાય છે.

### 15.6.6 વ્યક્તિગુણ

ઓલપોર્ટના મતે વ્યક્તિત્વને સમજવા માટે વ્યક્તિના વ્યક્તિગુણ વિશેની સમજ પ્રાપ્ત કરવી જોઈએ. વ્યક્તિગુણ એટલે વ્યક્તિના માપનક્ષમ ગુણો. વ્યક્તિગુણની વ્યક્તિત્વ પર થતી અસરોની વિસ્તૃત ચર્ચા આ પ્રકરણમાં આપણે અગાઉ કરેલ છે.

### 15.7 ગુણ-લક્ષણલક્ષી અભિગમની મર્યાદાઓ

વર્તમાન સમયમાં મોટાભાગના મનોવૈજ્ઞાનિકો વ્યક્તિત્વ અંગેના અભ્યાસ ગુણલક્ષી અભિગમના સંદર્ભમાં કરે છે. પરંતુ તેઓ કોઈ મોટો સિદ્ધાંત આપવાને બદલે કોઈ એક ચોક્કસ વ્યક્તિગુણને સમજવાનો પ્રયત્ન કરે છે. વ્યક્તિગુણના સિદ્ધાંતની આ સફળતાં હોવા છતાં તેણે નીચેના જેવી બે મુખ્ય ટીકાઓનો સામનો કરવો પડ્યો છે.

- આ અભિગમ મુખ્યત્વે વર્ણનાત્મક સ્વરૂપનો છે. તે વ્યક્તિગુણને ઓળખીને તેનું વર્ણન મા+ કરે છે પરંતુ આ ગુણનો વિકાસ કઈ રીતે થયો, તેની વર્તન પર શી અસર થાય છે, તેઓ શા માટે અગત્યના છે વગેરે અંગે પ્રકાશ પાડતો નથી.
- વ્યક્તિગુણો અંગેના વર્ષો સુધીના અભ્યાસ બાદ પણ પાયાના કે ખૂબ જ અગત્યના વ્યક્તિગુણો અંગે સામાન્ય મત કેળવી શકાયો નથી. તેથી તેનો સાર્વજનિક સ્વીકાર થવો મુશ્કેલ છે.
- ઓલપોર્ટે પોતાના સિદ્ધાંતના વિકાસ માટે કોઈ સંશોધનાત્મક પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરેલ ન હતો. મનોવૈજ્ઞાનિક સંશોધન-પદ્ધતિના વિકાસનો કે ઉપયોગનો અભાવ એ ઓલપોર્ટના સિદ્ધાંતની મહત્ત્વની મર્યાદા છે.

#### તમારી પ્રગતિ ચકાસો-3

નીચેની દરેક બાબતોના વિકાસ માટે કોઈ એક વર્ગખંડ પ્રવૃત્તિ સૂચવો.

1. સ્વ-ભાન \_\_\_\_\_
2. અહમનો ખ્યાલ \_\_\_\_\_
3. ક્રિયાલક્ષી સ્વાયત્તતા \_\_\_\_\_
4. પ્રેરણા \_\_\_\_\_
5. અધ્યયન \_\_\_\_\_

### 15.8 સારાંશ

ઓલપોર્ટનો સિદ્ધાંત બે રીતે ખાસ ઉપયોગી નીવડેલ છે. તેમાં વ્યક્તિગુણ અને તેના અભ્યાસને મહત્ત્વ આપવામાં આવેલ છે તો સાથે-સાથે અહમનું પણ વિસ્તૃત વિશ્લેષણ કરવામાં આવેલ છે. આ બંનેની મદદથી વ્યક્તિત્વના અનેક પાસાઓને તાર્કિક રીતે સ્પષ્ટ કરવાનો પ્રયત્ન કરેલ છે. હાલમાં વ્યક્તિત્વ અંગેના સંશોધનો હાથ ધરતી વખતે ઓલપોર્ટના વ્યક્તિત્વ અંગેના ખ્યાલને ધ્યાનમાં લેવાનું અનિવાર્ય બન્યું છે. ઓલપોર્ટે તાર્કિક રીતે વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતને સારી રીતે સ્પષ્ટ કરેલ છે પરંતુ તેને સંશોધનોની એરણે ચડાવવો જરૂરી છે. શિક્ષક તરીકે ઓલપોર્ટે જે પરિબળો અને પરિભાષાઓ આપી છે તે અધ્યેતાના વ્યક્તિત્વ વિકાસને સમજવામાં ખૂબ ઉપયોગી નીવડી શકે તેમ છે.

---

## 15.9 સ્વાધ્યાય

---

1. ઓલપોર્ટના મતે વ્યક્તિત્વનો અર્થ સ્પષ્ટ કરો.
2. ઓલપોર્ટની વ્યક્તિત્વ અંગેની વ્યાખ્યામાં રહેલા શબ્દોની વિસ્તૃત સમજ આપો.
3. ઓલપોર્ટે વ્યક્તિત્વને ગતિશીલ તં+ શા માટે કહ્યું છે?
4. ઓલપોર્ટના મતે વ્યક્તિ વાતાવરણ સાથે કઈ રીતે અનુકૂલન સાધે છે?
5. વ્યક્તિનું વાતાવરણ સથેનું અનુકૂલન સહેતુક શા માટે હોય છે? ઉદાહરણ આપી સમજાવો.
6. વ્યક્તિત્વ-ગુણ એટલે શું? ઉદાહરણ આપી સ્પષ્ટ કરો.
7. વ્યક્તિત્વ-ગુણના પ્રકારોની વિસ્તૃત સમજ આપો.
8. અગત્યતાની દૃષ્ટિએ વ્યક્તિત્વ-ગુણના પ્રકારો સમજાવો.
9. સર્વોપરી અને ગૌણ વ્યક્તિત્વ વચ્ચેનો ભેદ સ્પષ્ટ કરો.
10. વ્યક્તિત્વગુણના લક્ષણો જણાવો.
11. વ્યક્તિત્વ પર અસર કરતા પરિબળોની વિસ્તૃત સમજ આપો.
12. પ્રેરણાની વ્યક્તિત્વ પર થતી અસર જણાવો.
13. ક્રિયાશીલ સ્વાયત્તા એટલે શું? ઉદાહરણ આપી સમજાવો.
14. સ્વનો ખ્યાલ વ્યક્તિત્વ વિકાસ પર શી રીતે અસર કરે છે?
15. બાળકના વ્યક્તિત્વનો વિકાસ કરતી વખતે તમે 'પ્રેરણા' નો શી રીતે ઉપયોગ કરશો?
16. બાળકના વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં 'સ્વ-ભાન' ની ભૂમિકા સ્પષ્ટ કરો.

---

## 15.10 સૂચિત વાચનસામગ્રી

---

- ભટ્ટ, કુસુમબેન કે., (2014). વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો (તૃતીય આવૃત્તિ). યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, અમદાવાદ.
- દોંગા, નનુભાઈ, (2010). શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.
- શુક્લા, સતીષપ્રકાશ એસ. (2013). શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન. અગ્રવાલ પબ્લિકેશન્સ, આગ્રા.
- Allport, G.W., (1960). Personality – A Psychological Interpretation. Henry Holt and Co., New York.
- Corr, Philip J. & Matthews, Gerald, (2009). The Cambridge Handbook of Personality Psychology. Cambridge University Press, New York.
- Millon, Theodore & Lerner Melvin J., (2003). Handbook of Psychology, Personality and Social Psychology (Volume – 5). John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.
- Rogers, C., (1967) Learning to be Free, in C. Rogers and B. Stevens (Des.). The Problem of Being Human, Lafayette. Real People Press, CA.
- Ryckman, Richard M., (2008). Theories of Personality, (9<sup>th</sup> ed.). Thomson Wadsworth, CA, USA.

---

## 15.11 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1. ખોટું
2. સાચું
3. ખોટું

4. ખોટું

❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

1. વ્યક્તિગુણ
2. સામાન્ય વ્યક્તિગુણ
3. વ્યક્તિગત વ્યક્તિગુણ
4. સર્વોપરી કે મુખ્ય વ્યક્તિગુણ
5. ગૌણ વ્યક્તિગુણ

❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

નીચેની દરેક બાબતોના વિકાસ માટે કોઈ એક વર્ગખંડ પ્રવૃત્તિ સૂચવો.  
સ્વ-ભાન, અહમનો ખ્યાલ, ક્રિયાલક્ષી સ્વાયત્તતા, પ્રેરણા, અધ્યયન

- 16.1 પ્રસ્તાવના
- 16.2 ઉદ્દેશો
- 16.3 ફોઈડનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત
  - 16.3.1 પ્રેમ
  - 16.3.2 મૃત્યુની સ્ફૂરણા
  - 16.6.3 લીબીડો અને જાતીય લીબીડો
- 16.4 ફોઈડના મતે વ્યક્તિત્વનું બંધારણ
  - 16.4.1 તત્ત્વ
  - 16.4.2 અહ્મ
  - 16.4.3 અધિઅહ્મ
- 16.5 વ્યક્તિત્વ વિકાસની અવસ્થાઓ
  - 16.5.1 મુખકેન્દ્રી અવસ્થા
  - 16.5.2 ગુદાકેન્દ્રી અવસ્થા
  - 16.5.3 શિશ્નકેન્દ્રી અવસ્થા
  - 16.5.4 સુષુપ્ત અવસ્થા
  - 16.5.5 પુખ્ત શિશ્નકેન્દ્રી અવસ્થા
- 16.6 ફોઈડના મતે વ્યક્તિત્વને અસર કરતાં પરિબળો
  - 16.6.1 માનસ
  - 16.6.2 ઓડિપસ અને ઈલેક્ટ્રા ગ્રંથિ
  - 16.6.3 ભાંડુ વૈમનસ્ય
- 16.7 સારાંશ
- 16.8 સ્વાધ્યાય
- 16.9 સૂચિત વાંચન સામગ્રી
- 16.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

16.1 પ્રસ્તાવના

---

અધ્યેતાના વ્યક્તિત્વની સમજ આપતો ફોઈડનો સિદ્ધાંત મનોવિશ્લેષણ વિચારધારાને અનુસરે છે. મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમ વ્યક્તિત્વની સમજ કેળવવામાં વીસમી સદીના પ્રથમ પાંચ દાયકા સુધી પ્રભાવી રહ્યો હતો. અજાગ્રત મનમાં ચાલતી પ્રક્રિયા એ આ વિચારધારાની કેન્દ્રીય બાબત રહેલ હતી. મનોવિશ્લેષણ વિચારધારાના મુખ્ય પ્રણેતા સિગ્મન્ડ ફોઈડ હતા. તેઓના મતે માનવવર્તનોનું ઘડતર તેની પૂર્વ-બાલ્યાવસ્થાના અનુભવો વડે તૈયાર થતું હોય છે. આ સંદર્ભમાં અધ્યેતાના વ્યક્તિત્વને સમજવામાં આ સિદ્ધાંત મહત્વની ભૂમિકા ભજવી શકે છે. તેમનું ખૂબ જાણીતું વિધાન હતું કે, “The child is the father of the man.”

સિગ્મન ફ્રોઇડનો જન્મ ઓસ્ટ્રિયામાં (6-5-1856 થી 23-9-1939) માં એક યહુદી કુટુંબમાં થયો હતો. તેમણે તબીબી ક્ષેત્રે સ્નાતકની પદવી મેળવી હતી. સંમોહન પદ્ધતિના ઉપયોગ થકી તેઓએ શરૂઆતના તબકકામાં કાર્ય કર્યું હતું. આ પદ્ધતિમાં ખામીનો અનુભવ થતાં તેઓએ પોતાની સ્વતંત્ર એવી મુક્ત સાહચર્ય પદ્ધતિનો વિકાસ કર્યો. તેઓએ વ્યક્તિત્વ અંગેના વિચારોમાં ક્રાંતિકારી પરિવર્તન લાવી દીધું. તેમણે અજાગ્રત મનમાં રહેલી વિગતોની વ્યક્તિના વર્તન પર થતી અસરોને અનેક પ્રયોગો થકી સ્પષ્ટ કરી હતી. તેમણે પ્રેમ અને મૃત્યુની સ્ફૂરણાઓને પોતાના અભ્યાસનો આધાર બનાવીને માનવ મનને સમજવા પ્રયત્ન કર્યો હતો. વ્યક્તિત્વ અંગે વિચારવાનો તેઓએ એક નવીન અને અસરકારક માર્ગ સૂચવ્યો હતો.

## 16.2 ઉદ્દેશો

આ એકમનાં અંતે તમે નીચેની બાબતો માટે યોગ્ય બનશો –

- વ્યક્તિત્વ અંગેના ફ્રોઇડના પાયાના ખ્યાલોની સમજ આપી શકશો.
- ફ્રોઇડના વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતના ઘટકો સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- ફ્રોઇડના મતે વ્યક્તિત્વ પર અસર કરતાં પરિબળો સ્પષ્ટ કરી શકશો.
- ફ્રોઇડના સિદ્ધાંત અનુસાર વ્યક્તિત્વ વિકાસની અવસ્થાઓ સ્પષ્ટ કરી શકશો.

## 16.3 ફ્રોઇડનો વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંત

### 16.3.1 પ્રેમ (Eros):

માનવમાં પ્રેમ અંગેની જન્મજાત સહજસ્ફૂરણા રહેલ હોય છે. પ્રેમ કરવો, પ્રેમની અભિવ્યક્તિ કરવી, પ્રેમની ઝંખના કરવી, પ્રેમની કદર કરવી, પ્રેમના અભાવથી ઝૂરવું, સ્વને પ્રેમ કરવો, સ્વજાતન કરવું વગેરે પ્રેમ સાથે જોડાયેલ સહજ સ્ફૂરણાઓ જોવા મળે છે. પ્રેમને સંલગ્ન સહજ સ્ફૂરણાઓને સમજવા માટે તેઓએ અંગ્રેજી શબ્દ ‘Eros’ નો ઉપયોગ કર્યો હતો કે જેનો ગ્રીક પુરાણો અનુસાર અર્થ થાય છે – પ્રેમનો દેવતા. પ્રેમને ફ્રોઇડે જીવન સ્ફૂરણાના અર્થમાં પ્રયોજીત કર્યો હતો.

### 16.3.2 મૃત્યુની સ્ફૂરણા (Thanato):

મૃત્યુનો ખ્યાલ માનવીને સમજ પ્રાપ્ત થતાં આવે છે. ભારતીય ચિંતન પણ મૃત્યુ બાદના મોક્ષપ્રાપ્તિને ધ્યાનમાં રાખીને વર્તન કરવા માટે પ્રેરે છે. સમજણ પ્રાપ્ત થાય ત્યારથી જ મૃત્યુ નિશ્ચિત છે તેવી સ્ફૂરણા સાથે વ્યક્તિ જીવતી હોય છે. મૃત્યુના સમયની અનિતિતાના કારણે જ તે આનંદ મેળવવાની સ્ફૂરણાને જન્મ આપે છે. વ્યક્તિ પોતાની જરૂરીયાતોને તબકકાવાર પૂરી કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. જરૂરીયાતો અને ઈચ્છાઓની પૂર્તિ કરવી એ માનવ ખ્યાલોનો મહત્વનો ભાગ છે. ફ્રોઇડે તેમના સિદ્ધાંતની પુનઃસમીક્ષા દરમિયાન બે નવા જૂથને તેઓના સિદ્ધાંતમાં સામેલ કર્યાં. આ સિદ્ધાંતો ખૂબ ચર્ચામાં રહ્યાં અને અજાગ્રત મનને સમજવામાં ખૂબ મહત્વનો ફાળો આપ્યો.

### 16.3.3 લીબીડો અને જાતીય લીબીડો (Libido and Sexual Libido):

આમ જોવા જઈએ તો લીબીડોનો અર્થ ‘કામેચ્છા’ એમ થાય છે. કામેચ્છા એટલે જાતીય ઈચ્છા. ફ્રોઇડે આ શબ્દનો પ્રયોગ જીવન જીવવાની તમામ સ્ફૂરણાના ઊર્જાસ્ત્રોત તરીકે કરેલ હતો. તેઓના મતે જીવન જીવવા માટેની ઈચ્છા કે સ્ફૂરણા એટલે જીવશક્તિ અને જીવશક્તિ એટલે લીબીડો.

જાતીય લીબીડો એ વ્યક્તિત્વના પ્રાથમિક પ્રેરક બળનો સ્ત્રોત છે. જેને ફ્રોઇડ કામશક્તિ તરીકે ઓળખાવે છે.

### તમારી પ્રગતિ ચકાસો-1

નીચેના વિધાનો પૈકી સાચા વિધાન સામે ‘✓’ ની નિશાની અને ખોટા વિધાન સામે ‘x’ ની નિશાની કરો.

1. પ્રેમ માનવમાં જન્મજાત જોવા મળે છે.

- |    |   |                          |
|----|---|--------------------------|
| 2. | ફોઈડે મૃત્યુની સ્ફૂરણા માટે 'Eros' શબ્દ પ્રયોજ્યો છે. | <input type="checkbox"/> |
| 3. | મૃત્યુની અનિતિતા એ આનંદ મેળવવાનું મૂળ છે.             | <input type="checkbox"/> |
| 4. | ફોઈડે લીબીડો શબ્દનો ઉપયોગ કામેચ્છા માટે કરેલ હતો.     | <input type="checkbox"/> |

## 16.4 ફોઈડના મતે વ્યક્તિત્વનું બંધારણ

### 16.4.1 તત્ત્વ

તત્ત્વ એટલે આપણા આદિમ અને મૂળભૂત આવેગો. આ આવેગોમાં શારીરિક જરૂરીયાતો, જાતીય ઈચ્છાઓ તેમજ આક્રમક એવા આવેગાત્મક દબાણોનો સમાવેશ થાય છે. તેઓ તત્ત્વને માનસની એવી ઊર્જા તરીકે ઓળખાવે છે કે જ્યારે તેનો માનસમાં થયેલ વધારે પડતો સંચય ઉશ્કેરાટ ઉભો કરે છે. વ્યક્તિને કોઈ કાર્ય કરવાની થતી ઈચ્છા થતાં તેના માનસમાં એક ઊર્જા ઉદ્ભવે છે જે તેને કાર્યની પૂર્તિ માટે પ્રેરિત કરે છે. આ ઊર્જા એટલે તત્ત્વ. વ્યક્તિની ઈચ્છાપૂર્તિનું કાર્ય તત્ત્વ કરે છે. આમ કરતી વખતે તે સારા નરસાને ધ્યાનમાં રાખ્યા સિવાય કોઈપણ હિસાબે સંતોષ અને આનંદ માટે કાર્યરત રહે છે.

બાળક જન્મે છે ત્યારે શરૂઆતમાં તેને ભૂખ અને તરસ લાગે કે તરત જ તે રડીને તેની માતાનું ધ્યાન દોરે છે. રડવા માટેની આ ઊર્જા તત્ત્વમાં એકઠી થાય છે. માતા તેને તૃપ્ત કરે છે ત્યારે તેને સંતોષ મળે છે. બાળક મોટું થતાં કોઈ વ્યક્તિના હાથમાં મનગમતી વસ્તુ જુએ કે તરત તેને કોઈપણ ભોગે મેળવવાની જીદ કરે છે. તત્ત્વ આ જીદ કરાવે છે. તેની આ જરૂરીયાત ન સંતોષાય તો અજંપો પેદા થાય છે. ઈચ્છાને કારણે માનસમાં થતા ઉશ્કેરાટનો અંત નીચે જણાવેલ બેમાંથી એક પ્રક્રિયા થાય છે.

પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયા એટલે કે પર્યાવરણમાં રહેલા ઉદ્દીપક સામે વ્યક્તિ દ્વારા સ્વયં સંચાલિત પ્રતિચાર. ફોઈડના મતે જેમ છીકવુ, આંખોના પલકારા મારવા વગેરે ક્રિયાઓ સાહજિક સ્વયંસંચાલિત અને જન્મજાત છે તેમ માનસમાં ઉત્પન્ન થયેલ ઈચ્છા પણ આ પ્રકારની જ જન્મજાત પ્રક્રિયા છે. તે ઉશ્કેરાટનો તાત્કાલિક અંત લાવે છે. ઈચ્છાપૂર્તિની આ પ્રક્રિયાને ફોઈડ પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયા તરીકે ઓળખાવે છે. દરેક ઈચ્છાપૂર્તિ સંભવ ન હોવાથી અધૂરી ઈચ્છાઓ દ્વારા ઉભો થયેલ અજંપો દૂર કરવા પ્રાથમિક પ્રક્રિયા થાય છે.

જે ઈચ્છાઓ પૂરી ના થઈ શકી તે વસ્તુઓનું ચિ+ મગજમાં ઉપસાવીને ઉશ્કેરાટ દૂર કરવો એટલે પ્રાથમિક પ્રક્રિયાઓ. મનુષ્યને આવતા સ્વપ્ન આનું ઉદાહરણ છે. ફોઈડના અભ્યાસમાં સ્વપ્ન પૃથ્થકરણનું આગવું મહત્ત્વ રહેલું છે. માનસમાં અંકિત થયેલી અધૂરી ઈચ્છાઓ સ્વપ્ન સ્વરૂપે દેખાય છે. સ્વપ્ન જોવાથી મળતો સંતોષ મનની વ્યાકૂળતા દૂર કરે છે. જ્યારે પ્રતિક્ષિપ્ત અને પ્રાથમિક પ્રક્રિયા બંને નિષ્ફળ જાય ત્યારે વ્યક્તિત્વનું બીજું ઘટક કામે લાગે છે અને તે છે, અહમ.

### 16.4.2 અહમ (Ego):

સમાજ અને પરિસ્થિતિઓ વ્યક્તિની ઈચ્છાઓની પૂર્તિ માટે ઓછી તકો આપે છે. તેના પ્રતિચાર સ્વરૂપે વ્યક્તિત્વનું બીજું ઘટક નિર્માણ પામે છે અને તે છે અહમ. તે આત્મલક્ષી અને વ્યવહારિક વાસ્તવિકતા વચ્ચે ભેદ પાડવાનું કામ કરે છે. દા.ત. બાળક કોઈ વ્યક્તિના હાથમાં જોયેલ વસ્તુને પ્રાપ્ત કરવાની ઈચ્છા રાખે છે પરંતુ તેના માતા-પિતા તરફથી તેને સમજાવવામાં આવે છે ત્યારે તે વાતને સમજીને ઈચ્છા છોડી દે છે. આ તેનો અહમ છે. રસ્તા પરની ચોકડી પર પસાર થઈ જવાની ઈચ્છા છે પરંતુ ટ્રાફિક પોલિસ તેને રોકે છે. આ ટ્રાફિક પોલિસ તેને નિયંત્રિત કરનાર પરિબળ છે.

અહમ સાચા-ખોટા કે સારા-નરસાનો ખ્યાલ રાખે છે. અહમ વ્યક્તિને પોતાની મર્યાદાઓ, સામાજિક નીતિ-નિયમો, વર્તન-વ્યવહારની અપેક્ષાઓને ધ્યાનમાં રાખીને વર્તન કરવા માટે પ્રેરિત કરે છે. અહમ એ વ્યક્તિના તત્ત્વ, અધિઅહમ અને બાહ્ય વાતાવરણ વચ્ચે સંકલન કરવાનું કાર્ય કરે છે. અસામાજિક તત્ત્વો તત્ત્વના ગુલામ હોય છે જ્યારે સુસામાજિક વ્યક્તિ અહમ અને અધિઅહમને સૌથી વિશેષ મહત્ત્વ આપે છે. અહમનું મુખ્ય કાર્ય આવેશાત્મક દબાણોને સંતોષવાની યોગ્ય પરિસ્થિતિ

ઉભી ન થાય ત્યાં સુધી તેને નિયંત્ર કરવાનું છે. નાના બાળકને મેળામાં રમકડું જોઈએ છે પરંતુ તેને એમ કહેવામાં આવે કે અત્યારે નહીં પાછા વળતાં લઈશું ત્યારે તેટલા સમય માટે અહૂમ બાળકની આ ઈચ્છાને નિયંત્ર કરે છે. અહૂમ બાહ્ય પરિસ્થિતિઓને ધ્યાનમાં રાખી શક્ય કે સંભવ પરિણામોને ધ્યાનમાં લઈ વર્તનને દિશાનિર્દેશ આપે છે.

### 16.4.3 અધિઅહૂમ (Super Ego) :

ફોઈડના વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંત અનુસાર વ્યક્તિત્વનું ત્રીજું ઘટક અધિઅહૂમ છે. તે પણ તત્વના દબાણયુક્ત આવેગોને નિયંત્ર કરવાનું કાર્ય કરે છે પરંતુ ફરક મા+ એટલો છે કે તે નૈતિકતાના માપદંડ અનુસાર આ કાર્ય કરે છે. તે વાસ્તવિકતા કરતાં આદર્શને વધારે મહત્વ આપે છે. અહીં તત્વ પર નિયંત્રણ માટે બાહ્ય પરિબળ જરૂરી નથી. ટ્રાફિક પોલિસ હોય કે ન હોય પરંતુ આદર્શ કે નૈતિકતાના ધોરણે ચોકડી પર સિગ્નલ લાલ હોવાથી મારે ન જવું જોઈએ એ સભાનતા એટલે અધિઅહૂમ. વ્યક્તિ નૈતિકતાને ધ્યાનમાં રાખીને કોઈ કાર્ય કે વર્તનની યોગ્યતા કે અયોગ્યતા નક્કી કરે છે. સમાજના મૂલ્યો અને આદર્શોને આ સમયે તે ધ્યાનમાં રાખે છે. બાળક પરીક્ષામાં ખંડ નિરીક્ષકની હાજરીના કારણે ચોરી ન કરે તે અહૂમ જ્યારે પોતાની જવાબદારી સમજીને નૈતિકતાના ધોરણે ખંડ નિરીક્ષકની ગેરહાજરીમાં પણ ચોરી ન કરે તે અધિઅહૂમ.

તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 2 નીચે દર્શાવેલ વિધાનો માટે ચોક્કસ શબ્દ આપો.

1. આપણા આદિમ આવેગો \_\_\_\_\_
2. વ્યક્તિની ઈચ્છાપૂર્તિનું કાર્ય કરનાર પરિબળ \_\_\_\_\_
3. પર્યાવરણમાં રહેલા ઉદ્દીપક સામે વ્યક્તિ દ્વારા સ્વયં સંચાલિત પ્રતિચાર \_\_\_\_\_
4. અધૂરી ઈચ્છાઓ દ્વારા ઉભો થયેલ અજંપો દૂર કરવા થતી પ્રક્રિયા \_\_\_\_\_
5. પ્રતિક્ષિપ્ત અને પ્રાથમિક પ્રક્રિયા બંને નિષ્ફળ જતાં કામ લાગતું વ્યક્તિત્વનું અન્ય ઘટક \_\_\_\_\_
6. સામાજિક નીતિ-નિયમોને ધ્યાનમાં રાખી વર્તન કરવા પ્રેરતું પરિબળ \_\_\_\_\_
7. પોતાની નૈતિક જવાબદારી સમજીને વર્તન કરવા પ્રેરતું પરિબળ \_\_\_\_\_

## 16.5 વ્યક્તિત્વ વિકાસની અવસ્થાઓ

### 16.5.1 મુખકેન્દ્રી અવસ્થા (Oral Stage):

ફોઈડના મતે જન્મથી લગભગ દોઢથી બે વર્ષના સમયગાળા દરમિયાન બાળકની કામશક્તિ તેના મુખમાં કેન્દ્રિત રહે છે. તે મુખ દ્વારા આનંદ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેને મુખકેન્દ્રી અવસ્થા તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આ અવસ્થા દરમિયાન બાળક કોઈપણ વસ્તુને હાથમાં આવતા તરત જ મુખમાં નાખવાનો પ્રયત્ન કરે છે. ખાદ્ય કે અખાદ્ય એમ કોઈપણ વસ્તુ મુખમાં નાખી આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. ક્યારેક બાળકને અંગૂઠો ચૂસવાની ટેવ પણ પડે છે. ધીમે-ધીમે બીજા તબક્કામાં પહોંચતા તેની આ પ્રવૃત્તિઓ પર અંકુશ આવે છે. કોઈપણ વસ્તુને મુખમાં નાખવાની ટેવ પર માતા-પિતા દ્વારા સભાનપણે અંકુશ કરવામાં ન આવે તો લાંબા સમય સુધી ટેવ રહેવાને કારણે મોટા થઈને બાળકમાં કોઈ બીજી ટેવ ઉદ્ભવે છે જેમ કે, મસાલા ખાવા, પેન્સિલ મોંમા નાખવી, નખ કાતરવા, ટૂથપિક મોંમા નાખી રાખવી વગેરે. મુખકેન્દ્રી અવસ્થાની લાંબાગાળાની અસર હેઠળ બે પ્રકારના વ્યક્તિત્વ જોવા મળી શકે છે.

મુખકેન્દ્રી નિષ્ક્રિય વ્યક્તિત્વ (Oral Passive Personality) અને મુખકેન્દ્રી વ્યથિત વ્યક્તિત્વ (Oral Sadoistic Personality). મુખકેન્દ્રી નિષ્ક્રિય વ્યક્તિત્વ ધરાવતી વ્યક્તિ પરતં+, આશાવાદી અને વૈચારિક રીતે અપરિપક્વતા દર્શાવે છે. તે હંમેશા બીજાના પાસેથી મદદની આશા રાખતી હોય છે. મુખકેન્દ્રી વ્યથિત વ્યક્તિત્વ ધરાવતી વ્યક્તિ નિરાશાવાદી હોય છે. તે શંકાશીલ અને આક્રમક હોય છે. તે બીજા સાથે કડવો વ્યવહાર દર્શાવે છે.



### 16.5.2 ગુદાકેન્દ્રી અવસ્થા (Anal Stage):

આ અવસ્થા સામાન્ય રીતે એકથી +૩ વર્ષ સુધી જોવા મળે છે. દરમિયાન બાળકની કામશક્તિ તેની મળમૂ+ વિસર્જનની પ્રક્રિયા સાથે સંકળાયેલ છે. તેને મળમૂ+ સાથે સંકળાયેલ અવયવોમાં ઉત્તેજનાની અનુભૂતિ થતા તે આનંદ અનુભવે છે. આ અવસ્થામાં મળત્યાગ અને મળ રોકવામાં ગુદાની આસપાસનો વિસ્તાર ખૂબ જ સક્રિય બને છે. તે વારંવાર આવી પ્રવૃત્તિઓ કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. ફોઈડ આ કામશક્તિને લીબીડો તરીકે ઓળખાવે છે. આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ તરફ આંખ આડા કાન ન કરવા તેમજ ખૂબ જ કડકાઈ પણ ન દર્શાવવી પરંતુ સમજાવટથી કાર્ય કરવું જોઈએ. કડકાઈ વાપરતાં બાળકનું વ્યક્તિત્વ નકારાત્મક અને વિદ્રોહી બની શકે છે. વડીલોની વાતોને તે ગંભીરતાથી લેતું નથી. આનાથી પર જો બાળકને આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ પર નિયંત્રણ કરતાં શીખવવામાં ન આવે તો બાળક વિકાસની અવસ્થાનાં આગળ વધતું નથી અને તેને આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓમાં જ આનંદ આવતો હોવાથી તેના સમગ્ર વ્યક્તિત્વનું કેન્દ્રીકરણ આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ બની જાય છે.

### 16.5.3 જનનેન્દ્રિયકેન્દ્રી અવસ્થા (Phallic Stage):

આ અવસ્થા +૩થી ૬ વર્ષની ઉંમર સુધી જોવા મળી શકે છે. બાળકો આ અવસ્થા દરમિયાન તેઓના જાતીય અંગોમાં વધારે રસ દાખવે છે. તેઓમાં પુરુષ અને સ્ત્રી અંગોના તફાવત વિશે જાગૃતતા આવે છે. ગુદા અવસ્થામાં બાળકનું ધ્યાન મળમૂ+ વિસર્જન ઉપર કેન્દ્રિત હોય છે જ્યારે આ અવસ્થા દરમિયાન તેઓનું ધ્યાન આવી પ્રક્રિયાઓ સાથે સંકળાયેલ અવયવોના જાતીય ઉત્તેજના પર કેન્દ્રિત રહે છે. જાતીય અંગોના વિકાસની અવસ્થા હોવાને કારણે બાળક તેને વારંવાર અડકવાનો પ્રયત્ન કરી આનંદ મેળવે છે. વિજાતીય વ્યક્તિઓના સહવાસની આ તબક્કે સમજ ન હોવાથી બાળક આ રીતે આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

### 16.5.4 સુષુપ્ત અવસ્થા (Letancy Stage) :

આ અવસ્થા ૬ વર્ષથી પૂર્વ-કિશોરાવસ્થા સુધી જોવા મળે છે. આ અવસ્થા વ્યક્તિત્વ વિકાસ માટે બહુ અગત્યની નથી. ફોઈડ આ અવસ્થાને કામશક્તિના વિકાસની વિરામ અવસ્થા કહે છે. આ અવસ્થા દરમિયાન બાળક શારીરિક પ્રવૃત્તિઓના સ્થાને બૌદ્ધિક પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા આનંદ પ્રાપ્ત કરે છે. બાળક પોતાના સમવયસ્કો સાથે હળીમળીને રહેવાનું પસંદ કરે છે. આ અવસ્થામાં બાળકના બૌદ્ધિક અને સામાજિક વિકાસને વેગ મળે છે. આ વિકાસ માટેનું યોગ્ય વાતાવરણ ન મળે તો બાળકના સામાજિક વિકાસમાં ઓટ આવે છે. તે પોતાના કુટુંબના સભ્યો અને મિત્રો તરફ સમાયોજન સાધી શકતું નથી. સજાતીય આકર્ષણ આ અવસ્થાનું મુખ્ય લક્ષણ છે. બાળક વિજાતીય બાળકોને બદલે સજાતીય મિત્રો સાથે રહેવાનું વધારે પસંદ કરે છે. છોકરાઓ અને છોકરીઓ પોતાના અલગ જૂથ બનાવીને સાથે રહેવાનું પસંદ કરે છે. આ અવસ્થામાં બંધાતા સંબંધો જો વિકૃતરૂપ ધારણ કરે તો તેમાંથી સજાતીયતાની વિકૃતિ પેદા થાય છે અને તે સમાજ સાથેના સમાયોજનમાં મુશ્કેલી અનુભવે છે.

### 16.5.5 પુખ્ત જાતીય અવસ્થા (Genital Stage):

અગિયાર વર્ષથી પુખ્તાવસ્થા સુધી આ અવસ્થા જોવા મળે છે. તરુણાવસ્થાથી તેની શરૂઆત થાય છે. છોકરીઓ લગભગ બાર વર્ષની ઉંમરે જ્યારે છોકરાઓ તેર-ચૌદ વર્ષની ઉંમરે આ અવસ્થામાં પ્રવેશે છે. વ્યક્તિ વિજાતીય પા+ને આકર્ષવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેમની સાથે રહેવું, ફરવું, મિ+તા કરવી વગેરે તેને ગમે છે. લગ્ન એ પુખ્ત જાતીય અવસ્થામાં ઉભા થતાં આવેગોને સંતોષવાનું સમાજ સ્વીકૃત સ્વરૂપ છે. જે વ્યક્તિ વિજાતીય વ્યક્તિ સાથે સહજતાથી ભળી જાય છે તેનો સહજ સામાજિક વિકાસ થાય છે. જે વ્યક્તિ આ અવસ્થા દરમિયાન વિજાતીય વ્યક્તિને સહજતાથી સ્વીકારી શકતી નથી તે હંમેશા વિજાતીય વ્યક્તિની હાજરીમાં અજંપો અનુભવે છે. આ અવસ્થા દરમિયાન જાતીય ઉત્તેજનાના મુખ્ય +૩ સ્ત્રોતો છે. પ્રારંભિક બાલ્યાવસ્થાની સ્મૃતિઓ, જાતીય અવયવો સાથેની રમત અને જાતીય અંતઃસ્નાવો.

તમારી પ્રગતિ ચકાસો – 3 નીચેના જોડકા જોડો.

અવસ્થા	લક્ષણ	ઉત્તર
. મુખકેન્દ્રી	a. જાતીય અંગોને વારંવાર અડકે	_____
. ગુદાકેન્દ્રી	b. લીબીડો	_____
. જનનેન્દ્રીય કેન્દ્રી	c. વિજાતીય આકર્ષણ	_____
. સુષુપ્ત	d. કોઈપણ વસ્તુ મોંમા નાખવી	_____
. પુખ્ત જાતીય	e. સજાતીય આકર્ષણ	_____

## 16.6 ફોઈડના મતે વ્યક્તિત્વને અસર કરતાં પરિબળો

### 16.6.1 માનસ (Mind)

માનસની વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વમાં ખૂબ મહત્વની ભૂમિકા રહેલ છે. ફોઈડના સિદ્ધાંતમાં પણ માનસ કેન્દ્રમાં રહેલ છે. માનસની વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વ પર અસર જોવા મળે છે. ફોઈડે આ માનસમાં થઈ રહેલ માનસિક પ્રક્રિયાઓના +ણ પ્રકારો દર્શાવેલ છે.

#### a. સબોધ માનસ (Conscious Mind):

સભાન અને પરિચિત એવી માનસિક પ્રક્રિયાઓને ફોઈડ સબોધ માનસની પ્રક્રિયાઓ તરીકે ઓળખાવે છે. વ્યક્તિના જીવનની દરેક ક્ષણ કાર્ય અને પ્રવૃત્તિમય હોય છે. આ પ્રવૃત્તિ એ સતત ચાલતી હોવાથી માનસનો કોઈ એક ભાગ હંમેશા જાગ્રત અવસ્થામાં હોય છે. જે-તે સમયે ચાલતી પ્રક્રિયા પર માનસનું ધ્યાન રહે છે. માનસના આ ભાગને સબોધ માનસ કહી શકાય. સબોધ એટલે કે બોધ સાથેની પ્રક્રિયા.

સબોધ માનસમાં સજાગતા મહત્વની છે. વ્યક્તિ જે પ્રવૃત્તિ સબોધ રીતે કરી રો હોય છે તેના પર તેનું નિયંત્રણ રહે છે. કોઈ એક પ્રવૃત્તિનો અંત થતા સબોધ માનસ બીજી પ્રવૃત્તિ અંગે જાગ્રત બની જાય છે. દા.ત. ધારો કે તમે ખોરાક લઈ રા છો. ખોરાક લેતાં-લેતાં ટીવીમાં કોઈ રસપ્રદ બાબત રજૂ થતાં તમે ખોરાકનો કોળિયો થોડી ક્ષણ માટે લેવાનું ચૂકી જાવ છો. બહારનો દરવાજો ખખડે તો પણ તમારું સબોધ માનસ ખોરાકગ્રહણની પ્રક્રિયામાંથી તે તરફ જઈ શકે છે. જમ્યા બાદ મીન્ટિંગ હોય તો તમારું સબોધ માનસ ભોજન અને મીન્ટિંગના વિચારો વચ્ચે જાગ્રત રીતે આંદોલિત થયા કરે છે. સબોધ માનસને જાગ્રત મન તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે.

#### b. પૂર્વબોધ માનસ (Pre Conscious Mind):

પૂર્વબોધ માનસ એટલે સબોધ માનસ જ્યારે સક્રિય હોય ત્યારે એવી કેટલીક બાબતો કે જેનો સંગ્રહ થાય છે અને જ્યારે જરૂર હોય ત્યારે તરત જ યાદ કરી શકાય છે. પૂર્વબોધ માનસમાં સંગ્રહિત બાબતો અંગે વ્યક્તિ ગમે ત્યારે વાતચીત કરી શકે છે. જેમ કે, ટ્રાફિક સિગ્નલમાં રંગોના અર્થ પૂર્વબોધ માનસની સ્મૃતિમાં ગોઠવાઈ જાય ત્યારે વ્યક્તિ ગમે ત્યારે તેના અંગે વાત કરી શકે છે. કેટલીક વખત સબોધ માનસ કોઈ કાર્યમાં સક્રિય હોય ત્યારે વ્યક્તિને જે-તે કાર્ય અંગેની કોઈ અન્ય વાત યાદ કરાવતાં તેને પૂર્વબોધ માનસમાંથી તે યાદ આવે છે. દા.ત. તમે વર્ગમાં બેઠા હોય અને તમને પૂછવામાં આવે કે ગઈકાલે આપણે શું શીખ્યા હતા અને તમને જે-તે વિષયાંગનું નામ યાદ આવે છે. આ માહિતી પૂર્વબોધ માનસમાં સંગ્રહાયેલ હોય છે. પૂર્વબોધ માનસ એટલે વ્યક્તિનું પૂર્વજ્ઞાન કે જેને જરૂર પડે તરત યાદ કરી શકાય. બિનજરૂરી કે બિનઉપયોગી માહિતીને પૂર્વબોધ માનસ વિસરી જાય છે. આ વિસરી ગયેલ બાબતો પૈકી કેટલીક બાબતો અબોધ મનમાં સંગ્રહિત થાય છે. પૂર્વબોધ માનસને અર્ધજાગ્રત મન પણ કહે છે.

### c. અબોધ માનસ (Unconscious Mind):

અબોધ માનસ એટલે કે અજાગ્રત માનસ. ફોઈડે અજાગ્રત માનસ અંગે ઘણા વિચારો પ્રતિપાદિત કર્યા. માનવીના વ્યક્તિત્વમાં એવી ઘણી પ્રક્રિયાઓ હોય છે કે જે તેની પાસે અજાણપણે કેટલાક વર્તન કરાવે છે. આ વર્તનો પાછળ રહેલા ચાલકબળને ફોઈડે અજાગ્રત માનસ કે અબોધ માનસ તરીકે ઓળખ આપી. અબોધ માનસનો જન્મ અહમ અને અધિઅહમની સાથે થાય છે. તત્ત્વ ગમે તે ભોગે સંતોષ પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે પરંતુ અહમ તત્ત્વ આપણને બા દુનિયાના રીત-રિવાજો, મૂલ્યો અને નૈતિકતાને યાદ કરાવે છે. જ્યારે અધિઅહમ જાતે નક્કી કરે છે કે વર્તન કરવું કે નહિ. અહમ અને અધિઅહમ વ્યક્તિની ઈચ્છાઓ પર અંકુશ મૂકે છે. પરિણામે વ્યક્તિ પોતાની કેટલીક ઈચ્છાઓને દબાવી દે છે. આ દબાયેલી ઈચ્છાઓ અજાગ્રત મનમાં સંગ્રહિત થાય છે. એવા અનુભવો કે જેને વ્યક્તિ ભૂલાવી દેવા માંગે છે કે હેતુપૂર્વક ભૂલાવી દે છે તે અબોધ માનસમાં સંગ્રહિત થાય છે. જેમ કે, વ્યક્તિને ભૂતકાળમાં સાયકલ શીખતી વખતે પડી જવાનો અનુભવ હોય અને તે તેને ભૂલાવી દેવા માંગે છે. પરંતુ જ્યારે તે પુનઃ સાયકલ શીખવાનો પ્રયત્ન કરે છે ત્યારે અજાણપણે પૂર્વેનો અનુભવ યાદ આવી જાય છે. વ્યક્તિના જીવનમાં થયેલા ડરામણા, બિહામણા, ભયાનક અનુભવો તે ભૂલી જવા માંગતો હોય છે પરંતુ તે અબોધ માનસમાં સંગ્રહિત થાય છે. ફોઈડેના મતે અબોધ માનસ વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વને ખૂબ ઊંડી અસર કરે છે. આ સંદર્ભમાં તેઓ નીચેની બાબતો સ્પષ્ટ કરે છે.

- માનસનો મોટો ભાગ અબોધ અવસ્થામાં જ અસ્તિત્વ ધરાવે છે. વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વને સમજવા માટે તેના અબોધ માનસનો અભ્યાસ કરવો ખૂબ જરૂરી છે.
- અબોધ માનસના અભ્યાસ માટે સંમોહન પદ્ધતિ કે મુક્ત સાહચર્ય પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.
- અબોધ માનસની પ્રક્રિયાઓ પર નિયંત્રણ લાવનાર વ્યક્તિ વધારે સુસમાયોજિત જીવન જીવી શકે છે. આમ કરવામાં નિષ્ફળ થનાર મનોવિકૃતિનો ભોગ બને છે.

### 16.6.2 ઓડિપસ અને ઈલેક્ટ્રા ગ્રંથિ

ઓડિપસ એટલે બાળકનો અને ખાસ કરીને પુ+નો, તેના માતા-પિતામાંથી જે વિજાતીય હોય તેના પ્રત્યેનો પ્રેમ. ફોઈડે માતા પ્રત્યેના પુ+ના પ્રેમને સ્પષ્ટ કરવા માટે ઓડિપસ ગ્રંથિનો ઉપયોગ કર્યો હતો. પૌરાણિક ગ્રીક સાહિત્યમાં ઓડિપસ નામનું પા+ છે કે જે અજાણતા જ પોતાના પિતાનું ખૂન કરીને પોતાની માતા સાથે લગ્ન કરી બેસે છે. આ પા+ના નામ પરથી ઓડિપસ ગ્રંથિ શબ્દનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો. ફોઈડેના મતે બાળકના તત્ત્વની મોટા ભાગની ઈચ્છાઓ તેની માતા સંતોષે છે. પરિણામે માતા તરફ બાળકને અદમ્ય આકર્ષણ જન્મે છે. તે સતત માતાનો સહવાસ ઈચ્છે છે. માતા પણ પોતાના બાળકનું સંપૂર્ણ ધ્યાન રાખે છે. બાળક મોટું થતા માતા દ્વારા તેની સારસંભાળ માટે ફાળવવામાં આવતા સમયમાં કમશ: ઘટાડો થતાં બાળક માતાનો વિયોગ અનુભવે છે. માતા-પિતા એકબીજા સાથે વધારે સમય પસાર કરે છે અને આ બાબતને બાળક પોતાની માતાના વિયોગ પાછળનું કારણ ગણે છે. પરિણામે પોતાની માતાથી અળગો કરનાર તેના પિતાને તે સૌથી મોટા અવરોધ તરીકે જુએ છે. આ જ કારણે પુ+ના મનમાં પિતા પ્રત્યે નકારાત્મક લાગણીનો જન્મ થાય છે. આના પરિણામ સ્વરૂપે તે પોતાના પિતાને માતાથી દૂર રાખવાના પ્રયત્નો કરે છે. ઘણીવાર આ નકારાત્મક લાગણીના કારણે બાળકને તેના પિતાને મારી નાખવાની ઈચ્છા પણ થઈ શકે છે. આ બધું ઓડિપસ ગ્રંથિના કારણે બને છે. સમય જતાં બાળક જુએ છે કે તેના પિતા પણ તેને પ્રેમ કરે છે, તેની જરૂરીયાતોને પૂરી કરે છે, તેનું ધ્યાન રાખે છે, મુશ્કેલીઓમાં મદદ કરે છે ત્યારે મોટાભાગના બાળકોમાં આ લાગણી છૂટી જાય છે. બાળકની ઓડિપસ ગ્રંથિ દૂર કરવા માટે પિતાએ જ પહેલ કરવી રહી. સામાન્ય રીતે પિતાની ભૂમિકા નીતિ-નિયમો, વર્તન નિયંત્રણ, કુટુંબના મોભી તરીકેની રહે છે. આ સંજોગોમાં બાળકને પ્રેમથી સાંભળવું, પ્રતિક્રિયા આપવી, માર્ગદર્શન અને રક્ષણ આપવું જોઈએ. આમ ન કરનાર પિતા



સામેની નકારાત્મક ગ્રંથિ બાળકના મનમાં દૈઢ બને છે અને ભવિષ્યમાં પિતાની સલાહને અવગણે છે અને આજ્ઞાની કદર કરતો નથી. પરિણામે પુ+ અને પિતા વચ્ચે વૈમનશ્ય ઉભું થાય છે. માતાએ પણ પિતા માટે બાળકની હાજરીમાં માન દર્શાવવું જોઈએ કે જેથી બાળકના મનમાં રહેલ પિતા પ્રત્યેના અણગમાને પોષણ ન મળે.

પૌરાણિક ગ્રીક સાહિત્યમાં આવતા ઈલેક્ટ્રાના પા+ને તેના પિતા સાથે પ્રેમ થઈ જાય છે. તેના નામ પરથી ફોઈડે આ ગ્રંથિને ઈલેક્ટ્રા નામ આપેલ છે. જન્મ પછી પુ+ની તેના માતા-પિતાની તુલના કરે છે અને પિતા શારીરિક દૈષ્ટિએ માતા કરતાં વધારે મજબૂત હોવાથી તે તેને વિશિષ્ટતાઓ ધરાવતા દેખાય છે. તેના મનમાં પિતા પ્રત્યે માન અને અહોભાવની લાગણી જન્મે છે. તે પણ પોતાના પિતાને આદર્શ માની તેઓના જેવી થવા માંગે છે. પરંતુ તે શારીરિક મર્યાદાઓને ઓળંગીને આમ કરવા અસમર્થ બને છે. પિતાની આ અસર હેઠળ આવેલ પુ+ની જ્યાં સુધી પિતા જેવો અન્ય કોઈ પુરુષ ન મળે ત્યાં સુધી લગ્ન કરવાનું ટાળે છે અથવા તો પોતાના જીવનસાથીની પસંદગીમાં તે પોતાના પિતાના લક્ષણોને શોધે છે. પુ+ની શારીરિક બંધારણ માતાને મળતું આવે છે. આથી પોતાની આ મર્યાદાઓ માટે તે માતાને જ જવાબદાર માને છે. પરિણામે તેના મનમાં પોતાની માતા પ્રત્યે ધિક્કારની લાગણી જન્મે છે. આ લાગણીને ફોઈડે ઈલેક્ટ્રા ગ્રંથિ નામ આપ્યું હતું. સમય પસાર થતાં માતા તરફથી મળતા પ્રેમ અને સહકારના કારણે તે પોતાની માતાનું વાસ્તવિક મૂલ્યાંકન કરવા લાગે છે અને માતા પ્રત્યે પ્રેમ તેમજ માનની લાગણી અનુભવે છે. માતા વધારે પડતું કડક વલણ ધરાવતી હોય તો પુ+ના મનમાં માતા પ્રત્યેની વેરભાવના ચાલુ જ રહે છે. જે છેવટે તેના વ્યક્તિત્વમાં વિકૃતિ પેદા કરે છે. પુ+ના મનમાં જન્મેલ ઈલેક્ટ્રા ગ્રંથિને દૂર કરવા માટે માતાએ પ્રેમ અને હૂંફભર્યું વર્તન કરવું જોઈએ.

### 16.6.3 ભાંડુ વૈમનશ્ય

બાળકના વ્યક્તિત્વ પર તેના માતા-પિતા ઉપરાંત ભાઈ-ભાંડુઓની પણ અસર જોવા મળે છે. સામાન્ય રીતે માતા-પિતાનો પ્રેમ તેઓના બાળકો વચ્ચે વહેંચાઈ જાય છે. બાળક પોતાના ભાંડુઓને પોતાના સ્પર્ધક ગણે છે. તેને સતત એવું લાગ્યા કરે છે કે તેના ભાઈ બહેનોના કારણે તેના માતા-પિતા તેને અવગણે છે. તેઓના કારણે જ તે પોતાના માતા-પિતાના પ્રેમથી વંચિત છે. પરિણામે તેના મનમાં પોતાના ભાઈ-બહેન પ્રત્યે તિરસ્કારની લાગણી જન્મે છે. તે પોતાના માતા-પિતાને પુનઃ પ્રાપ્ત કરવા સતત મથ્યા કરે છે અને નવા નુસખા અજમાવે છે. આ સંજોગોમાં તેનો કુદરતી અને સાહજિક વિકાસ થાય છે અને વ્યક્તિત્વમાં વિકૃતિ આવે છે. કેળવાયેલા માતા-પિતા પોતાના બાળકો પ્રત્યે સભાનપણે સમાન પ્રેમ રાખવાનો પ્રયત્ન કરે છે કે જેથી તેઓમાં આ પ્રકારની કોઈ ગ્રંથિ બંધાતી નથી.

## 16.7 સારાંશ

સિગ્મન ફોઈડેના વ્યક્તિત્વ સિદ્ધાંતનો અભ્યાસ વ્યક્તિત્વ અંગેના ઘણા નવા વિચારો આપે છે. તેઓના વિચારોથી સમગ્ર મનોવિજ્ઞાન જગત હચમચી ઉઠ્યું હતું. ડાર્વિનની જેમ ફોઈડેના સિદ્ધાંતે પણ માનવીના ધાર્મિક જગતને આંચકો આપ્યો હતો. માનવીના વર્તનને આપણે સભાન અવસ્થામાં થતું હોવાનું માનીએ છીએ. પરંતુ ફોઈડે આપણા વર્તનો પાછળ અભાન અવસ્થા એટલે કે અબોધ માનસિક પ્રક્રિયાઓ હોવાની વાત કરી. વર્તમાન સમયમાં અબોધ માનસનો પ્યાલ વ્યક્તિત્વ ક્ષેત્રે ખૂબ પ્રચલિત થયેલ છે. બાળક સાથે કાર્ય કરતી વખતે અબોધ માનસની અસરોને સમજવામાં આ સિદ્ધાંત ખૂબ મદદપ થાય છે. એક રીતે જોઈએ તો ફોઈડે મા+ મનોવિજ્ઞાન માટે જ નહિ, પરંતુ મનુષ્યને સમજવા અને સમજાવવા માંગતા તમામ ક્ષેત્રો માટે એક અસરકારક વ્યક્તિ તરીકેની ભૂમિકા ભજવી ગયા છે. તેઓનો સિદ્ધાંત અતિવ્યાપક અને અસરકારક સાબિત થયેલ છે.

## 16.8 સ્વાધ્યાય

1. ફોઈડેના મતે પ્રેમ એટલે શું ?
2. ફોઈડેના મતે મૃત્યુની પ્રેરણાની મનુષ્ય પર શી અસર થાય છે?
3. લીબીડો અને જાતીય લીબીડો વચ્ચેનો ભેદ સ્પષ્ટ કરો.

4. તત્ત્વ એટલે શું? તેના કાર્યો જણાવો.
5. અહ્મ અને અધિઅહ્મ વચ્ચેનો ભેદ સ્પષ્ટ કરો.
6. અહ્મ અને અધિઅહ્મ પૈકી કોની ભૂમિકા વધારે મહત્ત્વની છે? શા માટે?
7. ફોઈડના મતે વ્યક્તિત્વ વિકાસની વિવિધ અવસ્થાઓ જણાવો.
8. ફોઈડના મતે માનસના પ્રકાર સ્પષ્ટ કરો.
9. ઓડિપસ અને ઈલેક્ટ્રા ગ્રંથિ વચ્ચેનો ભેદ સ્પષ્ટ કરો.
10. ભાંડુ વૈમનશ્ય એટલે શું? તેની અસરો જણાવો.

---

### 16.9 સૂચિત વાચનસામગ્રી

---

- ભટ્ટ, કુસુમબેન કે., (2014). વ્યક્તિત્વના સિદ્ધાંતો (તૃતીય આવૃત્તિ). યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, અમદાવાદ.
- દોંગા, નનુભાઈ, (2010). શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન. નીરવ પ્રકાશન, અમદાવાદ.
- શુક્લા, સતીષપ્રકાશ એસ., (2013). શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન. અગ્રવાલ પબ્લિકેશન્સ, આગ્રા.
- Corr, Philip J. & Matthews, Gerald, (2009). The Cambridge Handbook of Personality Psychology. Cambridge University Press, New York.
- Freud, S., (1958). A General Introduction to Psychoanalysis. Permabooks, New York.
- Freud, S., (1969). An Outline of Psychoanalysis. Norton, New York.
- Millon, Theodore & Lerner Melvin J., (2003). Handbook of Psychology, Personality and Social Psychology (Volume – 5). John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.
- Ryckman, Richard M., (2008). Theories of Personality, (9<sup>th</sup> ed.). Thomson Wadsworth, CA, USA.

---

### 16.10 તમારી પ્રગતિ ચકાસોના ઉત્તરો

---

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 1

1. સાચું
2. ખોટું
3. સાચું
4. ખોટું

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 2

5. તત્ત્વ
6. તત્ત્વ
7. પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયા
8. પ્રાથમિક પ્રક્રિયા
9. અહ્મ
10. અધિઅહ્મ

#### ❖ તમારી પ્રગતિ ચકાસો - 3

- 1 – d, 2 – b, 3 – a, 4 – e, 5 - c