ਡਿਸਟੈਂਸ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ
ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ

ਕਲਾਸ : ਬੀ. ਏ. 1 (ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ) ਸਮੈਸਟਰ ਦੂਜਾ

ਪੇਪਰ : ਸਿੱਖਿਆ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਯੂਨਿਟ : 2

ਮੀਡੀਅਮ : ਪੰਜਾਬੀ

ਪਾਠ ਨੰ.

2.1 ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ : ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਾਪੇਖਕ ਮਹੱਤਤਾ

2.2 ਵਿਅਕਤੀਤਵ : ਅਰਥ ਅਤੇ ਸਕੰਲਪ, ਸਿਧਾਂਤ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ

2.3 ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਖਣ ਦੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ

2.4 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ : ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਸਰੂਪ ਅਤੇ ਲੋੜ

Department website : www.pbidde.org

ਪਾਠ ਨੰ : 2.1 **ਲੇਖਿਕਾ: ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਅਮਿਤਾ ਕਾਯਸਥਾ**

ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ: ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਾਪੇਖਕ ਮਹੱਤਤਾ

ਬਣਤਰ

2.1.1 ਉਦੇਸ਼
2.1.2 ਭੂਮਿਕਾ
2.1.3 ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਅਰਥ
  2.1.3.1 ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਨਿਯਮ
2.1.4 ਵਾਤਾਵਰਣ
  2.1.4.1 ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ
2.1.5 ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਮਹਤੱਤਾ
  2.1.5.1 ਵਿਰਸੇ ਪੱਖੀਆਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ
  2.1.5.2 ਵਾਤਾਵਰਣ ਪੱਖੀਆਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ
    2.1.5.2.1 ਅਸਾਧਾਰਣ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ
2.1.6 ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਤਾ
2.1.7 ਸਾਰ
2.1.8 ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ
2.1.9 ਸੁਝਾਈ ਪੁਸਤਕ ਸੂਚੀ ਅਤੇ ਵੈਬ ਸੋਮੇ
2.1.10 ਸ੍ਵੈ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਭਿਆਸ

2.1.1 ਉਦੇਸ਼ (Objectives)

ਇਸ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਉਪਰੰਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤੱਥਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਗੇ:

1. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਅਰਥ ਦਸ ਸਕਣਗੇ।
2. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਗੇ।
3. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।
4. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।
5. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।
6. ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।

2.1.2 ਭੂਮਿਕਾ (Introduction)

ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਸਾਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਸੁਸਤ ਬੱਚੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਬਹੁਤ ਚੁਸਤ ਅਤੇ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੀ ਕਈ ਵਾਰ ਸਾਡਾ ਸਾਹਮਣਾ ਚੁਸਤ ਅਤੇ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਸੁਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਹੈਰਾਨੀ ਇਸ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡਾ ਵਤੀਰਾ ਅਜਿਹਾ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਆਮ ਕਰਕੇ ਬੱਚੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਤੀਰੇ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਤਾਂ ਇਹ ਹੋ

ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਸਮਾਜ ਜਾਤ-ਪਾਤ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਅਸੀਂ ਵਿਰਾਸਤ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਆਮ ਕਰਕੇ ਚੰਗੇ ਘਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਵਤੀਰਾ ਵੀ ਚੰਗਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਘਰ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਇਹ ਧਾਰਨਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕਠਨਾਈ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇਹ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਘੜ ਕੇ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਹੱਥ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ। ਇਹ ਮਸਲਾ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਗੁੰਝਲ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੁੰਝਲ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇਹ ਗੱਲ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੁਸਤ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਚੁਸਤ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੀ ਇਸਦੇ ਉਲਟ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਅਸਲ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਹੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿਰਾਸਤ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਿ ਇੱਕ ਹੋਰ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਸਾਧੂਆਂ ਜਾਂ ਮਹਾਤਮਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਕਰਕੇ ਚੰਗਾ ਮਨੁੱਖ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਹੋਰ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਚੰਗਾ ਹੀ ਬਣਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੋਵੇਂ ਤੱਤ ਮਨੁੱਖੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਵਿਰਾਸਤ ਸਾਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੋਹਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਮਾਤਾ ਦੀ ਆਪਣੀ ਔਲਾਦ ਨੂੰ ਦੇਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਤੋਂ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਕੁਝ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸੇ ਵਕਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਬਣਨ ਵਿੱਚ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਬੜਾ ਭਾਰੀ ਹੱਥ ਹੈ। ਲਗਭਗ ਸਾਰੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਦੋਹਾਂ ਬਾਰੇ ਸਹਿਮਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਅਸਹਿਮਤੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਵਿਵਹਾਰ ਪਿੱਛੇ ਵਧੇਰੇ ਹੱਥ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ।

2.1.3 ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਅਰਥ (Meaning of Heredity)

ਇੱਕ ਸਾਧਾਰਨ ਆਦਮੀ ਵਿਰਾਸਤ ਤੋਂ ਭਾਵ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਿੱਚ ਭੌਤਿਕ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਸਮਾਨਤਾ ਤੋਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਆਦਮੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਵਿਰਾਸਤ ਜਾਂ ਵਿਰਸੇ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦਾ ਭਾਵ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜੀਨਜ਼ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਜੀਵਤ ਕੋਸ਼ਾਣੂ (Living Cell) ਦੀ ਨਾਭ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਜੀਨਜ਼ ਅਰੀ ਗੁਣਸੂਤਰ (Choromosomes) ਵਿੱਚ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਜੀਵਤ ਸੈਲ ਵਿੱਚ ਕਰੋਮੋਸੋਮ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਵਰਗ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹਰ ਸੈਲ ਵਿੱਚ 46 ਭਾਵ 23 ਜੋੜੇ ਗੁਣਸੂਤਰਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵ ਅੰਦਰ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਜੀਨਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਰੋਮੋਸੋਮ ਵਿੱਚ ਗਿਣਤੀ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜੀਨਜ਼ ਵਿੱਚੋਂ ਕਈ ਵਿੱਚ ਮਾਂ ਜਾਂ ਬਾਪ ਦੇ ਅੰਸ਼ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਅਜਿਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਦੇ, ਦਾਦੀ ਜਾਂ ਫਿਰ ਨਾਨੇ ਦੇ ਅੰਸ਼ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੀ ਕਈ ਜੀਨਜ਼ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤੋਂ ਪਿਛਲੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਦੇ ਅੰਸ਼ ਵੀ ਵੱਧ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਜੀਨਜ਼ ਦਾ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਮੇਲ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਮੇਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਵਿਅੱਕਤਿਤਵ ਉਭਰੇਗਾ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਰੰਭ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਦਾ ਜੀਵਾਣੂ ਇਸਤਰੀ ਦੇ ਵੀਰਜ ਵਿੱਚ ਅੰਡੇ (Ovum) ਵਿੱਚੋਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਜੀਵਾਣੂ ਮਰਦ ਦੇ ਵੀਰਜ ਵਿੱਚ ਨਰ ਅੰਸ਼ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਨਰ ਅੰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਇੱਕੋ ਵਾਰ ਦੇ ਵੀਰਜ ਵਿੱਚ ਅਣਗਿਣਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਵਾਰ ਅੰਡਾ ਉਭਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਆਏ ਦੋ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਮਾਦਾ ਅੰਡੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਰ ਅੰਸ਼ ਵਿੱਚ ਦੋਹਾਂ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ 23 ਅਤੇ 23 ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਅੱਧੇ ਜੀਨਜ਼ ਮਾਂ ਵਲੋਂ ਅਤੇ ਅੱਧੇ ਬਾਪ ਵਲੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਜੀਨਜ਼ ਹੀ ਵਿਰਾਸਤ ਤੇ ਵਿਰਸੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੱਕ ਲੈ ਜਾਣ ਦਾ ਸਾਧਨ ਹਨ। ਮਾਂ ਅਤੇ ਪਿਉ ਵੱਲੋਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੱਝਵੀਂ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਕਰੋਮੋਸੋਮਜ਼ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਪਰੰਤੂ ਫਿਰ ਵੀ ਕੋਈ ਦੋ ਵਿਅਕਤੀ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਨਕਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਸਰੀਰਕ ਆਕਾਰ ਵਿੱਚ, ਨਕਸ਼ੇ ਵਿੱਚ, ਕੱਦ-ਕਾਠ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਏਕਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਅਨੇਕਤਾ ਵੀ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ।

2.1.3.1 ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਨਿਯਮ (Laws of Heredity)

1. **ਜਿਹੇ ਮਾਪੇ ਤਿਹੇ ਬੱਚੇ (Like Begets Like):** ਇਸ ਨਿਯਮ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਰਗੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੁਹਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਸੁਹਣੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਕਰੂਪ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਕਰੂਪ। ਤੇਜ਼ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਤੇਜ਼ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੁੰਦਾ।

2. **ਵਿਲੱਖਣਤਾ ਦਾ ਨਿਯਮ (Law of Variablity):** ਇਸ ਨਿਯਮ ਅਨੁਸਾਰ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਅੰਤਰ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅੰਤਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੀਜ ਕੋਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦੀ ਭਿੰਨਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੀਜ ਕੋਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਜੀਨਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਸੰਜੋਗਾਂ ਨਾਲ ਜੁੱਟ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਭਿੰਨ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਅਜਿਹੀ ਸੰਤਾਨ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੀ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

3. **ਪ੍ਰਤੀਗਮਨ ਦਾ ਨਿਯਮ (Law of Regression):** ਇਸ ਨਿਯਮ ਅਨੁਸਾਰ ਤੇਜ਼ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਘੱਟ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਘਟੀਆ ਬੁੱਧੀ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਘਟੀਆ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਅਜਿਹਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤੇ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਅਤੇ ਸੁਲਝੇ ਹੋਏ ਵਿਅੱਕਤੀਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਰਗੇ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਅਤੇ ਸੁਲਝੇ ਹੋਏ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਹ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ੳ) ਜੇ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਬਾਪ ਤੇ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਮਾਂ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜੀਨਜ਼ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਜੋ ਕਿ ਮਾਂ ਬਾਪ ਵਰਗੇ ਹੀ ਹਨ ਤਾਂ ਬੱਚਾ ਵੀ ਬੁੱਧਮਾਨ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ ਪਰ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਲੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਜੀਨਜ਼ ਤੋਂ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਜੋ ਕਿ ਘਟੀਆ ਬੁੱਧੀ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਰੱਖਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਬੱਚਾ ਵੀ ਘਟੀਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਵਧੀਆ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਮ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। (ਅ) ਕਈ ਵਾਰ ਜੇ ਵਧੀਆ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲਾ ਬਾਪ ਘਟੀਆ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੀ ਮਾਂ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਉਲਟ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੋ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਵਧੀਆ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਘਟੀਆ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲਾ ਵੀ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਮ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਿਹੜੇ ਲੱਛਣ ਵਿਰਸੇ ਵੱਜੋਂ ਮਿਲਦੇ ਹਨ: ਉਹ ਸਾਰੇ ਲੱਛਣ ਜਿਹੜੇ ਨਰ ਦੇ ਅੰਸ਼ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਵਿਰਸੇ ਵਜੋਂ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਇੰਜ ਹਨ:

1. **ਸਰੀਰਕ ਲੱਛਣ (Physical Traits):** ਭੌਤਿਕ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹਿੱਸੇ, ਲੱਤਾਂ, ਹੱਥ, ਸਿਰ, ਚਮੜੀ ਦਾ ਰੰਗ, ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਰੰਗ, ਕੱਦ-ਕਾਠ, ਉਂਗਲੀਆਂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਅਤੇ ਚੌੜਾਈ ਆਦਿ।
2. **ਦਿਮਾਗ਼ੀ ਲੱਛਣ (Mental Traits):** ਬਿਰਤੀਆਂ, ਬੁੱਧੀ, ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਸਥਿਰਤਾ, ਯਾਦ-ਦਾਸ਼ਤ, ਸੂਖਮ ਵਿਚਾਰ, ਤਰਕ-ਸ਼ਕਤੀ, ਨਿਰਣਾ ਆਦਿ।
3. **ਬਿਮਾਰੀ (Disease):** ਕੁੱਝ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕੈਂਸਰ, ਤਪਦਿਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਸ਼ਕਰ ਆਉਣਾ, ਅੰਧਰਾਤਾ ਆਦਿ ਵੀ ਵਿਰਸੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਵਿਰਸਾ ਸਾਨੂੰ ਕੁੱਝ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਵਿਰਸਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਦੇ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਸੁਖਾਵੇਂ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

2.1.4 ਵਾਤਾਵਰਣ (Environment)

ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਡਗਲਸ ਤੇ ਹਾਲੈਂਡ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਕਿ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਤੇ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ, ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ, ਉਸ ਦੀ ਬਣਤਰ, ਉਸ ਦੇ ਆਧਾਰ, ਉਸ ਦੇ ਵਖਰੇਵੇਂ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਤੇ ਪਰਪਕਤਾ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਾਨਸਿਕ, ਨੈਤਿਕ ਅਤੇ ਰੂਹਾਨੀ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਉਹ ਸਾਰੇ ਹਾਲਾਤ ਹਨ ਜੋ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਮੌਤ ਤੱਕ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਰੰਭ ਨਰ ਅੰਸ਼ ਅਤੇ ਨਾਰ ਅੰਸ਼ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸਭ ਕੁਝ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੇ ਜੀਨਜ਼ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਸਾਰੀ ਸਰੀਰਕ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਕੋਸ਼ਾਣੂਆਂ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੀਨਜ਼ ਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਜੰਤਰ ਕਲਾ ਨੂੰ ਹਰਕਤ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਅਣ-ਲੋੜੀਂਦੀ ਅਦਲਾ-ਬਦਲੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅੰਸ਼ ਸਾਡੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਵੀ ਤਬਦੀਲੀ ਜਾਂ ਭੌਤਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਜਿਹੜੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਉਹ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

2.1.4.1 ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ (Types of Environment)

ਵਾਤਾਵਰਣ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

1. ਭੌਤਿਕ ਜਾਂ ਭੂਗੋਲਿਕ ਵਾਤਾਵਰਣ, 2. ਸਮਾਜਿਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ 3. ਨੈਤਿਕ ਵਾਤਾਵਰਣ।

1. **ਭੌਤਿਕ ਜਾਂ ਭੂਗੋਲਿਕ ਵਾਤਾਵਰਣ:** ਇਸ ਵਿੱਚ ਖੁਰਾਕ, ਤਾਪਕ੍ਰਮ, ਪੌਣ-ਪਾਣੀ, ਘਰ, ਸਕੂਲ, ਵਸਤਰ ਆਦਿ ਵਸਤੂਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਣਤਰ ’ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ -ਅਜਿਹਾ ਉਹ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਮੂਹਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।

2. **ਸਮਾਜਿਕ ਵਾਤਾਵਰਣ:** ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਕਾਨੂੰਨ, ਰਸਮੋ-ਰਿਵਾਜ਼, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ, ਖੇਡ ਅਤੇ ਸਾਥੀ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਪਰਸਪਰ ਵਿਰਸੇ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਰਸਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਰਸੇ ਵਿੱਚ ਪੁਰਾਤਨ ਸਭਿਆਚਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਭਿਆਚਾਰ ਪਰੰਪਰਾ ਇੱਕ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਬਾਪ ਦੇ ਜਨਮ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਜਾਂ ਮਾਂ ਦੇ ਓਵਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਫ਼ਲਸਫ਼ਾ, ਰਸਮਾਂ ਅਤੇ ਰਿਵਾਜ਼ਾਂ, ਸਾਹਿਤ ਆਦਿ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਸਲ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵਿਰਸਾ ਉਸ ਦੇ ਮਾਣ ਦਾ ਪਾਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਸਲ ਸਭ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਰਸੇ ਵਿੱਚੋਂ ਲੱਭਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੀਨਜ਼ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਹੀ ਢਾਲਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਆਪਣੇ ਪੁਰਾਣੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਵਾਧਾ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਨਸਲ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਲੱਗਿਆਂ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਢਾਲੇ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਵਿਸ਼ਾ, ਆਪਣੀ ਕਵਿਤਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਲੋਕ ਗੀਤ ਪੜ੍ਹਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਗਿਆਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸਗੋਂ ਸਮਾਜਿਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਾਰੇ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

3. **ਨੈਤਿਕ ਵਾਤਾਵਰਣ:** ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਤਮਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਨਿਰਬਾਹ ਅਤੇ ਸਮਾਯੋਜਨ ਕਰਨਾ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣਾ ਹੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਕਰਕੇ ਇਸ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਧਰਮ, ਮੰਦਰ, ਗੁਰਦੁਆਰਾ, ਮਸਜਿਦ ਅਤੇ ਗਿਰਜੇ ਨਾਲ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਥਾਨ ਜੋ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਮਝੇ ਤੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਠੀਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਵੇ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਆਤਮਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

2.1.5 ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਮਹਤੱਤਾ (Relative Importance of Heredity and Environment):

ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਸੰਦੇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਦੋਹਾਂ ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਆਪਣਾ- ਆਪਣਾ ਮਹੱਤਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਕਿਸੇ ਵਿਅੱਕਤੀ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਤਭੇਦ ਸਿਰਫ਼ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੋਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਦਾ ਕਿੰਨਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਰਾਸਤ-ਪੱਖੀ ਵਿਰਸੇ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਵਿਰਸੇ ਦਾ ਮੁੱਖ ਸਥਾਨ ਹੈ, ਬੱਚਾ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਕੀ ਬਣਨਾ ਹੈ? ਇਹ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਨਿਸਚਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਾਤਾਵਰਣ ਪੱਖੀਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਣ ਹੀ ਸਭ ਕੁਝ ਹੈ। ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਵਿਰਸੇ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਚੰਗੇ ਰੋਲ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤੇ ਹਨ।

2.1.5.1 ਵਿਰਸੇ ਪੱਖੀਆਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ

ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤੇ ਹਨ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਧ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਵਿਰਸੇ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਹੱਥ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

1. **ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ (Family History):** ਫਰਾਂਸੀਸ ਗਾਲਟਨ (Francis Galton) ਨੇ 1869 ਈ. ਵਿੱਚ 300 ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵਾ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਸਿੱਧ ਕੀਤਾ ਕਿ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਦਾ ਗੁਣ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਰੇ ਆਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਵੈਜਵੁੱਡ ਗਾਲਟਨ-ਡਾਰਵਿਨ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੇ ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਵਿਗਿਆਨੀ ਦਿੱਤੇ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਗੈਡਾਰਡ (Gaddard) ਨੇ 1914 ਵਿੱਚ ਕਾਲਿਕਾਕਸ ਪਰਿਵਾਰਾਂ (Kallikakas Families) ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ। ਮਾਰਟਨ ਕਾਲਕੋਕ ਨੇ ਇੱਕ ਐਸੀ ਲੜਕੀ ਨਾਲ ਸ਼ਾਦੀ ਕੀਤੀ ਜੋ ਬਹੁਤ ਖਰ ਦਿਮਾਗ ਸੀ।

ਉਸ ਦੇ ਲਗਭਗ ਪੰਜ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਵਿੱਚ 480 ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਹੋਏ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 143 ਖਰ ਦਿਮਾਗੀ, 291 ਲਗਭਗ ਅਸਾਧਾਰਨ ਅਤੇ 46 ਸਧਾਰਨ ਸਨ। ਫੇਰ ਮਾਰਟਨ ਨੇ ਦੂਜੀ ਸ਼ਾਦੀ ਕੀਤੀ ਜੋ ਚੰਗੀ ਘਰਾਣੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਸ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਪੋਤਰੇ, ਪੜਪੋਤਰੇ 496 ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਸਾਰੇ ਸਾਧਾਰਨ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਸਨ। ਕੋਈ ਗਵਰਨਰ, ਵਕੀਲ, ਡਾਕਟਰ, ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਵਪਾਰੀ ਬਣਿਆ। ਇੱਕ ਬਾਪ ਅਤੇ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਂਵਾਂ ਦਾ ਤੁਲਨਾਤਮਕ ਅਧਿਐਨ ਇਹ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਰਾਸਤ ਦੀ ਕਾਫੀ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ।

2. **ਜੋੜਿਆਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ (Co-twin Studies):** ਜੋੜੇ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਸਰੂਪ (Identical) ਅਤੇ ਭਰਾਤਰੀ (Fraternal)। ਸਮਰੂਪ ਇੱਕ ਹੀ ਸੈਲ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਲਿੰਗ ਵੀ ਇੱਕ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਭਰਾਤਰੀ ਜੋੜੇ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੈਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਲਿੰਗ ਵੀ ਇੱਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੱਖਰਾ ਵੀ। ਰਨਡਾਈਕ ਨੇ ਸਮਰੂਪ ਜੋੜਿਆਂ ਦੇ 50 ਜੋੜਿਆਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਪਾਲਣਾ ਹੋਈ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਖਾਸ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਵਿਰਾਸਤ ਨੇ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਉੱਤੇ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ ਜਾਪਦਾ ਹੈ।

3. **ਚੋਣਵੀਆਂ ਨਸਲਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ (Experiment of Selected Breeding):** ਵਿਰਸੇ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜਾਣਨ ਲਈ ਚੂਹਿਆਂ ਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇੱਕ ਤਜਰਬੇ ਵਿੱਚ 142 ਚੂਹਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਗੋਰਖ ਧੰਦੇ ਅਤੇ ਭੁੱਲ -ਭੁਲੱਈਆਂ ਦੇ ਥੰਮ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਹਰ ਚੂਹੇ ਨੂੰ 18 ਮੌਕੇ ਦਿੱਤੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਇਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ 7 ਅਤੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ 214 ਗਲਤੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ। ਗਲਤੀਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਦੋ ਗਰੁੱਪ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਇੱਕ ਤੇਜ਼ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਮੋਟੀ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲਾ। ਸੱਤ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਤੱਕ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੋਹਾਂ ਗਰੁੱਪਾਂ ਦੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਭਿੰਨ ਸਨ।

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਤਜਰਬੇ ਤੋਂ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਹੀ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਮੋਤੀ ਲਾਲ ਨਹਿਰੂ, ਜਵਾਹਰ ਲਾਲ ਨਹਿਰੂ, ਇੰਦਰਾ ਗਾਂਧੀ, ਰਾਜੀਵ ਗਾਂਧੀ, ਰਾਹੁਲ ਗਾਂਧੀ। ਇਸ ਲੜੀ ਤੋਂ ਵੀ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੰਸਾਵਲੀ ਦਾ ਆਪਣਾ ਮਹੱਤਵ ਹੈ। ਉਪਰਲੇ ਸਾਰੇ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੰਸਾਵਲੀ ਦੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਕਾਫੀ ਤਕੜੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਹ ਕੁਝ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਵਿਰਾਸਤ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ।

2.1.5.2 ਵਾਤਾਵਰਣ ਪੱਖੀਆਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ

ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਹੱਥ ਹੈ ਤਾਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਅੱਖੋਂ ਓਹਲੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਅਸਲ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਸਮਾਜਿਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਨੈਤਿਕ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਪੱਖ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਡੂੰਘਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਆਲੇ -ਦੁਆਲੇ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੂਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀ ਦੀ ਸਾਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਹੀ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਸੁਖਾਵਾਂ ਬਣਾਉਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਧਿਐਨ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ:

2.1.5.2.1 ਆਸਾਧਾਰਣ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ: ਕਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਜੰਗਲੀ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸਾਥ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਅਤੇ ਸਭਿਅਤਾ ਵਿੱਚ ਲਿਆਏ ਗਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸੀ।

1. **ਬਘਿਆੜ ਲੜਕੇ ਰਾਮੂ ਦਾ ਕੇਸ:** ਇਹ ਕੇਸ ਬਘਿਆੜ ਲੜਕੇ ਰਾਮੂ ਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਨੂੰ ਬਘਿਆੜ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲੈ ਗਏ। ਉਹ ਬਘਿਆੜਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਘਿਆੜਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਹੀ ਬਣ ਗਈਆਂ। ਉਹ ਸਿੱਧਾ ਨਹੀਂ ਖੜਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਵਾਲ ਰੁੱਖੇ ਅਤੇ ਨਹੁੰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਪੰਜੇ ਵਾਂਗ ਸਨ। ਉਹ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਮਾਸ ਖਾਂਦਾ ਸੀ। ਖਿਆਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਬਘਿਆੜ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲੈ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਪਰ ਉਹ ਜਿਊਂਦਾ ਨਾ ਰਹਿ ਸਕਿਆ।

2. **ਅਮਲਾ ਕਮਲਾ ਦਾ ਕੇਸ:** ਇਹ ਉਦਾਹਰਣ ਬਘਿਆੜ ਦੇ ਘੁਰਨੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲੀਆਂ ਦੋ ਕੁੜੀਆਂ ਅਮਲਾ ਅਤੇ ਕਮਲਾ ਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਅਤੇ ਬਾਹਵਾਂ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਦੌੜਦੀਆਂ ਸਨ ਅਤੇ ਕੱਚਾ ਮਾਸ

ਖਾਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਛੋਟੀ ਕੁੜੀ ਜਲਦੀ ਮਰ ਗਈ ਅਤੇ ਵੱਡੀ ਨੌਂ ਸਾਲ ਤੱਕ ਜਿਊਂਦੀ ਰਹੀ ਪਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੁਝ ਨਾ ਬਣ ਸਕੀ।

3. **ਕੇਲੋਗ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ (Kellog's Experiment):** ਇਹ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੇਲੋਗ ਨੇ ਇੱਕ ਡੇਨਲਡ ਨਾ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਨਮਾਨਸ ਦੇ ਬੱਚੇ ਰੀਆ ਤੇ ਕੀਤਾ। ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ। ਬਨਮਾਨਸ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਇੱਕ ਮਨੁੱਖ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ, ਨੌਂ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੇ ਚਮਚੇ ਨਾਲ ਖਾਣਾ, ਗਲਾਸ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਆਦਿ ਸਿੱਖ ਲਿਆ ਅਤੇ 50 ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ ਵਾਕ ਸਮਝਣ ਲੱਗ ਗਿਆ। ਉਸ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ।

4. **ਹੋਗੇ ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਫਰੂਟ ਮੱਛੀ ਦੇ ਉਦਾਹਰਣ:** ਜੇਕਰ ਹੋਗੇ ਮੱਛੀ ਨੂੰ ਅਸਾਧਾਰਨ ਤਾਪਮਾਨ ਵਿੱਚ ਅੰਡੇ ਕੱਢਣ ਲਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੋ ਦੀ ਥਾਂ ਇੱਕ ਹੀ ਅੱਖ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਫਰੂਟ ਮੱਛੀ ਨੂੰ ਅਸਾਧਾਰਣ ਤਾਪਮਾਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਕੇ ਬੱਚੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਛੇ ਦੀ ਥਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਅਕਬਰ ਦਾ ਤਜਰਬਾ: ਅਕਬਰ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਨੇ ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਤੋਂ ਦੂਰ ਗੂੰਗੀਆਂ ਨਰਸਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਹੇਠ ਰੱਖਿਆ। ਉਹ ਬੱਚੇ ਵੀ ਗੂੰਗੇ ਹੀ ਰਹੇ ਅਤੇ ਬੋਲਣਾ ਨਾ ਸਿੱਖ ਸਕੇ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਾਲੇ ਜੋੜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੇਸ: ਇਕੱਠੇ ਪਾਲੇ ਗਏ ਜੌੜਿਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੱਖ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੇਸ ਦੋ ਭੈਣਾਂ ਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਵੱਖ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇੱਕ ਨੂੰ ਪਛੜੇ ਤਬਕੇ ਵਿੱਚ ਪਾਲਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਦੋ ਸਾਲ ਸਕੂਲ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਗਿਆ। ਦੂਜੀ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਕਿਸਾਨ ਤਬਕੇ ਵਿੱਚ ਪਾਲਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਕਾਲਜ ਤੱਕ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ। ਜਦੋਂ 35 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਪਰਖ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤਾਂ ਪੜ੍ਹੀ ਲਿਖੀ ਕੁੜੀ ਦਾ ਬੁੱਧੀ ਫਲ ਦੂਜੀ ਨਾਲੋਂ 24 ਪੁਆਇੰਟ ਵੱਧ ਸੀ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਫਰਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਸੀ।

ਗੋਦ ਲਏ ਹੋਏ ਬੱਚੇ (Foster Children): ਪਾਲਕ ਘਰਾਂ ਜਾਂ ਯਤੀਮਖਾਨਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਗੋਦ ਲਏ ਗਏ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬੁੱਧੀਫਲ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੁੱਧੀਫਲ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਉਸ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਗੋਦ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਗੋਦ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪੱਧਰ ਉੱਚੀ ਹੋਵੇ। ਉੱਚਿਤ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇਣ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਨਸਲੀ ਭੇਦ (Racial Difference): ਕਲਾਕਰ ਅਨੁਸਾਰ ਜਾਤੀਆਂ ਦੀ ਬੌਧਿਕ ਯੋਗਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵਿਰਾਸਤ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਹੈ। ਇਹ ਸਿੱਟਾ ਉਸ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਕੁੱਝ ਗੋਰੇ ਅਤੇ ਨੀਗਰੋ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਬੁੱਧੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਲੈ ਕੇ ਕੱਢਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਖੋਜਾਂ ਵੀ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿੱਟੇ ਵੱਜੋਂ ਇਹ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪੱਧਰ ਗੋਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕਈ ਹੋਰ ਖੋਜਾਂ ਵੀ ਹੋਈਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉਪਰੋਕਤ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ।

ਕਈ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਕਿ ਨੀਗਰੋ ਜਾਤੀ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਪੱਧਰ ਇਸ ਲਈ ਨੀਵੀਂ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਗੋਰਿਆਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਾਜਿਕ, ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਵਾਤਾਵਰਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ। ਜਦੋਂ ਨੀਗਰੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਗੋਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅੰਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਵੱਛ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਨਰਸਰੀ ਸਿੱਖਿਆ (Nursery Education): ਇਹ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਨਰਸਰੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਦੂਜੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਬੁੱਧੀ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਰਸਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੂਸਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿ ਇਹ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਸੁਖਾਵਾਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਵੀਲਰ ਦਾ ਅਧਿਐਨ (Wheeler's Experiments): ਵੀਲਰ ਨੇ ਇੱਕ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਪਹਾੜੀ ਅਤੇ ਮੈਦਾਨੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਬੁੱਧੀਫਲ ਇੱਕੋ ਜਿੰਨਾ ਸੀ ਪਰੰਤੂ ਜਿਉਂ -ਜਿਉਂ

ਪਹਾੜੀ ਬੱਚੇ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦੇ ਗਏ ਵਾਤਾਵਰਣ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੁੱਧੀਫਲ ਘੱਟਦਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਅਧਿਐਨ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਹੱਥ ਹੈ।

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਸਿੱਟਾ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਉਤਨੀ ਹੀ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ ਜਿੰਨੀ ਕਿ ਵਿਰਾਸਤ ਦੀ। ਕਿਸੇ ਬਿਨਾਂ ਵੀ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਨਹੀਂ। ਮਨੁੱਖ ਵਿਰਸੇ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਉਪਜ ਹੈ। ਇੱਕ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਦੂਜਾ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਲਈ ਅਧੂਰਾ ਹੈ। ਵੁਡਵਰਥ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਸਾਂਝੀ ਉਪਜ ਹੈ। ਮੈਕਾਈਵਰ ਅਤੇ ਪੇਜ (Maciver & Page) ਨੇ ਵੀ ਇਹ ਹੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੀਵਨ ਦੀ ਹਰ ਕਿਰਿਆ ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਉਪਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਰੱਲਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਬਾਲਗ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਰਸਾ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬੁੱਧੀ, ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਸੰਵੇਗ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੰਵੇਗਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਈਆਂ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਦਤਾਂ, ਸਦਾਚਾਰਕ ਮਿਆਰਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਯੋਗਦਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਿੰਨੇ ਵੀ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।

2.1.6 ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਤਾ (Importance of Heredity & Envioronment in the growth and development of the child)

ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਤਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਿਰਾਸਤ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ-ਆਪਣਾ ਰੋਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਤਭੇਦ ਜੇ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸ ਦਾ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸਦੀ ਵਿਰਾਸਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਨੈਤਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ, ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਬੋਧਿਕ ਪੱਖ ਉਸਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਖਰਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੇ ਆਪਣੀ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਮਿਲਗੋਭਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਅੰਸ਼ ਰਲ ਕੇ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਪੱਖਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤਾਂ ਹੀ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੀ ਭਲੀ-ਭਾਂਤ ਉਸਾਰੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਰਾਹੀਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕਰਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿਚਲੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੁਣ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਸਰਨ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਾਸਤਵ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਸਥਾਨ ਬਣਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਆਪਣੀ ਘਾਲਣਾ ਘਾਲ ਸਕੇ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਅਸੂਲਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ, ਇਸ ਵਿਚਲਾ ਮੇਲ ਅਤੇ ਵੱਖਰਾਪਣ ਉਸ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਸਹਿ-ਸੰਬੰਧ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਪ੍ਰਤਿਗਮਨ (Regression) ਦਾ ਗਿਆਨ ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੁਸਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਗੁੰਝਲ ਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਹਿੱਸਾ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਠੀਕ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਉਹ ਇਹ ਹੀ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਲਾਇਕ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਵੀ ਲਾਇਕ ਹੀ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਕਿਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚੇ ਮਨ ਲਾ ਕੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ। ਕਈ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵਿਰਾਸਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਕੋਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਾਰ ਵਾਰ ਫੇਲ੍ਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵਿੱਚ ਗੁੰਝਲਾਂ ਪੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੁੰਝਲਾਂ ਨੂੰ ਪੈਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਇੱਕ ਸਮਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਅੰਤਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਵੱਖਰੇਵਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਧਿਆਪਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੋੜ ਤੋੜ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦਾ ਵਿਵਹਾਰ ਉਸ ਦੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸ਼ਕਤੀ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਬੁੱਧੀ ਅੰਕ, ਵਤੀਰੇ ਅਤੇ

ਬਿਰਤੀਆਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਉਸਾਰੀ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਅਸੂਲਾਂ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇ ਸਿੱਟਿਆਂ ਦਾ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਹੋਵੇ। ਜਿਸ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਤੇ ਬਹੁਤ ਡੂੰਘਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਕਰਕੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵੱਡਿਆਂ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਸਿੱਖੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਵਾਲੇ ਈਮਾਨਦਾਰ ਹੋਣਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ ਆਮ ਕਰਕੇ ਇਮਾਨਦਾਰ ਹੀ ਬਣੇਗਾ। ਸਿੱਖਿਆ ਰਾਹੀਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੇ ਸੁਭਾਅ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੇ ਵਤੀਰੇ, ਉਸਦੇ ਆਚਰਣ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਿਆਂਦੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਭਲੀ-ਭਾਂਤ ਤਾਂ ਹੀ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੇਕਰ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਵਾਤਾਵਰਣ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਊਣਤਾਈਆਂ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਈਆਂ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਅਸਲ ਕਾ ਠੀਕ ਪਤਾ ਹੋਵੇ। ਉਸ ਲਈ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਅਤਿਅੰਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਠੀਕ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਸੁਖਾਵਾਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਣਾਉਣਾ ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਕੰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ, ਖੇਡ ਦਾ ਮੈਦਾਨ ਆਦਿ ਦਾ ਵੀ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਆਪ ਚੰਗੇ ਆਚਰਨ ਦੀ ਜਿਉਂਦੀ ਜਾਗਦੀ ਤਸਵੀਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਹਮਦਰਦੀ ਦਾ ਵਤੀਰਾ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਇਹ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚੇ ਦੇ ਘਰ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਖਾਵਾਂ ਬਣਾਵੇ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਰ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਤੋਂ ਅਸਮਰਥ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੁਖਾਵਾਂ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੰਗੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੰਮ ਲਈ ਵਿਰਾਸਤ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ, ਉਸ ਦੇ ਵਤੀਰੇ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ, ਉਸ ਦੇ ਰੁਝਾਨ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਘਾਟਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦਾ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਪੂਰਨ ਭਾਂਤ ਨਿੱਖਰੇ ਅਤੇ ਉੱਭਰ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਵੇ।

2.1.7 ਸਾਰ (Summary)

ਵਿਰਸਾ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਰੋਲ ਦਾ ਪਰੀਖਣ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਅਸੀਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਤੱਤ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਵੀ। ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖ ਹੋਰਨਾਂ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ, ਪਸ਼ੂ, ਪੰਛੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਭਿੰਨ ਹਨ ਪਰ ਆਪਣੇ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖ -ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਰਗੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਦੋ ਅੱਖਾਂ, ਦੋ ਕੰਨ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਨੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਸਰੀਰਿਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਪੱਖ ਤੋਂ ਹੋਰਨਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਿੰਨ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਅਦੁੱਤੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਇਹੋ ਹੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਆਲਪੈਰਟ ਨੇ 1961 ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਸੀ। ਹਰ ਆਦਮੀ ਸਾਰੇ ਆਦਮੀਆਂ ਵਰਗਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਕੁੱਝ ਆਦਮੀਆਂ ਵਰਗਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵਰਗਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। (***Every man is like all other men, is like some other men, is like no other man***)

2.1.8 ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ (Glossary)

1. ਵਿਰਸਾ – ਵਿਰਾਸਤ, ਜੱਦੀ ਗੁਣ, ਵੰਸ਼ਾਨੁਕ੍ਰਮ
2. ਵਾਤਾਵਰਣ – ਸਾਡਾ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ
3. ਵਾਧਾ – ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਾਤਰਾਤਮਕ ਪਰਿਵਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਵਾਧਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕੱਦ, ਵਜ਼ਨ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ।

4. ਵਿਕਾਸ – ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਗੁਣਾਤਮਕ ਪਰਿਵਰਤਨ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਜਾਤਮਕ ਪਰਿਵਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੱਥ ਦਾ ਅਕਾਰ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

2.1.9 ਸੁਝਾਈ ਪੁਸਤਕਾਂ ਅਤੇ ਵੈਬ ਸੋਮੇ (Suggested readings and Web Sources)

1. ਟੀ.ਆਰ. ਸ਼ਰਮਾ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਕੁਲਦੀਪ ਕੌਰ: ਸਿੱਖਿਆ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ
2. ਮੀਨਾਕਸ਼ੀ ਸ਼ਰਮਾ: ਉੱਚਤਰ ਸਿੱਖਿਆ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ
3. ਐਸ.ਐਸ. ਚੌਹਾਨ:ਐਡਵਾਂਸਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਸਾਈਕਾਲੋਜੀ
4. ਕੰਵਰਜੀਤ ਸਿੰਘ: ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਸਾਈਕਾਲੋਜੀ ਐਂਡ ਗਾਈਡੈਂਸ
5. ਜੇ.ਐਸ. ਵਾਲੀਆ: ਵਿਦਿਅਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ

Web Sources

1. www.noteaccess.com.
2. www.essortment.com.
3. books.google.co.in

2.1.10 ਸ੍ਵੈ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਭਿਆਸ (Self-check Exercise)

ਖਾਲੀ ਸਥਾਨ ਭਰੋ:

1. ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਨਿਯਮ ਹੈ ਜਿਹੇ .... ਤਿਹੇ ....।
2. ਪ੍ਰਤੀਗਮਨ ਦੇ ਨਿਯਮ ਅਨੁਸਾਰ ਤੇਜ਼ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ .... ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਘਟੀਆ ਬੁੱਧੀ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ .... ਘਟੀਆ ਬੱਚੇ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
3. ਵਾਤਾਵਰਣ .... , ... ਅਤੇ .... ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
4. ਵਿਲੱਖਣਤਾ ਦੇ ਨਿਯਮ ਅਨੁਸਾਰ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ .... ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
5. .... ਅਤੇ .... ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਤੇ ਗਹਿਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਉੱਤਰ: (1) ਮਾਪੇ, ਬੱਚੇ (2) ਘੱਟ, ਘੱਟ (3) ਭੌਤਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ, ਨੈਤਿਕ (4) ਨਹੀਂ (5) ਵਿਰਸਾ, ਵਾਤਾਵਰਣ

ਪਾਠ ਨੰ.: 2.2 **ਲੇਖਿਕਾ: ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਅਮਿਤਾ ਕਾਯਸਥਾ**

ਵਿਅਕਤੀਤਵ: ਅਰਥ ਅਤੇ ਸੰਕਲਪ

ਬਣਤਰ

2.2.1 ਉਦੇਸ਼
2.2.2 ਭੂਮਿਕਾ
2.2.3 ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਅਰਥ
2.2.3.1 ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੀ ਪ੍ਰੀਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ
2.2.3.1.1 ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ
2.2.3.1.2 ਸਾਧਾਰਣ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ
2.2.3.1.3 ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ
2.2.3.1.4 ਜੀਵ-ਭੌਤਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ
2.2.3.1.5 ਸਮਾਜਵਾਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ
2.2.3.1.6 ਮਨੋਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣਾਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ
2.2.3.1.7 ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ
2.2.3.2 ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ
2.2.4 ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਮੂਲਾਂਕਣ
2.2.4.1 ਵਿਸ਼ਾਨਿਸ਼ਟ ਤਰੀਕੇ
2.2.4.2 ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਤਰੀਕੇ
2.2.4.3 ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਵਿਧੀਆਂ
2.2.4.4 ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਸਥਾਰ
2.2.5 ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ ਤੇ ਸਿਧਾਂਤ
2.2.5.1 ਕਿਸਮ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ
2.2.5.2 ਗੁਣ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ

2.2.1 ਉਦੇਸ਼ (Objectives)

ਇਸ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਉਪਰੰਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤੱਥਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਗੇ:

1. ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਅਰਥ ਸਮਝ ਸਕਣਗੇ।
2. ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੀ ਪ੍ਰੀਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸਕਣਗੇ।
3. ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੀ ਪ੍ਰੀਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।
4. ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ।
5. ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੱਖਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ।

2.2.2 ਭੂਮਿਕਾ (Introduction)

ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੇ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਲੈਂਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਮਨੁੱਖ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਕਈ ਪੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਬੇਹੱਦ ਪੇਚੀਦਾ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਦਰਸ਼ਨ ਸ਼ਾਸਤਰੀਆਂ ਅਤੇ

ਸਾਹਿਤਕਾਰਾਂ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸੁਭਾਅ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੁਭਾਅ ਨੂੰ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਫਾਰਮੂਲੇ ਰਾਹੀਂ ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕਾਂ ਨੇ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਜਿਵੇਂ Kretchmer, ਸ਼ੇਲਡਲ, ਫਰਾਈਡ, ਯੁੰਗ, ਐਡਲਰ, ਆਲਪੋਰਟ, ਕੇਟਲ, ਆਈਜ਼ੇਂਕ, ਕੈਲੀ ਸਕਿਨਰ, ਰੋਟਰ, ਮਾਸਲੋ, ਰੋਜ਼ਰਜ਼, ਆਦਿ। ਪਰੰਤੂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਵਾਦੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੱਤਾਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਜੋ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਨੂੰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਆਧੁਨਿਕ ਮਨੋਰਥ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਨਰੋਆ, ਸੰਤੁਲਿਤ ਜਾਂ ਇਕਸਾਰ ਵਿਕਾਸ ਹੈ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਸਾਰਾ ਗਿਆਨ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜੋ ਕੁੱਝ ਹਾਂ ਜਾਂ ਜੋ ਕੁੱਝ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਇਹ ਸਾਡੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪੱਖ ਵਿੱਚ ਵਿਆਪਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਹਾਰ ਦਾ ਦਰਪਣ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸੰਵੇਗਾਤਮਕ, ਭਾਈਚਾਰਕ ਢਾਂਚੇ ਦਾ ਜੋੜ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਵਿਹਾਰਾਂ, ਰੁਚੀਆਂ, ਆਦਤਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ, ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

2.2.3 ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾ ਅਰਥ (Meaning of Personality)

ਭਾਵੇਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਪਦ ਨੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ, ਸਾਹਿਤਿਕ ਲੇਖਕਾਂ, ਸਮਾਜ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸ਼ਾਸਤਰੀਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਿਆ ਹੈ ਪਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀ ਕੋਈ ਇੱਕ ਸਹਿਮਤੀ ਵਾਲੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੈ । ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨੂੰ ਕਈ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੀ.ਡਬਲਿਯੂ ਆਲਪੋਰਟ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪੁਸਤਕ **Personality –A Psychological Approach** ਵਿੱਚ ਦਰਸ਼ਾਇਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਪੰਜਾਹ ਅਰਥ ਦੱਸੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ ਦੋ ਮੁੱਖ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਜਿਸ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਵਾਟਸਨ (1924) ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਣਾਉਟੀ, ਬਾਹਰੀ ਦਿਖਾਵਾ ਜਾਂ ਮੁਖੋਟਾ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਆਲਪੋਰਟ (1937) ਨੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੱਤਾਂ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਆਲਪੋਰਟ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, "ਵਿਅਕਤਿਤਵ, ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ ਉਸ ਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਉਸ ਦੇ ਆਲੇ–ਦੁਆਲੇ ਨਾਲ ਅਦੁੱਤੀ ਤਾਲਮੇਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਸੰਗਠਨ ਹੈ।" ਇਸ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸਿੱਟੇ ਕੱਢੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

1. ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਹੈ। ਕੋਈ ਸਥਿਰ ਜਾਂ ਸਥਾਈ ਵਸਤੂ ਨਹੀਂ।
2. ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵੰਸਾਨੁਗਤ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਕਰਮ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਨੂੰ ਨਿਰੂਪਣ ਕਰਦਾ ਹੈ।
3. ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੇ ਅਦੁੱਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅੱਕਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਾਂਗਰ ਹੁੰਦਾ ਹੋਇਆ ਵੀ ਬਿਲਕੁਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਕੋਈ ਦੂਜਾ ਵਿਅੱਕਤੀ ਉਸ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੇ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਨਹੀਂ ਲੰਘਦਾ।

2.2.3.1 ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੀ ਪ੍ਰੀਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ (Views Regarding the definition of Presonality

ਸੋ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਰਤੀਆਂ (attitudes) ਦਾ ਇੱਕ ਅਦੁੱਤੀ ਢਾਂਚਾ ਹੈ। ਸਰਲ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤਿਤਵ, "ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਉਹ ਵਿਆਪਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਉਸ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦੇ ਢੰਗ ਤੋਂ ਉਸਦੀ ਮਨੋਵਿਰਤੀ ਅਤੇ ਰੁਚੀ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਤੋਂ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਉਸ ਦੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਤੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।"

2.2.3.1.1 ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ (Literal meaning)

Personality ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਉਤਪਤੀ ਲਾਤੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸ਼ਬਦ 'Persona' ਤੋਂ ਹੋਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਬਣਾਉਟੀ ਚਿਹਰਾ ਜਾਂ ਮਖੌਟਾ (Mask) ਜੋ ਯੂਨਾਨੀ ਨਾਟਕਾਂ ਵਿੱਚ ਅਭਿਨੇਤਾ ਪਹਿਨਦੇ ਸਨ। ਪਰ 'Personality' ਦੀ ਇਹ ਧਾਰਣਾ ਸੰਕੀਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸਮਾਜਿਕ ਉਤੇਜਿਕ ਮੁੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਇਸ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੀਆਂ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾਵਾਂ, ਚਿੰਤਾਵਾਂ, ਲੋੜਾਂ, ਤਾਂਘਾਂ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ।

2.2.3.1.2 ਸਾਧਾਰਣ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ

ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਰੂਪ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਰਥਾਤ ਉਸ ਦੇ ਲਿਬਾਸ, ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਭਾਵ, ਹਰਕਤਾਂ, ਤੌਰ ਤਰੀਕੇ, ਸੰਕੇਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਢਿਲ ਆਦਿ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸਮਝ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

2.2.3.1.3 ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ

ਇਸ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਪੂਰਨਤਾ ਦਾ ਆਦਰਸ਼ ਹੈ। ਇਹ ਅਤਮ ਅਨੁਭਵ ਹੈ।

2.2.3.1.4 ਜੀਵ-ਭੌਤਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ

ਇਸ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੈ। ਬਾਹਰੀ ਵਿਹਾਰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਉਸ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹੈ।

2.2.3.1.5 ਸਮਾਜਵਾਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ

ਇਸ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਸਮਾਜ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਹੈ। ਫਾਰਿਸ (Faris) ਦੇ ਕਥਨ ਅਨੁਸਾਰ, "ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਵਿਅਕਤਿਗਤ ਪੱਖ ਹੈ।" (Personality is the subjective side of Culture) ਈ: ਡਬਲਯੂ ਬਰਗੇਸ (E.W. Burges) ਦੇ ਕਥਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਸਮਾਜ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਹੈ।

2.2.3.1.6 ਮਨੋਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣਾਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ

ਫਰਾਈਡ (Freud) ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਤਿੰਨ ਅੰਗ ਹਨ:

(ੳ) **ਇੱਡ (Id):** ਇਹ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਅਨੈਤਿਕ, ਤਰਕਹੀਣ ਅਤੇ ਅਚੇਤਨ ਭਾਗ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਕੁਦਰਤੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ।

(ਅ) **ਹਉਮੈ (Ego):** ਹਉਮੈ ਭਾਈਚਾਰਕ ਆਤਮਵਾਦ ਹੈ। ਇਹ ਚੇਤਨਾ, ਇੱਛਾ-ਸ਼ਕਤੀ, ਬੁੱਧੀ ਅਤੇ ਦਲੀਲ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਜੋੜ ਹੈ। ਇਹ (Id) ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੇਸ਼ਠ ਅੰਹ (Super Ego) ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

(ੲ) **ਸ਼੍ਰੇਸ਼ਠ ਹਉਮੈ (Super Ego):** ਇਸ ਨੂੰ ਆਚਰਣਕ ਆਤਮਵਾਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਉਚੇਰਾ ਅਤੇ ਆਦਰਸ਼ਕ ਭਾਗ ਹੈ ਜੋ ਇੱਡ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੇਸ਼ਠ ਅੰਹ ਵਿਚਕਾਰ ਸਮਤੋਲ ਹੈ ਤਾਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸੰਤੁਲਿਤ ਹੋਵੇਗੀ।

2.2.3.1.7 ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ

ਇਸ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਉਸ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਭਾਵਾਤਮਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਸੁਭਾਵਗਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਨ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਭਾਵ, ਵਿਚਾਰ, ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ, ਆਦਰਸ਼, ਰੁਚੀਆਂ, ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ, ਅਨੁਭਵ, ਆਦਤਾਂ, ਕਲਪਨਾਵਾਂ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਹਾਰ ਵਿਧੀਆਂ, ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕੱਪੜੇ, ਸ਼ਕਲ ਸੂਰਤ, ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ, ਉਤਸ਼ਾਹ, ਉਦਮ ਆਦਿ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਅੰਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਆਲਪੋਰਟ (Allport) ਇਸ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, "ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਆਦਮੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਹਨਾਂ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦਾ ਸੰਗਠਨ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੇ ਅਦੁੱਤੀ ਸਮਾਯੋਜਨ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।"

ਵੁੱਡਵਰਥ (Woodworth) ਵਿਚਾਰ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦਾ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਇਆਂ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਆਦਮੀ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਚਾਰ ਦਾ ਗੁਣ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਹੈ। (Personality is the total quality of individual's behaviour)।

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ:

(i) ਵੁੱਡਵਰਥ ਅਨੁਸਾਰ, "ਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਗੁਣ ਉਸਦਾ ਵਿਅਕਤਿੱਤਵ ਹੈ।"

(ii) ਬਰਗਸ ਅਨੁਸਾਰ "ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਸਾਰੇ ਲੱਛਣਾ ਦਾ ਏਕੀਕਰਣ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕਰਤੱਵ ਅਤੇ ਪਦਵੀ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ"।

(iii) ਮਾਰਟਿਨ ਪ੍ਰਿੰਸ ਦੇ ਕਥਨ ਅਨੁਸਾਰ, "ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਸਾਰੀਆਂ ਜਮਾਂਦਰੂ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ, ਅਵੇਗਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ, ਭੁੱਖ ਅਤੇ ਮੂਲ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਦਾ ਯੋਗ ਅਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਉਧਾਰਚਿਤ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।"

(iv) ਵਾਰਨ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਅਨੁਸਾਰ, "ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਉਸ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਪੜਾਅ ਅਤੇ ਪੂਰਨ ਸੰਗਠਨ ਹੈ।"

(v) ਕੇਸਫ ਅਨੁਸਾਰ, "ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਉਹਨਾਂ ਆਦਤਾਂ, ਸਮੂਹਾਂ ਦਾ ਸੰਗਠਨ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਮਾਯੋਜਨ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।"

(vi) ਆਈਜ਼ਿੰਕ ਅਨੁਸਾਰ, "ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਸਧਾਰਨ ਜਾਂ ਸਥਾਈ ਸਮਾਯੋਜਨ ਹੈ।"

(vii) ਬੋਰਿੰਗ ਅਨੁਸਾਰ, "ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਸਧਾਰਨ ਜਾਂ ਸਥਾਈ ਸਮਾਯੋਜਨ ਹੈ।"

(viii) ਰੈਕਟ ਅਤੇ ਨਾਈਟ ਅਨੁਸਾਰ, "ਸਮਾਜ ਦੁਆਰਾ ਮੰਨੇ ਗਏ ਜਾਂ ਮੰਨੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਹੈ।"

2.2.3.2 ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ(Characteristics of Personality)

ਉੱਪਰ ਦੱਸੀਆਂ ਗਈਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਅਸੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀਆਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ:

(i) **ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ (Dynamic):** ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ, ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਸਦਾ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ।

(ii) **ਮਨੋ-ਭੌਤਿਕ (Psycho-physical):** ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਮਨੋ-ਭੌਤਿਕ ਵੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਹਰਲੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰਲੀ ਵੀ।

(iii) **ਸੰਗਠਨ ਅਤੇ ਸੰਕਲਪ (Organized):** ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦਾ ਸੰਗਠਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(iv) **ਨਿਰਧਾਰਨ (Determined):** ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਲਕਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਮੋੜ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

(v) **ਅਪੂਰਵਤਾ (Uniqueness)**: ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਖਾਸ ਗੁਣ ਜਾਂ ਅਪੂਰਵਤਾ (ਨਿਵੇਕਲਾਪਨ) ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

(vi) **ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਮਿਲਾਨ (Adjustment to Environment):** ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਨੁਸਾਰ ਢਾਲਦੀ ਹੈ।

(vii) **ਸ੍ਵੈ-ਚੇਤਨ (Self-Conscious):** ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸ੍ਵੈ-ਚੇਤਨ ਹੈ।

(viii) **ਸਮਾਜਿਕ:** ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸਮਾਜਿਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜ ਦਾ ਮਹਾਨ ਹੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(ix) ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਇੱਕ ਪੂਰਨ ਇਕਾਈ ਹੈ।

2.2.4 ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾ ਮੂਲਾਂਕਣ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੇ ਅਨੁਮਾਨ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਉਤਨਾ ਹੀ ਪੁਰਾਣਾ ਹੈ ਜਿਤਨਾ ਕਿ ਇਨਸਾਨ, ਜਿਤਨੀ ਕਿ ਧਰਤੀ। ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਅਰਸਮੀ ਤੌਰ ਤੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਬੜੇ ਹੀ ਘਿਸੇ ਪਿਟੇ ਜਿਹੇ ਪ੍ਰੀਖਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸਰੀਰਕ ਤਾਕਤ ਦੀ ਪਰਖ ਤੇ ਵਧ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਸੱਭਿਅਤਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਕੁਝ ਹੋਰ ਢੰਗ ਤਰੀਕੇ ਵੀ ਈਜਾਦ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਇਸ ਪਾਠ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਉੱਨਤੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਕਿ ਇਕ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਨੂੰ ਭਾਰ ਜਾਂ ਉਚਾਈ ਵਾਂਗ ਮਾਤਰੀਕਰਨ ਵਜੋਂ ਇਕਾਈ ਪੱਧਰ ਤੇ ਮਾਪਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਮਾਪਣ ਲਈ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਤਿੰਨ ਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਹਨ :

(i) ਵਿਸ਼ਾਨਿਸ਼ਟ ਤਰੀਕੇ
(ii) ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਤਰੀਕੇ
(iii) ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਵਿਧੀਆਂ

2.2.4.1 ਵਿਸ਼ਾਨਿਸ਼ਟ ਤਰੀਕੇ

ਵਿਸ਼ਾ ਨਿਸ਼ਟ ਵਿਧੀਆਂ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖੁਦ ਮੁਲਾਂਕਣ ਜਾਂ ਮਾਪਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਦੋਸਤਾਂ, ਸੰਬੰਧੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਅੰਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਾਚਦਾ, ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਵਿਚ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਤਰੀਕੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ :

* ਸਵੈਜੀਵਨੀ
* ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਧੀ
* ਮੁਲਾਕਾਤ ਜਾਂ ਭੇਂਟ
* ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ

2.2.4.2 ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਤਰੀਕੇ

ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਵਿਧੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਅਨੁਮਾਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹਨ। ਇਹ ਵਿਧੀਆਂ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਕਥਨ ਤੇ ਆਧਾਰਤ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਵਿਗਿਆਨਕ ਵਿਧੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਅਵਲੋਕਕਾਂ, ਪ੍ਰੀਖਕਾਂ ਜਾਂ ਨਿਰਣਾਇਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਅਵਲੋਕਨ ਕੀਤੇ ਬਾਹਰੀ ਵਿਹਾਰ ਤੇ ਆਧਾਰਤ ਹਨ। ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੇ ਅਨੁਮਾਨ ਦੇ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਢੰਗ ਹਨ :

* ਸ਼ਰੀਰਕ ਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਪਣ ਵਾਲੇ ਔਜ਼ਾਰ
* ਸਥਿਤੀ ਪ੍ਰੀਖਣ
* ਮਾਨਦੰਡ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿਧੀ ਜਾਂ ਸਕੇਲ
* ਅਵਲੋਕਣ
* ਸਮਾਜਮਿਤੀ ਤਕਨੀਕਾਂ

2.2.4.3 ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਵਿਧੀਆਂ

ਮੁਲਾਕਾਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਵੈ-ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਤਕਨੀਕਾਂ ਵਿਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੇ ਅਚੇਤ ਬਣਤਰ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕੁਝ ਅੰਦਰੂਨੀ ਖਾਮੀਆਂ ਹਨ। ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੇ ਅਚੇਤ ਬਣਤਰ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨ ਲਈ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਇਕ ਨਵੀਂ ਕਿਸਮ ਦੇ ਔਜ਼ਾਰ ਜਾਂ ਤਕਨੀਕ ਸ਼ਾਸ਼ਤਰ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਤਕਨੀਕ ਵਿਧੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਗਮੰਡ ਫਰਾਇਡ ਅਨੁਸਾਰ,

''ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਤਣਾਉ ਜਾਂ ਹੋਰ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਥਿਤੀਆਂ, ਜੋ ਕਿ ਸੁਚੇਤ ਦਰਦ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਦਾ ਬਾਹਰੀਕਰਨ ਕਰਨਾ।'' ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਪ੍ਰੀਖਣਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਵਿਚ ਡੂੰਘਾਈ ਨਾਲ ਉਤਰਕੇ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਅਚੇਤ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਦੁਆਰਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਲਪਨਾ ਨੂੰ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਪ੍ਰੀਖਣ ਅਸਲ ਵਿਚ ਉਹ ਵਿਧੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸਾਪੇਖਕ ਤੌਰ ਤੇ ਅਣਗਿਣਤ ਅਤੇ ਗੈਰਯੋਜਨਾਬੱਧ ਸਾਮਗਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਾਮਗਰੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਮਰਤ ਜਾਂ ਸੰਗਠਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਵਤੀਰੇ ਆਦਿ ਨੂੰ ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਹ ਅਚੇਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਖੇਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਨੂੰ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਢੰਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਮੁਜ਼ਾਹਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਦਾ ਵਰਣਨ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ :

1. ਮੁਕਤ ਸੰਸਥਾਪਣ ਅਤੇ ਸੁਪਨਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ
2. ਵਾਕ ਸੰਪੂਰਨ ਪ੍ਰੀਖਣ
3. ਕਹਾਣੀ ਦੱਸਣ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀ ਸੰਪੂਰਨ ਵਿਧੀ
4. ਮੌਲਿਕ ਤਸਵੀਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪੇਂਟਿੰਗ
5. ਹੱਥਲਿਖਤ ਦੇ ਨਮੂਨੇ
6. ਖੇਡ ਤਕਨੀਕ
7. ਰੋਰਸ਼ਾ ਸ਼ਿਆਹੀ ਧੱਬਾ ਪ੍ਰੀਖਣ
8. ਥਿਮੇਟਿਕ ਮੁਲਾਂਕਣ ਪ੍ਰੀਖਣ
9. ਮਨੋ ਨਾਟਕੀਕਰਨ
10. ਇਨਸਾਨ-ਬਣਾਓ ਪ੍ਰੀਖਣ
11. ਸ਼ਬਦ ਜੋੜਣ ਵਿਧੀ
12. ਮਿੱਟੀ ਖਿਡੌਣਾ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿਧੀ

2.2.5 ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਣ ਅਤੇ ਸਿਧਾਂਤ

ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ (ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ) ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਅਕਸਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਗੁਣਾਂ ਬਾਰੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀ ਉਹ ਕਿਸਮ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪੂਰਨ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਨੂੰ ਅੰਕਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸਦੇ ਬਾਹਰੀ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਆਂਤਰਿਕ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦਾ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਗੀਕਰਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

2.2.5.1 ਕਿਸਮ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ (Type Approach)

ਇਸ ਵਰਗ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੀਆਂ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਨਿਸੁਚਿਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ :

(ੳ) ਜੰਗ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਵਰਗੀਕਰਨ (Jung's Classification) :

ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਜੰਗ (Jung) ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਵਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ ਹੈ –

1. **ਅੰਤਰਮੁਖੀ (Introverts) :** ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਵਿਅਕਤੀ ਸ਼ਰਮੀਲੇ, ਆਤਮ-ਕੇਂਦਰਿਤ, ਆਤਮ-ਸਚੇਤ ਅਤੇ ਅਸਮਾਜਿਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਨਿਡਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਉਹ ਚਿੰਤਨ ਅਤੇ ਲੇਖਣ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰੁਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇਤਾ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੇ। ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਘਬਰਾਹਟ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਕੇਂਦਰਿਤ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਸੁਪਨੇ ਦੇਖਣਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਹਨ।
2. **ਬਾਹਰਮੁਖੀ (Extroverts) :** ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਵਿਅਕਤੀ ਮਿਲਣਸਾਰ, ਨਿਡਰ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਸੁਭਾਅ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਦਾ ਬਾਹਰੀ ਸੰਸਾਰ ਵੱਲ ਕੇਂਦਰਿਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਦੂਜਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵਿਵਹਾਰ ਮਿੱਤਰਤਾ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਚੰਗੇ ਨੇਤਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਕਾਰਜਕਰਤਾ ਬਣਦੇ ਹਨ।
3. **ਮੱਧਮੁਖੀ (Ambiverts) :** ਮੱਧਮੁਖੀ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਨਾ ਪੂਰਨ ਰੂਪ ਨਾਲ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾ ਬਾਹਰਮੁਖੀ। ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਲੋਕ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕੁੱਝ ਅੰਤਰਮੁਖੀ। ਕੁੱਝ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰਮੁਖੀਪਨ ਅਤੇ ਬਾਹਰਮੁਖੀਪਨ ਲਗਭਗ ਸੰਤੁਲਿਤ (Balanced) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਮੱਧਮੁਖੀ ਅਖਵਾਉਂਦੇ ਹਨ।

(ਅ) ਹਿਪੋਕ੍ਰੇਟਸ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਵਰਗੀਕਰਨ (Hippocrate's Classification) :

ਹਿਪੋਕ੍ਰੇਟਸ ਨੇ ਸਰੀਰਿਕ ਦ੍ਰਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀਆਂ ਚਾਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੱਸੀਆਂ ਹਨ –

1. **ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ (Sanguine) :** ਇਹ ਲੋਕ ਆਸ਼ਾਯੁਕਤ, ਛੇਤੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸੰਨ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
2. **ਨਿਰਾਸ਼ਾਵਾਦੀ (Melancholic) :** ਇਹ ਕਾਲੇ ਪਿਤ ਵਾਲੇ, ਉਦਾਸ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾਵਾਦੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
3. **ਕ੍ਰੋਧੀ (Chloeric) :** ਇਹ ਪੀਲੇ ਪਿਤ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਛੇਤੀ ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
4. **ਮੰਦ (Phlegmatic) :** ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕਫ਼ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲੋਕ ਸੁਸਤ, ਮੰਦ, ਉਤੇਜਨਾਹੀਣ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

(ੲ) ਕ੍ਰੈਚਮੇਰ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਵਰਗੀਕਰਨ (Kretschmer's Classification) :

ਕ੍ਰੈਚਮੇਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪੁਸਤਕ 'Physique and Character' ਵਿੱਚ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀਆਂ ਚਾਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੱਸੀਆਂ ਹਨ –

1. **ਸ਼ਕਤੀਹੀਣ (Asthenic) :** ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਪਤਲੇ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਮੋਢਿਆਂ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਬਾਹਵਾਂ ਪਤਲੀਆਂ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਛੋਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਆਕਾਰ ਕੋਣ ਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੂਜੇ ਦੀ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਆਲੋਚਨਾਂ ਸੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।
2. **ਖਿਡਾਰੀ (Athletic) :** ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਰਿਸ਼ਟ-ਪੁਸ਼ਟ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੁੰਦਾ

ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਛਾਤੀ ਚੌੜੀ ਅਤੇ ਉਭਰੀ ਹੋਈ, ਮੋਢੇ ਚੌੜੇ, ਬਾਹਵਾਂ ਮਜ਼ਬੂਤ, ਪੱਠੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਚਿਹਰਾ ਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਮੇਲ-ਮਿਲਾਪ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

3. **ਨਾਟੇ (Pyknic) :** ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਛੋਟਾ, ਮੋਟਾ, ਗੋਲ ਅਤੇ ਚਰਬੀ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਛਾਤੀ ਨੀਵੀਂ ਅਤੇ ਚੌੜੀ, ਪੇਟ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਨਿਕਲਿਆ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਚਿਹਰਾ ਗੋਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਐਸ਼ੋ-ਇਸ਼ਰਤ ਪਸੰਦ ਅਤੇ ਲੋਕਪ੍ਰਿਯ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
4. **ਮਿਸ਼ਰਤ (Dysplastic) :** ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਬਹੁਤ ਲੰਬੇ, ਚੌੜੇ ਅਤੇ ਮੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿਚ ਉਪਰੋਕਤ ਤਿੰਨੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(ਸ) ਸ਼ੈਲਡਨ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਵਰਗੀਕਰਨ (Sheldon's Classification) :

1. **ਗੋਲਾਕਾਰ (Endomorphic type) :** ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਮੋਟਾ, ਭਾਰੀ ਅਤੇ ਗੋਲਾਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਪੇਟ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਾਚਣ ਕਿਰਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਆਂਦਰਾ ਘੱਟ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
2. **ਆਇਤਾਕਾਰ (Mesomorphic) :** ਇਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਰਿਸ਼ਟ-ਪੁਸ਼ਟ ਅਤੇ ਆਇਤਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ, ਹੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਜੋੜਣ ਵਾਲੇ ਤੰਤੂ ਵਧੇਰੇ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
3. **ਲੰਬਾਕਾਰ (Ectomorphic) :** ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਕਮਜ਼ੋਰ, ਪਤਲੇ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਲੰਬੀਆਂ ਅਤੇ ਕੋਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

(ਹ) ਸਪਰੈਂਗਰ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਵਰਗੀਕਰਨ (Spranger's Classification) :

ਸਪਰੈਂਗਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪੁਸਤਕ 'Types of Men' ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਕਾਰਜਾਂ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਛੇ ਰੂਪ ਦੱਸੇ ਹਨ –

1. **ਸਿਧਾਂਤਿਕ (Theoretical Type) :** ਸਿਧਾਂਤਿਕ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਵਹਾਰ ਨਾਲੋਂ ਸਿਧਾਂਤ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸੱਚ ਦੇ ਪੁਜਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ (Philosophers) ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
2. **ਆਰਥਿਕ (Economic) :** ਆਰਥਿਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਆਰਥਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੋਂ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਹਰੇਕ ਕੰਮ ਲਾਭ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪੂਰਨ ਰੂਪ ਤੋਂ ਵਿਵਹਾਰਿਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਧਨ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹੱਤਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਵਪਾਰੀ ਲੋਕ (Traders) ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
3. **ਸਮਾਜਿਕ (Social) :** ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਅਕਤੀ ਸਮਾਜ ਦਾ ਕਲਿਆਣ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਮਾਜ ਦੇ ਕਲਿਆਣ ਲਈ ਸਭ ਕੁੱਝ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਪੁਜਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਦਇਆ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਵਿੱਚ ਅਥਾਹ ਸ਼ਰਧਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
4. **ਕਲਾਤਮਿਕ (Aesthetic) :** ਕਲਾਤਮਿਕ ਵਿਅਕਤੀ ਹਰੇਕ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਕਲਾ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਦੇਖਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕਲਾ ਅਤੇ ਸੁੰਦਰਤਾ ਵਿੱਚ ਸੰਬੰਧ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਪ੍ਰਬਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
5. **ਰਾਜਨੀਤਿਕ (Political) :** ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਵਿਅਕਤੀ ਪ੍ਰਭੁੱਤਾ, ਸੱਤਾ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਨ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

6. **ਧਾਰਮਿਕ (Religious) :** ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਧਾਰਮਿਕ ਸੁਭਾਅ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਡਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸਾਦਾ ਅਤੇ ਸਰਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

2.2.5.2 ਗੁਣ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ (Trait Approach)

ਗੁਣ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗੁਣ ਸਿਧਾਂਤ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹਿਲਗਾਰਡ (Hilgard) ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, ''ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਵਿਵਰਣ, ਮਾਪਦੰਡ ਉੱਪਰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਉਸਦੀ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਹਰੇਕ ਨਿਰਧਾਰਕ ਇਕ ਗੁਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬੁੱਧੀ, ਮਾਪਦੰਡ ਨਿਰਧਾਰਕ ਉੱਪਰ, ਇੱਕ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਗੁਣ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਗੁਣ ਨੂੰ ਭਾਵਾਤਮਕ ਉਤੇਜਨਾ ਮਾਪਦੰਡ ਨਿਰਧਾਰਕ ਉੱਪਰ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ (One can describe a personality by its position on a number of scales, each of which represents a trait. Thus, we may place the person on a scale of intelligence as indicationg one personality trait, on a scale of emotional sensitivity as another trait.

ਗੁਣ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸਿਧਾਂਤ ਹਨ :

1. ਆਲਪੋਰਟ ਦਾ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ।
2. ਕੈਟਲ ਦਾ ਸਤਹ ਤੇ ਸੋਮੇਂ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ।
3. ਆਈਜ਼ੇਂਕ ਦਾ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸਿਧਾਂਤ।

1. ਆਲਪੋਰਟ ਦਾ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ (Allport's Theory of Personal Dispositions)

ਗਾਰਡਨ ਆਲਪੋਰਟ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਮਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਸੰਗਠਨ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਉਸਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਦੀ ਲਾਸਾਨੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਮੰਨ ਕੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀ ਸਿਧਾਂਤਕ ਵਿਆਖਿਆ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ, ਆਲਪੋਰਟ ਨੇ, ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਧਾਰਨਤਾ ਤੇ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਕਿਤੀ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਦਰਸਾਇਆ।

(ੳ) **ਸਧਾਰਨ ਗੁਣ (Common Traits) :** ਸਧਾਰਨ ਗੁਣ ਉਹ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਲਨਾਤਮਕ ਹੋਣ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਧਾਰਨ ਗੁਣ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਚੁਣੇ ਹੋਏ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਧਾਂਤਕ, ਆਰਥਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ, ਸੁਹਜਾਤਮਕ, ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

(ਅ) **ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ (Personal Dispositions) :** ਆਲਪੋਰਟ ਨਿੱਜੀ-ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਅਸਲੀ ਗੁਣ ਮੰਨਦਾ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪਹਿਲ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਚੁਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਲਾਸਾਨੀ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੂਸਰੇ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪੂਰਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਦੋ ਵਿਅਕਤੀ ਗੁੱਸੇਖੋਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰੰਤੂ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਗੁੱਸਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰੇਗਾ।

(ੲ) **ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਦਾ ਸਤਰੀਕਰਣ (Hierarchy of Personal Disposition) :** ਆਲਪੋਰਟ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਦਾ ਸਤਰੀਕਰਣ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

1. **ਮੁੱਖ ਗੁਣ (Cardinal Traits) :** ਕੁਝ ਵਿਅਕਤੀ ਇੱਕੋ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਤਰ ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਇਕ ਮੁੱਖ ਗੁਣ ਪ੍ਰਬਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਭਾਵੇਂ ਇਤਿਹਾਸਕ ਜਾਂ ਕਾਲਪਨਿਕ ਹੋਣ, ਅਕਸਰ ਸੰਕੇਤਕ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

2. **ਕੇਂਦਰੀ ਗੁਣ (Central Traits) :** ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਥੋੜੇ ਜਿਹੇ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਵਿਵਰਣ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੁਣ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਲਪੋਰਟ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਵਿਲੀਅਮ ਜੇਮਜ਼ ਦਾ ਵਰਣਨ, ਚੇਤਨਤਾ, ਪ੍ਰਫੁੱਲਤਾ, ਮਾਨਵਤਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਇਹ ਕੇਂਦਰੀ ਗੁਣ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਵਿਲੀਅਮ ਜੇਮਜ਼ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਚਿਤ ਹਨ।
3. **ਗੌਣ ਗੁਣ (Secondary Traits) :** ਗੌਣ ਗੁਣ ਘੱਟ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਵੇਖੇ ਜਾਂ ਅਲੱਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਇਹ ਸੰਬੰਧਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਰੁਚੀਆਂ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਸੁਚੇਤ ਦਰਸ਼ਕ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਗੁਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤਿਆਂ ਨੂੰ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲੋਂ ਨਜ਼ਰੀਏ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਣਾ ਉਚਿਤ ਹੈ।

2. ਕੈਟਲ ਦਾ ਸੱਤਰ/ਸਤਹ ਤੇ ਸੋਮੇ ਗੁਣ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ (Cattell's Theory of Surface and Source Traits)

ਕੈਟਲ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਸੀ ਕਿ ਗੁਣ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀਆਂ ਸਥਾਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਹਨ। ਇਹ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਦਾ ਕੰਮ ਗੁਣ ਸਿਧਾਂਤ ਬਹੁਤ ਚੰਗੇ ਢੰਗ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਟਲ ਨੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀਆਂ ਦੋਵੇਂ ਕਿਸਮਾਂ ਸਤਰੀਆ ਗੁਣ ਅਤੇ ਸੋਮੇਂ ਗੁਣ ਵਿੱਚ ਵਿਭੇਦੀਕਰਨ ਕੀਤਾ।

1. **ਸਤਹਿ ਗੁਣ (Surface Traits) :** ਸਤਹਿ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕ ਉਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਦੁਆਰਾ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਿਵਹਾਰ-ਕੁਸ਼ਲਤਾ, ਸੱਚੀ-ਨਿਸ਼ਠਾ, ਉਤਸੁਕਤਾ, ਨਿਡਰਤਾ, ਸਚਾਈ, ਸਤਰਕਤਾ ਆਦਿ।
2. **ਸਮਾਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕ (ਗੁਣ)** : ਇਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕ ਹਰੇਕ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਕੁਝ ਲੋਕ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦਕਿ ਹੋਰ ਲੋਕ ਘੱਟ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਹਿਯੋਗ, ਆਕ੍ਰਾਮਕਤਾ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਵੀ ਸਮਾਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕਾਂ ਦੇ ਉਦਾਹਰਨ ਹਨ।
3. **ਅਨੋਖੇ ਗੁਣ** : ਇਹ ਉਹ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਵਿਲਖਣ ਜਾਂ ਅਨੋਖੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਅਭਿਵ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦੇ ਖੇਤਰ, ਸੁਭਾਅ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕ, ਭਾਵਾਤਮਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀ।
4. **ਸ੍ਰੋਤ ਜਾਂ ਮੂਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕ** : ਮੂਲ ਗੁਣਾਂ ਬਾਰੇ ਕੈਟਲ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਬਲਤਾ ਅਤੇ ਸੰਵੇਗਾਤਮਿਕਤਾ ਮੂਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕ ਹਨ।

3. ਆਈਜ਼ੇਂਕ ਦਾ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸਿਧਾਂਤ :

ਐਚ.ਜੇ. ਆਈਜ਼ੇਂਕ ਨੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕ (ਗੁਣ) ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦੀ ਵਿਧੀ ਨੂੰ ਇੱਕਠਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਆਈਜ਼ੇਂਕ ਨੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਤਿੰਨ ਬੁਨਿਆਦੀ ਆਯਾਮਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕੀਤਾ ਹੈ –

(ੳ) ਅੰਤਰਮੁਖਤਾ ਬਨਾਮ ਬਾਹਰਮੁਖਤਾ (Introversion versus Extroversion)

(ਅ) ਉਤੇਜਨਸ਼ੀਲਤਾ ਬਨਾਮ ਭਾਵਾਤਮਿਕ ਸਥਿਰਤਾ (ਆਮ ਸਥਿਤੀ) (Neurotricism emotional stability or normaility)

(ੲ) ਮਨਸਤਾਪਿਤਾ (Psychoticism)

ਪਾਠ ਨੰ: 2.3 ਲੇਖਕ :- ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਅਮਿਤਾ ਕਾਯਸਥਾ

ਬਣਤਰ

2.3.0 ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਖਣ ਦੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ

2.3.1 ਮੁਲਾਕਾਤ ਜਾਂ ਭੇਂਟ

2.3.1.1 ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

2.3.1.2 ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ ਮੁੱਖ ਨੁਕਤੇ

2.3.1.3 ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਤਿਆਰੀ

2.3.1.4 ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਤਕਨੀਕ

2.3.1.5 ਲਾਭ

2.3.1.6 ਤਰੁੱਟੀਆਂ

2.3.2 ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ

2.3.2.1 ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਦੇ ਲਾਭ

2.3.2.2 ਤਰੁੱਟੀਆਂ

2.3.3 ਮਾਨਦੰਡ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿਧੀ (ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ)

2.3.3.1 ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

2.3.3.2 ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ

2.3.3.3 ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਦੇ ਲਾਭ

2.3.3.4 ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਦੀਆਂ ਤਰੁੱਟੀਆਂ

2.3.4 ਛੋਟੇ ਸਵਾਲ

2.3.5 ਸਾਰ

2.3.0 ਵਿਅਕਤੀਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਖਣ ਦੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ :-

2.3.1 ਮੁਲਾਕਾਤ ਜਾਂ ਭੇਂਟ

ਇਕ ਅਨੁਮਾਨ ਤਕਨੀਕ ਵਜੋਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਇਕ ਮਿਸ਼ਰਤ ਝੋਲੇ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਭੇਂਟ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਨੇਕਾਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਮਕਸਦਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮੈਕੋਬੀ ਨੇ ਭੇਂਟ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਹੈ,"ਭੇਂਟ ਇਕ ਆਹਮੋ ਸਾਹਮਣੇ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾਈ ਅੰਤਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ, ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਭਾਵ ਸਾਇਲ ਤੋਂ ਸੂਚਨਾ, ਵਿਚਾਰ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਕਢਵਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।" ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨੌਕਰੀਆਂ ਜਾਂ ਦਾਖ਼ਲਿਆਂ ਲਈ ਚੋਣ ਵਿਧੀ ਦਾ ਆਧਾਰ ਭੇਂਟ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਸਾਧਾਰਣ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਵਿਧੀ ਜਾਂ ਤਕਨੀਕ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਬਾਰੇ ਸਾਡਾ ਵਿਚਾਰ ਉਸ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ ਵਿਚਲੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਤੋਂ ਬਣੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਦਾ ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਸਸਤਾ ਸਾਧਨ ਹੈ।

2.3.1.1 ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

1. **ਮੁਕਤ ਮੁਲਾਕਾਤ**:- ਅਜਿਹੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਜਾਂ ਭੇਂਟ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤੋਂ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ ਦੇ ਖੇਤਰ ਪ੍ਰਤੀ ਕੋਈ ਸੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਘੇਰਾ ਅਨੇਕਜਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾਉ ਢੰਗ, ਭਾਸ਼ਾ ਉਪਯੋਗ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਕਾਰਕਾਂ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

2 **ਗੈਰ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਮੁਲਾਕਾਤ:–** ਇਸ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸੰਸਾਰ ਬਾਰੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੂਚਨਾ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਅੰਕੜੇ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਾਲ ਸੂਖਮ ਅਤੇ ਗਹਿਰੀ ਸੂਚਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇ ਵਾਲਾ ਮਾਹੌਲ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਵਿਹਾਰ ਬਾਰੇ ਤੱਤਾਂ ਅਤੇ ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਰੋਕ ਟੋਕ ਅਤੇ ਡਰ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਰੁਝਾਣ, ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵੀ ਪ੍ਰਗਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਆਪਣੇ ਰੋਗੀ ਗਾਹਕਾਂ ਤੋਂ ਸੂਚਨਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਤਕਨੀਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

3 **ਮਿਆਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤ :–** ਇਸ ਵਿਧੀ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਨਿਸ਼ਚਤ ਭਾਵ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹੀ ਸਵਾਲ ਵਾਰ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾ ਕੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਸਾਇਲਾਂ ਲਈ ਇਕੋ ਮਿਆਰੀ ਸਥਿਤੀ ਲਾਗੂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਿਆਰੀ ਭੇਂਟ ਤਕਨੀਕ ਦੀ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਬਾਰੇ ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਤਕਨੀਕ ਬਾਰੇ ਮੁਲਾਕਾਤੀਆਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਹਿਮਤੀ ਹੈ। ਇਕੋ ਇਕ ਮੁਸ਼ਕਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਤਕਨੀਕ ਵਿਚ ਮੁਲਾਕਾਤ ਅਤੇ ਸਾਇਲ ਵਿਚਕਾਰ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਸੁਤੰਤਰ ਆਦਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਸਾਇਲ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਵੱਖਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਭੇਦ ਭੇਦ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਨੌਕਰੀ, ਦਾਖ਼ਲਾ, ਖੋਜ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਗਾੜਾਂ ਬਾਰੇ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਤਕਨੀਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਉਪਯੋਗੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਅਨੁਭਵੀ ਅਤੇ ਕੁਸ਼ਲ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਤਕਨੀਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਲਾਹੇਵੰਦ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

2.3.1.2 ਸਫਲ ਮੁਲਾਕਾਤੀਕਰਨ ਦੇ ਮੁੱਖ ਨੁਕਤੇ

1 ਕਿਸ ਨੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨੀ ਹੈ? – ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਗੁਣ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਵਿਤਕਰੇ ਅਤੇ ਪੱਖਪਾਤ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

2 ਕਿਸ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨੀ ਹੈ? – ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਇਲ ਬਾਰੇ ਚੰਗੀ ਸਮਝ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

3 ਕਿਵੇਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨੀ ਹੈ? – ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਦੀ ਤਕਨੀਕ ਪਤਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

4 ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਿਉਂ ਕਰਨੀ ਹੈ? – ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ ਟੀਚੇ ਬਾਰੇ ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਪੱਸ਼ਟ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

5 ਕਿਥੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨੀ ਹੈ? – ਇਸ ਮੰਤਵ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਸਹੀ ਜਗ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

6 ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਦੋਂ ਕਰਨੀ ਹੈ? – ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਸਹੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

7 ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਿਚ ਕੀ ਪੁੱਛਣਾ ਹੈ? – ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

2.3.1.3 ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਤਿਆਰੀ

1 ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਖਾਮੋਸ਼ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਚਤ ਥਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

2 ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਨੂੰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬਾਰੇ ਸਮੁੱਚੇ ਅੰਕੜੇ, ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇਕੱਤਰ ਕਰ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

3 ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਕੋਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸ਼ਪੱਸ਼ਟ ਉਦੇਸ਼ ਪਹਿਲਾਂ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

4 ਸਲਾਹਕਾਰ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਸੁਤੰਤਰ/ਉਦਾਰ ਮਨ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

5 ਹਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਦੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਪ੍ਰਤੀ ਇਕ ਅਗਲਾ ਕਦਮ ਮੰਨਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

2.3.1.4 ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਤਕਨੀਕ

ਸਾਇਲ ਨਾਲ ਇਕ ਨਜ਼ਦੀਕ ਸੰਬੰਧ ਕਾਇਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਅਧਿਆਪਕ – ਸਲਾਹਕਾਰ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਲਈ ਹਮਦਰਦੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਡਰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਸਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਇਹ ਇਕ ਅਗਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਤ ਹੋਵੇ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਹਰ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਸਾਇਲ ਨੇ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਕਹੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਭਾਵ ਸਾਇਲ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚਲੀ ਚਿੰਤਾ ਜਾਂ ਤਣਾਉ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਅੰਗਮਈ ਅਤੇ ਹਾਸੇ ਵਾਲੇ ਵਾਕ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਬੋਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਇਲ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਜਿਹੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਸੋਚੇ, ਅਤੇ ਕਦੇ ਕਦੇ ਸਾਇਲ ਨੂੰ ਚੇਤਾਵਨੀ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ, ਕਿ ਜੇਕਰ ਬੱਚਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਨਤੀਜੇ ਭੁਗਤਣੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

2.3.1.5 ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ ਲਾਭ

ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਿਧੀ ਦੇ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਲਾਭ ਹਨ:

1 ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਅਤੇ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਢੰਗ ਹੈ।

2 ਇਹ ਗੱਲਬਾਤ ਦੇ ਵਾਂਗ ਹੀ ਪ੍ਰਾਕ੍ਰਿਤਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

3 ਅਨੇਕਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਢਲਣ ਯੋਗ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਇਹ ਲਚਕੀਲਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

4 ਇਹ ਸਾਪੇਖਕ ਤੌਰ ਤੇ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਆਯੋਜਤ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਹੈ।

5 ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗੁਪਤ ਸੂਚਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਂਜ ਤਾਂ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਵੀ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਦੇ ਵੀ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

2.3.1.6 ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀਆਂ ਤਰੁੱਟੀਆਂ

ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਿਧੀ ਦੀਆਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਤਰੁੱਟੀਆਂ ਹਨ:

1 ਇਸ ਲਈ ਇਕ ਸਮਰਥ, ਯੋਗ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

2 ਮਿਹਨਤ, ਮੁਸ਼ੱਕਤ, ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪੱਖ ਤੋਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹਿੰਗੀ ਵਿਧੀ ਹੈ।

3 ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਪੱਖਪਾਤ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

4 ਸਾਇਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇਗਾ।

2.3.2 ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ

ਇਸ ਤਕਨੀਕ ਵਿਚ ਇਕ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਭਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਦੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਦਾ ਵਰਨਨ ਗੁੱਡ ਅਤੇ ਹਾਲ ਨੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਨਨ ਕੀਤਾ ਹੈ, "ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਔਜ਼ਾਰ ਹੈ ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਇਕ ਫਾਰਮ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਅਨੇਕਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਵਾਬਦਾਤਾ ਭਾਵ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਖੁਦ ਭਰਦਾ ਹੈ।" ਇਹ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤੋਂ ਉਸਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਲਈ ਛਪੇ ਜਾਂ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਾਹਮਣੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦੇਣ ਲਈ ਸਾਹਮਣੇ ਹਾਂ, ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਕਹਿ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇਕ ਤੇ ਟਿੱਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਜਵਾਬਾਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਬਾਅਦ ਇਸ ਆਧਾਰ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਜਾਂ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਵੇਖੋ:

ਕ੍ਰਮਾਂਕ	ਪ੍ਰਸ਼ਨ	ਹਾਂ	ਨਹੀਂ	ਕਹਿ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
1)	ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ?			
2)	ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਫ਼ਲ ਹੁੰਦੇ ਵੇਖ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹੋ?			
3)	ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਕਸੇ ਵਿਅੰਗ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਹੱਸਦੇ ਹੋ?			
4)	ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨਾਲ ਵਧੀਆ ਵਿਚਰਦੇ ਹੋ?			

ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀਆਂ ਆਮ ਕਰਕੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਜਾਂ ਔਗੁਣਾਂ ਦਾ ਮਾਪਣ ਕਰਨ ਲਈ ਬਣਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਮਾਜੀਕਰਨ, ਅੰਤਰਮੁਖੀਕਰਨ, ਬਾਹਰਮੁਖੀਕਰਨ, ਅਗਾਂਹਵਧੂਕਰਨ ਅਤੇ ਸੰਕਟ ਆਦਿ ਦੀ ਪਰਖ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਰੁਚੀ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਾ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਣ ਕਰਨ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ ਪਸੰਦਾਂ ਅਤੇ ਨਾਪਸੰਦਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਧਰਮ, ਵਿੱਤ ਸ਼ਾਸਤਰ, ਤਰਕਯੁਕਤਤਾ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣ ਖ਼ਿਆਲੀ ਜਿਹੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸੋਚ ਜਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦੀ ਪਰਖ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਦੀ ਬਹੁਤ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬਾਰੇ ਪੂਰਾ ਸੱਚ ਪਤਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਅਸਫ਼ਲ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਤੱਥ ਤੋੜ ਮਰੋੜ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਇਹ ਮਾਪਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਵੈ ਕੇਂਦਰਤ ਹੈ, ਚਿੰਤਤ ਹੈ ਜਾਂ ਤਣਾਉ ਗ੍ਰਸਤ ਹੈ, ਤੇ ਜੇਕਰ ਇਹ ਸੱਚੋ ਸੱਚ ਇਹ ਮਾਪਦਾ ਹੈ ਭਾਵ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦਾ ਸਹੀ ਸਹੀ ਮਾਪਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਜਾਂ ਖੋਜਪੱਤਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਔਜ਼ਾਰ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਲੋਂ ਇਕ ਮੌਕੇ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਹੋਏ ਜਵਾਬ ਅਗਲੇ ਕਿਸੇ ਮੌਕੇ ਤੇ ਇਹੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਦੇਣ ਸਮੇਂ ਹੀ ਉਹੀ ਹੋਣਗੇ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਕ ਅਵਸਰ ਤੇ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਕਸਰ ਹੀ ਚਿੰਤਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਤੋੜ ਮਰੋੜ ਕੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਮੌਕੇ ਤੇ ਪੁੱਛੇ ਸਵਾਲ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿਚ ਵੀ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਹੀ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਜਵਾਬਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਮੰਨਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਮਾਪਣ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਔਜ਼ਾਰ ਵੀ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਮੰਨਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

2.3.2.1 ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਦੇ ਲਾਭ

1 ਇਸ ਵਿਧੀ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ (ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਹਿਚਕਚਾਹਟ ਦੇ) ਬੋਲਦਾ ਹੈ।

2 ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਵਿਚਲੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਦੇ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਉਸ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਜਾਂ ਗੁਣ ਦਾ ਮਾਪ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਮਿਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਜੇਕਰ ਇਹ ਸਵਾਲ ਗੁਣ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕ ਹੋਣ।

2.3.2.2 ਤਰੁੱਟੀਆਂ ਜਾਂ ਖਾਮੀਆਂ

1 ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀਆਂ ਖਾਮੀਆਂ, ਗੁਣਾਂ ਜਾ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

2 ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਖਾਮੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਸੁਤੰਤਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਅਤੇ ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਮੁਲਾਕਾਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਦੋ ਵਿਸ਼ਾਨਿਸ਼ਟ ਤਕਨੀਕਾਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਕਥਨ ਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੂਚਨਾ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਖਾਮੀਆਂ ਨੂੰ ਲੁਕਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾ ਚੜ੍ਹਾ ਕੇ ਦੱਸਣ ਦੀ ਆਦਤ ਜਾਂ ਰੁਝਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਅਚੇਤ ਮਨ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਜਾਂ ਪੜਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਫਰਾਇਡ ਅਨੁਸਾਰ ਮਨ ਦਾ 9/10 ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਦਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਤੇ ਬਹੁਤ ਭਾਰੀ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

2.3.3 ਮਾਨਦੰਡ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿਧੀ (ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ)

ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਜਾਂ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪੁਰਾਣੀ ਵਿਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿਧੀ (ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ) ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੇ ਕੀ ਅਸਰ ਛੱਡਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਉਹ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਉਹ ਰਾਬਤਾ ਸਥਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਿਕ੍ਰਿਤ ਹੁਣ ਜਿਵੇਂ ਇਮਾਨਦਾਰੀ, ਸਮਾ ਨਿਰਧਾਰਣ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਥਿਰਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਵਿਧੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੁਣ ਜਾਂ ਕਾਰਜ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਮਤ ਮੰਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਵਿਧੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹੁਨਰ ਜਾਂ ਗੁਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾਉ ਨੂੰ ਕ੍ਰਮਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਰ, ਡੇਵਿਸ ਅਤੇ ਜੋਹਨਸਨ ਅਨੁਸਾਰ, "ਮਾਨਦੰਡ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਸੰਕਲਪ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਕਿਸੇ ਸਥਿਤੀ, ਵਸਤੂ ਜਾਂ ਕਿਰਦਾਰ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਜਾਂ ਨਿਰਣਿਆਂ ਦੇ

ਪ੍ਰਗਟਾਓ ਨੂੰ ਮਾਪਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਕਸਰ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਮਾਨਦੰਡ (ਸਕੇਲ) ਤੇ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।" ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਸਕੇਲ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਈ ਨੁਕਤਿਆਂ ਜਾਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਮਾਨ ਜਾਂ ਮਾਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਮੁੱਲਾਂ ਦੇ ਮਾਤ੍ਰਿਕ ਸਕੇਲ ਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਗੁਣਾਂ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੇਟਿੰਗ ਤਕਨੀਕ ਉਹ ਔਜ਼ਾਰ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਣਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਤਰਾਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਚੀਜ਼ ਉਸ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੀਕ੍ਰਿਤ ਗੁਣ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਦਾ ਨਿਰਧਾਰਣ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਮਾਪਣ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸ ਗੁਣ ਜਾਂ ਹੁਨਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਮਾਨਦੰਡ ਦੀਆਂ ਮਾਤਰਾਵਾਂ ਤੈਅ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਇਕ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦਾ ਮਾਨਦੰਡ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਮਾਪਣਯੋਗ ਮਾਤਰਾਵਾਂ ਜਾਂ ਇਕਾਈਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਫਿਰ ਅਧਿਆਪਕ ਅੱਖ਼ਰਾਂ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣਾਂ ਜਾਂ ਵਰਣਨ ਇਕਾਈਆਂ ਦੇ ਵਜੋਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਅੰਕ ਦੇ ਕੇ ਉਸ ਗੁਣ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਪੱਧਰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਅਸ਼ਪੱਸ਼ਟਤਾ ਖਤਮ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਸਕੇਲ ਹੋਰ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

2.3.3.1 ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

1. **ਵਰਣਤ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ** : ਇਸ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ ਵਿਚ ਅਧਿਆਪਕ ਕਿਸੇ ਗੁਣ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ, ਜੋ ਕਿ ਇਕ ਸ਼ਬਦ ਜਾਂ ਵਾਕੰਸ਼ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅੱਗੇ ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਟਿੱਕ (✓) ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇ :

   ਕੀ ਅਜਿਹਾ ਬੱਚਾ ਪਹਿਲ ਕਰਦਾ ਹੈ?

   ( )ਬਹੁਤ ਮੌਲਿਕਤਾ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ।

   ( )ਪਹਿਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇਛੁੱਕ ਹੈ।

   ( )ਕਾਫ਼ੀ ਖੋਜਾਰਥੀ ਸੁਭਾਅ ਵਾਲਾ ਹੈ।

2 **ਅੰਕਆਧਾਰਤ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ** : ਇਸ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ ਵਿਚ ਹਰ ਗੁਣ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਨੂੰ ਅੰਕ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਇਹ 7-ਨੁਕਾਤੀ ਸਕੇਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਇਕ ਤੋਂ ਆਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 7 ਅੰਕ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਿਚ ਇਹ ਗੁਣ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਹੈ, 4 ਦਾ ਅਰਥ ਔਸਤਨ ਮਾਤਰਾ ਹੈ। ਇਹ 3, 9 ਜਾਂ 11 ਨੁਕਾਤੀ ਸਕੇਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ, ਗਿਲਫੋਰਡ ਨੇ ਰੰਗਾਂ ਅਤੇ ਸੁਗੰਧੀਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਨਿਮਨਲਿਖਤ 11 ਨੁਕਾਤੀ ਸਕੇਲ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ:

1 ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਲਪਨਾਯੋਗ ਰੋਚਕ

2 ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰੋਚਕ

3 ਬਹੁਤ ਰੋਚਕ

4 ਥੋੜ੍ਹਾ ਕੁ ਰੋਚਕ

5 ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਰੋਚਕ

6 ਉਦਾਸੀਨ

7 ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਅਰੋਚਕ

8 ਥੋੜ੍ਹਾ ਕੁ ਅਰੋਚਕ

9 ਬਹੁਤ ਅਰੋਚਕ

10 ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਰੋਚਕ

11 ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਲਪਨਾਯੋਗ ਅਰੋਚਕ

3 **ਗ੍ਰਾਫ਼ਿਕ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ** : ਇਹ ਵਰਣਿਤ ਸਕੇਲ ਵਰਗਾ ਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਫਰਕ ਉਸ ਢੰਗ ਵਿਚ ਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਹ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਵਿਹਾਰਕ ਕਥਨ ਸਕੇਲ ਜਾਂ ਮਾਨਦੰਡ ਵੀ ਕਹਿ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਮਿਲਸਾ ਵਜੋਂ ਕਾਮਿਆਂ ਦਾ ਮਾਨਦੰਡ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਸਕੇਲ ਜਾਂ ਮਾਨਦੰਡ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ :

ਸੁਸਤ ਉਦਾਸੀਨ ਦਰਮਿਆਨਾ ਮਿਹਨਤੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਿਹਨਤੀ

4. **ਮਿਆਰੀ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ** : ਇਸ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮਾਨਦੰਡ ਕਰਨ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕ ਉਸ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਸਕੇਲ ਵਿਚ ਦਿੱਤੇ ਗੁਣਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਰੈਂਕ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ, ੳ, ਅ, ੲ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਅਤੇ ਹ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਜ਼ਿੱਦੀ, ਬੇਰੋਕ, ਸਥਿਰਤਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਲਚਕੀਲਾ ਅਤੇ ਭੌਂਜੂ ਹਨ। ਇਹ ਇਕ ਇਨਸਾਨ-ਤੋਂ-ਇਨਸਾਨ ਪ੍ਰੀਖਣ ਹੈ।

ਉਦਾਹਰਣ : ਕੀ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਕ ਜ਼ਿੱਦੀ ਇਨਸਾਨ ਹੈ?

ੳ ਅ ੲ ਸ ਹ

ਪਰ ਵਿਅਕਤੀਨਿਸ਼ਟਤਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੀਖਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੜੀ ਸੀਮਤ ਹੈ।

2.3.3.2 ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ

1. ਜਿਸ ਗੁਣ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਦਾ ਮਾਨਦੰਡ ਕਰਨਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਇਕ ਗੁਣ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਖਕ ਨੂੰ ਉਸ ਮਾਨਦੰਡ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਸ਼ਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ ਹੈ।

2 ਇਕ ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ ਵਿਚ ਗੁਣਾਂ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਕੇਤਾਂ ਵਿਚ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਗੁਣ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਹੋਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ :

1 **ਸ਼ਪੱਸ਼ਟਤਾ** : ਛੋਟੇ ਕਥਨ ਵਰਤੇ ਜਾਣ, ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਸਧਾਰਣ ਅਤੇ ਸ਼ਪੱਸ਼ਟ ਹੋਵੇ।

2 **ਅਨੁਕੂਲਤਾ** : ਸੰਕੇਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਣ। ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਦੀ ਵੇਖਾ ਵੇਖੀ ਸੰਕੇਤ ਵਰਤਣਾ ਗ਼ਲਤ ਹੈ।

3 **ਵਿਭਿੰਨਤਾ** : ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਕੇਲ ਪੱਧਰਾਂ ਤੇ ਬਦਲਵੀਂ ਭਾਸ਼ਾ ਬਦਲ ਕੇ ਵਰਤੀ ਜਾਵੇ। ਵਾਰ ਵਾਰ ਇਕੋ ਜਿਹੇ ਸ਼ਬਦ ਨਾ ਵਰਤੇ ਜਾਣ।

4 **ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟਤਾ** : ਚੰਗਾ ਜਾਂ ਮਾੜਾ, ਯੋਗ ਜਾਂ ਅਯੋਗ, ਲੋੜੀਂਦਾ ਜਾਂ ਬੇਲੋੜਾ ਜਿਹੇ ਸੰਕੇਤ ਨਾ ਵਰਤੇ ਜਾਣ।

5 **ਵੱਖਰਾਪਣ** : ਹਰ ਗੁਣ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਉਸ ਗੁਣ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਅਲੱਗ ਹੋਣ। ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਧਾਰਣ ਜਾਂ ਆਮ ਜਿਹੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਹੋਣਹਾਰ, ਵਧੀਆ, ਔਸਤਨ ਜਾਂ ਮਾੜਾ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

3. ਮਾਨਦੰਡ ਸਕੇਲ ਵਿਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਕੇਲ ਵੰਡ ਅਤੇ ਪੜਾਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਵੀ ਨਿਸ਼ਚਤ ਜਾਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਪੜਾਉ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਪੜਾਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੋਵੇ, ਪ੍ਰੇਖਕ ਅਜਿਹਾ ਫ਼ਰਕ ਲੱਭਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਪੜਾਉ ਹੋਣ ਤੇ ਪ੍ਰੇਖਕ ਨੂੰ ਸਮੱਸਿਆ ਆਵੇਗੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਕਦਮ ਇਤਨੀ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿਚ ਅੰਤਰੀਕਰਨ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਸਾਧਾਰਣ ਤੌਰ ਤੇ 5 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 7 ਤੱਕ ਸਕੇਲ ਨੁਕਤੇ ਕਾਫ਼ੀ ਹਨ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਪ੍ਰੇਖਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜੋਸ਼ੀਲੇ, ਇੱਛਾ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਹੋਣ ਤਾਂ ਵਧੇਰੇ ਬਾਰੀਕ ਅਤੇ ਸੂਖਮ ਸਕੇਲ ਬਹੁਤ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੋਵੇਗੀ।

2.3.3.3 ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਦੇ ਲਾਭ:

ਇਕ ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਦੇ ਨਿਮਨਲਿਖਿਤ ਲਾਭ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

1 ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਨਸਾਨ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਇਹ ਇਕ ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਤਕਨੀਕ ਹੈ।

2 ਅਵਲੋਕਣ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਵਿਸ਼ੇ ਵਲੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਧਾ ਚੜ੍ਹਾ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਡਰ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

2.3.3.4 ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਦੀਆਂ ਤਰੁੱਟੀਆਂ

1 ਇਸ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਦਿਆਲਤਾਂ ਗਲਤੀ ਦਾ ਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

2 ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਵੱਲ ਸਭ ਨੁਕਤੇ ਇਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਇਕਾਈਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

3 ਕਈ ਵਾਰ ਨਿੱਜੀ ਵਿਤਕਰੇ ਜਾਂ ਪੱਖਪਾਤ ਕਰਕੇ ਵੀ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਵਧਾ ਚੜ੍ਹਾ ਕੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਬਾਰੇ ਘਟ ਕਰਕੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

4 ਕਈ ਵਾਰ ਹੈਲੋ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਈ ਅਵਲੋਕਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਮੁੱਚੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਹੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

5 ਕਿਸੇ ਗੁਣ ਦਾ ਗਲਤ ਅਵਲੋਕਕਣ ਕਰਨ ਦਾ ਡਰ ਵੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਬਾਰੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਵਲੋਕਕ ਨੂੰ ਸੰਕਲਪ ਦੀ ਅਧੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸ਼ਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

6 ਰੇਟਿੰਗ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਉਪਰਲਾ ਪੱਖ ਹੀ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

2.3.4 ਛੋਟੇ ਸਵਾਲ

1 ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ? ਇਸਦੀਆਂ ਖਾਮੀਆਂ ਦਾ ਬਿਉਰਾ ਦਿਉ।

2 ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

3 ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਇਸਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੱਸੋ।

2.3.5 ਸਾਰ

ਅਸੀਂ ਤਿੰਨ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਅਨੁਮਾਨ ਦੇ ਢੰਗ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਬਹਿਸ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਾਨਿਸ਼ਟ, ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਤਰੀਕੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਾਨਿਸ਼ਟ ਵਿਧੀ ਵਿਚ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਪੱਧਰ ਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਤਕਨੀਕ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਕਥਨਾਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਬਾਰੇ ਸਮੁੱਚੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਵਲੋਕਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਉਸਦੇ ਉਸ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ਜਾਂ ਵਿਖਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਖੇਪਣ ਵਿਧੀ ਜਾਂ ਤਕਨੀਕ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਔਜ਼ਾਰ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਲੁਕਵੇਂ ਜਾਂ ਅਣਦਿਸਦੇ ਪਹਿਲੂਆਂ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਾ ਭਾਵ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬਹੁ ਦਿਸ਼ਾਵੀ ਅਤੇ ਬਹੁ ਉਦੇਸ਼ੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੁਆਰਾ ਐਨੀ ਵਿਸ਼ਾਲ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਬ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਵੱਡੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਿਸ਼ੇ ਭਾਵ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਵੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਮਾਪਣ, ਅੰਕਣ, ਅਨੁਮਾਨ ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਅਨੇਕਾਂ ਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਢੰਗ ਤਰੀਕੇ ਈਜਾਦ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਤਿੰਨ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਹਥਲੇ ਪਾਠ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਹਨ, ਮੁਲਾਕਾਤ, ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਅਤੇ ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ। ਮੁਲਾਕਾਤ ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਅਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਸਾਇਲ ਦੀ ਇਕ ਆਹਮੋ ਸਾਹਮਣੇ ਭੇਂਟ ਹੈ। ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਔਜ਼ਾਰ ਹੈ ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਕੁਝ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਲੱਭਣ ਲਈ ਫਾਰਮ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਖੁਦ ਭਰਦੇ ਹਨ। ਰੇਟਿੰਗ ਸਕੇਲ ਇਕ ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਟ ਤਕਨੀਕ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖਾਸ ਗੁਣ ਬਾਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਜਾਣ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਉਸਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਜਾਂ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਅਨੁਮਾਨ ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰੀਖਣਾਂ ਦੀ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਪੱਖਾਂ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਲਾਹੇਵੰਦ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪਾਠ ਨੰ.: 2.4 **ਲੇਖਿਕਾ: ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਅਮਿਤਾ ਕਾਯਸਥਾ**

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ: ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਸਰੂਪ ਅਤੇ ਲੋੜ

ਬਣਤਰ

2.4.1 ਉਦੇਸ਼
2.4.2 ਭੂਮਿਕਾ
2.4.3 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਅਰਥ
2.4.3.1 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰੀਭਾਸ਼ਾਵਾਂ
2.4.4 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਸਰੂਪ
2.4.4.1 ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ
2.4.5 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਲੋੜ
2.4.6 ਸਾਰ
2.4.7 ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ
2.4.8 ਸੁਝਾਈ ਪੁਸਤਕ ਸੂਚੀ ਅਤੇ ਵੈਬ ਸੋਮੇ
2.4.9 ਸ੍ਵੈ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਭਿਆਸ

2.4.1 ਉਦੇਸ਼ (Objectives)

ਇਸ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਉਪਰੰਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤੱਥਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਗੇ:

1. ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਅਰਥ ਦੱਸਣ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ।
2. ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੱਸਣਗੇ।
3. ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸਰੂਪ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।
4. ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦੱਸ ਸਕਣਗੇ।
5. ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਲੋੜ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।

2.4.2 ਭੂਮਿਕਾ (Introduction)

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਮਨ ਦੀ ਸਿਹਤ। ਭਾਵ 'ਚਿੰਤਾ ਰਹਿਤ ਮਨ'। ਇਹ ਬੋਝ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਮੁੱਖ ਮੰਗ ਹੈ, ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

2.4.3 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਅਰਥ (Meaning of mental health)

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ ਸੰਪੂਰਨ ਵਿਅੱਕਤਿਤਵ ਦਾ ਪੂਰਾ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕੰਮ ਕਰਨਾ। ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਹੀ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਤੰਤਰ ਦੇ ਵਿੱਚ ਤਾਲਮੇਲ ਕਾਇਮ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣਕ ਤੱਤਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਸੰਤੁਲਨ ਬਰਕਰਾਰ ਹੈ। ਉਹ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ, ਖੁਸ਼ਗਵਾਰ, ਸੰਤੁਲਿਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਬਦ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਇਹ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅੱਕਤੀ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਤੇ ਮੌਕਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਯੋਜਿਤ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਹੋਰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣ ਦੇ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ, ਸਿਹਤ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਕਰ ਕੇ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਤਾਂ ਹੀ ਆਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਉਸਦਾ ਸਰੀਰ ਠੀਕ ਠਾਕ ਕਾਰਜ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 54 ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੁੱਖ-ਦਰਦ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਵਾਲਾ ਆਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਉਸਦਾ ਮਨ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਾਰਜ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਹ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅੜਚਣਾਂ ਤੋਂ ਸੁਤੰਤਰ ਹੋਵੇ।

ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਮਨ ਅਤੇ ਤਨ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਦੋਵੇਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੇ ਸਿੱਧਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਛੱਡਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਮਨ ਦਾ ਹੀ ਤਨ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਚੱਲਣ ਕਰਕੇ, ਚੰਗੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਥੋੜੇ ਕੁ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਕੇ ਨਿਆਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਫਿਰ ਵੀ, ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਵਧਦੀ ਦਰ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕਾਮਯਾਬ ਸਮਾਯੋਜਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੇ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਇਹ ਫ਼ਰਜ਼ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸਮਝ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਵੀ ਸਮਝ ਹੋਵੇ, ਜੋ ਕਿ ਖਰਾਬ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਖਰਾਬ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਸਮਾਯੋਜਨ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ, ਫਿਕਰ, ਖਿਚੋਤਾਣ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਸਮਾਯੋਜਨ ਨਾ ਹੋਣਾ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੋ ਸ਼ਬਦਾਂ 'ਮਾਨਸਿਕ' ਅਤੇ 'ਸਿਹਤ' ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਦਾ ਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਚੰਗੀ ਸਰੀਰਕ ਹਾਲਤ ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਸਵਸਥਤਾ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਹੈ। ਪਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਤਨ ਅਤੇ ਮਨ ਸਹੀ ਢੰਗ ਦੇ ਨਾਲ ਕਾਰਜ ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਵੀ ਸਵੱਸਥ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਵਸਥ ਸਰੀਰ ਹੋਣ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ ਕਮ ਨ ਵੀ ਸਵਸਥ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਵਸਥ ਮਨ ਇੱਕ ਸਵਸਥ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਦਾ ਉਹੀ ਅਰਥ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਇਹ ਸਮਝਣ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣ ਦੇ ਲਈ ਤਨ ਅਤੇ ਮਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨੀ।

2.4.3.1 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰੀਭਾਸ਼ਾਵਾਂ (Definitions of mental health)

1. **ਨਿਕੋਲਸ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ:** ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਮਾਹੌਲ ਦੀਆਂ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਤੰਗ ਹਾਲਤਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਅਸੀਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਵਿੱਚ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਮਾਯੋਜਤ ਹੋਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਵਸਥਤਾ ਅਜਿਹੇ ਸਮਾਯੋਜਨ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦਾ ਜ਼ਰੀਆ ਹੈ।
2. **ਲਾਡੇਲ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ:** ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੱਚਾਈ ਦੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਢਾਲਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਹੈ।
3. **ਹੈੱਡ ਫੀਲਡ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ:** "ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਪੂਰਨ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀ ਪੂਰੀ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ।"
4. **ਸ਼ਬਦਕੋਸ਼ਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ:** ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਤੁਲਨ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕਾਰਜ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਲਈ ਉਮੀਦ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਵੀ ਹੋਵੇ।
5. **ਡਬਲਯੂ-ਡਬਲਯੂ ਬੋਕਮ (W.W.Bochm):** ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ, "ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮਾਜਿਕ ਨਿਰਮਾਣ ਦਾ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਪੱਧਰ ਹੈ ਜੋ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਨਿਜੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਦਿੰਦਾ ਹੋਵੇ।"
6. **ਕਾਰਲ ਮੈਲਿੰਗਜ਼:** ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ "ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦਾ ਦੁਨੀਆਂ ਨਾਲ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਬਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਅਣਕੂਲਣ ਜਿਸ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਜੋ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕੇ।"

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਦੋ ਅਹਿਮ ਪੱਖ ਵਿਅੱਕਤੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਹਨ। ਵਿਅਕਤੀ ਪਹਿਲੂ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਇਨਸਾਨ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਸਮਾਯੋਜਿਤ ਹੋਵੇ। ਉਹ ਸ੍ਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ੀ, ਸਹੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਣਾਓ, ਚਿੰਤਾ ਜਾਂ ਮੱਤਭੇਦਾਂ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋਵੇ। ਉਹ ਮਾਹੌਲ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਤੇ ਮੰਗਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਢਲਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇ। ਉਸ ਵਿੱਚ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਹੋਵੇ। ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਾਇਰੇ, ਇਛਾਵਾਂ, ਕਮੀਆਂ ਅਤੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸੋਝੀ ਅਤੇ ਸਮਝ ਵੀ ਹੋਵੇ। ਸਮਾਜਿਕ ਰੁਤਬਾ ਜਾਂ ਆਦਰ ਸਨਮਾਨ ਨਾਲ ਉਮਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਵਧਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਚਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਵਿਅੱਕਤੀ ਆਪਣੀ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮਾਯੋਜਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਭੁਗਤਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਤੋਂ ਭਾਵ ਕਿਸੇ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੇ ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮਾਯੋਜਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਹੀ ਹੈ।

2.4.4 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਸਰੂਪ (Nature of mental health)

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਹੀ ਸ੍ਵੈ-ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਨਿਰਪੱਖ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਰਣੇ ਲੈਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਦਬਾਓ ਪਾ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਇਹ ਦਬਾਓ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਯੋਜਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਵੰਗਾਰਦੇ ਹਨ। ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਉੱਪਰ ਦਬਾਓ ਅਤੇ ਤਣਾਓ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਤੋਂ ਭਾਵ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਪ੍ਰੇਖਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਵੱਧਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਹੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

2.4.4.1 ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ (Characteristics of Mentally Healthy Person)

1. **ਉਚਿਤ ਸਰੀਰਿਕ ਤੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ (Proper Physical and Mental Developments)**

ਜਿਵੇਂ ਅਸੀਂ ਪਹਿਨਾਂ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਅਰੋਗ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਅਰੋਗ ਮਨ ਦਾ ਨਿਵਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (A Sound mind in a Sound body) ਇਸ ਲਈ ਅਰੋਗ ਸਿਹਤ ਅਰੋਗੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਵਾਸਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਹ ਵਿਅੱਕਤੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸਰੀਰਕ ਊਣਤਾਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਗੁੰਝਲਾਂ ਤੋਂ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਰੋਗਤਾ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਅੱਕਤਿਤਵ ਨਰੋਆ ਬਣ ਸਕੇ।

2. **ਉਚਿਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਭਾਵ (Sense of Security):** ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਸਲਾਮਤੀ ਦੇ ਭਾਵ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮੁਦਾਇ ਵਿੱਚ ਉਹ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸ੍ਵੈ-ਮਾਣ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੇ ਸਫ਼ਲ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਉਸ ਵਿੱਚ ਭਰੋਸਾ ਤੇ ਨਿੱਜੀ ਸਲਾਮਤੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਭਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

3. **ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰੋੜਤਾ (Emotional Maturity):** ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਸੌਖੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ-ਤਰੰਗੀ ਦੌਰਿਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਬਣਦਾ। ਮਨੋਵੇਗ ਆਪਣਾ ਰੋਲ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਹਨ ਪਰ ਉਸਨੂੰ ਅਸੰਤੁਲਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਨੋਵੇਗਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਛੋਟੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੇ ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਅਤੇ ਜੋ ਗੱਲਾਂ ਵੱਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ -ਸਗੋਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਉਚਿਤ, ਸੰਵੇਗਾਤਮਕ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

4. **ਨਿੱਜੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ (Felling of Personal Worth):** ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਨਿੱਜੀ ਮਹੱਤਵ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦਾ ਦਬ-ਦਬਾਅ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦੀਆਂ

ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਨਾ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਸਗੋਂ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

5. **ਆਪਣੇ ਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਮੂਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ (Ability to Evaluate Self-behaviour objectively):** ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਆਪਣੇ ਵਤੀਰੇ ਦਾ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮੂਲਾਂਕਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਊਣਤਾਈਆਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਮੰਨਣ ਲਈ ਸਦਾ ਤਿਆਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਨੋਰਥਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ, ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ।

8. **ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੂਸਰੇ ਵਿਅੱਕਤੀਆਂ ਦੇ** ਇਸ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਮਨੋਰਥਾਂ ਤੇ ਅਮਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ (He has the ability to get along with others)। ਉਹ ਖੁਲ੍ਹਦਿਲੀ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਵੰਡ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋਸਤ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

7. **ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਅਰੋਗ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦਾ ਉਚਿਤ ਅਤੇ ਨਰੋਆ** ਜੀਵਨ ਫ਼ਲਸਫ਼ਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜੀਵਨ ਦਾ ਉਸ ਦੇ ਅਸਲੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਜੀਵਨ ਸਿਧਾਂਤ ਉਸ ਦੀ ਕਲਪਨਾ, ਕਾਹਲੀ ਅਤੇ ਉਤਾਵਲੇਪਨ ਤੇ ਕਾਬੂ ਰਖਦੇ ਹਨ।

8. **ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ (Tolerance):** ਇਹ ਵੀ ਇੱਥ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦਾ ਗੁਣ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਅਤੇ ਮਾਯੂਸੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਅਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਤੇ ਸੋਖੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਾਬੂ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣੀ-ਸਹਿਣੀ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

9. **ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਅਰੋਗ ਵਿਅੱਕਤੀ ਆਪਣੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਤੇ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ** ਦੀ ਭਿੰਨਤਾ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ-ਖੁਸ਼ੀ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਬਿਤਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਹਲੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਉਚਿਤ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

10. ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ੀ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਤੀ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਵਤੀਰਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

11. ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਵਿੱਚ ਅੱਤਵਾਦ ਦੀ ਕਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਸੰਤੁਲਤ ਅਤੇ ਨਰੋਈ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

12. ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਅਰੋਗ ਵਿਅੱਕਤੀ ਉਸਾਰੂ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਉਚਿਤ ਤੌਰ ਤੇ ਹਿੱਸੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਆਪ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਸਾਮਯੋਜਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਉਨਤੀ ਤੇ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਲਈ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਵਿੱਚ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼, ਕਿੱਤੇ ਲਈ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ, ਸੰਵੇਗਾਤਮਕ ਸਥਿਰਤਾ, ਲਿੰਗ ਪਰਪੱਕਤਾ, ਅੱਤਵਾਦ ਦੀ ਕਮੀ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ, ਆਤਮ-ਸਿੱਧੀ, ਸੰਗਠਤ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ, ਨਿੱਜੀ ਸੁੱਖ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਨੁਕੂਲਤਾ, ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਜੀਵਤ ਰਹਿਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

2.4.5 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਲੋੜ (Need for mental health)

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਰੀਰਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਅਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਬਣਾ ਸਕੀਏ। ਜੇ ਅੱਜ ਸਾਡੀ ਸਰੀਰਿਕ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸੁਚੇਤ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਤੁਲਨਾਤਮਕ ਠੀਕ ਰਹੇਗੀ। ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸੁਚੇਤ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਮੁੱਢਲੇ ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਹੀ ਨਰੋਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਉਪਰਾਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਬੱਚੇ ਸੁੱਖਮਈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਫੁਲਤ ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਣ। ਅੱਜ ਹਰ ਵਿਅੱਕਤੀ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਤਣਾਉ ਨਾਲ ਘਿਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਸਾਮਯੋਜਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਮੱਸਿਆ

ਬਣਦਾ ਹੈ। ਸਮਾਯੋਜਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਵਿਅੱਕਤੀ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਹੋਵੇ ਕਿ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ। ਸਮਾਯੋਜਨ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ? ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਚੰਗੇਰਾ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਗਿਆਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

1. ਵਿਵਹਾਰ ਦੁਆਰਾ ਵਿਅੱਕਤੀ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਜਾਂ ਢੰਗ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਬੰਦੀ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਉਸਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।
2. ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਵਿਉਂਤੀ ਕਰਨ ਦਾ ਗਿਆਨ ਸਾਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।
3. ਇਹ ਵਿਅੱਕਤੀ ਅੰਦਰ ਅਜਿਹੀ ਯੋਗਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਨਮੂਨਿਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
4. ਇਸ ਗਿਆਨ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅੱਕਤੀ ਨਿੱਜੀ ਸਮਾਜਿਕ ਅਸਮਾਯੋਜਨ ਦੇ ਕਾਰਣਾਂ ਦਾ ਹਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅੱਜ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਕਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਵਿਅੱਕਤੀ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰੀਬੀ, ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਭਾਵਨਾ, ਹੀਣ-ਭਾਵਨਾ, ਆਤਮ-ਭਰੋਸੇ ਦੀ ਘਾਟ ਆਦਿ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵੀ ਕਾਰਣ ਹਨ ਜੋ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਤਰੇਈ ਮਾਂ ਬਾਪ ਦਾ ਘਿਰਣਾ ਭਰਿਆ ਸਲੂਕ, ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਰਾਖੀ, ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੱਖ-ਪਾਤ, ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਅਤਿ-ਉੱਚੇ ਆਦਰਸ਼, ਉਜੜੇ ਘਰ, ਭੈੜਾ ਗੁਆਂਢ, ਸਿਨੇਮਾ, ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ, ਰੇਡੀਓ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਨਤਕ ਸੰਚਾਰ ਸਾਧਨਾਂ ਦਾ ਮਾਰੂ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਸਕੂਲ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਆਦਿ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਕਾਰਣਾਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਹਨ: ਵਿਰਸਾ, ਸ਼ਰੀਰਕ ਬਣਤਰ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਹਾਲਤ।

ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਵੱਡਿਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਕਾਰਣਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਰੋਗ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਮਾਰੂ ਕਾਰਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਖ਼ਤਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਭ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅੱਜ ਦੇ ਤਣਾਉਪੂਰਨ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਕਾਰਣਾਂ ਦਾ ਖਾਤਮਾ ਕਰ ਸਕੀਏ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਸਕੀਏ।

- ❖ **ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ (Education for Mental Health):** ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਵਿਅੱਕਤੀ ਨੂੰ ਬਦਲਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਢਾਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮਨੋਰਥ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸੰਤੁਲਿਤ ਅਤੇ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ, ਅਰੋਗਤਾ ਦਾ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ, ਜਮਾਤੀ, ਅਧਿਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਸਮਾਯੋਜਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ❖ **ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਮਨੋਰਥ (Aims of Education):** ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਨੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਵਤੀਰੇ ਨੂੰ ਅਰਥ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਉਣ ਵੱਲੋਂ ਦੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਾਧੇ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਸਿੱਧ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਅੱਕਤਿਤਵ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਪੂਰਨ ਮੌਕੇ ਦੇਵੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਵੱਲ ਮੋੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਉਸ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਮਾਰਗ ਨੂੰ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

❖ **ਸਕੂਲ ਵਰਤਾਰਾ (School Practices):** ਸਕੂਲ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਬੱਚਾ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਨਾਗਰਿਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਈਆਂ, ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਅਜਿਹੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਭਰੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਖਿਚਾਅ, ਤਣਾਓ ਅਤੇ ਵਿਰੋਧ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਮੌਕੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚੇ ਸ੍ਵੈ-ਅਨੁਕੂਲਣ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਅਨੁਕੂਲਤਾ, ਨਿੱਜੀ ਅਰੋਗ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ, ਦੂਸਰਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੇ ਵਤੀਰੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਸਿੱਖੇ।

ਆਧੁਨਿਕ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦਾ ਅਨੇਕ-ਵਿਦਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ ਹੁਣ ਇੱਕ ਪੱਖੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿੱਚ ਸਹਿਕਾਰੀ ਯਤਨ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੇ ਸ੍ਵੈ-ਯਤਨ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣਾ ਅਤੇ ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ੍ਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਭਰਦਾ ਹੈ।

ਮਾਨਸਿਕ ਅਰੋਗ-ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਨੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਨਵਾਂ ਅਰਥ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੀ ਕਹਾਵਤ, ਡੰਡਾ ਗੁਰੂ ਹੈ ਵਿਗੜਿਆਂ ਤਿਗੜਿਆਂ ਦਾ, ਹੁਣ ਇੱਕ ਪੁਰਾਣੀ ਗੱਲ ਬਣ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਬੱਚਾ ਡਾਂਟ ਅਤੇ ਸਜਾ ਦੀ ਥਾਂ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਨਾਲ ਸੁਧਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸ੍ਵੈ-ਸ਼ਾਸਨ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਗਵਾਈ, ਅਨੇਕ ਸਕੂਲ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਸਾਹਿਤਿਕ ਸਭਾਵਾਂ ਦਾ ਸੰਗਠਨ ਆਦਿ ਕੁਝ ਕੁ ਸਕੂਲ ਅਮਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਸਿਖਾਉਣਾ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਢੰਗ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਪੈਦਾ ਕਰੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਅਰੋਗ ਵੰਗਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਹ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬੇ-ਲੋੜੀਆਂ ਧਮਕੀਆਂ ਅਤੇ ਬੇ-ਲੋੜੇ ਤੱਤਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਸੁਤੰਤਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਕਮਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵੀ ਔਕੜਾਂ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿਖਾਈ ਦੇਣ ਜੋ ਛੋਟੀਆਂ-ਮੋਟੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਥਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਜਾਂ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

2.4.6 ਸਾਰ (Summary)

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਨਵਾਂ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਦਬਾਓ ਅਤੇ ਤਣਾਓ ਨੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਓ ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਭਾਵੁਕ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਨਾਜ਼ੁਕ ਦੌਰ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਵਰਤਮਾਨ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਦੀ ਲਹਿਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਲਪੇਟ ਵਿੱਚ ਲੈ ਲਿਆ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੀੜਤ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਚਿੰਤਾ, ਈਰਖਾ, ਸੰਘਰਸ਼, ਡਰ ਆਦਿ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਪੂਰਣ ਸਮਾਯੋਜਨ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਉਸਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਵਾਸਥ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਗਿਆਨ (Mental Hygiene) ਦਾ ਅਰਥ ਉਹ ਵਿਗਿਆਨ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੁੱਚੇ ਜੀਵਨ ਪੱਧਰ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪਹਿਲੂ ਹੈ।

ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਹਨ: ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਸਮਾਯੋਜਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਬਚਾਓ ਦੀ ਸੋਝੀ, ਮਹੱਤਵ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ, ਆਪਣੇ ਵਤੀਰੇ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਪੂਰਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ, ਮਨ ਤਰੰਗੀ ਪ੍ਰੋਢਤਾ, ਨਾਲ ਚੱਲ ਸਕਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ, ਜੀਵਣ ਸਿਧਾਂਤ, ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ, ਰੁਚੀਆਂ ਦੀ ਅਨੇਕਤਾ, ਅੱਤਵਾਦ ਦੀ ਕਮੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਨੁਕੂਲਤਾ, ਸੰਗਠਨ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ, ਨਿਯਮਿਤ ਜੀਵਨ, ਲਿੰਗ ਪਰਿਪੱਕਤਾ, ਸੰਵੇਗਾਤਮਕ ਸਥਿਰਤਾ, ਕਿੱਤੇ ਨਾਲ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ, ਵਿੱਘ ਆਦਿ। ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਅਤੇ ਇਕਸੁਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਉਹ ਸ੍ਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਤੀ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਵਤੀਰਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਨੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਅਤੇ ਅਮਲ ਨੂੰ ਅਰਥ ਪੂਰਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਆਮ ਕਰਕੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਨੇ ਵਿਵਸਥਾ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਰੰਭ ਵਿੱਚ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਪਹਿਚਾਣ ਕੇ ਸੁਧਾਰਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਦੇਣ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਦਕਾ ਹੀ ਮਾਨਸਿਕ ਹਸਪਤਾਲ ਖੁਲ੍ਹੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਹੂਲਤਾਂ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਨੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਮਲਾਂ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਸਿੱਖਿਆ, ਜਿਸ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਇੱਕ ਇੱਕ ਲਾਭਦਾਇਕ ਅਤੇ ਨਰੋਈ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਰੋਗ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵਿੱਚ ਉਚਿਤ ਅਨੁਕੂਲਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਅਧਿਆਪਕ ਕੋਲ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਡੂੰਘਾ ਗਿਆਨ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਪ੍ਰਗਟ ਵਿਧੀ ਨੂੰ ਜਾਣਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰਖਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਮਿੱਤਰ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਨਾਲ ਵਿਦਿਅਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਨੈਤਿਕ ਬੱਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਹਾਰੇ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

2.4.7 ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ (Glossary)

1. ਸਰੀਰਿਕ ਸਿਹਤ – ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਵੇ
2. ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ – ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਓ, ਦਬਾਓ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋਵੇ।

2.4.8 ਸੁਝਾਈ ਪੁਸਤਕ ਸੂਚੀ ਅਤੇ ਵੈਬ ਸੋਮੇ (Suggested books and Web Sources)

1. ਟੀ.ਆਰ. ਸ਼ਰਮਾ – ਸਿੱਖਿਆ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ
2. ਜੇ.ਐਸ.ਵਾਲੀਆ – ਸਿੱਖਿਆ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਬੁਨਿਆਦਾਂ
3. ਟੀ.ਐਸ. ਸੋਢੀ ਅਤੇ ਐਚ.ਕੇ. ਸੋਢੀ – ਸਿੱਖਿਆਰਥੀ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਨ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਦਾ ਵਿਕਾਸ
4. ਐਸ.ਕੇ. ਨੰਦਾ ਅਤੇ ਪੀ. ਐਸ. ਗਿੱਲ – ਸਿੱਖਿਆ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ

Web Sources

1. www.answers.com.
2. www.rcpsych.ac.uk.

2.4.9 ਸ੍ਵੈ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਭਿਆਸ: (Self-Check Exercise)

ਖਾਲੀ ਸਥਾਨ ਭਰੋ:

1. ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਗਿਆਨ (Mental Hygiene) ਦਾ ਅਰਥ ਉਹ ਵਿਗਿਆਨ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ .... ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ .... ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਅਤੇ .... ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ।
2. ਮਾਨਸਿਕ ਵਤੀਰੇ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਪੂਰਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ....ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੀ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਹੈ।
3. ਮਨ ਤਰੰਗੀ .... ਅਤੇ ਸੰਵੇਗਾਤਮਕ .... ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਦੀ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਹੈ।

4. ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅੱਕਤੀ ਸ੍ਵੈ .... ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਤੀ .... ਵਤੀਰਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

5. ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਮਿੱਤਰ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ .... ਬੱਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

6. ਪੁਰਾਣੀ ਕਹਾਵਤ 'ਡੰਡਾ ਗੁਰੂ ਹੈ ....', ਹੁਣ ਇੱਕ ਪੁਰਾਣੀ ਗੱਲ ਬਣ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

ਉੱਤਰ: (1) ਮਾਨਸਿਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਮਾਨਸਿਕ (2) ਮੁੱਲਾਂਕਣ, (3) ਪ੍ਰੋਢਤਾ, ਸਥਿਰਤਾ,
(4) ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ, ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ (5) ਨੈਤਿਕ (8) ਵਿਗੜਿਆਂ, ਤਿਗੜਿਆਂ ਦਾ