Toppersnotes
Unleash the topper in you

REET

राजस्थान शिक्षक पात्रता परीक्षा

Board of Secondary Education, Rajasthan

Level – II

(कला वर्ग)

भाग – 3

बाल विकास एवं शिक्षाशास्त्र व राजव्यवस्था

SIERRA INNOVATIONS

REET LEVEL – 2 (कला वर्ग)

बाल विकास एवं शिक्षाशास्त्र व राजव्यवस्था

क्र.सं.	अध्याय	पृष्ठ संख्या
	बाल विकास, शिक्षा शास्त्र एवं शिक्षण विधियाँ	
1.	मनोविज्ञान की अवधारणा	1
2.	बाल विकास	23
3.	अधिगम एवं अधिगम प्रक्रिया व अधिगम में आने वाली कठिनाईयाँ	49
4.	व्यक्तित्व	93
5.	समायोजन एवं कुसमायोजन	107
6.	व्यक्तिगत भिन्नता	113
7.	अभिप्रेरणा	120
8.	बुद्धि	128
9.	चिंतन, तर्क, कल्पना	142
10.	आंकलन, मापन एवं मूल्यांकन	148
11.	समग्र एवं सतत् मूल्यांकन	152
12.	उपलब्धि परीक्षण	155
13.	सीखने के प्रतिफल	158
14.	क्रियात्मक अनुसंधान	161
15.	NCF (National Curriculum Framework) 2005 राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा	163
16.	RTE 2009 (शिक्षा का अधिकार अधिनियम)	165
17.	मनोविज्ञान की महत्वपूर्ण पुस्तकें	175

शिक्षण विधियाँ

	शिक्षाशास्त्रीय मुद्दे – I	
1.	सामाजिक विज्ञान/सामाजिक अध्ययन की संकल्पना	177
2.	कक्षा–कक्ष की प्रक्रियाएँ	181
3.	सामाजिक अध्ययन के अध्यापन सम्बन्धी समस्याएँ	189
4.	समालोचनात्मक चिन्तन	190
	शिक्षाशास्त्रीय मुद्दे – II	
1.	पृच्छा/आनुभाविक साध्य	192
2.	शिक्षण अधिगम सामग्री एवं सहायक सामग्री	193
3.	सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी	217
4.	प्रायोजना कार्य	232
5.	सीखने के प्रतिफल	233
6.	मूल्यांकन	239

राजनीति विज्ञान

1.	भारतीय संविधान का निर्माण एवं विशेषताएँ	244
2.	मूल अधिकार एवं मूल कर्त्तव्य	250
3.	बाल अधिकार एवं संरक्षण	254
4.	सामाजिक न्याय	256
5.	लोकतंत्र में निर्वाचन व मतदाता जागरूकता	257
6.	राष्ट्रपति एवं उपराष्ट्रपति	261
7.	प्रधानमंत्री एवं मंत्रिपरिषद्	272
8.	संसद	275
9.	उच्चतम न्यायालय	287
10.	राज्य सरकार	294
11.	पंचायती राज	316
12.	जिला प्रशासन एवं न्याय व्यवस्था	320

बाल विकास, शिक्षा शास्त्र एवं शिक्षण विधियाँ

मनोविज्ञान

मनोविज्ञान मानसिक प्रक्रियाओं, अनुभवों तथा व्यक्त व अव्यक्त दोनों प्रकार के व्यवहारों का एक क्रमबद्ध तथा वैज्ञानिक अध्ययन है।

स्कीनर – मनोविज्ञान व्यवहार व अनुभव का विज्ञान है।

गैरीसन – मनोविज्ञान का संबंध प्रत्यक्ष मानव व्यवहार से है।

मैक्डूगल – मनोविज्ञान जीवित वस्तुओं के व्यवहार का विधायक विज्ञान है।

मनोविज्ञान के लक्ष्य

मनोविज्ञान मानव एवं पशु के व्यवहार एवं संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं का अध्ययन करता है।

इसमें मुख्य तीन लक्ष्य है।

1. मापन एवं वर्णन (Measurement and Description)
2. पूर्वानुमान एवं नियंत्रण (Prediction and Control)
3. व्याख्या (Explanation)

मनोविज्ञान का मुख्य लक्ष्य मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं को मापने के लिए परीक्षण या विशेष प्रविधि का विकास करना है। परीक्षण या प्रविधि में ये दो गुण आवश्यक है।

(i) विश्वसनीयता

बार–बार मापने पर भी प्राप्तांक में कोई परिवर्तन नहीं विश्वसनीयता कहलाता है।

(ii) वैद्यता

परीक्षण वहीं माप रहा है जिसे मापने के लिए उसे बनाया गया है।

मानव व्यवहार की व्याख्या करना मनोविज्ञान का सबसे अव्वल लक्ष्य है क्योंकि जब तक मनोविज्ञान यह नहीं बतला पाता है कि व्यक्ति ऐसा व्यवहार क्यों कर रहा है, तो वे सही ढ़ंग से न तो उस व्यवहार के बारे में पूर्वकथन कर सकते है और न ही ठीक ढ़ंग से नियंत्रण कर पाते है।

मनोविज्ञान का इतिहास

- मनोविज्ञान का प्रारम्भ या उद्भव व्यक्ति को जानने के लिए हुआ है। इसमें प्राणि जगत् के मन, आत्मा, चेतना से प्रदर्शित व्यवहार एवं क्रियाओं को समझने का प्रयास किया जाता है। शुरू में इसके अध्ययन में मानव एवं पशु दोनों के ही व्यवहार को शामिल किया गया था लेकिन वर्तमान में मनोविज्ञान ने अपना क्षेत्र मनुष्य तक ही सीमित कर लिया है।

  नोट– 16वीं शताब्दी में मनोविज्ञान का दर्शनशास्त्र के रूप में ही अध्ययन किया जाने लगा।

- मनोविज्ञान शब्द का सर्वप्रथम प्रयोग 1590 ई. में रूडोल्फ गोयकल ने किया।
- मनोविज्ञान की शुरूआत ग्रीक दार्शनिकों प्लूटो, अरस्तु, सुकरात से मानी जाती है।
- प्लूटो ने (427–347 ई. पू.) आत्मा पर चिन्तन करते हुए इसके महत्व और आत्मसत्ता पर अपने विचार प्रस्तुत किये।
- हिप्पोक्रेटस ने 400 ई.पू. में शरीर गठन प्रकार सिद्धान्त दिया था इससे प्रभावित होकर शैल्डन ने व्यक्तित्व के वर्गीकरण का सोमैटोटाइप सिद्धान्त दिया था।
- ग्रीक दार्शनिक अगस्टाईन तथा थॉमस का विचार था कि मन तथा शरीर दो चीजें है तथा इनका आपस में कोई संबंध है।

- देकार्ते व सिपनोजा ने बताया कि मन व शरीर एक–दूसरे से संबंधित है।
- देकार्ते का मत था कि प्रत्येक व्यक्ति में जन्म से ही कुछ विचार होते है।
- जॉन लॉक– व्यक्ति जन्म के समय टेबूला रेसा या "कोरे कागज के समान होता है जिस पर वह अपने अनुभव लिखता है"।
- मनोविज्ञान में प्रयोगों का जन्म विलियम वुंट से माना जाता है।
- विलियम वुंट ने 1879 ई. में जर्मनी के लिपजिंग शहर में मनोविज्ञान की प्रथम प्रयोगशाला स्थापित की इसलिए इनको प्रायोगिक मनोविज्ञान का जनक माना जाता है।
- **रूसो–** मनुष्य जन्म से अच्छे स्वभाव का होता है परन्तु समाज के कटु अनुभव उसके स्वभाव को बुरा बना देते है।
- **स्पेन्सर** का मत था कि मनुष्य में जन्म से ही स्वार्थता, आक्रमणशीलता आदि मौजूद होते है जो समाज द्वारा नियंत्रित कर दिये जाते है।
- जेम्स मिल व जॉन स्टुअर्ट मिल ने 19वीं शताब्दी में दर्शनशास्त्र की विषयवस्तु के रूप में चेतना तथा उनसे उत्पन्न विचारों का अध्ययन किया।
- विलयम जेम्स, गैरिट, फ्रायड, वाटसन, स्कीनर, वुडवर्थ ने भी मनोविज्ञान के विकास में महत्वपूर्ण योगदान दिया था।
- अमेरिकी विचारक विलियम जेम्स को आधुनिक मनोविज्ञान का जनक माना जाता है।
- एलेक्सजेंडर कैनन मनोविज्ञान को भारत की देन मानते हैं उन्होंने 1933 में प्रकाशित अपनी पुस्तक "The Invisible Influence" में लिखा है कि मनोविज्ञान मानसिक क्रियाओं के बारे में भारतीय दर्शन, पश्चिम विचारकों से कहीं अधिक ज्ञान देने में सक्षम है।
- भारत में पाश्चात्य मनोविज्ञान के अध्ययन के लिए वर्ष 1916 में डॉ. एन.एन. सेन ने कलकत्ता विश्वविद्यालय में मनोविज्ञान की प्रथम प्रयोगशाला स्थापित की थी।
- भारत में दूसरी प्रयोगशाला की स्थापना डॉ.एम. वी गोपाल स्वामी ने 1924 में मैसूर विश्वविद्यालय में की थी।

मनोविज्ञान

- मनोविज्ञान अंग्रेजी भाषा के समानार्थी शब्द "Psychology" साइकोलॉजी का हिन्दी रूपान्तर है।
- Psychology शब्द ग्रीक/लैटिन भाषा के दो शब्द "Psyche" (साइके) "Logos" (लॉगस) से मिलकर बना है, जिसका अर्थ निम्न है–
  Psyche – आत्मा
  Logos – अध्ययन करना
- साइकोलॉजी का अर्थ आत्मा का अध्ययन करना है।
- **गैरेट–** मनोविज्ञान आत्मा का अध्ययन करने वाला विज्ञान है।
- मनोविज्ञान शब्द को मन + विज्ञान में विभाजित किया गया है, जिसका शाब्दिक अर्थ है– मन का विज्ञान।
- मनोविज्ञान मन की वह शाखा है जो मन का अध्ययन करती है।

मनोविज्ञान की अवस्थाएँ

1. आत्मा का विज्ञान

- सर्वप्रथम 16 वीं शताब्दी में प्लेटो, अरस्तु, डेकार्टे ने मनोविज्ञान को आत्मा का विज्ञान कहा है।
- **आत्मा क्या है, आत्मा का रंग, रूप, आकार कैसा है ?**
  आत्मा की व्याख्या, इसका अस्तित्व एवं प्रमाणिकता का उत्तर न दे पाने के कारण 16वीं शताब्दी में मनोविज्ञान का यह अर्थ अस्वीकार कर दिया गया।
- डेकार्टे ने बताया कि आत्मा केवल मनुष्यों में पायी जाती है।

  नोट– फ्रांस के "रेन डेस्कोर्ट" पहले दार्शनिक थे जिन्होंने मनोविज्ञान को आत्मा का विज्ञान मानने से मना कर दिया था।

2. मन या मस्तिष्क का विज्ञान

17वीं शताब्दी में इटली के **पॉम्पोनॉजी** व सहयोगी **थॉमस रीड** व **टीचनर** ने मनोविज्ञान को मन या मस्तिष्क का विज्ञान कहा है।

- **बी.एन.झा–** मस्तिष्क के स्वरूप के अनिश्चित रह जाने के कारण मनोविज्ञान ने मस्तिष्क के विज्ञान के रूप में किसी प्रकार की प्रगति नहीं की।
- आधुनिक मनोविज्ञान मन के स्वरूप तथा प्रकृति का निर्धारण न कर सका। मन शब्द के विषय में भी अनेक मतभेद है, अतः यह परिभाषा अस्वीकार कर दी गई।
- व्यक्ति के मन व मस्तिष्क का संबंध विवेक व विचारशील निर्णयों से है। पागलो व पशुओं में इसका अभाव पाया जाता है।
  इस विचारधारा पर भी यह मत अस्वीकार कर दिया गया।

3. चेतना का विज्ञान

- 19 वीं शताब्दी में **विलियम वुण्ट, विलियम जेम्स, जेम्स सली** आदि के द्वारा मनोविज्ञान को चेतना का विज्ञान कहा है।
- विलयम जेम्स ने 1890 ई. में प्रकाशित अपनी पुस्तक **"Principles of Psychology"** में इसका बहुत प्रचार किया।
- 1879 ई. में मनोविज्ञान, दर्शनशास्त्र से अलग होकर एक स्वतंत्र विषय के रूप में स्थापित हो गया।
- व्यक्ति के मस्तिष्क में चेतना के तीन स्तर होते है–
  1. चेतन 2. अर्द्धचेतन 3. अचेतन
- इस मत को मानने वाले मनोवैज्ञानिक केवल चेतन मन का ही अध्ययन करता है। प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक सिग्मड फ्रायड ने बताया कि व्यक्ति के व्यवहार पर अर्द्धचेतन मन और अचेतन मन का भी प्रभाव पड़ता है।
- व्यक्ति में चेतन मन केवल 1/10 भाग, अर्द्धचेतन, अचेतन 9/10 भाग पाया जाता है।
- चेतन एक स्थूल वस्तु ना होकर मात्र अनुभूति है जिसका प्रत्यक्षण संभव नहीं है। चेतना का प्रयोग विधि से निरीक्षण भी संभव नहीं है। इन्हीं कारणों से यह परिभाषा सर्वमान्य नहीं हो पायी।

4. व्यवहार का विज्ञान

- 20 वीं शताब्दी में मनोवैज्ञानिक वाटसन, वुडवर्थ, स्किनर, मैक्डूगल, थार्नडाइक ने मनोविज्ञान को व्यवहार का विज्ञान कहा है।
- विलियम मैक्डूगल अपनी पुस्तक **"An Out Line of Psychology"** में मनोविज्ञान को आचरण एवं व्यवहार का विधेयक विज्ञान मानते हुए इसे ज्ञान, भावना, क्रिया के रूप में बाँटा है।
- व्यवहार में मानव व्यवहार व पशु व्यवहार दोनों ही सम्मिलित होते है। वर्तमान में मनोविज्ञान के इसी अर्थ को सर्वमान्य अर्थ के रूप में स्वीकार किया गया है।
- **वाटसन**– मनोविज्ञान व्यवहार का निश्चित विज्ञान है।

नोट– मनोविज्ञान के बदलते स्वरूप को देखकर वुडवर्थ ने लिखा है–

सर्वप्रथम मनोविज्ञान ने अपनी आत्मा को छोड़ा/त्यागा, फिर उसने अपने मन व मस्तिष्क का त्याग किया, फिर उसने अपनी चेतना को खोया व वर्तमान में मनोविज्ञान व्यवहार के विधि स्वरूप को स्वीकार करता है।

मनोविज्ञान की परिभाषाएँ

क्रो एण्ड क्रो– मनोविज्ञान को मानवीय व्यवहार और मानव संबंधों का अध्ययन कहा है।

पिल्सबरी– मनोविज्ञान की सबसे संतोषजनक परिभाषा मानव व्यवहार के विज्ञान के रूप में की जा सकती है।

वुडवर्थ – मनोविज्ञान व्यक्ति के पर्यावरण के संबंध में व्यक्ति की क्रियाओं का विज्ञान है।

मैक्डूगल– मनोविज्ञान व्यवहार व आचरण का विज्ञान है।

गार्डनर मर्फी– मनोविज्ञान वह विज्ञान है जिसमें जीवित प्राणियों के उन प्रक्रियाओं का अध्ययन किया जाता है जिनको हम वातावरण के प्रति तैयार करते है।

वाटसन– मनोविज्ञान व्यवहार का शुद्ध, निश्चित, सकारात्मक, धनात्मक विज्ञान है।

वाटसन का कथन – "तुम मुझे एक बालक दो मै उसे वो बना सकता हूँ जो मैं बनाना चाहता हूँ।"

स्किनर

(i) मनोविज्ञान व्यवहार व अनुभव का विज्ञान है।
(ii) शिक्षा मनोविज्ञान अध्यापकों की तैयारी की आधारशीला है।

N.L. मन के अनुसार

(i) आधुनिक मनोविज्ञान का संबंध व्यवहार की वैज्ञानिक खोज से है।
(ii) चेतन का संबंध अनुभव के विज्ञान तथा ज्ञान का संबंध व्यवहार से होता है।

जे.एस.रॉस – मनोविज्ञान मानसिक पृष्ठभूमि में व्यवहार का स्पष्टीकरण है।

जेम्स ड्रेवर – मनोविज्ञान जीवित प्राणियों के व्यवहारों को मानसिक भाषा में स्पष्ट करता है।

बोरिंग, लैगफैल्ड, वेल्ड – मनोविज्ञान मानव प्रकृति का अध्ययन है।

कालसनिक – मनोविज्ञान मानव व्यवहार का विज्ञान है।

गैरिसन व अन्य – मनोविज्ञान का संबंध प्रत्यक्ष मानव व्यवहार से है।

समायोजन एवं कुसमायोजन

समायोजन

- समायोजन निरन्तर चलने वाली प्रक्रिया हैं जिसके द्वारा व्यक्ति अपने और अपने वातावरण के बीच सन्तुलित संबंध स्थापित करने की प्रक्रिया को समायोजन कहते है।
- सामाजिक वातावरण के धरातल पर कई बार हमारे सामने ऐसी परिस्थितियाँ पैदा हो जाती है जो हमें किसी न किसी रूप से मानसिक रूप से विचलित कर देती है। ऐसी परिस्थितियों के समय जब व्यक्ति अपने आप को सामंजस्य बनाने की कोशिश करता है और नवीन प्रकार के व्यवहार को ग्रहण कर लेता है या सीख लेता है तो उसे समायोजन कहते है।

स्कीनर – ''समायोजन को एक अधिक प्रक्रिया माना''

आइजेक – ''दो अवस्थाओं में सामंजस्य की स्थिति को समायोजन कहते है।''

कालमैन – ''समायोजन अपनी आवश्यकताओं को पूर्ण करने और समस्याओं के हल के लिए प्राणी द्वारा किये गये प्रयत्नों का परिणाम हैं।''

गेट्स – ''समायोजन एक निरन्तर चलने वाली प्रक्रिया है।''

बोरिंग, वेल्ड़, लैगफिल्ड – ''समायोजन एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा प्राणी अपनी आवश्यकताओं एवं उनकी पूर्ति करने वाली परिस्थितियों में सन्तुलन स्थापित करता हैं।''

समायोजन के लक्षण

1. समायोजन एक अच्छे व्यक्तित्व का गुण है।
2. समायोजन एक निरन्तर चलने वाली प्रक्रिया है।
3. समायोजन एक परिवर्तनशील प्रक्रिया है।
4. समायोजन गत्यात्मक होता हैं।
5. समायोजन से व्यक्ति के चिन्तन में परिपक्वता होती है।
6. समायोजन में व्यक्ति समाज के अन्य सदस्यों के प्रति संवेदनशील व्यवहार करता है।
7. समायोजन में सकारात्मक व्यक्तित्व और उत्तरदायित्व लेने की योग्यता पायी जाती है।
8. समायोजित व्यक्ति संवेगों का प्रदर्शन करने में सक्षम होता है।
9. समायोजन एक सहभागी और अन्योन्याश्रित प्रक्रिया है।
10. समायोजन में पर्यावरण एवं परिस्थितियों का अधिकतम लाभ उठाने की क्षमता होती है।
11. समायोजन में समस्या समाधान हेतु कुशलता और स्वतंत्र निर्णय लेने की क्षमता का पूर्ण विकास होता है।
12. समायोजन एक सहज प्रक्रिया हैं जिसमें व्यक्ति को नवीन परिस्थितियों का ज्ञान होता है।
13. समायोजन में वास्तविकता का प्रत्यक्षीकरण करने की क्षमता पायी जाती है।
14. समायोजन एक द्विमुखी प्रक्रिया है।
15. समायोजन से व्यक्ति का आत्म–सम्मान बढ़ता है।

कुसमायोजन

- व्यक्ति कुसमायोजित वातावरण से असंतुलन के कारण होता है।
- कुसमायोजन व्यक्ति की वह दशा है जिसमें वह अपने भौतिक और सामाजिक पर्यावरण के साथ पर्याप्त रूप से अनुकूलन करने में असमर्थ होता है।

कुसमायोजित व्यक्ति के लक्षण

- कुसमायोजन एक जटिल समस्या है। कुसमायोजन में व्यक्ति अपनी योग्यताओं को पूर्ण रूप से दोहन करने में असमर्थ रहता है।
  1. कुसमायोजित व्यक्ति में धैर्य एवं सहनशीलता की कमी पायी जाती है।
  2. कुसमायोजित व्यक्तियों की इच्छा शक्ति घटने लगती है।
  3. कुसमायोजन में व्यक्ति यथार्थ एवं वास्तविकता से दूर होता है।
  4. कुसमायोजित व्यक्ति मानसिक बाधाओं एवं परेशानियों से घिरे रहते हैं।
  5. कुसमायोजित व्यक्ति हर समय दुःखी, निराशावादी, चिन्ताग्रस्त रहता है।
  6. विफलताओं से शीघ्र ही घबरा जाता है।
  7. कुसमायोजित व्यक्तियों में अभिप्रेरणा निम्न पायी जाती है।
  8. कुसमायोजित व्यक्ति में चिड़चिड़ापन बना रहता है।
  9. कुसमायोजित व्यक्ति अपने वातावरण के साथ समायोजित नहीं कर पाता।
  10. कुसमायोजित व्यक्ति में आत्म सन्तुष्टि का अभाव बना रहता है।

कुसमायोजन के कारण

विद्यालय	सामाजिक	शारीरिक	पारिवारिक
अनुपयुक्त पाठ्यक्रम	बेरोजगारी	रूप–रंग	लिंग भेद
पुरानी परीक्षा पद्धति	धार्मिक विश्वास	निर्बलता	निर्धनता
शैक्षिक दबाव	मनोरंजन के साधनो का अभाव	शारीरिक रोग	आनुवांशिक दोष
छात्र शिक्षक अनुपात	वर्ग विषमता		
कठोर अनुपात			

कुसमायोजन के तत्व

1. भग्नाशा या कुण्ठा

किसी निर्धारित लक्ष्य को बार–बार प्रयास करने के बाद हासिल नहीं कर पाने पर व्यक्ति में नैराश्य का भाव उत्पन हो जाता है। जब लम्बे समय तक निराशा का भाव बना रहता है तो वह भग्नाशा या कुण्ठा में परिवर्तित हो जाता है।

कालसेनिक – भग्नाशा इच्छा या लक्ष्य की प्राप्ति न होने पर अभिव्यक्त की जाने वाली भावना है।

2. दबाव – दबाव एक शारीरिक एवं मनोवैज्ञानिक दशा है।

- ऐसी कोई भी परिस्थिति जो व्यक्ति को समायोजन करने के लिए मजबूर करती है, दबाव होता है। दबाव के कारण व्यक्ति में उत्तेजना और असन्तुलन की स्थिति पैदा हो जाती है।
- व्यक्ति जब अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति करने में असमर्थ होता है या फिर अपने प्रयासों में असफल हो जाता हैं तब दबाव उत्पन्न होता है।

3. **तनाव–** जब व्यक्ति तत्कालीन परिस्थितियों के अनुसार स्वयं को पूर्ण रूप से प्रस्तुत करने में विफल रहता हैं तो तनाव का शिकार हो जाता है।

   गेट्स– तनाव असंतुलन की अवस्था हैं जो व्यक्ति की उत्तेजित दशा को समाप्त करने के लिए प्रेरित करती है।

4. **दुश्चिंता**

   - जब अचेतन मन से दमित इच्छा चेतन मन में आने का प्रयास करती हैं तो व्यक्ति दुश्चिंता का शिकार हो जाता हैं।

     दुश्चिंता भविष्य को लेकर उत्पन्न होती है। दुश्चिंता एक कष्टप्रद स्थिति हैं जिसमें व्यक्ति के सामान्य क्रियाकलापों में बाधा उत्पन्न होती है।

5. **अन्तर्दन्द्व या संघर्ष**

   - किसी दो परिस्थितियों में से एक का चुनाव करना हो तो व्यक्ति के मन में संघर्ष पैदा होता है।

   डगलस– ''विपरीत इच्छाओं में तनाव के फलस्वरूप उत्पन्न होने वाली कष्टदायक संवेगात्मक अवस्था को अन्तर्द्वन्द्व कहते हैं।''

   अन्तर्दन्द्व तीन प्रकार का होता हैं।

   1. **ग्राह्य – ग्राह्य अन्तर्द्वन्द्व या उपहार – उपहार द्वन्द्व –**
      यह दो धनात्मक लक्ष्यों में से जब एक का चुनाव करना हो तो यह द्वन्द्व उत्पन्न होता हैं।
   2. **त्याग–त्याग द्वन्द्व या परिहार–परिहार द्वन्द्व–** यह दो ऋणात्मक लक्ष्यों में से एक का चुनाव करने पर उत्पन्न होता है।
   3. **ग्राह्य/उपहार–त्याग/परिहार द्वन्द्व–** यह द्वन्द्व एक द्विवस्तु के दो विरोधी भाव सामने होते है जिसमें व्यक्ति अपने लक्ष्य को प्राप्त करना भी चाहता हैं और नहीं भी।
      जैसे– एक युवक विवाह तो करना चाहता है लेकिन विवाह के बाद की जिम्मेदारियों से डरता है।

रक्षात्मक युक्तियाँ

रक्षात्मक युक्तियों के द्वारा व्यक्ति अपने प्रेरकों की सन्तुष्टि कर तनाव कम करने का प्रयास करता है। इसमें व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं को तोड़–मरोड़ कर पेश करता है।

समायोजन के उपाय

- प्रत्यक्ष उपाय
  - बाधा निवारण
  - मार्ग परिवर्तन
  - लक्ष्य प्रतिस्थापन
  - निष्कर्ष
- अप्रत्यक्ष उपाय
- क्षतिपूरक उपाय
- आक्रामक उपाय

1. **बाधा निवारण**– जब एक व्यक्ति यह सोचता है कि मेरे कार्यों में कोई बाधा आ रही है तो वह उस बाधा का निवारण करने के लिए कुछ ऐसे उपाय करता है जो एक प्रकार से अंध विश्वास के रूप होते है लेकिन उपयोग करने से व्यक्ति को मानसिक शांति प्राप्त होती है।
   जैसे– काला धागा बांधना।
2. **मार्ग परिवर्तन–** जब व्यक्ति किसी कार्य को सफलता प्राप्त करने के लिए प्रयास करता हैं और यदि वह अपने प्रयास में असफल हो जाता है तो वह उसी कार्य के लिए कोई दूसरा रास्ता चुनता है और सफलता प्राप्त करता है।
   जैसे– स्वाध्याय से सफल नहीं होने पर किसी मार्ग दर्शक के निर्देशन में कार्य करना
3. **लक्ष्य प्रतिस्थापन–** जब व्यक्ति किसी लक्ष्य को लेकर प्रयास करता है और वह असफल होने पर उसी प्रकृति का छोटा लक्ष्य प्राप्त कर समायोजन करता है।

समायोजन के अप्रत्यक्ष उपाय

1. **दमन** – जब एक व्यक्ति अपनी इच्छाओं को जबरदस्ती दबाकर समायोजन करता है।
2. **शमन** – जब एक व्यक्ति अपनी इच्छाओं को समय के प्रभाव से भूलने का प्रयास करता है और समायोजन करने का प्रयास करता है।
3. **दिवास्वप्न** – जब एक व्यक्ति को कोई पद या वस्तु को प्राप्त नहीं कर पाता तो वह उसके बारें में केवल कल्पना या स्वप्न लेते हुए पूर्ण करने की कोशिश करता है।
4. **नकारना**– जब एक व्यक्ति यह सोचता हैं कि कोई कार्य या व्यवहार करने में वह सामर्थ्य नहीं है तो वह उस कार्य को या परिस्थिति को नकारने का काम करता हैं और समायोजन करता है।
5. **प्रक्षेपण** – जब व्यक्ति अपनी किसी गलती को दूसरों पर आरोपित करते हुए समायोजन का प्रयास करता है तो यह प्रक्षेपण कहलाता है।

   जैसे – नाच न जाने आंगन टेड़ा

6. **प्रतिगमन ("पीछे की ओर लौटना")** – जब व्यक्ति किसी गम या अवसाद में होने पर वह भूतकाल में जाकर ऐसे व्यवहार को अपनाता है।

   जैसे – एक व्यक्ति द्वारा बचपन/बालक के जैसा व्यवहार करना

7. **शोधन मार्गतीकरण** – जब किसी व्यक्ति का व्यवहार सामाजिक उदारीकरण व्यवस्था के प्रतिकूल हो तो उस व्यवस्था में बदलाव कर उसमें नवीन प्रकार के व्यवहार को अपना लेता है।

   जैसे– पहले समाज में अन्तर्जातीय विवाह नहीं होते थे परन्तु वर्तमान में इन्हें सामाजिक व्यवस्था में मान्यता प्राप्त है।

8. **प्रत्यागमन**– जब व्यक्ति परिस्थितियों से दूर जाकर समायोजन करता है।

पलायन– जो व्यवस्था या परिस्थिति व्यक्ति को समायोजन में बाधा पहुँचाती है तो व्यक्ति उस परिस्थिति को हमेशा के लिए छोड़कर चला जाता है।

विस्थापन – जब व्यक्ति अपनी मानसिक सन्तुष्टि के लिए जिस कार्य या परिस्थिति से तनाव महसूस करता हैं, उसके स्थान पर कोई अन्य कार्य करना प्रारम्भ कर देता है।

9. **युक्तिकरण** – जब व्यक्ति किसी भी समस्या का समाधान नहीं होने की स्थिति में तार्किक उत्तर देने का प्रयास करता हैं। व्यक्ति के मान सम्मान में कमी होने पर संबंधित कार्य या लक्ष्य में खोट बता देता है।
10. **प्रतिक्रिया निर्माण/मनोरचना**
    व्यक्ति अपनी मूल इच्छा का दमन नहीं करके उसके विपरीत व्यवहार करता है।
    जैसे – बगुला भगत होना
11. **आत्मीकरण** – जब व्यक्ति किसी क्षेत्र में बार–बार असफल होता हैं तो वह अपने आप को उसी प्रकार के दूसरे व्यक्ति को जोड़कर बताने लगता है।
    जैसे– 10वीं फेल व्यक्ति अपने–आप को सचिन तेंदुलकर से जोड़कर बताना।

क्षतिपूरक उपाय

जब एक व्यक्ति में किसी प्रकार की कमी होती है तो उसी कमी की पूर्ति के लिए वह जो उपाय काम में लेता है।

जैसे– कम ऊँचाई की लड़की द्वारा ऊँची हिल के सैण्डल पहनना।

(i) प्रत्यक्ष क्षतिपूर्ति उपाय

जब एक व्यक्ति जिस क्षेत्र में कमी है उसी क्षेत्र में उसे पूरी करता है।
जैसे– अंग्रेजी की कमी की पूर्ति के लिए अंग्रेजी में अधिक अंक लाकर पूर्ति करना।

(ii) अप्रत्यक्ष उपाय– जब व्यक्ति एक क्षेत्र की कमी दूसरे क्षेत्र में करें।
जैसे– विज्ञान में कमजोर बालक द्वारा गणित में अधिक अंक लाकर उसकी पूर्ति करना।

आक्रामक उपाय

जब एक व्यक्ति क्रोध की स्थिति में होता है तो वह अपने क्रोध को शान्त करने के लिए जो उपाय काम में लेता है।

(i) प्रत्यक्ष आक्रमक उपाय – जिस परिस्थिति के कारण व्यक्ति में क्रोध को शान्त करने के लिए जो उपाय काम में लेता हैं।

जैसे– दो बालकों में विवाह होने पर दोनों एक–दूसरे से झगड़ा करते है।

(ii) अप्रत्यक्ष आक्रामक उपाय

जिस परिस्थिति के कारण व्यक्ति में क्रोध उत्पन्न होता हैं उसका सामना नहीं कर पाने पर किसी अन्य परिस्थिति पर क्रोध उतारना।
जैसे – एक कर्मचारी को अधिकारी की डाँट पड़ने पर अपना गुस्सा घर पर निकालना।

मानसिक स्वास्थ्य

अर्थ एवं परिभाषा

- मानसिक स्वास्थ्य से अभिप्राय व्यक्ति के उचित सामाजिक व्यवहार से है।
- जब एक व्यक्ति सामाजिक वातावरण में समायोजित होकर व्यवहार करता है तो यह उसके मानसिक स्वास्थ्य के लक्षण है।
- व्यक्ति को अपने मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए।
- अरस्तु – स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मस्तिष्क निवास करता है।

क्रो एण्ड क्रो– ''मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान वह विज्ञान हैं जिसका उद्देश्य मानव कल्याण से है और वह मानव संबंधो के सम्पूर्ण क्षेत्र को प्रभावित करता है।''

लाड़ेल – ''वास्तविक धरातल पर वातावरण के साथ सामंजस्य करने की क्षमता को मानसिक स्वास्थ्य कहा जाता है।''

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति के लक्षण

1. संवेगात्मक रूप से स्थिर होते है एवं नियंत्रण रखते हैं।
2. अपनी परिस्थितियों के अनुसार व्यवहार करते है।
3. सहनशील होते है।
4. निराशाओं व असफलताओं को सहन करने में सक्षम होते है।
5. वास्तविक दुनिया से संबंधित रहते है।
6. किसी भी कार्य को प्रसन्नचित मुद्रा में शान्तिपूर्ण ढंग से करते है।
7. निर्णय लेने की क्षमता प्रबल होती है।
8. समय के पाबन्दी होते है।
9. नेतृत्व की क्षमता होती है।
10. उच्च आकांक्षा स्तर होता है।
11. उच्च कल्पनाशीलता होती है।

मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारक

1. आनुवांशिकता
2. पारिवारिक वातावरण
3. शारीरिक स्वास्थ्य
4. शैक्षणिक कारक
5. समाज का प्रभाव
6. स्नायु तंत्र
7. मनोवैज्ञानिक कारक

मानसिक संघर्ष से बचाव के उपाय

1. शारीरिक विकारों का दमन करना
2. निर्देशन एवं परामर्श
3. पारिवारिक एवं सामाजिक वातावरण
4. शैक्षणिक सुधार
5. संवेगात्मक विकास
6. खेल एवं रूचि

उपराष्ट्रपति

अनुच्छेद 63 – भारत का उपराष्ट्रपति

- भारत का एक उपराष्ट्रपति होगा।

अनुच्छेद 64 उपराष्ट्रपति का राज्यसभा का पदेन सभापति होना –

उपराष्ट्रपति, राज्यसभा का पदेन सभापति होगा और अन्य कोई लाभ का पद धारण नहीं करेगा।

अनुच्छेद 66 उपराष्ट्रपति का निर्वाचन

- उपराष्ट्रपति का निर्वाचन संसद के दोनों सदनों के सभी सदस्यों से मिलकर बनने वाले निर्वाचकगण के सदस्यों द्वारा आनुपातिक प्रतिनिधित्व पद्धति के अनुसार एकल संक्रमणीय मत प्रणाली द्वारा होगा और ऐसे निर्वाचन में मतदान गुप्त होगा।
- उपराष्ट्रपति संसद के किसी सदन का या किसी राज्य के विधानमंडल के किसी सदन का सदस्य नहीं होगा।
- कोई व्यक्ति उपराष्ट्रपति निर्वाचित होने का पात्र तभी होगा जब वह–
  1. भारत का नागरिक हो।
  2. 35 वर्ष की आयु पूरी कर चुका हो।
  3. राज्य सभा का सदस्य निर्वाचित होने के लिए योग्य हो।
- भारत सरकार या राज्य सरकार के अधीन किसी लाभ के पद पर कार्यरत न हो।

अनुच्छेद 67 – उपराष्ट्रपति की पदावधि

- उपराष्ट्रपति की पदावधि उसके पद ग्रहण करने से लेकर 5 वर्ष तक होती है। हालांकि वह अपनी पदावधि में किसी भी समय अपना त्यागपत्र राष्ट्रपति को दे सकता है।
- उपराष्ट्रपति, अपने पद की अवधि समाप्त हो जाने पर भी तब तक पद धारण करता रहेगा। जब तक उसका उत्तराधिकारी अपना पद ग्रहण नही ंकर लेता है।
- उपराष्ट्रपति के चुनाव के लिए 20 प्रस्तावक व 20 अनुमोदक होना चाहिए।

अनुच्छेद 68 – उपराष्ट्रपति के पद में रिक्त को भरने के लिए निर्वाचन करने का समय और आकस्मिक रिक्त पद को भरने के लिए निर्वाचित व्यक्ति की पदावधि।

अनुच्छेद 69 – उपराष्ट्रपति द्वारा शपथ या प्रतिज्ञान।

अनच्छेद 70 – अन्य आकस्मिकताओ में राष्ट्रपति के कृत्यों का निर्वहन।

अनुच्छेद 71 – राष्ट्रपति या उपराष्ट्रपति के निर्वाचन से संबंधित या ससक्त विषय।

नोट –

- राष्ट्रपति तथा उपराष्ट्रपति अपने पद से इस्तीफा एक–दूसरे को देते है।
- डॉ. राधाकृष्णन, मोहम्मद हिदायतुल्ला, शंकर दयाल शर्मा निर्विरोध उपराष्ट्रपति चुने गये थे।
- जे.डी पाठक, मोहम्मद हिदायतुल्ला, कृष्णकांत (कार्यकाल के दौरान मृत्यू), बी.डी जत्ती, भैरोसिंह शेखावत, ये राष्ट्रपति नहीं बन पाये थे।

उपराष्ट्रपति

भारतीय संविधान में उपराष्ट्रपति का पद देश का दूसरा सर्वोच्च पद होता हैं। अनुच्छेद 63 के अनुसार भारत का एक उपराष्ट्रपति होगा। अनुच्छेद 64 के अनुसार उपराष्ट्रपति को राज्यसभा के पदेन सभापति (Ex-officio) के रूप में मान्यता प्रदान की गई हैं। यह अमेरिकी प्रथा का अनुसरण हैं।

निर्वाचन प्रक्रिया

अनुच्छेद 66 (1) में उपराष्ट्रपति की निर्वाचन प्रक्रिया का वर्णन हैं। इसके अनुसार उपराष्ट्रपति का चुनाव एक निर्वाचक मण्ड़ल द्वारा होता है, जिसमें संसद के दोनों सदनों के सभी सदस्य शामिल होते हैं। अतः मनोनीत सदस्य भी उपराष्ट्रपति के चुनाव में भाग लेते हैं। उपराष्ट्रपति का चुनाव आनुपातिक प्रतिनिधित्व के आधार पर एकल संक्रमणीय मत प्रणाली द्वारा और गुप्त मतदान से होता हैं। मतदान के लिए दोनों सदनों की संयुक्त बैठक की आवश्यकता नहीं है और यदि सदन में कुछ स्थान खाली है, तो इसके आधार पर उपराष्ट्रपति का चुनाव अवैध घोषित नहीं किया जाएगा। सामान्यतः राज्यसभा के महासचिव (Secretary General) को उपराष्ट्रपति के चुनाव का निर्वाचन अधिकारी नियुक्त किया जाता हैं।

योग्यताएँ

अनुच्छेद 66 (3) के अन्तर्गत उपराष्ट्रपति का चुनाव लड़ने वाले व्यक्ति के लिए योग्यताएँ निर्धारित की गई है, जो निम्नलिखित हैं –

- वह भारत का नागरिक हो।
- वह 35 वर्ष की आयु पूर्ण कर चुका हो।
- वह राज्यसभा का सदस्य बनने की योग्यता रखता हो।
- वह केन्द्र सरकार अथवा राज्य सरकार या किसी स्थानीय प्राधिकरण या अन्य किसी सार्वजनिक प्राधिकरण (Public Authority) के अन्तर्गत किसी लाभ के पद पर न हो।

परन्तु वर्तमान राष्ट्रपति या उपराष्ट्रपति और किसी राज्य का राज्यपाल तथा संघ या राज्य का मंत्री किसी लाभ के पद पर नहीं माने जाते हैं। अतः इसी कारण वह उपराष्ट्रपति पद की उम्मीदवारी के लिए योग्य होते हैं। इसके साथ–साथ उपराष्ट्रपति के चुनाव के नामांकन के लिए उम्मीदवार के पास कम–से–कम 20 प्रस्तावक और 20 अनुमोदक होने चाहिए।

अनुच्छेद 67 के अनुसार, उपराष्ट्रपति अपने पद ग्रहण की तारीख से 5 वर्ष की अवधि तक पद धारण करेगा, परन्तु

- उपराष्ट्रपति, राष्ट्रपति को संबोधित अपने हस्ताक्षर सहित लेख द्वारा अपना पद त्याग सकता हैं।
- उपराष्ट्रपति, राज्यसभा के ऐसे संकल्प द्वारा अपने पद से हटाया जा सकेगा , जिसे राज्यसभा के तत्कालीन समस्त सदस्यों के बहुमत ने पारित किया हो और जिससे लोकसभा सहमत है, परन्तु हटाने के संकल्प प्रस्तावित करने के 14 दिन पूर्व उपराष्ट्रपति को सूचित करना होगा (अनुच्छेद 67)।
- उपराष्ट्रपति अपने पद की अवधि समाप्त हो जाने पर भी तब तक पद धारण करता रहेगा, जब तक उसका उत्तराधिकारी अपना पद ग्रहण नहीं कर लेता हैं।
- जब उपराष्ट्रपति कार्यवाहक राष्ट्रपति के रूप में कार्य करता है, तब उसे महाभियोग लगाकर उसी विधि से हटाया जा सकेगा, जिस विधि से संविधान में राष्ट्रपति को हटाए जाने की व्यवस्था हैं।

शपथ

उपराष्ट्रपति को उसके पद की शपथ राष्ट्रपति अथवा उसके द्वारा नियुक्त किसी व्यक्ति द्वारा दिलवाई जाती हैं। उपराष्ट्रपति भारत के संविधान के प्रति सच्ची श्रद्धा और निष्ठा रखने एवं अपने पद व कर्त्तव्यों के पालन की शपथ लेता हैं।

वेतन एवं भत्ते

उपराष्ट्रपति को निःशुल्क शासकीय निवास, फोन की सुविधा, कार, चिकित्सा सुविधा, यात्रा सुविधा एवं अन्य सुविधाएँ उपलब्ध होती हैं। उपराष्ट्रपति को वेतन एवं सभी भत्ते भारत की संचित निधि से दिए जाते हैं। जनवरी, 2009 में अनुमोदित व संशोधित विधेयक के माध्यम से भारत के उपराष्ट्रपति का वेतन राज्यसभा के सभापति के रूप में 4,00,000 लाख रूपये प्रतिमाह निर्धारित किया गया हैं।

भारत के उपराष्ट्रपति

नाम	कार्यकाल	प्रमुख तथ्य
डॉ.एस. राधाकृष्णन	1952 – 1962	प्रथम उपराष्ट्रपति, सर्वाधिक लम्बा कार्यकाल (10 वर्ष)
डॉ. जाकिर हुसैन	1962 – 1967	–
वी.वी.गिरि	1967 – 1969	सबसे कम पदावधि (2 वर्ष)
जी.एस.पाठक	1969 – 1974	–
बी.डी.जत्ती	1974 – 1979	–
एम.हिदायतुल्ला	1979 – 1984	–
आर.वेंकट रमन	1984 – 1987	–
डॉ. एस.डी.शर्मा	1987 – 1992	–
के.आर.नारायणन	1992 – 1997	–
कृष्णकांत	1997 – 2002	पद पर रहते हुए मृत्यु
भैरो सिंह शेखावत	2002 – 2007	–
मोहम्मद हामिद अंसारी	2007 से 2017	2012 में पुनः निर्वाचित
वैंकेया नायडू	2017 से अब तक	–

*** 23 जुलाई, 2019 के अनुसार**

उपराष्ट्रपति के कार्य एवं शक्तियाँ

उपराष्ट्रपति के प्रमुख कार्य एवं शक्तियाँ इस प्रकार हैं –

उपराष्ट्रपति : राज्यसभा अध्यक्ष के रूप में

अनुच्छेद 64 के अनुसार उपराष्ट्रपति, राज्यसभा का पदेन सभापति होगा और अन्य कोई लाभ का पद धारण नहीं करेगा, परन्तु जब वह राष्ट्रपति के रूप में कार्य करता है, तब वह राज्यसभा के सभापति के रूप में कार्य नहीं करेगा। उपराष्ट्रपति राज्यसभा के अध्यक्ष के रूप में इसके अधिवेशनों की अध्यक्षता करता हैं। राज्यसभा में अनुशासन कायम रखना उसकी जिम्मेदारी है, जो व्यक्ति सदन का अनुशासन भंग करता है, उपराष्ट्रपति उसे बाहर निकाल सकता हैं। उसे सामान्य मत देने का अधिकार नहीं है, परन्तु उसे निर्णायक मत (Crucial Vote) का अधिकार हैं। जब किसी विधेयक को राज्यसभा पास कर देती है, तब उपराष्ट्रपति राज्यसभा के अध्यक्ष के रूप में वे सभी कार्य करता है, जो एक अध्यक्ष को करने चाहिए।

उपराष्ट्रपति : राष्ट्रपति के रूप में

अनुच्छेद 65 असामान्य स्थिति में उपराष्ट्रपति को राष्ट्रपति का कार्य अधिकार सौंपता हैं।

अनुच्छेद 65 (1) के अनुसार राष्ट्रपति की मृत्यु, पदत्याग या पद से हटाए जाने या अन्य कारण से उसके पद में हुई रिक्ति की दशा में उपराष्ट्रपति उस तारीख तक राष्ट्रपति के रूप में कार्य करेगा, जब तक नवनिर्वाचित राष्ट्रपति अपना पद ग्रहण नहीं कर लेता हैं। उपराष्ट्रपति अधिक–से–अधिक छः माह तक राष्ट्रपति के पद पर कार्य कर सकता हैं, क्योंकि संविधान के अनुसार नए राष्ट्रपति का चुनाव छः माह के अन्दर हो जाना चाहिए।

अनुच्छेद 65 (2) में उपबन्ध हैं कि जब राष्ट्रपति अनुपस्थिति, बीमारी या अन्य किसी कारण से अपने कृत्यों का निर्वहन करने में असमर्थ हो, तब उपराष्ट्रपति उस तारीख तक उसके कार्यों का निर्वहन करेगा, जिस तारीख को राष्ट्रपति अपने कर्त्तव्यों को फिर से संभालता हैं।

अनुच्छेद 65 (3) के अनुसार, जब उपराष्ट्रपति राष्ट्रपति के रूप में कार्य करेगा तो वह राष्ट्रपति की सभी शक्तियों और उन्मुक्तियों का प्रयोग करेगा, उसे वेतन एवं भत्ते भी राष्ट्रपति वाले ही मिलेंगे।

डॉ. जाकिर हुसैन की मृत्यु पर वी.वी.गिरी ने राष्ट्रपति का पद संभाला था। वर्ष 1977 में फखरूद्दीन अली अहमद की मृत्यु पर बी.डी.जत्ती ने पद सम्भाला था। इसी प्रकार उपराष्ट्रपति जब राज्यसभा के सभापति के रूप में कार्य करता है, तो उसे राज्यसभा के सभापति के रूप में वेतन व अन्य सुविधाएँ प्राप्त होती हैं, न कि उपराष्ट्रपति के रूप में।

राष्ट्रपति एवं उपराष्ट्रपति के निर्वाचन संबंधी विषय

राष्ट्रपति एवं उपराष्ट्रपति के निर्वाचन सम्बन्धी विषय निम्नलिखित हैं –

- **अनुच्छेद 71 (1)** के अनुसार राष्ट्रपति या उपराष्ट्रपति के निर्वाचन से उत्पन्न सभी शंकाओं और विवादों की जाँच और विनिश्चय उच्चतम न्यायालय द्वारा किया जाएगा और उसका विनिश्चय अन्तिम होगा।
- **अनुच्छेद 71 (2)** के अनुसार उच्चतम न्यायालय द्वारा राष्ट्रपति या उपराष्ट्रपति के चुनाव को शून्य घोषित कर दिया जाता है, तो उनके द्वारा पदावधि के दौरान किए गए कार्य शून्य नहीं होंगे।
- **अनुच्छेद 71 (3)** में उपबन्ध है कि राष्ट्रपति या उपराष्ट्रपति के निर्वाचन से संबंधित किसी विषय का विनियमन (Regulation) संसद विधि द्वारा करेगी।
- **अनुच्छेद 71 (4)** के अनुसार राष्ट्रपति या उपराष्ट्रपति के रूप में किसी व्यक्ति के निर्वाचन को निर्वाचक मण्डल अधूरा होने के कारण प्रश्नगत नहीं किया जाएगा (11 वें संशोधन अधिनियम द्वारा जोड़ा गया)।