S.S. College, Jehanabad.
B.A. Part-I Subject- Psychology (Subsidiary)
Teacher - A.K. Sinha Date - 04.08.2021

मनोविज्ञान की विधियाँ

Page-1

मनोविज्ञान जब तक दर्शनशास्त्र का अंग था तब तक इसकी कोई खास अध्ययन विधि नहीं था। लेकिन जब Wilhelm Wundt ने मनोविज्ञान को स्वतंत्र विज्ञान के रूप में लाने का प्रयास किया तो इसके अध्ययन के विधियों का भी प्रयोग किया जाने लगा। जैसे-जैसे मनोविज्ञान की परिभाषा में परिवर्तन आया गया है- वैसे इसके अध्ययन के लिए नये-नये विधियों का भी प्रतिपादन किया गया। प्रारम्भ में जब मनोविज्ञान का विषय-वस्तु प्राणी के चेतन-अनुभूति का अध्ययन करना था तो उस समय Introspection इसका अध्ययन विधि था। बाद में जब इसका विषय वस्तु अनुभूति और व्यवहार हुआ तो Objective observation, Experiment, Statistical आदि अनेक विधियाँ प्रतिपादित किया गया जिसके आधार पर मनोविज्ञान एक स्वतंत्र विज्ञान के रूप में स्थान ग्रहण करने में सफलता प्राप्त किया। यहाँ पर कुछ प्रमुख विधियों का उल्लेख, पाठ्य-क्रम के अनुसार करना युक्तिसंगत प्रतीत होता है।

वाह्य निरीक्षण विधि
Objective Observation Method

व्यवहारवादी मनोवैज्ञानिकों का यह मत था कि मनोविज्ञान सिर्फ चेतन-अनुभूति का विज्ञान नहीं है बल्कि यह व्यवहार का विज्ञान है क्योंकि चेतन-अनुभूतियों को बाहर से बिना यंत्र के जाना या परखा नहीं जा सकता है, प्राणी अपनी चेतन-अनुभूतियों के अनुसार ही उसे अपने विभिन्न व्यवहारों के माध्यम से अभिव्यक्त करता है। अतः उसके द्वारा प्रगट व्यवहारों का अध्ययन मात्र Objective Observation से ही संभव है। इसलिए व्यवहारवादी मनोवैज्ञानिकों ने मनोविज्ञान के अध्ययन विधि के रूप में objective observation को ही उपयुक्त माना

मन का विज्ञान की संज्ञा दी गई (Psychology is the science of mind.) परन्तु यह परिभाषा भी मनोविज्ञान को वैज्ञानिक धरातल पर लाने में असफल साबित हुआ। क्योंकि इसमें आत्मा के जगह पर मन (mind) शब्द का प्रयोग किया गया है जिसका कि लगभग एक ही अर्थ होता है।

मनोविज्ञान को वैज्ञानिक आधार देने का श्रेय Wilhelm Wundt को जाता है जिन्होंने Lipzig में 1879 में मनोविज्ञान की प्रथम प्रयोगशाला की स्थापना कर मनोविज्ञान का वैज्ञानिक आधारशिला रखा। इसी लिए उन्हें Father of Psychology के नाम से जाना जाता है। ऐसे तो Wilhelm Wundt मूल रूप से दर्शनशास्त्री एवं शरीरक्रियाशास्त्री थे। परन्तु मनोविज्ञान की प्रथम प्रयोगशाला की स्थापना के उपरान्त उन्हें प्रथम मनोवैज्ञानिक कहलाने का श्रेय भी प्राप्त किया। उनके अनुसार "Psychology is the science of conscious experience." अर्थात मनोविज्ञान चेतन अनुभूति का वैज्ञानिक अध्ययन करता है। उनके परिभाषा के अनुसार मनोविज्ञान का विषयवस्तु चेतन अनुभूतियाँ है। Wilhelm Wundt का एक शिष्य Edward Titchner ने उनकी परिभाषा को और स्पष्ट करते हुए कहा कि:—

"Psychology studies the conscious experience of generalised normal adult human beings."

उपर्युक्त दोनो की परिभाषा से स्पष्ट होता है कि दोनों ने चेतन अनुभूति को ही मनोविज्ञान के विषय-वस्तु के रूप में स्वीकार किये हैं। इस तथ्य का समर्थन William James द्वारा दी गई परिभाषा से भी होता है जिन्होंने मनोविज्ञान को परिभाषित करते हुए कहा कि:—

"The definition of Psychology may be best given as the discription & explanation of states of consciousness as such."

वातावरण में प्राणी द्वारा प्रदर्शित किए गये व्यवहारों का निरीक्षण निरीक्षणकर्ता (Observer) द्वारा हू बहू उसी रूप में किया जाता है। निरीक्षण कर्ता उसके परिस्थितियों या वातावरण में कोई हेर-फेर नहीं करता है। इस प्रकार के निरीक्षण को स्वाभाविक निरीक्षण की संज्ञा दी जाती है।

(ii) नियंत्रित निरीक्षण (Controlled Observation) :—

नियंत्रित निरीक्षण में निरीक्षण कर्ता द्वारा कृत्रिम वातावरण तैयार किया जाता है जो कि पूर्णरूपेण नियंत्रित होता है। और उस वातावरण जिस उद्दीपन के प्रति प्राणी की प्रतिक्रियाओं का निरीक्षण करना होता है उसी उद्दीपन को उपस्थित किया जाता अन्य अनावश्यक उद्दीपनों को नियंत्रित कर दिया जाता है। यहाँ पर J.B. Watson द्वारा बच्चों में भय की उत्पत्ति में होने वाले व्यवहारों का निरीक्षण उदाहरणीय है।

बाह्य निरीक्षण विधि के गुण :—

बाह्य निरीक्षण विधि के निम्नांकित गुण हैं :—

(1) इस विधि का पहला गुण यह है कि यह विधि पूर्ण रूप से वैज्ञानिक है। क्योंकि इसके द्वारा प्राणी द्वारा प्रदर्शित व्यवहारों का अध्ययन या निरीक्षण कोई भी कहीं भी कर सकता है। क्योंकि स्वाभाविक रूप से किसी उद्दीपन के प्रति प्राणी द्वारा किया जानेवाला व्यवहार को हू बहू उसी रूप में अध्ययन या निरीक्षण किया जाता है न कि किसी के कहने के आधार पर जैसा कि अन्तः निरीक्षण विधि में होता है। इस प्रकार यह निरीक्षण पक्षपात रहित होता है क्योंकि इसमें प्राणी द्वारा प्रदर्शित व्यवहारों को खुली नज़रों से देखा जा सकता है।

2. पागल व असामान्य अध्ययन की संभावना :—

बाह्य निरीक्षण विधि द्वारा प्रदर्शित व्यवहारों का

निरीक्षण को आँकड़ा (Data) प्राप्त को उसका सांख्यिक विश्लेषण द्वारा प्रमाण ज्ञात कर निश्चित निष्कर्ष निकाला जा सकता है जोकि इसे अधिक वैज्ञानिक स्वरूप प्रदान करने में सक्षम होता है।

3. बाह्य निरीक्षण विधि को सामान्यीकरण किया जा सकता है :— चूंकि सामान्य मनोविज्ञान प्राणी के अनुभूति एवं व्यवहारों का अध्ययन उसके वातावरण में जन्म से मृत्युपर्यन्त के सभी व्यवहारों का अध्ययन करता है इसलिए इस विधि की उपयोगिता अधिक हो जाती है। इस विधि द्वारा, अबोध बच्चे, गूंगें, बहरे, अंधो सभी के व्यवहारों का अध्ययन संभव है जबकि अन्तःनिरीक्षण विधि द्वारा संभव नहीं हो सकता है।

4. व्यक्तिगत तथा सामूहिक व्यवहारों का अध्ययन संभव :— इस विधि द्वारा एक व्यक्ति के व्यवहारों का भी अध्ययन संभव है तथा सामूहिक व्यवहारों का भी अध्ययन संभव है। इसलिए उस विधि के प्रयोग द्वारा निरीक्षणकर्ताओं को समय एवं खर्च की बचत होती है।

5. बाह्य निरीक्षण विधि द्वारा सभी प्रकार के व्यवहारों का अध्ययन संभव है जैसे, युद्ध में सैनिकों का व्यवहार, भीड़ व्यवहार, आघात स्थितियों के प्राणियों द्वारा किया गया व्यवहार यथा आग लगने पर, महामारी होने पर, बाढ़ आने पर प्राणियों द्वारा किये गये व्यवहारों का अध्ययन बाह्य निरीक्षण विधि द्वारा ही संभव है न कि अन्तःनिरीक्षण या प्रयोगात्मक विधि द्वारा।

6. सभी प्रकार के प्राणियों के व्यवहारों का अध्ययन संभव :— बाह्य निरीक्षण विधि ही वह विधि है जिसके द्वारा मानव प्राणी के अलावा अन्य जीवों के व्यवहारों का निरीक्षण व उनका अध्ययन किया जा सकता है। यथा : जंगली जानवरों, पशुओं, पक्षियों, जल में रहने वाले जीवों के व्यवहारों का अध्ययन बाह्य निरीक्षण विधि द्वारा ही संभव है।

7. अन्य विधियों को श्रेष्ठ बनाने में सहायक :— (Objective Observation) बाह्य निरीक्षण विधि का एक खास गुण यह है कि इस विधि का प्रयोग या सहायता के आधार पर अन्य अध्ययन विधियां भी श्रेष्ठता प्राप्त करने में सफल हो पाता है चाहे वो मनोविज्ञान की अध्ययन विधियां हो या अन्य विज्ञानों की।

Observation Method के दोष :—

बाह्य निरीक्षण विधि के निम्नलिखित दोष हैं :—

① पक्षपात की संभावना :— इस विधि की सबसे बड़ी त्रुटि यह है कि बाह्य निरीक्षण विधि निरीक्षणकर्ता पर आधारित होता है जिससे उसके द्वारा किया गया निरीक्षण प्रतिवेदन पर निरीक्षणकर्ता के पूर्वाग्रह का प्रभाव अपेक्षित रूप से पड़ता है क्योंकि पक्षपात से रहित नहीं रह पाता है। जैसे कि परीक्षा भवन के परीक्षार्थियों के व्यवहारों का निरीक्षण का प्रतिवेदन।

2. बाह्य निरीक्षण विधि एक पक्षीय व्यवहारों का ही अध्ययन कर पाता है। इस विधि द्वारा आन्तरिक अनुभूतियों तथा व्यवहारों का सही अध्ययन संभव नहीं है। खासकर ऐसा व्यवहार जिसको दो अर्थों में प्रयुक्त किया जाता है या प्रकट किया जाता है।

जैसे :- आँखों से आँसू गिरने का व्यवहार। यह व्यवहार सुखद और दुखद अनुभूतियों दोनों में होता है, निरीक्षण विधि द्वारा इसका अध्ययन सही रूप से नहीं हो पाता है।

3. दूसरे जीवों के व्यवहारों के अध्ययन पर निर्भरता :— Objective Observation का एक दोष यह भी है कि मानव प्राणी के कुछ व्यवहारों का अध्ययन दूसरे जीवों के व्यवहारों का अध्ययन या निरीक्षण कर किया जाता है। यथा — पति-पत्नी के यौन व्यवहारों का अध्ययन पशुओं के यौन व्यवहारों के निरीक्षण के आधार पर किया जाना।

4. अस्वाभाविक प्रतिक्रियाओं का समावेश :— बाह्य निरीक्षण विधि में निरीक्षणकर्ता को उस समय कठिनाई उत्पन्न हो जाती है जब प्राणी संकोचवश सही व्यवहार नहीं कर पाता है। ऐसी स्थिति में प्राणी द्वारा कृत्रिम व्यवहार ही प्रकट करता है जिससे निरीक्षणकर्ता द्वारा किया गया अवलोकन से सही निष्कर्ष नहीं निकाला जा सकता है।

5. कुशल एवं प्रशिक्षित निरीक्षक का अभाव :— बाह्य निरीक्षण विधि का एक दोष यह भी है कि कुशल एवं प्रशिक्षित निरीक्षक का हमेशा अभाव रहता है जिसके कारण अध्ययन के लिए अधिक समय का इन्तजार करना पड़ता है। अतः इस विधि में अधिक समय एवं पैसे का खर्च होता है।

Objective Observation अपने उपर्युक्त दोषों के बावजूद भी मनोवैज्ञानिक व्यवहारों के अध्ययन में महत्वपूर्ण स्थान रखता है।