ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ

ಪ್ರಥಮ ಪಿಯುಸಿ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕ

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಸಂಸ್ಥೆ
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING

ಪದವಿಪೂರ್ವ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆ
ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 012

11114 – PSYCHOLOGY
Textbook for Class XI

ISBN 81-7450-506-7

First Edition
February 2006 Phalguna 1927

Reprinted
February 2007, October 2007
January 2009, November 2009
January 2011, October 2012
December 2014, December 2015
March 2017 , December 2017
December 2018, August 2019
January 2021, November 2021

Revised Edition
January 2023, Pausha 1944

PD 20T BS

© National Council of Educational Research and Training, 2006, 2023

₹

Printed on 80 GSM paper with NCERT watermark

Published at the Publication Division by the Secretary, National Council of Educational Research and Training, Sri Aurobindo Marg, New Delhi 110 016 and printed at ....????

ALL RIGHTS RESERVED

- No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise without the prior permission of the publisher.
- This book is sold subject to the condition that it shall not, by way of trade, be lent, resold, hired out or otherwise disposed of without the publisher's consent, in any form of binding or cover other than that in which it is published.
- The correct price of this publication is the price printed on this page, Any revised price indicated by a rubber stamp or by a sticker or by any other means is incorrect and should be unacceptable.

OFFICES OF THE PUBLICATION DEPARTMENT, NCERT

NCERT Campus
Sri Aurobindo Marg
New Delhi 110 016 **Phone : 011-26562708**

108, 100 Feet Road
Hosdakere Halli Extension
Banashankari III Stage
Bengaluru 560 085 **Phone : 080-26725740**

Navjivan Trust Building
P.O.Navjivan
Ahmedabad 380 014 **Phone : 079-27541446**

CWC Campus
Opp. Dhankal Bus Stop
Panihati
Kolkata 700 114 **Phone : 033-25530454**

CWC Complex
Maligaon
Guwahati 781 021 **Phone : 0361-2674869**

Publication Team

Head, Publication Division : *Anup Kumar Rajput*

Chief Production Officer : *Arun Chitkara*

Chief Business Manager : *Vipin Dewan*

Chief Editor (In charge) : *Bijnan Sutar*

Production Assistant : *??*

Cover, Layout and Illustrations
Nidhi Wadhwa

FOREWORD

The National Curriculum Framework (NCF), 2005, recommends that children's life at school must be linked to their life outside the school. This principle marks a departure from the legacy of bookish learning which continues to shape our system and causes a gap between the school, home and community. The syllabi and textbooks developed on the basis of NCF signify an attempt to implement this basic idea. They also attempt to discourage rote learning and the maintenance of sharp boundaries between different subject areas. We hope these measures will take us significantly further in the direction of a child-centred system of education outlined in the National Policy on Education (1986).

The success of this effort depends on the steps that school principals and teachers will take to encourage children to reflect on their own learning and to pursue imaginative activities and questions. We must recognise that given space, time and freedom, children generate new knowledge by engaging with the information passed on to them by adults. Treating the prescribed textbook as the sole basis of examination is one of the key reasons why other resources and sites of learning are ignored. Inculcating creativity and initiative is possible if we perceive and treat children as participants in learning, not as receivers of a fixed body of knowledge.

These aims imply considerable change in school routines and mode of functioning. Flexibility in the daily time-table is as necessary as rigour in implementing the annual calendar so that the required number of teaching days are actually devoted to teaching. The methods used for teaching and evaluation will also determine how effective this textbook proves for making children's life at school a happy experience, rather than a source of stress or boredom. Syllabus designers have tried to address the problem of curricular burden by restructuring and reorienting knowledge at different stages with greater consideration for child psychology and the time available for teaching. The textbook attempts to enhance this endeavour by giving higher priority and space to opportunities for contemplation and wondering, discussion in small groups, and activities requiring hands-on experience.

The National Council of Educational Research and Training (NCERT) appreciates the hard work done by the Textbook Development Committee responsible for this textbook. We wish to thank the Chairperson of the advisory group of Social Sciences, Professor Hari Vasudevan (Department of History, Calcutta University, Kolkata) and the Chief Advisor for this textbook, Professor R.C. Tripathi (*Director,* G.B. Pant Social Science Institute, Allahabad) for guiding the work of this committee. Several teachers contributed to the development of this textbook; we are grateful to their principals for making this possible. We are indebted to the institutions and organisations which have generously permitted us to draw upon their resources, material and personnel. We are especially grateful to the members of the National Monitoring Committee, appointed by the Department of Secondary and Higher Education, Ministry of Human Resource Development under the Chairpersonship of Professor Mrinal Miri and Professor G.P. Deshpande, for their valuable time and contribution. As an organisation committed to the systemic reform and continuous improvement in the quality of its products, NCERT welcomes comments and suggestions which will enable us to undertake further revision and refinement.

Director
National Council of Educational
Research and Training

New Delhi
20 December 2005

Rationalisation of Content in the Textbooks

In view of the COVID-19 pandemic, it is imperative to reduce content load on students. The National Education Policy 2020, also emphasises reducing the content load and providing opportunities for experiential learning with creative mindset. In this background, the NCERT has undertaken the exercise to rationalise the textbooks across all classes. Learning Outcomes already developed by the NCERT across classes have been taken into consideration in this exercise.

Contents of the textbooks have been rationalised in view of the following:

- Overlapping with similar content included in other subject areas in the same class
- Similar content included in the lower or higher class in the same subject
- Difficulty level
- Content, which is easily accessible to students without much interventions from teachers and can be learned by children through self-learning or peer-learning
- Content, which is irrelevant in the present context

This present edition, is a reformatted version after carrying out the changes given above.

PREFACE

Psychology is one of the youngest sciences but one of the fastest growing. There are many who believe that the 21st century is going to be the century of biological sciences along with psychological sciences. Development in the fields of neurosciences, as well as physical sciences have opened new doors to solve the mysteries of mind and human behaviour. There is no human endeavour which is going to remain unaffected by this new knowledge which is getting created. One only hopes that it will enable people to live their lives more meaningfully and to organise human systems better. In fact, as a consequence, a large number of new job opportunities have surfaced. Psychology already has made inroads into many new domains.

The writing of this textbook has been truly a collective effort. It has benefitted from the inputs received from various subject experts in various forms, from college and school teachers, and also students. In writing this textbook, we have tried to address some of the concerns raised by the evaluators of the previous edition of this textbook, while also making use of some portions of it. The textbook follows the National Curriculum Framework (NCF) – 2005. In keeping with the general guidelines, we have tried to reduce the load and attempted to make it more comprehensible for the students. In doing so, we have tried to relate psychological concepts with everyday human behaviour and also with various life experiences. How far one has succeeded in this, is left for the teachers and students to judge. One major challenge which teachers of psychology face is to make their students analyse human behaviour in a scientific manner and to use explanations which are not commonsensical. More than any other scientific discipline, psychology runs the risk of trivialisation. It is our hope that students who go through this course will develop a proper scientific attitude for analysing others and their own behaviour and use it for personal growth.

We take great pleasure in placing this textbook in the hands of students and teachers and also express our gratitude to all who have provided their unstinted support in its writing and production.

Change the World by Changing Me

The Sufi Bayazid says this about himself:
“I was a revolutionary when I was young
and all my prayer to God was: ‘Lord, give
me the energy to change the world.’ ”

“As I approached middle age and realised
that half my life was gone without my
changing a single soul, I changed my
prayer to: ‘Lord, give me the grace to
change all those who come in contact
with me. Just my family and friends,
and I shall be content.’ ”

“Now that I am an old man and my days
are numbered, my one prayer is: ‘Lord,
give me the grace to change myself.’
If I had prayed for this right from
the start I should not have wasted
my life.”

SOURCE : “THE SONG OF THE BIRD” ANTHONY DE MELLO, S.J.
(ANAND: GUJARAT SAHITYA PRAKASH), 1987

Textbook Development Committee

Chief Advisor

R.C. Tripathi, *Professor & Director,* G.B. Pant Social Science Institute, Jhusi, Allahabad

Members

A.K. Mohanty, *Professor,* Zakir Hussain Centre for Educational Studies, SSS II, JNU, New Delhi

A.K. Srivastava, *Reader,* DERPP, NCERT, New Delhi

B.D. Tiwari, *Professor,* Department of Psychology, Mahatma Gandhi Kashi Vidyapeeth, Varanasi

B.N. Puhan, *Retired Professor,* Utkal University, Bhubaneswar

C. Suvasini, *Lecturer,* Gargi College, New Delhi

Namita Pande, *Professor,* Department of Psychology, University of Allahabad, Allahabad

Nandita Babu, *Reader,* Department of Psychology, University of Delhi, Delhi

Neelam Srivastava, *PGT,* Vasant Valley School, Vasant Kunj, New Delhi

Manas K. Mandal, *Director,* Defence Institute of Psychological Research (DIPR), Timarpur, Delhi

R.C. Mishra, *Professor,* Department of Psychology, Benaras Hindu University, Varanasi

Shakuntla S. Jaiman, *Principal,* CSKM School, Satbari, Chattarpur, New Delhi

Sunita Arora, *Senior Counsellor,* Govt. Girls Senior Secondary School No.1, Roop Nagar, Delhi

Sushma Gulati, *Professor,* DEPFE, NCERT, New Delhi

Usha Anand, *PGT,* St. Thomas Girls Senior Secondary School, Mandir Marg, New Delhi

Member-coordinators

Anjum Sibia, *Reader,* DEPFE, NCERT, New Delhi

Prabhat K. Mishra, *Lecturer,* DEPFE, NCERT, New Delhi

ACKNOWLEDGEMENTS

National Council of Educational Research and Training, New Delhi thanks Professor Sushma Gulati, *Head*, Department of Educational Psychology and Foundations of Education for her support during the various stages of textbook development. Acknowledgements are due to Professor L.B. Tripathi (Retired, DDU Gorakhpur University), Professor Sagar Sharma (Retired, H.P. University, Shimla), Dr. Kailash Tuli (Zakir Hussain College, New Delhi) and Dr. Sarla Jawa (Lady Shri Ram College, New Delhi) for the feedback and suggestions given for the improvement of the textbook.

Special thanks are due to Shveta Uppal, *Chief Editor,* NCERT and Vandana Singh, *Consultant Editor* for going through the manuscript and suggesting relevant changes.

The Council also gratefully acknowledges the contributions of Pavnesh Verma, *DTP Operator*, G.R. Upadhyaya, *Copy Editor*, Rakesh Kumar, *Proof Reader* and Pankaj Kakkar, *Incharge Computer Station,* in shaping this textbook. Last but not the least, the efforts of the Publication Department, NCERT are also duly acknowledged.

The efforts of the Publication Department, NCERT in bringing out this publication are also appreciated.

ನಿರ್ದೇಶಕರ ಸಂದೇಶ

ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕ ಅನುವಾದಕರ ಸಮಿತಿ

ಅಧ್ಯಕ್ಷರು

ಶ್ರೀ ಮಹಾದೇವ ಎಮ್.ಎನ್
ಹಿರಿಯ ಉಪನ್ಯಾಸಕರು, ಶ್ರೀ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ ಪದವಿಪೂರ್ವ ಕಾಲೇಜು, ತುರುವೇಕೆರೆ, ತುಮಕೂರು ಜಿಲ್ಲೆ.

ಸದಸ್ಯರು

ಡಾ|| ಪ್ರಭಾಕರ ಎಸ್. ಬಿ
ಉಪನ್ಯಾಸಕರು, ಸರ್ಕಾರಿ ಬಾಲಕಿಯರ ಪದವಿಪೂರ್ವ ಕಾಲೇಜು, ಬಲ್ಮಠ, ಮಂಗಳೂರು, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆ.

ಡಾ|| ಶ್ವೇತಾ ಬಿ. ಸಿ
ಉಪನ್ಯಾಸಕರು, ಬಿ.ಎಮ್.ಎಸ್. ಬಾಲಕಿಯರ ಪದವಿಪೂರ್ವ ಕಾಲೇಜು, ಬಸವನಗುಡಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ ಜಿಲ್ಲೆ.

ಡಾ|| ಸಮೀರ್ ಕೆ. ಎಮ್
ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಬ್ಯಾರೀಸ್ ಸಂಯುಕ್ತ ಪದವಿಪೂರ್ವ ಕಾಲೇಜು, ಕೋಡಿ, ಕುಂದಾಪುರ ತಾಲ್ಲೂಕು, ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆ.

ಶ್ರೀಮತಿ ನವ್ಯ ಸಂಜಯ್
ಉಪನ್ಯಾಸಕರು, ಟೆರೇಶಿಯನ್ ಪದವಿಪೂರ್ವ ಕಾಲೇಜು, ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ ನಗರ, ಮೈಸೂರು.

ಶ್ರೀ ಪ್ರಶಾಂತ್ ಎಸ್. ಆರ್
ಉಪನ್ಯಾಸಕರು, ಸಂತ ಫಿಲೋಮಿನಾ ಪದವಿಪೂರ್ವ ಕಾಲೇಜು, ಹೆಚ್.ಎನ್.ಪುರ ರಸ್ತೆ, ಹಾಸನ.

ಶ್ರೀಮತಿ ಅವಿತಾ ಡಿ'ಸೋಜ
ಉಪನ್ಯಾಸಕರು, ಸಂತ ಆಗ್ನೆಸ್ ಪದವಿಪೂರ್ವ ಕಾಲೇಜು, ಬೆಂದೂರು, ಮಂಗಳೂರು, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆ.

ಪರಿಶೀಲನಾ ಸಮಿತಿ

ಶ್ರೀಮತಿ ನಮಿತಾ ಕೆ.ಆರ್
ಉಪನ್ಯಾಸಕರು, ಮುಂಡಾಜೆ ಪದವಿಪೂರ್ವ ಕಾಲೇಜು, ಮುಂಡಾಜೆ, ಬೆಳ್ತಂಗಡಿ, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆ.

ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಸೂಚನೆ

ಶಿಕ್ಷಕರಾಗಿ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಕಲಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿವಹಿಸುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅವರ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಸದಾ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ, ತರಗತಿಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಅದಾಗ್ಯೂ ಕಲಿಸುವುದು ಎಂದರೇನು? ನಾವು ಹೇಗೆ ಕಲಿಸುತ್ತೇವೆ? ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಬೋಧನೆಯ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವುದು ನಮಗೆ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಿಕ್ಷಣದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ವಿಷಯ ಅಥವಾ ಶಿಸ್ತಿನ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ವಿಷಯಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿವೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧನೆ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸು, ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಸಂಬಂಧಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಷಯವೂ ಮಾನವೀಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಬೋಧನೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಉತ್ಕೃಷ್ಟಗೊಳಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಅವರ ಕುತೂಹಲ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು, ಕಲಿಯುವ ಬಯಕೆ, ಮುಕ್ತತೆ ಮತ್ತು ವಿಷಯದ ಮೇಲಿನ ಸ್ವಯಂಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಇತರ ಅನ್ವೇಷಣೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಈ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕವನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಹಿಂದಿನ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ಮೇಲೆ ನಿರ್ಮಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವಂತೆ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದೊಂದಿಗೆ ವಿಷಯವನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಸಲು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಬೋಧನೆ–ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸಂತೋಷದಾಯಕವಾಗಿಸಲು ಅವರ ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಂವೇದಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಲು ನಾವು ನಿಮಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಕಥೆಗಳು, ಚರ್ಚೆಗಳು, ಉದಾಹರಣೆಗಳು, ಪ್ರಶ್ನಿಸುವುದು, ಸಾದೃಶ್ಯಗಳು, ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹರಿಸುವ ಸಂದರ್ಭಗಳು, ಪಾತ್ರಾಭಿನಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಂತಹ ತಂತ್ರಗಳು ಪಠ್ಯದ ಅಂತರ್ ನಿರ್ಮಿತ ಭಾಗವಾಗಿವೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಕಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ತಂದರೆ ಇನ್ನೂ ಒಳ್ಳೆಯದು. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಪಡೆದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅವರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಅವರ ಬೌದ್ಧಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ, ರಾಜಕೀಯ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಪರಿಸರಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯದ ಜೊತೆಗೆ ಮಾಹಿತಿಯ ಸಾಂದ್ರತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ವಿಶೇಷ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೆ ಜ್ಞಾನದ ಅನ್ವಯಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಬಿಂಬನವನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವ ಅಥವಾ ಅವರು ಗಮನಿಸಬನಿಸಿರಬಹುದಾದ ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ಘಟನೆಗಳು, ಕಂತುಗಳು, ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ನೀವು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕೆಂದು ನಾವು ಸೂಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅವರು ಈ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ತಮ್ಮ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಈ ಸಂಚಿಕೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು, ಇದನ್ನು ಕಲಿಕೆಯ ಡೈರಿ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು.

ಮೊದಲನೇಯ ಪಿಯುಸಿ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಹೊಸ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ವಿಷಯದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅದರ ಮೌಲ್ಯ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ವೃತ್ತಿ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳ ಮೇಲೆ ವಾಸಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಶಿಸ್ತಿನ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಮಾನವ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಹತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲಾಗುವುದು ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಾತ್ಮಕ ಕೋರ್ಸ್‌ಗೆ ಅಗತ್ಯವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾದ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಎಂಟು ಅಧ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಧ್ಯಾಯವು ಕಲಿಕೆಯ ಉದ್ದೇಶದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಂಟು ಅಧ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯಗಳ

ರೂಪುರೇಷೆಯು ಅಧ್ಯಾಯದ ಒಟ್ಟಾರೆ ನೋಟವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಅಧ್ಯಾಯದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಹಿಂದಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಸವಾಲಿನ ಆರಂಭವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿನ ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವು ಉದಾಹರಣೆಗಳು, ವಿವರಣೆಗಳು, ಕೋಷ್ಟಕಗಳು ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗದೊಂದಿಗೆ ನಿರ್ಮಿಸಲು ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು, ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳು ಇವೆಲ್ಲವುಗಳ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವೇ ಪುಸ್ತಕ. ಉತ್ತಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರತಿ ಅಧ್ಯಾಯದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಾರಾಂಶವೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಓದಿದ ಅಥವಾ ಕಲಿಸಿದ್ದನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಿ ಮತ್ತು ಕ್ರೋಢೀಕರಿಸಿ ನೀವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ನೀವು ಅಧ್ಯಾಯದ ಸಾರಾಂಶವನ್ನು ಓದಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕು ಅಧ್ಯಾಯದ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿಮರ್ಶಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು, ಉನ್ನತ ಕ್ರಮದ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ಉದ್ದೇಶಿಸಿರುವ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಅನ್ವಯ ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿ ಅಧ್ಯಾಯದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾದ ಯೋಜನೆಯ ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಕ್ಷೇತ್ರ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವರ ಅನುಭವದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಿತಿ ಪಡೆಯುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಇದು ಅವರ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಘಟನೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮೂಲಕ ಅಮೂರ್ತ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ಕಲಿಕೆಯ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲು ನೀವು ಇವುಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ನಾವು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಕೆ, ಆಲೋಚನೆ, ಸ್ಮರಣೆ, ಪ್ರೇರಣೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆ ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದ್ದರೂ ನಿರಂತರತೆ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಧ್ಯಯನಗಳ ಅತ್ಯಂತ ಕರಾರುವಕ್ಕಾದ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಸೂಚಿಸಲಾದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ವಿಶೇಷ ವಸ್ತುಗಳ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಗುಂಪು ಆಧಾರಿತವಾಗಿದ್ದರೆ, ಇನ್ನು ಕೆಲವು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಭಾವದವುಗಳು ಆಗಿವೆ. ಗುಂಪು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ತಂಡ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಕ್ಕೆ ಗೌರವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಅವಧಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವಾಗ ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವ, ವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಸಹಕಾರಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲಕರವಾದ ತರಗತಿಯ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವರ್ಗವೂ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಈ ಕೋರ್ಸ್‌ನ್ನು ಬೋಧಿಸುವಾಗ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ಅನುಭವದ ವಿಧಾನಗಳ ನಡುವೆ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಶ್ರಮಿಸಬೇಕು.

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸೂಚನೆ

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಮೂಲಭೂತ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನಿಮಗೆ ಪರಿಚಯಿಸಲು ಈ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಇದು ನಿಮ್ಮ ಕುತೂಹಲ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ವರ್ತನೆ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮದೇ ಸ್ವಂತದ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದ ಚತುರತೆಯ ಸ್ವಭಾವವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿಯು, ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅದರ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅನ್ವಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ತರಗತಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವುದು ಅವಶ್ಯಕ.

ನೀವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಷಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಪರಿಚಿತರಾಗಿರಬೇಕು ಅದು ನೀವು ಒಳಗೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ವಿಷಯಗಳು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾಯಗಳ ಅನುಕ್ರಮದ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಧ್ಯಾಯವು ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಆ ವಿಷಯದ ರೂಪುರೇಷೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಅಧ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಾ ಹೋದ ಹಾಗೆ ನೀವು ಏನನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಉದ್ದೇಶಗಳು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ. ಅಧ್ಯಾಯಗಳು ಪೀಠಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ. ಪೀಠಿಕೆಯು ಮುಂದೆ ಏನಿದೆ ಎಂಬುದರ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಅವಲೋಕನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕವು ವಿಷಯಗಳು, ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳು ಇತ್ತೀಚಿನ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು ಹಾಗೂ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಪ್ರಯೋಗಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ದೈನಂದಿನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಅದರ ಅನ್ವಯಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಅವು ಪುಸ್ತಕಕ್ಕೆ ಅವಿಭಾಜ್ಯವಾಗಿವೆ ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕ್ಷಿತಿಜದೆಡೆಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದ ಅನ್ವೇಷಣೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು. ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾದ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ನಿಜ ಜೀವನದ ಘಟನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಲಿಸಿದ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಕ್ರೋಢೀಕರಿಸಲು ಪ್ರತಿ ಅಧ್ಯಾಯದ ನಂತರ ನೀವು ಸಾರಾಂಶವನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಸಾರಾಂಶವು ತನ್ನ ನಂತರ ವಿಮರ್ಶಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಹುಟ್ಟು ಹಾಕುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನಿಸುವ ಹಾಗೂ ತರ್ಕ ಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು ನಾವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ನಿಮಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕಲಿಸಿದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳ ಪಾಂಡಿತ್ಯದ ಮಟ್ಟ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನದ ಆಳ ಎರಡನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿ ಅಧ್ಯಾಯದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾದ ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಪದಕೋಶದ ವಿಷಯದ ಮೂಲಭೂತ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಪುನರ್ ಮನನ ಮಾಡಲು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆ.

ಈಗ ನಾವು ಪ್ರತಿ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಹಾಗೂ ಯೋಜನೆಯ ಕಲ್ಪನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸೋಣ. ಇವು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ, ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವವು ನಿಮ್ಮ ಹಾಗು ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಿದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ನಿಜ ಜೀವನದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಲು ಇವು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಯೋಜನಾ ವಿಷಯ (ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್)ಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಅವು ಕಲಿಕೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಜನರನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸಲು ಅಥವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ತರಗತಿಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಬಹುದು ಎಲ್ಲಾ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದೆ ಇರಬಹುದು ಆದರೆ ನಿಮಗೆ ಆಸಕ್ತಿಕರದಾಯಕವಾದವುಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ.

ವಿಷಯದ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುವ ಕಡೆಗೆ ನೀವು ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಲಿದ್ದೀರಿ. ನೀವು ಓದುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ಜಾಲತಾಣಗಳನ್ನು ನೀವು ಕಾಣಬಹುದು ಸ್ವತಃ ನೀವು ಭಾಗಿಯಾಗಿ ಜಗತ್ತನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಿ, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಬಾಗಿಲು ತೆರೆದಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಲು ನೀವು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆದಾರರಾಗಿದ್ದರೆ ಜಾಲತಾಣಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಇದರಲ್ಲಿ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ವಿಷಯಗಳ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಾಯ ಪಡೆದು ಅನ್ವೇಷಿಸಿ, ಅವಲೋಕಿಸಿ.

CONSTITUTION OF INDIA

Part III (Articles 12 – 35)

(Subject to certain conditions, some exceptions and reasonable restrictions)

guarantees these

Fundamental Rights

Right to Equality

- before law and equal protection of laws;
- irrespective of religion, race, caste, sex or place of birth;
- of opportunity in public employment;
- by abolition of untouchability and titles.

Right to Freedom

- of expression, assembly, association, movement, residence and profession;
- of certain protections in respect of conviction for offences;
- of protection of life and personal liberty;
- of free and compulsory education for children between the age of six and fourteen years;
- of protection against arrest and detention in certain cases.

Right against Exploitation

- for prohibition of traffic in human beings and forced labour;
- for prohibition of employment of children in hazardous jobs.

Right to Freedom of Religion

- freedom of conscience and free profession, practice and propagation of religion;
- freedom to manage religious affairs;
- freedom as to payment of taxes for promotion of any particular religion;
- freedom as to attendance at religious instruction or religious worship in educational institutions wholly maintained by the State.

Cultural and Educational Rights

- for protection of interests of minorities to conserve their language, script and culture;
- for minorities to establish and administer educational institutions of their choice.

Right to Constitutional Remedies

- by issuance of directions or orders or writs by the Supreme Court and High Courts for enforcement of these Fundamental Rights.

ಪರಿವಿಡಿ

	ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ
ಮುನ್ನುಡಿ	v
ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಟಿಪ್ಪಣಿ	xi
ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಟಿಪ್ಪಣಿ	xiii
ಅಧ್ಯಾಯ 1	
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದರೇನು?	01
ಅಧ್ಯಾಯ 2	
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಚಾರಣೆಯ ವಿಧಾನಗಳು	20
ಅಧ್ಯಾಯ 3	
ಮಾನವ ವಿಕಾಸ	39
ಅಧ್ಯಾಯ 4	
ಸಂವೇದನೆ ಅವಧಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು	58
ಅಧ್ಯಾಯ 5	
ಕಲಿಕೆ	75
ಅಧ್ಯಾಯ 6	
ಮಾನವ ಸ್ಮೃತಿ	93
ಅಧ್ಯಾಯ 7	
ಆಲೋಚನೆ	106
ಅಧ್ಯಾಯ 8	
ಪ್ರೇರಣೆ ಮತ್ತು ಸಂವೇಗ	124
ಪದಕೋಶ	137
Suggested Readings	142

CONSTITUTION OF INDIA

Part IV A (Article 51 A)

Fundamental Duties

Fundamental Duties – It shall be the duty of every citizen of India —

(a) to abide by the Constitution and respect its ideals and institutions, the National Flag and the National Anthem;

(b) to cherish and follow the noble ideals which inspired our national struggle for freedom;

(c) to uphold and protect the sovereignty, unity and integrity of India;

(d) to defend the country and render national service when called upon to do so;

(e) to promote harmony and the spirit of common brotherhood amongst all the people of India transcending religious, linguistic and regional or sectional diversities; to renounce practices derogatory to the dignity of women;

(f) to value and preserve the rich heritage of our composite culture;

(g) to protect and improve the natural environment including forests, lakes, rivers, wildlife and to have compassion for living creatures;

(h) to develop the scientific temper, humanism and the spirit of inquiry and reform;

(i) to safeguard public property and to abjure violence;

(j) to strive towards excellence in all spheres of individual and collective activity so that the nation constantly rises to higher levels of endeavour and achievement;

(k) who is a parent or guardian, to provide opportunities for education to his child or, as the case may be, ward between the age of six and fourteen years.

ಅಧ್ಯಾಯ 1

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದರೇನು?
What is Psychology?

ಈ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ನೀವು ಅರಿಯಲಿರುವ ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು

- ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಅದರ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿರಿ.
- ಕ್ಷೇತ್ರದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿರಿ.
- ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ಇತರ ವಿಭಾಗಗಳು ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿಗಳೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧ ಮತ್ತು
- ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸುವಿರಿ.

ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ
ಇನ್ನೂ ಸಾಹಸ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ,
ಅನೇಕ ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ
ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸಾಹಸವಾಗಿದೆ.

– ನಾರ್ಮನ್ ಕಸಿನ್ಸ್

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ

ಪೀಠಿಕೆ
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದರೇನು?
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿ
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಒಂದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಒಂದು ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ
ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಜನಪ್ರಿಯ ಕಲ್ಪನೆಗಳು
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಕಾಸ
ಆಧುನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಆಸಕ್ತಿಕರ ಮೈಲಿಗಲ್ಲುಗಳು (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 1.1)
ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಬೆಳವಣಿಗೆ
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಶಾಖೆಗಳು
ಸಂಶೋಧನೆಯ ವಿಷಯಗಳು ಮತ್ತು ಅನ್ವಯಗಳು
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಇತರ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು
ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು
ಸಾರಾಂಶ
ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

ಪೀಠಿಕೆ (Introduction)

ನೀವು ಇತರ ವಿಷಯಗಳಿಗಿಂತ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಏಕೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರಿ? ನೀವು ಏನನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಆಶಿಸುತ್ತೀರಿ? ಎಂದು ಮೊದಲ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಿರಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಏನಾಗಿತ್ತು? ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಗೊಳಿಸುವಂತಿರುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇತರರು ಏನು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಬಯಸುವಂತಹ ಅಸ್ಪಷ್ಟ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಂತರ ಒಬ್ಬನು ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಇತರರನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಅಥವಾ ಜನರು ಏಕೆ ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತಾರೆ? ಜನರು ಏಕೆ ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಸೋಲಿಸಲು ಏಕೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಹೆಚ್ಚು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಕಾಣಬಹುದು. ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಚೀನ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು ಮಾನವನ ಸ್ವಭಾವದ ಬಗೆಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿವೆ. ಭಾರತೀಯ ತಾತ್ವಿಕ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು, ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ, ಜನರು ಅವರು ವರ್ತಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಏಕೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಏಕೆ ಅತೃಪ್ತರಾಗಿದ್ದಾರೆ? ಅವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬಯಸಿದರೆ ಅವರು ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾವ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತರಬೇಕು? ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನದಂತೆ, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಜ್ಞಾನವು ಸಹ ಮಾನವನ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕೆ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುವ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚವು ದುಃಖದಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದರೆ ಅದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸ್ವತಃ ಮನುಷ್ಯರಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ 9/11 ಅಥವಾ ಇರಾಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಯುದ್ಧ ಏಕೆ ಸಂಭವಿಸಿತು ಎಂದು ನೀವು ಕೇಳಿದ್ದೀರಿ. ದೆಹಲಿ, ಮುಂಬೈ, ಶ್ರೀನಗರ ಅಥವಾ ಈಶಾನ್ಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಅಮಾಯಕ ಜನರು ಬಾಂಬ್ ಮತ್ತು ಗುಂಡುಗಳನ್ನು ಏಕೆ ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ? ಯುವಕರು ಸೇಡು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಥವಾ ಭಯೋತ್ಪಾದಕರಾಗಿ ಬದಲಾಗುವ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ? ಎಂದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಮಾನವನ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕೆ ಇನ್ನೊಂದು ಮುಖವಿದೆ. ಮೌಂಟ್ ಎವರೆಸ್ಟ್ ಏರಿದ, ಪಾಕಿಸ್ತಾನದೊಂದಿಗಿನ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಗಾಯಗೊಂಡು ಸೊಂಟದ ಕೆಳಗೆ ಪಾರ್ಶ್ವ ವಾಯುವಿಗೆ ಒಳಗಾದ ಮೇಜರ್ ಎಚ್. ಪಿ. ಎಸ್. ಆಹ್ಲುವಾಲಿಯರವರ ಹೆಸರನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿರಬಹುದು. ಅಂತ ಎತ್ತರವನ್ನು ಏರಲು ಅವರನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿದ್ದು ಯಾವುದು? ಇದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮಾನವ ವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದು ಸಂಬೋಧಿಸುವ ಕೇವಲ ಮಾನವ ಸ್ವಭಾವದ ಕುರಿತಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಲ್ಲ. ಆಧುನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಪ್ರಜ್ಞಾವಸ್ಥೆ, ಸದ್ದು ಗದ್ದಲಗಳಲ್ಲಿ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದು, ಅಥವಾ ತಮ್ಮ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಜಯಗಳಿಸಿದ ನಂತರ ಫುಟ್ಬಾಲ್ ತಂಡದ ಬೆಂಬಲಿಗರು ವ್ಯಾಪಾರ ಮಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಸುಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಅಸ್ಪಷ್ಟ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ವಿದ್ಯಾಮಾನಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದರೆ ನಿಮಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂಕೀರ್ಣ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳು ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಇದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಈ ವಿದ್ಯಾಮಾನಗಳನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿದೆ. ಇತರ ವಿಜ್ಞಾನಗಳಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿ, ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಅತ್ಯಂತ ಗಮನಾರ್ಹ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಆಂತರಿಕವಾಗಿರುವ ಮತ್ತು ಮಾನವರು ತಮ್ಮೊಳಗೆ ಅವಲೋಕಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಅಧ್ಯಯನವು ಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದರೇನು? (What is Psychology?)

ಯಾವುದೇ ಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ ಏಕೆಂದರೆ ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಇದು ನಿರಂತರವಾಗಿ ವಿಕಸನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಯಾವುದೇ ಒಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಿಂದ ಅರ್ಥೈಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಇದು ಹೆಚ್ಚು ನಿಜವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಹಿಂದೆಯೇ ನಿಮ್ಮಂತಹ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂಬ ಪದವು ಎರಡು ಗ್ರೀಕ್ ಪದಗಳಾದ 'ಸೈಕಿ' ಅಂದರೆ 'ಆತ್ಮ' ಮತ್ತು 'ಲೋಗೋಸ್' ಎಂದರೆ 'ವಿಜ್ಞಾನ ಅಥವಾ ಅಧ್ಯಯನ'ದ ವಿಷಯದಿಂದ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಆತ್ಮ ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಧ್ಯಯನವಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಅಂದಿನಿಂದ ಇದು ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ದೂರ ಸರಿದಿದೆ ಮತ್ತು ಮಾನವನ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯ ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಇದು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯು, ನಾವು ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ಕೆಲವು, ಹಲವಾರು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಹರಡಿದೆ. ಅಂದರೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ, ಡಯಾಡಿಕ್ (ಇಬ್ಬರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ) ಗುಂಪು ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಥಿಕ. ಇವುಗಳಿಗೆ ಜೈವಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ನೆಲೆಗಳೂ ಇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಸಹಜವಾಗಿ ಒಬ್ಬರು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಬಯಸುವ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವಿಧಾನಗಳು ಸಹ ಬಹಳವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು,

ಅದು ಏನನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಎರಡು ಆಧಾರಗಳ ಮೇಲೆ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲಾಗಿದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಅದು ಹೇಗೆ ಅಥವಾ ವಿಧಾನ/ಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ. ಇದನ್ನು ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಔಪಚಾರಿಕವಾಗಿ ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವಾಗ, ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಜೈವಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಗಳ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಈ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿಸುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಆಯೋಜಿಸಬಹುದು. ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾದ ಮೂರು ಪದಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆ.

ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅನುಭವಗಳು ಆಂತರಿಕವಾಗಿವೆ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಿದಾಗ, ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞೆ ಅಥವಾ ಅರಿವಿನ ಅಥವಾ **ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ** ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಯೋಚಿಸುವಾಗ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಏನಾದರೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ನಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಒಂದು ಹಂತವೆಂದರೆ ಮೆದುಳಿನ ಚಟುವಟಿಕೆ. ನಾವು ಯೋಚಿಸುವಾಗ ಅಥವಾ ಗಣಿತದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಾಗ ಮೆದುಳಿನ ಚಿತ್ರಣದ ವಿವಿಧ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ಮೆದುಳಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಅದಾಗಿಯೂ, ಮೆದುಳಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಅವು ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿವೆ. ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ನರಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಅತಿಕ್ರಮಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಾದರೂ ಅವು ಒಂದೇ ರೀತಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮೆದುಳಿನಂತೆ, ಮನಸ್ಸು ಪೌಷ್ಟಿಕ ರಚನೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳು, ವಿವಿಧ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸಂಭವಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸಂಘಟಿತವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಮನಸ್ಸು ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವಿಕಸನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮೆದುಳಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಸುಳಿವುಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಅರಿವು, ನರ ಅಥವಾ ಮೆದುಳಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು. ನಾವು ಮಲಗಿರುವಾಗಲೂ ಕೆಲವು ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುವಾಗ ಬಾಗಿಲು ಬಡಿಯುವಂತಹ ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನಾವು ನಿದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಕಲಿಯುವುದು, ತಿಳಿಯುವುದು, ಗ್ರಹಿಸುವುದು, ಭಾವನೆಗಳಂತಹ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು ಮಾನಸಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳ ಉಪಯೋಗಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಅನ್ವಯಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಜನರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸಹ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅನುಭವಗಳ ಸ್ವಭಾವತಹ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠವಾಗಿವೆ. ಬೇರೊಬ್ಬರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನಾವು ನೇರವಾಗಿ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಅಥವಾ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ಅವಳ ಅಥವಾ ಅವನ ಅನುಭವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಜಾಗೃತವಾಗಿರಬಹುದು, ಹೀಗಾಗಿ ಅನುಭವಗಳು ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಅಥವಾ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಹುದುಗಿವೆ. ಪ್ರಣಯದಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಅನುಭವಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಮಾರಣಾಂತಿಕವಾಗಿ ಅಸ್ವಸ್ಥರಾದ ರೋಗಿಗಳು ಅನುಭವಿಸುವ ನೋವಿನ ಅನುಭವಗಳು ಅಥವಾ ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಿದ ಮಾನಸಿಕ ನೋವಿನ ಅನುಭವಗಳ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವ ಕೆಲವು ನಿಗೂಢ ಅನುಭವಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ರೋಗಿಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಮತ್ತು ಹೊಸ ರೀತಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದಾಗ ಅಥವಾ ಮಾದಕವ್ಯಸನಿಯು ಅಂತಹ ಔಷಧಿಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಹಾನಿಕಾರಕವಾಗಿದ್ದರೂ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಅನುಭವಗಳು, ಅನುಭವಿಗಳ ಆಂತರಿಕ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಬೇಸಿಗೆಯ ದಿನದಲ್ಲಿ ನೀವು ತುಂಬಿರುವ ಬಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಪಿಕ್ನಿಕ್‌ಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ನೀವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮುಜುಗರ ಅಥವಾ ಆಯಾಸ ಅನುಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಅನುಭವದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಸಂಕೀರ್ಣವಾದ ಆಂತರಿಕ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ವರ್ತನೆಗಳು ನಾವು ಮಾಡುವ ಪ್ರತಿವರ್ತನೆಗಳು ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಅಥವಾ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು. ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಏನಾದರೂ ಎಸೆಯಲ್ಪಟ್ಟಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳು ಸರಳವಾದ ಪರಾವರ್ತಿತ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಮಿಟುಕಿಸುತ್ತವೆ. ನೀವು ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಹೃದಯ ಬಡಿತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ನೀವು ಸ್ನೇಹಿತನೊಂದಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಚಲನಚಿತ್ರಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತೀರಿ. ವರ್ತನೆಗಳು ಸರಳ ಅಥವಾ ಸಂಕೀರ್ಣವಾಗಿರಬಹುದು, ಅಲ್ಪವಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ದೀರ್ಘವಾಗಿರಬಹುದು. ಕೆಲವು ವರ್ತನೆಗಳು ಬಹಿರಂಗವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಬಾಹ್ಯವಾಗಿ ನೋಡಬಹುದು ಅಥವಾ ವೀಕ್ಷಕರಿಂದ ಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಡಬಹುದು. ಕೆಲವು ಆಂತರಿಕ ಅಥವಾ ಗುಪ್ತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಚದುರಂಗದ ಆಟವನ್ನು ಆಡುವಾಗ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ, ನೀವು ಪ್ರಯೋಗದ ಚಲನೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಕೈ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಸೆಳೆತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಿರಿ. ಎಲ್ಲಾ ವರ್ತನೆಗಳು ಗುಪ್ತ ಅಥವಾ ಬಹಿರಂಗ, ಪರಿಸರದಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿವೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಚೋದಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ನೀವು ಹುಲಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ಓಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಹುಲಿ ಇದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಓಡಿ ಹೋಗಲು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು. ಕೆಲವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಚೋದನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಎರಡು ಆಂತರಿಕ ಅಥವಾ ಬಾಹ್ಯವಾಗಿರಬಹುದು.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿ

ನಾವು ಮೇಲೆ ಚರ್ಚಿಸಿದಂತೆ, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ವರ್ತನೆ, ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮನಸ್ಸು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಹೇಗೆ ವಿಭಿನ್ನ ವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ವಿವರಿಸಲು ಇದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಇತರರನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಥವಾ ಸಾಧಾರಣ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳು ಅಥವಾ ನಾವು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ನಮ್ಮ ವಿಧಾನಗಳು, ಅವರ ವರ್ತನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತಮ್ಮ ವರ್ತನೆ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ವಿವರಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಪಕ್ಷಪಾತಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಮೂಲಕ ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಇತರರು ಅನುಭವಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠತೆಯು ಮಾನವನ ಅನುಭವದ ಅಗತ್ಯ ಅಂಶವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಭಾರತೀಯ ಸಂಪ್ರದಾಯದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಅನುಭವಗಳ ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯು ಮಾನಸಿಕ ತಿಳುವಳಿಕೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಮೂಲವಾಗಿದೆ. ಅನೇಕ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಮಾನವನ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರತಿಫಲನ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಜ್ಞಾನದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ವರ್ತನೆ, ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ಅಧ್ಯಯನದ ಬಗ್ಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ಅವರು ಅವುಗಳನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ವಿವರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ.

1879ರಲ್ಲಿ ಲೀಪ್‌ಜಿಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಮೊದಲ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ವರ್ಷವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಬಹಳ ಹಳೆಯ ಜ್ಞಾನದ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿದ್ದರೂ ಇದು ಯುವ ವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿದೆ. ಆದಾಗಿಯೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದ ಹೊಸ ಅಂತರ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧನಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಯಾವ ರೀತಿಯ ವಿಧಾನವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ಇನ್ನೂ ಚರ್ಚೆಯ ವಿಷಯವಾಗಿ ಉಳಿದಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಇತರ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಭಾರತದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ, ವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ, ಪದವಿ ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗುವ ಅಧ್ಯಯನ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಬಾರದು. ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ B.Sc ಅಥವಾ M.Sc. ಪದವಿಗಳಿಸಲು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ, ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಎರವಲು ಪಡೆಯುವ ಉದಯೋನ್ಮುಖ ವಿಭಾಗಗಳೆಂದರೆ ನರ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಗಣಕಯಂತ್ರ ವಿಜ್ಞಾನ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು fmRI, EEG ಇತ್ಯಾದಿಗಳಂತಹ ವೇಗವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವ ಮೆದುಳಿನ ಚಿತ್ರಣ ತಂತ್ರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮೆದುಳಿನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನೈಜ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಅವು ನಿಜವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ. ಮಾಹಿತಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ, ಮಾನವ ಗಣಕಯಂತ್ರ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ ಎರಡೂ ಪ್ರಾಯಶಃ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದೆ ಬೆಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿ ಇಂದು ಎರಡು ಸಮಾನಾಂತರ ವಿಭಾಗಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಒಂದು ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಜೈವಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮತ್ತೊಂದು ವಿವಿಧ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಗಳ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಪದಗಳು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಮ್ಮುಖವಾಗಿ ಬೇರ್ಪಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಮೊದಲ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ತನ್ನನ್ನು ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಜೈವಿಕ ತತ್ವಗಳ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಯಂತ್ರಿತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ತನೆಯ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬಹುದು ಎಂದು ಇದು ಊಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕರ ಉದ್ದೇಶವೂ ಕಾರಣ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಇದರಿಂದಾಗಿ ವರ್ತನೆಯ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಊಹಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಅವಳ/ನ ಭಾಗವಾಗಿರುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಯ ವಿದ್ಯಾಮಾನಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ವಿವರಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವರ್ತನೆಯ ವಿದ್ಯಾಮಾನವೂ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈಗ ಈ ಎರಡು ಈ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸೋಣ.

ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದು ಈ ಮೊದಲೇ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಧಾನದ ಅನ್ವಯದಿಂದಾಗಿ ಆಧುನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಂಡಿದೆ. ವಿಜ್ಞಾನವು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠತೆಗೆ ಮತ್ತು ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಬಹುಮತವಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಳೆಯಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಡೆಸ್ಕಾರ್ಟೆಸ್‌ನಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನಂತರ ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳಿಂದ ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಅನುಮಾನಾತ್ಮಕ ಮಾದರಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವುದನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಬೆಳೆದಿದೆ. ಒಂದು ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ನೀವು ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪ್ರಗತಿಯು ನಡೆಯಬಹುದೆಂದು ಈ ಮಾದರಿಯೂ ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವು ಹೇಗೆ ರೂಪಗೊಂಡಿತು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಬಿಗ್‌ಬ್ಯಾಂಗ್ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಿದ್ಧಾಂತವು ಬೇರೇನೂ ಅಲ್ಲ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂಕೀರ್ಣ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರತಿಪಾದನೆಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಹೇಗೆ ವಿವರಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಹೇಳಿಕೆಗಳ ಗುಂಪಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಒಂದು ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಊಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಿದ್ಯಮಾನವು ಹೇಗೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಊಹೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ದತ್ತಾಂಶದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿಜ ಅಥವಾ ಸುಳ್ಳು ಎಂದು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ದತ್ತಾಂಶವು ಊಹೆಯಿಂದ ಸೂಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದರೆ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮೇಲಿನ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕಲಿಕೆ, ಸ್ಮೃತಿ, ಅವಧಾನ, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ, ಪ್ರೇರಣೆ ಮತ್ತು ಸಂವೇಗ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಗಮನಾರ್ಹ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿವೆ. ಇದರ ಹೊರತಾಗಿ, ಜೈವಿಕ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಬಲವಾಗಿರುವ ವಿಕಾಸಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನದಿಂದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಬಾಂಧವ್ಯ ಮತ್ತು ಆಕ್ರಮಣಶೀಲತ್ವದಂತಹ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಮಾನಸಿಕ ವಿದ್ಯಾಮಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಲಾಗಿದೆ.

ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಎಂದು ನಾವು ಮೇಲೆ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಅದು ಮಾನವರ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅವರ ಸಾಮಾಜಿಕ–ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಾನವರು ತಮ್ಮ ಸಾಮಾಜಿಕ–ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಅವರು ಅವುಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಮಾಜ ವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಭಾಗವಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮಾನವನನ್ನು ಸಮಾಜ ಜೀವಿಗಳಾಗಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ರಂಜಿತ ಮತ್ತು ಶಬ್ನಂರ ಮುಂದಿನ ಕಥೆಯನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ.

ರಂಜಿತ ಮತ್ತು ಶಬ್ನಂ ಒಂದೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಒಂದೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ, ಪರಸ್ಪರ ಪರಿಚಿತರಾಗಿದ್ದರೂ ಅವರ ಜೀವನವು ಭಿನ್ನವಾಗಿತ್ತು. ರಂಜಿತಾ ಕೃಷಿ ಕುಟುಂಬದಿಂದ ಬಂದಿದ್ದಳು. ಆಕೆಯ ಅಜ್ಜ, ಅಜ್ಜಿ, ತಂದೆ, ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಆಕೆಯ ಅಣ್ಣ ಅವರ ಜಮೀನಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಹಳ್ಳಿಯ ತಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ರಂಜಿತಾ ಉತ್ತಮ ಕ್ರೀಡಾಪಟು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಓಟಗಾರ್ತಿಯಾಗಿದ್ದಳು. ಅವಳು ಜನರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದಳು.

ಅವಳಂತಲ್ಲದೆ ಶಬ್ನಂ ತನ್ನ ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಅದೇ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಆಕೆಯ ತಂದೆ ಹತ್ತಿರದ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ರಜಾ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮನೆಗೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದರು. ಶಬ್ನಂ ಉತ್ತಮ ಕಲಾವಿದೆ ಮತ್ತು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇರಲು ಮತ್ತು ತನ್ನ ಕಿರಿಯ ಸಹೋದರರನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದಳು. ಮತ್ತು ಜನರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು.

ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಅತಿವೃಷ್ಟಿಯಾಗಿದ್ದು, ಸಮೀಪದ ನದಿಯು ಉಕ್ಕಿ ಗ್ರಾಮಕ್ಕೆ ಹರಿಯಿತು. ತಗ್ಗು ಪ್ರದೇಶದ ಹಲವು ಮನೆಗಳಿಗೆ ನೀರು ನುಗ್ಗಿತ್ತು. ಗ್ರಾಮಸ್ಥರು ಸೇರಿ ಸಂಘಟಿತರಾಗಿ ಸಂಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ಆಶ್ರಯ ನೀಡಿದರು. ಶಬ್ನಂಳ ಮನೆಗೂ ನೀರು ನುಗ್ಗಿದ್ದು, ರಂಜಿತಾಳ ಮನೆಗೆ ತನ್ನ ತಾಯಿ ಹಾಗೂ ತಮ್ಮನೊಂದಿಗೆ ಬಂದಳು. ರಂಜಿತ ಅವಳ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ ಪಟ್ಟಳು ಮತ್ತು ಅವರು ಅವಳ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಯಾಗಿರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದಳು. ಪ್ರವಾಹದ ನೀರು ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ರಂಜಿತಾಳ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಅಜ್ಜಿ, ಶಬ್ನಂಬಳ ತಾಯಿಗೆ ತಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಪುನಃ ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು. ಎರಡು ಕುಟುಂಬದವರು ತುಂಬಾ ಆತ್ಮೀಯರಾದರು. ರಂಜಿತಾ ಮತ್ತು ಶಬ್ನಂ ಕೂಡ ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯ ಸ್ನೇಹಿತರಾದರು.

ರಂಜಿತ ಮತ್ತು ಶಬ್ನಂ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ, ಇಬ್ಬರೂ ಬಹಳ ವಿಭಿನ್ನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು. ಅವರು ಸಂಕೀರ್ಣ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿನ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದವರು. ಅವರ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಪರಿಸರದೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಸ್ವಭಾವ, ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ನೀವು ಕೆಲವು ಕ್ರಮಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದಿರುವ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಊಹಿಸಲು ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಅವರ ವರ್ತನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆ. ರಂಜಿತಾ ಮತ್ತು ಶಬ್ನಂ ಹಳ್ಳಿಯ ಜನರು ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಏಕೆ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ತ್ಯಾಗ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಹಳ್ಳಿಗರೂ ಸಮಾನವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಮುದಾಯವು ಮುಂದೆ ಬರಲಿಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇದರ ವಿರುದ್ಧವೂ ಸತ್ಯ. ಕೆಲವು ಬಿಕ್ಕಟ್ಟು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಲೂಟಿ ಮತ್ತು ಶೋಷಣೆಗೆ ಒಳಗಾದ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಜನರು ಸಮಾಜ ವಿರೋಧಿಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಅವರ ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಮಾನವರ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಇದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿದ್ದು, ಅವರ ಸಾಮಾಜಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ.

ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು (Understanding Mind and Behaviour)

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನ ವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದು ಒಮ್ಮೆ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿರಿ. ಅನೇಕ ದಶಕಗಳವರೆಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ನಿಷೇಧಿತವಾಗಿ ಉಳಿದಿತ್ತು. ಏಕೆಂದರೆ ಅದನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಮೂರ್ತ ವರ್ತನೆಯ ಪದಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅದರ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸು ಎಂಬ ಪದವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಮರಳಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತು ಈಗ ಅದಕ್ಕೆ ಅರ್ಹವಾದ ಗೌರವವನ್ನು ನೀಡಿದ ಸ್ಪೆರಿಯಂತಹ ನರವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಪೆನ್‌ರೋಸ್‌ನಂತಹ ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಿಗೆ ನಾವು ಧನ್ಯವಾದ ಹೇಳಬೇಕು. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಇದು ಇನ್ನೂ ದೂರದಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ಮನಸ್ಸಿನ ಏಕೀಕೃತ ಸಿದ್ಧಾಂತವು ಸಾಧ್ಯತೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಮನಸ್ಸು ಎಂದರೇನು? ಇದು ಮೆದುಳಿನಂತೆಯೇ ಇದೆಯೇ? ಮೆದುಳಿಲ್ಲದೆ ಮನಸ್ಸು ಇರಲಾರದು ನಿಜ ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಒಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಘಟಕವಾಗಿದೆ. ದಾಖಲಾದ ಹಲವಾರು ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ಪ್ರಕರಣಗಳ ಕಾರಣದಿಂದ ಇದನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸಬಹುದು. ದೃಷ್ಟಿಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಅನುಕಪಾಲಪಾಲಿಯ ಭಾಗವನ್ನು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ತೆಗೆದು ಹಾಕಲಾದ ಕೆಲವು ರೋಗಿಗಳು ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳ ಸ್ಥಳ ಸಂರಚನೆಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಎಂದು ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಒಬ್ಬ ಹವ್ಯಾಸಿ ಕ್ರೀಡಾಪಟು ಮೋಟಾರ್ ಸೈಕಲ್ ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ತೋಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರು ಆದರೆ ತೋಳಿನ ಅನುಭವವನ್ನು ಮತ್ತು ಅದರ ಚಲನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರು. ಕಾಫಿಯನ್ನು ನೀಡಿದಾಗ ಕಾಲ್ಪನಿಕ ತೋಳು ಕಾಫಿಯ ಲೋಟವನ್ನು ತಲುಪಿತು ಮತ್ತು ಯಾರೋ ಅದನ್ನು ಎಳೆದಾಗ ಅವನು ಪ್ರತಿಭಟಿಸಿದನು. ನರ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ದಾಖಲಿಸಿದ ಇತರ ರೀತಿಯ ಪ್ರಕರಣಗಳಿವೆ. ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ ಮೆದುಳಿನ ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ಒಬ್ಬ ಯುವಕ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಮನೆಗೆ

ಹಿಂದಿರುಗಿದ ನಂತರ ತನ್ನ ಹೆತ್ತವರನ್ನು ಅವರನ್ನು ನಕಲಿಗಳೆಂದು, ಅವರು ವೇಷಧಾರಿಗಳೆಂದು ಆರೋಪಿಸಿದ್ದನು. ಈ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮೆದುಳಿನ ಕೆಲವು ಭಾಗದ ಹಾನಿಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದನು. ಆದರೆ ಅವನ ಮನಸ್ಸು ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದಿತ್ತು. ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೇಹದ ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅವು ಪರಸ್ಪರ ಸಮಾನಾಂತರವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮೊದಲು ನಂಬಿದ್ದರು. ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ನರ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿನ ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಧ್ಯಯನಗಳು, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆ ನಡುವೆ ಸಂಬಂಧವಿದೆ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತೋರಿಸಿವೆ. ಧನಾತ್ಮಕ ದೃಶ್ಯೀಕರಣ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ದೈಹಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತರಬಹುದು ಎಂದು ತೋರಿಸಿಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಓರ್ನಿಶ್ ತನ್ನ ರೋಗಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನಡೆಸಿದ ಹಲವಾರು ಅಧ್ಯಯನಗಳಿಂದ ಇದನ್ನು ತೋರಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿದ ಅಪಧಮನಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ರಕ್ತವು ಅವಳ/ ಅವನ ನಿರ್ಬಂಧಿತ ಅಪಧಮನಿಗಳ ಮೂಲಕ ಹರಿಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ದೃಶ್ಯೀಕರಿಸಲಾಯಿತು. ಕಾಲಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಯ ಮಟ್ಟವು ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾದ ಕಾರಣ ಈ ರೋಗಿಗಳಿಂದ ನೆಮ್ಮದಿ ಪಡೆಯಲಾಯಿತು. ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಅಂದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅವಳ/ಅವನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಅತಿಭೀತಿಗಳನ್ನು (ವಸ್ತುಗಳ ಮತ್ತು ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ಅಸಂಬದ್ಧ ಭಯ) ಗುಣಪಡಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿರಕ್ಷಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುವ ಒಂದು ಹೊಸ ಸೈಕೋ ನ್ಯುರೋ ಇಮ್ಯುನೋಲಜಿ ಎಂಬ ವಿಭಾಗವು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿತು.

ಚಟುವಟಿಕೆ 1.1

ಕೆಳಗಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ದೃಶ್ಯೀಕರಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಮೂರು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿ.

1. ನೀವು ಸ್ಪರ್ಧೆಗೆ ಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ.
2. ನೀವು ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ವಿಷಯದ ಕುರಿತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹರಟೆ ಹೊಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ.
3. ನೀವು ಫುಟ್ಬಾಲ್ ಆಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ.
4. ನೀವು ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಧಾರಾವಾಹಿಯನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ.
5. ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನೋಯಿಸಿದ್ದಾನೆ.
6. ನೀವು ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಹಾಜರಾಗಿದ್ದೀರಿ.
7. ನೀವು ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಸಂದರ್ಶಕರನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ.
8. ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಷಣ ಮಾಡಲು ಭಾಷಣವನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ.
9. ನೀವು ಚದುರಂಗವನ್ನು ಆಡುತ್ತಿರುವಿರಿ.
10. ನೀವು ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಗಣಿತದ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಉತ್ತರವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವಿರಿ.

ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಜನಪ್ರಿಯ ಕಲ್ಪನೆಗಳು (Popular Notions about the Discipline of Psychology)

ಪ್ರತಿದಿನ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲರೂ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಂದು ನಾವು ಮೇಲೆ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಯಾರಾದರೂ ಅವಳು/ನು ನಡೆದುಕೊಂಡ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಏಕೆ ವರ್ತಿಸಿದರು? ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧ ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವು ಕೆಲಸಗಾರರು ಹಿಂದಿನದಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ನಾವು ಬಯಸಿದರೆ ನಾವು ಅವಳನ್ನು/ ಅವನನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಬೇಕೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಜನರು ಮೂಲತಃ ಸೋಮಾರಿಗಳಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಬಹುಶಃ ಕೋಲನ್ನು ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ಇಂತಹ ಜನಪ್ರಿಯ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ತನಿಖೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಿಜವಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಂವೇದನಾಶೀಲ ವಿವರಣೆಗಳು ಹಿನ್ನೋಟವನ್ನು ಆಧರಿಸಿವೆ. ಮತ್ತು ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ವಿವರಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ನೀವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನೀವು ಪ್ರೀತಿಸಿದ ಸ್ನೇಹಿತ ದೂರ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋದರೆ ಅವಳ/ ಅವನ ಮೇಲಿನ ನಿಮ್ಮ ಆಕರ್ಷಣೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ನೀವು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಎರಡು ಹೇಳಿಕೆಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು "ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದವರು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಕಾಣಲು", ಎರಡನೆಯದು "ಅಂತರವು ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ". ಎರಡೂ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಹೇಳಿಕೆಗಳಾಗಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವುದು ನಿಜ. ನೀವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ವಿವರಣೆಯು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತ ಹೋದ ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಹೊಸ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ಆಗ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದವರು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಕಾರಣರು ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು, ನೀವು ಮತ್ತು ಇತರರು ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಹೊಸ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಂತರವು ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆ ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ಎರಡೂ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆಯು ವರ್ತನೆಯ ಸಂಭವವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನವು ಹಿನ್ನೋಟವನ್ನು ಆದರಿಸಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಒಂದು ವಿಜ್ಞಾನದಂತೆ ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ವರ್ತನೆಯ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತದೆ ವರ್ತನೆಯು ಸಂಭವಿಸಿದ ನಂತರ ವಿವರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಜ್ಞಾನವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಡ್ವೆಕ್ (1975), ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನವು ಅಂತಹ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದೆ. ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ವೈಫಲ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸಿದಾಗ ತುಂಬಾ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟುಕೊಡುವ ಮಕ್ಕಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವಳು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿದ್ದಳು. ಅವರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದೆಂದು ಅವಳು ಯೋಚಿಸಿದಳು. ಅವರ ಯಶಸ್ಸಿನ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ಸುಲಭವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಅವರ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ನಂತರ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು ಅದು ಅವರ ಹೊಸ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಡ್ವೆಕ್‌ರವರ ಅಧ್ಯಯನವು ಇದನ್ನು

ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದೆ. ಅವರು, ಗಣಿತದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ 25 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು. ಮೊದಲ ಗುಂಪಿಗೆ ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಸುಲಭವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಯಿತು. ಎರಡನೇ ಗುಂಪು ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಕರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಹೊಂದಿತ್ತು. ನಿಸ್ಸಂಶಯವಾಗಿ, ಕಷ್ಟಕರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವರು ವಿಫಲರಾದರು, ಇದು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಡ್ವೆಕ್‌ರವರು, ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನಿಸದ ಕಾರಣ ಅವರ ವೈಫಲ್ಯ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದರು ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಬಿಡದೆ ಮುಂದುವರಿಸಲು ಅವರನ್ನು ಮನವೊಲಿಸಿದರು. ತರಬೇತಿ ಅವಧಿ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ ಹೊಸ ಗಣಿತದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಯಿತು. ಡ್ವೆಕ್ ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದು ಸಾಮಾನ್ಯ ನಂಬಿಕೆಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿತ್ತು. ಸುಲಭವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದರಿಂದ ಯಾವಾಗಲೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದವರು, ಯಶಸ್ಸು ಮತ್ತು ವೈಫಲ್ಯಗಳೆರಡರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರಿಗಿಂತ, ವೈಫಲ್ಯ ಎದುರಿಸಿದಾಗ ಹೆಚ್ಚು ಬೇಗನೆ ಬಿಟ್ಟುಕೊಟ್ಟರು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ವೈಫಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನದ ಕೊರತೆಗೆ ಕಾರಣವೆಂದು ಕಲಿತುಕೊಂಡರು.

ಇನ್ನು ಅನೇಕ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನ ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಇವೆ. ಅವು ನಿಜವೆಂದು ನೀವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಹಿಂದೆಯೇ ಕೆಲವು ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪುರುಷರು ಮಹಿಳೆಯರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಬುದ್ಧಿವಂತರು ಅಥವಾ ಮಹಿಳೆಯರು ಪುರುಷರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಅಪಘಾತಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಇವೆರಡೂ ಅಸತ್ಯವೆಂದು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತೋರಿಸಿವೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರ ಮುಂದೆ ಪ್ರದರ್ಶನ ನೀಡಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದದನ್ನು ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನವು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳು, ನೀವು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ ನೀವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು ಏಕೆಂದರೆ ಇತರರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯು ನಿಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನೀವು ಈ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕ ಓದಿದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಅನೇಕ ನಂಬಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ತಿಳುವಳಿಕೆಯು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೀವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವಿರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಜ್ಯೋತಿಷಿಗಳಿಗಿಂತ, ತಾಂತ್ರಿಕರಿಗಿಂತ ಮತ್ತು ಹಸ್ತಸಾಮುದ್ರಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರದವರಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡುತ್ತೀರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಮಾನಸಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಪ್ರತಿಪಾದನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 1.2

ಬೇರೆ ವಿಭಾಗದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಕೇಳಿ. ಅವರು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕ ನಿಮಗೆ ಏನು ಹೇಳುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ನಡುವೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ. ನೀವು ಯಾವ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು?

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಕಾಸ (Evolution of Psychology)

ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಆಧುನಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಾಚೀನ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರದಿಂದ ಬೆಳೆದಿದೆ. ಆಧುನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಔಪಚಾರಿಕ ಆರಂಭವು 1879ರಲ್ಲಿ ಜರ್ಮನಿಯ ಲೀಪ್‌ಜ್ಹಿಗ್‌ನಲ್ಲಿ, ವಿಲ್‌ಹೆಲ್ಮ್ ವೂಂಟ್‌ರವರಿಂದ ಮೊದಲ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದಾಗಿನಿಂದ ಗುರುತಿಸಿಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ, ಎಂದು ನಾವು ಮೊದಲೇ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ್ದೇವೆ. ವೂಂಟ್, ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಅನುಭವದ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ್ದನು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಘಟಕಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಬಿಲ್ಡಿಂಗ್ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್‌ಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಬಯಸಿದ್ದನು. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವೂಂಟ್‌ನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅಂತರಾವಲೋಕನದ ಮೂಲಕ ಮನಸ್ಸಿನ ರಚನೆಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರು. ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಅವರನ್ನು ರಚನಾವಾದಿಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಯಿತು. ಅಂತರಾವಲೋಕನವು, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅಥವಾ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು, ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಅಥವಾ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ವಿವರಿಸಲು ಕೇಳಲಾಗುವ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ಅದಾಗಿಯೂ ಅಂತರಾವಲೋಕನ ಒಂದು ವಿಧಾನವಾಗಿ ಅನೇಕ ಇತರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನು ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸಲಿಲ್ಲ. ಹೊರಗಿನ ವೀಕ್ಷಕರಿಂದ ಅಂತರಾವಲೋಕನದ ವರದಿಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಕಾರಣ ಇದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕಾರಣವಾಯಿತು.

ಲೀಪ್‌ಜ್ಹಿಗ್ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ಕೂಡಲೇ ಕೇಂಬ್ರಿಡ್ಜ್‌ನ ಮೆಸಾಚ್ಯುಸೆಟ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ವಿಲಿಯಂ ಜೇಮ್ಸ್, ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದರು. ವಿಲಿಯಂ ಜೇಮ್ಸ್ ಮನಸ್ಸಿನ ರಚನೆಯ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಬದಲು, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಏನು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಜನರು ತಮ್ಮ ಪರಿಸರದೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಯು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದನು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಜನರು ತಮ್ಮ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಗೆ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ವಾದಿಗಳು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದರು. ವಿಲಿಯಂ ಜೇಮ್ಸ್ ಪ್ರಕಾರ, ಪರಿಸರದೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸುವ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಿರಂತರ ಪ್ರವಹಿಸುವಿಕೆಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಮನಸ್ಸಿನ ತಿರುಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿತು. ಮಾನವರು ತಮ್ಮ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ವಾದಿಸಲು, ಆ ಕಾಲದ ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಚಿಂತಕ ಜಾನ್ ಡ್ಯೂಕ್ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ವಾದವನ್ನು ಬಳಸಿದರು.

20ನೇ ಶತಮಾನದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಮಗ್ರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂಬ ಹೊಸ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ಜರ್ಮನಿಯಲ್ಲಿ ವೂಂಟ್‌ನ ರಚನಾತ್ಮಕತೆಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿತು. ಇದು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವಗಳ ಸಂಘಟನೆಯ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಘಟಕಗಳನ್ನು ನೋಡುವ ಬದಲು, ಸಮಗ್ರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ನಾವು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವವು, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಘಟಕಗಳ

ಮೊತ್ತಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಎಂದು ವಾದಿಸಿದರು. ಮತ್ತೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ನಾವು ಅನುಭವಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಪರಿಸರದಿಂದ ಪಡೆದ ಒಳಹರಿವುಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಯಾವಾಗ, ಮಿನುಗುವ ಬಲ್ಬುಗಳ ಸರಣಿಯ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಅಕ್ಷಿಪಟಲದ ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತದೆಯೋ, ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬೆಳಕಿನ ಚಲನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಚಲನಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡುವಾಗ ನಮ್ಮ ಅಕ್ಷಿಪಟಲದ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವ ವೇಗವಾಗಿ ಚಲಿಸುವ ಸ್ಥಿರ ಚಿತ್ರಗಳ ಸರಣಿಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವವು ಬಿಡಿ ಅಂಶಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು, ಅನುಭವವು ಸಮಗ್ರವಾಗಿದೆ. ಇದೇ ಸಮಗ್ರ ಆಗಿದೆ. ಅಧ್ಯಾಯ 4 ರಲ್ಲಿ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಸ್ವರೂಪದ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವಾಗ ನಾವು ಸಮಗ್ರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ.

ರಚನಾತ್ಮಕತೆಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಮತ್ತೊಂದು, ವರ್ತನವಾದದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಂದಿತು. 1910 ರ ಸುಮಾರಿಗೆ ಜಾನ್ ವಾಟ್ಸನ್‌ರವರು, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಷಯವಾದ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದರು. ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಇವಾನ್ ಪಾವ್‌ಲವ್‌ನಂತಹ ಶರೀರ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರ ಕಾರ್ಯದಿಂದಾಗಿ ಅವರು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗಿದ್ದರು. ವ್ಯಾಟ್ಸನ್‌ಗೆ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗಮನಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅಂತರಾವಲೋಕನವು ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠವಾಗಿದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಅದನ್ನು ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವೀಕ್ಷಕರಿಂದ ಪರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಗಮನಿಸಬಹುದಾದ, ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದಾದ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬೇಕು. ಅವರು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ (ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಗೆ) ಅಧ್ಯಯನ ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಅಳೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಹುದು. ವ್ಯಾಟ್ಸನ್‌ರವರ ವರ್ತನಾವಾದವನ್ನು ವರ್ತನವಾದಿಗಳೆಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಅನೇಕ ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖರಾದ ಸ್ಕಿನ್ನರ್‌ರವರು ವಿಶಾಲ ವ್ಯಾಪಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿದರು ಮತ್ತು ವಿಧಾನವನ್ನು ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿದರು. ಈ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ನಾವು ಸ್ಕಿನ್ನರ್ ಅವರ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನಂತರ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ.

ವ್ಯಾಟ್ಸನ್ ನಂತರ ಹಲವಾರು ದಶಕಗಳ ಕಾಲ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ವರ್ತನಾವಾದಿಗಳು ಪ್ರಾಬಲ್ಯ ಹೊಂದಿದ್ದರೂ, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅದರ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವಾರು ಇತರ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳು ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದವು. ಮಾನವ ಸ್ವಭಾವದ ಅಮೂಲಾಗ್ರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಜಗತ್ತನ್ನು ಬೆಚ್ಚಿ ಬೀಳಿಸಿದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಿಗ್ಮಂಡ್ ಫ್ರಾಯ್ಡ್. ಫ್ರಾಯ್ಡ್, ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಸುಪ್ತಾವಸ್ಥೆಯ ಆಸೆಗಳು ಮತ್ತು ಘರ್ಷಣೆಗಳ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಿದರು. ಅವರು ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ಫ್ರಾಯ್ಡ್‌ರವರ ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯು ಮಾನವರನ್ನು ಸಂತೋಷದ (ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ) ಬಯಕೆಗಳ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಸುಪ್ತಾವಸ್ಥೆಯ ಬಯಕೆಯಿಂದ ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಎಂದು ನೋಡಿದಾಗ, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿನ ಮಾನವತವಾದದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ಮಾನವ ಸ್ವಭಾವದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿತು. ಕಾರ್ಲ್ ರೋಜರ್ಸ್ ಮತ್ತು ಅಬ್ರಹಾಂ ಮಾಸ್ಲೋರವರಂತಹ ಮಾನವತವಾದಿಗಳು, ಮಾನವರ ಮುಕ್ತ ಇಚ್ಛೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಆಂತರಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಲು ಮತ್ತು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಲು ಅವರ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದರು. ಪರಿಸರದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಂದ ನಿರ್ಧರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ಒತ್ತು ನೀಡುವ ವರ್ತನಾವಾದವು, ಮಾನವ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಮತ್ತು ಘನತೆಯನ್ನು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಸ್ವಭಾವದ ಯಾಂತ್ರಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ವಾದಿಸಿದರು.

ಈ ವಿಭಿನ್ನ ವಿಧಾನಗಳು ಆಧುನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ತುಂಬಿದವು ಮತ್ತು ಅದರ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಬಹುದೃಷ್ಟಿ ಕೋನಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಿದವು. ಈ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದೃಷ್ಟಿಕೋನವೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಹೊಂದಿದೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಗೆ ನಮ್ಮ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಧಾನದಲ್ಲೂ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹಾಗೆಯೇ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳಿವೆ. ಈ ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳು ಕ್ಷೇತ್ರದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿವೆ ಸಮಗ್ರ ವಿಧಾನ ಮತ್ತು ರಚನಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನ ಅಂಶಗಳು ಸಂಯೋಜಿಸಲ್ಪಟ್ಟವು ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕಾರಣವಾಯಿತು. ಇದು, ಆಲೋಚನೆ, ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ಗ್ರಹಿಕೆ, ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ಸಮಸ್ಯೆ ಬಗೆಹರಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಅತಿಥೇಯ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಸರದೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗಣಕಯಂತ್ರದಂತಹ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಸ್ಕರಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಪ್ರಕಾರ ಗಣಕಯಂತ್ರದಂತೆ ಮನಸ್ಸು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತದೆ, ಪ್ರಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ರೂಪಾಂತರಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮರುಕಳಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವರು ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಪರಿಶೋಧನೆಯ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ಆಧುನಿಕ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವಾಗಿದೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ರಚನಾತ್ಮಕತೆಯೆಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗುವ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಪಿಯಾಜೆಯವರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು, ಮನಸ್ಸಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ರಚನಾತ್ಮಕ ಸಿದ್ಧಾಂತವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ವಯಸ್ಕರ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ನಡುವಿನ ಜಂಟಿ ಸಂವಹನದ ಮೂಲಕ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾಗಿ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸು ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ರಷ್ಯಾದ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ ವೈಗೋಟಸ್ಕಿ ಮತ್ತೂ ಮುಂದುವರಿದು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಪಿಯಾಜೆ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ವೈಗೋಟಸ್ಕಿ ಅವರ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರ ನಡುವಿನ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ಜಂಟಿ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 1.1 ಆಧುನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಕಾಸದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಆಸಕ್ತಿಕರ ಹೆಗ್ಗುರುತುಗಳು

1879. ಜರ್ಮನಿಯ ಲೀಪ್‌ಜ್ಞಿಗ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಲ್‌ಹೆಲ್ಮ್ ವೂಂಟ್ ಪ್ರಥಮ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು.

1890. ವಿಲಿಯಂ ಜೇಮ್ಸ್‌ನು 'ಮನೋ ವಿಜ್ಞಾನದ ತತ್ವಗಳು' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದನು.

1895. ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕವಾದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಒಂದು ಅಂಗವಾಗಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿತು.

1900. ಸಿಗ್ಮಂಡ್ ಫ್ರಾಯ್ಡ್ ಮನೋ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದರು.

1904. ಇವಾನ್ ಪಾವ್‌ಲವ್‌ರವರು ಜೀರ್ಣಾಂಗ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲಿನ ಅವರ ಕಾರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ನೊಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಗೆದ್ದರು. ಇದು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಾರಣವಾಯಿತು.

1905. ಬೀನೆ ಮತ್ತು ಸೈಮನ್ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದರು.

1912. ಜರ್ಮನಿಯಲ್ಲಿ ಸಮಗ್ರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಉಗಮಗೊಂಡಿತು.

1916. ಕೊಲ್ಕತ್ತಾ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ವಿಭಾಗವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತು.

1922. ಭಾರತೀಯ ವಿಜ್ಞಾನ ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸೇರ್ಪಡಿಸಲಾಯಿತು.

1924. ಭಾರತೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಘವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತು.

1924. ಜಾನ್ ಬಿ ವ್ಯಾಟ್ಸನ್ ವರ್ತನವಾದವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದನು. ಇದು ವರ್ತನವಾದದ ನಾಂದಿಗೆ ಕಾರಣವಾಯಿತು.

1928. ಎನ್. ಎನ್. ಸೇನ್‌ಗುಪ್ತ ಮತ್ತು ರಾಧಾ ಕಮಲ್ ಮುಖರ್ಜಿ ಅವರಿಂದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂಬ ಪ್ರಥಮ ಪುಸ್ತಕ ಪ್ರಕಟಣೆ. (ಲಂಡನ್: ಅಲೆನ್ & ಅಶ್ವಿನ್).

1949. ಭಾರತದ ರಕ್ಷಣಾ ವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನಾ ವಿಭಾಗವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತು.

1951. ಮಾನವತಾವಾದಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ ಕಾರ್ಲ್ ರೋಜರ್ 'ಕಕ್ಷಿ ಕೇಂದ್ರಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ'ಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದರು.

1953. "ಬಿ ಎಫ್ ಸ್ಕಿನ್ನರ್" ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆ ಎಂಬ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದರು. ಇದರಿಂದ ವರ್ತನಾವಾದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಬಲಬಂದಂತಾಯಿತು.

1954. ಮಾನವತಾವಾದಿ ಅಬ್ರಹಾಂ ಮಾಸ್ಲೋ 'ಪ್ರೇರಣೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ' ಎಂಬ ಕೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದರು.

1954. ಅಲಹಾಬಾದ್‌ನಲ್ಲಿ ಬ್ಯೂರೋ ಆಫ್ ಸೈಕಾಲಜಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಯಿತು.

1955. ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನರ ವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತು (ನಿಮ್ಹಾನ್ಸ್.)

1962. ರಾಂಚಿಯಲ್ಲಿ ಮನೋರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ತೆರೆಯಲಾಯಿತು.

1973. ಯಾವುದೇ ಪೂರ್ವಾನುಭವ ಅಥವಾ ಕಲಿಕೆ ಇಲ್ಲದೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರಭೇದದ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಜನ್ಮದತ್ತ ವರ್ತನಾ ವೈವಿಧ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಕೊನಾರ್ಡ್ ಲಾರೆಂಜ್ ಮತ್ತು ನಿಕೋ ಟೀಮ್ಬರ್ಜಿನ್‌ರವರು ನೊಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪಡೆದರು.

1978. ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ಹರ್ಬರ್ಟ್ ಸೈಮನ್ ಮಾಡಿದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ನೊಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ನೀಡಲಾಯಿತು.

1981. ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿಕೋಶಗಳು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಡೇವಿಡ್ ಹ್ಯೂಬೆಲ್ ಮತ್ತು ಟಾರ್ಸ್ಟನ್ ವೈಸೆಲ್ ನೊಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪಡೆದರು.

1981. ಮೆದುಳಿನ ವಿದಳನದ ಬಗ್ಗೆ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ರೋಜರ್ ಸ್ಪಿರಿ ನೊಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪಡೆದರು.

1989. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಅಕಾಡೆಮಿಯನ್ನು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತು.

1997. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮೆದುಳು ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಹರಿಯಾಣದ ಗುರುಗಾವ್‌ನಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತು. (ಎನ್ ಬಿ ಆರ್ ಸಿ).

2002. ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಯಲ್ಲಿ ಮಾನವನ ತೀರ್ಪು ಹಾಗೂ ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಎಂಬ ಸಂಶೋಧನೆಗಾಗಿ ಡೇನಿಯಲ್ ಕನ್ಹೆಮನ್ ನೊಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪಡೆದರು.

2005. ಆರ್ಥಿಕ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಘರ್ಷ ಮತ್ತು ಸಹಕಾರವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕ್ರೀಡಾ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಅನ್ವಯ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಡಿದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಥಾಮಸ್ ಶೆಲ್ಲಿಂಗ್ ನೊಬೆಲ್ ಬಹುಮಾನ ಪಡೆದರು.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಬೆಳವಣಿಗೆ (Development of Psychology In India)

ಭಾರತೀಯ ತಾತ್ವಿಕ ಸಂಪ್ರದಾಯವು, ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಮಾನವನ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲಿನ ಪ್ರತಿಫಲನಗಳು, ಸ್ವಯಂ, ದೇಹ – ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಬಂಧಗಳು, ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳಾದ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕತೆ, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ, ಭ್ರಮೆ, ಅವಧಾನ ಮತ್ತು ತಾರ್ಕಿಕತೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಭಾರತೀಯ ಸಂಪ್ರದಾಯದ ತಾತ್ವಿಕ ಬೇರುಗಳು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆಧುನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲಿಲ್ಲ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಪ್ರಾಬಲ್ಯವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದೆ. ಅದಾಗಿಯೂ ದೇಶ ಮತ್ತು ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಭಿನ್ನತೆಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳ ಮೂಲಕ ಭಾರತೀಯ ತಾತ್ವಿಕ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳ ವಿವಿಧ ಸಮರ್ಥನೆಗಳ ಸತ್ಯತೆಯ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿವೆ.

ಎಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಮೊದಲ ಪಠ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲಾಯಿತೋ ಮತ್ತು 1915ರಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತೋ ಅಂತಹ ಕಲ್ಕತ್ತಾ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಆಧುನಿಕ ಯುಗವು ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಕೊಲ್ಕತ್ತಾ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವು 1916ರಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಮೊದಲ ವಿಭಾಗವನ್ನು ಮತ್ತು 1938 ರಲ್ಲಿ ಅನ್ವಯಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಮತ್ತೊಂದು ವಿಭಾಗವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು. ಕೊಲ್ಕತ್ತಾ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಲ್ಲಿ ಆಧುನಿಕ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಆರಂಭವು, ಯುಎಸ್‌ಎಯಲ್ಲಿ ವೂಂಟ್‌ರವರ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಸಂಪ್ರದಾಯದಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದಿದ್ದ ಭಾರತೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಯಾದ ಎನ್. ಎನ್. ಸೇನ್‌ಗುಪ್ತರಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಆರಂಭಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿದ ಮತ್ತೊಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವಾದ ಫ್ರಾಯ್ಡ್‌ರವರ ಮನೋ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೊಫೆಸರ್ ಜಿ ಬೋಸ್‌ರವರು ತರಬೇತಿ ಪಡೆದಿದ್ದರು. ಪ್ರೊಫೆಸರ್ ಬೋಸ್‌ರವರು 1922 ರಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ಮನೋ ವಿಶ್ಲೇಷಣಾ ಸಂಘವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಮತ್ತು ಪಾಟ್ನಾದಲ್ಲಿನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ವಿಭಾಗಗಳು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಬೋಧನೆ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಯ ಆರಂಭಿಕ ಕೇಂದ್ರಗಳಾಗಿದ್ದವು. ಈ ಸಾಧಾರಣ ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದ ಆಧುನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಬೋಧನೆ, ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯಿಕ ಕೇಂದ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಲವಾದ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿ ಬೆಳೆದಿದೆ. ಭುವನೇಶ್ವರದ ಉತ್ಕಲ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಮತ್ತು ಅಲಹಾಬಾದ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಎರಡೂ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಯುಜಿಸಿ ಇಂದ ಬೆಂಬಲಿತವಾದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೇಂದ್ರಗಳಾಗಿವೆ. ಸುಮಾರು 70 ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಪಠ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿವೆ. 1986ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ದುರ್ಗಾನಂದ ಸಿನ್ಹ ತಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕ 'ಸೈಕಾಲಜಿ ಇನ್ ಥರ್ಡ್ ವರ್ಲ್ಡ್ ಕಂಟ್ರಿ ದ ಇಂಡಿಯನ್ ಎಕ್ಸ್ಪೀರಿಯನ್ಸ್', ನಲ್ಲಿ ಆಧುನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿ ನಾಲ್ಕು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದವರೆಗಿನ ಮೊದಲ ಹಂತವು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ, ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪರೀಕ್ಷಾ ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಒತ್ತು ನೀಡುವ ಹಂತವಾಗಿತ್ತು. ಇದು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. 1960ರ ವರೆಗಿನ ಎರಡನೇ ಹಂತವು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿವಿಧ ಶಾಖೆಗಳಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸುವ ಹಂತವಾಗಿತ್ತು. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಭಾರತೀಯ ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕೆ ಜೋಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಮೂಲಕ ಭಾರತೀಯ ಛಾಪನ್ನು ಮೂಡಿಸುವ ಬಯಕೆಯನ್ನು ತೋರಿದರು. ಅವರು ಭಾರತೀಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಇದನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಅದಾಗಿಯೂ ಭಾರತದಲ್ಲಿನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು 1960ರ ದಶಕದ ನಂತರದ, ಸಮಸ್ಯೆ ಆಧಾರಿತ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿತು. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಭಾರತೀಯ ಸಮಾಜದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಹರಿಸಿದರು. ಮುಂದೆ, ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದ ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕಾಗಿ, ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಮೇಲೆ ಅತಿಯಾದ ಅವಲಂಬನೆಯ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಸಹ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಪ್ರಮುಖ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನಮ್ಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಪ್ರಸ್ತುತವಾದ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದರು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಹೊಸ ಛಾಪನ್ನು ಮೂಡಿಸುವ ಹುಡುಕಾಟವು ಸ್ವದೇಶಿಕರಣ ಹಂತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಯಿತು. ಇದು 1970ರ ದಶಕದ ಉತ್ತರಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ಮಾದರಿಗಳ ಚೌಕಟ್ಟನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಭಾರತೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಬಂಧಿತ ಚೌಕಟ್ಟಿನ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸುವ ಮತ್ತು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯತೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದರು. ಈ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯು ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಚೀನ ಪಟ್ಟಿಗಳು ಮತ್ತು ಗ್ರಂಥಗಳಿಂದ ಬಂದ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಭಾರತೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವ ಕೆಲವು ಪ್ರಯತ್ನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಫಲಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಹಂತವು ಸ್ವದೇಶಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಇದು ಭಾರತೀಯ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿತು ಮತ್ತು ಭಾರತೀಯ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಕ ಜ್ಞಾನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಭಾರತೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಈ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳು ಮುಂದುವರೆದಾಗ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಪ್ರಪಂಚದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಗಮನಾರ್ಹ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೂರಿರುವ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸುವ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಲು ಇದು ಹೆಚ್ಚು ಸಂದರ್ಭೋಚಿತವಾಗಿದೆ. ಜೊತೆಗೆ ನರ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನಗಳ ಅಂತರ್ ಸಂಪರ್ಕ ಒಳಗೊಂಡ ಹೊಸ ಸಂಶೋಧನಾ ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನಾವು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಹ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ವೃತ್ತಿಪರ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅನ್ವಯಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ವಿಶೇಷ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ, ಕ್ಲಿನಿಕ್‌ಗಳಲ್ಲಿ, ಕಾರ್ಪೊರೇಟ್ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ, ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಜಾಹೀರಾತು ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ, ಕ್ರೀಡಾ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯದಲ್ಲಿ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ವಲಯ ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವು ಉದ್ಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗಿ ನೇಮಕಗೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಶಾಖೆಗಳು
(Branches of Psychology In India)

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ವಿಶೇಷ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವನ್ನು ಈ ಭಾಗದಲ್ಲೇ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಅದರ ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ಸಂವಹನದೊಂದಿಗೆ ಪರಿಸರದಿಂದ ಪಡೆದ ಮಾಹಿತಿಯ ಅರ್ಜನೆ, ಶೇಖರಣೆ, ಸ್ವಾಧೀನತೆ ಮತ್ತು ರೂಪಾಂತರವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ತನಿಖೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಮುಖ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳೆಂದರೆ, ಅವಧಾನ, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ, ಸ್ಮೃತಿ, ತಾರ್ಕಿಕತೆ, ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ, ನಿರ್ಧಾರ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಭಾಷೆ. ಈ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಂತರ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಿರಿ. ಈ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಪರಿಸರದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅಂದರೆ ನೈಸರ್ಗಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಪರಿಸರದ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ವಿಧಾನ. ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನರವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ಗಣಕಯಂತ್ರ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಜೈವಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮೆದುಳು ಮತ್ತು ನರಮಂಡಲದ ಉಳಿದ ಭಾಗಗಳು, ಪ್ರತಿ ರಕ್ಷಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ತಳಿ ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧದ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಜೈವಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನರವಿಜ್ಞಾನಿಗಳೊಂದಿಗೆ, ಪ್ರಾಣಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರೊಂದಿಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ನರವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವ ಸಂಶೋಧನಾ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿ ನರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದೆ. ಮೆದುಳಿನ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ನರಗಳ ಸಂವಹನಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಸಂಬಂಧಿತ ಮಾನಸಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವ ನರಸಾಗಣಿಕೆಗಳು ಅಥವಾ ರಾಸಾಯನಿಕ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. EEG, PET, ಮತ್ತು fmRI ಮುಂತಾದ ಸುಧಾರಿತ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಯ ಮೆದುಳಿನ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ಮೆದುಳಿನ ಜನರ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ನಂತರ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಿರಿ.

ವಿಕಾಸ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಿಂದ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದವರೆಗೆ ವಿವಿಧ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುವ ದೈಹಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವಿಂದು ಏನಾಗಿರುವೆವೋ ಅದು ಹೇಗಾಗಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದು ವಿಕಾಸ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಕಾಳಜಿಯಾಗಿದೆ. ಹಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಮತ್ತು ಹದಿಹರೆಯದವರ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತು ನೀಡಲಾಯಿತು. ಅದಾಗಿಯೂ ಇಂದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ವಿಕಾಸ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಯಸ್ಕರ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸಾದವರ ಬಗ್ಗೆ ಬಲವಾದ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು, ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ, ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕತೆ, ಸಂವೇಗ, ಮನೋಧರ್ಮ, ನೈತಿಕತೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳಂತಹ ಮಾನಸಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಜೈವಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ – ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ವಿಕಾಸ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಮಾನವ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು, ಶಿಕ್ಷಣ ತಜ್ಞರು, ನರವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಸಮಾಜ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ಆಪ್ತಸಲಹೆಗಾರರು ಮತ್ತು ಮಾನವನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ಇರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಶಾಖೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಜನರು ತಮ್ಮ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಸರದಿಂದ ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ? ಜನರು ಹೇಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇತರರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರಿಶೋಧಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಳು ಅಧಿಕಾರಕ್ಕಾಗಿ ಅನುಸರಣೆ, ಮತ್ತು ವಿಧೇಯತೆ, ಅಂತರ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಆಕರ್ಷಣೆ, ಸಹಾಯಕವಾದ ನಡವಳಿಕೆ, ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹ, ಆಕ್ರಮಣಶೀಲತೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ, ಅಂತರ್‌ಗುಂಪಿನ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮತ್ತು ಮುಂತಾದ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಅಡ್ಡ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ವರ್ತನೆ, ಆಲೋಚನೆ, ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯು ಮಾನವ ಜೈವಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಪ್ರತಿಫಲವಲ್ಲದೆ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಫಲಿತಾಂಶವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅದು ಊಹಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅದರ ಸಾಮಾಜಿಕ–ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬೇಕು. ಈ ಪುಸ್ತಕದ ವಿವಿಧ ಅಧ್ಯಾಯಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಮಾನವ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಹಲವು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯು ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತದೆ.

ಪರಿಸರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ತಾಪಮಾನ, ಆರ್ದ್ರತೆ, ಮಾಲಿನ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿ ವಿಕೋಪಗಳಂತಹ ಭೌತಿಕ ಅಂಶಗಳ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ, ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದ ಭೌತಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಗಳ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಸಹ ತನಿಖೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ತ್ಯಾಜ್ಯವಿಲೇವಾರಿ, ಜನಸಂಖ್ಯಾ ಸ್ಫೋಟ, ಶಕ್ತಿಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ, ಸಮುದಾಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಸಮರ್ಥ ಬಳಕೆ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿನ ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಂಶೋಧನೆಯ ವಿಷಯಗಳಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಮಾನವ ವರ್ತನೆಯ ಕಾರ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದೆ.

ಆರೋಗ್ಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಂಶಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒತ್ತಡ, ಆತಂಕ), ಖಾಯಿಲೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಆಸಕ್ತಿಕರ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳೆಂದರೆ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧ, ರೋಗಿಯ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯರ ಸಂಬಂಧ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ವೃದ್ಧಿಸುವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳಾಗಿವೆ.

ನೈದಾನಿಕ ಮತ್ತು ಆಪ್ತಸಲಹಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಆತಂಕ, ಖಿನ್ನತೆ, ಆಹಾರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಮಾದಕ ವ್ಯಸನದಂತಹ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳ ಕಾರಣಗಳು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಸಂಬಂಧಿತ ಕ್ಷೇತ್ರವೆಂದರೆ ಆಪ್ತಸಲಹೆ. ಇದು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಮತ್ತು ಸವಾಲಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ

ನಿಭಾಯಿಸಲು ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ದೈನಂದಿನ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ನೈದಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಕಾರ್ಯವು ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಆಪ್ತ ಸಲಹಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಯು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕಡಿಮೆ ಗಂಭೀರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಜನರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅನೇಕ ನಿದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಾಲೋಚನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿ ಯೋಜನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ನೈದಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಂತೆ, ಮನೋವೈದ್ಯರೂ ಸಹ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳ ಕಾರಣಗಳು, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನೈದಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ಮನೋವೈದ್ಯರು ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನರಾಗಿದ್ದಾರೆ? ಒಬ್ಬ ನೈದಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಯು ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯಿಂದ ಬಳಲುವ ಜನರಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವಲ್ಲಿ ತೀವ್ರವಾದ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಪದವಿ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾನೆ. ಇದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಮನೋವೈದ್ಯರು ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ವರ್ಷಗಳ ವಿಶೇಷ ತರಬೇತಿಯೊಂದಿಗೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪದವಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೆಂದರೆ, ಮನೋವೈದ್ಯರು ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬಹುದು ಆದರೆ ನೈದಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಕೈಗಾರಿಕಾ/ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಉದ್ಯೋಗ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆ ಯೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತದೆ. ಕಾರ್ಮಿಕರು ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ನೇಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಸ್ಥೆ ಎರಡರ ಮೇಲೂ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರಿಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಕೈಗಾರಿಕಾ/ ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಉದ್ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲು, ಕೆಲಸದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಸುಧಾರಿಸಲು, ಉದ್ಯೋಗಿಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿರ್ವಾಹಕರು ಮತ್ತು ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂವಹನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಹೊಸ ನಿರ್ವಹಣಾ ರಚನೆಯನ್ನು ಕಂಪನಿಯು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುವುದು. ಕೈಗಾರಿಕಾ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಎಲ್ಲಾ ವಯಸ್ಸಿನ ಜನರು ಹೇಗೆ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮತ್ತು ಉದ್ಯೋಗ ಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಜನರಿಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲು ಬಳಸುವ ಸೂಚನಾ ವಿಧಾನಗಳ ಮತ್ತು ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ, ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಷಯಗಳ ಕುರಿತಾದ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕ್ಷೇತ್ರ **ಶಾಲಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ.** ವಿಶೇಷ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಮಕ್ಕಳ ಬೌದ್ಧಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸುವುದರ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರು ಶಾಲಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಕ್ರೀಡಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಅವರ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಮೂಲಕ ಕ್ರೀಡಾ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ ಕ್ರೀಡಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹೊಸ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿದೆ ಆದರೆ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಸ್ವೀಕಾರ ಪಡೆಯುತ್ತಿದೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಇತರ ಉದಯೋನ್ಮುಖ ಶಾಖೆಗಳು

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯದ ಮೇಲಿನ ಅಂತರ್ ಕ್ಷೇತ್ರಿಯ ಗಮನವು ಕೆಲವನ್ನು ಹೆಸರಿಸಬೇಕೆಂದರೆ, ವಾಯುಯಾನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಸೈನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ವಿಧಿವಿಜ್ಞಾನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಗ್ರಾಮೀಣ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ತಾಂತ್ರಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಸಮುದಾಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಮಹಿಳೆಯರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಮತ್ತು ರಾಜಕೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಂತಹ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಬಿಂಬಿಸಲು ಚಟುವಟಿಕೆ 1.3 ಅನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 1.3

ನೀವು ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿ ಓದಿದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾದ ಪಟ್ಟಿಯ ಮೂಲಕ ಅವುಗಳನ್ನು 1 (ಅತ್ಯಂತ ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ) ರಿಂದ 11 (ಕನಿಷ್ಠ ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ) ದವರೆಗೆ ಶ್ರೇಣಿಕರಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗಿ.

ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ಜೈವಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ವಿಕಾಸ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ಅಡ್ಡ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ಪರಿಸರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ಆರೋಗ್ಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ನೈದಾನಿಕ ಮತ್ತು ಆಪ್ತಸಲಹಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ಕೈಗಾರಿಕಾ/ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ
ಕ್ರೀಡಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ

ಈ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದುತ್ತಾ ಪಠ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ನಂತರ ನೀವು ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಲು ಬಯಸಬಹುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಶ್ರೇಯಾಂಕದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯಿಕ ವಿಷಯಗಳು (Psychology and Other Disciplines)

ಹಿಂದಿನ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿವಿಧ ಶಾಖೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ಕಲ್ಪನೆ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ನೀವು ಸರಳವಾದ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿದರೆ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಉತ್ತರವೆಂದರೆ, ಅವರು ವಿವಿಧ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಅವರು ಹಲವಾರು ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿಯೂ ನೀವು ಅವರ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ ಅವರು ಮೂಲತಃ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತೊಂದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಅನ್ವಯ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯಕ್ಕೆ ನಿರ್ದೇಶನ ಒದಗಿಸುವ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ಯಾವುವು? ಅಂತಹ ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳಿವೆ ನಾವು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವುಗಳ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿ ಹರಿಸುತ್ತೇವೆ.

ವಿಷಯ 1. ಇತರ ವಿಜ್ಞಾನಗಳಂತೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿನ ಮುಖ್ಯ ಕಾಳಜಿ ಎಂದರೆ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಘಟನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ವಿವರಣೆಯಾಗಿದೆ. ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಇತರ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಂತೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಂತೆಯೇ, ಇವರು ದತ್ತಾಂಶದಿಂದ ಬೆಂಬಲಿತವಾದ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಮಾನಸಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಿತ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು ಇದರ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ. ಅಂತಹ ಅಧ್ಯಯನಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮಾಡಲಾದ ತೀರ್ಮಾನಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ, ತುಲನಾತ್ಮಕ, ಶಾರೀರಿಕ, ವಿಕಾಸಾತ್ಮಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ, ಭೇದಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಅಪಸಾಮಾನ್ಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೂಲ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಸಂಶೋಧನಾ ವಿಷಯಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಗ್ರಹಿಕೆ, ಕಲಿಕೆ, ಸ್ಮೃತಿ, ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೇರಣೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ತಮ್ಮ ವಿಚಾರಣೆಯ ವಿಧಾನವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಆದರೆ ಶಾರೀರಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈ ವರ್ತನೆಗಳ ಶಾರೀರಿಕ ಆಧಾರಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ವಿಕಾಸ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮಾನವನ ಜೀವನದ ಆರಂಭದಿಂದ ಅದರ ಅಂತ್ಯದವರೆಗೆ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿನ ಗುಣಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾಣಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಆದರೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯ ಅಧ್ಯಯನದ ಮೇಲೆ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ವಿಷಯ 2. ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯು, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಕರ್ಟ್ ಲೆವಿನ್‌ರವರು B=f (P,E) – ಎಂಬ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಸಮೀಕರಣವನ್ನು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದರು. ಇದು ವರ್ತನೆಯೂ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮತ್ತು ಅವಳ/ ಅವನ ಪರಿಸರದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮೀಕರಣವು ನಮಗೆ ಸರಳವಾಗಿ ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ, ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಅನುವಂಶಿಕ ಕೊಡುಗೆಗಳು ಮತ್ತು ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಅನುಭವಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಅವರ ವಿವಿಧ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಹಾಗೂ ಅವರು ಇರುವ ಪರಿಸರದ ಕಾರಣದಿಂದ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಪರಿಸರವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಗ್ರಹಿಸಿದ ಅಥವಾ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತೆ ಪರಿಕಲ್ಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮಾನಸಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿದರೆ, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಇಬ್ಬರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಒಂದೇ ರೀತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಅವು ಅವರ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಆಸಕ್ತಿ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಅಭಿರುಚಿಗಳು ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಅಂತಹ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅಳೆಯಲು ಮಾನಸಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲಾಯಿತು. 19ನೇ ಶತಮಾನದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು 20ನೇ ಶತಮಾನದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನಹರಿಸಿದ ಭೇದಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿತ್ತು ಮತ್ತು ಪ್ರವರ್ಧಮಾನಕ್ಕೆ ಬಂದಿತು. ಅದರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವು ಇನ್ನೂ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಉಳಿದಿವೆ. ಮೂಲ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿವೆ. ಅವು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಭಾವಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನಂಬುತ್ತಾರೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಪರಿಸರದ ಅಂಶಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಲೂ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆ ಎಂದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಮಾನವ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ವಿಕಾಸವಾದದ ಸಿದ್ಧಾಂತಿಗಳು ಮತ್ತು ಜೀವಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವಾಗಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿ – ಪರಿಸರದ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ವಿವಿಧ ಮಾನಸಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳ ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದ್ದರು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮಾನವ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುವಲ್ಲಿ ಅನುವಂಶೀಯತೆ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ಸಾಪೇಕ್ಷ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ.

ವಿಷಯ 3. ಕಾರಣವೇ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆ

ಅನೇಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಎಲ್ಲಾ ಮಾನವ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಆಂತರಿಕ (ಜೀವಿಗಳಿಗೆ) ಅಥವಾ ಬಾಹ್ಯ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಕಾರಣಗಳ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಬಹುದು ಎಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ವಿವರಣೆಗಳು ಎಲ್ಲಾ ವಿಜ್ಞಾನಗಳಿಗೆ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಯಾವುದೇ ಊಹೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವರ್ತನೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರಾದರೂ, X ಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ Y ನಂತರ ಸರಳ ರೇಖಾತ್ಮಕ ವಿವರಣೆಗಳು ನಿಜವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದೂ ಅವರು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ವರ್ತನೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಕಾರಣವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯು ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕಗಳ ಗುಂಪನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ. ವರ್ತನೆಯು ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದಾಗ, ವರ್ತನೆಯ ಒಂದು ಕಾರಣವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ ಎಂದು ಅರ್ಥ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಸ್ವತಃ ಮತ್ತೊಂದು ಚಲಕದಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದು, ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಬೇರೆ ಕೆಲವು ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ವಿಷಯ 4. ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾಗಿ ರಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಇದು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು ಮತ್ತು ಮಾದರಿಗಳು ಯುರೋ –ಅಮೆರಿಕನ್ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿವೆ ಎಂದು ನಂಬುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಇದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಆದ್ದರಿಂದ ಇತರ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿನ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಜಾಗತಿಕ ಎಂದು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಿರುವ ಯುರೋ ಅಮೆರಿಕನ್

ವಿಧಾನಗಳನ್ನು, ಏಷ್ಯಾ – ಆಫ್ರಿಕಾ ಮತ್ತು ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಅಮೆರಿಕಾದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿಮರ್ಷಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಪುರುಷ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಾದಿಸುವ ಸ್ತ್ರೀವಾದಿಗಳು ಇದೇ ರೀತಿ ವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಸ್ತ್ರೀ ಎರಡು ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸುವ ಆಡು ಭಾಷೆಯ ವಿಧಾನದ ಪರವಾಗಿ ಅವರು ವಾದಿಸುತ್ತಾರೆ.

ವಿಷಯ 5. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತತ್ವಗಳ ಅನ್ವಯದ ಮೂಲಕ ಮಾನವ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಪಡಿಸಬಹುದು.

ಕೆಲವು ಘಟನೆಗಳನ್ನು ದೈಹಿಕ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಹೇಗೆ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಏಕೆ ತಿಳಿಯಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ? ಮಾನವ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವ ಅಥವಾ ಸುಧಾರಿಸುವ ಅವರ ಬಯಕೆಯಿಂದ ಅವರ ಕಾಳಜಿ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕೂಡ ತಮ್ಮಿಂದ ರಚಿತವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸುವಾಗಲು ಅದನ್ನೇ ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಹಲವು ವೇಳೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವ ಕೆಲವು ಕಷ್ಟಗಳು ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ, ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಜನರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಈ ಅನ್ವಯಿಕ ಪಾತ್ರವೂ ಇತರ ಸಮಾಜ ವಿಜ್ಞಾನ ವಿಷಯಗಳಿಗಿಂತ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅದರ ತತ್ವಗಳ ಅನ್ವಯಿಕ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವಿಚಾರವನ್ನು ಜನರ ಜೀವನದ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ತಂದಿದೆ. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಈ ಪಾತ್ರವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸ್ವತಃ ಒಂದು ವಿಷಯವಾಗಿ ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಹಲವಾರು ಸ್ವತಂತ್ರ ಶಾಖೆಗಳು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿವೆ. ಇದು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ವಾಸ್ತವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಕೈಗಾರಿಕಾ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಥಿಕ, ನೈದಾನಿಕ ಸೇವೆಗಳು, ಶಿಕ್ಷಣ, ಪರಿಸರ, ಆರೋಗ್ಯ, ಸಮುದಾಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಕೈಗಾರಿಕಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ನೈದಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ತಾಂತ್ರಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಗುಂಪುಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಘಗಳಿಗೆ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಸುವಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಕೆಲವು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತವೆ.

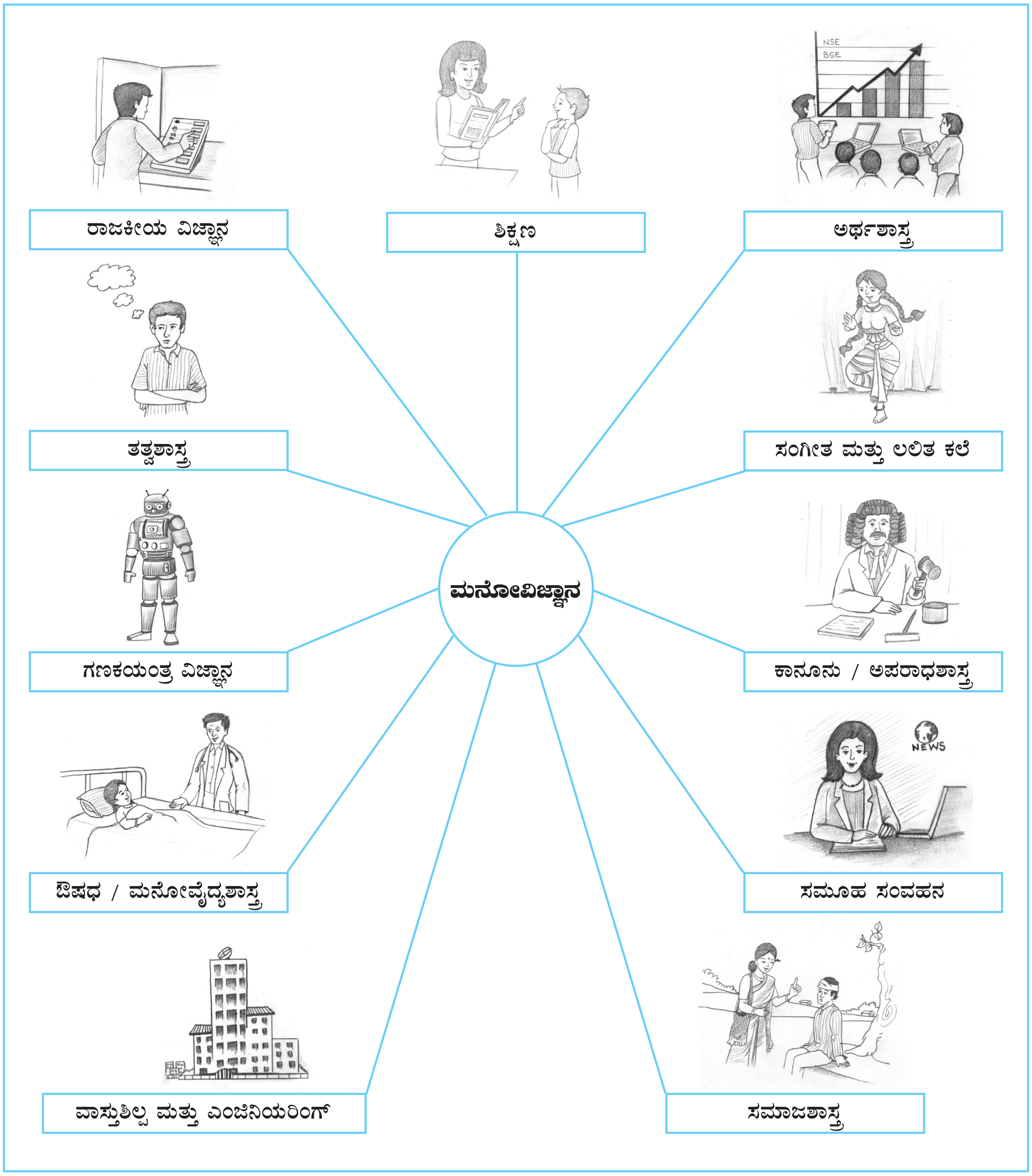
ಮೂಲ v/s ಅನ್ವಯಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ

ಮೂಲ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲಾದ ಈ ಅಂಶವು ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ವಿಶಾಲ ಕಾಳಜಿಯ ಮೇಲೆ ಹೊತ್ತು ನೀಡುವ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಎಂದು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯದ ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ ಬಿರುಕು ಇಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮೂಲ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಅನ್ವಯದ ಆಧಾರವನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ತತ್ವಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ಪಡೆದ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು ಮತ್ತು ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನ್ವಯಿಸಬಹುದಾದ ವಿಭಿನ್ನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಅನ್ವಯಿಕ ವರ್ಗದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಉಪಕ್ರಮಿಸಿದ ಅಥವಾ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದೆ. ವಿಭಿನ್ನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಬೇಡಿಕೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಹಿಂದಿನ ದಶಕಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಸಂಶೋಧನೆ ಆಧಾರಿತ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಅನೇಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಅನ್ವಯಿಕ ಆಧಾರಿತವಾಗಿ ಬದಲಾಗಿವೆ. ಅನ್ವಯಿಕ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಅನ್ವಯಿಕ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯಿಕ ವಿಕಾಸ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಂತೆ ಹೊಸದಾದ ಉದಯೋನ್ಮುಖ ವಿಭಾಗಗಳು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮೂಲತಃ ನಿಸರ್ಗದಲ್ಲಿ ಅನ್ವಯಿಸುವ ಮತ್ತು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಅನ್ವಯಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯದ ನಡುವೆ ತೋರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಮೂಲಭೂತ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ. ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಪರಸ್ಪರ ಅಂತರ್ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿವೆ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಬಲವರ್ಧನೆಗಳಾಗಿವೆ. ಅವುಗಳ ಪರಸ್ಪರ ಸಂವಹನಗಳು ಮತ್ತು ಒಂದಕ್ಕೊಂದರ ಮೇಲಿನ ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಪ್ರಭಾವಗಳು ಎಷ್ಟು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿವೆ ಎಂದರೆ, ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಶಾಖೆಗಳು ತಮ್ಮ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಹೊತ್ತು ನೀಡುತ್ತಿವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಹಿಂದೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಹಿತಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದ ಕೆಲವನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಬೇಕೆಂದರೆ, ಪರಿಸರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ನಿಸರ್ಗಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಅಡ್ಡಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಜೈವಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶಯಾನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಗಳು ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯಿಕ ಹೊಸ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಾಗಿ ಬಂದಿವೆ. ಈ ಹೊಸ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಹಿಂದೆಂದಿಗಿಂತಲೂ ಸಂಶೋಧಕರ ಕಡೆಯಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸಂಶೋಧನಾ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಇತರ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು

ಜನರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ಯಾವುದೇ ಕ್ಷೇತ್ರವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಜ್ಞಾನದ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಹ, ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಇತರ ವಿಭಾಗಗಳ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ಅಂಗೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಂತರ್‌ಕ್ಷೇತ್ರೀಯ ವಿಧಾನದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ವಿಜ್ಞಾನ, ಸಮಾಜವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮಾನವಿಕಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕರು ಮತ್ತು ವಿದ್ವಾಂಸರು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿ ಭಾವಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಚಿತ್ರ 1.1 ಇತರ ವಿಭಾಗಗಳೊಡನೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ಮೆದುಳು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ತನ್ನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನರವಿಜ್ಞಾನ, ಶರೀರಶಾಸ್ತ್ರ, ಜೀವಶಾಸ್ತ್ರ, ಔಷಧ ಮತ್ತು ಗಣಕಯಂತ್ರ ವಿಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ–ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು (ಅದರ ಅರ್ಥ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸ) ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ತನ್ನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮಾನವ ಶಾಸ್ತ್ರ, ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯ, ರಾಜಕೀಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅರ್ಥ ಶಾಸ್ತ್ರದೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದೆ. ಸಾಹಿತ್ಯ ಪಠ್ಯಗಳು, ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ನಾಟಕಗಳ ರಚನೆಯಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಸಾಹಿತ್ಯ, ಕಲೆ ಮತ್ತು ಸಂಗೀತದೊಂದಿಗೆ ತನ್ನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ವಿಭಾಗಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ.



ಚಿತ್ರ. 1.1 : ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಇತರ ವಿಭಾಗಗಳು

ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರ : 19ನೇ ಶತಮಾನದ ಅಂತ್ಯದವರೆಗೆ, ಈಗ ಸಮಕಾಲಿನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಭಾಗವಾಗಿರುವ ಕೆಲವು ಆಸಕ್ತಿಗಳು ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಭಾವ ಅಥವಾ ಮಾನವರು ತಮ್ಮ ಪ್ರೇರಣೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ತತ್ವಜ್ಞಾನಿಗಳ ಆಸಕ್ತಿಕರ ವಿಷಯವಾಗಿತ್ತು. 19ನೇ ಶತಮಾನದ ನಂತರದಲ್ಲಿ ವೂಂಟ್ ಮತ್ತು ಇತರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡರು ಮತ್ತು ಸಮಕಾಲೀನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿತು. ವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಪರಹೊಮ್ಮುವಿಕೆಯ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಇದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ, ತಿಳುವಳಿಕೆ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ಮಾನವ ಸ್ವಭಾವದ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರದಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಸೆಳೆದಿದೆ.

ಔಷಧಿ: ಗರಿಷ್ಠ ಆರೋಗ್ಯ ದೇಹಕ್ಕೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮನಸ್ಸು ಬೇಕು ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ನಿಜ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು ಈಗ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನು ನೇಮಿಸಿಕೊಂಡಿವೆ. ಜನರ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲಿನ ಅಪಾಯಕಾರಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತಡೆಯುವಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದ ನಿಗದಿತ ಪಥ್ಯಗಳಿಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಪಾತ್ರ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯಗಳು ಎರಡು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿಸಿವೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಏಡ್ಸ್ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ನ್ಯೂನ್ಯತೆಯ ಅಥವಾ ತೀವ್ರನಿಘಾ ಘಟಕದಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಮತ್ತು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರದ ಆರೈಕೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ ಅಗತ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ಸಹ ಭಾವಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಯಶಸ್ವಿ ವೈದ್ಯರು ರೋಗಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೆಯೇ ದೈಹಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾರೆ.

ಅರ್ಥಶಾಸ್ತ್ರ, ರಾಜಕೀಯ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರ

ಸಮಾಜ ವಿಜ್ಞಾನದ ಸಹೋದರಿ ವಿಭಾಗಗಳಂತೆ ಈ ಮೂರು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಿಂದ ಗಣನೀಯವಾದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿವೆ. ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಉತ್ಕೃಷ್ಟಗೊಳಿಸಿವೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದ ಆರ್ಥಿಕ ವರ್ತನೆಯ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಿದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಗ್ರಾಹಕರ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ, ಉಳಿತಾಯದ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ, ಆರ್ಥಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಊಹಿಸಲು ಅಮೇರಿಕಾ ಅರ್ಥಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಗ್ರಾಹಕರ ಭಾವನೆಗಳ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಬಳಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಮೇಲೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿದ ಮೂವರು ವಿದ್ವಾಂಸರು ನೊಬೆಲ್ ಬಹುಮಾನ ಪಡೆದರು. ಅವರುಗಳೆಂದರೆ, ಎಚ್ ಸೈಮನ್, ಡಿ ಕನ್ಹೆಮನ್ ಮತ್ತು ಟಿ ಶೆಲ್ಲಿಂಗ್. ಅರ್ಥಶಾಸ್ತ್ರದಂತೆಯೇ, ರಾಜಕೀಯ ವಿಜ್ಞಾನವು ಸಹ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಿಂದ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಪಡೆದಿದೆ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಅಧಿಕಾರದ ಬಳಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ರಾಜಕೀಯ ಘರ್ಷಣೆಗಳ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ತೀರ್ಮಾನಗಳು, ಮತದಾನದ ವರ್ತನೆ. ವಿಭಿನ್ನ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಮರೆತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಾಜ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾಜೀಕರಣ, ಗುಂಪು ಮತ್ತು ಸಾಮೂಹಿಕ ವರ್ತನೆ, ಅಂತರ್‌ಗುಂಪು ಘರ್ಷಣೆಗಳಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಈ ಎರಡು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತವೆ.

ಗಣಕಯಂತ್ರ ವಿಜ್ಞಾನ: ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಗಣಕಯಂತ್ರ ವಿಜ್ಞಾನದ ಪ್ರಯತ್ನವೂ ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅನುಕರಣೆ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಇತ್ತು. ಗಣಕ ಯಂತ್ರ ಹೇಗೆ ರಚನೆಯಾಗಿದೆ. ಅದರ ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅನುಕ್ರಮ ಮತ್ತು (ಸಮಾನಾಂತರ ಎಂದು ಓದಿ), ಮಾಹಿತಿ ಸಂಸ್ಕರಣೆಯಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಗಣಕಯಂತ್ರ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿಯಂತರರು, ಗಣಕಯಂತ್ರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಾಗಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಗ್ರಹಿಸುವ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸುವ ಯಂತ್ರಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಎರಡೂ ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿವೆ.

ಕಾನೂನು ಮತ್ತು ಅಪರಾಧ ಶಾಸ್ತ್ರ. ಒಬ್ಬ ನುರಿತ ವಕೀಲರು ಮತ್ತು ಅಪರಾಧ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಿಗೆ ಇಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ವಿಜ್ಞಾನ ಜ್ಞಾನದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಅಪಘಾತ, ಬೀದಿ ಕಾಳಗ ಅಥವಾ ಕೊಲೆಯನ್ನು ಸಾಕ್ಷಿ ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ? ನ್ಯಾಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಸಾಕ್ಷಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಅಂತಹ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ವರದಿ ಮಾಡಬಹುದು? ತೀರ್ಪುಗಾರರ ನಿರ್ಧಾರದ ಮೇಲೆ ಯಾವ ಅಂಶಗಳು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ? ಅಪರಾಧ ಮತ್ತು ಸುಳ್ಳಿನ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಚಿಹ್ನೆಗಳಾವುವು? ಅಪರಾಧಿಗಳನ್ನು ಆಕೆಯ/ಅವನ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಜವಾಬ್ದಾರರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ? ಕೇವಲ ಅಪರಾಧ ಕೃತ್ಯಕ್ಕೆ ಯಾವ ಪ್ರಮಾಣದ ಶಿಕ್ಷೆ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ? ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಅನೇಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಇಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ, ಇವುಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ದೇಶದ ಕಾನೂನು ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಸಮೂಹ ಸಂವಹನ: ಮುದ್ರಣ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುನ್ಮಾನ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ದೊಡ್ಡ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದೆ. ಅವು ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆ ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಮುಖ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಹತ್ತಿರ ತಂದಿದ್ದರೆ ಅವು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ವೈವಿಧ್ಯತೆಗಳನ್ನೂ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿವೆ. ಮಕ್ಕಳ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಅವರ ನಡವಳಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಮಾಧ್ಯಮದ ಪ್ರಭಾವವು ಎರಡು ವಿಭಾಗಗಳು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರುವ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಸಹ ಉತ್ತಮ ಹಾಗೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಂವಹನಕ್ಕಾಗಿ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವ ಪತ್ರಕರ್ತನು ಕಥೆಯಲ್ಲಿ ಓದುಗರ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಥೆಗಳು ಮಾನವ ಘಟನೆಯೊಂದಿಗೆ ವಿವರಿಸುವುದರಿಂದ ಅವರ ಪ್ರೇರಣೆಗಳ ಜ್ಞಾನವು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿವೆ. ಒಂದು ಕಥೆಯು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಒಳನೋಟದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯನ್ನು ಆದರಿಸಿದ್ದರೆ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ.

ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಲಲಿತ ಕಲೆಗಳು: ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಅನೇಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮುಖವಾಗಿವೆ. ಕೆಲಸದ ಕಾರ್ಯ ಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಂಗೀತವನ್ನು ಬಳಸಿದ್ದಾರೆ. ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಹಲವಾರು ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದ ಮತ್ತೊಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸಂಗೀತಗಾರರು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಂಗೀತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದು ಕರೆಯುವ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಇದರಲ್ಲಿ ಅವರು ಕೆಲವು ದೈಹಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ವಿವಿಧ ರಾಗಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಸಂಗೀತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವವು ಇದಿನ್ನು ಸಾಬೀತಾಗಬೇಕಾಗಿದೆ.

ವಾಸ್ತುಶಿಲ್ಪ ಮತ್ತು ತಾಂತ್ರಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ : ಮೊದಲ ನೋಟದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಾಸ್ತುಶಿಲ್ಪ ಮತ್ತು ತಾಂತ್ರಿಕ ವಿಧಾನಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧ ಅಸಂಭವ ಎಂದು ತೋರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಹಾಗಲ್ಲ. ಯಾವುದೇ ವಾಸ್ತುಶಿಲ್ಪಿಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ, ಆಕೆಯ ವಿನ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅವಳು ಅವರ ಗ್ರಾಹಕರನ್ನು ಮತ್ತು ಕಲಾತ್ಮಕ ಅವಧಿ ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸಬೇಕು. ತಾಂತ್ರಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕೂಡ ತಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷಿತ ಯೋಜನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನವ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ರಸ್ತೆಗಳು ಮತ್ತು ಹೆದ್ದಾರಿಗಳಲ್ಲಿ, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಜ್ಞಾನವು ಎಲ್ಲಾ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಸಾಧನಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶನಗಳ ವಿನ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಒಟ್ಟಾರೆ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮಾನವ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಜ್ಞಾನದ ಅನೇಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಛೇದಕದಲ್ಲಿದೆ.

ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ (Psychology in Everyday Life)

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮಾನವ ಸ್ವಭಾವದ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಕೆಲವು ಕುತೂಹಲಗಳನ್ನು ತಣಿಸುವ ವಿಷಯ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಇದು ವಿವಿಧ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ನೀಡುವ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಮೇಲಿನ ಚರ್ಚೆಯು ಸ್ಪಷ್ಟ ಪಡಿಸಿರಬಹುದು. ಇವುಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಗಳು ಮದ್ಯವ್ಯಸನಿ ತಂದೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು ಅಥವಾ ತಾಯಿ ಸಮಸ್ಯಾತ್ಮಕ ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಎದುರಿಸುವುದು. ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಬೇರೂರಿರುವಂತಹವುಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರ ನಡುವೆ ಸಂವಹನ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯ ಕೊರತೆ, ಅಥವಾ ದೊಡ್ಡ ಗುಂಪು ಅಥವಾ ಸಮುದಾಯದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಭಯೋತ್ಪಾದಕರ ಗುಂಪುಗಳು ಅಥವಾ ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಸಮುದಾಯಗಳು) ಅಥವಾ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಥವಾ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಶಿಕ್ಷಣ, ಆರೋಗ್ಯ, ಪರಿಸರ, ಸಾಮಾಜಿಕ ನ್ಯಾಯ, ಮಹಿಳಾ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ, ಅಂತರ್‌ಗುಂಪು ಸಂಬಂಧಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿವೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಪರಿಹಾರವು ರಾಜಕೀಯ, ಆರ್ಥಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸುಧಾರಣೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಳ್ಳಬಹುದಾದರೂ, ಬದಲಾವಣೆಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಗಳು ಸಹ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವು ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ ಮತ್ತು ಅವು ನಮ್ಮ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಆಲೋಚನೆ, ಜನರೊಡಗಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವರ್ತನೆ, ಸ್ವಯಂ ಮತ್ತು ಅನಪೇಕ್ಷಿತ ವರ್ತನೆಯ ಮಾದರಿಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಮಾನಸಿಕ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯು, ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಆಳವಾದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಹೊಂದಲು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಜೀವನದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿವೆ. ದೂರದರ್ಶನದ ಆಪ್ತ ಸಲಹೆಗಾರರು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಕರು, ಮಕ್ಕಳ, ಹದಿಹರೆಯದವರ, ವಯಸ್ಕರ ಮತ್ತು ವೃದ್ಧರಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿವಿಧ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿರಬಹುದು. ಸಾಮಾಜಿಕ ಬದಲಾವಣೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ, ಜನಸಂಖ್ಯೆ, ಬಡತನ, ಪರಸ್ಪರ ಅಥವಾ ಗುಂಪು ಹಿಂಸಾಚಾರ, ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ಅವನತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಮುಖ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅವರು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದನ್ನು ಸಹ ನೀವು ಕಾಣಬಹುದು. ಅನೇಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈಗ ಜನರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಜೀವನವನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಶಾಲೆಗಳು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು, ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳು, ಕಾರಾಗೃಹಗಳು, ವ್ಯಾಪಾರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಮಿಲಿಟರಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಖಾಸಗಿ ಸಲಹಾಗಾರರಾಗಿ ಜನರಿಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಆಯಾ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಆಶ್ಚರ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಇತರರಿಗೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಜ್ಞಾನವು ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತವೆನಿಸಿದೆ. ಈ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೀವು ಕಲಿಯುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ತತ್ವಗಳು ಮತ್ತು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಳಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬಾ ಹೆಚ್ಚು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ನಡವಳಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇತರ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ತಗ್ಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ, ಎರಡು ಸಂದರ್ಭಗಳೂ ನಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಅನುಮತಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಥವಾ ಸಮತೋಲಿತ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಸೂಕ್ತವಾದ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಉತ್ತಮ ಅಧ್ಯಯನದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಧನಾತ್ಮಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ತಗ್ಗಿಸಲು ಸಹ ನೀವು ಇದನ್ನು ಬಳಸುವಿರಿ. ಹೀಗಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಜ್ಞಾನವು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಿಂದ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು

ವರ್ತನೆ, ವರ್ತನಾವಾದ, ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ, ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನ, ಪ್ರಜ್ಞಾವಸ್ಥೆ, ರಚನಾತ್ಮಕತೆ, ವಿಕಾಸ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕವಾದ, ಸಮಗ್ರ, ಸಮಗ್ರಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಮಾನವತಾವಾದ, ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ, ಮನಸ್ಸು, ಶಾರೀರಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣೆ, ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರ, ಪ್ರಚೋದನೆ, ರಚನಾತ್ಮಕವಾದ.

ಸಾರಾಂಶ

- ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಗಳು, ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಆಧುನಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮತ್ತು ಹಾಗೆಯೇ ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಮಾನಸಿಕ ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಶಾಲೆಗಳು, ರಚನಾತ್ಮಕವಾದ, ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕವಾದ, ವರ್ತನವಾದ, ಸಮಗ್ರವಾದ, ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣೆ, ಮಾನವತವಾದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ.
- ಸಮಕಾಲಿನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಬಹುಧ್ವನಿಯಾಗಿದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುವ, ಅನೇಕ ವಿಧಾನಗಳು ಅಥವಾ ವೈವಿದ್ಯಮಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಈ ವಿಧಾನಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾನವ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಒಳನೋಟಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನವು, ಆಲೋಚನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವತ್ವ ವಿಧಾನವು, ಮಾನವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಯಲು ಉತ್ಪಾದಕವಾಗಲು ಮತ್ತು ಮಾನವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ಬಯಕೆಯಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.
- ಇಂದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು ಮತ್ತು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಅನೇಕ ವಿಶೇಷ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಕೆಲವು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳೆಂದರೆ, ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಜೈವಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಆರೋಗ್ಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ವಿಕಾಸ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮತ್ತು ಶಾಲಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ನೈದಾನಿಕ ಮತ್ತು ಆಪ್ತಸಲಹಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಪರಿಸರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಕೈಗಾರಿಕೆ/ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಕ್ರೀಡಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ.
- ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವಾಸ್ತವದ ಬಗ್ಗೆ ಉತ್ತಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಬಹು/ ಅಂತರ್ಕ್ಷೇತ್ರಿಯ ಉಪಕ್ರಮವನ್ನು ಹೊಂದುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಾದ್ಯಂತ ಸಹಯೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಬಗೆಗಿನ ಆಸಕ್ತಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಗಳನ್ನು ಅತಿಕ್ರಮಿಸಿವೆ. (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಅರ್ಥಶಾಸ್ತ್ರ, ರಾಜಕೀಯ ವಿಜ್ಞಾನ, ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರ), ಜೈವಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ (ನರವಿಜ್ಞಾನ, ಶರೀರಶಾಸ್ತ್ರ, ಔಷಧ). ಸಮೂಹ ಸಂವಹನ ಮತ್ತು ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಲಲಿತ ಕಲೆಗಳು. ಅಂತಹ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅನ್ವಯವನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಕಾರಣವಾಗಿವೆ.
- ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಕೇವಲ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ಜ್ಞಾನದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಶಾಲೆಗಳು, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು, ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳ ತರಬೇತಿ ಸಂಸ್ಥೆ, ಮಿಲಿಟರಿ ಮತ್ತು ಸರ್ಕಾರಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನು ನೇಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಹಲವರು ಖಾಸಗಿಯಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಸಲಹೆಗಾರರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

1. ವರ್ತನೆ ಎಂದರೇನು? ಆಂತರಿಕ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ವರ್ತನೆಯ ಉದಾಹರಣೆ ಕೊಡಿ.
2. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಜನಪ್ರಿಯ ಕಲ್ಪನೆಗಳಿಂದ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಬಹುದು?
3. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಕಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವಿವರಣೆ ನೀಡಿ.
4. ಇತರ ವಿಭಾಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಸಹಯೋಗವು ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಫಲಪ್ರದವಾಗಬಹುದು?
5. ಅ) ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ ಮತ್ತು ಮನೋವೈದ್ಯ. ಬ) ಆಪ್ತ ಸಲಹಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ ಮತ್ತು ನೈದಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ನಡುವೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.
6. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಕೆಲವು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
7. ಪರಿಸರಸ್ನೇಹಿ ನಡುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ಪರಿಸರ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಬಹುದು?
8. ಅಪರಾಧದಂತಹ ಪ್ರಮುಖ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಯಾವ ಶಾಖೆಯು ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಿ? ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಆ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

1. ಮನೋ ವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ವೃತ್ತಿಪರ ಬಗ್ಗೆ ಈ ಅಧ್ಯಾಯವು ನಿಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ವರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸಿ. ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಲಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ. ಸಂಭವನೀಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಈಗಿರಬಹುದು.

   (i) ನಿಮ್ಮ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಅಗತ್ಯ? (ii) ಯಾವ ಕಾಲೇಜು/ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವನ್ನು ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ನೀವು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡುವಿರಿ? (iii) ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಈಗ ಅನೇಕ ಉದ್ಯೋಗಗಳು ಲಭ್ಯವಿದೆಯೇ? (iv) ಕೆಲಸದ ಸಾಮಾನ್ಯ ದಿನವು ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯಗಳಿಲ್ಲವೇ? ಈ ಕೆಲಸದ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿದ್ದು ಯಾವುದು?
   ನಿಮ್ಮ ಸಂದರ್ಶನದ ವರದಿಯನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ.
2. ಗ್ರಂಥಾಲಯ ಅಥವಾ ಪುಸ್ತಕದ ಅಂಗಡಿಗೆ ಹೋಗಿ ಅಥವಾ ಅಂತರ್ಜಾಲದಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಿ. ಕೆಲವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಅನ್ವಯಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುವ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು (ಕಾಲ್ಪನಿಕ/ ಕಾಲ್ಪನಿಕವಲ್ಲದ ಅಥವಾ ಚಲನಚಿತ್ರಗಳು) ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಸಾರಾಂಶವನ್ನು ನೀಡುವ ವರದಿಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ.

ಅಧ್ಯಾಯ 2

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಚಾರಣೆಯ ವಿಧಾನಗಳು
Methods of Enquiry in Psychology

ಈ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ನೀವು ಅರಿಯಲಿರುವ ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು

- ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ವಿವರಿಸುವಿರಿ.
- ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಬಳಸುವ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ದತ್ತಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುವಿರಿ.
- ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ವಿಚಾರಣೆಯ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವಿರಿ.
- ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಚಾರಣೆಯ ಮಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವಿರಿ.

ಕೇವಲ ಕಲ್ಪನೆಯಾಗಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಕಲ್ಪನೆಗಿಂತ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ಬರುವ ಕಲ್ಪನೆಯೂ ಹೆಚ್ಚು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ಗೌತಮ ಬುದ್ಧ

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ

ಪೀಠಿಕೆ
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಚಾರಣೆಯ ಗುರಿಗಳು
ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಹಂತಗಳು
ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪರ್ಯಾಯ ಮಾದರಿಗಳು
ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದತ್ತಾಂಶದ ಸ್ವರೂಪ
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಪ್ರಮುಖವಾದ ವಿಧಾನಗಳು
ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ
ಪ್ರಯೋಗದ ಉದಾಹರಣೆ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 2.1)
ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನ
ಸಹಸಂಬಂಧ ಸಂಶೋಧನಾ ವಿಧಾನ
ಸಮೀಕ್ಷಾ ಸಂಶೋಧನಾ ವಿಧಾನ
ಸಮೀಕ್ಷಾ ಪದ್ಧತಿಯ ಉದಾಹರಣೆ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 2.2)
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು
ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನ
ದತ್ತಾಂಶಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ
ಪರಿಮಾಣಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನ
ಗುಣಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನ
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಚಾರಣೆಯ ಮಿತಿಗಳು
ನೈತಿಕ ಮಿತಿಗಳು
ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು
ಸಾರಾಂಶ
ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
ಯೋಜನಾ ಕಾರ್ಯಗಳು

ಪೀಠಿಕೆ (Introduction)

ನೀವು ಮೊದಲನೆ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವೆಂದರೆ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು, ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದೀರಿ. ನೀವು, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಯಾವ ರೀತಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಕುತೂಹಲರಾಗಿದ್ದೀರಿ. ಯಾವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸುತ್ತಾರೆ? ಎಲ್ಲಾ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಂತೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದನ್ನು, ವಿವರಿಸಲು, ಊಹಿಸಲು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಏನನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಔಪಚಾರಿಕ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ ಅವಲೋಕನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸಂಶೋಧನಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ಬಗೆಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಹಲವಾರು, ಎಲ್ಲವುಗಳನ್ನು ಒಂದೇ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು, ಅವಲೋಕನ, ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ, ಸಹಸಂಬಂಧ ಸಂಶೋಧನ, ಸಮೀಕ್ಷಾ, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು, 'ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನ'ದಂತಹ ಹಲವು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಗುರಿಗೆ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯ ಸ್ವರೂಪ ಹಾಗೂ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಕ್ರಮಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಸಾಧನಗಳು, ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಪರಿಚಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಚಾರಣೆಯ ಗುರಿಗಳು (Goals of Psychological Enquiry)

ಯಾವುದೇ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದ ವಿಧಾನದಂತೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಕೂಡ ಕೆಳಗಂಡ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ವರ್ತನೆಯ **ವರ್ಣನೆ, ಮುನ್ನರಿವು, ವಿವರಣೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು** ಅಧ್ಯಯನಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು 'ವಸ್ತುನಿಷ್ಟ' ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ ನಿವಾರಣೆಗೆ **ಅನ್ವಯ**ಗೊಳಿಸುವುದು, ನಾವುಗಳು ಮೇಲ್ಕಂಡ ಪದಗಳ ಅರ್ಥವಿವರಣೆಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ವರ್ಣನೆ :– ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ನಿಖರವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಇತರ ವರ್ತನೆಗಳಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆ : ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಕಲಿಕಾ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಒಲವು ತೋರುತ್ತಾನೆ. ಕಲಿಕಾ ಅಭ್ಯಾಸವು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಹಾಜರಾಗುವುದು, ನೀಡಿರುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಿಗದಿತ ಸಮಯಕ್ಕೆ ತಂದೊಪ್ಪಿಸುವುದು, ಕಲಿಕೆಗೆ ವೇಳಾ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಚಾಚು ತಪ್ಪದೆ ಪಾಲಿಸುವುದು. ಓದಿದ್ದನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಪುನಾರಾವರ್ತನೆ ಮಾಡುವುದು. ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಚಿಕ್ಕ ವಿವರಗಳಾಗಿರಬಹುದು. ಸಂಶೋಧಕನು ಅವನು/ಳು ಕಲಿಕಾ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈ ವರ್ಣನೆಗೆ ರೆಕಾರ್ಡಿಂಗ್‌ನ (ದಾಖಲೆಯ) ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಅದು ತಿಳುವಳಿಕೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮುನ್ನರಿವು :– ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದ ಎರಡನೆಯ ಗುರಿಯೆಂದರೆ ಅದು ವರ್ತನೆಯ ಮುನ್ನರಿವು. ನೀವು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ವಿವರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಇತರ ರೀತಿಯ ವರ್ತನೆಗಳು, ಘಟನೆಗಳು/ವಿದ್ಯಮಾನಗಳೊಂದಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಯ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಕೆಲವು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಈ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಯ ದೋಷದ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಮುನ್ನರಿಯಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಅಧ್ಯಯನದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ (ಕಲಿಕಾ ಸಮಯ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿನ) ಸಾಧನಾ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಧನಾತ್ಮಕ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಲಿಕಾ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಿವಿಧ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಗಿರುವ ಪ್ರಗತಿಗೂ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಗೆ ನಿಗದಿಗೊಳಿಸಿರುವ ಸಮಯಕ್ಕೂ ನಡುವೆ ಸಂಬಂಧ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು. ನಂತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಕಲಿಕೆಗಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ನಿಗದಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಆತ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಬಹುದು. ಹಲವು ಬಾರಿ ವೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ಈ ಮುನ್ನರಿವು ಹೆಚ್ಚು ನಿಖರವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿವರಣೆ :– ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದ ಮೂರನೇ ಗುರಿಯೆಂದರೆ, ವರ್ತನೆಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವರ್ತನೆಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆ ಯಾವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ : ಕೆಲವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ನೀಡಲು ಕಾರಣ ಏನು? ಕೆಲವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಲಿಕೆಗೆ ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ವೇಳೆ ನಿಗದಿಗೊಳಿಸಲು ಕಾರಣವೇನು? ಆದ್ದರಿಂದ ವಿವರಣೆಯ ಉದ್ದೇಶ ವರ್ತನೆಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಈ ಗುರಿಯು ಎರಡು ಘಟನೆಗಳ ನಡುವಿನ ಕಾರಣ–ಪರಿಣಾಮದ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾದ ವರ್ತನೆಗಳು, ನಿರ್ಧಾರಗಳು ಅಥವಾ ಪೂರ್ವಸ್ಥಿತಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು (ಅಂದರೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ) ಗುರುತಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ.

ನಿಯಂತ್ರಣ :– ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಯು ಏಕೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಅದರ ಪೂರ್ವಭಾವಿ

ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಆ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ನಿಯಂತ್ರಣವು ಮೂರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಸಂಭವಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು, ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುವದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ನಿಗದಿ ಮಾಡಿರುವ ಸಮಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುವುದು. ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು. ಆಥವ ಅಷ್ಟೇ ಇರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇನ್ನೊಂದು ಉತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆ ಎಂದರೆ ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮೂಲಕ ಮನೋರೋಗಿಯ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ನಡತೆಯಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಬದಲಾವಣೆ ಉಂಟುಮಾಡುವುದು.

ಅನ್ವಯ :- ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯ ಕೊನೆಯ ಗುರಿ ಎಂದರೆ ಜನರ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಧನಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆ ಉಂಟುಮಾಡುವುದು. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದಾಗಿ ಜನರ ಜೀವನಮಟ್ಟ ಸುಧಾರಣೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಕಾಳಜಿಯಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಯೋಗ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಅನ್ವಯಗಳು ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿಬಲನ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಹಾಗು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದ ಇತರೆ ಉದ್ದೇಶಗಳೆಂದರೆ ನೂತನ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು, ತತ್ವಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದು ಇದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವುದು.

ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವ ಹಂತಗಳು

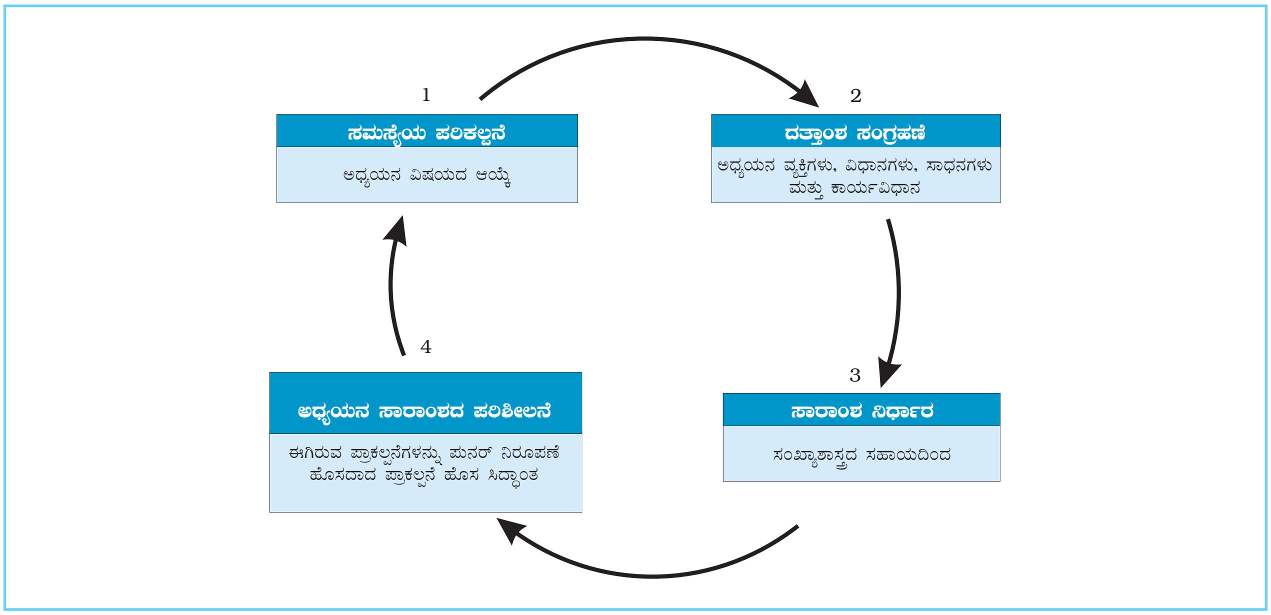
ವಿಜ್ಞಾನವು ಏನನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಕ್ಕಿಂತ ಹೇಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರೂಪಿಸುತ್ತದೆ. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಧಾನವು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಯನ್ನು, ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ. **ವಸ್ತುನಿಷ್ಠತೆ** ಎಂದರೆ ಎರಡು ಅಥವಾ ಎರಡಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಒಂದೇ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನದ ಅಂತಿಮ ಫಲಿತಾಂಶ ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಒಂದೇ ಅಳತೆಯ ಸಾಧನವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಮೇಜಿನ ಉದ್ದವನ್ನು ಅಳತೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅದರ ಉದ್ದದ ಬಗ್ಗೆ ನೀವಿಬ್ಬರೂ ಒಂದೇ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ.

ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದ ಎರಡನೆಯ ಲಕ್ಷಣ ಎಂದರೆ, ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ **ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಕ್ರಮ**ವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು. ಇದು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಹಂತಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ (ಸಮಸ್ಯೆಯ ಆಯ್ಕೆ) ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆ, ಸಾರಾಂಶ ನಿರ್ಧಾರ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನ ಸಾರಾಂಶ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸುವುದು. (ನೋಡಿ ಚಿತ್ರ : 2.1). ಈ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸೋಣ.

(1) ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ (ಅಧ್ಯಯನ ವಿಷಯದ ಆಯ್ಕೆ) :

ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ವಿಷಯವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಅವನು/ಳು ಗಮನವನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂಶೋಧನಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು / ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಹಿಂದಿನ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ಅವಲೋಕಿಸುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಹಿಂದೆ ನೀವು ಓದಿದಂತೆ ಸಂಶೋಧಕನು ಆಸಕ್ತಿಗೊಂಡು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಿ ಅವರ ಅಧ್ಯಯನದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆಂಬುದು, ಈ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಅವನು/ಳು ಮೊದಲು ಅಧ್ಯಯನದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು. ತದನಂತರ ಕಲಿಕಾ ಅಭ್ಯಾಸ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಸಂಭವಿಸಿದ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಅವುಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರಬಹುದು.



ಚಿತ್ರ 2.1 : ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯ ಹಂತಗಳು

(a) ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ನಾನು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದಾಗ/ದುಃಖವಾಗಿದ್ದಾಗ ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತೇನೆ? ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ಬಿಂಬಿಸುತ್ತೇವೆ? ನಾವು ಏಕೆ ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ?).

(b) ಇತರ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: 'ಅಂಕುರ'ನಿಗಿಂತ, ಅಭಿನವ್ ಹೆಚ್ಚು ಬುದ್ಧಿವಂತನೇ? ಕೆಲವರು ಏಕೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಇತರರಿಗಿಂತ ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ? ಧೂಮಪಾನದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದೇ? ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಕೆಲವರು ಏಕೆ ಔಷಧಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲಾ?

(c) ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆ ಮೇಲೆ ಗುಂಪಿನ ಪ್ರಭಾವಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ತನ್ನ ಕೆಲಸ ಬಿಟ್ಟು ರಹೀಮನು ಏಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸೇರಲು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ?)

ಸೈಕಲ್ ಸವಾರನು ಒಬ್ಬನೇ ಸೈಕಲ್ ಸವಾರಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಸೈಕಲ್ ಸವಾರಿ ಮಾಡುವಾಗ ಏಕೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾನೆ?

(d) ಗುಂಪು ವರ್ತನೆಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಜನರು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅಪಾಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವರ್ತನೆ ಏಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ?)

(e) ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ವರ್ತನೆಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಕೆಲವು ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಏಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತದೆ? ಉದ್ಯೋಗದಾರನು ಉದ್ಯೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು?)

ಈ ಪಟ್ಟಿಯು ಉದ್ದವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಅಧ್ಯಾಯಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿಯುವಿರಿ. ನಿಮಗೆ ಕಲಿಯಲು ಆಸಕ್ತಿ ಇದ್ದರೆ, ನೀವು ತನಿಖೆ ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ಹಲವಾರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಬಹುದು. ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ ನಂತರ ಸಂಶೋಧನಕಾರನು ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಉತ್ತರವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಇದನ್ನು **ಪ್ರಾಕ್ಕಲ್ಪನೆ** ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಸಂಶೋಧನಾಕಾರನು ತನ್ನ ಹಿಂದಿನ ಅನುಭವಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಅವಲೋಕನದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಾಕ್ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಬಹುದು. "ಮಕ್ಕಳು ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹಿಂಸೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವ ಆಕ್ರಮಣಶೀಲತೆ ಪ್ರಮಾಣವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ". ನಿಮ್ಮ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಈಗ ಈ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಸರಿ/ತಪ್ಪೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

2) ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆ : ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಎರಡನೇ ಹಂತ ದತ್ತಾಂಶಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು. ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯು ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಸಂಶೋಧನಾ ವಿನ್ಯಾಸ/ ಸಂಶೋಧನಾ ನೀಲನಕ್ಷೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬೇಕು. ಇದು ನಾಲ್ಕು ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. (a) ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು (b) ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯ ವಿಧಾನಗಳು (c) ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಸಾಧನೆಗಳು ಮತ್ತು (d) ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನ, ಅಧ್ಯಯನದ ಸ್ವರೂಪಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಯಾರು ಈ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು–ಮಕ್ಕಳು, ಹದಿಹರೆಯದವರು, ಕಾಲೇಜು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ನಿರ್ವಹಣಾಕಾರರು, ರೋಗಿಗಳು, ಕೈಗಾರಿಕಾ ಕೆಲಸಗಾರರು ಅಥವಾ ತನಿಖೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಚಲಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಯಾವುದೇ ಗುಂಪು ಆಗಿರಬಹುದು.

ಎರಡನೇ ನಿರ್ಧಾರವು ದತ್ತಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯ ವಿಧಾನಗಳ ಬಗೆಯಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಅವಲೋಕನ (ವೀಕ್ಷಣೆ) ವಿಧಾನ, ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನ, ಸಹಸಂಬಂಧದ ವಿಧಾನ, ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮುಂತಾದವು. ಸಂಶೋಧಕರು ಯಾವ ಸಾಧನ ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಎಂಬುವುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು. (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಸಂದರ್ಶನದ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ, ಅವಲೋಕನ ಪಟ್ಟಿ, ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿ ಇತ್ಯಾದಿ), ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಗೆ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಂತರ ದತ್ತಾಂಶಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. (ಅಂದರೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಥವಾ ಗುಂಪು) ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

(3) ಸಾರಾಂಶ ನಿರ್ಧಾರ : ಮುಂದಿನ ಹಂತವು ದತ್ತಾಂಶಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯಾಗಿದೆ. ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಅಂಕಿ ಅಂಶಗಳ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನಗಳ ಬಳಕೆಯ ಮೂಲಕ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು. ಇದನ್ನು ಚಿತ್ರಾತ್ಮಕ ನಿರೂಪಣೆಗಳ ಮೂಲಕ (ಪೈಚಾರ್ಟ್, ಬಾರ್ ರೇಖಾಚಿತ್ರ, ಸಂಚಿತ ಆವರ್ತನಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ) ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ಸಂಖ್ಯಾಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ವಿಧಾನಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ದತ್ತಾಂಶಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯ ಉದ್ದೇಶವು ಊಹೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅನುಗುಣವಾಗಿ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.

(4) ಸಂಶೋಧನಾ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು: ಸಂಶೋಧನಾಕಾರರು ಈಗಾಗಲೇ ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಹಿಂಸಾಚಾರವನ್ನು ನೋಡುವುದು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆಕ್ರಮಣಶೀಲತೆ ನಡುವೆ ಸಂಬಂಧವಿದೆ ಎಂಬ ಕಲ್ಪನೆಯೊಂದಿಗೆ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿರಬಾರದು. ತೀರ್ಮಾನಗಳು ಇದನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಿವೆಯೇ ಎಂದು ನೋಡಬೇಕು. ಆ ಪ್ರಾಕ್ಕಲ್ಪನೆ ಸರಿಯಿದ್ದರೆ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಧೃಡೀಕರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಪರ್ಯಾಯ ಊಹೆ/ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಹೊಸ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಅದನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಪರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧಕರು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದಾದ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಸಂಶೋಧನೆಯು ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ.

ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪರ್ಯಾಯ ಮಾದರಿಗಳು

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಲು ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರ ಮತ್ತು ಜೀವಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಮಾಡಬೇಕು. ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಪ್ರಮುಖ ಊಹೆಯೆಂದರೆ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಹಾಗೂ ಆಂತರಿಕ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇವುಗಳನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಬಹುದು, ಅಳೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ಈ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ಇಪ್ಪತ್ತನೇ ಶತಮಾನದ ಬಹುಪಾಲು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಶಿಸ್ತು ಬಹಿರಂಗ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ತನ್ನನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿತು. ಅಂದರೆ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅಳೆಯಬಹುದು. ಇದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಭಾವನೆಗಳು, ಅನುಭವಗಳು ಅರ್ಥಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆಯ ವಿಧಾನ ಬಂದಿದೆ. ಇದು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಮುನ್ನರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಮಾನವನ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವದ ಸಂಕೀರ್ಣ ಸ್ವರೂಪದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅದರ ಭೌತಿಕ ತನಿಖೆಯ ವಿಧಾನಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿರಬೇಕು ಎಂಬ ನಿಲುವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ಮಾನವರು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿದಂತೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಅರ್ಥೈಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುವುದರ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಬಾಹ್ಯ ಅಂಶಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ – ಸುನಾಮಿ, ಭೂಕಂಪ ಮತ್ತು ಚಂಡಮಾರುತ) ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಅಂಶಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ದೀರ್ಘಕಾಲಿನ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿ) ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ಮಾಪನವು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅಪೇಕ್ಷಣೀಯವು ಅಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳ ಮೇಲೆ ಹಾಗೂ ಸಂದರ್ಭಗಳ ಮೇಲೆ ವಾಸ್ತವವನ್ನು ಅರ್ಥೈಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ವಾಸ್ತವದ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅರಿವಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸದೆ ಇಲ್ಲಿ ಮಾನವನ ಅನುಭವ ಹಾಗೂ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುವುದು ಇದರ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆ– ಅನ್ವೇಷಕನು ಏನನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದಾನೆ/ಳೆ? ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಹೇಗೆ ನೋಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಏನನ್ನು ನೋಡಬೇಕು ಎಂಬುದು ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಗುರುತು ಹಾಕಿದ ಅರಣ್ಯವನ್ನು ನಕ್ಷೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರದೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ / ಯಾವುದೇ ಪೂರ್ವ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದೆ ಅವನ/ಅವಳ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯವು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ವಿವರವಾದ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು.

ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ವಿವರಣಾತ್ಮಕ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳೆರಡೂ ಸಹ ಇತರರ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಅಧ್ಯಯಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾದರೆ ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಏನು ಹೇಳುತ್ತವೆ? ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ನಾನು ಏಕೆ ದುಃಖಿತವಾಗಿರುವೆ? ಅನೇಕ ಬಾರಿ ನೀವು ಕೆಲವು ಪ್ರತಿಜ್ಞೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಿರಿ. ಆಹಾರ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನಿಯಂತ್ರಣ ಅಥವಾ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯ ವಿನಿಯೋಗಿಸಬೇಕೆಂದು, ಆದರೆ ವಾಸ್ತವ್ಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಊಟಮಾಡುವಾಗ ಅಥವಾ ಓದುವಾಗ ನೀವು ಇದನ್ನು ಮರೆಯುವಿರಿ. ನಿಮಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವೆನಿಸಬಹುದು. ಏಕೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನನ್ನು ಮತ್ತು ತನ್ನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. 'ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ನಿಮಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಆಲೋಚನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದಲ್ಲವೇ'? ಖಂಡಿತ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯು ಒಬ್ಬರ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಒಳ ನೋಟಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸ್ವಯಂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದತ್ತಾಂಶದ ಸ್ವರೂಪ (Nature of Psychological Data)

ಇತರೆ ವಿಜ್ಞಾನಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ದತ್ತಾಂಶವು ಬೇರೆಯದ್ದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮಾಹಿತಿಗೆ ದತ್ತಾಂಶ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಈ ದತ್ತಾಂಶವು ಬಾಹ್ಯ ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇದು ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ದತ್ತಾಂಶವು ಪ್ರಮುಖವಾದ ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ವಾಸ್ತವವನ್ನು ಅಂದಾಜು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಹುನ್ನಾರಗಳು, ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಅಥವಾ ಸುಳ್ಳು ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ದತ್ತಾಂಶವು ಸ್ವತಂತ್ರ ಘಟಕವಲ್ಲ ಎಂಬುವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವು ಒಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿವೆ, ದತ್ತಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹಣ ವಿಧಾನ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧಾಂತಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ದತ್ತಾಂಶವು ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಂದ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯು ಸಂಭವಿಸುವ ಸಮಯದಿಂದ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅಥವಾ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಹಿಂಜರಿಯುವಿರಿ. ಆದರೆ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗಲ್ಲ.

ಎಲ್ಲಾ ಜನರು ಒಂದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುವುದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು. ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆ ವಿಧಾನ (ಸರ್ವೇಕ್ಷಣ, ಸಂದರ್ಶನ, ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಇತ್ಯಾದಿ) ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದವರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು (ಉದಾಹರಣೆ – ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಥವಾ ಗುಂಪು, ಯುವಕ ಅಥವಾ ಹಿರಿಯ, ಗಂಡು ಅಥವಾ ಹೆಣ್ಣು, ಗ್ರಾಮೀಣ ಅಥವಾ ನಗರ ಇತ್ಯಾದಿ) ಇವುಗಳು ಸಹ ದತ್ತಾಂಶದ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ನೀವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸಿದಾಗ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸುವುದನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ನೀವು ವಾಸ್ತವಿಕ ವೀಕ್ಷಣೆಗೆ ಹೋದಾಗ ಅವರು ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. ದತ್ತಾಂಶದ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಅದು ವಾಸ್ತವದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಶೋಧಕರು ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಇಡುವ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅಥವಾ ದತ್ತಾಂಶನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು :

1. **ಜನಸಂಖ್ಯಾ ಮಾಹಿತಿ :–** ಈ ಮಾಹಿತಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿ ಅಂದರೆ ಹೆಸರು, ವಯಸ್ಸು, ಲಿಂಗ, ಜನನಕ್ರಮ, ಒಡಹುಟ್ಟಿದವರ ಸಂಖ್ಯೆ, ಶಿಕ್ಷಣ, ಉದ್ಯೋಗ, ವೈವಾಹಿಕ ಸ್ಥಿತಿ, ಮಕ್ಕಳ ಸಮೇತ ವಾಸಸ್ಥಳ, ಜಾತಿ, ಧರ್ಮ, ಪೋಷಕರ ಶಿಕ್ಷಣ, ಉದ್ಯೋಗ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಆದಾಯ ಇತ್ಯಾದಿ.

2. **ಭೌಗೋಳಿಕ ಮಾಹಿತಿ :–** ಈ ವರ್ಗವು ಪರಿಸರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು (ಗುಡ್ಡಗಾಡು/ಮರುಭೂಮಿ/ಅರಣ್ಯ), ಆರ್ಥಿಕತೆಯ ವಿಧಾನ, ವಸತಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು, ಕೊಠಡಿಗಳ ಗಾತ್ರ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು, ನೆರೆಹೊರೆಯಲ್ಲಿ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಸಾರಿಗೆ ವಿಧಾನ ಇತ್ಯಾದಿ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

3. **ಶಾರೀರಿಕ ದತ್ತಾಂಶಗಳು (ಮಾಹಿತಿ) :–** ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಎತ್ತರ, ತೂಕ, ಹೃದಯ ಬಡಿತ, ಆಯಾಸದ ಮಟ್ಟ, ಗ್ಯಾಲ್ವನಿಕ್ ಸ್ಕಿನ್ ರೆಸಿಸ್ಟೆನ್ಸ್ (GSR) ಮೆದುಳಿನ ವಿದ್ಯುತ್‌ಚಟುವಟಿಕೆ ಕುರಿತಾದ, (EEG) (ರಕ್ತದ ಆಮ್ಲಜನಕದ ಮಟ್ಟಗಳು, ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಸಮಯ, ನಿದ್ರೆಯ

ಅವಧಿ, ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಕನಸಿನ ಮಾದರಿ, ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವ ಪ್ರಮಾಣ). ಓಟ ಮತ್ತು ಜಿಗಿತದ ಪ್ರಮಾಣ (ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಅಧ್ಯಯನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ) ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

4. **ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮಾಹಿತಿ :–** ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ, ಆಸಕ್ತಿ, ಮೌಲ್ಯಗಳು, ಸೃಜನಶೀಲತೆ, ಸಂವೇಗಗಳು, ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆ, ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳು, ಭ್ರಮೆ, ವಿಭ್ರಮೆಗಳು, ಗ್ರಹಿಕೆಯ ತೀರ್ಪುಗಳು, ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಪ್ರಜ್ಞೆ, ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಅನುಭವಗಳು– ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದವುಗಳಾಗಿವೆ.

ಮೇಲಿನ ಮಾಹಿತಿಯು ಮಾಪನದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಚ್ಚಾ ಆಗಿರಬಹುದು. ಇವುಗಳು ವರ್ಗಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ (ಉದಾಹರಣೆ: ಹೆಚ್ಚು/ಕಡಿಮೆ, ಹೌದು/ಇಲ್ಲ) ಹಾಗೆಯೇ ಕ್ರಮ ಸೂಚಕವಾದ ಮೊದಲನೇ, ಎರಡನೇ, ಮೂರನೇ, ನಾಲ್ಕನೇ– ಇತ್ಯಾದಿ ಅಥವಾ ಅಂಕಗಳು (10, 12, 15, 18, 20 ಇತ್ಯಾದಿ) ಮಾಪಕಗಳಲ್ಲಿ , ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ನಾವು ಮೌಖಿಕ ವರದಿಗಳಲ್ಲಿ, ಅವಲೋಕನ ವರದಿಗಳಿಂದ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ದಿನಚರಿಗಳಿಂದ, ಕ್ಷೇತ್ರ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳು, ಹಿಂದಿನ ದಾಖಲೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ. ಈ ರೀತಿಯ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಗುಣಾತ್ಮಕವಾಗಿ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯ ವಿಧಾನ ಬಳಸಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ವಿಷಯವನ್ನು ತಿಳಿಯುವಿರಿ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ವಿಧಾನಗಳು (Some Important Methods in Psychology)

ಹಿಂದಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೀವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿನ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಓದಿದ್ದೀರಿ, ಈ ಎಲ್ಲಾ ದತ್ತಾಂಶಗಳನ್ನು ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ವಿಧಾನದ ವಿಚಾರಣೆಯ ಮೂಲಕ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ, ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನ, ಸಹಸಂಬಂಧ ವಿಧಾನ, ಸರ್ವೇಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನ, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ದತ್ತಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಈ ವಿಭಾಗದ ಗುರಿಯೆಂದರೆ, ವಿವಿಧ ಸಂಶೋಧನಾ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ನಿಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುವುದು ಈ ವಿಭಾಗದ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ:–

- ಫುಟ್ಬಾಲ್ ಪಂದ್ಯವನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ನೀವು ಅವಲೋಕಿಸಬಹುದು.
- ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮಕ್ಕಳು ಅವರು ವಿಷಯವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪರೀಕ್ಷಾ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ (ಕಾರಣ–ಪರಿಣಾಮದ ಸಂಬಂಧ) ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆಯೇ ಎಂದು ನೋಡಲು ನೀವು ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ನಡೆಸಬಹುದು.
- ನೀವು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಆತ್ಮಗೌರವದೊಂದಿಗೆ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಿಸುವುದು. (ಮುನ್ಸೂಚನೆ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ)
- ಶಿಕ್ಷಣದ ಖಾಸಗೀಕರಣದ ಕುರಿತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಕುರಿತು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಹುದು.
- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಭಿನ್ನತೆಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ನೀವು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು.
- ಮಗುವಿನ ಭಾಷಾ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕುರಿತು ನೀವು ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಹುದು.

ಈ ವಿಧಾನಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ :

ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನವು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖವಾದ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯ ಒಂದು ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ಇದು ಒಂದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುವ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ದೈನಂದಿನ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಅವಲೋಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಮಾತ್ರ ದಿನನಿತ್ಯ ನೋಡುವ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರ ತಿಳಿದಿರುತ್ತೇವೆ. ನೀವು ಇಂತಹ ವಿಷಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೀರಾ? ನೀವು ಇಂತಹ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಘಟನೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಗಮನಿಸಿದರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಘಟನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಅನೇಕ ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಅವಲೋಕನದ ಕ್ರಮವು ದಿನನಿತ್ಯ ಅವಲೋಕನದ ವಿಧಾನಗಳಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ,

(ಎ) **ಆಯ್ಕೆ :–** ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನೋಡುವ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ – 11ನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳು, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ನೀವು ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಷಯ ಸಾಧ್ಯ. ಸಂಶೋಧಕರಾಗಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುವುದರ ಕುರಿತು ಸಾಕಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯ ಕಲ್ಪನೆಯಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಬಹುದು. ನೀವು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಸಂಭವಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಬಹುದು. ಪರ್ಯಾಯವಾಗಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ವೀಕ್ಷಣೆಯಿಂದ ನೀವು ಅದನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ.

(ಬಿ) **ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು :–** ಅವಲೋಕನ ಮಾಡುವಾಗ ಅವಲೋಕನಾಕಾರರು ಅಗತ್ಯವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು, ವಿಭಿನ್ನವಾದ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ವರ್ತನೆಯು ಅವುಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ಈಗಾಗಲೇ ಗುರುತಿಸಲಾದ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು. ಪ್ರತಿ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮಿತಾಕ್ಷರ ಅಥವಾ ಚಿಹ್ನೆಗಳು, ಛಾಯಾಚಿತ್ರಗಳು, ವೀಡಿಯೋ ರೆಕಾರ್ಡಿಂಗ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರವಾಗಿ ವಿವರಿಸುವ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.

(ಸಿ) **ದತ್ತಾಂಶದ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ :–** ಅವಲೋಕನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಅವಲೋಕನದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡುವುದು. ಅದರಿಂದ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಅಡಕವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ದಾಖಲಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಉತ್ತಮವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವಲೋಕನಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಒಂದು ಕೌಶಲವಾಗಿದೆ. ಒಬ್ಬ ಉತ್ತಮ ಅವಲೋಕನಕಾರನು ಏನನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ/ಳೆ, ಯಾರನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ/ಳೆ, ಯಾವಾಗ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಿ ವೀಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಅವಲೋಕಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ದಾಖಲಿಸಬೇಕು,

ಹಾಗೆಯೇ ಯಾವ ವಿಧಾನದಿಂದ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಅವಲೋಕನದ ವಿಧಗಳು :–

1. ಸ್ವಾಭಾವಿಕ v/s ನಿಯಂತ್ರಿತ ಅವಲೋಕನ :–

ಅವಲೋಕನವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾದ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಅವಲೋಕನ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಅವಲೋಕನವು ನೈಜ ಜೀವನದ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿರುವುದಕ್ಕೆ (ಮೇಲಿನ ಉದಾಹರಣೆಯಲ್ಲಿ ವೀಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದ ಶಾಲೆಯಾಗಿದೆ) ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಅವಲೋಕನ ಎನ್ನಬಹುದು. ಈ ಅವಲೋಕನದಲ್ಲಿ ಅವಲೋಕನಕಾರನು ಯಾವುದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಅಥವಾ ಬದಲಾಯಿಸುವ ಸನ್ನಿವೇಶ ಇಲ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ರೀತಿಯ ವೀಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ನಾವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ, ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ, ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ, ದೈನಂದಿನ ಆರೈಕೆ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದಾಗ್ಯೂ ನಿಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನದ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದುವಾಗಿರದ ಕಾರಣ ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳನ್ನು ನೀವು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕಾಗುವುದು. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಅನೇಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ನೀವು ಪೆಟ್ಟಿಗೆ (2.1) ಓದಿದರೆ ನಿಯಂತ್ರಿತ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಹೊಗೆಯನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಬಹುದು ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ನಿಯಂತ್ರಿತ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಅವಲೋಕನ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ವೀಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

2. ಗುಂಪಿನ ಜೊತೆ ಭಾಗವಹಿಸದೆ v/s ಗುಂಪಿನ ಜೊತೆ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಅವಲೋಕನ ಮಾಡುವುದು.

ಅವಲೋಕನವನ್ನು ಎರಡು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಒಂದು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆಯನ್ನು / ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ದೂರದಿಂದಲೇ ಅರಿವಿಗೆ ಬಾರದಂತೆ ಅವಲೋಕನ ಮಾಡುವುದು. ಎರಡನೇಯದು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬನಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅರಿವಿಗೆ ಬಾರದಂತೆ ಅವಲೋಕನ ಮಾಡುವುದೇ ಆಗಿದೆ. ಮೊದಲನೆ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ ಅವಲೋಕನಕಾರನು ಅವಲೋಕಿಸುವಾಗ ಅವನು/ಅವಳನ್ನು ಗಮನಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ನಡುವಿನ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯ ಮಾದರಿಯನ್ನು ನೀವು ಅವಲೋಕಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ. ಈ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಹಲವು ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ. ತರಗತಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ರೆಕಾರ್ಡ್ (ದಾಖಲಿಸಲು) ಮಾಡಲು ನೀವು ವೀಡಿಯೋ ಕ್ಯಾಮೆರಾವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಬಹುದು. ತದನಂತರ ನಾವು ನೋಡಬಹುದಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಹುದು. ಪರ್ಯಾಯವಾಗಿ ನೀವು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಮಾಡದೆ/ ಭಾಗವಹಿಸದೆ ತರಗತಿಯ ಒಂದು ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ವೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ವೀಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಅವಲೋಕನ ಮಾಡುವುದಾಗಿದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಅವಲೋಕನ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ರೀತಿ ಕುಳಿತು ವೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರಬಹುದು.

ಗುಂಪಿನ ಜೊತೆ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಅವಲೋಕಿಸುವವರಲ್ಲಿ, ಅವಲೋಕನಕಾರರು ಶಾಲೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗುತ್ತಾರೆ. ಗುಂಪಿನ ಜೊತೆ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಅವಲೋಕಿಸುವವರಲ್ಲಿ ಅವಲೋಕನಕಾರರು ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಾಗಿ ಅವನನ್ನು/ಅವಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಅವಲೋಕಿಸುವಾಗ ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ವೀಕ್ಷಕರ ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಯ ಮಟ್ಟವು ಅಧ್ಯಯನದ ಗಮನವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅವಲೋಕನ ಪದ್ಧತಿಯು ಉಪಯೋಗವೆಂದರೆ ಅದು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಅವರ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅದು ಸಂಭವಿಸಿದಂತೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಸಂಶೋಧಕರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನವು ಶ್ರಮದಾಯಕ, ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವಲೋಕನಕಾರನ ಪಕ್ಷಪಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ನಮ್ಮ ಅವಲೋಕನವು ಅವಲೋಕನಾಕಾರನ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಜನಪ್ರಿಯ ಹೇಳಿಕೆಯಂತೆ 'ನಾವು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಇರುವಂತೆಯೇ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳಿರುವಂತೆ ಅಲ್ಲ'. ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಪಕ್ಷಪಾತಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಎನ್ನಬಹುದು. ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ನಿಜವಾಗಿ ಏನನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ಅವಲೋಕನಕಾರರು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅದು ಸಂಭವಿಸಿದಂತೆ ದಾಖಲಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ವೀಕ್ಷಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಬಾರದು.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2.1 ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗದ ಉದಾಹರಣೆ

ಬಿಟ್ ಲಟಾನೆ ಮತ್ತು ಜಾನ್ ಡಾರ್ಲಿ ಎಂಬ ಇಬ್ಬರು ಅಮೇರಿಕಾದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು 1970ರಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ನಡೆಸಿರುವರು. ಈ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಕೊಲಂಬಿಯಾ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪ್ರಯೋಗಾಲಯಕ್ಕೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಆಗಮಿಸಿದರು. ಪ್ರಯೋಗಾಲಯಕ್ಕೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ಸಂದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಲಾಯಿತು. ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ಕೋಣೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾಯಿತು. ಕೆಲವು ಕೋಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಇಬ್ಬರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಕುಳಿತಿದ್ದರು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ಉತ್ತರಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಗೋಡೆಯ ಮುಖಾಂತರ ಹೊಗೆಯು ಕೋಣೆಯನ್ನು ತುಂಬಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಹೊಗೆಯು ಅಷ್ಟೇನೂ ಇರಲಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಎಲ್ಲರೂ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿದರು. ನಾಲ್ಕು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ಹೊಗೆಯು ಕೋಣೆಯನ್ನು ತುಂಬಿ, ಉಸಿರಾಡಲು ಮತ್ತು ನೋಡಲು ಸಹ ಕಷ್ಟವಾಗತೊಡಗಿತು. ಲಟಾನೆ ಮತ್ತು ಡಾರ್ಲಿಯು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಎದ್ದೇಳಲು ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಹೊರಗೆ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು (ಶೇ. 75%) ರಷ್ಟು ಹೊಗೆಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿರುವವರು ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ. ಮೂರು ಮುಗ್ಧ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಗುಂಪುಗಳು ಕೇವಲ 38 ಪ್ರತಿಶತದಷ್ಟು ಸರಾಸರಿ ವರದಿ ಮಾಡಿವೆ. ಸಂಶೋಧಕರು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದಂತೆ ಕೈಯಿಂದ ಮೊದಲೇ ಸೂಚಿಸಿದ ಇತರ ಇಬ್ಬರು ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಕೇವಲ 10 ಪ್ರತಿಶತದಷ್ಟು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮಾತ್ರ ಹೊಗೆಯನ್ನು ವರದಿಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 2.1

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಶಿಕ್ಷಕರು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಬೋಧಿಸುವಾಗ ಕೆಲವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಒಂದು ಅವಧಿಯನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಬರೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಶಿಕ್ಷಕರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ? ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ? ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಸರ್ಗ (ಸಂವಾದ)ದ ಪೂರ್ಣ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಇತರೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಮಾಡಿದ ಅವಲೋಕನಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ, ಅವಲೋಕನದ ಹೋಲಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.

ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನ:–

ನಿಯಂತ್ರಿತ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಅಂಶಗಳ ಅಥವಾ ಚಲಕಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಹಾಗು ಕಾರ್ಯಕಾರಣ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅಂಶವನ್ನು ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿ ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶದಲ್ಲಿ ಅದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಇತರೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ಅಂಶವನ್ನು / ಚಲಕವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ಮಾಡುವುದು. ಪರಿಣಾಮವು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ಬದಲಾಗುವ ವರ್ತನೆಯಾಗಿದೆ.

ಚಲಕದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ :– ನೀವು ಈ ಹಿಂದೆ ಓದಿದಂತೆ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕನು ಎರಡು ಚಲಕಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಚಲಕಗಳು ಎಂದರೇನು? ಯಾವುದೇ ಪ್ರಚೋದನೆ ಘಟನೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಇದು ವಿಭಿನ್ನ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅಳೆಯಬಹುದು. ಇದೇ ಚಲಕ ಒಂದು ವಸ್ತುವು ಸ್ವತಃ ಚಲಕವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ನೀವು ಬಳಸುವ ಪೆನ್ ಚಲಕವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದರ ವಿವಿಧ ಆಕಾರಗಳು, ಗಾತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣಗಳಲ್ಲಿ ಪೆನ್ನುಗಳು ಇವೆ. ಇವುಗಳು ಚಲಕಗಳು. ನೀವು ಕುಳಿತಿರುವ ಕೊಠಡಿ ಚಲಕವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದರ ಗಾತ್ರವು, ವಿವಿಧ ಗಾತ್ರದ ಕೊಠಡಿಗಳಿರುವುದರಿಂದ, ಅದೇ ರೀತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಎತ್ತರ (5" ರಿಂದ 6") ಚಲಕವಾಗಿದೆ. ಅಂತೆಯೇ ವಿವಿಧ ಜನಾಂಗದ ಜನರು ವಿವಿಧ ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಯುವ ಜನರು ತಮ್ಮ ಕೂದಲಿಗೆ ವಿಭಿನ್ನ ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ಹಾಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಕೂದಲಿನ ಬಣ್ಣವು ಚಲಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯು ಒಂದು ಚಲಕ (ವಿಭಿನ್ನ ಮಟ್ಟದ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಜನರು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಹೆಚ್ಚು, ಮಧ್ಯಮ, ಕಡಿಮೆ) ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಅಥವಾ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯು ಒಂದು ಚಲಕವಾಗಿದೆ. (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 2.1 ರಲ್ಲಿನ ಪ್ರಯೋಗದಂತೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು, ವಸ್ತುಗಳ ಅಥವಾ ಘಟನೆಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟ ಅಥವಾ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರಬಹುದು.)

ಚಲಕಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವು ವಿಧಗಳಿವೆ. ನಾವುಗಳು ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕ ಮತ್ತು ಪರತಂತ್ರ ಚಲಕಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನಹರಿಸೋಣ. ಸ್ವತಂತ್ರಚಲಕವು ಒಂದು ಚಲಕವಾಗಿದ್ದು, ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕನು ಇದನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಬದಲಾಯಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಅಥವಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಬದಲಾಗುವ ಚಲಕವಾಗಿದೆ. ಚಲಕದಲ್ಲಿನ ಈ ಬದಲಾವಣೆಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಲಾಟನೆ ಮತ್ತು ಡಾರ್ಲಿ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 2.1) ರಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಹೊಗೆಯ ವರದಿಯ ಮೇಲೆ ಇತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಸಂಶೋಧಕರು ಬಯಸಿದ್ದರು. ಇದರಲ್ಲಿ ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕವು ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಇತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಅಥವಾ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ. ಚಲಕಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತೇವೆ ಅದೇ 'ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕ'. ಇದು ಸಂಶೋಧಕರು ವಿವರಿಸಲು ಬಯಸುವ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಮೇಲಿನ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ ಹೊಗೆಯ ವರದಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯು ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕವಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕವು ಕಾರಣ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿದೆ.

ಸ್ವತಂತ್ರ ಮತ್ತು ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ಎರಡಲ್ಲದೆ ಒಂದನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸಂಶೋಧಕರು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕವು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕವಲ್ಲ. ಯಾವುದೇ ವರ್ತನಾತ್ಮಕ ಘಟನೆಯು ಹಲವು ಚಲಕಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ಒಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಸಂಶೋಧಕರ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದಾಗಿ ಸ್ವತಂತ್ರ ಮತ್ತು ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕಗಳ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅನೇಕ ಇತರ ಸಂಬಂಧಿತ ಬಾಹ್ಯ ಚಲಕಗಳು ಸಹ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಸಂಶೋಧಕರು ಅವುಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಬಾಹ್ಯ ಚಲಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸಂಶೋದಕರು ಕಾರ್ಯಕಾರಣದ (ಪರಿಣಾಮ) ಇವೆರಡರ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪುಗಳು :–

ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪು ಎಂದರೆ ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರು ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕದ ಕೈಚಳಕ(ಬದಲಾವಣೆ)ಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪು ಒಂದು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವ ಗುಂಪು. ಇದನ್ನು ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕದಂತೆಯೇ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಕೈಚಳಕಕ್ಕೆ (ಬದಲಾವಣೆಗೆ) ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಲಾಟನೆ ಮತ್ತು ಡಾರ್ಲಿಯವರ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪುಗಳು ಮತ್ತು ಒಂದು ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪು ಇದ್ದವು. ನೀವು ಗಮನಿಸಿದಂತೆ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರನ್ನು ಮೂರು ವಿಧದ ಕೊಠಡಿಗಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. (ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪು) ಇತರ ಎರಡು ಕೊಠಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ಕುಳಿತ್ತಿದ್ದರು. (ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪುಗಳು) ಎರಡು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗುಂಪಿಗೆ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಗೆ ತುಂಬಿದಾಗ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದಂತೆ ಸೂಚನೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಇತರೆ ಗುಂಪಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಕುಶಲತೆಯು ಸಂಭವಿಸಿದ ನಂತರ ಹೊಗೆಯ ವರದಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅಳತೆ ಮಾಡಲಾದ ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪಿನೊಳಗೆ ಹೋಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಯಂತ್ರಣ

ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ತುರ್ತುಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ನಂತರ ಮೊದಲ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರು ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಎರಡನೇ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪು ಒಳಗೊಂಡ ಒಕ್ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ ತುರ್ತುಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿದೆ. ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಕುಶಲತೆಯನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ ಇತರ ಷರತ್ತುಗಳನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಇತರೆ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ : ಹೊಗೆ ಕೊಠಡಿಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ವೇಗ, ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿನ ಹೊಗೆಯ ಒಟ್ಟು ಪ್ರಮಾಣ, ಕೊಠಡಿಗಳ ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಇತರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಮೂರು ಗುಂಪುಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೋಲುತ್ತವೆ. ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ ಭಾಗವಹಿಸುವುದನ್ನು ಯಾದೃಚ್ಛಿಕವಾಗಿ ವಿತರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಇದು ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಾನ ಅವಕಾಶವಿದೆ. ಒಂದು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯೋಗಕಾರರು ಕೇವಲ ಪುರುಷರನ್ನು ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀಯರನ್ನು ಸೇರಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಪಡೆದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಕುಶಲತೆಯ ಕಾರಣಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಲಿಂಗದಲ್ಲಿದ್ದ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿಂದಾಗಿರಬಹುದು. ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಬಹುದಾದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಬಂಧಿತ ಚಲಕಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಇವುಗಳು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಮೂರು ವಿಧಗಳಾಗಿವೆ. ಜೈವಿಕ ಚಲಕಗಳು (ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ, ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಇತ್ಯಾದಿ) ಸಾಂಧರ್ಬಿಕ ಅಥವಾ ಪರಿಸರ ಚಲಕಗಳು (ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಶಬ್ಧ, ತಾಪಮಾನ, ಆರ್ದ್ರತೆ) ಮತ್ತು ಅನುಕ್ರಮ ಚಲಕಗಳು. ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಹಲವಾರು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕಾದಾಗ ಅನುಕ್ರಮ ಸಂಬಂಧಿತ ಚಲಕಗಳು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅನೇಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಿ ಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಥವಾ ಅಭ್ಯಾಸದ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಇದು ಅಧ್ಯಯನದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಬಹುದು ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿಸಬಹುದು. ಸಂಬಂಧಿತ ಚಲಕಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಪ್ರಯೋಗಕಾರನು ಹಲವು ನಿಯಂತ್ರಣ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ದೃಷ್ಟಾಂತಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

* ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಪ್ರಯೋಗದ ಗುರಿಯೆಂದರೆ ಬಾಹ್ಯ ಚಲಕಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ನಿಲುವಿನಿಂದ ತೆಗೆದು ಹಾಕುವುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ – ತಾಪಮಾನ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಧ್ವನಿ ನಿರೋಧಕ ಮತ್ತು ಹವಾನಿಯಂತ್ರಿತ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ನಡೆಸಬಹುದು.

* ನಿವಾರಣೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗದ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಅವುಗಳ ಪರಿಣಾಮವು ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಹಿಡಿದಿಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

* ಜೈವಿಕ ಚಲಕಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು (ಉದಾ : ಭಯ. ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆ) ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನ ಚಲಕಗಳಾದ (ಗ್ರಾಮೀಣ/ನಗರ, ಜಾತಿ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಂತಹ) ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯನ್ನು ಸಹ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿನ ಸಂಬಂಧಿತ ಚಲಕಗಳನ್ನು ಸಮೀಕರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಯೋಗದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಾದ್ಯಂತ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಜೋಡಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

* ಅನುಕ್ರಮ ಪರಣಾಮವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸರಿದೂಗಿಸುವಿಕೆ ತಂತ್ರ (Counter balance technique) ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ನೀಡಬೇಕಾದ ಎರಡು ಕಾರ್ಯಗಳಿವೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ಎರಡು ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಒಂದೇ ಅನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನೀಡುವ ಬದಲು ಪ್ರಯೋಗಕಾರನು ಕಾರ್ಯಗಳ ಕ್ರಮವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ಗುಂಪಿನ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಜನರು 'ಎ' ಮತ್ತು 'ಬಿ' ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಉಳಿದ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಬಿ & ಎ ಅಥವಾ ಅದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಎ, ಬಿ, ಬಿ, ಎ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು.

ವಿವಿಧ ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಯಾದೃಚ್ಛಿಕ ನಿಯೋಜನೆಯು ಗುಂಪುಗಳ ನಡುವಿನ ಯಾವುದೇ ಸಂಭಾವ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ.

ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾದ ಪ್ರಯೋಗದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೆಂದರೆ, ಅದು ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಎರಡು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚಲಕಗಳ ನಡುವಿನ ಕಾರಣ ಪರಿಣಾಮದ ಸಂಬಂಧದ ಮನವೊಪ್ಪಿಸುವ ಪುರಾವೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ನಿಯಂತ್ರಿತ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅವರು ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅನುಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಟೀಕಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಿಸಿದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ನೈಜ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸಬಹುದು. ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಅವರು ಕಡಿಮೆ ಬಾಹ್ಯ ಸಿಂಧುತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಪ್ರಯೋಗದ ಮತ್ತೊಂದು ಮಿತಿಯೆಂದರೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದು ಯಾವಾಗಲೂ ಕಾರ್ಯ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ– ಮಕ್ಕಳ ಬುದ್ಧಿವಂತೆಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಕೊರತೆಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಯಾರನ್ನು ಹಸಿವಿನಿಂದ ಸಾಯಿಸುವುದು ನೈತಿಕವಾಗಿ ತಪ್ಪು. ಮೂರನೇ ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಬಂಧಿತ ಚಲಕಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ.

"ಕ್ಷೇತ್ರ" ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಮತ್ತು "ಇದ್ದ ಹಾಗೆ" ಪ್ರಯೋಗಗಳು

ಸಂಶೋಧಕರು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಬಯಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ಬಯಸಿದರೆ ಅವರ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಿದ್ಯಮಾನವು ನಿಜವಾಗಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಬಹುದು. ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಅವರು ಕ್ಷೇತ್ರ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ– ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ವಿಧಾನವು ಉತ್ತಮ ಕಲಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಬಹುದು. ಉಪನ್ಯಾಸ ವಿಧಾನ ಅಥವಾ ಪ್ರದರ್ಶನ

ವಿಧಾನ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಬಹುದು. ಸಂಶೋಧಕರು ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಒಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಪ್ರಾತ್ಯಕ್ಷಿಕೆ ವಿಧಾನದಿಂದ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ಗುಂಪಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಬೋಧನಾ ವಿಧಾನದಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಕಲಿಸಿ, ಅವರು ಕಲಿಕೆಯ ಅವಧಿಯ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಅವರ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹೋಲಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ಸಂಬಂಧಿತ ಚಲಕಗಳ ಮೇಲಿನ ನಿಯಂತ್ರಣವು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಇದು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದುಬಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಚಲಕಗಳನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ– ಪೋಷಕರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ಭೂಕಂಪದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನೀವು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಬಯಸಿದರೆ ಪ್ರಯೋಗಾಲದಲ್ಲಿ ನೀವು ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕೃತಕವಾಗಿ ರಚಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕರು (ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಪದದ ಅರ್ಥ– ಇದ್ದ ಹಾಗೆ) ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕವನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಕಾರರು ವಿಭಿನ್ನ ಅಥವಾ ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ಭೂಕಂಪ ಮತ್ತು ಭೂಕಂಪದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳದ ಮಕ್ಕಳು ಹೀಗಾಗಿ 'ಇದ್ದ ಹಾಗೆ'. ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು, ರೂಪಿಸಲು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕವನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಲು 'ಇದ್ದ ಹಾಗೆ' ಪ್ರಯೋಗವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 2.2

ಕೆಳಗಿನ ಊಹೆಗಳಿಂದ ಸ್ವತಂತ್ರ ಮತ್ತು ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ:

1. ಶಿಕ್ಷಕರ ತರಗತಿಯ ವರ್ತನೆಯು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.
2. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಪೋಷಕರು– ಮಕ್ಕಳ ಸಂಬಂಧವು ಮಕ್ಕಳ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.
3. ಸಹಪಾಠಿಗಳ ಒತ್ತಡದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿನ ಹೆಚ್ಚಳವು ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.
4. ವಿಶೇಷ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮತ್ತು ಒಗಟುಗಳೊಂದಿಗೆ ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳ ಪರಿಸರವನ್ನು ಶ್ರೀಮಂತಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಅದು ಅವರ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಹಸಂಬಂಧ ಸಂಶೋಧನೆ

ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ನಾವು ಎರಡು ಚಲಕಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ 'ಅಧ್ಯಯನದ ಸಮಯ' ಮತ್ತು 'ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆ' ಸಹಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನೀವು ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ನೀವು ಅಧ್ಯಯನದ ಸಮಯವನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಮೇಲೆ ಅದರ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನವು ಉತ್ತರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಿಂತ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಯು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. ಬದಲಿಗೆ ಎರಡು ಚಲಕಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ನೀವು ಸರಳವಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಿರಿ. ಅವುಗಳು ಸಂಬಂಧಿಸಿವೆಯೇ ಅಥವಾ ಸಹವರ್ತತ್ವ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೇ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಎರಡು ಚಲಕಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ದಿಕ್ಕನ್ನು ಒಂದು ಸಂಖ್ಯೆಯಿಂದ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಸಹಸಂಬಂಧ ಗುಣಾಂಕ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಮೌಲ್ಯವು +1.0 ರಿಂದ 0.0 –1.0 ದವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ನೀವು ನೋಡುವಂತೆ ಸಹಸಂಬಂಧ ಗುಣಾಂಕವು ಮೂರು ವಿಧವಾಗಿದೆ. ಧನಾತ್ಮಕ, ಋಣಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಶೂನ್ಯ.

ಧನಾತ್ಮಕ ಸಹಸಂಬಂಧ ಒಂದು ಚಲಕದ (x) ದ ಮೌಲ್ಯವು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಇನ್ನೊಂದು ಚಲಕ (y) ದಲ್ಲಿಯೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ ಅವರ ಸಾಧನೆಯ ಅಂಕಗಳು ಸಹ ಹೆಚ್ಚು ಇರುತ್ತವೆ ಹಾಗೆಯೇ ಅವರು ಕಡಿಮೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಅವರ ಸಾಧನೆಯ ಅಂಕಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ಧನಾತ್ಮಕ ಸಂಖ್ಯೆಯಿಂದ ಸೂಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಅಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ನಡುವಿನ ಬಲವಾದ ಧನಾತ್ಮಕ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ +0.85ರ ಸಹಸಂಬಂಧವನ್ನು ನೀವು ಕಾಣಬಹುದು. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ **ಋಣಾತ್ಮಕ ಸಹಸಂಬಂಧ** – ಒಂದು ಚಲಕ (X)ದ ಮೌಲ್ಯವು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಇನ್ನೊಂದು ಚಲಕ (Y)ದ ಮೌಲ್ಯವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಕ್ಕಲ್ಪನೆಯ ಅಧ್ಯಯನದ ಸಮಯ ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುವ ಗಂಟೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ನೀವು '0' ಮತ್ತು –1,0 ನಡುವಿನ ಋಣಾತ್ಮಕ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಎರಡು ಚಲಕಗಳ ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ ಇದನ್ನು **ಶೂನ್ಯ ಸಹಸಂಬಂಧ** ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶೂನ್ಯ ಸಹಸಂಬಂಧವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದು ಕಷ್ಟ ಆದರೆ ಕಂಡುಬರುವ ಸಹಸಂಬಂಧಗಳು ಶೂನ್ಯಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರವಾಗಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ – –.02 ಅಥವಾ +.03. ಇದು ಎರಡು ಚಲಕಗಳ ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ಮಹತ್ವದ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಎರಡು ಚಲಕಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಇದು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಮೀಕ್ಷಾ ಸಂಶೋಧನೆ :

ಜನರು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರಾಜಕೀಯ ಪಕ್ಷಕ್ಕೆ ಮತ ಹಾಕುತ್ತಾರೋ? ಅಥವಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಭ್ಯರ್ಥಿಗೆ ಒಲವು ತೋರುತ್ತಾರೋ ಎಂಬುವುದನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಚುನಾವಣಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಮೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೀವು ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಓದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ನೋಡಿರಬಹುದು. ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು, ವರ್ತನೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಸಮೀಕ್ಷಾ ಸಂಶೋಧನೆ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದಿತು. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಮೀಕ್ಷಾ ವಿಧಾನವನ್ನು ಸಮಾಜದ ವಾಸ್ತವಾಂಶಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಾಕ್ಷರತೆಯ ಪ್ರಮಾಣ, ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುಂಪಿನ ಜನರ ಆದಾಯ ಮಟ್ಟ ಇತ್ಯಾದಿ. ಅದೇ ರೀತಿ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಪಂಚಾಯತ್ ಅಧಿಕಾರ ವಿಕೇಂದ್ರೀಕರಣದ ಬಗ್ಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ, ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜನಾಭಿಪ್ರಾಯ ತಿಳಿಯಲು ಸಮೀಕ್ಷಾ ವಿಧಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸುಧಾರಿಸಿದ ತಂತ್ರವಾಗಿ

ವಿವಿಧ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ಕಾರ್ಯ ಕಾರಣ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಹೆಚ್ಚು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 2.2 ಸಮೀಕ್ಷೆ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಅಧ್ಯಯನದ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮೀಕ್ಷಾ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ವಿವಿಧ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ತಂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವುಗಳೆಂದರೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂದರ್ಶನಗಳು, ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಗಳು, ದೂರವಾಣಿ ಸಮೀಕ್ಷೆಗಳು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿತ ಅವಲೋಕನಗಳು. ಈ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ವಿವರವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂದರ್ಶನಗಳು :

ಸಂದರ್ಶನ ವಿಧಾನವು ಜನರಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುವ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ವೈದ್ಯರು ರೋಗಿಯಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಉದ್ಯೋಗದಾತರು ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಉದ್ಯೋಗಿಯನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗುವಾಗ, ಮಾರಾಟಗಾರನು ಗೃಹಿಣಿಯನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ಅವಳು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಬ್ರಾಂಡ್‌ನ ಸಾಬೂನುಗಳನ್ನು ಏಕೆ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮತ್ತು ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯ ವಿಷಯಗಳ ಕುರಿತು ಮಾಧ್ಯಮದವರು ಜನರನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸುವುದನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ಸಂದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಇಬ್ಬರು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮುಖಾಮುಖಿಯಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ (ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂದರ್ಶಕ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ). ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ (ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರು) ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಂದರ್ಶನವು ಒಂದು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ನಾವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ವಾಸ್ತವಿಕ ಮಾಹಿತಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಮತ್ತು ಮನೋಭಾವಗಳನ್ನು ಯಾವುದೇ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ವರ್ತನೆ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಬಹುದು ಇದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮುಖಾಮುಖಿಯಾಗಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇದನ್ನು ದೂರವಾಣಿ (ಫೋನ್) ಮುಖಾಂತರವು ನಡೆಸಬಹುದು. ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಸಂದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. **ರಚನಾತ್ಮಕ ಅಥವಾ ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ** ಮತ್ತು **ರಚನಾತ್ಮಕವಲ್ಲದ ಅಥವಾ ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತವಲ್ಲದ** ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಸಂದರ್ಶನವನ್ನು ನಡೆಸುವ ಮೊದಲು ನಾವು ಮಾಡುವ ತಯಾರಿಯ ಪ್ರಕಾರವನ್ನು ಆಧರಿಸಿವೆ. ಸಂದರ್ಶನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬೇಕಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನಾವು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಸಂದರ್ಶನ ಪಟ್ಟಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ರಚನಾತ್ಮಕ ಸಂದರ್ಶನವು ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಬರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂದರ್ಶಕರಿಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬೇಕಾದ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಸ್ವತಂತ್ರವಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪಡಿಸಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (closed ended questions) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ ರಚನೆಯಲ್ಲದ ಸಂದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಸಂದರ್ಶಕರು ಕೇಳಬೇಕಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಮಾತುಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬೇಕಾದ ಅನುಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ನಮ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪಡಿಸಲಾಗಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಅವನು/ಅವಳು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಬಹುದು. ಅಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಮುಕ್ತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (open ended questions) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂತೋಷದ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದರೆ, ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೀರಿ? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಅವನು/ಅವಳು ಉತ್ತರಿಸಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಬಹುದು.

ಸಂದರ್ಶನವು ಸಂದರ್ಶನದ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಕೆಳಗಿನ ಸಂಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

(ಎ) **ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ :–** ಒಬ್ಬ ಸಂದರ್ಶಕನು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸುವುದು.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2.2 ಸಮೀಕ್ಷಾ ವಿಧಾನದ ಉದಾಹರಣೆ

ಡಿಸೆಂಬರ್ 2004 ರಲ್ಲಿ ಔಟುಲುಕ್ 'ಸಾಪ್ತಾಹಿಕ' ನಿಯತಕಾಲಿಕವು (ಜನವರಿ 10, 2005) ಭಾರತದ ಜನರಿಗೆ ಏನು ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಮೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿತು. ಮುಂಬೈ, ದೆಹಲಿ, ಕೋಲ್ಕತ್ತಾ, ಬೆಂಗಳೂರು, ಹೈದರಾಬಾದ್, ಜೈಪುರ ಮತ್ತು ರಾಂಚಿ ಒಟ್ಟು ಎಂಟು ದೊಡ್ಡ ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಸಮೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. 25–55 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ 817 ಜನರು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಸಮೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾದ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿತ್ತು. ಮೊದಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ (ನೀವು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೀರಾ?) ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದವರು ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು 5 ಪಾಯಿಂಟ್ ಸ್ಕೇಲ್ (5 ದಜ್ಞಾಮಾಪನಿ) 5= ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷ, 4= ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುವ, 3= ಸಂತೋಷವೂ ಇಲ್ಲ ಅಸಂತೋಷವೂ ಇಲ್ಲ, 2= ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಅಸಂತೋಷದಿಂದಿರುವ 1= ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಅಸಂತೋಷವಾಗಿರುವ) ಸುಮಾರು ಶೇ. 47 ರಷ್ಟು ಜನರು ತಾವು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷದಿಂದಿರುವುದಾಗಿ ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಶೇ.11 ರಷ್ಟು ಜನತು ಸಂತೋಷವಲ್ಲ ಅಸಂತೋಷವೂ ಅಲ್ಲ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಶೇ. 11ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಅಸಂತೋಷದಿಂದಿದ್ದೇವೆಂದು ಹಾಗೆಯೇ ಶೇ. 7ರಷ್ಟು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಅಸಂತೋಷದಿಂದಿರುವುವೆಂದು ತಿಳಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಎರಡನೇ ಪ್ರಶ್ನೆ ನೀವು ಹಣದಿಂದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಖರೀದಿಸಬಹುದೇ ಮೂರು ಪಾಯಿಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿತ್ತು. (ಹೌದು, ಇಲ್ಲ, ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ) ಶೇ. 80 ರಷ್ಟು ಜನರು ಹಣದಿಂದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯು ಅವರಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀಡುವುದು ಯಾವುದು? ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ ಶೇ. 50 ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದವರು ಮನಸ್ಸಿನ ಶಾಂತಿ (52%) ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ (50%) ಅವರಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಇದರ ನಂತರ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ಸು (ಶೇ. 43), ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ (ಶೇ. 40) ಮುಂತಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಬಂದವು. ಕೇಳಲಾದ ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯೆಂದರೆ ಅವರು ಅತೃಪ್ತಿ ಅಥವಾ ದುಃಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದಾಗ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ? ಶೇ. 36 ರಷ್ಟು ಜನರು ಸಂಗೀತವನ್ನು ಕೇಳಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ವರದಿಯಾಗಿದೆ. ಶೇ. 23 ರಷ್ಟು ಜನರು ಸ್ನೇಹಿತರ ಸಹವಾಸದಲ್ಲಿ ಬಿಡುವು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಶೇ. 15 ರಷ್ಟು ಜನರು ಚಲನಚಿತ್ರಕ್ಕಾಗಿ ಹೋದರು ಎಂಬುದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.

(ಬಿ) **ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಗುಂಪಿಗೆ :–** ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಸಂದರ್ಶಕರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಗುಂಪನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದರ ಒಂದು ರೂಪಾಂತರವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕೃತ ಗುಂಪು ಚರ್ಚೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

(ಸಿ) **ಗುಂಪಿನಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ :–** ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ಸಂದರ್ಶಕರಿಂದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸುವ ಸ್ಥಿತಿ ಇದು ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನೀವು ಉದ್ಯೋಗ ಸಂದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ ಅನುಭವಿಸಬಹುದು.

ಡಿ) **ಗುಂಪಿನಿಂದ ಗುಂಪಿಗೆ :–** ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ಸಂದರ್ಶಕರು ಮತ್ತೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಸಂದರ್ಶನ ಮಾಡುವ ರೀತಿಯಾಗಿದೆ.

ಸಂದರ್ಶನವು ಒಂದು ಕೌಶಲ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ ತರಬೇತಿ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಒಬ್ಬ ಉತ್ತಮ ಸಂದರ್ಶಕನಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರಿಂದ ಹೇಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಉತ್ತರ ಪಡೆಯಬೇಕು ಹಾಗು ಸೂಕ್ತವಾದ ಉತ್ತರ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಅವನು/ಳು ಉತ್ತರಿಸುವ/ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ತಿಳಿಯುತ್ತಾನೆ. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ತನಿಖೆ ನಡೆಸುತ್ತಾನೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಅಸ್ಪಷ್ಟ ಉತ್ತರ ನೀಡಿದರೆ ಸಂದರ್ಶಕರು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು.

ಸಂದರ್ಶನ ವಿಧಾನವು ಆಳವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ನಮ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಹಾಗೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹದ್ದಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಅನಕ್ಷರಸ್ಥರೊಂದಿಗೂ ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು. ಸಂದರ್ಶಕನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆಯೇ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಭಾವಾರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಸಬಹುದು. ಆದಾಗ್ಯೂ ಸಂದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಒಂದು ಗಂಟೆ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿ ಸಮೀಕ್ಷೆ :

ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯ, ಸರಳ, ಬಹುಮುಖಿ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದ ಸ್ವಯಂ–ವರದಿ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ಇದು ಪೂರ್ವ ನಿರ್ಧರಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಗುಂಪನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮೌಖಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸುವ ಬದಲು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಕಾಗದದ ಮೇಲೆ ಗುರುತಿಸಬೇಕು. ಅವು ಕೆಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ರಚನಾತ್ಮಕ ಸಂದರ್ಶನಗಳಂತೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಬರೆದು ಸಂಶೋಧಕರಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿಸಬೇಕು. ಅಥವಾ ಮಿಂಚಂಚೆ (ಮೇಲ್) ಮೂಲಕವೂ ಕಳುಹಿಸಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಕ್ತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಮುಚ್ಚಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು, ಮುಕ್ತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರು ಯಾವುದೇ ಉತ್ತರವನ್ನು ಬರೆಯಲು ಸ್ವತಂತ್ರರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಮುಚ್ಚಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳ ಸಂಭವನೀಯ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರು ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಚ್ಚಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ – ಹೌದು/ಅಲ್ಲ, ಸರಿ/ತಪ್ಪು, ಬಹುಆಯ್ಕೆ ಅಥವಾ ದರ್ಜಾ ಮಾಪನಿಯನ್ನು ಬಳಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ದರ್ಜಾಮಾಪಿನಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಿಸುವವರು 3 ಪಾಯಿಂಟ್ (ದರ್ಜೆಯ) (ಒಪ್ಪಿಗೆ, ನಿರಾಕರಿಸದ, ಅಸಮ್ಮತಿ) ಅಥವಾ 5 ಪಾಯಿಂಟ್ (ದರ್ಜೆಯ) ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಗೆ, ಒಪ್ಪಿಗೆ, ನಿರ್ಧರಿಸದ, ಅಸಮ್ಮತಿ, ಬಲವಾದ ಅಸಮ್ಮತಿ) ಅಥವಾ 7 ಪಾಯಿಂಟ್ (ದರ್ಜೆಯ), 9 ದರ್ಜೆಯ ಅಥವಾ 11 ದರ್ಜೆಯ ಮಾಪನಿ ಅಥವಾ 13 ದರ್ಜೆಯ ಮಾಪನಿ. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ಆದ್ಯತೆಯ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಶ್ರೇಣಿಕರಿಸಲು ಕೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಮತ್ತು ಜನಸಂಖ್ಯಾ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು, ಹಿಂದಿನ ವರ್ತನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು, ಒಂದು ವಿಷಯದ ಬಗೆಗಿನ ಜ್ಞಾನ, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಗಳನ್ನು ಮಿಂಚಂಚೆ (ಮೇಲ್) ಕಳುಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸಮೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮೇಲ್ (ಮಿಂಚಂಚೆ) ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಳಪೆಯಾಗಿದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 2.3

ತನಿಖಾಧಿಕಾರಿಯೊಬ್ಬರು ಅಂತರ್ಜಾಲದ ಮೂಲಕ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಕಲ್ಯಾಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜನರ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ, ಈ ಅಧ್ಯಯನವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆಯೇ? ಏಕೆ ಇದೆ ಅಥವಾ ಏಕೆ ಇಲ್ಲ?

ದೂರವಾಣಿ ಸಮೀಕ್ಷೆ :

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸಮೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ದೂರವಾಣಿ ಮೂಲಕ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಎಸ್ಸೆಮ್ಮೆಸ್‌ಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ವೀಕ್ಷಣೆಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಕೇಳುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ನೋಡಿರಬೇಕು. ದೂರವಾಣಿ ಸಮೀಕ್ಷೆಯು ಸಮಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದವರಿಗೆ ಸಂದರ್ಶಕರು ತಿಳಿದಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದವರ ಅಸಹಕಾರ, ಹಿಂಜರಿಕೆ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ನೋಟದ ಉತ್ತರಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರಿಂದ ಭಿನ್ನವಾಗಿರಬಹುದು. ಉದಾ – ವಯಸ್ಸು, ಲಿಂಗ, ಆದಾಯ ಮಟ್ಟ, ಶಿಕ್ಷಣದ ಮಟ್ಟ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮೇಲೆ ಅವರ ಮಾನಸಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲದೆ ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಪಕ್ಷಪಾತದ ರೀತಿಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ವೀಕ್ಷಣೆಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಮೊದಲೇ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಸಹ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಧಾನವು ತನ್ನದೇ ಆದ ಅನುಕೂಲಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಸಂಶೋಧಕರು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಿಧಾನವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.

ಸಮೀಕ್ಷಾ ವಿಧಾನವು ಹಲವಾರು ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಸಾವಿರಾರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು. ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಸಮೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ನಡೆಸಬಹುದಾದ್ದರಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉದ್ಭವಿಸಿದ ತಕ್ಷಣವೇ ಹೊಸ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಸಮೀಕ್ಷೆಗೆ ಕೆಲವು ಮಿತಿಗಳು

ಇವೆ. ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ನೆನಪಿನ ಕೊರತೆಯಿಂದಾಗಿ ಜನರು ತಪ್ಪಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಅಥವಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಏನು ನಂಬುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರಿಗೆ ತಿಳಿಸಲು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಸಂಶೋಧಕರು ಕೇಳಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಜನರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಅಷ್ಟೆ.

ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು (Psychological Tests)

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಭಿನ್ನತೆಗಳ ಮೌಲ್ಯ ಮಾಪನವು ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಪ್ರಮುಖ ಕಾಳಜಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ, ಆಸಕ್ತಿ, ವರ್ತನೆಗಳು, ಮೌಲ್ಯಗಳು, ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗಳಂತಹ ವಿವಿಧ ಮಾನವ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನಕ್ಕಾಗಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಆಯ್ಕೆ, ಉದ್ಯೋಗ, ತರಬೇತಿ ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ತರಬೇತಿ ನೀಡಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕೆ, ರೋಗನಿರ್ಣಯಿಸಲು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯಗಳು, ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳು, ರಕ್ಷಣಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೀರಾ? ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಆ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು (ITEM) ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಅಥವಾ ಘಟಕಗಳೆನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ಪರೀಕ್ಷೆಯು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮಾನವನ ಗುಣಲಕ್ಷಣ ಅಥವಾ ಗುಣಲಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸುವ ಸಂಭವನೀಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಇರುವ ಹಲವಾರು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿರಬಹುದು. ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದ ಗುಣಲಕ್ಷಣವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿಸ್ಸಂದಿಗ್ಧವಾಗಿ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಆ ಗುಣಲಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಸಂಬಂಧಿಸಿರಬೇಕು ಎಂಬುದು ಇಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಯೋಮಾನದವರಿಗೆ ಎಂದು ನೀವು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಇದು ನಿಗದಿತ ಸಮಯದ ಮಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ತಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ ಮತ್ತು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ಉಪಕರಣ. ಇದನ್ನು ಕೆಲವು ಮಾನಸಿಕ ಅಥವಾ ವರ್ತನೆಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಮೇಲೆ ಇತರರಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಿಲುವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ಇದನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ಯೋಗ್ಯವಾಗಿದೆ. ವಸ್ತುನಿಷ್ಠತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾಣೀಕರಣ. ವಸ್ತುನಿಷ್ಠತೆ ಎಂದರೆ ಇಬ್ಬರು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಶೋಧಕರು ಒಂದೇ ಗುಂಪಿನ ಜನರ ಮೇಲೆ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿದರೆ ಇಬ್ಬರೂ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಒಂದೇ ಮೌಲ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಅಂಶವನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತದೆ. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ಅಳತೆಯಾಗಲು ವಿಭಿನ್ನ ಓದುಗರಿಗೆ ಒಂದೇ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪದಗಳಾಗಿರಬೇಕು. ಅಲ್ಲದೆ ಪರೀಕ್ಷಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ಉತ್ತರಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಪರೀಕ್ಷಾಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪಡಿಸಬೇಕು. ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವನ್ನು ತಿಳಿಸಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆ ಪರಿಸರದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು, ಸಮಯದ ಮಿತಿ, ಆಡಳಿತದ ವಿಧಾನ (ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಥವಾ ಗುಂಪು)ವನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು. ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಅಂಕ ನೀಡುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ವಿವರಿಸಬೇಕು. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ನಿರ್ಮಾಣವು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಹಂತಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇದು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ವಿವರವಾದ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ, **ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆ, ಸಿಂಧುತ್ವ ಮತ್ತು ರೂಢಿಗಳು** ಇವುಗಳನ್ನು ಅಂದಾಜು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆ : ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಎರಡು ವಿಭಿನ್ನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪಡೆದ ಅಂಕಗಳ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಇಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗುಂಪಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೀರಿ. 20 ದಿನಗಳ ನಂತರ ಅದೇ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಮರು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೀರಿ. ಪರೀಕ್ಷೆಯು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಾಗಿದ್ದರೆ ಎರಡು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪಡೆದ ಅಂಕಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಇರಬಾರದು ಇದಕ್ಕೆ ನಾವು ಪರೀಕ್ಷೆ 'ಮರುಪರೀಕ್ಷೆ ಮುಖಾಂತರ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರ ಮಾಡಬಹುದು. 'ಪರೀಕ್ಷೆ' ಮರುಪರೀಕ್ಷೆ' ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆ (test - retest reliability) ಇದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. (ಅಥವಾ ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಾ ಅಂಕಗಳ ಸ್ಥಿರತೆ) ಒಂದೇ ಗುಂಪಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ಜೋಡಿ ಅಂಕಗಳು (set scores) ನಡುವಿನ ಸಹ ಸಂಬಂಧದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಮತ್ತೊಂದು ರೀತಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ 'ವಿಭಜನೆ ಅರ್ಧ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆ' (split - half reliability) ಇದು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿರತೆಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (ಐಟಂಗಳು ಒಂದೇ ವಲಯದಿಂದ ಬಂದಿದ್ದರೆ ಅವು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಎಂಬ ಊಹೆಯನ್ನ ಇದು ಆಧರಿಸಿದೆ. ಅವರು ವಿಭಿನ್ನ ವಲಯಗಳಿಂದ ಬಂದಿದ್ದರೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ– ಸೇಬುಗಳು ಮತ್ತು ಕಿತ್ತಳೆ. ಆಗ ಅವರು ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಪರೀಕ್ಷೆ ಬೆಸ–ಸಮ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸುವರು. ಇಲ್ಲಿ ಎರಡು ಸಮಾನ ಭಾಗಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. (ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು 1, 3, 5 ಒಂದು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು 2, 4, 6 ಇನ್ನೊಂದು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ) ಬೆಸ–ಸಮ ಅಂಕಗಳ ನಡುವೆ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಬಳಕೆಗೆ ಯೋಗ್ಯವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಅದು ಮಾನ್ಯವಾಗಿರಬೇಕು. ಅದು ಸಿಂಧುತ್ವದ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಅಳೆಯಲು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಅಳೆಯುತ್ತದೆಯೋ? ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಗಣಿತ ಸಾಧನೆಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದರೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಗಣಿತದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅಳೆಯುತ್ತದೆಯೇ ಅಥವಾ ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಭಾಷಾ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆಯನ್ನು ಅಳೆಯುತ್ತದೆಯೇ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಯಾವಾಗ ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ ಪರೀಕ್ಷೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ ರೂಢಿಗಳು ಪರೀಕ್ಷೆಗಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮೊದಲೇ ಹೇಳಿದಂತೆ ರೂಢಿಯು ಗುಂಪಿನ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಥವಾ ಸರಾಸರಿ ಕಾರ್ಯ ಕ್ಷಮತೆಯಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರ ಸರಾಸರಿ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಅವರ ವಯಸ್ಸು, ಲಿಂಗ, ವಾಸಸ್ಥಳ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಹೊಂದಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಅದೇ ಗುಂಪಿನ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಪಡೆದ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ವಿಧಗಳು :–

ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಭಾಷೆ, ಆಡಳಿತದ ವಿಧಾನ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಗಳ ಮಟ್ಟಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ವರ್ಗೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಭಾಷೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ನಾವು **ಮೌಖಿಕ, ಮೌಖಿಕವಲ್ಲದ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ**ಗಳೆಂದು (ಭಾಷಾತ್ಮಕ, ಭಾಷಾರಹಿತ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ) ಎಂದು ವಿಂಗಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮೌಖಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಕ್ಷರತೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೆಲವು ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಬರೆಯಬೇಕು. ಭಾಷಾರಹಿತ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮರ್ಥ್ಯಧಾರಿತ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಆಯಾ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ವಸ್ತುಗಳ ಚಲನೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

ಆಡಳಿತದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ **ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಗುಂಪು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು**. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಗುಂಪು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕರು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮುಖಾಮುಖಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಟಿಪ್ಪಣಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಗುಂಪು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (items) ಉತ್ತರಿಸುವ ಸೂಚನೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಬರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪರೀಕ್ಷಾ ನಿರ್ವಾಹಕರು ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಂಪಿಗೆ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಜೊತೆಗೆ ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಮತ್ತು ಭಾಷೆ ತಿಳಿಯದವರಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಪ್ರಮುಖ ವಿಧಾನವಾಗಿವೆ. ಗುಂಪು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕೆಲವು ಮಿತಿಗಳಿಂದ ತುಂಬಿವೆ. ಉತ್ತರಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರೇರಣೆ ಪಡೆಯದೆ ಇರಬಹುದು ಮತ್ತು ನಕಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಸಹ **ವೇಗ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ**ಗಳೆಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ. ವೇಗ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಎಲ್ಲಾ ಐಟಂಗಳಿಗೆ (ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ) ಉತ್ತರಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಮಯದ ಮಿತಿಯಿರುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ನಿಖರವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಲು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವೇಗ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಒಂದೇ ತೆರನಾದ ಕಷ್ಟ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಯಾವುದೇ ಸಮಯದ ಮಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕ್ರಮಾನುಗತದ ಕ್ಲಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜೋಡಿಸಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಉದಾಹರಣೆಗೆ 6ನೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ನಂತರದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಅವನು/ಅವಳು ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಾನೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಶುದ್ಧ ವೇಗ ಅಥವಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ವೇಗ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಎರಡರ ಸಂಶೋಧನೆಯಾಗಿವೆ.

ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ, ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾಳಜಿಯಿಂದ ಬಳಸಬೇಕು. ಪರೀಕ್ಷಾ ಬಳಕೆದಾರರು ಅಥವಾ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಬಾರದು. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಹಿನ್ನೆಲೆ, ಆಸಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸಬೇಕು.

ಚಟುವಟಿಕೆ 2.4

ಕೈಪಿಡಿಯೊಂದಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಓದಿ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ

- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಕಾರ.
- ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆ: ಸಿಂಧುತ್ವ ಮತ್ತು ರೂಢಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ.
- ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಪ್ರಕಾರ: ವೇಗ, ಸಾಮಾರ್ಥ್ಯ ಅಥವಾ ಮಿಶ್ರ.
- ಯಾವುದೇ ಇತರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು.

ಇತರೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನ (Case Study)

ಈ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರಕರಣದ ಆಳವಾದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಒತ್ತು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಶೋಧಕರು ಅರ್ಥವಾಗುವ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳ ಮೇಲೆ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ಹೊಸ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಪ್ರಕರಣಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಕರಣವು ವಿಶಿಷ್ಟ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರಬಹುದು. (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವ ರೋಗಿಯಲ್ಲ) ಅಥವಾ ಅವರಲ್ಲಿ ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಣ್ಣ ಗುಂಪು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ರವೀಂದ್ರನಾಥ್ ಠಾಗೋರ್ ಮತ್ತು ಮಹಾದೇವಿ ವರ್ಮಾರವರಂತಹ ಸೃಜನಶೀಲ ಲೇಖಕರು) ಸಂಸ್ಥೆಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕಳಪೆ ಅಥವಾ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆ ಅಥವಾ ಕಾರ್ಪೋರೇಟ್ ಕಛೇರಿ) ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಘಟನೆಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ – ಸುನಾಮಿ, ಯುದ್ಧ ಅಥವಾ ವಾಹನಮಾಲಿನ್ಯ) ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಂದ ವಿನಾಶಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ಮಕ್ಕಳು) ನಾವು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯು ಸಹ ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನವು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಹಲವಾರು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ– ಸಂದರ್ಶನ, ವೀಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರು ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸಬಹುದು. ವ್ಯಕ್ತಿಅಧ್ಯಯನದ ಸಹಾಯದಿಂದ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಭಾವನೆಗಳು, ಕಲ್ಪನೆಗಳು, ಭರವಸೆಗಳು, ಭಯಗಳು, ಆಘಾತಕಾರಿ ಅನುಭವಗಳು, ಪೋಷಕರ ಪಾಲನೆ ಮುಂತಾದುವುಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಘಟನೆಗಳ ನಿರೂಪಣೆ ಅಥವಾ ವಿವರವಾದ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಧಾನವು ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನದ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದ ಸಂಶೋಧನಾ ಸಾಧನವಾಗಿವೆ. ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣಾ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಫ್ರಾಯ್ಡ್‌ನ ಒಳನೋಟಗಳಿಂದ

ಮತ್ತು ಅವಲೋಕನಗಳಿಂದ ತಿಳಿದುಬಂದ ಅಂಶವೆಂದರೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ನಿಖರವಾದ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತೋರಿಸಿದರು.

ಅದೇ ರೀತಿ ಪಿಯಾಜೆಯವರು ತನ್ನ ಮೂವರು ಮಕ್ಕಳ ಅವಲೋಕನಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದರು. ಮಕ್ಕಳ ಸಾಮಾಜೀಕರಣದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಿನೆಟಿನ್ ಮತ್ತು ಹಿಚ್‌ಕಾಕ್ ಅವರು ಸಾಮಾಜೀಕರಣದ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಖಲಾಪುರದ ರಜಪೂತರ ಮಕ್ಕಳ ನಡುವೆ ನಡೆಸಿದರು. ಎಸ್. ಆನಂದಲಕ್ಷ್ಮೀಯವರು ವಾರಣಾಸಿಯ ನೇಕಾರರ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಬಾಲ್ಯದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದರು. ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನವು ಜನರ ಜೀವನದ ವಿವರವಾದ, ಆಳವಾದ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ, ಆದಾಗ್ಯೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರಕರಣಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು. ಒಂದೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಸಿಂಧುತ್ವದ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಸವಾಲಾಗಿದೆ. ಹಲವಾರು ತನಿಖಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವಿವಿಧ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಬಹು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ದತ್ತಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯು ಸಹ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ದತ್ತಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಸಂಶೋಧಕರು ಸಂಶೋಧನಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವಿವಿಧ ದತ್ತಾಂಶ ಮೂಲಗಳನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಪುರಾಣಗಳ ಸರಣಿಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಓದಿದಂತೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಧಾನವು ತನ್ನದೇ ಆದ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಅನುಕೂಲಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಂಶೋಧಕರು ಕೇವಲ ಒಂದು ವಿಧಾನವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಬಾರದು ಎಂಬುದು ಅಪೇಕ್ಷಣೀಯವಾಗಿದೆ. ನೈಜ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಎರಡು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿಧಾನಗಳ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ವಿಧಾನಗಳು ಒಂದೇ ರೀತಿ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು.

ಚಟುವಟಿಕೆ 2.5

ಕೆಳಗಿನ ಸಂಶೋಧನಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ವಿಚಾರಣೆಯ ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ತವಾದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ:–

- ಜನರ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೇಲೆ ಶಬ್ಧ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆಯೇ ?
- ಕಾಲೇಜು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ವಸ್ತ್ರಸಂಹಿತೆ (dress code) ಇರಬೇಕೇ ?
- ಮನೆಗೆಲಸ (homework) ದ ಬಗ್ಗೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಪೋಷಕರ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದು.
- ಆಟದ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದು.
- ನಿಮ್ಮ ನೆಚ್ಚಿನ ನಾಯಕನ ಜೀವನದ ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚುವುದು.
- ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ 8ನೇ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಆತಂಕದ ಮಟ್ಟವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದು.

ದತ್ತಾಂಶಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ (Analysis of Data)

ಹಿಂದಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಾವುಗಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ವಿವಿಧ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿದ್ದೇವೆ. ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ನಂತರ, ಮುಂದಿನ ಕೆಲಸವು ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ದತ್ತಾಂಶ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಗೋಸ್ಕರ ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ಕ್ರಮಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಪರಿಮಾಣಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಗುಣಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನಗಳು. ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಈ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸೋಣ.

ಪರಿಮಾಣಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನ:– ನೀವು ಈಗ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿರುವಂತೆ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ರಚನಾತ್ಮಕ ಸಂದರ್ಶನಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಮುಚ್ಚಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಸರಣಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಈ ಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಸಂಭವನೀಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಕ್ರಮಾನುಗತ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಅವರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ– ಅವು 1 (ಕಡಿಮೆ) 5, 7 ಅಥವಾ 11 (ಹೆಚ್ಚು) ರವರೆಗೆ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಕಾರ್ಯವು ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಆರಿಸುವುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸರಿ ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿವೆ. ಸಂಶೋಧಕರು ಪ್ರತಿ ಉತ್ತರಕ್ಕೂ ಒಂದು ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ನಿಯೋಜಿಸುತ್ತಾರೆ. (ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರಗಳಿಗಾಗಿ '1' ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ಉತ್ತರಗಳಿಗೆ '0') ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕರು ಈ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಖ್ಯೆಗಳ ಒಟ್ಟು ಮೊತ್ತವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಾಚಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅಂಕವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಒಂದು ಗುಣಲಕ್ಷಣದ ಮೇಲೆ ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತದೆ. (ಉದಾಹರಣೆಗೆ– ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ, ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ) ಹಾಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಸಂಶೋಧಕರು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಒಂದು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ (ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು) ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ.

ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ, ಒಬ್ಬ ಸಂಶೋದಕನು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗುಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಬಹುದು. ಅಥವಾ ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಸಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ನೀವು ಕೆಲವು ಅಂಕಿ ಅಂಶಗಳ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಕೆ ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ನೀವು 10ನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಗಣಿತಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಯ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಮಾಪನಗಳ (ಸರಾಸರಿ, ಮಧ್ಯಾಂಕ, ಮಧ್ಯಮಾಂಕ) ವ್ಯತ್ಯಾಸದ ವಿಧಾನಗಳು (ಶ್ರೇಣಿ, ಚತುರ್ಥಕ ವಿಚಲನೆ, ಸಪ್ರಮಾರ್ತಿತ ವಿಚಲನೆ) ಸಹಸಂಬಂಧದ ಸಹಪರಿಣಾಮಗಳು ಮತ್ತು ಮುಂತಾದವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೋಡಿದ್ದೀರಿ. ಇವುಗಳು ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಸುಧಾರಿತ ಸಂಖ್ಯೆಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ದತ್ತಾಂಶಗಳಿಗೆ ಅರ್ಥವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು.

ಗುಣಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನ :–

ಮಾನವನ ಅನುಭವಗಳು ಸಂಕೀರ್ಣವಾಗಿವೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿ ಅದರಿಂದ ಬಂದ ಉತ್ತರದಿಂದ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೊರತೆಗೆದಾಗ ಆ ಸಂಕೀರ್ಣತೆ ಕಳೆದು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ತನ್ನ ಮಗುವಿನ ಸಾವಿನ ಬಗ್ಗೆ ತಾಯಿಯು ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾಳೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಆಕೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೇಗೆ

ತಿಳಿಸುತ್ತಾಳೆ ಮತ್ತು ಆಕೆಯ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಅವರು ಯಾವ ಅಡಕವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನೀವು ಅವರ ಕಥೆಯನ್ನು ಕೇಳಬೇಕು. ಅದರ ಪ್ರಮಾಣೀಕರಣದ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯತ್ನವು ಅಂತಹ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸುವ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿವಿಧ ಗುಣಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ನಿರೂಪಣಾ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ (Narrative analysis). ಅಲ್ಲದೆ ಅಂಕಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ದತ್ತಾಂಶವು ಯಾವಾಗಲೂ ಲಭ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಶೋಧಕರು ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ವೀಕ್ಷಣೆ ಅಥವಾ ರಚನೆಯಲ್ಲದ ಸಂದರ್ಶನದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿದಾಗ ದತ್ತಾಂಶವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಿವರಣಾತ್ಮಕ ರೂಪದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಸ್ವಂತ ಮಾತುಗಳು, ಸಂಶೋಧಕರು ತೆಗೆದ ಕ್ಷೇತ್ರ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳು, ಛಾಯಾ ಚಿತ್ರಗಳು, ಸಂಶೋಧಕರು ಗಮನಿಸಿದ ಸಂದರ್ಶನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಗಳು, ಅಥವಾ ಟೇಪ್ ಮಾಡಿದ ರೆಕಾರ್ಡ್‌ಗಳು/ವಿಡಿಯೋ ರೆಕಾರ್ಡ್‌ಗಳು, ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಮಾತುಕತೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ. ಈ ರೀತಿಯ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಅಂಕಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅಂಕಿಅಂಶಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಗೆ ಒಳ ಪಡಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಿಗೆ ವಿಷಯಾಧಾರಿತ ವರ್ಗಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಮತ್ತು ದತ್ತಾಂಶದಿಂದ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆ ವರ್ಗಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಸಂಶೋಧಕರು ವಿಷಯ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯ ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಹೆಚ್ಚು ವಿವರಣಾತ್ಮಕವಾಗಿದೆ.

ಪರಿಮಾಣಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಗುಣಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನಗಳು ಪರಸ್ಪರ ವಿರೋಧಾತ್ಮಕವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬದಲಿಗೆ ಅವು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಪೂರಕವಾಗಿವೆ. ಒಂದು ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಎರಡೂ ವಿಧಾನಗಳ ಸೂಕ್ತವಾದ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯ ಮಿತಿಗಳು (Limitations of Psychological Enquiry)

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಧಾನದ ಅನುಕೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಈಗಾಗಲೇ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮಾಪನದಿಂದ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಓದುತ್ತೀರಿ.

1. ನಿಜವಾದ ಶೂನ್ಯ ಬಿಂದುವಿನ ಕೊರತೆ :–

ಭೌತ ವಿಜ್ಞಾನಗಳಲ್ಲೂ ಮಾಪನಗಳು ಶೂನ್ಯದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಟೇಬಲ್‌ನ ಉದ್ದವನ್ನು ಅಳೆಯಲು ಬಯಸಿದರೆ ನೀವು ಅದನ್ನು ಶೂನ್ಯದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಅಳೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದು 3" ಉದ್ದವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಳತೆಗಳು ನಿಜವಾದ ಶೂನ್ಯ ಬಿಂದುವನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಶೂನ್ಯ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಇಲ್ಲ. ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿನ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಇದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದರೆ ಅವರು ನಿರಂಕುಶವಾಗಿ ಒಂದು ಬಿಂದುವನ್ನು 'ಶೂನ್ಯ ಬಿಂದು' ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಅಂಕಗಳು ಬಂದರೂ ಅವು ಸಂಪೂರ್ಣವಲ್ಲ ಬದಲಿಗೆ ಅವರು ಅದರ ಸಾಪೇಕ್ಷ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರೇಯಾಂಕಗಳನ್ನು ಅಂಕಗಳಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕೆಲವು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪಡೆದ ಅಂಕಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಶಿಕ್ಷಕರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಒಂದು ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಜೋಡಿಸುತ್ತಾರೆ. 1, 2, 3, 4......... ಇತ್ಯಾದಿ ಅಂತಹ ಮೌಲ್ಯ ಮಾಪನದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದರೆ ಮೊದಲ ಮತ್ತು ಎರಡನೇ ಶ್ರೇಣಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಎರಡನೇ ಮತ್ತು ಮೂರನೇ ಶ್ರೇಣಿ ಹೊಂದಿರುವವರ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಒಂದೇ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಒಟ್ಟು 50 ಅಂಕಗಳಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಶ್ರೇಣಿ ಪಡೆದವರ ಅಂಕ 48, ಎರಡನೇಯವರು 47 ಮತ್ತು ಮೂರನೆಯವ 40, ನೀವು ನೋಡುವಂತೆ ಮೊದಲ ಮತ್ತು ಎರಡನೇ ಶ್ರೇಣಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಎರಡನೇ ಶ್ರೇಣಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಎರಡನೇ ಮತ್ತು ಮೂರನೇ ಶ್ರೇಯಾಂಕ ಹೊಂದಿರುವವರ ನಡುವೆ ಒಂದೇ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಕೂಡ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮಾಪನದ ಸಾಪೇಕ್ಷ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಸಹ ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ.

2. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಸಾಪೇಕ್ಷ ಸ್ವರೂಪ:

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸನ್ನಿವೇಶದ ಪ್ರಮುಖ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಗರ ಪ್ರದೇಶದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಲಾದ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ನಗರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಪರಿಚಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು (items) ಒಳಗೊಂಡಿರಬೇಕು, ಬಹುಮಹಡಿ ಕಟ್ಟಡಗಳು, ವಿಮಾನಗಳು, ಮೆಟ್ರೋರೈಲು ಇತ್ಯಾದಿ. ಇಂತಹ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಬುಡಕಟ್ಟು ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬಳಸಲು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ಅವರು ಸಸ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಇರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸರಾಗವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಬಲ್ಲರು. ಅದೇ ರೀತಿ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಲಾದ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಭಾರತೀಯ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅನ್ವಯಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಅನ್ವಯಿಸದೇ ಇರಬಹುದು. ಅಂತಹ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾರ್ಪಡಿಸಬೇಕು. ಮತ್ತು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

3. ಗುಣಾತ್ಮಕ ದತ್ತಾಂಶದ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆ :

ಗುಣಾತ್ಮಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳ ದತ್ತಾಂಶವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳ ಸಂಶೋಧಕರು ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಒದಗಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಅರ್ಥೈಸಿದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆಯು ಒಬ್ಬರಿಂದ ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಗುಣಾತ್ಮಕ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಕ್ಷೇತ್ರ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ತನಿಖಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಮಾಡಬೇಕು. ಅವರು ದಿನದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಅವಲೋಕನಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಅದಕ್ಕೆ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೀಡುವ ಮೊದಲು ಒಂದು ಒಪ್ಪಂದಕ್ಕೆ ಬರಬೇಕು. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವವರೂ ಸಹ ಅರ್ಥ ನಿರ್ಮಾಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಉತ್ತಮ.

ನೈತಿಕ ಮಿತಿಗಳು (Ethical Issues)

ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವಾಗ ಸಂಶೋಧಕನು ಕೆಲವು ನೀತಿಗಳನ್ನು (ಅಥವಾ ನೈತಿಕ ತತ್ವಗಳನ್ನು) ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ತತ್ವಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಗೌಪ್ಯತೆಗೆ ಗೌರವ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆಯ್ಕೆಗೆ ಅವಕಾಶ,

ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರನ್ನು ಯಾವುದೇ ಹಾನಿಯಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನ್ಯಾಯ ದೊರಕಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಈ ನೈತಿಕ ತತ್ವಗಳ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಕೆಳಗಿನಂತೆ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

1. ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆ :–

ಈ ತತ್ವವು ನೀವು ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಬಯಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕೇ ಅಥವಾ ಬೇಡವೇ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಯಾವುದೇ ಒತ್ತಾಯ ಅಥವಾ ಅತಿಯಾದ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ತಮ್ಮ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ದಂಡವಿಲ್ಲದೆ ಹಿಂತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

2. ತಿಳುವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ಸಮ್ಮತಿ :–

ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಅಧ್ಯಯನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ತಿಳುವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ಒಪ್ಪಿಗೆಯ ತತ್ವವು ಸಂಭಾವ್ಯ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಅವರಿಂದ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಈ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವರು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ವಿದ್ಯುತ್ ಶಾಕ್ (ಆಘಾತವನ್ನು) ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅಸಹಕಾರ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹಾನಿಕಾರಕ ಅಥವಾ ಅಹಿತಕರ) ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೆಲವು ಖಾಸಗಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಯಾವುದನ್ನು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವುದು ಸಹ. ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ವಂಚನೆಯ ತಂತ್ರವನ್ನು (technique of deception) ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ಕೆಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸಲು ಅಥವಾ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಅವರ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ತುಂಬಾ ಬುದ್ಧಿವಂತರು, ನೀವು ಅಸಮರ್ಥರು) ಆದ್ದರಿಂದ ಅಧ್ಯಯನದ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ಅದರ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

3. ಡಿಬ್ರೀಫಿಂಗ್ (ಚರ್ಚೆ) :–

ಅಧ್ಯಯನವು ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅವರ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ವಂಚನೆಯನ್ನು (deception) ಬಳಸಿದ್ದರೆ ಚರ್ಚೆಯು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ಅದೇ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಡಿಬ್ರೀಫಿಂಗ್ (ಚರ್ಚೆ) ಖಚಿತಪಡಿಸಬೇಕು. ಅಧ್ಯಯನದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಮೋಸ ಹೋದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಅನುಭವಿಸಬಹುದಾದ ಯಾವುದೇ ಆತಂಕ ಅಥವಾ ಇತರ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಸಂಶೋಧಕರು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

4. ಅಧ್ಯಯನದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು:–

ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ನಂತರ ನಾವು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗುತ್ತೇವೆ. ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಸಂಶೋಧಕರು ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಬಳಿಗೆ ಹಿಂತಿರುಗುವುದು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿವೆ. ನೀವು ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆಗೆ ಹೋದಾಗ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಕೆಲವು ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ತನಿಖೆ ಮಾಡಿದ ಅವರ ವರ್ತನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದು ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಸಂಶೋಧಕರಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಬಳಿಗೆ ಹಿಂತಿರುರುವುದು ನಮ್ಮ ನೈತಿಕ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಎರಡು ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಒಂದು ನೀವು ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತೀರಿ. ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸಬಹುದು. ಇದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿಮಗೆ ಹೊಸ ಒಳನೋಟಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

5. ದತ್ತಾಂಶಗಳ ಮೂಲದ ಗೌಪ್ಯತೆ :–

ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಗೌಪ್ಯತೆಯ ಹಕ್ಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಸಂಶೋಧಕರು ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಒದಗಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾದ ವಿಶ್ವಾಸದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಅವರ ಗೌಪ್ಯತೆಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಬೇಕು. ಈ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಶೋಧನಾ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಯಾವುದೇ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಇತರೆ ಆಸಕ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ರವಾನಿಸಬಾರದು. ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಗೌಪ್ಯತೆಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಅವರ ಗುರುತನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು ಅಲ್ಲ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ದತ್ತಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹದ ಹಾಳೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೋಡ್ ನಂಬರ್‌ಗಳನ್ನು (code numbers) ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆ ಕೋಡ್‌ಗಳೊಂದಿಗಿನ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಶೋಧನೆ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಗುರುತಿನ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು

ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನ, ಗೌಪ್ಯತೆ, ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪು, ಸಹಸಂಬಂಧ ಸಂಶೋಧನೆ, ದತ್ತಾಂಶ, ಚರ್ಚೆ, ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕ, ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪು, ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನ, ಗುಂಪು ಪರೀಕ್ಷೆ, ಪ್ರಾಕ್ಕಲ್ಪನೆ, ಸ್ವತಂತ್ರಚಲಕ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಸಂದರ್ಶನ, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಹಸಂಬಂಧ, ರೂಢಿಗಳು, ವಸ್ತುನಿಷ್ಠತೆ, ಅವಲೋಕನ, ಧನಾತ್ಮಕ ಸಹಸಂಬಂಧ, ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು.

ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಗುಣಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಪರಿಮಾಣಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿ, ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆ, ವೇಗಪರೀಕ್ಷೆ, ರಚನಾತ್ಮಕ ಸಂದರ್ಶನ, ರಚನೆಯಲ್ಲದ ಸಂದರ್ಶನ, ಸಿಂಧುತ್ವ, ಚಲಕ.

ಸಾರಾಂಶ

- ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ ಮುನ್ನರಿವು, ವಿವರಣೆ, ವರ್ತನೆಯ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ಜ್ಞಾನದ ಅನ್ವಯಕ್ಕಾಗಿದೆ. ಇದು ಕೆಳಗಿನ ನಾಲ್ಕು ಹಂತಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಮಾಡುವುದು, ದತ್ತಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹಣೆ, ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು, ಸಂಶೋಧನಾ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಘಟನೆಗಳ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಮತ್ತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರ ಸ್ವಂತ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ.
- ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಮಾಹಿತಿ, ಪರಿಸರ, ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮಾಹಿತಿ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿನ ದತ್ತಾಂಶವು ಯಾವ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಸಂಗ್ರಹಣೆಗೆ ಬಳಸುವ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಮತ್ತು ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರುತ್ತದೆ.
- ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ವಿವಿಧ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಅವಲೋಕನಾ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಯ ಆಯ್ಕೆ, ಅದರ ರೆಕಾರ್ಡಿಂಗ್ ದಾಖಲಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಅವಲೋಕನವನ್ನು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ನಿಯಂತ್ರಿತ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ವೀಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಅಥವಾ ಭಾಗವಹಿಸದವರ ರೂಪವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನವು ಕಾರಣ ಪರಿಣಾಮದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕದ ಮೇಲೆ ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕದ ಇರುವಿಕೆಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸಹಸಂಬಂಧ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಉದ್ದೇಶವು ಚಲಕಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತನಿಖೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಮುನ್ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು. ಸಹಸಂಬಂಧವು ಧನಾತ್ಮಕ, ಶೂನ್ಯ ಅಥವಾ ಋಣಾತ್ಮಕವಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಸಂಯೋಜನೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು +1,0 ರಿಂದ 0.0 ರಿಂದ –1.0 ವರೆಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸಮೀಕ್ಷೆಯ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಗಮನವು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ವಾಸ್ತವಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು. ಸಮೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ರಚನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹಾಗು ರಚನಾತ್ಮಕವಲ್ಲದ ಸಂದರ್ಶನಗಳು, ಮೇಲ್ (ಮಿಂಚಂಚೆ) ಮಾಡಿದ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಗಳು ಮತ್ತು ದೂರವಾಣಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಸಮೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬಹುದು.
- ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ ಮತ್ತು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ಸಾಧನಗಳಾಗಿವೆ. ಇದು ಇತರರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಒಬ್ಬರ ನಿಲುವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಮೌಖಿಕ, ಅಮೌಖಿಕ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಾಗಿರಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಒಂದು ಗುಂಪಿಗೆ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು.
- ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನ ವಿಧಾನವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರವಾದ ಆಳವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಧಾನಗಳ ಬಳಕೆಯ ಮೂಲಕ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಪರಿಮಾಣಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಗುಣಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನಗಳ ಮೂಲಕ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಮಾಣಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಂಖ್ಯಾ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ. ನಿರೂಪಣಾ ವಿಧಾನ ಮತ್ತು ವಿಷಯ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯ ವಿಧಾನವು ಗುಣಾತ್ಮಕ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುವ ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳಾಗಿವೆ.
- **ಸಂಪೂರ್ಣ ಶೂನ್ಯ ಬಿಂದುವಿನ ಕೊರತೆ :–** ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಉಪಕರಣಗಳ ಸಾಪೇಕ್ಷ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಗುಣಾತ್ಮಕ ದತ್ತಾಂಶದ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯ ಕೆಲವು ಮಿತಿಗಳಾಗಿವೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆ ಅವರ ತಿಳುವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಮತ್ತು ಭಾಗವಹಿಸುವವರೊಂದಿಗೆ ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಹಂಚಿಕೆಯ ನೈತಿಕ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

1. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯ ಗುರಿಗಳು ಯಾವುವು?
2. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
3. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದತ್ತಾಂಶದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
4. ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ಗುಂಪುಗಳು ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ ? ಉದಾಹರಣೆಯ ಸಹಾಯದಿಂದ ವಿವರಿಸಿ.
5. ಸಂಶೋಧಕರು ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್‌ನ ವೇಗ ಮತ್ತು ಜನರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಸಂಬಂಧಿತ ಪ್ರಾಕ್ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿ ಹಾಗು ಸ್ವತಂತ್ರ ಮತ್ತು ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.
6. ವಿಚಾರಣೆಯ ವಿಧಾನವಾಗಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಧಾನದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.
7. ಡಾ. ಕೃಷ್ಣರವರು ನರ್ಸರಿ ಶಾಲೆಯ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಅವರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರದೆ ಅಥವಾ ಅವರ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸದೆ ಅವಲೋಕಿಸಿರುವುದು ಯಾವ ರೀತಿಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ? ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ ಅನುಕೂಲ ಮತ್ತು ಅನಾನುಕೂಲಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.
8. ಸಮೀಕ್ಷಾ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳ ಎರಡು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ. ಈ ವಿಧಾನದ ಮಿತಿಗಳು ಯಾವುವು?
9. ಸಂದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಾವುವು ?
10. ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
11. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆಯ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
12. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಣೆ ನಡೆಸುವಾಗ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ನೈತಿಕ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು ಯಾವುವು?

ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

1. ತರಗತಿ '5' ಮತ್ತು '9' ನೇ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಶಾಲೆಯ ನಂತರದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಸಮೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಂದರಲ್ಲಿ 10 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇವರುಗಳು ಅಧ್ಯಯನ, ಆಟ, ದೂರದರ್ಶನ ವೀಕ್ಷಣೆ, ಹವ್ಯಾಸಗಳು ಇವುಗಳಿಗೆ ಅವರು ಮೀಸಲಿಟ್ಟ ಸಮಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ಇದರಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಏನಾದರೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆಯೇ? ನೀವು ಯಾವ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಯಾವ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತೀರಿ.

2. 'ಕಾವ್ಯದ ಕಲಿಕೆ'ಯ ಮೇಲೆ ವಾಚನದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನೋಡಲು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ನಡೆಸಿ, ಒಟ್ಟು 6 ವರ್ಷದ, 10 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಅವರನ್ನು ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ, ಗುಂಪು '1'ಕ್ಕೆ ಕಲಿಯಲು ಹೊಸ ಕವಿತೆಯನ್ನು ನೀಡಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಜೋರಾಗಿ ಓದಲು ಸೂಚಿಸಿ. ಗುಂಪು –2ನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದೇ ಹೊಸ ಕವಿತೆಯನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಅವರಿಗೆ ನೀಡಿ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಜೋರಾಗಿ ಓದದಂತೆ ಅವರಿಗೆ ಸೂಚಿಸಿ, 15 ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ಎರಡೂ ಗುಂಪುಗಳು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ನಡೆದ ನಂತರ ಅವಲೋಕನವನ್ನು ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಸಂಶೋಧನೆಯ ಯಾವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸುವಿರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಕ್ಕಲ್ಪನೆ, ಚಲಕಗಳು ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿದ್ದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿನ್ಯಾಸ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಇತರೆ ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಅಧ್ಯಾಯ 3

ಮಾನವ ವಿಕಾಸ
Human Development

ಈ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ನೀವು ಅರಿಯಲಿರುವ ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು

- ವಿಕಾಸದ ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ವಿವರಣೆ.
- ಮಾನವನ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಅನುವಂಶಿಕತೆ, ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಸಂದರ್ಭದ ಪ್ರಭಾವ.
- ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಂತಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಶೈಶವಾವಸ್ಥೆ, ಬಾಲ್ಯ, ಹದಿಹರೆಯ, ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಪ್ರಮುಖ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು.
- ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿತ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸಲು.

ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ದಾಟುವ ರಸ್ತೆಯ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ನಾನು ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದೆಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ; ಅಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಇತಿಹಾಸದ ರಾಜರ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯಗಳ ನಡುವೆ ದೂತರು ಯಾವುದೇ ಕಾರಣವಿಲ್ಲದೇ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ; ಅಲ್ಲಿ ಕಾರಣವು ಅವಳ ಕಾನೂನುಗಳ ಗಾಳಿಪಟಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವಳನ್ನು ಹಾರಿಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಸತ್ಯವು ಸತ್ಯವನ್ನು ಅದರ ಸಂಕೋಲೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

– **ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಠಾಗೂರ್**

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ

ಪೀಠಿಕೆ
ವಿಕಾಸದ ಅರ್ಥ
ಜೀವಿತಾವಧಿ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸ
ಬೆಳವಣಿಗೆ, ವಿಕಾಸ, ಪಕ್ವತೆ ಮತ್ತು ವಿಕಸನ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 3.1)
ವಿಕಾಸದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳು
ಸನ್ನಿವೇಶ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸ
ವಿಕಾಸದ ಹಂತಗಳ ಸ್ಥೂಲ ನೋಟ
ಜನನ ಪೂರ್ವ ಹಂತ
ಶೈಶವಾವಸ್ಥೆ,
ಬಾಲ್ಯ
ಲಿಂಗ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಪಾತ್ರಗಳು (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 3.2)
ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ಸವಾಲುಗಳು
ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು
ಸಾರಾಂಶ
ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

ಪೀಠಿಕೆ (Introduction)

ನೀವು ಸುತ್ತಲೂ ನೋಡಿದರೆ ಹುಟ್ಟಿನಿಂದಲೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಅದು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದವರೆಗೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ ಮಾನವನು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ, ಹಾಗೂ ಸಂವಹನ ಮಾಡಲು, ನಡೆಯಲು, ಎಣಿಸಲು ಮತ್ತು ಓದಲು ಹಾಗೂ ಬರೆಯಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ. ಅವಳು/ಅವನು ಸರಿ ಮತ್ತು ತಪ್ಪುಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ. ಅವಳು/ಅವನು ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ, ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ, ಮದುವೆಯಾಗುತ್ತಾನೆ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಅವನಿಗೆ ವಯಸ್ಸಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪರಸ್ಪರ ಭಿನ್ನವಾಗಿದ್ದರೂ ಸಹ ನಾವು ಅನೇಕ ಹೋಲಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಮೊದಲ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಮತ್ತು ಎರಡನೇ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಮಾತನಾಡಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವಿತಾವಧಿಯ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಪರಿಚಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಪ್ರಮುಖ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಾದ ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ, ಶೈಶವಾವಸ್ಥೆ, ಬಾಲ್ಯ, ಹದಿಹರೆಯ, ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಹಾಗೂ ಈ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಕಲಿಯುವಿರಿ. ಇದು ನಿಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದರೊಂದಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಅನ್ವೇಷಣೆ ಮಾಡಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಮಾನವ ವಿಕಾಸದ ಅಧ್ಯಯನವೂ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವ್ಯವಹರಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವಿಕಾಸದ ಅರ್ಥ (Meaning of Development)

ನಾವು ವಿಕಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವಾಗ ನಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಅಜ್ಜ–ಅಜ್ಜಿಯರೊಂದಿಗೆ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಿಂದ ಸಾಯುವವರೆಗೆ ನಾವು ಕೇವಲ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಆಲೋಚಿಸುವ ವಿಧಾನ, ಭಾಷೆಯ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ, ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನೆನಪಿಡಿ, ಬದಲಾವಣೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನದ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿಲ್ಲ; ಅವು ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸಮಗ್ರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ವಿಕಾಸ ಎಂಬುದು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ, ಪ್ರಗತಿದಾಯಕವಾದ ಮತ್ತು ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಬದಲಾವಣೆ. ಅದು ಗರ್ಭಾಂಕುರದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ಬದುಕಿನುದ್ದಕ್ಕೂ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಕಾಸವು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿದಂತೆ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವನತಿ ಎರಡನ್ನೂ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

ವಿಕಾಸವು ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಶಾರೀರಿಕ ವಿಕಾಸವು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಪೋಷಕರಿಂದ ಪಡೆದ **ಅನುವಂಶೀಯ ಅಂಶ**ಗಳಿಂದ ನಿರ್ಧರಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು. ವಿಕಾಸದಲ್ಲಿ **ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಅಂಶ**ಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಾದ ಆಲೋಚನೆ, ಗ್ರಹಿಕೆ, ಅವಧಾನ, ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ **ಸಾಮಾಜಿಕ–ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ**ಗಳು ಇತರ ಜನರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂವಹನದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತವೆ. ಮಗುವು ಅವನ/ಅವಳ ತಾಯಿಗೆ ತಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಚಿಕ್ಕ ಹುಡುಗಿಯು ಅವಳ/ಅವನ ಒಡಹುಟ್ಟಿದವನಿಗೆ ಪ್ರೀತಿಯ ಸನ್ನೆ ಅಥವಾ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೋತ ಹದಿಹರೆಯದವರ ದುಃಖ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮಾನವನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಸಾಮಾಜಿಕ–ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಗಳಾಗಿವೆ.

ಈ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದ ವಿವಿಧ ಅಧ್ಯಾಯಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಓದುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಜೈವಿಕ, ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ–ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಹೆಣೆದುಕೊಂಡಿವೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವಿಕಾಸದಲ್ಲಿ ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ.

ವಿಕಾಸದ ಮೇಲೆ ಜೀವಿತಾವಧಿಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ (Life-Span Perspective on Development)

ಜೀವಿತಾವಧಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ವಿಕಾಸದ ಅಧ್ಯಯನವು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

1. ವಿಕಾಸವು ಜೀವನಪರ್ಯಂತ ಅಂದರೆ ಗರ್ಭಾಂಕುರಗೊಂಡಂದಿನಿಂದ ಮುಪ್ಪಾಗುವವರೆಗೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಇದು ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಲಾಭ ಮತ್ತು ನಷ್ಟ ಎರಡನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

2. ಮಾನವನ ವಿಕಾಸದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಾದ ಜೈವಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಪರಸ್ಪರ ಬೆರೆತುಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ.

3. ವಿಕಾಸ ಎಂಬುದು ಬಹುಮುಖಿ. ವಿಕಾಸದ ಕೆಲವು ಮುಖಗಳು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಿದರೆ ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು ಮುಖಗಳು ಅವನತಿಯತ್ತ ಸಾಗುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವಯಸ್ಕರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವದಿಂದ ಪ್ರಬುದ್ಧರಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ನಿರ್ಧಾರಗಳಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಬಲ್ಲರು. ಆದರೆ ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ ಅವರ ಕಾರ್ಯಗತಿ ನಿಧಾನವಾಗುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ದಕ್ಷತೆ ಹಾಗೂ ನಿಖರತೆ ಕುಂದುತ್ತದೆ.

4. ವಿಕಾಸವು ಮಾರ್ಪಡುವ ಗುಣ ಹೊಂದಿದೆ. ಅಂದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಪಾಡು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಈ ಮಾರ್ಪಾಡು ಒಬ್ಬರಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಅರ್ಥ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಸುಧಾರಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಬಹುದು.

5. ವಿಕಾಸವು ಐತಿಹಾಸಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಹೋರಾಟದ ಮೂಲಕ ಬದುಕಿದ 20 ವರ್ಷದ ಯುವಕರ ಅನುಭವಗಳು ಇಂದಿನ 20 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರ ಅನುಭವಗಳಿಗಿಂತ ತುಂಬಾ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇಂದಿನ ಶಾಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವೃತ್ತಿ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು 50 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿದ್ದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದ ಬಹಳ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ.

6. ವಿಕಾಸವು ಹಲವಾರು ವಿಭಾಗಗಳ ಕಾಳಜಿಯಾಗಿದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ಮಾನವಶಾಸ್ತ್ರ, ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರ ಮತ್ತು ನರವಿಜ್ಞಾನಗಳಂತಹ ವಿವಿಧ ವಿಭಾಗಗಳು ಮಾನವ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಈ ಎಲ್ಲ ವಿಭಾಗಗಳು ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ನೀಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತವೆ.

7. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆ ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಆ ಅಂಶಗಳೆಂದರೆ ಅನುವಂಶಿಯತೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ-ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳು, ಚಾರಿತ್ರಿಕ ಅಂಶಗಳು ಮುಂತಾದವು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನದ ಘಟನೆಗಳು ಒಂದೇ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಪೋಷಕರ ಸಾವು, ಅಪಘಾತ, ಭೂಕಂಪ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 3.1 ಬೆಳವಣಿಗೆ, ವಿಕಾಸ, ಪಕ್ವತೆ ಮತ್ತು ವಿಕಸನ (Growth, Development, Maturation, and Evolution)

ಬೆಳವಣಿಗೆ: ಜೀವಿಯ ಗಾತ್ರ ಹಾಗೂ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿನ ಹೆಚ್ಚಳವನ್ನು ಬೆಳವಣಿಗೆ ಎನ್ನುವರು. ಇದನ್ನು ಅಳೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಪ್ರಮಾಣೀಕರಿಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಎತ್ತರ, ತೂಕ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು. ವಿಕಾಸ ಎಂಬುದು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ, ಪ್ರಗತಿದಾಯಕವಾದ ಮತ್ತು ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಬದಲಾವಣೆ. ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಹಿಂದಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಮತ್ತು ಮುಂದೆ ಏನಾಗಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ವಿಕಾಸದ ಭಾಗವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಕಾಸದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಎಲ್ಲಾ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಒಂದೇ ರೀತಿಯದ್ದಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು (ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ), ಅನುಪಾತದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು (ಮಗುವಿನಿಂದ ವಯಸ್ಕರಿಗೆ), ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು (ಮಗುವಿನ ಹಲ್ಲುಗಳು ಕಾಣದಾಗುವುದು) ಮತ್ತು ಹೊಸ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಅದರದ್ದೇ ಆದ ವೇಗ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ವಿಕಾಸದ ಒಂದು ಅಂಶವಾಗಿದೆ.

ಪಕ್ವತೆ: ಪಕ್ವತೆ ಎಂಬುದು ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಆಗಿರುವ ಕ್ರಮಾನುಗತ ಪ್ರಗತಿ. ಇದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅನುವಂಶಿಕ ನೀಲನಕ್ಷೆಯಿಂದ ನಿರ್ದೇಶಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಕ್ಕಳು ಏಳು ತಿಂಗಳ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬೆಂಬಲವಿಲ್ಲದೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಎಂಟು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಂಬಲದೊಂದಿಗೆ ನಿಲ್ಲಬಹುದು ಮತ್ತು ಒಂದು ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಬಹುದು. ಒಮ್ಮೆ ಈ ದೈಹಿಕ ವರ್ತನೆಗಳು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದ ನಂತರ ಇದರ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆಗೆ ತಕ್ಕುದಾದ ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸದ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಶಿಶು ಪ್ರಬುದ್ಧವಾಗಿ ಸಿದ್ಧವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು 'ಒಳಗಿನಿಂದ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ' ಎಂದು ತೋರುತ್ತದೆ. ಜಾತಿಗಳ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಆಂತರಿಕ, ತಳಿಯವಾಗಿ ನಿರ್ಧರಿಸಿದ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿಕಸನ: ವಿಕಸನವೂ ತಳಿಯಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ನೈಸರ್ಗಿಕ ಆಯ್ಕೆಯು ವಿಕಸನೀಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದ್ದು ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅಥವಾ ತಳಿಗಳನ್ನು ಬದುಕಲು ಮತ್ತು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಲು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತವೆ. ವಿಕಸನೀಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಒಂದು ತಳಿಯೊಳಗೆ ಒಂದು ಪೀಳಿಗೆಯಿಂದ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ರವಾನಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಹಾನ್ ಮಂಗಗಳಿಂದ ಮಾನವನ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವಿಕೆ ಸುಮಾರು 14 ಮಿಲಿಯನ್ ವರ್ಷಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿತು. ಸುಮಾರು 5000 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆಯೇ 'ಹೋಮೋ ಸೇಪಿಯನ್ಸ್' ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದಿತ್ತು ಎಂದು ಅಂದಾಜಿಸಲಾಗಿದೆ.

ವಿಕಾಸದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವವಿರುವ ಅಂಶಗಳು (Factors Influencing Development)

ನಿಮ್ಮ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಕಪ್ಪು ಚರ್ಮವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು ತಿಳಿಬಣ್ಣದ ಚರ್ಮವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲು ಮತ್ತು ಕಣ್ಣುಗಳ ಬಣ್ಣವು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಎತ್ತರದವರು, ಕೆಲವರು ಗಿಡ್ಡ(ಕುಬ್ಜ), ಕೆಲವರು ಶಾಂತ ಸ್ವಭಾವದವರು, ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಇರುವವರು. ಅದೇ ರೀತಿ ಕೆಲವರು ವಾಚಾಳಿಗಳು ಅಥವಾ ಹರ್ಷ ಚಿತ್ತದಿಂದ ಇರುವವರು. ಇದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಜನರು ತಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ, ಕಲಿಕೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು, ಸ್ಮೃತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಇತರ ಮಾನಸಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಹೋಮೋಸೇಪಿಯನ್ಸ್, ಆದುದರಿಂದ ಬೇರೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಕಾಣಲು ಅಸಾಧ್ಯ. ನಾವು ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಭಿನ್ನವಾಗಿರಲು ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಇಷ್ಟ ಪಡಲು ಕಾರಣವೇನು? ಇದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರವು ನಮ್ಮ ಅನುವಂಶಿಕತೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಬೆಳೆದ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿದೆ.

ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಅನುವಂಶಿಕತೆಯ ತತ್ವಗಳು ಒಂದು ಪೀಳಿಗೆಯಿಂದ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಹರಡುವ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೀರಿ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಪೋಷಕರಿಂದ ಅನುವಂಶಿಕ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಕೋಶದಲ್ಲಿದೆ. ನಮ್ಮ ಅನುವಂಶಿಕ ಸಂಕೇತಗಳು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಮಾನವಾಗಿವೆ. ಮಾನವನ ಅನುವಂಶಿಕ ಸಂಕೇತದಿಂದಾಗಿ ಫಲವತ್ತಾದ ಮಾನವ ಮೊಟ್ಟೆಯು ಮಾನವ ಶಿಶುವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆನೆ, ಪಕ್ಷಿ ಅಥವಾ ಇಲಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಅನುವಂಶಿಕ ವರ್ಗಾವಣೆಯು ಬಹಳ ಸಂಕೀರ್ಣವಾಗಿದೆ. ಮಾನವರಲ್ಲಿ ನಾವು ಗಮನಿಸುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಗುಣಾಣುಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಗಳಾಗಿವೆ. 80,000 ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗುಣಾಣುಗಳಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ವಿವಿಧ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಿ ಊಹಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಅನುವಂಶಿಕ ರಚನೆಯಿಂದ ನಮಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿಜವಾದ ಅನುವಂಶಿಕ ಅಂಶಗಳು ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅನುವಂಶಿಕ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು **ವಂಶಾವಳಿ** (Genotype) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅನುವಂಶಿಕ ಅಂಶಗಳು ನಾವು ಗಮನಿಸಬಹುದಾದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಥವಾ ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. **ರೂಪಾವಳಿ** (Phenotype) ಎನ್ನುವುದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀನೋಟೈಪ್ (ವಂಶಾವಳಿ)ನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದಾದ ಮತ್ತು ಅಳೆಯಬಹುದಾದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ಫಿನೋಟೈಪ್‌ಗಳು (ರೂಪಾವಳಿ) ಎತ್ತರ, ತೂಕ, ಕಣ್ಣು ಮತ್ತು ಚರ್ಮದ ಬಣ್ಣಗಳಂತಹ ದೈಹಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ, ಸೃಜನಶೀಲತೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಂತಹ ಅನೇಕ ಮಾನಸಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಈ ಗಮನಿಸಬಹುದಾದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅನುವಂಶಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ನಡುವಿನ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿದೆ. ವಂಶಾವಳಿಯು ಮಗುವನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಪೂರ್ವಭಾವಿಯಾಗಿ ನೀಡುವ ಅನುವಂಶಿಕ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಗುಣಾಣುಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ನೀಲನಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಗುಣಾಣುಗಳು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸವು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೆಳೆದ ಪರಿಸರದ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ವಿಶಿಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪರಿಸರದ ಪ್ರಭಾವಗಳೇನು? ಪರಿಸರವು ವಿಕಾಸದ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ? ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂವಾದ ಮತ್ತು ಬಹಿರ್ಮುಖತೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಅವಳನ್ನು/ ಅವನನ್ನು ಪೂರ್ವಭಾವಿಯಾಗಿ ಅಂತರ್ಮುಖಿ ಜೀನೋಟೈಪ್ (ವಂಶಾವಳಿ) ಹೊಂದಿರುವ ಮಗುವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅಂತಹ ವಾತಾವರಣದ ಪ್ರಭಾವವು ಮಗುವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಬಹಿರ್ಮುಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಇನ್ನೊಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ ಕಡಿಮೆ ಎತ್ತರದ ವಂಶಾವಳಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅವನು/ಅವಳು ಉತ್ತಮ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಸಹ ಸರಾಸರಿಗಿಂತ ಎತ್ತರವಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ನಮಗೆ ಗುಣಾಣುಗಳ ಮಿತಿಯನ್ನು ನಿಗದಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆ ಮಿತಿಯೊಳಗೆ ಪರಿಸರವು ವಿಕಾಸದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ನಿಮಗೆ ಈಗ ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಪೋಷಕರು ಗುಣಾಣುಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದೆ. ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಎದುರಿಸುವ ಪರಿಸರದ ಪ್ರಕಾರವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವಲ್ಲಿ ಅವರು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯೇ? ಸಾಂಡ್ರಾ ಸ್ಕಾರ್ (1992)ರವರು ಪೋಷಕರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒದಗಿಸುವ ಪರಿಸರವು ಅವರ ಸ್ವಂತ ಅನುವಂಶಿಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಪೋಷಕರು ಬುದ್ಧಿವಂತರಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಓದುಗರಾಗಿದ್ದರೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಓದಲು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಮಕ್ಕಳು ಓದುವಿಕೆಯನ್ನು ಆನಂದಿಸುವ ಉತ್ತಮ ಓದುಗರಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಮಗುವಿನ ಸ್ವಂತ ವಂಶಾವಳಿಯು (ಅವನು/ ಅವಳು ಅನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಪಡೆದದ್ದು) ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸಹಕಾರ ಮತ್ತು ಅವಧಾನವು ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಪೋಷಕರಿಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗದ ಅಥವಾ ಗಮನಹರಿಸದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಆಹ್ಲಾದಕರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಮಕ್ಕಳು ಅವರ ವಂಶಾವಳಿಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಸ್ವತಃ ಕೆಲವು ಪರಿಸರವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಅವರ ವಂಶಾವಳಿಯಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಸಂಗೀತ ಅಥವಾ ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಪ್ರದರ್ಶನ ನೀಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವರು ಆ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಅವರ ಸಂಗೀತ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಒಬ್ಬ ಕ್ರೀಡಾಪಟು ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿತ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾನೆ. ಪರಿಸರದೊಂದಿಗಿನ ಈ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಶೈಶಾವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಹದಿಹರೆಯದವರೆಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಪರಿಸರದ ಪ್ರಭಾವಗಳು ನಾವು ಅನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಪಡೆದ ಗುಣಾಣುಗಳಂತೆ ಸಂಕೀರ್ಣವಾಗಿದೆ.

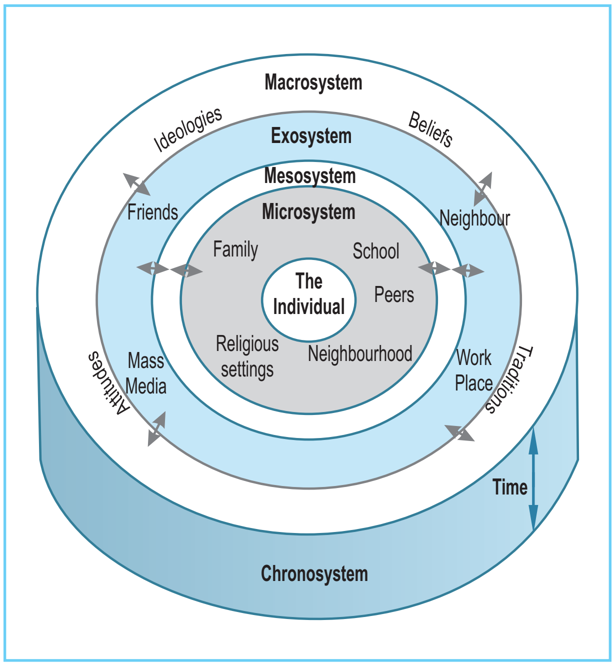
ನಿಮ್ಮ ತರಗತಿಯ ನಾಯಕನನ್ನು ಶೈಕ್ಷಣಿಕವಾಗಿ ಉನ್ನತ ಶ್ರೇಣಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮತ್ತು ಜನಪ್ರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು/ಅವಳ ಅವನ ಗುಣಾಣುಗಳ ಪ್ರಭಾವದಿಂದಲೇ? ಅಥವಾ ಪರಿಸರದ ಪ್ರಭಾವದಿಂದಲೇ? ಒಂದು ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದ ಮಗು ತುಂಬಾ ಬುದ್ಧಿವಂತ, ಆದರೆ ತನ್ನನ್ನು ನಿರರ್ಗಳವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು, ಕಂಪ್ಯೂಟರನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಅಸಮರ್ಥತೆ ತೋರಿದರೆ ಅದು ಗುಣಾಣುವಿನ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ? ಅಥವಾ ಪರಿಸರದ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ? ಎಂದು ನೀವು ಯೋಚಿಸುತ್ತೀರಾ?

ಸನ್ನಿವೇಶ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸ (Context of Development)

ವಿಕಾಸವು ಶೂನ್ಯದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಓದುವಂತೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯು ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಶಾಲೆಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು, ಹದಿಹರೆಯದವರಾಗುವುದು, ಉದ್ಯೋಗಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು, ಮದುವೆಯಾಗುವುದು, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊಂದುವುದು, ನಿವೃತ್ತಿ ಇತ್ಯಾದಿ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಒಬ್ಬರ ಜೈವಿಕ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಜಂಟಿ ಕಾರ್ಯಗಳಾಗಿವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವಿತಾವಧಿಯ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪರಿಸರವು ಬದಲಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು.

ಯೂರಿ ಬ್ರಾನ್‌ಫೆನ್‌ಬ್ರೆನ್ನರ್‌ರವರ ವಿಕಾಸದ ಸಂದರ್ಭೋಚಿತ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಸರದ ಅಂಶಗಳ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಚಿತ್ರ 3.1ರಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಿಸಲಾಗಿದೆ.

'ಮೂಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆ' ಎನ್ನುವುದು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಾಸಿಸುವ ತಕ್ಷಣದ ಪರಿಸರವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮಗು ನೇರವಾಗಿ ತನ್ನ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸುತ್ತದೆ– ಅಂದರೆ ಕುಟುಂಬ, ಗೆಳೆಯರು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ನೆರೆಹೊರೆಯವರು. **'ಮಧ್ಯಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆ'**ಯು ವ್ಯಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಗುವಿನ ಪೋಷಕರು ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ?



ಚಿತ್ರ 3.1 ಯೂರಿ ಬ್ರಾನ್‌ಫೆನ್‌ಬ್ರೆನ್ನರ್‌ರವರ ವಿಕಾಸದ ಸಂದರ್ಭೋಚಿತ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ

ತಮ್ಮ ಹದಿಹರೆಯದ ಮಕ್ಕಳ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಹೇಗೆ ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ? ಎಂಬುದು. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಇತರರೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. **'ಬಾಹ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆ'** ಎಂಬುದು ವ್ಯಕ್ತಿ ನೇರವಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳದ, ಆದರೆ ಆತನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅವು ತಕ್ಷಣದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಅನುಭವಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ತಂದೆ ಅಥವಾ ತಾಯಿಯ ವರ್ಗಾವಣೆಯು ಪೋಷಕರಲ್ಲಿ ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಇದು ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಸಂವಹನದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು ಅಥವಾ ಮಗುವಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೌಕರ್ಯಗಳಾದ ಶಾಲಾ ಗುಣಮಟ್ಟ, ಗ್ರಂಥಾಲಯಗಳು, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಆರೈಕೆ, ಮನರಂಜನ ಸಾಧನಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ. **'ಸ್ಥೂಲ ಅಥವಾ ವಿಶಾಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆ'** ಎಂಬುದು ವ್ಯಕ್ತಿ ವಾಸಿಸುವ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. **'ಕಾಲಾನುಸಾರ ವ್ಯವಸ್ಥೆ'** ಎಂಬುದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬದುಕಿನ ವಿವಿಧ ಘಟಕನಾವಳಿಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಚಾರಿತ್ರಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಾದ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರ ವಿವಾಹ ವಿಚ್ಛೇದನ, ಕುಟುಂಬದ ಆರ್ಥಿಕ ಮುಗ್ಗಟ್ಟು, ಮುಂತಾದವು ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.

ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಬ್ರಾನ್ ಫೆನ್ ಬ್ರೆನ್ನರ್ ನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಅವಳ/ ಅವನನ್ನು ಆವರಿಸಿರುವ ಸಂಕೀರ್ಣ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಅವಳ/ಅವನ ಸಹ ಆಟಗಾರರು ಅವಳು/ಅವನು ಹುಟ್ಟಿದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಪರಿಸರವು ಆಗಿರಬಹುದು. ಬಡ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ಪುಸ್ತಕಗಳು, ನಿಯತಕಾಲಿಕಗಳು, ಆಟಿಕೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಲ್ಲದ ಪ್ರಚೋದನಕಾರಿಯಲ್ಲದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಬಡತನದಿಂದಾಗಿ ಗ್ರಂಥಾಲಯ, ವಸ್ತು ಸಂಗ್ರಹಾಲಯ, ಮೃಗಾಲಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇವರು ಜನದಟ್ಟಣೆ ಮತ್ತು ಗದ್ದಲದ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಪೋಷಕರು ಆದರ್ಶಪ್ರಾಯರಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸಂಶೋಧನೆ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಅನಾನುಕೂಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ದುರ್ಗಾನಂದ್ ಸಿನ್ಹಾ (1977) ಭಾರತೀಯ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪರಿಸರ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಗುವಿನ ಪರಿಸರ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಎರಡು ಏಕಕೇಂದ್ರಕ ಪದರಗಳಲ್ಲಿ ನೋಡಬಹುದು. 'ಮೇಲಿನ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಗೋಚರಿಸುವ ಪದರಗಳು' ಇದು ಮಗುವಿನ ಮನೆ, ಶಾಲೆ, ಸಮಾನ ವಯಸ್ಕರ ಗುಂಪುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಗೋಚರಿಸುವ ಮೇಲಿನ ಪದರದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಪ್ರಮುಖ ಪರಿಸರ ಅಂಶಗಳು:

i. ಮನೆ, ಜನದಟ್ಟನೆಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅದರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು, ಪ್ರತಿ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸ್ಥಳ, ಆಟಿಕೆಗಳು, ಬಳಸಿದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಸಾಧನಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ.

ii. ಮಗುವಿಗೆ ಸಿಗುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು, ಶಾಲೆಯ ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣದ ಗುಣಮಟ್ಟ.

iii. ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ಸಮೂಹ ವಯಸ್ಕರೊಂದಿಗೆ ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಸಂವಹನ ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಸ್ವರೂಪ.

ಈ ಅಂಶಗಳು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪರಸ್ಪರ ಸಂವಹನ ನಡೆಸುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳು ದೊಡ್ಡದಾದ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಾಪಕವಾದ ನಿಲುವಿನಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿರುವ ಕಾರಣ ಮಗುವಿನ ಪರಿಸರ ವಿಜ್ಞಾನದ 'ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪದರಗಳು' ನಿರಂತರವಾಗಿ 'ಮೇಲಿನ ಪದರ' ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಆದಾಗಿಯೂ ಅದರ ಪ್ರಭಾವಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಗೋಚರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಪರಿಸರ ವಿಜ್ಞಾನದ ಸುತ್ತಲಿನ ಪದರದ ಅಂಶಗಳು:

i. ಸಾಮಾನ್ಯ ಭೌಗೋಳಿಕ ಪರಿಸರ ಇದು ಮಗುವಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಆಟ ಆಡಲು ಮತ್ತು ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ ಮತ್ತು ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ii. ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಪರಿಸರ–ಜಾತಿ, ವರ್ಗ ಮತ್ತು ಇತರ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

iii. ಮಗುವಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಕುಡಿಯುವ ನೀರು ವಿದ್ಯುತ್ ಮನರಂಜನಾ ಸಾಧನಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಗೋಚರಿಸುವ ಮತ್ತು ಸುತ್ತುವರಿದ ಪದರದ ಅಂಶಗಳು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಸಂವಹನ ನಡೆಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ಜನರಲ್ಲಿ ವಿಕಾಸವು ವಿಭಿನ್ನ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವಿತಾವಧಿಯ ಪರಿಸರವು ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅವಳ/ಅವನ ಅನುಭವಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ನೋಡುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 3.1

ನೀವು ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸಣ್ಣ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ (ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ) ಎಲ್ಲಾ ಸೌಕರ್ಯಗಳಿಲ್ಲದೆ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ? ಬಡತನ, ಅನಕ್ಷರತೆ, ಮಾಲಿನ್ಯ, ಜನಸಂದಣಿ ಇತ್ಯಾದಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸಣ್ಣ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ವಿಕಾಸದ ಹಂತಗಳ ಸ್ಥೂಲನೋಟ (Overview of Developmental Stages)

ವಿಕಾಸವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅವಧಿಗಳು ಅಥವಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಕಿರಿಯ ಸಹೋದರ ಅಥವಾ ಸಹೋದರಿ ಅಥವಾ ಪೋಷಕರು ಅಥವಾ ನೀವೇ ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲರೂ ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸುವುದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಜನರನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಅವರು ಸಹ ಒಂದೇ ರೀತಿ ವರ್ತಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನೀವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಜೀವನದ ವಿಭಿನ್ನ ಹಂತದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಭಾಗಶಃ ಆಗಿದೆ. ಮಾನವ ಜೀವನವು ವಿವಿಧ **ಹಂತ**ಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಪ್ರಸ್ತುತ ಹದಿಹರೆಯದ ಹಂತದಲ್ಲಿರುವಿರಿ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ನೀವು ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ಹಂತವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೀರಿ. ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಂತಗಳು ತಾತ್ಕಾಲಿಕವೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಬಲ ಲಕ್ಷಣ ಅಥವಾ ಪ್ರಮುಖ ಗುಣ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಇದು ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೆ ಅದರ ವಿಶಿಷ್ಟತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಂತದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಊಹಿಸಲಾದ ಗುರಿಯತ್ತ ಸಾಗುತ್ತಾನೆ. ಒಂದು ಸ್ಥಿತಿ ಅಥವಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಅನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಮುಂದುವರಿಯುವ ಮೊದಲು ಇತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಂತೆ ಅದೇ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸಬೇಕು. ಸಹಜವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಒಂದು ಹಂತದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಹಂತಕ್ಕೆ ವಿಕಾಸದ ಸಮಯ ಅಥವಾ ಪ್ರಮಾಣಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಬದಲಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮತ್ತು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಕಲಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಈ ಸಾಧನೆಗಳು ಆ ಹಂತದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು **ವಿಕಾಸದ ಕಾರ್ಯ**ಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಂದೆ ನೀವು ವಿಕಾಸದ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಮುಖ್ಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಓದಲಿದ್ದೀರಿ.

ಪ್ರಸವ ಪೂರ್ವ ಹಂತ

ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಿಂದ ಜನನದವರೆಗಿನ ಅವಧಿಯನ್ನು ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಅವಧಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಈ ಅವಧಿಯು 40 ವಾರಗಳವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅನುವಂಶಿಕ ನೀಲನಕ್ಷೆಯು ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಜನನದ ನಂತರ ನಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅನುವಂಶಿಕ ಮತ್ತು ಪರಿಸರ ಈ ಎರಡೂ ಅಂಶಗಳು ಪ್ರಸವ ಪೂರ್ವ ಹಂತದ ವಿವಿಧ ಅವಧಿಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ವಿಕಾಸದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ.

ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ತಾಯಿಯ ವಯಸ್ಸು, ಪೋಷಣೆ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸ್ಥಿತಿಯು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ರೋಗ ಅಥವಾ ಸೋಂಕು ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ರುಬೆಲ್ಲಾ (ಜರ್ಮನ್ ದಡಾರ), ಜನನಾಂಗದ ಹರ್ಪಿಸ್ ಮತ್ತು HIV ಮುಂತಾದ ಮಾರಕ ರೋಗಗಳು ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲಿ ಅನುವಂಶಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ವಿಕಾಸದ ತೊಂದರೆಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣವೆಂದರೆ **'ಟೆರಾಟೋಜೀನ್'**ಗಳು–ಇವುಗಳು ಗಂಭೀರ ಅಸಹಜತೆಗಳು ಅಥವಾ ಸಾವಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ವಿಚಲನಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಪರಿಸರ ಏಜೆಂಟುಗಳು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಟೆರಾಟೋಜೀನ್ ಗಳು ಔಷಧಗಳು, ಸೋಂಕುಗಳು, ವಿಕಿರಣಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿವೆ. ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಡ್ರಗ್ಸ್ (ಗಾಂಜಾ, ಹೆರಾಯಿನ್, ಕೊಕೇನ್ ಇತ್ಯಾದಿ) ತಂಬಾಕು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಅದು ಭ್ರೂಣದ ಮೇಲೆ ಹಾನಿಕಾರಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಜನ್ಮದಾತ ಅಸಹಜತೆಗಳ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು. ವಿಕಿರಣಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕ್ಷ–ಕಿರಣಗಳು), ಮತ್ತು ಕೈಗಾರಿಕಾ ಪ್ರದೇಶದ ಬಳಿ ಕೆಲವು ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ಗುಣಾಣುಗಳಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯಕಾರಕಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಬನ್ ಮಾನಾಕ್ಸೈಡ್, ಪಾದರಸ ಮತ್ತು ಸೀಸದಂತಹ ವಿಷಕಾರಿ ವಸ್ತುಗಳು ಗರ್ಭದಲ್ಲಿರುವ ಶಿಶುವಿನ ಮೇಲೆ ಹಾನಿಕಾರಕ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ.

ಶೈಶವಾವಸ್ಥೆ (Infancy)

ಜನನದ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರ ಮೆದುಳು ಅದ್ಭುತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮೆದುಳಿನ ಭಾಗಗಳು ಮತ್ತು ಭಾಷೆ ಗ್ರಹಿಕೆ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಂತಹ ಮಾನವ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸೆರೆಬ್ರಮ್ ವಹಿಸುವ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಓದಿದ್ದೀರಿ. ಜನನದ ಮುಂಚೆಯೇ ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳು ಮೆದುಳಿನ ಎಲ್ಲಾ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಕೋಶಗಳ ನಡುವಿನ ನರಸಂಪರ್ಕಗಳು ತ್ವರಿತ ದರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ.

ನವಜಾತ ಶಿಶು ನೀವು ಯೋಚಿಸುವಷ್ಟು ಅಸಹಾಯಕವಾಗಿಲ್ಲ. ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲಿ ಜೀವ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಅದು ಉಸಿರಾಡುತ್ತದೆ, ಹೀರುತ್ತದೆ, ನುಂಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ತ್ಯಾಜ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕುತ್ತದೆ. ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳು ತಾವು ಹುಟ್ಟಿದ ಮೊದಲ ವಾರದಲ್ಲಿ ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ಶಬ್ದವು ಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸಬಲ್ಲದು. ಅದರ ತಾಯಿಯ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಇತರ ಮಹಿಳೆಯರ ಧ್ವನಿಯಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ನಾಲಿಗೆ ಮುಂಚಾಚುವಿಕೆ ಹಾಗೂ ಬಾಯಿ ತೆಗೆಯುವಂತಹ ಸರಳ ಸನ್ನೆಗಳನ್ನು ಅನುಕರಿಸಬಹುದು.

ಚಲನೆಯ ವಿಕಾಸ: ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಚಲನೆಗಳು **ಪ್ರತಿವರ್ತನ**ಗಳಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಇದು ಸ್ವಯಂ ಚಾಲಿತ, ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಗೆ ಅಂತರ್ ನಿರ್ಮಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು. ಇವುಗಳು ಬದುಕಲು ಬೇಕಾದ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನಗಳಾಗಿದ್ದು, ವಂಶಪಾರಂಪರ್ಯವಾಗಿ ವರ್ಗಾವಣೆ ಹೊಂದುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಚಲನೆಯ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಅಡಿಪಾಯವಾಗಿದೆ. ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳು ಕಲಿಯಲು ಅವಕಾಶವನ್ನು ಹೊಂದುವ ಮೊದಲು, ಪ್ರತಿವರ್ತನೆಗಳು ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನಗಳಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಕೆಲವು ಪ್ರತಿವರ್ತನಗಳು – ಕೆಮ್ಮುವುದು, ಕಣ್ಣು ಮಿಟುಕಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಆಕಳಿಕೆ. ಇವು ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಮೆದುಳು ವಿಕಸನಗೊಂಡಂತೆ ಇತರ ಕೆಲವು ಪ್ರತಿವರ್ತನೆಗಳು ಕಾಣೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಇಚ್ಛಾಪೂರ್ವಕ ವರ್ತನೆಗಳು ವಿಕಸನಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. (ಕೋಷ್ಟಕ 3.1ನ್ನು ನೋಡಿ).

ಮೆದುಳು ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಶಿಶು ಬೆಳೆದಂತೆ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆಯಿಂದಾಗಿ ಮಗುವಿನ ಕೌಶಲಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಬುದ್ಧವಾಗುತ್ತವೆ. ಮೂಲ ಶಾರೀರಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ತೆವಳುವುದು, ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು, ನಡೆಯುವುದು, ಓಡುವುದು ಮುಂತಾದವುಗಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಸಣ್ಣ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಚಲನೆಯ ವಿಕಾಸವು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿದೆ.

ಸಂವೇದನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು: ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳು ತೋರುವಷ್ಟು ಅಸಮರ್ಥರಲ್ಲ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಈಗ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅವರು ಹುಟ್ಟಿದ ಕೆಲವೇ ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ತಮ್ಮ ತಾಯಿಯ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು ಹಾಗೂ ಇತರ ಸಂವೇದನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಶಿಶುಗಳು ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೋಡಬಹುದು? ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳು ಮುಖಗಳಂತಹ ಕೆಲವು ಪ್ರಚೋದಕಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಬಯಸುತ್ತವೆ. ಈ ಆದ್ಯತೆಗಳು ಜೀವನದ ಮೊದಲ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ದೃಷ್ಟಿ ವಯಸ್ಕರ ದೃಷ್ಟಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಎಂದು ಅಂದಾಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆರು ತಿಂಗಳ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಅದು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸುಮಾರು ಮೊದಲ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿಯು ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಸರಿ ಸಮಾನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನವಜಾತ ಶಿಶುವು ಬಣ್ಣವನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಪ್ರಸ್ತುತ ಒಮ್ಮತದ ಪ್ರಕಾರ ನವಜಾತ ಶಿಶು ಕೆಂಪು ಮತ್ತು ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣಗಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲರು. ಆದರೆ ಬಣ್ಣದ ನ್ಯೂನತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಮೂರು ತಿಂಗಳು ವಯಸ್ಸಾಗುವಾಗ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲರು.

ಕೋಷ್ಟಕ 3.1 ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಪ್ರತಿವರ್ತನಗಳು

ಪ್ರತಿಫಲಿತ	ವಿವರಣೆ	ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕೋರ್ಸ್
ಬೇರೂರುವುದು	ಕೆನ್ನೆಯ ಮೇಲೆ ಮುಟ್ಟಿದಾಗ ತಲೆಯನ್ನು ತಿರುಗಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಬಾಯಿ ತೆರೆಯುವುದು.	3 ಮತ್ತು 6 ತಿಂಗಳ ನಡುವೆ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
ಮೊರೊ	ದೊಡ್ಡ ಶಬ್ದವಿದ್ದರೆ, ಮಗುವು ಅವಳ/ಅವನ ತೋಳುಗಳನ್ನು ಹೊರಕ್ಕೆ ಎಸೆದು ಅವಳ/ಅವನ ಬೆನ್ನನ್ನು ಬಾಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಏನನ್ನಾದರೂ ಗ್ರಹಿಸುವಂತೆ ತೋಳುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ತರುತ್ತದೆ.	6 ರಿಂದ 7 ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. (ಜೋರಾದ ಶಬ್ದಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿರುತ್ತದೆ)
ಗ್ರಹಿಸು	ಬೆರಳು ಅಥವಾ ಇತರ ವಸ್ತುವು ಮಗುವಿನ ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ಒತ್ತಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ ಹಿಡಿಯುವ ಮೂಲಕ ಮಗುವಿನ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಅದರ ಸುತ್ತಲೂ ಮುಚ್ಚಲಾಗುತ್ತದೆ.	3 ರಿಂದ 4 ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಕಣ್ಮರೆಯಾದಾಗ (ನಂತರ ಇದು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ ಗ್ರಹಿಕೆಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ)
ಬೆಬಿನ್ಸ್ಕಿ	ಮಗುವಿನ ಪಾದದ ಕೆಳಭಾಗವನ್ನು ತಟ್ಟಿದಾಗ ಕಾಲ್ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಎಸೆಯುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅದು ನಂತರ ಸುರಳಿಯಾಗುತ್ತದೆ.	8 ರಿಂದ 12 ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ ಕೇಳುವ ಸ್ವಭಾವವೇನು? ಶಿಶುಗಳು ಜನನದ ತಕ್ಷಣವೇ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಬಲ್ಲವು ಶಿಶು ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾದಂತೆ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆಯು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳು ಸ್ಪರ್ಶಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವರು ನೋವನ್ನು ಸಹ ಅನುಭವಿಸುವರು. ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲಿ ವಾಸನೆ ಮತ್ತು ರುಚಿ ಎರಡನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ: 3 ವರ್ಷದ ಮಗು 8 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಗುವಿನಂತೆ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆಯೇ? ಜೀನ್ ಪಿಯಾಜೆಯವರು ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದರು. ಮಾಹಿತಿಯು ಪರಿಸರದಿಂದ ಕೇವಲ ಅವರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳೆದಂತೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸು ಶೈಶಾವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಹದಿ ಹರೆಯದವರೆಗೆ ಚಿಂತನೆಯ ಹಂತಗಳ ಸರಣಿಯ ಮೂಲಕ ಹಾದುಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಪಿಯಾಜೆಯವರ ನಂಬಿಕೆ. (ಕೋಷ್ಟಕ 3.2ನ್ನು ನೋಡಿ)

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತವು ವಿಭಿನ್ನ ಚಿಂತನೆಯ ವಿಧಾನದಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮಕ್ಕಳ ಆಲೋಚನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಲ್ಲಿ ಹಂತದಿಂದ ಹಂತಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪಕ್ವತೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಇದು ಮಾಹಿತಿಯ ಪ್ರಮಾಣವಲ್ಲ ಎಂದು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನೀವು ಎಂಟು ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಏಕೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತೀರಿ?

ಶೈಶವಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಮೊದಲ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಮಗು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳೊಂದಿಗಿನ ಸಂವಹನಗಳ ಮೂಲಕ ಜಗತ್ತನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ– ನೋಡುವ, ಕೇಳುವ, ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವ, ಬಾಯಾಡಿಸುವ ಮತ್ತು ಗ್ರಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ನವಜಾತ ಶಿಶು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದಿರುವುದು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಗುವಿನ ಮುಂದಿರುವ ಒಂದು ಆಟದ ಬೊಂಬೆಯನ್ನು ಬಚ್ಚಿಟ್ಟರೆ ನವಜಾತ ಶಿಶು ಅದನ್ನು ಹುಡುಕಲಾರದು, ಏನೂ ಆಗಿಲ್ಲವೆಂಬಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ. ಬೊಂಬೆ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಮಗುವಿನ ಅನಿಸಿಕೆ. ಪಿಯಾಜೆ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮಗು ತನ್ನ ಸಂವೇದನಾ ಅನುಭವಗಳಿಂದಾಚೆಗೆ ಯೋಚಿಸಲಾರದು. ಅದು **'ವಸ್ತು ಸ್ಥಿರತೆ'** (**object permanence**) – ಅಂದರೆ ವಸ್ತು ಕಣ್ಣ ಮುಂದೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅದು ಇದೆ ಎಂಬ ಅರಿವು. ಮಗುವಿಗೆ ಎಂಟು ತಿಂಗಳು ಆಗುವ ವೇಳೆಗೆ ವಸ್ತು ಸ್ಥಿರತೆಯ ಭಾಗಶಃ ಅನುಭವ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಮೌಖಿಕ ಸಂವಹನದ ಆಧಾರವು ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. 3 ರಿಂದ 6 ತಿಂಗಳ ವಯಸ್ಸಿನ ನಡುವೆ ಶಿಶುವಿನ ಧ್ವನಿ ಬಬ್ಲಿಂಗ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾಜಿಕ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ: ಹುಟ್ಟಿನಿಂದಲೇ ಶಿಶುಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜೀವಿಗಳು. ಶಿಶು ಗೂಗೂ, ಬೂಬೂ ಎಂದು ಶಬ್ದ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಪರಿಚಿತ ಮುಖಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಶಿಶುಗಳು 6 ರಿಂದ 8 ತಿಂಗಳ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಕ್ರಿಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ವೇಳೆಗೆ ಮಗು ತನ್ನ ತಾಯಿಯ ಸನಿಹಕ್ಕಾಗಿ ಹಾತೊರೆಯುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಯಿಂದ ದೂರ ಮಾಡಿದಾಗ ಅಥವಾ ಅಪರಿಚಿತ ಮುಖಗಳನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಮಗು ಅಳುವ ಮೂಲಕ ಅಸಹನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ 3.2 ಪಿಯಾಜೆಯವರ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹಂತಗಳು

ಹಂತಗಳು	ಅಂದಾಜು ವಯಸ್ಸು	ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು
ಸಂವೇದನಾ ಗತಿಯ ಹಂತ	0–2 ವರ್ಷ	ಮಗು ತನ್ನ ಸಂವೇದನಾ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಜೊತೆ ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುವ ಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಪೂರ್ವ ಹಂತ	2–7 ವರ್ಷ	ಸಾಂಕೇತಿಕ ಆಲೋಚನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬೆಳವಣಿಗೆ. ವಸ್ತು ಸ್ಥಿರತೆ ಸ್ಥಾಪನೆ. ಮಗು ವಸ್ತುವಿನ ವಿವಿಧ ಭೌತಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸಲಾರದು.
ಮೂರ್ತ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಹಂತ	7–11 ವರ್ಷ	ಮೂರ್ತ ಘಟನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತರ್ಕಬದ್ಧವಾಗಿ ವಿಚಾರ ಮಂಡಿಸುವುದು. ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸುವುದು. ವಸ್ತುಗಳ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ತನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ತಿರುಗ ಮುರುಗ ಮಾಡಬಲ್ಲದು.
ಔಪಚಾರಿಕ ಸಂಕ್ರೀಯಾತ್ಮಕ ಹಂತ	11–15 ವರ್ಷ	ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತರ್ಕಬದ್ದ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಅಮೂರ್ತ ಆಲೋಚನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕಲ್ಪನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ವೃದ್ಧಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ತನ್ನ ಚಿರಪರಿಚಿತರನ್ನು ಮತ್ತೆ ಕೂಡಿಕೊಂಡಾಗ ಮಗು ತನ್ನ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಮುಗುಳ್ನಗೆ ಮೂಲಕ, ತಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಪೋಷಕರ (ಪಾಲನೆ ಮಾಡುವವರು) ನಡುವೆ ಬೆಳೆಯುವ ಪ್ರೀತಿಯ ನಿಕಟ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅನುಬಂಧವನ್ನು **'ಬಾಂಧವ್ಯ'** ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾರ್ಲೋ ಮತ್ತು ಹಾರ್ಲೋ (1962) ನಡೆಸಿದ ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಕೋತಿ ಮರಿಗಳನ್ನು ಅವು ಹುಟ್ಟಿದ ಎಂಟು ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ, ಆರು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಎರವಲು ತಾಯಿಯರ ಬಳಿ ಬೆಳೆಸಲಾಯಿತು. ಆ ಎರವಲು ತಾಯಿಯರು ಒಬ್ಬ ತಾಯಿ ತಂತಿಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಕೋತಿ ಮತ್ತೊಂದು ಎರವಲು ತಾಯಿ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಕೋತಿ. ಅರ್ಧಮರಿ ಕೋತಿಗಳಿಗೆ ತಂತಿ ತಾಯಿಯು ಇನ್ನರ್ಧ ಕೋತಿ ಮರಿಗಳಿಗೆ ಬಟ್ಟೆ ಕೋತಿಯು ಹಾಲು ನೀಡಿ ಪೋಷಿಸಿದವು. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದ ಮರಿ ಕೋತಿಗಳು ತಂತಿ ಕೋತಿಗಿಂತ ಬಟ್ಟೆ ಕೋತಿಯ ಬಳಿ ಹೆಚ್ಚು ಆಶ್ರಯ ಪಡೆದವು. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಕೇವಲ ದೈಹಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಬಾಂಧವ್ಯ ಬೆಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಜೊತೆಗೆ ಸಾಮಿಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಸುಖದ ಅನುಭವ ಬೇಕು. ಮರಿಗಳಿಗೆ ತಂತಿಕೋತಿಯ ಬಳಿ ಸುಖದ ಅನುಭವ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಬಟ್ಟೆ ಕೋತಿ ತನ್ನ ಮೆತ್ತನೆಯ ಗುಣದಿಂದ ಮರಿಗಳಿಗೆ ಸುಖದ ಅನುಭವ ನೀಡಿತು. ಹಾಗಾಗಿ ಬಟ್ಟೆ ಕೋತಿಯನ್ನು ಮರಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಆಶ್ರಯಿಸಿದವು. ಹಾಗೆಯೇ ಮಕ್ಕಳು ತಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ಬೊಂಬೆ ಅಥವಾ ಮೆತ್ತನೆಯ ಹೊದಿಕೆಗೆ ಅತಿಯಾದ ಬಾಂಧವ್ಯ ತೋರಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬೊಂಬೆ ಅಥವಾ ಮೆತ್ತನೆಯ ಹೊದಿಕೆ ಅವರ ತಾಯಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ಗೊತ್ತಿದ್ದರೂ ಅವು ಮಗುವಿಗೆ ಸುಖದ ಅನುಭವ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಅವುಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಮಗು ಬೆಳೆದಂತೆ ತನ್ನತನದ ಅರಿವು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ತಾನು ಅತಿಯಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಬೊಂಬೆ ಅಥವಾ ಇತರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೋತಿ ಮರಿಗಳಂತೆ ಮಾನವ ಮಗು ಕೂಡ ತನ್ನ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವ, ಲಾಲನೆ ಪಾಲನೆ ಮಾಡುವ ತಾಯಿ ಅಥವಾ ಇತರರ ಜೊತೆ ಪ್ರೀತಿಯ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಎರಿಕ್ ಎರಿಕ್‌ಸನ್ (1968) ರವರ ಪ್ರಕಾರ ಮಗುವಿನ ಮೊದಲ ವರ್ಷದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಬಾಂಧವ್ಯ ವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಂಬಿಕೆ ಅಥವಾ ಅಪನಂಬಿಕೆ ಹಂತವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಸುಖಾನುಭವವು ಮಗುವಿಗೆ ತನ್ನ ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯ ಭಾವನೆ ಮೂಡಬೇಕಾದರೆ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರು ತುಂಬಾ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾದ ಮತ್ತು ಅತಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಪಾಲನೆ ಪೋಷಣೆ ಮಾಡಬೇಕು ತಂದೆ ತಾಯಿಯರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆತ್ಮೀಯತೆಯಿಂದ ಯಾವುದೇ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಎಡಮಾಡಿಕೊಡದೆ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬೆಳೆಸಿದರೆ ಮಕ್ಕಳು ಬದುಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆ ತಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರು ಮಕ್ಕಳ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸದಿದ್ದರೆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸದಾ ತಪ್ಪು ಹುಡುಕಿ ದಂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಅಪನಂಬಿಕೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅಭದ್ರತಾ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಬೆಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಪ್ರೀತಿಯ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದ ಮಕ್ಕಳು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಳ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಉತ್ತಮ ಶಾರೀರಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕುಟುಂಬದ ಆರೋಗ್ಯಕರ ವಾತಾವರಣ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.

ಬಾಲ್ಯ (Childhood)

ಶೈಶಾವಸ್ಥೆಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ನಿಧಾನವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಗು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಎತ್ತರ ಮತ್ತು ತೂಕವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ನಡೆಯಲು, ಓಡಲು, ಜಿಗಿಯಲು ಮತ್ತು ಚೆಂಡಿನೊಂದಿಗೆ ಆಟವಾಡಲು ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಮಗು ತನ್ನ ಮನೆ ಪರಿಸರ ಬಿಟ್ಟು ನೆರೆಹೊರೆ ಹಾಗೂ ಶಾಲೆಗೆ ಕಾಲಿಡುತ್ತದೆ. ಮಗು ಒಳ್ಳೆಯ ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ನೈತಿಕತೆಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ, ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬಲ್ಲರು. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಗುರಿಯೊಂದನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸಾಗುವುದು, ಹಿರಿಯರ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸುವುದು ಮುಂತಾದ ಗುಣಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಮೆದುಳಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಜೊತೆಗೆ ತನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಪುಲ ಅವಕಾಶಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ಇದೆಲ್ಲದರಿಂದ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ: ಆರಂಭಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಎರಡು ತತ್ವಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ.

i. ಬೆಳವಣಿಗೆ ತಲೆಯಿಂದ ಕಾಲಿನಡೆಗೆ (cephalo-caudal) ಅಂದರೆ ಸೆಫಾಲಿಕ್ ಅಥವಾ ತಲೆಯ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ ಕಾಡಲ್ ಅಥವಾ ಬಾಲ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ. ಮಕ್ಕಳು ಮೊದಲು ದೇಹದ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸುವರು. ನಂತರ ದೇಹದ ಕೆಳಭಾಗದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಹೊಂದುವರು. ಶೈಶವಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಶುವಿನ ತಲೆಯು ಅವಳ/ಅವನ ದೇಹಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರಮಾಣನುಗುಣವಾಗಿ ದೊಡ್ಡದಾಗಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಅಥವಾ ಶಿಶು ತೆವಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿದರೆ ಅವನು/ಅವಳು ಮೊದಲು ತೋಳುಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾನೆ.

ii. ಬೆಳವಣಿಗೆ ದೇಹದ ಮಧ್ಯಭಾಗದಿಂದ ಶರೀರದ ಅಂಚಿನ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತದೆ (poximo distal) ಅಂದರೆ ಮಕ್ಕಳು ಮೊದಲು ದೇಹದ ಮುಂಡಭಾಗದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸುವರು. ಕ್ರಮೇಣ ದೇಹದ ತುದಿ ಅಂಚಿನ ಅಂಗಾಂಗಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸುವರು. ಶಿಶುಗಳು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿಯಲು ಪೂರ್ಣ ದೇಹ ತಿರುಗಿಸುತ್ತವೆ. ಕ್ರಮೇಣ ಕೈ ಚಾಚಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿಯುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಪಕ್ವವಾಗುತ್ತಿರುವ ನರಮಂಡಲ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಇದು ಯಾವುದೇ ಮಿತಿಯಿಂದಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ದೃಷ್ಟಿ ಹೀನ ಮಕ್ಕಳು ಸಹ ಅದೇ ಅನುಕ್ರಮವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ ಅವರ ದೇಹದ ಕಾಂಡದ ಭಾಗವು ಉದ್ದವಾಗುವುದರಿಂದ ಅವರು ತೆಳ್ಳಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಕೊಬ್ಬು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮೆದುಳು ಮತ್ತು ತಲೆಯು ದೇಹದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವೇಗವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಮೆದುಳಿನ ವಿಕಾಸ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಏಕೆಂದರೆ ವಿವಿಧ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಾದ ಕಣ್ಣು ಮತ್ತು ಕೈಗಳ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ, ಲೇಖನಿ ಹಿಡಿದು ಬರೆಯುವುದು ಮುಂತಾದವು ಮೆದುಳಿನ ಪಕ್ವತೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಬಾಲ್ಯಾವಸ್ಥೆಯ ಮಧ್ಯ ಹಾಗೂ ಅಂತ್ಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಎತ್ತರ ಮತ್ತು ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಶೀಘ್ರ ಬೆಳವಣಿಗೆ ತೋರುವರು. ಇದಕ್ಕೆ ದೇಹದ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯುಗಳ ವಿಕಾಸವೇ ಕಾರಣ.

ಗತಿ (ಚಲನೆ) ವಿಕಾಸ: ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಗತಿ (ಚಲನೆ)ಯ ವಿಕಾಸ ಎಂದರೆ ಕೈಕಾಲುಗಳ ಸೂಕ್ತ ಬಳಕೆ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಓಡಾಡುವುದು, ಪರಿಸರದ ಜೊತೆ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕ ವರ್ತನೆ ಇತ್ಯಾದಿ. ಬೆರಳುಗಳ ಸೂಕ್ತ ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ಕಣ್ಣು-ಕೈಗಳ ಸಮನ್ವಯತೆ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಎಡಗೈ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಬಲಗೈ ಬಳಕೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಪ್ರಮುಖ ಚಲನ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಕೆಳಗಿನ ಪಟ್ಟಿ 3.3ರಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.

ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ: ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ 'ವಸ್ತು ಸ್ಥಿರತೆ' ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮಗು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ಸಂಕೇತಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮಗುವಿಗೆ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಪಿಯಾಜೆಯವರ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಪ್ರಕಾರ ಬಾಲ್ಯದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ "**ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಪೂರ್ವ ಆಲೋಚನೆ**" (ಕೋಷ್ಟಕ 3.2ನ್ನು ನೋಡಿ) ಮೇಲೆ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲದ ವಸ್ತುವನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮಗು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು, ಗಿಡ, ಮರ, ನಾಯಿ, ಮನೆ ಮನುಷ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಬಿಡಿಸುವುದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು.

ಕೋಷ್ಟಕ 3.3 ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸ್ಥೂಲ ಮತ್ತು ಪ್ರಮುಖ ಚಲನಾ ಕೌಶಲಗಳು

ವಯಸ್ಸು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ	ಒಟ್ಟು ಸ್ಥೂಲ ಚಲನಾ ಕೌಶಲಗಳು	ಪ್ರಮುಖ ಚಲನಾಕೌಶಲಗಳು
3 ವರ್ಷ	ಕುಪ್ಪಳಿಸುವುದು ನೆಗೆಯುವುದು, ಓಡುವುದು	ಬ್ಲಾಕ್‌ಗಳ ನಿರ್ಮಾಣ, ತೋರು ಬೆರಳು ಮತ್ತು ಹೆಬ್ಬೆರಳಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
4 ವರ್ಷ	ಪ್ರತಿ ಮೆಟ್ಟಿಲಿಗೆ ಒಂದು ಹೆಜ್ಜೆಯಂತೆ ಹತ್ತುವುದು ಮತ್ತು ಇಳಿಯುವುದು.	ಜಿಗ್ ಜಾ ಮೋಡಿಯನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ಜೋಡಿಸುವುದು.
5 ವರ್ಷ	ಜೋರಾಗಿ ಓಡುವುದು, ರೇಸ್ ನೋಡಿ ಆನಂದಿಸುವುದು.	ಕೈ ತೋಳು ಮತ್ತು ಶರೀರಗಳು ಕಣ್ಣಿನ ಜೊತೆ ಸಮನ್ವಯ ಸಾಧಿಸುವುದು.

ಈ ಸಾಂಕೇತಿಕ ಆಲೋಚನೆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಂಕೇತಿಕ ಆಲೋಚನೆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಅಧಿಕಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಪೂರ್ವಾ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಲಕ್ಷಣವೆಂದರೆ **'ಸ್ವಕೇಂದ್ರೀಕೃತ ಆಲೋಚನೆ'** ಅಂದರೆ, **'ಸರ್ವಜೀವತ್ವವಾದ' (ಅನಿಮಿಸಂ)** – ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತಮ್ಮದೇ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇತರರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಸ್ವಕೇಂದ್ರಿತ ಆಲೋಚನೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಜೀವರಹಿತ ವಸ್ತುಗಳಿಗೂ ಜೀವ ತುಂಬುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕಾರ್ಟೂನ್ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಜೀವಂತ ಬೊಂಬೆಗಳೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜಾರಿಬಿದ್ದ ಮಗು ನೆಲ ನನ್ನನ್ನು ಬೀಳಿಸಿತು ಎನ್ನುತ್ತದೆ. ತಾನು ತಪ್ಪು ಹೆಜ್ಜೆ ಇಟ್ಟು ಜಾರಿಬಿದ್ದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳೆದಂತೆ ಸುಮಾರು 4 ರಿಂದ 7 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಆಕಾಶ ಏಕೆ ನೀಲಿಯಾಗಿದೆ? ಮರಗಳು ಹೇಗೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ? ಇತ್ಯಾದಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಸ್ತುಗಳು ಏಕೆ ಹೀಗಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ ಈ ಹಂತದ ಮತ್ತೊಂದು ಲಕ್ಷಣ ಎಂದರೆ **'ಕೇಂದ್ರೀಕೃತ ಪ್ರವೃತ್ತಿ'** ಅಂದರೆ ಒಂದು ಘಟನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಆ ಘಟನೆ ಒಂದೇ ಅಂಶದ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದು ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಂದು ಮಗು ಗಿಡ್ಡ ಮತ್ತು ಅಗಲವಾದ ಲೋಟಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ಉದ್ದ ಲೋಟದಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಕೊಡಲು ಒತ್ತಾಯಿಸುವುದು. ಎರಡು ಲೋಟಗಳು ಒಂದೇ ಪ್ರಮಾಣದ ರಸವನ್ನು ಹಿಡಿದಿಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿದ್ದರೂ, ಉದ್ದ ಲೋಟ ಮಗುವಿನ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳೆದಂತೆ 7ರಿಂದ 11ನೇ (ಮಧ್ಯಮ ಮತ್ತು ಕೊನೆಯ ಬಾಲ್ಯ) ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಂತರ್‌ಜ್ಞಾನ ಆಲೋಚನೆಗೆ ಬದಲಾಗಿ ತರ್ಕಬದ್ಧ ಆಲೋಚನೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಹಂತವನ್ನು **ಮೂರ್ತ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆ** ಹಂತ ಎನ್ನುವರು. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಹಿಂದೆ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವರು. ಮೂರ್ತ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ ಅಥವಾ ತಿರುಗು ಮುರುಗು ನೋಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಬ್ಬ ಚಿಕ್ಕ ಬಾಲಕ (ಏಳು ಅಥವಾ ಎಂಟು ವರ್ಷ)ನ ಮುಂದೆ ಏಕರೂಪದ ಎರಡು ಮಣ್ಣಿನ ಚೆಂಡುಗಳನ್ನು ಇಡಲಾಯಿತು. ನಂತರ ಆ ಎರಡರಲ್ಲಿ ಯಾವುದರಲ್ಲಿ ಮಣ್ಣು ಜಾಸ್ತಿ ಇದೆ ಎಂದು ಕೇಳಲಾಯಿತು ಆಗ ಎರಡರಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದೇ ಪ್ರಮಾಣದ ಮಣ್ಣು ಇದೆ ಎಂದು ಬಾಲಕ ತಿಳಿಸಿದನು. ಇದರಿಂದ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ವಸ್ತುವಿನ ರೂಪ ಬದಲಾದರೂ ಅದರ ಪ್ರಮಾಣ ಬದಲಾಗದು ಹಾಗೂ ತಿರುಗು ಮುರುಗು ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ **ಮೂರ್ತ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆ** ಎನ್ನುವರು ಹಾಗಾದರೆ ಮಗು ಯಾವ ರೀತಿ ಪೂರ್ವ ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡಿತು ಎಂದು ನೀವು ಯೋಚಿಸುತ್ತೀರಿ? ಮಗು ಕೇವಲ ಒಂದು ಅಂಶ ಉದ್ದ ಅಥವಾ ಎತ್ತರದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಮೂರ್ತ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮಗುವಿಗೆ ವಿವಿಧ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವಸ್ತುವಿನ ಒಂದು ಅಂಶದ ಮೇಲೆ ಗಮನಹರಿಸುವುದನ್ನಲ್ಲ. ಇದು ಮಗುವಿಗೆ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೋಡುವ ವಿಭಿನ್ನ ವಿಧಾನಗಳಿವೆ ಎಂದು ಪ್ರಶಂಸಿಸಲು

ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಅವಳ/ಅವನ ಸ್ವಕೇಂದ್ರಿತ ಆಲೋಚನೆಯ ಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಲೋಚನೆಯೂ ಹೆಚ್ಚು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಾಗ ಪರ್ಯಾಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ಅಥವಾ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ತಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ಪೂರ್ವ ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಮಗು ವಸ್ತುವಿನ ವಿಭಿನ್ನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ನೋಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದರೂ ಅವನು/ಅವಳು ಅಮೂರ್ತ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಅವನು ಅಥವಾ ಅವಳು ಇನ್ನೂ ವಸ್ತುಗಳ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಕುಶಲಕತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಗುವಿನ ಬೀಜಗಣಿತದ ಸಮೀಕರಣಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಹಂತಗಳು ಅಥವಾ ಭೂಮಿಯ ರೇಖಾಂಶ ಅಥವಾ ಅಕ್ಷಾಂಶದ ರೇಖೆಯನ್ನು ಕಲಿಸಲು ಕಷ್ಟ ಸಾಧ್ಯ.

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಭಾಷೆಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಕ್ಕಳು ಶಬ್ದಕೋಶ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಕರಣವನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಮುಂದಿನ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತೀರಿ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 3.2

ಒಂದೇ ಗಾತ್ರದ ಎರಡು ಪಾರದರ್ಶಕ ಲೋಟಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಎರಡರಲ್ಲೂ ಒಂದೇ ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ಎರಡು ಮತ್ತು ಐದನೇ ತರಗತಿಯ ಮಗುವನ್ನು ಲೋಟದಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರು ಇದೆಯೇ? ಎಂದು ಕೇಳಿ. ಮತ್ತೊಂದು ಎತ್ತರದ ತೆಳ್ಳಗಿನ ಲೋಟವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಮಗುವಿನ ಮುಂದೆ ಹಿಂದಿನ ಲೋಟಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದರಿಂದ ಮೂರನೇ ಲೋಟಕ್ಕೆ ಖಾಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ. ಈಗ ಯಾವ ಲೋಟದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ನೀರು ಇದೆ ಎಂದು ಅವನನ್ನು/ಅವಳನ್ನು ಕೇಳಿ. ಅವರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಏನಾದರೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೀರಾ?

ಸಾಮಾಜಿಕ–ಭಾವನಾತ್ಮಕ ವಿಕಾಸ: ಮಕ್ಕಳ ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳೆಂದರೆ, ನಾನು (ಅಹಂ), ಲಿಂಗ (ಹೆಣ್ಣು ಅಥವಾ ಗಂಡು) ಮತ್ತು **ನೈತಿಕತೆ** ಬೆಳವಣಿಗೆ. ಬಾಲ್ಯದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಅಹಂಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾಜೀಕರಣದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ತಾನು ಯಾರೆಂದು ಮತ್ತು ಯಾರ ಜೊತೆ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಪರಿಜ್ಞಾನ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಸ್ವತಂತ್ರ ಮನೋಭಾವ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಮಕ್ಕಳು ಯಾವುದೇ ವಿಷಯವನ್ನು ತಮಗೆ ಇಷ್ಟ ಬಂದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಈ ಸ್ವತಂತ್ರ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗೆ ತಂದೆ ತಾಯಿ ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೊರುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಇಲ್ಲವೇ ಅಪರಾಧಿ ಭಾವನೆ ಬೆಳೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಎಂದು ಎರಿಕ್‌ಸನ್ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಓಡಲು, ನೆಗೆಯಲು ಮತ್ತು ಸೈಕಲ್ ಓಡಿಸಲು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮುಕ್ತ ಅವಕಾಶ ನೀಡಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಉತ್ತರಿಸಿದರೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಮುನ್ನುಗ್ಗುವ ಸ್ವಭಾವ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡದೆ ಓಡಬೇಡ, ನೆಗೆಯಬೇಡ, ಸೈಕಲ್ ಓಡಿಸಬೇಡ, ಬಿದ್ದರೆ ಗಾಯವಾಗುತ್ತದೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಹೇಳಿದರೆ ಮತ್ತು ತಲೆ ಹರಟೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ನಿನ್ನವು ಬಾಯಿ ಮುಚ್ಚು ಇತ್ಯಾದಿ ಗದರಿಸಿದರೆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅಪರಾಧಿ ಮನೋಭಾವ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಕಮರಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ, ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಬಾಲ್ಯದ ಆರಂಭದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂ ಅರಿವು ತಾನು ಎತ್ತರ, ಕುಳ್ಳ, ತಾನು ಹುಡುಗ ಅಥವಾ ಹುಡುಗಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬಾಲ್ಯದ ಮಧ್ಯ ಭಾಗ ಮತ್ತು ಕಡೆಯ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತಾನು ಬುದ್ಧಿವಂತ, ಸುಂದರ, ಹೆಸರುವಾಸಿ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರು ನನಗೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನೀಡಿದಾಗ ಹೆಮ್ಮೆ ಎನಿಸುತ್ತದೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಆಂತರಿಕ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ತಾನು ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಮಗು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಅಂಶಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳಾದ ನಾನು ಶಾಲೆಯ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಟಗಾರ ಅಥವಾ ಟೆನಿಸ್ ಆಟಗಾರ ಅಥವಾ ತಾನು ಶಾಲೆಯ ಸಂಗೀತ ಅಥವಾ ಪರಿಸರ ಪರಿಸರ ಕ್ಲಬ್ ಸದಸ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ ಕೂಡ ಮಗು ತನ್ನನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇತರರ ಜೊತೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ತಾನು ಏನು ಮಾಡಬಲ್ಲೆ ಅಥವಾ ಮಾಡಲಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸಹ ಮಗು ತನ್ನ ಸ್ವಯಂ ಅರಿವನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ "ನನಗೆ ಅತುಲ್ ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕಗಳು ಬಂದಿವೆ" ಅಥವಾ "ನಾನು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಇತರರಿಗಿಂತ ವೇಗವಾಗಿ ಓಡಬಲ್ಲೆ" ಇಂತಹ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ತಾನು ಇತರರಿಗೆ ಭಿನ್ನ ಎಂಬುದನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 3.2 ಲಿಂಗ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಪಾತ್ರಗಳು (Gender and Sex Roles)

ಚೆಸ್ ಪುರುಷನ ಆಟವೇ? ಅಥವಾ ಹೆಣ್ಣಿನ ಆಟವೇ? ಅಥವಾ ಇಬ್ಬರದೇ? ಅಡುಗೆ ಮಹಿಳೆಯ ಚಟುವಟಿಕೆಯೇ? ಅಥವಾ ಪುರುಷನ ಚಟುವಟಿಕೆಯೇ? ಅದೇ ರೀತಿ ಚಾಲನೆ, ಚರ್ಚಾಕೂಟಗಳು ಮತ್ತು ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರ ಪ್ರಯೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ಏನು ಹೇಳುತ್ತೀರಿ? ಅಥವಾ ಯುವಕರು ಮತ್ತು ಯುವತಿಯರಿಗಾಗಿ ಟಿವಿಯಲ್ಲಿ ಮಾರಾಟವಾಗುವ ಕೆಲವು ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ಹುಡುಗಿಯರು ಮತ್ತು ಹುಡುಗರು ಹೇಗಿರಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಅವರೇನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ?

ಲಿಂಗ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿವೆಯೇ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಸಂಶೋಧಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಸಂಶೋಧಕರ ಸತತ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಹುಡುಗರು ಹೆಚ್ಚು ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ಸ್ವಭಾವದವರು, ಸಣ್ಣ ಓಟಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಲಾಂಗ್ ಜಂಪ್‌ಗಳ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಪುರುಷರು ಮಹಿಳೆಯರಿಗಿಂತ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಹಿಳೆಯರು ಪುರುಷರಿಗಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದ ಕಣ್ಣು ಕೈ ಸಮನ್ವಯವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು

ಮಹಿಳೆಯರ ಕೀಲುಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯುಗಳು ಪುರುಷರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳ ಮೂಲ ಯಾವುದು ಎಂದು ನೀವು ಯೋಚಿಸುತ್ತೀರಿ? ಇವುಗಳು ಅತ್ಯಗತ್ಯವೇ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಮಹಿಳೆಯರು ಕೆಲವು ಸ್ತ್ರೀಲಿಂಗ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಜನಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಪುರುಷರು ಕೆಲವು 'ಪುರುಷ' ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆಯೇ? ಅಥವಾ ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ನಾವು ವಾಸಿಸುವ ಪ್ರಪಂಚದ ಸೃಷ್ಟಿಯೇ?

ಜನರು ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿರುವ ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಪಾತ್ರಗಳೆಂದರೆ ಲಿಂಗ ಪಾತ್ರಗಳು ಅವರು ಪುರುಷರು ಅಥವಾ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಸೂಕ್ತವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುವ ನಡವಳಿಕೆಗಳ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಲೈಂಗಿಕತೆಯು ಗಂಡು ಅಥವಾ ಹೆಣ್ಣು ಎಂಬ ಜೈವಿಕ ಆಯಾಮ, ಲಿಂಗವು ಗಂಡು ಅಥವಾ ಹೆಣ್ಣು ಎಂಬ ಸಾಮಾಜಿಕ ಆಯಾಮವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಲಿಂಗದ ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದವುಗಳು ಗಂಡು ಅಥವಾ ಹೆಣ್ಣಿನ ಲಿಂಗ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆಯಾಗಿದ್ದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಕ್ಕಳು ಸುಮಾರು 3 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಇದನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಹುಡುಗರು ಮತ್ತು ಹುಡುಗಿಯರು ಎಂದು ನಿಖರವಾಗಿ ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಬೆಳೆದಂತೆ ಆದ್ಯತೆಗಳು ಅವರ ಆಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಕಾಣಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ.

ಲಿಂಗ ಪಾತ್ರವು ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತು ಪುರುಷರು ಹೇಗೆ ಯೋಚಿಸಬೇಕು, ವರ್ತಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಆರಂಭಿಕ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಲಿಂಗ ಸಾಮಾಜಿಕತೆಯ ಮೇಲೆ ಪೋಷಕರು ಪ್ರಮುಖ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತಾರೆ ಅವರು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಫಲಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷೆಗಳ ಮೂಲಕ ಲಿಂಗ ಸೂಕ್ತ ಮತ್ತು ಅನುಚಿತ ನಡವಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪಾಲಕರು ತಮ್ಮ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೆಣ್ತನ ಮತ್ತು ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪುರುಷತ್ವ ಕಲಿಸಲು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರತಿಫಲಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಲಿಂಗ ಸಾಮಾಜಿಕರಣಕ್ಕೆ ಸಮಾನವಯಸ್ಕರ ಪ್ರಭಾವವು ಪ್ರಮುಖ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪೋಷಕರು ಶಾಲಾ ವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗರನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಶಾಲಾ ವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗಿಯರನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತು ಹುಡುಗರು ಮತ್ತು ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಿಯೋಜಿಸುತ್ತಾರೆ. ದೈನಂದಿನ ಸಂವಹನಗಳಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ತಮ್ಮ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅವಲಂಬನೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಕಾರ್ಟೂನ್ಗಳು ಮತ್ತು ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಲಿಂಗ ಏಕರೂಪಕಗಳನ್ನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿರುಸುತ್ತವೆ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಾದ್ಯಂತ ಜಾಹೀರಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಅಧಿಕಾರದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ಅವಲಂಬಿತ ಮತ್ತು ದೇಶಿಯ ಪಾತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲ್ಪಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಅಥವಾ ಮಹಿಳೆಯರು ದೇಹದ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಮತ್ತು ಪುರುಷರು ಕ್ರೀಡಾ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

ಒಮ್ಮೆ ಮಕ್ಕಳು ಗಂಡು ಅಥವಾ ಹೆಣ್ಣಿನ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಕಲಿತರೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಜಗತ್ತನ್ನು ಲಿಂಗದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಆಯೋಜಿಸುತ್ತಾರೆ ಮಕ್ಕಳ ಗಮನ ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆಯು ಲಿಂಗ ಆಧಾರಿತ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮಾನದಂಡಗಳು ಮತ್ತು ಏಕರೂಪಕಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಲಿಂಗ ನೀತಿಗಳ ಪ್ರಕಾರ ತಮ್ಮನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಲಿಂಗಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಆಂತರಿಕಗೊಳಿಸಿದ ನಂತರ ಅವರು ತಮ್ಮಿಂದ ಲಿಂಗ ಸೂಕ್ತವಾದ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಯುವ ಹುಡುಗರು ಅಲಂಕಾರಿಕ ಛದ್ಮವೇಷ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀಲಿಂಗ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಲು ನಿರಾಕರಿಸಬಹುದು ಮನೆ (ಘರ್-ಘರ್) ಆಟ ಆಡುವಾಗ ಹುಡುಗಿಯರು ತಂದೆಯ ಪಾತ್ರವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ನಿರಾಕರಿಸಬಹುದು. ಒಮ್ಮೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಲಿಂಗದೊಂದಿಗೆ ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಮಕ್ಕಳು ಅದೇ ಲಿಂಗದ ಪ್ರಭಲ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಮಾದರಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಗಂಡು ಮತ್ತು ಹೆಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಅಥವಾ ವಿಶಿಷ್ಟವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸಲು ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಸಂಘಟಿಸಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಿದ್ದರಾದಾಗ 'ಲಿಂಗ ವಿಧಗಳು' ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಅವರ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರಪಂಚ ಮನೆಯಿಂದ ಆಚೆಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ತನ್ನ ಸಮವಯಸ್ಕರು ಅಥವಾ ಸಹಪಾಠಿಗಳ ಜೊತೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಇತರ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದರಿಂದ ಅವರ ಸರ್ವತೋಮುಖ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 3.3

ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಪೋಷಕರ ಮುಂದೆ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಗಂಟೆಯಾದರೂ ನೀವು ಹುಡುಗಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಹುಡುಗನಂತೆ ವರ್ತಿಸಿ ಅಥವಾ ನೀವು ಹುಡುಗನಾಗಿದ್ದರೆ ಹುಡುಗಿಯಂತೆ ವರ್ತಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗೆ ಇತರರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಇನ್ನೊಂದು ಲಿಂಗದಂತೆ ವರ್ತಿಸುವುದು ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟ?

ನೈತಿಕ ವಿಕಾಸ: ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಮಾನವ ಕೃತ್ಯಗಳ ಸರಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪುಗಳ ನಡುವೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು. ಮಕ್ಕಳು ಸರಿ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು, ತಪ್ಪಿತಸ್ಥರೆಂದು ಭಾವಿಸಲು, ಇತರ ಜನರ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾದಾಗ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಬರುವ ಘಟಕಾಂಶಗಳು ನೈತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅಂಶಗಳಾಗಿವೆ. ಲಾರೆನ್ಸ್ ಕೋಲ್ಬರ್ಗ್ ಪ್ರಕಾರ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ವಿಕಾಸದ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳು ಹಾದುಹೋಗುವಂತೆಯೇ ಅವರ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ನೈತಿಕ ವಿಕಾಸವು ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳ ಮೂಲಕ ಹಾದುಹೋಗುತ್ತವೆ. ಕೋಲ್ಬರ್ಗ್ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ಅವರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನೈತಿಕ ಸಂದಿಗ್ಧತೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದರು. ಸಂದಿಗ್ಧತೆಯ ಪಾತ್ರಗಳು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಏಕೆ ಎಂದು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕೇಳಲಾಯಿತು. ಅವರ ಪ್ರಕಾರ, ಮಕ್ಕಳು ವಿವಿಧ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸರಿ ಮತ್ತು ತಪ್ಪುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ

ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಚಿಕ್ಕ ಮಗು ಅಂದರೆ 9 ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಮಕ್ಕಳು ಬಾಹ್ಯ ಅಧಿಕಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವನು/ಅವಳು ಶಿಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದ ಕ್ರಮಗಳು ತಪ್ಪಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವನು/ಅವಳು ಪುರಸ್ಕೃತರಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಕ್ರಮಗಳು ಸರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಮಗು ಬೆಳೆದಂತೆ ಅಂದರೆ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಅವನು/ಅವಳು ಇತರ ನಿಯಮಗಳ ಮೂಲಕ ನೈತಿಕ ತಾರ್ಕಿಕತೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುತ್ತಾನೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಪೋಷಕರು ಅಥವಾ ಸಮಾಜದ ಕಾನೂನುಗಳು ಈ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮದೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸದ್ಗುಣಶೀಲರಾಗಲು ಮತ್ತು ಇತರರಿಂದ ಅನುಮೋದನೆಯನ್ನು ಗಳಿಸಲು (ದಂಡವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಅಲ್ಲ) ಇವುಗಳನ್ನು 'ಆಂತರಿಕಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ'. ಮಕ್ಕಳು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳಾಗಿ ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನೈತಿಕ ಚಿಂತನೆಯು ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಬೆಳೆದಂತೆ ಕ್ರಮೇಣ ವೈಯಕ್ತಿಕ ನೈತಿಕ ಸಂಹಿತೆಯನ್ನು ವಿಕಾಸಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಬಾಲ್ಯದ ಅಂತ್ಯದ ವೇಳೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಕ್ರಮೇಣ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ದರವು ಮಗುವಿಗೆ ಸಮನ್ವಯ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನದ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೀವು ನೋಡಿದ್ದೀರಿ. ಭಾಷೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಾರ್ಕಿಕವಾಗಿ ತರ್ಕಿಸಬಹುದು ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಮಗು ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸಮಾನ ವಯಸ್ಕರಂತಹ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಮುಂದಿನ ವಿಭಾಗವು ಅಧಿವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮಾನವ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 3.4

ರೋಗಿಯು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಅಸ್ವಸ್ಥನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಹಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಾಗಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಸುಧಾರಣೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ರೋಗಿಯ ಜೀವ ಬೆಂಬಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹಿಂತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. 'ದಯಾಮರಣ' ಅಥವಾ 'ಕರುಣೆ ಕೊಲೆ'ಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವೇನು? ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ಸವಾಲುಗಳು (Challenges of Adolescence)

ಅಧಿವಯಸ್ಸು ಎಂಬ ಪದವು ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಪದವಾದ 'ಅಡೋಲೆಸರ್' (adolescere) ಎಂಬ ಪದದಿಂದ ಬಂದಿದೆ. ಇದರ ಅರ್ಥ 'ಪ್ರಬುದ್ಧನಾಗು'. ಇದು ಬಾಲ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ನಡುವಿನ, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಅವಧಿಯಾಗಿದೆ. **ಅಧಿವಯಸ್ಸನ್ನು** ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರಬುದ್ಧತೆ ಅಥವಾ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದಾಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಜೀವನದ ಹಂತ ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಜೈವಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ತ್ವರಿತ ಬದಲಾವಣೆಯ ಅವಧಿ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ದೈಹಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಅನುಭವಗಳ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆಯಾಮಗಳು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಅಧಿವಯಸ್ಸು ಒಂದು ಸಮಸ್ಯಾತ್ಮಕ ಅಥವಾ ಗೊಂದಲಮಯ ವಯಸ್ಸು ಎಂದು ಭಾವಿಸುವ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಅನುಭವಗಳು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ, 'ಅಧಿವಯಸ್ಸು' ಯೌವ್ವನದ ಆರಂಭದ ಹಂತ ಮತ್ತು ಇದರಿಂದ ನಂತರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಾಜಗಳು ಹದಿಹರೆಯದ ಕನಿಷ್ಠ ಅವಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೂ, ಇದು ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಾದ್ಯಂತ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿಲ್ಲ.

ದೈಹಿಕ ವಿಕಾಸ: ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆ ಅಥವಾ ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರಭುದ್ಧತೆಯು ಬಾಲ್ಯದ ಅಂತ್ಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ಆರಂಭವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ದರ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ತೀವ್ರತರದ ದೈಹಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯು ಹಠಾತ್ ಘಟನೆಯಲ್ಲ. ಆದರೆ ಕ್ರಮೇಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುವ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳು **ಪ್ರಾಥಮಿಕ** ಮತ್ತು **ಅನುಷಂಗಿಕ** ಲೈಂಗಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಲೈಂಗಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಸಂಬಂಧಿಸಿದವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅನುಷಂಗಿಕ ಲೈಂಗಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರಭುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಅಥವಾ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಹುಡುಗರಲ್ಲಿ ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ವೇಗ ವರ್ಧನೆ. ಮುಖದ ಕೂದಲು ಮತ್ತು ಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಹುಡುಗಿಯರಲ್ಲಿ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ಕ್ಷಿಪ್ರ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ **ಋತುಚಕ್ರದ** (ಮುಟ್ಟಿನ ಆರಂಭ)ದ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಮೊದಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ವೇಗವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹುಡುಗರಲ್ಲಿ 12 ಅಥವಾ 13ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ 10 ಅಥವಾ 11ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ಅನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿರುವುದು ಸಹಜ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಒಂದೇ ವಯಸ್ಸಿನ ಇಬ್ಬರು ಹುಡುಗರಲ್ಲಿ (ಅಥವಾ ಇಬ್ಬರು ಹುಡುಗಿಯರು) ಒಬ್ಬರು ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ಅನುಕ್ರಮವನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲೇ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಭ್ರಾತೃ ಅವಳಿಗಳಿಗಿಂತ ತದ್ರೂಪ ಅವಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಋತುಚಕ್ರವು (ಹೆಚ್ಚುಕಡಿಮೆ ಒಂದೇ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ) ಸರಾಸರಿಯಾಗಿ ಶ್ರೀಮಂತ ಕುಟುಂಬಗಳ ಹುಡುಗಿಯರು ಬಡ ಕುಟುಂಬಗಳ ಹುಡುಗಿಯರಿಗಿಂತ ಮುಂಚೆಯೇ ಋತುಮತಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತು ಐತಿಹಾಸಿಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು ಕೈಗಾರಿಕೀಕರಣಗೊಂಡ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಋತುಚಕ್ರದ ವಯಸ್ಸು ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಉತ್ತಮ ಪೋಷಣೆ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಆರೈಕೆ ಕೂಡ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಹಲವಾರು ಮಾನಸಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ವಿರುದ್ಧ ಲಿಂಗದ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಭಾವನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸ ಅರಿವು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಲೈಂಗಿಕತೆಯು ಸಂಭವಿಸುವ ಜೈವಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಗೆಳೆಯರು, ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಸಮಾಜದಿಂದ ಲೈಂಗಿಕತೆಗೆ ಒತ್ತು ನೀಡುವಂತಹ ಅಂಶಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗಲೂ ಅನೇಕ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಸಾಕಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಥವಾ ಲೈಂಗಿಕತೆ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಲೈಂಗಿಕತೆಯು ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಲು ಪೋಷಕರಿಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾದ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಲೈಂಗಿಕ ಕಾಳಜಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ರಹಸ್ಯವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮಾಹಿತಿ ವಿನಿಮಯ ಮತ್ತು ಸಂವಹನವನ್ನು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಏಡ್ಸ್ ಮತ್ತು ಇತರ ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಹರಡುವ

ರೋಗಗಳ ಅಪಾಯದಿಂದಾಗಿ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಮೇಲಿನ ಕಾಳಜಿಯು ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತೀವ್ರವಾಗಿದೆ.

ಲೈಂಗಿಕ ಗುರುತಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಲೈಂಗಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇದು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಾರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಹೇಗೆ ಯೋಚಿಸಿದ್ದೀರಿ? ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ತಾವು ಹೇಗಿರಬೇಕು ಎಂಬುದವರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಹೇಗೆ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಮುಖ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಾರ್ಯವೆಂದರೆ, ಒಬ್ಬರ ದೈಹಿಕ ಸ್ವಯಂ/ಪ್ರಬುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ತಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ನೋಟದ ನೈಜ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಬೇಕು, ಅದು ಅವರಿಗೆ ಸ್ವೀಕಾರಾರ್ಹವಾಗಿದೆ. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯು ದೈಹಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು: ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಚಿಂತನೆಯು ಹೆಚ್ಚು ಅಮೂರ್ತ, ತಾರ್ಕಿಕ ಮತ್ತು ಆದರ್ಶವಾದಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಇತರರ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಇತರರು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಏನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಹೆಚ್ಚು ಸಮರ್ಥರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ತಾರ್ಕಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಅವರಿಗೆ ಹೊಸಮಟ್ಟದ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಅರಿವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಪಿಯಾಜೆ ಪ್ರಕಾರ ಔಪಚಾರಿಕ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ಚಿಂತನೆಯು 11 ಮತ್ತು 15ರ ವಯಸ್ಸಿನ ನಡುವೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಚಿಂತನೆಯು ನಿಜವಾದ ಮೂರ್ತ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಅಮೂರ್ತ ಪದಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಮೂರ್ತವಾಗಿರುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಚಿಂತನೆಯು ಸಹ ಆದರ್ಶಪ್ರಾಯವಾಗಿದೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ತಮ್ಮ ಮತ್ತು ಇತರರ ಆದರ್ಶ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತು ಈ ಆದರ್ಶಮಾನದಂಡಗಳೊಂದಿಗೆ ತಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಹೋಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಬ್ಬ ಆದರ್ಶ ಪೋಷಕರು ಹೇಗಿರುತ್ತಾರೆ? ಎಂದು ಅವರು ಯೋಚಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಈ ಆದರ್ಶಮಾನದಂಡಗಳೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಪೋಷಕರನ್ನು ಹೋಲಿಸಿ ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರನ್ನು ಯಾವ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮುಂಚಿನ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಬಳಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ–ದೋಷ ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ, ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಚಿಂತನೆಯು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗುತ್ತದೆ ಅವರು ಸಂಭವನೀಯ ಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅದು ಏಕೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ. ಪಿಯಾಜೆಯವರು ತರ್ಕಬದ್ಧ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು – **ಕಲ್ಪಿತ ನಿಗಮನ ವಿವೇಚನೆ (hypothetical deductive reasoning)** ಎಂದು ಕರೆದರು.

ತರ್ಕಬದ್ಧ ಆಲೋಚನೆಯು ನೈತಿಕ ಚಿಂತನೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಮಾನದಂಡ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗೆ ಅವಕಾಶ ಇರುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಪರ್ಯಾಯ ನೈತಿಕ ವಿಷಯಗಳಿಗಾಗಿ ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ತಮ್ಮದೇ ನೈತಿಕ ಮಾನದಂಡದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಇತರರು ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದುವಂತೆ ನಾನು ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದಲೇ? ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ನಕಲು ಮಾಡುವುದು ಸರಿಯೇ? ಇಂತಹ ಆಲೋಚನೆಗಳು ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆದರ್ಶಗಳ ಜೊತೆ ಸರಿಗೂಡದಿದ್ದಾಗ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಸಾಮಾಜಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸದೇ ಇರಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಾಲೇಜಿನ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿ ಯಾವುದೇ ಮುಷ್ಕರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು.

ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಸ್ವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಡೇವಿಡ್ ಎಲ್‌ಕೈಂಡ್ ಪ್ರಕಾರ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಸ್ವಂತಿಕೆಯಲ್ಲಿ **'ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರು'** ಮತ್ತು **'ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕಲ್ಪಿತಕಥೆ'** ಎಂಬ ಎರಡು ಅಂಶಗಳಿವೆ. ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರೆಂದರೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಇತರರು ತಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ತಾವು ಇರುವಂತೆಯೇ ತಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಜನರು ಯಾವಾಗಲೂ ತಮ್ಮನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಅವರು ಊಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಒಬ್ಬ ಹುಡುಗ ತನ್ನ ಶರ್ಟಿನಲ್ಲಿರುವ ಶಾಯಿಯ ಕಲೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ಮೊಡವೆ ಹೊಂದಿರುವ ಹುಡುಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಜನರು ಅವಳ ಚರ್ಮವು ಎಷ್ಟು ಕೆಟ್ಟದಾಗಿದೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರೇ ಅವರನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಸ್ವಕೇಂದ್ರಿತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕಲ್ಪಿತ ಕಥೆಯು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಅಹಂಕಾರದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಅದು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಅನನ್ಯತೆಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಯಾರು ತಮ್ಮನ್ನು ಅಥವಾ ಅವರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಒಬ್ಬ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗಿ ಒಬ್ಬಳು ಸ್ನೇಹಿತರನಿಂದ ದ್ರೋಹ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ಕಾರಣ ತನಗಾಗುವ ನೋವನ್ನು ಯಾರು ಗ್ರಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಪೋಷಕರಿಗೆ 'ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ. ಇದು ಅವರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕಲ್ಪಿತಕಥೆಯನ್ನು ಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕಲ್ಪಿತಕಥೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ದಿನಚರಿಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಅಸ್ತಿತ್ವ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು: ನೀವು, ನಾನು ಯಾರು? ನಾನು ಯಾವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬೇಕು? ನಾನು ದೇವರನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇನೆಯೇ? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿರಬಹುದು. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳು ಒಬ್ಬರ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಅಥವಾ ತನ್ನ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಆಗಿದೆ. 'ಅಸ್ತಿತ್ವ' ಎಂದರೆ ನೀವು ಯಾರು? ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮೌಲ್ಯಗಳು, ಬದ್ಧತೆಗಳು ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಗಳು ಯಾವುವು? ಎಂಬುದಾಗಿದೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಕಾರ್ಯವೆಂದರೆ ಪೋಷಕರಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೇರ್ಪಡುವಿಕೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಅಥವಾ ಅವನದೇ ಆದ ವೈಯಕ್ತಿಕ ನಂಬಿಕೆಗಳ ಗುಂಪನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಗುರುತನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಪೋಷಕರೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ತನ್ನೊಳಗೆ ಸಂಘರ್ಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಸಂಘರ್ಷದ ಗುರುತುಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬಲ್ಲ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಹೊಸ ಸ್ವಯಂಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಈ "ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಗೊಂದಲ" ಎರಿಕ್ಸನ್ ಪ್ರಕಾರ, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ಗೆಳೆಯರು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದಿಂದ ತಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಗುರುತನ್ನು

ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಒಂದೆಡೆ ಸ್ವಾತಂಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಬಯಸಬಹುದು ಆದರೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಭಯಪಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವರ ಹೆತ್ತವರ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅವಲಂಬನೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಬಹುದು. ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಭದ್ರತೆಯ ನಡುವಿನ ತ್ವರಿತ ಏರಿಳಿತಗಳು ಈ ಹಂತದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಲಕ್ಷಣಗಳಾಗಿವೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ "ಮಗುವಿನಂತೆ ನಡೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ" ಎಂದು ದೂರಬಹುದು, ಆದರೆ ಇತರ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಸಾಂತ್ವನವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಒಂದು ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಎಂದರೆ, ತನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ನಿರಂತರತೆ ಮತ್ತು ಸಮಾನತೆ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹುಡುಕುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಾನು ಯಾರೆಂಬುದರ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ ಅದುವೇ "ಅಸ್ತಿತ್ವ".

ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಸ್ಥಾಪನೆಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಅಂಶಗಳು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಕುಟುಂಬದ ಹಿನ್ನೆಲೆ, ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳು ಮುಂತಾದವು. ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಸ್ಥಾಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಗಣನೀಯ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬದ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕಿಂತ ತನ್ನ ಒಡನಾಡಿಗಳ ಪ್ರಭಾವ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೊರಗಡೆ ಗೆಳೆಯರ ಜೊತೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿ ಗೆಳೆಯರ ಜೊತೆಗಿನ ನಿರಂತರ ವಿಚಾರ ವಿನಿಮಯದಿಂದ ಅನೇಕ ಸಾಮಾಜಿಕ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವರು ಮತ್ತು ನೂತನ ಸಾಮಾಜಿಕ ವರ್ತನೆ ತೋರುವರು. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳ ಮತ್ತು ಒಡನಾಡಿಗಳ ಪ್ರಭಾವ ಅಧಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರ ಜೊತೆಗಿನ ತಿಕ್ಕಾಟದಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ತಮ್ಮ ಗೆಳೆಯರ ಜೊತೆ ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪೂರಕ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತಾರೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ತಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಸ್ಥಾಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ, 'ವೃತ್ತಿ ಆಯ್ಕೆ' ದೊಡ್ಡವನಾದ ಮೇಲೆ ಏನಾಗುತ್ತೀಯ? ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ತಮ್ಮನ್ನು ಹಾಗೂ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ವಾಸ್ತವದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಕೈಗೆಟುಕಬಹುದಾದ ಗುರಿ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬೇಕು. ಕೆಲವು ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ವೃತ್ತಿ ಆಯ್ಕೆಯಲ್ಲಿ ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರು ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ತಮಗಿಷ್ಟ ಬಂದ ವೃತ್ತಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮುಕ್ತ ವಾತಾವರಣ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ವೃತ್ತಿ ಆಯ್ಕೆ ಸ್ವಾತಂಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ತಂದೆ ತಾಯಿಯರು ಹೇಳಿದ ವೃತ್ತಿಯನ್ನೇ ಅವರು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಷಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವ ಏನು? ಶಾಲಾ-ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಹಾಗೂ ವೃತ್ತಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಸೂಕ್ತ ವೃತ್ತಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಕಳವಳಕಾರಿ ಅಂಶಗಳು: ವಯಸ್ಕರಾದ ನಾವು ನಮ್ಮ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ವರ್ಷಗಳನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುವಾಗ ಸಂಘರ್ಷಗಳು, ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಗಳು, ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ಒಂಟಿತನ, ಗುಂಪು ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಇದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ 'ದುರ್ಬಲ ಅವಧಿ' ಎಂದು ನಾವು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಗೆಳೆಯರ ಪ್ರಭಾವ. ಹೊಸ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ಪರಿಹರಿಸಲಾಗದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರಿಗೆ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಿರಬಹುದು. ಸಮಾನ ವಯಸ್ಕರ ಒತ್ತಡವು ಧನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಋಣಾತ್ಮಕ ಎರಡು ಆಗಿರಬಹುದು. ಅಧಿಯಸ್ಸಿನವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಧೂಮಪಾನ, ಡ್ರಗ್ಸ್, ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಮತ್ತು ಪೋಷಕರ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮುರಿಯುವುದು, ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಅವರು ಮುಂದೆ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸದೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಅನಿಶ್ಚಿತತೆ, ಒಂಟಿತನ, ಸ್ವಯಂ-ಅನುಮಾನ, ಆತಂಕ ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿಯ ಅವಧಿಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬಹುದು. ಅವರು ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಎದುರಿಸಿದಾಗ ಅವರಲ್ಲಿ ಉತ್ಸಾಹ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸ್ಪರ್ಧಾ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಎದುರಿಸುವ ಕೆಲವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಸವಾಲುಗಳಾದ ಅಪರಾಧ, ದುಶ್ಚಟಗಳು ಮತ್ತು ತಿನ್ನುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವೀಗ ಓದಲಿದ್ದೀರಿ.

ಅಪರಾಧ: ಅಪರಾಧವು ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಸ್ವೀಕಾರವಲ್ಲದ ನಡವಳಿಕೆ, ಕಾನೂನು ಅಪರಾಧಗಳು, ಅಪರಾಧ ಕೃತ್ಯಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ವಿವಿಧ ನಡವಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಿರಾಕರಣೆ, ಮನೆಯಿಂದ ಓಡಿ ಹೋಗುವುದು, ಕಳ್ಳತನ ಅಥವಾ ವಿಧ್ವಂಸಕ ಕೃತ್ಯಗಳು ಸೇರಿವೆ. ಅಪರಾಧ ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸ್ವಯಂ ಗುರುತನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಪನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಮಟ್ಟದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ, ಅಪರಾಧವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪೋಷಕರ ಕಡಿಮೆ ಬೆಂಬಲ, ಅನುಚಿತ ಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ಭಗ್ನ ಕುಟುಂಬದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಬಡತನ, ನಿರುದ್ಯೋಗ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಮ ವರ್ಗದಿಂದ ದೂರವಾಗುವ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಗಮನ ಸೆಳೆಯಲು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಜನಪ್ರಿಯರಾಗಲು ಸಮಾಜ ವಿರೋಧಿ ಕೃತ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪರಾಧಿಗಳು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಅಪರಾಧಿಗಳಾಗಿ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರ ಗೆಳೆಯರ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಅವರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ವಾಭಿಮಾನದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು, ಆದರ್ಶ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕರಿಸುವುದು, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಕಳಪೆ ಸ್ವ-ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು ಅಪರಾಧ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯದ ದುರ್ಬಳಕೆ: ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ವರ್ಷಗಳು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಧೂಮಪಾನ, ಮದ್ಯಪಾನ ಮತ್ತು ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯ ಸೇವನೆಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ಧೂಮಪಾನ ಮತ್ತು ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಬಹುದು. ಧೂಮಪಾನ ಮತ್ತು ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯ ಸೇವನೆಗೆ ಕಾರಣಗಳು ಗೆಳೆಯರ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಗುಂಪು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯತೆ ಅಥವಾ ವಯಸ್ಕರಂತೆ ವರ್ತಿಸುವ ಬಯಕೆ ಅಥವಾ ಶಾಲೆಯ ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಒತ್ತಡದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಂತಾದವು ಆಗಿರಬಹುದು. ನಿಕೋಟಿನ್‌ನ ವ್ಯಸನಕಾರಿ ಶಕ್ತಿಯು ಧೂಮಪಾನವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದನ್ನು ಕಷ್ಟಕರವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಡ್ರಗ್ಸ್, ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಮತ್ತು ನಿಕೋಟಿನ್ ಬಳಕೆಗೆ ದಾಸರಾಗಿರುವ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ, ಆತಂಕ, ಖಿನ್ನತೆ ಮತ್ತು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ, ಕಡಿಮೆ ಸ್ವಾಭಿಮಾನ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ನಿರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ. ಗೆಳೆಯರ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಅವರ ಗೆಳೆಯರ ಮತ್ತು ಗೆಳೆಯರ ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ

ಇರಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವು ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರು ಡ್ರಗ್ಸ್, ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಮತ್ತು ಧೂಮಪಾನವನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಅಪಹಾಸ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವು ಮುಂದೆ ಅವುಗಳ ದಾಸರಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಮಾದಕ ವ್ಯಸನ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಅಥವಾ ನಿಕೋಟಿನ್ ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರ ಉಳಿದ ಜೀವನವನ್ನು ಗಂಭೀರವಾದ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಬಹುದು. ಪೋಷಕರು, ಗೆಳೆಯರು, ಒಡಹುಟ್ಟಿದವರು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರೊಂದಿಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮಾದಕ ವ್ಯಸನವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ನವದೆಹಲಿಯ (ಸೊಸೈಟಿ ಇನ್ ಎಜುಕೇಶನ್ ಪ್ರೋಗ್ರಾಮ್) ಒಂದು ಯಶಸ್ವಿ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯ ವಿರೋಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಾಗಿದೆ. ಇದು 13 ರಿಂದ 25 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಜನರನ್ನು ರಂಜಿಸಲು ಬೀದಿ ಪ್ರದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಡ್ರಗ್ಸ್ ಬೇಡವೆಂದು ಹೇಗೆ ಹೇಳುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವಸಂಸ್ಥೆಯ ಮಾದಕ ವಸ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮತ್ತು ಸರಕಾರೇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಯುವಕರನ್ನು ದುಶ್ಚಟಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತವೆ.

ತಿನ್ನುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು: ಭ್ರಮೆಯ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಗೆಳೆಯರ ಹೋಲಿಕೆಗಳು ಅವರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಗೀಳನ್ನು ಹೊಂದುವ ಕೆಲವು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಡಿಮೆ ತಿನ್ನುವ ಕಾಯಿಲೆ (Anorexia Nervosa). ಇದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಹಸಿವಿನ ಮೂಲಕ ತೆಳ್ಳನೆಯ ನಿರಂತರ ಅನ್ವೇಷಣೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆಹಾರದಿಂದ ಕೆಲವು ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಅಥವಾ ದೇಹದ ತೂಕವನ್ನು ಇಳಿಸುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಮಾತ್ರ ತಿನ್ನಲು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಕೂಡ ಸಣ್ಣಗಾಗುವುದಕ್ಕೂ, ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸಿ ಉತ್ಪ್ರೇಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಅನೋರೆಕ್ಷಿಯ ನರ್ವೋಸಾಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದು (Bulimia Nervosa) ತಿನ್ನುವ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯ ಮತ್ತೊಂದು ರೂಪವಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದು ಮತ್ತು ಭೇದಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಬುಲಿಮಿಕ್ ಎಂದರೆ, ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದು ನಂತರ ಸ್ವಯಂ–ಪ್ರೇರಿತ ವಾಂತಿ ಅಥವಾ ವಿರೇಚಕವನ್ನು ಬಳಸುವ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ಹೊರಗೆ ಹಾಕುವುದಾಗಿದೆ. ತಿನ್ನದೇ ಇರುವ ಅನೋರೆಕ್ಷಿಯ ನರ್ವೋಸಾ ಮತ್ತು ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವ ಬುಲಿಮಿಯಾ ನರ್ವೋಸಾಗಳು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ನಗರ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಸ್ತ್ರೀ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳಾಗಿವೆ.

ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ (Adulthood and Old age)

ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆ

ವಯಸ್ಕರನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಪ್ರಬುದ್ಧ, ಸ್ವಯಂ ಬೆಂಬಲಿತ ಮತ್ತು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಸಂಯೋಜಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಯಸ್ಕನಾಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ವಯಸ್ಕ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ವಹಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಸಮಯದ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಜನರು ತಮ್ಮ ಕಾಲೇಜು ಅಧ್ಯಯನದ ಜೊತೆಗೆ ಉದ್ಯೋಗಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ವಿವಾಹವಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವರು ಮದುವೆಯಾದ ನಂತರವೂ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಸ್ವತಂತ್ರರಾದ ನಂತರವೂ ಅವರ ಹೆತ್ತವರೊಂದಿಗೆ ವಾಸಿಸುತ್ತಾರೆ. ವಯಸ್ಕ ಪಾತ್ರಗಳ ಊಹೆಯು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶದಿಂದ ನಿರ್ದೇಶಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಜೀವನದ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಗಳಿಗೆ (ಅಂದರೆ ಮದುವೆ, ಉದ್ಯೋಗ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊಂದುವುದು) ಉತ್ತಮ ಸಮಯವು ವಿಭಿನ್ನ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯೊಳಗೆ ವಯಸ್ಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಮ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರ್ಯಗಳೆಂದರೆ, ವಯಸ್ಕ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರವಾದ ಜೀವನ ರಚನೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ 20ನೇ ವಯಸ್ಸಿನ ನಂತರ ಅವಲಂಬಿ ಬದುಕಿನಿಂದ ಸ್ವಾವಲಂಬಿ ಬದುಕಿನೆಡೆಗೆ ಹೆಜ್ಜೆ ಹಾಕುವ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಇದು ಯುವಕನು ಬಯಸುವ ರೀತಿಯ ಜೀವನ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮದುವೆ ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿಜೀವನದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ.

ವೃತ್ತಿ ಮತ್ತು ಕೆಲಸ: ಜೀವನ ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ಸಂಪಾದಿಸುವುದು, ಉದ್ಯೋಗವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು 20 ಮತ್ತು 30ರ ಹರೆಯದ ಜನರಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯಗಳಾಗಿವೆ. ಕೆಲಸದ ಜೀವನವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸವಾಲಿನ ಘಟನೆಯಾಗಿದೆ. ವಿಭಿನ್ನ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗಳು, ಒಬ್ಬರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ, ಸ್ಪರ್ಧೆಯೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಉದ್ಯೋಗದಾತರು ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಆತಂಕಗಳಿವೆ. ಇದು ಹೊಸ ಪಾತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳ ಆರಂಭವೂ ಆಗಿದೆ. ವೃತ್ತಿ ಜೀವನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಮದುವೆ ಪಿತೃತ್ವ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ: ವಿವಾಹದ ನಂತರ ಯುವ ವಯಸ್ಕರು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗಳು ಮೊದಲು ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲದ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಪರಸ್ಪರ ಇಷ್ಟಗಳು, ಇಷ್ಟಪಡದಿರುವುದು ಅಭಿರುಚಿಗಳು ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕಾದ ಪಾತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ಮದುವೆಯಾಗುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಯುವ ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರಾಗುವುದು ಕಷ್ಟಕರ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡದ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗಿದೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಗುವಿನ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೀತಿಯ ಭಾವನೆಯೊಂದಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಂಬಲದ ಲಭ್ಯತೆ ಮತ್ತು ವಿವಾಹಿತ ದಂಪತಿಗಳ ಸಂತೋಷ ಅಥವಾ ಅಸಂತೋಷದಂತಹ ವಿಭಿನ್ನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಂದ ವಯಸ್ಕರು ಪೋಷಕರ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ.

ಸಂಗಾತಿಯ ಮರಣ ಅಥವಾ ವಿಚ್ಛೇದನವು ಕುಟುಂಬದ ರಚನೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಪೋಷಕರು ತಾಯಿ ಅಥವಾ ತಂದೆ ಮಕ್ಕಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಉದ್ಯೋಗವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಪೋಷಕರು ಇಬ್ಬರು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮತ್ತೊಂದು ರೀತಿಯ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ತಂದೆ ತಾಯಿ ಇಬ್ಬರು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ಒತ್ತಡಗಳು ಏಕ ಪೋಷಕ

ಕುಟುಂಬ ಅನುಭವಿಸುವಂತೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅವರ ಶಾಲೆ–ಕೆಲಸ, ಅನಾರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸದ ಹೊರೆಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು ಇಂತಹ ಒತ್ತಡಗಳ ನಡುವೆ ಕೂಡ ಮಕ್ಕಳ ಪಾಲನೆ ಪೋಷಣೆ ಮಾಡುವ ಮಾನಸಿಕ ತೃಪ್ತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಸಮಾಜದ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಪಕ್ವತೆಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಸಂಭವಿಸುವ ದರದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಬದಲಾಗಬಹುದಾದರೂ ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲಾ ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಕ ಜನರು ತಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ರಮೇಣ ಕ್ಷೀಣಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ದೃಷ್ಟಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು, ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವ ಸಂವೇದನೆ, ಶ್ರವಣ ನಷ್ಟ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ನೋಟದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು (ಉದಾಹರಣೆ ಸುಕ್ಕುಗಳು ಬೂದು ಕೂದಲು ಅಥವಾ ಕೂದಲು ತೆಳುವಾಗುವುದು ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು) ಇತ್ಯಾದಿ. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆಯೇ? ಕೆಲವು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವರು ಇದನ್ನು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಗಿಂತ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ನೆನಪಿನ ಕುಸಿತವು ಹೆಚ್ಚು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಒಬ್ಬ ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕೇಳಿದ ತಕ್ಷಣ ಅದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಅಷ್ಟು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚಿನ ಕುಸಿತವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯು ವಯಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಸುಧಾರಿಸಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೂ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿವೆ. ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳು ಅಸಾಧಾರಣವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಎಲ್ಲಾ ವಯಸ್ಕರು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ

ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಯಾವಾಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕವಾಗಿ ನಿವೃತ್ತಿಯ ವಯಸ್ಸು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಆರಂಭ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈಗ ಜನರು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲಸದಿಂದ ನಿವೃತ್ತರಾಗುವ ವಯಸ್ಸು ಬದಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಮತ್ತು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದ ವಯಸ್ಸು ಕೂಡ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಚಲಿಸುತ್ತಿದೆ. ಕೆಲವು ವಯಸ್ಸಾದವರು ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕಾದ ಸವಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ನಿವೃತ್ತಿ, ವಿಧವೆ/ವಿಧುರ, ಅನಾರೋಗ್ಯ ಅಥವಾ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿನ ಸಾವು ಸೇರಿವೆ. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಚಿತ್ರಣವು ಕೆಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈಗ 70 ವರ್ಷ ದಾಟಿದವರು ಸಾಕಷ್ಟು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರೂ, ಚೈತನ್ಯಶೀಲರೂ, ಸೃಜನಶೀಲರೂ ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಆದ್ದರಿಂದ ಸಮಾಜದ ಅನೇಕ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಸಮಾಜದಿಂದ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾಗಿದೆ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ನಾವು ರಾಜಕೀಯ, ಸಾಹಿತ್ಯ, ವ್ಯಾಪಾರ, ಕಲೆ ಮತ್ತು ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ವಯಸ್ಸಾದ ಜನರನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಪುರಾಣವು ಅಸಮರ್ಥ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಜೀವನದ ಭಯಾನಕ ಹಂತವು ಬದಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಸಹಜವಾಗಿ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಅನುಭವವು ಸಾಮಾಜಿಕ–ಆರ್ಥಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು, ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಲಭ್ಯತೆ, ಜನರ ವರ್ತನೆ, ಸಮಾಜದ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಬೆಂಬಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಆರಂಭಿಕ ವಯಸ್ಕ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸವು ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ. ನಂತರ ಕುಟುಂಬವು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ, ನಮ್ಮ ವಯಸ್ಕ ಜೀವನದ ಬಹುಪಾಲು ಯಶಸ್ವಿ ನಾವು ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ, ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧಗಳು ಎಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆ, ನಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಗಳು ಎಷ್ಟು ಉತ್ತಮವಾಗಿವೆ, ನಾವು ಎಷ್ಟು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಬೌದ್ಧಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಕ್ರಿಯ ವೃತ್ತಿಪರ ಜೀವನದಿಂದ ನಿವೃತ್ತಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ. ಕೆಲವು ಜನರು ನಿವೃತ್ತಿಯನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆ ಎಂದು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಅದನ್ನು ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಾಭಿಮಾನದ ಪ್ರಮುಖ ಮೂಲದಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇತರರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಹಿತಾಸಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಜೀವನದ ಒಂದು ಬದಲಾವಣೆ ಎಂದು ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೊಸ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಮುಕ್ತತೆ, ಹೆಚ್ಚು ಶ್ರಮಿಸುವ ಸಾಧನೆ ಆಧಾರಿತ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೂ ವಯಸ್ಕರು ಕಾರ್ಯನಿರತವಾಗಿರಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ವಯಸ್ಸಾದ ವಯುಸ್ಕರು ಕೌಟುಂಬಿಕರ ರಚನೆಯಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಯಬೇಕಾದ ಹೊಸ ಪಾತ್ರಗಳಿಗೆ (ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು) ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಮ್ಮ ವೃತ್ತಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸ್ವತಂತ್ರ ಮನೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಬಹುದು. ವಯಸ್ಸಾದ ವಯಸ್ಕರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆರ್ಥಿಕ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಅವಲಂಬಿಸಬಹುದು. ಮತ್ತು ಅವರ ಒಂಟಿತನವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಬಹುದು. ಮಕ್ಕಳು ಹೊರಗೆ ಹೋದ ನಂತರ ಇದು ಕೆಲವು ಜನರಲ್ಲಿ ಹತಾಶೆ ಮತ್ತು ಖಿನ್ನತೆಯ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಬಹುದು.

ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯ ನಷ್ಟದ ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಗೂ ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ವತ್ತುಗಳು ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತವೆ ಅಭದ್ರತೆ ಮತ್ತು ಅವಲಂಬನೆಯಿಂದಾಗಿ ವಯಸ್ಸಾದವರು ಇತರರ ಕಡೆಗೆ ಒಲವು ತೋರಲು ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಲವು ತೋರುತ್ತಾರೆ. ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯು, ವೃದ್ಧರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬನೆಯನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾಳಜಿಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಚ್ಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಪ್ರೀತಿಯ ಭರವಸೆಯೊಂದಿಗೆ ಬೆಳೆಸುತ್ತಾರೆ. ವಯಸ್ಸಾದವರಿಗೆ ಭದ್ರತೆ ಮತ್ತು ತಮ್ಮವರು ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಜನರು ಅವರನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದು ದಿನ ವಯಸ್ಸಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 3.5

ಜೀವನದ ಮೂರು ವಿಭಿನ್ನ ಹಂತಗಳ ಜನರನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ 20–35, 35–60 ಮತ್ತು 60 ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟವರು. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ, ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಪ್ರಮುಖ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳು ಮತ್ತು ಈ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳು ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿವೆ ಎಂದು ಅವರು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ? ವಿವಿಧ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾದ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ.

ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಾವು ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆಯಾದರೂ, ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸಾವು ಬರಬಹುದು. ಸಾವುಗಳು ವಿಶೇಷವಾಗಿ, ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಕಿರಿಯ ವಯಸ್ಕರ ಸಾವುಗಳು ಇತರರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ದುರಂತವೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಕಿರಿಯ ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಅಪಘಾತಗಳಿಂದ ಸಾವು ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಆದರೆ ವಯಸ್ಸಾದವರಲ್ಲಿ ಸಾವು ಧೀರ್ಘಕಾಲದ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಸಂಗಾತಿಯ ಸಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟಕರವಾದ ನಷ್ಟವಾಗಿ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ತಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯ ಮರಣದ ನಂತರ ಆಳವಾದ ದುಃಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಂಟಿತನ, ಖಿನ್ನತೆ, ಆರ್ಥಿಕ ನಷ್ಟವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಬಂಧಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ವಿದುರರಿಗಿಂತ ವಿಧವೆಯರು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಣಸಿಗುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮಹಿಳೆಯರು ಪುರುಷರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ತಮಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವಯಸ್ಸಾದ ಪುರುಷರನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರ ಬೆಂಬಲವು ಸಂಗಾತಿಯ ನಷ್ಟವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವಿಭಿನ್ನ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಜನರು ಸಾವನ್ನು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದ 'ಗೊಂಡ್' ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಟ ಮತ್ತು ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಸಾವು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಮಡಗಾಸ್ಕರನ 'ತನಾಲ' ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳು ಸಾವಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಹೀಗೆ ಓದಿದಂತೆ ಮಾನವ ವಿಕಾಸವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು

ಅಧಿವಯಸ್ಸು, ಸರ್ವಜೀವತ್ವವಾದ, ಬಾಂಧವ್ಯ, ಕೇಂದ್ರೀಕರಣ, ಸೆಫಲೋಕಾಡಲ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿ, ಮೂರ್ತ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಹಂತ, ನಿಗಮನ ಆಲೋಚನೆ, ವಿಕಾಸ, ಅಹಂಕಾರ, ವಿಕಸನ, ಲಿಂಗ, ಅಸ್ತಿತ್ವ, ಶೈಶವಾವಸ್ಥೆ, ಪಕ್ವತೆ, ಋತುಬಂಧ, ಚಲನೆಯ ವಿಕಾಸ, ವಸ್ತು ಶಾಶ್ವತತೆ, ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳು, ರೂಪಾವಳಿ, ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಅವಧಿ, ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಪೂರ್ವ ಹಂತ, ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಲೈಂಗಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು, ಪ್ರಾಕ್ಸಿಮೋಡಿಸ್ಟಲ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿ, ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆ, ಪ್ರತಿವರ್ತನೆಗಳು, ಅನುಷಂಗಿಕ ಲೈಂಗಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು, ಸ್ವಯಂ ಸಂವೇದನಾ ಗತಿಯ ಹಂತ, ಟೆರಟೋಜೆನ್ಸ್.

ಸಾರಾಂಶ

- ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ತಾಯಿಯ ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ, ತಾಯಿಯ ಮಾದಕ ವಸ್ತು ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ತಾಯಿಯ ಕೆಲವು ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು.
- ಚಲನೆಯ ವಿಕಾಸವು ಸೆಫಾಲೋ ಕಾಡಲ್ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಕ್ಸಿಮೋಡಿಸ್ಟಲ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ. ಆರಂಭಿಕ ಚಲನೆಯ ವಿಕಾಸವು ಪಕ್ವತೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆ ಎರಡನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.
- ಮಕ್ಕಳ ಪಾಲನೆಯಲ್ಲಿನ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಮಗುವಿನ ಮತ್ತು ಪಾಲನೆದಾರರ ನಡುವಿನ ಬಾಂಧವ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು.
- ಪಿಯಾಜೆಯವರ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಪ್ರಕಾರ ಸಂವೇದನಾ ಗತಿಯ ಹಂತದ ಮುಖ್ಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ವಸ್ತುಗಳ ಶಾಶ್ವತತೆಯನ್ನು ಮಗು ಕ್ರಮೇಣ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕತ ಪೂರ್ವ ಹಂತವು ಕೇಂದ್ರೀಕರಣ, ಬದಲಾಯಿಸಲಾಗದ ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರದಂತಹ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ನ್ಯೂನತೆಗಳಿಂದ ರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.
- ಮೂರ್ತ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ, ಔಪಚಾರಿಕ ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಹಂತವು ಹೆಚ್ಚು ಅಮೂರ್ತ ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಮತ್ತು ತಾರ್ಕಿಕ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸುತ್ತದೆ.
- ಕೋಲ್ಬರ್ಗ್ ಪ್ರಕಾರ ನೈತಿಕ ತಾರ್ಕಿಕತೆಯು 3 ಹಂತಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಇದನ್ನು ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಿಂದ ಇದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

- ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ವೇಗವು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಪ್ರಬುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಅನುಷಂಗಿಕ ಲೈಂಗಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಯಾಗಿದೆ. ಎರಿಕ್ಸನ್ ಪ್ರಕಾರ, 'ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನ ಪ್ರಮುಖ ಸವಾಲು ಗುರುತಿನ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಕಡೆಗೆ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸುವುದು'.
- ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವು ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ಬದಲಾವಣೆ ಎರಡರಿಂದಲೂ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ವಯಸ್ಕರ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿನ ಅನೇಕ ಹೆಗ್ಗುರುತುಗಳು ಕುಟುಂಬ ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ, ಇದರಲ್ಲಿ ಮದುವೆಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ, ಪೋಷಕತ್ವ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿವೆ.
- ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ದೈಹಿಕ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳು ನೋಟ, ಸ್ಮೃತಿ ಮತ್ತು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಕ್ಷೇತ್ರ.

ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

1. ವಿಕಾಸ ಎಂದರೇನು? ಇದು ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಪಕ್ವತೆಯಿಂದ ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ?
2. ವಿಕಾಸದ ಮೇಲೆ ಜೀವಿತಾವಧಿಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
3. ವಿಕಾಸದ ಕಾರ್ಯಗಳು ಯಾವುವು? ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸಿ.
4. ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಪರಿಸರವು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಹಮತವನ್ನು ಉದಾಹರಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ.
5. ಸಾಮಾಜಿಕ-ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳು ವಿಕಾಸದ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ?
6. ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.
7. ಬಾಲ್ಯದ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ರೂಪುಗೊಂಡ ಬಾಂಧವ್ಯವು ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
8. ಅಧಿವಯಸ್ಸು ಎಂದರೇನು? ಅಹಂಕಾರದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
9. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳು ಯಾವುವು? ಸಹಮತದ ಉದಾಹರಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ.
10. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಎದುರಿಸುವ ಸವಾಲುಗಳು ಯಾವುವು?

ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

1. ಕಳೆದ 2–3 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನವುಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ: ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರೊಂದಿಗೆ ನೀವು ಘರ್ಷಣೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೀರಾ? ಮುಖ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಯಾವುವು? ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಪರಿಹರಿಸಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಯಾರ ಸಹಾಯವನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೀರಿ? ನಿಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ. ಯಾವುದೇ ಹೋಲಿಕೆಗಳಿವೆಯೇ? ನೀವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗಗಳ ಕುರಿತು ನೀವು ಈಗ ಯೋಚಿಸಬಹುದೇ?
2. ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಆಟವಾಡಲು ಪೂರ್ವಭಾವಿ. (4–7 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ) ಮಗುವಿನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಸ್ಕ್ರಿಪ್ಟ್‌ನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ. ಅಧಿವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೂ ಅದೇ ಸ್ಕ್ರಿಪ್ಟ್ ನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ. ಈ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿವೆ? ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಪಾತ್ರಗಳು ಹೇಗೆ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿವೆ?

ಅಧ್ಯಾಯ 4

ಸಂವೇದನೆ, ಅವಧಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು

Sensory, Attentional and Perceptual Processes

ಈ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ನೀವು ಅರಿಯಲಿರುವ ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು

- ಸಂವೇದನೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿರಿ.
- ಅವಧಾನದ ವಿಧಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುವಿರಿ.
- ರೂಪ ಮತ್ತು ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವಿರಿ.
- ಗ್ರಹಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾಜಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವಿರಿ ಮತ್ತು
- ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂವೇದನೆ, ಅವಧಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ತಿಳಿಯುವಿರಿ.

ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಅದರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

– **ಅರಿಸ್ಟಾಟಲ್**

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ

ಪೀಠಿಕೆ
ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು
ಗುಣ ಮತ್ತು ಪ್ರಚೋದನೆಯ ವೈವಿಧ್ಯಗಳು
ಸಂವೇದನೆಯ ವಿಧಗಳು
ಅವಧಾನದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು
ಅವಧಾನದ ಆಯ್ಕೆ
ಅವಧಾನ ವಿಭಜನೆ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 4.1)
ನಿರಂತರ ಅವಧಾನ
ಅವಧಾನ ವ್ಯಾಪ್ತಿ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 4.2)
ಅವಧಾನದ ಕೊರತೆ ಮತ್ತು ಅತಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ಸಮಸ್ಯೆ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 4.3)
ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು
ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ವಿಧಾನಗಳು
ಗ್ರಹಿಸುವವನು
ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಸಂಘಟನೆಯ ತತ್ವಗಳು
ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಸ್ಥಳ, ಆಳ, ದೂರ
ಏಕರೂಪ, ದ್ವಿರೂಪ ಸೂಚಕಗಳು
ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಸ್ಥಿರತೆ
ಭ್ರಮೆಗಳು
ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಮೇಲೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪ್ರಭಾವಗಳು

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು
ಸಾರಾಂಶ
ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

ಪೀಠಿಕೆ (Introduction)

ನಮ್ಮ ಗ್ರಾಹಕಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬಹುದಾದರು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕಣ್ಣುಗಳು ಅಥವಾ ಕಿವಿಗಳು) ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿದ್ದು ಇವುಗಳನ್ನು ವಿದ್ಯುತ್ ಅಥವಾ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಸಾಧನಗಳ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ ಗಮನಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬಾಹ್ಯ ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಪಂಚದ ವಿವಿಧ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ವಿವಿಧ ಗ್ರಾಹಕಗಳನ್ನು ಈ ಅಧ್ಯಾಯವು ನಿಮಗೆ ಪರಿಚಯಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಗಮನಿಸಿ, ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಅವಧಾನದ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸಹ ತಿಳಿಯುವಿರಿ. ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಅವಧಾನಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರಿಯಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುವ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆಕೃತಿ ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಗಳಂತಹ ಕೆಲವು ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಂದ ನಾವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹೇಗೆ ಮೋಸ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಅವಕಾಶವಿದೆ.

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು (Knowing the World)

ನಾವು ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಪಂಚವು ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳು, ಜನರು ಮತ್ತು ಘಟನೆಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದೆ. ನೀವು ಕುಳಿತಿರುವ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ನೋಡಿ, ಸುತ್ತಲೂ ಅನೇಕ ವಸ್ತುಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಮೇಜು, ಕುರ್ಚಿ, ನಿಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳು, ನಿಮ್ಮ ಕೈಚೀಲ, ನಿಮ್ಮ ಗಡಿಯಾರ, ಗೋಡೆಯ ಮೇಲಿನ ಚಿತ್ರಗಳು ಇತರ ಹಲವು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೋಡಬಹುದು ಎಂದು ಕೆಲವನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳ ಗಾತ್ರಗಳು, ಆಕಾರಗಳು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣಗಳೂ ಸಹ ಭಿನ್ನವಾಗಿವೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಇತರ ಕೊಠಡಿಗಳಿಗೆ ಹೋದರೆ, ನೀವು ಹಲವಾರು ಹೊಸ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. (ಉದಾ: ಪಾತ್ರೆಗಳು, ಹರಿವಾಣಗಳು, ಕಪಾಟು, ದೂರದರ್ಶನ). ನೀವು ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನೀವು ತಿಳಿದಿರುವ (ಮರಗಳು, ಪ್ರಾಣಿಗಳು, ಕಟ್ಟಡಗಳು) ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಇಂತಹ ಅನುಭವಗಳು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ನಿಮ್ಮ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಹೊರಗಿನ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಈ ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿವೆ ಎಂದು ನೀವು ಹೇಗೆ ಹೇಳಬಹುದು? ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ, ಬಹುಶಃ ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಸುತ್ತಲು ನೋಡುತ್ತೀರಿ ಅಥವಾ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತೀರಿ. ಹಾಗೆ ಉತ್ತರಿಸುವಾಗ ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳ (ಉದಾ: ಕಣ್ಣುಗಳು ಕಿವಿಗಳು) ಸಹಾಯದಿಂದ ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೇಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೀರಿ. ಈ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಬಾಹ್ಯ ಪರಿಸರದಿಂದ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ನಮ್ಮ ದೇಹದಿಂದ ಕೂಡ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನದ ಆಧಾರವಾಗಿದೆ. ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವಾರು ರೀತಿಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸುತ್ತವೆ, ಆದರೂ ವಸ್ತುಗಳ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಗುಣಗಳು (ಉದಾ: ಗಾತ್ರ, ಆಕಾರ, ಬಣ್ಣ) ನಮ್ಮ ಗಮನ ಸೆಳೆಯಲು ಶಕ್ತವಾಗಿರಬೇಕು. ದಾಖಲಾದ ಮಾಹಿತಿಯ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಮೆದುಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಪಂಚದ ಜ್ಞಾನವು ಮೂರು ಮೂಲಭೂತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂವೇದನೆ, ಅವಧಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದೇ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ವಿಭಿನ್ನ ಅಂಶಗಳೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ ಇದನ್ನೇ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಗುಣ ಮತ್ತು ವೈವಿಧ್ಯತೆಗಳು (Nature and Varieties of Stimulus)

ನಮ್ಮನ್ನು ಸುತ್ತುವರೆದಿರುವ ಬಾಹ್ಯ ಪರಿಸರವು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು (ಉದಾ: ಮನೆ). ಮತ್ತೆ ಕೆಲವನ್ನು ಕೇವಲ ಕೇಳಬಹುದು (ಉದಾ: ಸಂಗೀತ).

ವಾಸನೆ (ಉದಾ: ಹೂವಿನ ಸುಗಂಧ), ಅಥವಾ ರುಚಿ (ಉದಾ: ಸಿಹಿ). ಇನ್ನೂ ಹಲವಾರು ಇವೆ. ನಾವು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅನುಭವಿಸಬಹುದಾದ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಇವೆ (ಉದಾ: ಬಟ್ಟೆಯ ಮೃದುತ್ವ).

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ನಮಗೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಚೋದಕಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲು ನಾವು ಬಹಳ ವಿಶೇಷವಾದ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ಮನುಷ್ಯರಾದ ನಮಗೆ ಏಳು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸಮೂಹವನ್ನು ದಯಪಾಲಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಂವೇದನಾಂಗಗಳನ್ನು ಸಂವೇದನಾ ಗ್ರಾಹಕಗಳು ಅಥವಾ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ವಿವಿಧ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತವೆ ಅಥವಾ ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ. ಈ 5 ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತವೆ ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿ, ಮೂಗು, ನಾಲಿಗೆ ಮತ್ತು ಚರ್ಮ.

ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳು ದೃಷ್ಟಿಗೆ, ಕಿವಿಗಳು ಕೇಳಲು, ಮೂಗು ವಾಸನೆಗೆ ಮತ್ತು ರುಚಿಗೆ ನಾಲಿಗೆ ಕಾರಣವಾದರೆ, ಸ್ಪರ್ಶ, ಉಷ್ಣತೆ, ಶೀತ ಮತ್ತು ನೋವಿನ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಚರ್ಮವು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಈ 5 ಬಾಹ್ಯ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲದೆ ನಮಗೆ ಎರಡು ಆಳವಾದ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಇವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು Kinesthetic (ಸ್ನಾಯು ಸಂವೇದಿ) ಮತ್ತು Vestibuler (ಸಮತೋಲನ) ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇವು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಸ್ಥಿತಿ ಹಾಗೂ ಪರಸ್ಪರ ದೇಹದ ಭಾಗಗಳ ಚಲನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಏಳು ಇಂದ್ರಿಯಗಳೊಂದಿಗೆ ನಾವು 10 ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಬೆಳಕು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಮಂದವಾಗಿದೆಯೇ, ಹಳದಿ, ಕೆಂಪು ಅಥವಾ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದ್ದೆ ಎಂದು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಧ್ವನಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಅದು ಜೋರಾಗಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ದುರ್ಬಲವಾಗಿದೆಯೇ, ಸುಮಧುರವಾಗಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಕರ್ಕಶವಾಗಿದೆಯೇ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಚೋದಕಗಳು ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದಲೂ ದಾಖಲಾಗುತ್ತವೆ.

ಸಂವೇದನಾ ವಿಧಾನಗಳು (Sense Modalities)

ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ನಮ್ಮ ಬಾಹ್ಯ ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಅನುಭವ ಅಥವಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯದಿಂದ ಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ವಸ್ತುವನ್ನು ಸಂವೇದನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದು ನಾವು ವಿವಿಧ ದೈಹಿಕ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವ ಮತ್ತು ಗ್ರಹಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯದ ಸೂಕ್ತ ಪ್ರಚೋದನೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಕಠಿಣವಾದ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಜೋರಾದ ಮತ್ತು ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ಪ್ರಚೋದಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಮೂಲ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಅನುಭವವನ್ನು ಸಂವೇದನೆ ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿಭಿನ್ನ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯವು ಹೆಚ್ಚು ವಿಶೇಷತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಇಂದ್ರಿಯ ವಿಧಾನ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಮಿತಿಗಳು (Functional Limitations Of Sense Organs)

ನಾವು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸಲು ಮುಂದುವರೆಯುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಕೆಲವು ಮಿತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳು ಬಹಳ ಮಂದವಾದ ಅಥವಾ ಬಹಳ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೋಡಲಾಗವುದಿಲ್ಲ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಕಿವಿಗಳು ಬಹಳ ದುರ್ಬಲವಾದ ಅಥವಾ ಬಹಳ ಜೋರಾದ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಕೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಇತರ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗು ಸಹ ಇದು ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವರಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಸೀಮಿತ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯೊಳಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸಂವೇದನಾ ಗ್ರಹಿಕೆ ಉಂಟಾಗಬೇಕಾದರೆ ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ತೀವ್ರತೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಚೋದಿಸುವ ಸಂವೇದನೆಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು **ಮನೋಭೌತಿಕಶಾಸ್ತ್ರ** ಎಂಬ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂವೇದನಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಕನಿಷ್ಠ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು **ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಿತಿ** ಅಥವಾ **ಸಂವೇದನೆಯ ಕನಿಷ್ಠ ಮಿತಿ** ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಒಂದು ಲೋಟ ನೀರಿಗೆ ಸಕ್ಕರೆಯ ಹರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿದರೆ ಆ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೀವು ಯಾವುದೇ ಸಿಹಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸದೆ ಇರಬಹುದು. ಎರಡನೇ ಬಾರಿ ಸಕ್ಕರೆ ಹರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿದರು ಅದು ಸಿಹಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನೀವು ಒಂದರ ನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ಸಕ್ಕರೆಯ ಹರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ಆಗ ನೀರು ಸಿಹಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವ ಹಂತ ಬರುತ್ತದೆ. ನೀರು ಸಿಹಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಕ್ಕರೆಯ ಕನಿಷ್ಠ ಹರಳುಗಳು ಸಿಹಿ ಸಂವೇದನೆಯ ಕನಿಷ್ಠ ಮಿತಿ ಆಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸಂವೇದನೆಯ ಕನಿಷ್ಠ ಮಿತಿ ಒಂದು ಸ್ಥಿರ ಬಿಂದುವಲ್ಲ ಎಂದು ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಬದಲಾಗಿ ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂದರ್ಭಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೈಹಿಕ ಸ್ಥಿತಿ ಹಾಗೂ ಅವರ ಪ್ರೇರಣಾ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಹಲವಾರು ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿರ್ಣಯಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಶತ 50 ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸಿಹಿ ಅನುಭವವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಸಂವೇಧನಾ ಕನಿಷ್ಠ ಮಿತಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಸಕ್ಕರೆಯ ಹರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿದರೆ ನೀರು ಸಾಮಾನ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಿಹಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ವರದಿ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು.

ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನೂ ಗಮನಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಕಾರಣ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ನಡುವೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎರಡು ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಲು, ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಮೌಲ್ಯದ ನಡುವೆ ಕನಿಷ್ಠ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರಬೇಕು. ಎರಡು ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಮೌಲ್ಯದಲ್ಲಿನ ಚಿಕ್ಕ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಅವಶ್ಯಕವಾದದ್ದನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ ಮಿತಿಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಅಥವಾ ಸಂವೇದನೆಯ ಕನಿಷ್ಠ ಮಿತಿಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಕ್ಕರೆ ನೀರು ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬಹುದು. ನಾವು ನೋಡಿದಂತೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಸಕ್ಕರೆ ಹರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿದ ನಂತರ ಸಾಮಾನ್ಯ ನೀರು ಸಿಹಿಯಾಗಿ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ ಇದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಮುಂದಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಯೆಂದರೆ ಹಿಂದಿನ ಸಿಹಿಗಿಂತ ವಿಭಿನ್ನವಾದ ಸಿಹಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಎಷ್ಟು ಸಕ್ಕರೆಯ ಹರಳುಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ. ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ನೀರಿನ ರುಚಿ ನೋಡುತ್ತ ಸಕ್ಕರೆಗೆ ಹರಳುಗಳನ್ನು ಒಂದರ ನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ಸೇರಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗಿ, ಕೆಲವು ಹರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿದ ನಂತರ ನೀರು ಈಗ ಹಿಂದಿನದಕ್ಕಿಂತ ಸಿಹಿಯಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಬಹುದು. 50 ಪ್ರತಿಶತ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿನ ಸಿಹಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುವ ಸಿಹಿಯ ಅನುಭವವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಲು ನೀರಿಗೆ ಸೇರಿಸಲಾದ ಸಕ್ಕರೆಯ ಹರಳುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಮಾಧುರ್ಯದ ವ್ಯತ್ಯಾಸದ ಮಿತಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸದ ಮಿತಿಯು ಪ್ರಚೋದನೆಯಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಯ ಕನಿಷ್ಠ ಮೊತ್ತವಾಗಿದೆ. ಇದು 50 ಪ್ರತಿಶತ ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಸಂವೇದನೆಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಕಾರಗಳ ಸಂವೇದನೆ ಕನಿಷ್ಠ ಮಿತಿ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನೆಯ ಕನಿಷ್ಠ ಮಿತಿಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಸಂವೇದನೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ ಈಗ ಅರಿವಾಗಿರಬಹುದು. (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ದೃಶ್ಯ, ಶ್ರವಣ), ಆದರೆ ಇದು ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂವೇದನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಪ್ರಚೋದಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅವಲಂಬಿಸಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಮೆದುಳಿನ ವಿವಿಧ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ನರ ಮಾರ್ಗಗಳು ಸಹ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಒಂದು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯ ಪ್ರಚೋದಕವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ವಿದ್ಯುತ್ ಪ್ರಚೋದನೆಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ವಿದ್ಯುತ್ ಪ್ರಚೋದಕಗಳು ಮೆದುಳಿನ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ತಲುಪಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ರಚನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ದೋಷ, ಇಂದ್ರಿಯ ಗ್ರಾಹಿಗಳು, ಅದರ ನರಮಾರ್ಗ ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮೆದುಳಿನ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾದರೆ ಭಾಗಶಃ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಂವೇದನೆಯ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ಚಟುವಟಿಕೆ 4.1

ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ ಕತ್ತಲೆ ಕೋಣೆಗೆ ಹೋಗಿ ಮತ್ತು ಆ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನೋಡಲು ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಮಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಿರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.

ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ನೀವು ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಕೆಂಪು ಕನ್ನಡಕವನ್ನು ಧರಿಸಿ ನಂತರ ಕತ್ತಲೆ ಕೋಣೆಗೆ ತೆರಳಿ ಆ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನೋಡಲು ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಮಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಿರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.

ಕೆಂಪು ಕನ್ನಡಕದ ಬಳಕೆಯು ಕತ್ತಲ ಕೋಣೆಯ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಮಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಏಕೆ ಹೀಗಾಯಿತು ಇಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯಿತೆ? ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ. **ದ್ಯುತಿರಾಸಾಯನಿಕ** ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಕತ್ತಲೆಯ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ. ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಕತ್ತಲೆಯ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗಳು ಏಕೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ ಎಂದು ನೀವು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡಬಹುದು.

ಅವಧಾನದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು (Attentional Processes)

ಹಿಂದಿನ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ಸಂವೇದನಾ ವಿಧಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೇಲೆ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಆಯ್ದ ಕೆಲವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ತರಗತಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ನೀವು ಅದರಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಎದುರುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ, ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು ಗೋಡೆಗಳು, ಕಿಟಕಿಗಳು, ಗೋಡೆಗಳ ಮೇಲಿನ ವರ್ಣ ಚಿತ್ರಗಳು, ಮೇಜುಗಳು, ಕುರ್ಚಿಗಳು, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ಶಾಲಾ ಪಠ್ಯ ಚೀಲಗಳು, ನೀರಿನ ಬಾಟಲ್‌ಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ. ಆದರೆ ನೀವು ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡರ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತೀರಿ. ಇತರ ಗುಂಪಿನಿಂದ ಕೆಲವು ಪ್ರಚೋದಕಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅವಧಾನ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆಯ ಜೊತೆ ಅವಧಾನವು ಜಾಗರೂಕತೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಹುಡುಕಾಟದಂತಹ ಹಲವಾರು ಇತರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಸಹ ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಜಾಗರೂಕತೆಯು ಅವನ/ಳ ಮುಂದೆ ಕಾಣಿಸುವ ಪ್ರಚೋದಕಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಿದ್ಧತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಆರಂಭಿಕ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಓಡಲು, ಶೀಟಿ ಹೊಡೆಯಲು ಕಾಯುತ್ತಿರುವ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿರಬಹುದು. ಏಕಾಗ್ರತೆಯು, ಇತರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಕೆಲವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಸ್ತುಗಳ ಮೇಲೆ ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಶಿಕ್ಷಕರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರಿಕರಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಯ ವಿವಿಧ ಮೂಲೆಗಳಿಂದ ಬರುವ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹುಡುಕಾಟದಲ್ಲಿ ವೀಕ್ಷಕನು ವಸ್ತುಗಳ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪಡಿಸಿದ ವಸ್ತುವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾನೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ತಂಗಿ ಅಥವಾ ಸಹೋದರನನ್ನು ಶಾಲೆಯಿಂದ ಕರೆತರಲು ಹೋದಾಗ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಹುಡುಗ ಹುಡುಗಿಯರಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ನೀವು ಹುಡುಕುತ್ತೀರಿ. ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಜನರ ಕಡೆಯಿಂದ ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಪ್ರಯತ್ನದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಈ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅವಧಾನವು ಪ್ರಯತ್ನದ ಹಂಚಿಕೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಅವಧಾನವು ಗಮನಹರಿಸುವಿಕೆಯ ಹಾಗೆಯೇ ಫ್ರಿಂಜನ್ನು (Fringe) ಹೊಂದಿದೆ. ಅರಿವಿನ ಕ್ಷೇತ್ರವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಘಟನೆಯ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾದಾಗ ಅದನ್ನು ಅವಧಾನ ಅಥವಾ ಗಮನದ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ವಸ್ತುಗಳ ಅಥವಾ ಘಟನೆಗಳು ಅರಿವಿನ ಕೇಂದ್ರದಿಂದ ದೂರವಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುವಾಗ ಅದು ಗಮನದ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅವಧಾನವನ್ನು ಹಲವಾರು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ಗೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ ಅವಧಾನವನ್ನು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಆಧಾರಿತ ವೀಕ್ಷಣೆಯು ಅದನ್ನು **ಆಯ್ಕೆ ಮತ್ತು ನಿರಂತರ** ಎಂಬ ಎರಡು ವಿಧಗಳಾಗಿ ವಿಭಜಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಅವಧಾನದ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಾವು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಭಿನ್ನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯಾದಾಗ ಅದನ್ನು **ಅವಧಾನ ವಿಭಜನೆ** ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 4.1 ಯಾವಾಗ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಅವಧಾನ ವಿಭಜನೆ ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ.

ಅವಧಾನ ಆಯ್ಕೆ (Selective Attention)

ಅವಧಾನ ಆಯ್ಕೆಯು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸೀಮಿತ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಂದ ವಸ್ತುಗಳ ಆಯ್ಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ನಮ್ಮ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಮತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೊಳಿಸಲು ಸೀಮಿತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದು ಈಗಾಗಲೇ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪ್ರಚೋದನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತದೆ

ಎಂದರ್ಥ. ಪ್ರಶ್ನೆ ಏನೆಂದರೆ, ಆ ಪ್ರಚೋದಕಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ? ಹೀಗೆ ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಅವಧಾನ ಆಯ್ಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳು

ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳು ಅವಧಾನದ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಬಾಹ್ಯ ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಅಂಶಗಳೆಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಬಾಹ್ಯ ಅಂಶಗಳು ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿವೆ. ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಗಾತ್ರ, ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಚಲನೆಯು ಅವಧಾನದ ಪ್ರಮುಖ ನಿರ್ಧಾರಕಗಳಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಇತರ ವಿಷಯಗಳು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ದೊಡ್ಡ ವಸ್ತುಗಳು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದವು. ಮತ್ತು ಚಲಿಸುವ ಪ್ರಚೋದಕಗಳು ನಮ್ಮ ಅವಧಾನವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ನವೀನ, ಮಧ್ಯಮ ಸಂಕೀರ್ಣವಾದ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಸಹ ಸುಲಭವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತುಗಳ ಛಾಯಾಚಿತ್ರಗಳಿಗಿಂತ ಮಾನವನ ಛಾಯಾ ಚಿತ್ರಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಸೆಳೆಯುತ್ತವೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಲಯಬದ್ಧ ಶ್ರವಣೇಂದ್ರಿಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳು ಮೌಖಿಕ ನಿರೂಪಣೆಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗಮನಸೆಳೆಯುತ್ತವೆ, ಹಠಾತ್ ಮತ್ತು ತೀವ್ರವಾದ ಪ್ರಚೋದಕಗಳು ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವ ಅದ್ಭುತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

ಆಂತರಿಕ ಅಂಶಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಎರಡು ಮುಖ್ಯ ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಪ್ರೇರಕ ಅಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳು.

ಪ್ರೇರಕ ಅಂಶಗಳು ನಮ್ಮ ಜೈವಿಕ ಅಥವಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಗತ್ಯತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ನಾವು ಹಸಿದಿರುವಾಗ ಆಹಾರದ ದುರ್ಬಲ ವಾಸನೆಯನ್ನೂ ಗಮನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪರೀಕ್ಷೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಇತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಕರ ಸೂಚನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳು, ಆಸಕ್ತಿ, ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧತಾ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ವಸ್ತುಗಳು ಅಥವಾ ಘಟನೆಗಳು ಕೂಡಲೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಾವು ಅನುಕೂಲಕರ ಅರ್ಹತೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಕೆಲವು ವಸ್ತುಗಳು ಅಥವಾ ಘಟನೆಗಳಿಗೆ ತ್ವರಿತ ಗಮನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಪೂರ್ವಸಿದ್ಧತಾ ಕ್ರಿಯೆಯು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಗಲ್ಲದೆ ಕೇವಲ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಅವಧಾನದ ಆಯ್ಕೆ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು.

ಅವಧಾನ ಆಯ್ಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಹಲವಾರು ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಫಿಲ್ಟರ್ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದವರು ಬ್ರಾಡ್ ಬೆಂಟ್ (1956). ಈ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಪ್ರಕಾರ ಅನೇಕ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಏಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಗ್ರಾಹಕಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಇಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಪಾವಧಿ ಸ್ಮೃತಿಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೂಲಕ ಚಲಿಸುವಾಗ ಅದು ಆಯ್ದ ಶೋಧಕವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಾಗಿ ಕೇವಲ ಒಂದು ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ಹಾದು ಹೋಗಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇತರ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಮರೆಮಾಚಲಾಗುತ್ತದೆ, ಹೀಗಾಗಿ ಆಯ್ದ ಶೋಧಕದ ಮೂಲಕ ಪ್ರವೇಶ ಪಡೆಯುವ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರ ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಬ್ರಾಡ್ ಬೆಂಟ್‌ನ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಮಾರ್ಪಡಿಸುವ ಮೂಲಕ **ಶೋಧಕ ಕ್ಷೀಣತೆ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು** ಟ್ರೇಸ್ಮನ್ (1962) ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದನು. ಈ ಸಿದ್ಧಾಂತವು, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಆಯ್ದ ಶೋಧಕದ ಪ್ರವೇಶ ಪಡೆಯದ ಪ್ರಚೋದಕಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿರಲಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 4.1 ಅವಧಾನದ ವಿಭಜನೆ (Divided Attention)

ದಿನನಿತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಜನರು ಕಾರು ಚಲಾಯಿಸುವಾಗ ಸ್ನೇಹಿತರೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ಅಥವಾ ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ಅಥವಾ ಕನ್ನಡಕ ಧರಿಸುವುದನ್ನು ಅಥವಾ ಸಂಗೀತ ಕೇಳುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿರಬೇಕು. ನಾವು ಅವರನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಗಮನ ನೀಡಿದ್ದರೂ, ಅವರು ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶ್ರಮವನ್ನು ಚಾಲನೆಗೆ ಮೀಸಲಿಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಅವಧಾನ ಹಂಚಬಹುದು ಎಂದು ಇದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಾಗಿಯೂ ಇದು ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ ಬಹುತೇಕ ಸ್ವಯಂ ಚಾಲಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಅಥವಾ ಸ್ವಲ್ಪ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಗಮನವನ್ನು ಹರಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಸ್ವಯಂ ಚಾಲಿತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಮೂರು ಮುಖ್ಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. 1. ಇದು ಉದ್ದೇಶವಿಲ್ಲದೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. 2. ಇದು ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು 3. ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ (ಅಥವಾ ಇಲ್ಲ) ಆಲೋಚನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. (ಉದಾ: ಏನನ್ನೂ ಆಲೋಚಿಸದೆ ನಾವು ಪದಗಳನ್ನು ಓದಬಹುದು ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಶೂ ಲೇಸನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು).

ಶೋಧಕವು ಅದರ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸಿರುತ್ತದೆ ಹಾಗಾಗಿ ಕೆಲವು ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಉನ್ನತಮಟ್ಟದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ತಲುಪಲು ಆಯ್ದ ಶೋಧಕದ ಮೂಲಕ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮರ್ಥವಾಗಿದೆ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು (ಉದಾ, ಸಾಮೂಹಿಕ ಭೋಜನದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರ ಹೆಸರು) ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಮಟ್ಟದ ಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಗಮನಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಂತಹ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಸಾಕಷ್ಟು ದುರ್ಬಲವಾಗಿದ್ದರೂ ಸಹ ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ. ಶೋಧಕದ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.

ಬಹು ಮಾರ್ಗ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಜಾನ್ಸ್‌ಟನ್ ಮತ್ತು ಹೈಂಜ್ (1978) ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದರು. ಈ ಸಿದ್ಧಾಂತವು ಅವಧಾನವು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಂಬುತ್ತದೆ. ಅದು ಮೂರು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಅನುಮತಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದನೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸಂವೇದನಾ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯಗಳು (ದೃಶ್ಯ ಚಿತ್ರಗಳು) ನಿರ್ಮಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಎರಡನೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಶಾಬ್ದಿಕ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯಗಳು (ಉದಾ: ವಸ್ತುಗಳ ಹೆಸರುಗಳು) ತಿರುಗಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಮತ್ತು ಮೂರನೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸಂವೇದನಾ ಮತ್ತು ಶಬ್ದಾರ್ಥದ ನಿರೂಪಣೆಗಳು ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತವೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಯತ್ನದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಸಹ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮೊದಲ ಹಂತದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ (ಆರಂಭಿಕ ಆಯ್ಕೆ) ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಮೂರನೇ ಹಂತದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಿಂತ (ನಂತರದ ಆಯ್ಕೆ) ಕಡಿಮೆ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಯತ್ನದ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

ನಿರಂತರ ಅವಧಾನ (Sustained Attention)

ಅವಧಾನ ಆಯ್ಕೆಯು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಆಯ್ಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ನಿರಂತರ ಅವಧಾನವು ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಇದು ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೆ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಘಟನೆಯ ಮೇಲೆ ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ವಿಜಿಲೆನ್ಸ್ (Vigilance) ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಹಲವಾರು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯದ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ವಾಯು ಸಂಚಾರ ನಿಯಂತ್ರಕರು, ಮತ್ತು ರೇಡಾರ್ ರೀಡರ್‌ಗಳು ಈ ವಿದ್ಯಾಮಾನದ ಉತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆ ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಅವರು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪರದೆಯ ಮೇಲೆ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಕೇತಗಳು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವಲ್ಲಿ ದೋಷಗಳು ಮಾರಕವಾಗಬಹುದು ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜಾಗರೂಕತೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ.

ನಿರಂತರ ಅವಧಾನದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳು

ನಿರಂತರ ಅವಧಾನದ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳು, ಸುಗಮಗೊಳಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸಬಹುದು. **ಸಂವೇದನಾ ವಿಧಾನ** ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು. ಪ್ರಚೋದಕಗಳು (ಸಂಕೇತಗಳು) ದೃಷ್ಟಿಗೋಚರವಾದವುಗಳಿಗಿಂತ ಶ್ರವಣಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. **ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ** ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ತೀವ್ರವಾದ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ನಿರಂತರ ಅವಧಾನವನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. **ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಯು** ಮೂರನೇ ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಅನಿಯಮಿತ ಮಧ್ಯಂತರಕ್ಕಿಂತ ನಿಯಮಿತ ಮಧ್ಯಂತರದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು. **ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಯು** ನಾಲ್ಕನೆಯ ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ಯಾದೃಚ್ಛಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಗಿಂತ ನಿಗದಿತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು.

ಅವಧಾನವು ಹಲವಾರು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಒಂದೇ ನೋಟದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬಹುದಾದ ವಸ್ತುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಮೋಟಾರ್ ವಾಹನ ಮತ್ತು ಕಾರುಗಳ ನಂಬರ್ ಪ್ಲೇಟ್ ಗಳನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಸಂಚಾರ ನಿಯಮ ಉಲ್ಲಂಘನೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಂಚಾರಿ ಪೊಲೀಸರು ಅವುಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 4.2). ಅವಧಾನದ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದಾಗಿ ಹಲವಾರು ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ವಿಫಲರಾಗಿದ್ದಾರೆ. (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 4.3) ಅವಧಾನದ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 4.2 ಅವಧಾನ ವ್ಯಾಪ್ತಿ (Span of Attention)

ನಮ್ಮ ಅವಧಾನವು ಪ್ರಚೋದಕಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸೀಮಿತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಅನಾವರಣಗೊಂಡ (ಅಂದರೆ ಒಂದು ಸೆಕೆಂಡ್‌ನ ಒಂದು ಭಾಗ) ವಸ್ತುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದನ್ನು ಅವಧಾನ ವ್ಯಾಪ್ತಿ ಅಥವಾ ಅವಧಾನ ಗ್ರಹಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಅವಧಾನ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯು, ಒಂದು ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವೀಕ್ಷಕನು ಸಂಕೀರ್ಣವಾದ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಂದ ಗ್ರಹಿಸಬಹುದಾದ ಮಾಹಿತಿಯ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಟ್ಯಾಚಿಸ್ಟೋಸ್ಕೋಪ್ (Tachistoscope) ಎಂಬ ಉಪಕರಣದ ಬಳಕೆಯಿಂದ ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು. ಹಲವಾರು ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅವಧಾನ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯು 7 ± 2 ಮಿತಿಯೊಳಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಮಿಲ್ಲರ್ ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ. ಇದು ಮಾಂತ್ರಿಕ ಸಂಖ್ಯೆ ಎಂದು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ. ಇದರ ಅರ್ಥ, ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜನರು ಐದರಿಂದ ಏಳು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಅಸಾಧಾರಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಒಂಬತ್ತು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸಬಹುದು. ಮೋಟಾರ್ ವಾಹನ ಮತ್ತು ಕಾರುಗಳಿಗೆ ಕೆಲವು ವರ್ಣಮಾಲೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೇವಲ ನಾಲ್ಕು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ನಂಬರ್ ಪ್ಲೇಟ್ ಗಳನ್ನು ನೀಡಲು ಬಹುಶಃ ಇದು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಚಾಲನ ನಿಯಮಗಳ ಉಲ್ಲಂಘನೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಂಚಾರಿ ಪೊಲೀಸರು ಅಕ್ಷರಮಾಲೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಈ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಓದಬಹುದು ಮತ್ತು ಬರೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು (Perceptual Processes)

ಹಿಂದಿನ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಬೆಳಕಿನ ಅಥವಾ ಧ್ವನಿ ಅಥವಾ ವಾಸನೆಯಂತಹ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಸಂವೇದನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಈ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಅನುಭವವು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಅರಿವನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಇದು ಬೆಳಕು, ಧ್ವನಿ ಮತ್ತು ಸುಗಂಧದ ಮೂಲದ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ತಿಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂವೇದನಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಒದಗಿಸಲಾದ ಕಚ್ಚಾ ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಅದನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ನಮ್ಮ ಕಲಿಕೆ, ಸ್ಮೃತಿ, ಪ್ರೇರಣೆ, ಸಂವೇಗಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನಾವು ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಗೆ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಒದಗಿಸಲಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಾವು ಗುರುತಿಸುವ, ಅರ್ಥೈಸುವ ಅಥವಾ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೀಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥೈಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವವು ಕೇವಲ ಬಾಹ್ಯ ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಪಂಚದ ವಸ್ತುಗಳು ಅಥವಾ ಘಟನೆಗಳ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವಲ್ಲ. ಬದಲಿಗೆ ಅದು ತನ್ನದೇ ಆದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ವಸ್ತುಗಳ ಮತ್ತು ಘಟನೆಗಳ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಅರ್ಥವನ್ನು ರಚಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಕೆಲವು ಉಪ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಚಿತ್ರ 4.1ರಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಚೋದನೆ – ಸಂವೇದನ ಗ್ರಾಹಕಗಳು, ಅವಧಾನ CNS (ಮೆದುಳು), ಕಲಿಕೆ, ಸ್ಮೃತಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು – ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ವಿಧಾನಗಳು

ನಾವು ವಸ್ತುವನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸುತ್ತೇವೆ? ನಾವು ನಾಯಿಯನ್ನು ಮೊದಲು ಅದರ ರೋಮದಿಂದ ಕೂಡಿದ ದೇಹ, ನಾಲ್ಕು ಕಾಲುಗಳು, ಅದರ ಕಣ್ಣುಗಳು, ಕಿವಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತೇವೆಯೇ ಅಥವಾ ನಾವು ಮೊದಲು ನಾಯಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದರಿಂದ

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 4.3 ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕೊರತೆ ಮತ್ತು ಅತಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ಸಮಸ್ಯೆ (ADHD)

ಇದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲಾ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ವರ್ತನಾ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ. ಇದು ಹಠಾತ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿ, ಅಧಿಕ ಚಲನಾ ಚಟುವಟಿಕೆ ಮತ್ತು ಗಮನಿಸಲು ಅಸಮರ್ಥತೆ ಎಂದು ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಹುಡುಗಿಯರಿಗಿಂತ ಹುಡುಗರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ. ಸರಿಯಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸದಿದ್ದರೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕೊರತೆಯು ಹದಿಹರೆಯದವರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಈ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯ ಕೇಂದ್ರ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದೆ. ಇದು ಮಗುವಿನ ಹಲವಾರು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳು ಹೆಚ್ಚು ವಿಚಲಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ ಅವರು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಪೋಷಕರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಲು ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಗೆಳೆಯರಿಂದ ಋಣಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನೋಡಲ್ಪಡುತ್ತಾರೆ ಅವರು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಕಳಪೆ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಅವರ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕೊರತೆ ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ವಾಸ್ತವದ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಲಭೂತ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಓದಲು ಮತ್ತು ಕಲಿಯಲು ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯ ಜೈವಿಕ ಆಧಾರಕ್ಕೆ ಪುರಾವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆಹಾರದ ಅಂಶಗಳೊಂದಿಗೆ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ದಾಖಲಿಸಲಾಗಿದೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಆಹಾರದ ಬಣ್ಣ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಬಣ್ಣವನ್ನು ನೀಡಲು ಬಳಸುವ ವಸ್ತು. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಂಶಗಳು (ಉದಾ: ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣ, ಕೌಟುಂಬಿಕ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣ ಶಾಸ್ತ್ರ), ಅಂಶಗಳು ಎ ಡಿ ಹೆಚ್ ಡಿಗೆ ಇತರ ಅಂಶಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾರಣವೆಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಎ ಡಿ ಹೆಚ್ ಡಿ ಬಹು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಎ ಡಿ ಹೆಚ್ ಡಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ವಿಧಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದಿದೆ. ರಿಟಲಿನ್ ಎಂಬ ಔಷಧಿಯನ್ನು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಕ್ಕಳ ಅತಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ಮತ್ತು ಚಂಚಲತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರ ಅವಧಾನ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಾಗಿಯೂ ಇದು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎತ್ತರ ಮತ್ತು ತೂಕದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ವರ್ತನಾ ನಿರ್ವಹಣಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಧನಾತ್ಮಕ ಬಲವರ್ಧನೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಕಾ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳ ರಚನೆಯ ದೋಷಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ. ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ವರ್ತನಾ ತರಬೇತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದೊಂದಿಗೆ ಎ ಡಿ ಹೆಚ್ ಡಿ ಯಶಸ್ವಿ ಮಾರ್ಪಾಡು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಅಪೇಕ್ಷಿತ ವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ ಪುರಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಮೌಖಿಕ ಸ್ವಯಂಸೂಚನೆಗಳ ಬಳಕೆಯ ತರಬೇತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. (ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ಮಾಡಿ). ಈ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನದ ಮೂಲಕ ಎ ಡಿ ಹೆಚ್ ಡಿ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಬಾರಿ ಬದಲಾಯಿಸಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಫಲವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವ ಕಲಿಕೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಈ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತೇವೆಯೇ? ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಭಾಗಗಳಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಕಲ್ಪನೆಯು ಇಡೀ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆಗೆ ಆಧಾರವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಇದನ್ನು **bottom-up processing** ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಸಂಪೂರ್ಣದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ಅದರ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು **top-down processing** ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬಾಟಮ್ ಅಪ್ ವಿಧಾನವು ಗ್ರಹಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತು ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತದೆ. ಟಾಪ್ ಡೌನ್ ವಿಧಾನವು ಗ್ರಹಿಸುವುದರ ಮೇಲೆ ಒತ್ತು ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ ಅಥವಾ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದಲ್ಲಿ ಎರಡೂ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಅರಿವನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ.

ಗ್ರಹಿಸುವವನು (The Perceiver)

ಮಾನವರು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಕೇವಲ ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುವವರಲ್ಲ. ಅವರು ಸೃಜನಶೀಲ ಜೀವಿಗಳು ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅವರ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು, ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಜ್ಞಾನ, ಹಿಂದಿನ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ನೆನಪುಗಳು ಹಾಗೂ ಮೌಲ್ಯಗಳು, ನಂಬಿಕೆಗಳು, ಅಭಿವೃತ್ತಿಗಳು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಅರ್ಥ ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪ್ರೇರಣೆ

ಗ್ರಹಿಸುವವನ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ಮತ್ತು ಬಯಕೆಗಳು ಅವಳ/ ಅವನ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವವನ್ನು ಬಹಳವಾಗಿ ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತವೆ. ಜನರು ತಮ್ಮ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಬಯಕೆಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ವಿಧಾನಗಳ ಮೂಲಕ ಪೂರೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಒಂದು ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿನ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅವರ ಅಗತ್ಯತೆಯನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ವಸ್ತುವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುವುದು. ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಮೇಲೆ ಹಸಿವಿನ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಹಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಅಸ್ಪಷ್ಟ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಿದಾಗ ಅವರು ತೃಪ್ತಿ (ಹಸಿವಾಗಿರದ) ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಬಾರಿ ಆಹಾರ ವಸ್ತುಗಳ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ.

ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಅಥವಾ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ನಾವು ಏನನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವವನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಪರಿಚಿತತೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣದ ಈ ವಿದ್ಯಮಾನವು ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ವಾಸ್ತವತೆಯನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸದಿದ್ದರೂ ಸಹ ನಾವು ಏನನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡುವ ಬಲವಾದ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಹಾಲು ನೀಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಸುಮಾರು ಬೆಳಗ್ಗೆ 5.30 ಕ್ಕೆ ಹಾಲನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬಾಗಿಲು ಬಡಿಯುವ ಶಬ್ದ ಕೇಳಿದರೂ ಅದು ಬೇರೆಯವರಾಗಿದ್ದರೂ ಸಹ ನಾವು ಹಾಲು ನೀಡುವವನ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯೆಂದು ಗ್ರಹಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

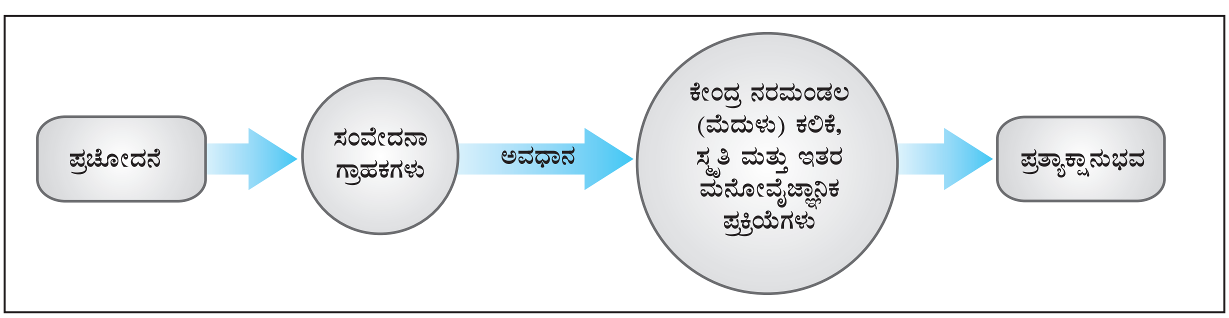
ಚಟುವಟಿಕೆ 4.2

ನಿರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತೆಗೆ ಅವಳ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿ. ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಮೇಲೆ 12, 13, 14, 15 ಎಂದು ಬರೆಯಿರಿ. 5 ಸೆಕೆಂಡ್‌ಗಳ ಕಾಲ ಅವಳು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದು ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ನೋಡಿದ್ದನ್ನು ಬರೆದುಕೊಳ್ಳಲಿ, ACD ಜೊತೆಗೆ 12, 14, 15 ನ್ನು ಮಾತ್ರ ಬದಲಿಸಿ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ. ಅಂದರೆ A 13 C D ಅವಳು ನೋಡಿದ್ದನ್ನು ಬರೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಅವಳಿಗೆ ಹೇಳಿ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು 13ರ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ B ಎಂದು ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ.

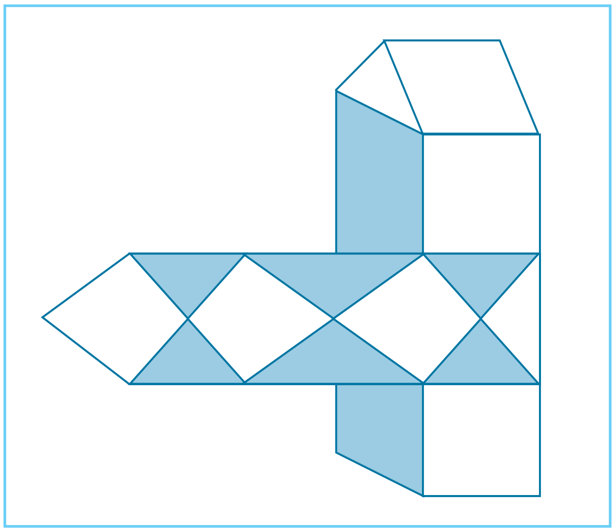
ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಶೈಲಿಗಳು (Cognitive Styles)

ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಶೈಲಿಯು ನಮ್ಮ ಪರಿಸರದೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ಸ್ಥಿರವಾದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪರಿಸರವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ರೀತಿಯ ಮೇಲೆ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಜನರು ತಮ್ಮ ಪರಿಸರವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲು ಬಳಸುವ ಹಲವಾರು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಶೈಲಿಗಳಿವೆ. ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುವ ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರ ಅವಲಂಬಿತ ಮತ್ತು ಕ್ಷೇತ್ರ ಸ್ವತಂತ್ರ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಶೈಲಿಯಾಗಿದೆ.

ಕ್ಷೇತ್ರ ಅವಲಂಬಿತ ಜನರು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಅದರ ಸಂಪೂರ್ಣತೆಯಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಂದರೆ ಜಾಗತಿಕ ಅಥವಾ ಸಮಗ್ರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಕ್ಷೇತ್ರ ಸ್ವತಂತ್ರ ಜನರು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಸಣ್ಣ ಘಟಕಗಳಾಗಿ ವಿಭಜಿಸುವ ಮೂಲಕ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಂದರೆ ವಿಶ್ಲೇಷಣಾತ್ಮಕ ಅಥವಾ ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ. ಚಿತ್ರ 4.2 ನೋಡಿ.



ಚಿತ್ರ 4.1 : ಪ್ರತ್ಯಾಕ್ಷಾನುಭವದ ಉಪ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು



ಚಿತ್ರ 4.2 : ಕ್ಷೇತ್ರ ಅವಲಂಬಿತ ಮತ್ತು ಕ್ಷೇತ್ರ ಸ್ವತಂತ್ರ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಶೈಲಿಯ ಪರೀಕ್ಷಾ ವಿಷಯ

ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವ ತ್ರಿಕೋನವನ್ನು ನೀವು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬಹುದೇ? ಅದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಲು ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಿರಿ? ನಿಮ್ಮ ತರಗತಿಯ ಇತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತ್ರಿಕೋನವನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಇದನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಮಾಡಬಲ್ಲವರನ್ನು ಕ್ಷೇತ್ರ ಸ್ವತಂತ್ರ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರನ್ನು ಕ್ಷೇತ್ರ ಅವಲಂಬಿತ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳು

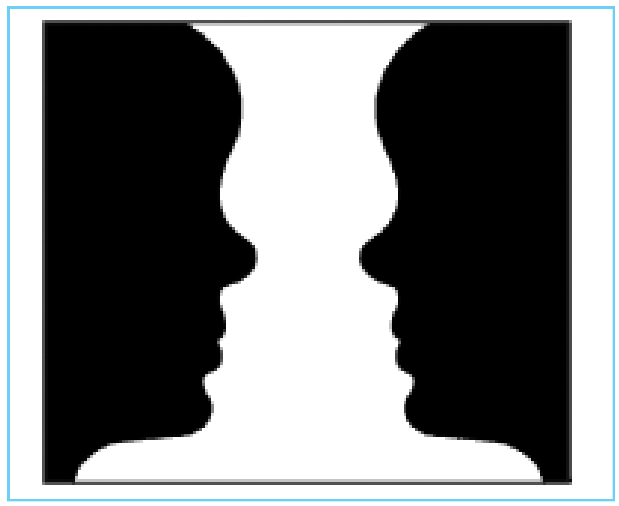
ವಿಭಿನ್ನ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ನೆಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಜನರಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ವಿಭಿನ್ನ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಯ ಅವಕಾಶಗಳು ಅವರ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವವನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತವೆ. ಚಿತ್ರರಹಿತ ಪರಿಸರದಿಂದ ಬರುವ ಜನರು ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಹಡ್ಸನ್‌ರವರು ಆಫ್ರಿಕನ್ ಜನರ ಚಿತ್ರಗಳ ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ಹಲವಾರು ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಹಲವರು ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಿಸಿದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. (ಉದಾ: ಹುಲೆ, ಈಟಿ). ಅವರು ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ದೂರವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲು ವಿಫಲರಾದರು. ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿದ್ದರು. ಎಸ್ಕಿಮೊಗಳು, ನಾವು ಗಮನಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ವಿವಿಧ ಹಿಮಗಳ ನಡುವೆ ಉತ್ತಮ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಸೈಬೀರಿಯನ್ ಪ್ರದೇಶದ ಕೆಲ ಮೂಲ ನಿವಾಸಿ ಗುಂಪುಗಳು, ಡಜನ್‌ಗಟ್ಟಲೆ ಹಿಮಸಾರಂಗಗಳ ಚರ್ಮದ ಬಣ್ಣಗಳ ನಡುವೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿರುವುದು ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ.

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಸುವವರು ಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಈ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಜನರು ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಅಂಶಗಳಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಕೂಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲದೆ, ಮಾರ್ಪಾಡಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಸಂಘಟನೆಯ ತತ್ತ್ವಗಳು

ನಮ್ಮ ದೃಶ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರವು ಬಿಂದುಗಳು, ರೇಖೆಗಳು, ಮತ್ತು ಬಣ್ಣಗಳಂತಹ ವಿಭಿನ್ನ ಅಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿದೆ. ಅದಾಗಿಯೂ ನಾವು ಈ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿತ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಸ್ತುಗಳು ಎಂದು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾವು ಬೈಸಿಕಲ್‌ನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ವಸ್ತುವಾಗಿ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ಅಲ್ಲ. (ಉದಾ: ಪೀಠ, ಚಕ್ರ, ಹಿಡಿಕೆ). ದೃಷ್ಟಿ ಗೋಚರಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಂಘಟಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ರೂಪ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ವಸ್ತುವಿನ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ? ಎಂದು ನೀವು ಆಶ್ಚರ್ಯ ಪಡಬಹುದು. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುವ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸುವ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳಿವೆಯೇ? ಎಂದು ನೀವು ಕೇಳಬಹುದು.



ಚಿತ್ರ 4.3 : ರೂಬಿನ್‌ರವರ ಹೂವಿನ ಕುಂಡ

ಹಲವಾರು ವಿದ್ವಾಂಸರು ಇಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಅತ್ಯಂತ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಅಂಗೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಉತ್ತರವನ್ನು ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ಸಂಶೋಧಕರು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖರೆಂದರೆ ಕೋಲ್ಹರ್, ಕೊಫ್ಕ ಮತ್ತು ವರ್ಧಮಿರ್. ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್ ಎಂದರೆ ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಚಿತ್ರ ಅಥವಾ ರೂಪ. ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಪ್ರಕಾರ ನಾವು ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಅಂಶಗಳಾಗಿ ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೂಪವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಂಘಟಿತವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಒಂದು ವಸ್ತುವಿನ ರೂಪವು ಅದರ ಸಂಪೂರ್ಣತೆಯಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ನಂಬುತ್ತಾರೆ, ಅದು ಅವುಗಳ ಭಾಗಗಳ ಮೊತ್ತಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಹೂವುಗಳ ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ಹೂವಿನ ಕುಂಡ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ. ಹೂವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಿದರೆ ಹೂವಿನ ಕುಂಡ ಇನ್ನೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಉಳಿದಿದೆ. ಇದು ಬದಲಾದ ವಿನ್ಯಾಸದ ಹೂವಿನ ಕುಂಡವಾಗಿದೆ. ಹೂವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೂವಿನಕುಂಡ ಒಂದು ವಿನ್ಯಾಸ, ಹೂವುಗಳಿಲ್ಲದೆ ಅದು ಮತ್ತೊಂದು ವಿನ್ಯಾಸವಾಗಿದೆ.

ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ನಮ್ಮ ಸೆರೆಬ್ರಲ್ (Cerebral) ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಉತ್ತಮ ಚಿತ್ರ ಅಥವಾ ಪರಿಪೂರ್ಣತ್ವ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಕಡೆಗೆ ಆಧಾರವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸಂಘಟಿತ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅತ್ಯಂತ ಮೂಲ ಸಂಘಟನೆಯು ಆಕೃತಿ – ಹಿನ್ನೆಲೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಮೇಲ್ಮೈಯನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಮೇಲ್ಮೈನ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಇತರ ವಸ್ತುಗಳು ಹಾಗೆ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾವು ಒಂದು ಪುಟದಲ್ಲಿ ಪದವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಅಥವಾ ಗೋಡೆಯ ಮೇಲಿನ ಚಿತ್ರಕಲೆ ಅಥವಾ ಪಕ್ಷಿಗಳು ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಹಾರುವುದನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ, ಪದಗಳು, ಚಿತ್ರಗಳು, ಪಕ್ಷಿಗಳು, ಹಿನ್ನೆಲೆಗಿಂತ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಮತ್ತು ಆಕೃತಿಗಳಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಪುಟ, ಗೋಡೆ ಮತ್ತು ಆಕಾಶವು ಆಕೃತಿಯ ಹಿಂದೆ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹಿನ್ನೆಲೆಯಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಹಿಂದೆ ನೀಡಲಾದ ಚಿತ್ರ 4.3 ಅನ್ನು ನೋಡಿ. ನೀವು ಆಕೃತಿಯ ಬಿಳಿ ಭಾಗವನ್ನು ನೋಡುತ್ತೀರಿ ಅದು ಹೂದಾನಿ (ಹೂವಿನ ಕುಂಡದಂತೆ) ಕಾಣುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಕಪ್ಪು ಭಾಗವನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಎರಡು ಮುಖಗಳಂತೆ ಕಾಣುವ ಆಕೃತಿ ಆಗಿರುತ್ತದೆ.

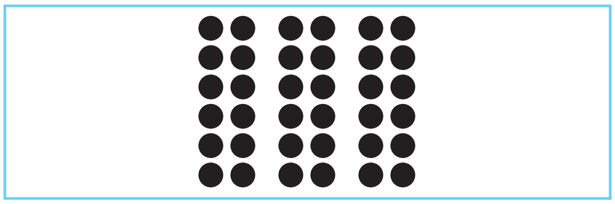
ಕೆಳಗಿನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಾವು ಹಿನ್ನೆಲೆಯನ್ನು ಆಕೃತಿಯಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸುತ್ತೇವೆ.

1. ಚಿತ್ರವು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೂಪವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅದರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯೂ ನಿರಾಕಾರವಾಗಿದೆ.
2. ಹಿನ್ನೆಲೆಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಆಕೃತಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಘಟಿತವಾಗಿದೆ.
3. ಆಕೃತಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಬಾಹ್ಯರೇಖೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. (ಔಟ್‌ಲೈನ್) ಆದರೆ ಹಿನ್ನೆಲೆಗೆ ಬಾಹ್ಯ ರೇಖೆ ಇಲ್ಲ.
4. ಆಕೃತಿಯು ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿಂದ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತದೆ, ಹಿನ್ನೆಲೆಯು ಹಿಂದೆ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.
5. ಆಕೃತಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ, ಸೀಮಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಹಿನ್ನೆಲೆಯೂ ಅಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ದೂರವಿದೆ.

ಮೇಲೆ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾದ ಚರ್ಚೆಯು, ಮಾನವರು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಭಾಗಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಂಘಟಿತ ಸಂಪೂರ್ಣತೆಯೊಂದಿಗೆ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿ ಗೋಚರ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿನ ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಸ್ತುಗಳಾಗಿ ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಏಕೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹಲವಾರು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ತತ್ತ್ವಗಳನ್ನು ನೋಡೋಣ.

ಸಾಮಿಪ್ಯ ನಿಯಮ

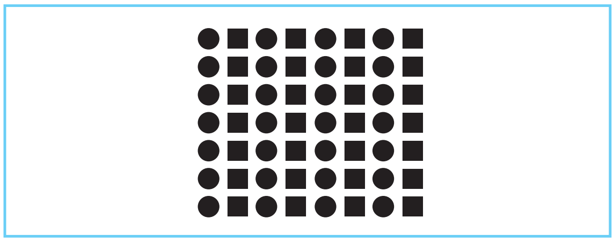
ಒಂದು ಸ್ಥಳ ಅಥವಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹತ್ತಿರ ಇರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಅಥವಾ ಗುಂಪಿನಂತೆ ಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾ: ಚಿತ್ರ 4.4. ಚುಕ್ಕೆಗಳು ಚೌಕಕಾರದ ಮಾದರಿಯಂತೆ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ ಬದಲಾಗಿ ಕಂಬಸಾಲಿನಂತೆ ಕಾಣುತ್ತವೆ ಹಾಗೆಯೇ ಚಿತ್ರ 4.4 ಅಡ್ಡ ಸಾಲುಗಳ ಚುಕ್ಕೆಗಳ ಗುಂಪಿನಂತೆಯೂ ಕಾಣುತ್ತದೆ.



ಚಿತ್ರ 4.4 : ಸಾಮಿಪ್ಯ

ಸಾಮ್ಯ ನಿಯಮ

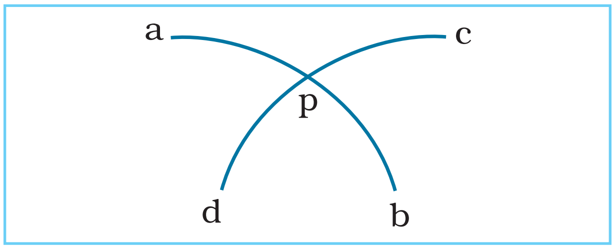
ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಹೋಲಿಕೆ ಇರುವ ಮತ್ತು ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಂದು ಗುಂಪಿನಂತೆ ಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಚಿತ್ರ 4.5ರಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ ವೃತ್ತಗಳು ಮತ್ತು ಚೌಕಗಳನ್ನು ಸಮತಲವಾಗಿ ಮತ್ತು ಲಂಬವಾಗಿ ಸಮಾನಾಂತರ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಮಿಪ್ಯವು ಕಾರ್ಯ ರೂಪಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಬದಲಾಗಿ ನಾವು ವೃತ್ತಗಳು ಮತ್ತು ಚೌಕಗಳ ಪರ್ಯಾಯ ಲಂಬ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ.



ಚಿತ್ರ 4.5 : ಸಾಮ್ಯ

ಸಾತತ್ಯ ನಿಯಮ

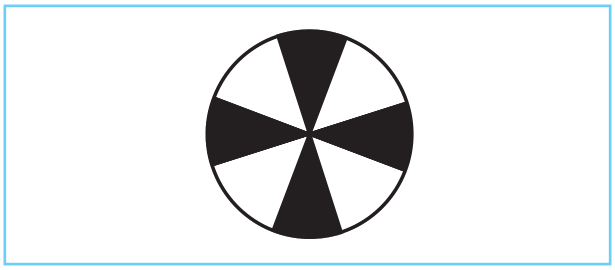
ವಸ್ತುಗಳು ನಿರಂತರ ಮಾದರಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವಂತೆ ಕಂಡು ಬಂದರೆ ನಾವು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿರುವಂತೆ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಈ ನಿಯಮವು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ. P ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ 4 ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಎರಡು ಸಾಲುಗಳನ್ನು a-b ಮತ್ತು c-d ಒಂದನ್ನೊಂದು ಹಾದು ಹೋಗಿರುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.



ಚಿತ್ರ 4.6 : ಸಾತತ್ಯ

ಸಣ್ಣತನದ ತತ್ವ

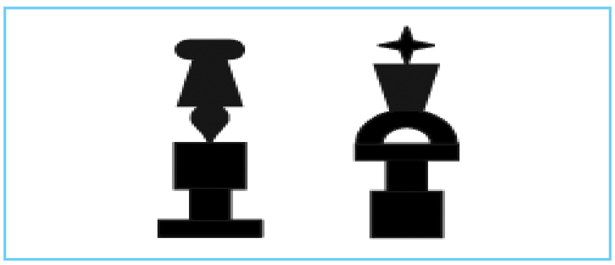
ಈ ತತ್ವದ ಪ್ರಕಾರ ಸಣ್ಣ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ದೊಡ್ಡ ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಚಿತ್ರಗಳಾಗಿ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ರ 4.7 ರಲ್ಲಿ ನಾವು ಈ ತತ್ವದಿಂದಾಗಿ ವೃತ್ತದೊಳಗೆ ಬಿಳಿಯ ಅಡ್ಡ ಗೆರೆಗಳಿಗಿಂತ ಕಪ್ಪು ಅಡ್ಡಗೆರೆಗಳನ್ನು ನೋಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.



ಚಿತ್ರ 4.7 : ಸಣ್ಣತನ

ಸಮಪಾರ್ಶ್ವದ ತತ್ವ

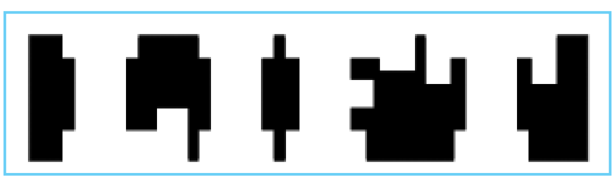
ಈ ತತ್ತ್ವವು ಸಮಪಾರ್ಶ್ವದ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಅಸಮ ಪಾರ್ಶ್ವದ ಹಿನ್ನೆಲೆಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನಾಗಿ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆ ಚಿತ್ರ 4.8ರಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪು ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಬಿಳಿ ಅಸಮ ಪಾರ್ಶ್ವದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನಾಗಿ (ಅವು ಸಮಪಾರ್ಶ್ವದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಂತೆ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ).



ಚಿತ್ರ 4.8 : ಸಮಪಾರ್ಶ್ವ

ಸುತ್ತುವರೆದಿರುವಿಕೆ ತತ್ತ್ವ

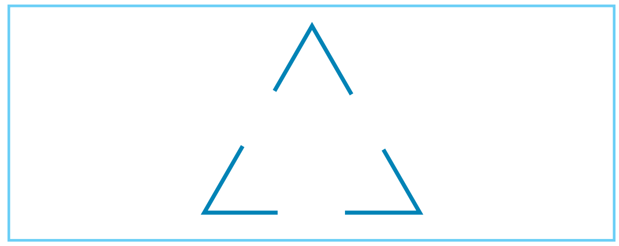
ಈ ತತ್ವದ ಪ್ರಕಾರ ಬೇರೆಯವುಗಳಿಂದ ಸುತ್ತುವರಿದಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಚಿತ್ರಗಳೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಉದಾಹರಣೆ ಚಿತ್ರ 4.9ರಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರವು LIFT ಪದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಿಳಿಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಐದು ಆಕೃತಿಗಳಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ.



ಚಿತ್ರ 4.9 : ಸುತ್ತುವರಿದಿರುವಿಕೆ

ಪೂರಣ ತತ್ವ

ನಾವು ಪ್ರಚೋದನೆಯಲ್ಲಿನ ಅಂತರವನ್ನು ತುಂಬಲು ಒಲವು ತೋರುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಭಾಗಗಳಿಗಿಂತ ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಚಿತ್ರ 4.10ರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸಂವೇದನ ಉತ್ತೇಜಕ ಒದಗಿಸಿದ ವಸ್ತುವಿನ ಅಂತರವನ್ನು ತುಂಬುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಿಂದಾಗಿ ಕೋನಗಳನ್ನು ತ್ರಿಕೋನವಾಗಿ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ.



ಚಿತ್ರ 4.10 : ಪೂರಣ

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಸ್ಥಳ, ಆಳ ಮತ್ತು ದೂರ (Perception of Space, Depth and Distance)

ವಸ್ತುಗಳು ಇರುವ, ಅಥವಾ ಇರಿಸಬಹುದಾದ ದೃಶ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರ ಅಥವಾ ಮೇಲೆಯನ್ನು ಸ್ಥಳ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ವಾಸಿಸುವ ಜಾಗವನ್ನು ಮೂರು ಆಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಾವು ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು (ಉದಾ. ಗಾತ್ರ, ಆಕಾರ, ದಿಕ್ಕು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ವಸ್ತುಗಳ ನಡುವಿನ ಅಂತರವನ್ನೂ ಸಹ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ರೆಟಿನಾದ ಮೇಲೆ ಸಮತಟ್ಟಾದ ಮತ್ತು ಎರಡು ಆಯಾಮದ (ಎಡ, ಬಲ, ಮೇಲೆ, ಕೆಳಗೆ) ವಸ್ತುಗಳ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರಕ್ಷೇಪಿಸಿದಾಗ ನಾವು ಇನ್ನೂ ಮೂರು ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಏಕೆ ಹೀಗೆ ಆಗುತ್ತದೆ? ಎರಡು ಆಯಾಮದ ರೆಟಿನಾದ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಮೂರು ಆಯಾಮದ ಗ್ರಹಿಕೆಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸುವ ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದಾಗಿ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಮೂರು ಆಯಾಮಗಳಲ್ಲಿ ನೋಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ದೂರ ಅಥವಾ ಆಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾವು ಚಾಲನೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿರುವ ವಾಹನದ ದೂರವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ನಾವು ಆಳವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕರೆಯಲು ನಾವು ನಿರ್ಧರಿಸಿದಾಗ ನಾವು ಜೋರಾಗಿ ಕರೆಯಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಆಳವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವಲ್ಲಿ ನಾವು ಸಂಕೇತಗಳೆಂಬ ಎರಡು ಮುಖ್ಯ ಮಾಹಿತಿಯ ಮೂಲಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತೇವೆ. ಒಂದನ್ನು ದ್ವಿನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳೆಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳಿಗೆ ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಂದನ್ನು ಏಕನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳೆಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ಕೇವಲ ಒಂದು ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ಆಳವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಎರಡು ಆಯಾಮದ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಮೂರು ಆಯಾಮದ ಗ್ರಹಿಕೆಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಲು ಇಂತಹ ಹಲವಾರು ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಏಕನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆ (ಸುಳಿವು) (ಮಾನಸಿಕ ಸೂಚನೆಗಳು)

ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಂದೇ ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ ಆಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಏಕ ನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕಲಾವಿದರು ಎರಡು ಆಯಾಮದ ವರ್ಣ ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಆಳವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಲು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಚಿತ್ರಾತ್ಮಕ ಸೂಚನೆಗಳು ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಎರಡು ಆಯಾಮದ

ಮೇಲ್ಮೈಗಳಲ್ಲಿ ದೂರ ಮತ್ತು ಆಳವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಏಕನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವನ್ನು ಚಿತ್ರ 4.11ರಲ್ಲಿ ಅನ್ವಯಿಸಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಮೇಲಿನ ಚಿತ್ರವು ಕೆಲವು ಏಕನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಾಪೇಕ್ಷಗಾತ್ರ (ಮರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ) ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ನೀವು ಇತರ ಯಾವ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬಹುದು?

ಚಿತ್ರ 4.11 : ಏಕನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆ (ಸುಳಿವು)

ಸಾಪೇಕ್ಷ ಗಾತ್ರ : ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲದ ಚಿತ್ರದ ಗಾತ್ರವು ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ವಸ್ತುಗಳೊಂದಿಗಿನ ನಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಮತ್ತು ಪ್ರಸ್ತುತ ಅನುಭವದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ದೂರವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ವಸ್ತುಗಳು ದೂರ ಹೋದಂತೆ ರೆಟಿನಾದ ಚಿತ್ರವು ಚಿಕ್ಕದಾಗುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಒಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ತೋರಿದಾಗ ದೂರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಕಂಡಾಗ ಹತ್ತಿರವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಅಥವಾ ಅತಿಕ್ರಮಣ : ವಸ್ತುವಿನ ಕೆಲವು ಭಾಗವು ಮತ್ತೊಂದು ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಆವರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಾಗ ಈ ಸೂಚನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಅತಿಕ್ರಮಿಸಿದ ವಸ್ತುವನ್ನು ದೂರದಲ್ಲಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ವಸ್ತು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲೇ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ರೇಖಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ : ದೂರದ ವಸ್ತುಗಳು ಸಮೀಪದ ವಸ್ತುವಿಗಿಂತ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿದೆ ಎಂಬ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಇದು ಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ರೈಲು–ಹಳಿಗಳಂತಹ ಸಮಾನಾಂತರ ರೇಖೆಗಳು ದಿಗಂತದಲ್ಲಿ ಮಾಯವಾಗುವ ಬಿಂದುವಿನೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ದೂರದೊಂದಿಗೆ ಒಮ್ಮುಖವಾಗುವಂತೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ದೂರದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಷ್ಟೂ ರೇಖೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಒಮ್ಮುಖವಾಗುತ್ತವೆ.

ವೈಮಾನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ : ಗಾಳಿಯು ಧೂಳು ಮತ್ತು ತೇವಾಂಶದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಕಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ದೂರದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮಬ್ಬಾಗಿ ಅಥವಾ ಮಸುಕಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ವೈಮಾನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಚದುರುವಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ದೂರದ ಪರ್ವತಗಳು ನೀಲಿಯಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ವಾತಾವರಣವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದಾಗ ಅದೇ ಪರ್ವತಗಳು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿವೆ ಎಂದು ಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ನೆರಳು : ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ವಸ್ತುವಿನ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳು ಪ್ರಕಾಶಿಸುವುದಲ್ಲದೆ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳು ಛಾಯೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆ. ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರಕಾಶಮಾನ ಮತ್ತು ನೆರಳುಗಳು ನಮಗೆ ವಸ್ತುವಿನ ದೂರದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ.

ಸಾಪೇಕ್ಷ ಎತ್ತರ : ವೀಕ್ಷಕರಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ವಸ್ತುಗಳು ಹತ್ತಿರವಿರುವಂತೆ ಮತ್ತು ಚಿಕ್ಕ ವಸ್ತುಗಳು ದೂರವಿರುವಂತೆ ಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಎರಡು ವಸ್ತುಗಳು ಒಂದೇ ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ಮತ್ತು ಅವು ಹಾಗೆ ಇಲ್ಲದಿರುವಾಗ ಎರಡರಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡದು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಚಿಕ್ಕದು ದೂರದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿನ್ಯಾಸ ರಚನೆ : ಇದು ಒಂದು ವಿದ್ಯಾಮಾನವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಮೂಲಕ ದೂರ ನೋಡಿದಷ್ಟು ದೃಶ್ಯಕ್ಷೇತ್ರವು ಅಂಶಗಳ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಂದ್ರತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ರ 4.12ರಲ್ಲಿ ನಾವು ದೂರ ನೋಡಿದಂತೆ ಕಲ್ಲುಗಳ ಸಾಂದ್ರತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಚಿತ್ರ 4.12 : ವಿನ್ಯಾಸ ರಚನೆ

ಚಲನಭ್ರಂಶ : ಇದು ಚಲನೆಯ ಏಕ ನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಯಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಚಿತ್ರಾತ್ಮಕ ಸೂಚನೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಭಿನ್ನ ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ಸಾಪೇಕ್ಷ ವೇಗದಲ್ಲಿ ಚಲಿಸಿದಾಗ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳಿಗಿಂತ ದೂರದ ವಸ್ತುಗಳು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಚಲಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ. ವಸ್ತುವಿನ ಚಲನೆಯ ವೇಗವು ಅದರ ದೂರಕ್ಕೆ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾವು ಬಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು ಬಸ್ಸಿನ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಚಲಿಸುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ದೂರದ ವಸ್ತುಗಳು ಬಸ್ಸಿನ ದಿಕ್ಕಿನೊಂದಿಗೆ ಚಲಿಸುತ್ತವೆ.

ದ್ವಿನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆ (ಶಾರೀರಿಕ ಸೂಚನೆಗಳು)

ಮೂರು ಆಯಾಮದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಆಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕವೆಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ.

ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲ ಅಥವಾ ದ್ವಿ–ನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಅಸಮಾನತೆ: ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳು ನಮ್ಮ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಸ್ಥಾನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲ ಅಸಮಾನತೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣುಗಳು ಸುಮಾರು 6.5 ಸೆಂಟಿಮೀಟರ್ ನಷ್ಟು ದೂರದಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಅಡ್ಡಲಾಗಿ ಬೇರ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಈ ಅಂತರದಿಂದಾಗಿ ಒಂದೇ ವಸ್ತುವಿನ ಪ್ರತಿ ಕಣ್ಣಿನ ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲದ ಮೇಲೆ ರೂಪುಗೊಂಡ ಚಿತ್ರವು ಸ್ವಲ್ಪ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಎರಡು ಚಿತ್ರಗಳ

ನಡುವಿನ ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲದ ಅಸಮಾನತೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮೆದುಳು, ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲದ ದೊಡ್ಡ ಅಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಹತ್ತಿರದ ವಸ್ತು ಮತ್ತು ಅಕ್ಷಿಪಟಲದ ಚಿಕ್ಕ ಅಸಮಾನತೆಯನ್ನು ದೂರದ ವಸ್ತು ಎಂದು ಅರ್ಥೈಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅಸಮಾನತೆಯು ದೂರದ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು.

ಒಮ್ಮುಖ: ನಾವು ಹತ್ತಿರದ ವಸ್ತುವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳು ಪ್ರತಿ ಕಣ್ಣಿನ ಫೋವಿಯ ಮೇಲೆ ಚಿತ್ರವನ್ನು ತರಲು ಒಳಮುಖವಾಗಿ ಒಮ್ಮುಖವಾಗುತ್ತವೆ. ಸ್ನಾಯುಗಳ ಗುಂಪು ಮೆದುಳಿಗೆ ಕಣ್ಣುಗಳು ಒಳಮುಖವಾಗಿ ತಿರುಗುವ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಈ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಆಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವಕ್ಕೆ ಸೂಚನೆಗಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಸ್ತುವು ವೀಕ್ಷಕರಿಂದ ದೂರ ಸರಿದಂತೆ ಒಮ್ಮುಖದ ಮಟ್ಟವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮೂಗಿನ ಮುಂದೆ ಬೆರಳನ್ನು ಹಿಡಿದು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹತ್ತಿರ ತರುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಒಮ್ಮುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳು ಒಳಮುಖವಾಗಿ ಅಥವಾ ಒಮ್ಮುಖವಾಗಿ ತಿರುಗಿದರೆ ವಸ್ತುವು ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೊಂದಾಣಿಕೆ: ಇದು ಸಿಲಿಯರಿ (Ciliary) ಸ್ನಾಯುವಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲದ ಮೇಲೆ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಕಣ್ಣಿನ ಮಸೂರದ ದಪ್ಪವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತವೆ. ವಸ್ತು ದೂರ ಹೋದರೆ (2 ಮೀಟರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು) ಸ್ನಾಯು ಸಡಿಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ವಸ್ತು ಹತ್ತಿರವಾದಂತೆ ಸ್ನಾಯು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಸೂರದ ದಪ್ಪವು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ನಾಯುವಿನ ಸಂಕುಚನದ ಹಂತದ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ದೂರದ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಮೆದುಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 4.3

ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಪೆನ್ಸಿಲ್‌ನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ ನಿಮ್ಮ ಬಲಗಣ್ಣನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಎಡಗಣ್ಣಿನಿಂದ ಪೆನ್ಸಿಲ್‌ನ್ನು ನೋಡಿ. ಈಗ ಬಲಗಣ್ಣನ್ನು ತೆರೆದು ಎಡಗಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಬಲಗಣ್ಣಿನಿಂದ ನೋಡಿ. ಹೀಗೆ ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ ಪೆನ್ಸಿಲ್ ನಿಮ್ಮ ಮುಖದ ಮುಂದೆ ಅಕ್ಕಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಚಲಿಸುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಸ್ಥಿರತೆ

ನಮ್ಮ ಪರಿಸರದಿಂದ ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸಂವೇದನಾ ಮಾಹಿತಿಯು ನಾವು ಚಲಿಸುವಾಗ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ನಾವು ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಾನದಿಂದ ಬೆಳಕಿನ ಯಾವುದೇ ತೀವ್ರತೆಯಿಂದ ಕಾಣುವ ವಸ್ತುವಿನ ಚಿರಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸಂವೇದನಾ ಗ್ರಾಹಕಗಳ ಪ್ರಚೋದನೆಯಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವ ವಸ್ತುಗಳ ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಸ್ಥಿರತೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ದೃಶ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವ ಮೂರು ರೀತಿಯ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಸ್ಥಿರತೆಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಗಾತ್ರ ಸ್ಥಿರತೆ

ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ವಸ್ತುವಿನ ಅಂತರದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಯೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲದ ಚಿತ್ರದ ಗಾತ್ರವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ದೂರವಾದಷ್ಟು ಚಿತ್ರ ಚಿಕ್ಕದಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಒಂದು ಮಿತಿಯೊಳಗೆ ವಸ್ತುವು ಅದರ ದೂರವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಒಂದೇ ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮ್ಮ ಅನುಭವ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ದೂರದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಅಕ್ಷಿಪಟಲದ ಚಿತ್ರ (ಅಕ್ಷಿಪಟಲದ ಮೇಲಿನ ಚಿತ್ರ) ದೊಡ್ಡದಾಗಿದ್ದರೂ ಸಹ ಸ್ನೇಹಿತನ ಗಾತ್ರದ ನಿಮ್ಮ ಗ್ರಹಿಕೆಯು ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವೀಕ್ಷಕರಿಂದ ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲದ ಚಿತ್ರದ ಗಾತ್ರದೊಂದಿಗೆ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ಗಾತ್ರವು ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದಲಾಗದೆ ಉಳಿಯುವ ಈ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಸ್ಥಿರತೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ

ಆಕರ ಸ್ಥಿರತೆ

ನಮ್ಮ ಗ್ರಹಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಚಿತ ವಸ್ತುಗಳ ಆಕಾರಗಳು, ಅವುಗಳ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅಕ್ಷಿಪಟಲದ ಚಿತ್ರದ ಮಾದರಿಯಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಬದಲಾಗದೆ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಊಟದ ತಟ್ಟೆಯು ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲದ ಮೇಲೆ ಬಿತ್ತರಿಸುವ ಚಿತ್ರವು ವೃತ್ತ ಅಥವಾ ದೀರ್ಘಯುತವಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಸರಿಸುಮಾರು ಸಣ್ಣಗೆರೆಯಾಗಿ ಇರಲಿ (ತಟ್ಟೆಯನ್ನು ಅಂಚಿನಿಂದ ನೋಡಿದರೆ) ಒಂದೇ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಕಾಶಮಾನ ಸ್ಥಿರತೆ

ದೃಷ್ಟಿಗೋಚರದ ವಸ್ತುಗಳು ಅವುಗಳ ಆಕಾರ ಮತ್ತು ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಕಾಣುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಅವುಗಳಿಂದ ಪ್ರತಿಫಲಿಸುವ ಭೌತಿಕ ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರಮಾಣವು ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಬದಲಾದರೂ ಅವುಗಳ ಬಿಳುಪು, ಬೂದು ಅಥವಾ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಮತ್ತೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಲುಪುವ ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ನಮ್ಮ ಹೊಳಪಿನ ಅನುಭವವು ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಮಾಣದ ಪ್ರಕಾಶದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಹೊಳಪನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಪ್ರವೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಾಶಮಾನ ಸ್ಥಿರತೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಯಾಗಿ ಕಾಣುವ ಕಾಗದದ ಮೇಲ್ಮೈಯನ್ನು ಕೊಠಡಿಯ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿಯೂ ಬಿಳಿಯೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೆಯೇ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪಾಗಿ ಕಾಣುವ ಕಲ್ಲಿದ್ದಲು ಕೊಠಡಿಯ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿಯೂ ಕಪ್ಪಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

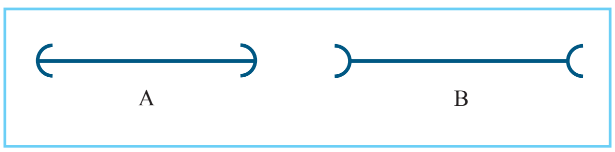
ಭ್ರಮೆಗಳು (Illusions)

ನಮ್ಮ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಯಾವಾಗಲೂ ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಸಂವೇದನಾ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಇದು ದೈಹಿಕ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅದರ ಗ್ರಹಿಕೆಗಳ ನಡುವಿನ ಅಪಸಾಮರಸ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಸಂವೇದನಾ ಅಂಶಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಮಾಹಿತಿಯ ತಪ್ಪಾದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಈ ತಪ್ಪು ಗ್ರಹಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಭ್ರಮೆಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇವು ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ನಮಗೆಲ್ಲ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. ಅವು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಚೋದಕ

ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಭ್ರಮೆಗಳನ್ನು ಮೂಲ ಸಂಘಟನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಪ್ರಚೋದನೆಯಿಂದ ಭ್ರಮೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದಾದರೂ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಇತರ ಸಂವೇದನಾ ವಿಧಾನಗಳಿಗಿಂತ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ದೃಷ್ಟಿಗೋಚರದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವು ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಭ್ರಮೆಗಳು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ರೈಲು ಹಳಿಗಳು ನಮಗೆಲ್ಲ ಒಮ್ಮುಖವಾಗಿರುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಈ ಭ್ರಮೆಗಳನ್ನು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಭ್ರಮೆಗಳು ಅಥವಾ ಶಾಶ್ವತ ಭ್ರಮೆಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇತರ ಕೆಲವು ಭ್ರಮೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ ಇವುಗಳನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಭ್ರಮೆಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ದೃಶ್ಯ ಭ್ರಮೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತೇವೆ.

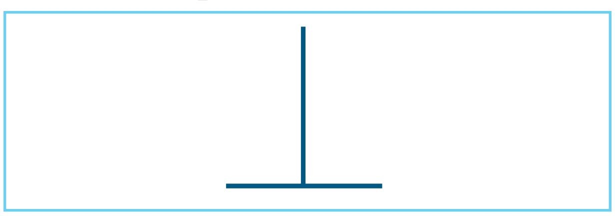
ಜ್ಯಾಮಿತಿಯ ಭ್ರಮೆಗಳು (Geometrical Illusions)

ಚಿತ್ರ 4.13 ರಲ್ಲಿ ಮುಲ್ಲರ್ ಲೈರ್ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಎ ರೇಖೆಯನ್ನು ಬಿ ಗಿಂತ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೂ ಎರಡು ರೇಖೆಗಳು ಸಮವಾಗಿವೆ.



ಚಿತ್ರ 4.13 : ಮುಲ್ಲರ್ ಲೈರ್ ಭ್ರಮೆ

ಈ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ಮಕ್ಕಳೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಸಹ ನಮ್ಮಂತೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಈ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುವ ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನಗಳಿವೆ. ಮುಲ್ಲರ್ ಲೈರ್ ಭ್ರಮೆ ಜೊತೆಗೆ ಹಲವಾರು ಇತರ ದೃಶ್ಯ ಭ್ರಮೆಗಳನ್ನು ಮನುಷ್ಯರು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ (ಪ್ರಾಣಿ ಪಕ್ಷಿಗಳು ಕೂಡ), ಚಿತ್ರ 4.14ರಲ್ಲಿ ನೀವು ಉದ್ದ ಮತ್ತು ಅಡ್ಡ ರೇಖೆಗಳ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಎರಡು ರೇಖೆಗಳು ಸಮಾನವಾಗಿದ್ದರೂ ಉದ್ದರೇಖೆಯು ಅಡ್ಡರೇಖೆಗಿಂತ ಉದ್ದವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾವು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ.



ಚಿತ್ರ 4.14 : ಉದ್ದ ಮತ್ತು ಅಡ್ಡ ರೇಖೆಗಳ ಭ್ರಮೆ

ಸ್ಪಷ್ಟ ಚಲನೆಯ ಭ್ರಮೆ

ಕೆಲವು ಚಲನ ರಹಿತ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ವೇಗದಲ್ಲಿ ಒಂದರ ನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ಯೋಜಿತಗೊಳಿಸಿದಾಗ ಈ ಭ್ರಮೆಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ಪೈವಿದ್ಯಮಾನ (Phi-phenomenon) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಸಿನಿಮಾ ಪ್ರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಚಲಿಸುವ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನಾವು ಈ ರೀತಿಯ ಭ್ರಮೆಯಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಮಿನುಗುವ ವಿದ್ಯುತ್ ದೀಪಗಳ ಅನುಕ್ರಮವೂ ಈ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ವಿದ್ಯಾಮಾನವನ್ನು ಎರಡು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ದೀಪಗಳನ್ನು ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಉಪಕರಣದ ಸಹಾಯದಿಂದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ಭ್ರಮೆಯ ಅನುಭವಕ್ಕಾಗಿ ವರ್ಧಮಿರ್‌ರವರು, ಸೂಕ್ತ ಮಟ್ಟದ ಹೊಳಪು, ಗಾತ್ರ, ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಅಂತರ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ದೀಪಗಳ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಸಾಂಗತ್ಯದ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಮುಖ್ಯವೆಂದು ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಇವುಗಳ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಬಿಂದುಗಳು ಚಲಿಸುವಂತೆ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವು ಯಾವುದೇ ಚಲನೆ ಇಲ್ಲದ ಒಂದು ಬಿಂದುವಾಗಿ ಅಥವಾ ಒಂದರ ನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ವಿಭಿನ್ನ ಬಿಂದುಗಳಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಭ್ರಮೆಯ ಅನುಭವವು ಜನರು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಗ್ರಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಬದಲಿಗೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಅವರ ಅನುಭವಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅದರ ರಚನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಈ ಅಂಶವನ್ನು ಈಗ ಮುಂದಿನ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಲಾಗುವುದು.

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಮೇಲೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪ್ರಭಾವಗಳು

ಹಲವಾರು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಅಧ್ಯಯನದ ಮೂಲಕ ಅವರು ಉತ್ತರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೆಂದರೆ, ವಿಭಿನ್ನ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಜನರ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಸಂಘಟನೆಯು ಏಕರೂಪ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆಯೇ? ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವೇ? ಅಥವಾ ಅವು ವಿಭಿನ್ನ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆಯೇ? ಪ್ರಪಂಚದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನರು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಕಾರಣ ಅನೇಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳು ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಭಿನ್ನವಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಭ್ರಮೆಯ ಚಿತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಚಿತ್ರಾತ್ಮಕ ವಸ್ತುಗಳ ಗ್ರಹಿಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ನಾವು ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ.

ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಮುಲ್ಲರ್ ಲೈರ್ ಮತ್ತು ಉದ್ದ–ಅಡ್ಡ ಭ್ರಮೆಯ ಚಿತ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ ಪರಿಚಿತರಾಗಿದ್ದೀರಿ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಯುರೋಪ್, ಆಫ್ರಿಕಾ ಮತ್ತು ಇತರ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಜನರ ಹಲವಾರು ಗುಂಪುಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಳಸಿದ್ದಾರೆ. **ಸಿಗಲ್ ಕ್ಯಾಂಪ್ ಬೆಲ್** ಮತ್ತು ಹರ್ಸ್ಕೋವಿಟ್ಸ್‌ರವರು ದೂರದ ಆಫ್ರಿಕದ ಹಳ್ಳಿಗಳು ಮತ್ತು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ನಗರ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಂದ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಸುವ ಮೂಲಕ ಭ್ರಮೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಅತ್ಯಂತ ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದರು. ಆಫ್ರಿಕನ್ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಅಡ್ಡ ಉದ್ದಗೆರೆ ಭ್ರಮೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒಳಗಾಗುವಿಕೆ ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ. ಆದರೆ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಮುಲ್ಲರ್ ಲೈರ್ ಭ್ರಮೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒಳಗಾಗುವಿಕೆ ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇತರ ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ವರದಿಯಾಗಿವೆ. ದಟ್ಟವಾದ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಆಫ್ರಿಕನ್ ಜನರು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಲಂಬತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ (ಉದಾ: ಉದ್ದವಾದ ಮರಗಳು) ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಅಂದಾಜು ಮಾಡುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರು. ಲಂಬಕೋನಗಳ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ

ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯರು ಆವರಣದಿಂದ (ಬಾಣ ತಲೆ) ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ರೇಖೆಗಳ ಉದ್ದವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಅಂದಾಜು ಮಾಡುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರು. ಈ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಹಲವಾರು ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ದೃಢಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ವಿಭಿನ್ನ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ಕಲಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಇದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ನೆಲೆಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಜನರಿಗೆ ವಸ್ತುಗಳ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಆಳ ಅಥವಾ ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಇತರ ಘಟನೆಗಳ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಹಡ್ಸನ್‌ರವರು ಆಫ್ರಿಕಾದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮೂಲ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಎಂದಿಗೂ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನೋಡದ ಜನರು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಿಸಿದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು (ಉದಾ: ಅತಿಕ್ರಮಿಸಿದ) ಅರ್ಥೈಸುವಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಕಂಡುಕೊಂಡರು. ಚಿತ್ರಾತ್ಮಕ ಆಳದ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಸೂಚನೆ ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಗಳಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮಾನ್ಯತೆ ಅಗತ್ಯ ಎಂದು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಿನ್ಹಾ ಮತ್ತು ಮಿಶ್ರಾರವರು ವಿವಿಧ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಜನರೊಂದಿಗೆ ವಿವಿಧ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಚಿತ್ರಾತ್ಮಕ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಕುರಿತು ಹಲವಾರು ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ಬೇಟೆಗಾರರು, ಮತ್ತು ಸಂಗ್ರಹಕಾರರು, ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೃಷಿಕರು, ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಉದ್ಯೋಗಸ್ಥರು. ಚಿತ್ರಗಳ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವು ಜನರ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಬಲವಾಗಿ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ ಎಂದು ಅವರ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಚಿತ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದಾದರೂ, ಚಿತ್ರಗಳ ಪರಿಚಯ ಕಡಿಮೆ ಇರುವವರು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಿಸಲಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅಡಗಿರುವ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು

ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಿತಿ, ಬೈನಾಕ್ಯುಲರ್ ಸೂಚನೆಗಳು, ಏಕನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆ, ಹಿಮ್ಮುಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ, ಕತ್ತಲೆಯ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ, ಆಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ, ವಿಭಿನ್ನ ದೇಹಲಿಗಳು, ಅವಧಾನ ವಿಭಜನೆ, ಯುಷ್ಟೇಚಿಯನ್ ನಾಳ, ಚಿತ್ರ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ, ಶೋಧಕ ಸಿದ್ಧಾಂತ, ಶೋಧಕ ದೃಢೀಕರಣ ಸಿದ್ಧಾಂತ, ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್, ಬೆಳಕಿನ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ, ಏಕನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆ, ಕಾರ್ಟಿಯ ಅಂಗ, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಸ್ಥಿರತೆ, ಫೈ–ವಿದ್ಯಮಾನ, ಶೃತಿ, ಅವಧಾನ ಆಯ್ಕೆ, ನಿರಂತರ ಅವಧಾನ, ಸಂಗೀತ, ಮುಮ್ಮುಖ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ, ದೃಶ್ಯ ಭ್ರಮೆ, ತರಂಗಾಂತರ.

ಸಾರಾಂಶ

- ನಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚದ ಜ್ಞಾನವು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಐದು ಬಾಹ್ಯ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮತ್ತು ಎರಡು ಆಂತರಿಕ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು, ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ವಿವಿಧ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ ಮೆದುಳಿನ ವಿಶೇಷ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ನರಪ್ರಚೋದನೆಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸುತ್ತದೆ.
- ದೃಷ್ಟಿ ಮತ್ತು ಶ್ರವಣ ಎರಡು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಾಗಿವೆ. ಸಲಾಖೆಗಳು ಮತ್ತು ಶಂಕುಗಳು ದೃಷ್ಟಿಯ ಗ್ರಾಹಕಗಳಾಗಿವೆ. ಸಲಾಕೆಗಳು ಬೆಳಕಿನ ಕಡಿಮೆ ತೀವ್ರತೆಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಆದರೆ ಶಂಕುಗಳು ಬೆಳಕಿನ ಹೆಚ್ಚಿನ ತೀವ್ರತೆಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಅವು ಕ್ರಮವಾಗಿ ವರ್ಣರಹಿತ ಮತ್ತು ವರ್ಣೀಯ ದೃಷ್ಟಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿವೆ.
- ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಕತ್ತಲು ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ದೃಶ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಎರಡು ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳಾಗಿವೆ. ವರ್ಣ, ಶುದ್ಧತ್ವ ಮತ್ತು ಹೊಳಪು ಬಣ್ಣದ ಮೂಲ ಆಯಾಮಗಳಾಗಿವೆ.
- ಧ್ವನಿಯು ಶ್ರವಣೇಂದ್ರಿಯ ಸಂವೇದನೆಗೆ ಪ್ರಚೋದನೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಜೋರಾದ, ಶೃತಿ ಮತ್ತು ಟಿಂಬರ್ ಧ್ವನಿಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಾಗಿವೆ. ಬೇಸಿಲರ್ ಮೆಂಬರೇನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಕಾರ್ಟಿಯ ಅಂಗವು ಶ್ರವಣದ ಮುಖ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದೆ.
- ಅವಧಾನವೂ ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದ್ದು ಅದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಪ್ರಸ್ತುತ ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಶೋಧಿಸುವ ಮೂಲಕ ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವಿಕೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಹುಡುಕಾಟವು ಅವಧಾನದ ಪ್ರಮುಖ ಗುಣಲಕ್ಷಣವಾಗಿವೆ.
- ಅವಧಾನದ ಆಯ್ಕೆ ಮತ್ತು ನಿರಂತರ ಅವಧಾನ ಎರಡು ಪ್ರಮುಖ ವಿಧಗಳಾಗಿವೆ. ಅವಧಾನ ವಿಭಜನೆಯು ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲಾದ ಕಾರ್ಯಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಸ್ಕರಣೆಯು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸ್ವಯಂ ಚಾಲ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ.

- ಅವಧಾನ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯು 7 $\pm$ 2 ನ ಮಾಂತ್ರಿಕ ಸಂಖ್ಯೆಯಾಗಿದೆ.
- ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವವು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಮಾಹಿತಿಯ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಮತ್ತು ತಿಳುವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ರಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವರು ತಮ್ಮ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು, ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು, ಸಂಜ್ಞಾತ್ಮಕ ಶೈಲಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ಆಕಾರ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವವು ಗೋಚರ ಬಾಹ್ಯ ರೇಖೆಗಳಿಗಿಂತ ಉಳಿದ ಕ್ಷೇತ್ರದಿಂದ ಹೊಂದಿಸಲಾದ ಗೋಚರ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಸಂಘಟನೆಯ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಾಚೀನ ರೂಪವು ಆಕೃತಿ ಮತ್ತು ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.
- ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನಮ್ಮ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಸಂಘಟನೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಹಲವಾರು ತತ್ವಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ.
- ಅಕ್ಷಿ ಪಟಲದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಕ್ಷೇಪಿಸುವ ವಸ್ತುವಿನ ಚಿತ್ರವು ಎರಡು ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಮೂರು ಆಯಾಮದ ಗ್ರಹಿಕೆಯು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದ್ದು, ಅದು ಏಕನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಮತ್ತು ದ್ವಿ-ನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳ ಸರಿಯಾದ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತವೆ.
- ಅವಧಾನ ಸ್ಥಿರತೆಯು ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಾನದಿಂದ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಯಾವುದೇ ತೀವ್ರತೆಯಿಂದ ಕಾಣುವ ವಸ್ತುವಿನ ನಮ್ಮ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಅಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತದೆ. ಗಾತ್ರ, ಆಕಾರ ಮತ್ತು ಹೊಳಪು ಸ್ಥಿರತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಪುರಾವೆಗಳು.
- ಭ್ರಮೆಗಳು ಅಸಹಜವಾದ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವಕ್ಕೆ ಉದಾಹರಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಮಾಹಿತಿಯ ತಪ್ಪಾದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ತಪ್ಪು ಗ್ರಹಿಕೆಗಳನ್ನು ಅವು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಭ್ರಮೆಗಳು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿದ್ದರೆ, ಇತರವುಗಳು ಹೆಚ್ಚು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿವೆ.
- ಪ್ರಚೋದನೆಗಳ ಭೇಧಾತ್ಮಕ ಪರಿಚಿತತೆ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳ ಮಹತ್ತ್ವ ಮತ್ತು ಪ್ರಚೋದನೆಗಳ ನಿರ್ಣಯದಲ್ಲಿ ಜನರ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು, ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ.

ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

1. ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
2. ಅವಧಾನವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ, ಅದರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
3. ಅವಧಾನ ಆಯ್ಕೆಯ ನಿರ್ಧಾರಕಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ಅವಧಾನ ಆಯ್ಕೆಯು ನಿರಂತರ ಅವಧಾನಕ್ಕಿಂತ ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ?
4. ಕ್ಷೇತ್ರ ಗ್ರಹಿಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರತಿಪಾದನೆ ಏನು?
5. ಸ್ಥಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಹೇಗೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ?
6. ಆಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಏಕನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳಾವುವು? ಆಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದಲ್ಲಿ ದ್ವಿ-ನೇತ್ರ ದೃಶ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
7. ಭ್ರಮೆಗಳು ಏಕೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ?
8. ನಮ್ಮ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವದ ಮೇಲೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳು ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ?

ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

1. ನಿಯತಕಾಲಿಕೆಗಳಿಂದ ಹತ್ತು ಜಾಹಿರಾತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಪ್ರತಿ ಜಾಹಿರಾತಿನಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾದ ವಿಷಯ ಮತ್ತು ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ. ನೀಡಿರುವ ಉತ್ತರವನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಲು ವಿವಿಧ ಗಮನಸೆಳೆಯುವ ಮತ್ತು ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಅಂಶಗಳ ಬಳಕೆಯ ಕುರಿತು ಪರೀಕಿಸಿ.

2. ದೃಷ್ಟಿ ದೋಷವುಳ್ಳ ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಯುಳ್ಳ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕುದುರೆ/ ಆನೆಯ ಆಟಿಕೆ ಮಾದರಿಯನ್ನು ನೀಡಿ, ದೃಷ್ಟಿ ದೋಷವುಳ್ಳ ಮಕ್ಕಳು ಆಟಿಕೆ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅನುಭವಿಸಲಿ. ಮಾದರಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕೇಳಿ. ದೃಷ್ಟಿ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅದೇ ಆಟಿಕೆಯ ಮಾದರಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಿ ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಕೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಿರಿ.

   ಮತ್ತೊಂದು ಆಟಿಕೆ ಮಾದರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ (ಉದಾ: ಗಿಳಿ) ಕೆಲವು ದೃಷ್ಟಿಹೀನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅದರ ಅನುಭವ ಹೊಂದಲು ನೀಡಿ, ನಂತರ ಕಾಗದ ಮತ್ತು ಪೆನ್ಸಿಲ್‌ನ್ನು ನೀಡಿ, ಕಾಗದದ ಮೇಲೆ ಗಿಣಿಯನ್ನು ಬರೆಯಲು ಹೇಳಿ. ಅದೇ ಗಿಣಿಯನ್ನು ದೃಷ್ಟಿಯುಳ್ಳ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ತೋರಿಸಿ ನಂತರ ಅವರ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಆಟಿಕೆ ಗಿಳಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ, ಅವರಿಗೆ ಗಿಣಿಯನ್ನು ಕಾಗದ ಹಾಳೆಯ ಮೇಲೆ ಬರೆಯಲು ಹೇಳಿ.

   ದೃಷ್ಟಿಹೀನ ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಯುಳ್ಳ ಮಕ್ಕಳು ಬರೆದ ರೇಖಾಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಸಿ ನೋಡಿ ಅದರ ಸಾಮ್ಯತೆ ಮತ್ತು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ.

ಅಧ್ಯಾಯ 5

ಕಲಿಕೆ
Learning

ಈ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ನೀವು ಅರಿಯಲಿರುವ ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು

- ಕಲಿಕೆಯ ಸ್ವರೂಪದ ವಿವರಣೆ.
- ಕಲಿಕೆಯ ವಿವಿಧ ಪ್ರಕಾರಗಳ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳ ವಿವರಣೆ.
- ಕಲಿಕೆಯ ವಿವಿಧ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಭಾವಗಳ ಅರಿವು.
- ಕಲಿಕೆಯ ನಿರ್ಧಾರಕಗಳ ವಿವರಣೆ ಮತ್ತು
- ಕಲಿಕೆಯ ತತ್ವಗಳ ಅನ್ವಯಿಕೆ.

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ

ಪೀಠಿಕೆ
ಕಲಿಕೆಯ ಸ್ವಭಾವ
ಕಲಿಕೆಯ ಮಾದರಿಗಳು
ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ
  ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧದ ನಿರ್ಧಾರಕಗಳು
ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ
  ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದ ನಿರ್ಧಾರಕಗಳು
  ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಮತ್ತು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 5.1)
  ಪ್ರಮುಖ ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು
  ಕಲಿತ ಅಸಹಾಯಕತೆ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 5.2)
ಅವಲೋಕನ ಕಲಿಕೆ
ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆ
ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆ
ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಕೆ
ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸುವ ಅಂಶಗಳು
ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಗಳು

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು
ಸಾರಾಂಶ
ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

ಕಲಿಕೆಯು ಹಿಂದಿನ ದೋಷಗಳನ್ನು ಮತ್ತು
ಅದರ ವಿವೇಕವನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

– ಎ.ಎನ್. ವೈಟ್ ಹೆಡ್

ಪೀಠಿಕೆ (Introduction)

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಗು ಜನನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಂದು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತವಾದ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿದ್ದಾಗ ಈ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ (ಪ್ರತಿವರ್ತ ಕ್ರಿಯೆಗಳು) ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಮಗು ಬೆಳೆದಂತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಬುದ್ಧನಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅವನು/ಅವಳು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ತೋರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಭಾವಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡಿ ಅದು ಒಬ್ಬರ ತಾಯಿ,ತಂದೆ ಅಥವಾ ಅಜ್ಜ ಎಂದು ಗುರುತಿಸುವುದು, ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುವಾಗ ಚಮಚವನ್ನು ಬಳಸುವ ವಿಧಾನ ಹಾಗೂ ವರ್ಣಮಾಲೆಯ ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಅವುಗಳಿಂದ ಪದಗಳನ್ನು ರಚಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ಕಲಿಯುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ. ಹಾಗೆಯೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಇತರರು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಕರಿಸುತ್ತಾನೆ, ವಸ್ತುಗಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪಕದಲ್ಲಿಡುತ್ತಾನೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಪುಸ್ತಕ, ಕಿತ್ತಳೆ, ಮಾವು, ಹಸು, ಹುಡುಗ, ಹುಡುಗಿ ಇತ್ಯಾದಿ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರಬುದ್ಧನಾದಂತೆ ಅನೇಕ ಘಟನೆಗಳು ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಅವುಗಳ ವಿಶಿಷ್ಟ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ. ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪೀಠೋಪಕರಣ, ಹಣ್ಣುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಸ್ಕೂಟರ್ ಅಥವಾ ಕಾರನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಸಹ ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ದುಡಿಯಲು ಅಥವಾ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಲು, ಸಾಮಾಜಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ನುರಿತ ಹಾಗೂ ವೃತ್ತಿಪರತೆಯಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಥನಾಗಲು ಕಲಿಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕಲಿಯುವ ಮತ್ತು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದಾಗಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿ, ಅವನ ಜೀವನವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾನೆ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯವು ಕಲಿಕೆಯ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿದೆ. ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಎಂದು ನಿರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಕಲಿಯುತ್ತಾ ಮುಂದೆ ಸಾಗುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮೂರನೇ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಕೆಲವು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಾಲ್ಕನೇ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯ ವೇಗ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವ ವಿಭಿನ್ನ ಅಂಶಗಳು ಹಾಗೂ ಕಲಿಕೆಯ ವಿವಿಧ ಶೈಲಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಕಲಿಕೆಯ ಸ್ವರೂಪ (Nature of Learning)

ಮೇಲೆ ಸೂಚಿಸಿದಂತೆ ಕಲಿಕೆಯು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಇದು ಒಬ್ಬರ ಅನುಭವದಿಂದ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಕಲಿಕೆಯನ್ನು "ಅನುಭವ ಅಥವಾ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದಾಗಿ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಬಹುತೇಕ ಶಾಶ್ವತವೆನ್ನಬಹುದಾದ ವರ್ತನೆ" ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಬಹುದು. ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಆಯಾಸದಿಂದಾಗಿಯೂ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ಅಂತಹ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಅದನ್ನು ಕಲಿಕೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕಲಿಕೆಯನ್ನು 'ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸ'ದಿಂದ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲುಂಟಾಗಬಹುದಾದ ಬಹುತೇಕ ಶಾಶ್ವತವೆನ್ನಬಹುದಾದ ವರ್ತನೆಗಳು ಎಂದು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಕಲಿಕೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಕೆಲವು ವಿಶಿಷ್ಟ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಮೊದಲ ಲಕ್ಷಣವೆಂದರೆ ಕಲಿಕೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಹಲವಾರು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಘಟನೆಯು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುವುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸೂರ್ಯಾಸ್ತದ ನಂತರ ಹಾಸ್ಟೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಗಂಟೆ ಬಾರಿಸಿದರೆ ಭೋಜನವು ಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ ಎಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ತೃಪ್ತಿಯ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಅನುಭವವು ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಂದೇ ಅನುಭವ ಕಲಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಮಗು ಬೆಂಕಿ ಕಡ್ಡಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಅವನ/ ಅವಳ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಹಾಕಿದರೆ ಅಂತಹ ಅನುಭವವು ಮಗುವಿಗೆ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕಲಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಬಹುತೇಕ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ಶಾಶ್ವತ ಅಥವಾ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡದ ವರ್ತನೆಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಯಾಸ, ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಬಳಕೆಯ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದುತ್ತಿರುವಾಗ ಅಥವಾ ಕಾರನ್ನು ಚಲಾಯಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ನಿಮಗೆ ದಣಿವಾದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನೀವು ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದುವುದು ಅಥವಾ ಕಾರನ್ನು ಚಲಾಯಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವಿರಿ. ಇದು ಆಯಾಸದಿಂದಾಗಿ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಾದ ಬದಲಾವಣೆ ಹಾಗೂ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಕಲಿಕೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ನಿಮ್ಮ ನಿವಾಸದ ಆಸುಪಾಸಿನಲ್ಲಿ ಮದುವೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ಇದು ಬಹಳಷ್ಟು ಶಬ್ದವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಡರಾತ್ರಿವರೆಗೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಶಬ್ದವು ನೀವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ

ಕೆಲಸದಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ವಿಚಲಿತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ಅದರಿಂದ ನೀವು ತೊಂದರೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ. ಶಬ್ದ ಮುಂದುವರಿದಾಗ ನೀವು ಕೆಲವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರತಿವರ್ತಗಳನ್ನು (orienting reflex) ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಈ ಪ್ರತಿವರ್ತಗಳು ದುರ್ಬಲವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಕೂಡ ಒಂದು ರೀತಿಯ ವರ್ತನೆಯ ಬದಲಾವಣೆ. ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಈ ಬದಲಾವಣೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿದ್ರಾಜನಕ, ಮಾದಕ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಸೇವಿಸುವ ಜನರಲ್ಲಿ ಅದರ ಪರಿಣಾಮವು ಅವರ ಶಾರೀರಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವುದರಿಂದ ಅವರ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುವುದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು. ಅಂತಹ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಅಳಿಸಿ ಹೋದಂತೆ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತವೆ.

ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಘಟನೆಗಳು ಕ್ರಮಾನುಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ನಾವು ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರೆ ಇದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ಇದನ್ನು ಅವರು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕ್ರಮಾನುಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

1. ಕಲಿಯುವ ಮೊದಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಎಷ್ಟು ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಪೂರ್ವ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು.
2. ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುವುದು.
3. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪದಗಳಿಂದ ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.
4. ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡ ನಂತರ ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. (ಇದು ಕಲಿಕೆ)
5. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಕಳೆದ ನಂತರ ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಈಗ ತಿಳಿದಿರುವ ಪದಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಅವನು ಪೂರ್ವ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿದಿದ್ದ ಪದಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದಾಗ ಕಲಿಕೆಯು ನಡೆದಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೀಗಾಗಿ ಕಲಿಕೆಯು ಊಹಿಸಿದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅವಲೋಕಿಸಿದ ವರ್ತನೆ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ನಾವು ಊಹಿಸುವುದು ಎಂಬ ಪದದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರು ಒಂದು ಕವಿತೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ನೀವು ಆ ಕವಿತೆಯನ್ನು ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಓದಿ ಅದನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ. ನಂತರ ಆ ಕವಿತೆಯನ್ನು ಪಠಿಸಲು ಹೇಳಿದಾಗ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮಿಂದ ಕವಿತೆಯ ವಾಚನ ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನೀವು ಕವಿತೆಯನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಶಿಕ್ಷಕರು ಊಹಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಕಲಿಕೆಯ ಮಾದರಿಗಳು (Paradigms of Learning)

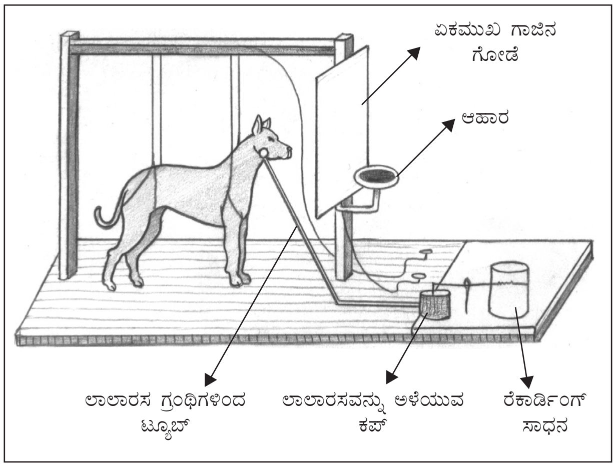
ಕಲಿಕೆಯು ಹಲವು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳು ಸರಳ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಹಾಗೂ ಇನ್ನು ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳು ಸಂಕೀರ್ಣ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸ್ವಾಧೀನದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೀವು ಈ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿಯುವಿರಿ. ಕಲಿಕೆಯ ತುಂಬಾ ಸರಳ ವಿಧಾನ ಅನುಬಂಧ. ಎರಡು ರೀತಿಯ ಅನುಬಂಧಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮೊದಲನೆಯದನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಎರಡನೆಯದನ್ನು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇತರ ವಿಧಾನಗಳೆಂದರೆ ಅವಲೋಕನ ಕಲಿಕೆ, ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆ, ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆ, ಪರಿಕಲ್ಪನಾ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಕೆ.

ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆ (Classical Conditioning)

ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಮೊದಲಿಗೆ ಪರಿಶೋಧನೆ ಮಾಡಿದ ಕೀರ್ತಿ ರಷ್ಯಾ ದೇಶದ ಶಾರೀರಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಇವಾನ್ ಪಾವ್‌ಲವ್ ಎಂಬುವರಿಗೆ ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಪಾವ್‌ಲವ್‌ನ ಅಧ್ಯಯನವು ನಾಯಿಯ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಂಸದ ಚೂರುಗಳನ್ನು ಹಾಕಿದಾಗ ಅದರ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಜಠರ ರಸ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮತ್ತು ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಲಾಲರಸ ಉತ್ಪತ್ತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿತ್ತು. ಆದರೆ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ನಾಯಿಗಳು ತಿನ್ನುವಾಗ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಆಹಾರದ ಖಾಲಿ ತಟ್ಟೆಯನ್ನು ನೋಡಿದಾಗಲೂ ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸಿದವು. ಆದರೆ ಆಹಾರ ಕೊಡುವ ಮೊದಲೇ ನಾಯಿ ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ ಪಾವ್‌ಲವ್ ತನ್ನ ಪ್ರಯೋಗದ ದಿಕ್ಕನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿದನು. ಪಾವ್‌ಲವ್ ಈ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡಿದನು. ಮೊದಲು ಪಾವ್‌ಲವ್ ನಾಯಿಯನ್ನು ಒಂದು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯೊಳಗೆ ಇಟ್ಟು ಪ್ರಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಿದನು. ಈ ನಡುವೆ ಸರಳ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸಿ, ನಾಯಿಯ ದವಡೆಗೆ ಟ್ಯೂಬ್‌ನ ಒಂದು ತುದಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿ, ಇನ್ನೊಂದು ತುದಿಯನ್ನು ಅಳತೆಯ ಗ್ಲಾಸಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಲಾಯಿತು. ಪ್ರಯೋಗದ ಎರಡನೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಾಯಿಯನ್ನು ಹಸಿವಿನಿಂದ ಇರಿಸಲಾಯಿತು. ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡುವ ಮೊದಲು ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದವನ್ನು ಮಾಡಿ, ನಂತರ ನಾಯಿಗೆ ಆಹಾರ ನೀಡಿದನು. ಹೀಗೆ ಹಲವು ಬಾರಿ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡುವ ಮೊದಲು ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದವನ್ನು ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದನು. ಹೀಗೆ ಮುಂದುವರಿದ ಕೆಲವು ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ನಂತರ ನಾಯಿಯು ಆಹಾರ ನೀಡುವ ಮೊದಲೇ ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು. ಇದನ್ನು ಅನುಬಂಧಿತ ಕಲಿಕೆ ಎನ್ನುವರು.

ಪಾವ್‌ಲವ್ ಆಹಾರವನ್ನು ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ (Unconditioned stimulus) ಹಾಗೂ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ನೀಡಿದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು (ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವುದು) ಸಹಜ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ (Unconditioned Response) ಎಂದು ಕರೆದನು. ಅನುಬಂಧದ ನಂತರ ನಾಯಿಯು ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದವನ್ನು ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ (Conditioned stimulus) ಹಾಗೂ ನಾಯಿಯು ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವುದನ್ನು ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ (conditioned Response) ಎಂದು ಕರೆದನು. ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಬಂಧಿತ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ (Classical Conditioning) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಕೋಷ್ಟಕ 5.1ರಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅನುಬಂಧಿತ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯ ಸನ್ನಿವೇಶವು ಒಂದು 'ಪ್ರಚೋದನೆ–ಪ್ರಚೋದನೆ' (S–S) ಕಲಿಕೆ. ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಚೋದನೆ (ಉದಾ: ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಚೋದನೆ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಸಂಭವನೀಯತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.



ಚಿತ್ರ 5.1 ನಾಯಿಯನ್ನು ಪಾವ್‌ಲವ್ ಅನುಬಂಧ ಪ್ರಯೋಗಕ್ಕೆ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುವುದು

ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧದ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿವೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಊಟವನ್ನು ಮುಗಿಸಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ನೀವು ಪಕ್ಕದ ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಬಡಿಸಿದ ಕೆಲವು ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೀರಿ. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಯ ರುಚಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಲಾಲಾರಸದ ಸ್ರವಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಅದನ್ನು ತಿನ್ನುವ ಮನಸ್ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ, ಬಾಲ್ಯದ ಆರಂಭಿಕ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಸಹಜವಾಗಿ ಯಾವುದೇ ದೊಡ್ಡ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಹೆದರುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಮಗು ಗಾಳಿ ತುಂಬಿದ ಬಲೂನನ್ನು ಹಿಡಿದಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ಅದು ಅವಳ/ಅವನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಶಬ್ದವನ್ನು ಮಾಡಿ ಸಿಡಿಯುತ್ತದೆ. ಮಗುವಿಗೆ ಭಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ಮಗುವಿಗೆ ಬಲೂನ್ ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಬಲೂನ್ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಸಂಕೇತವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಭಯದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ಬಲೂನ್ (ಅನುಬಂಧಿತ ಪುಚೋದನೆ) ಮತ್ತು ಜೋರಾದ ಶಬ್ದವನ್ನು (ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ) ಜೊತೆಜೊತೆಗೆ ಮಗುವಿನ ಮುಂದೆ ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವುದು. ಇಲ್ಲಿ ಮಗುವಿಗೆ ಬಲೂನು ನೋಡಿದ ಕೂಡಲೇ (ಶಬ್ದ ಇರದಿದ್ದರೂ) ಭಯದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧದ ನಿರ್ಧಾರಕಗಳು (ವಿದ್ಯಮಾನಗಳು) (Determinants of Classical conditioning)

ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ವೇಗವಾಗಿ ಮತ್ತು ಬಲವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

1. ಪ್ರಚೋದನೆಗಳ ನಡುವಿನ ಸಮಯದ (ಕಾಲದ) ಸಂಬಂಧಗಳು. (Time Relations between stimuli)

ಕೆಳಗೆ ಚರ್ಚಿಸಲಾದ ಅನುಬಂಧಿತ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ಮತ್ತು ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ನಡುವಿನ ಸಮಯದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮೂಲತ: ನಾಲ್ಕು ವಿಧಗಳಿವೆ. ಮೊದಲ ಮೂರನ್ನು ಮುಮ್ಮುಖ ಅನುಬಂಧ (forward conditioning) ಮತ್ತು ನಾಲ್ಕನೆಯದನ್ನು ಹಿಮ್ಮುಖ ಅನುಬಂಧ (backward conditioning) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳ ಮೂಲಭೂತ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ.

ಏಕಕಾಲಿಕ ಅನುಬಂಧ (Simultaneous Conditioning)

ಇಲ್ಲಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ಮತ್ತು ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಏಕಕಾಲಿಕ ಅನುಬಂಧ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ವಿಳಂಬಿತ ಅನುಬಂಧ (Delayed Conditioning)

ಇಲ್ಲಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡಿದ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಸುಳುಹು ಅನುಬಂಧ (Trace Conditioning)

ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ಮತ್ತು ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳೆರಡನ್ನು ಏಕಕಾಲಿಕವಾಗಿ ನೀಡಿ ಅನಂತರ ವಿಳಂಬಿತವಾಗಿ ನೀಡಿದರೂ ಸಹ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ಉಂಟಾದಾಗ ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬ ತಾಂತ್ರಿಕ ಸುಳಿವು ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಸುಳುಹು ಅನುಬಂಧ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಿಮ್ಮುಖ ಅನುಬಂಧ (Backward Conditioning)

ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡಿದ ನಂತರ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡಿದರೆ ಅನುಬಂಧ ಏರ್ಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ವಿಳಂಬಿತ ಅನುಬಂಧ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ ಎಂಬುವುದು ಇದರಿಂದ ದೃಢಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ವಿಳಂಬಿತ ಅನುಬಂಧಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಏಕಕಾಲಿಕ ಮತ್ತು ಸುಳುಹು ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ಉಂಟು ಮಾಡಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆ. ಹಿಮ್ಮುಖ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ತುಂಬಾ ವಿರಳವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

2. ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಪ್ರಕಾರಗಳು (ವಿಧಗಳು) (Type of Unconditioned Stimuli)

ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾದ ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಮೂಲತಃ ಎರಡು ವಿಧಗಳದ್ದಾಗಿವೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಹಸಿವಿನ (appetitive) ಮತ್ತು ಜಿಗುಪ್ಸಾ (aversive) ವಿಧಾನಗಳು. ಹಸಿವಿನ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಸ್ವಯಂ ಚಾಲಿತವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ತಿನ್ನುವುದು, ಕುಡಿಯುವುದು, ಮುದ್ದು ಮಾಡುವುದು ಮುಂತಾದುವು. ಈ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಜಿಗುಪ್ಸಾ ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಾದ ಶಬ್ದ, ಕಹಿ ರುಚಿ, ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತ, ನೋವಿನ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು

ಮುಂತಾದವುಗಳು ನೋವಿನ ಹಾನಿಕಾರಕ ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಹಸಿವಿನ ಅನುಬಂಧದ ಕಲಿಕೆ ನಿಧಾನವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಜಿಗುಪ್ಸಾ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ತೀವ್ರತೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಒಂದು, ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

3. ಅನುಬಂಧ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳ ತೀವ್ರತೆ : (Intensity of Conditioned Stimuli)

ಇದು ಹಸಿವು ಮತ್ತು ಜಿಗುಪ್ಸಾ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಇವೆರಡರ ಮೇಲೂ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ವೇಗವಾಗಿಸಲು ತೀವ್ರವಾದ ಅನುಬಂಧಿತ ಪಚೋದನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿವೆ. ಇದರರ್ಥ ಯಾವಾಗ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆಯು ತೀವ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಆಗ ಅನುಬಂಧಿತ ಕಲಿಕೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 5.1

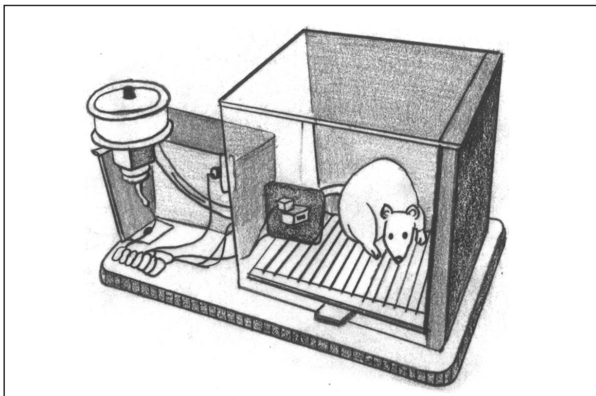
ಅನುಬಂಧವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ವಿವರಿಸಲು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಒಂದು ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಮಾವಿನ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿಯ ಕೆಲವು ತುಂಡುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ತೋರಿಸಿ ಅವರಿಗೆ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅನುಭವವಾಯಿತು ಎಂದು ಕೇಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಜೊಲ್ಲಿನ ಸ್ರವಿಕೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ ಸಂಖ್ಯೆ 5.1 ಅನುಬಂಧ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳ ಹಂತಗಳ ಸಂಬಂಧ

ಅನುಬಂಧದ ಹಂತಗಳು	ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಸ್ವಭಾವ	ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಸ್ವಭಾವ
ಮೊದಲು	ಆಹಾರ (US) ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದ	ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವುದು (UR) ಎಚ್ಚರಿಕೆ (ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಇಲ್ಲ)
ಸಮಯದಲ್ಲಿ	ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದ (CS) + ಆಹಾರ (US)	ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವುದು (UR)
ನಂತರ	ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದ (CS)	ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವುದು (CR)

ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆ (Operant/Instrumental Conditioning)

ಬಿ.ಎಫ್. ಸ್ಕಿನ್ನರ್‌ನು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದವರಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖನು. ಸ್ಕಿನ್ನರ್‌ನು ಜೀವಿಯು ಪರಿಸರದ ಮೇಲೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿದಾಗ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಸಂಭವಿಸುವುದನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದನು. ಇದನ್ನು ಅವನು ಸಾಧಕ (operants) ಎಂದು ಕರೆದನು. ಸಾಧಕ ಎಂದರೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯರು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ ಹೊರ ಸೂಸುವ ವರ್ತನೆಗಳು ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಹಾಗೆಯೇ ಅವುಗಳು ಜೀವಿಯ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಸಾಧಕ ವರ್ತನೆಯು ಅನುಬಂಧ ಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ (operant conditioning) ಎನ್ನುವರು. ಸ್ಕಿನ್ನರ್ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಇಲಿ ಮತ್ತು ಪಾರಿವಾಳಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದನು. ಇವನು ಬಳಸಿದ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಸ್ಕಿನ್ನರ್ ಬಾಕ್ಸ್ (Skinner Box) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಯಿತು. ಈ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಸಿದ ಇಲಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟ. ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಲಾಕೆ ಇತ್ತು. ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿದಾಗ ಅದರ ಕೆಳಗೆ ಇರಿಸಿದ ಬಟ್ಟಲಿನಲ್ಲಿ ಇಲಿಗೆ ಆಹಾರವು ದೊರಕುತ್ತಿತ್ತು. ಸ್ಕಿನ್ನರ್‌ನ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಇಲಿ ಚಡಪಡಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಅತ್ತಿಂದಿತ್ತ ಓಡಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಆಗ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಕಾಲಿನಿಂದ ತುಳಿದಾಗ ಆಹಾರವು ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಬಿತ್ತು. ಹಸಿದ ಇಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿಂದಿತು. ಅದೇ ರೀತಿ ಮುಂದಿನ ಸಲವೂ ಇಲಿಯು ಅತ್ತಿಂದಿತ್ತ ಓಡಾಡುತ್ತಾ ಚಡಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಸಲಾಕೆ ಒತ್ತಿ ಆಹಾರ ಸಿಕ್ಕಿತು.



ಚಿತ್ರ 5.2 ಸ್ಕಿನ್ನರ್ ಬಾಕ್ಸ್

ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಇಲಿ ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಒತ್ತಲು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಸಮಯವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕೊನೆಗೆ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿದ ತಕ್ಷಣವೇ ಇಲಿ ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಒತ್ತುತ್ತದೆ. ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಒತ್ತುವುದು ಒಂದು ಸಾಧಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಆಹಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿದೆ. ಮೇಲಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ಆಹಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುವಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ವಿಪುಲವಾಗಿವೆ (ಹೇರಳವಾಗಿವೆ). ತಾಯಿಯ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಲು ಬಯಸುವ ಮಕ್ಕಳು ಆಕೆ ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಲು ಬಚ್ಚಿಟ್ಟ ಜಾರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು ಸಭ್ಯರಾಗಿ ವರ್ತಿಸಲು ಹಾಗೂ ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಇತರರಿಂದ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯಲು 'ದಯವಿಟ್ಟು' ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಬಳಸಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಮಾನವರು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದ ತತ್ವದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಸಾಧನಗಳಾದ ಟಿವಿ, ರೇಡಿಯೋ, ಕ್ಯಾಮರಾ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ತನ್ನ ಗುರಿಯನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯ ನಿರ್ಧಾರಗಳು (Determinants of Operant Conditioning)

ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಪರಿಣಾಮಗಳ ಮೂಲಕ ಕಲಿಯಲಾಗುವುದು ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗುವುದು ಅಥವಾ ಮಾರ್ಪಡಿಸಲಾಗುವುದು. ಈ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಪುನರ್ಬಲನಗಳು (reinforcers) ಎನ್ನುವರು. ಯಾವುದೇ ಪುಚೋದನೆ ಅಥವಾ ಘಟನೆ ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಸಂಭವನೀಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದರೆ ಅದನ್ನು ಪುನರ್ಬಲನ ಎನ್ನುವರು. ಆ ಪುನರ್ಬಲನ ಬಹುಮುಖ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಅದು ಒಂದು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ದಿಕ್ಕು ಅಥವಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಪುನರ್ಬಲನದ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಂದರೆ, ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ – ಧನಾತ್ಮಕ ಅಥವಾ ಋಣಾತ್ಮಕ, ಸಂಖ್ಯೆ ಅಥವಾ ಪುನರಾವರ್ತನೆ, ಗುಣಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ – ಶ್ರೇಷ್ಠ ಅಥವಾ ಕಳಪೆ, ಅನುಸೂಚಿಯಲ್ಲಿ – ನಿರಂತರ ಅಥವಾ ಭಾಗಶಃ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧನ ಕಲಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಸ್ವಭಾವ ಅಥವಾ ಅನುಬಂಧ ಗೊಳಿಸಬೇಕಾದ ವರ್ತನೆಯ ಸ್ವಭಾವ. ಪುನರ್ಬಲನ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ನಡುವಿನ ಕಾಲಾವಧಿ ಕೂಡ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಈ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ.

ಪುನರ್ಬಲನದ ವಿಧಗಳು (Types of Reinforcement)

ಪುನರ್ಬಲನ ಧನಾತ್ಮಕ ಅಥವಾ ಋಣಾತ್ಮಕವಾಗಿರಬಹುದು. ಧನಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನದಿಂದ ಹಿತಕರ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಧನಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನಗಳು ನಮ್ಮ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಆಹಾರ, ನೀರು, ಬಹುಮಾನ, ಸ್ಥಾನಮಾನ, ಸುದ್ದಿ ಮುಂತಾದವು. ಋಣಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನವೆಂದರೆ ಅಹಿತಕರ ಮತ್ತು ನೋವುಂಟು ಮಾಡುವ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು. ಕಹಿ ಅಥವಾ ನೋವಿನ ಅನುಭವದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಜೀವಿಯು ತೋರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳೇ ಋಣಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿಬಲನಗಳು. ಆದ್ದರಿಂದ ಋಣಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿಬಲನಗಳು ದೂರ ಸರಿಯುವ ಇಲ್ಲವೇ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಚಳಿಯಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಉಣ್ಣೆ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಮನೆ ಬೆಚ್ಚಗಿಡಲು ಕಟ್ಟಿಗೆ ಉರಿಸುತ್ತೇವೆ ಇಲ್ಲವೇ ವಿದ್ಯುತ್ ತಾಪಕಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಋಣಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನ ಶಿಕ್ಷೆಯು ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಬೇಕು. ಶಿಕ್ಷೆಯ ಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಇಲ್ಲವೇ ದಮನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಋಣಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನವು ದೂರಸರಿಯುವ ಇಲ್ಲವೇ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕಾರಿನ ಚಾಲಕ ಮತ್ತು ಸಹಪ್ರಯಾಣಿಕ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಪಟ್ಟಿ ಧರಿಸುವ ಕಾರಣ, ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ ಗಾಯಗೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಅಥವಾ ಪೊಲೀಸರು ವಿಧಿಸುವ ಜುಲ್ಮಾನೆಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು.

ಯಾವುದೇ ಶಿಕ್ಷೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ದಮನ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಬೇಕು. ಅಲ್ಪ ಶಿಕ್ಷೆ ಅಥವಾ ತಡವಾಗಿ ನೀಡುವ ಶಿಕ್ಷೆ ಯಾವುದೇ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಲಾರದು. ಶಿಕ್ಷೆ ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದಷ್ಟು ದಮನದ ಪರಿಣಾಮ ದೀರ್ಘಕಾಲವಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ.

ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಶಿಕ್ಷೆ ಎಷ್ಟೇ ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೂ ಯಾವುದೇ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಶಿಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಗಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಶಿಕ್ಷೆ ನೀಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತೀವ್ರವಾದ ಅಸಮಧಾನ ಮತ್ತು ಅತೃಪ್ತಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಪುನರ್ಬಲನದ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಇತರ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳು (Number of Reinforcement and other Features)

ಪುನರ್ಬಲನದ ಸಂಖ್ಯೆ ಜೀವಿಗೆ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಿದ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಪುನರ್ಬಲನದ ಪ್ರಮಾಣವೆಂದರೆ ಒಬ್ಬರು ಪ್ರತಿ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದ ಪುನರ್ಬಲನ ಪುಚೋದನೆಯನ್ನು (ಆಹಾರ, ನೀರು ಅಥವಾ ನೋವುಂಟು ಮಾಡುವ ಪ್ರಚೋದನೆಯ) ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಪುನರ್ಬಲನದ ಗುಣಮಟ್ಟವು ಪುನರ್ಬಲನದ ಪ್ರಕಾರವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಣದ್ರಾಕ್ಷಿ ಅಥವಾ ಕೇಕ್ ತುಂಡುಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಕಡಲೆ ಅಥವಾ ಬ್ರೆಡ್ ತುಂಡುಗಳು ಕಡಿಮೆ ಗುಣಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಪುನರ್ಬಲನದ ಸಂಖ್ಯೆ, ಪ್ರಮಾಣ ಮತ್ತು ಗುಣಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯ ತೀವ್ರತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ಪುನರ್ಬಲನದ ಅನುಸೂಚಿಗಳು (Schedules of Reinforcement)

ಇದು ಅನುಬಂಧದ ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿ ಪುನರ್ಬಲನದ ವೇಳೆಯು ಪುನರ್ಬಲನದ ಮೇಲೆ ಅದರದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವಬೀರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಅನುಬಂಧಕ್ಕೆ ಒಳಪಡುವ ಜೀವಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಕೆಲವು ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಿ ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡದೆ ಇರಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ಪುನರ್ಬಲನವು ನಿರಂತರ ಅಥವಾ ಮಧ್ಯಂತರ ಆಗಿರಬಹುದು. ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪ್ರತಿಸಲ ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡುವುದನ್ನು ನಿರಂತರ ಪುನರ್ಬಲನ (Continuous

reinforcement) ಎಂದು ಕರೆಯುವರು. ಇದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಮಧ್ಯಂತರ ಅನುಸೂಚಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನೀಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಭಾಗಶಃ ಪುನರ್ಬಲನ (partial reinforcement) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಭಾಗಶಃ ಪುನರ್ಬಲನ ನಿರಂತರ ಪುನರ್ಬಲನಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿಲೋಪನ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವಿಳಂಬಿತ ಪುನರ್ಬಲನದ (Delayed Reinforcement)

ಪುನರ್ಬಲನದ ಪರಿಣಾಮವು ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡುವ ಸಮಯದ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ಪುನರ್ಬಲನವನ್ನು ವಿಳಂಬಿತವಾಗಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಅದರ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ಹೇಳಿ, ಅವರು ಆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಕೇಳಿ, ಆಗ ಅವರು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿದ ತಕ್ಷಣ ಸಿಗುವ ಸಣ್ಣ ಪ್ರತಿಫಲವು, ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ನಂತರ ಸಿಗುವ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರತಿಫಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು (Key Learning Processes)

ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆ ಅಥವಾ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯು ಕೆಲವು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಪುನರ್ಬಲನ (reinforcement), ವಿಲೋಪನ (extinction) ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣ (generalization), ವಿಭೇದ (discrimination) ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ ಚೇತರಿಕೆ (spontaneous recovery).

ಪುನರ್ಬಲನ (Reinforcement)

ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯ ತತ್ವದ ಬಹುಮುಖ್ಯ ಅಂಶವೇ ಪುನರ್ಬಲನ. ಯಾವ ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಸಂಭವನೀಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಪುನರ್ಬಲನ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ಪುನರ್ಬಲನಗಳು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ವೇಗ ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಧನಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನವು ಅದರ ಪ್ರಸ್ತುತಿಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಋಣಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನವು ಅದರ ತೆಗೆದು ಹಾಕುವ ಅಥವಾ ಮುಕ್ತಾಯವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಪುನರ್ಬಲನಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪುನರ್ಬಲನ (primary reinforcer) ಮತ್ತು ಅನುಷಂಗಿಕ ಪುನರ್ಬಲನ (ದ್ವಿತೀಯ ಪುನರ್ಬಲನ) (secondary reinforcer).

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪುನರ್ಬಲನ

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪುನರ್ಬಲನವು ಯಾವುದೇ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮೂಲ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಇದು ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳಿಗೂ ಅತ್ಯಂತ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹಸಿವಿನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಹಾರ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪುನರ್ಬಲನವಾಗಿದೆ. ಇವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾಗಿರುವಂತಹ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಕ್ರಿಯೆಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಅನುಷಂಗಿಕ ಪುನರ್ಬಲನ (ದ್ವಿತೀಯ ಪುನರ್ಬಲನ)

ಅನುಷಂಗಿಕ ಪುನರ್ಬಲನವು ಸಹ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮನುಷ್ಯನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದ

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 5.1 ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು

1 ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕೆಲವು ಪ್ರಚೋದನೆಯ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ಪ್ರತಿವರ್ತಗಳಾಗಿವೆ. ಅವು ಸೂಕ್ತವಾದ ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಂದ ಸ್ವಯಂ ಚಾಲಿತವಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಹಜ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು. ಹೀಗಾಗಿ ಪಾವ್‌ಲವ್‌ನ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ ತೋರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು "ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ಅನುಬಂಧ" (respondent conditioning) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಜೀವಿಯ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಅನುಬಂಧಗಳು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿವೆ.

2. ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ಮತ್ತು ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ನಿರೂಪಿಸಲಾಗಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಊಹಿಸಬಹುದು ಆದರೆ ನೇರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿಲ್ಲ.

3. ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಸಂಭವಿಕೆ ಪ್ರಯೋಗಕಾರನ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನದ ಸಂಭವಿಕೆಯು ಜೀವಿಯ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯಿಂದಾಗಿ ಜೀವಿಯು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಯು ಪುನರ್ಬಲನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಕ್ರಿಯ ಪಾತ್ರ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

4. ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಬಳಸಿದ ಪದಗಳು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿವೆ. ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ಪುನರ್ಬಲನ ಪದವನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ ಎರಡು ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಇದು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಪಾತ್ರ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪುನರ್ಬಲನದ ಜೊತೆ ನಿಕಟವಾದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹಣ, ಹೊಗಳಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ. ಇಲ್ಲಿ ಹಣವು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಅಥವಾ ದೈಹಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳ ಈಡೇರಿಕೆಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಹಣವು ದ್ವಿತೀಯ ಪುನರ್ಬಲನವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಣದಿಂದ ಬಟ್ಟೆ, ಮನೆ ಹೀಗೆ ಅನೇಕ ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂಬ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಇದು ದ್ವಿತೀಯ ಪುನರ್ಬಲನವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿಲೋಪನ (Extinction)

ಜೀವಿಯು ಸರಿಯಾದ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತೋರುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನವನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯುವುದು ಆ ವರ್ತನೆಯ ವಿಲೋಪನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನವಿಲ್ಲದೆ ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದವನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕೊಟ್ಟಾಗ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ (ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವುದು) ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಸ್ಕಿನ್ನರ್‌ನ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇಲಿಯು ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿದಾಗ ಆಹಾರ ದೊರೆಯದೆ ಹೋದರೆ ಕ್ರಮೇಣ ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಒತ್ತುವ ಕ್ರಿಯೆ ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಪುನರ್ಬಲನದ ಅಭಾವದಿಂದ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಕಾಣೆಯಾಗುವುದಕ್ಕೆ ವಿಲೋಪನ ಎಂದು ಹೆಸರು.

ಕಲಿಕೆಯು ವಿಲೋಪನಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು (resistance to extinction) ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಕಲಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗೆ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡದಿದ್ದರೂ ಜೀವಿಯು ಸ್ವಲ್ಪಕಾಲ ಅದೇ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಹಲವು ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡದೆ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಾ, ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಕಲಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ವಿಲೋಪನಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಅನೇಕ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ.

ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಿದ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ವಿಲೋಪನದ ಪ್ರತಿರೋಧ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಲಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಸ್ಥಿರವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ದೃಢತೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದಂತೆ ವಿಲೋಪನದ ಪ್ರತಿರೋಧ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ತದನಂತರ ಪುನರ್ಬಲನದ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಹೆಚ್ಚಳವು ವಿಲೋಪನದ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತಿಳಿಸಿವೆ.

ಕಲಿಕೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನವನ್ನು ವಿಳಂಬವಾಗಿ ನೀಡಿದರೆ ವಿಲೋಪನದ ಪ್ರತಿರೋಧ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಸಲ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಿದಾಗ ಕಲಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ವಿಲೋಪನಕ್ಕೆ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಕೂಲವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗೆ ಭಾಗಶಃ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಿದರೆ ಕಲಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ವಿಲೋಪನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣ ಮತ್ತು ವಿಭೇದ (Generalization and Discrimination)

ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣ ಮತ್ತು ವಿಭೇದ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಸಿಗುವುದು. ಜೀವಿಯು ಅನುಬಂಧಿತ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ (ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದ) ಅನುಬಂಧದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ (ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವುದು) ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 5.2 ಕಲಿತ ಅಸಹಾಯಕತೆ

ಇದೊಂದು ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ವಿದ್ಯಾಮಾನವಾಗಿದೆ. ಇದು ಎರಡು ರೀತಿಯ ಅನುಬಂಧಗಳ ನಡುವಿನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವಾಗಿದೆ. ಕಲಿತ ಅಸಹಾಯಕತೆಯು ಖಿನ್ನತೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಲು ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿದ್ಯಾಮಾನವನ್ನು ಸಲ್ಲಿಗ್ಮನ್ ಮತ್ತು ಮೇಯರ್ – ನಾಯಿಗಳ ಮೇಲೆ ಮಾಡಿದ ಪ್ರಯೋಗದ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಅವರು ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನಾಯಿಗಳಿಗೆ ಮೊದಲು ಶಬ್ದವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ನಂತರ ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸಿದರು. ಪ್ರಾಣಿಗೆ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಆಘಾತವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಯಾವುದೇ ಅವಕಾಶವಿರಲಿಲ್ಲ. ಇವುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟೊಟ್ಟಿಗೆ ಹಲವು ಬಾರಿ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಲಾಯಿತು. ನಂತರ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ನಾಯಿಗಳಿಗೆ ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸಲಾಯಿತು. ಇಲ್ಲಿ ನಾಯಿಗಳು ತಮ್ಮ ತಲೆಯನ್ನು ಗೋಡೆಗೆ ಒತ್ತುವ ಮೂಲಕ ಆಘಾತದಿಂದ ಪಾರಾಗಬಹುದಿತ್ತು. ಪಾವ್‌ಲವ್‌ನ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ ನಂತರ ನಾಯಿಯು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಫಲವಾಯಿತು. ನಾಯಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿತು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲಿಲ್ಲ. ಈ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಕಲಿತ ಅಸಹಾಯಕತೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಯಿತು.

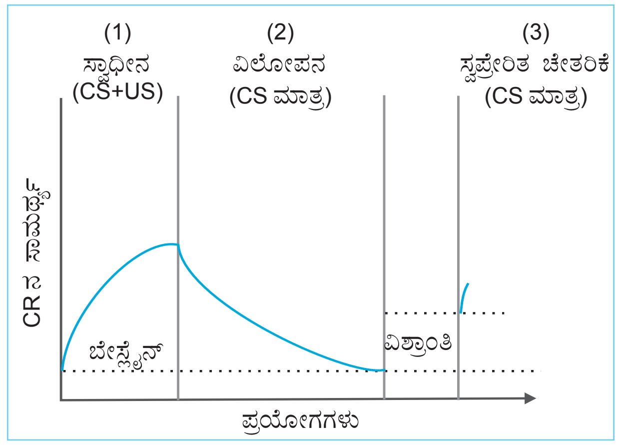
ಈ ವಿದ್ಯಾಮಾನವು ಮಾನವರಲ್ಲಿಯೂ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರ ವೈಫಲ್ಯತೆಯು ಕಲಿತ ಅಸಹಾಯಕತೆಯ ಸಂಭವನೀಯತೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ವೈಫಲ್ಯದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಎರಡನೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಮೊದಲ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವ ಮೊದಲು ವಿದ್ಯುತ್ ಆಘಾತವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಮಾಡುವ ನಿರಂತರ ಪ್ರಯತ್ನದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅವರ ಕಲಿತ ಅಸಹಾಯಕತೆಯನ್ನು ಅಳೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿರಂತರ ವೈಫಲ್ಯವು ಕಳಪೆ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅಸಹಾಯಕತೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ನಿರಂತರ ಖಿನ್ನತೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, 'ಕಲಿತ ಅಸಹಾಯಕತೆ' ಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹಲವಾರು ಅಧ್ಯಯನಗಳಿಂದ ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.

ಅನುಬಂಧಗೊಂಡನಂತರ ಸಾಮ್ಯವುಳ್ಳ ಇತರ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಗೂ ಸಹ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ತೋರುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದ ನಾಯಿಯು ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದದಂತೆ ಇರುವ ಇತರ ಶಬ್ದಗಳಿಗೂ ಸಹ ಅದೇ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪಾವ್‌ಲವ್ ತೋರಿಸಿದನು. ಇದೇ ರೀತಿ ತಾಯಿಯ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಲು ಬಯಸುವ ಮಗು ತಾಯಿ ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಲು ಬಚ್ಚಿಟ್ಟ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜಾರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ. ಈಗ, ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ವಿಭಿನ್ನ ಗಾತ್ರ ಮತ್ತು ಆಕಾರದ ಮತ್ತೊಂದು ಜಾರಿನಲ್ಲಿ ಅಡುಗೆ ಮನೆಯ ಬೇರೆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಯ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮಗು ಈ ವಿಭಿನ್ನ ಜಾರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣದ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ವಿಭೇದ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣ ಹೋಲಿಕೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ವಿಭೇದ ವ್ಯತ್ಯಾಸದಿಂದಾಗಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಉದ್ದನೆಯ ಮೀಸೆ ಮತ್ತು ಕಪ್ಪು ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿರುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಂಡು ಭಯ ಪಟ್ಟ ಮಗು ಮುಂದೆ ಗಡ್ಡವಿರುವ ಕಪ್ಪು ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಧರಿಸುವ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದಾಗಲೂ ಭಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಭಯವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಮತ್ತೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಮಗು ಬೂದು ಬಣ್ಣದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿರುವ ಮತ್ತು ಗಡ್ಡ ಮೀಸೆ ಬೋಳಿಸಿದ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಅಪರಿಚಿತ ನನ್ನು ನೋಡಿ ಯಾವುದೇ ಭಯವನ್ನು ತೋರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಪ್ರಚೋದನ ವಿಭೇದಕ್ಕೆ ಒಂದು ನಿದರ್ಶನವೆನ್ನಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣದ ಸಂಭವಿಸುವಿಕೆಯು ವಿಭೇದದ ವೈಫಲ್ಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ವಿಭೇದಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ವಿಭೇದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಅಥವಾ ಜೀವಿಯ ವಿಭೇದದ ಕಲಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ ಚೇತರಿಕೆ (Spontaneous Recovery)

ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಲೋಪನದಿಂದಾಗಿ ಜೀವಿಯು ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡಲು ಮರೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದ ನಂತರ ಜೀವಿಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಪ್ರಯೋಗಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸಿದಾಗ ಗಂಟೆಯ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ (ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ) ಮತ್ತೆ ಅದೇ ರೀತಿಯ ಜೊಲ್ಲು ಸುರಿಸುವಿಕೆಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಕಲಿತ ವರ್ತನೆ ಪುನಃ ಮರುಕಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ ಚೇತರಿಕೆ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಸ್ವಪ್ರೇರಿತ ಚೇತರಿಕೆಯ ಪ್ರಮಾಣವು ವಿಲೋಪನ ಅವಧಿಯ ನಂತರ ಕಳೆದು ಹೋದ ಸಮಯದ ಅವಧಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ವಿಲೋಪನದ ನಂತರದ ಅವಧಿಯು (ಕಾಲವು) ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ ಚೇತರಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ರ 5.3 ಸ್ವಪ್ರೇರಿತ ಚೇತರಿಕೆಯ ವಿದ್ಯಾಮಾನವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.



ಚಿತ್ರ 5.3 ಸ್ವಪ್ರೇರಿತ ಚೇತರಿಕೆಯ ವಿದ್ಯಮಾನ

ನೋಡಿ ಕಲಿಯುವುದು (ಅವಲೋಕನ ಕಲಿಕೆ) ಅಥವಾ ಅನುಕರಣ ಕಲಿಕೆ (Observational Learning)

ಕಲಿಕೆಯ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಧವು ಇತರರನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಮೊದಲು ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕರಣೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಬಂಡೂರ ಮತ್ತು ಅವರ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಾನವರು ಸಾಮಾಜಿಕ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಲಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿಯದೆ ಇತರರನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅನುಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಮಾಡೆಲಿಂಗ್ (ಮಾದರಿ) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅವಲೋಕನ ಕಲಿಕೆಯ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿವೆ. ಫ್ಯಾಶನ್ ವಿನ್ಯಾಸಕರು ವಿವಿಧ ವಿನ್ಯಾಸಗಳ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು ಎತ್ತರವಾದ ಸುಂದರ ಯುವತಿ ಹಾಗೂ ಎತ್ತರವಾದ ಸದೃಢ ದೇಹವುಳ್ಳ ಯುವಕರನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ದೂರದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿನ ಜಾಹೀರಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಜನರು ಇವರನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿ ಅನುಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ತಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ನಂತರ ಅವರ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಹೊಸ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಅನುಕರಿಸಿಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಅವಲೋಕನ ಕಲಿಕೆಯ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಬಂಡೂರ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಇವನು ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದರಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಐದು ನಿಮಿಷದ ಚಲನಚಿತ್ರವನ್ನು ತೋರಿಸಿದನು. ಈ ಚಲನಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಗಾತ್ರದ ಬೋಬೊ ಗೊಂಬೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವಾರು ಆಟಿಕೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಈಗ ಒಬ್ಬ ವಯಸ್ಕ ಹುಡುಗ ಕೋಣೆ ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಸುತ್ತಲು ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಹುಡುಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಟಿಕೆಗಳ ಕಡೆಗೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಬೋಬೊ ಗೊಂಬೆಯ ಕಡೆಗೆ ಅಕ್ರಮಣಕಾರಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಗೊಂಬೆಗೆ ಹೊಡೆಯುತ್ತಾನೆ, ಅದನ್ನು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಎಸೆಯುತ್ತಾನೆ, ಮತ್ತು ಅದರ

ಮೇಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಈ ಚಲನಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಆವೃತ್ತಿಗಳಿವೆ. ಒಂದನೇ ಆವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಗುಂಪು ಹುಡುಗ ಗೊಂಬೆಯ ಮೇಲೆ ಅಕ್ರಮಣಕಾರಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಿದಾಗ ವಯಸ್ಕರಿಂದ ಬಹುಮಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರಶಂಸೆ ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಎರಡನೇ ಆವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಗುಂಪಿನ ಮಕ್ಕಳು ಹುಡುಗನ ಅಕ್ರಮಣಕಾರಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಮೂರನೇ ಆವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮೂರನೇ ಗುಂಪಿನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹುಡುಗ ಅಕ್ರಮಣಕಾರಿ ವರ್ತನೆ ತೋರಿಸಿದಾಗ, ಹುಡುಗನು ಪ್ರಶಂಸೆಯಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಶಿಕ್ಷೆಯಾಗಲಿ ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಲನಚಿತ್ರದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆವೃತ್ತಿಯನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದ ನಂತರ ಎಲ್ಲಾ ಮೂರು ಗುಂಪುಗಳ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅದೇ ರೀತಿ ಆಟಿಕೆಯುಳ್ಳ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲಾಯಿತು ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಆಟಿಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಆಟವಾಡಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಲಾಯಿತು. ಈ ಗುಂಪುಗಳ ಮಕ್ಕಳ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಗಮನಿಸಲಾಯಿತು. ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ವರ್ತನೆಗೆ ಪ್ರಶಂಸೆ ಪಡೆದ ಚಲನಚಿತ್ರ ಆವೃತ್ತಿಯನ್ನು ನೋಡಿದ ಮಕ್ಕಳು ಹೆಚ್ಚು, ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಿದರು. ಹಾಗೆಯೇ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸಿದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ನೋಡಿದ ಮಕ್ಕಳು ಕನಿಷ್ಠ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಹೀಗಾಗಿ ಅವಲೋಕನ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವೀಕ್ಷಕರು ಮಾದರಿಯ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ವೀಕ್ಷಕರ ಆ ವರ್ತನೆ ಅದರ ಪ್ರತಿಫಲ ಅಥವಾ ಶಿಕ್ಷೆಯಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಾರಂಭಗಳಲ್ಲಿ ವಯಸ್ಕರ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು. ಅವರು ವಯಸ್ಕರನ್ನು ತಮ್ಮ ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಅಭಿನಯಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವಯಸ್ಕರನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಮತ್ತು ಅನುಕರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಧರಿಸುವ ವಿಧಾನ, ಕೂದಲನ್ನು ಬಾಚುವುದು ಮತ್ತು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ನಡತೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಇತರರನ್ನು ಗಮನಿಸುವ ಮೂಲಕ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ವಿವಿಧ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಅನುಕರಣ ಕಲಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ವಿಧಾನದ ಮೂಲಕ ಆಕ್ರಮಣಶೀಲತೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಳಕಳಿ, ಸಭ್ಯತೆ, ಆಲಸ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 5.2

ನೀವು ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವ ನಾಲ್ಕೈದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಾಗದದ ಹಾಳೆಯಿಂದ ದೋಣಿ ತಯಾರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ತೋರಿಸಿ. ಇದನ್ನು ಎರಡು ಮೂರು ಬಾರಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಸಿ ಹಾಗೂ ಕಲಿಸುವಾಗ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಹೇಳಿ, ನಂತರ ಮಕ್ಕಳ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕಾಗದದ ಹಾಳೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಆಟಿಕೆಯ ದೋಣಿ ಮಾಡಲು ಹೇಳಬೇಕು. ಆಗ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಕ್ಕಳು ಆಟಿಕೆಯ ದೋಣಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಬಹುದು.

ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆ (Cognitive Learning)

ಕೆಲವು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅದರ ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಮತ್ತು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯು ಪ್ರಚೋದನೆ-ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ (S.R) ಮತ್ತು ಪ್ರಚೋದನೆ ಪ್ರಚೋದನೆ (S.S) ಸಂಪರ್ಕಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕಲಿಕೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುವವನು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಅವನಿಗೆ ಏನು ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂಬುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯು ಅಂತರ್ ದೃಷ್ಟಿ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಸುಪ್ತ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಲು ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಅಂತರ್‌ದೃಷ್ಟಿ ಕಲಿಕೆ (Insight Learning)

ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಥಟ್ಟನೆ ಹೊಳೆಯುದಕ್ಕೆ ಅಂತರ್‌ದೃಷ್ಟಿ ಕಲಿಕೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಿಡಿಸಲು ದೀರ್ಘಕಾಲ ಯೋಚಿಸಿ ತಲೆ ಕೆಡಿಸಿಕೊಂಡರು ಪರಿಹಾರ ದೊರೆಯದಿದ್ದಾಗ ತಟ್ಟನೆ ಪರಿಹಾರ ಹೊಳೆದು, ಆಹಾ! ಪರಿಹಾರ ಹೊಳೆಯಿತು! ಎಂದು ಹರ್ಷೋದ್ಗಾರ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ಕೋಲ್ಹರ್ ಅಂತರ್‌ದೃಷ್ಟಿ ಕಲಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆದನು.

ವುಲ್ಫ್‌ಗಂಗ್ ಕೋಲ್ಹರನು ಅಂತರ್‌ದೃಷ್ಟಿ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸಿದನು. ಇವನು ಚಿಂಪಾಂಜಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದನು. ಚಿಂಪಾಂಜಿಯನ್ನು ಒಂದು ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟು ಕೊಠಡಿಯ ಮೇಲ್ಛಾವಣೆಗೆ ಒಂದು ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿನ ಗೊನೆಯನ್ನು ತೂಗಿ ಬಿಟ್ಟನು. ಆ ಕೊಠಡಿಯೊಳಗೆ ಕೆಲವು ಖಾಲಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕೋಲುಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟಿದ್ದನು. ಚಿಂಪಾಂಜಿಗೆ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಪ್ರಿಯವಾದ್ದರಿಂದ ಹಣ್ಣು ಪಡೆಯಲು ಕೈ ಚಾಚಿತು. ಆದರೆ ಅದು ಕೈಗೆ ಎಟಕುವಂತಿರಲಿಲ್ಲ. ನಂತರ ಕೊಠಡಿಯನ್ನೆಲ್ಲಾ ಸುತ್ತು ಹಾಕಿತು. ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಯೋಚಿಸಿತು. ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿತು. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಏನೋ ಹೊಳೆದಂತಾಗಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳನ್ನು ತಂದು ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದು ಜೋಡಿಸಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ನಿಂತು ಹಣ್ಣಿಗಾಗಿ ಕೈ ಚಾಚಿತು. ಹಣ್ಣು, ಇನ್ನೂ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿತ್ತು. ಮತ್ತೆ ಯೋಚಿಸಿತು. ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಪರಿಶೀಲಿಸಿತು. ಆಗ ಕೋಲುಗಳು ಕಂಡವು. ಕೆಳಗಿಳಿದು ಬಂದು ಕೋಲುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಹತ್ತಿ ಹಣ್ಣು ಪಡೆಯುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಯಿತು.

ಇಲ್ಲಿ ಚಿಂಪಾಂಜಿ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿದ್ದು (ಹಣ್ಣು ಪಡೆದದ್ದು) ಪ್ರಯತ್ನ-ದೋಷ ವಿಧಾನದಿಂದ ಅಲ್ಲ ಬದಲಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ್ದರಿಂದ ಅದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ತಟ್ಟನೆ ಹೊಳೆಯಿತು. ಇದನ್ನು ಅಂತರ್‌ದೃಷ್ಟಿ ಕಲಿಕೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದನು. ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ, ನಿಯಮವು ತಟ್ಟನೆ ಪರಿಹಾರ ಹೊಳೆಯುವುದಾಗಿದೆ. ಪರಿಹಾರವೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಿದಾಗ, ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯು ಪ್ರಚೋದನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ನಡುವಿನ ಅನುಬಂಧದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಇದು ವಿಧಾನ ಮತ್ತು ಅಂತ್ಯದ ನಡುವಿನ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಸಂಬಂಧವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದೆ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅಂತರ್‌ದೃಷ್ಟಿ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಇತರ ಸಾಮ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಿಸಬಹುದು.

ಸುಪ್ತ ಕಲಿಕೆ (Latent Learning)

ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿಯ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಸುಪ್ತ ಕಲಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಕಲಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಪುನರ್ಬಲನ ಒದಗಿಸುವವರೆಗೆ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಟೋಲ್ಮನ್ ಸುಪ್ತ ಕಲಿಕೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗೆ ಆರಂಭಿಕ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಿದವನು. ಇದನ್ನು ನಾವು ಅವರ ಪ್ರಯೋಗದ ಮೂಲಕ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಟೋಲ್ಮನ್‌ರವರು ಇಲಿಗಳ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಒಂದು ವ್ಯೂಹದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಗೆ ವ್ಯೂಹವನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ಇಲಿಗಳು ವ್ಯೂಹದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡವು ಮತ್ತು ಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ ಅದನ್ನು ಪಡೆಯುವ ದಾರಿಯನ್ನು ಕಲಿತವು. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಎರಡನೇ ಗುಂಪಿನ ಇಲಿಗಳಿಗೆ ಮೊದಲಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿಫಲ (ಆಹಾರ) ನೀಡಲಾಗಿಲ್ಲ ಹಾಗಾಗಿ ಅವು ಕಲಿಕೆಯ ಯಾವುದೇ ಸ್ಪಷ್ಟ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಈ ಇಲಿಗಳ ಗುಂಪಿಗೆ ಪುನರ್ಬಲನ (ಆಹಾರ) ನೀಡಿದಾಗ ಅವು ಪ್ರತಿಫಲ ಸಿಕ್ಕಿದ ಗುಂಪಿನ ಇಲಿಗಳಂತೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ವ್ಯೂಹದಲ್ಲಿ ಓಡಿದವು.

ಟೋಲ್ಮನ್‌ರವರ ವಾದದ ಪ್ರಕಾರ ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಫಲ ಸಿಗದ ಇಲಿಗಳ ಗುಂಪು ವ್ಯೂಹದ ವಿನ್ಯಾಸವನ್ನು ಮೊದಲೇ ಕಲಿತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಪುನರ್ಬಲನ ದೊರಕುವವರೆಗೆ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಇಲಿಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯೂಹದ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಅಂದರೆ ಅವು ಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗಗಳ ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಣವಿತ್ತು.

ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆ (Verbal Learning)

ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯು ಅನುಬಂಧದ ಕಲಿಕೆಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಇದು ಮಾನವರಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿದೆ. ನೀವು ಗಮನಿಸಿದಂತೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ವಸ್ತುಗಳ, ಘಟನೆಗಳ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಲಕ್ಷಣಗಳ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪದಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಪದಗಳು ನಂತರ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದುತ್ತವೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಹಲವಾರು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಧಾನವನ್ನು ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಸಂಬದ್ಧ ಉಚ್ಚರಾಂಶಗಳು, ಪರಿಚಿತ ಪದಗಳು, ಅಪರಿಚಿತವಲ್ಲದ ಪದಗಳು, (ಮಾದರಿ ಐಟಂಗಳಿಗಾಗಿ ಕೋಷ್ಟಕ 5.2ನ್ನು ನೋಡಿ) ವಾಕ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ಯಾರ (ಪರಿಚ್ಛೇದ) ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ವಿಧಾನಗಳು (Methods used in Studying Verbal Learning)

1. ಜೋಡಿ ಸಹಚರ್ಯ ಕಲಿಕೆ : (Paired -Associates Learning)

ಈ ವಿಧಾನವು ಪ್ರಚೋದನ–ಪ್ರಚೋದನ (S - S) ಅನುಬಂಧ ಮತ್ತು ಪ್ರಚೋದನಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ (S - R) ಕಲಿಕೆಯಂತೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಮಾತೃಭಾಷೆಯ ಪದಗಳಿಗೆ ಸಮಾನವಾದ ಕೆಲವು ವಿದೇಶಿ ಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಇದನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಜೋಡಿ ಸಹವರ್ತಿಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಜೋಡಿಯ ಮೊದಲ ಪದವನ್ನು ಪ್ರಚೋದನೆಯಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಎರಡನೇ ಪದವನ್ನು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಜೋಡಿಯ ಪದಗಳು ಒಂದೇ ಭಾಷೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಎರಡು ವಿಭಿನ್ನ ಭಾಷೆಗಳಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕೋಷ್ಟಕ 5.3ರಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ಜೋಡಿಗಳ ಮೊದಲ ಪದ (ಪ್ರಚೋದಕ ಪದ) ಅಸಂಬದ್ಧ ಉಚ್ಚಾರಾಂಶಗಳು (ವ್ಯಂಜನ – ಸ್ವರ –ವ್ಯಂಜನ) ಮತ್ತು ಎರಡನೆಯ ಪದ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ನಾಮಪದಗಳು (ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪದ). ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ

ಕೋಷ್ಟಕ ಸಂಖ್ಯೆ 5.2 ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾದ ವಸ್ತುಗಳ ಮಾದರಿ ಪಟ್ಟಿಗಳು

ಅಸಂಬದ್ಧ ಉಚ್ಚಾರಾಂಶಗಳು	ಅಪರಿಚಿತ ಪದಗಳು	ಪರಿಚಿತ ಪದಗಳು
YOL	ZILCH	BOAT
RUV	PLUMB	NOSE
TOJ	VERVE	KNOW
LIN	BLOUT	GOAL
LUF	THILL	BOWL
GOW	SCOFF	LOAD
NOK	TENOR	FEET
RIC	WRACK	MEET
NEZ	BOUGH	TENT
TAM	MALVE	FOAM
SUK	PATTER	TALE
KOZ	MANSE	JOKE
GUD	KYDRA	MALE
MUP	BORGE	BALM
KUG	DEVEN	SOLE

ಮೊದಲು ಎರಡು ಪ್ರಚೋದಕ – ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಜೋಡಿಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ಪ್ರಚೋದಕ ಪದದ ಪ್ರಸ್ತುತಿಯ ನಂತರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಲು ಸೂಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರ ನಂತರ ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ. ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಪ್ರಚೋದಕ ಪದಗಳನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಸರಿಯಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪದವನ್ನು ನೀಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಯು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪದವನ್ನು ನೀಡಲು ವಿಫಲವಾದರೆ ಅವನಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಪದವನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಚೋದಕ ಪದಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಒಂದೂ ದೋಷವಿಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯ ಪದಗಳನ್ನು ನೀಡುವವರೆಗೆ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತವೆ. ಮಾನದಂಡವನ್ನು ತಲುಪಲು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಒಟ್ಟು ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಜೋಡಿ –ಸಹವರ್ತಿ ಕಲಿಕೆಯ ಅಳತೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

2. ಸರಣಿ ಕಲಿಕೆ : (Serial Learning)

ಈ ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಶಾಬ್ದಿಕ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಶಾಬ್ದಿಕ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಗಳು ಅಂದರೆ ಅರ್ಥರಹಿತ ಉಚ್ಚರಾಂಶಗಳು, ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಚಿತ ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ ಪರಿಚಿತ ಪದಗಳು, ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಪದಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪದಗಳನ್ನು ಅದೇ ಸರಣಿ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯೋಗದ ಮೊದಲ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಪಟ್ಟಿಯ ಮೊದಲ ಪದವನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಎರಡನೇ ಪದವನ್ನು ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪದವನ್ನು ನೀಡಲು ವಿಫಲವಾದರೆ, ಪ್ರಯೋಗಕಾರನು ಎರಡನೇ ಪದವನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುತ್ತಾನೆ. ಈಗ ಈ ಪದವು ಪ್ರಚೋದನೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಇದರ ಮೂಲಕ ಮೂರನೇ ಪದವನ್ನು ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈಗ ಅವರು ಪದವನ್ನು ನೀಡಲು ವಿಫಲವಾದರೆ ಪ್ರಯೋಗಕಾರನು ಸರಿಯಾದ ಪದವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ ಹಾಗೂ ಅದು ನಾಲ್ಕನೇ ಪದಕ್ಕೆ ಪ್ರಚೋದಕ ಪದವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಸರಣಿ ನಿರೀಕ್ಷೆ ವಿಧಾನ (serial anticipation method) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಪದಗಳನ್ನು ನೀಡುವವರೆಗೆ ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಯೋಗವು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

3. ಮುಕ್ತ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ : (Free Recall)

ಈ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತ ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಅವರು ಓದುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿ ಪದವನ್ನು ನಿಗದಿತ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ಅವರು ಯಾವುದೇ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪದಗಳನ್ನು ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಪಡಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಪದಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಇದರಲ್ಲಿ ಹತ್ತಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪದಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪದಗಳ ಪ್ರಸ್ತುತಿಯ ಕ್ರಮವು ಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ಪ್ರಯೋಗಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಪದಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಘಟಿಸಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಪಟ್ಟಿಗಳ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲಾದ ಪದಗಳು ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿದ್ದ ಪದಗಳಿಗಿಂತ ಸುಲಭವಾಗಿ ನೆನಪಿಡಬಹುದಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿದ್ದ ಪದಗಳನ್ನು ಪುನಃ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಲು ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟ.

ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ನಿರ್ಧಾರಕಗಳು (Determinants of Verbal Learning)

ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳಿಗೆ ಒಳಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಕಲಿಕೆಯು ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಈ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸೂಚಿಸಿವೆ. ಕಲಿಯಬೇಕಾದ ಶಾಬ್ದಿಕ ವಸ್ತುಗಳ ವಿಭಿನ್ನವಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಈ ಕಲಿಕೆಯ ನಿರ್ಧಾರಕ ಅಂಶಗಳಾಗಿವೆ. ಅವು ಕಲಿಯಬೇಕಾದ ಪದಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಪದಗಳ ಅರ್ಥವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ವಸ್ತುಗಳ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಹಲವಾರು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಅಳೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಪದಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ, ಪದಗಳ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಪದೇ ಪದೇ ಪದಗಳ ಬಳಕೆ (ಪದಗಳ ಆವರ್ತನ), ಪದಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನ ಪದಗಳ ಮೇಲೆ ಮುಂದಿನ ಪದದ ಅವಲಂಬನೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಪದಗಳ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಅಳೆಯಲು (ನಿರ್ಣಯಿಸಲು) ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಸಂಬದ್ಧ ಉಚ್ಚಾರಾಂಶಗಳ ಪಟ್ಟಿಗಳು ವಿವಿಧ ಹಂತದ ಸಹಚರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿವೆ. ಅರ್ಥರಹಿತ ಪದಗಳನ್ನು ಅದೇ ಸಹಚರ್ಯ ಹೊಂದಿರುವ ಪಟ್ಟಿಯಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಸಂಶೋಧನೆಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣವನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಕೆಳಗಿನ ಪದಗಳ ಹೆಚ್ಚಳ, ಕಡಿಮೆ ಸಂಯೋಜಿತ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಪದಗಳು ಅಥವಾ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪದಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧಗಳ ಕೊರತೆ ಇವುಗಳಿಂದ ಕಲಿಕೆಯ ಸಮಯ (ಕಾಲ) ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ ಸಂಖ್ಯೆ 5.3 ಜೋಡಿ ಸಹವರ್ತ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾದ ಪ್ರಚೋದಕ-ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಜೋಡಿಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳು

ಪ್ರಚೋದಕ–ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ	ಪ್ರಚೋದಕ–ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ
GEN – LOOT	LUR – ROOF
BEM – TIME	RUL – GOLD
DIV – LAMP	VAK – HILL
WUF – DEER	KER – NAME
JIT – LION	HOZ – GOAT
DAX – COAL	MUW – BULL

ಕಲಿಯಲು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಂತೆ ಕಲಿಕೆಯು ಬಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು 'ಒಟ್ಟು ಸಮಯದ ತತ್ವ' ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ.

ನಿಗದಿತ ಪದಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಈ ತತ್ವವು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಸಮಯವನ್ನು ವಿಭಜಿಸಿರುವ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಲೆಕ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಕಲಿಯಲು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಂತೆ ಕಲಿಕೆಯು ಬಲವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸರಣಿ ಕಲಿಕೆಯ ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ನಿರ್ಬಂಧಿಸದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಪದಗಳನ್ನು ಯಾವುದೇ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪುನಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಲು ಅನುಮತಿಸಿದರೆ ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆ ಸಂಘಟಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮುಕ್ತ ಪುನಃಸ್ಮರಣ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಪದಗಳನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನೆನಪಿಡದೆ ಅದನ್ನು ಯಾವುದೇ ಹೊಸ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನೆನಪಲ್ಲಿ ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಬೌಸ್ಫೀಲ್ಡ್ ಎಂಬುವವನು ಇದನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಮೊದಲು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟವನು. ಅವನು 60 ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮಾಡಿದನು. ಈ ಪಟ್ಟಿಯ ಪದಗಳನ್ನು ಹೆಸರು, ಪ್ರಾಣಿಗಳು, ವೃತ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳು ಎಂಬ ಈ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಗಗಳಿಂದ, ಪ್ರತಿ ವರ್ಗದಿಂದ 15 ಪದಗಳಂತೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಈ ಪದಗಳನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಯಾದೃಚ್ಛಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾಯಿತು. ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಅವುಗಳನ್ನು ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ ಪುನಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಿದರು. ಅವನು ಇದನ್ನು ವರ್ಗ/ಗುಂಪುಗಳ ಸಮೂಹ ಎಂದು ಕರೆದನು. ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಪದಗಳನ್ನು ಯಾದೃಚ್ಛಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದರೂ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಅವುಗಳನ್ನು ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿದ್ದರು. ಇಲ್ಲಿ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯ ಸ್ವರೂಪದಿಂದಾಗಿ ವರ್ಗ/ಗುಂಪುಗಳ ಸಮೂಹ ಸಂಭವಿಸಿದೆ. ಮುಕ್ತ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಘಟನೆಯು ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಗಮನಿಸಲಾಗಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಸಂಘಟನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಪದಗಳನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಘಟಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪದಗಳ ಕೆಲವು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಕಲಿಯಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ಎರಡು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪದಗಳು ಪ್ರಾಸವಾಗಿದೆಯೋ, ಒಂದೇ ರೀತಿ ಅಕ್ಷರಗಳಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಒಂದೇ ಸ್ವರಗಳಿದೆಯೋ ಮುಂತಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಸಂಗಿಕವಾಗಿದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 5.3

ಕೆಳಗಿನ ಪದಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಓದಲು ಹೇಳಿ. ಎರಡು ಸಲ ಓದಿದ ನಂತರ ಪದಗಳನ್ನು ಯಾವ ಕ್ರಮದಲ್ಲಾದರೂ ಬರೆಯಲು ಹೇಳಿ: ಪುಸ್ತಕ, ಕೋಟ್, ಪೇಪರ್, ಪೆನ್ಸಿಲ್, ಜೀವನ, ಅಕ್ಕಿ, ಮೊಸರು, ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರ, ಸಿಹಿ, ಆಲೂಗಡ್ಡೆ, ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್, ಮಫ್ಲರ್ ಮತ್ತು ಗದ್ಯ. ಪದಗಳ ಪ್ರಸ್ತುತಿಯ ನಂತರ ಪ್ರಸ್ತುತಿಯ ಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಅವರು ಓದಿದ ಪದಗಳನ್ನು ಬರೆಯಲು ಹೇಳಿ. ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಿದ ಪದಗಳು ಯಾವ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ.

ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಕೆ (Skill Learning)

ಕೌಶಲ್ಯಗಳ ಸ್ವರೂಪ (Nature of Skills)

ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಕೆಲವು ಸಂಕೀರ್ಣ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸರಾಗವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕಾರು, ವಿಮಾನ, ಹಡಗು ಚಾಲನೆ, ಶೀಘ್ರ ಲಿಪಿ ಹಾಗೂ ಬರೆಯುವ ಮತ್ತು ಓದುವಿಕೆಯ ಕೌಶಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಉದಾಹರಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಅಂತಹ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಕಲಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಗ್ರಹಿಕೆ–ಕ್ರಿಯಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸರಣಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಚೋದನೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಅನುಕ್ರಮವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಕೌಶಲ್ಯ ಸ್ವಾಧೀನತೆಯ ಹಂತಗಳು (Phases of Skill Acquisition)

ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಕೆಯು ಹಲವಾರು ಗುಣಾತ್ಮಕ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಒಬ್ಬರ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯು ಸುಗಮವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಯಲು ಬೇಕಾಗುವ ಶ್ರಮ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಇದು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಅಥವಾ ಸ್ವಯಂ ಚಾಲಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕಲಿಕೆಯು ಒಂದು ಹಂತದಿಂದ ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದಿದ್ದಾಗ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಮಟ್ಟವು ಸ್ಥಿರವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಪ್ರಸ್ಥಭೂಮಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಂದಿನ ಹಂತವು ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ನಂತರ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಸುಧಾರಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಮಟ್ಟವು ಏರಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೌಶಲ್ಯ ಸ್ವಾಧೀನತೆಯ ಹಂತಗಳ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಫಿಟ್ಸ್‌ರವರ ಸಿದ್ಧಾಂತದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು. ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಕೆ ಮೂರು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ, ಸಹಾಯಕ ಮತ್ತು ಸ್ವಾಯತ್ತ ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತವು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಕೆಯ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುವವರು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಹೇಗೆ

ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಬಾಹ್ಯ ಸಂಕೇತ, ಸೂಚನಾ ಬೇಡಿಕೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನದ ಮೇಲೆ ಕನಿಷ್ಠ ಬೇಡಿಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯ ಪೂರ್ಣ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಸಹಾಯಕ–ಇದು ಎರಡನೇ ಹಂತವಾಗಿದೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಸಂವೇದನಾ ವಾಹಕ ಅಥವಾ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳ ಸೂಕ್ತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿವೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ದೋಷಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ, ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ನಿರಂತರ ಅಭ್ಯಾಸದೊಂದಿಗೆ ದೋಷ ರಹಿತ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುವವನು ಎಲ್ಲಾ ಸಂವೇದನಾ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯದ ಮೇಲೆ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಈಗ ಮೂರನೇ ಹಂತ ಅಂದರೆ ಸ್ವಾಯತ್ತ ಹಂತ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ಕ್ಷಮತೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮುಖ್ಯವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ . ಸಹಾಯಕ ಹಂತದ ಅವಧಾನ ಬೇಡಿಕೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ಅಂಶಗಳ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನದ ಮೇಲೆ ಕನಿಷ್ಠ ಬೇಡಿಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯ ಪೂರ್ಣ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಹಂತದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಹಂತಕ್ಕೆ ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಕೆಯ ಏಕೈಕ ಸಾಧನವೆಂದರೆ ಅಭ್ಯಾಸ. ನಿರಂತರ ಅಭ್ಯಾಸದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅಭ್ಯಾಸ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಸುಧಾರಣೆ ಕ್ರಮೇಣ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೋಷ ರಹಿತ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇದು ಕೌಶಲ್ಯದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅಭ್ಯಾಸವು ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುವ ಅಂಶಗಳು (Factors Facilitating Learning)

ಹಿಂದಿನ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ನಿರ್ಧಾರಕಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಅಂದರೆ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧನದಲ್ಲಿ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ (CS) ಮತ್ತು ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯ (US) ಸತತ ಪ್ರಸ್ತುತಿ ಸಂಖ್ಯೆ, ಪ್ರಮಾಣ ಹಾಗೂ ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನದ ವಿಳಂಬ, ಅವಲೋಕನ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಾದರಿಗಳ ಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಆಕರ್ಷಣೆ, ಪರಿಕಲ್ಪನ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯ ನಿಯಮಗಳ ಸ್ವರೂಪ ಹಾಗೂ ವಸ್ತು ಮತ್ತು ಘಟನೆಗಳ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು. ಈಗ ನಾವು ಕೆಲವು ಕಲಿಕೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿರ್ಧಾರಕಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸೋಣ. ಈ ಚರ್ಚೆ ಸಮಗ್ರವಾಗಿಲ್ಲ ಬದಲಿಗೆ ಇದು ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ನಿರಂತರ V/s ಭಾಗಶಃ ಪುನರ್ಬಲನ (Continuous V/s Partial Reinforcement)

ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಕಾರನು ನಿರ್ಧಿಷ್ಟ ಅನುಸೂಚಿಯ ಪ್ರಕಾರ ಪುನರ್ಬಲನವನ್ನು ನೀಡಲು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಕಲಿಕೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರ ಮತ್ತು ಭಾಗಶಃ ಎಂಬ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಅನುಸೂಚಿಗಳು ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾಗಿವೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ನಿರಂತರ ಪುನರ್ಬಲನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಸರಿಯಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ನಂತರ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಪುನರ್ಬಲನದ ಅನುಸೂಚಿಯು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಒಮ್ಮೆ ಪುನರ್ಬಲನವನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯಲ್ಪಟ್ಟರೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಬಹಳ ಬೇಗನೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಈ ಅನುಸೂಚಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಧೀನ ಪಡಿಸಿಕೊಂಡ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಯು ಪುನರ್ಬಲನ ಪಡೆದಿರುವುದರಿಂದ ಆ ಪುನರ್ಬಲನದ ಪರಿಣಾಮವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಕೆಲವು ಅನುಸೂಚಿಗಳಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನ ನಿರಂತರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಕೆಲವು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಪುನರ್ಬಲನವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಭಾಗಶಃ ಅಥವಾ ಮಧ್ಯಂತರ ಪುನರ್ಬಲನ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಧ್ಯಂತರ ಅನುಸೂಚಿಯ ಪ್ರಕಾರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು ಹಲವಾರು ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಭಾಗಶಃ ಪುನರ್ಬಲನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅನುಪಾತದ ಪ್ರಕಾರ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡಿದಾಗ ಅವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಸೂಚಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಯು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡದ ಹಲವಾರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪುನರ್ಬಲನವು ಯಾವಾಗ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸ್ಥಗಿತಗೊಂಡಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಯಾವಾಗ ವಿಳಂಬವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಪುನರ್ಬಲನವು ನಿರಂತರವಾದಾಗ ಅದು ಯಾವಾಗ ಸ್ಥಗಿತಗೊಂಡಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ವಿಲೋಪನಕ್ಕೆ ನಿರ್ಣಾಯಕವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ. ಭಾಗಶ: ಪುನರ್ಬಲನದಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಧೀನಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ವಿಲೋಪನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ನಿರೋಧಕ ವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಭಾಗಶಃ ಪುನರ್ಬಲನದ ಪರಿಣಾಮ (partial reinforcement effect) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರೇರಣೆ (Motivation)

ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳು ಬದುಕುಳಿಯುವ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಆದರೆ ಮಾನವರು ಈ ಅಗತ್ಯಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರೇರಣೆಯು ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಶಾರೀರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ. ಇದು ಜೀವಿಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವಂತೆ ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಪ್ರೇರಣೆಯು ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಕೆಲವು ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಹುರುಪಿನಿಂದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವವರೆಗೆ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವವರೆಗೆ ಇದು ನಡೆಯುತ್ತವೆ.

ಪ್ರೇರಣೆಯು ಕಲಿಕೆಗೆ ಪೂರ್ವ ಪ್ರೇಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ. ತಾಯಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವಾಗ ಮಗು ಅಡುಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಏಕೆ ತಿಂಡಿಯನ್ನು ಹುಡುಕಾಡುತ್ತದೆ? ಏಕೆಂದರೆ ಅವನಿಗೆ/ಅವಳಿಗೆ ತಿನ್ನಲು ಸಿಹಿತಿಂಡಿ ಬೇಕಿರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅವನು/ಅವಳು ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಇರಿಸಲಾಗಿರುವ ಜಾರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆಹಾರ ಹುಡುಕುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಗು ಜಾರ್ ಇರುವ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಹಸಿದ ಇಲಿಯನ್ನು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಣಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಸಂಗಿಕವಾಗಿ ಅದು ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಒತ್ತುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಅನುಭವದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾಣಿಯು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಒತ್ತುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ಹನ್ನೊಂದನೆ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಇತರ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಏಕೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಎಂದಾದರೂ ಕೇಳಿದ್ದೀರಾ? ನಿಮ್ಮ ಅಂತಿಮ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ

ಅಂಕಗಳೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತಮ ದರ್ಜೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತೀರ್ಣರಾಗಲು ನೀವು ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಪ್ರೇರಣೆ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಕಲಿಕೆಗಾಗಿ ನೀವು ಮಾಡುವ ಶ್ರಮ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರೇರಣೆ ಎರಡು ಮೂಲಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವಿರಿ ಏಕೆಂದರೆ ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸುತ್ತೀರಿ (ಆಂತರಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ) ಅಥವಾ ಅವು ನಿಮಗೆ ಸಾಧಿಸಲು ದಾರಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ (ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರೇರಣೆ).

ಕಲಿಕೆಗೆ ಸಿದ್ಧತೆ (Preparedness for Learning)

ವಿಭಿನ್ನ ಜೀವಿಗಳು ಸಂವೇದನಾಶೀಲತೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳೆಂದರೆ S-S ಅಥವಾ S-R. ಇದು ಒಂದು ಪ್ರಭೇದದ ಜೀವಿಯಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಭೇದದ ಜೀವಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಒಂದು ಜೀವಿಯು ಸುಲಭವಾಗಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಪ್ರಚೋದನೆ–ಪ್ರಚೋದನೆ (S-S) ಅಥವಾ ಪ್ರಚೋದನೆ–ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ (S-R) ಕಲಿಕೆಯ ವಿಧಗಳು ಅದು ಅನುವಂಶೀಯವಾಗಿ ಕೊಡಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಅಥವಾ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಲಾದ ಸಹಾಯಕ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತವೆ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯ ಸಹವರ್ತಿ ಕಲಿಕೆಯು ಮಂಗ ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಬೆಕ್ಕು ಮತ್ತು ಇಲಿಗಳಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟಕರ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದು. ಒಬ್ಬರು ಅನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಕಲಿಯಬಹುದು ಎಂದು ಇದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಸನ್ನದ್ಧತೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ನಿರಂತರತೆ ಅಥವಾ ಆಯಾಮದೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದರ ಒಂದು ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಜಾತಿಗಳ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಲಿಕೆಯ ಕಾರ್ಯಗಳು ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಆ ಸದಸ್ಯರು ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಗೆ ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಕಲಿಕೆಯ ಕಾರ್ಯಗಳು, ನಿರಂತರತೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯರು ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಸಿದ್ಧರಾದ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧರಿಲ್ಲದ ಕಾರ್ಯಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಅವರು ಬಹಳ ಕಷ್ಟದಿಂದ ಮತ್ತು ನಿರಂತರತೆಯಿಂದ ಮಾತ್ರ ಕಲಿಯಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಗಳು (Learning Disabilitie)

ಸಾವಿರಾರು ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ದಾಖಲಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿರಬಹುದು ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಓದಿರಬಹುದು. ಅವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಬೇಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಅಸಮರ್ಥರೆಂದುಕೊಂಡು ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಅರ್ಧದಲ್ಲಿ ಕೈಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಡ್ರಾಪ್ ಔಟ್ಸ್ (Drop outs) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂವೇದನಾ ದೌರ್ಬಲ್ಯ, ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯತೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅಡಚಣೆ, ಕುಟುಂಬದ ಆರ್ಥಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ನಂಬಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ರೂಢಿಗಳು ಹಾಗೂ ಇತರ ಪರಿಸರದ ಪ್ರಭಾವಗಳು ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳು. ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಹೊರತಾಗಿ, ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಅಡಚಣೆಯಾಗುವ ಮತ್ತೊಂದು ಮೂಲ ಕಾರಣ ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆ. ಈ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ತಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಷ್ಟಕರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇವರು ತಮ್ಮ ಕಲಿಕೆಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಯು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆ, ಓದುವುದು, ಬರೆಯುವುದು, ಮಾತನಾಡುವುದು, ವಿವೇಚನೆ ಹಾಗೂ ಗಣಿತದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿನ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಮೂಲ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಕೇಂದ್ರ ನರಮಂಡಲದ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇವು ದೈಹಿಕ ನ್ಯೂನತೆಗಳು, ಸಂವೇದನಾ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯತೆಯೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಅವುಗಳ ಸಂಯೋಗವಿಲ್ಲದೆಯೂ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು. ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ಸರಾಸರಿಯಿಂದ ಉನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯನ್ನು/ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಂವೇದನಾ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ವಿಕಲಾಂಗವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸದಿದ್ದರೆ, ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ವಾಭಿಮಾನ ವೃತ್ತಿ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮತ್ತು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀಳುತ್ತವೆ.

ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು : (Symptoms of Learning Disabilities)

ಈ ನ್ಯೂನತೆ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಅವರ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯು ಪ್ರೇರಣೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಗಾಗಿ ಪಡುವ ಕಠಿಣ ಶ್ರಮವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ವಿಭಿನ್ನ ಸಂಯೋಜನೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತವೆ.

1. ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು, ನುಡಿಗುಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಬರೆಯುವಾಗ, ಪಠ್ಯವನ್ನು ಓದುವಾಗ ಮತ್ತು ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಆಗಾಗ ತೊಂದರೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆಗಾಗ ಅವರು ಆಲಿಸುವ (ಕೇಳುವ) ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಶ್ರವಣದೋಷವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳು ಕಲಿಕೆಯ ತಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಇತರರಿಗಿಂತ ಬಹಳ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

2. ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಒಂದೇ ಕಡೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಕಷ್ಟಕರವಾಗುವುದು. ಅವರು ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ವಿಚಲಿತರಾಗುವರು ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೆ ಒಂದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅವಧಾನವನ್ನು (ಗಮನವನ್ನು) ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕೊರತೆಯು ಅತಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗೆ (ಹೈಪರ್ ಆಕ್ಟಿವಿಟಿ) ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ, ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ, ವಿಭಿನ್ನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ, ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ.

3. ಸಾಧಾರಣ ವ್ಯೋಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ (Poor space orientation) ಮತ್ತು ಸಮಯದ ಅಸಮರ್ಪಕ ಪ್ರಜ್ಞೆ (Inadequate sense of time) ಇವರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳಾಗಿವೆ. ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳು ಹೊಸ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಒಲವು ತೋರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿ ಮಗ್ನರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಸಮಯಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅವರ ದಿನನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಥವಾ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತುಂಬಾ ಮುಂದೆ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ದಿಕ್ಕನ್ನು ಗುರುತಿಸುವಲ್ಲಿ ಗೊಂದಲವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಬಲ, ಎಡ, ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಕೆಳಗೆ ಇವುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತಾರೆ.

4. ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಯ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸಾಧಾರಣ ಚಲನಾ ಸಮನ್ವಯತೆ (poor motor coordination) ಸಾಧಾರಣ ಸಂಜ್ಞಾನೈಪುಣ್ಯ (poor manual dexterity) ಇರುತ್ತದೆ. ಅವರು ಸಮತೋಲನದ ಕೊರತೆ, ಪೆನ್ಸಿಲನ್ನು ಹರಿತಗೊಳಿಸಲು ಅಸಮರ್ಥತೆ, ಬಾಗಿಲಿನ ಹಿಡಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಲು, ಸೈಕಲ್ ಸವಾರಿ ಕಲಿಯಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

5. ಈ ಮಕ್ಕಳು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಲು, ಮೌಖಿಕ ನಿರ್ದೇಶನಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅನುಸರಿಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ.

6. ಯಾವ ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಸ್ನೇಹಪರರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಯಾರು ಅಸಡ್ಡೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವಲ್ಲಿ ಅವರು ಅಸರ್ಮಪಕರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ದೇಹ ಭಾಷೆಯನ್ನು (body language) ಕಲಿಯಲು ಮತ್ತು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಫಲರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

7. ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಯ ಮಕ್ಕಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು (perceptual disorders) ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇವು ದೃಶ್ಯ, ಶ್ರವಣೇಂದ್ರಿಯ, ಚಾತುರ್ಯ ಮತ್ತು ಕೈನೆಸ್ಥೆಟಿಕ್ ತಪ್ಪು ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು. ಅವರು ದೂರವಾಣಿಯ ಕರೆಯಿಂದ ಕರೆಘಂಟೆಯನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲು ವಿಫಲರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಇಂದ್ರಿಯ ತೀಕ್ಷತೆ ಇಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲ ಅವರು ಅದನ್ನು ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ.

8. ಸಾಕಷ್ಟು ದೊಡ್ಡ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಕಲಿಕೆ ನ್ಯೂನತೆಯ ಮಕ್ಕಳು ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅಕ್ಷರ ಮತ್ತು ಪದಗಳನ್ನು ನಕಲು ಮಾಡಲು ಅವರು ಸಾಕಷ್ಟು ಬಾರಿ ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಅವರು b ಮತ್ತು d, p ಮತ್ತು q ಇವುಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಶಾಬ್ದಿಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲಾಗದು ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಪರಿಹಾರ ಬೋಧನಾ ವಿಧಾನಗಳು ಅವರು ಕಲಿಯಲು ಮತ್ತು ಇತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಂತೆ ಆಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಸೂಕ್ತವಾದ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು

ಸಹಾಯಕ ಕಲಿಕೆ, ಜೈವಿಕ ಒಳಮಾಹಿತಿ, ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ನಕ್ಷೆ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ, ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ, ಅನುಬಂಧ, ವಿಭೇದ, ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ, ವಿಲೋಪನ ಮುಕ್ತ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ, ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣ, ಅಂತರ್‌ದೃಷ್ಟಿ, ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಗಳು, ಮನಃಸ್ಥಿತಿ, ಮಾಡೆಲಿಂಗ್, ಋಣಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನ, ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ, ಧನಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನ ಶಿಕ್ಷೆ, ಪುನರ್ಬಲನ, ಸರಣಿ ಕಲಿಕೆ, ಸ್ವಪ್ರೇರಿತ ಚೇತರಿಕೆ, ಕಲಿಕಾ ವರ್ಗಾವಣೆ, ಸಹಜ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ, ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನ, ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆ.

ಸಾರಾಂಶ

- ಕಲಿಕೆಯು ಅನುಭವ ಅಥವಾ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದಾಗಿ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಬಹುತೇಕ ಶಾಶ್ವತವೆನ್ನಬಹುದಾದ ವರ್ತನೆ. ಇದು ಊಹಿಸಿದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಗಮನಿಸಲಾದ ವರ್ತನೆ/ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ/ಕ್ರಿಯೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯಿಂದ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ.
- ಕಲಿಕೆಯ ಮುಖ್ಯ ವಿಧಾನಗಳು: ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಮತ್ತು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ, ಅವಲೋಕನ ಕಲಿಕೆ, ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆ, ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆ, ಪರಿಕಲ್ಪನಾ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಕೆ.
- ನಾಯಿಗಳಲ್ಲಿನ ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಯ ಅಧ್ಯಯನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪಾವ್‌ಲವ್‌ನು ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಪರಿಶೋಧನೆ ನಡೆಸಿದನು. ಈ ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಯು ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಾಣಿಕೆ (associate stimuli). ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ (CS) ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು (US) ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಯು ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನೀಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.
- ಸ್ಕಿನ್ನರ್‌ನು ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಥಮವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದನು. ಸಾಧಕ ಎಂದರೆ ಜೀವಿಯಿಂದ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ ನೀಡುವ ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಕಲಿಕೆಯಾಗಿದ್ದು, ಇಲ್ಲಿ ಪುನರ್ಬಲನದ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಹಿಂದಿನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಆವರ್ತನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಯಾವುದೇ ಘಟನೆ ಪ್ರತಿಬಲನವಾಗಿರಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಪರಿಣಾಮವು ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯು ಪ್ರಕಾರ, ಸಂಖ್ಯೆ ಅನುಸೂಚಿ ಮತ್ತು ವಿಳಂಬಿತ ಪುನರ್ಬಲನಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ಅವಲೋಕನ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕರಣ ಕಲಿಕೆ, ಮಾಡಲಿಂಗ್ (ಮಾದರಿ) ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಲಿಕೆ ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಮಾದರಿಯ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಯ ಅನುಕರಣೆಯು ಮಾದರಿಯ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಪುರಸ್ಕರಿಸಲಾಗಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಶಿಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆಯೇ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಭಿತವಾಗಿದೆ.
- ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪದಗಳು ರಚನಾತ್ಮಕ, ಫೊನೆಟಿಕ್, ಶಬ್ದಾರ್ಥದ ಹೋಲಿಕೆ ಮತ್ತು ವ್ಯತಿರಿಕ್ತತೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಮೂಹಗಳಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ಜೋಡಿ – ಸಹವರ್ತಿ ಕಲಿಕೆ, ಸರಣಿ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಮುಕ್ತ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕಲಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ವಸ್ತುವಿನ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಸಂಘಟನೆ ಕಲಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಇದು ಪ್ರಾಸಂಗಿಕವೂ ಆಗಿರಬಹುದು.
- ಕೌಶಲ್ಯವು, ಸಂಕೀರ್ಣ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸರಾಗವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ನುರಿತ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯು ಪ್ರಚೋದನೆ– ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ (S-R) ಸರಪಳಿಯನ್ನು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾದರಿಗಳಾಗಿ ಸಂಘಟಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ, ಸಹಾಯಕ ಮತ್ತು ಸ್ವಾಯತ್ತ ಹಂತಗಳ ಮೂಲಕ ಹಾದು ಹೋಗುತ್ತದೆ.
- ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುವ ಅಂಶಗಳು ಜೀವಿಗಳ ಪ್ರೇರಣೆ ಮತ್ತು ಸನ್ನದ್ಧತೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿವೆ. ಕಲಿಕಾ ಶೈಲಿಯು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ, ಅದರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.
- ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಓದುವುದು, ಬರೆಯುವುದು) ಜನರಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸುತ್ತದೆ. ಅತಿಚಟುವಟಿಕೆ, ಸಮಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಕೊರತೆ ಮತ್ತು ಕಣ್ಣು – ಕೈ ಸಮನ್ವಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಇದರ ಕೆಲವು ಲಕ್ಷಣಗಳಾಗಿವೆ.

ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

1) ಕಲಿಕೆ ಎಂದರೇನು? ಕಲಿಕೆಯ ವಿಶಿಷ್ಟ ಲಕ್ಷಣಗಳಾವುವು?
2) ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಸಹಚರ್ಯೆಯ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತದೆ?
3) ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧವನ್ನು ನಿರೂಪಿಸಿ. ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.
4) ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮಗುವಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಮಾದರಿ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಇದನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವ ಕಲಿಕೆಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.
5) ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
6) ಕೌಶಲ್ಯ ಎಂದರೇನು? ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಕೆಯು ಯಾವ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ?
7) ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣ ಮತ್ತು ವಿಭೇದವನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಬಹುದು.
8) ಕಲಿಕೆಗೆ ಪ್ರೇರಣೆ ಹೇಗೆ ಪೂರ್ವಾಪೇಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ?
9) ಕಲಿಕೆಗೆ ಸನ್ನದ್ಧತೆ ಎಂಬ ಕಲ್ಪನೆಯ ಅರ್ಥವೇನು?
10) ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆಯ ವಿವಿಧ ರೂಪಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
11) ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆ ಹೊಂದಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸಬಹುದು?

ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರು ನಿಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸಲು ಹೇಗೆ ಪುನರ್ಬಲನ ನೀಡುತ್ತಾರೆ? ಐದು ವಿಭಿನ್ನ ನಿದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರು ಬಳಸುವ ಪುನರ್ಬಲನದೊಂದಿಗೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಸುವ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳಿಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಸಿ.

ಅಧ್ಯಾಯ 6

ಮಾನವ ಸ್ಮೃತಿ
Human Memory

ಈ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ನೀವು ಅರಿಯಲಿರುವ ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು

- ಸ್ಮೃತಿಯ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಸ್ಮೃತಿಯ ವಿವಿಧ ವಿಧಗಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ತಿಳಿಯುವುದು.
- ವಿಸ್ಮೃತಿಯ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು
- ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು.

ಕೆಟ್ಟ ಸ್ಮರಣೆಯ ಒಂದು ಪ್ರಯೋಜನವೆಂದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅದೇ ನೆನಪನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಆನಂದಿಸುತ್ತಾನೆ, ಮೊದಲ ಬಾರಿ ಕೇಳಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲೇ.

– **ಫೆಡರಿಕ್ ನಿಶೇ**

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ

ಪೀಠಿಕೆ

ಸ್ಮೃತಿಯ ಸ್ವರೂಪ

ಮಾಹಿತಿ ವಿಶ್ಲೇಷಣಾ ವಿಧಾನ : ಮಾದರಿ ಹಂತ

ಸ್ಮೃತಿಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆ : ಸಂವೇದನಾ, ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಗಳು

ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಸ್ಮೃತಿ (working memory) (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 6.1)

ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯ ಮಟ್ಟಗಳು

ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯ ವಿಧಗಳು

ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಮೃತಿ ಮತ್ತು ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಸ್ಮೃತಿ

ವೈಯುಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿ

ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯ ವರ್ಗೀಕರಣ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 6.2)

ಸ್ಮೃತಿ ಮಾಪನದ ವಿಧಾನಗಳು (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 6.3)

ವಿಸ್ಮೃತಿಯ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಕಾರಣಗಳು

ಅನುಪಯೋಗದಿಂದ ಕ್ಷೀಣಿಸುವಿಕೆ, ಅಡಚಣೆ (ನಿರೋಧ) ಮತ್ತು ನೆನಪಿನಾಳದಿಂದ ಹೊರತೆಗೆಯುವುದರ ವೈಫಲ್ಯ,

ದಮನಿತ ಸ್ಮೃತಿ (Repressed memory) (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 6.4)

ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು

ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತಗೊಳಿಸುವ ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳ ಬಳಕೆ

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು

ಸಾರಾಂಶ

ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

ಪೀಠಿಕೆ (Introduction)

ನಮ್ಮ ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಸ್ಮೃತಿ ಮಹತ್ತರ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ನೀವು ಮಾತನಾಡಿಸುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಹೆಸರು ನಿಮಗೆ ನೆನಪಿಲ್ಲ ಎಂದು ಮುಜಗರ ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೀರಾ? ಅಥವಾ ಮೊದಲು ನೀವು ಓದಿದ, ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡಿದ ವಿಷಯಗಳು, ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಹಠಾತ್ತನೇ ಮರೆತಿರುವ ಆತಂಕ, ಅಸಹಾಯಕತೆ ಅನುಭವ ಆಗಿದೆಯೇ? ಅಥವಾ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಲಿತ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕವಿತೆಯ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಲ್ಲದಂತೆ ಈಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತೇನೆಂದು ಉತ್ಸುಕರಾಗಿದ್ದೀರಾ? ಈ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಮಾನವ ಸ್ಮೃತಿ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಮಾನವ ಸ್ಮೃತಿ ಅಧ್ಯಯನ ಬಹಳ ಕುತೂಹಲಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ, ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ, ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸ್ಮೃತಿಗ್ರಹಿಕೆ, ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ ಮುಂತಾದ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಕೇಂದ್ರಗಳಾಗಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಸ್ಮೃತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸೂಕ್ತ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಕಲಿತ ವಿಷಯಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುವಂತ ವಿಧಾನಗಳು, ನೆನಪಿನಿಂದ ಮರೆಯಾಗುವ ಕಾರಣ ಮತ್ತು ನೆನಪಿನ ಸುಧಾರಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ತಂತ್ರಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಈ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸ್ಮೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಸುಮಾರು 100 ವರ್ಷಗಳ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. 19ನೇ ಶತಮಾನದ ಉತ್ತರಾರ್ಧ (1885)ರಲ್ಲಿ ಜರ್ಮನ್ ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಹರ್ಮನ್ ಎಬ್ಬಿಂಗ್‌ಹಾಸ್‌ರವರು ಪ್ರಥಮವಾಗಿ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಸ್ಮೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ಹೆಚ್ಚು ದಿನ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಕಲಿತ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮರೆಯದ ಹಾಗೆ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುವ ಹಾಗೆ ಪ್ರಭಾವಿತ ಅಂಶಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ಅನೇಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನೀಡಿರುವ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಾವು ಕಲಿತ ವಿಷಯವು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಬೇಗ ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಇದು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕಲಿಯುವಾಗ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆಂದು ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ಕಾಣಬಹುದು.

ಸ್ಮೃತಿಯ ಸ್ವರೂಪ (Nature of Memory)

ಸ್ಮೃತಿಯು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಉಳಿಸಿ ಬೇಡವಾದುದ್ದನ್ನು ಮರೆಯಬಹುದು. ಅಂದರೆ ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಕೆಲವು ಸೆಕೆಂಡು ಮಾತ್ರ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆ:– ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲದ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಡಯಲ್ ಮಾಡುವವರೆಗೆ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಲಿತ ಸಂಕಲನ ಮತ್ತು ವ್ಯವಕಲನ ಲೆಕ್ಕಗಳನ್ನು ಹಲವು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಕಲಿತಿದ್ದರೂ ಈಗಲೂ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸ್ಮೃತಿಯ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು.

ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಿತ ಸ್ವತಂತ್ರ್ಯವಾದ ಮೂರು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಅವುಗಳು

a) ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದು. (Encoding)

b) ಸಂಗ್ರಹಣೆ (Storage)

c) ನೆನಪಿನಾಳದಿಂದ ಹೊರ ತೆಗೆಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ (Retrieval)

a) ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದು :–

ಸ್ಮೃತಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮೊದಲ ಹಂತವಾಗಿದೆ. ಇದು ನಮಗಾದ ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಆಯಾ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ನರವಾಹಿಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮಿದುಳಿಗೆ ತಲುಪಿಸಿ, ಅಲ್ಲಿಂದ ಆಯಾ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಅರಿವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ಅನುಸಾರ ನಮ್ಮ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗಿ ಇವುಗಳು ಮುಂದಿನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಹಂತಕ್ಕೆ ರವಾನೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

b) ಸಂಗ್ರಹಣೆ :–

ಇದು ಸ್ಮೃತಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಎರಡನೇ ಹಂತವಾಗಿದೆ. ಮಾಹಿತಿಗಳು ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾದ ನಂತರ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳು ನಮಗೆ ಬೇಕೆಂದಾಗ ನೆನಪುಗಳಾಗಿ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಕಲಿಯುವಾಗ ವ್ಯವಸ್ಥಿತಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಕಲಿತ ನಂತರ ಎಲ್ಲಾ ಅನುಭವಗಳು ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಶೇಖರಣೆಯಾಗಿರುತ್ತವೆ.

c) ನೆನಪಿನಾಳದಿಂದ ಹೊರ ತೆಗೆಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ :–

ಇದು ಸ್ಮೃತಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮೂರನೇ ಹಂತವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಹಿಂದಾದುದ್ದನ್ನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂದು ಕರೆಯುವರು. ನಮ್ಮ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಮಗೆ ಬೇಕೆಂದಾಗ ಹೊರಹಾಕುವುದು. ವ್ಯಕ್ತಿ ತನಗೆ ಆದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಅಂದರೆ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ, ನಿರ್ಧಾರ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಮುಂತಾದ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳಿಗೆ ಬಳಸುತ್ತಾನೆ. ಕಲಿತ ಅಥವಾ ಆದ ಅನುಭವಗಳ ಮಾಹಿತಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಸಂಕೇತಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಆಗದಿದ್ದರೆ ನೆನಪಿನಿಂದ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಹೊರಬರುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಾಹಿತಿ ವಿಶ್ಲೇಷಣಾ ವಿಧಾನ (Information Procesing Approach)

ಮಾದರಿ ಹಂತ (The Stage Model)

ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ 'ಸ್ಮೃತಿ ಎಂದರೆ ನಮಗಾದ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಗಳ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ' ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಅಂದರೆ ಮಾಹಿತಿಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉಗ್ರಾಣದಂತೆ ಅಡಕವಾಗಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ಸಮಯ ಸಂದರ್ಭಾನುಸಾರ ಬಳಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಮಾನವನ ಸ್ಮೃತಿ ಮತ್ತು ಗಣಕಯಂತ್ರ ಹೋಲಿಕೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಮಾನವ ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವಂತೆ ಗಣಕಯಂತ್ರವು ಕೂಡ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದಾಗ ಮಾನವನಂತೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಗಣಕಯಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಈ ಎರಡು ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಕುಶಲತೆಯನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ.

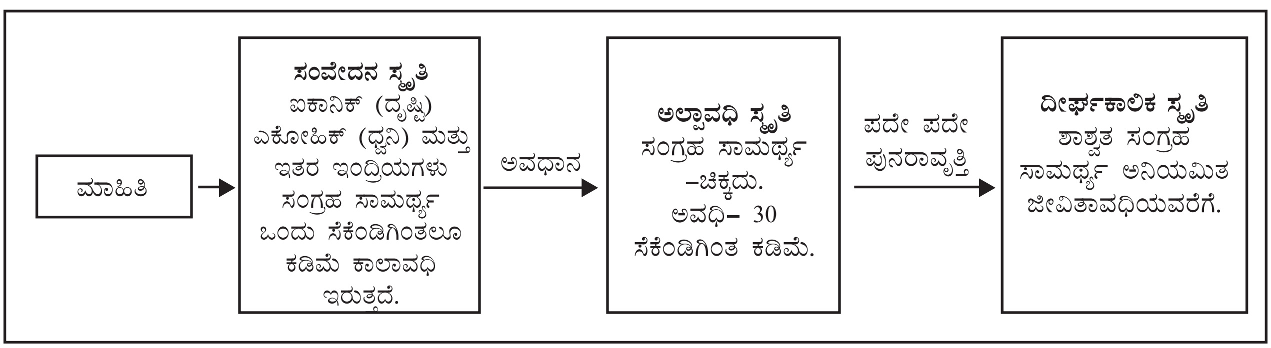
ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ನಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣದ ಬಳಕೆಗಾಗಿ ಡೇಟಾ ಮತ್ತು ಪ್ರೋಗ್ರಾಂಗಳಂತಹ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸ್ಮೃತಿ ಪದವು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಅಥವಾ ಮುಖ್ಯ ಸ್ಮೃತಿ ಎಂಬ ಪದಕ್ಕೆ ಸಮಾನಾರ್ಥಕವಾಗಿದೆ. ನೀವು ಗಣಕಯಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ್ದರೆ ಅದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿ (ಯಾದೃಚ್ಛಿಕ ಪ್ರವೇಶ ಸ್ಮೃತಿ RAM) ಮತ್ತು ಶಾಶ್ವತ ಸ್ಮೃತಿ (ಉದಾ: ಹಾರ್ಡ್ ಡಿಸ್ಕ್) ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿ ಪರದೆಯ ಮೇಲೆ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತೆರೆದ ಪ್ರೋಗ್ರಾಂ ಆಜ್ಞೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪರದೆಯ ಮೇಲೆ ಮಾಹಿತಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಅದೇ ರೀತಿ ಮಾನವರಲ್ಲೂ ಕೂಡ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಅವರ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರುವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸಂದರ್ಭಾನುಸಾರವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಉದಾಹರಣೆ:– ನೀವು ಗಣಿತದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಬೇಕಾದಾಗ ಭಾಗಾಕಾರ ಅಥವಾ ವ್ಯವಕಲನದಂತಹ ಲೆಕ್ಕಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರುವ ಅಂಶಗಳು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಬಳಕೆಗೆ ತರಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಔಟ್‌ಪುಟ್‌ನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನೆನಪಿನ ಮೊದಲ ಮಾದರಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಅಟಕಿನ್‌ಸನ್ ಮತ್ತು ಶಿಫ್ರಿನ್ 1968ರಲ್ಲಿ ಈ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದನ್ನು ಮಾದರಿ ಹಂತ (ಸ್ಟೇಜ್ ಮಾಡೆಲ್) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸ್ಮೃತಿಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು (Memory Systems)

ಸಂವೇದನಾ ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಗಳು

ಮಾದರಿ ಹಂತ (ಸ್ಟೇಜ್ ಮಾದರಿ)ದ ಪ್ರಕಾರ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಮೂರು ರೀತಿಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅವುಗಳು ಸಂವೇದನಾ ಸ್ಮೃತಿ, ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಭಿನ್ನ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಗಳನ್ನು ಸಂವೇದನೆಗಳ ಒಳಹರಿವುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ವಿಭಿನ್ನ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. (ಚಿತ್ರ 6.1 ನೋಡಿ) ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಯಾವುವು ಎಂಬುದನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ.



ಚಿತ್ರ 6.1 ಸ್ಮೃತಿಯ ಮಾದರಿ ಹಂತ

ಸಂವೇದನಾ ಸ್ಮೃತಿ (Sensory Memory)

ಯಾವುದೇ ಇಂದ್ರಿಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಮೊದಲು ಸಂವೇದನಾ ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಸಂವೇದನಾ ಸ್ಮೃತಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವುಳ್ಳದ್ದಾಗಿದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಇದು ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆ:– ಒಂದು ಸೆಕೆಂಡ್‌ಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿ ಎನ್ನಬಹುದು. ಸ್ಮೃತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಬಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಮಂಜಸವಾದ, ನಿಖರವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೋಂದಾವಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಂವೇದನಾ ನೆನಪು ಅಥವಾ ಸಂವೇದನಾ ನೋಂದಾವಣೆ ಎನ್ನುವರು. ನೀವು ನೋಡಿದ ದೃಶ್ಯದ ಅನುಭವ ನಿಮಗೆ ಚಿತ್ರದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ನೀವು ಕೇಳಿದ ಧ್ವನಿ ಸ್ಥಗಿತಗೊಂಡಾಗ ಅದೇ ಧ್ವನಿ ಪ್ರತಿಧ್ವನಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಸಂವೇದನಾ ನೋಂದಾವಣೆಗಳಾಗಿವೆ.

ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿ (Short-term Memory)

ನಮಗೆ ಆದ ಇಂದ್ರಿಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನೀವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಇಂದ್ರಿಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ಎರಡನೇ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿ (STM ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ರೂಪ) ಎನ್ನುವರು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇದರ ಸಂಗ್ರಹ

ಸಾಮರ್ಥ್ಯ 30 ಸೆಕೆಂಡ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಅಟ್ಕಿನ್‌ಸನ್ ಮತ್ತು ಶಿಫ್ರಿನ್ ಪ್ರಕಾರ ಪ್ರಾರಂಭಿಕವಾಗಿ ಆದ ಇಂದ್ರಿಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಪ್ರತಿಮೆಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ 30 ಸೆಕೆಂಡುಗಳ ಕಾಲ ಇದ್ದು, ನಂತರ ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಸಂವೇದನಾ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಅಂತಿಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆ:– ನಮಗೆ ಆದ ಶಬ್ದದ ಅನುಭವ ಒಂದು ಬಾರಿ ಪ್ರತಿಮೆಯಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿದರೆ ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಸಂವೇದನಾ ಸ್ಮೃತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿ (Long-term Memory)

ಕಲಿತ ಅಥವಾ ಆದ ಅನುಭವಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸ ಅಂದರೆ ಪದೇ ಪದೇ ಪುನರಾವೃತ್ತಿ ಆದರೆ ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ರೂಪ (LTM). ಇದು ವಿಶಾಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಶಾಶ್ವತ ಸ್ಮೃತಿಯ ಉಗ್ರಾಣವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ಮಾಹಿತಿ, ಹಿಂದಿನ ಮಾಹಿತಿ ಎಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ನೀವು ನಿನ್ನೆ ಉಪಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಏನು ತಿಂದಿದ್ದೀರಿ? ನಿಮ್ಮ ಆರನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬವನ್ನು ಹೇಗೆ ಆಚರಿಸಿದ್ದೀರಿ? ಎಂಬ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಶೇಖರಣೆಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಒಂದು ಬಾರಿ ಶಾಶ್ವತ ಉಗ್ರಾಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದರೆ ಎಂದಿಗೂ ಮರೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಒಂದು ಅನುಭವವನ್ನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ, ಅನುಭವದ ವಿವಿಧ ಅರ್ಥಗಳು ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಶೇಖರಣೆಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಅನುಭವ ನಮಗೆ ಬೇಕೆಂದಾಗ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೆ ಮೊದಲು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯಿಂದ ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಅನಂತರ ಮತ್ತೆ ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಹಿಂದಾದುದ್ದನ್ನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು (Retrieval) ಎನ್ನುವರು. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಆ ವಿಷಯ ನೆನಪಿಗೆ ಬಾರದಿದ್ದರೆ ಆ ಅನುಭವ ಅಲ್ಲಿಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲಿ ಪತ್ತೆಯಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ನಂತರ ತಿಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಾವು ಮಾದರಿಯ ಹಂತದ ರಚನಾತ್ಮಕ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಚರ್ಚಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಯಾವುದೇ ಮಾಹಿತಿ ಒಂದರಿಂದ ಇನ್ನೊಂದಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾವಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ? ಯಾವ ವಿಷಯಗಳು ನೆನಪಿನ ಉಗ್ರಾಣದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ? ಇತ್ಯಾದಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ.

ಅಟ್ಕಿನ್‌ಸನ್ ಮತ್ತು ಶಿಫ್ರಿನ್‌ರವರ ಪ್ರಕಾರ ಮಾಹಿತಿಯು ಹೇಗೆ ವರ್ಗಾವಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಹಾದುಹೋಗುವ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ನಿಯಂತ್ರಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನಗಳಿಂದ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಮೊದಲೇ ಸೂಚಿಸಿದಂತೆ ನಮ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ನೊಂದಾಯಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸ್ಮೃತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕಾದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಊಹಿಸಿ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಮಿದುಳಿಗೆ ತಲುಪಿಸಿ ಅಲ್ಲಿ ಅರ್ಥ ವಿವರಣೆಯಾಗಿ ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ತಿಳಿದಿದ್ದೀರಿ.

STM ನಂತರ ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಸಮಯದವರೆಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತೊಂದು ನಿಯಂತ್ರಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಅಂದರೆ ಆದ ಅನುಭವ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನೆನಪಿನಿಂದ ಮಾಸುತ್ತದೆ. ಅದರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಲು STM ನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವ ಮತ್ತೊಂದು ನಿಯಂತ್ರಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ವಿಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಈ ವಿಭಾಗದ ಮೂಲಕ STM ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಅದು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ 7±2 ನ ಅಂಕಿಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಿದರೆ ಸರಳವಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಂಡರೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ 194719492004ನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿದರೆ, ನೀವು 1947, 1949 ಮತ್ತು 2004 ವಿಭಾಗಿಸಿ, ಹಾಗೆಯೇ ಭಾರತ ಸ್ವತಂತ್ರವಾದ ವರ್ಷ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಭಾರತ ಸಂವಿಧಾನ ಅಂಗೀಕರಿಸಿದ ವರ್ಷ ಮತ್ತು ಭಾರತ ಮತ್ತು ಆಗ್ನೇಯ ಏಷ್ಯಾದ ದೇಶಗಳಿಗೆ ಸುನಾಮಿ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದ ವರ್ಷ ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಮಾಹಿತಿಗಳು ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯಿಂದ ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸಗಳ ಮೂಲಕ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತವೆ. ನಿರ್ವಹಣಾ ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಮೌನವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೆ ಆದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆ:– ಮಾನವೀಯತೆ ಎಂಬ ಪದದ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಕರುಣೆ, ಸತ್ಯ ಮತ್ತು ಪರೋಪಕಾರ ಎಂಬ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ ಮಾನವೀಯತೆ ಪದ ಸದಾ ನಿಮ್ಮ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ.

ಹೊಸ ಮಾಹಿತಿಯಾದ ಕೆಲವು ನೀವು ರಚಿಸಬಹುದಾದ ಸಂಘಗಳ ನೊಂದಣೆ ಸಂಖ್ಯೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಬಹುದು. ವಿಸ್ತೃತ ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಅದು ಪ್ರಚೋದಿಸುವ ವಿವಿಧ ಸಂಘಗಳ

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 6.1 ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸ್ಮೃತಿ (Working Memory)

ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿ ಏಕೀಕೃತವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬದಲಿಗೆ ಇದು ಅನೇಕ ಘಟಕಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯ ಬಹುಘಟಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಮೊದಲು ಬಡ್ಡೆಲೀ (1986) ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಅಲ್ಪಾವಧಿ ಸ್ಮೃತಿಯ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯ ಉಗ್ರಾಣವಲ್ಲ ಬದಲಿಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಲ್ಪಡುವ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ನೆನಪಿನ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳ ಎಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು ಮತ್ತು ಜನರು ವಿವಿಧ ಅರಿವಿನ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವಂತೆ ರೂಪಾಂತರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಸ್ಮೃತಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಸ್ಮೃತಿಯ ಮೊದಲ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಧ್ವನಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಸೀಮಿತವಾಗಿ ಹಾಗೂ ದೃಶ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಮಾಹಿತಿ ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಾಗಿ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಧ್ವನಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ದೂರವಾಣಿಯ ಶಬ್ದಗಳು ಅಥವಾ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಎರಡು ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ಪುನರಾವೃತ್ತಿ ಆಗದಿದ್ದರೆ ಮರೆತು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ನೋಡಿದ ದೃಶ್ಯಗಳು ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಮಾಹಿತಿ ಅನುಭವಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಬಡ್ಡೆಲೀ ಕೇಂದ್ರ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಾಹಕದ ಮೂರನೇ ಘಟಕವಾಗಿದೆ.

ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿಮಗೆ ಆಗುವ ಅನುಭವದ ಮಾಹಿತಿ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥೈಸುವ ತಾರ್ಕಿಕ ಚೌಕಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನೆನಪುಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ. ಇದು ಚಿತ್ರ 6.1 ಸ್ಮೃತಿ ಹಂತದ ಮಾದರಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗಿದೆ. ಮಾಹಿತಿಯು ಒಂದು ಹಂತದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದಕ್ಕೆ ಸಾಗುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಾಣಗಳ ಮೂಲಕ ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 6.1

I. ಕೆಳಗಿನ ಅಂಕಿಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. (ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಂಕೆಗಳು)

19254981121

ಈಗ ಅವುಗಳನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

1925 4981 121

ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಿನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

1^2 3^2 5^2 7^2 9^2 11^2

ನೀವು ಯಾವ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತೀರಿ?

II. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಸೆಕೆಂಡಿಗೆ ಒಂದು ಅಂಕಿಯ ವೇಗದಲ್ಲಿ ಸಾಲಾಗಿ ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾದ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಓದಿ ಮತ್ತು ಅದೇ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಕಿಗಳನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಲು ಅವಳಿಗೆ/ಅವನಿಗೆ ಹೇಳಿ:

ಪಟ್ಟಿ	ಅಂಕಿಗಳು
1 (6 ಅಂಕಿಗಳು)	2–6–3–8–3–4
2 (7 ಅಂಕಿಗಳು)	7–4–8–2–4–1–2
3 (8 ಅಂಕಿಗಳು)	4–3–7–2–9–0–3–6
4 (10 ಅಂಕಿಗಳು)	9–2–4–1–7–8–2–6–5–3
5 (12 ಅಂಕಿಗಳು)	8–2–5–4–7–4–7–7–3–9–1–6

ನೀವು ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಅಂಕಿಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ. ಎಷ್ಟು ಅಂಕಿಗಳನ್ನು ಮರುಪಡೆಯಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನ ನೆನಪಿನ ಸ್ಕೋರ್ ಅವಳು/ಅವನು ಸರಿಯಾಗಿ ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡ ಅಂಕಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಶೋಧನೆಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಸ್ಮೃತಿಯ ಹಂತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ನಡೆಸಿದ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಮಿಶ್ರ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಅಂದರೆ ಕೆಲವು ಪ್ರಯೋಗಗಳು STM ಮತ್ತು LTM ಎರಡು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸ್ಮೃತಿಯ ಉಗ್ರಾಣಗಳಿವೆ ಎಂದರೆ ಕೆಲವು ವಿಶಿಷ್ಟತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದೆ ಎಂದು ಹಲವು ಪುರಾವೆಗಳೊಡನೆ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಉದಾಹರಣೆ:– STM ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅಕೌಸ್ಟಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಎನ್‌ಕೋಡ್ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಮೊದಲು ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ LTM ನಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಶಬ್ದಾರ್ಥವಾಗಿ ಎನ್‌ಕೋಡ್ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ನಂತರದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪುರಾವೆಗಳು STM ನಲ್ಲಿ ಶಬ್ದಾರ್ಥವಾಗಿ ಮತ್ತು LTM ನಲ್ಲಿ ಅಕೌಸ್ಟಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಎನ್‌ಕೋಡ್ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ಶಲ್ಲಿಸ್ ಮತ್ತು ವಾರಿಂಗ್ಟನ್‌ರವರು 1970 ರಲ್ಲಿ KF ಎಂದು ಕರೆಯುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ್ದಾರೆ. KF ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅಪಘಾತವನ್ನು ಮಾಡಿ ಅವನ ಎಡಶಿರಗೋಲವನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸಿದರು. ನಂತರ ಆತನ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯು ಹಾಗೇ ಇತ್ತು. ಆದರೆ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯ ಮೇಲೆ ತೀವ್ರ ಪರಿಣಾಮ ಕಂಡುಬಂದಿತ್ತು. ಮಾದರಿ ಹಂತದ ಪ್ರಕಾರ ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯುಂಟಾಗಿ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಗೆ ರವಾನೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅಂಶವು ನೈಜವಾದದು. ಆದರೆ KF ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಸ್ಮೃತಿ ಹೇಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ? ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯ ಮೇಲೆ ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿದ್ದು ಹೇಗೆ? ಯಾವುದೇ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೆಲವು ಸೆಕೆಂಡುಗಳವರೆಗೆ ಅಥವಾ ಹಲವು ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ನೆನಪಿನ ಉಗ್ರಾಣದಲ್ಲಿ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ನೆನಪನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಹಲವಾರು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತೋರಿಸಿವೆ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಪುರಾವೆಗಳು ನೆನಪಿನ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ನೆನಪಿನ ಎರಡನೇ ಮಾದರಿಯಾಗಿ ಕೆಳಗೆ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಅಥವಾ ಸಂಸ್ಕರಣ ಹಂತಗಳು (Levels of Processing)

1972ರಲ್ಲಿ ಕ್ರೇಕ್ ಮತ್ತು ಲಾಕ್‌ಹಾರ್ಟರಿಂದ ಸಂಸ್ಕರಣಾ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಹಂತವನ್ನು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಲಾಯಿತು. ಯಾವುದೇ ಹೊಸ ಮಾಹಿತಿಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಗ್ರಹಿಸುವ, ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದಿನಿಂದ ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಅನೇಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದು, ಅದರ ಮೂಲ ಕಲ್ಪನೆ ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ವಿವರವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ.

ಕ್ರೇಕ್ ಮತ್ತು ಲಾಕ್‌ಹಾರ್ಟರವರ ಪ್ರಕಾರ ಒಳಬರುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದರ ಭೌತಿಕ ಅಥವಾ ರಚನಾತ್ಮಕ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆ:– Cat ಎಂದು ಹೇಳುವ ಪದದ ಅಕ್ಷರಗಳ ಆಕಾರ, ಬಣ್ಣ, ದೊಡ್ಡ ಅಥವಾ ಸಣ್ಣ ಅಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಮಾತ್ರ ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಇದು ಸಂಸ್ಕರಣೆಯ ಮೊದಲ ಮತ್ತು ಆಳವಿಲ್ಲದ ಮಟ್ಟವಾಗಿದ್ದು, ಮಧ್ಯಂತರ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಅಕ್ಷರಗಳಿಗೆ ಲಗತ್ತಿಸಲಾದ ಫೋನೆಟಿಕ್ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಹಾಜರಾಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ರಚನಾತ್ಮಕ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಪದವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಎರಡು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು. ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೊಳಿಸಬಹುದಾದ ಮೂರನೇ ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ಒಂದು ಹಂತವಿದೆ ಅದು ಯಾವುದೇ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಅದರ ಅರ್ಥ, ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮುಖ್ಯ. ಉದಾಹರಣೆ:– ನೀವು ಬೆಕ್ಕನ್ನು ತುಪ್ಪಳ ಹೊಂದಿರುವ, ನಾಲ್ಕು ಕಾಲು, ಬಾಲವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸಸ್ತನಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬಹುದು. ಇದು ಬೆಕ್ಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ಆಗಿರುವ ಅನುಭವ ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ನಮಗೆ ಆದ ಅನುಭವಗಳು ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯಾಗಿದ್ದು, ಸಂದರ್ಭಾನುಸಾರ ನಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಅವುಗಳು ಬಂದಾಗ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಯಾವುದೇ ನೆನಪಿನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳು ನೀವು ಹೊಸದನ್ನು ಕಲಿಯುವಾಗ ಅರ್ಥವತ್ತಾಗಿ ಕಲಿತು, ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿ ಕಲಿಯುವುದರಿಂದ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕಂಠಪಾಠವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಬಾರದು. ಹೀಗೆ ಕಲಿಯುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ದಿನಗಳು ನಮ್ಮ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಈ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯ ವಿಧಗಳು (Types of Long-term Memory)

ನೀವು ಬಾಕ್ಸ್ 6.1 ರಲ್ಲಿ ಓದಿದಂತೆ ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿ ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಘಟಕಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯು ಏಕೀಕೃತವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಸಮಕಾಲಿನ ಸೂತ್ರೀಕರಣಗಳು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ವಿವಿಧ ವಿಧಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿವೆ. LTM ನಲ್ಲಿನ ಪ್ರಮುಖ ವರ್ಗೀಕರಣಗಳೆಂದರೆ **ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಮೃತಿ ಮತ್ತು ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಸ್ಮೃತಿ** ಎಂದು ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಮೃತಿ ಎಂದರೆ ರಿಕ್ಷಾವು 3 ಚಕ್ರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. 1947 ಆಗಸ್ಟ್ 15 ರಂದು ಭಾರತವು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಯಿತು ಎಂಬಂತಹ ಸತ್ಯಗಳು, ಹೆಸರುಗಳು, ದಿನಾಂಕಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಅಥವಾ ಕಪ್ಪೆ ಉಭಯವಾಸಿ ಅಥವಾ ನೀವು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತ ಒಂದೇ ಹೆಸರನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ನೆನಪುಗಳು, ಕ್ರಮಬದ್ಧ ನೆನಪು ಎಂದರೆ ಬೈಸಿಕಲ್ ಓಡಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ಚಹಾ ತಯಾರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಅಥವಾ ಬ್ಯಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಡುವುದು ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ಕಾರ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಕೌಶಲಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಂಗತಿಗಳು ಮೌಖಿಕ ವಿವರಣೆಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ವಿವರಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನೀವು ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಟವನ್ನು ಹೇಗೆ ಆಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ, ಅಥವಾ ನೀವು ಬೈಸಿಕಲ್‌ನ್ನು ಹೇಗೆ ಓಡಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ ಅದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು.

ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಟುಲ್ವಿಂಗ್ ಎಂಬುವರು ಮತ್ತೆ ಎರಡು ಉಪ ವಿಭಾಗಗಳಾಗಿ ವರ್ಗೀಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವುಗಳು **ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿ** (Semantic Memory) **ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳ ಸ್ಮೃತಿ** (Episodic Memory)

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿಮಗಾದ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ನೆನಪುಗಳು ಇವುಗಳು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿಯು ಇರಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಮೊದಲ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನಿಂತಾಗ ನಿಮಗೆ ಏನನ್ನಿಸಿತು? ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಎಷ್ಟು ಕೋಪಗೊಂಡಿದ್ದರು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರ ಭರವಸೆ ನೀವು ಪೂರೈಸದಿದ್ದಾಗ ಅವರು ಏನು ಹೇಳಿದರು? ಅಂತಹ ಘಟನೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಂಭವಿಸಿದಲ್ಲಿ ನಿಖರವಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಇಂತಹ ಅನುಭವ ಮರೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 6.2 ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯ ವರ್ಗೀಕರಣ

ಸ್ಮೃತಿಯ ಅಧ್ಯಯನ ಆಕರ್ಷಕ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧಕರು ಅನೇಕ ಹೊಸ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳು ಮಾನವ ಸ್ಮೃತಿಯ ಸಂಕೀರ್ಣ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ.

ಫ್ಲ್ಯಾಶ್‌ಬಲ್ಬ್ ಸ್ಮೃತಿ (Flashbulb Memory)

ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ, ಆಘಾತಕಾರಿ ಅಥವಾ ದುರಂತಮಯ ಸಂಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ನೆನಪುಗಳು ಫ್ಲ್ಯಾಶ್‌ಬಲ್ಬ್ ಸ್ಮೃತಿ. ಇವು ಕ್ಯಾಮೆರಾದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದ ಫೋಟೋಗಳಂತೆ. ನೀವು ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಫೋಟೋವನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಫ್ಲ್ಯಾಶ್‌ಬಲ್ಬ್ ನೆನಪುಗಳು ಫ್ರೀಜ್ ಮಾಡಿದ ಚಿತ್ರಗಳಂತೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳಗಳು, ದಿನಾಂಕಗಳು ಮತ್ತು ಸಮಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರುತ್ತವೆ. ಜನರಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ನೆನಪು ಹೆಚ್ಚು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳಲು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.

ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆ ಸ್ಮೃತಿ (Autobiographical Memory)

ಇವು ವೈಯಕ್ತಿಕ ನೆನಪುಗಳು. ನಾವು ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಕಂಡ, ಅನುಭವಿಸಿದ ವಿವಿಧ ಘಟನಾವಳಿಗಳ ನೆನಪೇ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆ ಸ್ಮೃತಿ. ಅವುಗಳನ್ನು ಸಮನಾಗಿ ವಿವರಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಕೆಲವು ಅವಧಿ ಇತರರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮೊದಲ 4 ರಿಂದ 5 ವರ್ಷಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ನೆನಪುಗಳು ವರದಿಯಾಗಿಲ್ಲ ಇದನ್ನು ಬಾಲ್ಯದ ವಿಸ್ಮೃತಿ ಎನ್ನುವರು. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ನಂತರದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ 20ರ ದಶಕದಲ್ಲಿ ನೆನಪು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇತ್ತೀಚಿನವುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು 30 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆದ ಅನುಭವ ಕ್ಷೀಣಿಸಿರುತ್ತದೆ.

ಅಪ್ರಕಟಿತ ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಮೃತಿ (Implicit Memory)

ಇಂತಹ ಸ್ಮೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಿಗೆ ಅರಿವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲದ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯಾಗಿದೆ. ಇದು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ಮರುಪಡೆಯಲಾದ ನೆನಪು ಆಗಿದೆ ಇದೊಂದು ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಟೈಪಿಂಗ್ ಅನುಭವ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕೀಬೋರ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಕ್ಷರಗಳು ಸಹ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅನೇಕ ಟೈಪಿಸ್ಟ್‌ಗಳು ಕೀಬೋರ್ಡ್‌ನ ರೇಖಾಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಖಾಲಿ ಕೀಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಲೇಬಲ್ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇವು ಅರಿವಿನ ಗಡಿಯ ಹೊರಗೆ ಇವೆ. ಇವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಮಿದುಳಿನ ಗಾಯಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೀತಿಯ ಸ್ಮರಣೆ ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ. ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದರು ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ರೋಗಿಯನ್ನು ಪಟ್ಟಿಯ ಕೆಲವು ಪದಗಳನ್ನು ಮರುಪಡೆಯಲು ಕೇಳಿದಾಗ ಹೇಳಲು ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಅದಾಗ್ಯೂ ಈ ಅಕ್ಷರಗಳಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಪದಗಳನ್ನು ಹೇಳಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿದರೆ, ಎರಡು ಅಕ್ಷರ ಹೇಳಿದಾಗ ರೋಗಿ ಪದಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.

ಘಟನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವನ್ನು ನಾವು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ನೋವಿನ ಮತ್ತು ಅಹಿತಕರ ಅನುಭವಗಳಿಗಿಂತ ಆಹ್ಲಾದಕರ ಜೀವನದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿ (Semantic Memory)

ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು, ವಿಚಾರಗಳು ಮತ್ತು ತರ್ಕದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು (Spellings), ಗುಣಾಕಾರ ಮಗ್ಗಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಅಂಶಗಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಶಬ್ದಾರ್ಥದ ಸ್ಮರಣೆಯಿಂದಾಗಿ 'ಅಹಿಂಸೆ' ಎಂದು ಹೇಳುವದರ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ 2+6=8 ಅಥವಾ ನವದೆಹಲಿಯ STD ಕೋಡ್ 011 ಅಥವಾ 'Elaphant' ಪದವು ತಪ್ಪಾಗಿ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಇದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳ ಸ್ಮೃತಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. ಅಂದರೆ ನೀವು ಅಹಿಂಸೆಯ ಅರ್ಥವನ್ನು ಯಾವಾಗ ಕಲಿತಿದ್ದೀರ ಅಥವಾ ಬೆಂಗಳೂರು ಕರ್ನಾಟಕದ ರಾಜಧಾನಿ ಎಂದು ನೀವು ಯಾವ ದಿನಾಂಕದಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿಯ ವಿಷಯಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದ ಸಂಗತಿಗಳು ಮತ್ತು ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರುವುದರಿಂದ ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ತಟಸ್ಥವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಮರೆತುಹೋಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿಲ್ಲ. ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯ ವಿವಿಧ ವರ್ಗೀಕರಣಗಳಿಗಾಗಿ ಬಾಕ್ಸ್ 6.2ನ್ನು ನೋಡಿ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 6.2

1. ನಿಮ್ಮ ಆರಂಭಿಕ ಶಾಲಾ ದಿನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿದ ಎರಡು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ. ನೀವು ಬರೆಯುವ ಪ್ರತಿ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಹಾಳೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
2. XI ನೇ ತರಗತಿಯ ಮೊದಲ ತಿಂಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿದ ಎರಡು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಪ್ರತಿ ಘಟನೆಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಹಾಳೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.

   ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಸುಸಂಬದ್ಧತೆಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಸಿ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 6.3

ಈ ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾದ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ. ಕಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಈ ಆಟವನ್ನು ಹಾಡಲು ಆಹ್ವಾನಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಕೂರಿಸಿ. ಈ ರೀತಿ ಸೂಚಿಸಿ ನಿಮಗೆ ಕೆಲವು ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತೇನೆ ನೀವು ಪ್ರತಿ ಕಾರ್ಡಿನಲ್ಲಿ ಬರೆದಿರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಓದಿ ಅದಕ್ಕೆ ಹೌದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿ ಕಾರ್ಡಿಗೂ ಒಂದು ಸ್ಥಿರವಾದ ಸಮಯ ಮಾತ್ರ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

1.	ಪದವನ್ನು ದೊಡ್ಡ ಅಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆಯೇ?	BELT
2.	Crew ಎಂಬ ಪದವು ಆ ಪದದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾಸಬದ್ಧವಾಗಿದೆಯೇ?	grew
3.	ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಪದವು ಸರಿಹೊಂದುತ್ತದೆಯೇ? "________ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ"	Students
4.	gold ಎಂಬ ಪದವು ಈ ಪದದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾಸಬದ್ಧವಾಗಿದೆಯೇ?	mood
5.	ಪದವನ್ನು ದೊಡ್ಡ ಅಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆಯೇ?	BREAD
6.	ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಪದವು ಸರಿಹೊಂದುತ್ತದೆಯೇ? "ನನ್ನ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪನ ಮಗ ನನ್ನ ____________"	cousin
7.	ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಪದವು ಸರಿಹೊಂದುತ್ತದೆಯೇ? "ನನ್ನದು __________ ತರಕಾರಿ"	home
8.	ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಪದವು ಸರಿಹೊಂದುತ್ತದೆಯೇ? "________ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳ ತುಂಡು"	Potato
9.	ದೊಡ್ಡ ಅಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆಯೇ?	TABLE
10.	Wears ಎಂಬ ಪದ ಆ ಪದದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾಸಬದ್ಧವಾಗಿದೆಯೇ?	bears
11.	ಪದವನ್ನು ದೊಡ್ಡ ಅಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆಯೇ?	marks
12.	clear ಎಂಬ ಪದ ಆ ಪದದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾಸಬದ್ಧವಾಗಿದೆಯೇ?	five
13.	ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಪದವು ಸರಿಹೊಂದುತ್ತದೆಯೇ? "ಮಕ್ಕಳು __________ ಆಟವಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ".	games
14.	ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಪದವು ಸರಿಹೊಂದುತ್ತದೆಯೇ? "ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ _____________ ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ".	friends
15.	ಕೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಪದವು ಸರಿಹೊಂದುತ್ತದೆಯೇ? "__________ ನನ್ನ ತರಗತಿ ಕೊಠಡಿ ತುಂಬಿದೆ".	shirts
16.	ಕೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಪದವು ಸರಿಹೊಂದುತ್ತದೆಯೇ? "ನನ್ನ ತಾಯಿ ನನಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಹಣ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ".	Money

ಕಾರ್ಡುಗಳನ್ನು ಓದುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ನಂತರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿದ ಪದಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ. ಅವರ ಉತ್ತರಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ರಚನಾತ್ಮಕ ಫೋನಾಲಾಜಿಕಲ್ (ಮಾತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ) ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮರುಪಡೆಯಲಾದ ಸರಿಯಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿದ ಪದಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಎಣಿಸಿ, ಇದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 6.3 ಸ್ಮೃತಿ ಮಾಪನದ ವಿಧಾನಗಳು

ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಅಳೆಯುವ ಹಲವು ವಿಧಾನಗಳಿವೆ. ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ಹಲವು ವಿಧದ ನೆನಪುಗಳು ಇರುವುದರಿಂದ ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಅವಶ್ಯಕ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಮಾಪನ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

a) ಮುಕ್ತ ಪುನಸ್ಮರಣೆ ಮತ್ತು ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ (ನೈಜ ಸ್ಮೃತಿ ಅಳೆಯುವುದು) (Free Recall and Recognition)

ಮುಕ್ತ ಪುನಸ್ಮರಣೆ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ಕೆಲವು ಪದಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಅವರು ಓದಿ ಹೇಳಬೇಕು, ನಂತರ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಅವರು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸಬೇಕು. ಯಾರಲ್ಲಿ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೊ ಅವರು ಹೆಚ್ಚು ಪದಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಪರಿಚಿತವಲ್ಲದ ಹಲವು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಂದು ಕಡೆ ಇರಿಸಿ ಅವರಿಗೆ ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ನೋಡದಿರುವ, ನೋಡಿದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ಯಾವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ನೋಡಿದರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವಂತೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು. ನೋಡಿದ ಹೆಚ್ಚು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವವರಲ್ಲಿ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

b) ವಾಕ್ಯ ಪರಿಶೀಲನೆ ಕಾರ್ಯ (ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಅಳೆಯಲು) (Sentence Verification Task)

ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಓದಿರುವಂತೆ ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿ ಯಾವುದೇ ಮರೆತು ಹೋಗುವಿಕೆಗೆ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಹೊಂದಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ವಾಕ್ಯ ಪರಿಶೀಲನೆ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನೀಡಿರುವ ವಾಕ್ಯಗಳು ನಿಜವೋ, ಸುಳ್ಳೋ ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು ಭಾಗವಹಿಸುವವರನ್ನು ಕೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ವೇಗವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. (ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿ ಮಾಪನದಲ್ಲಿ ಈ ಕಾರ್ಯದ ಬಳಕೆಗಾಗಿ ಚಟುವಟಿಕೆ 6.3 ನೋಡಿ)

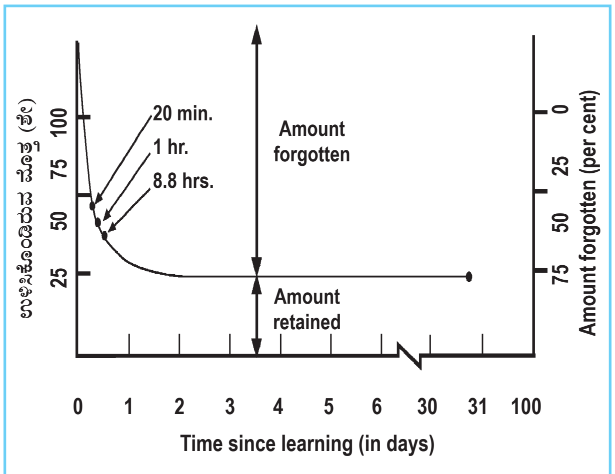
c) ಪ್ರೈಮಿಂಗ್ (ನಾವು ಮೌಖಿಕವಾಗಿ ವರದಿ ಮಾಡಲಾಗದ ಅಳೆಯುವ ಮಾಹಿತಿಗಳು) (Priming)

ನಾವು ಮೌಖಿಕವಾಗಿ ವರದಿ ಮಾಡಲಾಗದ ಹಲವು ರೀತಿಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಬೈಸಿಕಲ್ ಸವಾರಿ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಸಿತಾರ್ ನುಡಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಮಾಹಿತಿ. ಇದಲ್ಲದೆ, ನಮಗೆ ತಿಳಿಯದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಮ್ಮ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ ಇದನ್ನು ಅಪ್ರಕಟಿತ ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಮೃತಿ ಎಂದು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪ್ರೈಮಿಂಗ್ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ಉದ್ಯಾನವನ, ಆಟದ ಮೈದಾನ, ಮನೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಪದಗಳಿಗಿರುವ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಅವರಿಗೆ gar, pla, ho ಇತ್ಯಾದಿ ಅವರು ನೋಡದ ಇತರ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ತಾವು ನೋಡದ ಪದಗಳಿಗಿಂತ ನೋಡಿದ ಪದಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅವರು ಕೇವಲ ಊಹಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ವರದಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ವಿಸ್ಮೃತಿಯ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ಕಾರಣಗಳು (Nature and Causes of Forgetting)

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ವಿಸ್ಮೃತಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ನಾವೇಕೆ ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ? ಯಾವುದಾದರೂ ನಾವು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ದೋಷ ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವೇ? ನಾವು ಯಾವುದೇ ಕಲಿತ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡದೆ ಅದು ನಮ್ಮ ನೆನಪಿನಿಂದ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆಯೇ? ಇತ್ಯಾದಿ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ವಿಸ್ಮೃತಿ ಉಂಟಾಗುವುದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಅನೇಕ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ವಿಸ್ಮೃತಿಯ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಹೆರ್ಮನ್ ಎಬ್ಬಿಂಗ್‌ಹಾಸ್‌ರವರು ಒಂದು ಅರ್ಥಹೀನ ಪದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, NOK ಅಥವಾ SEE ಇತ್ಯಾದಿ CVC ಟ್ರಿಗ್ರಾಮ್‌ಗಳು) ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಯತ್ನಿಸಿದನು. ಇದನ್ನು ಕೆಲವು ವಾರಗಳವರೆಗೆ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದರು. ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಹೆಚ್ಚು ಮರೆವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಒಂದೇ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮರೆವಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಮುಂದುವರೆಯಿತು. ಇದು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ಗಮನಿಸಿದರು. ಅದನ್ನು ನೀವು ಚಿತ್ರ 6.2 ನೋಡಬಹುದು.



ಚಿತ್ರ 6.2 : ಎಬ್ಬಿಂಗ್‌ಹಾಸ್ ಮರೆತುಹೋಗುವ ವಕ್ರರೇಖೆ

ಎಬ್ಬಿಂಗ್‌ಹಾಸ್ ಪ್ರಕಾರ ಕಲಿತ ಮೊದಲ ಒಂಬತ್ತು ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಮರೆವು ಅದರಲ್ಲೂ ಕಲಿತ ಮೊದಲ ಒಂದು ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಅಂಶಗಳು ಮರೆತು ಹೋಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅನಂತರ ಮರೆವು ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಘಟನೆಗಳ ನೆನಪುಗಳು ಎಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳಾದರೂ ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ ಕುಸಿತವಿದೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಅವನತಿಯು ಬಹಳ ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮರೆತು ಹೋಗುವುದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಅನೇಕ ಮುಖ್ಯ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ನಾವು ಈಗ ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ. ಕಲಿತ ವಿಷಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲದೆ ಕಳೆದುಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ವಿಸ್ಮೃತಿ ಎಂದು ಹೆಸರು. ನಾವೇಕೆ ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಮೂರು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ವಿವರಣೆಗಳು ಇವೆ ಅವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯೋಣ.

ಸ್ಮೃತಿ ಮುದ್ರಿಕೆಗಳ ನಶಿಸುವಿಕೆಯಿಂದ ಮರೆಯುವುದು (Forgetting due to Trace Decay)

ಸ್ಮೃತಿ ಮುದ್ರೆ (ಇದನ್ನು ಬಳಸದ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ) ಲೋಪ ವಿಸ್ಮೃತಿಯ ಆರಂಭಿಕ ಸಿದ್ಧಾಂತವಾಗಿದೆ. ಕಲಿತ ಅಂಶಗಳು ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಏನೋ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಗುರುತು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಉಪಾಪಚಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಈ ಗುರುತನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅಳಿಸಿ ಹಾಕುತ್ತವೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ವಿಸ್ಮೃತಿಗೆ ಕಾರಣ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಕಲಿತ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬಳಸದೇ ಇದ್ದಾಗ ಅವು ಮಸುಕಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ. ನೇರ ಸಾಕ್ಷಾಧಾರ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಈ ವಿವರಣೆಯ ಪ್ರಧಾನ ಕೊರತೆ ಅಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಈ ವಿವರಣೆ ಪೂರ್ಣ ತಪ್ಪು ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಕೂಡ ಅವೈಜ್ಞಾನಿಕ, ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳು ಈ ವಿವರಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ ರೀತಿ ಕ್ಷಯಿಸಲೂಬಹುದು. ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನ ಪ್ರಕಾರ ಮಲಗುವ ಮುನ್ನ ಓದಿ ನಂತರ ಮಲಗಿದಾಗ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಮುದ್ರೆಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಬಹುದು. ಓದಿದ ನಂತರ ಬೇರೆ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದರೆ ಸ್ಮೃತಿ ಮುದ್ರಿಕೆ ಮಸುಕಾಗಿ ಅಂತಹವರಿಗೆ ಬೇಗ ವಿಸ್ಮೃತಿಯಾಗಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ಓದಿನ ನಂತರ ಅದನ್ನೇ ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡು ಮಲಗುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಸ್ಮೃತಿ ಮುದ್ರಿಕೆಗಳ ನಶಿಸುವಿಕೆಯ ಸಿದ್ಧಾಂತವು ವಿಸ್ಮೃತಿ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದ ಕಾರಣ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪವು ವಿಸ್ಮೃತಿಯುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಕಾರಣ ಕೂಡ ಒಂದಾಗಿದೆ.

ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪದಿಂದ (ನಿರೋಧ) ಮರೆಯುವುದು (Forgetting due to Interference)

ಮರೆಯುವಿಕೆಯ ಸಿದ್ಧಾಂತದಲ್ಲಿ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪದಿಂದ ಮರೆಯುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿಯಾಗಿದೆ. ಸ್ಮೃತಿಯ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳು ನಮಗೆ ಬೇಕೆಂದಾಗ ನೆನಪುಗಳಾಗಿ ಜ್ಞಾಪಕಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತೊಂದನ್ನು ಮ್ಲಾನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಇದನ್ನು ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಎನ್ನುವರು. ಅಂದರೆ ನಮಗಾಗುವ ಎಲ್ಲಾ ಅನುಭವಗಳು ಕಲಿತ ವಿಷಯಗಳು ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡಿದ ಅಂಶಗಳು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಘರ್ಷಣೆಗಳಾಗಿ ವಿಸ್ಮೃತಿಯಾಗಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥಿಯಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಎರಡು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಅಸಂಬದ್ಧ ಉಚ್ಚಾರಾಂಶಗಳ (ಪಟ್ಟಿ A ಮತ್ತು ಪಟ್ಟಿ B) ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಒಂದರ ನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ಕಲಿಯಲು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ, ಕಲಿತ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ A ಪಟ್ಟಿಯ ಪದಗಳನ್ನು ಬರೆಯಲು ತಿಳಿಸಿ, ಆಗ B ಪಟ್ಟಿಯ ಕೆಲವು ಪದಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಕಲಿಕೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕಲಿತದ್ದು ಇನ್ನೊಂದನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ A ಪಟ್ಟಿಯ ಪದಗಳನ್ನು ಬರೆಯುವಾಗ B ಪಟ್ಟಿಯ ಪದಗಳು ನೆನಪಿಗೆ ಬರಬಹುದು.

ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಅಥವಾ ನಿರೋಧದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ. ಪ್ರತಿರೋಧಾತ್ಮಕ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಅಥವಾ ನಿರೋಧ (ಮುಂದಕ್ಕೆ ಚಲಿಸುವುದು) ಅಂದರೆ ಹಿಂದೆ ಕಲಿತದ್ದು ಈಗ ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಹೊಸ ವಿಷಯವನ್ನು ಕಲಿಯುವುದರಿಂದ ನೀವು ಮೊದಲು ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಮೊದಲು ಕಲಿತದ್ದಕ್ಕೂ ಅನಂತರ ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಮ್ಯ ಇದ್ದರೆ ಪ್ರತಿರೋಧಾತ್ಮಕ ನಿರೋಧ ಅಧಿಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಇವೆರಡಕ್ಕೂ ಸಾಮ್ಯವೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಿರೋಧ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿಮಗೆ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ತಿಳಿದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಫ್ರೆಂಚ್ ಕಲಿಯಲು ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿರೋಧಾತ್ಮಕ ನಿರೋಧ ಕಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಂಡೆದೆ ನೀವು ಪ್ರಸ್ತುತ ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಫ್ರೆಂಚ್ ಪದಗಳು ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಪದಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಡ್ಡಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು ಅನುರೋಧಾತ್ಮಕ ನಿರೋಧ ಅಥವಾ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಅಂದರೆ ಹಿಂದೆ ಕಲಿತ ಪಾಠ ಇಂದು ಕಲಿಯುವ ಪಾಠವನ್ನು ನಾಶ ಪಡಿಸಿದರೆ ಅನುರೋಧಾತ್ಮಕ ನಿರೋಧ ಎನ್ನುವರು. ಇದರ ವಿಶಿಷ್ಟ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿನ್ಯಾಸವನ್ನು ಕೋಷ್ಟಕ 6.1ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ 6.1 ಪ್ರತಿರೋಧಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಅನುರೋಧಾತ್ಮಕ ನಿರೋಧದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿನ್ಯಾಸಗಳು

ಅನುರೋಧಾತ್ಮಕ ನಿರೋಧ	**ಹಂತ 1**	**ಹಂತ 2**	**ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಹಂತ**
ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪು	'ಎ' ಯು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ	'ಬಿ' ಯು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ	'ಎ' ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ
ನಿಯಂತ್ರಿತ ಗುಂಪು	'ಎ' ಯು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ	ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ	'ಎ' ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ
ಅನುರೋಧಾತ್ಮಕ ನಿರೋಧ			
ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪು	'ಎ' ಯು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ	'ಬಿ' ಯು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ	'ಬಿ' ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ
ನಿಯಂತ್ರಿತ ಗುಂಪು	ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ	'ಬಿ' ಯು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ	'ಬಿ' ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 6.4 ದಮನಿತ ಸ್ಮೃತಿ

ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಆಘಾತಕಾರಿ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆಘಾತಕಾರಿ ಅನುಭವವು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನೋಯಿಸುತ್ತದೆ. ಸಿಗ್ಮಂಡ್ ಫ್ರಾಯ್ಡ್‌ರವರು ಆದ ಅನುಭವಗಳು ಸುಪ್ತ ಚೇತನದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿ, ಚೇತನದಲ್ಲಿ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ಕೆಲವು ಮುಜುಗರ, ನೋವು, ಭಯ, ಬೆದರಿಕೆ ಮುಂತಾದವುಗಳು ದಮನ ಹೊಂದಿ ಅಂತಹ ನೆನಪು ಪ್ರಜ್ಞಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಘಾತಕಾರಿ ಅನುಭವಗಳು ಮಾನಸಿಕ ವಿಸ್ಮೃತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ತಮಗಾದ ಆಘಾತಕಾರಿ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಂತವರು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲಾರದೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ನರಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ತೀವ್ರವಾದ ವಿಸ್ಮರಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪಲಾಯನ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯು ಕೂಡ ಕಾಡಬಹುದು. ಈ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಲಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಹೊಸ ಹೆಸರು, ಗುರುತು, ವಿಳಾಸ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಊಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ದ್ವಿ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಇವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಹೆಚ್ಚು ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡಗಳು ಮರೆವಿಗೆ ಕಾರಣ ಆದರೂ ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ದುಡಿಯುವವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕ ಗಳಿಸಬೇಕೆಂದು ಓದುವವರಲ್ಲಿ ಅವರುಗಳ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ದೀರ್ಘ ಸಮಯವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೂ ಕೂಡ ಮರೆಯಬಹುದು.

ಹಿಂದಾದದ್ದನ್ನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವೈಫಲ್ಯದಿಂದ ಮರೆಯುವುದು (Forgetting due to Retrieval Failure)

ಅಹಿತಕರ ಅನುಭವಗಳು, ತೀವ್ರ ಮಾನಸಿಕ ಅಥವಾ ವೇದನೆ ಉಂಟುಮಾಡಿದ ಅನುಭವಗಳು ಮಾನಸಿಕ ಅಜಾಗೃತ ಭಾಗಕ್ಕೆ ನಮಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ತಳ್ಳಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಮರೆವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನೆನಪಿನ ಅಂಶಗಳು ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ ಕ್ಷೀಣಿಸಿದ ಕಾರಣದಿಂದ (ಅನುಪಯೋಗ ಸಿದ್ಧಾಂತದಿಂದ ಸೂಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟಂತೆ) ಮತ್ತು ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪದ ಕಾರಣದಿಂದ ವಿಸ್ಮೃತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೆನಪುಗಳ ಸೂಚನೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇವುಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿದ ನಂತರವೇ ನೆನಪು ಸುಲಭವಾಗಿ ಉಂಟಾಗುವುದು, ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಟುಲ್ವಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಅನುಚರರು ನಮಗೆ ಆದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರತ್ಯಯಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿದ್ದಾರೆ. ವಿಷಯವನ್ನು ಸಂಕೇತಗೊಳಿಸಿ, ವರ್ಗೀಕರಿಸಿ ಶೇಖರಣೆ ಮಾಡಿದ್ದರೆ ಅದು ದೊರೆಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಸಾಲದಾದರೆ ದೊರೆಯುವುದು ದುರ್ಬಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸುಳಿವುಗಳು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆಂದು ಹಲವು ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದರು.

ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯ ಸಹಾಯದಿಂದ ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಗುಡಿಸಲು, ಕಣಜ, ಕಾಟೇಜ್, ಚಿನ್ನ, ಕಂಚು, ಇರುವೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನೀವು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ಇದರಲ್ಲಿ ಪದಗಳು ಆರು ವರ್ಗಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದವು. (ವಾಸಿಸುವ ಸ್ಥಳಗಳು, ಕೀಟಗಳ ಹೆಸರುಗಳು, ಲೋಹದ ವಿಧಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ) ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಲು ಕೇಳಿದರೆ ನೀವು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೆರಡು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ನಂತರದ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ವರ್ಗದ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಸಹ ಒದಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾಪಕ ಒಟ್ಟು ಸಮೀಪದಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ಉದಾಹರಣೆಯಲ್ಲಿ ವರ್ಗದ ಹೆಸರುಗಳ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಸೂಚನೆಗಳಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ವರ್ಗದ ಹೆಸರುಗಳ ಹೊರತಾಗಿ, ನೀವು ಕಲಿಯುವ ಭೌತಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶವು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು (Enhancing Memory)

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ದೃಢವಾದ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಾದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಯಾರು ತಾನೆ ತುಂಬಾ ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಮುಜುಗರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಜ್ಞಾಪಕ ವೈಫಲ್ಯಗಳ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ? ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿತ ನಂತರ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ. ಹಲವಾರು ವ್ಯೂಹಗಳ ಮುಖಾಂತರ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅವುಗಳನ್ನು Mnemonics (ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳು) ಎನ್ನುವರು. ಇವುಗಳು ನಿಮ್ಮ ಸ್ಮೃತಿಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಗಳ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇತರರು ಕಲಿತ ಮಾಹಿತಿಯ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಸಂಘಟನೆಗೆ ಒತ್ತು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಈಗ ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಸುಧಾರಣೆಗಾಗಿ ನೀಡಲಾದ ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯೋಣ.

ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡ ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳು (Mnemonics using Images)

ಹೆಚ್ಚು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ನೋಡಿದ ಸನ್ನಿವೇಶ, ಆಗುವ ಸಂವಹನ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಚಿತ್ರಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಎರಡು ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಅವುಗಳು :

a) ಪ್ರಮುಖ ಪದ ವಿಧಾನ (The Keyword Method)

b) ಸ್ಥಳಗಳ ಜೊತೆ ಅರ್ಥ ಕಲ್ಪಿಸುವುದು (Method of Loci)

a) ಪ್ರಮುಖ ಪದ ವಿಧಾನ:–

ನೀವು ಯಾವುದೇ ವಿದೇಶಿ ಭಾಷೆಯ ಪದಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ಮೇಲಿನ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ವಿದೇಶಿ ಭಾಷೆಯ ಪದವನ್ನು ಹೋಲುವ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಪದವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಪದವು ಪ್ರಮುಖ ಪದವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಡಕ್‌ಗೆ (Duck) ಸ್ಪ್ಯಾನಿಷ್ ಪದವಾದ ಪ್ಯಾಟ್ಟೊ (Pato) ಅನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದರೆ ನೀವು Pato ಅನ್ನು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ನಂತರ ಪ್ರಮುಖ ಪದ ಮತ್ತು ಗುರಿ ಪದದ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು (ನೀವು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವ ಸ್ಪ್ಯಾನಿಷ್ ಪದ) ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂವಹಿಸುವಂತೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀರು ತುಂಬಿದ ಮಡಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಾತುಕೋಳಿಯನ್ನು ನೀವು ಊಹಿಸಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಕಂಠಪಾಠಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ವಿದೇಶಿ ಭಾಷೆಯ ಪದಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವ ಈ ವಿಧಾನವು ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ.

b) ಸ್ಥಳಗಳ ಜೊತೆ ಅರ್ಥ ಕಲ್ಪಿಸುವುದು:–

ಈ ವಿಧಾನದ ಮೂಲಕ ನೀವು ನೆನಪಿಡಲು ಬಯಸುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ದೃಶ್ಯಚಿತ್ರಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಜೋಡಿಸಲಾದ ವಸ್ತುಗಳಂತೆ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸರಣಿ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಈ ವಿಧಾನವು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮೊದಲು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು ಅಥವಾ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ದೃಶ್ಯೀಕರಿಸಿ. ನೀವು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಊಹಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಭೌತಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಹೋಗುವ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಬ್ರೆಡ್, ಮೊಟ್ಟೆ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಮತ್ತು ಸೂಪ್ (ಸಾಂಬಾರ್) ಅನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ನಿಮ್ಮ ಅಡಿಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಿರುವ ಬ್ರೆಡ್ ಮತ್ತು ಮೊಟ್ಟೆಗಳು ಟೊಮ್ಯಾಟೊಗಳನ್ನು ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಸ್ನಾನದ ರೂಮಿನಲ್ಲಿ ಸೋಪನ್ನು ನೀವು ದೃಶ್ಯೀಕರಿಸಬಹುದು. ನೀವು ಮಾರ್ಕೆಟನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದು ನಿಮ್ಮ ಅಡಿಗೆ ಮನೆಯಿಂದ ಸ್ನಾನದ ಗೃಹದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಶಾಪಿಂಗ್ ಪಟ್ಟಿಯ ಎಲ್ಲಾ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ನಡಿಗೆಯನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು.

ವ್ಯವಸ್ಥಿತಗೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡ ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳು (Mnemonics using organisation)

ವ್ಯವಸ್ಥಿತಗೊಳಿಸುವುದು ನೀವು ನೆನಪಿಡಲು ಬಯಸುವ ವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕ್ರಮವನ್ನು ಹೇರುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ವ್ಯವಸ್ಥಿತಗೊಳಿಸುವಿಕೆಯ ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳು ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 6.4

ಈ ಕೆಳಗೆ ಎರಡು ಪದ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ನೀವು ಮೊದಲ ಪದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮೊದಲು ಓದಿ ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡಿ. ತಪ್ಪಿಲ್ಲದಂತೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಂತರ ಎರಡನೇ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡಿ. ಸರಿಯಾಗಿ ತಪ್ಪಿಲ್ಲದಂತೆ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಒಂದು ಗಂಟೆ ಕಾಲ ನೀವು ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡಿದ ಪದಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಕಡೆ ಓದುವುದರಲ್ಲಿ ಮಗ್ನರಾಗಿ. ಈಗ ಮೊದಲ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪದಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ. ಸರಿಯಾಗಿ ಬರೆದ ಪದಗಳು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಾಗಿ ಬರೆದ ಪದಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಗುರುತಿಸಿ.

ಪಟ್ಟಿ 1

ಮೇಕೆ	ಕುರಿ	ಚಿರತೆ
ನರಿ	ಕೋತಿ	ಒಂಟೆ
ಹೇಸರಗತ್ತೆ	ಜಿಂಕೆ	ಅಳಿಲು
ಕುದುರೆ	ಚೀತಾ	ತೋಳ
ಹಾವು	ಮೊಲ	ಗಿಳಿ

ಪಟ್ಟಿ 2

ಹಂದಿ	ಆನೆ	ಕತ್ತೆ
ಪಾರಿವಾಳ	ನಾಗರಹಾವು	ಹುಲಿ
ಮೈನಾ	ಸಿಂಹ	ಕರು
ಕರಡಿ	ನರಿ	ಕಾಗೆ
ಎಮ್ಮೆ	ಇಲಿ	

ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ವಿನಂತಿಸಿ ಸಹಕಾರ ಪಡೆದು ಪದಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ತಿಳಿಸಿ. ನಂತರ ಅವರ ಜೊತೆ ಚಹಾ ಕುಡಿದು ಒಂದು ಹಾಡನ್ನು ಹಾಡುವುದು. ಕೆಲವು ಸಂಭಾಷಣೆಯೊಡನೆ ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ನಂತರ ಅವರು ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡಿದ ಪದಗಳನ್ನು ಬರೆಯಲು ತಿಳಿಸಿ. ಹಾಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತ ಬರೆದ ಪದಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಯೊಡನೆ ಹೋಲಿಸಿ.

a] ವಿಭಾಗ (ಮುರುಕು) (Chunking) :-

ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವಾಗ ವಿಭಾಗ (Chunking) (ಮುರುಕು) ಹೇಗೆ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಈ ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಸಣ್ಣ ಘಟಕಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸಿ ದೊಡ್ಡ ಭಾಗಗಳನ್ನಾಗಿ ರೂಪಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಭಾಗಗಳನ್ನು ರಚಿಸಲು ಸಣ್ಣ ಘಟಕಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸಿ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ವ್ಯವಸ್ಥಿತಗೊಳ್ಳುವ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನವಲ್ಲದೆ ಸ್ಮೃತಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಮುರುಕು ಅಥವಾ ವಿಭಾಗ (Chunking) ವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

b] ಮೊದಲ ಅಕ್ಷರ ತಂತ್ರ (First Letter Technique) :-

ಮೊದಲ ಅಕ್ಷರದ ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಿ ನೆನಪನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನೀವು ನೆನಪಿಡಲು ಬಯಸುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪದದ ಮೊದಲ ಅಕ್ಷರವನ್ನು ಆಯ್ದು ಇನ್ನೊಂದು ಪದ ಅಥವಾ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಳೆಬಿಲ್ಲಿನ ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. (VIBGYOR - Violet, Indigo, Blue, Green, Yellow, Orange, Red)

ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯ ವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ಬಳಸುವ ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯ ತಂತ್ರಗಳು ತುಂಬಾ ಸರಳವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪಕ ಕಾರ್ಯಗಳ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಅಂದಾಜು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳ ಬದಲಿಗೆ ಒಂದು ಸಮಗ್ರ ವಿಧಾನವನ್ನು ನೆನಪನ್ನು ಉತ್ತಮ ಪಡಿಸಲು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿಯ ಸುಧಾರಣೆಗೆ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯೋಣ.

(a) ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದ ಸಂಸ್ಕರಣೆ (ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ) (Engage in Deep Level Processing) :–

ನೀವು ಯಾವುದೇ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದರೆ ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕ್ರಾಕ್ ಮತ್ತು ಲಖಾಟ್ (Crack and Lockhart) ರವರ ಪರಿಭಾಷೆಯ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವುದಾದರೆ ಅದರ ಮೇಲ್ಮೈ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳಿಗೆ ಹಾಜರಾಗುವುದಕ್ಕಿಂತ ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಅರ್ಥ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಇದರಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು. ಅದರ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ತಿಳಿದಿರುವ ಸಂಗತಿಗಳಿಗೆ ಅದರ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಹೊಸ ಮಾಹಿತಿಯು ನಿಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಜ್ಞಾನದ ಚೌಕಟ್ಟಿನ ಭಾಗವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತವೆ.

(b) ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು (Minimise Interference) :–

ನಾವು ಓದಿರುವಂತೆ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪವು ಮರೆತು ಹೋಗಲು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖವಾದ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಅದನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ತಪ್ಪಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಂದು ಅನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕಲಿತಾಗ ಗರಿಷ್ಠ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಇದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಂದರ ನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ಕಲಿಯದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿ, ಬದಲಾಗಿ ಹಿಂದಿನ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಇತರ ವಿಷಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ವಿತರಿಸಿ. ಇದರರ್ಥ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಾಗ ನಿಮಗೆ ಮಧ್ಯಂತರ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಅವಧಿಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು.

(c) ಸಾಕಷ್ಟು ಮರುಪಡೆಯುವ ಸುಳಿವುಗಳನ್ನು ನೀವು ಬಳಸುವುದು (Give yourself Enough Retrieval Cues) :–

ನೀವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಕಲಿಯುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನದ ವಸ್ತುವಿನಲ್ಲಿ ಆಂತರಿಕ ಸುಳಿವುಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ. ಅವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನ ಸಾಮಗ್ರಿಯ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಸುಳಿವುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸೂಚನೆಗಳು ಹಾಗೂ ವಿಷಯದ ನಡುವೆ ನೀವು ರಚಿಸಿದ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮರುಪಡೆಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಥಾಮಸ್ ಮತ್ತು ರಾಬಿನ್ಸನ್‌ರವರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮತ್ತೊಂದು ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. PQRST ವಿಧಾನ ಇದು ಒಂದು (ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ರೂಪ) Acronym ಅಂದರೆ P-Preview (ಪೂರ್ವ ವೀಕ್ಷಣೆ) Q - Question (ಪ್ರಶ್ನೆ) R - Read (ಓದು) S- Self recitation (ಸ್ವಯಂ ಪಠಣ) T - Test (ಪರೀಕ್ಷೆ)ಎಂದಾಗಿದೆ. ಪೂರ್ವ ವೀಕ್ಷಣೆಯ ಅಧ್ಯಯನದ ಮೇಲೆ ಮೇಲ್ನೋಟ ನೀಡುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಅದರ ವಿಷಯಗಳೊಂದಿಗೆ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಪರಿಚಿತಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದರ ಮುಖಾಂತರ ಪಾಠದ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು. ಈಗ ಓದಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ನೀವು ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ಓದಿದ ನಂತರ ಪುನಃ ಬರೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಮತ್ತು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಎಂಬುದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ.

ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಟಿಪ್ಪಣಿ ಏನೆಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಯಾವುದೇ ಒಂದು ದಿನದ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮ ಪಡಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿತಿ, ನಿಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೇರಣೆ, ವಿಷಯ ಪರಿಚಿತ ಅನುಭವ ಮುಂತಾದವುಗಳು ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಉತ್ತಮ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿಯ ಸುಧಾರಣೆಗಾಗಿ ಹಲವಾರು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು.

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು

ವಿಭಾಗ (ಮುರುಕು), ನಿಯಂತ್ರಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ, ಎಕೋಹಿಕ್ ಸ್ಮೃತಿ, ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದು, ವಿಸ್ಮೃತಿ ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸ, ಫ್ಲ್ಯಾಗ್ ಸ್ಟೇಟ್, ಮಾಹಿತಿ ಸಂಸ್ಕರಣ ವಿಧಾನ, ನಿರ್ವಹಣೆ, ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸ, ನಿರ್ವಹಣೆ, ಸ್ಮೃತಿ ರಚನೆ, ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರ, ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿ, ಸರಣಿ ಪುನರುತ್ಪಾದನೆ ಕಾರ್ಯಸ್ಮರಣೆ.

ಸಾರಾಂಶ

- ಸ್ಮೃತಿಯು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದು. ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಮತ್ತು ನೆನಪಿನಾಳದಿಂದ ಹೊರತೆಗೆಯುವುದು. ಈ ಮೂರು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಿತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.
- ಒಳಬರುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿ ಸ್ಮೃತಿಯ ಸ್ವರೂಪಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ನೋಂದಾಯಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಮತ್ತು ನೆನಪಿನಾಳದಿಂದ ಹೊರತೆಗೆಯುವುದು ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಕಾಲದವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.
- ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮಾದರಿಗಳು ಗಣಕಯಂತ್ರದ ಕಾರ್ಯಗಳಂತೆ ಹೋಲಿಸಿ ಒಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂವೇದನಾ ಸ್ಮೃತಿ, ಅಲ್ಪಾವಧಿ ಸ್ಮೃತಿ, ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಸ್ಮೃತಿಗಳಾಗಿ ನಮ್ಮ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.
- ನಮಗಾದ ಅನುಭವಗಳು ಮೂರು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ (Encoding) ಅವುಗಳೆಂದರೆ ರಚನಾತ್ಮಕ ಫೋನೆಟಿಕ್ ಮತ್ತು ಲಾಕ್ಷಣಿಕ (Semantic). ಇದರ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಉತ್ತಮಧಾರಣಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.
- ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಹಲವು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ಗೀಕರಿಸಲಾಗದೆ.
- ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿರುವ ಮಾಹಿತಿ ನಷ್ಟ ವಿಸ್ಮೃತಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪದ ಪರಿಣಾಮ, ಸುಳಿವುಗಳ ಕೊರತೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಂದ ವಿಸ್ಮೃತಿ ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣ.
- ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳು ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವ ತಂತ್ರವಾಗಿದೆ. ಕೆಲವು ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಸ್ಥಳಗಳ ಜೊತೆ ಅರ್ಥ ಕಲ್ಪಿಸಿ, ಕಲಿತ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಒತ್ತು ನೀಡುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

1. 'ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದು' 'ಸಂಗ್ರಹಣೆ' ಮತ್ತು 'ನೆನಪಿನಾಳದಿಂದ ಹೊರ ತೆಗೆಯುವುದು' ಪದಗಳ ಅರ್ಥವೇನು?
2. ಸಂವೇದನಾ, ಅಲ್ಪಾವಧಿ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಂಸ್ಕರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ?
3. ನಿರ್ವಹಣಾ ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸಗಳು ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸಗಳಿಗಿಂತ ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ?
4. ಘೋಷಣಾತ್ಮಕ (Declarative) ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯವಿಧಾನ (Procedural) ಸ್ಮೃತಿಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಬರೆಯಿರಿ.
5. ವಿಸ್ಮೃತಿಯು ಏಕೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ?
6. ನೆನಪಿನಾಳದಿಂದ ಹೊರ ತೆಗೆಯುವಿಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಸ್ಮೃತಿಯು ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪದಿಂದ ಮರೆತುಹೋಗುವಿಕೆಯಿಂದ ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ?
7. ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳು ಎಂದರೇನು? ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಿ.

ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಘಟನೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಬರೆಯಿರಿ. ಅದು ನಿಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನೆನಪಿದೆಯೋ. ಇತರರನ್ನು ಅದೇ ರೀತಿ ಮಾಡಲು ವಿನಂತಿಸಿ (ನಿಮ್ಮ ಸಹೋದರ/ಸಹೋದರಿ, ಪೋಷಕರು ಅಥವಾ ಇತರ ಸಂಬಂಧಿಕರು/ಸ್ನೇಹಿತರು) ಹೀಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು ವಿಚಾರಿಸಿ ಮೊದಲ ಮತ್ತು ನಂತರ ಇವರು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ. ಸಾಮ್ಯತೆ ಮತ್ತು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.

ಅಧ್ಯಾಯ 7

ಆಲೋಚನೆ
Thinking

ಈ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ನೀವು ಅರಿಯಲಿರುವ ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು

- ಆಲೋಚನೆ ಹಾಗೂ ತಾರ್ಕಿಕತೆಯ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು.
- ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ ಹಾಗೂ ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಕೆಲವು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಮಾಣೀಕರಿಸುವುದು.
- ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವರೂಪ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿ ಬಲಪಡಿಸುವುದು.
- ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಯ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು.

  ಹಾಗೂ
- ಭಾಷಾ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಉಪಯೋಗಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿವುದು.

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ

ಪೀಠಿಕೆ
ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವಭಾವ
ಆಲೋಚನೆಯ ವಿನ್ಯಾಸ
ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 7.1)
ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು
ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ
ತಾರ್ಕಿಕತೆ
ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ
ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವಭಾವ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ
ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವಭಾವ
ಪರ್ಯಾಯ ಆಲೋಚನೆ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 7.2)
ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ
ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ತಂತ್ರಗಳು
ಆಲೋಚನೆ ಹಾಗೂ ಭಾಷೆ
ಭಾಷೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಉಪಯೋಗಗಳು
ದ್ವಿಭಾಷಾವಾದ ಮತ್ತು ಬಹುಭಾಷಾವಾದ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 7.3)
ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು
ಸಾರಾಂಶ
ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

"ಒಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಹೆಸರಿಟ್ಟು ಗುರುತಿಸುವುದರಿಂದ ಆರಂಭಿಸಿ ಒಂದೊಂದೇ ಮೆಟ್ಟಿಲನ್ನೇರುತ್ತಾ ಸಾಗುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಫಲಿತಾಂಶ ಮಾತ್ರ ಅದ್ಭುತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ತೊದಲು ನುಡಿಯಿಂದ ಆರಂಭಿಸಿ ಶೇಕ್ಸ್ಪಿಯರ್‌ನ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರೆಗಿನ ನಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅಪಾರ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು"...

–ಹೆಲನ್ ಕೆಲ್ಲರ್

ಪೀಠಿಕೆ (Introduction)

ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಯೋಚಿಸಿ: ನಿಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಹಾಗೂ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ 'ಯೋಚನೆ' ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿರೆಂದು ಬಹುಶಃ ನೀವು ನೆನಪು (ನಾನು ಆಕೆಯ ಹೆಸರನ್ನು ಯೋಚಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ) ಪದದ ಸಮನಾರ್ಥಕವಾಗಿಯೂ, ಗಮನ ನೀಡುವಿಕೆ (ಯಾವುದಾದರು ಒಂದು ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದು) ಅಥವಾ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಲು (ಇಂದು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ) ಯೋಚನೆ ಪದವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ. ಯೋಚನೆ ಪದವು ಹಲವಾರು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಯು ಸ್ವತಂತ್ರ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ತನ್ನದೇ ಆದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ, ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ವಸ್ತು ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಿರ್ಧಾರ ಹಾಗೂ ಆಯ್ಕೆಮಾಡುವುದನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ, ಮುಂದುವರೆದು ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಅದು ಏನನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಸಹ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗುವುದು. ಚಿಕ್ಕ ಮಗುವೊಂದು ಬ್ಲಾಕ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಮರಳಿನಿಂದ ಗೋಪುರವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದನ್ನು ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ನೋಡಿದ್ದೀರಾ? ಮಗು ಒಂದು ಗೋಪುರವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ಕೆಡವುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದನ್ನು ತಯಾರಿಸುತ್ತದೆ ಇದನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಮಗು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತದೆ ಈ ಮಾತು ಮಗು ತಾನು ಅನುಸರಿಸಿರುವ ಅಥವಾ ಅನುಸರಿಸಲು ಬಯಸುವ ಹಂತಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ (ಇದಲ್ಲ, ಸ್ವಲ್ಪ ಚಿಕ್ಕದು, ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಮರ) ವಿನ್ಯಾಸದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು (ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ) ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಾಗ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ನಾವೇ ಮಾತನಾಡಿರುವುದನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲ ಅನುಭವಿಸಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಯೋಚಿಸುವಾಗ ಏಕೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ? ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಯ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವೇನು? ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಭಾಷೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಭಾಷೆ ಹಾಗೂ ಆಲೋಚನೆಯ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆಲೋಚನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ಚರ್ಚೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಮಾನವನ ಸಂಜ್ಞಾನದ ಆಧಾರವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸುವುದು ಅವಶ್ಯಕ.

ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವಭಾವ (Nature of Thinking)

ಆಲೋಚನೆಯು ಎಲ್ಲಾ ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಅಥವಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೂಲಾಧಾರವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಮಾನವರಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿದೆ. ಇದು ಪರಿಸರದಿಂದ ಪಡೆದ ಮಾಹಿತಿಯ ಕುಶಲತೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವರ್ಣ ಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡುವಾಗ ನೀವು ಕೇವಲ ವರ್ಣ ಚಿತ್ರದ ಬಣ್ಣ ಅಥವಾ ರೇಖೆಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಟ್ರೋಕ್‌ಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಬದಲಿಗೆ ನೀವು ಅದರ ಅರ್ಥವನ್ನು ಅರ್ಥೈಸುವಲ್ಲಿ ನೀಡಿರುವ ಅಗತ್ಯ ಪಠ್ಯವನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗುವಿರಿ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಸಲು ನೀವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವಿರಿ. ಚಿತ್ರಕಲೆಯ ತಿಳುವಳಿಕೆಯು ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಲಾದ ಹೊಸ ಅರ್ಥವನ್ನು ರಚಿಸುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಚಿಂತನೆಯು ಉನ್ನತ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದ್ದು ಅದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಸ್ವಾಧೀನ ಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಅಥವಾ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅಂತಹ ಕುಶಲತೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯು ಅಮೂರ್ತತೆ, ತಾರ್ಕಿಕತೆ, ಕಲ್ಪನೆ, ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ, ನಿರ್ಣಯ ಮತ್ತು ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಆಲೋಚನೆಯು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸಂಘಟಿತವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಗುರಿಯತ್ತ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲಾ ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಅಡುಗೆಯಿಂದ ಹಿಡಿದು ಗಣಿತದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವವರೆಗೂ ಒಂದು ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಒಂದು ಕಾರ್ಯವು ಪರಿಚಿತವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಆ ಕಾರ್ಯದ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಆತ ಊಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ಹಿಂದೆ ಅನುಸರಿಸಿದ ಹಂತಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಲು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಆಲೋಚನೆಯು ಆಂತರಿಕವಾದ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ ಇದನ್ನು ನಾವು ಬಹಿರಂಗ ನಡವಳಿಕೆಯಿಂದ ಊಹಿಸಬಹುದು. ಚೆಸ್ ಆಟಗಾರರು ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುವ ಮೊದಲು ಹಲವಾರು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿದರೆ ಅವನು ಏನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಅವನ ಮುಂದಿನ ನಡೆಯಿಂದ ಅವನು ಏನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದನು ಅಥವಾ ಅವನು ಯಾವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದನೆಂದು ನೀವು ಸರಳವಾಗಿ ಊಹಿಸಬಹುದು.

ಆಲೋಚನೆಯ ವಿನ್ಯಾಸ

ಆಲೋಚನೆಯು ನಾವು ಈಗಾಗಲೇ ಹೊಂದಿರುವ ಜ್ಞಾನದ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅಂತಹ ಜ್ಞಾನವು ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ಪದಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಜನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ಪದಗಳ ಮೂಲಕ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬಹಳ ಹಿಂದೆ ನೀವು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ತಲುಪಲು ನೀವು ರಸ್ತೆಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ ನೀವು ರಸ್ತೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಸ್ಥಳಗಳ ದೃಶ್ಯ

ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಬಳಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ನೀವು ಕತೆ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಬಯಸಿದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯು ವಿಭಿನ್ನ ಲೇಖಕರು, ವಿಭಿನ್ನ ವಿಷಯಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗೆಗಿನ ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯು ಪದಗಳು ಅಥವಾ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ. ಈಗ ಮೊದಲು ನಾವು ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ ನಂತರ ಮಾನವನ ಆಲೋಚನೆಯ ಆಧಾರವಾಗಿ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳತ್ತ ಹೊರಳುತ್ತೇವೆ.

ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರ

ಒಂದು ಬೆಕ್ಕು ಅದರ ಬಾಲವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿ ಬಾಗಿದ ಮರದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿರುವುದನ್ನು ಊಹಿಸಲು ನಾನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಇಡೀ ಸನ್ನಿವೇಶದ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ನೀವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಹುಡುಗಿ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೋ ಅದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ (ಚಿತ್ರ 7.1)

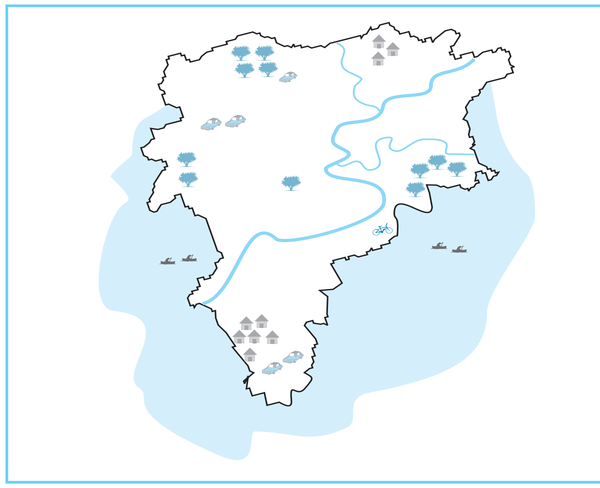
ಚಿತ್ರ 7.1: ಹುಡುಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ

ಈಗ ಮತ್ತೊಂದು ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ತಾಜಮಹಲ್ ಮುಂದೆ ನಿಂತಿರುವಂತೆ ಊಹಿಸಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಊಹಿಸಿದ್ದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಊಹಿಸುವಾಗ ನೀವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ತಾಜಮಹಲಿನ ದೃಶ್ಯದ ಚಿತ್ರವನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಹಾಗೂ ಅದೇ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಕಣ್ಣಿನ ಮೂಲಕವೂ ನೋಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ.

ಯಾರಿಗಾದರೂ ನಿರ್ದೇಶನಗಳನ್ನು ನೀಡುವಾಗ ನಕ್ಷೆಯನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಏಕೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ? ಈಗ ನಕ್ಷೆಯನ್ನು ಓದುವ ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಅನುಭವವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ವಿವಿಧ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಭೌತಿಕ ನಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಿದ್ದು ಇದನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ನೀವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಚಿತ್ರವೂ ಸಂವೇದನಾ ಅನುಭವದ **ಮಾನಸಿಕ ನಿರೂಪಣೆಯಾಗಿದೆ;** ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಥಳಗಳ ಮತ್ತು ಘಟನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಇದನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ಚಟುವಟಿಕೆ 7.1

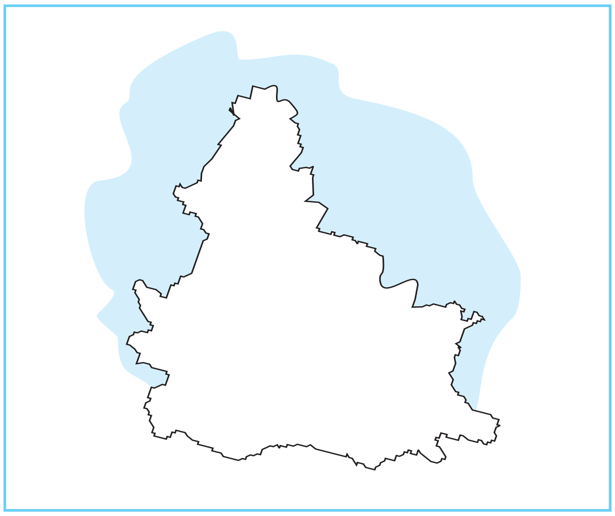
ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಚಿತ್ರ 7.2 a ನಲ್ಲಿರುವ ನಕ್ಷೆಯನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ನೀಡಿ. ನಂತರ ಅವರಿಗೆ ಖಾಲಿ ನಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಲಾದ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಲು ಕೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿ ಆನಂತರ ಚಿತ್ರ 7.2 b ನಲ್ಲಿರುವಂತೆ ವಿವಿಧ ಸ್ಥಳಗಳ ಯಾವುದೇ ಸೂಚನೆಗಳಿಲ್ಲದ ನಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿ. ಮೊದಲ ನಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ನೋಡಿದ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಹೇಳಿ. ನಂತರ ಅವರು ಹೇಗೆ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಎಂದು ಕೇಳಿ ಆಗ ಅವರು ಇಡೀ ಸನ್ನಿವೇಶದ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಹೇಗೆ ರೂಪಿಸಿದರೆಂದು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಲು ಬಹುಷಃ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.



ಚಿತ್ರ 7.2a ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವ ನಕ್ಷೆ

ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

ಸಿಂಹವು ಪಕ್ಷಿಯಲ್ಲ ಆದರೆ ಗಿಳಿ ಪಕ್ಷಿ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತು? ನೀವು ಇದನ್ನು ಈಗಾಗಲೇ ಹಿಂದಿನ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಓದಿದ್ದೀರಿ. ನಮಗೆ ಪರಿಚಿತ ಅಥವಾ ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲದ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಘಟನೆಯನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನಾವು ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಘಟನೆಯನ್ನು ಅದರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯುವ ಮೂಲಕ ಗುರುತಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ ಅದನ್ನು ಈಗಾಗಲೇ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಘಟನೆಗಳ ವರ್ಗದೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಸುತ್ತೇವೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಾವು ಸೇಬನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಹಣ್ಣು ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಮೇಜನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಪೀಠೋಪಕರಣ ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾಯಿಯನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಪ್ರಾಣಿ ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆ ಇತ್ಯಾದಿ. ಹೊಸ ವಸ್ತುವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನಾವು ಅದರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ವರ್ಗದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ ಮತ್ತು ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ನಾವು ಆ ವರ್ಗದ ಹೆಸರನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವಾಗ ನಾಯಿಯಂತಹ ಮುಖವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಅದರ ಬಾಲವನ್ನು ಅಲ್ಲಾಡಿಸುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಅಪರಿಚಿತರನ್ನು ಬೊಗಳುತ್ತಾ ಬಹಳ ಚಿಕ್ಕ



ಚಿತ್ರ 7.2b ಮೇಲೆ ಕೆಳಗಾಗಿರುವ ಒಂದು ಖಾಲಿ ನಕ್ಷೆ

ಗಾತ್ರದ ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲದ ಚತುರ್ಭುಜವನ್ನು ನೀವು ನೋಡುತ್ತೀರಿ ನೀವು ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ಅದನ್ನು ನಾಯಿ ಎಂದು ಗುರುತಿಸುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಬಹುಶಃ ಇದು ಹೊಸ ತಳಿ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಿ ಅದನ್ನು ನೀವು ಹಿಂದೆಂದು ನೋಡಿಲ್ಲ ಇದು ಅಪರಿಚಿತರನ್ನು ಕಚ್ಚುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೀವು ತೀರ್ಮಾನಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯು ಒಂದು ವರ್ಗದ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ವಸ್ತುಗಳು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಅಥವಾ ಘಟನೆಗಳ ವರ್ಗವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಏಕೆ ರೂಪಿಸಬೇಕು? ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯ ರಚನೆಯು ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಘಟಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವಾಗ ನಾವು ಅದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಶ್ರಮದಿಂದ ಮಾಡಬಹುದು. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಜೋಡಿಸಿಡಲು ನಾವು ಏನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಇದು ಹೋಲುತ್ತದೆ. ತುಂಬಾ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಂಘಟಿತವಾಗಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳು ನೋಟ್ಬುಕ್ಕುಗಳು, ಪೆನ್ನು, ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಮತ್ತು ಇತರೆ ಪರಿಕರಗಳಂತಹ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಬೀರುವಿನ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಅವರು ಬೆಳಗ್ಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಅಥವಾ ಜಾಮಿಟ್ರಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಕಷ್ಟ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

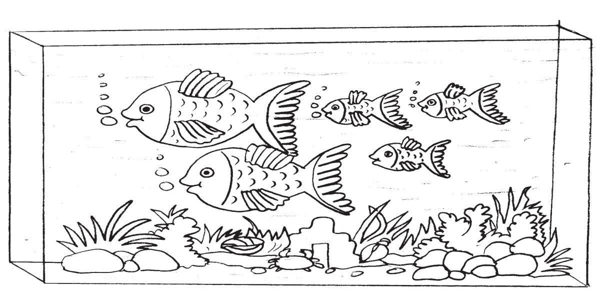
ಗ್ರಂಥಾಲಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ನೀವು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ವಿಷಯ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಆಯೋಜಿಸಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಶ್ರಮದಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಹುಡುಕಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರುತು ಮಾಡಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಲು ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳು ಹಾಗೂ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ವರ್ಗೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಚಟುವಟಿಕೆ 7.2 ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳು ಹೇಗೆ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬಹುದು.

ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು (The Proceses of Thinking)

ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ನಾವು ಆಲೋಚಿಸುವುದು ಎಂದರೆ ಏನು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವರೂಪವೇನು ಎಂದು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಆಲೋಚನೆಯು ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಗಳು ಹಾಗೂ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಆಧಾರವಾಗಿ ಬಳಸಿ ಬಳಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಕಲಿತಿದ್ದೇವೆ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಿಷಯವಾದ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರದಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಯು ಹೇಗೆ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸೋಣ.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 7.1 ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆ

ನಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಗಳು, ಮೌಲ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಆಚರಣೆಗಳು ನಾವು ಯೋಚಿಸುವ ರೀತಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಅಮೇರಿಕನ್ ಮತ್ತು ಏಷ್ಯನ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದರಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ (ನೀರಿನೊಳಗಿನ ದೃಶ್ಯ) ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗಿದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೆ ದೃಶ್ಯವನ್ನು ನೋಡಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಹೇಳಲಾಯಿತು. ನಂತರ ಅವರು ನೋಡಿದ್ದನ್ನು ವಿವರಿಸುವಂತೆ ಕೇಳಲಾಯಿತು. ಅಮೆರಿಕನ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅತಿ ದೊಡ್ಡ, ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಮತ್ತು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದರು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ದೊಡ್ಡ ಮೀನು, ಬಲಕ್ಕೆ ತಿರುಗುತ್ತದೆ) ಇದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಜಪಾನಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದರು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕೆಳಭಾಗವು ಕಲ್ಲಿನಿಂದ ಕೂಡಿದೆ ಅಥವಾ ನೀರು ಹಸಿರು) ಈ ರೀತಿಯ ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸಂಶೋಧಕರು ಅಮೆರಿಕನ್ನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೇಲಿನ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಆಧಾರವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸಂಶೋಧಕರು ಅಮೆರಿಕನ್ನರು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಬೇರೆಯಾಗಿಯೇ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗಾಗಿ ಅದನ್ನು "ವಿಶ್ಲೇಷಣಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆ" ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಏಶಿಯನ್ನರು (ಜಪಾನೀಯರು, ಚೀನಿಯರು, ಕೊರಿಯಾ ದೇಶದವರು) ವಸ್ತುಗಳ ಮತ್ತು ಹಿನ್ನೆಲೆಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗಾಗಿ ಇದನ್ನು "ಸಮಗ್ರ ಆಲೋಚನೆ" ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.



ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ (Problem Solving)

ಮುರಿದ ಸೈಕಲ್ ರಿಪೇರಿ ಮಾಡುವಾಗ ಅಥವಾ ಬೇಸಿಗೆ ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಯೋಜಿಸುವಾಗ ಅಥವಾ ಮುರಿದ ಸ್ನೇಹವನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುವಾಗ ನಾವು ಹೇಗೆ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತೇವೆ. ತಕ್ಷಣವೇ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸೂಚನೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಬೈಸಿಕಲ್ ಅನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿದಂತೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ತಲುಪುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಇತರೆ ವಿಷಯಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಕೀರ್ಣವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಸಮಯ ಹಾಗೂ ಶ್ರಮವನ್ನು ಬೇಡುತ್ತವೆ ಹಾಗಾಗಿ ತ್ವರಿತ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ತಲುಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವು ಗುರಿ ನಿರ್ದೇಶಿತ ಆಲೋಚನೆಯಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಒಂದು ಗುರಿಯತ್ತ ನಿರ್ದೇಶಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಅಡೆತಡೆಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಇಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಯಾವುದೇ ಸರಳ ಚಟುವಟಿಕೆಯಾಗಿರಬಹುದು ನಾವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಈಗಷ್ಟೇ ಬಂದಿರುವ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ತಿಂಡಿಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಬೇಕಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರದಲ್ಲಿ (ಆರಂಭಿಕ ಸ್ಥಿತಿ) ಅಂದರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಅಂತಿಮ ಸ್ಥಿತಿ (ಗುರಿ) ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಎರಡು ಆಧಾರಗಳನ್ನು ಹಲವಾರು ಹಂತಗಳು ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಟೇಬಲ್ 7.1 ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳ ನಿಮ್ಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ 7.1 ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಮಾನಸಿಕ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳು

ಶಿಕ್ಷಕರ ದಿನಾಚರಣೆಯಂದು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನಾಟಕವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನೋಡೋಣ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಅನುಕ್ರಮವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಮಾನಸಿಕ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ	ಸಮಸ್ಯೆಯ ಸ್ವರೂಪ
1) ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು	ಶಿಕ್ಷಕರ ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ವಾರ ಉಳಿದಿದೆ ಮತ್ತು ನಾಟಕವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಿಮಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ
2) ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವುದು	ನಾಟಕವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವಾದ ವಿಷಯವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ನಟ ನಟಿಯರು ಆಯ್ಕೆ, ಪ್ರದರ್ಶನದ ಹಣದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ
3) ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಯೋಚಿಸುವುದು ಉಪಗುರಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ	ನಾಟಕಕ್ಕಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ವಿವಿಧ ವಿಷಯವನ್ನು ಹುಡುಕಿ, ಕಲಾವಿದರನ್ನು, ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು, ಹಣವನ್ನು ಖರ್ಚು–ವೆಚ್ಚವನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ ತೂಗಿಸಲು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ
4) ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು (ನಾಟಕಗಳು) ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು	ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ನಾಟಕದ ಪೂರ್ವಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುವುದು
5) ಒಂದು ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸುವುದು	ನಾಟಕಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮವೆನಿಸಲು ವಿವಿಧ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಸಿ ಮತ್ತು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು.
6) ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು	ನಾಟಕವು (ಪರಿಹಾರ) ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಪಡೆದರೆ ನಿಮಗಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗಾಗಿ ಭವಿಷ್ಯದ ಉಲ್ಲೇಖಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಅನುಸರಿಸಿದ ಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ.
7) ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಪುನರ್ ವಿಮರ್ಶಿಸಿ ಮತ್ತು ಮರು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುವುದು	ಈ ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭದ ನಂತರ ನೀವು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಆಟವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಬಹುದು.

ಚಟುವಟಿಕೆ 7.2ರಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವರು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಪರಿಹರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಾಗ ಅವರು ಅನುಸರಿಸುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತಗಳನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಬಹುದು.

ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಅಡೆತಡೆಗಳು

ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಬಾಧಿಸುವ ಎರಡು ಪ್ರಮುಖ ಅಡೆತಡೆಗಳು

(1) ಮನಃಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು

(2) ಪ್ರೇರಣೆಯ ಕೊರತೆ

ಮನಃಸ್ಥಿತಿ

ಮನಃಸ್ಥಿತಿ ಎನ್ನುವುದು ಈಗಾಗಲೇ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ ಮಾನಸಿಕ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳು ಅಥವಾ ಹಂತಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಜನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ಪದಗಳ ಮೂಲಕ ಯೋಚಿಸುವುದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಹಿಂದೆ ನೀವು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ತಲುಪಲು ನೀವು ರಸ್ತೆಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ನೀವು ರಸ್ತೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಸ್ಥಳಗಳ ದೃಶ್ಯ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಬಳಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೀರಿ. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ನೀವು ಕತೆ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಬಯಸಿದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯು ವಿಭಿನ್ನ ಲೇಖಕರು,ವಿಭಿನ್ನ ವಿಷಯಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯು ಪದಗಳು ಅಥವಾ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ. ಈಗ ಮೊದಲು ನಾವು ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ ನಂತರ ಮಾನವನ ಆಲೋಚನೆಯ ಆಧಾರವಾಗಿ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳತ್ತ ಹೊರಳುತ್ತೇವೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 7.2

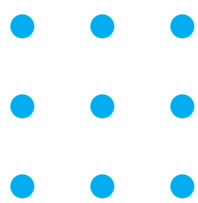
ಸಮಸ್ಯೆ 1

ಅಕ್ಷರ ಪಲ್ಲಟಗಳು : ಸರಿಯಾದ ಪದವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಮರು ಹೊಂದಿಸಿ. (ನೀವು ಸಮಾನ ರೀತಿಯ ಪದಗಳನ್ನು ರಚಿಸಬಹುದು)

NAGMARA
BOLMPER
SLEVO
STGNIH
TOLUSONI

ಸಮಸ್ಯೆ 2

ಚುಕ್ಕಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದು : ನಿಮ್ಮ ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಅನ್ನು ಕಾಗದದಿಂದ ಎತ್ತದೆಯೇ, ಸರಳ ರೇಖೆಗಳನ್ನು ಎಳೆಯುವ ಮೂಲಕ ಎಲ್ಲಾ ಒಂಬತ್ತು ಚುಕ್ಕಿಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸಿ.



ಸಮಸ್ಯೆ 3

ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ 'ನೀರು ತುಂಬಿದ ಮೂರು ಬಾಟಲಿಗಳ' ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

ಎ, ಬಿ ಮತ್ತು ಸಿ ಎಂಬ ಮೂರು ಬಾಟಲಿಗಳಿವೆ. ಬಾಟಲ್ ಎ 21 ಮಿಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಬಿ 127 ಮಿಲಿ ಮತ್ತು ಸಿ 3 ಮಿಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ಮೂರು ಬಾಟಲಿಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ 100 ಮಿಲಿ ನೀರನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ ಇಂತಹ ಇನ್ನೂ ಆರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿವೆ. ಈ ಏಳು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ಸಮಸ್ಯೆಗಳು	ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಪ್ರಮಾಣ	ಬಾಟಲಿಗಳ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮಿಲಿ		
		ಎ	ಬಿ	ಸಿ
1.	100	21	127	3
2.	99	14	163	25
3.	5	18	43	10
4.	21	9	42	6
5.	31	20	59	4
6.	20	23	49	3
7.	25	28	76	3

(ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಾಯದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ)

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ತಂತ್ರವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹೊಸ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಆದಾಗ್ಯೂ ಈ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯು ಯಾವುದೇ ಹೊಸ ನಿಯಮಗಳು ಅಥವಾ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ತಡೆಯುವ ಮಾನಸಿಕ ಬಿಗಿತವನ್ನು ಸಹ ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ ಹೀಗಾಗಿ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮನಃಸ್ಥಿತಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರದ ಗುಣಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ವೇಗವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು ಇತರೆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಇದು ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಗಣಿತದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಾಗ ಈ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿರಬಹುದು. ಒಂದೆರಡು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ನಂತರ ನೀವು ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಹಂತಗಳ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತೀರಿ ತರುವಾಯ ನೀವು ವಿಫಲಗೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ ಅದೇ ಹಂತಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತೀರಿ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಬಳಸಿದ ಹಂತಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಅನುಭವಿಸಬಹುದು ಆ ಹಂತಗಳು ಹೊಸ ತಂತ್ರಗಳಿಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತವೆ ಆದಾಗ್ಯೂ ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಹಿಂದಿನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯಂತೆ, ಜನರು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಾಗ, ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ **ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಸ್ಥಿರತೆಯು** ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಒಂದು ವಿಷಯದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಮೊಳೆಯನ್ನು ಹೊಡೆಯಲು ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ಹಾರ್ಡ್ ಬೌಂಡ್ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಬಳಸಿದ್ದರೆ ನೀವು ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಜಯಿಸಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಅರ್ಥ.

ಪ್ರೇರಣೆಯ ಕೊರತೆ

ಜನರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ಪರಿಣಿತರಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಅವರು ಪ್ರೇರಣೆಗೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಅವರ ಎಲ್ಲಾ ಕೌಶಲಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಭೆಗಳು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಮೊದಲ ಹಂತವನ್ನು ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ವೈಫಲ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸಿದಾಗ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟುಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಅವರ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರತೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ.

ವಿವೇಚನೆ (Reasoning)

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ರೈಲು ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಹತಾಶನಾಗಿ ಓಡಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡರೆ ನೀವು ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಊಹಿಸಬಹುದು. ಅವನು ಹೊರಡಲಿರುವ ರೈಲನ್ನು ಹಿಡಿಯಲು ಓಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಅವನು ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿರುವ ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ನೋಡಲು ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಹೊರಡುತ್ತಿರುವ ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಅವನು ತನ್ನ ಬ್ಯಾಗನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ರೈಲು ನಿಲ್ದಾಣದಿಂದ ಹೊರಡುವ

ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಏಕೆ ಓಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಲೆಕ್ಕಾಚಾರ ಮಾಡಲು ನೀವು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೀರಿ ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ನಿಗಮನ ಅಥವಾ ಅನುಗಮನ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ನಿಗಮನ ಮತ್ತು ಅನುಗಮನ ವಿವೇಚನೆ

ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಅನುಭವಗಳ ಮೂಲಕ ಜನರು ರೈಲನ್ನು ಹಿಡಿಯಲು ರೈಲ್ವೆ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಓಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಒಂದು ಭಾವನೆ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಎದುರಿಗೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಓಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ರೈಲನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ತಡವಾಗಿದೆ ಹಾಗಾಗಿ ಓಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದೇ ನೀವು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಿ. ಊಹೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ರೀತಿಯ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ನಿಗಮನ ವಿವೇಚನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ನಿಗಮನ ವಿವೇಚನೆ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಅಥವಾ ನಿಜವೆಂದು ನಂಬುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಊಹೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಈ ಊಹೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯದಿಂದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಆಗುವ ವಿವೇಚನೆಯಾಗಿದೆ ಜನರು ಯಾವಾಗ ರೈಲ್ವೆ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಓಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ನಿಮ್ಮ ಸಾಮಾನ್ಯ ಊಹೆ ಅವನಿಗೆ ರೈಲಿಗೆ ತಡವಾಗುತ್ತಿದೆ ಹಾಗಾಗಿ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ರೈಲಿನ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಓಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಇಲ್ಲಿ ರೈಲಿಗೆ ತಡವಾಗುತ್ತಿದೆ ನೀವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವಿವೇಚನೆ ತಪ್ಪು ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ನಿಗಮನ ವಿವೇಚನ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ನೀವು ಅವರು ಊಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಆದರೆ ಮೂಲಭೂತ ಹೇಳಿಕೆ ಅಥವಾ ಊಹೆಯೂ ನಿಜವೇ ಎಂದು ಯಾವಾಗಲೂ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮೂಲ ಮಾಹಿತಿಯು ನಿಜವಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಂದರೆ ಜನರು ಇತರ ಕಾರಣಗಳಿಗಾಗಿ ರೈಲ್ವೆ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಓಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ತೀರ್ಮಾನವು ಅಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ ಅಥವಾ ತಪ್ಪಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ರ 7.3ರಲ್ಲಿ ಇರುವ ಇಲಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.

ಚಿತ್ರ 7.3 ಇಲಿ ಸತ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾನ್ಯವಾದ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದೆಯೇ?

ಮೇಲಿನ ಉದಾಹರಣೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ರೈಲ್ವೇ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಓಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಧಾನವೆಂದರೆ ಅನುಗಮನ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಬಳಸುವುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನೀವು ಇತರೆ ಸಂಭವನೀಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಿಜವಾಗಿ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ನಂತರ ಅವನ ನಡವಳಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ವಿವೇಚನಾ ಕ್ರಿಯೆಯು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂಗತಿಗಳು ಮತ್ತು ಅವಲೋಕನವನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಅನುಗಮನದ ವಿವೇಚನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅನುಗಮನದ ವಿವೇಚನೆಯು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವೀಕ್ಷಣೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮೇಲಿನ ಉದಾಹರಣೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಇತರೆ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ನಂತರದ ಕ್ರಿಯೆ ಅಥವಾ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೀರಿ. ರೈಲು ನಿಲ್ದಾಣಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಗಿನೊಂದಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗುವುದು ನಿಮ್ಮ ವೀಕ್ಷಣೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನೀವು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಬ್ಯಾಗನ್ನು ರೈಲಿನಲ್ಲಿಯೇ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಿದ್ದಾನೆಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿರಬಹುದು ನೀವು ಬಹುಶಃ ಇಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಒಂದು ತಪ್ಪು ಎಂದರೆ ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯದೆ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಬರುವುದು.

ಮೇಲಿನ ಚರ್ಚೆಯಿಂದ ನಾವು ವಿವೇಚನೆಯು ತೀರ್ಮಾನಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಎಂದು ಅನುಮೋದಿಸಬಹುದು. ಈ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ವಿವೇಚನೆಯು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವ ಒಂದು ರೂಪವಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮಾಹಿತಿಯಿಂದ ಯಾವ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದೇ ಇದರ ಗುರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿವೇಚನೆಯ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಅನುಗಮನ ವಿವೇಚನೆಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿಯಮವು ಎಲ್ಲರನ್ನು ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾಟಕದ ಯೋಜನೆ ಅಥವಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಚರ್ಚಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರದ ಹಂತಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನೀವೇ ಯೋಚಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಅನುಗಮನದ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಅನ್ವಯಿಸಿ.

ತುಲನೆ ಅಥವಾ ಹೋಲಿಕೆಯು ನಾಲ್ಕು ಭಾಗಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ವಿವೇಚನೆಯ ಮತ್ತೊಂದು ರೂಪವಾಗಿದೆ. ಮೊದಲ ಎರಡು ಭಾಗಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವು ಕೊನೆಯ ಎರಡರ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧದಂತೆಯೇ ಇರುವುದರೊಂದಿಗೆ ಎ ಗೆ ಬಿ ಆದರೆ ಸಿ ಗೆ ಡಿ ಆಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಗಾಳಿಯಂತೆ – ನೀರು ಮೀನುಗಳಿಗೆ, ಬಿಳಿ ಹಿಮಕ್ಕಾದರೆ – ಕಪ್ಪು ಕಲ್ಲಿದ್ದಲಿಗೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಾದೃಶ್ಯಗಳು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು. ಒಂದು ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಘಟನೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಮತ್ತು ದೃಶ್ಯೀಕರಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಾದೃಶ್ಯಗಳು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೇ ಇದ್ದುಬಿಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ (Decision - Making)

ಅನುಗಮನದ ಮತ್ತು ನಿಗಮನದ ವಿವೇಚನೆಯು ನಮಗೆ ತೀರ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. **ತೀರ್ಪಿನಲ್ಲಿ** ನಾವು ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ವಸ್ತುಗಳು ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಪುರಾವೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ತುಂಬಾ ಮಾತನಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾನೆ, ಆತ ಇತರರನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮನವೊಲಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅವನು ಮಾರಾಟಗಾರ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಇಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ

ತೀರ್ಪು ಪರಿಣಿತ ಮಾರಾಟಗಾರರ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುಣಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ. ನಾವು ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ತೀರ್ಪುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತೀರ್ಪುಗಳು ಸ್ವಯಂ ಚಾಲಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನದ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸದ ವಿಷಯವಾಗಿ ಅವು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕೆಂಪು ಟ್ರಾಫಿಕ್ ದೀಪ ನೋಡಿದ ಕೂಡಲೇ ಕಾರಿನ ಅಥವಾ ಗಾಡಿಯ ಬ್ರೇಕ್ ಹಾಕುವುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕಾದಂಬರಿ ಅಥವಾ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಪಠ್ಯವನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಲು ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅನುಭವದ ಉಲ್ಲೇಖದ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ವರ್ಣ ಚಿತ್ರವೊಂದರ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದು ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ತೀರ್ಪುಗಳು ನಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳಿಂದ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿಲ್ಲ. ಹೊಸತಾಗಿ ಪಡೆದ ಮಾಹಿತಿಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ತೀರ್ಪುಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಕೆಳಗಿನ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ, ಹೊಸ ಶಿಕ್ಷಕರೊಬ್ಬರು ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಶಿಕ್ಷಕರನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟೆಂದು ಸ್ಥಳದಲ್ಲೇ ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಂತರದ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟವಾಗಿ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಿದ ನಂತರ ಅವರ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈಗ ಅವರು ಶಿಕ್ಷಕರನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಸ್ನೇಹಿ ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತಾರೆ.

ನೀವು ಪ್ರತಿದಿನ ಪರಿಹರಿಸುವ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಯಾವುದೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕಾದಾಗ ಏನು ಧರಿಸಬೇಕು? ಊಟಕ್ಕೆ ಏನು ತಿನ್ನಬೇಕು? ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಏನು ಹೇಳಬೇಕು? ಈ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಉತ್ತರಗಳು ಹಲವಾರು ಆಯ್ಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಆರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ನಾವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯ ಆಯ್ಕೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ತೀರ್ಪು ಮತ್ತು ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮುಂದಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದರೆ ಪ್ರತಿ ಪರ್ಯಾಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವೆಚ್ಚ ಮತ್ತು ಲಾಭವನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಪರ್ಯಾಯಗಳ ನಡುವೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಹನ್ನೊಂದನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಶಾಸ್ತ್ರದ ನಡುವೆ ವಿಷಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರ ನಿಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿ, ಭವಿಷ್ಯದ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು, ಪುಸ್ತಕಗಳ ಲಭ್ಯತೆ, ಶಿಕ್ಷಕರ ದಕ್ಷತೆ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾಪಕರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವ ಮೂಲಕ ಹಾಗೂ ಕೆಲವು ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಹಾಜರಾಗುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಅದನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಬಹುದು. ತೀರ್ಮಾನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮೆದುರಿಗೆ ಅನೇಕ ಆಯ್ಕೆಗಳಿರುತ್ತವೆ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ನಾವು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಬ್ಬರು ಉತ್ತಮ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಆಟಗಾರರು ರಾಜ್ಯಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಆಕೆಗೆ ಅಥವಾ ಆತನಿಗೆ ಆಡಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಗುತ್ತಿದೆ. ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಫೈನಲ್ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿದೆ. ಆತ ಅಥವಾ ಆಕೆ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ. ಈ ಎರಡು ಆಯ್ಕೆಗಳ ನಡುವೆ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಅಥವಾ ಅಂತಿಮ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಓದುವುದು ಈಗ ಆಕೆ ಮತ್ತು ಆತನ ನಿರ್ಧಾರವು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಭವನೀಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಜನರ ಆದ್ಯತೆಗಳು ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರ ನಿರ್ಧಾರಗಳಲ್ಲೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ನಿಜ ಜೀವನದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ತ್ವರಿತ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು ಎಂದಿಗೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ (Nature and Process of Creative Thinking)

ನೀವು ಹೀಗೆ ಯೋಚಿಸಬಹುದು ಜನರು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಬೀಜವನ್ನು ಹೇಗೆ ನೆಟ್ಟರು? ಅಥವಾ ಚಕ್ರವನ್ನು ಹೇಗೆ ರೂಪಿಸಿದರು? ಅಥವಾ ಗುಹೆಗಳ ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ರೇಖಾಚಿತ್ರಗಳಿಂದ ಹೇಗೆ ಅಲಂಕರಿಸಿದರು ಎಂದು? ಬಹುಶಃ ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವ ಹಳೆಯ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಕೆಲವರು ತೃಪ್ತರಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಯಾವುದಾದರೂ ಮೂಲವನ್ನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ ನಾವು ಈಗ ಆನಂದಿಸುತ್ತಿರುವ ಇಂದಿನ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ತಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಅವರ ಸೃಜನಶೀಲತೆಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಜನರು ಇದ್ದಾರೆ, ಸಂಗೀತ ಚಿತ್ರಕಲೆ ನಮಗೆ ಆನಂದ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀಡುವ ಕವನ ಮತ್ತು ಇತರ ಕಲಾ ಪ್ರಕಾರಗಳು ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಸಸ್ಯಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಎ.ಡಿ. ಕಾರ್ವೆ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಕೇಳಿರಬಹುದು. ಅವರು ಹೊಗೆರಹಿತ ಚಳ್ಳಾವನ್ನು ರೂಪಿಸಿದಕ್ಕಾಗಿ ಯುಕೆ ದೇಶದ ಉನ್ನತ ಶಕ್ತಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದರು ಅವರು ಒಣ ಅನುಪಯುಕ್ತ ಕಬ್ಬಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧ ಇಂಧನವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿದರು ಗ್ಲಾಸ್ಗೋದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಮೊದಲ ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ರೋಬೋಟಿಕ್ ಒಲಂಪಿಯಾಡ್‌ನಲ್ಲಿ 5 ಅಡಿ ಎತ್ತರದ ರೋಬೋಟನ್ನು ಜೋಡಿಸಿ ಕಂಚಿನ ಪದಕ ಗೆದ್ದ 11ನೇ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಆಶಿಶ್ ಪಂನ್ವಾರ್ ಬಗ್ಗೆಯೂ ನೀವು ಕೇಳಿರಬಹುದು. ಇವು ಸೃಜನಶೀಲತೆಯ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಮಾತ್ರ. ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯ ಇತರೆ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

ಸೃಜನಶೀಲತೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ ಆಲೋಚನೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸೃಜನಶೀಲ ಚಿಂತಕನಾಗಲು ಒಬ್ಬ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಅಥವಾ ಕಲಾವಿದನಾಗಬೇಕಿಲ್ಲ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸೃಜನಶೀಲರಾಗುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದೆ. ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನವನ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಯಾವುದೇ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಬಹುದು. ಇದು ಬರವಣಿಗೆಯಂತಹ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಫಲಿಸುತ್ತದೆ. ಕಲಿಸುವುದು, ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವುದು, ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು, ಕಥೆ ಹೇಳುವುದು, ಸಂಭಾಷಣೆಗಳು, ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು, ಆಟವಾಡುವುದು, ದಿನನಿತ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು, ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸುವುದು, ಸಂಘರ್ಷಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವುದು, ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ. ದೈನಂದಿನ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯ ಈ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯು ಒಬ್ಬರ ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿಫಲಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸೃಜನಶೀಲ ಸಾಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ವಿಶೇಷ ಪ್ರತಿಭೆಯ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯಿಂದ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ.

ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವಭಾವ

ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯು ಇತರೆ ರೀತಿಯ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ ಇದು ಹೊಸ ಮತ್ತು ಮೂಲ ಕಲ್ಪನೆಗಳ ಉತ್ಪಾದನೆ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಹೊಸ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸುವುದು ಅಥವಾ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವುದು ಎಂದು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದಾಗಿಯೂ ನವೀನತೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಅದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಸ್ವಂತಿಕೆಯು ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಹೊಸ ಮಾದರಿಯ ಗೃಹ ಉಪಯೋಗಿ ವಸ್ತುಗಳು, ಟೇಪ್ ರೆಕಾರ್ಡುಗಳು, ಕಾರುಗಳು, ಸ್ಕೂಟರ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಟೆಲಿವಿಷನ್ ಸೆಟ್ಟುಗಳು ಹೀಗೆ ಈ ಉತ್ಪನ್ನಗಳಿಗೆ ಅನನ್ಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸದ ಹೊರತು ಅವು ಮಾದರಿ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯು ಈ ಹಿಂದೆ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದ ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಅಥವಾ ಪರಿಹಾರಗಳ ಸ್ವಂತಿಕೆ ಮತ್ತು ಅನನ್ಯತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬ್ರೂನರ್ "ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಆಶ್ಚರ್ಯ" ಎಂದು ಕರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಕಲ್ಪನೆಯು ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅವರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ತಕ್ಷಣದ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಅಥವಾ ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ನಿರೂಪಿಸುವ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಮುಖ ಮಾನದಂಡವೆಂದರೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಅದರ ಸೂಕ್ತತೆ. ಯಾವುದೇ ಉದ್ದೇಶವಿಲ್ಲದೆ ಸರಳವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವುದು ತನ್ನದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು, ಅನುರೂಪವಾಗಿರುವುದು, ಯಾವುದೇ ಉದ್ದೇಶವಿಲ್ಲದೆ ಫ್ಯಾಂಟಸಿಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವುದು ಅಥವಾ ವಿಲಕ್ಷಣ ಕಲ್ಪನೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೊರ ಬರುವುದನ್ನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆ ಎಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ಜನರು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ವಾಸ್ತವ ಆಧಾರಿತ ಸೂಕ್ತವಾದ ರಚನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಅಪೇಕ್ಷಣೀಯವಾದದನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಸೃಜನಶೀಲ ಚಿಂತನೆ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಜೆ.ಪಿ.ಗಿಲ್ಫೋರ್ಡ್ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರವರ್ತಕರು. ಅವರು ಎರಡು ರೀತಿಯ ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸುತ್ತಾರೆ. **ಒಮ್ಮುಖ ಆಲೋಚನೆ** ಮತ್ತು **ವಿಭಿನ್ನ ಆಲೋಚನೆ.** ಒಮ್ಮುಖ ಆಲೋಚನೆಯು ಕೇವಲ ಒಂದು ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಸರಿಯಾದ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಮ್ಮುಖ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಇದು ಸಂಖ್ಯೆಯ ಸರಣಿಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ನೀವು ಮುಂದಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬೇಕು. ಒಂದೇ ಒಂದು ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ. 3,6,9..... ಮುಂದೆ ಏನು ಬರಲಿದೆ?

ಉತ್ತರ: 12

ಈಗ ಅನೇಕ ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರಗಳಿರುವ ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಅಂತಹ ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

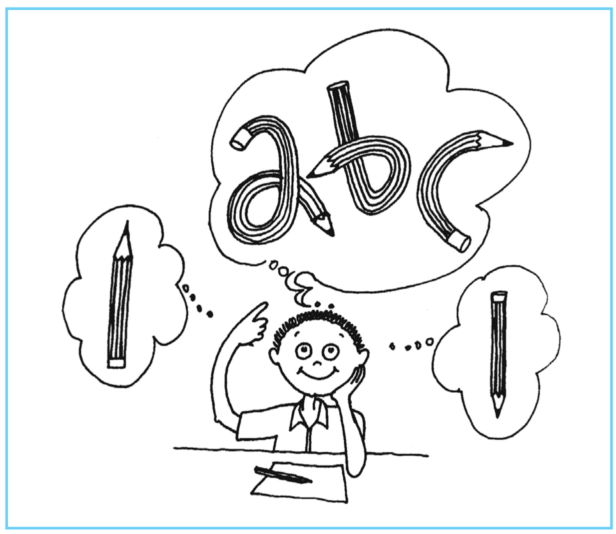
1) ಬಟ್ಟೆಯ ವಿವಿಧ ಉಪಯೋಗಗಳು ಯಾವುವು?
2) ಕುರ್ಚಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸುಧಾರಣೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಸೂಚಿಸುತ್ತೀರಿ ಇದರಿಂದ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಆರಾಮದಾಯಕ ಮತ್ತು ಕಲಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಆಹ್ಲಾದಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ?
3) ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ರದ್ದುಗೊಳಿಸಿದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಹಿಂದಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ವಿಭಿನ್ನ ಆಲೋಚನೆಯ ಉತ್ತರಗಳು ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಮುಕ್ತ ಚಿಂತನೆಯಾಗಿದ್ದು ಇದರಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಅನುಭವಗಳ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ವಿಭಿನ್ನ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ಅಂತಹ ಆಲೋಚನೆಯು ಹೊಸ ಮತ್ತು ಮೂಲ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವಿಭಿನ್ನ ಆಲೋಚನೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಿರರ್ಗಳತೆ, ನಮ್ಯತೆ, ಸ್ವಂತಿಕೆ ಮತ್ತು ವಿಸ್ತೃತತೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ನಿರರ್ಗಳತೆ ಎಂದರೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಅನೇಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವನ ನಿರರ್ಗಳ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಪೇಪರ್ ಕಪ್‌ನ ಬಳಕೆಯ ವಿಧಾನವು ಹೆಚ್ಚಾದಷ್ಟು ನಿರರ್ಗಳತೆಯು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಯತೆಯು ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ವಸ್ತುವಿನ ವಿಭಿನ್ನ ಬಳಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಚಿತ್ರಕಥೆಯ ವಿಭಿನ್ನ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವ ವಿಭಿನ್ನ ವಿಧಾನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪೇಪರ್ ಕಪ್ ಬಳಕೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಅದನ್ನು ಕಂಟೇನರ್ ಆಗಿ ಬಳಸಲು ಅಥವಾ ವೃತ್ತವನ್ನು ರಚಿಸಲು ಬಳಸಬಹುದೆಂಬ ಒಂದು ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ನಾವು ನೀಡಬಹುದು.



ಚಿತ್ರ 7.4 : ಬಹುಮುಖವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸುವುದು

ಸ್ವಂತಿಕೆ ಎಂದರೆ ಹೊಸ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ನೋಡುವ ಮೂಲಕ ಅಪರೂಪದ ಅಥವಾ ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಹಳೆಯ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹೊಸದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸುವುದು, ಬಹುಮುಖ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಿಂದ ವಿಷಯಗಳು ನೋಡುವುದೇ ಆಗಿದೆ. ನಿರರ್ಗಳತೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಯತೆಯು ಸ್ವಂತಿಕೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಅಂಶಗಳೆಂದು ಸಂಶೋಧನೆ ತೋರಿಸಿದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಮತ್ತು ಬಹುಮುಖವಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ವಿಭಿನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವಿಕೆಯು ಸ್ವಂತಿಕೆ (ಮೂಲಕ ಕಲ್ಪನೆ) ಹೆಚ್ಚಿರುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 7.2 ಪರ್ಯಾಯ ಆಲೋಚನೆ

ಎಡ್ವರ್ಡ್ ಡಿ ಬೋನೋ ಅವರು ಗಿಲ್ಫರ್ಡ್ ವಿಭಿನ್ನ ಆಲೋಚನೆ ಎಂದು ಕರೆದಿದ್ದನ್ನು ಪರ್ಯಾಯ ಆಲೋಚನೆ (ಲ್ಯಾಟರಲ್ ಥಿಂಕಿಂಗ್) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಲಂಬ ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪಾರ್ಶ್ವ ಆಲೋಚನೆಯ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರಿತಿಸುತ್ತಾ ಲಂಬ ಆಲೋಚನೆಯು ಮಾನಸಿಕ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಅದು ಕೆಳ ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳ ನಡುವೆ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಮುಂದಕ್ಕೆ ನೇರ ರೇಖೆಯಲ್ಲಿ ಚಲಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಪಾರ್ಶ್ವ ಆಲೋಚನೆಯು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುವ ಮತ್ತು ಅರ್ಥೈಸುವ ಪರ್ಯಾಯ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಲಂಬವಾದ (ತಾರ್ಕಿಕ ಆಲೋಚನೆ) ಆಲೋಚನೆ ಎಂದರೆ ಆಳವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸುವುದು ಅಂದರೆ ರಂಧ್ರವನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಅಗೆಯುವುದು. ಪಾರ್ಶ್ವ ಆಲೋಚನೆಯು ಮತ್ತೊಂದು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ರಂಧ್ರವನ್ನು ಅಗೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಎಡ್ವರ್ಡ್ ಡಿ ಬೋನೊ ಪಾರ್ಶ್ವ ಆಲೋಚನೆಯು ಮಾನಸಿಕ ಚಿಮ್ಮುವಿಕೆಯು ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಆಲೋಚನೆಯ ಹಲವಾರು ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸುತ್ತದೆ. ಹಲವಾರು ಚಿಂತನೆಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿ ಡಿ ಬೋನೋ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದ ಆರು ಆಲೋಚನಾ ಟೋಪಿಗಳ ತಂತ್ರವೂ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕಾರಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ವಿಭಿನ್ನ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಆರು ಆಲೋಚನಾ ಟೋಪಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಲು ಅಥವಾ ತೆಗೆಯಲು ವಿಭಿನ್ನ ವಿಧಾನದ ಆಲೋಚನೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ.

ಬಿಳಿ ಟೋಪಿ ಎಂದರೆ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು, ಅಂಕಿ ಅಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿಯಲ್ಲಿನ ಅಂತರವನ್ನು ತುಂಬುವುದು, ಕೆಂಪು ಟೋಪಿ ಭಾವನೆಗಳ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿಷಯದ ಮೇಲಿನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕಪ್ಪು ಟೋಪಿ ತೀರ್ಪು ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಮತ್ತು ತರ್ಕವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಹಳದಿ ಟೋಪಿಯು ಯಾವುದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಯೋಚಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅದು ಏಕೆ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಆವರಿಸುತ್ತದೆ. ಹಸಿರು ಟೋಪಿ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯು ಪರ್ಯಾಯಗಳು ಮತ್ತು ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ನೀಲಿ ಟೋಪಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಆರು ಚಿಂತನೆಯ ಟೋಪಿಗಳು ಸಮಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವ ವಿಭಿನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತವೆ.

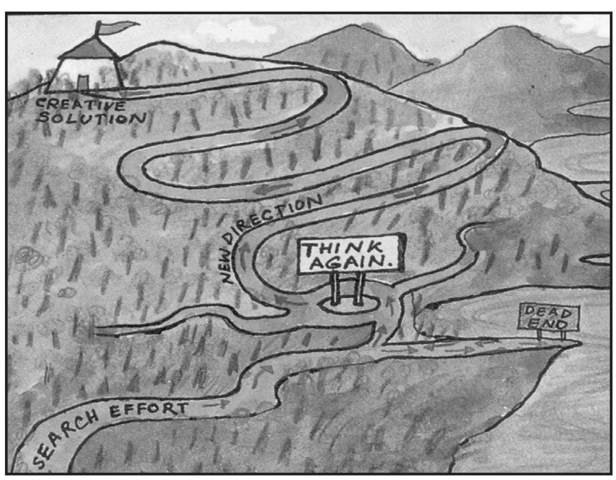
ದೀರ್ಘವಿವರಣೆಯು ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳ ವಿವರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ತಾಲೀಮು ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಾಗಿದೆ. ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದಂತೆ ತೋರಬಹುದಾದ ವಿವಿಧ ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ಬಹುಮುಖ ಆಲೋಚನೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಆಹಾರ ಉತ್ಪಾದನೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಚಾರಗಳು ಯಾವುವು? ಸಂಬಂಧಿ ಸಂಭವನೀಯ ಉತ್ತರಗಳು ಬೀಜಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟ, ರಸಗೊಬ್ಬರಗಳು, ನೀರಾವರಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಳೆಗಳಿಂದ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಹೊರ ತೆಗೆಯಲು ಮರುಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಕೃಷಿ ಮಾಡಲು ಯಾರಾದರೂ ಯೋಚಿಸಿದರೆ ಅದು ದೂರದ ಕಲ್ಪನೆಯಾಗಿದೆ ಇಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧವು ಆಹಾರ ಉತ್ಪಾದನೆ ಮತ್ತು ಮರುಭೂಮಿ ಅಥವಾ ಕಳೆಗಳ ನಡುವೆ ಇದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಇವುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಹೊಸ ಮತ್ತು ದೂರದ ಸಂಘಟನೆಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ನಾವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿದರೆ ಹಲವಾರು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಉದ್ಭವಿಸಬಹುದು. ಆಗ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ಮೂಲವಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಬಹುದು. ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಒಮ್ಮುಖ ಮತ್ತು ಬಹುಮುಖ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮುಖ್ಯವೆಂದು ನೀವು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ವಿಶಾಲವಾದ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟು ಹಾಕುವಲ್ಲಿ ಬಹುಮುಖ ಆಲೋಚನೆಯು ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಹಾಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯುಕ್ತ ಅಥವಾ ಸೂಕ್ತವಾದ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಒಮ್ಮುಖ ಆಲೋಚನೆಯು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 7.3

ಟ್ರಾಫಿಕ್ ನಿರ್ವಹಣೆ, ಮಾಲಿನ್ಯ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ, ಅನಕ್ಷರತೆ, ಬಡತನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಕುರಿತು ಬಹುಮುಖ ಆಲೋಚನೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಐದು ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಸೃಜನಶೀಲ ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ

ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನವನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಹೊಸ ಮತ್ತು ಅಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಚಾರಗಳ ಆಲೋಚನೆಯು ಒಳನೋಟದ ಹೊಳಪಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧನೆ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದೆ. ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಸೃಷ್ಟಿಗೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರದ ಹಂತಗಳಿವೆ.



ಚಿತ್ರ 7.5 : ಸೃಜನಶೀಲ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ

ಸೃಜನಶೀಲ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಸಿದ್ಧತಾ ಹಂತದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಹಂತವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವ ಹಾಗೂ ಹಿನ್ನಲೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸುವ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಈ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಸಂತೋಷದಿಂದ ತೃಪ್ತರಾಗಬಹುದು. ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರಗಳ ಹುಡುಕಾಟದ ಅಗತ್ಯವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿಯಲ್ಲಿನ ಅಂತರವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಸಿದ್ಧತಾ ಹಂತದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೈಯಲ್ಲಿರುವ ಕಾರ್ಯ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಸಂಗತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿತ ಮಾಹಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ವಿವಿಧ ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಯೋಚಿಸಲು, ಕುತೂಹಲ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕಾರ್ಯ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ವಿವಿಧ ಕೋನಗಳು ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಿಂದ ನೋಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ. ಇಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಚರ್ಚಿಸಿದ ಬಹುಮುಖ ಆಲೋಚನೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಹೊಸ ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿ ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ತಮ್ಮ ಪಾತ್ರವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪರ್ಯಾಯ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ರಚಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ಕೆಲಸವನ್ನು ಅಸಾಮಾನ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುವ ಭಾವನೆ ಆತನಲ್ಲಿ ಇರಬಹುದು. ಒಬ್ಬ ವೈಫಲ್ಯದಿಂದ ಅಸಹ್ಯ ಪಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೂ ಬಿಡಬಹುದು ಇದು ಉದ್ಭವನ ಹಂತವಾಗಿದೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಮಸ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸದೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಲು **ಉದ್ಭವನ** ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸೃಜನಶೀಲ ಕಲ್ಪನೆಗಳು ತಕ್ಷಣವೇ ಸಂಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸಂಶೋಧನೆ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೇರೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಸೃಜನಶೀಲ ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಹೊಳೆಯಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿದ್ರೆ ಹೋಗುವುದು, ಏಳುವುದು, ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಸುಮ್ಮನೆ ನಡೆಯುವುದು ಹೀಗೆ ಉದ್ಭವನ. ನಂತರ **ಪ್ರಕಾಶಿಸುವ ಹಂತವು** 'ಆಹಾ! ಅಥವಾ 'ನಾನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ' ಎನ್ನುವ ಅನುಭವವನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ತಟ್ಟನೆ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ. ಸಮಸ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಳವಾಗಿ, ದೀರ್ಘವಾಗಿ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದಾಗ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ತಟ್ಟನೆ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಪ್ರಕಾಶಿಸುವುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಕೊನೆಯದು **ಪರಿಶೀಲನೆಯ ಹಂತ**ವಾಗಿದೆ. ಆಲೋಚನೆಗಳು ಅಥವಾ ಪರಿಹಾರಗಳ ಸೂಕ್ತತೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ಣಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮುಖ ಆಲೋಚನೆಯು ಸೂಕ್ತವಾದ ಕಲ್ಪನೆ ಅಥವಾ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 7.5

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಕೆಲವು ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಆಲೋಚಿಸಿ ಅವು ಸೃಜನಶೀಲ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು ಅಥವಾ ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇನ್ನು ತಾರ್ಕಿಕವಲ್ಲದಂತಹ ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಬಹುದಾದವರನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿ. 'ಇದು ತಾರ್ಕಿಕವಲ್ಲ' 'ಹೆಚ್ಚು ಯೋಚಿಸಲು ಜಾಸ್ತಿ ಸಮಯವಿಲ್ಲ' 'ಇದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ' ಇತ್ಯಾದಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಹೇಳಿಕೆಗಳಾದ 'ಇದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಇನ್ನಾದರೂ ದಾರಿ ಇದೆಯೇ?' 'ಮುಂದೇನು' ಇತ್ಯಾದಿ.

ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಗಾಗಿ ತಂತ್ರಗಳು

ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಜನರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಕುರಿತಾದ ಸಂಶೋಧನೆಯು ಸೃಜನಶೀಲ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುವ ಕೆಲವು ವರ್ತನೆಗಳು ಸ್ವಭಾವಗಳು ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯಗಳು ಇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ತಂತ್ರಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ

- ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗೃತರಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನಾಶೀಲರಾಗಿ ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ದೃಶ್ಯಗಳು, ಶಬ್ದಗಳು, ವಿನ್ಯಾಸಗಳು, ತತ್‌ಕ್ಷಣದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಕಾಣೆಯಾದ ಮಾಹಿತಿ ವೈಪರಿತ್ಯಗಳು, ಅಂತರಗಳು, ಕೊರತೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇತರರು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಾಡದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವಿರೋಧಾಭಾಸಗಳು ಮತ್ತು ಅಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ವಿಶಾಲವಾಗಿ ಓದುವ ಹವ್ಯಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ ವಿವಿಧ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಒಗ್ಗಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವ ಕಲೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳ ರಹಸ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಹರಿವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಕಾರ್ಯ ಅಥವಾ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಹಲವು ವಿಚಾರಗಳು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಪರಿಹಾರಗಳು ಅಥವಾ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಕಾರ್ಯ ಮತ್ತು ಸನ್ನಿವೇಶದ ಬಹುಕೋನಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲು ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳ ಪರ್ಯಾಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದು ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳು, ಅಧ್ಯಯನ ಅಥವಾ ವೃತ್ತಿಯ ಕೋರ್ಸ್‌ನ ವೆಚ್ಚಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು, ಕೋಪಗೊಂಡ ಸ್ನೇಹಿತನೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು, ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ.
- ಓಸ್ಬೋರ್ನ್‌ನ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು **ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ತಂತ್ರವನ್ನು** ನಿರರ್ಗಳತೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಮುಕ್ತ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಬಳಸಬಹುದು. ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವುದನ್ನು ಅವುಗಳ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಇಡಬೇಕು ಎಂಬ ತತ್ವವನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ. ಮೂಲಭೂತ ಊಹೆ ಎಂದರೆ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಲು ಅವಕಾಶ

ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳ ಮೌಲ್ಯದ ಮೇಲೆ ತೀರ್ಪು ನೀಡುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಮುಂದೂಡಬಹುದು. ಅಂದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಯೋಚನೆಗಳು ಖಾಲಿಯಾಗುವವರೆಗೂ ಕಲ್ಪನೆಗೆ ತೀರ್ಪಿಗಿಂತ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಬೇಕು. ಇದು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ನಿರರ್ಗಳತೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಮತ್ತು ಪರ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಯನ್ನು ಅದರ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡುವ ಮೂಲಕ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಪರಿಶೀಲನ ಪಟ್ಟಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಬಳಕೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಹೊಸ ತಿರುವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಹೇಗೆಂದರೆ ಯಾವ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು? ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು? ಒಂದು ವಸ್ತುವಿನ ಇತರೆ ಉಪಯೋಗಗಳು ಯಾವುವು? ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ.

- ನಿರರ್ಗಳತೆ ನವ್ಯತೆ ಸಹಾಯಕ ಚಿಂತನೆಯ ಅಭ್ಯಾಸ ಸಂಪರ್ಕಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುವುದು ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ಅಥವಾ ದೂರಸ್ಥ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಬೆಸೆಯುವ ಮೂಲಕ ಸ್ವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಬಹುದು. ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯು ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ವಿಕಸನಗೊಳಿಸದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಕಲ್ಪನೆಗಳ ಹೊಸ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ವಿಕಸನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಆಲೋಚನೆಗಳ ಸರಪಳಿ ಮತ್ತು ಕಲ್ಪನೆಗಳ ಅಡ್ಡ ಫಲೀಕರಣವು ಹೊಸ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳ ವಿಚಾರವನ್ನು ತರಬಹುದು. 'ರಾಕಿಂಗ್ ಚೇರ್' ಕಲ್ಪನೆಯು 'ಕುರ್ಚಿ' ಮತ್ತು 'ಸೀಸಾ' ಸಂಯೋಜನೆಯಿಂದ ಬಂದಿದೆ. ಸಾದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಮತ್ತು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಸಂಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮೂಲ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ನಮ್ಮ ಗಮನಕ್ಕೆ ಕಾಣಸಿಗುವ ಬದಲಾವಣೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.
- ಈ ಅಗತ್ಯತೆಯನ್ನು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಸುಗಮಗೊಳಿಸಬಹುದು, ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪರಿಹಾರದ ವಿರುದ್ಧ ಏನು? ಹೀಗೆ ಸಂಘರ್ಷದ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಸಹ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರಲು ಅನುಮತಿಸಿ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಕೂಡ ಮೂಲ ಪರಿಹಾರಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.
- ವಾಡಿಕೆಯ ಬದಲಿಗೆ ಕಲ್ಪನೆಯ ಮತ್ತು ಮೂಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಬಳಕೆಯು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ನಿಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಹವ್ಯಾಸಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಇದು ಮನೆಯನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸುವುದು, ಹಳೆಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮರು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸುವುದು, ತ್ಯಾಜ್ಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಬಹು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವುದು, ಅಪೂರ್ಣ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಅನನ್ಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವುದು, ಕಥೆಗಳು ಅಥವಾ ಕವಿತೆಗಳಿಗೆ ಹೊಸ ತಿರುವು ನೀಡುವುದು, ಒಗಟುಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು, ರಹಸ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವುದು, ಹೀಗೆ.
- ಮೊದಲ ಕಲ್ಪನೆ ಅಥವಾ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಅನೇಕ ವಿಚಾರಗಳು ಮರುಗುತ್ತವೆ. ಕಲ್ಪನೆಯು ಮೂರ್ಖ ಕಲ್ಪನೆಯಾಗಿರಬಹುದು ಎಂದು ನೀವು ಯೋಚಿಸಿ, ಮೊದಲು ಹಲವಾರು ಸಂಭಾವ್ಯ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಅಥವಾ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ರಚಿಸಬೇಕು ನಂತರ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮವಾದದ್ದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ.
- ನೀವು ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡ ಇತರರಿಂದ ನೀವು ನಿರ್ಧರಿಸಿರುವ ಪರಿಹಾರಗಳ ಕುರಿತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಬೇರೆಯವರು ಯಾವ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಇಂಬು ತುಂಬುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡಿ ಕಲ್ಪನೆಗಳ ಉತ್ಪಾದನೆ ಮತ್ತು ಕಲ್ಪನೆಗಳ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಹಂತದ ನಡುವೆ ಇಂಬು ಕೊಡುವುದು ಸಮಯವನ್ನು ಅನುಮತಿಸುವುದು ಆಹಾ! ಅನುಭವವನ್ನು ತರಬಹುದು.
- ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಮರದ ಕೊಂಬೆಗಳಂತೆ ಗುಂಪು ಗೂಡುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸಲು ಈ ಸಮಯವು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ನೀವು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಂಭವನೀಯ ಶಾಖೆಯನ್ನು ಅದರ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವಿಕೆಗೆ ಅನುಸರಿಸಬಹುದು.
- ತಕ್ಷಣದ ಪ್ರತಿಫಲ ಮತ್ತು ಯಶಸ್ಸಿನ ಪ್ರಲೋಭನೆಯನ್ನು ವಿರೋಧಿಸಿ. ಹತಾಶೆ ಹಾಗೂ ವೈಫಲ್ಯವನ್ನು ನಿಧಾನಿಸಿ ಸ್ವಯಂ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ.
- ತೀರ್ಪುಗಳನ್ನು ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ ಸಹಾಯ ಅಥವಾ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಯಾವುದು ಇಲ್ಲದೆ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಿರಿ.
- ಕಾರಣಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ದೃಶ್ಯೀಕರಿಸಿ. ಎಂದಿಗೂ ಸಂಭವಿಸದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಊಹಿಸಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸಮಯವು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಚಲಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಏನಾಗಬಹುದು? ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಸೊನ್ನೆಯೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತಿತ್ತು? ಇತ್ಯಾದಿ.
- ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಸ್ವ–ರಕ್ಷಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿ ನಾವು ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ಸೃಜನಶೀಲ ವಿಚಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಕೊನೆಯದಾಗಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಧನಾತ್ಮಕವಾಗಿರಿ ನಿಮ್ಮ ಸೃಜನಶೀಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸಬೇಡಿ ನಿಮ್ಮ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ.

ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾಷೆ (Thought and Language)

ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ನಾವು ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಅರ್ಥವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಯು ಚಿತ್ರಗಳು ಹಾಗೂ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಜೊತೆಗೆ ಆಲೋಚನೆಯ ವಿವಿಧ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಚರ್ಚಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಚರ್ಚೆಯ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ನಾವು ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಪದಗಳು ಅಥವಾ ಭಾಷೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿದ್ದೀರಾ? ಈ ವಿಭಾಗವು ಭಾಷೆ ಹಾಗೂ ಆಲೋಚನೆಯ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತದೆ. ಭಾಷೆ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ ಆ ಆಲೋಚನೆಯು ಭಾಷೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾಷೆ ವಿಭಿನ್ನ ಮೂಲಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ, ನಾವು ಈ ಮೂರು ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ವಿವರವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ.

ಆಲೋಚನೆಯ ನಿರ್ಧಾರಕವಾಗಿ ಭಾಷೆ

ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಇತರೆ ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ವಿವಿಧ ರಕ್ತ ಸಂಬಂಧಗಳಿಗಾಗಿ ಹಲವಾರು ವಿಭಿನ್ನ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯ ಅಣ್ಣ, ತಂದೆಯ ಅಣ್ಣ ಎಂದು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪದಗಳಿವೆ. ತಂದೆಯ ಕಿರಿಯ ಸಹೋದರ, ತಾಯಿಯ ಸಹೋದರಿಯ ಪತಿ, ತಂದೆಯ ಸಹೋದರಿಯ ಪತಿ ಇತ್ಯಾದಿ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಒಬ್ಬ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಂಕಲ್ ಎಂಬ ಒಂದೇ ಪದವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳಿಗೆ ಡಜನ್‌ಗಟ್ಟಲೆ ಪದಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಬುಡಕಟ್ಟು ಭಾಷೆಗಳು ಕೇವಲ ಎರಡರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಬಣ್ಣದ ಪದಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ, ನಾವು ಹೇಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಅಂತಹ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಮುಖ್ಯವೇ? ಒಂದು ಭಾರತೀಯ ಮಗು ತನ್ನ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಾತನಾಡುವ ಪ್ರತಿರೂಪಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ವಿವಿಧ ರಕ್ತ ಸಂಬಂಧದ ಸಂಬಂಧಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಹಾಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆಯೇ? ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ನಾವು ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆಯೇ?

ಬೆಂಜಮೀನ್ ಲೀ ವೋರ್ಫ್ ಅವರು ಆಲೋಚನೆಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಭಾಷೆ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು. ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು **ಭಾಷಾ ಸಾಪೇಕ್ಷತ ಸಿದ್ಧಾಂತ** ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರ ಬಲವಾದ ಆವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಪ್ರಕಾರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಏನು ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಯೋಚಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರು ಬಳಸುವ ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಭಾಷಾ ವರ್ಗಗಳಿಂದ ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ (**ಭಾಷಾ ನಿರ್ಣಯತೆ**). ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪುರಾವೆಗಳಿದ್ದರೂ ಭಾಷಾ ವರ್ಗಗಳು ಮತ್ತು ರಚನೆಗಳ ಲಭ್ಯತೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಮಟ್ಟದ ಅಥವಾ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ನಿರ್ಧಾರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಭಾಷೆಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಕೆಲವು ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತೊಂದು ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸುಲಭವಾಗಬಹುದು.

ಭಾಷೆಯ ನಿರ್ಧಾರಕವಾಗಿ ಆಲೋಚನೆ: ಸ್ವಿಸ್ ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಾದ ಜೀನ್ ಪಿಯಾಜೆ ರವರು ಆಲೋಚನೆಯು ಭಾಷೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆಯೇ ಭಾಷೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದರು. ಮಕ್ಕಳು ಆಲೋಚನೆಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರಪಂಚದ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಪಿಯಾಜೆ ವಾದಿಸಿದರು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಕ್ಕಳು ಏನನ್ನಾದರೂ ನೋಡಿದಾಗ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಯಥಾವತ್ತಾಗಿ ಮಾಡಿದಾಗ (ಅನುಕರಣೆ ಎಂಬ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ) ಆಲೋಚನೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಅದು ಭಾಷೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮಗುವಿನ ಇತರೆ ವರ್ತನೆಯ ವೀಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಅದೇ ವರ್ತನೆಯ ಅನುಕರಣೆ ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಯು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಭಾಷೆಯಲ್ಲ ಭಾಷೆ ಚಿಂತನೆಯ ಸಾಧನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಆಂತರಿಕವಾದಂತೆ ಭಾಷೆಯು ಮಕ್ಕಳ ಸಾಂಕೇತಿಕ ಆಲೋಚನೆಯ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು ಆದರೆ ಚಿಂತನೆಯ ಮೂಲಕ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಕಲಿಸಬಹುದಾದರೂ ಪದಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆಯು ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳ (ಆಲೋಚನೆ) ಜ್ಞಾನದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಪಿಯಾಜೆ ನಂಬಿದ್ದರು. ಹೀಗಾಗಿ ಆಲೋಚನೆಯು ಮೂಲಭೂತವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಭಾಷೆ ಅರ್ಥವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಆಲೋಚನೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಯ ವಿಭಿನ್ನ ಮೂಲಗಳು

ರಷ್ಯಾದ ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಲೆವ್ ವೈಗೊಟ್ಸ್ಕಿ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಹಾಗೂ ಭಾಷೆಯು ವಿಲೀನಗೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ ಸುಮಾರು ಎರಡು ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಾದಿಸಿದರು. ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಮೊದಲು ಆಲೋಚನೆಯ ಪೂರ್ವಭಾವಿಯಾಗಿರದೆ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಅನುಭವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ (ಪಿಯಾಜೆಯ ಸಂವೇದನಾ ಗತಿ ಹಂತ). ಮಗುವಿನ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಯು ಆಧಾರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳು ತಮಗೆ ಅಹಿತಕರವೆನಿಸಿದಾಗ ಅಳುತ್ತಾರೆ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಸ್ವಯಂ ಚಾಲಿತ ಪ್ರತಿವರ್ತವಾಗಿದೆ.

ಸುಮಾರು ಎರಡು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಗು ಮೌಖಿಕವಾಗಿ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಮಗುವಿನ ವೈಚಾರಿಕತೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಈಗ ಮಕ್ಕಳು ಭಾಷಾ ರಹಿತ ಭಾಷಣವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಪಿಯಾಜೆ ನಂಬಿದ್ದರು. ಪರಿಕಲ್ಪನಾ ಚಿಂತನೆಯು ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಆಂತರಿಕ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಆಲೋಚನೆಯು ವಾಹನವು ದೃಷ್ಟಿ ಅಥವಾ ಚಾಲನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮೌಖಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಭಾಷೆ ಇಲ್ಲದೆ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವಾಗ ಅಥವಾ ಸಂತೋಷವನ್ನು ವಿನಿಮಯ ಮಾಡುವಾಗ ಆಲೋಚನೆ ಇಲ್ಲದೆ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ "ಶುಭೋದಯ! ನೀವು ಹೇಗಿದ್ದೀರಿ?" ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೇನೆ". ಎರಡು ಕಾರ್ಯಗಳು ಅತಿಕ್ರಮಿಸಿದಾಗ ಮೌಕಿಕ ಆಲೋಚನೆ ಹಾಗೂ ತರ್ಕಬದ್ಧ ಭಾಷಣವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬಳಸಬಹುದು.

ಭಾಷೆಯ ವಿಕಾಸ ಮತ್ತು ಭಾಷೆಯ ಉಪಯೋಗ (Development of Language and Language Use)

ಭಾಷೆಯ ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ಸ್ವಭಾವ

ಹಿಂದಿನ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಭಾಷೆ ಹಾಗೂ ಆಲೋಚನೆಯ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಈ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ವಿವಿಧ ವಯೋಮಾನದವರಲ್ಲಿ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತೇವೆ. ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಯೋಚಿಸಿ ನೀವು ಹೇಳಲು ಬಯಸಿದ್ದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಭಾಷೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತಿತ್ತು? ಭಾಷೆಯ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸಂವಹನ ಮಾಡಲು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಇತರರು ಏನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಪ್ರವೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಲು ನಿಮಗೆ ಅವಕಾಶವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಮೊದಲು 'ಮಾ...ಮಾ...ಮಾ' ಎಂದು ಹೇಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಲು ಇದು ನಿಮಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಉತ್ತೇಜನವನ್ನು ನೀಡಿತು ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಇತರೆ ಆರೈಕೆ ನೀಡುವವರಿಗೆ ಇದು ಸಂತೋಷದ ಕ್ಷಣವಾಗಿತ್ತು. ನಿಧಾನವಾಗಿ ನೀವು ಅಮ್ಮ ಅಪ್ಪ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಕಲಿತಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ಎರಡು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ

ಪದಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸಿದ್ದೀರಿ. ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ನೀವು ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಪದಗಳನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಪದಗಳನ್ನು ಹಾಕುವ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಸಹ ಕಲಿಸಿದ್ದೀರಿ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ನೀವು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸಂವಹನ ಮಾಡಲು ಕಲಿತಿದ್ದೀರಿ. (ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾತೃಭಾಷೆ) ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಿ ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಔಪಚಾರಿಕ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಕಲಿತು (ಹಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಭಾಷೆ ಮಾತೃಭಾಷೆ ಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ) ಉನ್ನತ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಬಡ್ತಿ ಪಡೆದಿದ್ದೀರಿ. ಶ್ರೇಣಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರೆ ಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಕಲಿತರು ಹಿಂದಿರುಗಿ ನೋಡಿದರೆ ಮಾ...ಮಾ... ಮಾ ಎಂದು ಅಳುತ್ತಾ ಒಂದಲ್ಲ ಹಲವು ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಂಡಿತ್ಯ ಗಳಿಸುವವರೆಗಿನ ನಿಮ್ಮ ಪಯಣವು ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಭಾಷಾ ಸ್ವಾಧೀನದ ಪ್ರಮುಖ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ.

ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ನೀವು ಭಾಷೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೀರಿ, ಈಗ ನೀವು ಬಳಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಭಾಷೆಯು ನಾವು ಪರಸ್ಪರ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಬಳಸುವ ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳ ಮೂಲಕ ಆಯೋಜಿಸಲಾದ ಸಂಕೇತಗಳ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಭಾಷೆ 3 ಮೂಲಭೂತ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಗಮನಿಸಬಹುದು.

(ಎ) ಚಿಹ್ನೆಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿ

(ಬಿ) ಈ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸಲು ನಿಯಮಗಳ ಒಂದು ಸೆಟ್ ಮತ್ತು

(ಸಿ) ಸಂವಹನ

ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಭಾಷೆಯ ಈ ಮೂರು ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸಬೇಕು.

ಭಾಷೆಯ ಮೊದಲ ಲಕ್ಷಣವೆಂದರೆ ಅದು ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಸಂಕೇತಗಳು ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಅಥವಾ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ವಾಸಿಸುವ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಮನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಶಾಲೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ತಿನ್ನುವ ವಸ್ತುವನ್ನು ಆಹಾರ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮನೆ, ಶಾಲೆ, ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಹಲವಾರು ಇತರೆ ಪದಗಳಂತಹ ಪದಗಳು ಯಾವುದೇ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಪದಗಳು ಕೆಲವು ವಸ್ತುಗಳು ಘಟನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದಾಗ ಅವು ಅರ್ಥವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಆ ವಸ್ತುಗಳು ಘಟನೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪದಗಳೊಂದಿಗೆ (ಚಿಹ್ನೆಗಳು) ಗುರುತಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ ಯೋಚಿಸುವಾಗ ನಾವು ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ.

ಭಾಷೆಯ ಎರಡನೆಯ ಲಕ್ಷಣವೆಂದರೆ ಅದು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಎರಡು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪದಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸುವಾಗ ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಪದಗಳನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುವ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮತ್ತು ಸ್ವೀಕೃತ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಬ್ಬರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ "ನಾನು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆಯೇ ಹೊರತು, ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಶಾಲೆಗೆ ನಾನು ಎಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ".

ಭಾಷೆಯ ಮೂರನೇ ವೈಶಿಷ್ಟವೆಂದರೆ ಅದು ಒಬ್ಬರ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಸಂವಹನ ಮಾಡಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇತರರಿಗೆ ಕಲ್ಪನೆಗಳು, ಉದ್ದೇಶಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ಶರೀರದ ಭಾಗಗಳ ಬಳಕೆಯ ಮೂಲಕ ಸಂವಹನ ನಡೆಸುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ಸಲಹೆಗಳು ಅಥವಾ ಭಂಗಿಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಸಂವಹನವನ್ನು ಭಾಷಾರಹಿತ ಸಂವಹನ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮೌಖಿಕ ಭಾಷಣವನ್ನು ಬಳಸಲಾಗದ ಕೆಲವು ಜನರು ತೀವ್ರ ಶ್ರವಣ ಮತ್ತು ಮಾತಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರು ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಸಂಕೇತ ಭಾಷೆ ಕೂಡ ಭಾಷೆಯ ಒಂದು ರೂಪವಾಗಿದೆ.

ಭಾಷೆಯ ವಿಕಾಸ

ಭಾಷೆ ಒಂದು ಸಂಕೀರ್ಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿದೆ ಚಿಂಪಾಂಜಿಗಳು, ಡಾಲ್ಫಿನ್‌ಗಳು, ಗಿಳಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಸಂಕೇತ ಭಾಷೆ, ಸಂಕೇತಗಳ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಕಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಇತರೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಕಲಿಯಬಹುದಾದ ಸಂವಹನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಿಂತ ಮಾನವನ ಭಾಷೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಕೀರ್ಣ, ಸೃಜನಶೀಲ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಸಂಶೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಮಕ್ಕಳು ತಾವು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಭಾಷೆ ಅಥವಾ ಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ತೋರುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕ್ರಮಬದ್ಧತೆಯು ಇದಾಗಿದೆ. ನೀವು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಹೋಲಿಸಿ ನೋಡಿದಾಗ ಅವರು ಭಿನ್ನವಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ನೀವು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಅವರ ಭಾಷೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ ದರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅವರು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೆ ನಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಮಕ್ಕಳ ಭಾಷೆಯ ಸ್ವಾಧೀನತೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ನೋಟವನ್ನು ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ ನೀವು ಕೆಲವು ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಯಾವುದೇ ಭಾಷೆಯ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಸಮರ್ಥ ಭಾಷಾ ಬಳಕೆದಾರರಾಗುವ ಹಂತಕ್ಕೆ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಕೆಳಗೆ ಚರ್ಚಿಸಲಾದ ಕೆಲವು ಹಂತಗಳ ಮೂಲಕ ಭಾಷೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳು ವಿವಿಧ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆ ಶಬ್ದವು ಕ್ರಮೇಣ ಪದಗಳನ್ನು ಹೋಲುವಂತೆ ಮಾರ್ಪಾಡಾಗುತ್ತದೆ. ಶಿಶುಗಳು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ಮೊದಲ ಧ್ವನಿ ಅಳುವುದು, ಆರಂಭಿಕವಾಗಿ ಅಳುವುದನ್ನು ವಿಭಿನ್ನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕ್ರಮೇಣ ಹಸಿವು, ನೋವು ಮತ್ತು ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು ಅಳುವ ಮಾದರಿಯು ಅದರ ತೀವ್ರತೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. ಈ ವಿಭಿನ್ನವಾದ ಅಳುವ ಶಬ್ದಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ಅತೀ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶಬ್ದಗಳಾಗುತ್ತವೆ ('aaa', 'uuu' ಇತ್ಯಾದಿ). ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಸುಮಾರು ಆರು ತಿಂಗಳ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ತೊದಲು ನುಡಿಯ ಹಂತವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ತೊದಲು ನುಡಿಯು ವಿವಿಧ ವ್ಯಂಜನಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ವರಗಳ ದೀರ್ಘ ಪುನರಾವರ್ತನೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಡ, ಅ, ಬ) ಸುಮಾರು 9 ತಿಂಗಳ ವಯಸ್ಸಿನ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಈ ಶಬ್ದಗಳು ಕೆಲವು ಧ್ವನಿ ಸಂಯೋಜನೆಗಳ ತಂತಿಗಳಿಗೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ 'ದಡಾಡಾಡಾಡಾ' ಏಕೋ ಲಾಲಿಯ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಮಾದರಿಗಳಿಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತವೆ. ಆರಂಭಿಕ ತೊದಲು ನುಡಿಗಳು ಯಾದೃಚ್ಛಿಕ ಅಥವಾ ಆಕಸ್ಮಿಕ ಸ್ವಭಾವದವರಾಗಿದ್ದರೂ ನಂತರದ ತೊದಲು ನುಡಿಗಳು ವಯಸ್ಕರ ಧ್ವನಿಗಳನ್ನು ಅನುಕರಿಸುವಂತಿರುತ್ತವೆ. ಮಕ್ಕಳು ಆರು ತಿಂಗಳ ವಯಸ್ಸಿನ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಕೆಲವು ಪದಗಳ

ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಸುಮಾರು (ನಿಖರವಾದ ವಯಸ್ಸನ್ನು ಮಗುವಿನಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ) ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಕ್ಕಳು ಒಂದು ಪದದ ಹಂತವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಮೊದಲ ಪದವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದು ಉಚ್ಚಾರಾಂಶವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಾ ಅಥವಾ ಡ ಕ್ರಮೇಣ ಅವರು ಒಂದು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪದಗಳಿಗೆ ಚಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಪದಗುಚ್ಛಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಹೋಲೋಫ್ರೇಸ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು 18 ರಿಂದ 20 ತಿಂಗಳ ವಯಸ್ಸಿನವರಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಕ್ಕಳು ಎರಡು ಪದಗಳ ಹಂತವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಎರಡು ಪದಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬಳಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎರಡು ಪದಗಳ ಹಂತವು ಟೆಲಿಗ್ರಾಫಿಕ್ ಭಾಷಣವನ್ನು ಉದಾಹರಿಸುತ್ತದೆ. ಟೆಲಿಗ್ರಾಂಗಳಂತೆ (ಪ್ರವೇಶ ಸಿಕ್ಕಿತು, ಹಣವನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ) ಇದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಾಮಪದಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾಪದಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಮೂರನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಹತ್ತಿರ ಅಂದರೆ ಎರಡುವರೆ ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಮಕ್ಕಳ ಭಾಷೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಅವರು ಕೇಳುವ ಭಾಷೆಯ ನಿಮ್ಮ ನಿಯಮಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ.

ಭಾಷೆಯನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ಸ್ವಾಧೀನಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ? ನೀವು ಆಶ್ಚರ್ಯ ಪಡುತ್ತಿರಬೇಕು. ನಾವು ಮಾತನಾಡಲು ಹೇಗೆ ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ? ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಇತರೆ ವಿಷಯಗಳು ನಡವಳಿಕೆಯು ಅನುವಂಶಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ (ಪ್ರಕೃತಿ) ಅಥವಾ ಕಲಿಕೆಯ (ಪೋಷಣೆ) ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಭಾಷೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಎತ್ತಲಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಭಾಷೆಯ ಸ್ವಾಧೀನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಪೋಷಣೆ ಎರಡು ಮುಖ್ಯವೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ವರ್ತನಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ ಬಿ.ಎಫ್. ಸ್ಕಿನ್ನರ್ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಕೀಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಪ್ರೆಸ್‌ಬಾರ್‌ಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ಕಲಿಯುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಭಾಷೆಯನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದರು. (ಕಲಿಕೆಯ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ನೋಡಿ) ಭಾಷಾ ಬೆಳವಣಿಗೆ ವರ್ತನಾ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಕಲಿಕೆಯ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸಹಭಾಗಿತ್ವ (ಬಾಟಲ್ ಪದದೊಂದಿಗೆ ಬಾಟಲಿಯ ನೋಟ) ಅನುಕರಣೆ ವಯಸ್ಕರ (ಬಾಟಲ್ ಪದದ ಬಳಕೆ) ಮತ್ತು ಬಲವರ್ಧನೆ (ಮುಗುಳುನಗೆ ಮತ್ತು ಅಪ್ಪುಗೆಗಳು ಮಗು ಏನಾದರೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದಾಗ) ಪೋಷಕರು ಅಥವಾ ಆರೈಕೆ ನೀಡುವವರ ಭಾಷೆಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದಕ್ಕಾಗಿ ಭಾಷೆಯು ಬಲಪಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಪುರಾವೆಗಳಿವೆ. ರೂಪಿಸುವ ತತ್ವವು ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಅನುಕ್ರಮ ಅಂದಾಜಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಮಗು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ವಯಸ್ಕನಂತೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತದೆ. ಉಚ್ಚಾರಣೆ ಮತ್ತು ಪದಗುಚ್ಛಗಳಲ್ಲಿನ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ವಿವಿಧ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ.

ಭಾಷಾಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ನೋಮ್ ಚೋಮ್ಸ್ಕಿ ಭಾಷೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸಹಜ ಪ್ರತಿಪಾದನೆಯನ್ನು ಮುಂದಿಟ್ಟರು. ಅವರಿಗೆ ಮಕ್ಕಳು ತಾವು ಕೇಳಿರದ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಸಹ ರಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಅನುಕರಣೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಮಕ್ಕಳು ಒಂದು ನಿರ್ಣಾಯಕ ಅವಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಂತೆ ತೋರುತ್ತಿದೆ ಅದು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಸಂಭವಿಸಬೇಕಾದರೆ ಕಲಿಕೆಯು ಸಂಭವಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಭಾಷೆಯ ಕಲಿಕೆಗಾಗಿ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಮಕ್ಕಳು ಭಾಷಾ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅದೇ ಹಂತಗಳ ಮೂಲಕ ಹಾದು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಸಾಕಷ್ಟು ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ನೀಡಿದ ದೈಹಿಕ ಪಕ್ವತೆಯಂತೆ ಭಾಷಾ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಕಲಿಸದೆಯೇ ಮಕ್ಕಳು ಪದಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ವ್ಯಾಕರಣವನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವರು ಇದನ್ನು ಕಲಿಕೆಯ ತತ್ವಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ವಿವರಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳು ತಾವು ಕೇಳಿರದ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಸಹ ರಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಅನುಕರಣೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಮಕ್ಕಳು ಒಂದು ನಿರ್ಣಾಯಕ ಅವಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಂತೆ ತೋರುತ್ತಿದೆ. ಅದು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಸಂಭವಿಸಬೇಕಾದರೆ ಕಲಿಕೆಯು ಸಂಭವಿಸಬೇಕು. ಭಾಷೆಯ ಕಲಿಕೆಗಾಗಿ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಮಕ್ಕಳು ಭಾಷೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅದೇ ಹಂತಗಳ ಮೂಲಕ ಹಾದು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಸಾಕಷ್ಟು ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ನೀಡಿದ ದೈಹಿಕ ಪಕ್ವತೆಯಂತೆಯೇ ಭಾಷಾ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಮಗುವಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ ಎಂದು ಚೋಮ್ಸ್ಕಿ ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ವ್ಯಾಕರಣದೊಂದಿಗೆ ಜನಿಸುತ್ತಾರೆ ಅವರು ಕೇಳುವ ಯಾವುದೇ ಭಾಷೆಯ ವ್ಯಾಕರಣವನ್ನು ಅವರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಸ್ಕಿನ್ನರ್ ಕಲಿಕೆಗೆ ಒತ್ತು ನೀಡುತ್ತಾ ಶಿಶುಗಳು ಅವರು ಕೇಳುವ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಏಕೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ತಮ್ಮ ಶಬ್ದಕೋಶಗಳಿಗೆ

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 7.3 ದ್ವಿಭಾಷಾ ಮತ್ತು ಬಹುಭಾಷಾ

ದ್ವಿಭಾಷಾ ವಾದವು ಯಾವುದೇ ಎರಡು ಭಾಷೆಗಳ ಮೂಲಕ ಸಂವಹನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಎರಡಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವುದನ್ನು ಬಹು ಭಾಷೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾತೃಭಾಷೆ ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಒಬ್ಬರ ಸ್ಥಳೀಯ ಭಾಷೆ ಎಂದು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಲಾಗಿದೆ ತೊಟ್ಟಿಲಿನಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮಾತನಾಡುವ ಭಾಷೆ, ತಾಯಿಯು ಮಾತನಾಡುವ ಮನೆ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಭಾಷೆ ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ ಆದಾಗ್ಯೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾತೃಭಾಷೆಯನ್ನು ಒಬ್ಬನನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಭಾಷೆಯಾಗಿ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಬಹು ಮಾತೃಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ ಭಾರತೀಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶದ ಮೂಲಬೇರುಗಳು ಬಹುಭಾಷಾವಾದದಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಇದು ದ್ವಿಭಾಷಾ ಅಥವಾ ಬಹುಭಾಷೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಹಾಗೂ ಸಮಾಜದ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಲಕ್ಷಣವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಭಾರತೀಯರು ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ವಿವಿಧ ಆಯಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚುಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಬಹು ಭಾಷೆಯು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಜೀವನ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ದ್ವಿಭಾಷೆ ಅಥವಾ ಬಹುಭಾಷೆಯು ಮಕ್ಕಳ ಅರಿವಿನ ಭಾಷಾ ಶಾಸ್ತ್ರ ಮತ್ತು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸುತ್ತವೆ.

ಹೊಸ ಪದಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಸೇರಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ವ್ಯಾಕರಣವನ್ನು ಕಲಿಯಲು ನಮ್ಮ ಅಂತರ್ ನಿರ್ಮಿತ ಸಿದ್ಧತೆಗೆ ಚೋಮ್ಸ್ಕಿಯವರು ಒತ್ತು ನೀಡಿದ್ದು ಮಕ್ಕಳು ನೇರವಾಗಿ ಬೋಧನೆ ಇಲ್ಲದೆ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಏಕೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಭಾಷೆಯ ಉಪಯೋಗ

ನಾವು ಮೊದಲೇ ಚರ್ಚಿಸಿದಂತೆ ಭಾಷಾಬಳಕೆಯು ಸಂವಹನದ ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಸೂಕ್ತವಾದ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಭಾಷೆಯ ಶಬ್ದಕೋಶ ಮತ್ತು ವಾಕ್ಯ ರಚನೆಯ ವಿಧಾನವು ವಿವಿಧ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಂವಹನದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಭಾಷೆಯ ಸರಿಯಾದ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಭಾಷೆಯನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ವಿನಂತಿಸುವುದು, ಕೇಳುವುದು ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ಧನ್ಯವಾದ, ಬೇಡಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ ಈ ಸಾಮಾಜಿಕ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಪೂರೈಸಲು ಭಾಷಾ ಬಳಕೆಯು ವ್ಯಾಕರಣಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿರುವುದರ ಜೊತೆ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿಯು ಸರಿಯಾಗಿರಬೇಕು ಅಥವಾ ಸಂದರ್ಭೋಚಿತವಾಗಿ ಸೂಕ್ತವಾಗಿರಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಭ್ಯತೆಗಾಗಿ ಅಥವಾ ವಿನಂತಿಗಳಿಗಾಗಿ ಸೂಕ್ತವಾದ ಉಚ್ಚಾರಣೆಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಭಾಷೆಯ ಬಳಕೆಯು ಸಭ್ಯ ವಿನಂತಿಯ ಬದಲಿಗೆ ಬೇಡಿಕೆ ಅಥವಾ ಆಜ್ಞೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವಾಗ ಅವರು ವಯಸ್ಕರಂತೆ ಮಾತನಾಡಲು ಮತ್ತು ಕೇಳಲು ಸರದಿಯಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು

ದ್ವಿಭಾಷೆ, ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು, ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು, ಒಮ್ಮುಖ ಆಲೋಚನೆ, ಸೃಜನಶೀಲತೆ, ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ನಿಗಮನ ವಿವೇಚನೆ, ಬಹುಮುಖ ಆಲೋಚನೆ, ಕಾರ್ಯ ಸ್ಥಿರತೆ, ಪ್ರಕಾಶಿಸುವುದು, ಚಿತ್ರಣಗಳು, ಉದ್ಭವನ, ನಿಗಮನ ವಿವೇಚನೆ, ತೀರ್ಪು, ಭಾಷೆ, ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಣ, ಮನಃಸ್ಥಿತಿ, ಬಹುಭಾಷೆ, ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ, ವಿವೇಚನೆ, ದೂರಸ್ಥ ಸಂಯೋಜನೆ, ಪದಗುಚ್ಛ ರಚನೆ, ಆಲೋಚನೆ.

ಸಾರಾಂಶ

- ಆಲೋಚನೆಯು ಒಂದು ಸಂಕೀರ್ಣ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದ್ದು ಅದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೇವೆ. (ಸ್ವಾಧೀನ ಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ ಅಥವಾ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ) ಇದು ನಡವಳಿಕೆಯಿಂದ ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ ಆಲೋಚನೆಯು ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.
- ಸಂಕೀರ್ಣ ಆಲೋಚನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳೆಂದರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ, ತಾರ್ಕಿಕ ಕ್ರಿಯೆ, ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ತೀರ್ಪು ಮತ್ತು ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆ.
- ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಹಾರದ ಕಡೆಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದು, ಮನಃಸ್ಥಿತಿ, ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಸ್ಥಿರತೆ, ಪ್ರೇರಣೆಯ ಕೊರತೆ ಮತ್ತು ನಿರಂತರತೆಯು ಕೆಲವು ಅಡಚಣೆಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಒದಗಿಬಂದಿರುತ್ತವೆ.
- ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರದಂತೆಯೇ ವಿವೇಚನಾ ಕ್ರಿಯೆಯು ಉತ್ತಮ ನಿರ್ದೇಶನವಾಗಿದೆ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅನುಗಮನ ಅಥವಾ ನಿಗಮನ ವಿವೇಚನೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ತೀರ್ಪು ನೀಡುವಲ್ಲಿ ನಾವು ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತೇವೆ ವಸ್ತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನಗಳು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.
- ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಹಲವಾರು ಪರ್ಯಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬೇಕು.
- ತೀರ್ಪು ಮತ್ತು ನಿರ್ಣಯ ಮಾಡುವಿಕೆ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಿತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಾಗಿವೆ.
- ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಯು ವಸ್ತುವಿನ ಉತ್ಪಾದನೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಅದು ಯಾವುದೇ ಮೂಲವನ್ನು ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.
- ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು, ಸೃಜನಶೀಲತೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸೃಜನಶೀಲ ಯಂತ್ರಗಳನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು, ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಕೌಶಲಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು.
- ಭಾಷೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಮಾನವರ ಸಂವಹನ. ಇದು ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳ ಮೇಲೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾದ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇದರ ನಡುವಿನ ಉದ್ದೇಶಗಳು ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ನಿರಾಶೆಗಳನ್ನು ಸಂವಹನ ಮಾಡಲು ಮೊದಲ ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.
- ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಯು ಸಂಕೀರ್ಣವಾದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

1. ಆಲೋಚನೆಯ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
2. ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಎಂದರೇನು? ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ನಿಯಮವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
3. ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಎದುರಿಸಬಹುದಾದ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.
4. ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ವಿವೇಚನೆಯು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?
5. ತೀರ್ಪು ಮತ್ತು ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
6. ಸೃಜನಶೀಲ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಆಲೋಚನೆ ಏಕೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ?
7. ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗೆ ವಿವಿಧ ಅಡ್ಡಿಗಳು ಯಾವುವು?
8. ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು?
9. ಭಾಷೆ ಇಲ್ಲದೆ ಆಲೋಚನೆಯು ನಡೆಯುತ್ತದೆಯೇ ಚರ್ಚಿಸಿ.
10. ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಭಾಷೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ?

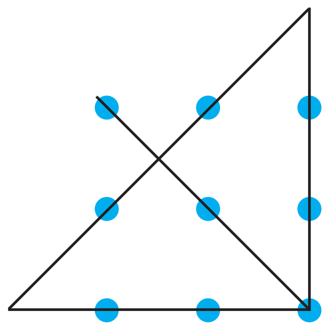
ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

1. ಒಂದು ವರ್ಷ, ಎರಡು ವರ್ಷ ಮತ್ತು 3 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಒಂದು ವಾರದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿ. ಅವರು ಆಡುವ ಮಾತುಗಳನ್ನು ರೆಕಾರ್ಡ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಮಗು ಹೇಗೆ ಪದಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಿದೆ ಹಾಗೂ ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಗು ಎಷ್ಟು ಪದಗಳನ್ನು ಕಲಿತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.
2. ಸುದ್ದಿ ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳು, ಜಾಹೀರಾತುಗಳು, ಕಾರ್ಟೂನ್‌ಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಕೊಲಾಜ್ ಮಾಡಿ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದ ವಿಷಯವಲ್ಲದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸಲು ನಿಮ್ಮದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜೋಡಿಸಿ, ಅದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಮೂಲ ಸಂದೇಶ ಅಥವಾ ಘೋಷಣೆಯನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ. ಮೂಲ ವಿಚಾರಗಳ ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಅನುಭವಿಸಿದ ಹಂತಗಳು ಮತ್ತು ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸಿ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 7.2 ರಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳು.

ಸಮಸ್ಯೆ 1 : ANAGRAM, PROBLEM, SOLVE, INSIGHT, SOLUTION.

ಸಮಸ್ಯೆ 2 :

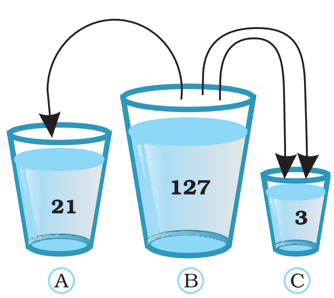


ಸಮಸ್ಯೆ 3 :

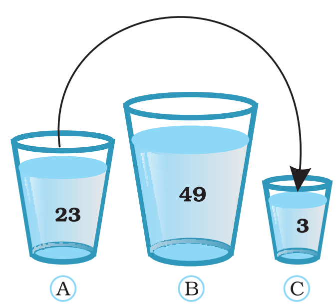
ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರವೆಂದರೆ ಬಾಟಲಿ ಬಿ (127ಮಿಲಿ) ಅನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತುಂಬಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತುಂಬಲು ಬಾಟಲಿ (21 ಮಿಲಿ) ನಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯಿರಿ ಈಗ 106 ಮಿಲಿ ಬಾಟಲಿ ಬಿ (127ಮಿಲಿ – 21ಮಿಲಿ) ನಲ್ಲಿ ಉಳಿದಿದೆ ಮುಂದೆ ಸಿ (3ಮಿಲಿ) ತುಂಬಲು ಬಿ ಇಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯಿರಿ ತದನಂತರ ಸಿ ಇಂದ ಎಲ್ಲಾ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯುವ ಮೂಲಕ ಸಿ ಬಾಟಲಿಯನ್ನು ಖಾಲಿ ಮಾಡಿ ಈಗ ಬಿ ನಲ್ಲಿ 13 ಮಿಲಿ ನೀರು ಇದೆ ಮತ್ತು ಸಿ ಖಾಲಿಯಾಗಿದೆ ನಂತರ ಮತ್ತೆ ಸಿ ತುಂಬಲು ಬಿ ನಿಂದ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯಿರಿ ಈಗ ನಿಮಗೆ ಬಿ ನಲ್ಲಿ 100 ಮಿಲಿ ನೀರು ಉಳಿದಿರುತ್ತದೆ.

ಮೊದಲ ಐದು ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬಿ–ಎ–2ಸಿ ಅನುಕ್ರಮದಿಂದ ತಲುಪಬೇಕಾದ ಮೊತ್ತವನ್ನು ತಲುಪಬಹುದು. ಆದರೆ 6 ಮತ್ತು 7ನೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರವಾಗಿವೆ. ಆರನೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಪ್ರಮಾಣವಲ್ಲದ ನೀರು 20 ಮಿಲಿ ಮತ್ತು ಮೂರು ಬಾಟಲಿಗಳ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಎ ಕ್ಯಾನ್ 123 ಮಿಲಿ ಬಿ 49 ಮಿಲಿ ಮತ್ತು ಸಿ 3ಮಿಲಿ ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಪರಿಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.

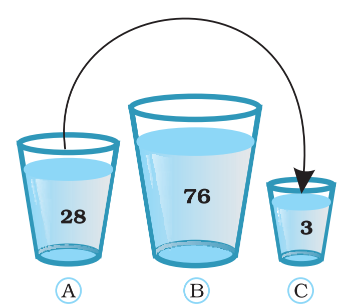
ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅವರು ಈಗಾಗಲೇ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ ಅನುಕ್ರಮ (49-23-(2X3)) ವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಯೋಚಿಸದೆ ಅಥವಾ ಎ ನಿಂದ ಸಿಗೆ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯುವ ಸರಳ ಮತ್ತು ತ್ವರಿತ ವಿಧಾನವನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತ ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ 5ನೇಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವುದು ಅವರ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೀವು ತೀರ್ಮಾನಿಸಬಹುದು ಏಳನೇಯ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸೀವರೆಗೂ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯುವ ನೇರ ಪರಿಹಾರದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಆದರೆ ಮನಃಸ್ಥಿತಿ ಎಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿದೆ ಎಂದರೆ ಅನೇಕರು ಈಗಾಗಲೇ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ ಒಂದನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಬೇರೆ ಯಾವುದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಯೋಚಿಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ.



ಪ್ರಮಾಣಿತ ವಿಧಾನ
ಸಮಸ್ಯೆ 1–5



ಒಂದು ಸರಳ ವಿಧಾನ
ಸಮಸ್ಯೆ 6



ಸರಳ ವಿಧಾನವು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವ ಸಂದರ್ಭ
ಸಮಸ್ಯೆ 7

ಅಧ್ಯಾಯ 8

ಪ್ರೇರಣೆ ಮತ್ತು ಸಂವೇಗ
Motivation and Emotion

ಈ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ನೀವು ಅರಿಯಲಿರುವ ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು

- ಮಾನವನ ಪ್ರೇರಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯುವುದು.
- ಕೆಲವು ಮುಖ್ಯ ಪ್ರೇರಣೆಗಳ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು,
- ಸಂವೇಗವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು,
- ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಸಂವೇಗದ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು,
- ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸಂವೇಗದ ನಿರ್ವಹಣೆ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು,

ಸಂವೇಗವು ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ತಾರ್ಕಿಕತೆಯನ್ನು ಕಲಿಸಿದೆ.

– **ಮಾರ್ಕಿಸ್ ದೇ ವೆವನಾರ್ಗ್ಗಿಸ್**

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ

ಪೀಠಿಕೆ
ಪ್ರೇರಣೆಯ ಸ್ವರೂಪ
ಪ್ರೇರಣೆಯ ವಿಧಗಳು
  ಜೈವಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು
  ಮನೋ–ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು
ಮಾಸ್ಲೋರವರ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಶ್ರೇಣಿ ಸಿದ್ಧಾಂತ
ಸಂವೇಗಗಳ ಸ್ವರೂಪ
ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು
  ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ
  ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ
ಅಹಿತಕರ ಸಂವೇಗಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ
  ಆಘಾತಕಾರಿ ಘಟನೋತ್ತರ ವರ್ತನಾ ವೈಪರೀತ್ಯ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 8.1)
  ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಯ ನಿರ್ವಹಣೆ (ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 8.2)
ಹಿತಕರ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು
ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು
ಸಾರಾಂಶ
ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

ಪೀಠಿಕೆ (Introduction)

ಪರಿಚಿತ ಪಟ್ಟಣದ ಸುನೀತ ವಿವಿಧ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಪ್ರವೇಶ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು 10–12 ಗಂಟೆಗಳ ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಹಾಕುತ್ತಾಳೆ. ಹೇಮಂತ ವಿಕಲಾಂಗ ಹುಡುಗ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಪರ್ವತಾರೋಹಣ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವ್ಯಾಪಕವಾದ ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ಅನಂತನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ವೇತನದ ಹಣವನ್ನು ಉಳಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಇದರಿಂದ ಅವನು ತನ್ನ ತಾಯಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯನ್ನು ಖರೀದಿಸಬಹುದು. ಇವು ಕೇವಲ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಇದು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೇರಣೆ ವಹಿಸುವ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವರ್ತನೆಯು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ವರ್ತನೆಯು ಗುರಿಯಾಭಿಮುಖವಾಗಿದೆ. ಗುರಿ ಅನ್ವೇಷಣೆಯ ವರ್ತನೆಯು ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವವರೆಗೆ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ತಮ್ಮ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಜನ ವಿಭಿನ್ನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸುನೀತಾ ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಅನಂತನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ವೇತನದ ಹಣ ಕಳ್ಳತನವಾದರೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಸುನೀತಾ ಬಹುಶಃ ಬಹಳ ದುಃಖಿತಳಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಅನಂತ್ ಕೋಪಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ಅಧ್ಯಾಯವು ಪ್ರೇರಣೆ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನೆಗಳ ಮೂಲಭೂತ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು ಮತ್ತು ಈ ಎರಡು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಸಂಬಂಧಿತ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನೀವು ಹತಾಶೆ ಮತ್ತು ಸಂಘರ್ಷದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಮೂಲ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಅವುಗಳ ಜೈವಿಕ ನೆಲೆಗಳು, ಬಹಿರಂಗ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪ್ರಭಾವಗಳು ಪ್ರೇರಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಅವುಗಳ ಸಂಬಂಧ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಮತ್ತು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವ್ಯವಹರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

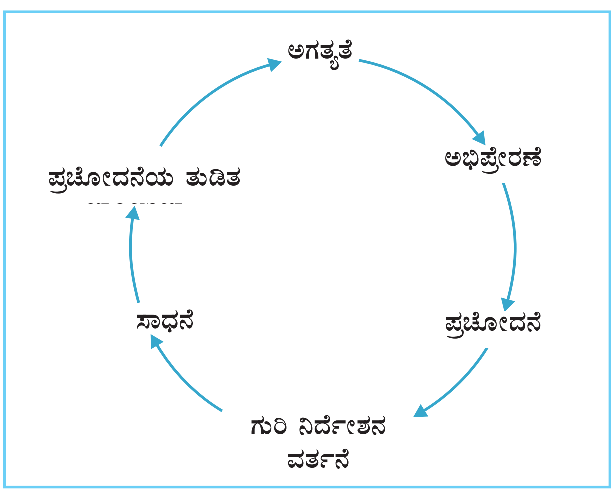
ಪ್ರೇರಣೆಯ ಸ್ವರೂಪ (Nature of Motivation)

ಪ್ರೇರಣೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯು ಯಾವ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಚಲಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಪ್ರೇರಣೆ ಎಂಬ ಪದವು ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಪದವಾದ 'ಮೂವರ್' ನಿಂದ ಬಂದಿದೆ. ಇದು ಚಲನೆಯನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಹೆಚ್ಚಿನ ದೈನಂದಿನ ವರ್ತನೆಯ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಪ್ರೇರಣೆಯ ಮೂಲಕ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ನೀವು ಶಾಲೆ ಅಥವಾ ಕಾಲೇಜಿಗೆ ಏಕೆ ಬರುತ್ತೀರಿ? ಈ ವರ್ತನೆಗೆ ನೀವು ಕಲಿಯಲು ಅಥವಾ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಮಾಡಲು ಬಯಸುವುದು, ಉತ್ತಮ ಉದ್ಯೋಗವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಿಮಗೆ ಡಿಪ್ಲೋಮೋ ಅಥವಾ ಪದವಿ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದು, ನಿಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರನ್ನು ಸಂತೋಷಪಡಿಸಲು ನೀವು ಬಯಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಕಾರಣಗಳಿರಬಹುದು. ಈ ಕಾರಣಗಳು ಕೆಲವು ಸಂಯೋಜನೆಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ನೀವು ಉನ್ನತ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಏಕೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ವರ್ತನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮುನ್ನೋಟಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ಸಹ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬ ಬಲವಾದ ಪ್ರೇರಣೆ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅವನು ಕ್ರೀಡೆಯಲ್ಲಿ, ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿ, ಸಂಗೀತದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು ಅನೇಕ ವಿಭಿನ್ನ ಸಂದರ್ಭಗಳ ವರ್ತನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮುನ್ನೋಟಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗಳಾಗಿವೆ. ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಪ್ರೇರಣೆಯೂ ವರ್ತನೆಯ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಅಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು, ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆಗಳು, ಅಗತ್ಯತೆಗಳು, ಗುರಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಗಳು ವಿಶಾಲ ಅಂಶಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರೇರಕ ಚಕ್ರ

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈಗ ವರ್ತನೆಯ ಪ್ರೇರಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಅಗತ್ಯತೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಅಗತ್ಯವೆಂದರೆ ಕೆಲವು ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳ ಅಭಾವ ಅಥವಾ ಕೊರತೆ. ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಯು ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆ ಎನ್ನುವುದು ಅಗತ್ಯದಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ಒಂದು ಸ್ಥಿತಿ. ಇದು ಉದ್ವೇಗ ಅಥವಾ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ. ಇದು ಅನಿಶ್ಚಿತ ಚಟುವಟಿಕೆಗೆ ಶಕ್ತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅನಿಶ್ಚಿತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಚಟುವಟಿಕೆಯು ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಲು



ಚಿತ್ರ 8.1 : ಪ್ರೇರಕ ಘಟನೆಗಳ ಚಕ್ರ

ಕಾರಣವಾದಾಗ, ಇದು ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಜೀವಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತದೆ. ದೇಹ ಸಮತೋಲಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ರೇರಕ ಘಟನೆಗಳ ಚಕ್ರವನ್ನು ಚಿತ್ರ 8.1 ರಲ್ಲಿ ತೋರಿಸುವಂತೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬಹುದು

ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪ್ರೇರಣೆಗಳಿವೆಯೇ? ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪ್ರೇರಣೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಜೈವಿಕ ಆಧಾರಗಳಿವೆಯೇ? ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೇರಣೆ ಈಡೇರದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಈ ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಮುಂದಿನ ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ.

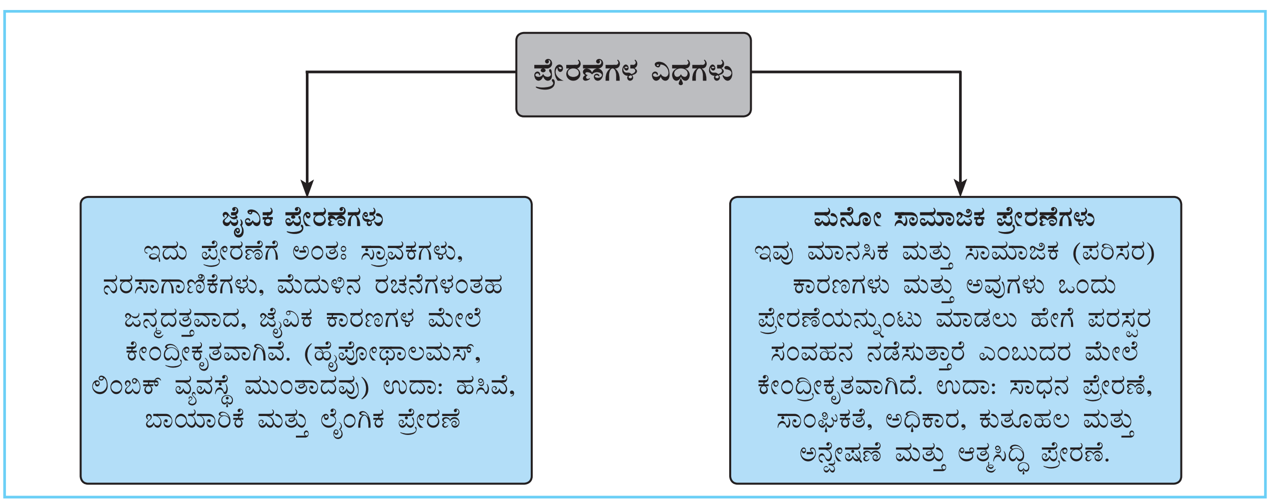
ಪ್ರೇರಣೆಗಳ ವಿಧಗಳು (Types of Motives)

ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಪ್ರೇರಣೆಗಳಿವೆ. ಜೈವಿಕ ಮತ್ತು ಮನೋ–ಸಾಮಾಜಿಕ. ಜೈವಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳನ್ನು ಶಾರೀರಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ದೇಹದ ಶಾರೀರಿಕ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಮನೋ–ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ವಿವಿಧ ಪರಿಸರದ ಅಂಶಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ಕಲಿಯಲ್ಪಡುತ್ತವೆ.

ಅದಾಗ್ಯೂ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿವೆ. ಅಂದರೆ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಜೈವಿಕ ಅಂಶಗಳು ಒಂದು ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಇತರ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮನೋ–ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳು ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ಯಾವುದೇ ಪ್ರೇರಣೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಜೈವಿಕವಲ್ಲ. ಅದೇ ರೀತಿ ಮನೋ–ಸಾಮಾಜಿಕವೂ ಅಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬದಲಿಗೆ ವಿಭಿನ್ನ ಸಂಯೋಜನೆಗಳಿಂದಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತವೆ.

ಜೈವಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು

ಜೈವಿಕ ಅಥವಾ ಶಾರೀರಿಕ ವಿಧಾನವು ಪ್ರೇರಣೆಯ ವರ್ತನೆಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇರುವಂತಹ ಮೊದಲ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿದೆ. ನಂತರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲಾದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು ಜೈವಿಕ ವಿಧಾನದ ಪ್ರಭಾವದ ಕುರುಹುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗೆ ಬದ್ಧವಾಗಿರುವ ವಿಧಾನವು ಜೀವಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ (ಆಂತರಿಕ, ಶಾರೀರಿಕ ಅಸಮತೋಲನ) ಇದು ಕೆಲವು ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕೆಲವು ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರೇರಣೆಯ ಆರಂಭಿಕ ವಿವರಗಳು ಸಹಜತೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ಸಹಜ ಸ್ವಭಾವವು ಜನ್ಮದತ್ತವಾದ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಕಲಿಕೆಯ ಬದಲು ಜೈವಿಕವಾಗಿ ನಿರ್ಧರಿಸಲ್ಪಟ್ಟವುಗಳಾಗಿವೆ. ಇದು ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾನವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಾದ ಕುತೂಹಲ, ಹಾರಾಟ, ವಿಕರ್ಷಣೆ, ಪುನರುತ್ಪಾದನೆ, ಪೋಷಕರ ಆರೈಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸಹಜ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು ಅವರ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಮೊದಲೇ ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಇದು ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಜೀವಿಗೆ ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಜೀವಿಯ ಉಳಿವಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಕೆಲವು ಜೈವಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳಾದ ಹಸಿವು, ಬಾಯಾರಿಕೆ, ಲೈಂಗಿಕತೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.



ಚಿತ್ರ 8.2 : ಪ್ರೇರಣೆಗಳ ವಿಧಗಳು

ಹಸಿವು

ಯಾರಾದರೂ ಹಸಿದಿರುವಾಗ ಆಹಾರದ ಅಗತ್ಯವು ಎಲ್ಲದರ ಮೇಲುಗೈ ಸಾಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಆಹಾರವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮತ್ತು ಸೇವಿಸಲು ಜನರನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ. ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಾವು ಬದುಕಲು ತಿನ್ನಲೇಬೇಕು. ಆದರೆ ನಿಮಗೆ ಹಸಿವಾಗುವುದು ಹೇಗೆ? ದೇಹದ ಒಳಗೆ ಮತ್ತು ಹೊರಗಿನ ಅನೇಕ ಘಟನೆಗಳು ಹಸಿವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ. ಹಸಿವಿನ ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಹೊಟ್ಟೆಯ ಸಂಕೋಚನಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಇದು ಹೊಟ್ಟೆ ಖಾಲಿಯಾಗಿದೆ, ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಗ್ಲುಕೋಸ್‌ನ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಮತ್ತು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿರುವ ಕೊಬ್ಬಿನ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಯಕೃತ್ ಮೆದುಳಿಗೆ ನರಪ್ರಸರಣಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ದೈಹಿಕ ಇಂಧನದ ಕೊರತೆಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಆಹಾರದ ಪರಿಮಳ, ರುಚಿ ಅಥವಾ ನೋಟ ತಿನ್ನುವ ಬಯಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ವಿಷಯ ಮಾತ್ರ ಹಸಿವಿನ ಭಾವನೆ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಇವುಗಳೆಲ್ಲದರ ಸಂಯೋಜನೆಯು ಬಾಹ್ಯ ಅಂಶಗಳೊಂದಿಗೆ ನೀವು ಹಸಿದಿರುವಿರಿ ಎಂಬುದನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ರುಚಿ, ಬಣ್ಣ, ಇತರರು ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಆಹಾರದ ವಾಸನೆ ಇತ್ಯಾದಿ) ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯು ಹೈಪೋಥಾಲಮಸ್, ಯಕೃತ್ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿರುವ ಸಂಕೀರ್ಣ ಆಹಾರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಬಾಹ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಕೆಲವು ಶರೀರ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಯಕೃತ್ತಿನ ಚಯಾಪಚಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಹಸಿವಿನ ಭಾವನೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಕೃತ್ತು ಹೈಪೋಥಾಲಮಸ್ ಎಂಬ ಮೆದುಳಿನ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಸಂಕೇತವನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತದೆ. ಹಸಿವಿನಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಎರಡು ಭಾಗಗಳೆಂದರೆ ಲ್ಯಾಟರಲ್ ಹೈಪೋಥಾಲಮಸ್ (LH) ಮತ್ತು ವೆಂಟ್ರೋ ಮೀಡಿಯಲ್ ಹೈಪೋಥಾಲಮಸ್ (VMH). ಲ್ಯಾಟರಲ್ ಹೈಪೋಥಾಲಮಸ್‌ನ್ನು ಪ್ರಚೋದಕ ಪ್ರದೇಶವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಿದಾಗ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ತಿನ್ನುತ್ತವೆ. ಅದು ಹಾನಿಗೊಳಗಾದಾಗ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಹಸಿವಿನಿಂದ ಸಾಯುತ್ತವೆ. ವೆಂಟ್ರೋ ಮೀಡಿಯಲ್ ಹೈಪೋಥಾಲಮಸ್(VMH) ಪ್ರದೇಶವು ಹೈಪೋಥಾಲಮಸ್‌ನ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿದೆ. ಇದನ್ನು ಹಸಿವಿನ ನಿಯಂತ್ರಣ ಪ್ರದೇಶ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಹಸಿವಿನ ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿ ಬಂಧಿಸುತ್ತದೆ. ಈಗ ನೀವು ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವ ಮತ್ತು ಬೊಜ್ಜು ಹೊಂದಿರುವ ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ತಿನ್ನುವ ಅಥವಾ ಆಹಾರ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿರುವವರ (diet) ಬಗ್ಗೆ ಊಹಿಸಬಹುದೇ?

ಬಾಯಾರಿಕೆ

ನೀವು ದೀರ್ಘಕಾಲ ನೀರಿನಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಮಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ನಿಮಗೆ ಬಾಯಾರಿಕೆಯು ಏಕೆ ಆಗುತ್ತದೆ? ನಾವು ಹಲವಾರು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನೀರಿನಿಂದ ವಂಚಿತರಾದಾಗ ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಗಂಟಲು ಒಣಗುತ್ತದೆ. ಇದು ದೇಹದ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಣ ಬಾಯನ್ನು ಒದ್ದೆ ಮಾಡಲು ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದು ಅವಶ್ಯಕ. ಆದರೆ ಒಣ ಬಾಯಿ ಯಾವಾಗಲೂ ನೀರು ಕುಡಿಯುವ ವರ್ತನೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ದೇಹದೊಳಗಿನ ಪ್ರತಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಬಾಯಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತವೆ. ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಗಂಟಲು ಒಣಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ದೇಹದ ನರಗಳಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರಿನ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕೆಂಬ ಪ್ರೇರಣೆಯು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ದೇಹದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಚೋದಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ; ಇದು ಜೀವಕೋಶಗಳಿಂದ ನೀರಿನ ನಷ್ಟ ಮತ್ತು ರಕ್ತದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು ಆಗಿದೆ. ದೇಹದ ದ್ರವಗಳಿಂದ ನೀರು ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ನೀರು ಜೀವಕೋಶಗಳ ಒಳಭಾಗದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಹೈಪೋಥಾಲಮಸ್‌ನ ಮುಂಭಾಗವು 'Osmoreceptors' ಎಂಬ ನರಕೋಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಜೀವಕೋಶದ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನರ ಪ್ರಸರಣಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ನರ ಪ್ರಸರಣಗಳು ಬಾಯಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ನೀರು ಕುಡಿಯುವ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಓಸ್ಮೋ ರಿಸೆಪ್ಟಾರ್‌ಗಳಿಂದ ನೀರಿನ ಕೊರತೆಯುಂಟಾಗಿ ಬಾಯಾರಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಜೀವಕೋಶಗಳ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣದ ಬಾಯಾರಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಯಾವ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನಗಳು ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತವೆ? ಕೆಲವು ಸಂಶೋಧಕರ ಪ್ರಕಾರ ನೀರಿನ ಸೇವನೆಗೆ ಯಾವ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೋ ಅದೇ ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಪಾತ್ರವೂ ಕುಡಿಯುವ ನೀರನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಸಂಶೋಧಕರು ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದಾಗ್ಯೂ ಬಾಯಾರಿಕೆಗೆ ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ನಿಖರವಾದ ಶಾರೀರಿಕ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಇನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿಲ್ಲ.

ಲೈಂಗಿಕತೆ

ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯರಿರ್ವರಲ್ಲೂ ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಪ್ರೇರಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ. ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಉಂಟಾಗುವ ಪ್ರೇರಣೆಯು ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಬಲವಾದ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಅದಾಗ್ಯೂ ಲೈಂಗಿಕತೆಯು ಜೈವಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು. ಇದು ಇತರ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳಿಂದ (ಹಸಿವು, ಬಾಯಾರಿಕೆ) ಹಲವು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. (ಅ) ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಉಳಿವಿಗಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. (ಆ) ಸಮತೋಲನ (Homeostasis) (ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು ಅಥವಾ ಸ್ಥಿರತೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಯುಂಟಾದಾಗ ಜೀವಿಗಳ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಮರುಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು) ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯು ಗುರಿಯಲ್ಲ ಮತ್ತು (ಇ) ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯು ವಯಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಇತ್ಯಾದಿ. ಸಣ್ಣ ಪ್ರಾಣಿಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಅನೇಕ ಶಾರೀರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ.

ಮಾನವರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯು ಜೈವಿಕವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇದನ್ನು ಜೈವಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯಂತೆ ವರ್ಗೀಕರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ತೀವ್ರತೆಯು ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಪರಿಚಲನೆಯಾಗುವ ಲೈಂಗಿಕ ಅಂತಃಸ್ರಾವಕಗಳು ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಶರೀರ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯರ ಮೇಲಿನ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಲೈಂಗಿಕ ಅಂತಃಸ್ರಾವಕಗಳು ಪ್ರಜನನ ಗ್ರಂಥಿಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ವೃಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಅಂಡಾಣುಗಳು ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ. ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯು ಇತರ ಅಂತಃಸ್ರಾವಕ ಗ್ರಂಥಿಗಳಿಂದಲೂ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಅಡ್ರಿನಲ್ ಮತ್ತು ಪಿಟ್ಯುಟರಿ ಗ್ರಂಥಿಗಳು, ಮಾನವರಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಬಯಕೆಯು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಂದ ಪ್ರಚೋದಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಲೆಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಮನೋ-ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು

ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಲಿತ ಅಥವಾ ಸ್ವಾಧೀನ ಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಕುಟುಂಬ, ನೆರೆಹೊರೆ, ಸ್ನೇಹಿತರು, ಸಂಬಂಧಿಕರು

ಹೀಗೆ ಮುಂತಾದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಗುಂಪುಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು ಪರಿಸರದೊಂದಿಗಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಡನಾಟದ ಸಂಕೀರ್ಣ ರೂಪಗಳಾಗಿವೆ.

ಸಾಂಘಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ

ಇತರ ಜನರ ಜೊತೆ ಕೂಡಿ ಬಾಳಿ ಬದುಕಬೇಕೆಂಬ ಬಯಕೆಯೇ ಸಾಂಘಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗಿನ ಒಡನಾಟ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ಸದಾ ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿರಲು ಯಾರು ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗಳು ಇತರರಲ್ಲೂ ಕಂಡಾಗ ಜನರು ಕೆಲವರನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ ಹೀಗೆ ಗುಂಪುಗಳು ರಚನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಗುಂಪು ರಚನೆ ಮಾನವನ ಬದುಕಿನ ಬಹುಮುಖ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ. ಆದಷ್ಟು ಜನರು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗುವುದೇ ಸಹಾಯದ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರಾಗುವುದಕ್ಕೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ದೈಹಿಕವಾಗಿಯೂ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೂ ಹತ್ತಿರವಾಗುವುದನ್ನು ಸಾಂಘಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಂಘಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಪರ್ಕಗಳ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಂಘಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯು ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಜನರು ಅಸಹಾಯಕರಾದಾಗ, ಇಲ್ಲವೇ ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದಾಗ ಸಾಂಘಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯು ಯಾರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆಯೋ ಅವರು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗಿನ ಒಡನಾಟವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಅಧಿಕಾರ ಪ್ರೇರಣೆ

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆ ಹಾಗೂ ಭಾವನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಪ್ರಬಲವಾದ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಅಧಿಕಾರ ಪ್ರೇರಣೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಧಿಕಾರ ಪ್ರೇರಣೆಯ ಮುಖ್ಯ ಗುರಿಗಳು: ಪ್ರಭಾವಿಸುವುದು, ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು, ಮನವೊಲಿಸುವುದು, ಮುನ್ನಡೆಸುವುದು, ಮೋಡಿ ಮಾಡುವುದು, ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಬೇರೆಯವರ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಖ್ಯಾತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅಧಿಕಾರ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವ ನಾಲ್ಕು ದಾರಿಗಳನ್ನು ಡೇವಿಡ್ ಮೆಕ್‌ಲ್ಯಾಂಡ್ (1975) ಹೀಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಕ್ರೀಡಾ ತಾರೆಯರ ಬಗ್ಗೆ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಓದುವ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಜನಪ್ರಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಮ್ಮನ್ನು ಹೋಲಿಸುವ ಮೂಲಕ ಜನರು ತಮ್ಮ ಹೊರಗಿನ ಮೂಲದಿಂದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹವಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಅಧಿಕಾರವು ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಒತ್ತಾಸೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮೂರನೆಯದಾಗಿ ಜನರು ಇತರರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ತನ್ನ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರಲು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ವಾದಿಸುತ್ತಾನೆ ಇಲ್ಲವೇ ಸ್ಪರ್ಧಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಾಲ್ಕನೆಯದಾಗಿ ರಾಜಕೀಯ ಪಕ್ಷದ ನಾಯಕನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಇತರರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ಜನರು ಸಂಘಟನೆಗಳ ಸದಸ್ಯರಾಗಿ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇತರರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ಪಕ್ಷದ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಅದಾಗ್ಯೂ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅಧಿಕಾರ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಈ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಬಲ್ಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ವಯಸ್ಸು ಹಾಗೂ ಬದುಕಿನ ಅನುಭವಗಳೊಂದಿಗೆ ಈ ಮನಸ್ಥಿತಿಯು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಧನಾ ಪ್ರೇರಣೆ

ಕೆಲವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಹಾಗೂ ಇತರೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಧಿಸಲು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಓದುವುದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು. ಉನ್ನತ ವ್ಯಾಸಂಗಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಉತ್ತಮ ಉದ್ಯೋಗವಕಾಶಗಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಅಂಕಗಳು ಅವಕಾಶವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ ಇದುವೇ ಸಾಧನಾ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಿದೆ. ಇದು ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಧನಾ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು (n-Ach) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಶಕ್ತಿಯುತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ದೇಶಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಂದರ್ಭಗಳ ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ನಡವಳಿಕೆಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವ ಅವಧಿಯು ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಸಾಧನಾ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಪೋಷಕರು, ಮಾದರಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ಸಾಮಾಜಿಕ–ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳು ಸಾಧನಾ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ತಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸಾಧನಾ ಪ್ರೇರಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಮತ್ತು ಸವಾಲಿನ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಸಾಧನಾ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಾಗಿ ಸರಾಸರಿಗಿಂತ ಬಲವಾದ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ತಾವು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಹೊಸ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ತಮ್ಮ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸರಿಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಕುತೂಹಲ ಮತ್ತು ಅನ್ವೇಷಣಾ ಪ್ರೇರಣೆ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ಸ್ಪಷ್ಟ ಗುರಿ ಅಥವಾ ಉದ್ದೇಶವಿಲ್ಲದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವರು ಅದರಿಂದ ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಆನಂದವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುರುತಿಸಬಹುದಾದ ಗುರಿ ಇಲ್ಲದೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ಇದು ಪ್ರೇರಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ನವೀನ ಅನುಭವವನ್ನು ಹುಡುಕುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯುವ ಮೂಲಕ ಆನಂದವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಕುತೂಹಲದ ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕುತೂಹಲವು ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ಅದರ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಉದ್ದೇಶವು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಆಕಾಶವೇ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (ಒಂದು ವೇಳೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?) ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಬುದ್ಧಿಜೀವಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಕುತೂಹಲದ ನಡವಳಿಕೆಯು ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತವಾಗಿಲ್ಲ, ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಸಹ ಅದೇ ರೀತಿಯ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ.

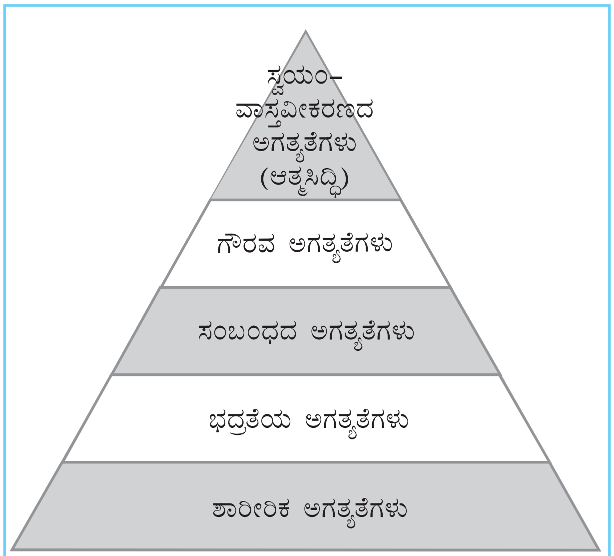
ಕುತೂಹಲ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನಾ ಪ್ರೇರಣೆಯೂ ನಮ್ಮ ಅಗತ್ಯದಿಂದ ನಾವು ಪರಿಸರವನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತವೆ. ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸಂವೇದನಾ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳ ಅಗತ್ಯವೂ ಕುತೂಹಲಕ್ಕೆ ನಿಕಟ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದ್ದರೆ ಕುತೂಹಲ ಮತ್ತು ಅನ್ವೇಷಣೆಯು ಅದರ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ.

ನಮ್ಮನ್ನು ಸುತ್ತುವರೆದಿರುವ ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ಅಜ್ಞಾನವು ಜಗತ್ತನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಪ್ರಬಲ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಿದೆ. ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ನಾವು ಸುಲಭವಾಗಿ

ಬೇಸರಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅದರಿಂದ ನಾವು ಹೊಸದನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತೇವೆ. ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಈ ಉದ್ದೇಶವು ಬಹಳ ಪ್ರಬಲವಾಗಿದೆ ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಅವರು ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ನಗುವಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಫಲಿಸುತ್ತದೆ. ಕುತೂಹಲ ಹಾಗೂ ಅನ್ವೇಷಣಾ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುವುದರಿಂದ ಅವರು ಸುಲಭವಾಗಿ ನಿರುತ್ಸಾಹಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ, ನೀವು ಹಿಂದಿನ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಓದಿರುವಿರಿ.

ಮ್ಯಾಸ್ಲೋರವರ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಶ್ರೇಣಿ (Maslow's Hierarchy of Needs)

ಮಾನವ ಪ್ರೇರಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿವಿಧ ದೃಷ್ಟಿ ಕೋನಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಜನಪ್ರಿಯವಾದದ್ದು ಅಬ್ರಹಾಂ. ಹೆಚ್. ಮ್ಯಾಸ್ಲೋರವರು (1968; 1970) ನೀಡಿರುವ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಶ್ರೇಣಿ. ಅವರು ವಿವಿಧ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮಾನವನ ನಡವಳಿಕೆಯ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಒಂದು ಶ್ರೇಣಿ ವಿವರಣೆಯ ಮೂಲಕ ಚಿತ್ರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರು. "ಸ್ವಯಂ–ವಾಸ್ತವೀಕರಣದ ಸಿದ್ಧಾಂತ" ಎಂದೇ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿರುವುದು. ಅದರ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ಹಾಗೂ ಅನ್ವಯಿಕ ಮೌಲ್ಯದಿಂದಾಗಿ ಮ್ಯಾಸ್ಲೋರವರ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಶ್ರೇಣಿಯು ಬಹಳ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ. (ಚಿತ್ರ 8.3 ನೋಡಿ)



ಚಿತ್ರ 8.3 ಮ್ಯಾಸ್ಲೋ ಅವರ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಶ್ರೇಣಿ

ಮ್ಯಾಸ್ಲೋ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಪಿರಮಿಡ್‌ನಂತೆ ಪರಿಕಲ್ಪಿಸಬಹುದು. ಇದರಲ್ಲಿ ಈ ಕ್ರಮಾನುಗತದ ಕೆಳಭಾಗವು ಮೂಲಭೂತ ಶಾರೀರಿಕ ಅಥವಾ ಜೈವಿಕ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಇದು ಹಸಿವು ಬಾಯಾರಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಂತಹ ಬದುಕಿಗೆ ಮೂಲಭೂತವಾಗಿದೆ. ಈ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ಪೂರೈಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಬೆದರಿಕೆಯ ಅಪಾಯದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗುವ ಅಗತ್ಯವು ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಮುಂದೆ ಜನರನ್ನು ಹುಡುಕುವ ಪ್ರೀತಿಸುವ ಅಗತ್ಯವು ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿದ ನಂತರ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಗೌರವಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅಂದರೆ ಸ್ವಾಭಿಮಾನದ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯ ಕ್ರಮಾನುಗತದಲ್ಲಿ ಮುಂದಿನ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಗತ್ಯವು ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಡೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಸ್ವಯಂ–ವಾಸ್ತವೀಕರಣದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸ್ವಯಂ–ಅರಿವು, ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸುವ, ಸೃಜನಶೀಲ, ಸ್ವಯಂ–ಪ್ರೇರಿತ, ನವೀನತೆಗೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಕ್ರಮಾನುಗತದಲ್ಲಿ ಕೆಳಹಂತದ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು (ಜೈವಿಕ) ಅವರು ಅತೃಪ್ತರಾಗಿರುವವರೆಗೆ ಪ್ರಾಬಲ್ಯ ಸಾಧಿಸುತ್ತವೆ. ಅವರು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ತೃಪ್ತರಾದ ನಂತರ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗಮನ ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಕ್ರಮಿಸುತ್ತವೆ. ಅದಾಗ್ಯೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಕೆಲವೇ ಜನರು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಕೆಳಹಂತದ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 8.1

ನಿಜವಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಕ್ರಮಾನುಗತವನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುತ್ತವೆ. ಸೈನಿಕರು ಪೋಲೀಸ್ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಇತರರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ. ಇದು ಸುರಕ್ಷತಾ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಗೆ ನೇರವಾದ ವಿರೋಧಾಭಾಸವಾಗಿದೆ.

ಈ ವಿರೋಧಾಭಾಸ ಏಕೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ? ನಿಮ್ಮ ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಸಂವೇಗಗಳ ಸ್ವರೂಪ (Nature of Emotions)

ಸ್ವಾತಿ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದಾಳೆ. ಇಂದು ಆಕೆಯ ಪರೀಕ್ಷಾ ಫಲಿತಾಂಶ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದು, ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಅಗ್ರಸ್ಥಾನ ಪಡೆದಿದ್ದಾಳೆ. ಅವಳು ಸಂಭ್ರಮವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಆದರೆ ಆಕೆಯ ಸ್ನೇಹಿತ ಪ್ರಣೋಯ್ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡದ ಕಾರಣ ಬೇಸರಗೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆಕೆಯ ಸ್ನೇಹಿತರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಸ್ವಾತಿಯ ಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಟ್ಟೆಕಿಚ್ಚು ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ತನ್ನ ನಿರೀಕ್ಷೆಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಸಾಧನೆ ಮಾಡದ ಜೀವನ್ ತನ್ನ ಮೇಲೆಯೇ ಕೋಪಗೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ತನ್ನ ಹೆತ್ತವರು ತುಂಬಾ ನಿರಾಶೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಅವನು ಅಸಮಾಧಾನಗೊಂಡಿದ್ದಾನೆ.

ಸಂತೋಷ, ದುಃಖ, ಭರವಸೆ, ಪ್ರೀತಿ, ಉದ್ವೇಗ, ಕೋಪ, ದ್ವೇಷ ಅಂತಹ ಹಲವಾರು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ದಿನದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸಂವೇಗ ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಥಿತಿ ಎಂಬ ಪದಗಳಿಗೆ ಸಮಾನಾರ್ಥಕವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಭಾವನೆಯು ಆನಂದ ಅಥವಾ ನೋವಿನ ಆಯಾಮವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ದೈಹಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯು ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಪರಿಣಾಮದ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ ಆದರೆ ಸಂವೇಗಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಈ ಎರಡು ಪದಗಳು ಸಂವೇಗದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಿಂತ ಸಂಕುಚಿತವಾಗಿವೆ. ಸಂವೇಗಗಳು, ಪ್ರಚೋದನೆ, ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದ ಸಂಕೀರ್ಣ ಮಾದರಿಯಾಗಿದೆ. ಸಂವೇಗಗಳು, ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಂತೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಚಲಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಶಾರೀರಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಸಂವೇಗವು ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಭಾವನೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ಅನುಭವವು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಮೂಲಭೂತ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಕನಿಷ್ಠ ಆರು ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಅನುಭವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ: ಕೋಪ, ಅಸಹ್ಯ, ಭಯ, ಸಂತೋಷ, ದುಃಖ ಮತ್ತು ಆಶ್ಚರ್ಯ, ಇಝಾರ್ಡ್ ಹತ್ತು ಮೂಲಭೂತ ಸಂವೇಗಗಳ ಗುಂಪನ್ನು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಸಂತೋಷ, ಆಶ್ಚರ್ಯ, ಕೋಪ, ಜಿಗುಪ್ಸೆ, ತಿರಸ್ಕಾರ, ಭಯ, ಅವಮಾನ, ಅಪರಾಧ, ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹ ಇವುಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಯೊಂದಿಗೆ ಇತರ ಸಂವೇಗಗಳ ಮಿಶ್ರಣಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ಲುಚಿಕ್ ಪ್ರಕಾರ, ಎಂಟು ಮೂಲ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಸಂವೇಗಗಳಿವೆ. ಎಲ್ಲಾ ಇತರ ಸಂವೇಗಗಳೂ ಈ ಮೂಲಭೂತ ಸಂವೇಗಗಳ ವಿವಿಧ ಮಿಶ್ರಣಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಅವರು ಈ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಜೋಡಿ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಜೋಡಿಸಿದರು. ಅಂದರೆ ಸಂತೋಷ–ದುಃಖ, ಸ್ವೀಕಾರ–ಅಸಹ್ಯ, ಭಯ–ಕೋಪ ಮತ್ತು ಆಶ್ಚರ್ಯ–ನಿರೀಕ್ಷೆ.

ಸಂವೇಗಗಳು ಅವುಗಳ ತೀವ್ರತೆ (ಹೆಚ್ಚು, ಕಡಿಮೆ) ಮತ್ತು ಗುಣಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ (ಸಂತೋಷ, ದುಃಖ, ಭಯ) ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಅಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ಅಂಶಗಳು ಸಂವೇಗಗಳ ಅನುಭವದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಈ ಅಂಶಗಳೆಂದರೆ ಲಿಂಗ, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಮನೋರೋಗಶಾಸ್ತ್ರ, ಪುರುಷರಿಗಿಂತ ಮಹಿಳೆಯರು ಕೋಪವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ, ಎಲ್ಲಾ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಸಾಕ್ಷ್ಯವು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಪುರುಷರು ಹೆಚ್ಚಿನ ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಕೋಪ ಆವರ್ತನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಲಿಂಗ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಪುರುಷರು (ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕತೆ) ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ (ಸಂಬಂಧ ಮತ್ತು ಕಾಳಜಿ) ಲಗತ್ತಿಸಲಾದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪಾತ್ರಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.

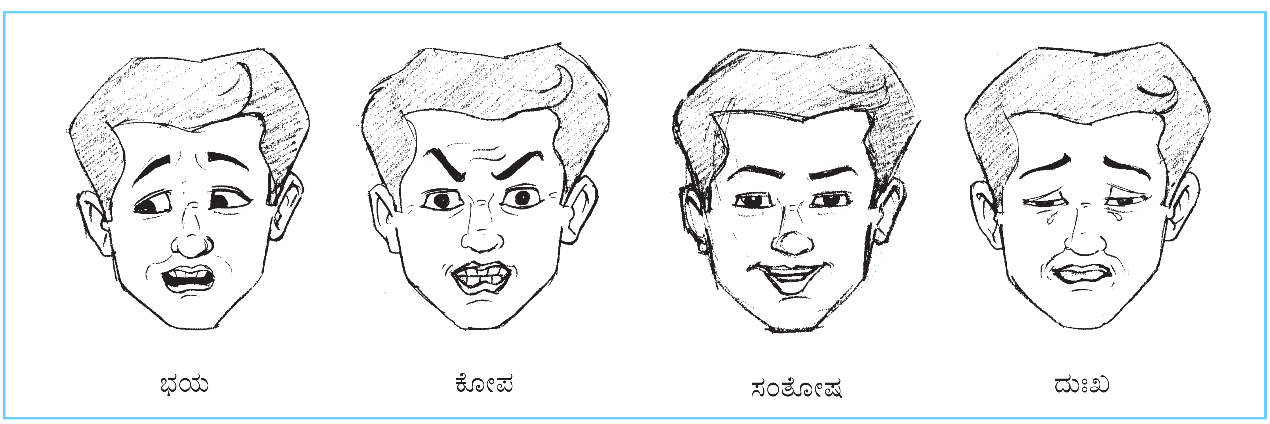
ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವಿಕೆ (Expression of Emotions)

ನಿಮಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತ ಸಂತೋಷ ಅಥವಾ ದುಃಖ ಅಥವಾ ಅಲಕ್ಷ್ಯದಿಂದ ಇದ್ದಾನೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆಯೇ? ಅವನು ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆಯೇ? ಸಂವೇಗವು ಇತರರಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲಾಗದ ಆಂತರಿಕ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ. ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಮೌಖಿಕ ಅಥವಾ ಮೌಖಿಕವಲ್ಲದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಊಹಿಸಬಹುದು. ಈ ಮೌಖಿಕ ಮತ್ತು ಮೌಖಿಕವಲ್ಲದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಂವಹನದ ಮಾರ್ಗಗಳಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಇತರರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ.

ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ

ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಸಂವೇಗದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಸಂವಹನ ಮೌಖಿಕ ವಾಹಿನಿಯ ಮಾತನಾಡುವ ಪದಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಧ್ವನಿಯ ಏರುಪೇರು ಮತ್ತು ಗಟ್ಟಿತನದಂತಹ ಮಾತು ಮುಂತಾದ ಇದರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಮಾತಿನ ಧ್ವನಿ ಮತ್ತು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಈ ಮೌಖಿಕವಲ್ಲದ ಅಂಶಗಳನ್ನು 'ಪರಭಾಷೆ' (Para language) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇತರ ಮೌಖಿಕವಲ್ಲದ ಸಂಪರ್ಕಗಳಾದ ಮುಖಚರ್ಯೆ, ಚಲನಶೀಲತೆ (ಸನ್ನೆ, ಭಂಗಿ, ದೇಹದ ಚಲನೆ) ಮತ್ತು ಸಮೀಪದ (ಮುಖಾಮುಖಿ ಸಂವಹನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಂತರ) ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಮುಖಚರ್ಯೆಯು ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಸಂವಹನದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಂಪರ್ಕವಾಗಿದೆ. ಮುಖವು ಇತರರ ಸಂಪೂರ್ಣ ನೋಟಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮುಖವು ತಿಳಿಸುವ ಮಾಹಿತಿಯ ಪ್ರಮಾಣ ಮತ್ತು ಪ್ರಕಾರವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲು ಸುಲಭವಾಗಿದೆ (ಚಿತ್ರ 8.4ನ್ನು ನೋಡಿ). ಮುಖಚರ್ಯೆಯು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಸ್ಥಿತಿಯ ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಆಹ್ಲಾದಕರ ಅಥವಾ ಅಹಿತಕರತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಬಹುದು. ಮುಖಚರ್ಯೆಯು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಮೂಲಭೂತ ಸಂವೇಗಗಳ (ಸಂತೋಷ, ಭಯ, ಕೋಪ, ಅಸಹ್ಯ, ದುಃಖ ಮತ್ತು ಆಶ್ಚರ್ಯ) ಮುಖಚರ್ಯೆಯು ಜನ್ಮದತ್ತವಾದವುಗಳು ಮತ್ತು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಡಾರ್ವಿನ್ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವ ಕೆಲವು ಸಂಶೋಧನಾ ಆಧಾರಗಳಿವೆ.

ದೈಹಿಕ ಚಲನೆಗಳು ಸಂವೇಗಗಳ ಸಂವಹನವನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ಕೋಪಗೊಂಡಾಗ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಚಲನೆಗಳು ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ನಾಚಿಕೆಯಾದಾಗ ಚಲನೆಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ನೀವು ಅನುಭವಿಸಬಹುದೇ? ರಂಗಭೂಮಿ ಮತ್ತು ನಾಟಕವು ದೇಹದ ಚಲನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಸಂವೇಗದ ಸಂವಹನವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.



ಚಿತ್ರ 8.4 ಸಂವೇಗದ ಮುಖದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ರೇಖಾಚಿತ್ರಗಳು

ಸನ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಮೀಪತೆಯ ವರ್ತನೆಗಳು ಸಹ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿದೆ. ಭಾರತೀಯ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ನೃತ್ಯಗಳಾದ ಭರತನಾಟ್ಯ, ಒಡಿಸ್ಸಿ, ಕೂಚಿಪುಡಿ, ಕಥಕ್ ಮತ್ತು ಇತರ ಕಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣುಗಳು, ಕಾಲುಗಳು ಮತ್ತು ಬೆರಳುಗಳ ಚಲನೆಯ ಸಹಾಯದಿಂದ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿರುತ್ತೀರಿ. ನರ್ತಕರು ಸಂತೋಷ, ದುಃಖ, ಪ್ರೀತಿ, ಕೋಪ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ದೇಹದ ಚಲನೆ ಮತ್ತು ಮೌಖಿಕ ಸಂವಹನದಲ್ಲಿ ಕಠಿಣವಾಗಿ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಸಂವೇಗಗಳಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಂಶೋಧನೆಯು ಹೆಚ್ಚು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕತೆ ಅಥವಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂವೇಗದ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಮುಖಚರ್ಯೆಯ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮುಖವು ಸುಲಭವಾಗಿ ತೆರೆದಿರುತ್ತದೆ. ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಯ ಬಹಿರಂಗ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಡುವಿನ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಮುಖದ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಬೇಕು. ನಾವು ಅನುಭವಿಸುವ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಇತರ ಮೌಖಿಕವಲ್ಲದ (ಭಾಷಾರಹಿತ) ಸಂವಹನದ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೋಟದ ವರ್ತನೆ, ಸನ್ನೆಗಳು, ಪರಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಸಮೀಪದ (ನಿಕಟ) ವರ್ತನೆ, ಸನ್ನೆಗಳ (ಶರೀರ ಭಾಷೆ) ಮೂಲಕ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಅರ್ಥವು ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಿಂದ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗೆ ವಿಭಿನ್ನ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಚೀನಾದಲ್ಲಿ ಕೈ ಚಪ್ಪಾಳೆಯು ಚಿಂತೆ ಅಥವಾ ನಿರಾಶೆಯ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಕೋಪವನ್ನು ನಗುವಿನ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮೌನವು ವಿವಿಧ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೀಡುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ಸಂವೇಗವನ್ನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮೌನದ ಮೂಲಕ ಸಂವಹನ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಂವಹನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಿರಿಕಿರಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ನೋಟದ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲೂ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಭಿನ್ನತೆಯನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಅಮೇರಿಕನ್ನರು ಮತ್ತು ದಕ್ಷಿಣದ ಯುರೋಪಿಯನ್ನರು ತಮ್ಮ ನೋಟವನ್ನು ಸಂವಾದಕನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ನಿರ್ದೇಶಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು. ಏಷಿಯನ್ನರು, ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಭಾರತೀಯರು ಮತ್ತು ಪಾಕಿಸ್ತಾನಿಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಸಂವಹನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಾಹ್ಯ ನೋಟ (ಸಂಭಾಷಣಾ ಪಾಲುದಾರರಿಂದ ದೂರ ನೋಡುವುದು) ವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಭೌತಿಕ ಸ್ಥಳವು (ಸಾಮೀಪ್ಯ) ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ವಿನಿಮಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಅರ್ಥವನ್ನು ಸಹ ಬಹಿರಂಗ ಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಅಮೇರಿಕನ್ನರು ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ತುಂಬಾ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಪೌರಾತ್ಯ ಭಾರತೀಯರು (Oriental Indians) ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಅನುಕೂಲಕರವಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ದೈಹಿಕ (ಸಾಮೀಪ್ಯ) ಸ್ಪರ್ಶದ ವರ್ತನೆಯು ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಉಷ್ಣತೆಯ ಪ್ರತಿಫಲನವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಘ್ರಾಣ (ತುಂಬಾ ಹತ್ತಿರ) ವಲಯದ ಹೊರಗಿನಿಂದ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ಉತ್ತರ ಅಮೇರಿಕನ್ನರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಾದದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅರಬ್ಬರು ಪರಕೀಯತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಗಮನಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ (Emotional Labelling)

ಮೂಲ ಸಂವೇಗಗಳು ವಿಸ್ತೃತ ಮತ್ತು ವರ್ಗೀಯ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿಯೂ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಟಹೀಟಿಯನ್ (Tahitian) ಭಾಷೆಯು ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಪದದ ಕೋಪಕ್ಕೆ (Anger) 46 ಲೇಬಲ್‌ಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಉತ್ತರ ಅಮೇರಿಕಾದ ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಲೇಬಲ್ ಮಾಡಲು ಕೇಳಿದಾಗ ಕೋಪದ ಮುಖಭಾವಕ್ಕಾಗಿ 40 ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ತಿರಸ್ಕಾರದ ಮುಖಭಾವಕ್ಕಾಗಿ 81 ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಜಪಾನಿಯನ್ನರು ತಮ್ಮ ಸಂತೋಷದ ಮುಖಚರ್ಯೆಗಾಗಿ ವಿವಿಧ ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಲೇಬಲ್‌ಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ದುಃಖ (6 ಲೇಬಲ್‌ಗಳು). ಪ್ರಾಚೀನ ಚೀನಿಯನ್ನರ ಸಾಹಿತ್ಯವು ಏಳು ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಉಲ್ಲಾಸ, ಕೋಪ, ಬೇಸರ, ಭಯ, ಪ್ರೀತಿ, ಇಷ್ಟಪಡದಿರುವುದು ಮತ್ತು ಇಷ್ಟ. ಪ್ರಾಚೀನ ಭಾರತೀಯ ಸಾಹಿತ್ಯವು ಇಂತಹ ಎಂಟು ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಪ್ರೀತಿ, ಉಲ್ಲಾಸ, ಶಕ್ತಿ, ಆಶ್ಚರ್ಯ, ಕೋಪ, ದುಃಖ, ಅಸಹ್ಯ ಮತ್ತು ಭಯ. ಇನ್ನು ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸಂವೇಗಗಳಾದ ಸಂತೋಷ, ಬೇಸರ, ಭಯ, ಕೋಪ ಮತ್ತು ಅಸಹ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾನವರಿಗೆ ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ ಏಕರೂಪವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಸಂವೇಗಗಳಾದ ಆಶ್ಚರ್ಯ, ತಿರಸ್ಕಾರ, ಅವಮಾನ ಮತ್ತು ಪಶ್ಚಾತಾಪಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಕೆಲವು ಮೂಲಭೂತ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಜನಾಂಗೀಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಸಂವೇಗಗಳು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟವುಗಳಾಗಿವೆ. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಂವೇಗದ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯು ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಂವೇಗದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಅನುಭವವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಪ್ರದರ್ಶನ ನಿಯಮಗಳಿಂದ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆ ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಪಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಸಂವೇಗವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವ ತೀವ್ರತೆಯ ಎಲ್ಲೆಯನ್ನು ಗೊತ್ತು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ (Managing Negative Emotions)

ಸಂವೇಗಗಳು ಇಲ್ಲದೇ ಇರುವ ದಿನವನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಸಂವೇಗಗಳು ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವ ಜೀವನವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹ ಕಷ್ಟ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂವೇಗಗಳು ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯ ಜೀವನದ ಭಾಗವಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಅಸ್ತಿತ್ವವೂ ಸಹ ಅವುಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗಗಳು ಹಾಗೂ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಿಸಿದವುಗಳು.

ಸಂವೇಗಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿವೆ. ಸಂವೇಗಗಳಿಗೆ ವಿವಿಧ ತೀವ್ರತೆಗಳಿವೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನೀವು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಂತೋಷ ಅಥವಾ ತೀವ್ರ ದುಃಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಅದಾಗ್ಯೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಸಂವೇಗಗಳ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಂಘರ್ಷದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸಿದಾಗ ಅವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಕೆಲಸದೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಹಂ ರಕ್ಷಣಾ ತಂತ್ರದ ಮೂಲಕ ನಿಭಾಯಿಸುವ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ನಿಭಾಯಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳು ಅಪಸಾಮಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ತಡೆಯಲು ಹಾಗೂ ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ ಖಿನ್ನತೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಯು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸೂಕ್ತವಾದ ಅಹಂ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲವಾದಾಗ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಅನೈತಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯ ತರ್ಕಬದ್ಧತೆಯ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ವಿಫಲವಾದರೆ ಮೋಸ ಅಥವಾ ಕದಿಯುವುದು. ಅಂತಹ ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತೀವ್ರ ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಹ ಗಮನಹರಿಸಲು ಅಥವಾ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಕಷ್ಟಕರವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಖಿನ್ನತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯು ವ್ಯಕ್ತಿ ತರ್ಕಬದ್ಧವಾಗಿ ಯೋಜಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಖಿನ್ನತೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹಲವಾರು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ, ಆಲೋಚನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು; ಏಕಾಗ್ರತೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಥವಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ.

ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾವುಗಳು ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಸಂಘರ್ಷನಾತ್ಮಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರತಿಬಲನಾತ್ಮಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಋಣಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಭಯ, ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ ಇತ್ಯಾದಿ. ಈ ರೀತಿಯ ಋಣಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ನಾವುಗಳು ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೆ ಚಾಲ್ತಿಯಲ್ಲಿರಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿದರೆ, ಅವುಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಋಣಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತವೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತಡ ನಿರ್ವಹಣಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಸಂವೇಗಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಇದು ಕೂಡ ಒತ್ತಡ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಸಂವೇಗ ನಿರ್ವಹಣಾ ತಂತ್ರಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಗಮನವು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಶೋಧಕರು ತಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಕೋಪ, ಭಯ, ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ ಇತ್ಯಾದಿ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ "ಧನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ (Positive Psychology)"ವು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದೆ. ಧನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವು ಸ್ವತಃ ಭರವಸೆ, ಸಂತೋಷ, ಸೃಜನಶೀಲತೆ, ಧೈರ್ಯ, ಆಶಾವಾದ, ಹರ್ಷಚಿತ್ತತೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಂವೇಗ ನಿರ್ವಹಣೆಯೂ ಆಧುನಿಕ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿವೆ. ಕೆಳಗಿನ ಉಪಯುಕ್ತ ಸಲಹೆಗಳು ನೀವು ಬಯಸಿದ ಸಂವೇಗಗಳ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆ.

* **ಸ್ವಯಂ ಅರಿವು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ :** ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸಂವೇಗಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಇರಲಿ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಒಳನೋಟವಿರಲಿ "ಹೇಗೆ" ಮತ್ತು "ಏಕೆ" ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ಎಂಬ ಅರಿವು.

* **ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ:** ಘಟನೆಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದಿಂದ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಘಟನೆಯು ಗೊಂದಲದ ಅನುಭವವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಅನುಕಂಪಿತ ನರಮಂಡಲವು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನೀವು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ. ಘಟನೆಯು ಗೊಂದಲದ ಅನುಭವವಾಗದಿದ್ದರೆ ಆಗ ನಿಮಗೆ ಒತ್ತಡವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದು ನೀವೇ ದುಃಖ/ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಅನುಭವಿಸಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ.

* **ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ :** ಇದು ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ನಿರಂತರ ಅಥವಾ ಆವರ್ತಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು. ಸಾಧನೆಗಳು, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗಳು, ನೈಜ ಮತ್ತು ನೈಜವಲ್ಲದ ಅನುಭವಗಳು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವು ನಿಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಕ್ಷೇಮ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿ ಇವುಗಳು ಧನಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳು ನಿಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

* **ಸ್ವಯಂ ಆದರ್ಶ :** ಸ್ವತಃ ನೀವೇ ಆದರ್ಶವಾಗಿರಿ. ಪದೇ ಪದೇ ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಉತ್ತಮ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಅವುಗಳು ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಿ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ.

* **ಗ್ರಹಿಕೆ ಮರುಸಂಘಟನೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದ ಪುನರ್ರಚನೆ :** ಘಟನೆಯನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ಬದಿಯನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಪುನರ್ರಚಿಸಿ, ಧನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಿ.

* **ಸೃಜನಶೀಲರಾಗಿರಿ :** ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಹುಡುಕಿ ಅಥವಾ ಹವ್ಯಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅದು ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತಣಿಸುತ್ತದೆ.

* **ಉತ್ತಮ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ ಮತ್ತು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ :** ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆರಿಸಿ, ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಹರ್ಷಚಿತ್ತದಿಂದಿರಿ. ನೀವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಅನುಭವಿಸುವಿರಿ.

* **ಸಹಾನುಭೂತಿ ಹೊಂದಿರಿ :** ಇತರರನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ಭಾವನೆಗಳನ್ನೂ ಸಹ. ನಿಮ್ಮ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿಸಿ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಯುತವಾಗಿಸಿ, ಹಾಗೆಯೇ ಪರಸ್ಪರರು ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಒದಗಿಸಿ.

* **ಸಮುದಾಯ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ :** ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಸೇವೆ ಮಾಡಿ. ಸಮುದಾಯ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಸವಾಲು ಹೊಂದಿರುವ ಮಗುವು ಹೊಂದಾಣಿಕಾ ಕೌಶಲ್ಯ ಕಲಿಯುವುದು) ಆಗ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ತೊಂದರೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಒಳನೋಟಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವಿರಿ.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 8.1 ಆಘಾತಕಾರಿ ಘಟನೋತ್ತರ ವರ್ತನಾ ವೈಪರೀತ್ಯ

ಪರಿಸರದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಕೆಲವು ವಿಪತ್ತುಗಳು (ಭೂಕಂಪ / ಚಂಡಮಾರುತ / ಸುನಾಮಿ) ಅಥವಾ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ (ಯುದ್ಧ) ವಿಪತ್ತುಗಳ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಗುವ ಅನುಭವವು ಆಘಾತವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಿ ಜೀವಕ್ಕೆ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಬಹುದು. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ವ್ಯಾಪಕವಾದ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಪರಿಸರ ನಷ್ಟವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕೆಲವು ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ಏರು–ಪೇರುಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ತೊಂದರೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಸಮಸ್ಯೆ ನಿಯಮಿತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವ್ಯಕ್ತಿ ವಿಫಲನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ 8.2 ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಆತಂಕದ ನಿರ್ವಹಣೆ

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರಿಗೆ ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿರುವ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಚುರ್ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಒಂದು ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಮತ್ತು ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವು ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಗಾಗಿನ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವು ಆತಂಕವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರಿಗೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮಟ್ಟದ ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಯು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಗುರಿಯೆಡೆಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ತಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಗರಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟದ ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ ಹೊಂದಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಚೋದಿತನಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅವನು/ಳು ತನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಸಂಭಾವ್ಯ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಸನ್ನಿವೇಶವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಒತ್ತಡದ ಸಂದರ್ಭಗಳಂತೆ ನಿಭಾಯಿಸುವ ಎರಡು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಉಸ್ತುವಾರಿ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಕ್ರಮಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಮೊಂಡಾಗುವಿಕೆ ಅಥವಾ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು.

ಉಸ್ತುವಾರಿಯು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನೇರವಾಗಿ ಕ್ರಮಕೈಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಉಸ್ತುವಾರಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಲು ಕೆಲವು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

* **ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಯಾರಾಗುವುದು :** ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ತಯಾರಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ತಯಾರಿ ನೀವೇ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯವನ್ನು ನೀಡಿ ತಯಾರಾಗಿ. ಮಾದರಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಪರಿಚಿತರಾಗಿರಿ. ಇದರಿಂದ ನೀವು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯುವಿರಿ. ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಒತ್ತಡವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

* **ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಮಾಡುವುದು :** ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಒಂದು ಅಣಕು ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಹೇಳಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಸಲು, ಹಾಗೆಯೇ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ನೀವು ಪುನರಾವರ್ತನೆ ನಡೆಸಿ, ಪರೀಕ್ಷೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ದೃಶ್ಯೀಕರಿಸಿ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಶಾಂತವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದೊಂದಿಗೆ ಬರೆದು ಉತ್ತಮ ಅಂಕಗಳೊಂದಿಗೆ ಪಾಸಾಗುವುದು.

* **ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು (Inoculation) :** ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಪುನರಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಪಾತ್ರಾಭಿನಯಗಳ ಮೂಲಕ ತಯಾರಾಗಿ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಸಿದ್ಧವಾಗುವುದು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು.

* **ಧನಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ :** ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆಯಿಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ರಚನಾತ್ಮಕಗೊಳಿಸಿ, ಜೊತೆಗೆ ಕ್ರಮಬದ್ಧಗೊಳಿಸಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಚಿಂತೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸುವುದನ್ನು ಬರೆದಿಡಿ. ತದನಂತರ ವೈಚಾರಿಕವಾಗಿ ಒಂದರ ನಂತರ ಒಂದನ್ನು ಎದುರಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಒತ್ತುಕೊಡಿ. ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಧನಾತ್ಮಕವಾಗಿರಲು ಸೂಚಿಸಿ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹದಿಂದಿರಿ.

* **ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಹುಡುಕಿ :** ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕೇಳಲು ಹಿಂಜರಿಯಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು, ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಅಥವಾ ಹಿರಿಯರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಒತ್ತಡವಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶದ ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡಿ. ಆಗ ಅವರು ಹಗುರವಾದ ಭಾವನೆ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಒಳನೋಟವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಅಂದುಕೊಂಡಷ್ಟು ಕೆಟ್ಟದಿರಬಹುದು. ಮತ್ತೊಂದಡೆ ಮೊಂಡಾದ ತಂತ್ರಗಳು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ನಿಜ. ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಅಪೇಕ್ಷಣೀಯ ಅಥವಾ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ. ಆದರೆ ಕೆಳಗಿನ ತಂತ್ರಗಳು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ.

* **ವಿಶ್ರಾಂತಿ :** ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಕಲಿಯಿರಿ. ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತಂತ್ರಗಳು ನಿಮ್ಮ ನರಗಳನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಮರುಹೊಂದಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಹಲವಾರು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತಂತ್ರಗಳಿವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇದು ಒಂದು ಪ್ರಶಾಂತವಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ಮಲಗುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆರಾಮದಾಯಕ ಭಂಗಿ ನಿಮ್ಮ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಿಂದ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಸಡಿಲಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಲೋಚನೆಗಳ ಹರಿವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ, ಮನಸ್ಸು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

* **ವ್ಯಾಯಾಮ :** ಒತ್ತಡದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಅತಿಯಾಗಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದಾಗ ಅನುಕಂಪಿ ನರವ್ಯೂಹವು ಕಾರ್ಯಗೈಯುತ್ತದೆ. ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಹರಿಸುತ್ತದೆ. ಲಘು ವ್ಯಾಯಾಮ ಅಥವಾ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಕ್ರೀಡೆಯು ಸಹ ನೀವು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಗಮನಹರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 8.2

ನೀವು ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಗಿ ಹೋದ ತೀವ್ರವಾದ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅನುಭವದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತು ವಿವರಿಸಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಘಟನೆಗಳ ಅನುಕ್ರಮವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಿದ್ದೀರಿ? ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ತರಗತಿಯೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.

ನಿಮ್ಮ ಕೋಪವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು

ಕೋಪವು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗವಾಗಿದೆ. ಇದು ಮನಸ್ಸನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವರ್ತನೆಯ ಕಾರ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಕೋಪದ ಪ್ರಮುಖ ಮೂಲವೆಂದರೆ ಉದ್ದೇಶಗಳ ಹತಾಶೆ ಅರ್ಥಾತ್ ಉದ್ದೇಶಗಳು ಈಡೇರದಿರುವುದು ಕೋಪವು ಆಲೋಚನೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ಕೋಪ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳು ಈ ಕೆಳಕಂಡಂತಿವೆ.

* ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.
* ನೀವು ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಿ.
* ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುವ (ಸುಡುವ) ವಿಷಯಗಳ ಕಡೆ ಗಮನಹರಿಸಬೇಡಿ – ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬೇಡಿ.
* ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಮೇಲೆ ಆರೋಪಿಸಬೇಡಿ.
* ನಂಬಲರ್ಹವಲ್ಲದ ಘಟನೆ, ಜನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ದೂರವಿರಿ.
* ಕೋಪ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ರಚನಾತ್ಮಕ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಕೋಪದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಹೊಂದಿರಿ.
* ಕೋಪವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.
* ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡಿ. ಇದು ಸಮಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಮಯ ಮತ್ತು ಶ್ರಮ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಧನಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು (Enhancing Positive Emotions)

ನಮ್ಮ ಸಂವೇಗಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಉದ್ದೇಶವಿದೆ. ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವು ನಮ್ಮ ಉಳಿವು ಮತ್ತು ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿವೆ. ಕೋಪ ಅಥವಾ ಜಿಗುಪ್ಸೆಯಂತಹ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಬೆದರಿಸುವ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಕಡೆಗೆ ತಕ್ಷಣದ ಕ್ರಮವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಭಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ ವಿಷಕಾರಿ ಹಾವನ್ನು ಹಿಡಿಯುತ್ತಿದ್ದೆವು. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳು ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತವೆಯಾದರೂ ಈ ಸಂವೇಗಗಳು ಅತಿಯಾದ ಅಥವಾ ಅನುಚಿತ ಬಳಕೆಯು ನಮಗೆ ಮತ್ತು ಜೀವಕ್ಕೆ ಅಪಾಯವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿರಕ್ಷಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಹಾನಿಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಧನಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳಾದ ಭರವಸೆ ಸಂತೋಷ, ಆಶಾವಾದ, ಸಂತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು ನಮಗೆ ಶಕ್ತಿ ತುಂಬುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಧನಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ವಿವಿಧ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆದ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಎದುರಿಸುವ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ನಾವು ಪೂರ್ವಭಾವಿಯಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಂಶೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆಂದರೆ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸುವ ಚಲನಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿದ ಜನರು ಕೋಪ ಮತ್ತು ಭಯವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಚಲನಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿದವರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಅವರು ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ವಿಷಯಗಳು ಕುರಿತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಪ್ರತಿಕೂಲ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಮತ್ತು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಯೋಜನೆಗಳು ಮತ್ತು ಗುರಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಲು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ವಿವಿಧ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

* ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಗುಣಗಳಾದ ಆಶಾವಾದ, ಭರವಸೆ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಧನಾತ್ಮಕ ಸ್ವಯಂ ಪರಿಗಣನೆ.
* ಸಂದಿಗ್ಧ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಧನಾತ್ಮಕ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು.
* ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಸಂಪರ್ಕಗಳನ್ನು ಹೊಂದುವುದು ಮತ್ತು ನಿಕಟ ಬೆಂಬಲ ಜಾಲವನ್ನು ಹೊಂದುವುದು.
* ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಪ್ರಭುತ್ವವನ್ನು ಗಳಿಸುವುದು.
* ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸುವ ನಂಬಿಕೆ, ಗುರಿ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಗಳು ಜೀವನವನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತವೆ.
* ದೈನಂದಿನ ಘಟನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಧನಾತ್ಮಕ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆ.

ಪ್ರಮುಖ ಪದಗಳು

ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ, ಪ್ರಚೋದನೆ, ಮೂಲ ಸಂವೇಗಗಳು, ಜೈವಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು (ಹಸಿವು, ಬಾಯಾರಿಕೆ, ಲೈಂಗಿಕತೆ), ಗೌರವ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು, ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ, ಸಂವೇಗದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ, ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಶ್ರೇಣಿ, ಪ್ರೇರಣೆ, ಪ್ರೇರಕ, ಅಗತ್ಯತೆ, ಅಧಿಕಾರ ಪ್ರೇರಣೆ, ಮನೋ–ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು, ಆತ್ಮಸಿದ್ಧಿ, ಆತ್ಮಗೌರವ.

ಸಾರಾಂಶ

- ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುರಿಯ ಕಡೆಗೆ ನಿರ್ದೇಶಿಸಲ್ಪಡುವ ವರ್ತನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪ್ರೇರಣೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಎರಡು ರೀತಿಯ ಪ್ರೇರಣೆಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಜೈವಿಕ ಮತ್ತು ಮನೋ–ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ.
- ಜೈವಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು ಜನ್ಮದತ್ತವಾದವುಗಳು. ಪ್ರೇರಣೆಯ ಜೈವಿಕ ಕಾರಣಗಳೆಂದರೆ, ಅಂತಃ ಸ್ರಾವಕಗಳು, ನರಸಾಗಾಣಿಕೆಗಳು, ಮಿದುಳಿನ ರಚನೆಗಳು (ಹೈಪೋಥಾಲಮಸ್, ಲಿಂಬಿಕ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ) ಮುಂತಾದವು. ಜೈವಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯ ಉದಾಹರಣೆಗಳೆಂದರೆ ಹಸಿವು, ಬಾಯಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕತೆ.
- ಮನೋ–ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಸರದೊಂದಿಗೆ ನಡೆಸುವ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ಮನೋ–ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಗೆ ಉದಾಹರಣೆಗಳೆಂದರೆ, ಸಾಂಘಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ, ಸಾಧನಾ ಪ್ರೇರಣೆ, ಕುತೂಹಲ ಮತ್ತು ಅನ್ವೇಷಣೆ ಮತ್ತು ಅಧಿಕಾರದ ಪ್ರೇರಣೆ.
- ಮಾಸ್ಲೋ ಮಾನವನ ವಿವಿಧ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಆರೋಹಣ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಜೋಡಿಸಿದನು. ಮೂಲಭೂತ ಆಧಾರಿತ ಅಗತ್ಯಗಳಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧದ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು, ಗೌರವ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಶ್ರೇಣಿಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಸಿದ್ಧಿ ಪ್ರೇರಣೆ.
- ಪ್ರೇರಣೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಇದರ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು ಹತಾಶೆ ಮತ್ತು ಘರ್ಷಣೆಗಳು.
- ಸಂವೇಗವು ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಸಂಕೀರ್ಣ ಮಾದರಿಯಾಗಿದ್ದು, ಅದು ಶಾರೀರಿಕ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆ, ಭಾವನೆಯ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಅರಿವು ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅರಿವಿನ ಗುರುತು ಪಟ್ಟಿ ವಿವರಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ.
- ಕೆಲವು ಮೂಲ ಸಂವೇಗಗಳೆಂದರೆ ಸಂತೋಷ, ಕೋಪ, ದುಃಖ, ಆಶ್ಚರ್ಯ, ಭಯ ಇತ್ಯಾದಿ. ಈ ಸಂವೇಗಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಇತರ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸಂವೇಗವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರ ಮತ್ತು ಸ್ವಾಯತ್ತ ನರಮಂಡಲವು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ.
- ಸಂಸ್ಕೃತಿಯು ಸಂವೇಗದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದ ಮೇಲೆ ಬಲವಾದ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ.
- ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಂವೇಗವನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ

1. ಪ್ರೇರಣೆಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
2. ಹಸಿವು ಮತ್ತು ಬಾಯಾರಿಕೆಯ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಜೈವಿಕ ಆಧಾರಗಳು ಯಾವುವು?
3. ಸಾಧನೆ, ಸಾಂಘಿಕತೆ ಮತ್ತು ಅಧಿಕಾರದ ಪ್ರೇರಣೆಗಳು ಹದಿಹರೆಯದವರ ವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ? ಉದಾಹರಣೆಯೊಂದಿಗೆ ವಿವರಿಸಿ.
4. ಮಾಸ್ಲೋರವರ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಶ್ರೇಣಿಯ ಹಿಂದಿನ ಮೂಲ ಕಲ್ಪನೆ ಏನು? ಸೂಕ್ತ ಉದಾಹರಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ವಿವರಿಸಿ.
5. ಶಾರೀರಿಕ ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆಯೋ ಅಥವಾ ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆಯೋ? ಸೂಕ್ತ ಉದಾಹರಣೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.
6. ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸುವುದು ಮತ್ತು ಗುರುತು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯವೇ? ಸೂಕ್ತ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಚರ್ಚಿಸಿ.
7. ಸಂಸ್ಕೃತಿಯು ಸಂವೇಗಗಳ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ?
8. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಏಕೆ ಮುಖ್ಯ? ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಿ.

ಯೋಜನಾ ವಿಷಯಗಳು

1. ಮಾಸ್ಲೋರವರ ಅಗತ್ಯತೆಗಳ ಶ್ರೇಣಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು, ಯಾವ ರೀತಿಯ ಪ್ರೇರಕ ಶಕ್ತಿಗಳು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಗಣಿತಜ್ಞ ಎಸ್. ಎ. ರಾಮಾನುಜನ್ ಮತ್ತು ಮಹಾನ್ ಶಹನಯ್ ಮೆಸ್ಟ್ರೋ ಉಸ್ತಾದ್ ಬಿಸ್ಮಿಲ್ಲಾ ಖಾನ್ (ಭಾರತ ರತ್ನ) ಅವರನ್ನು ತಮ್ಮ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿರಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ. ಈಗ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಚಿತ 5 ಜನರನ್ನು ಅಗತ್ಯ ತೃಪ್ತಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸಿ ಮತ್ತು ಚರ್ಚಿಸಿ.
2. ಅನೇಕ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಮೊದಲು ಸ್ನಾನ ಮಾಡದೆ ಊಟ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕ ಉಪವಾಸಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಹಸಿವು ಮತ್ತು ಬಾಯಾರಿಕೆಯ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ವಿವಿಧ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿವೆ? ವಿವಿಧ ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಐದು ಜನರ ಮೇಲೆ ಸಮೀಕ್ಷೆ ನಡೆಸಿ ವರದಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಬೇಕು.

ಪದಕೋಶ

ಅಗತ್ಯತೆ: ಜೈವಿಕ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳಾದ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ನೀರು.

ಅಧಿಕಾರ ಪ್ರೇರಣೆ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆ ಹಾಗೂ ಭಾವನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಪ್ರಬಲವಾದ ಪ್ರಭಾವ.

ಅಧಿಕೃತ ಪೋಷಕತ್ವ: ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿರಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವ ಶೈಲಿ. ಆದರೆ ಪೋಷಕರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೇಲೆ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಇಡುತ್ತಾರೆ.

ಅನಿಮಿಸಂ: ಪೂರ್ವಭಾವಿ ಆಲೋಚನೆಯ ಒಂದು ಮುಖ. ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತುಗಳು ಜೀವಂತ ಗುಣ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ.

ಅನುಬಂಧ: ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಗೆ ಹೊಸ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವ ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ: ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕ್ರಮದಂತೆ ಯಾವುದೇ ತಟಸ್ಥವಾಗಿರುವ ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ಪುನರ್ಬಲನದೊಂದಿಗೆ ಸತತವಾಗಿ ಜೊತೆ ಸೇರಿಸಿದಾಗ ತಟಸ್ಥ ಪ್ರಚೋದನೆಯೇ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಈ ತಟಸ್ಥ ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಅನುಬಂಧ ಪ್ರಚೋದನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಅನುಬಂಧದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ: ಯಾವುದೇ ಕಲಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಅಥವಾ ಅನುಬಂಧನಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟು ಮಾರ್ಪಾಡಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳು.

ಅನುಗಮನ ವಿವೇಚನೆ: ತಾರ್ಕಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ತತ್ವಗಳನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ನಿದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಊಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಂದರೆ ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ಹಾಗೆ ಅನುಭವದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ತರ್ಕಬದ್ಧವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಚಿಂತಿಸುವುದು.

ಅನುರೋಧಾತ್ಮಕ ಅಡಚಣೆ: ಈಗ ಕಲಿತ ವಿಷಯ ಹಿಂದೆ ಕಲಿತ ವಿಷಯವನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಅವಧಾನ: ಇತರ ಗುಂಪಿನಿಂದ ಕೆಲವು ಪ್ರಚೋದಕಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಅವಧಾನ ಆಯ್ಕೆ: ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸೀಮಿತ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳಿಂದ ವಸ್ತುಗಳ ಆಯ್ಕೆ.

ಅವಧಾನ ವ್ಯಾಪ್ತಿ: ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಅನಾವರಣಗೊಂಡ ವಸ್ತುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು.

ಅವಲಂಬಿತ ಚಲಕ: ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಅಳೆಯುವ ಅಂಶ ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕದ ಕುಶಲತೆಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಇದು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅವಲೋಕನ: ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ದಾಖಲಿಸುವುದು.

ಆತ್ಮಗೌರವ: ಸ್ವಯಂ ಜಾಗತಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಆಯಾಮ.

ಆತ್ಮಸಿದ್ಧಿ: ಇದು ಸ್ವಯಂ ಪೂರ್ಣತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದ್ದು, ಇದರಲ್ಲಿ ಜನರು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ವಿಶಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ: ಒಬ್ಬರ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಒಳಮುಖವಾಗಿ ನೋಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಆಲೋಚನೆ: ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಾಗಿದ್ದು, ಯಾವುದೇ ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಉಂಟಾಗುವ ಮಾರ್ಪಾಡುಗಳು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಗುರಿಯಾಭಿಮುಖವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಇಂದ್ರಿಯ ವಿಧಾನ: ವಿಭಿನ್ನ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತವೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯವು ಹೆಚ್ಚು ವಿಶೇಷತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸೂಕ್ತವಾದ ಅಹಂ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲನಾದಾಗ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ.

ಉಚಿತ ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ: ಸ್ಮೃತಿಯ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕಲಿತ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಪುನಃಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುವರು.

ಋಣಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನಗಳು: ಋಣಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನಗಳೆಂದರೆ ಅಹಿತಕರ ಮತ್ತು ನೋವುಂಟು ಮಾಡುವ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು.

ಋಣಾತ್ಮಕ ಸಹಸಂಬಂಧ: ಎರಡು ಚಲಕಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಚಲಕ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಹೋದಂತೆ ಇನ್ನೊಂದು ಕೆಳಗಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಒಮ್ಮುಖ ಆಲೋಚನೆ: ಒಂದೇ ಸರಿ ಉತ್ತರ ಹೊಂದಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಿಡಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದೆ.

ಔಪಚಾರಿಕ ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಹಂತ: ತರ್ಕಬದ್ಧ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಅಮೂರ್ತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬೆಳವಣಿಗೆ.

ಕಲಿಕೆ: ಅನುಭವ ಅಥವಾ ತರಬೇತಿಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಶಾಶ್ವತ ಬದಲಾವಣೆಯೇ ಕಲಿಕೆ.

ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆ: ಮೆದುಳಿನ ಅಸಮರ್ಪಕ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯಿಂದ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ದೋಷವನ್ನು ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆ ಎನ್ನುವರು. ಕಲಿಕಾ ನ್ಯೂನತೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದವು ಓದು, ಬರಹ ಹಾಗೂ ಲೆಕ್ಕಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ನ್ಯೂನತೆಗಳು.

ಕನಿಷ್ಟ ಮಿತಿ: ಒಂದು ಪ್ರಚೋದನೆಯು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂವೇದನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಕನಿಷ್ಟ ಮೌಲ್ಯ.

ಕನಿಷ್ಟ ಮಿತಿಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸ: ಎರಡು ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಮೌಲ್ಯದ ನಡುವಿನ ಚಿಕ್ಕ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಅವಶ್ಯಕವಾದದು.

ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು: ಭಾಷೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು.

ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಸ್ಮೃತಿ ಅಥವಾ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸ್ಮೃತಿ: ಇದನ್ನು ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿ ಎನ್ನುವರು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಗ್ರಹಿಸಿದ ನೆನಪಿನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ: ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಒಂದು ಶಾಖೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಅದರ ಭಾಗಗಳ ಮೊತ್ತಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದು.

ಗುಂಪು ಪರೀಕ್ಷೆ: ಒಂದೇ ಪರೀಕ್ಷಕರಿಂದ ಒಂದೇ ಬಾರಿಗೆ ಹಲವಾರು ಜನರಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಗೌಪ್ಯತೆ: ಸಂಶೋಧಕರು ಅವರು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಎಲ್ಲಾ ದತ್ತಾಂಶಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನಾಮಧೇಯವಾಗಿ ಯಾರಿಗೂ ತಿಳಿಯದಂತೆ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಜವಾಬ್ದಾರರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಗೌರವ ಅಗತ್ಯತೆ: ಮಾಸ್ಲೋರವರ ಪ್ರಕಾರ ಆತ್ಮಗೌರವ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಸಂಬಂಧದ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿದ ನಂತರ ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸಬಹುದು.

ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು: ಜ್ಞಾನದ ಆಧಾರ.

ಚರ್ಚೆ: ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ನಂತರ ಅದರ ನಿಜವಾದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ತಿಳಿಸುವ ವಿಧಾನ ಪ್ರಯೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ತಪ್ಪು ದಾರಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಇದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅಗತ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಚಲಕ: ಯಾವುದೇ ಅಳೆಯಬಹುದಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು, ಘಟನೆಗಳು, ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಅಥವಾ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು.

ಚಲನೆಯ ವಿಕಾಸ: ದೇಹ ಬೆಳೆದಂತೆ ಮೆದುಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಸ್ನಾಯುಗಳು ಮತ್ತು ನರಮಂಡಲದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಿಂದಾಗಿ ಮಗುವಿನ ಕೌಶಲಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಬುದ್ಧವಾಗುತ್ತವೆ.

ಚರ್ಮದ ವಿದ್ಯುತ್ ವಾಹಕತೆ: ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಸಂವೇದನಾ ಗ್ಯಾಲ್ವನೋಮೀಟರ್‌ನಿಂದ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲಾಗಿದೆ.

ಜಾಗೃತಿ: ದೇಹದ ಉದ್ರಿಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿ.

ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ: ಓದು ಮತ್ತು ಬರಹದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಎನ್ನುವರು.

ತಲೆಯಿಂದ ಕಾಲಿನೆಡೆಗಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ: ಮಕ್ಕಳು ಮೊದಲು ದೇಹದ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸುವರು. ನಂತರ ದೇಹದ ಕೆಳಭಾಗದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಹೊಂದುವರು.

ತೀರ್ಪು: ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ತಲುಪುವುದು ಲಭ್ಯವಿರುವ ವಸ್ತುಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಉತ್ಪನ್ನ.

ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ: ಹಲವು ಪರ್ಯಾಯ ಉತ್ತರಗಳಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತ ಉತ್ತರದ ಆಯ್ಕೆಯ ನಿರ್ಧಾರ.

ತಿಳುವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ಸಮ್ಮತಿ: ಅದರ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಸಂಭವನೀಯ ಅಪಾಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಷಯದ ಅಥವಾ ರೋಗಿಯ ತಿಳುವಳಿಕೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಥವಾ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಂದ.

ದತ್ತಾಂಶ: ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಗುಣಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಪರಿಮಾಣಾತ್ಮಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ.

ದೃಶ್ಯ ಸಂವೇದನೆ: ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಗ್ರಾಹಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುವುದಾಗ ದೃಶ್ಯ ಸಂವೇದನೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಧನಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನಗಳು: ಧನಾತ್ಮಕ ಪುನರ್ಬಲನದಿಂದ ಹಿತಕರ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಅವು ಉಂಟಾಗುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ.

ನಿಗಮನ ವಿವೇಚನೆ: ಮೂಲಾಧಾರ ಸರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ತೀರ್ಮಾನವು ಸರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಔಪಚಾರಿಕ ತಾರ್ಕಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು.

ನಿರಂತರ ಅವಧಾನ: ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೆ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಘಟನೆಯ ಮೇಲೆ ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ.

ನಿಯಂತ್ರಿತ ಗುಂಪು: ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪಿಗೆ ನೀಡಲಾದ ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯದ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿರುವ ವಿಷಯಗಳು.

ನೆನಪಿನಾಳದಿಂದ ಹೊರ ತೆಗೆಯುವ ಸುಳಿವು: ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸ್ಮೃತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಆಂತರಿಕ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನೈತಿಕ ವಿಕಾಸ: ನೈತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಸರಿ ತಪ್ಪುಗಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ.

ಪುನರ್ಬಲನ: ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆ ಹಾಗೂ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಪರಿಣಾಮಗಳ ಮೂಲಕ ಕಲಿಯಲಾಗುವುದು, ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗುವುದು ಅಥವಾ ಮಾರ್ಪಾಡಿಸಲಾಗುವುದು. ಈ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಪುನರ್ಬಲನಗಳು ಎನ್ನುವರು.

ಪ್ರಕಟಿತ ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಮೃತಿ: ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಮಾಹಿತಿ.

ಪ್ರತಿರೋಧಾತ್ಮಕ ಅಡಚಣೆ: ಹಿಂದೆ ಕಲಿತದ್ದು, ಈಗ ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ: ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಒದಗಿಸಲಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಾವು ಗುರುತಿಸುವ ಅಥವಾ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೀಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಾನುಭವ ಸ್ಥಿರತೆ: ಸಂವೇದನಾ ಗ್ರಾಹಕಗಳ ಪ್ರಚೋದನೆಯಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವ ವಸ್ತುಗಳ ಗ್ರಹಿಕೆ.

ಪ್ರಬುದ್ಧತೆ: ಇದು ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಆಗಿರುವ ಕ್ರಮಾನುಗತ ಪ್ರಗತಿ.

ಪ್ರಮುಖ ಚಲನಾ ಕೌಶಲಗಳು: ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಕ್ರಿಯಾ ಕೌಶಲಗಳು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಬೆರಳು ದಕ್ಷತೆ.

ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಅವಧಿ: ಇದು ಗರ್ಭಾಂಕುರದಿಂದ ಪ್ರಸವದವರೆಗಿನ ಅವಧಿ.

ಪ್ರಯೋಗ: ಆಯ್ದ ಚಲಕಗಳ ನಡುವಿನ ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತನಿಖೆ ಮಾಡಲು ನಿಯಂತ್ರಿತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಅವಲೋಕನಗಳ ಸರಣಿ.

ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಗುಂಪು: ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಕೆಲವು ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಅಧ್ಯಯನ ವಿಷಯಗಳು.

ಪ್ರೇರಕ: ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸುವ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯುತಗೊಳಿಸುವ ಅಂಶಗಳು.

ಪ್ರೇರಣೆ: ಪ್ರೇರಣೆ ಎಂಬುದು ಒಂದು ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ನಿರ್ದೇಶಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ.

ಬಹುಮುಖ ಆಲೋಚನೆ: ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಒಂದೇ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ಅನೇಕ ಸರಿ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು.

ಬಾಂಧವ್ಯ: ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಪೋಷಕರ (ಪಾಲನೆ ಮಾಡುವವರು) ನಡುವೆ ಬೆಳೆಯುವ ಪ್ರೀತಿಯ ನಿಕಟ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅನುಬಂಧ.

ಭ್ರಮೆ: ನಮ್ಮ ಸಂವೇದನಾ ಅಂಶಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಮಾಹಿತಿಯ ತಪ್ಪಾದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ತಪ್ಪು ಗ್ರಹಿಕೆ.

ಮನಸ್ಸು: ಮನಸ್ಸು ಎನ್ನುವುದು ಒಂದು ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಾಗಿದ್ದು, ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಗ್ರಹಿಕೆಗಳ ವಿಶಿಷ್ಟ ಗುಂಪನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ನೆನಪುಗಳು, ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಕನಸುಗಳು, ಉದ್ದೇಶಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಮನೋಭೌತಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರ: ಪ್ರಚೋದನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಚೋದಿಸುವ ಸಂವೇದನೆಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಮನೋಭೌತಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ: ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆಯ ಮಾದರಿಯ ಪ್ರಮಾಣಿತ ಅಳತೆ.

ಮನಃಸ್ಥಿತಿ: ಹಳೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಅದೇ ರೀತಿಯ ಮತ್ತೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವುದು.

ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದು: ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ನೆನಪಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಮೂಲ ಸಂವೇಗಗಳು: ಇವುಗಳು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮತ್ತು ಜೈವಿಕ ಆಧಾರ ಹೊಂದಿವೆ.

ಮೂರ್ತಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಹಂತ: ಮೂರ್ತ ಘಟನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತರ್ಕಬದ್ಧವಾಗಿ ವಿಚಾರ ಮಂಡಿಸುವುದು, ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸುವುದು.

ಮೆದುಳು ದಾಳಿ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಗುಂಪು ಎಲ್ಲಾ ಸಂಭಾವ್ಯ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ನಂತರ ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ ತಂತ್ರ.

ಮೌಖಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ: ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವಲ್ಲಿ ಪದಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಬಳಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ.

ಯಕೊಯಿಕ್ ಸ್ಮೃತಿ: ಶ್ರವಣೇಂದ್ರಿಯ ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಕ್ಷಣಿಕ ಸಂವೇದನಾ ಸ್ಮರಣೆ ಗಮನ ಬೇರೆ ಇದ್ದರೆ ಶಬ್ದಗಳು ಮತ್ತು ಪದಗಳನ್ನು ಇನ್ನೂ ಮೂರು ಅಥವಾ ನಾಲ್ಕು ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ಪುನಃಸ್ಮರಿಸಬಹುದು.

ಯಾದೃಚ್ಛಿಕಗೊಳಿಸುವಿಕೆ: ಒಂದು ಚಲಕವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪಕ್ಷಪಾತವಿಲ್ಲದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು, ನಿಯೋಜಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ನಿಗದಿಪಡಿಸಬಹುದು ಯಾದೃಚ್ಛಿಕಗೊಳಿಸುವಿಕೆಯ, ಯಾದೃಚ್ಛಿಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳ ಕೋಷ್ಟಕದ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ರಚನಾತ್ಮಕವಾದ: ಇದು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ರಚನೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಧಾನ ವಿಲ್‌ಹೆಲ್ಮ್ ವೂಂಟ್ ಇದರ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರು.

ರೂಢಿ: ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸುವಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಗುಂಪಿನ ಜನರ ಮಾಪನಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಮಾಣಿತ ಅಥವಾ ಮೌಲ್ಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಅನುಮೋದಿತ ವರ್ತನೆಯ ಗುಂಪಿನ ಮಾನದಂಡ.

ರೂಪಾವಳಿ: ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆಂತರಿಕ ಹಾಗೂ ಬಾಹ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳ ವಂಶಪಾರಂಪರ್ಯ ವರ್ಗಾವಣೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ.

ಲಿಂಗ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ: ಹುಡುಗ ಅಥವಾ ಹುಡುಗಿ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವ ಅರಿವು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಇದನ್ನು ತಮ್ಮ ಮೂರನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಲಿಂಗ ಪಾತ್ರ: ಹೆಣ್ಣು ಮತ್ತು ಗಂಡು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಭಾವಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳ ಒಂದು ಗುಂಪು.

ವರ್ತನಾವಾದ: ಇದು ಒಂದು ಚಿಂತನೆಯ ಶಾಲೆ ಇದು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠತೆಗೆ ಗಮನಿಸಬಹುದಾದ ವರ್ತನೆಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಅಂಶಗಳಿಗೆ ಒತ್ತು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ವರ್ತನೆ: ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಣಿ ಮಾಡುವ ಯಾವುದೇ ಅಂತರಂಗ ಅಥವಾ ಬಹಿರಂಗಕ್ರಿಯೆ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಕೆಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು.

ವಸ್ತು ಸ್ಥಿರತೆ: ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವಂಥದ್ದು ಅಂದರೆ ವಸ್ತು ಕಣ್ಣ ಮುಂದೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅದು ಇದೇ ಎಂಬ ಅರಿವು.

ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧ್ಯಯನ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ತಂತ್ರ.

ವಿಕಾಸ: ಚಾರ್ಲ್ಸ್ ಡಾರ್ವಿನ್ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ ಸಿದ್ಧಾಂತವು ಅಧಿಕಾವಧಿ ಜೀವಿಗಳು ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳು ವಿಶಿಷ್ಟ ಪರಿಸರದ ದತ್ತು ಬೇಡಿಕೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ.

ವಿಭಾಗ: ಪರಿಚಿತ ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಗುಂಪು ಒಂದೇ ಘಟಕವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ.

ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸ: ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸ್ಮರಣೆಯಲ್ಲಿ ಶೇಖರಣೆಯಾಗಿರುವ ಪರಿಚಿತ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಲಿಂಕ್ ಮಾಡುವುದು.

ವಿವೇಚನೆ: ವಾಸ್ತವಿಕ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ನೈಜ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆ: ಮಾಪನ ತಂತ್ರದ ಸ್ಥಿರತೆಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಕುರಿತು ಹೇಳಿಕೆ ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಮಾಪನಗಳ ಮೇಲೆ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ತಂತ್ರಗಳು ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ.

ವಿಷಯ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ: ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಿಚಾರಗಳು ನಿಯಮಗಳು ಅಥವಾ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳ ಆವರ್ತನ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಋಣಾತ್ಮಕ ದತ್ತಾಂಶದಲ್ಲಿ ವಿಷಯವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವ ವಿಧಾನ.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳ ಸ್ಮೃತಿ: ಇದನ್ನು ಆತ್ಮಕತೆಯ ಸ್ಮೃತಿ ಎಂದು ಕರೆಯುವರು. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದೆ.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ: ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮಾತ್ರ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದಾದ ಪರೀಕ್ಷೆ ಸ್ಟ್ಯಾನ್ಫೋರ್ಡ್ ಬೀನೆಟ್ ಮತ್ತು ವೆಸ್ಲರ್‌ರವರ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳಾಗಿವೆ.

ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆ: ಈ ಕಲಿಕೆಯು ಮಾನವರಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ, ವಸ್ತುಗಳ, ಘಟನೆಗಳ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಲಕ್ಷಣಗಳ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪದಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಶಾಬ್ದಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಅಸಂಬದ್ಧ ಉಚ್ಚಾರಾಂಶಗಳು, ಪರಿಚಿತ ಪದಗಳು, ಪರಿಚಿತವಲ್ಲದ ಪದಗಳು, ವಾಕ್ಯಗಳು, ಪರಿಚ್ಛೇದ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಶಾರೀರಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ: ನರಮಂಡಲ ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳಂತಹ ಶಾರೀರಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸಂಬಂಧದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮಾನವ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ವರ್ತನೆಯ ಒಂದು ಸುಸಂಬದ್ಧ ಅಧ್ಯಯನ.

ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆ: ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಜೊತೆ ಅಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ಒಂದಾದ ಮೇಲೊಂದರಂತೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾಲಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ ತೋರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನೇ ಅಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆಗೂ ತೋರುವುದಕ್ಕೆ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆ ಎನ್ನುವರು.

ಶೂನ್ಯ ಪ್ರಾಕ್ಕಲ್ಪನೆ: ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಎರಡು ಚಲಕಗಳ ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಶೈಶವಾವಸ್ಥೆ: ಮಗು ಜನಿಸಿದಂದಿನಿಂದ 24 ತಿಂಗಳವರೆಗಿನ ಅವಧಿ.

ಸಂದರ್ಶನ: ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯುವ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಮುಖಾಮುಖಿ ಸಂವಾದ ರೋಗ ನಿರ್ಣಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು, ಪರಸ್ಪರ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದು ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡುವುದು.

ಸಂವೇಗ: ಸಂವೇಗಗಳು ಪ್ರಚೋದನೆ, ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠ ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದ ಸಂಕೀರ್ಣ ಮಾದರಿಯಾಗಿದೆ.

ಸಂವೇದನಾ ಗತಿಯ ಹಂತ: ಮಗು ತನ್ನ ಸಂವೇದನಾ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಜೊತೆ ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುವ ಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಸಂವೇದನಾ ಸ್ಮೃತಿ: ಪ್ರಚೋದಕಗಳ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಅನಿಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುವ ಆರಂಭಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಇದನ್ನು ಸಂವೇದನಾ ನೋಂದಣಿ ಎನ್ನುವರು.

ಸಂವೇದನೆಗಳು: ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಅನುಭವ ಅಥವಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯದಿಂದ ಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ವಿಷಯ.

ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಪೂರ್ವಹಂತ: ಸಾಂಕೇತಿಕಾ ಆಲೋಚನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬೆಳವಣಿಗೆ–ವಸ್ತು ಸ್ಥಿರತೆ ಸ್ಥಾಪನೆ.

ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆ: ಒಬ್ಬರ ಗ್ರಹಿಕೆ, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನಗಳ ಮರು ಸಂಘಟನೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಕಲಿಕೆ.

ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ: ಆಲೋಚನೆಯ ಮುಂದುವರಿದ ವರ್ತನೆಯ ಹಂತ. ಇದನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಹಂತಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಉದ್ಭವನ ಹಂತ, ಪ್ರಕಾಶಿಸುವ ಹಂತ, ಸಿದ್ಧತಾ ಹಂತ ಮತ್ತು ಪರಿಶೀಲನಾ ಹಂತ.

ಸಮೀಕ್ಷೆ: ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ದತ್ತಾಂಶವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಲಿಖಿತ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಗಳು ಅಥವಾ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಸಂಶೋಧನಾ ವಿಧಾನ.

ಸರಣಿ ಕಲಿಕೆ: ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಸಹಜ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ: ಕಲಿಕೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲದೆ ಮೂಡುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ.

ಸಹಸಂಬಂಧ ಸಂಶೋಧನೆ: ಎರಡು ಅಥವಾ ಎರಡಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಘಟನೆಗಳು ಅಥವಾ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಅಥವಾ ಚಲಕಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧದ ಬಲವನ್ನು ವಿವರಿಸುವ ಗುರಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಶೋಧನೆ.

ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ: ಸಹಜ ಪ್ರಚೋದನೆ ಕಲಿಕೆ ಅಥವಾ ಅನುಬಂಧವಿಲ್ಲದೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಕೇಂದ್ರಿತ ಆಲೋಚನೆ: ಸಂಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಪೂರ್ವ ಆಲೋಚನೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಲಕ್ಷಣ. ಅಂದರೆ ತನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಮತ್ತು ಇತರರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ಅಸಮರ್ಥತೆ.

ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ ಚೇತರಿಕೆ: ಭಾಗಶಃ ವಿಲೋಪನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ಕಲಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ಒಂದು ವಿರಾಮದ ನಂತರ ಪುನಃ ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗುವಿಕೆ.

ಸ್ಥಳಗಳ ಜೊತೆ ಅರ್ಥ ಕಲ್ಪಿಸುವುದು: ನಾವು ಸದಾ ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ಸ್ಥಳಗಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳ ಜೊತೆ ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಸ್ಮೃತಿ ತಂತ್ರಗಳು: ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭವಾಗಿ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೆಲವು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬಳಸುವುದು.

ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಲಕ: ಒಂದು ಘಟನೆ ಅಥವಾ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಕಾರರು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಇತರ ಘಟನೆ ಅಥವಾ ಸನ್ನಿವೇಶದ ಮೇಲೆ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ನೋಡಲು.

ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆ: ಸಾಧಕ ಅನುಬಂಧ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಯು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ ಪ್ರತಿಫಲಕ್ಕಾಗಿ/ಶಿಕ್ಷೆ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿ: ರಚನಾತ್ಮಕ ಸ್ಮೃತಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ಮೃತಿಯ ಪ್ರಮುಖ ಲಕ್ಷಣ, ಬಿಡಿಬಿಡಿಯಾದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿಯಾಗಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಇದು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣ: ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ ಅನುಬಂಧಗೊಂಡ ನಂತರ ಸಾಮ್ಯವುಳ್ಳ ಇತರ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಗೂ ಸಹ ಅನುಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ತೋರುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಣ ಎನ್ನುವರು.

ಸ್ಕ್ರಿಪ್ಟ್: ಸ್ಮೃತಿ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯದ ಒಂದು ಕಾರ್ಯವಿಧಾನ ಜ್ಞಾನ (ಉದಾಹರಣೆ: ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟ್‌ನಲ್ಲಿ ತಿನ್ನುವುದು).

ಸಿಂಧುತ್ವ: ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಅಳೆಯಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಿದ್ದನ್ನು ಅಳೆಯುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ.

ಸ್ಥೂಲಚಲನಾ ಕೌಶಲಗಳು: ದೊಡ್ಡ ಸ್ನಾಯು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಚಲನಾ ಕೌಶಲಗಳು. ಉದಾಹರಣೆ – ನಡೆಯುವುದು.

ಕ್ಷೇತ್ರ ಪ್ರಯೋಗ: ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಾಸ್ತವ ಪ್ರಪಂಚ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಪ್ರಯೋಗ. ಇದರಲ್ಲಿ ಚಲಕಗಳನ್ನು ಕೆಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗಾಗಿ ವೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

Suggested Readings

For developing further understanding on the topics, you may like to read the following books :

- **Baron, R.A.** (2001/Indian reprint 2002). Psychology (5th ed.). Allyn & Bacon.
- **Das, J.P.** (1998). The Working Mind : An Introduction to Psychology. Sage Publications.
- **Davis, S.F., & Palladino, J.H.** (1997). Psychology. Prentice Hall, Inc.
- **Gerow, J.R.** (1997). Psychology : An Introduction. Addison Wesley Longman, Inc.
- **Gleitman, H.** (1996). Basic Psychology. W.W. Norton & Company.
- **Khandwalla, P.N.** (1984). Fourth Eye : Excellence through Creativity. A.H. Wheeler and Co.
- **Malim, T., & Birch, A**. (1998). Introductory Psychology. Macmillan Press Ltd.
- **Morgan, C.T., King, R.A., Weisz, J.R., & Schopler, J.** (1986). Introduction to Psychology (7th ed.). McGraw-Hill Book Company.
- **Weiten, W.** (2001). Psychology : Themes and Variations. Wadsworth.
- **Zimbardo, P.G., & Weber, A.L.** (1997). Psychology. New York: Longman.
- **Zimbardo, P.G.** (1985). Psychology and Life. Harper Collins Publishers.

Source Books

- **Dash, U.N., Mohanty, P.K., Mohanty, S.C., Pattanaik, L.K., Nanda, G.K., Misra, G., & Kar, C.** (2004). Psychology - Part I. Orissa State Bureau of Textbook Preparation and Production. Pustak Bhawan, Bhubaneswar.
- **Gleitman, H., Fridlund, A.J., & Reisberg, D.** (2004). Basic Psychology (5th ed.). W.W. Norton & Company.
- **Mandal, M.K.** (2004). Emotion : Basic Issues and Current Trends. Affiliated East-West Press.
- **Santrock, J.W.** (1999). Life-Span Development (7th ed.). Boston: McGraw-Hill College.

NOTES

NOTES