

## इकाई द्वितीय

### प्रेरणा और सीखना

रूपरेखा		
1.1		परिचय
1.2		उद्देश्य
1.3		प्रेरणा – सामान्य परिचय
	1.3.1	परिभाषाएँ
	1.3.2	प्रेरणा का स्वरूप
	1.3.3	प्रेरणा का आधार/घटक-
	1.3.3.1	आवश्यकता
	1.3.3.2	चालक
	1.3.3.3	प्रोत्साहन
1.4		प्रेरणा के प्रकार
	1.4.1	आन्तरिक अभिप्रेरणा
	1.4.2	बाह्य अभिप्रेरणा
	1.4.3	आन्तरिक एवं बाह्य अभिप्रेरणा
1.5		अधिगमकर्ता की आवश्यकता एवं अभिप्रेरणा को बढ़ाना।
	1.5.1	उद्बोधन तकनीके
	1.5.2	प्रत्याशा तकनीके
	1.5.3	उद्दीपन तकनीके
	1.5.4	अनुशासन तकनीके
1.6		प्रेरणा बढ़ाने की विधियाँ
1.7		सारांश
1.8		प्रगति की जाँच करें
		संदर्भ

## 1.1 - परिचय

मानव व्यवहार बड़ा ही जटिल है, इसे समझना सरल कार्य नहीं है। इस जटिलता के बावजूद व्यवहार का पूर्व अनुमान लगाया जाना संभव है, क्योंकि व्यवहार बहुत कुछ वातावरण पर निर्भर करता है। एक ही परिस्थिति में दो मनुष्य एक-सा व्यवहार नहीं करते और ना ही वही व्यक्ति सदा एक सा व्यवहार करता है क्योंकि व्यवहार में बड़ी ही भिन्नता पायी जाती है। कुछ व्यक्ति दयालु होते हैं, तो कुछ बड़े ही निर्दयी कुछ व्यक्ति नम्र होते हैं, तो कुछ अभिमानी।

हमारे मन में एक स्वाभाविक प्रश्न यह उठता है कि ऐसा क्यों है? कुछ व्यक्ति थोड़ी सी बाधा आने पर तुरंत ही काम छोड़ देते हैं तो कुछ व्यक्ति बहुत सी बाधाओं का सामना करते हुए सफलता प्राप्त करते हैं। वातावरण के अभाव में मानव व्यवहार को नहीं समझा जा सकता है। व्यक्ति के व्यक्तित्व का विकास भी वातावरण पर पर्याप्त सीमा तक निर्भर है, शिक्षा व्यक्ति के व्यक्तित्व पर वातावरण के प्रभावों का अध्ययन करती है। वंशानुक्रम से प्राप्त ये शक्तियाँ वातावरण में विकसित होती हैं। मनोवैज्ञानिक व्यवहार के कारणों का अध्ययन करने के लिये व्यक्ति के स्वभाव का विश्लेषण करते हैं।

इस इकाई में प्रेरणा, जिससे व्यक्ति का व्यवहार निर्देशित होता है उस के बारे में चर्चा की जाएगी साथ ही प्रेरणा के विभिन्न प्रकार व सीखने में प्रेरणा के स्थान एवं प्रेरणा की विधियों पर प्रकाश डाला जाएगा।

## 1.2 उद्देश्य:-

**इस इकाई को सावधानीपूर्वक पढ़ने के पश्चात्**

1. व्यवहार व प्रेरणा का संबंध जान पायेंगे।
2. प्रेरणा के स्वरूप के साथ उसका अर्थ जान पायेंगे।
3. प्रेरणा के आधार/तत्वों को वर्गीकृत कर पायेंगे।
4. प्रेरणा के विभिन्न प्रकारों को व्यवहारिक रूप में समझ पायेंगे।
5. प्रेरणा की विभिन्न तकनीकें व उनका शिक्षण अधिगम पर प्रभाव समझ सकेंगे।
6. प्रेरणा बढ़ाने की विभिन्न प्रभावशाली विधियां जान पायेंगे जिससे कि व्यक्ति विशेष को प्रभावित किया जा सकता है।

**1.3 प्रेरणा:-** सामान्य परिचय व्यवहार के तीन पक्ष है जिन्हें क्या, कैसे तथा क्यों कहते हैं। पहले पक्ष का अर्थ है कि प्राणी कौन सा व्यवहार कर रहा है। दूसरे पक्ष का अर्थ है कि प्राणी उस व्यवहार को किस ढंग से कर रहा है। तीसरे पक्ष का अर्थ है कि उस व्यवहार का कारण क्या है। व्यवहार के इस तीसरे पक्ष का संबंध प्रेरणा से है। दिन प्रतिदिन की जिंदगी में हम लोग अनेकों प्रकार के कार्य करते हैं हमारे कार्यों के पीछे कोई ना कोई अभिप्रेरणा आवश्यक होती है।

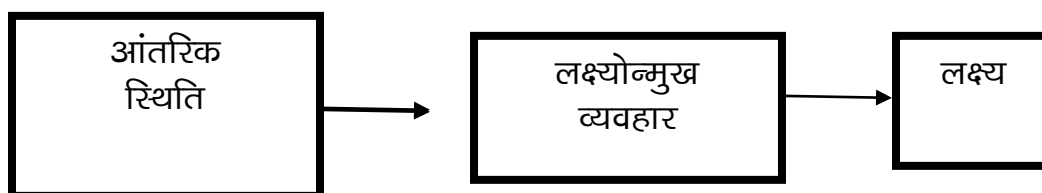
हमारे उद्देश्य प्रेरणा के आवश्यक अंग हैं, हम जो कुछ कार्य करते हैं वह किसी न किसी उद्देश्य से ही करते हैं निरुद्देश्य बैठे रहने में भी आराम करने का उद्देश्य रहता है, जिस प्रकार नाटक में एक प्रेरक होता है जो पुस्तक के लिये हफ्ते धीरे-धीरे पर्दे के पीछे बोलता है और उसी के

अनुसार पात्र रंगमंच पर अभिनय करता रहता है, ठीक उसी प्रकार ये प्रेरणा हमें किसी कार्य-विशेष को करने के लिए प्रेरित करती रहती हैं, और हम उसी के अनुसार आचरण करते रहते हैं। अंग्रेजी के **मोटीवेशन** शब्द की उत्पत्ति लैटिन भाषा के **मोटम** शब्द से हुई है, जिसका अर्थ है-“**मूव और मोशन**”

**1.3.1 परिभाषाएँ:- न्यूकम्ब के अनुसार:-**“प्रेरणा प्राणी की वह अवस्था है, जिसमें शारीरिक शक्ति संचालित हो जाती है और चयनात्मक रूप से वातावरण के कुछ भागों की ओर निर्देशित होती है”।

**मार्गन, किंग, विस्ज एवं स्कोपलर के अनुसार:-** अभिप्रेरणा से तात्पर्य एक प्रेरक तथ कर्षण बल से होता है जो खास लक्ष्य की ओर व्यवहार को निरंतर ले जाता है।

**गुड के अनुसार:-**“प्रेरणा कार्य को आरंभ करने, जारी रखने और नियमित करने की प्रक्रिया है” छात्र में क्रियाशीलता की अवस्था तब तक पायी जायेगी जब तक कि उसे लक्ष्य प्राप्त नहीं हो जाता अर्थात् व्यक्ति की आन्तरिक दशा व्यवहार को कराती है यह व्यवहार लक्ष्य प्राप्ति तक किया जाता है व लक्ष्य की प्राप्ति पर वह व्यवहार करना बंद कर दिया जाता है इसे इस प्रकार स्पष्ट किया जा सकता है।



**1.3.2 प्रेरणा के आधार या श्रोत:-** प्रेरणा के मुख्य तीन तत्व हैं, आवश्यकता, अन्तर्नोद तथा प्रोत्साहन या चालक

**1.3.2.1 आवश्यक-प्राणी** अपने जीवन में अनेकानेक आवश्यकताओं का अनुभव करता है। आवश्यकता शरीर में एक तनाव की स्थिति में है। जब शरीर में किसी चीज की कमी हो जाती है तो शरीर का संतुलन बिगड़ जाता है व इससे उत्पन्न होने वाले तनाव को हम आवश्यकता कहते हैं।

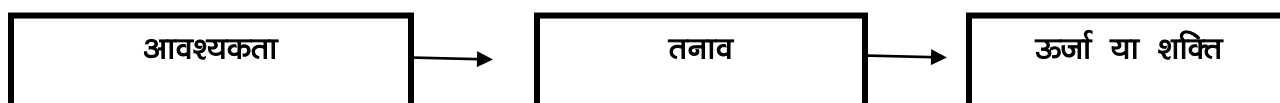
**बोरिंग, लैगफील्ड एवं वील्ड के अनुसार:-** आवश्यकता, शरीर की जरूरत या अभाव है, जिसके कारण शारीरिक असंतुलन या तनाव उत्पन्न हो जाता है, इस तनाव में ऐसा व्यवहार उत्पन्न करने की प्रवृत्ति होती है जिससे आवश्यकता के फलस्वरूप होने वाला असंतुलन समाप्त हो जाता है।

व्यक्ति को जब प्यास लगती है तो स्पष्ट है कि उसके शरीर की कोशिकाओं में पानी की कमी हो गयी है, अतः यहां प्यास की आवश्यकता पानी की कमी के कारण उत्पन्न हुई है। दूसरी ओर हमारे शरीर में पदार्थ अधिक मात्रा में इकट्ठा होने पर उनका निकल जाना आवश्यक है अर्थात् आवश्यकता से तात्पर्य इन दोनों तरह की अवस्थाओं अर्थात् कभी तथा अति से होता है। मनोवैज्ञानिकों ने आवश्यकता को अभिप्रेरणा का पहला कदम माना है क्योंकि किसी भी अभिप्रेरणा की उत्पत्ति में सबसे पहले आवश्यकता ही उत्पन्न होती है।

### प्रेरणा के तत्व



**1.3.2.2 अंतर्नोद या चालक:-** चालक एक प्राकृतिक प्रक्रिया है जिससे आवश्यकता द्वारा शरीर में उत्पन्न तनाव एक प्रकार की ऊर्जा या शक्ति को जन्म देता है। दूसरे शब्दों में व्यक्ति जैसे ही आवश्यकताओं को अनुभव करेगा वैसे ही उसके शरीर में तनाव उत्पन्न होगा। यह तनाव तुरंत ऊर्जा को चालक कहा जाता है। इसकी दो विशेषताएँ हैं:- (1) व्यक्ति को क्रिया करने के लिये बाध्य करना (2) व्यवहार की दिशा प्रदान करना।



प्राणी की आवश्यकताएँ उनसे संबंधित चालकों को जन्म देती हैं। जैसे भोजन प्राणी की आवश्यकता है। यह आवश्यकता उसमें भूख-चालक को जन्म देती है। इसी प्रकार पानी की आवश्यकता, प्यास-चालक की उत्पत्ति का कारण होती है। चालक प्राणी को एक निश्चित प्रकार की क्रिया या व्यवहार करने के लिए प्रेरित करता है, उदाहरणार्थ, भूख चालक उसे भोजन करने के लिए प्रेरित करता है।

**डेशियल के अनुसार:-**“प्रेरक शक्ति का मूल श्रोत है जो मानव को क्रियाशील बनाता है।”

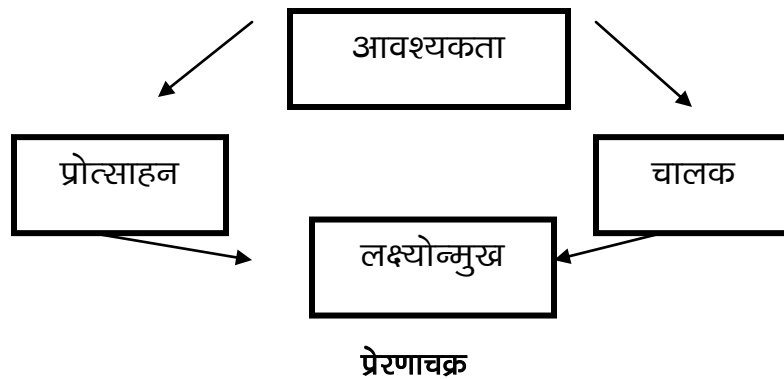
**हिलगार्ड के अनुसार:-**“चालक वह अत्यधिक मानसिक तनाव की दशा है जो अनवरत क्रिया और उपक्रमात्मक व्यवहार की ओर ले जाती है।”

**1.3.2.3 प्रोत्साहन:-** प्रोत्साहन का अर्थ उस लक्ष्य से है जिससे एक ऐसी उत्तेजना प्राप्त होती है जो प्राणी को लक्ष्य क्रिया के लिए प्रेरित करती है। जैसे एक प्यासे व्यक्ति के लिए पानी उद्देश्य है यहाँ पानी प्रोत्साहन है। एक मजदूर के लिए मजदूरी या पैसा प्रोत्साहन है। प्रोत्साहन या लक्ष्य दो तरह के होते हैं-घनात्मक व ऋणात्मक धनात्मक लक्ष्य व्यक्ति प्राप्त करना चाहता है क्योंकि उसे प्राप्त करने से ही उसकी आवश्यकता की पूर्ति हो सकती है कुछ ऐसे लक्ष्य होते हैं जिनसे व्यक्ति दूर रहना चाहता है, क्योंकि इससे दूर रहने से ही व्यक्ति की आवश्यकता की पूर्ति हो सकती है जैसे-दण्ड।

**परिभाषा:- हिलगार्ड के अनुसार:-** प्रोत्साहन ब्राह्म वातावरण में उपस्थित वह वस्तु है, जो आवश्यकता की पूर्ति करता है और इस प्रकार चालक को समापन क्रिया द्वारा कम करते हैं।

**डिसिसो एवं क्रॅफोर्ड के अनुसार:-**“उद्धीपन-वास्तविक उद्देश्य वस्तुएँ हैं।”

इस प्रकार आवश्यकता व चालक आंतरिक स्थितियाँ हैं व प्रोत्साहन वातावरण से संबंधित। आवश्यकता चालक, एक प्रेरणात्मक चक्र बनाते हैं, जब प्रोत्साहन द्वारा आवश्यकता की पूर्ति होती है तो दूसरी आवश्यकता उत्पन्न होती है। इस प्रकार प्रेरणात्मक चक्र जीवन पर्यन्त चलता रहता है।



**अपनी प्रगति की जाँच करें।**

प्र.1 प्रेरणा क्या है ?

प्र.2 प्रेरणा के विभिन्न घटकों को उदाहरण देकर समझाएँ।

प्र.3 प्रेरणा की दो परिभाषाएँ लिखें।

**गतिविधि:-**

अपने आसपास की कोई एक घटना लिखें जिसमें किसी एक व्यक्ति या घटना ने आपको या अन्य को प्रभावित किया है। प्रेरणा के स्रोत व घटना का विश्लेषण करें।

#### 1.4 प्रेरणा के प्रकार

प्रेरणा को तीन भागों में बाँटा जा सकता है।

- 1) आंतरिक अभिप्रेरणा
- 2) बाह्य अभिप्रेरणा
- 3) आंतरिक बाह्य अभिप्रेरणा

**1.4.1 आंतरिक अभिप्रेरणा:-** आंतरिक अभिप्रेरणा से मोटे तौर पर तात्पर्य स्वतः अभिरुचि से होता है। व्यक्ति किसी कार्य को इसलिये करता है, क्योंकि उसमें उसकी अभिरुचि है तथा उस कार्य को करने से उसे खुशी प्राप्त होती है। यह अभिप्रेरणा व्यक्ति में पाये जाने वाले ऐसे कारकों पर निर्भर करती है जिसे बाहर से देखना संभव नहीं दूसरे शब्दों में आन्तरिक प्रेरणा स्वतः प्रोत्साहन है। जो स्नायु मण्डल से प्राप्त होते हैं। उदाहरण एक बालक माता-पिता के मना करने पर भी स्वमेव पढ़ने के लिए प्रेरित होता है।

**डेसी के अनुसार:-** “वातावरण के साथ समायोजन करने में व्यक्ति में उत्पन्न आत्म-निर्धारण तथा सक्षमता का भाव की आवश्यकता को आंतरिक अभिप्रेरणा कहा जाता है।

**रेबर के अनुसार:-** “आन्तरिक अभिप्रेरक प्रायः कार्य पूरा करने तथा संतोष के भाव से न कि बाह्य पुरस्कार से उत्पन्न होता है।”

इन परिभाषाओं से स्पष्ट है कि आन्तरिक अभिप्रेरणा व्यक्ति के भीतर होती है और यह किसी कार्य के करने में उत्पन्न संतोष व खुशी से उत्पन्न होती है।

**1.4.2 ब्राह्म्य अभिप्रेरणा:-** अभिप्रेरणा व्यक्ति के भीतर न होकर बाहरी होती है, जहाँ इसका संबंध पुरस्कार, वेतन, श्रेणी आदि से होता है, अर्थात् ब्राह्म्य प्रेरणा में एक निश्चित प्रकार के ब्राह्म्य वातावरण की उपस्थिति अनिवार्य है। जैसे एक मजदूर को पूरे दिन काम करने पर 200/- रुपये मिलते हैं तो 200/- रुपये ब्राह्म्य अभिप्रेरणा का उदाहरण है, परंतु उस काम को पूरा करने से उसमें संतोष एवं खुशी आदि भी होती है उसे, आंतरिक अभिप्रेरणा की संज्ञा दी जायेगी।

दूसरी ओर बालक माता-पिता द्वारा कई प्रकार से समझाने और महान पुरुषों की कहानियाँ सुनाने पर ही पढ़ने के लिये प्रेरित होता है।

#### **1.4.3 आंतरिक ब्राह्म्य अभिप्रेरणा:-**

मासालों आंतरिक व ब्राह्म्य अभिप्रेरणा को आंतरिक अभिप्रेरणा व ब्राह्म्य अभिप्रेरणा की बीच की स्थिति मानते हैं उनके अनुसार यह दोनों प्रकार की अभिप्रेरणाओं की कड़ी है। जैसे-कोई बालक स्वतः ही पढ़ने के लिये प्रेरित है व माता-पिता का समझाना उसे ओर अधिक पढ़ने के लिये प्रेरित करता है।

प्रेरणा का वर्गीकरण प्रेरकों द्वारा भी किया जा सकता है। प्रेरकों को आवश्यकता के आधार पर शारीरिक, सामाजिक और ल्युडिक प्रेरकों में बाँटा जा सकता है इनके अलावा इन्हें जन्मजात व अर्जित प्रेरकों में भी बाँटा जा सकता है। कुछ प्रमुख जन्मजात प्रेरक जैसे-भूख, प्यास, नींद, प्रेम, मल-मूत्र त्यागना ये प्रेरक जन्म से प्राप्त होते हैं व इनकी संतुष्टि अनिवार्य है अर्जित प्रेरक समाज में रहकर प्राप्त किये जाते हैं। इन्हें दो भागों में बाँटा जा सकता है।

**1) व्यक्तिगत प्रेरक:-** जीवन लक्ष्य, आकांक्षा का स्तर, रुचि।

**2) सामाजिक प्रेरक:-** सामुदायिकता, आत्मस्थापना, अर्जनात्मकता।

मनोवैज्ञानिकों ने कई ऐसे प्रयोग किये हैं, जिससे यह स्पष्ट हो गया कि जब व्यक्ति में किसी कार्य को करने की आन्तरिक अभिप्रेरणा होती है परंतु जब उसी कार्य को करने के लिये उसे कुछ ब्राह्म्य प्रेरणा भी दी जाने लगती है, तो वैसी परिस्थिति में व्यक्ति में मौजूदा आंतरिक अभिप्रेरणा के स्तर में कमी आ जाती है। ऐसी स्थिति में व्यक्ति पुरस्कार पाने के लिये कार्य करने लगता है ना कि अपनी अभिरुचि, संतोष व खुशी के कारण पिट्चार्ड केम्पबेल तथा केम्पबेल ने इस तथ्य की पुष्टि के लिए एक प्रयोग किया।

**प्रयोग:-** प्रयोग में कुछ छात्र-छात्राओं को शतरंज के खेल से संबंधित कुछ समस्याओं का समाधान करने को कहा गया जिन्हें शतरंज के खेल में काफी अभिरुचि थी। इन छात्र-छात्राओं का शतरंज संबंधी अनुभव जानने के ख्याल से एक प्रश्नावली भरने के लिये दी गयी। दस मिनट के लिए उन लोगों को अकेला छोड़ दिया। कमरे में मेज पर शतरंज की गोठियाँ इस ढंग से रखी गयी थी मानो दो व्यक्ति खेल बीच में छोड़कर चले गये हो। प्रयोज्य के व्यवहार को शीशे के द्वारा देखा जा रहा था। देखा गया कि अधिकतर प्रयोज्यों ने अपना समय शतरंज के खेल को पूरा करने में बिताया। इसके बाद प्रयोगकर्ता द्वारा प्रयोज्यों को दो समूहों में बाँट दिया। एक समूह से कहा कि

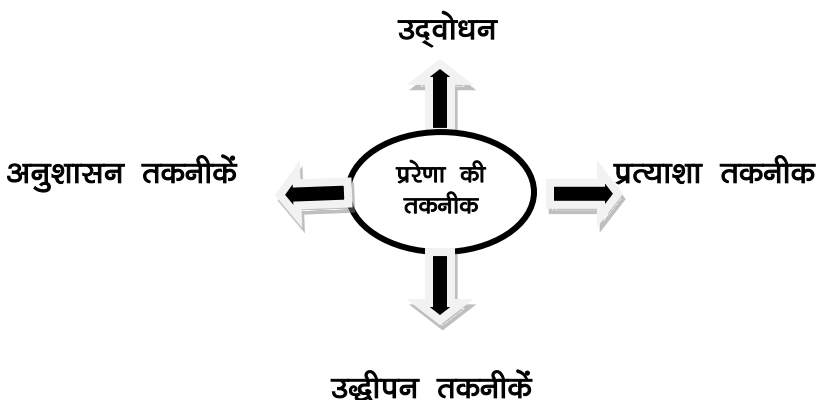
समस्या समाधान करने पर 1000/-रुपये ईनाम दिया जावेगा। व दूसरे समूह को कोई प्रेरणा नहीं दी गयी व उन्हें शतरंज से संबंधित समस्या समाधान करने को कहा गया।

परिणाम में देखा गया जिस समूह को ब्राह्म प्रेरणा दी गयी थी, उनका आन्तरिक अभिप्रेरणा का स्तर पहले से कम हो गया। वे पैसे कमाने के लिये समस्या समाधान करने लगे जबकि दूसरा समूह का आन्तरिक प्रेरणा का स्तर ऊँचा बना रहा वे समस्याओं का समाधान कर संतोष व खुशी महसूस कर रहे थे।

**क्रिया:-**गतिविधि-अपने कक्षा के विद्यार्थियों को दो समूह में विभाजित करे एक समूह को ब्राह्म प्रेरणा दे व दूसरे समूह को ब्राह्म अभिप्रेरण ना दे। दोनों समूह को दिये गये कार्य में ब्राह्म अभिप्रेरणा के प्रभाव का अध्ययन करें।

### 1.5 अधिगमकर्ता की आवश्यकता एवं प्रेरणा को बढ़ाना

प्रेरणा द्वारा बालक के अधिगम को बढ़ाया जा सकता है अतः अध्यापक को बालकों को प्रेरित करने का भरसक प्रयत्न करना चाहिये। विद्यार्थियों की आवश्यकता के अनुसार उन्हें प्रेरित करने के लिये विभिन्न तकनीकों का प्रयोग किया जा सकता है डिसिको व क्रॉफोर्ड ने अध्यापक के लिये चार प्रेरणात्मक कार्य तकनीक बताई है। इन कार्य/तकनीकों को चार भागों में बाँटा जा सकता है।



**1.5.1 1 उद्बोधन तकनीक:-** उद्बोधन अर्थात शरीर की जागृत अवस्था, विद्यार्थी में ज्यों-ज्यों जागृत अवस्था में बढ़ती है उसकी व्यवहार कुशलता में वृद्धि होती जाती है। अतः शिक्षक को सर्वप्रथम छात्रों को जागृत करना अनिवार्य है उद्बोधन की मुख्य तकनीकें इस प्रकार हैं।

**1.5.1 चिंता:-** चिंता संवेग है व अधिगम के लिये बालक को चिन्तित करना चाहिये। बालक का चिन्तित होना उसे अधिगम के लिए प्रेरित करता है। यदि बालक को अवगत करा दें कि वह यदि सीखेगा नहीं तो उसे कक्षा में नहीं आने दिया जायेगा ? तो वह सीखने हेतु जागृत रहेगा।

**1.5.2 भग्नाशा (फ्रस्ट्रेशन):-** जब छात्र को कोई वांछित उद्देश्य की उम्मीद के अनुसार प्राप्ति नहीं हो पाती तब भग्नाशा बालक को एक ऊर्जा प्रदान करती है। जिसका उपयोग वह अपने उद्देश्य की पूर्ति हेतु लगा सकता है अर्थात भग्नाशा बालक को अधिगम के लिये जागृत करती है।

1.5.3 **उत्सुक्ता:-** उत्सुक्ता व्यक्ति में जन्मजात आती है। शिक्षक कक्षा में उत्सुक्ता जागृत करके उन्हें अधिगम के लिए प्रेरित कर सकता है। वास्तव में बालकों की उत्सुक्ता को अन्वेषण विधि, समस्या-समाधान एवं दृश्य-श्रव्य सामग्री द्वारा जागृत किया जा सकता है।

1.5.4 **उत्तेजना:-**कक्षा में नाना प्रकार की उत्तेजनाओं को उपस्थित करना उत्तेजना कहलाता है यदि शिक्षक नाना प्रकार की उत्तेजना कक्षा में प्रस्तुत नहीं करेगा तो विद्यार्थी कक्षा में नीरसता का अनुभव करेंगे व वे कक्षा में ध्यान नहीं देंगे। शिक्षक के द्वारा प्रस्तुत उत्तेजना की भी बालकों को प्रेरित करने की एक तकनीक है। अतः विभिन्न शिक्षण विधियों द्वारा कक्षा में उत्तेजना प्रस्तुत करना चाहिये।

### 1.5.2 प्रत्याशा तकनीकें:- (एक्सपेक्टेन्सी)

“प्रत्याशा एक क्षणिक विश्वास है कि निश्चित उद्देश्य निश्चित कार्य करने से प्राप्त होगा”।

वरुम ने प्रेरणा को सूत्र द्वारा दर्शाया

**प्रेरणा = प्रत्याशा x संयोजकता**

संयोजकता से तात्पर्य है-

“व्यक्ति का प्रत्याशित संतोष”

अतः व्यक्ति किसी प्रत्याशित संतोष की प्रत्याशा से प्रेरित होता है लेकिन यहाँ प्रश्न उठता है कि विद्यार्थी में कितनी मात्रा में प्रत्याशा उत्पन्न की जाये।

एरिकसन ने प्रेरणा को निम्न रूप में परिभाषित किया है।

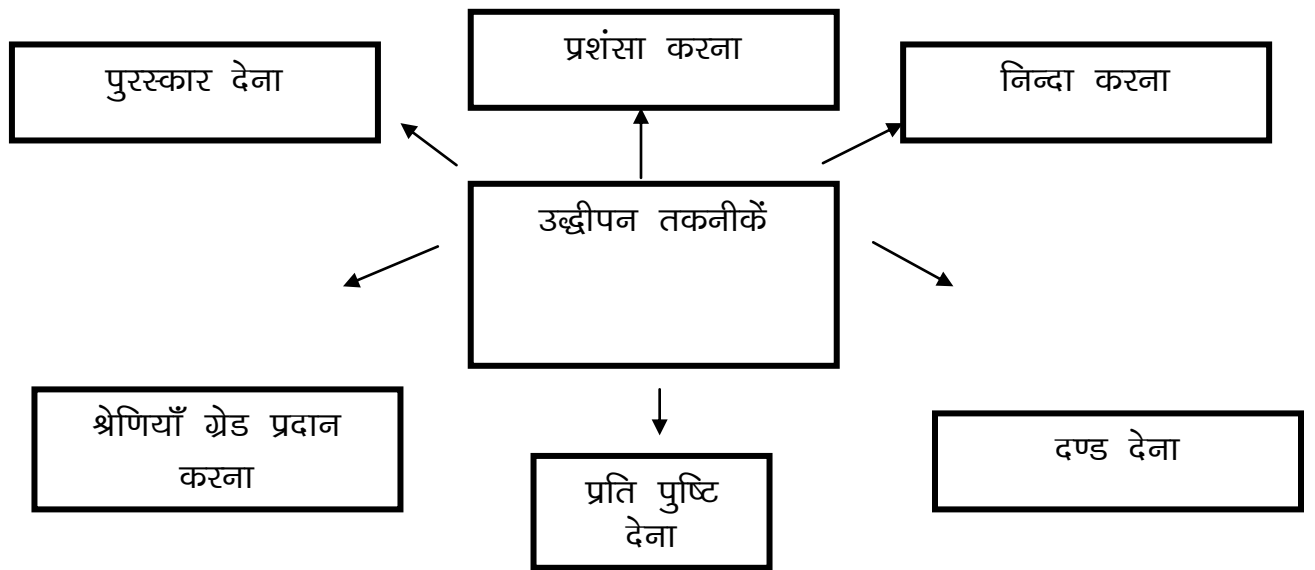
**प्रेरणा = 50 प्रतिशत सफलता की आशा + 50 प्रतिशत विफलता की आशा**

उनके अनुसार 100 प्रतिशत सफलता की आशा होती तो विद्यार्थी अधिगम के लिये प्रेरित नहीं होगा क्योंकि सफलता निश्चित है। प्रेरणा तभी होगी जब विद्यार्थी को 50 प्रतिशत सफलता की आशा है लेकिन 50 प्रतिशत यह भी भय है कि सम्भवतः सफलता ना मिले ऐसी स्थिति में विद्यार्थी सफलता हेतु ज्यादा प्रयास करेगा।

### 1.5.3 उद्धीपन तकनीकें:-

उद्धीपन वातावरण में उपस्थित ऐसी वस्तुएँ हैं जो हमारे उद्देश्य की पूर्ति करती हैं, चालक में कमी लाती हैं अर्थात् कुछ सीमा तक तृप्ती का कार्य करती हैं उद्धीपन कहलाती हैं। शिक्षकों द्वारा तरह-तरह का उद्धीपन प्रदान कर विद्यार्थियों को प्रेरित किया जा सकता है। उद्धीपन तकनीकें व बालकों के अधिगम में सीधा संबंध है। कुछ उद्धीपन तकनीकें अग्र लिखित है।



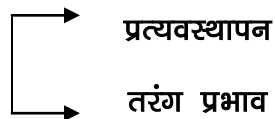


उद्दीपन तकनीकों का उद्देश्य बालक को मनोवैज्ञानिक या भौतिक रूप से उसकी उपलब्धि के लिये पुरस्कार देना है ताकि वह आगे कार्य करने हेतु अधिक प्रेरित हो सके।

#### 1.5.5 अनुशासनात्मक तकनीकें:-

अनुशासनात्मक तकनीकें वह तकनीकें हैं जो प्रेरित व्यवहार को नियमित बनाये रखती हैं। इस तकनीकी का उद्देश्य यह है कि प्रेरणा की मात्रा में वृद्धि होती रहे व प्रेरित व्यवहार में स्थायित्व बना रहे।

अनुशासनात्मक तकनीकें



प्रत्यवस्थापन में गलत प्रतिक्रिया या त्रुटिपूर्ण प्रतिक्रिया को सही प्रतिक्रिया द्वारा प्रतिस्थापित किया जाता है, जैसे उसी तरह तरंग अपने आस-पास के जल को भी प्रभावित करती है व अपने घेरे को बढ़ाती जाती है।

शिक्षक पुरस्कार (या प्रशंसा) सब बालकों के सामने विद्यार्थी को दें ताकि अन्य बालकों पर भी उसका प्रभाव पड़े।

### अपनी प्रगति की जाँच करे:-

- छात्र की प्रेरणा को बढ़ाने वाली तकनीकों के नाम लिखें।
- उद्दीपन तकनीकों के नाम लिखें।

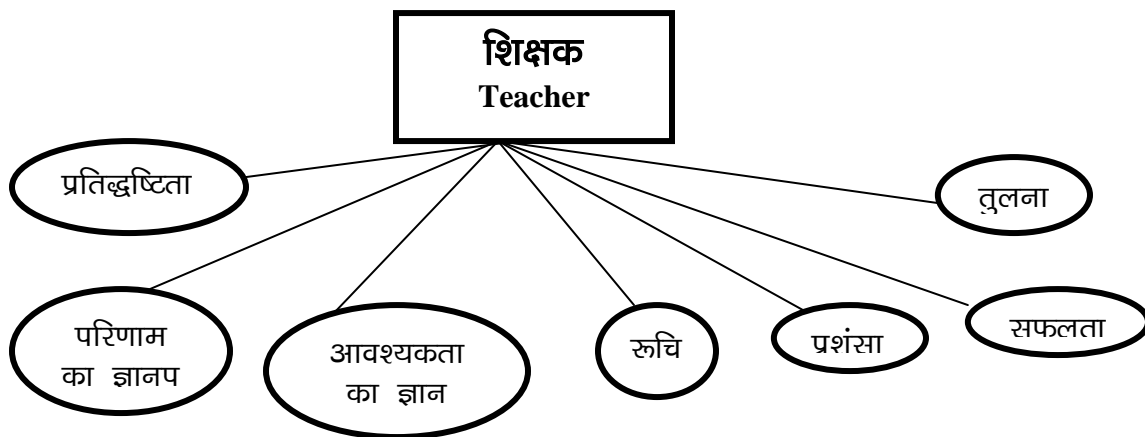
### गतिविधि:-

- मान लीजिये आपकी कक्षा का एक विद्यार्थी समय पर कार्य नहीं करता है कौन सी तकनीक का सहारा लेकर आप उसे समय पर कार्य करने हेतु प्रेरित करेंगे।

### प्रेरणा बढ़ाने की विधियाँ

**मरसेल के अनुसार:-** “प्रेरणा यह निश्चय करती है कि लोग कितनी अच्छी तरह से सीख सकते हैं और कितनी देर तक सीखते रहते हैं।”

शिक्षण अधिगम में विद्यार्थियों को अलग विधि द्वारा प्रेरित किया जा सकता है।



#### 1. आवश्यकता का ज्ञान एवं पूर्ति:-

**हारलॉक के अनुसार:-** बालकों की मुख्य आवश्यकताएँ उसके सीखने में उद्दीपन का कार्य करती हैं।

**मैसलो के अनुसार:-** मानव की पाँच प्रमुख आवश्यकताएँ हैं जिसे मैसलो ने एक अनुक्रम या सीढ़ी के रूप में समझाया है ?

1) **शारीरिक आवश्यकता:-** शारीरिक आवश्यकताएँ में सभी के अनुक्रम में मैसलो के पदानुक्रम में सबसे नीचे आती हैं ? जिसमें भूख, प्यास आदि शारीरिक आवश्यकताएँ आती हैं।

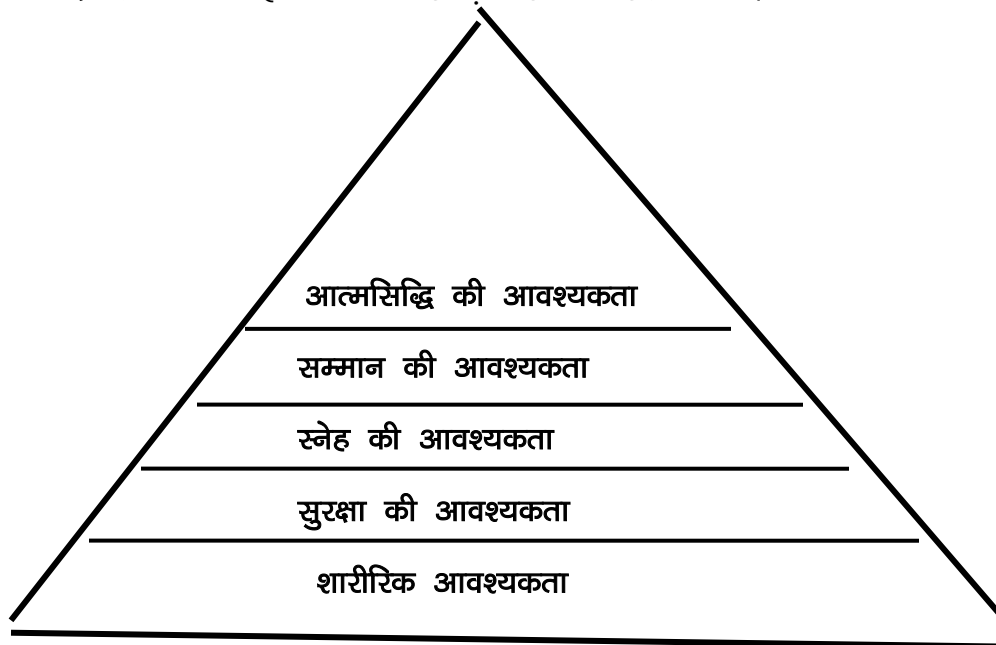
अतः सबसे पहले शारीरिक आवश्यकताओं की पूर्ति या संतुष्टी आवश्यक है। इन जैविकीय मांगों की पूर्ति प्रारम्भ करके प्रत्येक व्यक्ति धीरे-धीरे अगले क्रम की मांगों की संतुष्टि के लिए क्रियाशील होता है।

2) **सुरक्षा की आवश्यकता:-** जब व्यक्ति की शारीरिक आवश्यकताएँ पूरी हो जाती हैं तब उसके सामने दूसरी महत्वपूर्ण आवश्यकता “सुरक्षा” की आवश्यकता होती है। इसमें शारीरिक तथा संवेगात्मक दुर्घटनाओं से अपने आप को बचाने की आवश्यकता सम्मिलित होती है।

3) **स्नेह की आवश्यकता:-** मैसलो के अनुसार यह तीसरी प्रमुख आवश्यकता है। दोनों आवश्यकताओं की पूर्ति के बाद तीसरी आवश्यकता उत्पन्न होती है। इसके कारण व्यक्ति, परिवार, स्कूल, धर्म, प्रजाति आदि समूह से तादात्म्य स्थापित करता है व अपने समूह के सदस्यों से स्नेह दिखाता है व स्नेह पाने का प्रयास करता है।

4) **सम्मान की आवश्यकता:-** तीनों आवश्यकताओं की पूर्ति के बाद व्यक्ति में सम्मान की आवश्यकता उत्पन्न होती है आत्मसम्मान, उपलब्धि, पद आदि से संबंधित भावनाएँ जागृत होती हैं।

5) **आत्मसिद्धि की आवश्यकता:-** आत्मसिद्धि एक जटिल संप्रत्यय है, जिसका अर्थ है अपने अंदर छिपी क्षमताओं को पहचानना व उस ढंग से विकसित करना।



मार्गव व अन्य के अनुसार:- व्यक्ति की क्षमताओं को भी विकसित करने की आवश्यकता को आत्मसिद्धि कहा जाता है। कभी भी व्यक्ति अपनी निचली आवश्यकताओं की पूर्ति में लगा रहता है। तब उसके आत्मसिद्धि का भाव उत्पन्न नहीं हो पाता।

2. **रुचि:-** अध्यापक को पढ़ाये जाने वाले पाठ को विद्यार्थियों की रुचि से संबंधित करना चाहिये क्योंकि रुचि बालक का ध्यान आकर्षण का प्रथम उपाय है।

3. **प्रशंसा:-** प्रशंसा बालक को प्रेरणा प्रदान करने की एक विधि है। अच्छे कार्यों के लिये विद्यार्थियों की प्रशंसा की जानी चाहिये अतः शिक्षण को उचित अवसरों पर बालकों के अच्छे कार्यों की प्रशंसा करनी चाहिये।
4. **परिणाम का ज्ञान:-** शिक्षक को विद्यार्थियों के पाठ्य विषय के परिणाम से परिचित कराना चाहिये। अतः शिक्षण करने के पूर्व अध्यापक को विद्यार्थियों को यह बता देना चाहिये कि वह यह पढ़ कर किस प्रकार लाभान्वित होंगे।

**प्रतिद्वन्दिता एवं सहायोग:-**प्रेरणा प्रदान करने की यह एक महत्वपूर्ण विधि है जिसका अर्थ है बालकों में प्रतिद्वन्दिता की भावना का विकास करना, जिससे विद्यार्थियों में अपने को बेहतर तरीके से प्रस्तुत करने की भावना जागृत हो सकती है। परंतु शिक्षकों को बालकों में स्वस्थ प्रतिद्वन्दिता का विकास करना चाहिये, कभी-कभी प्रतिद्वन्दिता बालकों में ईर्ष्या, क्रोध व घृणा उत्पन्न करती है जो किसी भी प्रकार से सराहनीय प्रेरक नहीं है।

आत्म-प्रतिद्वन्दिता या आत्म प्रतियोगिता सबसे अच्छे अभिप्रेरक हैं। इसी को विद्यार्थियों को अपनाने का प्रयास करना चाहिये किंतु यदि उपयोगिता व प्रतिद्वन्दिता पर अधिक बल दिया जायेगा, तो शिक्षा सामाजिक स्थिति को विकसित करने में असफल हो जायेगी इसलिये विद्यालयों में इसे प्रयोग करने के इसके संवेगात्मक व सामाजिक परिणामों पर ध्यान रखना चाहिये।

**प्रयोग:-**तूज ने एक प्रयोग किया जिसमें पाठशाला के विद्यार्थियों को स्वस्थ प्रतिद्वन्दिता का ज्ञान कराया एवं देखा कि 47 प्रतिशत विद्यार्थियों में प्रगति दिखाई।

विद्यालय के छात्रों में प्रतियोगिता एवं प्रतिद्वन्दिता दोनों की भावनाएँ पाई जाती हैं जिसके फलस्वरूप कक्षा में छात्र एक दूसरे से अधिक अंक प्राप्त करने का प्रयत्न करते हैं कभी शिक्षक अपनी कक्षा में अंदर कभी-कभी दो कक्षाओं के बीच अधिक से अधिक अंक लाने के लिये प्रेरित कर सकता है। व्यक्तिगत प्रतियोगिता विद्यार्थियों में सर्वोत्तम प्रदर्शन करने को प्रेरित करती है। अनुसंधानों के आधार पर यह कहा जा सकता है कि प्रारंभिक स्तर पर सामूहिक प्रेरणा की जगह व्यक्तिगत अभिप्रेरणा बालकों के लिये अधिक प्रभावशाली होती है। यदि किसी कक्षा या किसी समूह में संबंध घनिष्ठ है तब एक दूसरे से सहयोग की भावना तीव्र होती है घनिष्ठता के कारण छात्र किसी भी तरह का कष्ट उठा कर दूसरे छात्र की या कक्षा का सहयोग करने से हिचकिचाते नहीं हैं। एक अध्ययन में देखा गया कि जब कक्षा में सहयोग की प्रेरणा दी गयी तब कार्य प्रभावशाली व छात्रों में संतुष्टि दिखाई पड़ी। परंतु जब कक्षा के छात्रों में प्रतियोगिता की प्रेरणा दी तब छात्रों में असंतोष व संघर्ष की भावना अधिक थी।

**फोरिजोश व सहयोगियों** ने अपने प्रयोग के परिणाम में यह पाया कि जब किसी समूह के सदस्यों में प्रतियोगिता की भावना अधिक हो जाती है तो सदस्यों में संतोष की मात्रा कम हो जाती है। साथ ही साथ संघर्ष की भावना तीव्र हो जाती है। इस तरह की आवश्यकता अधिक होने पर सदस्यों का ध्यान लक्ष्य की ओर कम व अपनी आवश्यकताओं की संतुष्टि की ओर अधिक रहता है।

गेट्स के अध्ययन में भी बताया कि कार्यकुशलता पर प्रतियोगिता की अपेक्षा सहयोग ज्यादा प्रभावपूर्ण है। उन्होंने बच्चों पर किये गये अध्ययन में पाया कि सहयोग की स्थिति में बच्चों ने जितनी कुशलता के साथ अपनी समस्याओं का समाधान दिया उतनी कुशलता के साथ **प्रतियोगिता** की स्थिति में सफल नहीं हुये।

### **अपनी प्रगति की जाँच करें।**

प्र.1 प्रेरणा बढ़ने की विधियां कोन सी है नाम लिखे।

प्र.2 कक्षा 6/7 के विद्यार्थियों की प्रेरणा प्रभावशाली सिद्ध होगी।

#### **क्रियाविधि:-**

अपनी कक्षा के विद्यार्थियों के दो समूह बनाये एक समूह को साधारण निर्देशों के साथ एक कार्य करने को देख दूसरे समूह को प्रतिद्वन्दिता से संबंधित स्वस्थ व सफल निर्देश देकर कार्य पूरा करने को दे। दो समूह के कार्य भी तुलना करें कि प्रतिद्वन्दिता से बालकों को उपलब्धि के स्तर पर कितना प्रभाव पड़ा।

#### **सारांश:-**

- अभिप्रेरणा व्यक्ति की ऐसी आंतरिक अवस्था को कहा जाता है जो उसमें कुछ क्रियायें उत्पन्न करके उसके व्यवहारों एक खास दिशा में उद्देश्य प्राप्ति की ओर अग्रसित करता है।
- प्रेरणा के मुख्य तीन घटक/तत्व हैं-आवश्यकता चालक व प्रोत्साहन। किसी भी प्राणी में पहले आवश्यकता उत्पन्न होती है जिससे उस आवश्यकता की पूर्ति हेतु चालक उत्पन्न होता है जो व्यक्ति के व्यवहार को लक्ष्य या प्रोत्साहन की ओर अग्रसित करता है। इसे अभिप्रेरणात्मक चक्र भी कहा जाता है।
- मनो वैज्ञानिक ने प्रेरणा के तीन मुख्य प्रकार बताये हैं- आंतरिक अभिप्रेरणा, ब्राह्य अभिप्रेरणा एवं ब्राह्य अभिप्रेरणा।
- आवश्यकताएँ व्यक्ति के अंदर लगभग स्थायी प्रवृत्तियाँ हैं जो विशिष्ट प्रकार से अभिप्रेरित होती हैं। मासल द्वारा आवश्यकताओं को एक अनुक्रम में समझाया गया है।
- अभिप्रेरक, आवश्यकता का शिक्षक के लिये बहुत महत्व है एक शिक्षक अभिप्रेरकों व आवश्यकता का प्रयोग करके बालकों को उन उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिये प्रोत्साहित कर सकता है, सीखने की क्रिया अभिप्रेरित होनी चाहिये।
- कई प्रकार के अभिप्रेरक हैं जो सीखने की प्रक्रिया को बढ़ाने का कार्य करते हैं। जैसे पुरस्कार-दण्ड प्रतिद्वन्दिता, सहयोग आदि। विद्यालय की शिक्षा में अभिप्रेरक अति उपयोगी है किंतु उनका उचित अवसर पर उचित प्रयोग आवश्यक है।
-

### विचार हेतु प्रश्न

प्रश्न-1, एक शिक्षक को पता चलता है कि कक्षा उसके पाठ में रुचि नहीं ले रही है किन विधियों से छात्रों को अभिप्रेरित किया जा सकेगा।

प्रश्न-2, कक्षा में एक ऐसा बालक है जो लिखित परिक्षाओं में अव्वल रहता है परंतु मौखिक परिक्षण में अपने को दूर्बल पाता है किन विधियों द्वारा बालक को अभिप्रेरित करेंगे।

प्रश्न-3, प्रलोभन व्यक्ति के व्यवहार को किस प्रकार प्रभावित करता है उदाहरण सहित समझाएँ।

### निम्न प्रश्नों के संक्षिप्त में उत्तर दें।

प्र.1, प्रेरणा की परिभाषा बताइए

प्र.2, आवश्यकता किसे कहते हैं ?

प्र.3, भूख की आवश्यकता व्यक्ति के आचरण को किस प्रकार प्रभावित करती है।

प्र.4, अधिगम में प्रेरणा का क्या स्थान है।

प्र.5, प्रेरणा के मॉसलो के सिद्धांत की व्याख्या करें।

## संदर्भ

- सिंह, अरुण कुमार “उच्चतर सामान्य मनोविज्ञान” मोतीलाल बनारसीदास दिल्ली (1997)
- शर्मा, जी आर, “शिक्षण अधिगम प्रक्रिया का विकास” इंटरनेशनल पब्लिकेशन हाउस (2006)
- माथुर, एस.एस. “शिक्षा मनोविज्ञान” विनोद पुस्तक मंदिर आगरा (2001)
- भटनागर, ए.वी. भटनागर मीनाक्षी भटनागर अनुराग “शिक्षण अधिगम प्रक्रिया का मनोविज्ञान” आर. लाल बुक डिपो मेरठ (2006)
- शर्मा आर.ए. “छात्र का विकास एवं शिक्षण अधिगम प्रक्रिया” आर लाल बुक डिपो मेरठ (2005)
- बलवन्त, राणा, “अधिगमकर्ता का विकास एवं शिक्षण अधिगम प्रक्रिया” विनोद पुस्तक मंदिर आगरा, (2014)
- पाण्डेय, रामशकल, “ शिक्षा मनोविज्ञान” आर. लाल बुक डिपो, मेरठ (2001)
- गुप्ता, कमला, शर्मा, आर.के., पंडित, पवन, “अधिगमकर्ता का विकास एवं शिक्षण अधिगम प्रक्रिया ” राधा प्रकाशन मंदिर, आगरा (2004)

**डॉ शोभना श्रीवास्तव**

सहायक प्राध्यापक

श्री सत्य साई महिला महाविद्यालय भोपाल

मेल- shobhnashrivatab@gmail.com

दुरभाष क. 8871162518