t our website www.ejaypee.com, for detailed information on nursing books, visit our website www.ejaypee.com, for detailed information on nursing books, visit our website www.ejaypee.com,

# Behavioral Sciences

# (व्यावहारिक विज्ञान)

## Psychology and Sociology

## (मनोविज्ञान और समाजशास्त्र)

## for GNM Students

## (जीएनएम छात्रों के लिए)



दीप्ति शुक्ला

JAYPEE

JAYPEE BROTHERS

# विशेष सूची

## PSYCHOLOGY (मनोविज्ञान)


1. परिचय (Introduction) 1
2. मानव मन की संरचना (Structure of the Mind) 21
3. मानव व्यवहार का मनोविज्ञान (Psychology of Human Behavior) 38
4. शिक्षा (Learning) 84
5. व्यक्तित्व (Personality) 133
6. बुद्धि (Intelligence) 155


## SOCIOLOGY (समाजशास्त्र)


1. परिचय (Introduction) 175
2. व्यक्ति (The Individual) 191
3. परिवार (The Family) 213
4. समाज (The Society) 237
5. समुदाय (The Community) 318


JAYPEE BROTHERS

अध्याय 2

# मानव मन की संरचना (Structure of the Mind)

**Chapter Outline**

- मस्तिष्क की संरचना (Structure of Mind)
- चेतन एवं अचेतन (Conscious and Preconscious)
- इड, ईगो एवं सुपरईगो (Id, Ego, and Superego)

## मूल शब्दावली (BASIC VOCABULARY)

- **मनोविज्ञान (Psychology):—** यह विज्ञान है जो मानव के मानसिक और भावनात्मक कार्यों का अध्ययन करता है।
- **संज्ञान (Cognition):—** यह मानसिक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति सोचता है, समझता है, और निर्णय लेता है।
- **भावनाएँ (Emotions):—** ये मानसिक प्रतिक्रियाएँ होती हैं जो किसी घटना या स्थिति से उत्पन्न होती हैं, जैसे खुशी, गम, या गुस्सा।
- **व्यक्तित्व (Personality):—** यह किसी व्यक्ति के स्थिर मानसिक गुणों और व्यवहारों का संयोजन है जो उसे दूसरों से अलग करता है।
- **स्मृति (Memory):—** यह मानसिक क्षमता है, जिसके द्वारा व्यक्ति जानकारी को संग्रहीत करता है और बाद में याद करता है।
- **संचार (Communication):—** यह वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति अपने विचारों और भावनाओं को दूसरों तक पहुँचाता है।
- **विवेक (Consciousness):—** यह वह मानसिक स्थिति है जिसमें व्यक्ति अपने आस–पास की दुनिया और आंतरिक अनुभवों से जागरूक होता है।
- **अवचेतन मन (Subconscious Mind):—** यह वह मानसिक स्तर है जहां हमारी गहरी इच्छाएँ और विचार स्थित होते हैं, जो हमारे व्यवहार को प्रभावित करते हैं।
- **प्रेरणा (Motivation):—** यह मानसिक ऊर्जा है जो व्यक्ति को किसी कार्य को करने के लिए प्रेरित करती है।
- **समझ (Understanding):—** यह वह प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति किसी स्थिति या विचार को सही रूप में ग्रहण करता है और उसे समझता है।
- **आत्म–संवेदन (Self-awareness):—** यह अपनी भावनाओं, विचारों, और मानसिक स्थिति के बारे में जागरूकता है।
- **निर्णय क्षमता (Decision-making Ability):—** यह मानसिक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति विभिन्न विकल्पों के बीच निर्णय लेता है।
- **सामाजिक प्रभाव (Social Influence):—** यह वह प्रभाव है जो हमारे समाज और दूसरों के विचारों का हमारे मानसिक और शारीरिक व्यवहार पर पड़ता है।

JAYPEE BROTHERS

- **स्मृति निर्माण (Memory Formation):—** यह वह प्रक्रिया है जिसमें नए अनुभवों को मस्तिष्क में संचित किया जाता है और भविष्य में उन्हें याद किया जाता है।
- **मानसिक विकार (Mental Disorders):—** मानसिक विकार वे स्थितियाँ हैं जो व्यक्ति के मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य को प्रभावित करती हैं, जैसे अवसाद या चिंता।
- **इड (Id):—** यह मानव मानसिक संरचना का वह हिस्सा है जो तत्काल संतुष्टि की इच्छा और बुनियादी प्रवृत्तियों (जैसे भूख, सेक्स) का प्रतिनिधित्व करता है, और यह अवचेतन स्तर पर कार्य करता है।
- **ईगो (Ego):—** यह वह हिस्सा है जो वास्तविकता के आधार पर निर्णय लेता है, Id की इच्छाओं को नियंत्रित करता है और Superego के नैतिक नियमों के साथ संतुलन बनाए रखता है।
- **सुपरईगो (Superego):—** यह मानसिक संरचना का हिस्सा है जो नैतिकता, समाजिक आदर्श और सही–गलत के मानकों का पालन करता है, और यह व्यक्ति के व्यवहार पर नियंत्रण रखने की कोशिश करता है।

## परिचय (Introduction)

मानव मन एक जटिल और गूढ़ प्रणाली है, जिसे समझने का प्रयास कई वर्षों से किया जा रहा है। यह न केवल हमारी सोच और भावनाओं का केंद्र है, बल्कि हमारे व्यवहार और निर्णयों को भी प्रभावित करता है। मन की संरचना का अध्ययन मुख्य रूप से मनोविज्ञान और तंत्रिका विज्ञान के माध्यम से किया जाता है, जो यह समझने का प्रयास करते हैं कि हम कैसे सोचते हैं, महसूस करते हैं और कार्य करते हैं।

मन की संरचना को सामान्यतः तीन प्रमुख भागों में बाँटा जाता है। चेतन मन, अवचेतन मन और अचेतन मन। चेतन मन वह भाग है जो वर्तमान समय में सक्रिय रहता है तथा जिसके माध्यम से हम सोचते और अनुभव करते हैं। अवचेतन मन वह भाग है जिसमें हमारी यादें, अनुभव और छिपी हुई भावनाएँ संचित रहती हैं। अचेतन मन वह भाग है जो शरीर की स्वचालित क्रियाओं को नियंत्रित करता है, जैसे श्वास लेना, हृदय की धड़कन तथा अन्य अनैच्छिक क्रियाएँ।

मानव मन का एक विशेष पहलू यह है कि यह लगातार बदलता रहता है। हम न केवल अपने विचारों और भावनाओं को समझने की कोशिश करते हैं, बल्कि यह भी सीखते हैं कि कैसे अपने मन को सही दिशा में नियंत्रित किया जा सकता है। यह मानसिक स्वास्थ्य और आत्मज्ञान के लिए महत्वपूर्ण है।

इस प्रकार, मानव मन की संरचना को समझने से हम अपने आप को और दूसरों को बेहतर तरीके से जान सकते हैं और जीवन को अधिक संतुलित और स्वस्थ बना सकते हैं।

## दिमाग की संरचना (Structure of Mind)

यह मन मस्तिष्क की उस क्षमता को कहते हैं जो लोगों को बुद्धि, भाव, इंद्रियाग्राह्यता, एकाग्रता, व्यवहार, परिज्ञान (अंतर्दृष्टि), स्मरण, निर्णय और चिंतन करने में सक्षम बनाती है। मन, आम तौर पर शरीर का वह भाग या प्रक्रिया है जो ज्ञान को ग्रहण करता है, सोचता है और समझता है। यह मस्तिष्क का काम है।

मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त का मुख्य ध्यान मानव मन की बेहतर समझ रखने पर रहता है। मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त के अध्ययन और 1900 के शुरूआती दौर में सिंगमंड फ्रायड के सिद्धान्त की शुरूआत में कई विकास हुए हैं। इसके अलावा फ्रायड के बुनियादी विचारों का मानव मन के सिद्धान्त के बारे में राय बनाने पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है।

## मानव चेतना के स्तर (Levels of Human Consciousness)

फ्रायड द्वारा मन को विभिन्न अद्वितीय स्तरों में परिभाषित किया गया है और प्रत्येक स्तर के अपने संचालन और भूमिकाएं हैं।

JAYPEE BROTHERS

1. **सचेत (Conscious):—** चेतन अवस्था चेतना का पहला स्तर है और यह तत्काल जागरूकता का प्रतिनिधित्व करती है जिसे लोग कुछ भी पढ़ते समय महसूस कर सकते हैं। जब हमारी इंद्रियों से कोई इनपुट प्राप्त होता है तो हम जानकारी का विश्लेषण करने के लिए अपनी चेतना का उपयोग करते हैं और इस इनपुट के आधार पर कुछ निर्णय लिए जाते हैं।

   चेतन मन में वह सब कुछ शामिल होता है जिसके बारे में हम किसी भी क्षण जानते हैं। इसमें वे चीजें शामिल हैं जिनके बारे में हम बिना सोचे–समझे सोच रहे हैं चाहे वह हमारे दिमाग के सामने हों या पीछे। यदि हम इस पर ध्यान देंगे तो यह हमारे चेतन मन में होगा।

   सचेत अवस्था हमारी वर्तमान जागरूकता को संदर्भित करता है जैसा कि आप इसे पढ़ रहे हैं। जब हम अपनी इंद्रियों से जानकारी प्राप्त करते हैं, उसका विश्लेषण करते हैं, और फिर उस जानकारी के आधार पर निर्णय लेते हैं, तो हम अपने चेतन मन का उपयोग कर रहे होते हैं।

   चेतन मन में वह सब कुछ शामिल है जिसके बारे में हम किसी भी समय जानते हैं। इसमें वह सब कुछ शामिल है जिसके बारे में हम अभी सोच रहे हैं, चाहे वह हमारे दिमाग में सबसे आगे हो या पीछे। अगर हम इसके बारे में सचेत हैं, तो यह हमारे चेतन मन में है।

   **उदाहरणः—** कोई व्यक्ति जो कुछ पढ़ रहा है, संगीत या जो कोई बातचीत कर रहा है उसके बारे में जानकारी के प्रति सचेत रहेगा। चेतन अनुभव में हमारे मन में उत्पन्न होने वाले विभिन्न प्रकार के विचार, धारणा और बाहरी दुनिया की संवेदनाओं के साथ–साथ वे यादें भी शामिल होंगी जो जागरूकता का हिस्सा हो सकती हैं।

2. **अवचेतन मन (Preconscious Mind):—** अवचेतन या अचेतन चेतना का दूसरा स्तर है जो सपनों का निर्माण करता है। इसे उन सभी अनुभवों का भण्डार माना जा सकता है जो हमें याद हैं, इन अनुभवों द्वारा मन पर छोड़े गये विभिन्न प्रभाव, और इन प्रभावों द्वारा लगाए गये रूझान।

   अवचेतन मन में सभी अनुभवों, विचार और प्रभाव शामिल होंगे और हमारी सोच और आचरण पर हमारी अपेक्षा से अधिक बड़े स्तर पर बड़ा प्रभाव पड़ेगा। वह जानकारी जो केवल जागरूकता का लाभ है। अवचेतन के पास होती है। इस प्रकार की जानकारी काफी आसानी से प्राप्त की जा सकती है और इन्हें आमतौर पर यादें कहा जाता है।

   हम इसे सभी याद किए गए अनुभवों, इन अनुभवों से मन पर पड़ने वाले प्रभावों और इन प्रभावों से जागृत या प्रबल होने वाली प्रवृत्तियों के भंडार के रूप में सोच सकते हैं।

   आपका प्रत्येक अनुभव, विचार और धारणा आपके अवचेतन मन में संग्रहीत होती है और हमारे विचार और व्यवहार पैटर्न पर उसका प्रभाव हमारी समझ से कहीं अधिक होता है।

   अवचेतन मन में चेतना के स्तर से ठीक नीचे सूचनाएँ संग्रहीत रहती हैं। व्यक्ति ऐसी सूचनाओं को अपेक्षाकृत आसानी से प्राप्त कर सकता है और इन्हें सामान्यतः स्मृतियाँ कहा जाता है। उदाहरण के लिए, यदि कोई आपसे पूछे कि आपका मध्य नाम क्या है, तो आपको वह याद आ जाएगा। इसी प्रकार आपको अपने पिता का जन्मदिन या पिछली बार वर्षा कब हुई थी, यह भी स्मरण हो सकता है। पिछले अनुभव हमारे मस्तिष्क के अवचेतन भाग में संग्रहीत रहते हैं, जिनसे हम कभी अनजान रहते हैं और आवश्यकता पड़ने पर उन पर पूर्ण रूप से ध्यान केंद्रित कर सकते हैं।

   जीवन, काम और रिश्तों में हमारी सफलता अक्सर उन आदतों से निर्धारित होती है जो हम समय के साथ विकसित करते हैं। प्राथमिकताएँ निर्धारित करना और दिन–प्रतिदिन के महत्वपूर्ण कार्यों को पूरा करने के लिए मानसिक और शारीरिक शक्ति दोनों की आवश्यकता होती है। इस प्रकार, यह आदत अभ्यास और दोहराव के माध्यम से सीखने योग्य है जब तक कि यह हमारे अवचेतन मन में समाहित न हो जाए और हमारे व्यवहार का एक अमिट हिस्सा न बन जाए।

JAYPEE BROTHERS

**उदाहरणः–** कोई व्यक्ति किसी के द्वारा पूछी गई बातों को आसानी से याद कर सकता है जैसे किसी व्यक्ति का मध्य नाम, आखिरी बार कब बारिश हुई थी, आपके पिताजी का जन्मदिन कब था, आदि। फ्रायड के अनुसार ये अनुभव और यादें अवचेतन भाग से बनी होती हैं। हालांकि लोगों के दिमाक को इसके बारे में जानकारी नहीं होती है लेकिन वे इसे तुरंत याद कर सकते हैं।

3. **अचेतन (Unconscious):—** अचेतन चेतना का अंतिम स्तर है। इसमें विचार, आदिम या सहज इच्छा और यादें शामिल हैं जिनमें हमारी गहरी अंतर्दृष्टि होती है। हालांकि लोग इसके अस्तित्व के बारे में नहीं जानते हैं लेकिन यह लोगों के व्यवहार को बहुत प्रभावित करता है। दबी हुई भावनाएं, छिपी हुई यादें, आदतें, विचार, इच्छाएं और प्रतिक्रियाएं अचेतन के भाग हैं। विभिन्न प्रकार की भावनाएं और स्मृतियां जिनका चेतन अवस्था में सामना करना सुखद, दुखद, कष्टप्रद या शर्मनाक नहीं होता, अचेतन मन की विशाल सूची में शामिल हैं।

   वे अचेतन शक्तियां हैं जो हमारे व्यवहार को संचालित करती हैं। हालांकि हमारा आचरण उन अचेतन शक्तियों को प्रतिबिंबित करेगा जो उन्हें नियंत्रित करती हैं। इसका पता लगाना संभव नहीं है। निम्नलिखित उदाहरण जो अचेतन मन में रखी हुई है।

   अपने बचपन के दौरान, हमने कई तरह की यादें और अनुभव जमा किए, जिन्होंने हमारे वर्तमान विश्वासों, भय और असुरक्षाओं को आकार दिया। हालाँकि, हम इनमें से अधिकांश यादों को याद करने में असमर्थ हैं। वे अदृश्य शक्तियाँ हैं जो हमारे व्यवहार को प्रभावित करती हैं।

   आपके अचेतन मन में जो चीजें भूली जा सकती हैं, उनमें नकारात्मक अतीत के अनुभव या कोई दर्दनाक घटना शामिल है जिसे आपने अपने अवचेतन से बाहर निकाल दिया है। कुछ जीवन के अनुभव या विचार कुछ व्यक्तियों के लिए पूरी तरह से स्वीकार करने के लिए बहुत डरावने हो सकते हैं और इस प्रकार अवचेतन मन द्वारा मध्यस्थता की जाती है।

   चेतन मन की विषय–वस्तु वे सभी चीजें हैं जिनके बारे में आप सक्रिय रूप से जागरूक हैं। निकट से संबंधित पूर्वचेतन मन में किसी चीज को चेतन जागरूकता में लाने की सभी संभावनाएँ होती हैं। इसके अतिरिक्त, पूर्वचेतन एक द्वारपाल के रूप में कार्य करता है, जो चेतन जागरूकता में प्रवेश करने वाली जानकारी की मात्रा को सीमित करता है।

   **उदाहरणः–** पिछले नकारात्मक, अनुभव या दर्दनाक घटनाएं जो अवचेतन से उत्पन्न होती हैं उन्हें अचेतन द्वारा भुला दिया जाएगा। कुछ लोगों के पास कुछ जीवन के अनुभव या विचार हो सकते हैं जिन्हें पहचानना उनके लिए काफी खतरनाक हो सकता है और इस प्रकार इन्हें अचेतन/अवचेतन मन द्वारा प्रतिबंधित किया जाता है।

## अहंकार (Ego)

अहंकार एक तरह का व्यवहार है जिसके कारण व्यक्ति अपने लिए सही फैसले नहीं ले पाता। अगर यह सिर्फ व्यवहार होता, तो हमें इस पर बात करने की जरूरत नहीं पड़ती। लेकिन जब व्यवहार, आपके मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने लगे, तो उसे मेडिकल दृष्टि से देखना जरूरी हो जाता है

अपने आप को इस समष्टि से अलग समझने का अर्थ है अहंकार। "मैं सबसे अच्छा हूँ" या "मैं सबसे बुरा हूँ" दोनों अपमानजनक अभिव्यक्तियाँ हैं। और अपनी अहंकार को तोड़ने की इच्छा मत करो। ऐसा लगता है कि यदि स्वार्थ है तो उसे अपने भीतर रहने देना ठीक नहीं है। अपने अहंकार को त्याग देना चाहिए, तभी व्यक्ति स्वयं को सहज महसूस करता है।

"अहंकार, सहजता की कमी है और यही सरलता के अभाव का कारण बनता है।"

JAYPEE BROTHERS

अहंकार अपनेपन की भावना को समाप्त कर देता है। इसलिए इसे दूर करने के लिए हमें सहजता, आत्मीयता, अपनापन और सरलता को अपनाना चाहिए।

पूर्ण निष्ठा आपको जोश, उत्साह, विश्वास और चुनौती देती है और फिर अहंकार नहीं रहता। अहंकार नेता, बुद्धिमान, व्यापारी या सेवक के लिए घातक है। लेकिन एक योद्धा या प्रतिद्वंद्वी आत्मविश्वास की बहुत जरूरत है।

## मनोविज्ञान के अनुसार

- अहंकार, वास्तविकता सिद्धांत के आधार पर काम करता है। यह इड की इच्छाओं को सामाजिक रूप से उचित तरीके से पूरा करने में मदद करता है।
- अहंकार, व्यक्तिगत संदर्भ बिंदु देता है, जिससे व्यवहार में स्थिरता आती है। यह अतीत की घटनाओं को वर्तमान और भविष्य से जोड़ता है।
- अहंकार, निर्णय लेने के लिए अपने सभी ज्ञान और चेतना के तीन स्तरों तक पहुंच का इस्तेमाल करता है, ये स्तर हैं– सचेत, अचेतन, और पूर्वचेतन।
- अहंकार, एक बार विकसित होने के बाद, जीवन भर बदल सकता है। खास तौर पर खतरे, बीमारी, और जीवन में बड़े बदलावों के दौरान यह बदलता है।

सिगमंड फ्रायड के अनुसार, अहंकार हमारे व्यक्तित्व का वह हिस्सा है जो इड, सुपरईगो और वास्तविकता की मांगों की मध्यस्थता करता है। फ्रायड ने इड को व्यक्तित्व का सबसे बुनियादी हिस्सा बताया जो लोगों को उनकी सबसे मौलिक जरूरतों को पूरा करने के लिए प्रेरित करता है।

## अहंकार की अवस्थाएँ

Ego लैटिन शब्द i से बना है। Ego वास्तविकता के सिद्धान्त के अनुसार कार्य करता है। मूल रूप से फ्रायड ने पहले Ego शब्द को स्वयं की भावना के मतलब के लिए सम्बोधित किया था, परन्तु बाद में इसे सहिष्णुता, वास्तविकता, परीक्षण, नियंत्रण, योजना, रक्षा और मानसिक कार्यों को करने वाले तथा नैतिकतापूर्ण निर्णय लेने जैसे बताया।

सोच, आचरण और भावनाओं के एक सुसंगत पैटर्न को अहंकार की स्थिति के रूप में परिभाषित किया गया है इन्हें राज्य–निर्भर शिक्षा के परिणाम के रूप में देखा जा सकता है। इसलिए जब लोग कुछ अनुभव करते हैं या सीखते हैं तो स्वयं के विभिन्न तत्व (जैसे संवेदनाएं, भावनाएं, विचार, छवियां, यादें) जो सीखने के दौरान मौजूद थे, एक संयुक्त रूप में जुड़े और प्रबंधित होते हैं। इन्हीं जुड़े तत्वों से अहंकार की स्थिति बनती है।

अहंकार की स्थिति को परिभाषित करते समय बर्न ने मन की स्थिति और आचरण से संबंधित प्रवृत्तियों को प्रदान करने की अपेक्षा की क्योंकि वे अमूर्त रूप के बजाय स्वाभाविक रूप से परिणामित होते है। इस प्रकार वह अहंकार की स्थिति के अलग अर्थ के साथ आए जो फ्रायड के इड, अहंकार और सुपरईगो के मानसिक अंगों से अलग है। इनके अनुसार अहंकार की स्थिति अनुभावात्मक और सामाजिक वास्तविकताओं का प्रतिनिधित्व करती है। दूसरी ओर, फ्रायडियन एजेंसियां अनुमानात्मक अवधारणाएं हैं। लोगों में अहंकार की स्थिति का अनुभव होता है। वे व्यावहारिक अवधारणाएं या आकर्षक नवविज्ञान नहीं हैं बल्कि इन्हें हकीकत और यर्थाथता पर निर्भर घटनाओं के रूप में परिभाषित किया जा सकता है। अहंकार की स्थिति और भूमिकाओं के बीच अंतर को बर्न ने भी उजागर किया है। भूमिका एक व्यक्ति द्वारा निभाई जाती है जबकि वह अहंकार की स्थिति में रहता है। ऊर्जा के प्रवाह को परिभाषित करते हुए सीमाओं और आत्म–जागरूकता के लिए उन्होंने मुख्य रूप से अहंकार क्षेत्र की गतिशील गतिविधियों पर ध्यान केन्द्रित किया।

JAYPEE BROTHERS

जब विभिन्न अहंकार अवस्थाएं पर्याप्त रूप से व्यस्थित होती हैं और कुछ विशिष्ट परिस्थितियों में नियमित रूप से और बार–बार घटित होने के लिए किसी व्यक्ति पर हावी हो जाती हैं तो इसे उप–व्यक्तित्व माना जाएगा।

उप–व्यक्तित्व को विभिन्न अहंकार स्थितियों के रूप में देखा जा सकता है और वे सभी किसी प्रकार के केन्द्रीय विषय के आस–पास व्यवस्थित सामान्य रूझानों का उपयोग करके जुड़े हुए हैं जो एक विशिष्ट व्यवहार पैटर्न, पारस्परिक लक्ष्य, प्रमुख मनोदशा या जीवन से सम्बन्धित कुछ मौलिक परिसर हो सकते हैं। किसी व्यक्ति का अनुभव और विश्व–दृष्टिकोण उसके अनुभव से सम्बन्धित विभिन्न अहंकार स्थितियों को जोड़ता है।

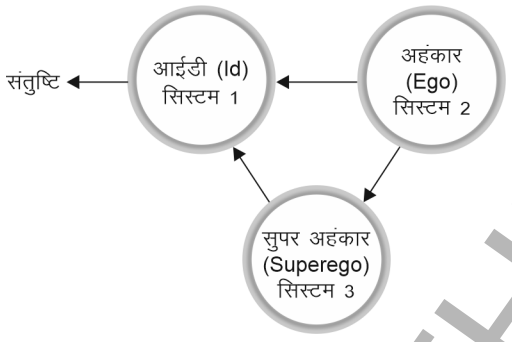
वॉटकिंस के अनुसार "एक अहंकार क्षेत्र व्यवहार और अनुभव की एक संगठित प्रणाली है जिसके तत्व कुछ सामान्य सिद्धान्तों द्वारा एक साथ बंधे होते हैं और जो अन्य ऐसे क्षेत्रो से एक सीमा द्वारा अलग होते हैं जो कम या ज्यादा पारगम्य होते हैं।"

**अहंकार क्षेत्रो के लक्षणः–** अहं अवस्था के कुछ महत्वपूर्ण लक्षण नीचे बताए गये हैंः–

1. अहं की अवस्थाएँ एक–दूसरे से पूर्णतः भिन्न हो सकती हैं। अर्थात् विभिन्न अहं अवस्थाओं के बीच आपसी समन्वय या प्रत्यक्ष संबंध आवश्यक नहीं होता। जब कोई व्यक्ति एक अहं अवस्था से दूसरी अवस्था में कार्य करता है, तो वह आवश्यक रूप से दूसरी अवस्था को प्रतिबिंबित नहीं करता। वास्तव में, अहं अवस्था के विभिन्न तत्वकृ जैसे भावनाएँ और विचारकृ एक–दूसरे से स्वतंत्र भी हो सकते हैं।
   उदाहरण के लिए, कोई व्यक्ति जिसने बचपन में यौन शोषण का अनुभव किया हो, वह उस घटना के बारे में बिना किसी भावनात्मक अभिव्यक्ति के चर्चा कर सकता है।
2. सीमाओ की तरलता और पारगम्यता यह निर्धारित करती है कि वे कितनी लचीली है, सख्त सीमाओ के मामले में अहं की विभिन्न अवस्थाएं एक दूसरे से पूरी तरह अलग होती है। अहंकार की अवस्थाओं के बीच कोई भी जानकारी विभिन्न अहं अवस्थाओं के बीच प्रसारित नहीं की जाएगी।
3. अलग–अलग अहं की अवस्थाएं बिना किसी संकेत के हमारी चेतना में परिणामित हो सकती है। इसका परिणाम तब हो सकता है जब कोई इसी प्रकार की घटनाओं से गुजरता है जिससे इसका गठन किया गया।
   **उदाहरणः–** जब कोई व्यक्ति किसी वरिष्ठ व्यक्ति के साथ बातचीत कर रहा होता है जो उसके काम के लिए महत्वपूर्ण है तो वह तुरंत असहाय, आहत, क्रोधित या अपमानित महसूस कर सकता है।
4. जिस उम्र में अहंकार की स्थिति का निर्माण हुआ उसी उम्र में अहंकार की विशेषता होगी क्षेत्र।
   **उदाहरणः–** किसी व्यक्ति की किशोरावस्था में विकसित हुई अहं अवस्था प्रायः एक किशोर की तरह ही व्यवहार और बातचीत करती है। ऐसा व्यक्ति अपनी स्वतंत्रता के प्रति अत्यधिक सजग रहता है, नियंत्रण या शासन पसंद नहीं करता, वयस्कों का विरोध कर सकता है तथा उन पर संदेह भी कर सकता है। इस प्रकार की गुप्त अहं अवस्थाएँ वयस्क जीवन में कठिनाइयाँ उत्पन्न कर सकती हैं, क्योंकि ये सीमित और निश्चित सोच के दायरे में कार्य करती हैं। कल्पना और सम्मोहन जैसी प्रक्रियाएँ इन अहं अवस्थाओं को सक्रिय कर सकती हैं।
5. अहंकार की स्थिति के विकास का मुख्य कारण किसी व्यक्ति की किसी निश्चित घटना या मुद्दे को समायोजित करने और उससे निपटने की क्षमता में सुधार करना हो सकता है।
   **उदाहरणः–** माता–पिता से निपटने के लिए, अहंकार की स्थिति को प्रमुख अहंकार की स्थिति में परिवर्तित किया जा सकता है जबकि कार्यालय में विभिन्न अहंकार की स्थिति प्रमुख स्थिति ले सकती है। इसलिए दी गई स्थिति के आधार पर विभिन्न अहंकार अवस्थाएं प्रभावी हो सकती हैं।
6. अहं क्षेत्र सुरक्षित रहने और प्रबल बने रहने के लिए काफी प्रेरित करते हैं। वे मुख्य रूप से प्राथमिक व्यक्ति के अनुकूलन को सुनिश्चित करने के लिए मौजूद हैं। इसलिए कुरूपतापूर्ण अहंकार की स्थिति से बचना कोई आसान काम नहीं है। अहंकार की स्थिति की प्रेरणाओं को संशोधित करना और उनके आचरण को एक में बदलना काफी आसान है, उनसे पूरी तरह बचने के बजाय रचनात्मक तरीके से।

JAYPEE BROTHERS

**Fig. 2.1:** अहं क्षेत्रो की संरचना।




7. गेस्टाल्ट के विचारों के अनुसार, अहं अवस्थाएँ आकृति और पृष्ठभूमि (Figure and Ground) के समान कार्य करती हैं, जिसमें एक अहं अवस्था प्रमुख रूप से दिखाई देती है जबकि अन्य अहं अवस्थाएँ पृष्ठभूमि में छिपी रहती हैं। यदि कोई अहं अवस्था प्रत्यक्ष रूप से दिखाई नहीं देती, तो इसका यह अर्थ नहीं है कि वह समस्या उत्पन्न करने वाली अवस्था है। इसका आशय केवल इतना है कि किसी विशेष परिस्थिति में कोई एक विशिष्ट अहं अवस्था अधिक सक्रिय या प्रभावी हो जाती है, जबकि अन्य अवस्थाएँ निष्क्रिय या कम प्रभावी बनी रहती हैं।

   गेस्टाल्ट सिद्धांत के अनुसार, अहं अवस्थाएँ आकृति (Figure) और पृष्ठभूमि (Ground) की तरह कार्य करती हैं। इसमें एक अहं अवस्था प्रमुख रूप से सक्रिय रहती है, जबकि अन्य अहं अवस्थाएँ पृष्ठभूमि में छिपी रहती हैं। यदि कोई अहं अवस्था प्रत्यक्ष रूप से दिखाई नहीं देती, तो इसका अर्थ यह नहीं है कि वह समस्या उत्पन्न करने वाली अवस्था है। यह केवल दर्शाता है कि किसी विशेष परिस्थिति में एक निश्चित प्रकार की अहं अवस्था अधिक सक्रिय हो जाती है, जबकि अन्य अवस्थाएँ कम सक्रिय या निष्क्रिय बनी रहती हैं।

## सिगमंड फ्रायड इड, अहंकार और सुपर अहंकार (Fig. 2.1)

**फ्रायडः–** अवधारणाएं फ्रायड, जिन्हें मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त का जनक माना जाता है ने सुझाव दिया कि किसी व्यक्ति का व्यक्तित्व व्यक्ति के अन्दर और बाहर तीनों परस्पर क्रिया करने वाली शक्तियों का अंतिम परिणाम है।

**फ्रायड के अनुसार (Fig. 2.2):– व्यक्ति के मन के तीन भाग होते हैं इड, अहंकार, और सुपर अहंकार**

### *1. इडः– इड भाव व्यक्तित्व का आदिम एवं सहज घटक है।*

इड अचेतन मन का एक हिस्सा है जिसमें सभी इच्छाएं और आवेग शामिल हैं, जिसमें कामेच्छा भी शामिल है, जो एक प्रकार की सामान्यीकृत यौन ऊर्जा है जिसका उपयोग जीवित रहने की प्रवृत्ति से लेकर कला की प्रशंसा तक हर चीज के लिए किया जाता है।

❖ **इड का अर्थ और परिभाषाः–** इड को फ्रायड ने मानव व्यक्तित्व का सबसे प्राचीन और अनैतिक हिस्सा माना। यह केवल व्यक्तित्व के सबसे निचले और अवचेतन स्तर पर कार्य करता है। इड में न तो कोई नैतिकता होती है और न ही किसी प्रकार का विवेक। यह केवल व्यक्ति की तात्कालिक इच्छाओं और जरूरतों की पूर्ति के लिए कार्य करता है। इड का उद्देश्य केवल सुख की प्राप्ति और दुःख से बचाव है, और इसके लिए यह किसी भी प्रकार के रचनात्मक या सामाजिक विचार को नजरअंदाज करता है।

JAYPEE BROTHERS

**Fig. 2.2:** Freud's structure of the Human Psyche.




इड (Id) में कार्य करने वाली शक्तियों को "सुखवाद" (Pleasure Principle) कहा जाता है। सुखवाद का अर्थ है कि इड केवल एक उद्देश्य से कार्य करता है। तत्काल संतुष्टि और सुख की प्राप्ति। जब तक किसी व्यक्ति की इच्छाएँ पूरी नहीं होतीं, तब तक इड की शक्तियाँ निरंतर सक्रिय रहती हैं।

उदाहरण के लिए, जब किसी शिशु को भूख लगती है, तो उसका इड उसे भोजन प्राप्त करने के लिए प्रेरित करता है, बिना यह सोचे कि भोजन कैसे और कहाँ से मिलेगा।

- फ्रायड ने इसे "सुख सिद्धांत" (Pleasure Principle) के रूप में समझाया। इड (Id) का मुख्य उद्देश्य तत्काल संतुष्टि प्राप्त करना होता है, चाहे इसके लिए सामाजिक, सांस्कृतिक या नैतिक सीमाओं का उल्लंघन ही क्यों न करना पड़े। इड के लिए यह महत्वपूर्ण नहीं होता कि उसके कार्यों से दूसरों को लाभ होगा या हानि, वह केवल अपनी इच्छाओं की पूर्ति में सक्रिय रहता है।

इसका प्रभाव व्यक्ति के मानसिक तथा शारीरिक स्वास्थ्य पर भी पड़ सकता है। उदाहरण के लिए, जब कोई व्यक्ति अपने भोजन संबंधी व्यवहार को नियंत्रित नहीं कर पाता और अत्यधिक भोजन करने लगता है, तो यह इड की शक्तियों का परिणाम हो सकता है। इड व्यक्ति के भीतर उत्पन्न इच्छाओं को दबाने या नियंत्रित करने के बजाय उन्हें तुरंत और प्रबल रूप से पूरा करने का प्रयास करता है।

- **इड का अवचेतन प्रभावः—** इड का प्रभाव अवचेतन स्तर पर कार्य करता है। यह मानसिक गतिविधियों का वह भाग है जो व्यक्ति के जागरूक मन से परे होता है। इड के मनोवैज्ञानिक प्रभाव व्यक्ति के व्यवहार, भावनाओं और विचारों पर गहरा प्रभाव डालते हैं, जबकि कई बार व्यक्ति को इसका प्रत्यक्ष अनुभव भी नहीं होता।

उदाहरण के लिए, कोई व्यक्ति जो अपने क्रोध पर नियंत्रण नहीं रख पाता, वह इड के प्रभाव में आकर अपनी भावनाओं को नियंत्रित करने में असफल हो सकता है। यह स्थिति इड के प्रभाव का एक सामान्य उदाहरण है, जिसमें व्यक्ति की प्रवृत्तियाँ और सहज इच्छाएँ उसके मानसिक संतुलन को प्रभावित करती हैं।

- **इड और ईगो का संबंधः—** फ्रायड के अनुसार, इड और ईगो के बीच संतुलन व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। ईगो व्यक्ति का वह भाग है जो इड और सुपरईगो के बीच संतुलन स्थापित करता है। ईगो "वास्तविकता सिद्धांत" (Reality Principle) के आधार पर कार्य करता है तथा सामाजिक और नैतिक जिम्मेदारियों को ध्यान में रखते हुए निर्णय लेता है।

JAYPEE BROTHERS

उदाहरण के लिए, अगर किसी व्यक्ति को क्रोध आ रहा है, तो इड उसे तुरंत प्रतिक्रिया देने के लिए प्रेरित करेगा, जबकि ईगो उस गुस्से को नियंत्रित करने की कोशिश करेगा ताकि वह सामाजिक और नैतिक रूप से सही तरीके से कार्य कर सके। यदि ईगो इड के प्रभाव को अधिक नियंत्रित करता है, तो व्यक्ति समाज में बेहतर ढंग से रह सकता है, लेकिन यदि इड का प्रभाव अधिक होता है, तो व्यक्ति अपने नियंत्रण से बाहर जा सकता है।

- **इड और सुपरईगो का संबंधः–** सुपरईगो, व्यक्ति के व्यक्तित्व का वह हिस्सा है जो नैतिकता और आदर्शों से जुड़ा होता है। यह इड और ईगो के बीच एक नियंत्रक के रूप में कार्य करता है, और यह व्यक्ति को समाजिक और नैतिक नियमों का पालन करने के लिए प्रेरित करता है। जहाँ इड केवल तत्काल इच्छाओं की पूर्ति चाहता है, वहीं ईगो यह सुनिश्चित करता है कि इच्छाओं की पूर्ति सामाजिक और वास्तविक परिस्थितियों के अनुरूप हो।

  उदाहरण के लिए, यदि किसी व्यक्ति को क्रोध आता है, तो इड उसे तुरंत प्रतिक्रिया देने के लिए प्रेरित करेगा, जबकि ईगो उस क्रोध को नियंत्रित करने का प्रयास करेगा ताकि व्यक्ति सामाजिक और नैतिक रूप से उचित व्यवहार कर सके।

- **इड का समाज में प्रभावः–** इड के प्रभाव का समाज पर भी गहरा असर होता है। जब व्यक्ति अपने इड के प्रभाव में आकर समाजिक और नैतिक नियमों की अनदेखी करता है, तो यह समाज में अव्यवस्था और असंतुलन का कारण बन सकता है। इड का अत्यधिक प्रभाव व्यक्तित्व को अव्यवस्थित कर सकता है और सामाजिक रिश्तों में तनाव उत्पन्न कर सकता है। इसके विपरीत, जब इड को नियंत्रित किया जाता है और इसके प्रभाव को संतुलित किया जाता है, तब व्यक्ति समाज में बेहतर तरीके से कार्य कर सकता है और उसके संबंध भी अधिक मजबूत बने रहते हैं।

  अतः इड मनोविज्ञान का एक अहम हिस्सा है, जिसे फ्रायड ने व्यक्तित्व के तीन मुख्य घटकों में से एक माना। यह तत्व व्यक्ति की प्रारंभिक इच्छाओं और भावनाओं को प्रभावित करता है और उसके मानसिक, शारीरिक और सामाजिक व्यवहार पर गहरा प्रभाव डालता है। इड का मुख्य उद्देश्य तात्कालिक सुख की प्राप्ति है, और यह हमेशा अपनी इच्छाओं की पूर्ति में सक्रिय रहता है। हालांकि, जब इड का प्रभाव संतुलित होता है, तो यह व्यक्ति को आत्मविश्वास और मानसिक संतुलन में मदद करता है, लेकिन जब यह अधिक सक्रिय होता है, तो यह समाज में समस्याएं उत्पन्न कर सकता है। इस प्रकार, इड का मानसिक स्वास्थ्य और समाज पर गहरा प्रभाव पड़ता है, और इसे संतुलित करना व्यक्ति के मानसिक और शारीरिक कल्याण के लिए आवश्यक है।

### 2. अहंकार

अहंकार एक मानसिक अवस्था है, जो व्यक्ति के मानसिक एवं व्यवहारिक सबंधो को प्रभावित करता है। यह वह स्वाभाविक प्रवृत्ति है, जिसमें व्यक्ति स्वयं को दूसरों से श्रेष्ठ या विशेष मानने लगता है। अहंकार का संबंध व्यक्ति के आत्म–सम्मान और आत्म–मूल्य से जुड़ा होता है। मनोविज्ञान और दर्शनशास्त्र में इसे एक महत्वपूर्ण विषय माना गया है, क्योंकि यह व्यक्ति की मानसिक स्थिति और व्यवहार को प्रभावित कर सकता है।

फ्रायड के अनुसार, अहं (Ego) मन का वह तर्कसंगत भाग है, जो इड की सहज इच्छाओं और सुपरईगो की नैतिक बाध्यताओं के बीच संतुलन स्थापित करता है तथा मुख्य रूप से चेतन स्तर पर कार्य करता है। ईगो को "द्वितीयक चिंतन प्रक्रिया" (Secondary Thinking Process) भी कहा जा सकता है।

- **अहंकार का अर्थः–** अहंकार शब्द संस्कृत के "अहम" (अर्थात् "मैं") से लिया गया है। अहंकार को एक तरह का आत्ममूल्य बोध माना जाता है, जिसमें व्यक्ति अपने बारे में अत्यधिक सोचता है और स्वयं को अन्य लोगों से ऊँचा समझता है। यह एक ऐसी भावना है जो इंसान को अपने आप को दूसरों से बेहतर या

JAYPEE BROTHERS

महत्वपूर्ण मानने की प्रवृत्ति देता है। अहंकार के कारण, व्यक्ति की मानसिक स्थिति को नुकसान भी हो सकता है, जैसे कि वह अपनी सीमाओं और कमियों को न समझे और खुद को हर स्थिति में सही मानने लगे।

❖ **अहंकार और मनोविज्ञानः–** मनोविज्ञान में अहंकार को व्यक्ति के व्यक्तित्व का एक महत्वपूर्ण पहलू माना जाता है। मनोविश्लेषक सिगमंड फ्रायड ने अपने सिद्धांतों में अहंकार की भूमिका पर विचार किया। फ्रायड के अनुसार, मनुष्य का व्यक्तित्व तीन प्रमुख भागों में विभाजित होता है– 'इड', "ईगो" और 'सुपरईगो'। यहाँ पर अहंकार व्यक्ति की वास्तविकता और विवेक का प्रतिनिधित्व करता है।

अहंकार वह तत्व है जो व्यक्ति को अपने इंद्रिय अनुभवों और बाहरी दुनिया के बीच संतुलन बनाए रखने में मदद करता है। यह व्यक्ति को समाजिक, सांस्कृतिक और कानूनी मानकों के अनुसार कार्य करने के लिए मार्गदर्शन करता है। जबकि 'इड' अनियंत्रित इच्छाओं और प्रवृत्तियों का प्रतिनिधित्व करता है और 'सुपरईगो' नैतिकता और आदर्शों का, अहंकार इन दोनों के बीच संतुलन बनाए रखने का कार्य करता है।

❖ **अहंकार के प्रकारः–** अहंकार का रूप विविध हो सकता है, जो व्यक्ति के जीवन में विभिन्न परिस्थितियों और अनुभवों के आधार पर विकसित होता है। कुछ प्रमुख प्रकार के अहंकार निम्नलिखित हैंः–

- **सकारात्मक अहंकारः–** यह वह अहंकार है जो व्यक्ति के आत्म–सम्मान और आत्मविश्वास को बढ़ाता है। जब व्यक्ति अपनी क्षमताओं, गुणों और योग्यताओं को स्वीकार करता है तथा अपने आत्म–मूल्य को समझता है, तब यह अहंकार सकारात्मक रूप में प्रकट होता है। यह व्यक्ति को अपने लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए प्रेरित करता है और उसे आत्मविश्वास से भरता है।
- **नकारात्मक अहंकारः–** नकारात्मक अहंकार वह स्थिति है जिसमें व्यक्ति स्वयं को दूसरों से श्रेष्ठ और बेहतर समझने लगता है। ऐसा अहंकार आत्मकेंद्रित होता है तथा दूसरों की भावनाओं और विचारों की उपेक्षा करता है। ऐसे व्यक्ति समाज में असंतुलन उत्पन्न कर सकते हैं और उनके संबंध भी प्रभावित हो सकते हैं। नकारात्मक अहंकार में व्यक्ति अपनी सीमाओं और गलतियों को स्वीकार नहीं करता तथा स्वयं को हमेशा सही मानता है।
- **मनोवैज्ञानिक अहंकारः–** यह वह अहंकार होता है जो व्यक्ति की मानसिक और भावनात्मक स्थिति से उत्पन्न होता है। इसमें व्यक्ति का मानसिक संतुलन और आत्मविश्वास, दोनों प्रभावित होते हैं। मनोवैज्ञानिक अहंकार तब उत्पन्न होता है जब व्यक्ति अपने मानसिक संघर्षों को पूरी तरह से समझने में विफल रहता है, और यही संघर्ष उसके अहंकार को मजबूत करता है।

❖ **अहंकार के प्रभावः–** अहंकार के सकारात्मक और नकारात्मक दोनों प्रकार के प्रभाव हो सकते हैं।

- **सकारात्मक प्रभावः–** व्यक्ति के आत्मसम्मान में वृद्धि होती है। आत्मविश्वास और आत्मनिर्भरता में वृद्धि होती है। व्यक्ति अपनी क्षमताओं और योग्यताओं को पहचानता है, जिससे वह अपने लक्ष्यों की ओर बढ़ता है। अहंकार सकारात्मक रूप से व्यक्ति को अपने आत्ममूल्य को समझने और स्वीकारने में मदद करता है।
- **नकारात्मक प्रभावः–** अहंकार के कारण व्यक्ति के सामाजिक और व्यक्तिगत संबंधों में खटास उत्पन्न हो सकती है। अहंकार व्यक्ति में आत्मकेंद्रित प्रवृत्तियों को बढ़ा देता है, जिससे वह दूसरों की भावनाओं और आवश्यकताओं की उपेक्षा करने लगता है। यह स्थिति मानसिक तनाव और अवसाद का कारण भी बन सकती है। जब व्यक्ति अपने अहंकार के कारण अपनी गलतियों को स्वीकार नहीं करता, तब वह आत्म–असंतोष और हीनभावना का अनुभव कर सकता है।

❖ **अहंकार और आध्यात्मिकताः–** अहंकार को आध्यात्मिक दृष्टिकोण से नकारात्मक माना जाता है। विभिन्न धार्मिक और दार्शनिक परंपराओं में अहंकार को आत्मज्ञान और आंतरिक शांति की प्राप्ति में बाधक माना गया है। हिंदू धर्म, बौद्ध धर्म तथा ताओवादी परंपराओं में अहंकार को मोक्ष या आत्मिक मुक्ति की प्राप्ति में एक प्रमुख बाधा माना गया है। इन परंपराओं में ध्यान, साधना और आत्मज्ञान के माध्यम से अहंकार को समाप्त करने का प्रयास किया जाता है।

JAYPEE BROTHERS

अहंकार को नियंत्रित या समाप्त करने के लिए व्यक्ति को आत्म–संवेदन और आत्मज्ञान को गहराई से समझने की आवश्यकता होती है। यही कारण है कि आध्यात्मिक साधना और ध्यान के माध्यम से अहंकार को नियंत्रित करने तथा उससे मुक्त होने का प्रयास किया जाता है।

❖ **अहंकार का सामना करने के उपायः** अहंकार को नियंत्रित करने के कुछ प्रमुख उपाय निम्नलिखित हैं:–

- **आत्म–स्वीकृतिः–** व्यक्ति को अपनी कमजोरियों और कमियों को स्वीकार करने की आवश्यकता है। जब व्यक्ति अपनी असफलताओं और गलतियों को स्वीकार करता है, तो वह अहंकार को नियंत्रित कर सकता है।
- **आध्यात्मिक साधनाः–** ध्यान और योग का अभ्यास करने से व्यक्ति अपने अहंकार को शांत कर सकता है। ध्यान से व्यक्ति अपनी मानसिक स्थिति को नियंत्रित कर सकता है और आत्मज्ञान की ओर बढ़ सकता है।
- **दूसरों की सराहना करनाः–** जब व्यक्ति दूसरों की योग्यताओं और उनके योगदान को मान्यता देता है, तब वह अपने अहंकार को कम करता है और सामाजिक दृष्टिकोण को अपनाता है।
- **सकारात्मक सोचः–** सकारात्मक सोच और आत्म–संवेदन के माध्यम से अहंकार को संतुलित किया जा सकता है। यह व्यक्ति को अपने आत्म–मूल्य का सही आकलन करने में सहायता करता है।

अतः अहंकार एक अत्यंत जटिल और द्वैधभावी मानसिक अवस्था है, जो व्यक्ति के आत्म–संवेदन, आत्मविश्वास और व्यवहार को प्रभावित करती है। सकारात्मक अहंकार व्यक्ति को आत्मनिर्भर और आत्मसंतुष्ट बनाता है, जबकि नकारात्मक अहंकार सामाजिक संबंधों और मानसिक स्थिति को प्रभावित कर सकता है।

अहंकार को नियंत्रित करने के लिए आत्म–स्वीकृति, ध्यान, योग तथा दूसरों की सराहना जैसे उपाय अपनाए जा सकते हैं। संतुलित अहंकार जीवन को सरल और सुखमय बना सकता है, जबकि अत्यधिक अहंकार समस्याओं और संघर्षों का कारण बन सकता है।

अहं (Ego) चेतन व्यक्तित्व का वह भाग है, अहंकार के बारे में व्यक्ति को तब अनुभव होता है जब वह अपने बारे में सोचता है और जिसे वह सामान्यतः दूसरों के सामने प्रस्तुत करने का प्रयास करता है। अहं अवास्तविक इड (Id) और बाहरी वास्तविक दुनिया के बीच मध्यस्थता करने के लिए विकसित होता है। यह व्यक्तित्व का निर्णय लेने वाला घटक माना जाता है। आदर्श रूप में, अहं तर्क और विवेक के आधार पर कार्य करता है, जबकि इड अव्यवस्थित और आवेगपूर्ण होता है।

बचपन के दौरान अहं का विकास इड से होता है। अहं का मुख्य उद्देश्य इड की इच्छाओं को सुरक्षित और सामाजिक रूप से स्वीकार्य तरीके से संतुष्ट करना होता है। इड के विपरीत, अहं "वास्तविकता सिद्धांत" (Reality Principle) का पालन करता है, क्योंकि यह चेतन और अचेतन दोनों स्तरों पर कार्य करता है।

अहं वास्तविकता सिद्धांत के अनुसार कार्य करते हुए इड की मांगों को पूरा करने के लिए व्यावहारिक और यथार्थवादी उपाय अपनाता है तथा समाज के नकारात्मक परिणामों से बचने के लिए कई बार इच्छाओं की पूर्ति को नियंत्रित या स्थगित भी कर देता है।

अहं निर्णय लेते समय सामाजिक वास्तविकताओं, मानदंडों, शिष्टाचार और नियमों को ध्यान में रखता है तथा उसी के अनुसार व्यक्ति के व्यवहार को नियंत्रित करता है।

इड की तरह अहं भी आनंद अर्थात् तनाव में कमी चाहता है और पीड़ा से बचने का प्रयास करता है, लेकिन इड के विपरीत अहं आनंद प्राप्त करने के लिए यथार्थवादी और व्यावहारिक रणनीतियाँ अपनाता है।

अहं के पास सही और गलत की कोई पूर्ण नैतिक अवधारणा नहीं होती। कोई कार्य तब तक उचित माना जाता है, जब तक वह व्यक्ति या उसकी पहचान को हानि पहुँचाए बिना उसकी संतुष्टि का लक्ष्य पूरा कर दे।

अक्सर अहं, जिद्दी इड की तुलना में कमजोर होता है। ऐसे में अहं का मुख्य कार्य इड को उचित दिशा में नियंत्रित और मार्गदर्शित करना होता है तथा अंततः कार्य के सफल होने पर उसका श्रेय स्वयं लेना चाहता है।

JAYPEE BROTHERS

परिवेश के साथ संचार करते समय इड की कमजोरियों के कारण अहंकार उत्पन्न होता है। अहंकार एक व्यक्ति में अपने ज्ञान और अनुभव को एकीकृत करके तर्कसंगत रूप से सोचने और अपने आस–पास के लोगों के साथ उचित व्यवहार करने की आदत विकसित करता है। अहंकार वास्तविक सिद्धान्त पर काम करता है। यानी तनाव की घटना को तब तक स्थगित करना जब तक व्यक्ति बाहरी वातातरण से निपटने के लिए तैयार न हो।

**उदाहरणः–** यदि कोई व्यक्ति भूखा है और उसका दोस्त खाना खा रहा है तो इड उससे अपने दोस्त से खाना मांगने के लिए कहेगा। यद्यपि इसमें अधिक समय लग सकता है, फिर भी छीनने की अपेक्षा विनम्रतापूर्वक माँगने से अधिक लाभ प्राप्त हो सकता है। इस प्रकार अहं को व्यक्तित्व की कार्यप्रणाली कहा जाता है, क्योंकि यह प्रभावी उपलब्धि के लिए एक संगठित केंद्र के रूप में कार्य करता है।

### 3. सुपरईगो

फ्रायड का सुपरईगो मानस का नैतिक घटक है, जो आंतरिक सामाजिक मूल्यों और मानकों का प्रतिनिधित्व करता है। यह इड की इच्छाओं के विपरीत है, नैतिक धार्मिकता की ओर व्यवहार का मार्गदर्शन करता है और मानकों को पूरा न करने पर अपराधबोध पैदा करता है।

सिगमंड फ्रायड ने मनोविज्ञान में व्यक्तित्व के तीन मुख्य घटकों का वर्णन किया है– इड, ईगा, और सुपरईगो। इन तीनों घटकों का सामंजस्यपूर्ण संतुलन व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य और व्यवहार के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण होता है। जहां इड हमारी सहज इच्छाओं और तात्कालिक सुख की ओर प्रेरित करता है, वहीं ईगो वास्तविकता के सिद्धांत के आधार पर काम करता है और सुपरईगो हमारे नैतिक सिद्धांतों और आदर्शों को नियंत्रित करता है। सुपरईगो को फ्रायड के सिद्धांत में वह तत्व माना जाता है, जो हमारे भीतर की नैतिकता और आदर्शों का प्रतिनिधित्व करता है। यह हमारे सामाजिक और सांस्कृतिक मानकों के अनुसार सही और गलत का निर्णय करने में मदद करता है।

- **सुपरईगो का अर्थ और परिभाषाः–** सुपरईगो का अर्थ है 'सुपीरियर' या 'उत्तम आत्मा'। यह हमारी मानसिक संरचना का वह हिस्सा है जो हमें नैतिकता, नियमों और आदर्शों की ओर मार्गदर्शन करता है। फ्रायड के अनुसार, सुपरईगो बचपन में हमारे माता–पिता, समाज और संस्कृति से प्राप्त होती है, और यह हमें यह सिखाती है कि क्या सही है और क्या गलत। यह तत्व हमारे भीतर के आंतरिक न्यायधीश के रूप में कार्य करता है। जब हम कोई कार्य करते हैं, तो सुपरईगो हमें यह समझाता है कि वह कार्य नैतिक दृष्टिकोण से सही है या नहीं।
- **सुपरईगो का निर्माण और विकासः–** सुपरईगो का निर्माण बचपन में होता है, जब बच्चा अपने माता–पिता और समाज के नैतिक दृष्टिकोण से अवगत होता है। यह वह समय होता है जब बच्चे अपने माता–पिता के आदर्शों और संस्कारों को समझते हैं और उन्हें अपनाते हैं। साथ ही, समाज और संस्कृति से मिलने वाले नियम और मान्यताएँ भी बच्चे के सुपरईगो को प्रभावित करती हैं। सुपरईगो में दो प्रमुख पहलू होते हैंः–
  - **माता–पिता का आदर्शः–** माता–पिता अपने बच्चों को सही और गलत का बोध कराते हैं। जब बच्चा कोई गलत कार्य करता है, तो माता–पिता उसे समझाते हैं कि वह कार्य गलत है और उसे नहीं करना चाहिए। यही प्रक्रिया बच्चे के सुपरईगो के विकास में सहायक होती है।
  - **समाजिक आदर्श और संस्कृतिः–** इसके अलावा, समाज और संस्कृति से मिलने वाले नैतिक आदर्श भी सुपरईगो के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। बच्चा अपनी सामाजिक जिम्मेदारियों और मान्यताओं को स्वीकार करता है, और ये मान्यताएँ उसे उसके सुपरईगो के रूप में प्रभावित करती हैं।
- **सुपरईगो का कार्यः–** सुपरएगो का मुख्य कार्य नैतिक नियंत्रण करना है। यह हमारी आंतरिक न्याय की भावना का प्रतिनिधित्व करता है और हमें यह सिखाता है कि क्या सही है और क्या गलत। सुपरएगो यह

JAYPEE BROTHERS

सुनिश्चित करता है कि हम अपनी इच्छाओं को नियंत्रित करें और समाज और संस्कृति द्वारा निर्धारित आदर्शों के अनुसार काम करें। इसे इस प्रकार से समझा जा सकता हैः–

- **नैतिकता का पालनः–** सुपरईगो हमारे नैतिक सिद्धांतों और आदर्शों का पालन करने में मदद करता है। जब हम कोई गलत कार्य करते हैं, तो सुपरईगो हमें अपराध बोध (Guilt) महसूस कराता है, जिससे हम अपने कार्यों के प्रति जिम्मेदार महसूस करते हैं और सुधार की दिशा में कदम बढ़ाते हैं।
- **आत्मनिर्णय और नियंत्रणः–** सुपरईगो हमें अपने व्यवहार और इच्छाओं पर आत्म–नियंत्रण करने की क्षमता प्रदान करता है। उदाहरण के रूप में, जब हमें किसी स्थिति में अपनी इच्छाओं को छोड़कर सामाजिक या नैतिक रूप से उचित निर्णय लेने की आवश्यकता होती है, तो सुपरईगो हमारी सहायता करता है।
- **आंतरिक न्यायधीशः–** सुपरईगो एक आंतरिक न्यायाधीश की तरह कार्य करता है, जो यह निर्धारित करता है कि किसी कार्य को सही माना जाए या नहीं। जब कोई कार्य सामाजिक और नैतिक दृष्टिकोण से सही नहीं होता, तो सुपरईगो व्यक्ति को इसके परिणामों के बारे में सूचित करता है और अपराध बोध उत्पन्न करता है।

❖ **सुपरईगो के तत्वः–** सुपरईगो को मुख्य रूप से दो भागों में बांटा जा सकता हैः–

- **नैतिक रूप से सही करने का आदर्श (The Ideal Ego):—** यह वह हिस्सा है जो हमें यह बताता है कि हमें क्या करना चाहिए और समाज में नैतिक रूप से सही कैसे रहना चाहिए। यह हमारे आदर्शों, नैतिक मान्यताओं और सामाजिक अपेक्षाओं का प्रतिनिधित्व करता है। उदाहरण के लिए, अगर कोई व्यक्ति किसी गलत कार्य के बारे में सोचता है, तो सुपरईगो उसे यह एहसास कराता है कि यह गलत है और उसे नैतिकता के अनुसार काम करना चाहिए।
- **मूल्य और अवसाद (Conscience):—** यह वह हिस्सा है जो हमें हमारे गलत कार्यों के परिणामों के बारे में बताता है और अपराध बोध उत्पन्न करता है। जब हम कुछ गलत करते हैं, तो यह हिस्सा हमें शर्मिंदगी और अपराध बोध का अनुभव कराता है, ताकि हम अपनी गलती को स्वीकार कर सकें और सुधार कर सकें।

❖ **सुपरईगो और इड का संघर्षः–** फ्रायड के अनुसार, इड और सुपरईगो के बीच हमेशा संघर्ष होता है। इड हमारी तात्कालिक इच्छाओं और जरूरतों को पूरा करने के लिए काम करता है, जबकि सुपरईगो नैतिकता और आदर्शों को ध्यान में रखते हुए काम करता है। इड केवल सुख की प्राप्ति और दुःख से बचने की कोशिश करता है, जबकि सुपरईगो व्यक्ति को सामाजिक और नैतिक जिम्मेदारियों का पालन करने के लिए प्रेरित करता है। यह संघर्ष अक्सर व्यक्ति के मानसिक और भावनात्मक तनाव का कारण बनता है।

उदाहरण के रूप में, यदि कोई व्यक्ति भूख के कारण किसी चीज को चुराने का विचार करता है, तो उसका इड उसे तत्काल संतोष की ओर प्रेरित करेगा। वहीं, उसका सुपरईगो उसे अपराध बोध और नैतिकता के आधार पर यह समझाएगा कि यह गलत है और उसे ऐसा नहीं करना चाहिए। इस प्रकार, इड और सुपरईगो के बीच संतुलन बनाए रखना आवश्यक है।

❖ **सुपरईगो का समाज और संस्कृति पर प्रभावः–** सुपरईगो का समाज और संस्कृति पर गहरा प्रभाव होता है। यह वह तत्व है जो हमारे सामाजिक, सांस्कृतिक और नैतिक मानदंडों को हमारे भीतर स्थापित करता है। समाज में एक निश्चित नैतिक ढांचा होता है, जिसे हमें स्वीकार करना और पालन करना होता है। सुपरईगो समाज की मान्यताओं को आत्मसात करता है और व्यक्ति को उन मानदंडों के अनुसार कार्य करने के लिए प्रेरित करता है। जब कोई व्यक्ति सामाजिक और नैतिक नियमों के अनुसार काम करता है, तो वह न केवल अपनी आत्म–इच्छाओं को नियंत्रित करता है, बल्कि समाज में बेहतर ढंग से रह सकता है।

JAYPEE BROTHERS

सुपरईगो फ्रायड के सिद्धांत में व्यक्तित्व का महत्वपूर्ण हिस्सा है। यह हमारे मानसिक संतुलन और नैतिकता का पालन करने में मदद करता है। सुपरईगो हमें यह समझाता है कि क्या सही है और क्या गलत, और इसे समाज और संस्कृति के मानदंडों के अनुसार निर्धारित करता है। यह हमें अपने कार्यों के परिणामों का आकलन करने और सामाजिक जिम्मेदारियों का पालन करने के लिए प्रेरित करता है। इड और सुपरईगो के बीच संतुलन बनाए रखना आवश्यक है, क्योंकि यह मानसिक शांति और समाज में सही जीवन जीने के लिए आवश्यक होता है।

सुपरईगो में समाज के मूल्य और नैतिकताएं शामिल होती हैं, जिन्हें व्यक्ति अपने माता–पिता और दूसरों से सीखता है। यह मनोलैंगिक विकास के फालिक चरण के दौरान लगभग 3–5 साल की उम्र में विकसित होता है।

सुपरईगो का विकास बचपन के दौरान होता है (जब बच्चा समान लिंग वाले माता–पिता के साथ अपनी पहचान बनाता है) और यह सुनिश्चित करने के लिए जिम्मेदार होता है कि नैतिक मानकों का पालन किया जाए।

सुपरईगो नैतिकता के सिद्धांत पर काम करता है और हमें सामाजिक रूप से जिम्मेदार और स्वीकार्य तरीके से व्यवहार करने के लिए प्रेरित करता है।

सुपरईगो को पुरस्कार (गर्व और संतुष्टि की भावना) और दंड (शर्म और अपराध की भावना) के प्रदाता के रूप में देखा जाता है, जो इस बात पर निर्भर करता है कि कौन सा भाग (अहं–सौदा या चेतना) सक्रिय है।

सुपरईगो अचेतन मन का एक हिस्सा है जो अंतरात्मा की आवाज (सही काम करना) और आत्म–आलोचना का स्रोत है। यह कुछ हद तक समाज के नैतिक मूल्यों को प्रतिबिंबित करता है, और एक व्यक्ति कभी–कभी अपनी नैतिकता और आचार–विचार के बारे में जागरूक होता है, लेकिन सुपरइगो में कई कोड या निषेध होते हैं, जो ज्यादातर अनजाने में आदेशों या "नहीं" बयानों के रूप में जारी किए जाते हैं।

सुपरईगो का कार्य इड के आवेगों को नियंत्रित करना है, विशेष रूप से उन आवेगों को जिन्हें समाज निषिद्ध करता है, जैसे यौन और आक्रामकता।

**उदाहरणः–** इड की अत्यधिक प्रधानता व्यक्ति को आवेगी और अनियंत्रित बना सकती है, जैसे किसी अपराधी का व्यवहार। वहीं दूसरी ओर, अत्यधिक कठोर सुपरईगो व्यक्ति को अत्यधिक नैतिक और कठोर स्वभाव वाला बना सकता है।

यदि अहं का संतुलन बिगड़ जाए, तो व्यक्ति वास्तविकता और नियमों के बीच उचित तालमेल स्थापित नहीं कर पाता। ऐसे व्यक्ति में न तो सहजता होती है और न ही सही–गलत का संतुलित निर्णय लेने की क्षमता विकसित हो पाती है। वह हर परिस्थिति में केवल नियमों का पालन करने पर जोर देता है।

जब व्यक्ति अस्थायी असंतुलन या तनाव की स्थिति में नियंत्रण खो देता है, तो वह चिल्लाने–चीखने जैसी प्रतिक्रियाएँ दे सकता है। फिर भी अधिकांश लोग अपने मानसिक संतुलन को बनाए रखने में सक्षम होते हैं और सामान्य तथा स्वस्थ व्यक्ति की तरह कार्य करते हैं।

❖ **सुपरईगो में दो प्रणालियाँ शामिल हैं:–** अंतःकरण और उत्तम स्वरूप।

- अंतरात्मा हमारी "आंतरिक आवाज" है जो हमें बताती है कि हमने कब कुछ गलत किया है।

  विवेक अपराध बोध की भावना पैदा करके अहंकार को दंडित कर सकता है। उदाहरण के लिए, यदि अहंकार इड की मांगों के आगे झुक जाता है, तो सुपरईगो व्यक्ति को अपराध बोध के माध्यम से बुरा महसूस करा सकता है।

  सुपरईगो भी कुछ हद तक पेचीदा है, क्योंकि यह व्यक्ति से जो करवाना चाहता है, उसे भव्य, चमकदार शब्दों में चित्रित करने का प्रयास करता है, जिसे फ्रायड ने अहं–आदर्श कहा है, जो व्यक्ति के पहले महान प्रेम लगाव (आमतौर पर माता–पिता) से उत्पन्न होता है।

JAYPEE BROTHERS

- आदर्श आत्म (या अहं–आदर्श) एक काल्पनिक चित्र है कि आपको कैसा होना चाहिए, तथा यह आपके कैरियर की आकांक्षाओं, अन्य लोगों के साथ कैसा व्यवहार करना चाहिए, तथा समाज के सदस्य के रूप में कैसा आचरण करना चाहिए, को दर्शाता है।

  मान्यता यह है कि माता–पिता द्वारा पाले गए बच्चे सशर्त रूप से प्यार का अनुभव करते हैं (जब वे कुछ सही करते हैं), और बच्चा इन अनुभवों को वास्तविक या काल्पनिक निर्णयात्मक बयानों की एक श्रृंखला के रूप में आत्मसात कर लेता है।

  आदर्श अहं से कम व्यवहार करने पर सुपर–ईगो द्वारा अपराध बोध के माध्यम से दंडित किया जा सकता है। जब हम "उचित" व्यवहार करते हैं तो सुपर–ईगो हमें गर्व महसूस कराकर आदर्श अहं के माध्यम से पुरस्कृत भी कर सकता है।

  अपराधबोध एक आम समस्या है क्योंकि इड से सभी आग्रह और ड्राइव और सुपरईगो में सभी निषेध और कोड होते हैं। ऐसे कई तरीके हैं जिनसे व्यक्ति अपराधबोध से निपटता है, जिन्हें रक्षा तंत्र कहा जाता है।

  अगर किसी व्यक्ति का आदर्श अहं बहुत ऊंचा मानक है, तो वह जो भी करेगा, वह असफलता का प्रतिनिधित्व करेगा। आदर्श स्व और विवेक काफी हद तक बचपन में माता–पिता के मूल्यों और आपके पालन–पोषण के तरीके से निर्धारित होते हैं।

## उपचार (Treatment)

फ्रायड का मानना था कि मानसिक बीमारी अचेतन में इदं, अहं और पराअहं के बीच संघर्ष के कारण होती है।

फ्रायड के अनुसार, न्यूरोसिस, अतिप्रभावी सुपरईगो के कारण होता है, जिसके परिणामस्वरूप नियंत्रण पुनः प्राप्त करने के प्रयास में अहंकार द्वारा रक्षा तंत्र क्रियान्वित किया जाता है।

रक्षा तंत्र का अत्यधिक उपयोग मानसिक शक्ति को खर्च करता है और अनुपयुक्त व्यवहार को विकसित करता है। विपरीत, मनोविकृति एक अत्यंत प्रभावी इड का परिणाम है।

मनोगतिक दृष्टिकोण के अनुसार, चिकित्सक ग्राहक को उसके बचपन में वापस जाने में सहायता करेगा और समस्या का कारण पहचान करेगा।

समस्या को पहचानने से चेतना में लाया जा सकता है, जहां असंतुलन दूर किया जा सकता है और इदं, अहंकार और प्रतिअहं के बीच समभाव वापस लाया जा सकता है।

नतीजतन, सुरक्षा प्रणाली केवल रखरखाव स्तर पर कार्य करेगी, और मानसिक बीमारी ठीक हो जाएगी। इस नए संतुलन को बनाने के लिए मनोविश्लेषण बहुत समय लेता है और महंगा है। इसके अलावा, कोई वस्तुनिष्ठ परीक्षण नहीं किया जा सकता है कि इलाज कामयाब रहा है, यह ग्राहक की सुधार रिपोर्ट पर निर्भर है।

यह चिंता व्यक्त की जाती है कि ग्राहक स्वयं को बेहतर सिद्ध करने का दावा कर सकते हैं, केवल इसलिए नहीं कि वे वास्तव में बेहतर हैं, बल्कि इसलिए कि उन्होंने उसमें अधिक समय और धन व्यय किया है।

# REVIEW QUESTIONS

**Q1. बहुविकल्पीय प्रश्न (Multiple Choice Questions)**

i. फ्रायड की धारणा इंगित करती है कि मानव मस्तिष्क है उसके विभिन्न कितने स्तर हैं?

(क) चार (ख) तीन

(ग) पांच (घ) छः

JAYPEE BROTHERS

ii. किसमें विभिन्न प्रकार की भावनाएं, यादें, सोच और इच्छाएं शामिल हैं जिसे हम एक निश्चित समय पर जानते हैं।
(क) चेतन मन (ख) अचेतन मन
(ग) अचेतन (घ) उपरोक्त सभी

iii. किसके संदर्भ में इड की आवश्यकताओं को पूरा करना है वास्तविकता का उद्देश्य।
(क) अहंकार (ख) सुपर अहंकार
(ग) इड (घ) अचेतन मन

iv. कौन शक्तिशाली अंतर्निहित शक्तियों और क्रोध जैसे प्रबल इच्छाओं की नींव है।
(क) अहंकार (ख) सुपर अहंकार
(ग) चेतन मन (घ) उपरोक्त सभी

v. निम्नलिखित में से कौन मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त का जनक है।
(क) फ्रायड (ख) सिगमंड फ्रायड
(ग) विलियम जेम्स (घ) कार्ल जंग

**Q2. सत्य असत्य चुनें (True and False)**

i. अहंकार असामाजिक व्यवहार को नियंत्रित करता है।
ii. चेतना के स्तर की तुलना बर्फ की थैली से की जाती है।
iii. सोच, आचरण और निर्माण के एक सुसंगत पैटर्न को अहंकार अवस्था के रूप में परिभाषित किया गया है।
iv. चेतन हिमखंड का वह भाग है जो जलरेखा के नीचे है।
v. अवचेतन को अचेतन भी कहा जाता है।

**Q3. रिक्त स्थान की पूर्ति करें (Fill in the Blanks)**

i. वह ..... भाग है जिसमें कोई भी तत्व शामिल होता है जिसे इसमें पेश किया जा सकता है।
ii. फ्रायड के अनुसार, मन के तीन अलग–अलग स्तर .....
iii. अहंकार ..... से संबंधित हैं यानी, तनाव की घटना को तब तक स्थगित करना जब तक व्यक्ति बाहरी वातावरण से निपटने के लिए तैयार न हो जाए।
iv. सोच, आचरण और भावनाओं के एक सुसंगत पैटर्न को इस प्रकार परिभाषित किया गया है .....
v. ..... हिमखंड का वह हिस्सा है जो जलरेखा के नीचे है।

**Q4. लघु उत्तरीय प्रश्न (Short Questions)**

i. इस पर संक्षिप्त नोट्स लिखें।
(क) मन
(ख) अहंकार

ii. इड, अहंकार और सुपर अहंकार के बीच सम्बन्ध पर प्रकाश डालें।
iii. चेतन और पूर्वचेतन मन पर चर्चा करें।
iv. इड, अहंकार और सुपर अहंकार के बीच अन्तर स्पष्ट करें।
v. मानव मस्तिष्क की संरचना संक्षेप में समझाइए।

JAYPEE BROTHERS

**Q5. दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (Long Questions)**

i. इड और अहंकार
ii. सुपरईगो
iii. अहंकार की स्थिति पर विस्तार से चर्चा करें।
iv. सिगमंड फ्रायड की इड, अहंकार और सुपर अहंकार अवधारणाओं का विस्तार में वर्णन करें।
v. मानव चेतना के स्तरों की गणना करें।

## उत्तरमाला (Answer Key)

| **Q1.** | | | |
|---|---|---|---|
| i. ख | ii. क | iii. क | iv. ख |
| v. क | | | |

| **Q2.** | | | |
|---|---|---|---|
| i. गलत | ii. गलत | iii. सही | iv. गलत |
| v. सही | | | |

| **Q3.** | | | |
|---|---|---|---|
| i. अचेतन | ii. हिमखंड | iii. वास्तिविकता सिद्धांत | iv. अहंकार बताता है |
| v. अचेत | | | |

JAYPEE BROTHERS

for detailed information on nursing books, visit our website www.ejaypee.com, for detailed information on nursing books, visit our website www.ejaypee.com, for detailed information on nursing

## मुख्य विशेषताएँ

- द्विभाषी प्रस्तुति
  - यह पुस्तक अंग्रेजी और हिंदी दोनों भाषाओं में तैयार की गई है, जिससे विद्यार्थी विषय को आसानी से समझ सकें।
  - कठिन और तकनीकी शब्दों को सरल द्विभाषी अर्थों के साथ स्पष्ट किया गया है।
- नर्सिंग विद्यार्थियों के लिए विशेष रूप से तैयार
  - संपूर्ण सामग्री भारतीय नर्सिंग परिषद (INC) के पाठ्यक्रम के अनुसार तैयार की गई है।
  - इसमें यह बताया गया है कि समाजशास्त्र और मनोविज्ञान को नर्सिंग एवं स्वास्थ्य सेवाओं में किस प्रकार लागू किया जाता है।
- सरल समाजशास्त्र
  - परिवार, संस्कृति, समुदाय, सामाजिक समूह, सामाजिक संस्थाएँ और सामाजिक परिवर्तन जैसे विषयों को सरल भाषा में समझाया गया है।
  - यह भी बताया गया है कि समाज और संस्कृति स्वास्थ्य, बीमारी और रोगी के व्यवहार को कैसे प्रभावित करते हैं।
- सरल मनोविज्ञान
  - इसमें वृद्धि एवं विकास, व्यक्तित्व, भावनाएँ, स्मृति, प्रेरणा, तनाव और अनुकूलन जैसे महत्वपूर्ण विषय शामिल हैं।
  - यह भी स्पष्ट किया गया है कि मनोविज्ञान रोगियों से संवाद, परामर्श और मानसिक स्वास्थ्य देखभाल में कैसे सहायक है।
- व्यावहारिक और उपयोगी शिक्षण
  - सिद्धांतों को वास्तविक नर्सिंग अनुभवों और स्वास्थ्य सेवाओं की परिस्थितियों से जोड़ा गया है।
  - अस्पताल और समुदाय से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से रोगियों की सामाजिक और भावनात्मक आवश्यकताओं को समझाया गया है।
- सरल एवं स्पष्ट भाषा
  - पुस्तक सरल और विद्यार्थी–अनुकूल भाषा में लिखी गई है।
  - कठिन अवधारणाओं को समझाने के लिए तालिकाएँ, चार्ट और चित्र शामिल किए गए हैं।
- परीक्षा में सहायक
  - प्रत्येक अध्याय में सारांश, मुख्य बिंदु, परिभाषाएँ और मॉडल प्रश्न दिए गए हैं।
  - अभ्यास और पुनरावृत्ति के लिए प्रश्न–संग्रह भी शामिल किया गया है।
- नर्सिंग जीवन से जुड़ा हुआ विषय–वस्तु
  - इसमें वास्तविक नर्सिंग परिस्थितियों और केस–आधारित उदाहरणों को शामिल किया गया है।
  - इससे विद्यार्थियों की संवाद क्षमता, सहानुभूति और सांस्कृतिक समझ विकसित होती है।

डॉ. दीप्ति शुक्ला MSc Nursing, PhD, IIP, PDFP, MA Sociology एक प्रतिष्ठित नर्सिंग शिक्षाविद्, शोधकर्ता एवं प्रशासक हैं। वर्तमान में वे समर्पण इंस्टीट्यूट ऑफ नर्सिंग एंड पैरामेडिकल साइंसेज, लखनऊ की प्राचार्या के रूप में कार्यरत हैं। उन्हें नर्सिंग शिक्षा, अनुसंधान एवं शैक्षणिक नेतृत्व के क्षेत्र में 20 से अधिक वर्षों का समृद्ध अनुभव प्राप्त है। डॉ. शुक्ला ने फॉरेंसिक विज्ञान के विभिन्न क्षेत्रों में 30 से अधिक विशिष्टीकृत स्नातकोत्तर प्रमाणपत्र पाठ्यक्रम तथा मानवाधिकार विषय में स्नातकोत्तर डिप्लोमा प्राप्त किया है, जो स्वास्थ्य सेवा, नैतिकता एवं न्याय के प्रति उनके बहुआयामी दृष्टिकोण को प्रदर्शित करता है। एक सक्रिय शोधकर्ता एवं शिक्षाविद् के रूप में उन्होंने चार पाठ्यपुस्तकों का लेखन, सात पुस्तक अध्यायों में योगदान तथा राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय प्रतिष्ठित इंडेक्स्ड जर्नलों में अनेक शोध–पत्र प्रकाशित किए हैं। उनके अनुसंधान एवं शैक्षणिक कार्य मुख्यतः नर्सिंग शिक्षा, फॉरेंसिक नर्सिंग, नवाचार (Innovation) तथा जनस्वास्थ्य अनुसंधान पर केंद्रित हैं। डॉ. शुक्ला नर्सिंग के व्यावसायिक नेतृत्व एवं नीतिगत विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। वे ट्रेंड नर्सेस एसोसिएशन ऑफ इंडिया (TNAI), उत्तर प्रदेश राज्य शाखा की उपाध्यक्ष तथा इंडो–पैसिफिक एकेडमी ऑफ फॉरेंसिक नर्सिंग साइंस (IPAFNUS) की महासचिव हैं। इसके अतिरिक्त वे अटल बिहारी वाजपेयी चिकित्सा विश्वविद्यालय (ABVMU), लखनऊ की अकादमिक परिषद की कार्यकारी सदस्य, उत्तर प्रदेश स्टेट नर्सेस एंड मिडवाइव्स काउंसिल की बोर्ड सदस्य, तथा ABVMU बायोएथिक्स सेंटर (UNESCO Chair in Bioethics, Melbourne के सहयोग से) की स्टीयरिंग समिति की सदस्य भी हैं। वे अनेक राष्ट्रीय एवं व्यावसायिक संगठनों से भी सक्रिय रूप से जुड़ी हुई हैं। इनमें इन्फ्यूजन नर्सेस सोसायटी (उत्तर प्रदेश चैप्टर) की वैज्ञानिक प्रबंधक, सोसायटी फॉर प्रिवेंशन ऑफ इंजरीज एंड कॉर्पोरल पनिशमेंट, सोसायटी ऑफ एक्यूट ट्रॉमा एंड इमरजेंसी मेडिसिन (SACTEM) तथा इंडियन एसोसिएशन फॉर साइंटिफिक रिसर्च (IASR) की कार्यकारी सदस्य के रूप में उनका उल्लेखनीय योगदान है। विशेष रूप से डॉ. शुक्ला एक नर्स इनोवेटर एवं आविष्कारक भी हैं। उनके नाम आठ स्वतंत्र पेटेंट तथा छह कॉपीराइट पंजीकृत हैं, जो नर्सिंग–नेतृत्व वाले नवाचारों एवं साक्ष्य–आधारित नर्सिंग प्रैक्टिस के विकास के प्रति उनकी प्रतिबद्धता को दर्शाते हैं। अपने शैक्षणिक नेतृत्व, अनुसंधान, नवाचार एवं व्यावसायिक योगदान के माध्यम से डॉ. दीप्ति शुक्ला नर्सिंग विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं स्वास्थ्य पेशेवरों को उत्कृष्टता, संवेदनशीलता तथा परिवर्तनकारी नेतृत्व के लिए निरंतर प्रेरित करती रही हैं।

Scan for more nursing titles...

JAYPEE BROTHERS

Buy from ejaypee

JAYPEE BROTHERS

ISBN 978-81-6770-138-1