प्रकरण १ – मानसशास्त्र : एक विज्ञानशाखा

१.१ प्रस्तावना

१.२ शास्त्राची प्रमुख वैशिष्ट्ये

१.३ मानसशास्त्राचा शास्त्र म्हणून इतिहास

१.४ मानसशास्त्राच्या अभ्यासपद्धती

१.४.१ प्रायोगिक पद्धत

१.४.२ सर्वेक्षण पद्धत

१.४.३ निरीक्षण पद्धत

१.४.४ वृत्तेतिहास पद्धत

१.४.५ सहसंबंध पद्धत

१.५ मानसशास्त्राची शास्त्र म्हणून उभारणी करताना येणारी आव्हाने

१.६ तर्कसंगतीचे महत्त्व

अध्ययन उद्दिष्ट्ये :

(१) विज्ञानाची प्रमुख वैशिष्ट्ये समजून घेणे आणि स्पष्ट करणे.

(२) विज्ञान म्हणून मानसशास्त्राचा इतिहास समजून घेणे आणि स्पष्ट करणे.

(३) मानसशास्त्रातील विविध संशोधन पद्धतींची माहिती व त्यांची वैशिष्ट्ये जाणून घेणे व भविष्यात संबंधित ज्ञानाचा वापर करणे.

(४) मानसशास्त्र एक विज्ञान म्हणून प्रस्थापित करण्यात येणारी आव्हाने समजून घेणे व त्यांचे स्पष्टीकरण देणे.

(५) तर्कसंगती ही संकल्पना आणि तर्कसंगत व्यक्तीची वैशिष्ट्ये समजून घेणे व संबंधित ज्ञानाचा दैनंदिन जीवनात वापर करणे.

कृती १

पुढील विधाने वाचा व ती मानसशास्त्राविषयीची तथ्ये आहेत की दंतकथा व गैरसमज आहेत याबाबत विचार करा व चर्चा करा –

१. मानसशास्त्र हे खऱ्या अर्थाने शास्त्र नसून केवळ सामान्य व्यवहारज्ञान आहे.

२. मानसशास्त्र हे केवळ एक छद्मविज्ञान (थोतांड) आहे.

३. मानसशास्त्रज्ञ हे केवळ मनकवडे असतात किंवा चेहरा वाचणारे असतात.

४. मानसशास्त्र केवळ औषधोपचाराची गरज असणाऱ्या मनोरूग्णांच्या अभ्यासाशी संबंधित आहे.

५. मानसशास्त्रज्ञ, मनोचिकित्सक आणि समुपदेशक यांची व्यावसायिक पात्रता आणि कामकाज जवळपास सारख्याच स्वरूपाचे असते.

६. मानसशास्त्राची पदवी घेतलेल्या कोणत्याही व्यक्तीला गरजू व्यक्तीस समुपदेशन करता येते.

१.१ प्रस्तावना :

आपण विज्ञानयुगात राहतो. आपल्या जीवनातील जवळपास सर्वच क्षेत्रांत विज्ञानाचा प्रभाव आढळतो. मनुष्यजातीच्या जगण्याचा अंतःप्रेरणेमुळे होमो सेपियन्स या त्याच्या अवस्थेपासून मानवाने सभोवतालच्या जगातील घडामोडींचा वेध घेण्यास सुरूवात केली व त्यातूनच कालांतराने विविध प्रकारची शास्त्रे विकसित झाली.

आज, शास्त्रांचे प्रामुख्याने नैसर्गिक शास्त्रे(भौतिकशास्त्र, रसायनशास्त्र, भूशास्त्र) जैविक शास्त्रे (प्राणीशास्त्र, वनस्पतीशास्त्र, शरीरशास्त्र) व सामाजिक शास्त्रे(मानसशास्त्र, समाजशास्त्र, अर्थशास्त्र) या तीन प्रकारांत वर्गीकरण केले जाते.

काही लोकांना मानसशास्त्र हे खऱ्या अर्थाने शास्त्र आहे किंवा नाही? असा प्रश्न पडतो. या प्रश्नाचे उत्तर देण्यासाठी आपल्याला प्रथम विज्ञान म्हणजे काय? आणि मानसशास्त्र म्हणजे काय? या दोन प्रश्नांची उत्तरे माहित असणे आवश्यक आहे.

प्रस्तुत प्रकरणात या दोन जटील प्रश्नांची उत्तरे देण्याच्या अनुषंगाने शास्त्राची प्रमुख वैशिष्ट्ये, मानसशास्त्राचा शास्त्र म्हणून इतिहास, मानसशास्त्राच्या अभ्यासपध्दती, मानसशास्त्राची शास्त्र म्हणून उभारणी करताना येणारी आव्हाने आणि तर्कसंगतीचे महत्त्व या पैलूंवर प्रकाश टाकण्यात आला आहे.

१.२ शास्त्राची प्रमुख वैशिष्ट्येः

'Science'(शास्त्र) सायन्स या इंग्रजी शब्दाची'Scientia' (सायन्शिया) या लॅटीन शब्दापासून उत्पत्ती झाली आहे. 'सायन्शिया' या शब्दाचा अर्थ 'ज्ञान' असा होतो.

ज्ञान संपादन करणे व ज्ञानाचे उपयोजन करणे आणि नैसर्गिक व सामाजिक विश्वाला तथ्याधारित पध्दतशीर कार्यप्रणालींच्या आधारे समजून घेणे, म्हणजे 'शास्त्र' होय.

शास्त्राची प्रमुख वैशिष्ट्ये पुढीलप्रमाणे आहेतः

१. **सप्रमाण पुरावा** – शास्त्रात सप्रमाण पुराव्यांच्या आधारे माहितीचा अभ्यास करून तिचा अर्थ लावला जातो. प्रत्यक्ष निरीक्षणाद्वारे किंवा प्रयोगाद्वारे आलेल्या अनुभवांतून केलेले माहितीचे संकलन, म्हणजे 'सप्रमाण पुरावा' होय. शास्त्रोक्त ज्ञान सप्रमाण पुराव्यांवर आधारित असते. दुसरा कोणताही संशोधक संशोधनाची पुनरावृत्ती करून शास्त्रोक्त ज्ञानाच्या सत्यतेची भविष्यात पडताळणी करून शकतो.

२. **वस्तुनिष्ठता** – शास्त्र एखादया घटकाचा वस्तुनिष्ठ पध्दतीने अभ्यास करते. तथ्यांकडे स्वतःच्या अपेक्षांप्रमाणे न पाहता तटस्थपणे पाहून त्यांचा स्वीकार करता येणे, म्हणजे 'वस्तुनिष्ठता' होय. पक्षपातीपणा, पूर्वग्रह, विश्वास, इच्छा, मूल्य, पसंती इत्यादी बाबी बाजूला ठेवून एखादया घटकाचे वास्तववादी दृष्टीने संशोधन करणे, म्हणजे 'वस्तुनिष्ठता' होय.

३. **शास्त्रोक्त कार्यकारणभाव** – परिवर्तकामधील कार्यकारणभाव शोधणे हा शास्त्राचा हेतू असतो. शास्त्रोक्त अभ्यासात संशोधक सर्व बाह्य परिवर्तकांवर नियंत्रण ठेवून स्वतंत्र परिवर्तकाचा (कारण) परतंत्र परिवर्तकावर (परिणाम) होणारा परिणाम अभ्यासतो.

४. **पद्धतशीर विश्लेषण** – शास्त्रात एखादया घटकाचा अभ्यास करण्यासाठी क्रमवार प्रक्रियेचा अवलंब केला जातो. क्रमवार प्रक्रियेत संशोधनासाठीची समस्या निश्चित करणे, गृहीतक मांडणे, माहितीचे संकलन करणे, माहितीचे विश्लेषण करणे, सार्वत्रिक नियम शोधणे आणि पूर्वकथन करणे या शास्त्रोक्त पायऱ्यांचा समावेश होतो.

५. **पडताळा** – दिलेल्या परिस्थितीत शास्त्रीय माहितीची कोणत्याही काळात व कोणत्याही ठिकाणी प्रचीती घेता येणे, म्हणजे 'पडताळा' होय. पडताळ्यामुळे शास्त्रोक्त माहितीच्या विश्वसनीयतेची खात्री पटते व त्याद्वारे शास्त्रोक्त सिद्धांत मांडणे शक्य होते.

६. **पूर्वकथन** – शास्त्राद्वारे पूर्वकथन करता येते. संशोधक एखादया घटकाचे केवळ वर्णन करत नाहीत, तर घटकाचे स्पष्टीकरण व त्या अनुषंगाने पूर्वकथनही करतात.

कृती २

पुढील विधाने वाचा व त्याबाबत वर्गात चर्चा करा.

१. मानसशास्त्र हे शास्त्र आहे कारण ते शास्त्राच्या अनेक कसोट्यांवर खरे ठरते.

२. मानसशास्त्र हे भौतिकशास्त्र, रसायनशास्त्र यांप्रमाणे नैसर्गिक शास्त्र नाही.

३. मानसशास्त्र हे मानवी (व प्राणी) वर्तनाचा व मानसिक प्रक्रियांचा अभ्यास करणारे सामाजिक शास्त्र आहे.

४. मानसशास्त्र वस्तुनिष्ठ संशोधन पध्दतींचा वापर करते. मानसशास्त्राच्या संशोधनात मानवी वर्तन निर्धारीत करणाऱ्या घटकांमध्ये कार्यकारणभाव प्रस्थापित केला जातो व या संशोधनांची पडताळणी करता येते.

५. मानसशास्त्रीय सिद्धांतांस सप्रमाण पुरावे असल्यामुळे मानसशास्त्र हे छद्मविज्ञान आणि सामान्य व्यवहारज्ञान यांपासून वेगळे करता येते.

६. मानसशास्त्राचा अभ्यासविषय गुंतागुंतीचा आहे, कारण मानवी वर्तनाचे स्वरूप गतिमान असते आणि मानसिक प्रक्रियांचे स्वरूप अमूर्त असते. त्यामुळेच भौतिकशास्त्र आणि रसायनशास्त्र या शास्त्रांतील सिध्दांतांप्रमाणे मानसशास्त्रातील सिध्दांत सार्वत्रिक स्वरूपाचे व तंतोतंत अचूक असू शकत नाहीत.

१.३. मानसशास्त्राचा शास्त्र म्हणून इतिहास :

१. **तत्त्वज्ञानाची शाखा म्हणून मानसशास्त्राची सुरूवात** – मानसशास्त्राचे मूळ प्राचीन ग्रीक संस्कृतीत आढळते. सुरूवातीच्या काळात मानसशास्त्र हे स्वतंत्र शास्त्र म्हणून उदयास आले नाही. १८७० च्या दशकापर्यंत मानसशास्त्र हे तत्त्वज्ञानाची शाखा होते.

२. **१८७९ साली स्वतंत्र शास्त्र म्हणून मानसशास्त्राचा उदय** – जर्मन मानसशास्त्रज्ञ विल्हेम वुंट यांनी १८७९ साली जर्मनीतील लिपझिग विद्यापीठात जगातील पहिली मानसशास्त्रीय प्रयोगशाळा सुरू केली. या घटनेकडे मानसशास्त्राची स्वतंत्र शाखा म्हणून उदय या दृष्टीने पाहिले जाते.

३. **रचनावादाचा उदय** – रचनावाद हा मानसशास्त्रातील सर्वसाधारणपणे पहिला विचारप्रवाह मानला जातो. विल्हेम वुंट आणि त्यांचा विद्यार्थी एडवर्ड बी. टिचनेर यांनी रचनावादाचा पुरस्कार केला. विल्हेम वुंट यांनी वेदन, संवेदन इत्यादी बोधात्मक अनुभवांचा अभ्यास करण्यासाठी आत्मनिरीक्षण पध्दतीचा अवलंब केला.

४. **कार्यवादाचा उगम** – विल्यम जेम्स यांनी कार्यवादाचा विचारप्रवाह मांडला. त्यांना 'अमेरिकन मानसशास्त्राचा जनक' म्हणून ओळखले जाते. त्यांनी बोधात्मक, अनुभवाच्या अभ्यासावर भर दिला.

५. **मनोविश्लेषणवादाचा उदय** – मानसशास्त्रातील सुरूवातीच्या विचारप्रवाहांच्या विरोधात ऑस्ट्रीयन शरीरशास्त्रज्ञ डॉ. सिग्मंड फ्रॉईड यांनी १८९० च्या दशकात मनोविश्लेषणाचा सिध्दांत मांडून अबोध मनाच्या अभ्यासावर भर देण्यास सुरूवात केली.

६. **वर्तनवादाचा उदय** – २० व्या शतकाच्या सुरूवातीच्या कालावधीत अमेरिकन मानसशास्त्रज्ञ जॉन बी वॅटसन यांनी वर्तनवाद हा नवीन विचारप्रवाह मांडला. वर्तनवादात बोधात्मक अनुभव आणि अबोध मन या दोन्ही बाबींच्या अभ्यासास विरोध करून केवळ निरीक्षणक्षम वर्तनाच्या अभ्यासावर भर देऊन मानसशास्त्राच्या अभ्यासास अधिक शास्त्रीय स्वरूप देण्यात आले.

७. **मानवतावादाचा उदय** – २० व्या शतकाच्या पूर्वार्धात मनोविश्लेषणवाद आणि वर्तनवाद या विचारप्रवाहांचे वर्चस्व होते. २० व्या शतकाच्या उत्तरार्धात अमेरिकन मानसशास्त्रज्ञ कार्ल रॉजर्स यांनी मानवतावाद हा नवीन विचारप्रवाह मांडला. मनोविश्लेषणवादातील अबोधावस्था आणि वर्तनवादातील निर्बंधता या दोन्ही

बाबी अमान्य करून मानवतावादाने स्व-इच्छा, स्व-नियंत्रण आणि आत्मवास्तविकीकरण या बाबींच्या अभ्यासावर भर दिला.

८. **बोधनिक उपपत्तीचा उदय –** १९५० आणि १९६० च्या दशकात मनोविश्लेषणवादास आणि वर्तनवादास मागे टाकणाऱ्या बोधनिक उपपत्तीचा उदय झाला. अमेरिकन मानसशास्त्रज्ञ अलरिस नेसर यांना सर्वसाधारणपणे बोधनिक उपपत्तीचा जनक मानले जाते.

बोधनिक उपपत्तीचा अवलंब करणारे संशोधक स्मरण, निर्णय प्रक्रिया, समस्या परिहार, बुद्धिमत्ता, भाषा इत्यादी उच्च मानसिक प्रक्रियांचा चुंबकीय अनुस्पंद प्रतिमा MRI आणि पॉझिट्रॉन प्रतिमा (PET scan) या तंत्रांद्वारे अभ्यास करतात.

कृती ३

पुढे दिलेल्या वेबसाईटला भेट द्या व मानसशास्त्रातील प्रमुख विचारप्रवाहांची माहिती मिळवा.

https://www-verywellmind.com/psychology-schools-of-thought-2795247

१.४ मानसशास्त्राच्या अभ्यासपद्धती

१.४.१ प्रायोगिक पद्धत

प्रायोगिक पद्धत ही वर्तनाचा अभ्यास करणारी सर्वाधिक शास्त्रोक्त पद्धत होय. प्रायोगिक पद्धतीमुळे मानसशास्त्राला शास्त्र म्हणून दर्जा मिळाला आहे. प्रायोगिक पद्धतीत प्रयोगकर्ता पुढील पायऱ्यांचा अवलंब करून प्रयोग करतो.

१. संशोधनासाठीची समस्या निश्चित करणे.

२. गृहीतक निश्चित करणे/मांडणे.

३. प्रयोगाची रचना व पद्धत निश्चित करणे.

४. प्रयोग करणे.

५. माहिती गोळा करणे व माहितीचे विश्लेषण करणे.

६. निष्कर्ष काढणे.

कृती ४

दिलेल्या उदाहरणाच्या आधारे प्रायोगिक पध्दतीतील पुढील संज्ञा अभ्यासा:

१. **समस्या –** शास्त्रोक्त संगीताचा रक्तदाबावर होणारा परिणाम अभ्यासणे.

२. **गृहीतक –** शास्त्रोक्त संगीताद्वारे रक्तदाबाची पातळी नियंत्रित ठेवण्यास मदत होते.

३. **स्वतंत्र परिवर्तक –** शास्त्रोक्त संगीत

४. **परतंत्र परिवर्तक –** रक्तदाबाची पातळी

५. **बाह्य परिवर्तक–** वय, लिंग, शास्त्रोक्त संगीत सोडून इतर सर्व आवाज इत्यादी.

६. **प्रयोगकर्ता –** प्रयोग करणारी व्यक्ती. (उदा. तुम्ही/तुमचे मानसशास्त्राचे शिक्षक)

७. **प्रयुक्त –** ज्या व्यक्तीवर प्रयोग केला जातो अशी व्यक्ती. (उदा. तुमच्या कुटुंबातील सदस्य/मित्र)

प्रायोगिक पध्दतीची महत्त्वाची वैशिष्ट्ये पुढीलप्रमाणे आहेत–

१. प्रायोगिक पध्दत ही माहिती संकलनाची सर्वाधिक वस्तुनिष्ठ पध्दत आहे.

२. प्रायोगिक पध्दतीद्वारे नियंत्रित परिस्थितीत अचूक निरीक्षण करता येते.

३. प्रायोगिक पध्दतीद्वारे दोन किंवा त्यापेक्षा अधिक परिवर्तकांमध्ये कार्यकारणभाव शोधणे शक्य होते.

४. प्रायोगिक पध्दतीद्वारे केलेल्या संशोधनाचा पडताळा घेणे शक्य होते.

तुम्हांला माहीत आहे का?

नैतिक बंधने आणि संभाव्य धोके यांमुळे मानवी वर्तनाच्या काही पैलूंचा प्रायोगिक पध्दतीचा वापर करून अभ्यास करता येत नाही.

कृती ५

पुढे दिलेल्या प्रयोग कल्पनांतून स्वतंत्र परिवर्तक व परतंत्र परिवर्तक शोधा.

१. सरावाचा स्मृतीवरील परिणाम अभ्यासणे.

२. मनोन्यासाचा समस्या परिहार प्रक्रियेवर होणारा परिणाम अभ्यासणे.

३. गोंगाटाचा लिखाणाच्या वेगावरील परिणाम अभ्यासणे.

४. रंगांचा संवेदन प्रक्रियेवर होणारा परिणाम अभ्यासणे.

५. प्रतिभरणाचा निर्णय प्रक्रियेवरील परिणाम अभ्यासणे.

कृती ६

दिलेल्या पायऱ्यांच्या आधारे पुढे दिलेला प्रयोग करा आणि रंगांचा स्मृतीवर काही परिणाम होतो का याचा शोध घ्या.

१. प्रयोगातील सहभागींना यादृच्छीक पध्दतीने दोन गटांत विभागा. (असे करत असताना दोन्ही गटांतील सहभागींच्या बाबतीत लिंग, वय, सांस्कृतिक पार्श्वभूमी इत्यादी बाबी स्थिर ठेवा.)

२. एका गटातील सहभागींना काळ्या शाईने लिहिलेल्या २० शब्दांची यादी ५ मिनिटांसाठी वाचण्यास द्या.

३. दुसऱ्या गटातील सहभागींनाही त्याच २० शब्दांची (परंतु हिरव्या शाईत लिहिलेली) यादी ५ मिनिटांसाठी वाचण्यास द्या.

४. ५ मिनिटांच्या कालावधीनंतर दोन्ही गटांतील सहभागींना कोऱ्या कागदावर त्यांना आठवतील तेवढे शब्द लिहिण्यास सांगा.

५. दोन्ही गटांतील सहभागींना आठवलेल्या एकूण शब्दांविषयीच्या आकडेवारीची तुलना करा आणि निष्कर्ष काढा.

१.४.२ सर्वेक्षण पध्दत:

सर्वेक्षण ही अशी संशोधन पध्दत आहे जिच्याद्वारे निवडलेल्या प्रातिनिधिक गटाकडून (नमुना गटांकडून) राजकीय मते, ग्राहकांची पसंती अशा विविध विषयांवर माहिती गोळा केली जाते. सर्वेक्षण पद्धतीत प्रश्नावली, पडताळणी यादी, पदनिश्चयन श्रेणी, शोधिका, मुलाखत इत्यादी तंत्राच्या आधारे माहितीचे संकलन केले जाते. सामाजिक मानसशास्त्रज्ञ, शैक्षणिक मानसशास्त्रज्ञ, औद्योगिक मानसशास्त्रज्ञ या पध्दतीचा मोठ्या प्रमाणावर वापर करतात. सर्वेक्षण पद्धत ही कमी खर्चिक पद्धत आहे. दूरध्वनीद्वारे, इमेलद्वारे किंवा प्रत्यक्ष भेट घेऊन सर्वेक्षण करता येते.

सर्वेक्षणासाठी वापरण्यात येणाऱ्या प्रश्नावलीचा नमुना

कृती ७

पुढीलपैकी कोणत्याही एका विषयाची सर्वेक्षण पध्दतीचा वापर करून माहिती मिळवा.

१. कार्यसमाधानाचे निर्धारक घटक

२. नोकरी करणाऱ्या स्त्रियांच्या समस्या

३. व्यायाम व शारीरिक स्वास्थ्य

४. विद्यार्थ्यांच्या गैरहजेरीची कारणे

५. व्यसनाधीनतेची कारणे

६. व्हर्च्युअल (आभासी) खेळांचे व्यसन

७. समाजसंपर्क माध्यमे आणि सायबर गुन्हे

८. वयोवृध्द व्यक्तींच्या समस्या

१.४.३ निरीक्षण पद्धत

मानवी वर्तनाच्या ज्या पैलूंचा प्रायोगिक पद्धतीचा अवलंब करून अभ्यास करणे शक्य नसते, अशा पैलूंचा अभ्यास करण्यासाठी निरीक्षण पद्धत अत्यंत उपयुक्त ठरते. निरीक्षण पद्धतीत नैसर्गिक परिस्थितीत किंवा नियंत्रित परिस्थितीत घडून येणाऱ्या वर्तनाचा हेतुपूर्वक अभ्यास केला जातो. नैसर्गिक परिस्थितीत घडून येणाऱ्या वर्तनाच्या निरीक्षणास नैसर्गिक निरीक्षण म्हणतात. नियंत्रित परिस्थितीत घडून येणाऱ्या वर्तनाच्या निरीक्षणास नियंत्रित निरीक्षण म्हणतात.

बालमानसशास्त्रज्ञ, चिकित्सा मानसशास्त्रज्ञ, सामाजिक मानसशास्त्रज्ञ निरीक्षण पध्दतीचा मोठ्या प्रमाणावर वापर करतात. सुस्पष्ट हेतूने व सुनियोजित पद्धतीने वापर केला असता, निरीक्षण पद्धत ही शास्त्रोक्त संशोधन पद्धत मानता येते.

कृती ८

पुढीलपैकी कोणत्याही एका विषयाची निरीक्षण पद्धतीचा वापर करून माहिती मिळवा.

१. पौगंडावस्थेत दर्शवली जाणारी आक्रमक प्रवृत्ती
२. वाहतूक कोंडीत अडकलेल्या प्रवाशांच्या प्रतिक्रिया
३. वक्तृत्व स्पर्धेत भाग घेतलेल्या स्पर्धकाची देहबोली
४. सार्वजनिक ठिकाणी दाखवण्यात येणारी सभ्यता
५. पुस्तक प्रदर्शनाच्या ठिकाणी विद्यार्थ्यांचे वर्तन

१.४.४ वृत्तेतिहास पद्धत

वृत्तेतिहास पद्धत ही प्रामुख्याने चिकित्सा मानसशास्त्रज्ञांद्वारे वापरण्यात येणारी एक महत्त्वाची वर्णनात्मक संशोधन पद्धत आहे. डॉ. सिग्मंड फ्रॉईड आणि जीन पियाजे यांनी वृत्तेतिहास पद्धतीचा मोठ्या प्रमाणावर वापर केला. एखाद्या व्यक्तीची, समुहाची किंवा घटनेची सर्वंकष माहिती देणारी पद्धत म्हणजे वृत्तेतिहास पद्धत होय. या पद्धतीतील उपयुक्त वर्णनात्मक माहिती पुढील संशोधनांना अभ्युपगम पुरवते, त्यामुळे या पध्दतीकडे शास्त्रीय पद्धत म्हणून पाहता येते.

वृत्तेतिहास पद्धतीत संशोधक एखाद्या व्यक्तीच्या सद्यस्थितीतील मानसिक स्थितीचा अभ्यास करण्यासाठी कुटुंबातील सदस्य, मित्रपरिवार, सहकारी इत्यादी अनेक स्रोतांकडून संबंधित व्यक्तीची सखोल माहिती मिळवतो. संशोधक प्रत्यक्ष निरीक्षण, मुलाखत, मानसशास्त्रीय चाचण्या इत्यादी तंत्रांचा वापर करून संबंधित व्यक्तीची माहिती मिळवतो.

कृती ९

पुढे दिलेला सर्वपचित व्यक्तीअभ्यास वाचा.

ॲना ओ" चा व्यक्तिअभ्यास

"ॲना ओ" (खरे नाव : बेर्त्था पापेन्हाइम) ही तरूणी अनेक विचित्र शारीरिक व मानसिक समस्यांनी त्रस्त होती. त्यांपैकी एक समस्या म्हणजे तिला कोणताही द्रवपदार्थ पिणे शक्य होत नव्हते.

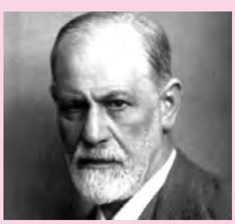
"ॲना ओ" पाणी पिण्यासाठी पाण्याचा पेला घेत असे, परंतु तो पेला ओठांपर्यंत नेला की जणू काही पाण्याचा भयगंड असल्याप्रमाणे ती तो पाण्याचा पेला ढकलून देत असे. ती तिची तहान भागविण्यासाठी कलिंगडासारखी फळे खात असे.

संमोहनाच्या अवस्थेत "ॲना ओ" हिने तिला जिच्याविषयी अजिबात पर्वा नव्हती अशा तिच्या घरातील नोकराणीविषयी तक्रार करण्यास सुरूवात केली. चेहऱ्यावर तिरस्काराचे काही भाव आणून "ॲना ओ" पुढे वर्णन करत राहिली की एके दिवशी ती तिच्या घरातील नोकराणीच्या खोलीत गेली व तिने त्या खोलीत घरातील नोकराणीचा छोटासा कुत्रा पाणी पिण्याच्या पेल्यातून पाणी पीत असल्याचे पाहिले.

संमोहनाच्या अवस्थेत असताना "ॲना ओ" ने पिण्यासाठी काहीतरी मागितले आणि कोणत्याही

त्रासाशिवाय भरपूर पाणी प्यायले. जेव्हा ती संमोहनाच्या अवस्थेतून बाहेर आली तेव्हा पाण्याचा पेला तिच्या ओठांजवळच होता. त्या क्षणापासून तिची समस्या (कोणताही द्रवपदार्थ पिणे शक्य न होणे) पुन्हा कधीही न उद्‌भवण्यासाठी दिसेनाशी झाली.

फ्रॉईड यांनी या सर्व प्रकारचा असा अर्थ लावला की, "ॲना ओ" ने त्या घटनेचे (छोटासा कुत्रा पाणी पिण्याच्या पेल्यातून पाणी प्यायला.) आणि तेव्हा निर्माण झालेल्या भावनांचे दमन केले होते व त्यामुळे तिला कोणताही द्रवपदार्थ पिणे शक्य होत नव्हते. त्याचप्रमाणे संमोहनाच्या अवस्थेत तिला ही घटना व घटनेशी संबंधित दमन केलेल्या भावना पुन्हा आठवल्यामुळे तिची समस्या सुटली.



डॉ. सिग्मंड फ्राईड

डॉ. सिग्मंड फ्राईड यांनी स्पष्ट केलेल्या मनोविश्लेषणवादाच्या निर्मीतीत व विकासात "ॲना ओ" च्या व्यक्तीअभ्यासाने उल्लेखनीय भूमिका निभावली.

कृती १०

वृत्तेतिहास पध्दतीचा वापर करून अभ्यास करता येऊ शकणाऱ्या पुढील विषयांची चर्चा करा:

१. भयगंड समस्येने ग्रस्त व्यक्ती

२. वाचन अक्षमता असलेला विद्यार्थी

३. आत्महत्येचा प्रयत्न केलेला शेतकरी

४. यशस्वी तरूण उद्योजक

५. सुवर्णपदक विजेता खेळाडू

१.४.५ सहसंबंध अभ्यास :

काही शास्त्रशुद्‌ध अभ्यासांमध्ये दोन किंवा अधिक चलांमधील संबंध समजावून घेण्यासाठी 'सहसंबंध' हे संख्याशास्त्रीय साधन वापरले जाते. अशा अभ्यासास सहसंबंध अभ्यास म्हणतात.

दोन चलांमधील संबंध मोजण्यासाठी वापरण्यात येणारी संख्याशास्त्रीय पध्दत म्हणजे सहसंबंध होय. जेव्हा एका चलातील बदल हा दुसऱ्या चलातील बदलास कारणीभूत ठरतो तेव्हा त्या दोन चलांमध्ये परस्परावलंबन असल्याचे म्हटले जाते व या परस्परावलंबनाला सहसंबंध म्हटले जाते.

दोन चलांमधील संबंधाचे प्रमाण सहसंबंध गुणकाद्‌वारे मोजले जाते. सहसंबंध गुणकाचे मूल्य –१.०० ते + १.०० यांदरम्यान असते. (– किंवा +) चिन्ह या दोन चलांमधील सहसंबंधाची दिशा स्पष्ट करते.

सहसंबंधाचे पुढील तीन प्रकार पडतात–

१. **धन सहसंबंध –** जेव्हा दोन चलांमध्ये एकाच दिशेने (दोन्ही चलांत वाढ किंवा दोन्ही चलांत घट) बदल होतो, तेव्हा त्या दोन चलांमध्ये धन सहसंबंध असल्याचे म्हटले जाते. धन सहसंबंधात सहसंबंध गुणकाचे मूल्य ०.०० ते + १.०० या दरम्यान असते. उदा. सराव व प्रत्यावाहन गुणांक.

२. **ऋण सहसंबंध –** जेव्हा दोन चलांमध्ये विरूध्द दिशेने (एका चलात वाढ व दुसऱ्या चलात घट किंवा एका चलात घट व दुसऱ्या चलात वाढ) बदल होतो, तेव्हा त्या दोन चलांमध्ये ऋण सहसंबंध असल्याचे म्हटले जाते. ऋण सहसंबंधात सहसंबंध गुणकाचे मूल्य ०.०० ते –१.०० यां दरम्यान असते. उदा. व्यायामाचे प्रमाण व शरीरातील मेदाचे प्रमाण.

३. **शून्य सहसंबंध –** जेव्हा एका चलातील वाढ किंवा घट दुसऱ्या चलात कोणताही लक्षणीय बदल घडवून आणत नाही तेव्हा त्या दोन चलांमध्ये शून्य सहसंबंध असल्याचे म्हटले जाते. शून्य सहसंबंधांत सहसंबंध गुणकाचे मूल्य ० असते. उदा. उंची व बुध्दिमत्ता.

कृती ११

पुढील सारणीतील माहिती लक्षात ठेवा:

सहसंबंध प्रकार	'क्ष' चलातील बदल	'य' चलातील बदल
धन सहसंबंध (+)	वाढ ↑	वाढ ↑
	घट ↓	घट ↓
ऋण सहसंबंध (−)	वाढ ↑	घट ↓
	घट ↓	वाढ ↑
शून्य सहसंबंध (०)	वाढ ↑	लक्षणीय बदल नाही
	घट ↓	

कृती १२

सहसंबंध अभ्यास पध्दतीचा वापर करून अभ्यास करता येऊ शकणाऱ्या पुढील विषयांची चर्चा करा.

१. तासिका बुडवण्याचे प्रमाण व परीक्षेतील गुण
२. वजन आणि बुध्दीमत्ता
३. पगार व कार्यसमाधान
४. सराव व विस्मरण
५. उंची व चित्रकलेतील अभिक्षमता
६. शहरीकरण व प्रदूषण
७. वाहनाचा वेग व रस्त्यांवरील अपघात

१.५ मानसशास्त्राची शास्त्र म्हणून उभारणी करताना येणारी आव्हाने :

मानसशास्त्र जरी एक विज्ञानशाखा मानले जात असले, तरी त्याबाबत अनेक विवाद दिसून येतात. मानसशास्त्राबाबतचे विवाद व टीका सैद्धांतिक, व्यावहारिक, नैतिक आणि तात्विक स्वरुपाच्या आहेत. मानसशास्त्राबाबतचे पुढील विवाद आणि टीका मानसशास्त्राची शास्त्र म्हणून उभारणी करताना आव्हानात्मक ठरतात.

१. **मानसशास्त्राची पूर्व प्रतिमान अवस्था :** भौतिकशास्त्र, रसायनशास्त्र यांसारख्या प्रगल्भ व नैसर्गिक शास्त्रांच्या तुलनेत मानसशास्त्र हे नवखे व सामाजिक शास्त्र आहे. मानसशास्त्रास शास्त्र जरी मानले तरी तत्ववेत्ता थॉमस कुहन यांच्या मते मानसशास्त्र अजूनही पूर्व प्रतिमान अवस्थेत आहे.

मानसशास्त्रातील सर्व तज्ञांचे एकमत होईल असा सुस्पष्ट संकल्पनांच्या स्वरुपातील ज्ञानगाभा सुनिश्चित करण्यात मानसशास्त्रास अजूनही यश आलेले नाही.

२. **वस्तुनिष्ठता व विश्वसनीयता यांबाबतीत काही प्रमाणात कमतरता :** मानसशास्त्रातील व्यक्तिमत्व, नेतृत्वकौशल्य, सर्जनशीलता, अभिवृत्ती यांसारखे विषय सर्वेक्षण, प्रश्नावली इत्यादी वर्णनात्मक संशोधन पद्धतींद्वारे अभ्यासले जातात. याशिवाय मानसशास्त्रात वापरल्या जाणाऱ्या आत्मनिरीक्षण, मनोविश्लेषण यांसारख्या अभ्यासपध्दती व्यक्तीनिष्ठ स्वरूपाच्या असतात. त्यामुळेचे नैसर्गिक शास्त्रांच्या तुलनेत वस्तुनिष्ठता व विश्वसनीयता या निकषांवर मानसशास्त्र काही प्रमाणात कमी पडते.

३. **पूर्वकथन व प्रचीती यांबाबतीत काही प्रमाणात कमतरता :** वर्तनाची कारणे शोधून वर्तनाचे पूर्वकथन करता येणे ही मानसशास्त्राचे एक महत्त्वाचे ध्येय आहे. प्रत्यक्षात, सूक्ष्मकणांच्या आणि रासायनिक संयुगांच्या अभ्यासापेक्षा मानवी वर्तनाचा अभ्यास करणे अधिक अवघड असते. मानव निरनिराळ्या परिस्थितीत निरनिराळ्या प्रकारे वर्तन दर्शवतो. त्यामुळे मानवी वर्तनाचे अचूक पूर्वकथन करणे अशक्य असते. त्यामुळेच मानसशास्त्रीय अभ्यासाविषयीच्या निष्पत्ती विभिन्न व कमी नियंत्रणक्षम स्वरूपाच्या असतात व त्यांचा तंतोतंत पडताळा येणे अवघड असते.

४. **मानवाची अवहेलना :** मानसशास्त्र विषयातीलच अस्तित्ववादी आणि मानवतावादी मानसशास्त्रज्ञ अशी टीका करतात, की मानवी वर्तनास प्रयोगक्षम बनवून मानसशास्त्रज्ञ मानवाकडे निर्जीव/अचेतन घटक म्हणून पाहतात. त्यांच्या मते माणसांवर प्रयोग करताना माणसांकडे एखाद्या निर्जीव गोष्टीप्रमाणे किंवा वस्तूप्रमाणे पाहिले जाते. मानव म्हणून असण्याचे मानवाचे जे प्रमुख लक्षण आहे त्या लक्षणाचीच अवहेलना करणारे शास्त्र, अशा टीकात्मक दृष्टीने मानसशास्त्राकडे काही प्रसंगी पाहिले जाते.

१.६ तर्कसंगतीचे महत्त्व :

मानसशास्त्र हे एक शास्त्र असल्याने ते वर्तनाबाबतचे नियम व ठोकताळे तयार करण्याचा प्रयत्न करते आणि त्याचवेळी मानवी वर्तन हे बदलणारे आणि गुंतागुंतीचे आहे, हेही मान्य करते. आपले काही वर्तन प्रकार सर्वत्र आढळतात तर काही मात्र एकमेव असतात.

आनंद मिळविणे हे मानवाचे सर्वात महत्त्वाचे ध्येय आहे. ते मिळविण्यासाठी प्रत्येक व्यक्ती विशिष्ट प्रकारे अनुभव घेते, विचार करते आणि वागते. परंतु आपला आनंद मिळवत असताना प्रत्येकाने असे पाहिले पाहिजे की आपल्या भावना, विचार आणि वर्तन हे अतार्किक गोष्टींनी भरकटले जाणार नाही. त्याचबरोबर सामाजिक मानदंड, मूल्ये आणि नैतिकता यांच्याशी तडजोडही केली जाणार नाही. येथेच मानसशास्त्रामध्ये तर्कसंगतीचा पैलू प्रकाशझोतात येतो.

वैज्ञानिक ज्ञानामुळे जेव्हा जीवनाची गुणवत्ता वाढते तेव्हा विज्ञानाची कास धरली जाते. त्याचप्रमाणे मानसशास्त्र देखील मानवी जीवनाची गुणवत्ता वाढविण्यासाठी तर्कसंगतीचा विचार करते.

स्टानोव्हिच आणि त्यांचे सहकारी यांनी तर्कसंगतीबाबत विचार मांडताना असे मत स्पष्ट केले की तर्कसंगतीमध्ये अनुकुल तर्क करणे आणि योग्य निर्णय क्षमतेचा समावेश होतो.

स्टर्नबर्ग आणि त्यांचे सहकारी बुद्धिबाबत आणि व्यावहारिक बुद्धिबाबत बोलताना असे म्हणतात की, आपल्या ध्येयाशी सुसंगत असणाऱ्या नैसर्गिक परिस्थितीमध्ये योग्य प्रकारे वागण्याची क्षमता म्हणजे व्यावहारिक बुद्धि होय.

डॉ. अलबर्ट एलिस यांनी भावनिक तर्कसंगत वर्तनोपचार (REBT) पध्दती मांडली. (ही सर्वात परिणामकारक व लोकप्रिय अशी सहमंत्रण मानसशास्त्र या क्षेत्रातील उपचार पध्दती आहे.) त्यांनी तार्किक जीवनाची मूल्ये सांगितली आहेत. त्यांच्या मते तर्कसंगत विचार करणारे लोक हे मानसशास्त्रीयदृष्ट्या निरोगी असतात व त्यांच्यामध्ये पुढील काही वैशिष्ट्ये आढळतात.

१. **स्व–आवड आणि सामाजिक आवड समजून घेणे** – तर्कसंगत भावनिक वर्तनोपचार पध्दतीनुसार 'स्व–आवडी सांभाळा आणि इतरांच्या आवडी ओळखा' हे या उपचार पद्धतीचे ते जणू घोषवाक्य आहे. तर्कसंगतीने विचार करणारे लोक स्वतःसाठी चांगले काय आहे हे समजू शकतात आणि कशामुळे त्यांचा विकास होऊ शकतो हे जाणतात. त्या निर्णयाची जबाबदारी ते स्वीकारतात. पण त्याचवेळी इतर व्यक्तींचे अधिकार दुर्लक्षिले जाणार नाहीत याची ते काळजी घेतात व आपल्या समाजाच्या रक्षणासाठी मदत करतात.

२. **स्व निर्देश** – तर्कसंगतीने विचार करणारे लोक स्वतःच्या जीवनाची जबाबदारी स्वतः प्राथमिकतेने उचलतात. इतरांकडून अतिरेकी स्वरूपात आधाराची किंवा पोषणाची गरज किंवा मागणी ते करीत नाहीत.

३. **सहनशीलता** – तर्कसंगत विचार करणारे लोक सहनशील असतात. स्वतःपेक्षा वेगळे असणारे इतरांचे वर्तन व श्रध्दा मान्य करण्याची तयारी असणे म्हणजे सहनशीलता. चुका करणे हा स्वतःचा व इतरांचा अधिकार आहे असे ते मान्य करतात.

४. **लवचिकता** – तर्कसंगत विचार करणाऱ्या लोकांचे विचार आणि वर्तन लवचिक व पूर्वग्रहविरहीत असतात.

५. **स्व–मान्यता आणि स्व–जबाबदारी** – स्वतःची किंमत करून किंवा इतरांमध्ये स्वतःला सिद्ध करून स्वतःला न स्विकारता या व्यक्ती जसे आहे तसे स्वतःला मान्य करतात. स्वतःचे विचार, श्रध्दा, भावना आणि वर्तनाची जबाबदारी ते स्वतः स्वीकारतात.

डॉ. अलबर्ट एलिस यांच्या मते, तर्कसंगतता हे वैयक्तिक तत्त्वज्ञान असून त्याच्या मदतीने आपल्या जीवनाचे ध्येये आणि आनंदी राहणे व्यक्तीला शक्य होते.

आनंदी होण्यासाठी तर्कसंगत (BE RATIONAL) होणे आवश्यक आहे. ही संकल्पना पुढील तक्त्यामध्ये स्पष्ट करून सांगितली आहे–

B (Balance)	संतुलन	स्व-आवड व इतरांच्या आवडी यामध्ये संतुलन
E (Estimate)	अंदाज	वेळ, कष्ट, फायदे-तोटे याबाबतचा अंदाज
R (Respect)	आदर	स्वतःचा व इतरांचा आदर
A (Affiliate)	संलग्नता	इतरांशी सकारात्मकतेने संलग्न होणे
T (Tolearate)	सहनशीलता	स्वतःला व इतरांना सहन करणे
I (Integrate)	मिसळणे	वैयक्तिक आनंद व सामाजिक आनंद यांचा मिलाफ
O (Optimize)	वाढवणे	स्वतःच्या क्षमता पूर्णत्वापर्यंत वाढवणे
N (Navigate)	दिशादर्शक	यशस्वी होण्याची दिशा ठरवणे
A (Accept)	स्वीकार	स्वतःच्या मर्यादांचा स्वीकार व त्यातून बाहेर पडणे
L (Live)	जगणे	जीवन पूर्णत्वतेने जगा.

सारांश

- सप्रमाण पुरावा, वस्तुनिष्ठता, शास्त्रोक्त कार्यकारणभाव, पध्दतशीर अन्वेषण, प्रत्यंतर, पूर्वकथन ही शास्त्राची महत्त्वाची वैशिष्ट्ये आहेत.
- मानसशास्त्र हे शास्त्र आहे कारण ते शास्त्राच्या अनेक कसोट्यांवर खरे ठरते. मानसशास्त्र हे मानवी (व प्राणी) वर्तनाचा व मानसिक प्रक्रियांचा अभ्यास करणारे सामाजिक शास्त्र आहे.
- विल्हेम वुंट यांनी १८७९ साली जर्मनीतील लिपझिग विद्यापीठात जगातील पहिली मानसशास्त्रीय प्रयोगशाळा सुरू केली. या घटनेकडे मानसशास्त्राचा स्वतंत्र शाखा म्हणून उदय या दृष्टीने पाहिले जाते.
- प्रायोगिक पध्दत, सर्वेक्षण पध्दत, निरीक्षण पध्दत, वृत्तेतिहास पध्दत, सहसंबंध पध्दत इत्यादी मानसशास्त्राच्या अभ्यासपध्दती आहेत.
- पूर्व प्रतिमान अवस्था, वस्तुनिष्ठता, विश्वसनीयता, पूर्वकथन व प्रचीती यांबाबत असणारे प्रश्न व काही तात्त्विक प्रश्न यांमुळे मानसशास्त्राची शास्त्र म्हणून उभारणी करताना काही आव्हाने निर्माण होतात.
- जीवनाची गुणवत्ता वाढवण्यासाठी तर्कसंगतीचा दैनंदिन जगण्यात उपयोग करण्यास मानसशास्त्र साहाय्यभूत ठरते.

महत्त्वपूर्ण संज्ञा

- पडताळा
- स्वतंत्र परिवर्तक
- परतंत्र परिवर्तक
- प्रयुक्त
- मुलाखत
- सहसंबंध गुणक

महत्वाचे मानसशास्त्रज्ञ

- **एडवर्ड टीचनेर –** एडवर्ड टीचनेर हे विल्हेम वुंट यांचे विद्यार्थी होते. एडवर्ड टीचनेर यांना रचनावादाचे जनक मानले जाते.

- **विल्यम जेम्स :** विल्यम जेम्स हे अमेरिकेत मानसशास्त्र विषय औपचारिकरित्या अभ्यासाठी उपलब्ध करून देणारे पहिले मानसशास्त्रज्ञ होते. म्हणूनच त्यांना 'अमेरिकन मानसशास्त्राचे जनक' मानले जाते. विल्यम जेम्स यांना कार्यवादाचे जनक मानले जाते.

स्वाध्याय

प्र.१. खालील विधाने योग्य पर्याय निवडून पर्ण करा.

१. १८७९ पर्यंत मानसशास्त्र हे .... ची शाखा म्हणून अस्तित्वात होते.
(भौतिकशास्त्राची, तत्वज्ञानाची, शरीरशास्त्राची)

२. मानसशास्त्र हे .... शास्त्र आहे.
(नैसर्गिक, सामाजिक, जैविक)

३. .... यांना मनोविश्लेषणाचे जनक मानले जाते.
(विल्हेम वुंट, कार्ल रॉजर्स, सिग्मंड फ्रॉईड)

प्र.२. योग्य जोड्या जुळवा.

'अ' गट	'ब' गट
१. रचनावाद	अ. जॉन वॅटसन
२. कार्यवाद	ब. कार्ल रॉजर्स
३. वर्तनवाद	क. अलरिक नेसर
४. बोधनिकवाद	ड. विल्यम जेम्स
	इ. विल्हेम वुंट

प्र.३. पुढील विधाने चूक की बरोबर ते सांगा.

१. मानसशास्त्र म्हणजे मानसिक प्रक्रियांचा अभ्यास करण्याचे शास्त्र होय.

२. वृत्तेतिहास पद्धत ही चिकित्सा मानसशास्त्रांव्दारे सातत्याने उपयोगात आणली जाते.

३. प्रयोगकर्ता ही अशी व्यक्ती होय, जिच्यावर प्रयोग केला जातो.

प्र.४. पुढील प्रश्नांची एका वाक्यात उत्तरे लिहा.

१. मानसशास्त्राची पहिली प्रयोगशाळा कोणत्या वर्षी सुरू झाली?

२. 'अमेरिकन मानसशास्त्राचा' जनक कोण?

३. प्रयोगकर्ता कोणास म्हणतात?

प्र.५. पुढील संज्ञा स्पष्ट करा.

१. पडताळा

२. सहसंबंध गुणक

प्र.६. संक्षिप्त टिपा लिहा.

१. निरीक्षण पध्दत

२. सर्वेक्षण पध्दत

३. वृत्तेतिहास पध्दत

४. तर्कसंगतीचे महत्त्व

प्र.७. पुढील प्रश्नांची सविस्तर उत्तरे लिहा.

१. मानसशास्त्रातील प्रायोगिक पध्दतीची सविस्तर माहिती लिहा.

२. मानसशास्त्राची शास्त्र म्हणून उभारणी करताना निर्माण होणारी आव्हाने स्पष्ट करा.

३. तर्कसंगत व्यक्तीची काही वैशिष्ट्ये स्पष्ट करा.

४. सहसंबंधाचे प्रकार स्पष्ट करा.

५. शास्त्राची वैशिष्ट्ये स्पष्ट करा.

प्र.८. तुम्ही किती तर्कवादी आहात?

१. डॉ. अलबर्ट एलिस यांनी स्पष्ट केलेल्या तर्कसंगत व्यक्तीच्या वैशिष्ट्यांमधील तुमच्यातील सर्वात प्रभावी व सर्वात कमी प्रभावी वैशिष्ट्य कोणते हे ओळखा.

२. तर्कसंगत व्यक्तीच्या वैशिष्ट्यांमधील तुमच्यातील सर्वात कमी प्रभावी वैशिष्ट्याचा विकास होण्यासाठी तुम्ही कोणते दोन उपाय कराल?