

GDC MEMORIAL COLLEGE
BAHAL (BHIWANI)-127028

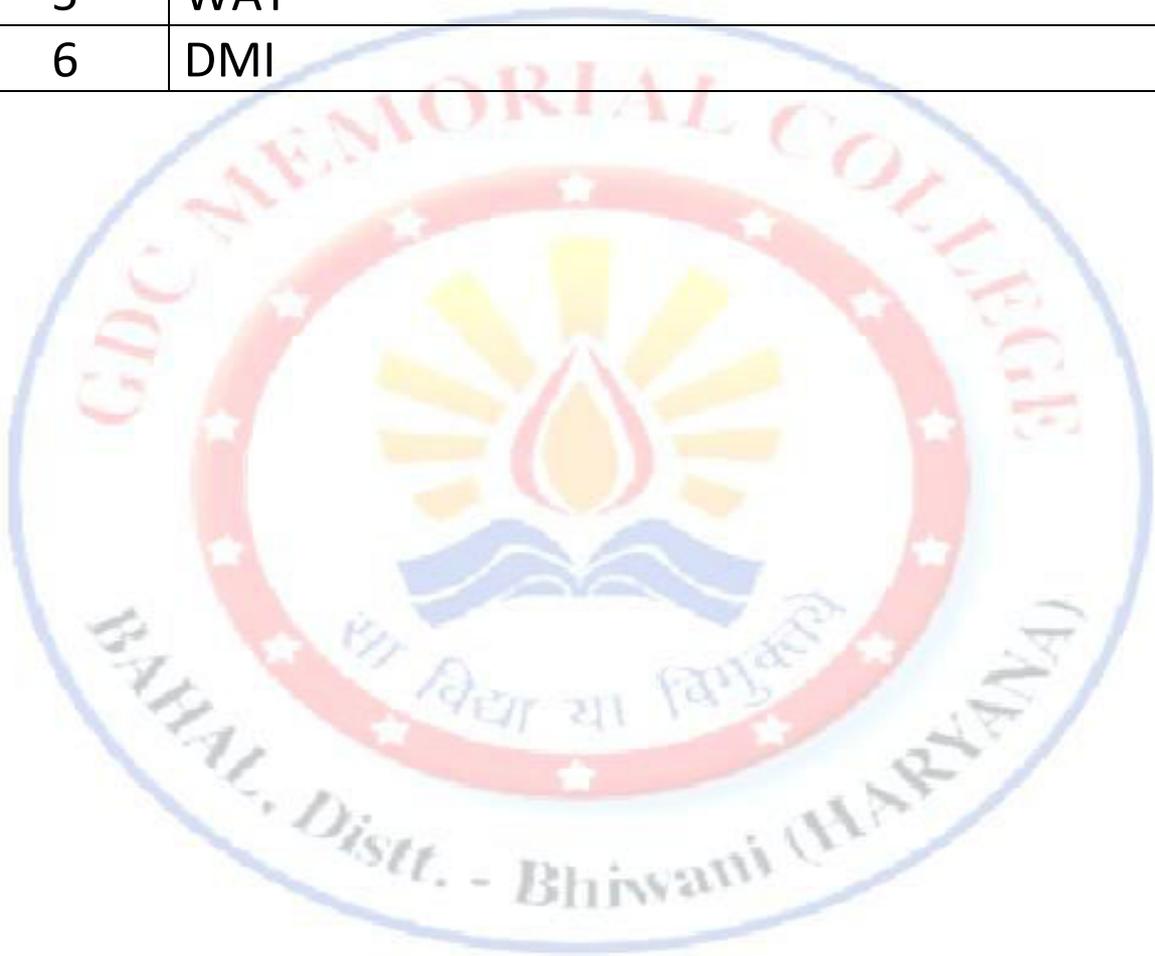


Lab Manual

Psychology (B.A.5th Semester)

Department of Psychology

Sr. No.	Name of the Experiment
1	Depression inventory
2	Emotional Intelligence
3	PGI Memory Scale
4	Anxiety Scale
5	WAT
6	DMI



EXPERIMENT NO. - 1

Title:-

प्रयोज्य के मानसिक अवसाद (Mental Depression) का मापन करना है।

Introduction:-

विषाद मानसिक रोगों का एक प्रमुख एवं सामान्य जड है। विषाद से तात्पर्य मनोदशा में उत्पन्न उदासी से होता है या इससे तात्पर्य एक वैदानिक सलंगन से होता है। जिसमें पाँच तरह के लक्षण अर्थात् सांवेगिक अभिप्रेरणात्मक, व्यवहारात्मक, संज्ञानात्मक तथा दैहिक लक्षणों का एक सम्मिश्रण पाया जाता है। इसे वैदानिक विषाद भी कहा जात है।

सांवेगिक लक्षण :-

विषाद के कुछ स्पष्ट सांवेगिक लक्षण होते हैं। ऐसे लोगों में सांवेगिक लक्षण के रूप में उदासी, निराशा, दुखी, लज्जालूपन, दोषभाव, बेकारी का भाव आदि प्रधान होता है। इसमें उदासी सबसे सामान्य सांवेगिक लक्षण है। इनमें से कुछ लोग इतने विषादी हो जाते हैं कि वह बिना रोये सामाजिक वार्तालाप नहीं कर पाते हैं।

संज्ञानात्मक लक्षण :-

एक विषादी व्यक्ति अपने बारे में हमेशा नकारात्मक ढंग से सोचता है। इस तरह का नकारात्मक चिंतन अपने तथा अपने भविष्य के बारे में होता है। नकारात्मक ढंग से अपने बारे में चिंतन करते हुए ऐसे व्यक्ति यह सोचता है कि वह तुच्छ एवं घटिया है तथा उसमें आत्म सम्मान नाम की कोई चीज नहीं रहती।

अभिप्रेरणात्मक लक्षण :-

विषादी व्यक्ति प्रायः अपने दिनचर्या के कार्यों में अभिरुचि खो देता है। करीब सभी ऐसे व्यक्तियों में प्रणोद, पहल तथा स्वेच्छा की कमी पाई जाती है। 1567 में ऐसी स्थिति को इच्छाओं का पक्षाघात कहा जाता है।

व्यवहारपरक लक्षण :-

विषादी व्यक्तियों की क्रियाएं सामान्यतः तेजी से गिरती हैं वे कम कार्य करते हैं तथा उनकी उत्पादकता भी काफी कम होती है। वे अकेले रहकर अधिक समय व्यतीत करते हैं और विधावन पर ही लम्बे समय व्यतीत करते हैं और विधावन पर ही लम्बे समय तक लेते रहते हैं। ऐसे विषादी लोग बहुत धीरे-धीरे चलते हैं। उनमें चलने की इच्छा व शक्ति नहीं होती।

विषादी व्यक्ति की इच्छा कम होती है।

दैहिक लक्षण :-

विषादी व्यक्तियों में प्रायः दैहिक लक्षण जैसे सिरदर्द, उपच, कब्ज, छाती में दुखद सवेदना तथा पूरे शरीर में दर्द आदि भी होते देखे जाते हैं। इसमें थकान का स्वरूप ऐसा होता है कि लम्बे समय तक आराम एवं नींद के बाद भी वह समाप्त नहीं होता। करीब 9% विषादी व्यक्ति ऐसे होते हैं जिन्हें नींद काफी आती है। जैसा कि पहले कहा जा चुका है विषादी विकृति के मुख्य दो प्रकार होते हैं (i) डायस्थाइमिक विकृति (ii) बड़ा विषादी विकृति।

- i. **डायस्थाइमिक विकृति :-** एक ऐसी विकृति है जिसे एक ध्रुवीय विकृति में रखा गया है यह एक हल्का तथा व्यक्ति के समायोजी शक्ति को कम प्रभावित करने वाली विकृति है। सचमुच में 'डायस्थाइमिया' एक मनोदशा (Disered mood) इसी शब्द से डायस्थाइमिक बना है।

डायस्थाइमिक विकृति वैसी विषादी विकृति होती है। जिसका स्वरूप चिरकालिक होता है। अर्थात् जिसमें विषादी लक्षण गत कई वर्षों से पाये जाते हैं। इस विकृति की अवधि 2 से 20 वर्ष तक की होती है। यह 18 साल से 64 साल तक के व्यक्तियों में स्पष्ट रूप से देखने को मिलती है तथा उसके बाद इसका प्रभाव कम हो जाता है।

- ii. **बड़ा -विषादी विकृति :-** बड़ा विषादी विकृति एक प्रमुख विषादी विकल्प है। इस विकृति में व्यक्ति को कई विषादी घटना का अनुभव होता है। बड़ा विषादी घटना वैसी घटना होती है जिसमें व्यक्ति में विषादी मनोदशा होती है या व्यक्ति सभी तरह के क्रियाओं में अपनी अभिरुचि या आनन्द खो चुका होता है।

DSM-iv (TR) की कसौटी के अनुसार इसके अतिरिक्त बड़ा विषादी विकृति बदलने के लिए निम्नलिखित लक्षणों में कम से कम पाँच लक्षण नित्य दिन दो सप्ताह तक अवश्य व्यक्ति में मौजूद रहना चाहिए।

- उदासी एवं विषादी मनोदशा।
 - साधारण एवं सामान्य क्रियाओं में अभिरुचि की कमी।
 - नींद में कठिनाई अनुभव करना, मध्य रात्रि में नींद खुल जाने पर नींद न आना, सुबह में जल्दी नींद खुल जाना या इसके विपरीत खुब नींद आना।
 - क्रिया स्तर में परिवर्तन सुस्ती का अनुभव करना आदि।
 - ऊर्जा की कमी तथा थकान का अनुभव।
 - अपने आप को दोषित करने की प्रवृत्ति, दोष भाव एवं अयोग्यता का भाव।
 - एकाग्रता में कठिनाई, मंद चिंतन तथा अविर्णायकता।
 - मृत्यु या आत्महत्या का विचार बार-बार मन में आना।
 - भुख कम लगना तथा शारीरिक वजन में कमी या इसके विपरीत भूख अधिक लगना या शारीरिक वजन में वृद्धि।
- बड़ा विषादी विकृति व्यक्ति में होने की औसत आयु 40 से 50 साल की होती है यह रोग पुरुषों की अपेक्षा महिलाओं में अधिक होता है।

Problem:-

Mental Depression Scale की सहायता से प्रयोज्य के Mental Depression का प्रयोग करना।

Subject Particular:-

Name -

Age - 22

Sex -

Address -

Material:-

प्रो LN Dubey द्वारा निर्मित Mental Depression Scale, Manual paper, Pencil etc.

Procedure:-

निर्देश :- इस मापनी में कुछ कथन दिए गए हैं प्रत्येक कथन के सामने 'हाँ' और 'नहीं' दो विकल्प लिखे हैं। आप इन कथनों को ध्यानपूर्वक पढ़िए तो उसके 'हाँ' वाले खाने में (√) का निशान लगा दीजिए और यदि आपको अपने संबंध में कथन असत्य लगे तो (X) नही वाले खाने में निशान लगाइए। आपके उत्तर गोपनीय रखे जायेंगे इसलिए आप निःसंकोच उत्तर दीजिए। इस मापनी को पुरा करने के लिए कोई समय निर्धारित नहीं है फिर भी आप अपने प्रथम विचार द्वारा इसे शीघ्र से शीघ्र पूरा करने का प्रयास कीजिए।

Administration:-

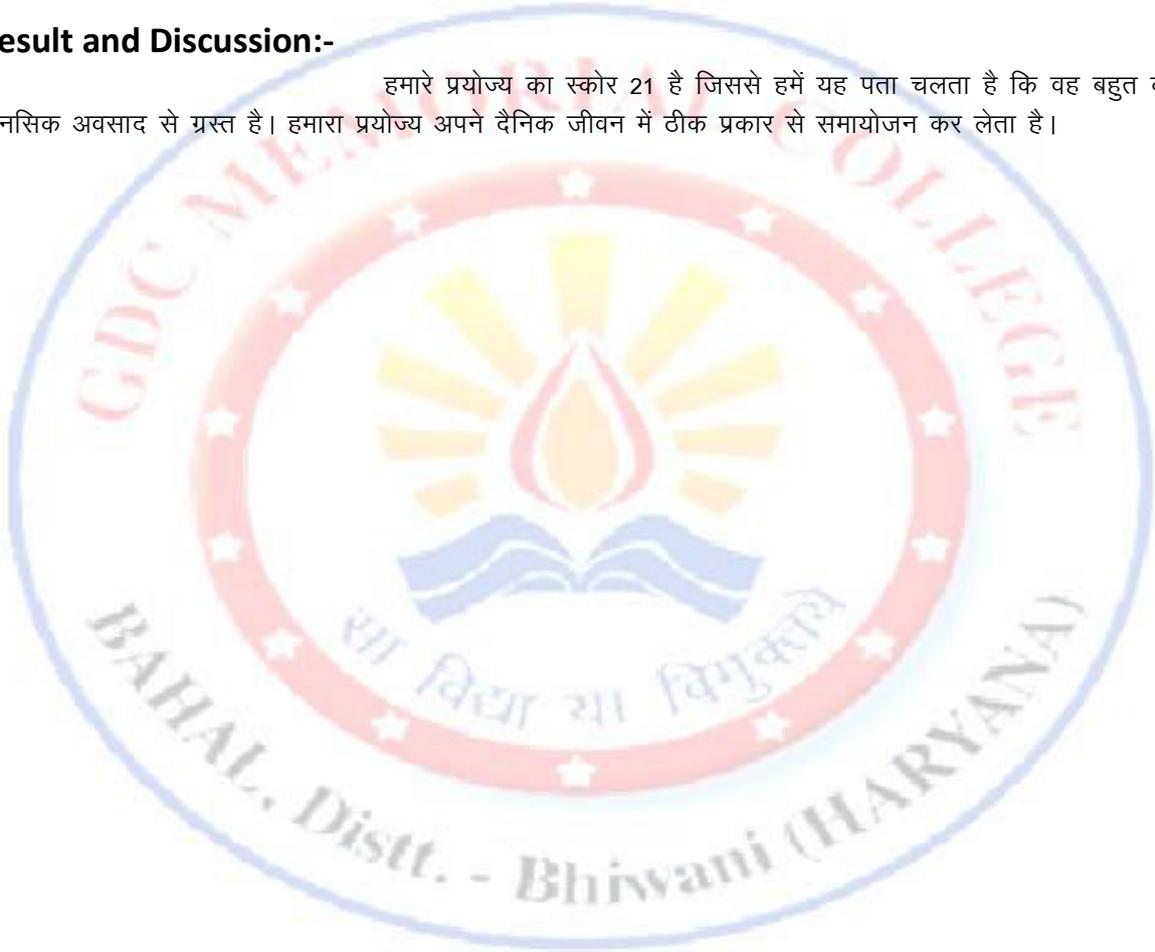
प्रयोज्य के साथ सोहादयपूर्ण संबंध स्थापित करने के बाद उसे निर्देश दिए जाए हमारा प्रयोज्य पढ़ा लिखा था जिसकी वजह से वह स्वयं निर्देश पद लेता है। लेकिन फिर भी हमने निर्देश समझाए और इसे पूरा करने के निर्देश समझाए। और इसे पूरा करने की कोई सीमा नहीं है। इसमें सबसे पहले प्रयोज्य को **Mental Depression Scale** दिया गया और उसे भरने के बाद वापिस ले लिया गया। इसमें प्रत्येक प्रयोज्य को कथन के लिए 'हाँ' और नहीं में जवाब देना था। जिसमें हाँ के लिए **Score** दिया और नहीं के लिए **0 Score** बाद में **Score** का total किया जाएगा।

Precautions:-

- i. प्रकाश का उचित प्रबन्ध।
- ii. वतावरण शांत होना चाहिए।
- iii. प्रयोज्य को गोपनीयता का आश्वासन देना चाहिए।

Result and Discussion:-

हमारे प्रयोज्य का स्कोर 21 है जिससे हमें यह पता चलता है कि वह बहुत कम मानसिक अवसाद से ग्रस्त है। हमारा प्रयोज्य अपने दैनिक जीवन में ठीक प्रकार से समायोजन कर लेता है।



EXPERIMENT – 2

Title:-

Emotional Intelligence (सर्वेगात्मक बुद्धि का मापन)

Introduction:-

सामान्यतः यह समझा जाता है कि व्यक्ति की सफलता एवं उपलब्धियां उसकी बुद्धि पर आधारित होती हैं। जिसकी बुद्धि लब्धि अधिक होती है सामान्यतः उसकी जिंदगी की उपलब्धियां भी अधिक होती हैं परन्तु आधुनिक शोध से यह स्पष्ट हो गया है कि व्यक्ति को अपनी जिंदगी में जो भी सफलता प्राप्त होती है उसका मात्र 20% ही बुद्धि लब्धि के कारण होता है और 80% सावेगिक बुद्धि के कारण होता है।

अतः प्रश्न यह उठता है कि सावेगिक बुद्धि क्या है। उसे किस ढंग से परिभाषित किया जाता है दो अमेरिकन मनोवैज्ञानिकों अर्थात् सलोमी एवं मेयर Salovey and Mayer 1990 ने सर्वेगिक बुद्धि जैसे पद का प्रतिपादन किया जिससे तात्पर्य मोटे तौर पर व्यक्ति की जिंदगी के सावेगिक पहलु से संबंध क्षमताओं या शीलगुणों के समुच्चय से होता है इन लोगों ने सावेगिक बुद्धि को मूलतः सामाजिक बुद्धि का एक प्रकार माना था। अब हम सावेगिक बुद्धि की कुछ वैज्ञानिक परिभाषाओं पर विचार करेंगे।

मेयर एवं सैलोमी 1977 ने इसे परिभाषित करते हुए यह कहा कि सावेगिक बुद्धि संवेगों को प्रत्यक्ष करने की क्षमता, संवेग के प्रति पहुँच बताने एवं उसे उत्पन्न करने की क्षमता ताकि चिंतन में मदद हो सके तथा संवेग एवं संवेगात्मक ज्ञान को समझा जा सके तथा संवेग को चिंतनशील ढंग से नियमित किया जा सके ताकि सावेगिक एवं बौद्धिक वर्धन को उन्नत बनाया जा सके।

गोलमैन 1998 जो स्वर्जर्स विश्वविद्यालय में कासोर्टियम फॉर रिसर्च आन इमोशनल ठन्टेलिजेन्स के संस्थापक एवं चैयरमैन हैं, ने सावेगिक बुद्धि को परिभाषित करते हुए कहा है “यह अपने एवं दूसरों के भावों को पहचानने की क्षमता तथा अपने आप को अभिप्रेरित करके एवं अपने संबंधों में संवेग को प्रबंधित करने की क्षमता है। संवेगात्मक बुद्धि द्वारा उन क्षमताओं का वर्णन होता है जो शैक्षिक बुद्धि या बुद्धि लब्धि द्वारा मापे जाने वाले पूर्णतः सज्ञानात्मक क्षमताओं का वर्णन होता है जो शैक्षिक बुद्धि या मापे जाने वाले भिन्न परन्तु उसके पूरक होते हैं।

सावेगिक बुद्धि के तत्व

Components of Emotional Intelligence

सावेगिक बुद्धि के तत्वों को मूलतः दो भागों में बांटा गया है। वैयक्तिक तत्व तथा अन्तवैयक्तिक तत्व।

इन दोनों का वर्णन निम्नलिखित है:-

वैयक्तिक तत्व :-

सावेगिक बुद्धि का आधार आत्म ज्ञान होता है इसमें व्यक्ति अपने संवेग से तो अवगत होता ही है साथ ही साथ इसमें दूसरों के संवेग को प्रबंधित भी करता है तथा इसमें आत्म अभिप्रेरणा भी सम्मिलित होती है अतः सावेगिक बुद्धि के तीन वैयक्तिक तत्व बताए गए हैं-

- i. **अपने संवेगों से अवगत होना :-** सावेगिक बुद्धि का सबसे महत्वपूर्ण तत्व यह है कि इसमें व्यक्ति अपने संवेगों से शुद्ध अवगत होता है। दूसरे शब्दों में वह अपने भावों एवं संवेग से जिस रूप में वे उत्पन्न होते हैं अवगत होता है। इसका मतलब यह हुआ कि इसमें व्यक्ति सिर्फ अपनी मनोदशा से अवगत ही नहीं होता है। बल्कि उन मनोदशा के बारे में उत्पन्न चिंतन से भी वह अवगत होता है जो लोग इन भावों को मानीटर करने में सफल हो जाता है वे उनके वश में नहीं होते हैं।

- ii. **अपने संवेगो को प्रबंधित करना :-** सांवेगिक बुद्धि का दूसरा तत्व अपने संवेगो को प्रबंधित करना होता है संवेगो को प्रबंधित करने से तात्पर्य यह नहीं होता है कि संवेगो को दबा के रखा जाये बल्कि इससे तात्पर्य यह होता है कि उन संवेगो का उचित ढंग से अभिव्यक्त किया जाए ओर उन्हें नियंत्रण से बाहर न होने दें। जिन व्यक्तियों में सांवेगिक बुद्धि अधिक होती है वे यह भी जानते हैं कि अपनी मनोदशा का नियमन कैसे किया जाए ओर अपने क्रोध विषाद आदि से अपनी जिंदगी को प्रभावित नहीं होने देते हैं।
- iii. **आत्म अभिप्रेरणा :-** सांवेगिक बुद्धि का एक अन्य तत्व आत्म अभिप्रेरणा है। आत्म अभिप्रेरणा से तात्पर्य ऐसे सांवेगिक आत्म नियंत्रण से होता है जो व्यक्ति को उत्तम लक्षणों की प्राप्ति के लिए प्रयत्नशील रखता है। तथा तात्कालिक तुष्टि के लिए प्रलोभन को रोकने में मदद करता है इन सब का सार तत्व यह है कि आवेगशील व्यवहार को रोकने या नियंत्रित करके रखना सभी तरह के सांवेगिक आत्म नियंत्रण की जड़ होता है। आत्म अभिप्रेरणा का यह तत्व का संबंध जीवन के विभिन्न क्षेत्र में प्राप्त होने वाली सफलता जीवन के विभिन्न सफलता को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करता है।

अन्तर्व्यक्तिक तत्व :-

सांवेगिक बुद्धि के इस तत्व में दूसरों के संवेगो को समझना तथा उसके प्रति सवेदनशीलता दिखलाना तथा संवेगों को उचित ढंग से संचालित करना आदि सम्मिलित होता है। इस श्रेणी के निम्नलिखित दो तत्व प्रधान हैं।-

- i. **परानुभूति: दूसरों के संवेगो की पहचान करना :-** परानुभूति सांवेगिक बुद्धि का एक अन्य तत्व है जिसमें व्यक्ति दूसरों के अभिप्रेरणा एवं संवेगो को समझता है ओर उनकी पर्याप्त मात्रा को ग्रहण करता है। परानुभूति का आधार आत्म बोध होता है अगर व्यक्ति को अपने संवेगो में सूझ नहीं होता है तो बहुत उम्मीद इस बात की है कि वह दूसरों के संवेगो को न तो ठीक ढंग से समझेगा और न ही उसके प्रति सर्वेदना शीलता विकसित करेगा। परानुभूति का सबसे प्रमुख सूचक अशाब्दिक व्यवहार को समझने एवं व्याख्या करने की क्षमता से होता है।
अशाब्दिक व्यवहार में व्यक्ति का हाव भाव, वाक नमन दूसरों की आनन अभिव्यक्ति आदि प्रमुख हैं अशाब्दिक व्यवहार को सचमुच में संवेग की भाषा बतलायी गयी है क्योंकि व्यक्ति अपने भावों की अभिव्यक्ति इस माध्यम से अक्सर करता है।
- ii. **सम्बन्धों का संचलित करना :-** दूसरों के साथ उत्तम संबंध को संचलित करना भी सांवेगिक बुद्धि का एक महत्वपूर्ण तत्व माना जाता है। कुछ लोग ऐसे होते हैं जो दूसरों के साथ उत्तम एवं संतोषजनक सम्बन्ध बनाये रखने में सक्षम होते हैं। स्पष्टतः इनमें सांवेगिक बुद्धि का यह तत्व मजबूत होता है। दूसरों के साथ उत्तम बनाये रखना एवं उसे ठीक ढंग से संचलित करके रखना एक ऐसा तत्व है जो दो तत्वों अर्थात् अपने संवेगो का प्रबंधित करके रखने की क्षमता तथा परानुभूति का परिणाम होता है जिन व्यक्तियों में इन दोनो तत्वों की प्रधानता होती है वे लोग आसानी से दूसरों के साथ उत्तम एवं संतोषजनक सम्बन्ध बनाये रखना एवं उसे ठीक ढंग से संचलित करके रखना एक ऐसा तत्व है जो दो तत्वों अर्थात् अपने संवेगो को प्रबंधित करके रखने की क्षमता तथा परानुभूति (वे लोग आसानी से दूसरों के साथ उत्तम एवं संतोषजनक सम्बन्ध बनाकर रखते हैं ओर उसका ठीक ढंग से संचालन भी करते हैं।)
अभी हाल ही में किए गए शोधो से यह स्पष्ट हुआ कि सांवेगिक आशावादी होते हैं उन्हें विश्वास होता है कि एक दिन जरूर सभी चीजें ठीक हो जाएगी।

Problem:-

डॉ. जैन व साथियों द्वारा निर्मित संवेगात्मक बुद्धि मापनी EIS की सहायता से अपने प्रयोज्य की संवेगात्मक बुद्धि का मापन करना।

Biodata of the Subject:-

Name - Sukhbir
Age - 22
Sex - Male
Calss - JBT
Add. - Matani

Materials:-

डॉ. स्वतन्त्र जैन व साथियो द्वारा निर्मित (संवेगात्मक बुद्धि स्केल (EIS) पेपर, पैन, पेंसिल इत्यादि।

Procedure:-

- i. **निर्देश :-** अगले पृष्ठ पर कुछ कथन दिए गए हैं आप ने प्रत्येक कथन को ध्यान से पढ़ना है और अपने आप को मद्देनजर रखते हुए प्रतिक्रिया करनी है। प्रत्येक कथन के सामने पाँच विकल्प हैं यदि कथन आप पर पूर्णतः लागू होता है तो आप पूर्णतः सहमत यदि एक अधिकतर लागू होता है तो अधिकतर सहमत यदि वह मात्र कुछ ही सहमत होता है तो कुछ-कुछ सहमत, यदि यह अधिकतर लागू नहीं होता तो अधिकतर सहमत ओर यदि यह बिल्कुल ही लागू नहीं होता तो पूर्णतः असहमत वाले बॉक्स में सही का निशान लगाए। यहां कुछ भी सही या गलत नहीं है कोई भी कथन बिना प्रतिक्रिया के नहीं छोड़ना है। आप की प्रतिक्रिया गुप्त रखी जाएगी।
- ii. **प्रशासन :-** सर्वप्रथम प्रयोज्य से सौहादापूर्ण संबंध स्थापित किए गए। इसके बाद उन निर्देशों का भली भांति समझने का अवसर दिया गया। निर्देशों को समझ लेने के बाद उसने अपना कार्य करना प्रारम्भ कर दिया वह कथनों को एक-एक करके पढ़ता चला ओर अपने अनुसार उपलब्ध 5 विकल्पों में से किसी एक पर सही का निशान लगाता गया। जब उसने सभी 25 प्रश्नों के प्रति अनुक्रिया प्रदान कर दी तो उस से प्रफार्मा वापिस ले लिया गया ओर स्कोरिंग का कार्य किया गया।
- iii. **सावधानियाँ :-**
 - a) प्रयोज्य से सौहादपूर्ण संबंध स्थापित करने चाहिए।
 - b) उसे निर्देशों को सही ढंग से समझा देना चाहिए।
 - c) उसे गोपनीयता का आशवासन देना चाहिए।
 - d) प्रयोज्य अनुक्रिया कर रहा होता है तब उस समय प्रयोज्य की किसी भी अनुक्रिया पर टिप्पणी नहीं करनी चाहिए।

Result:-

Areas	A	B	C	D	E	Total
Scores	25	19	20	19	20	104

विवेचना:- मैनुअल देखने से पता चलता है कि हमारा प्रयोज्य (A) Appraisal of positive Emotions, (B) Appraisal of Negative Emotions, (C) Interpersonal Conflict & difficulty तथा (E) Emotional facilitation & Goal orientation नामक कारकों पर "Above Average" तथा (D) Interpersonal Skill & Flexibility नामक कारक पर औसत रहा है। उसके कुल फलांको (104) से पता चलता है कि वह कुल-मिला कर बहुत उच्च संवेगात्मक बुद्धि का व्यक्ति है। इसका अर्थ यह हुआ है कि हमारा प्रयोज्य अन्य व्यक्तियों, समय व परिस्थिति को मद्देनजर रखता हुआ दूसरों की अनुभूतियों व संवेगों को समझ कर ऐसे व्यवहार करता है जिससे वर्तमान संसाधनों का सर्वोत्तम ढंग से इस्तेमाल हो सके। इसके अतिरिक्त अपने वह संवेगों के ज्ञान व उनके प्रबन्धन व विनियमन के उत्तम कौशल रखता है जिस की वजह से वह उत्तम परिणामों को हासिल कर सकता है।

EXPERIMENT – 3

Title:-

प्रयोज्य की स्मृति योग्यता का मापन।

Introduction:-

संवेदी स्मृति इन्द्रियों के लिए प्रस्तुत सूचना का पर्याप्त रीति से पूर्ण ओर परिशुद्ध प्रतिनिधि करती है। यह स्मृति संवेदनाओं को अल्पकाल तक इस प्रकार बनाये रखती है ताकि पहचान प्रक्रम सम्पन्न हो सके। परन्तु इसका संचय काल एक या दो सैकण्ड के लिए ही होता है प्रायः हम एक उद्दीपक को तब तक निरन्तर देखते रहते हैं जब तक कि हम इसे पहचान नहीं लेते ओर कभी-कभी हमारी दृष्टि आँख झपकने या अन्य विघ्नों द्वारा भंग हो जाती है। हमारी जितनी प्रकार की ज्ञानेन्द्रिया हैं उतनी ही प्रकार की संवेदी स्मृतियां हो सकती हैं परन्तु प्रयोगिक मनोविज्ञान में हम प्रायः दृष्टि संवेदी स्मृति तथा वर्णात्मक संवेदी स्मृति पर अध्ययन करते हैं।

यहां हम इन्हीं पर संक्षेप में प्रकाश डालेंगे।

दृष्टि सम्बंधित संवेदी स्मृति :- नाइस्सर 1967 ने इसे प्रति चित्रात्मक स्मृति की संज्ञा दी है। उद्दीपक के हट जाने के बाद भी एक या दो सैकण्ड तक उद्दीपन का बने रहना दृष्टि सम्बंधित संवेदी भण्डार कहलाता है।

सर्वप्रथम स्पर्लिंग 1960 ने इस प्रकार की स्मृति का विधिवत रूप से प्रायोगिक प्रदर्शन किया उन्होंने अपने प्रयोग में 12 अक्षरों को तीन पवित्तियों में प्रस्तुत किया। प्रत्येक पवित्त में चार अक्षर थे। उन्होंने इन अक्षरों को 50 तक m.sec. की सहायता से प्रस्तुत किया ओर फिर प्रयोज्य को कहा गया कि वे जितने अधिक अक्षर बता सकते हैं बताएं इस प्रकार उन्होंने सम्पूर्ण रिपोर्ट प्रविधि का इस्तेमाल किया।

भावनात्मक संवेदी स्मृति :- ऋणात्मक संवेदी स्मृति के भण्डार में धनात्मक उद्दीपकों से उद्दीपक प्रतिध्वनि या अनुगूँज का भण्डार होता है अध्ययनों से पता चला है कि किसी ध्वनि उद्दीपक की स्मृति के बाद उस का पुनरुपादन विश्वसनीय ढंग से सम्भव है। इसी के आधार पर ASM की व्याख्या संभव रहती है।

नाइस्सर 1967 ने ASM को प्रतिध्वनात्मक स्मृति दी है। उन्होंने इस प्रकार की स्मृति के बारे में कई प्रमाण प्रस्तुत किए हैं उदाहरणार्थ एक अध्यापक अपने शिष्य को सही उच्चारण सिखाता है। यही शिष्य 'चित्र' को 'चितर' कहता है तो अध्यापक उसे कहता है चितर नहीं 'चित्र' कहें यदि चित्र को चितर कहने वाले शिष्य के पास 'तर' व त्र ध्वनियों के विश्वसनीय व अकूट सकेंतिक प्रति छवि उपलब्ध न हो तो वह अध्यापक के परामर्श से लाभ नहीं उठा सकता।

ASM की धारणा अबधि विभिन्न प्रयोगों में विभिन्न पाई गई है। इस भिन्नता का कारण विभिन्न प्रयोगिक प्रक्रियाएं, प्राणी की जटिलता उद्दीपक जटिलता में भिन्नता, कार्य भिन्नता इत्यादि हो सकते हैं।

Problem:-

PGI Memory Scale की सहायता से अपने प्रयोज्य की स्मृति योग्यता का मापन करना।

Biodata of the Subject :-

Name - Ravi
Class - B.Sc
Sex - Male
Age - 20 year
Add. - Serla

Material:-

द्वारका प्रसाद तथा एन. एन. विग द्वारा निर्मित PGIMS पेपर, पेंसिल, स्टॉप वॉच इत्यादि।

Procedure:-

निर्देश:- प्रयोज्य के साथ सोहादपूर्ण सम्बन्ध स्थापित करने के बाउ उसे बुकलेट पर आवश्यक सूचनाओं को भरने के लिए बोला गया ओर प्रयोज्य ने इन सूचनाओं को भंग। इसके बाद इस परीक्षण के 10 उपपरीक्षणों को एक-एक करके करना शुरू किया।

प्रथम तीन उपपरीक्षणों में प्रयोज्य को कुछ प्रश्न पुछे गए। चारों उपपरीक्षण में प्रयोज्य को निर्देश दिए गए। मैं कुछ अंक आप को पढ़ कर सुनाने वाला हूँ ध्यान से सुने जरा में एक पढ़ चुका तो आप उन अंको को दोहरायगं फिर उन्हें दुबारा कुछ अंक सुनाए गए परंतु उच्चारण करके सुनता था उन्होंने प्रयास किया।

पांचवे उपपरीक्षण में कुछ चीजों के नाम प्रयोज्य को सुनाये व बाद में उनसे दोहराने के लिए कहा गया।

छठं उपपरीक्षण के लिए प्रयोज्य को कुछ वाक्य सुनाये गए व बाद में उनकी अनुक्रियाओं को नोट किया गया।

सातवें उपपरीक्षण में प्रयोज्य को कुछ जोड़े बताए गए व बाद में उसी क्रम में पुछे।

आठवें उपपरीक्षण में प्रयोज्य से सातवें उपपरीक्षण वाले निर्देश दिए गए परन्तु युग्म उन के सामने लिखे क्रम में पुछे गए।

नौवें उपपरीक्षण में प्रयोज्य को कुछ कार्ड दिखाए गए। कुछ देर बाद कार्ड उठा लिए गए व उनसे कागज पर वैसे ही बनाने के लिए कहा जैसे उन्होंने कार्ड में देखे थे।

दसवें उपपरीक्षण में प्रयोज्य को कार्ड दिखाए जिसमे उन्हें दूसरा कार्ड दिखाने पर उन चीजों को नाम लिखने के लिए कहा गया। सम्पूर्ण परीक्षण भर कुछ विशेष सावधानियाँ रखी गईं। जब परीक्षण पूरा हो गया तो प्रयोज्य का धन्यवाद किया गया।

सावधानियाँ :-

- प्रयोज्य से सौहादपूर्ण सम्बन्ध स्थापित करने चाहिए।
- उसे निर्देशों को भली भाति समझ लेना चाहिए।
- वातावरण शान्त रखना चाहिए।
- जब प्रयोज्य अनुक्रिया प्रदान करता है तो उस पर कोई टिप्पणी नहीं करनी चाहिए।

Result:-

Subset – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Score – 4, 5, 3, 6, 5, 2, 5, 3, 4, 4 = 41

हमारे प्रयोज्य का कुल Score 41 आया है जो कि P₀ – P₂₀ के बीच में आता है। जिससे पता चलता है कि हमारे प्रयोज्य का स्मृति का स्तर बहुत कम है। वह Low Level Memory में आता है।

EXPERIMENT – 4

Title:-

प्रयोज्य की चिंता का मापन करना।

Introduction:-

चिंता एक ऐसा गोचर है जो विश्व के सभी स्थानों पर देखा जा सकता है चिंता का प्रदर्शन चेतन तथा अचेतन व्यवहारों में स्पष्ट दिखलाई पड़ता है। चिंता का प्रभाव व्यवहार को तुच्छ से लेकर अत्यधिक तीव्र स्तर की गड़बड़ी के रूप में दिखलाई पड़ सकता है।

Webster (1956) में चिंता को अग्रलिखित ढंग से परिभाषित किया है। A Painful uneasiness of mind over on impending or anticipated

स्थिति चिंता बनाम शीलगुण चिंता :-

Catlells Scheier (1961) Lazonur (1966) तथा spielberger (1990) ने स्थिति चिंता को शीलगुण चिंता से प्रथक करने का प्रयास किया है।

Levilt (1968) ने यह स्पष्ट किया कि स्थिति चिंता तो ऐसी अल्पकालिक व परिस्थितिपरक दशा होती है जो किन्हीं उद्दीपकों के प्रति अनुक्रिया के रूप में दिखलाई पड़ती है। इस की तीव्रता में अन्तर उद्दीपक में अन्तर पर निर्भर करते हैं।

Catlells Sceier (1963) तथा Catell (1866) ने Multivariate Technique का इस्तेमाल किया और स्थिति चिंता तथा शीलगुण चिंता का पहचाना उन्होंने यह बताया कि ये दोनों प्रकार की चिंताएँ सापेक्षिक स्वतन्त्र ढंग से पायी जाती हैं। स्थिति चिंता की तुलना में शीलगुण चिंता सापेक्षिक स्थायी दशा होती है।

चिंता बनाम भय :-

चिंता व भय में अन्तर किया जाता है भयावह उद्दीपक या परिस्थिति के प्रति वास्तविकता पर आधारित अनुक्रिया को भय की संज्ञा दी जाती है जबकि चिंता का उदगम किसी स्पष्ट पहचान योग्य उद्दीपक की परिस्थिति से नहीं होता। इसे डील भाषा में "अस्पष्ट भय" का नाम दिया जा सकता है। चिंता की वजह से व्यक्ति विध्वनकारी तथा विचलित स्थिति में होता है।

चिंता बनाम परेशानी :-

यद्यपि कुछ व्यक्ति चिंता तथा परेशानी को समानार्थी लेते हैं तथापि मनोव्याधि विज्ञान विकासात्मक मनोविज्ञान इत्यादि में इन बातचीत की जाती हैं। परेशानी का सम्बन्ध विशिष्ट परिस्थिति के साथ होता है उदाहरणार्थ रोजगार ढुंढने की परेशानी।

- परेशानी का जन्म वस्तुनिष्ठ समस्या से होता है जबकि चिंता का जन्म आत्मगत समस्या से होता है।
- परेशानी का सम्बन्ध प्रधानता वर्तमान से होता है जबकि चिंता का सम्बन्ध भविष्य में आने वाले किसी सम्बन्ध खतरे, अनिश्चित घटना इत्यादि से होता है।

फ्रायड द्वारा प्रस्तुत चिंता वर्गीकरण :-

फ्रायड के अनुसार एक दुखद या कष्टकारी संवेगात्मक दशा के चेतन अनुभव का दुश्चिंता कहा जाता है।

उन्होंने संतो के आधार पर तीन प्रकार की चिंता की ओर संकेत किए हैं।-

- i. वास्तविक या वस्तुपरक चिंता
- ii. नैतिक चिंता तथा
- iii. तत्रिकातापी चिंता।

उन्होंने बताया है कि ब्राहा वस्तुनिष्ठ चिंता का नाम दिया जाता है किसी भयानक पशु को देखकर डरना एक उदाहरण है जब अहम को पराअहम द्वारा दण्ड की धमकी नैतिक चिंता का नाम दिया जाता है।

तत्रिकातापी चिंता एक ऐसा भय है कि कही अस्वीकृत उदमूल प्रवृत्तियाँ इतनी प्रबल न हो जाएँ कि अहम अपना नियंत्रण ही ना खो बैठे।

लक्षण :-

अधिक चिंता की दशा में व्यक्ति में निम्नलिखित प्रमुख लक्षण स्पष्ट दिखलाई पड़ते हैं।-

- i. अक्षमता की भावना

- ii. निम्न स्तर की सहनशीलता
- iii. अन्तर्दृष्टि योग्यता में कमी
- iv. अन्मयता
- v. असन्तोष की भावना
- vi. अप्रसन्नता
- vii. तनाव
- viii. चिडचिड़ापन
- ix. अजीब स्वप्न
- x. अशंका
- xi. रूचियों में घटाव
- xii. चेतना के केन्द्रीयकरण में गिरावट
- xiii. व्यक्तित्व के विभिन्न पहलुओं में तालमेल का अभाव
- xiv. अन्तर्वैयक्तिक सम्बन्धों का बिगड़ना।
- xv. शारीरिक लक्षण थकान, पेट में गड़बड़ी, सिर दर्द अधिक पसीना हृदय की असामान्य क्रियाएं इत्यादि।

Problem:-

Sinhas Comprenensinc Anxicty Test की सहायता से अपने प्रयोज्य की चिंता का मापन करना।

Biodata of the Subject:-

Name - Ravi
Age - 21
Sex - Male
Class - B.Sc
Add. - Bahal

Material Needed:-

सिन्हा तथा सिन्हा द्वारा निर्मित SCAT मैनुअल व बुकलैट पेपर पेंसिल इत्यादि।

Procedure:-

1. **निर्देश-** सबसे पहले प्रयोज्य के साथ अच्छा सम्बन्ध स्थापित किया गया। उसके बाद उसे समझाया गया कि आगे के पृष्ठों पर कुछ प्रश्न दिए गए हैं जिनका संबन्ध आप के व्यक्तित्व से है 'हाँ' तथा 'नहीं' आप के सम्बन्ध में लागू हों उसके आगे निशान लगा दे। यदि हाँ आप सम्बन्ध में लागू हों उसके आगे निशान लगा दें यदि हाँ आपके संबन्ध में सही है तो (√) का चिन्ह लगाए यदि 'नहीं' सही है तो उसमें (√) का निशान लगाएं। आप सभी प्रश्नों के उत्तर निःसंकोच रूप से दे आप का उत्तर पूर्ण रूप से गुप्त रखा जाएगा।
2. **प्रशासन :-** प्रयोज्य से सौहादपूर्ण सम्बन्ध स्थापित किए गए निर्देशों का समझाया गया व निर्देशों को समझने के बाद प्रयोज्य ने अपना कार्य करना प्रारम्भ किया। वह सभी प्रश्नों को एक-एक पढता रहा ओर अपने अनुसार 'हाँ' याह 'नहीं' में से किसी एक के सामने निशान लगा कर अपनी अनुक्रिया देता रहा। जब उस ने सभी प्रश्नों का उत्तर दे दिया तो उस का धन्यवाद करते हुए बुकलेट को उस से वापिस ले लिया गया।
3. **सावधानियाँ :-**
 - i. प्रयोज्य से सौहादपूर्ण सम्बन्ध स्थापित करना चाहिए।
 - ii. उसे निर्देशों को भली भांति समझा देना चाहिए।
 - iii. वातावरण शांत होना चाहिए।
 - iv. प्रकाश का उचित प्रबंध होना चाहिए।
 - v. प्रयोज्य को गोपनीयता का पूर्ण आश्वासन दे देना चाहिए।
 - vi. जब प्रयोज्य अनुक्रिया करता है तो उस पर कोई भी टिप्पणी नहीं करनी चाहिए।

4. Result Discussion:-

पृष्ठ 2,3,4,

मूल फलांकन 9,10,9

योग – 28

मैनुअल से पता चलता है कि प्रयोज्य का percentile score 70 है। उच्च स्तर की विंता से ग्रसित है।



EXPERIMENT – 5

Title:-

WAT की सहायता से मनोग्रन्थियों का पता लगाना।

Introduction:-

शब्द साहचर्य परीक्षण भी एक महत्वपूर्ण प्रक्षेपी परीक्षण है। इस प्रविधि में शब्दों को एक-एक करके प्रयोज्य के सम्मुख प्रस्तुत किया जाता है और उसे निर्देश दिया जाता है कि वह प्रस्तुत उद्दीपक शब्द को सुनते ही अपने मस्तिष्क में आया प्रथम शब्द कह डाले। इस प्रथम शब्द को ही हम अनुक्रिया शब्द का नाम देते हैं।

प्रयोज्य को इस बात को ध्यान में रखना होता है कि वह बिना किसी अवरोध के ही यकायक वह सबकुछ कह डाले जो कुछ उसके मन में आता है। रोगी प्रायः अवरोध अनुभव करते हैं। सामान्य व्यक्ति भी आत्म संयम की वजह से यकायक कुछ कहने में अवरोध महसूस करता है।

गाल्टन 1879-1880 ने औपचारिक रूप से शब्द साहचर्य के क्रमबद्ध अध्ययन प्रारंभ किए थे। प्रयोज्य के सामने लिखित उद्दीपक शब्द पेश किया जाता है और प्रयोज्य द्वारा प्रस्तुत अनुक्रिया शब्द को नोट किया जाता था। और प्रयोज्य द्वारा प्रस्तुत अनुक्रिया शब्द को नोट किया जाता था। और साथ ही RT का मापन भी किया जाता था। उन्होंने बताया कि शब्द साहचर्य परीक्षण व्यक्ति की आधारभूत संरचना के बारे में सुचनाएं प्रदान करते हैं।

युगं JUNG ने व्यक्तित्व के अध्ययनो तथा मनोग्रन्थियों का पता लगाने के लिए गाल्टन की शब्दों साहचर्य विधि का इस्तेमाल किया। युगं ने पता लगाया कि RT के आधार पर एक प्रयोज्य में विभिन्न उद्दीपक शब्दों के प्रति अनुक्रियशीलता में अंतर पाया जाता है ऐसे ही वैयक्तिक विभेद देखने को मिलते हैं।

- i. कुछ व्यक्ति तीव्र और कुछ मन्द गति से अनुक्रिया करते हैं।
- ii. कुछ व्यक्ति कुछ शब्दों के प्रति बिल्कुल भी अनुक्रिया नहीं करते।
- iii. कुछ लोग विपरित अनुक्रिया शब्द प्रस्तुत करते हैं।
- iv. कुछ लोग उद्दीपक शब्द का ही पनरदुार करते हैं।
- v. अप्रासंगिक अनुक्रियाएं प्रदान करते हैं।
- vi. उद्दीपक को गलत समझते हैं।
- vii. पूरा वाक्य बोल देते हैं।
- viii. पुनः उत्पादन परीक्षण पर उद्दीपक शब्द के प्रति पहले वाला अनुक्रिया शब्द नहीं बोल पाते थे।
- ix. उत्तेजित हो उठते हैं।

ये सभी मनोग्रन्थियों के सूचक होते हैं युग ने बताया कि विचलित व्यवहार उस उद्दीपक शब्द के प्रति प्रतिक्रिया के रूप में अभिव्यक्त होता है जो उसके अतिरिक्त संघर्ष या मनोग्रन्थि को छु जाता है।

इस प्रकार WAT के व्यक्ति की मनोव्यधि Psychopathology का पता लगाया जा सकता है।

केन्ट व रजानाफॉ ने 1910 में अनुक्रिया प्रकार के वर्गीकरण पर बल दिया। उन्होंने 1000 सामान्य व्यक्तियों को परीक्षण देकर साधारण अनुक्रियाओं की सारणी तैयार की और उद्दीपक शब्दों के प्रति अभिव्यक्त अनुक्रिया शब्दों का प्रतिशत ज्ञात किया। उन्होंने पाया कि 247 मनोविक्षीत प्रयोज्यों में से केवल 71 प्रतिशत साधारण अनुक्रिया शब्द प्रस्तुत करते हैं जबकि सामान्य प्रयोज्य में यह 92 प्रतिशत पाया गया है। रैपापार्ट ने निदानशाला हेतु शब्द साहचर्य परीक्षण का निर्माण किया। उन्होंने बताया कि ये परीक्षण विचार प्रक्रिया की तीव्रता का पता लगाने तथा सार्थक आंतरिक संघर्षों के क्षेत्रों का पता लगाने तथा सार्थक आंतरिक संघर्षों के क्षेत्रों का पता लगाने में उपयोगी होते हैं। जो लोग WAT पर अधिक संख्या में उपयोगी होते हैं। जो लोग WAT पर असामान्य अनुक्रियाएं देते हैं वो मानसिक व्याधि से पीड़ित होते हैं। निदानशाला हेतु शब्द साहचर्य परीक्षण का निर्माण किया।

Problem:-

डॉ. हरबन्स लाल तथा बी.आर. चोहान द्वारा निर्मित शब्द साहचर्य परीक्षण WAT की सहायता से अपने प्रयोज्य में मनोग्रन्थियों का पता लगाना।

Biodata of the Subject:-

Name - Ravi
Age - 20
Sex - Male
Class - B.A.
Add. - Serla

Material Required:-

डॉ. हरबन्स लाल तथा बी आर चौहान द्वारा निर्मित शब्द साहचर्य परीक्षण (WATT) विराम घड़ी, पेपर, पेंसिल इत्यादि।

Procedure:-

निर्देश :-

प्रथम बार मैं आपके सामने कुछ शब्दों को एक-एक सुनते ही जो प्रथम शब्द आप के मस्तिष्क में आता है उसे बिना सोच विचार के तत्कालिक कह डालिये जैसे ही आप को Ready संकेत दिया जात है वैसे ही आप शब्द सुनने के लिए तैयार हो जाए मेरी तरफ से बोले गए शब्द को सुनते ही आप ने अपनी अनुक्रिया देनी है यहाँ कोई भी अनुक्रिया सही या गलत नहीं है। आप की अनुक्रियाएं गुप्त रखी जाएगी।

द्वितीय बार मैं इस सूची के शब्दों को एक-एक कर पुनः बोलूंगा। आप ने इन शब्दों के प्रति प्रथम बार बोली अनुक्रियाएं प्रदान करने की कोशिश करनी है। उदाहरणार्थ आप ने जल के प्रति मगरमच्छ कहा था तो अब भी आप ने ऐसा ही करना है।

प्रशासन :-

प्रशासन सर्वप्रथम प्रयोज्य के साथ सौहादपूर्ण सम्बन्ध स्थापित किए गए। इस के बाद उसे निर्देश को समझाया गया। 'रेडी' संकेत से लगभग 1 सैकण्ड के बाद प्रयोज्य के सामने सूची का प्रथम शब्द बोला गया जैसे ही प्रयोज्य अनुक्रिया देता है वैसे ही उद्दीपक शब्द तथा अनुक्रिया देता है वैसे ही उद्दीपक शब्द तथा अनुक्रिया शब्द के बीच प्रयोज्य द्वारा लिए गए समय को नोट किया गया। ART को नोट किया गया तथा अन्य प्रसंगिक सूचनाओं को भी नोट कर लिया गया। अन्त में प्रयोज्य का धन्यवाद किया गया।

सावधानियाँ :-

- प्रयोज्य से सौहादपूर्ण सम्बन्ध स्थापित करने चाहिए।
- प्रयोज्य को निर्देश सही ढंग से समझा देने चाहिए।
- वातावरण शान्त होना चाहिए।
- उद्दीपक शब्दों को एक जैसे समान व स्पष्ट आवाज में प्रस्तुत करना चाहिए।
- प्रत्येक 20 उद्दीपक शब्दों की प्रस्तुति के बाद प्रयोज्य को 2 मिनट का विश्राम देना चाहिए।
- प्रयोज्य के ART व अनुक्रिया को सही ढंग से नोट करना चाहिए।
- प्रयोज्य की अनुक्रिया के प्रति कोई टिप्पणी नहीं करनी चाहिए।

EXPERIMENT – 6

Title:-

रक्षा युक्तियों का मापन।

Introduction:-

वर्तमान परीक्षण: Glesser Inilevicm 1969 द्वारा निर्मित मूल परीक्षण में 12 कहानिया है। जिस में 6 अन्तदु क्षेत्रों का सम्बन्ध Authority, Independence, Masculinity, Seminitis, Competition तथा Situational से है। इस परीक्षण में जो कहानिया है वे Glesser and Inilevion (1969) द्वारा निर्मित कहानियां को भारतीय संस्कृति के अनुसार कुछ परिवर्तित कर के रखी गई है। इन कहानियों को चार मनोवैज्ञानिकों ने चैक किया। इन कहानियों के अन्तद्ववद् क्षेत्र के बारे में सम्पूर्ण सहमति पायी गई इस परीक्षण का मूल परीक्षण के साथ सहसम्बंध रो 62 से .78 तक पाया गया। ऐसे ही इस परीक्षण की Testretest reliability का रेंज .80 से .92 तक पाया गया है अन्तराल एक सप्ताह था इस प्रकार यह एक वैध तथा विश्वसनीय उपकरण है। इस अनुसूची के दो प्रारूप होते हैं।:-

(i) Male (ii) Females

प्रत्येक प्रारूप में 10 कहानियाँ है। प्रत्येक को कहा जाता है कि वह प्रत्येक कहानी को पढ़े चार प्रश्नों के उत्तरों को इस परिस्थिति द्वारा उत्पन्न चार प्रकार के व्यवहारों को मध्यनजर रखते हुए प्रदान करें :-

- a) Proposed actual behavior
- b) Impulsive behavior in sanitary
- c) Thoughts and
- d) Feelings

प्रत्येक प्रश्न के लिए 5 अनुक्रियाएं दी हुई है ओर प्रत्येक अनुक्रिया पाँच मनोरचनाओं में से किसी एक का प्रतिनिधित्व करती है। प्रयोज्य ने अत्यधिक प्रतिनिधित्व प्रतिक्रिया के लिए “+” ओर सब से कम प्रतिनिधित्व प्रतिक्रिया के लिए “-” का चिन्ह लगाना होता है फलोका के समय जिस अनुक्रियाओं पर “+” का चिन्ह है उन्हे 2 फलांकन दिए जाते है जिन पर “-” का चिन्ह होता है।

इस प्रकार प्रत्येक मनोरचना के लिए फलांक का रेंज 0 से 80 तक का हो सकता है। सभी मनोरचनाओं के लिए कुल फलांक 200 होता है।

इन में पाँचों रक्षायुक्तियों पर फलांकों के माध्यम तथा मानक विचलन दिए हुए है। मानको की सहायता से एक व्यक्ति की स्थिति का पता लगाया जा सकता है।

Problem:-

Dr. N.R. Mnnal तथा Uma Singhal द्वारा निर्मित DMI की सहायता से अपने प्रयोज्य की रक्षायुक्तियों का मापन करना।

Biodata of the Subject :-

Name - Pritam
Age - 20
Class - B.A
Add. - Serla
Sex - Male

Material Needed:-

DMI बुकलैट, उत्तर प्रश्न पेपर, पेंसिल इत्यादि।

Procedure:-

निर्देश:-

अगले पृष्ठ पर एक छोटी सी कहानी लिखी है प्रत्येक कहानी के पश्चात चार प्रश्न दिए हैं हर प्रश्न के 5 उत्तर हैं जिन में से आप को अपने उत्तर चुनने हैं। ये 4 प्रश्न 4 प्रकार के व्यवहार से सम्बंधित हैं 1. वास्तविक, 2. कल्पित, 3. विचार तथा 4. भावना।

इस में से केवल वास्तविक व्यवहार ही व्यक्त किया जाता है जबकि अन्य तीन नहीं।

आप को प्रत्येक प्रश्न के 5 उत्तरों में से दो को चुनना है। प्रथम तो वह जो आप की प्रवृत्ति से या आप के व्यवहार से अधिक मिलता जुलता है। इस काम के लिए उत्तर पत्रिका में '+' का चिन्ह लगाइये और जो उत्तर व्यवहार को बिल्कूल भी प्रस्तुत नहीं करता उस के लिए उत्तर पुस्तिका में '-' का चिन्ह लगाइये।

उदाहरण :-

आप सड़क पर पैदल जा रही है अचानक पीछे से साइकिल का जोर से धक्का लगता है आप की क्या प्रतिक्रिया होगी।

- i. मैं साइकिल चलाने वाले की पिटाई करूंगा।
- ii. बिना कुछ कहे आगे बढ़ेगी क्योंकि ऐसा हो ही जाता है।
- iii. पुलिस में रिपोर्ट करूंगा क्योंकि ये लोग पैदल चलने वाले को इसी प्रकार जान बुझ कर धक्का देते हैं।
- iv. मैं मुस्कराते हुए उससे पूछूंगा कि उसे कोई चोट तो नहीं लगी।

अगर आप सेचते हैं कि गलत उत्तर या चिन्ह लग गया है तो आप उसे मिटा कर दुबारा चिन्ह लगा सकती हैं। कोई भी उत्तर सही अथवा गलत नहीं है आप के साथ जैसा होता है वही उत्तर लगाये। कहानी भी जैसा हुआ है वो आपके साथ हुआ है।

जब आप अपना उत्तर चुने तो यह ध्यान में रखे कि आपसे यही नहीं पुछा जा रहा है कि आप किस उत्तर को अधिक पसंद करती हैं अथवा किस उत्तर को कम बल्कि वह उत्तर पुछा जा रहा है जो आप को सब से अधिक ओर सबसे कम प्रस्तुत करता है। तथा आप क्या करेंगी तथा क्या सोचेगी।

उत्तर पुस्तिका में उत्तर लिखते समय आप ध्यान रखे कि आप के उत्तर पत्र में सही स्थान पर हो।

वास्तविक प्रशासन :-

सर्वप्रथम प्रयोज्य के साथ सोहादपूर्ण सम्बन्ध स्थापित किए गए। इसके बाद उसे निर्देशों को समझाया गया। निर्देशों को समझने के बाद प्रयोज्य ने अपना निर्देशानुसार कार्य करना प्रारम्भ किया। वह घनत्व को एक-एक करके पढ़ता गया ओर अपने अनुसार अनुक्रिया को उत्तर देता रहा।

प्रयोज्य का धन्यवाद करते हुए उस से बुकलेट उत्तर प्रपत्र इत्यादि सामग्री को वापिस ले लिया गया। स्कोरिंग कुजियों की सहायता से मूल फलांको की गणना की गई।

सावधानियाँ :-

- i. प्रयोज्य के साथ सोहादपूर्ण सम्बन्ध स्थापित किए गए।
- ii. उसे निर्देशों को भली-भांति समझा देना चाहिए।
- iii. वातावरण शान्त रखना चाहिए।
- iv. फलाकन कुजियों का इस्तेमाल सोच समझ कर करना चाहिए।
- v. प्रकाश की उपयुक्त व्यवस्था होनी चाहिए।
- vi. प्रयोज्य को गोपनीयता का आशवासन देना चाहिए।

Result:-

Cluster of Defince mechanism Raw scores.

- i. Turning against object (TAO) 37
- ii. Projection (PRO) 63
- iii. Principilization (PRN) 48
- iv. Turning against self (TAS) 52
- v. Reversal (REV) 41

Discussion:-

मैनुअल में दी गई सारणी में प्रासंगिक मानको से यह पता चलता है TAO पर माध्यम 35.80 PRO पर 39.05 PRN पर 39.45 TAS पर 41.85 तथा Raw पर 4.85 मूल्य है। हमारा प्रयोज्य TAO, PRO, PRN, तथा TAS के दृष्टिकोण से मध्यम के ऊपर की स्थिति में है जबकि REV पर मध्यम से कुछ कम की स्थिति में है। इस से यह पता चलता है कि प्रयोज्य तादात्म्यकरण, विस्थापन, प्रक्षेपण, बुद्धिकरण, विलगन तथा युक्तिकरण का इस्तेमाल सामान्य से अधिक मात्रा में करता है।

ऐसे ही वह Masochism तथा Artosadism का इस्तेमाल करता है भी सामान्य से अधिक मात्रा में करता है परन्तु इन्कार प्रतिक्रिया विधान तथा हमन का कम इस्तेमाल करता है।



GDC MEMORIAL COLLEGE
BAHAL (BHIWANI)-127028

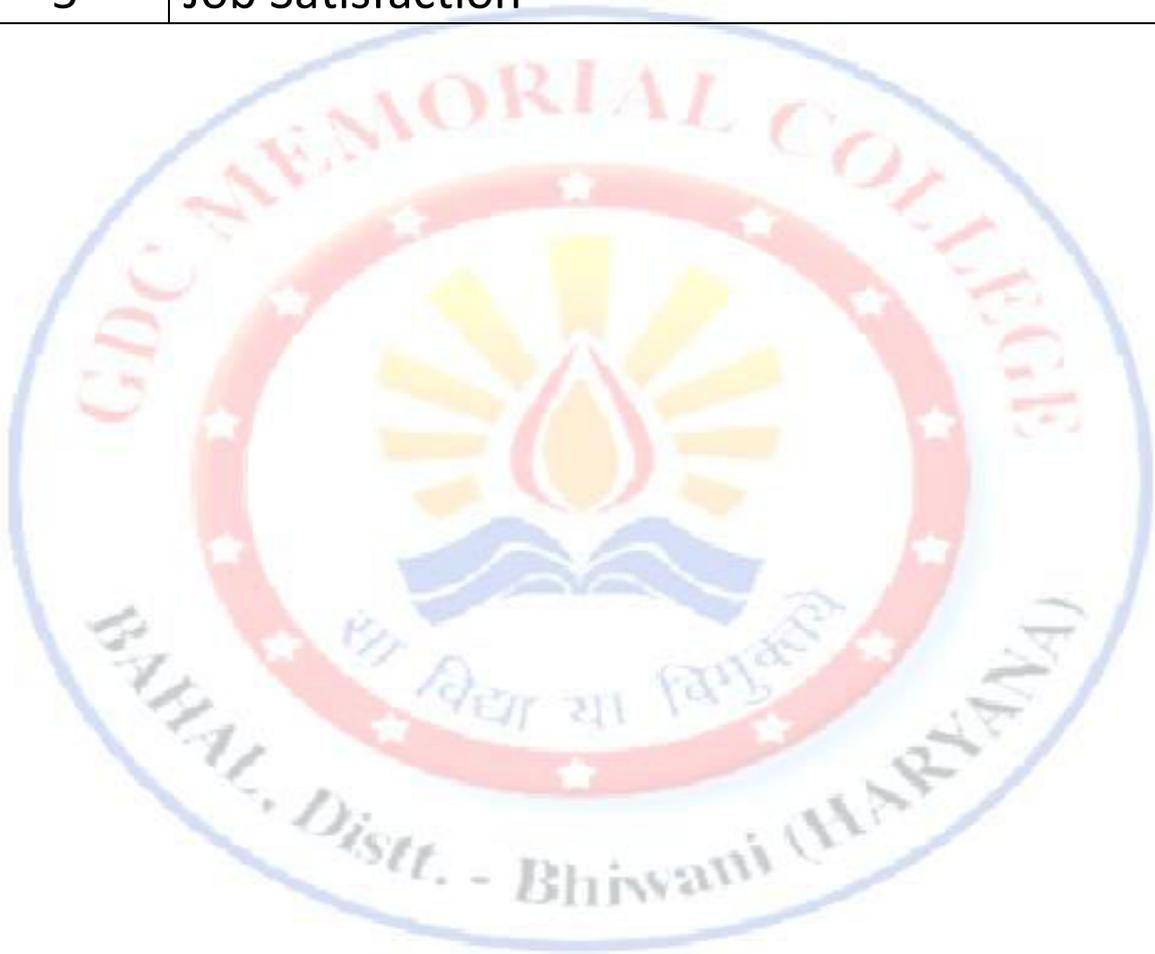


Lab Manual

Psychology (B.A. 6th Semester)

Department of Psychology

Sr. No.	Name of the Experiment
1	Stress Scale
2	Wellbeing Scale
3	General Health Questionnaire
4	Numerical Aptitude Scale
5	Job Satisfaction



EXPERIMENT – 1

प्रत्यक्षीकरण प्रतिबल स्केल

1. **शीर्षक :-** प्रतिबल का मापन।
2. **परिचय :-** प्रतिबल के अर्थ व परिभाषा तथा प्रतिबल के मॉडल।
3. **प्रयोजन :-** अपने प्रयोजन में प्रतिबल का मापन करना।
4. **प्रयोज्य परिचय :-**

नम -

कक्षा -

लिंग -

आयु -

पता -

5. **आवश्यक सामग्री :-** डॉ. स्वतन्त्र जैन व साथियों द्वारा निर्मित प्रत्यक्षीकरण प्रतिबल स्केल, पेपर, पेंसिल इत्यादि।

6. क्रिया प्रणाली :-

I. **निर्देश :-** अगले पृष्ठ पर कुछ प्रश्न लिखे हुए हैं। जो आपको पिछले 30 दिनों के दौरान आपकी भावनाओं व विचारों से सम्बन्धित है। प्रत्येक प्रश्न के सामने पांच विकल्प दिए गए हैं। कभी नहीं, प्राय नहीं, कभी-कभी प्रायः तथा सदैव। आप ने प्रत्येक प्रश्न को पढ़कर अपनी भावनाओं व विचारों के मद्देनजर रखते हुए पांच विकल्पों में से एक के नीचे सही का निशान लगा कर उत्तर देना है।

II. **प्रशासन :-** सर्वप्रथम प्रयोज्य से सौहार्दपूर्ण संबंध स्थापित किए गए। इसके बाद उसे निर्देशों को समझाया गया। निर्देशों को समझकर प्रयोज्य ने अपना कार्य शुरू किया जब उसने सभी कथनों के प्रति अपनी प्रतिक्रियाएं कर दी तो उस से Performa वापिस लिया गया और उसका धन्यवाद किया गया।

III. सावधानियाँ :-

- i. वातावरण शांत होना चाहिए।
- ii. प्रयोज्य से सौहार्दपूर्ण संबंध स्थापित करना चाहिए।
- iii. निर्देशों को सही ढंग से समझा देना चाहिए।
- iv. प्रकाश का उचित प्रबन्ध होना चाहिए।
- v. जब प्रयोज्य प्रतिक्रिया दे रहा होता है तो उस पर कोई टिप्पणी नहीं करनी चाहिए।

7. **परिणाम :-** परिकल्पना आकड़े

कुल फलांक - 47

8. **विवेचना :-** हमारे प्रयोज्य ने PSS पर 47 फलांक प्राप्त किए हैं।

मैनुअल देखन से पता चलता है कि हमारा प्रयोज्य उच्च प्रतिबल श्रेणी में आता है। इसका यह अर्थ है कि वह सामान्य जीवन में मृदू घटनाओं को भी गम्भीर लेता है। वह अधिकतर घटनाओं को चुनौतियों से भरी हुई महसूस करता है। वह सोचता रहता है कि घटनाओं समस्याओं से निपटने के लिए उसके पास संसाधनों की कमी है। वह अपने लक्ष्यों की प्राप्ति में बाधाओं के आने की अधिक सम्भावना प्रत्यक्षीकृत करता है और सामान्य उद्दीपकों को भी खतरनाक उद्दीपकों के रूप में लेता है।

9. **निष्कर्ष :-** हमारा प्रयोज्य उच्च प्रतिबल का शिकार है।

EXPERIMENT – 2

वैलबिंग स्केल

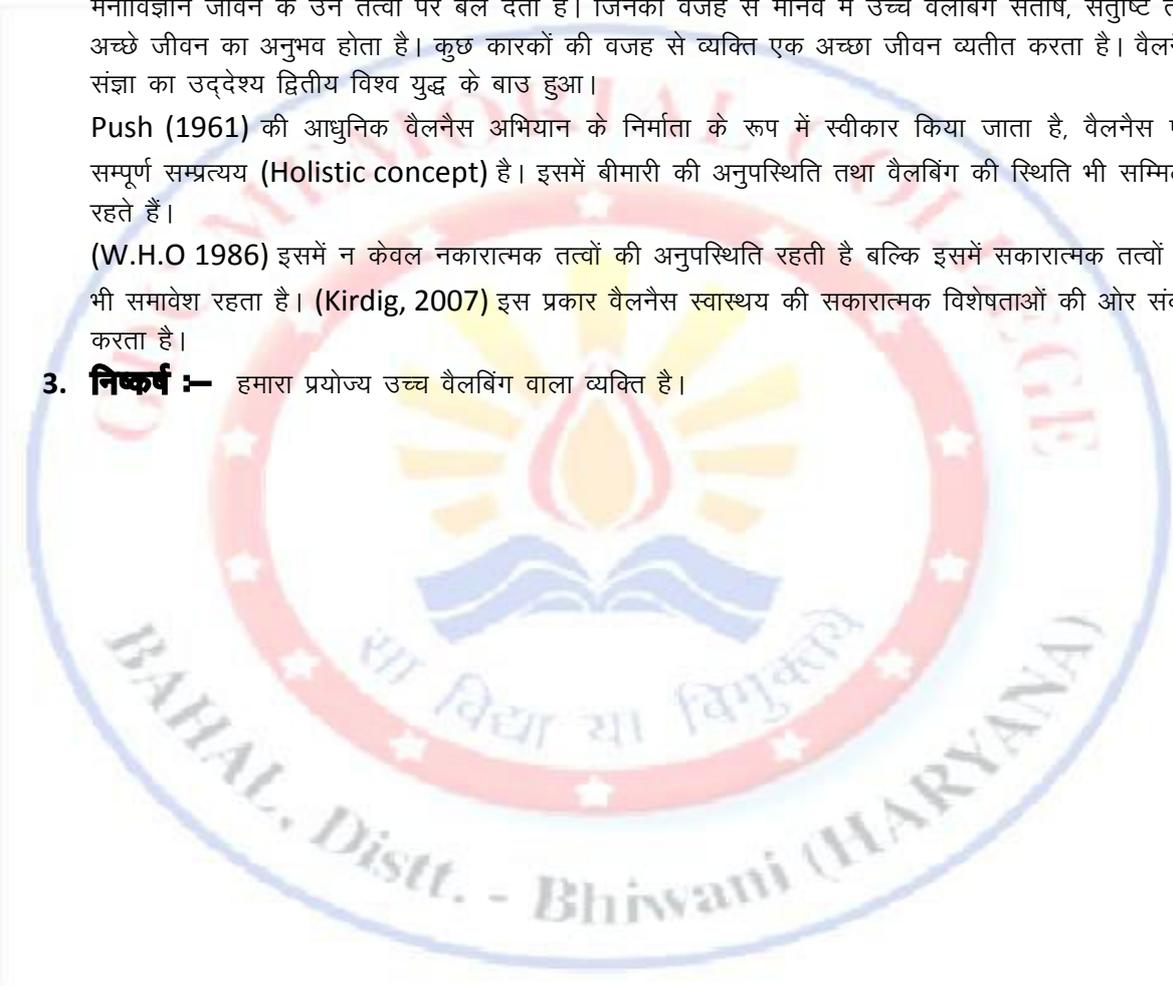
1. **शीर्षक :-** वैलबिंग का मापन।

2. **परिचय :-** वैलबिंग के अर्थ को स्पष्ट करने के लिए हमें “Health Psychology” “Mental Health” तथा Positive psychology को भी स्पष्ट करना पड़ेगा। स्वास्थ्य मनोविज्ञान उन कारकों के अध्ययन पर जोर देता है। जो शारीरिक स्वास्थ्य या बीमारी को प्रभावित करते हैं। मानसिक स्वास्थ्य या बीमारी को प्रभावित करते हैं। मानसिक स्वास्थ्य (Mental Health) मनोव्याधि की अनुपस्थिति absence of psychopathology की ओर संकेत करता है। सकारात्मक मनोविज्ञान (Positive Psychology) (Human Strength and Happiness) का वैज्ञानिक अध्ययन (Scientific Study) है। सकारात्मक मनोविज्ञान जीवन के उन तत्वों पर बल देता है। जिनकी वजह से मानव में उच्च वैलबिंग संतोष, संतुष्टि तथा अच्छे जीवन का अनुभव होता है। कुछ कारकों की वजह से व्यक्ति एक अच्छा जीवन व्यतीत करता है। वैलनैस संज्ञा का उद्देश्य द्वितीय विश्व युद्ध के बाद हुआ।

Push (1961) की आधुनिक वैलनैस अभियान के निर्माता के रूप में स्वीकार किया जाता है, वैलनैस एक सम्पूर्ण सम्प्रत्यय (Holistic concept) है। इसमें बीमारी की अनुपस्थिति तथा वैलबिंग की स्थिति भी सम्मिलित रहते हैं।

(W.H.O 1986) इसमें न केवल नकारात्मक तत्वों की अनुपस्थिति रहती है बल्कि इसमें सकारात्मक तत्वों का भी समावेश रहता है। (Kirdig, 2007) इस प्रकार वैलनैस स्वास्थ्य की सकारात्मक विशेषताओं की ओर संकेत करता है।

3. **निष्कर्ष :-** हमारा प्रयोज्य उच्च वैलबिंग वाला व्यक्ति है।



EXPERIMENT – 3

1. **शीर्षक :-** सामान्य स्वास्थ्य का मापन।
2. **परिचय :-** स्वास्थ्य व बीमारी के प्रत्यय।
3. **प्रयोजन :-** सामान्य स्वास्थ्य अनुसूची की सहायता से अपने प्रयोज्य के सामान्य स्वास्थ्य का मापन करना।
4. **प्रयोज्य परिचय :-**

नम -

कक्षा -

पता -

लिंग -

आयु -

5. **आवश्यक सामग्री :-** डॉ. स्वतन्त्र जैन व साथियों द्वारा रचित सामान्य स्वास्थ्य अनुसूची, मैनुअल, पेपर, पेंसिल इत्यादि।
6. **क्रिया प्रणाली :-** Please express how your health has been in general over the last two weeks. Answer all the questions simply by putting right mark in front of the statement depending upon your present's recent health related complaint (5). If the statement applies to you, put right mark under "true" if not it is to be put under "false".
7. **प्रशासन :-** सर्वप्रथम प्रयोज्य से सौहार्दपूर्ण संबंध स्थापित किए गए। इसके बाद उसे निर्देशों को समझा कर प्रयोज्य ने अपना कार्य शुरू किया। जब उसने सभी कथनों के प्रति अपनी प्रतिक्रियाएं कर दी तो उस से Performa वापिस लिया गया और उसका धन्यवाद किया गया।
8. **सावधानियाँ :-**
 - i. वातावरण शान्त होना चाहिए।
 - ii. प्रयोज्य से सौहार्दपूर्ण संबंध स्थापित करने चाहिए।
 - iii. निर्देशों को सही ढंग से समझा देना चाहिए।
 - iv. प्रकाश का उचित प्रबंध होना चाहिए।
 - v. जब प्रयोज्य प्रतिक्रिया दे रहा होता है तो उस पर कोई टिप्पणी नहीं करनी चाहिए।
9. **परिणाम :-** परिकल्पनात्मक आकड़े
कुल फंलाक - 3
10. **विवेचना :-** हमारे प्रयोज्य ने कुल 3 फंलाक हासिल किए हैं। मैनुअल से पता चलता है कि हमारा प्रयोज्य स्वस्थ दशा का आनंद लेता है। वह कुल मिलाकर काथिक लक्षणों, चिंता, अनिद्रा, समाजित अपकार्य तथा तीव्र अवसाद से मुक्त है। वह एक स्वस्थ व्यक्ति का जीवन व्यतीत करता है।
11. **निष्कर्ष :-** हमारा प्रयोज्य कुल मिलाकर स्वस्थ व्यक्ति है।

EXPERIMENT – 4

शीर्षक :- संख्यात्मक अभिक्षमता का मापन।

परिचय :- अभिक्षमता को अंग्रेजी में “Aptitude” कहा जाता है। अंग्रेजी भाषा के इस शब्द की व्युत्पत्ति “Aptos” से हुई है। जिसका अर्थ होता है “fitted for” जब एक व्यक्ति प्रशिक्षण से किसी क्रिया को अपेक्षाकृत जल्द सीखता है तो हम यह कहते हैं कि उसमें इस विशिष्ट क्रिया को करने के लिए अभिक्षमता है। अभिक्षमता व्यक्ति की एक ऐसी मनोवैज्ञानिक विशेषता है जो एक विशिष्ट प्रशिक्षण से विकसित होने वाली अन्तः शक्ति का परिसूचक होती है।

विधहम :- विधहम के अनुसार अभिक्षमता एक ऐसी दशा है या विशेषताओं का समुच्चय है जो व्यक्ति की उन योग्यता का परिसूचक है जिसे वह प्रशिक्षण के साथ विकसित करता है। उदाहरणार्थ :- भाषा बोलना, संगीतकार बनना, मिस्त्री बनना इत्यादि सभी सम्भव है। जब एक व्यक्ति इसके लिए अभिक्षमता रखता है। यदि एक व्यक्ति में एक संगीतकार बनने की अभिक्षमता है। तभी वह प्रशिक्षण से एक अच्छा संगीतकार बन सकता है अन्यथा नहीं।

फीमन :- “अभिक्षमता व्यक्ति की उन विशेषताओं की संयुक्ति है जो भाषा बोलने, संगीतकार बनने, मशीनी कार्य करने की क्षमता जैसे कुछ विशिष्ट ज्ञान, कौशल या संगठित अनुक्रियाओं के समुच्चय को अर्जित करने की क्षमता की ओर संकेत करता है।

अभिक्षमता की प्रमुख विशेषताएँ :- फीमन, वैरन, ट्रेक्सलर, विधहम सुपर आदि के लेखों पर नजर दौड़ाते हैं तो हमें अभिक्षमता की विशेषताओं का पता चलता है। हम यहां अभिक्षमता की कुछ प्रमुख विशेषताओं पर प्रकाश डालेंगे।

- i. अभिक्षमता व्यक्ति की एक सुस्त क्षमता होती है।
- ii. यह विशिष्ट कार्य या व्यवसाय की योग्यता की सूचक होती है।
- iii. इसका सम्बन्ध किसी विशिष्ट कार्य के लिए व्यक्ति की उपयुक्तता के साथ होता है।
- iv. यदि यह वर्तमान दशा है। तथापि इसे भविष्यत इंगित किया जाता है।
- v. यह प्रधानतः जन्मजात क्षमता है।
- vi. यह विशिष्ट ज्ञान को अर्जित करने तथा व्यवहृत करने की क्षमता है।
- vii. अभिक्षमता के विकास के लिए प्रशिक्षण के अतिरिक्त अन्य मनोवैज्ञानिक चर महत्वपूर्ण होते हैं।
- viii. यह आवश्यक नहीं कि व्यक्ति में अनेक क्रियाओं के अनेक विशिष्ट समुच्चयों के लिए एक समान प्रबल अभिक्षमताएँ हो।
- ix. अभिक्षमता के दृष्टिकोण से वैयक्तिक भेद पाये जाते हैं।
- x. अभिक्षमता प्रधानतः स्थायी रहती है।
- xi. विशिष्टता इसका एक प्रमुख गुण है।
- xii. अभिक्षमता का एकिक संयोजन होता है।

अभिक्षमता परीक्षणों के प्रकार :- आधुनिक युग में अनेक अभिक्षमता परीक्षणों का निर्माण हो चुका है। प्रायः अभिक्षमता परीक्षणों को अधोलिखित तीन श्रेणी में विभक्त किया जाता है।

1. **कारक विश्लेषण परीक्षण :-** ये परीक्षण प्रधान योग्यताओं का मापन करते हैं। थर्स्टन ने कारक विश्लेषण की सहायता से 7 प्रधान कारकों की खोज की।
2. **विभेदीय अभिक्षमता परीक्षण :-** इस प्रकार के परीक्षणों में परीक्षण माला का इस्तेमाल किया जाता है और परीक्षण माला का प्रत्येक परीक्षण किसी न किसी अभिक्षमता का मापन करता है। Georget at al. द्वारा विकसित विभेदीय अभिक्षमता परीक्षण माला इस वर्ग के परीक्षण का उदाहरण है।
3. **विशिष्ट अभिक्षमता परीक्षण :-** इस प्रकार के परीक्षण ऐसे होते हैं जो छोटे या विशिष्ट क्षेत्रों में अभिक्षमता की खोज हेतु प्रशासित किए जाते हैं। एक विशिष्ट अभिक्षमता परीक्षण अपने प्रासंगिक क्षेत्र में प्रयोज्य की अभिक्षमता का मापन करता है। सर्गीत अभिक्षमता परीक्षण, कलर्क अभिक्षमता परीक्षण सैन – अभिक्षमता परीक्षण अध्यापन अभिक्षमता परीक्षण इसके उदाहरण हैं।

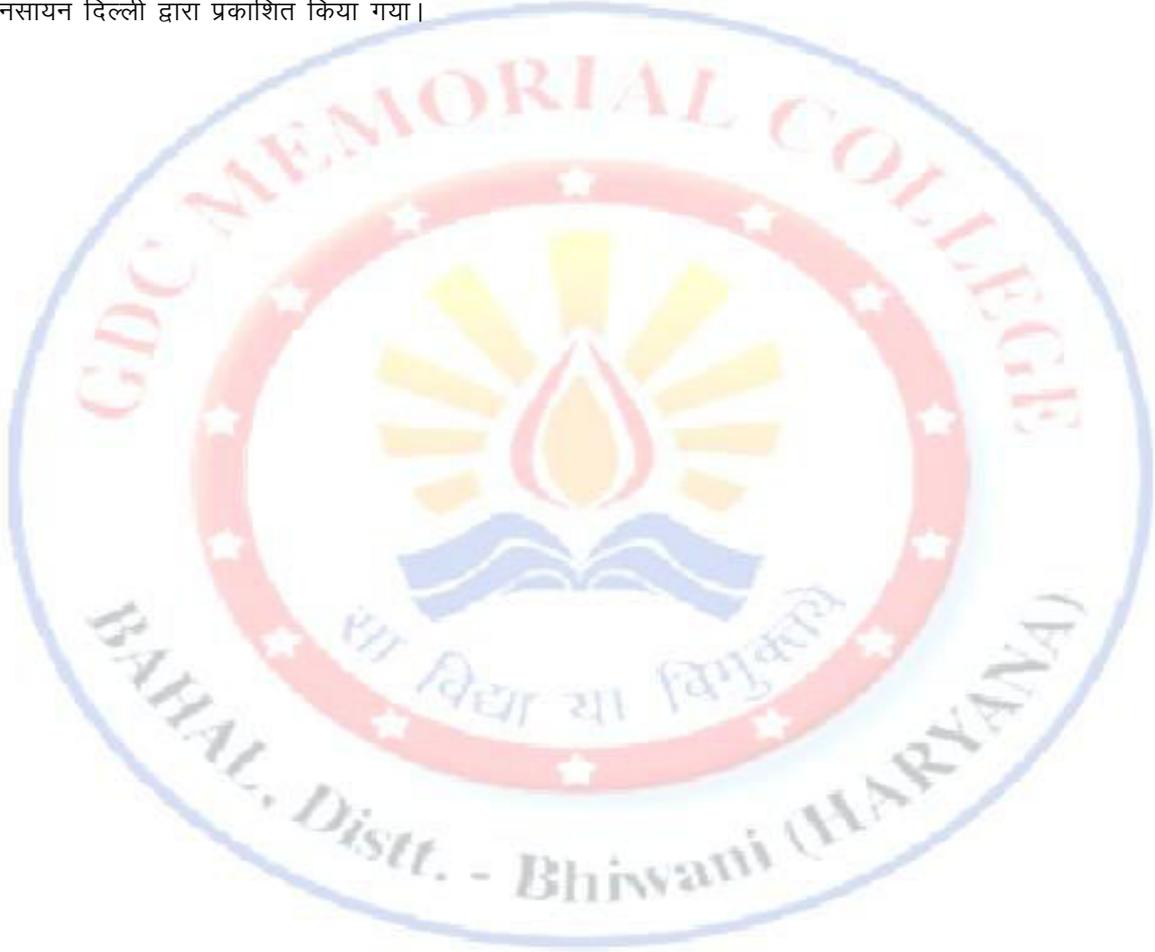
अभिक्षमता परीक्षणों का उपयोग :- अभिक्षमता परीक्षणों के प्रमुख उपयोग अधोविकसित हैं।

- i. विशिष्ट व्यवसायों हेतु प्रत्यापियों के चयन के लिए परीक्षण काफी उपयोगी सिद्ध होते हैं।
- ii. शिक्षा या प्रशिक्षण समस्याओं को प्रवेश हेतु ये परीक्षण काफी उपयोगी सिद्ध होते हैं।

- iii. निर्देशन में इनका काफी उपयोग होता है।
- iv. उपचारी प्रोग्रामों हेतु भी इनका इस्तेमाल किया जात है।
- v. ये परीक्षण अन्य मनोवैज्ञानिक परीक्षण के अनुपूरक होते हैं। सम्पूर्ण तस्वीर हेतु व्यक्ति की बुद्धि अभिरुचि उपलब्धि इत्यादि के साथ उसकी अभिक्षमता को जानना भी आवश्यक होता है।

कुछ महत्वपूर्ण अभिक्षमता परीक्षण :-

भिन्नता अभिक्षमता परीक्षण :- सन् 1947 में एक DAT का प्रकाशन "American Psychological corporations" किया गया। इस परीक्षण का निर्माण Bennett seashore and wesman ने किया था। इसका निर्माण ग्रेड 8 से 12 तक के विद्यार्थियों के शैक्षणिक व व्यावसायिक निर्देशन के लिए किया गया था। परन्तु बाद में इसका इस्तेमाल वयस्को के लिए भी होने लगा। वास्तव में यह परीक्षण बैटरी होती है। इसमें 8 उप परीक्षण होते हैं। सन् 1952 तथा 1963 में इसका संशोधन किया गया। सन् 1975 में इसका हिन्दी भाषा में अनुकूलन किया गया और इसे मानसायन दिल्ली द्वारा प्रकाशित किया गया।



EXPERIMENT – 5

शीर्षक :- व्यवसाय संतुष्टि स्केल।

परिचय :- कार्य संतुष्टि एक जटिल सम्प्रत्यय है। इसे परिभाषित करना बहुत ही कठिन है। यद्यपि यह सम्प्रत्यय अभिवृत्ति तथा मनोबल से मिलता – जुलता है। तथापि यह इन से भिन्न है। अनेक मनोवैज्ञानिकों में इसे परिभाषित करने का प्रयास किया है। इन परिभाषाओं को दो वर्गों में विभक्त किया जा सकता है।

- I. **संकीर्ण दृष्टिकोण :-** संकीर्ण दृष्टिकोण को अपनाने वाले मनोवैज्ञानिक कार्य संतुष्टि की परिभाषा में व्यवसाय संबंधी कारको तथा उनके प्रति कर्मचारी की अभिवृत्ति को विचारधीन रखते हैं। इन मनोवैज्ञानिकों का मत है कि “अपने व्यवसाय से संबंधी व विभिन्न कारकों के प्रति कर्मचारी की अभिवृत्ति को कार्य संतुष्टि का नाम दिया जाता है।” इस मत में यह स्पष्ट किया गया है कि प्रत्येक व्यवसाय के कुछ निश्चित कारक होते हैं। पारिष्कामिक कार्य वातावरण पदोन्नति के मौके कार्य स्थल नियोक्ता का व्यवहार इत्यादि।
- II. **व्यापक दृष्टिकोण :-** व्यापक दृष्टिकोण को अपनाने वाले मनोवैज्ञानिक का मत है कि कार्य संतुष्टि का संबंध अग्रलिखित तीन कारको में होता है।
 - i. व्यवसाय कारक
 - ii. व्यक्तिगत कारक
 - iii. समुह कारक

व्यवसाय कारक :- में व्यवसाय के स्वरूप वेतन, कार्य परिस्थिति इत्यादि की व्यवसाय या कार्य विशेष से सीधे संबंधित रहते हैं।

व्यक्तिगत कारक :- व्यक्तिगत कारक का संबंध कर्मचारी की व्यक्तिगत विशेषताओं से होता है। कर्मचारी की आयु, आकांक्षा स्तर, बुद्धि धातु स्वभाव इत्यादि व्यक्तिगत कारको के उदाहरण हैं। समुह कारक का संबंध समुह संबंधों से होता है। इन में सामाजिक सम्मान, राजनैतिक, आर्थिक स्थिति परस्पर व्यवहार इत्यादि की गणना की जाती है। कार्य संतुष्टि इन तीनों सेट के कारको के प्रति अभिवृत्ति की और सकेंत करती है।

1. **व्यक्तिगत कारक :-** कार्य संतुष्टि को प्रभावित करने वाले व्यक्तिगत कारको में निम्नलिखित कारको की चर्चा की है।
 - i. **यौन :-** एक समान कार्य परिस्थिति होने पर भी कार्य संतुष्टि पुरुष कर्मचारियों की तुलना में महिला में होती है। उदाहरण आदमियों की तुलना में महिलाओं का आकांक्षा स्तर निम्न होता है। महिलाओं पर आर्थिक बोझ अपेक्षाकृत कम होता है।
 - ii. **आयु :-** कर्मचारियों की आयु तथा कार्य संतुष्टि के बीच परस्पर विरोधी परिणाम हाथ लगे हैं। परन्तु अधिकतर अध्ययनों में यह पता चलता है कि कम आयु के कर्मचारियों की तुलना में अधिक आयु के कर्मचारियों में कार्य संतुष्टि अधिक पायी जाती है।
 - iii. **शिक्षा :-** कर्मचारी शिक्षा के स्तर तथा कार्य संतुष्टि के बीच कोई स्पष्ट संबंध नहीं पाया जाता है। परन्तु अधिकतम अध्ययनों से यह पता चलता है कि अन्य बातें समान रहने पर उच्च कर्मचारियों की तुलना में कम शिक्षित कर्मचारियों में कार्य संतुष्टि अधिक पायी जाती है।
 - iv. **बुद्धि :-** कर्मचारियों के बौद्धिक स्तर तथा उनमें कार्य संतुष्टि के बीच संबंध पर किए गए अध्ययनों से परस्पर विरोधी परिणाम प्राप्त हुए हैं। परन्तु अधिकतम अध्ययनों से यह पता चलता है कि उच्च बुद्धि वाले कर्मचारियों की तुलना में मंद बुद्धि वाले कर्मचारियों में कार्य संतुष्टि अधिक पायी जाती है।

2. व्यवसाय कारक :-

- i. **कार्य का प्रकार :-** कार्य का प्रकार कर्मचारियों में कार्य संतुष्टि को प्रभावित करता है। एक ही तरह के कार्य करने वाले कर्मचारियों में उच्च कार्य संतुष्टि पायी जाती है।
- ii. **अपेक्षित कौशल :-** जिन कार्यों को करने में कर्मचारियों को अपने कौशल दिखलाने के अवसर मिलते हैं। उनमें उन्हें अधिक कार्य संतुष्टि होती है।
- iii. **व्यावसायिक स्थिति :-** व्यावसायिक स्थिति या कार्य संतुष्टि के बीच धनात्मक सहसंबंध पाया जाता है।
- iv. **उद्योग का आकार :-** सामान्यतः बड़े उद्योग की तुलना में लघु उद्योग के कर्मचारियों में उच्च कार्य संतुष्टि पायी जाती है। इसके अनेक कारण हो सकते हैं। उदाहरणार्थ बड़ी कम्पनियों की तुलना में

छोटी कम्पनियों में प्रबंधन के प्रति कर्मचारियों की अधिक अनुकूल अभिवृत्ति होती है। सामाजिक अन्तर्क्रिया के अधिक अवसर मिलते हैं। प्रबंधको का अपने कर्मचारियों के प्रति अधिक अनुकूल व्यवहार रहता है इत्यादि।

प्रबन्धक कारक :-

- i. **वेतन :-** पश्चिम देशों में किए गए अध्ययनों के परिणाम से पता चलता है कि वेतन तथा कार्य सतुष्टि के बीच कोई सीधा संबंध नहीं है तथा आर्थिक प्रोत्साहन की तुलना में अतिथीय प्रोत्साहन का कार्य सतुष्टि पर अधिक प्रभाव पड़ता है।
- ii. **कार्य सुरक्षा :-** जिन कर्मचारियों में अपने व्यवसाय में सुरक्षित रहने का बोध होता है। उनमें कार्य-सतुष्टि अधिक पायी जाती है।
- iii. **पदोन्नति के अवसर :-** जिन कर्मचारियों को पदोन्नति के अधिक अवसर मिलते हैं। कार्य सतुष्टि उच्च स्तरीय पायी जाती है। यह कारक विशेषतः योग्य तथा कुशल कर्मचारियों में सक्रिय पाया जाता है।
- iv. **सह कर्मचारी :-** जिन संगठनों के कर्मचारियों को पारस्परिक संबंध संतोषजनक होते हैं। उनके कर्मचारियों में कार्य-सतुष्टि उच्च स्तरीय पायी जाती है।
- v. **उत्तरदायित्व :-** जिन संगठनों में कर्मचारियों को उचित उत्तरदायित्व सौंपे जाते हैं। उन संगठनों में कर्मचारियों का मनोबल तथा कार्य सतुष्टि उच्च स्तरीय पाए जाते हैं।

