

इकाई-8 मनोविज्ञान तथा जीवन

इस अध्याय को पढ़ने के बाद आप –

- पर्यावरण का मानव व्यवहार पर पड़ने वाले प्रभाव को समझ सकेंगे।
- पर्यावरण मैत्री व्यवहार को बढ़ाने के बारे में जान सकेंगे।
- विभिन्न सामाजिक मुद्दों एवं व्यवहार को समझ सकेंगे।

परिचय

मानव का व्यवहार सामान्यतया अपने आस-पास के भौतिक, सामाजिक, प्राकृतिक एवं सांस्कृतिक परिस्थितियों से प्रभावित होता है। इन परिस्थितियों को एक शब्द में व्यक्त करना चाहें तो 'पर्यावरण' शब्द सर्वाधिक उचित प्रतीत होता है। पर्यावरण शब्द हमारे चारों ओर जो कुछ भी है उसे चरितार्थ करता है। पर्यावरण शब्द में मानव के बाहर की सभी शक्तियाँ एवं भौतिकता निहित है। मानव आदिकाल से ही पर्यावरण के साथ अन्तःक्रिया करता चला आया है। पहले अपने निर्वाह तथा बाद में अपनी उन्नति के लिए मनुष्य पर्यावरण पर ही निर्भर रहा है। व्यक्ति पर्यावरण पर निर्भरता से धीरे-धीरे पर्यावरण का दोहन करने लगा। परिणामस्वरूप आज मानव पर्यावरण सम्बन्ध एक-नाजुक दौर से गुजर रहा है। मानव क्रियाओं से पर्यावरण पर दुष्कर प्रभाव पड़े हैं, जिससे प्रदूषण, शोर, ताप में वृद्धि, असामान्य बारिश व अत्यधिक जाड़े जैसी चिन्तनीय स्थितियाँ पैदा हुईं। ये पर्यावरणीय स्थितियाँ मानव के शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य के लिए अनुचित हैं। इनके अतिरिक्त कुछ सामाजिक समस्याएँ भी आज हमारे सामने हैं जो व्यक्ति के मनोवैज्ञानिक जीवन को प्रभावित करती हैं। गरीबी, विभेदन (भेदभाव), आक्रामकता तथा हिंसा उनमें से कुछ प्रमुख समस्याएँ हैं। जनसंचार जो कि मानव-निर्मित पर्यावरण की ही एक दशा है, भी व्यक्ति के व्यवहार पर गहरा प्रभाव डालती है। इस अध्याय में व्यक्ति के व्यवहार पर इन सभी पर्यावरणीय दशाओं के प्रभाव को समझने का प्रयास किया जाएगा। साथ ही इन पर्यावरणीय दशाओं को नियंत्रित करने पर भी चर्चा की जाएगी।

मानव-पर्यावरण सम्बन्ध

मानव व्यवहार तथा पर्यावरण के बीच का सम्बन्ध हमारे जीवन में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। मनोविज्ञान की एक शाखा जिसे पर्यावरणीय मनोविज्ञान (Environmental Psychology) कहते हैं, अनेक ऐसे मनोवैज्ञानिक मुद्दों का अध्ययन करती है जिनका सम्बन्ध व्यापक अर्थ में मानव-पर्यावरण अन्तःक्रियाओं से होता है। पर्यावरण मुख्यतः दो प्रकार के होते हैं— स्वाभाविक तथा निर्मित। प्रकृति का वह अंश जो मानव द्वारा निर्मित नहीं है, प्राकृतिक या स्वाभाविक पर्यावरण (Natural environment) कहलाता है। प्राकृतिक पर्यावरण में प्रकृति द्वारा रचित सभी प्राकृतिक रचनाएँ जैसे— पेड़-पौधे, हवा, तापमान व इनमें होने वाले कालांतर के प्रभाव सम्मिलित हैं। जो कुछ भी मानव द्वारा रचित है वह निर्मित पर्यावरण (Built environment) कहलाता है। उदाहरणतः नगर, मकान, दफ्तर, पुल, सड़कें, बांध आदि।

मानव पर्यावरण सम्बन्ध को लेकर अनेक दृष्टिकोण हैं। पहला दृष्टिकोण अल्पतमवादी (Minimalist) का अभिग्रह है कि भौतिक पर्यावरण मानव व्यवहार, स्वास्थ्य तथा कल्याण पर नगण्य प्रभाव डालता है। दूसरा परिपेक्ष्य नैमित्तिक (Instrumental) है। यह प्रस्तावित करता है कि भौतिक पर्यावरण का अस्तित्व ही प्रमुखतया मनुष्य के सुख एवं कल्याण के लिए है। पर्यावरण पर मनुष्य के अधिकांश प्रभाव इसी परिपेक्ष्य को प्रतिबिंबित करते हैं। तीसरा तथा सबसे महत्वपूर्ण परिपेक्ष्य आध्यात्मिक (Spiritual) है। यह पर्यावरण को मूल्यवान वस्तु के रूप में संदर्भित करता है। इसमें निहित मान्यता है कि

मनुष्य का अस्तित्व तथा प्रसन्नता दोनों ही पर्यावरण के स्वास्थ्य पर निर्भर करेंगे। भारत में चिपको आन्दोलन इसी परिपेक्ष्य से सम्बन्धित उदाहरण है। यह परिपेक्ष्य समाज व जीवन में जितना व्यापक होगा, पर्यावरण उतना ही स्वस्थ रहेगा। साथ ही मनुष्य जीवन भी उन्नत व प्रसन्न रहेगा।

पर्यावरण का मानव व्यवहार पर प्रभाव

पर्यावरण हमारे शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने के अतिरिक्त हमारी मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं तथा व्यवहारों को भी प्रभावित करता है। दूसरी ओर मानव व्यवहार पर्यावरण को प्रभावित करता है तथा कुछ प्रभाव दबाव उत्पन्न करने वाली पर्यावरणीय दशाओं, जैसे— शोर, प्रदूषण तथा भीड़ में परिलक्षित होते हैं। कुछ पर्यावरणीय दबाव कारक जैसे— प्राकृतिक विपदाएँ मानव नियंत्रण में नहीं होती। अध्याय के इस अंश में हम विभिन्न पर्यावरणीय दशाओं पर विचार—विमर्श करेंगे, जो कि मानव व्यवहार को प्रभावित करती हैं।

शोर

कोई भी ध्वनि जो खीझ या चिड़चिड़ाहट उत्पन्न करे और अप्रिय हो, उसे शोर कहते हैं। सामान्य अनुभव के आधार पर यह ज्ञात है कि दीर्घकालीन शोर कष्टप्रद होता है तथा व्यक्ति में अप्रिय तथा असहज मनोदशा उत्पन्न करता है। शोर व्यक्ति को संवेगात्मक रूप से तथा कार्य निष्पादन में प्रभावित करता है। शोर में लम्बे समय तक रहने से व्यक्ति में चिड़चिड़ापन, आक्रामकता, एवं एकाग्रता में कमी, नींद लेने में परेशानी तथा मानसिक स्वास्थ्य में गिरावट जैसे लक्षण देखे जा सकते हैं।

हालांकि यह भी देखा गया है कि शोर से सतत घिरे रहने पर व्यक्ति उसके साथ धीरे-धीरे अपने आपको अनुकूलित (adapt) कर लेता है। परन्तु व्यक्ति किस सीमा तक अनुकूलन करने में समर्थ है, निष्पादित किए जाने वाले कार्य की प्रकृति क्या है, तथा शोर के सम्बन्ध में भविष्य कथन किया जा सकता है या नहीं (Predictability) तथा शोर को नियंत्रित किया जा सकता है या नहीं (Controllability) इस पर निर्भर करता है। यदि किया जाने वाला कार्य सरल है या रुचिकर है, जैसे कि छोटी संख्या का जोड़ या कथा पठन, तो शोर कार्य निष्पादन को प्रभावित नहीं करता है। दूसरी ओर यदि कार्य कठिन है या शोर अनियंत्रित अंतराल से होता है तो ऐसे में शोर कार्य निष्पादन के स्तर को घटाता है। शोर एक अप्रिय पर्यावरणीय दशा है जिसका नियंत्रण अतिआवश्यक है। ध्वनि नियंत्रण के कड़क नियमों की मदद से शोर को कम किया जा सकता है।

प्रदूषण

पर्यावरणीय प्रदूषण वायु, जल तथा भूमि प्रदूषण के रूप में हो सकता है। अवशिष्ट पदार्थ या कूड़ा जो घरों या उद्योगों से होता है वायु, जल तथा भूमि प्रदूषण का बड़ा स्रोत है। वैज्ञानिक इस तथ्य को भली-भांति जानते हैं कि किसी भी प्रकार का प्रदूषण शारीरिक स्वास्थ्य के लिए खतरनाक होता है। अपितु कुछ शोध अध्ययनों ने इन प्रदूषणों के प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष मनोवैज्ञानिक प्रभावों को प्रदर्शित किया है। यह समझना चाहिए कि सामान्यतः किसी भी प्रकार का पर्यावरणीय प्रदूषण तंत्रिका-तंत्र को प्रभावित कर सकता है, क्योंकि विषैले द्रव्य/पदार्थ उस सीमा तक मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं को प्रभावित कर सकते हैं। प्रदूषण के प्रभाव को एक अन्य स्वरूप प्रदूषण के प्रति उन सांवेगिक प्रतिक्रियाओं में दृष्टिगत होता है जो अस्वस्थता उत्पन्न करता है, जिसके परिणामस्वरूप कार्यकुशलता में कमी और कार्य में अभिरुचि कम हो जाती है तथा दुश्चिन्ता का स्तर बढ़ जाता है। प्रायः लोग ऐसे स्थानों पर कार्य करना और रहना पसंद नहीं करते जहां कूड़ा फैला रहता हो यानिंतर दुर्गंध व्याप्त हो। इसी प्रकार से वायु में धूल के कणों या अन्य निलंबित कणों के कारण दम घुटने का आभास तथा श्वास लेने में कठिनाई हो सकती है, जिससे वास्तव में श्वसन-तंत्र संबंधित विकार भी उत्पन्न हो सकते हैं। वे व्यक्ति अस्वस्थता का अनुभव करते हैं, अपने कार्य पर पूरा ध्यान नहीं दे पाते या प्रसन्न भावदशा में नहीं रह पाते।

वायु प्रदूषण का व्यक्ति के स्वास्थ्य पर सीधा प्रभाव पड़ता देखा गया है। कार्बन डॉइआक्साइड,

सल्फर डाइआक्साइड आदि की सांद्रता (Concentration) के कारण कई स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ उठ खड़ी होती हैं।

वायु के इस प्रकार के प्रदूषकों के कारण व्यक्ति में एक विशेष प्रकार के लक्षण उत्पन्न हो जाते हैं जिसे वायु प्रदूषक संलक्षण (Air Pollution Syndrome or APS) कहा जाता है। इस संलक्षण में व्यक्ति में थकान, सिर दर्द, चिड़चिड़ापन, विषाद (Depression) आंखों में जलन तथा अन्य समस्याएँ उत्पन्न हो जाती हैं।

वायु प्रदूषण का भी कार्य निष्पादन पर बुरा प्रभाव पड़ता है। कई अध्ययनों में यह देखा गया है कि वायु प्रदूषण के कारण वाहन चलाने वाले व्यक्तियों की कार्य क्षमता में काफी कमी आती है।

प्रदूषणकारी द्रव्यों की जल तथा मृदा (भूमि) में उपस्थिति शारीरिक स्वास्थ्य के लिए खतरनाक है। इनमें से कुछ रसायनों का खतरनाक मनोवैज्ञानिक प्रभाव भी होता है। कुछ विशिष्ट रसायनों जैसे – सीसा की उपस्थिति मस्तिष्क के विकास को प्रभावित कर मानसिक मंदन का कारण बन सकती है। इस प्रकार के विषैले द्रव्य मानव को विभिन्न प्रकार से प्रभावित कर सकते हैं।

सामान्यतः ऐसे पर्याप्त प्रमाण हैं जो यह प्रदर्शित करते हैं कि वायु, जल तथा मृदा में विषैले रसायनों के हानिकारक प्रभाव न केवल सामान्य मनोवैज्ञानिक प्रकार्यों पर पड़ते हैं बल्कि उनके कारण गंभीर मानसिक विकार भी उत्पन्न हो सकते हैं।

भीड़ वह प्रतिबल और बेचैनी है जिसका अनुभव किसी उच्चस्तरीय घनत्व वाले भूभाग में रहने पर होता है। इस प्रकार भीड़ एक आत्मनिष्ठ अनुभव है। यह अनुभव एक निषेधात्मक मनोभाव उत्पन्न करता है जो प्रतिबल उत्पन्न करता है और अप्रिय होता है। जब तक उच्चस्तरीय घनत्व वाले भूभाग में ऐसा अनुभव नहीं होता उसे भीड़ नहीं माना जा सकता। मेले, खेल देखने वालों की भीड़ अथवा बारात में भीड़ का अनुभव नहीं होता, किन्तु दुकान में, रेलगाड़ी के डिब्बे में अथवा छोटे कमरे में अनेक लोगों के साथ रहने से भीड़ का अनुभव होता है। उच्च घनत्व वाले भूभाग में भीड़ की अनुभूति के लिए आवश्यक है कि व्यक्ति के लिए **सामाजिक अतिभार (Social Overload)** हो, उसकी गतिविधियों के मुक्त संचालन में बाधा (Interference) उत्पन्न हो, तथा व्यक्ति को अपने निजत्व (Privacy) को बनाए रखने में कठिनाई हो।

सामाजिक घनत्व के बढ़ जाने पर व्यक्ति को लगता है कि उसके निजत्व में बाधा उत्पन्न हो रही है और उसे अपनी आवश्यकतानुसार नियमित नहीं कर पा रहा है। यह अप्रिय और दुखद स्थिति होती है। उसको लगता है उसकी अस्मिता का ह्रास हो रहा है। बहुत दिनों तक ऐसी स्थिति के बने रहने पर व्यक्ति मानसिक रूप से रूग्ण भी हो सकता है। निजत्व के अतिक्रमण से व्यक्ति में रोष की उत्पत्ति होती है। व्यवहार पर भीड़ के प्रभाव का व्यापक रूप से अध्ययन किया गया तथा यह स्पष्ट हुआ कि भीड़ व्यवहार के अनेक आयामों को प्रभावित करती है। भीड़ का मनोवैज्ञानिक तथा दैहिक प्रभाव कई मनोवैज्ञानिक अध्ययनों में देखा गया है। जैसे कि जनसंकुलन (Crowding) से हृदयगति तथा रक्तचाप में वृद्धि देखी गयी है, अन्तर्व्यक्तिक आकर्षण पर नकारात्मक प्रभाव देखा गया है, आक्रामकता में वृद्धि पाई गई है। सरल की अपेक्षा जटिल कार्यों पर जन संकुलन का नकारात्मक प्रभाव अधिक देखा गया है। इस प्रकार हम देखते हैं कि भीड़ के प्रभाव बहुधा नकारात्मक ही होते हैं।

प्राकृतिक आपदाएँ

शोर, अनेक प्रकार के प्रदूषण तथा भीड़ ऐसे पर्यावरणीय दबावकारक हैं जो मानव व्यवहार के परिणाम हैं। इनके विपरीत प्राकृतिक आपदाएँ ऐसे दबावपूर्ण अनुभव हैं जो कि प्रकृति के प्रकोप के परिणाम हैं अर्थात् जो प्राकृतिक पर्यावरण की अस्त-व्यस्तता के परिणामस्वरूप उत्पन्न होते हैं। प्राकृतिक विपदाओं के सामान्य उदाहरण भूकंप, सुनामी, बाढ़, तूफान तथा ज्वालामुखीय उद्गार हैं। अन्य विपदाओं के भी उदाहरण मिलते हैं, जैसे— युद्ध, औद्योगिक दुर्घटनाएँ (जैसे— औद्योगिक कारखानों में विषैली गैस अथवा रेडियो सक्रिय तत्वों का रिसाव) अथवा महामारी (उदाहरण के लिए, प्लेग जिसने 1994 में हमारे देश के अनेक क्षेत्रों में तबाही मचाई थी। किन्तु युद्ध तथा महामारी मानव द्वारा रचित घटनाएँ हैं, यद्यपि

उनके प्रभावभी उतने ही गंभीर हो सकते हैं जैसे कि प्राकृतिक विपदाओं के। इन घटनाओं को 'आपदा' इसलिए कहते हैं क्योंकि इन्हें रोका नहीं जा सकता, प्रायः ये बिना किसी चेतावनी के आती हैं तथा मानव जीवन एवं सम्पत्ति को इनसे अत्यधिक क्षति पहुँचती है।

प्राकृतिक विपदाओं के प्रभाव क्या है? पहला, उनके पश्चात् सामान्य जन निर्धनता की चपेट में आ जाते हैं, बेघर तथा संसाधन रहित हो जाते हैं और अक्सर इसके साथ-साथ जिन वस्तुओं पर उनका स्वामित्व था, वह सब भी क्षतिग्रस्त तथा नष्ट हो जाती हैं। दूसरा, धन-सम्पत्ति तथा प्रियजनों के अचानक लुप्त या खो जाने से व्यक्ति स्तब्ध तथा भौचक हो जाता है। यह सब एक गहन मनोवैज्ञानिक विकार को उत्पन्न करने के लिए पर्याप्त होता है। प्राकृतिक विपदाएँ **अभिघातज अनुभव (Traumatic Experiences)** होते हैं, अर्थात् विपदा के पश्चात् जीवित व्यक्तियों के लिए सांवेगिक रूप से आहत करने वाले होते हैं। अभिघातज उत्तर दबाव विकार (पी.टी.एस.डी.) एक गंभीर मनोवैज्ञानिक समस्या है जो अभिघातज घटनाओं, जैसे- प्राकृतिक विपदाओं के कारण उत्पन्न होती है।

पर्यावरण मैत्री व्यवहार उन्नयन-

पर्यावरण मैत्री व्यवहार उन्नयन के अन्तर्गत वे दोनों प्रकार के व्यवहार आते हैं जिनका उद्देश्य पर्यावरण का समस्याओं से संरक्षण करना है तथा स्वस्थ पर्यावरण को उन्नत करना है।

पर्यावरण के पुनरुद्धार एवं संरक्षण को प्रभावी बनाने के लिए आधारभूत आवश्यकता इसकी है कि संसार के लोग प्रकृति, पर्यावरण एवं पारिस्थितिकी के वास्तविक स्वरूप और इनकी कार्य पद्धति को इनके सही अर्थ में समझें, उनके प्रति वैज्ञानिक अभिवृत्ति विकसित करें तथा उपभोक्ता संस्कृति से अतिशय उपयोग की आदतों का परित्याग कर पर्यावरण के प्रति यह मानकर अनुक्रिया करें कि पर्यावरण भी उनकी क्रियाओं एवं प्रतिक्रियाओं से प्रभावित होकर क्रिया तथा प्रतिक्रिया करता है। कुछ निम्न उपाय ऐसे हैं जिन्हें साधारण जन सरलता से अपनाकर पर्यावरण संरक्षण तथा सुधार में अहम् भूमिका निभा सकता है।

- वाहनों को अच्छी हालत में रखने से, ईंधन रहित वाहन चलाने से, धुम्रपान की आदत व्यापक स्तर पर छुड़वाने से वायु प्रदूषण को कम किया जा सकता है।
- सख्त कानूनों की मदद से शोर की तीव्रता, स्थान तथा समय सभी पर नियंत्रण रखा जा सकता है।
- कूड़े- करकट से निपटने के उपयुक्त प्रबंध किए जा सकते हैं। जैविक रूप से नष्ट होने वाले तथा जैविक रूप से नष्ट नहीं होने वाले अवशिष्ट कूड़े को पृथक किया जाना चाहिए। रसोईघर की अवशिष्ट सामग्री को इधर-उधर फेंकने की बजाए उससे खाद तैयार की जा सकती है। उद्योगों तथा अस्पतालों की अवशिष्ट सामग्री के प्रबंधन पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए।
- वृक्षारोपण कर वृक्षों की देखभाल की जानी चाहिए।
- पर्यावरण के प्रति उचित व्यवहार पर पुरस्कार एवं अनुचित व्यवहार पर दण्ड की उचित व्यवस्था होनी चाहिए।
- लोकसंचार के माध्यमों द्वारा लोगों में पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता फैलाई जानी चाहिए।

सामाजिक मुद्दे

हम जिस समाज का हिस्सा हैं, उसमें अनेक सामाजिक समस्याएँ विद्यमान हैं। बेरोजगारी, गरीबी, जातिवाद, भेदभाव आदि सामाजिक समस्याएँ मनुष्य जीवन को न केवल भौतिक अपितु मनोवैज्ञानिक रूप से भी प्रभावित करती हैं। अध्याय के इस अंश में इन्हीं समस्याओं के कारणों, परिणामों तथा उन्मूलन के उपायों पर चर्चा की जाएगी।

गरीबी

गरीबी हमारे समाज के लिए एक अभिशाप है और जितनी शीघ्रता से हम इसका निराकरण कर

सकें, समाज के लिए उतना ही अच्छा होगा। कुछ विशेषज्ञ गरीबी को प्रमुखतः आर्थिक अर्थ में ही परिभाषित करते हैं।

गरीबी के प्रतिकूल प्रभाव अभिप्रेरणा, व्यक्तित्व, सामाजिक व्यवहार, संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं तथा मानसिक स्वास्थ्य पर परिलक्षित होते हैं।

गरीब व्यक्तियों में निम्न आकांक्षा स्तर पर दुर्बल उपलब्धि अभिप्रेरणा तथा निर्भरता की प्रबल आवश्यकता परिलक्षित होती है। वे अपनी असफलताओं की व्याख्या भाग्य के आधार पर करते हैं न कि योग्यता तथा कठिन परिश्रम के आधार पर। सामान्यतः उनका यह विश्वास होता है कि उनके बाहर जो घटक हैं वे उनके जीवन की घटनाओं को नियंत्रित करते हैं, उनके भीतर के घटक नहीं।

गरीब व्यक्तियों में आत्म-सम्मान का निम्न स्तर और दुर्बलता तथा अंतर्मुखता का उच्च स्तर पाया जाता है। उनके प्रत्यक्ष के अनुसार भविष्य बहुत ही अनिश्चित होता है। वे निराशा, शक्तिहीनता और अनुभूत अन्याय के बोध के साथ जीते हैं तथा अपनी अनन्यता के खो जाने का अनुभव करते हैं। सामाजिक व्यवहार के संदर्भ में गरीब वर्ग समाज के शेष वर्गों के प्रति विद्वेष की अभिवृत्ति रखते हैं।

कभी-कभी निर्धनता प्राकृतिक विपदाओं, जैसे- भूकंप, बाढ़ तथा तूफान मानव-निर्मित विपदाओं, जैसे- विषैली गैस के रिसाव के कारण होती है। जब ऐसी घटनाएं घटित होती हैं तो व्यक्तियों की समस्त धन सम्पत्ति एकाएक नष्ट हो जाती है तथा उन्हें निर्धनता का सामना करना पड़ता है। इसी प्रकार जब गरीब व्यक्तियों की एक पीढ़ी अपनी निर्धनता का उन्मूलन करने में असमर्थ रहती है तब उनकी अगली पीढ़ी भी निर्धनता में ही जीवित रहती है। इन कारणों के अतिरिक्त गरीबी के लिए उत्तरदायी अन्य कारक भी हैं।

निम्न आय तथा संसाधनों के अभाव से प्रारंभ कर गरीब व्यक्ति निम्न स्तर के पोषण तथा स्वास्थ्य, शिक्षा के अभाव तथा कौशलों के अभाव से पीड़ित होते हैं। इनके कारण उनके रोजगार पाने के अवसर भी कम हो जाते हैं जो पुनः उनकी निम्न आय स्थिति तथा निम्न स्तर के स्वास्थ्य एवं पोषण स्थिति को सतत रूप से बनाए रखते हैं। इनके परिणामस्वरूप निम्न अभिप्रेरणा स्तर स्थिति को और भी खराब कर देता है, यह चक्र पुनः प्रारम्भ होता है और चलता रहता है।

गरीबी उन्मूलन के लिए सरकार व अन्य स्वयंसेवी संस्थाएँ कार्यरत हैं। गरीबों को आत्मनिर्भर बनने के लिए प्रेरित किया जाना चाहिए। प्रारम्भ में संसाधन, शिक्षा, चिकित्सा व अन्य सुविधाएँ उपलब्ध करवाई जाएँ। सामाजिक न्याय के नियमों के अनुसार उन्हें रोजगार के अवसर उपलब्ध करवाए जाए। इस प्रकार गरीब अवैध साधनों की बजाय वैध साधनों द्वारा जीविकोपार्जन हेतु प्रोत्साहित होंगे।

भेदभाव

किसी जाति प्रजाति अथवा समूह के प्रति समूह सदस्यता के कारण उत्पन्न गलत अथवा अनुचित अभिवृत्तियों पर आधारित नकारात्मक व्यवहार को विभेदीकरण (भेदभाव) कहा गया है। विभेदन का कारण कई प्रकार के पूर्वाग्रह (Prejudice) होते हैं। ये पूर्वाग्रह जाति, धर्म, लिंग, आयु, आर्थिक स्थिति, शारीरिक क्षमता आदि किसी भी कारणवश हो सकते हैं। प्रतिकूल अभिव्यक्तियों के कारण अन्तर समूह अन्तर्द्वन्द्व उत्पन्न हो सकते हैं। विभेदीकरण सामाजिक अन्याय का जनक भी होता है। व्यक्ति के पास ज्ञान, शिक्षा व क्षमता होने के बावजूद उसे आगे बढ़ने के उचित अवसर नहीं मिल पाते हैं। ऐसे में व्यक्ति जो विभेदन से पीड़ित होते हैं, मानसिक रूप से तनाव से ग्रस्त रहते हैं। उनमें कुण्ठा उत्पन्न होती है जो कई बार गुस्से में अथवा हिंसा के रूप में परिलक्षित होती है। भारत के संविधान निर्माताओं ने ऐसे कानूनों का निर्माण किया जो ये सुनिश्चित करें कि समाज का कोई भी वर्ग पिछड़ेपन या विभेदन का शिकार न बने। मौलिक अधिकार (Fundamental Rights) इसका सबसे बड़ा उदाहरण है। स्वतंत्रता के समय से ही भारत में ये कानून मौजूद हैं, लेकिन आज भी देश भेदभाव की समस्या से ग्रसित है। इससे निजात पाने के लिए नियमों की सख्त अनुपालना आवश्यक है। साथ ही सामाजिक स्तर पर जागरूकता तथा मनोवृत्ति परिवर्तन भी अतिमहत्वपूर्ण हैं।

सांस्कृतिक आत्मसातीकरण (Cultural assimilation) की विधि द्वारा विभेदीकरण को कम किया जा सकता है। इस विधि द्वारा लोगों को परस्पर समूहों के बारे में इस उद्देश्य से समझाया जाता है कि वे सभी भ्रामक धारणाओं का परित्याग कर सकें। विद्यालयों, विश्वविद्यालयों व अन्य संस्थाओं में सभी प्रकार के विभेदीकरण का परित्याग करने व समानीकरण की भावना को अपनाने की शिक्षा का अभियान जारी रखा जाना चाहिए।

आक्रामकता, हिंसा एवं शांति

आक्रामकता एक ऐसा शारीरिक या शाब्दिक व्यवहार है जिसका उद्देश्य दूसरों को चोट पहुँचाना होता है। जीवन की कई परिस्थितियों में आक्रामकता तथा हिंसा प्रत्यक्ष निर्देश द्वारा उत्पन्न की जाती है, जैसे कि युद्ध के मैदान में सैनिकों को दुश्मन पर आक्रमण करने का आदेश परन्तु इस प्रकार की आक्रामकता आवश्यक तथा स्वीकार्य है। आज के जीवन में आमजन द्वारा आक्रामक व्यवहार दिखलाने की प्रवृत्ति बढ़ती नजर आती है, जो कि चिन्ता का विषय हैं। भौतिकवाद (Materialism), प्रतियोगिता (Competition), लालच (Greed), तनाव (Stress), ईर्ष्या (Jealousy) कुछ ऐसी प्रतिक्रियाएं तथा भाव हैं, जो आज के आधुनिक जीवन में बहुधा नजर आने लगे हैं। इन प्रक्रियाओं की परिणति आक्रामकता तथा हिंसा हो सकती है। बैण्डुरा एक महान समाज मनोवैज्ञानिक हुए हैं जिनका मानना है कि आक्रामकता प्रेक्षणात्मक अधिगम द्वारा सीखी जाती है। परिवार में उपलब्ध मॉडल (माता-पिता या अन्य), चलचित्र, दूरदर्शन व इंटरनेट पर दिखाए जाने वाले आक्रामकता के दृश्य, ये सभी आक्रामक व्यवहार सिखाने के स्रोत के रूप में कार्य करते हैं। डॉलर्ड व मिलर ने एक सिद्धान्त प्रतिपादित किया, कुण्ठा-आक्रामकता सिद्धान्त (Frustration - Aggression Hypothesis), जिसमें उन्होंने आक्रामकता का कारण कुण्ठा माना है। किसी वांछित लक्ष्य पर पहुंचने के लिए व्यक्ति द्वारा किया गया व्यवहार जब बीच में ही अवरुद्ध (block) हो जाता है, तो इससे उत्पन्न होने वाली मनोदशा को कुंठा कहा जाता है। सामाजिक परिपेक्ष्य में कई परिस्थितियां मनुष्य में कुण्ठा पैदा कर सकती है और यही कुण्ठा फिर आक्रामकता के रूप में परिलक्षित होती है।

आक्रामक तथा हिंसक व्यवहार व्यक्ति, परिवार, समुदाय सभी के लिए घातक है तथा इसे नियंत्रित करना अतिआवश्यक है।

सामाजिक अधिगम उपागम के अनुसार जिस प्रकार व्यक्ति आक्रामक व्यवहार को आक्रामक मॉडल को देखकर सीख लेता है, उसी प्रकार वह अनाक्रमक मॉडल को देखकर भी आक्रामक व्यवहार कम करना सीख सकता है। यदि व्यक्ति में दूसरे के प्रति परानुभूति उत्पन्न की जाए तो भी उसके आक्रामक व्यवहार में कमी आ सकती है।

आक्रामकता को रोकने के लिए दण्ड एक प्रभावकारी प्रविधि नहीं माना जाता है। आक्रामकता को कम करने के लिए गरीबी तथा सामाजिक अन्याय को नियंत्रित करना आवश्यक है। सामाजिक न्याय व गरीबी उन्मूलन से समाज में कुण्ठा का स्तर कम होगा, जिसके परिणामस्वरूप आक्रामकता तथा हिंसा में भी कमी आएगी।

इन उक्तियों के अतिरिक्त सामाजिक या सामुदायिक स्तर पर यह आवश्यक है कि शांति के प्रति सकारात्मक अभिवृत्ति का विकास किया जाए। हमें न केवल आक्रामकता को कम करने की आवश्यकता है बल्कि इसकी भी आवश्यकता है कि हम सक्रिय रूप से शांति विकसित करें एवं उसे बनाए रखें।

जनसंचार का व्यवहार पर प्रभाव

संचार (सम्प्रेषण) में एक जीवित प्राणी दूसरे जीवित प्राणी से एक सामान्य बोध (Understanding) स्थापित करता है। अतः यह कहा जा सकता है कि संचार में दो या दो से अधिक प्राणी या व्यक्ति सूचनाओं एवं अनुभूतियों का आपस में विनिमय करते हैं। दूसरे शब्दों में भाषा, संकेत या चिन्ह आदि के माध्यम से अपने चिन्तन एवं विचार को दूसरों तक पहुंचाने की प्रक्रिया को संचार कहा जाता है। जनसंचार में बहुत सारे लोग सम्मिलित होते हैं तथा इनमें जन सम्पर्क के माध्यमों जैसे रेडियो,

दूरदर्शन, समाचार पत्र, सिनेमा आदि का उपयोग होता है। इस प्रकार का संचार एक-मार्गी (One way) होता है। आज के समय में जनसंचार के नवीन माध्यम जैसे कि मोबाइल, इंटरनेट आदि अत्यधिक प्रचलन में हैं। सूचना प्रौद्योगिकी के इस युग में सूचनाएं विभिन्न माध्यमों से आकर्षक रूप में अत्यधिक तीव्रता के साथ प्रसारित व ग्रहण की जाती हैं। कार्यक्रमों तथा सूचनाओं का प्रस्तुतीकरण अतिआकर्षक होने के कारण लोग उन्हें देखने सुनने में बहुत समय व्यतीत करते हैं। जनसंचार के कई अनुसंधान हुए हैं। टी.वी. पर किए कुछ अध्ययन बताते हैं कि बच्चे उसे देखने में बहुत समय व्यतीत करते हैं। परिणामस्वरूप पढ़ने-लिखने, खेलने-कूदने की आदतें तो कम होती ही हैं, साथ ही साथ ध्यान केन्द्रित कर पाने में कमी, सृजनात्मकता में कमी, समझने की क्षमता में कमी तथा सामाजिक अतःक्रियाओं पर प्रतिकूल प्रभाव देखे गए हैं। मोबाइल व इंटरनेट से बच्चों तथा युवाओं के सामने ऐसी सूचनाएँ आने लगी हैं जो उनमें कच्ची उम्र में भटकाव पैदा कर सकती हैं। टीवी पर आने वाले कुछ कार्यक्रम आक्रामकता की प्रवृत्ति को बढ़ावा दे सकते हैं, साथ ही बच्चों की भाषा पर प्रतिकूल प्रभाव डाल सकते हैं। इस प्रकार जनसंचार के माध्यमों से क्या और कैसे दिखाया जा रहा है, उस पर लगाम लगाना अतिआवश्यक है।

महत्वपूर्ण बिन्दु

- अवांछनीय मानव क्रियाओं ने पर्यावरण की दशाओं को परिवर्तित कर दिया है जिनके कारण प्रदूषण, शोर, भीड़ की समस्याएँ खड़ी हो गई हैं।
- प्रदूषण हमारे मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य तथा मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं पर प्रतिकूल प्रभाव डालता है।
- शोर भी हमारे चिंतन, स्मृति तथा अधिगम पर प्रतिकूल प्रभाव डालता है। तीव्र उच्च ध्वनि स्तर हमारी सुनने की क्षमता को स्थायी क्षति पहुँचा सकता है तथा हृदयगति, रक्तचाप और पेशी-तनाव बढ़ा सकता है।
- भीड़ पर्याप्त स्थान न होने की मनोवैज्ञानिक अनुभूति है। भीड़ संज्ञानात्मक निष्पादन, अंतर्वैयक्तिक संबंधों तथा शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य पर निषेधात्मक प्रभाव डालती है।
- प्राकृतिक विपदा किसी समाज के सामान्य जनजीवन में व्यवधान डालती है तथा क्षति, विनाश और मानव पीड़ा का कारण बन सकती है। विपदा प्रभावित व्यक्तियों को परामर्श देकर तथा सामूहिक कार्यों को करने के अवसर बढ़ाकर उनकी मदद की जा सकती है।
- पर्यावरण-उन्मुख व्यवहारों के अंतर्गत वे व्यवहार जिनका उद्देश्य पर्यावरण व समस्याओं से संरक्षण है तथा जो स्वस्थ पर्यावरण को उन्नत करते हैं, दोनों ही निहित हैं।
- आक्रामकता तथा हिंसा आधुनिक समाज की प्रमुख समस्याओं में से है। गरीबी तथा विभेदीकरण को कम कर समाज में आक्रामकता के स्तर को कम किया जा सकता है।
- जनसंचार एक प्रभावशाली प्रक्रम है। इसके मानव-जीवन पर कई प्रतिकूल प्रभाव देखे जा सकते हैं।

अभ्यास प्रश्न

बहुविकल्पीय प्रश्न

1. हमारे चारों ओर जो कुछ भी है उसे चरितार्थ करने वाला पद है –
 (अ) प्रदूषण (ब) पर्यावरण
 (स) शोर (द) परिवार
2. पर्यावरण मुख्यतः दो प्रकार के होते हैं, स्वाभाविक तथा –
 (अ) प्राकृतिक (ब) मानवीय
 (स) अन्तर्वैयक्तिक (द) निर्मित

3. यह परिपेक्ष्य पर्यावरण को मूल्यवान वस्तु के रूप में संदर्भित करता है –
 (अ) अल्पतमवादी (ब) नैमित्तिक
 (स) भौतिकवाद (द) आध्यात्मिक
4. कोई भी ध्वनि जो खीझ या चिड़चिड़ापन उत्पन्न करे और अप्रिय हो, कहलाती है –
 (अ) शोर (ब) चीख
 (स) प्रदूषण (द) आवाज़
5. वे व्यवहार जिनका उद्देश्य होता है, पर्यावरण का संरक्षण तथा उन्नत स्वास्थ्य कहलाते हैं–
 (अ) मित्रता (ब) सजागता
 (स) पर्यावरण प्रेम (द) पर्यावरण मैत्री
6. ऐसा शारीरिक या शाब्दिक व्यवहार जिसका उद्देश्य दूसरों को चोट पहुंचाना होता है–
 (अ) अपराध (ब) घृणा
 (स) आक्रामकता (द) झगड़ा

लघूत्तरात्मक प्रश्न –

1. पर्यावरण से आप क्या समझते हैं?
2. जनसंचार किसे कहते हैं?
3. विभेदीकरण किसे कहते हैं?
4. आक्रामकता के स्वरूप को समझाइए।
5. प्रदूषण के मुख्य कारण क्या हैं?
6. भीड़ किसे कहते हैं?

दीर्घउत्तरात्मक प्रश्न –

1. मानव-पर्यावरण सम्बन्ध को समझाइए। इसे किस प्रकार स्वस्थ बनाया जा सकता है?
2. जनसंचार का मानव व्यवहार पर क्या प्रभाव पड़ता है?
3. प्राकृतिक आपदाएँ किस प्रकार से जन जीवन को प्रभावित करती हैं?
4. गरीबी तथा भेदभाव को कैसे कम किया जा सकता है?
5. पर्यावरण मैत्री व्यवहार उन्नयन के कुछ प्रमुख बिन्दु बताइए।

लघूत्तरात्मक प्रश्नों के उत्तर –

- (1) ब (2) द (3) द (4) अ (5) द (6) स