

NCERT SOLUTIONS

CLASS - 12th



aglasem.com

Class : 12th

Subject : मनोविज्ञान

Chapter : 9

Chapter Name : मनोवैज्ञानिक कौशलों का विकास

Q1 एक प्रभावी मनोवैज्ञानिक बनने के लिए कौन-कौन सी सक्षमताएँ आवश्यक होती हैं।

Answer. हमें अक्सर लगता है कि बुद्धि, हीनता मनोग्रंथि, अनन्यता संकट, मानसिक बाधाओं, अभिवृत्ति, दबाव, संप्रेषण बाधाओं के बारे में बात करने वाले या उसका निदान करने वाले मनोवैज्ञानिक होते हैं। यहां पर शौकिया और व्यावसायिक मनोवैज्ञानिक के अंतर स्पष्ट होने चाहिए। कुछ मनोवैज्ञानिक शोध के माध्यम से सैद्धांतिक निरूपणों की खोज करते हैं जबकि कुछ अन्य हमारे प्रतिदिन की क्रियाओं और व्यवहारों से संबंधित रहते हैं। यह जानना महत्वपूर्ण है कि शोध कौशलों के अलावा वैज्ञानिक के लिए कौनसी सक्षम बताए हैं जो आवश्यक है। इसके अंतर्गत ज्ञान के वे क्षेत्र आते हैं जिसको शिक्षा और प्रशिक्षण पूरा करने के बाद व्यवसाय में आने से पूर्व किसी मनोवैज्ञानिक को जानना चाहिए। ये शिक्षकों याद करने वाले एवं शोध करने वाले सभी के लिए जरूरी है जो छात्रों से, व्यापार से, उद्योगों से और बृहत्तर समुदायों के साथ परामर्श की भूमिका में होते हैं।

Page : 18 , Block Name : समीक्षात्मक प्रश्न

Q2 कौन-से सामान्य कौशल सभी मनोवैज्ञानिकों के लिए आवश्यक होते हैं?

Answer. आधारभूत कौशल या सक्षमता जिनको मनोवैज्ञानिकों ने पहचाना है और जो एक प्रभावी मनोवैज्ञानिक बनने के लिए आवश्यक है, उनको तीन श्रेणियों में बांटा जा सकता है। पहला- सामान्य कौशल, दूसरा-प्रेक्षण कौशल, तीसरा-विशिष्ट कौशल है। यह कौशल मूलतः सामान्य स्वरूप के हैं और इनकी आवश्यकता सभी प्रकार के मनोवैज्ञानिकों को होती है चाहे उनकी विशेषज्ञता का क्षेत्र कोई भी हो। इन कौशलों में व्यक्तिक और बौद्धिक कौशल दोनों शामिल होते हैं। यह जाती है कि किसी भी प्रकार का व्यवसायिक प्रशिक्षण उन विद्यार्थियों को नहीं दिया जाना चाहिए, जिनमें इन कौशलों का आभाव हो। इन कौशलों का प्रशिक्षण प्राप्त कर लेने के बाद ही किसी विशिष्ट क्षेत्र में विशिष्ट प्रशिक्षण देकर उन कौशलों अग्रिम विकास किया जा सकता है।

Page : 18 , Block Name : समीक्षात्मक प्रश्न

Q3 संप्रेषण को परिभाषित कीजिए। संप्रेषण प्रक्रिया का कौन-सा घटक सबसे महत्वपूर्ण है? अपने उत्तर को प्रासंगिक उदाहरणों से पुष्ट कीजिए।

Answer. संप्रेषण प्रक्रिया से हमारा तात्पर्य यह है कि संप्रेषण एक सचेतन या अचेतन, साभिप्राय या अनभिप्रेत प्रक्रिया है जिसमें भावनाओं तथा विचारों को वाचिक या अवाचिक संदेश में भेजा या ग्रहण किया और समझा जा सकता है। अर्थात् अच्छा करने के लिए आपको प्रश्न पूछना आना चाहिए, उत्तर देना आना चाहिए, विचारों का सारांश बनाना आना चाहिए तथा अपने समकक्षीय एवं अध्यापकों से प्रभावी ढंग से अंतःक्रिया करना आना चाहिए।

संप्रेषण प्रक्रिया आकास्मिक(बिना किसी आशय के), अभिव्यक्तिपरक (व्यक्ति की सांवेगिक स्थिति से जुड़ी) या वाक्पटुता (सम्प्रेषण के विशिष्ट लक्ष्यों से जुड़ी) हो सकती है। मानव संप्रेषण अन्तराव्यक्तिक, अन्तर्व्यक्तिक अथवा सार्वजनिक स्तरों पर हो सकता है।

Page : 18 , Block Name : समीक्षात्मक प्रश्न

Q4 उन सक्षमताओं के समुच्चय का वर्णन कीजिए जिनको एक मनोवैज्ञानिक परिक्षण का संचालन करते समय अवश्य ध्यान में रखना चाहिए?

Answer. यह जानना महत्वपूर्ण है कि शोध कौशलों के अलावा एक मनोवैज्ञानिक के लिए कौन-सी सक्षमताएं हैं जो एक मनोवैज्ञानिक के लिए महत्वपूर्ण हैं। कुछ दशाएं और सक्षमताएं ऐसी हैं जो मनोवैज्ञानिक के लिए अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर आवश्यक मानी जाती हैं।

इसके अंतर्गत ज्ञान के क्षेत्र आते हैं, जिसको शिक्षा और प्रशिक्षण पूरा करने के बाद व्यवसाय में आने से पहले किसी मनोवैज्ञानिक को जानना चाहिए। यह शिक्षकों, याद करने वाले एवं शोध करने वाले सभी के लिए जरूरी हैं जो छात्रों से, व्यापार से, लोगों से और बेहतर समुदाय के साथ परामर्शन उनकी भूमिकाओं में होते हैं। यह माना जा रहा है कि मनोविज्ञान में क्षमताओं को विकसित करना, उनको अमल में लाना और उनका मापन करना कठिन है, क्योंकि विशिष्ट पहचान और मूल्यांकन की कसौटी ऊपर आम सहमति नहीं बन पाती है।

आधारभूत कौशल या सक्षमता जिनको मनोवैज्ञानिकों ने पहचाना है और जो एक प्रभावी मनोवैज्ञानिक बनने के लिए आवश्यक है, उन को तीन श्रेणियों में बांटा गया है। पहला- सामान्य कौशल, दूसरा- प्रेक्षण कौशल, तीसरा- विशिष्ट कौशल।

Page : 18 , Block Name : समीक्षात्मक प्रश्न

Q5 परामर्शी साक्षात्कार का विशिष्ट प्रारूप क्या है?

Answer. एक साक्षात्कार दो या अधिक व्यक्तियों के बीच एक उद्देश्यपूर्ण वार्तालाप है जिसमें प्रश्न उत्तर प्रारूप या फॉर्मेट का अनुसरण किया जाता है। साक्षात्कार अन्य प्रकार के वार्तालाप को की तुलना में अधिक औपचारिक होता है का एक पूर्व निर्धारित उद्देश्य होता है तथा उसकी संरचना केंद्रित होती है।

एक मनोवैज्ञानिक के रूप में विकसित होने के लिए आवश्यक है कि परामर्श एवं निर्देशन के क्षेत्र में भी सक्षमता हो। इन सक्षमताओं को विकसित करने के लिए मनोवैज्ञानिक को उचित शिक्षा और प्रशिक्षण कुशल पर्यवेक्षण में दिया जाना चाहिए। गलत व्यवसाय में जाने के परिणाम काफी गंभीर हो सकते हैं। परामर्श में सहायता प्राप्त संबंध होता है जिसमें सम्मिलित होता है वह जो मदद चाह रहा है, जो मदद दे रहा है या देने का इच्छुक है, जमानत देने में सक्षम हो या प्रशिक्षित हो और ऐसी स्थिति में हो जहां मदद लेना और देना सहज हो।

Page : 18 , Block Name : समीक्षात्मक प्रश्न

Q6 परामर्श से आप क्या समझते हैं? एक प्रभावी परामर्शदाता की विशेषताओं का वर्णन कीजिए।

Answer. साक्षात्कार की योजना, सेवार्थी एवं परामर्शदाता के दरबार का विश्लेषण तथा सेवार्थी के ऊपर पड़ने वाले विकासात्मक प्रभाव के निर्धारण के लिए परामर्श एक प्रणाली प्रस्तुत करता है। एक परामर्शदाता इस बात में अभिरुचि रखता है कि वह सेवार्थी की समस्याओं को उसके दृष्टिकोण और भावनाओं को ध्यान में रखकर समझ सके। इसमें समस्या से जुड़ी वास्तविक तथ्य या वस्तुनिष्ठ तथ्य महत्वपूर्ण होते हैं और यह अधिक महत्वपूर्ण होता है कि सेवार्थी द्वारा स्वीकार की गई भावनाएं कैसी हैं। उनको लेकर काम किया जाए। इसमें व्यक्ति तथा वह समस्या इस प्रकार परिभाषित करता है इस को ध्यान में रखा जाता है। प्रभावी सहायक की विशेषताओं के रूप में, प्रशिक्षित सहायक होने के कारण परामर्शदाता की जिम्मेदारी बनती है कि वह सुनिश्चित करें कि उसके परामर्श से सेवार्थी को लाभ हो तथा उसके चिकित्सा परक उद्देश्य हासिल हो सके। ज्यादातर स्थितियों में, परामर्श प्रक्रिया कि सफलता, परामर्शदाता की योग्यता, अभिवृत्ति, कौशल, व्यक्तिगत गुणों एवं उसके व्यवहार पर निर्भर करती है। इनमें से कोई भी याद सभी परामर्श की प्रभाविता को बढ़ा सकते हैं या सहायता प्रक्रम को अप्रभावी बना सकते हैं। इसमें सम्मिलित हैं- प्रमाणिकता, दूसरों के प्रति सकारात्मक आदर, तदनुभूति की योग्यता तथा पुनरवाक्यविन्यास।

Page : 18 , Block Name : समीक्षात्मक प्रश्न

Q7 क्या आप इस कथन से सहमत हैं की एक प्रभावी परामर्शदाता होने के लिए उसका व्यावसायिक रूप से प्रशिक्षित होना अनिवार्य है? अपने तर्कों के समर्थन में कारण प्रस्तुत कीजिए।

Answer. छात्र स्वयं करें।

Page : 18 , Block Name : समीक्षात्मक प्रश्न

Q8 एक सेवार्थी-परामर्शदाता संबंधों के नैतिक मानदंड क्या हैं?

Answer. अधिकतर लोग जो परामर्शदाता से मदद देते हैं उनके प्रभावी संबंध बेहद कम होते हैं या उनका पूरी तरह अभाव होता है। हालांकि, व्यवहार में परिवर्तन से सामाजिक अवलंबन के एक नेटवर्क से आता है, इसके लिए जरूरी है कि सेवार्थी दूसरे व्यक्तियों से अच्छा संबंध विकसित करने पर ध्यान दें। परामर्श संबंध वह माध्यम है जिससे इसका प्रारंभ किया जा सकता है। सभी की तरह परामर्शदाता भी पूर्ण नहीं होते हैं, आने वाली दूसरों की तुलना में स्वास्थ्य एवं सहायक संबंधों का विकास करने की विशेषताओं में प्रशिक्षण प्राप्त होते हैं।

परामर्श में से वापी के लिए एक से अधिक परिणामों की अपेक्षा होती है, जो एक साथ ही घटित होते हैं। सेवार्थी में होने वाले प्रभावी व्यवहार परिवर्तन बहुपक्षीय होते हैं। इसको इस रूप में देखा जा सकता है कि सेवार्थी अधिक जिम्मेदारी ले, नहीं अंतर्दृष्टि विकसित करें, विभिन्न प्रकार के व्यवहार करें तथा अधिक प्रभावी संबंध विकसित करने का प्रयास करें।

Page : 18 , Block Name : समीक्षात्मक प्रश्न

Q9 अपने एक मित्र के व्यक्तिगत जीवन के एक ऐसे पक्ष की पहचान कीजिए जिसे वह बदलना चाहता है। अपने मित्र की सहायता करने के लिए, मनोविज्ञान के एक विद्यार्थी के रूप में विचार करके उसके समस्या के समाधान या निराकरण के लिए एक कार्यक्रम प्रस्तावित कीजिए।

Answer. छात्र स्वयं करें।

Page : 18 , Block Name : समीक्षात्मक प्रश्न