ଟିପ୍ପଣୀ

୪

ଶିକ୍ଷଣ

ତୁମେ ଜଣେ ଅଳ୍ପ ବୟସ୍କ ଶିଶୁକୁ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିଥିବ। ଯଦି ତୁମେ ତୁମର ହାତ ଏକ ନବଜାତ ଶିଶୁ ସମ୍ମୁଖରେ ହଲାଇବ ତୁମେ ଦେଖିବ ଯେ ଶିଶୁର ଆଖି ଆପେ ଆପେ ବନ୍ଦ ହୋଇଯିବ। ଶିଶୁଟି କିଛି ସରଳ ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତ ସହିତ ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ତାର ଯୁବତ୍ୱର ବିକାଶ ଘଟେ ସେ ଅନେକ ଜଟିଳ ବ୍ୟବହାର ପଦର୍ଶନ କରିବା ପାଇଁ ସକ୍ଷମ ହୋଇଥାଏ। ଏହା ଶିକ୍ଷଣ ଯୋଗୁ ଘଟିଥାଏ। ଶିକ୍ଷଣର ପ୍ରକ୍ରିୟା ହେଉଛି ଧାରାବାହିକ ଏବଂ ଜୀବନ ବ୍ୟାପି ଗତି କରିଥାଏ। ସରଳ ବ୍ୟବହାର ଯଥା-ଆଲୋକର ସୁଇଚ୍ ବନ୍ଦ କରିବା, ଟେବୁଲ ଉପରୁ ବହିଟିଏ ଉଠାଇବା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭକରି ଜଟିଳ ବ୍ୟବହାର ଯଥା-ମୋଟର କାର ଚଳାଇବା, ଉଡ଼ାଯାହାଜ ଚଳାଇବା ଇତ୍ୟାଦି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ କେବଳ ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱାରା ବାସ୍ତବରେ ସମ୍ଭବ।

ଶିକ୍ଷଣ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ସେ କ'ଣ ନୁହେଁ ଏବଂ କ'ଣ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛାକରେ, ଏହା କରିପାରିବାର ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ପିଲା କିଛି କିଛି ସିମୀତ ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତ ଦକ୍ଷତା ନେଇ ଜନ୍ମ ହୋଇଥାନ୍ତି କିନ୍ତୁ କେବଳ ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱାରା ଲୋକମାନେ ହୋମି ଭାବା, ବିକ୍ରମ ସରାଭାଇ ଭଳି ବିଶିଷ୍ଟ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଓ ମହାତ୍ମାଗାନ୍ଧି ଏବଂ ପଣ୍ଡିତ ନେହେରୁଙ୍କ ପରି ନେତା କିମ୍ବା ତୁମେ ପ୍ରଶଂସା କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ପରି ନିଜକୁ ଗଢ଼ି ପାରିଥାନ୍ତି। ଶିକ୍ଷଣ ବ୍ୟତିରେଖ ଜଣେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକଳାଙ୍ଗ ଅଟେ।

ଲୋକମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଶକ୍ତି ଶିକ୍ଷଣ ମାଧ୍ୟମରେ ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱପ୍ନ ସାକାର କରିଥାନ୍ତି। ଉକ୍ତ ପରିଚ୍ଛେଦଟି ଶିକ୍ଷଣର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏବଂ ଏହାର ପ୍ରକାର ଜାଣିବାରେ ଆମମାନଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ।

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଉକ୍ତ ପରିଚ୍ଛେଦ ଅଧ୍ୟୟନ କଲାପରେ ତୁମେମାନେ ସକ୍ଷମ ହୋଇପାରିବ:

- ଶିକ୍ଷଣର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏବଂ ସଂଜ୍ଞା ଆଲୋଚନା କରିବା ପାଇଁ,
- ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣ ଓ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣର ପ୍ରକୃତି ଗୁଡ଼ିକର ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ପାଇଁ,
- ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣର ଆଲୋଚନା ପାଇଁ,
- ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଶିକ୍ଷଣ, କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣର ଆଲୋଚନା ପାଇଁ।

୪.୧ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା

ଆମ ମାନଙ୍କର ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟବହାର ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ମାଧ୍ୟମରେ ଅର୍ଜନ ହୋଇଥାଏ। ଶିକ୍ଷଣର ସଂଜ୍ଞା ନିରୂପଣ କରାଯାଇପାରେ ଯେ ଏହା ଅନୁଭୂତି ଯୋଗୁ ବ୍ୟବହାରର ଏକ ଆପେକ୍ଷିକ ସ୍ଥାୟୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ। ଏହିହେତୁ, ଯଦି

ବ୍ୟବହାରର ପରିବର୍ତ୍ତନ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ କିମ୍ବା ଏହା ପରିପକ୍ୱତା ଓ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଯୋଗୁ ହୋଇଥାଏ, ତାହା ଶିକ୍ଷଣ ନୁହେଁ। ଶିକ୍ଷଣର ମୁଖ୍ୟ ଉପାଦାନ ହେଉଛି ଅନୁଭୂତି। ଅଭ୍ୟାସ କିମ୍ବା ଅନୁଭୂତି ବ୍ୟତିରେକ ବ୍ୟବହାରର ଯେ କୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ଶିକ୍ଷଣର ମାନ୍ୟତା ଦିଆଯାଇନଥାଏ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ – ଶିଶୁର ପରିପକ୍ୱତାର ପିରବର୍ତ୍ତନ, ଗୁରୁଣ୍ଡିବା, ଠିଆହେବା ଓ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବୟସରେ ଚାଲିବା ଇତ୍ୟାଦି ଶିକ୍ଷଣ ଅର୍ନ୍ତଭୁକ୍ତ ନୁହେଁ। ଠିକ୍ ସମାନ ଭାବରେ ଅସୁସ୍ଥତା ଏବଂ ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟର ପ୍ରଭାବରେ ହେଉଥିବା ଅସ୍ଥାୟୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଗୁଡ଼ିକ ଶିକ୍ଷଣ ଯୋଗୁ ହୋଇନଥାଏ। ଶିକ୍ଷଣ ଅନ୍ତଭୁକ୍ତ ହେବାକୁ ହେଲେ ବ୍ୟବହାରର ପରିବର୍ତ୍ତନ ସ୍ଥାୟୀ ହେବା ନିହାତି ଦରକାର।

ଶିକ୍ଷଣକୁ ସିଧା ସଳଖ ଭାବରେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରି ହୁଏ ନାହିଁ। ଏହା ବେଳେବେଳେ ବାହ୍ୟ ବ୍ୟବହାରର ପରିବର୍ତ୍ତନରୁ ଅନୁମାନ କରି ହୋଇଥାଏ। କୃତିର ଉନ୍ନତିରେ ଏହା ପ୍ରତୀୟମାନ ହୋଇଥାଏ। ତୁମେ ତୁମର ପ୍ରାକ୍ ଶୈଶବ ଅବସ୍ଥାର ଅନୁଭୂତିକୁ ମନେପକାଇ ପାର ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ବର୍ଣ୍ଣମାଳା ଶିକ୍ଷାକରିବା ପାଇଁ ଦରକାର ପଡୁଥିଲା। ପ୍ରଥମେ ଆମେ ଅନେକ ଭୁଲ କରିଥାଉ। ତଥାପି ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରୁ ଭୁଲ ଗୁଡ଼ିକ କମିଯାଏ ଏବଂ ଏକ ସମୟ ଆସେ ଯେତେବେଳେ ଆମର ବ୍ୟବହାର ନିର୍ଭୁଲ ହୋଇଯାଏ। ଅଭ୍ୟାସର ବୃଦ୍ଧି ସହିତ ଭୁଲର ସଂଖ୍ୟାରେ ହ୍ରାସ ସ୍ୱଷ୍ଟ ଭାବରେ ସୂଚାଇଦିଏ ଯେ ଶିକ୍ଷଣ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହେଉଅଛି।

ଆମେ କିପରି ଶିକ୍ଷାକରୁ ?

ଚର୍ତୁପାର୍ଶ୍ୱରେ ପରିବେଷ୍ଟନୀ ସହିତ ଖାପ ଖୁଆଇବାରେ ଶିକ୍ଷଣ ଆମକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସାମାଜିକ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିବେଷ୍ଟନୀରେ କିଛି ସମୟ ବାସ କରିବାପରେ ଆମେମାନେ ସାମାଜିକ ନିୟମ ମାନ ଶିକ୍ଷାକରୁ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ବିଷୟ ଶିଖିଥାଉ ଯାହା ଅମମାନଙ୍କଠାରୁ ଆଶା କରାଯାଇଥାଏ। ପରିଶେଷରେ ଆମେମାନେ ସମ୍ମାନସ୍ପଦ ନାଗରିକ ଏବଂ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ଓ କର୍ମ ସଂସ୍ଥାନର ବ୍ୟକ୍ତି ଭାବରେ ପରିଗଣିତ ହୋଇଥାଉ। ଏସବୁ କେବଳ ଶିକ୍ଷଣ ଯୋଗୁ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ। ଆମେମାନେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଦକ୍ଷତା ଅର୍ଜନ କରିବା ପାଇଁ ଶିକ୍ଷଣର ବ୍ୟବହାର କରୁ। କିନ୍ତୁ ଅତି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଉଛି ଆମେ କିପିର ଶିକ୍ଷା କରୁ ?

ମନୁଷ୍ୟ ଏବଂ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କର ଅଧ୍ୟୟନକୁ ଆଧାର କରି ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ମାନେ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ବାଖ୍ୟା କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରି ଅଛନ୍ତି। ସେମାନେ କେତେକ ପ୍ରଣାଳୀ ଚିହ୍ନଟ କରିଛନ୍ତି ଯାହାକି ସରଳ ଏବଂ ଜଟିଳ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଅର୍ଜନ କରିବାପାଇଁ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ। ଦୁଇଗୋଟି ମୌଳିକ ପ୍ରକାରର ଶିକ୍ଷଣ ହେଉଛି – ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣ ଓ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣ ବା କାର୍ଯ୍ୟସାଧକ ପ୍ରସୀମନ। ଏହା ସହିତ ଆମେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ, ମୌଖିକ ଶିକ୍ଷଣ, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣ ଇତ୍ୟାଦି ଉପଲବ୍ଧ କରିଥାଉ। ଚାଲ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପ୍ରମୁଖ ପ୍ରକାରର ଶିକ୍ଷଣ ବିଷୟରେ ସଂକ୍ଷେପରେ ଆଲୋଚନା କରିବା।

(୧) ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ : ଅନୁସଙ୍ଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଶିକ୍ଷଣ :

ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣକୁ ମଧ୍ୟ ପାଭଲଭ୍‌ଙ୍କର ପ୍ରସୀମନ ବୋଲି କୁହାଯାଏ, କାରଣ ଏହା ଜଣେ ରୁଷ୍ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ, ଆଇ.ପି. ପାଭଲଭଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆବିଷ୍କୃତ ହୋଇଥିଲା ଯିଏ କି ଉଦ୍ଦୀପକ– ପ୍ରତିକ୍ରିୟାର ସମ୍ପର୍କ ଉପରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହ ଥିଲେ। ସେ କୁକୁର ମାନଙ୍କ ସହିତ କାମ କରୁଥିଲେ । କୁକୁରଟି ଭୋକିଲା ଥିଲା ଏବଂ ଜଣେ ପରୀକ୍ଷାଗାର ସହାୟକ ଦ୍ୱାରା ତାକୁ ଖାଦ୍ୟ ଦିଆଯାଇଥିଲା। ପାଭଲଭ୍ ଅନୁଭବ କଲେ ଯେ କୁକୁର ଦ୍ୱାରା ଲାଳମୟ ଅନୁକ୍ରିୟା ଶିକ୍ଷା କରାଯାଇଥିଲା । ସେ ଉକ୍ତ ପ୍ରକାରର ଅଧ୍ୟୟନ ପୁଂଖାନୁପୁଂଖ ଭାବରେ ଚିତ୍ର ୪.୧ ରେ ଦର୍ଶାଇ ଅଛନ୍ତି।

ଚିତ୍ର ୪.୨ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ

ପାଭଲଭ୍ କୁକୁରଟିକୁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଧାରାବାହିକ ପ୍ରଯତ୍ନ ଜରୀଆରେ ପରୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ ଯେଉଁଥିରେ ଏକ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି (ବଜର୍) ଖାଦ୍ୟ ସହ ଯୁକ୍ତ କରାଯାଇ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥିଲା। ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରଯତ୍ନ ଗୁଡ଼ିକରେ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି(ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ) ସହ ଖାଦ୍ୟ (ସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ) କୁ ଯୁକ୍ତ କରାଯାଇଥିଲା। ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି ୧୦ ସେକେଣ୍ଡ ପାଇଁ ଦିଆଗଲା ଏବଂ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି ଓ ଖାଦ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ସମୟ ବ୍ୟବଧାନ ୨ ମିନିଟ୍ ରୁ ୩ ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟରେ ଥିଲା।
ମୂଳ ପ୍ରଯତ୍ନ ଗୁଡ଼ିକରେ କୁକୁରଟି ଲାଳନିର୍ଗତ କଲା ଯେତେବେଳ ତାକୁ ଖାଦ୍ୟ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ଖାଦ୍ୟରୁ ଲାଳ ନିର୍ଗତ ହେବା ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ ଅନୁକ୍ରିୟା ତେଣୁ ଏଠାରେ ଲାଳ ନିର୍ଗତକୁ ସ୍ୱାଭାବିକ ଅନୁକ୍ରିୟା (UCR) କୁହାଯାଏ। ପରବର୍ତ୍ତୀ ଅବସ୍ଥାରେ ପ୍ରଥମେ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି (ବଜର) ଦିଆଯାଇଥିଲା। ଏହାକୁ ଖାଦ୍ୟ ଅନୁସରଣ କରିଥିଲା। କିଛି ସମୟ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି (ବଜ୍ର) ଏବଂ ଖାଦ୍ୟକୁ ଯୁକ୍ତ କରାଯାଇ ଦିଆଯିବା ପରେ କେବଳ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି (ବଜ୍ର) ଦେବାରୁ କୁକୁରଟି ଲାଳ ନିର୍ଗତ କରିଥିଲା। ଏଠାରେ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନିକୁ ଏକ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ (CR) କୁହାଯାଏ କାରଣ କୁକୁରଟିକୁ କେବଳ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନିରୁ ଲାଳ ନିର୍ଗତ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସୀମନ କରାଯାଉଥିଲା। ତେଣୁ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନିରୁ ଯେଉଁ ଲାଳ ନିର୍ଗତ ହେଲା ତାହାକୁ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଅନୁକ୍ରିୟା (CR) କୁହାଯାଏ। ପ୍ରସୀମନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନ ଗୁଡ଼ିକ ଚିତ୍ର ୪.୨ ରେ ଦିଆଯାଇଅଛି।

ପ୍ରାଣାଳୀ	**ଅନୁକ୍ରିୟା**
ପ୍ରସୀମନ ପୂର୍ବରୁ:	
ଖାଦ୍ୟ————	ଲାଳନିର୍ଗତ ହେବା
(ସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ) UCS	(ସ୍ୱାଭାବିକ ଅନୁକ୍ରିୟା) UCR
ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି————	ପ୍ରତିକ୍ରିୟାଶୂନ୍ୟ
(ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ) CS	(ଲାଳ ନିର୍ଗତ ନହେବା) No CR
ପ୍ରସୀମନ ଅବସ୍ଥାରେ:	
ଖାଦ୍ୟ + ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି————	ଲାଳ ନିର୍ଗତ ହେବା
(UCS) + (CS)	(CR)
(ସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ ଓ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ କୁ ଯୁକ୍ତ କରାଯାଇ ବାରମ୍ବାର ପ୍ରୟୋଗ)	
ପ୍ରସୀମନ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଅବସ୍ଥା:	
ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି ————	ଲାଳନିର୍ଗତ ହେବା
(CS)	(CR)
UCS - ସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ;	CS - ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ;
UCR - ସ୍ୱାଭାବିକ ଅନୁକ୍ରିୟା;	CR - ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଅନୁକ୍ରିୟା;

ଚିତ୍ର – ୪.୨ ରୁ ପ୍ରତୀୟମାନ କରାଯାଇ ପାରିବ ଯେ ପ୍ରଥମେ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନିରୁ କେବଳ ଏକ ସତର୍କ ଅନୁକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲା ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଅବସ୍ଥାରେ ଖାଦ୍ୟ ସହ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନିର ଯୁକ୍ତ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଲାଳ ନିର୍ଗତ ହୋଇଥିଲା ଯାହାକି ବାରମ୍ବାର କରାଯାଇଥିଲା। ମାତ୍ର ତା ପରେ ହଠାତ୍ କେବଳ ଶବ୍ଦଧ୍ୱନି ଦେବା ଦ୍ୱାରା କୁକୁରଟି ଲାଳ ନିର୍ଗତ କରିଥିଲା। ଏହାକୁ ପ୍ରାପ୍ତିକରଣ କୁହାଯାଏ।

ଦେଖାଯାଇଅଛି ଯେ ଯଦି ଶବ୍ଦ ଧ୍ୱନି ପ୍ରତ୍ୟେକଥର ପ୍ରଯତ୍ନରେ ଦିଆ ଯାଇଥାଏ ମାତ୍ର ଖାଦ୍ୟ ଦିଆଯାଇନଥାଏ ତେବେ କୁକୁରଟିର ଅନୁକ୍ରିୟା ପଦର୍ଶନ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ କମିଯାଏ ଓ ପରିଶେଷରେ ଏହା ଲୁପ୍ତ ହୋଇଯାଇଥାଏ। ଉକ୍ତ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଲୁପ୍ତକ୍ରିୟା କୁହାଯାଏ।

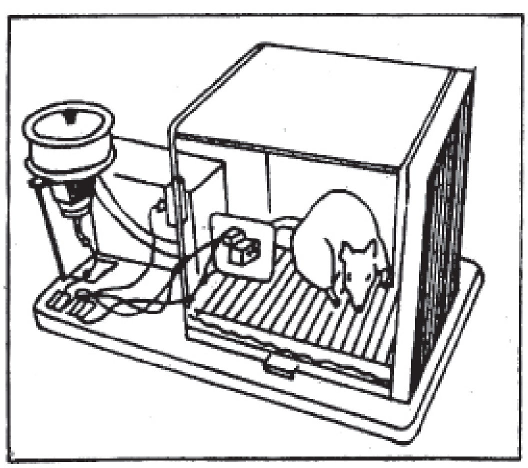
ଲୁପ୍ତକ୍ରିୟାର କିଛି ସମୟ ପରେ ଖାଦ୍ୟର ବିନା ଉପସ୍ଥାପନରେ ପୁଣି ଘଣ୍ଟି ବଜାଇଲେ କୁକୁରର ଲାଳ ବୋହିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ। ଏହାକୁ ସ୍ୱତଃ ପୁନଃପ୍ରାପ୍ତି କୁହାଯାଏ।

(୨) ଯାନ୍ତ୍ରିକ-ପ୍ରସୀମନ ପଦ୍ଧତି : ପୁନର୍ବଳନ ଜରୀଆରେ ବ୍ୟବହାରର ପରିବର୍ତ୍ତନ:

ଯଦି ଜଣେ ପିଲା ତା ନିଜର ଗୃହକାର୍ଯ୍ୟ ସମାପନ କରେ, ପିତାମାତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଶଂସୀତ ହୁଏ ଏବଂ ପିଲାଟି କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିବା ବିଷୟ ଶିକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଯଦି ପିଲାଟି ପ୍ଲେଟ୍ ଟିଏ ଭାଙ୍ଗିଦିଏ ସେ ଗାଳି ଶୁଣିଥାଏ ଏବଂ ସେ ଉକ୍ତ ବ୍ୟବହାର ପୁଣିଥର ନ କରିବା ପାଇଁ ଶିକ୍ଷାକରେ। ଅନ୍ୟପ୍ରକାରରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଆମେମାନେ ସେହି ବ୍ୟବହାର ଦେଖାଇବା ପାଇଁ ଶିକ୍ଷାକରୁ ଯାହା ସକରାତ୍ମକ ପ୍ରତିଫଳ ଉତ୍ପନ୍ନ କରେ ଓ ସେହି ବ୍ୟବହାରକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରୁ ଯାହା ନକରାତ୍ମକ ପ୍ରତିଫଳ ଦେଇଥାଏ।

ଏଣୁ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନ ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯାହାଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣୀ ଉକ୍ତ ବ୍ୟବହାରକୁ ବାରମ୍ବାର ଦେଖାଇବା ପାଇଁ ଶିକ୍ଷାକରେ ଯାହା ସକରାତ୍ମକ ପ୍ରତିଫଳ ଦେଇଥାଏ ଏବଂ ନକରାତ୍ମକ ପ୍ରତିଫଳଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିଥାଏ। ବି.ଏଫ୍.ସ୍କିନର ଜଣେ ଅତୀବ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ଭାବରେ ପରିଗଣିତ ଯିଏକି ଶିକ୍ଷଣରେ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନର ଭୂମିକା ବିଷୟରେ ଯୁକ୍ତିସଂଗତ ମତ ପ୍ରଦାନ କରିଅଛନ୍ତି। ସେ ମୂଷା ମାନଙ୍କର ଶିକ୍ଷକ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ପାଇଁ ଏକ ପରୀକ୍ଷା ମୂଳକ ପ୍ରକୋଷ୍ଠ (ସ୍କିନର ବାକ୍ସ) ତିଆରି କଲେ। (ଚିତ୍ର ୪.୩କୁ ଦେଖ)

ପ୍ରକୋଷ୍ଠଟିର ସାମ୍ନା ଦୁଆର ସହିତ ଏକ ଦଣ୍ଡ ସଂଯୋଗ ହୋଇ ରହିଅଛି। ଶିକ୍ଷାକରିବାକୁ ଥିବା ଅନୁକ୍ରିୟାଟି ହେଉଛି ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିବା। ଭୋକିଲା ମୂଷାଟି ପ୍ରକୋଷ୍ଠ ମଧ୍ୟରେ ରହିଅଛି ଏବଂ ତା ମଧ୍ୟରେ ଏଣେ ତେଣେ ଦଉଡ଼ାଧାପଡ଼ ଆରମ୍ଭ କରୁଅଛି। କିଛି ସମୟ ପରେ ମୂଷାଟି ଆକସ୍ମିକ ଭାବରେ ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କଲା ଏବଂ କିଛି ଖାଦ୍ୟ କଣିକାଟିକୁ ଖାଇ ଦେଲା ପରେ ମୂଷାଟି ପୁଣିଥରେ ପ୍ରକୋଷ୍ଠ ମଧ୍ୟରେ ବୁଲିଲା। କିଛି ସମୟପରେ ସେ ପୁଣି ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କଲା ଓ ଖାଦ୍ୟ କଣିକାଟିଏ ପାଇଲା। କ୍ରମାଗତ ଭାବରେ ମୂଷାଟିର ଏଣେ ତେଣେ ଦଉଡ଼ିବା କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରକୋଷ୍ଠଟିର ଦଣ୍ଡଟି ଥିବା ସ୍ଥାନ ଚାରିପଟରେ ସିମୀତ ହେବାକୁ ଲାଗିଲା। ପରିଶେଷରେ ମୂଷାଟି ଶିକ୍ଷା ଲାଭ କଲାଯେ ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କଲେ ଖାଦ୍ୟ କଣିକା ମିଳିପାରିବ। ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାରର କହିବାକୁ ଗଲେ ମୂଷାଦ୍ୱାରା ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିବା ହେଉଛି ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗାଇବାର କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧକ (ପୁନର୍ବଳନ) । ଅନୁକ୍ରିୟା (ଦଣ୍ଡଟିର ସ୍ପର୍ଶ) ଟି ପୁନଶ୍ଚ ଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଉକ୍ତ ବ୍ୟବହାରଟି ପ୍ରାପ୍ତ କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷାଲାଭ ହୋଇଥାଏ।



ଚିତ୍ର ୪.୩: ସ୍କିନିରଙ୍କ ବାକ୍ସ

ମୂଷାଦ୍ୱାରା ଦଣ୍ଡଟିକୁ ଚପ ଦେବା ହେଉଛି ଖାଦ୍ୟ ପାଇବାର କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧକ। ଏହା ଏକ ଆତ୍ମସନ୍ତୋଷ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିଣତି (ସକରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ)। ଏଥିପାଇଁ ଉକ୍ତ ପ୍ରକାରର ଶିକ୍ଷଣକୁ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣ କୁହାଯାଏ। ଏହାକୁ ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟସାଧନ ପ୍ରସୀମନ କୁହାଯାଏ କାରଣ ମୂଷା କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କର ବ୍ୟବହାର ହେଉଛି ପରିବେଷ୍ଟନୀରେ ଏକ ପ୍ରକାର ପ୍ରକ୍ରମ।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୪.୧

ସଠିକ ଶବ୍ଦ ପ୍ରୟୋଗ କରି ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର -

୧. ଶିକ୍ଷଣ ହେଉଛି --------- ର ଏକ --------ସ୍ଥାୟୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ।

୨. ପାଉଲଭଙ୍କର ପ୍ରସୀମନ ଏକ ------------ ପ୍ରସୀମନ ଭାବରେ ପରିଚିତ।

୩. ---------- ଶିକ୍ଷଣରେ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନର ଭୂମିକା ବିଷୟରେ ଯୁକ୍ତିସଂଗତ ମତ ପ୍ରଦାନ କରିଅଛନ୍ତି।

୪. କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧକ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣକୁ ମଧ୍ୟ ---------- ଶିକ୍ଷଣ କୁହାଯାଏ।

୪.୨ ପୁନର୍ବଳନ ଏବଂ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ

ମନୁଷ୍ୟର ଅଧିକାଂଶ ଶିକ୍ଷଣ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନ ପ୍ରଣାଳୀ ମାଧ୍ୟମରେ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଇପାରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ - ପିତାମାତା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କର୍ତ୍ତୃବର୍ଗ ଦଣ୍ଡ ବା ଶାସ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ବ୍ୟବହାର ଗୁଡ଼ିକୁ ନିରୁତ୍ସାହିତ କରିଥାନ୍ତି ଓ ଭଲ ବ୍ୟବହାର ଗୁଡ଼ିକୁ ପୁରସ୍କୃତ କରିଥାନ୍ତି। ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନରେ ପୁନର୍ବଳନର ଭୂମିକା ଅତ୍ୟନ୍ତ ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ଅଟେ। ଏହା ସକାରାତ୍ମକ କିମ୍ବା ନକାରାତ୍ମକ ହୋଇ ପାରିବ। ଚାଲନ୍ତୁ, ଉକ୍ତ ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ପୁନର୍ବଳନକୁ ବୁଝିବା।

ସକାରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ: ପୁନର୍ବଳନ ହେଉଛି ଯେ କୌଣସି ପ୍ରକ୍ରମ ବା କାର୍ଯ୍ୟ ଯାହା ଅନୁକ୍ରିୟାର ଗତିରେ ବୃଦ୍ଧି ଆଣିଥାଏ। ସ୍କିନରଙ୍କର ସଂପରୀକ୍ଷଣରେ ମୂଷାଟି ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରି ତାର ଅନୁକ୍ରିୟା ପ୍ରଦାନ କରେ ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ପାଇଥାଏ। ଏହାକୁ ସକାରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ କୁହାଯାଏ। ତେଣୁ ସକାରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ (ଯଥା-ଖାଦ୍ୟ, ଯୌନ ଆନନ୍ଦ ଇତ୍ୟାଦି) ଏକ ପ୍ରକ୍ରମ ଯାହା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବ୍ୟବହାରର ଶକ୍ତିରେ ବୃଦ୍ଧି ଆଣିଥାଏ। ସକାରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ ହେଉଛି ଯେ କୌଣସି ଉଦ୍ଦୀପକ ଯାହା ଅନୁକ୍ରିୟାକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରେ ଏବଂ ଏହାକୁ ଅନୁଧାବନ କରେ, (ଯଥା- ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିବା କାର୍ଯ୍ୟ ଖାଦ୍ୟଦ୍ୱାରା ପୁରସ୍କୃତ ହେବା)

ନକାରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ: ଅନୁକ୍ରିୟାର ଗତିରେ ବୃଦ୍ଧି କରିବାର ଅନ୍ୟ ଏକ ଉପାୟ ହେଉଛି ନକାରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ। ଧରିନିଅ ଯେ ସ୍କିନରଙ୍କ ବାକ୍ସରେ ମୂଷାଟି ପ୍ରତି ସେକେଣ୍ଡରେ ବିଦ୍ୟୁତ ଆଘାତ ପାଇଥାଏ। ଯେତେବେଳେସେ ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶକରେ ବିଦ୍ୟୁତ ଆଘାତ ୧୦ ସେକେଣ୍ଡ ପାଇଁ ଦିଆଯାଏ ନାହିଁ। ଏହା ଅନୁକ୍ରିୟାର ଗତିରେ ବୃଦ୍ଧି ଆଣିଥାଏ। ଉକ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ନକରାତ୍ମକ ପୁଂନର୍ବଳନ କୁହାଯାଏ ଯାହାକି ଏକ ଅରଚିପୂର୍ଣ୍ଣ ଉଦ୍ଦୀପକ (ଯଥା- ଗରମ, ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଆଘାତ ଇତ୍ୟାଦି) ର ପ୍ରୟୋଗ ସହିତ ସଂପୃକ୍ତ। 'ନକରାତ୍ମକ' ଶବ୍ଦଟି ପୁନର୍ବଳନକାରୀର ପ୍ରକୃତିକୁ ବୁଝାଇଥାଏ (ଅରୁଚିପୂର୍ଣ୍ଣ ଉଦ୍ଦୀପକ) । ଏହା ହେଉଛି ପୁନର୍ବଳନ, କାରଣ ଏହା ଅନୁକ୍ରିୟାର ଗତି ବୃଦ୍ଧିକରିଥାଏ। ଏହି ପ୍ରଣାଳୀକୁ 'ପଳାୟନ ଶିକ୍ଷଣ' କୁହାଯାଏ କାରଣ ମୂଷାଟି ଯଦି ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶକରେ ସେ ବିଦ୍ୟୁତ ଆଘାତର ରକ୍ଷା ପାଇପାରିବ। ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ନକରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ ଯାହାକି ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣରୁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ତାହାକୁ 'ପରିହାର ଶିକ୍ଷଣ ' କୁହାଯାଏ ଯେଉଁଥିରେ ମୂଷାଟି ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରି ବିଦ୍ୟୁତ ଆଘାତକୁ ତ୍ୟାଗ କରିଦେଇପାରେ। ପଳାୟନ ଶିକ୍ଷଣ କିମ୍ବା ପରିହାର ଶିକ୍ଷଣରେ ପୁନର୍ବଳନକାରୀ ହେଉଛି ନକରାତ୍ମକ ଏବଂ ପ୍ରାଣୀ ଏହାର ଉପସ୍ଥିତିକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବା କିମ୍ବା ଏଥିରୁ ପଳାୟନ କରିବା ଶିକ୍ଷା କରିଥାଏ।

ପୁନର୍ବଳନର ନିୟମ:

ଆମେ ସଠିକ ଅନୁକ୍ରିୟା ଗୁଡ଼ିକ କିପରି ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରୁ ? ଏହା କେବଳ ନିରବଚ୍ଛିନ କିମ୍ବା ଆଂଶିକ ପୁନର୍ବଳନ ଯୋଗୁ ସମ୍ଭବ। ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ପୁନର୍ବଳନରେ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ସଠିକ ଅନୁକ୍ରୟା ପୁରସ୍କୃତ ହୋଇଥାଏ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ- ଯେତେଥର ମୂଷାଟି ଦଣ୍ଡଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରେ ପ୍ରତିଥର ସେ ଖାଦ୍ୟ କଣିକା ପାଇଥାଏ। ଅପର ପକ୍ଷରେ ଅନୁକ୍ରିୟା ଗୁଡ଼ିକ ଆଂଶିକ ତମ୍ବା ସବିରାମ ଭାବରେ ପୁରସ୍କୃତ ହୋଇଥାନ୍ତି (କେବଳ କେତେକ ସମୟ)। ନୂତନ ବ୍ୟବହାର ସୃଷ୍ଟି କରିବାରେ କିମ୍ବା ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବାରେ ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ପୁନବଳନ ଉପଯୋଗୀ ଅଟେ। ଅପର ପକ୍ଷରେ ଅର୍ଜିତ ବ୍ୟବହାର ଗୁଡ଼ିକର ରକ୍ଷାଣାବେକ୍ଷଣ ପାଇଁ ଆଂଶିକ ପୁନର୍ବଳନ ଅତ୍ୟଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଅଟେ।

ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷକ : ପ୍ରତିରୂପଣ

ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ ହେଉଛ ଆମେ ଶିକ୍ଷା କରିବାର ତୃତୀୟ ମୁଖ୍ୟ ପଥ। ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ବ୍ୟବହାରକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରି ନୂତନ କୌଶଳ ଅର୍ଜନ କରିବା ଏକ ସାଧାରଣ କଥା। ଏହା ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନର ଏକ ଅଂଶ। ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷକ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ପରିବେଷ୍ଟନୀ ମଧ୍ୟରେ ବିଦ୍ୟାମାନ ସଠିକ ପ୍ରତିଛବି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ। ଯେତେବେଳେ ସଠିକ୍ ପ୍ରତିଛବିଟି ଏକ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରୁଅଛି ସେତିକ ବେଳେ ପିଲାଟି ତାର ବ୍ୟବହାରକୁ ମନୋନୟନ କରି ଗ୍ରହଣ କରିନିଏ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ - ଯୁବକଟି ଅନ୍ୟ ମାନଙ୍କର (ପ୍ରତିଛବି) କାର୍ଯ୍ୟକୁ ନଜର କରି ଉତ୍ତେଜନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର ଶିକ୍ଷା କରିଥାଏ। ଟେଲିଭିଜନ ପ୍ରୋଗାମ୍ ଏବଂ ସିନେମା ଯୁବକ ମାନଙ୍କର ଶିକ୍ଷା ପାଇଁ ଅନେକ କଥା ଯୋଗାଇ ଥାଏ। ଯେତେବେଳେ ପିଲାମାନେ ଟିଭିରେ ହିଂସାକାର୍ଯ୍ୟ ଦେଖିଥାନ୍ତି, ସେମାନେ ଉକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଶିକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା ପ୍ରକାଶ କରିଥାନ୍ତି। ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ ଜରିଆରେ ଆମେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସାମାଜିକ ଭୂମିକା ବିଷୟରେ ଶିକ୍ଷାକରୁ। ତଥାପି ମଧ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ ଏକ ଜଟିଳ ପ୍ରକ୍ରିୟା, ଏପରିକି ସାଧାରଣ ଅନୁରାଗ ଶିକ୍ଷଣ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଜଟିଳ। ପିଲାମାନେ ବିଭିନ୍ନ ତଥ୍ୟ ଏବଂ ଶିକ୍ଷଣ କୌଶଳ ପର୍ଯାବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ ମାଧ୍ୟମରେ ଅର୍ଜନ କରିଥାନ୍ତି କିନ୍ତୁ, ଏହା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବ୍ୟବହାର କରିନଥାନ୍ତି। ଲୋକମାନେ, ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭାବରେ ଯୁବକ ଗୋଷ୍ଠୀ ସକାରାତ୍ମକ ରାସ୍ତା ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇପାରିବେ ଯେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ ସଠିକ ପ୍ରତିଛବିଥିବ।

ପାଠ୍ୟଭୂକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୪.୨

ନିମ୍ନ ଲିଖିତ ଉକ୍ତି ଗୁଡ଼ିକ 'ଠିକ' କିମ୍ୱା 'ଭୁଲ' ଦର୍ଶାଅ।

୧. ସକାରତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ ହେଉଛି ଯେକୌଣସି ଏକ କାର୍ଯ୍ୟ ଯାହା ଅନୁକ୍ରିୟାର ଗତିକୁ କମାଇଥାଏ।

୨. ଅରୁଚିପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନୁକ୍ରିୟାକୁ ପଳାୟନ ଶିକ୍ଷଣ କୁହାଯାଏ ।

୩. ପୁନର୍ବଳନ ଆଂଶିକ କିମ୍ବା ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇପାରିବ।

୪. ଆଂଶିକ ପୁନର୍ବଳନ ବ୍ୟବହାରର ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ନାହିଁ।

୫. ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ ସଠିକ ପ୍ରତିଛବିର ବିଦ୍ୟମାନ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ।

୪.୩ କେତେକ ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାରର ଶିକ୍ଷଣ

ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ଶିକ୍ଷଣ ଓ ପ୍ରସୀମନ ବିଷୟରେ ପଢ଼ିଅଛେ। ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ କେତେକ ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାରର ଶିକ୍ଷଣ ବିଷୟରେ ସଂକ୍ଷେପରେ ପଢ଼ିବା।

ମୌଖିକ ଶିକ୍ଷା

ତୁମେ ଉକ୍ତ ପରିଚ୍ଛେଦଟି ପଢୁଅଛ ଏବଂ ଶିକ୍ଷଣ ବିଷୟରେ ସାଧାରଣ ଭାବରେ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛ। ଏହା କେବଳ ମୌଖିକ ଶିକ୍ଷଣ ଯୋଗୁ ସମ୍ଭବ। ତୁମେ ଭାଷା ଶିଖିଅଛ। ପୃଥିବୀରେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନର ଲୋକମାନେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାଷା ଶିକ୍ଷା କରନ୍ତି। ଭାଷା ଶିକ୍ଷା କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ମୌଖିକ ଶିକ୍ଷଣ କୁହାଯାଏ। ଯଦି ତୁମେ ତୁମର ପିଲାଦିନର କଥା ମନେ ପକାଇବ, ତୁମେ ଦେଖିବ ଯେ ତୁମେ ପ୍ରଥମେ ବର୍ଣ୍ଣମାଳାଗୁଡ଼ିକୁ ଚିହ୍ନିଲ ତାପରେ ଶବ୍ଦ ଚିହ୍ନିବା ଆରମ୍ଭ କଲ ଏବଂ ପରିଶେଷରେ ବାକ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକ ଚିହ୍ନିଲ। ତୁମେ ଯେତେବେଳ ଏକ ବିଦେଶୀଭାଷା ଶିକ୍ଷାକର, ତୁମେ ଯୁକ୍ତ ଶବ୍ଦ ଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟବହାର କର। ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଅଧ୍ୟୟନ କରନ୍ତି କିପରି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରଣାଳି ଗୁଡ଼ିକ ଯଥା- କ୍ରମିକ ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ ଯୁଗ୍ମିତ ସହଚର ଶିକ୍ଷଣ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ।

ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଶିକ୍ଷଣ

ଏହା ହେଉଛି ବସ୍ତୁ ଓ ଘଟଣା ଗୁଡ଼ିକର ବିକଶିତ ଅବସ୍ଥା। ଏହା ଆମ ଜୀବନରେ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଯେ ଦୁଇଟି ଜିନିଷ ମଧ୍ୟରେ ସେମାନଙ୍କର ମାନଦଣ୍ଡ ଅନୁଯାୟୀ ଆମେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଭେଦ ଦେଖିବା ଉଚିତ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ- 'ବାଳକ', 'ବାଳିକା', 'ଫଳ' ଏବଂ 'ଆସବାପତ୍ର' ଇତ୍ୟାଦି ଶବ୍ଦଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ବା ମନର ଭାବକୁ ବୁଝାଇଥାଏ। ଗୋଟିଏ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କେତେକ ପ୍ରକାରର ବସ୍ତୁର ଏକତ୍ରୀକରଣକୁ ବୁଝାଇଥାଏ। ବିଭିନ୍ନ ଅବସ୍ଥା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ନାମ ଆମମାନଙ୍କୁ ବାର୍ତ୍ତାବିନିମୟ ଓ ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାକୃତିକ କିମ୍ବା କୃତିମ ହୋଇପାରନ୍ତି, ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଅମୂର୍ତ୍ତ କିମ୍ବା ମୂର୍ତ୍ତ (ଅବାସ୍ତବ କିମ୍ବା ବାସ୍ତବ) ହୋଇ ପାରନ୍ତି। ପ୍ରେମ, ସ୍ୱାଧୀନତା ଏବଂ ଗଣତନ୍ତ୍ର ହେଉଛି ଅମୂର୍ତ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷର ଉଦାହରଣ। ଏକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ପୁଅ, ଝିଅ, କମଳା, ଗୋଲାପ ହେଉଛି ମୂର୍ତ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷର ଉଦାହରଣ। ଏକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଶିକ୍ଷା କଲାବେଳେ ଆମେ ଉକ୍ତ ଅବସ୍ଥାର ସମସ୍ତ ଉଦ୍ଦୀପକ ଗୁଡ଼ିକୁ ଗୋଟିଏ ଅନୁକ୍ରିୟା ଦେଖାଇ ଥାଉ। ତେଣୁ ଆମେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର ଟେବୁଲ ଗୁଡ଼ିକୁ ଟେବୁଲ କହୁ ଓ ସମସ୍ତ ବାଳକ ମାନଙ୍କୁ ବାଳକ କହିଥାଉ। ପ୍ରକୃତରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର ଉଚ୍ଚତର ଶିକ୍ଷଣ ଆବଶ୍ୟକ ରୂପେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଶିକ୍ଷଣ ସହ ଜଡ଼ିତ ଅଟେ। ଆମ ପୃଥିବୀରେ ଥିବା ଜଟିଳତାକୁ ଦୂରେଇବାରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଶିକ୍ଷଣ ଆମକୁ ସାହାଯ୍ୟକରେ। ପରିଚ୍ଛେଦ ୭ରେ ତୁମେମାନେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷର ଗଠନ ବିଷୟରେ ଅଧିକ ଜାଣିବା।

କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣ

ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର କୌଶଳ ଯଥା - ସାଇକେଲ ଚଳାଇବା, ଲେଖିବା, କାର ଚଳାଇବା, ଉଡ଼ାଜାହଜ ଚଳାଇବା, ଗୋଷ୍ଠୀର ନେତୃତ୍ୱ ନେବା ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରବର୍ତ୍ତାଇବା ଇତ୍ୟାଦି ଗୁଡ଼ିକ ଅର୍ଜନ କରିବା ହେଉଛି ଶିକ୍ଷଣର ଏକ ମୁଖ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ର। ଏ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ କୌଶଳ ବା ଦକ୍ଷତା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ। ଯେଉଁମାନେ ଏହାକୁ ଓ ଅନ୍ୟ କୌଶଳ ଗୁଡ଼ିକୁ ଶିକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ସକ୍ଷମ, ସେମାନେ ଜୀବନରେ ସୁଯୋଗ ପାଇଥାନ୍ତି, ଥରେ ଉକ୍ତ କୌଶଳ ଅର୍ଜନ କଲାପରେ ଜଣେ ଏହାକୁ ଅତ୍ୟଧିକ ଶିକ୍ଷା କରିପାରିବ। ଏହା ସ୍ୱତଃ ଗତିଶୀଳ ହୋଇପାରେ ଏବଂ ଜଣେ ଏହାକୁ ଅତି ସୁବିଧା ଓ ସହଜରେ ସମ୍ପାଦନ କରିବା ପାଇଁ ସକ୍ଷମ ହୋଇଥାଏ। ଯାହାର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ଲୋକମାନେ ସ୍ୱତଃପ୍ରୁତ ଭାବରେ ଏହା ସମ୍ପାଦନ କରନ୍ତି ଏବଂ ଏକାଧରକେ ଗୋଟିଏରୁ ଅଧିକ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିପାରନ୍ତି। (ଯଥା- କଥାବାର୍ତ୍ତା ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ କାର ଚଳାଇବା)

୪.୪ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ

ଏହାକୁ ଆଗ୍ରହର ସହ ଲିପିବଦ୍ଧ କରାଯାଏ, ଯେ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟର ଶିକ୍ଷଣ କେବଳ ଉକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ଉପରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ହୋଇ ରହେନାହିଁ। ଅନ୍ୟ ପରିସ୍ଥିତିରେ ମଧ୍ୟ ଉକ୍ତ ଶିକ୍ଷଣର ବ୍ୟବହାର ହୋଇଥାଏ। ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜ୍ଞାନକୁ ଉପଯୋଗ କରିବାର କ୍ଷମତା ଓ ଦକ୍ଷତା ଏବଂ ଯେ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଶିକ୍ଷଣ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରଶଂସିତ ହୋଇଥାଏ। ଯଦି ଗୋଟିଏ ପିଲା ଗୁଣନ କିମ୍ବା ହରଣ ଶିକ୍ଷା କରେ ସେ ଉକ୍ତ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ କେବଳ ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହରେ ବ୍ୟବହାର କରିନଥାଏ, ଏହାକୁ ମଧ୍ୟ ସେ ଦରକାର ସମୟରେ ବଜାରରେ କିମ୍ବା ଘରେ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ। ପୂର୍ବ ଶିକ୍ଷଣକୁ ଏକ ନୂତନ ପରିବେଶରେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ କୁହାଯାଏ। ଏହା ସକାରାତ୍ମକ ଯଦି ପ୍ରଥମ ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱିତୀୟ ଶିକ୍ଷଣକୁ ସାହାଯ୍ୟକରେ। ଏହା ନକାରାତ୍ମକ ଯଦି ପ୍ରଥମ ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱିତୀୟ ଶିକ୍ଷଣକୁ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ। ଏହା ଶୂନ୍ୟ ବା ପରିମାଣ ଶୂନ୍ୟତା ହୋଇଥାଏ ଯଦି ପ୍ରଥମ ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱିତୀୟ ଶିକ୍ଷଣକୁ ସାହାଯ୍ୟ କିମ୍ବା ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରିନଥାଏ।

ଶିକ୍ଷଣ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ବହୁ ପ୍ରକାରର ସ୍ୱଭାବ ବଦଳାଇ ଦିଏ ଏବଂ ଜୀବନ ବ୍ୟାପି ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୋଇଥାଏ। ଉତ୍ତମ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀ ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ସୁଯୋଗକୁ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ। ପୂର୍ବରୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ଶିକ୍ଷଣର ପ୍ରଣାଳୀ କିମ୍ବା ପ୍ରକାର କେବଳ ଶିକ୍ଷଣ ଉପରେ କିଛି ମୌଳିକ ଚିନ୍ତାଧାରା ଯୋଗାଇଥାଏ। ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ , ମନୋବୃତ୍ତି ଓ ଆଗ୍ରହ ଯୋଗୁ ସଂଗଠିତ ସୁଯୋଗ ଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକାରର ଶିକ୍ଷଣର ପରିଣତି, ସେଗୁଡ଼ିକ ଜଟିଳ ମାର୍ଗରେ ସଂଗଠିତ ହୁଏ। ଶିକ୍ଷଣର ଅଗ୍ରଗତି ଅନୁସାରେ ତୁମର ଶିକ୍ଷଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିହୁଏ। ଯଦି ତୁମେ ଶିକ୍ଷାକର ତୁମର ଆଭିମୁଖ୍ୟରେ ନମନୀୟ, ଏବଂ ବାସ୍ତବତାକୁ ପସନ୍ଦ କରିବାରେ ଦକ୍ଷ ଭାବରେ ଉତ୍ତମ ବ୍ୟକ୍ତି ହୋଇଥାଏ।

ଉତ୍ତମ ଅଧ୍ୟୟନର ଅଭ୍ୟାସ ପାଇଁ କେତେକ ଉପାଦେୟ ପରାମର୍ଶ

ଯଦି ତୁମେ ଅନୁଭବ କର ଯେ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଏବଂ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଦୁଇଟିଯାକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବା ଆବଶ୍ୟକ ତେବେ ବିଷୟଟିର ପଠନ ଏହାକୁ ସୁଗମ କରିପାରିବ। ଅଧିକ ପାଇବା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ବିଷୟକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କଲାବେଳେ ଓ କିଛି ଅଧ୍ୟୟନ କଲାବେଳେ ତୁମେ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଦରକାର।

ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ ଅଧ୍ୟୟନ କର: ତୁମେ ଏକ ଶାନ୍ତ, କୋଳାହଳ ମୁକ୍ତ ଉତ୍ତମ ଆଲୋକ ଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ଦରକାର। ଯଦି ସମ୍ଭବ ତୁମେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନ ରଖିବା ଉଚିତ ଯେଉଁଠାରେ ତୁମେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବ। ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନରେ ଅନ୍ୟକିଛି କରନାହିଁ।ମ୍ୟାଗାଜିନ୍, ରେଡ଼ିଓ, ସାଙ୍ଗସାଥି ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିକର୍ଷଣ ବସ୍ତୁ, ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନଠାରୁ ଦୂରରେ ରଖ। ଏହି ପ୍ରକାର ଭାବରେ ତୁମର ପଢ଼ିବା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନ ସହିତ ସଂଲଗ୍ନ ହେବ। ଥରେ ସେଠାକୁ ଗଲେ ତୁମେ ଦେଖିବଯେ ତୁମର ଅଧ୍ୟୟନ ଆରମ୍ଭ କରିବା ଅତି ସୁବିଧା ଜନକ ହୋଇପାରିବ।

ସମୟାନ୍ତର ଅଧିବେଶନ ଅନୁସାରେ ତୁମ ଅଧ୍ୟୟନକୁ ସଂଗଠିତ କର: ପରୀକ୍ଷା ପୂର୍ବରୁ ପୁଙ୍ଖାନୁ ପୁଙ୍ଖ ଭାବରେ ସମୀକ୍ଷା କରିବା ହେଉଛି ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଯୁକ୍ତିସଂଗତ। ତଥାପି ମଧ୍ୟ ଯଦି ତୁମେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ପ୍ରକୃତରେ କିଛି ବିଷୟ ଶିକ୍ଷା କରୁଅଛ ତେବେ ତୁମେ ଅସୁବିଧା ଗୁଡ଼ିକ ପାଇଁ ପଚାରିଥାଏ। ଏହା ଦେଖାଯାଇଅଛି ଯେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ପାଇଁ ସମୟାନ୍ତର ଅଭ୍ୟାସ ହେଉଛି ଅଧ୍ୟୟନ ପାଇଁ ଅଧିକ ଦକ୍ଷତା ସମ୍ପର୍ଣ୍ଣ। ଏହା ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ଛୋଟ ଛୋଟ ଅଧ୍ୟୟନ ଅଧିବେଶକୁ ନେଇ ସଂପୃକ୍ତ। ଏଥିରେ ଗୋଟିଏ କିମ୍ବା ଦୁଇଟି ଦୀର୍ଘ ଅଧିବେଶ ନଥାଏ (ଯାହାକୁ ନିରନ୍ତର ସାଧନ କୁହାଯାଏ)।

ସ୍ମୃତି ସହାୟକ ଗୁଡ଼ିକର ବ୍ୟବହାର: ସ୍ମୃତିର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ମାନେ ଅନେକ କୌଶଳ ବାହାର କରିଅଛନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶ କେତେକ ବିଚାର କିମ୍ବା ଭାବମୂର୍ତ୍ତି ସହିତ ନୂତନ ତଥ୍ୟକୁ ସଂଯୋଗ କରିଥାନ୍ତି ଯାହାକି ମନେ ରଖିବା ପାଇଁ ସହଜ ହୋଇଥାଏ।

ନିଜକୁ ପରୀକ୍ଷା କରିବାର ଚେଷ୍ଟା: ଅଧ୍ୟୟନ କଲାବେଳେ ପରୀକ୍ଷାରେ ବାସ୍ତବ ଭାବରେ ପରୀକ୍ଷା ଦେବା ପୂର୍ବରୁ ତୁମେ ବହୁତ ଗୁଡ଼ିକ ଅଭ୍ୟାସ ପରୀକ୍ଷାର ବନ୍ଦୋବସ୍ତ କରିପାରିବ। ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ ଅଧ୍ୟୟନ ଆତ୍ମପରୀକ୍ଷଣକୁ ସୂଚାଇବା ଉଚିତ୍ ଯାହାଫଳରେ ତୁମେ ଶିକ୍ଷଣ ସମୀକ୍ଷା, ପୂର୍ବସ୍ମୃତି ଯନ୍ତ୍ର, ଅଧ୍ୟୟନ ଦିଗଦର୍ଶନ ପୁସ୍ତକ କିମ୍ବା ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ବ୍ୟବହାର କରି ନିଜକୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିପାର।

ଅତିଶିକ୍ଷଣ: ଏହା ଜଣାଯାଇଛି ଯେ ଅନେକ ଛାତ୍ର ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ କମ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଥାନ୍ତି ଏବଂ କେତେକ ନିଜର ଅଧିକ ମୂଲ୍ୟ ନିରୂପଣ କରି ଭାବନ୍ତି ଯେ କେତେ ମାତ୍ରାରେ ସେମାନେ ପରୀକ୍ଷାରେ ଭଲ କରିବେ। ଉକ୍ତ ଉଭୟ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହେଉଛି ଅତିଶିକ୍ଷଣ। ଅତିମାତ୍ରାରେ ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ତୁମେ ତୁମର ଅଧ୍ୟୟନ ଯେ କୌଣସି ବିଷୟରେ ସାମାନ୍ୟ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଜାରି ରଖିବା ଉଚିତ୍। ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ତୁମେ ତୁମର ସମୟ ଅତିରିକ୍ତ ଅଧ୍ୟୟନ ପାଇଁ ଦେବା ଦରକାର ଏବଂ ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା କଥା ଚିନ୍ତା କଲା ପରେ ନିଜକୁ ସମୀକ୍ଷା କର।

ଦୀର୍ଘସୂତ୍ରତାକୁ ତ୍ୟାଗ କର: ବିଳମ୍ବ କରିବାର ପ୍ରବୃତ୍ତି ହେଉଛି ବ୍ୟାପକ। ବିଳମ୍ବ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଶେଷକ୍ଷଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସ୍ଥଗିତ ରଖିଥାନ୍ତି, ଚାପର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ ସେମାନେ କେବଳ କାମ କରନ୍ତି। ବିଳମ୍ବ ପାଇଁ ସେମାନେ ମିଛ କାରଣ ଦର୍ଶାଇଥାନ୍ତି, ଶିକ୍ଷଣ ଓ କୃତି ଉପରେ ଏହାର ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ। ଏକ ସାଧାରଣ ସମୟ ନିର୍ଘଣ୍ଟ ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସ୍ଥିର କରି ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କଲେ ତୁମେ ଅଧିକ ସଫଳତା ସହକାରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିପାରିବ।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୪.୩

୧. ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରକାରର ଶିକ୍ଷଣ ଗୁଡ଼ିକ କ'ଅଣ ?

____

୨. ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ କ'ଅଣ ?

____

ତୁମେ ଯାହା କିଛି ଶିକ୍ଷାଲାଭ କରିଛ

- ଶିକ୍ଷଣର ସଂଜ୍ଞା ହେଉଛି ଏହା ଅନୁଭୂତି ଯୋଗୁ ବ୍ୟବହାରର ଏକ ଆପେକ୍ଷିକ ସ୍ଥାୟୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ। ଯଦି ବ୍ୟବହାରର ପରିବର୍ତ୍ତନ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ କିମ୍ବା ଏହା ପରିପକ୍ୱତା ଓ ପ୍ରବୃତ୍ତ ଯୋଗୁ ହୋଇଥାଏ ତାହା ଶିକ୍ଷଣ ନୁହେଁ।
- ପରିବେଷ୍ଟନୀ ସହିତ ଖାପ ଖୁଆଇବାରେ ଶିକ୍ଷଣ ଆମକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରେ।
- ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ମୌଳିକ ଶିକ୍ଷଣ ହେଉଛି ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ଏବଂ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନ ବା କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧନ ପ୍ରସୀମନ।
- ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣ ଏକ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ ଏବଂ ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ (CS ଏବଂ UCS) ଯୁକ୍ତ ଭାବରେ ମିଶି ଏକ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଉଦ୍ଦୀପକ ଏବଂ ଅନୁକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାନ୍ତି।
- ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନ ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯାହାଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣୀମାନେ ସେହି ବ୍ୟବହାରକୁ ବାରମ୍ବାର ଦେଖାଇବା ପାଇଁ ଶିକ୍ଷା କରିଥାନ୍ତି, ଯାହା ସକରାତ୍ମକ ପ୍ରତିଫଳ ଦେଇଥାଏ ଏବଂ ନକରାତ୍ମକ ପ୍ରତିଫଳଠାରୁ ଦୂରେଇ ଥାଏ।
- ସ୍କିନର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିଅଛନ୍ତି ଯେ ପୁନର୍ବଳନ ହେଉଛି ଯେ କୌଣସି ପ୍ରକ୍ରମ ବା କାର୍ଯ୍ୟ ଯାହା ଅନୁକ୍ରିୟାର ଗତିରେ ବୃଦ୍ଧି ଆଣିଥାଏ।
- ପଳାୟନ ଶିକ୍ଷଣ କିମ୍ବା ପରିହାର ଶିକ୍ଷଣରେ ପୁନର୍ବଳନ ହେଉଛି ନକରାତ୍ମକ ଏବଂ ପ୍ରାଣୀ ଏହାର ଉପସ୍ଥିତିକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବା କିମ୍ବା ଏଥିରୁ ପଳାୟନ କରିବା ଶିକ୍ଷା କରିଥାଏ।
- ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ପୁନର୍ବଳନରେ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ସଠିକ୍ ଅନୁକ୍ରିୟା ପୁରସ୍କୃତ ହୋଇଥାଏ।
- ଭାଷା ଶିକ୍ଷା କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ମୌଖିକ ଶିକ୍ଷା କହନ୍ତି।
- ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର କୌଶଳ ଯଥା - ସାଇକେଲ ଚଳାଇବା, ଲେଖିବା, କାର ଚଳାଇବା, ଉଡ଼ାଜାହାଜ ଚଳାଇବା, ଗୋଷ୍ଠୀର ନେତୃତ୍ୱ ନେବା ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରବର୍ତ୍ତାଇବା ଇତ୍ୟାଦି ଗୁଡ଼ିକ ଅର୍ଜନ କରିବା ହେଉଛି ଶିକ୍ଷଣର ଏକ ମୁଖ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ର।
- ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ବ୍ୟବହାରକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରି ନୂତନ କୌଶଳ ଅର୍ଜନ କରିବାରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ।
- ପୂର୍ବ ଶିକ୍ଷଣକୁ ଏକ ନୂତନ ପରିବେଶରେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ କୁହାଯାଏ। ଏହା ସକାରାତ୍ମକ ଯଦି ପ୍ରଥମ ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱିତୀୟ ଶିକ୍ଷଣକୁ ସାହାଯ୍ୟକରେ।
- ଶିକ୍ଷଣ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ବହୁ ପ୍ରକାରର ସ୍ୱଭାବ ବଦଳାଇ ଦିଏ ଏବଂ ଜୀବନ ସାରା ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୋଇଥାଏ। ଉତ୍ତମ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀ ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ସୁଯୋଗକୁ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ଶିକ୍ଷଣ କ'ଣ ? ଉଦାହରଣ ସହ ବୁଝାଅ ।

୨. ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଆଲୋଚନା କର।

୩. ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରକାରର ପୁନର୍ବଳନ ଗୁଡ଼ିକ କଅଣ ? ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନରେ ପୁନର୍ବଳନର ଭୂମିକା କଅଣ ?

୪. ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣର ଉଦାହରଣ ଦଅ।

୫. ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ର ଗୁରୁତ୍ୱ କଅଣ ?

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନଗୁଡ଼ିକର ଉତ୍ତର

୪.୧

୧. ବ୍ୟବହାର, ଆପେକ୍ଷିକ

୨. ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ

୩. ବି.ଏଫ.ସ୍କିନର

୪. ଯାନ୍ତ୍ରିକ

୪.୨

୧. ଭୁଲ

୨. ଠିକ୍

୩. ଠିକ୍

୪. ଭୁଲ

୫. ଠିକ୍

୪.୩

୧. କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣ, ମୌଖିକ ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଶିକ୍ଷଣ

୨. ପୂର୍ବ ଶିକ୍ଷଣକୁ ଏକ ନୂତନ ପରିବେଶରେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ କୁହାଯାଏ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ନିମନ୍ତେ ସୂଚନା

୧. ଭାଗ ୪.୧ ର ସହାୟତା ନିଅ।

୨. ଭାଗ ୪.୧ ର ସହାୟତା ନିଅ।

୩. ଭାଗ ୪.୨ ର ସହାୟତା ନିଅ।

୪. ଭାଗ ୪.୩ ର ସହାୟତା ନିଅ।

୫. ଭାଗ ୪.୪ ର ସହାୟତା ନିଅ।

୫

ସମ୍ବେଦନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା: ଅଭିନିବେଶ ଓ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ

ସଂବେଦନାତ୍ମକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ, ଅଭିନିବେଶ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବର୍ଣ୍ଣନାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି କିପରି ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଙ୍ଗମାନେ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତି ଏବଂ ଆମର ମସ୍ତିଷ୍କଦ୍ୱାରା ଏହାର ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରାଯାଏ ସେ ସଂପର୍କରେ ତୁମକୁ ପରିଚିତ କରିବା। ଆମର ପାଞ୍ଚଗୋଟି ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଙ୍ଗ ରହିଛି ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମେ ସୂଚନା ହାସଲକରିଥାଏ। ଏଥିରେ ଚକ୍ଷୁ, କର୍ଣ୍ଣ, ଚର୍ମ, ନାସା ଏବଂ ଜିହ୍ୱା ସଂପୃକ୍ତ। ଆମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ମୁଖ୍ୟତଃ ଦୁଇଗୋଟି କାର୍ଯ୍ୟ ରହିଛି, ଯଥା: ବଞ୍ଚିରହିବା ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟପରାୟଣତା। ଯଦି ଆମେ କୌଣସି ବର୍ଣ୍ଣ, ଫୁଲର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, ଟେଲିଭିଜନରେ ଚିତ୍ର ବା ଟ୍ରାଫିକର ଆଲୋକକୁ ଦେଖି ନ ପାରିବା ତେବେ ଆମ ଜୀବନ ନିରସ ଓ ବିପଦଶଂକୁଳ ହୋଇଯିବ। ବାସ୍ତବରେ ବସ୍ତୁମାନଙ୍କରେ ବର୍ଣ୍ଣନାହିଁ, ବରଂ ଆମ ବର୍ଣ୍ଣିଳ ଜଗତ ହେଉଛି ମସ୍ତିଷ୍କର ସଂବେଦନାତ୍ମକ ଓ ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାମାନଙ୍କର ଫଳାଫଳ। ନିର୍ମଳ ବାୟୁର ଆଘ୍ରାଣ, ସୁସ୍ୱାଦୁ ଖାଦ୍ୟ, ମଧୁର ସଂଗୀତକୁ ଉପଭୋଗ କରିବା କିମ୍ବା ଗୋଟିଏ କୁକୁର ବା ବିରାଡ଼ିକୁ ସ୍ପର୍ଶକରି କୋମଳତାକୁ ଅନୁଭବ କରିବାରେ ଆମେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗତ ସୁଖଲାଭ କରିଥାଉ। କେବଳ ବାହ୍ୟ ଜଗତ ସହିତ ସଂପର୍କ ସୃଷ୍ଟିକରିବା ବ୍ୟତୀତ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନେ କିଛି ଅତିରିକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ କରନ୍ତି। ସେମାନେ ଜୀବନରେ ଆନନ୍ଦ, ଭିନ୍ନତା ଏବଂ ତୃପ୍ତି ଆଣିଥାନ୍ତି। ସଂବେଦନ ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯଦ୍ୱାରା ସଂବେଦୀ ସ୍ନାୟୁକୋଷିକାମାନଙ୍କର ଉଦ୍ଦୀପନା ଦ୍ୱାରା ସୃଷ୍ଟ ସ୍ନାୟୁ ପ୍ରବେଗ ଶରୀରର ଅନ୍ତରୀଣ ଓ ବାହ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟିହୁଏ। ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କହିଲେ ସ୍ନାୟବିକ ଅନୁଭୂତି ଗୁଡ଼ିକର ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ବିସ୍ତାର ଓ ବ୍ୟାଖ୍ୟାକୁ ବୁଝାଇଥାଏ। ଆମର ଅତୀତ ଏବଂ ବର୍ତ୍ତମାନର ଅନୁଭୂତି ଦ୍ୱାରା ଏହା ପରିଚାଳିତ ହୁଏ। ଏହି ଅଧ୍ୟାୟରେ ଆମେ ଆମର ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଙ୍ଗମାନଙ୍କଠାରୁ ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ସୂଚନାରୁ କିପରି ଏକ ବାସ୍ତବ ଜଗତର ଅନୁଭୂତି ପାଉଛେ ତାହା ଜାଣିପାରିବା।

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଏହି ଅଧ୍ୟାୟ ପଠନ ପରେ ତୁମେ ନିମ୍ନୋକ୍ତ ଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରିପାରିବ:

- ବିଭିନ୍ନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଙ୍ଗ ଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝିବା
- ସମସ୍ତ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ଗୁଣରେ ଯେଉଁ ସମାନତା ରହିଛି ତାହାକୁ ଜାଣିବା
- ଅଭିନିବେଶର କାରକମାନଙ୍କୁ ବୁଝିବା ଏବଂ
- ପାଞ୍ଚଗୋଟି ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟକେତେକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମାନଙ୍କୁ ଚିହ୍ନିବା

୫.୧ ସଂବେଦନ ପ୍ରକ୍ରିୟା

ସଂବେଦନକୁ ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟାରୂପେ ବ୍ୟାଖ୍ୟାକରାଯାଇପାରେ ଯଦ୍ୱାରା ଗୋଟିଏ ରୂପରେ ଥିବା ଶକ୍ତି ଅନ୍ୟଏକ ରୂପରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇଥାଏ। ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, ଆଲୋକ ସ୍ନାୟବିକ ଆବେଗରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇଥାଏ। ଏଥିରେ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ଘଟଣାର ଏଭଳି ସଂକେତ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ ଯାହାକି ମସ୍ତିଷ୍କଦ୍ୱାରା ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରାଯାଇପାରିବ। ସଂବେଦନାତ୍ମକ ମଣ୍ଡଳ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ପ୍ରେରିତ ହେଉଥିବା ତଥ୍ୟାବଳୀର ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରେ। କାରକ ମଣ୍ଡଳ ମସ୍ତିଷ୍କରୁ ମାଂସପେଶୀ ଏବଂ ଗ୍ରନ୍ଥିମାନଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଉଥିବା ତଥ୍ୟାବଳୀର ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରିଥାଏ। ବେଳେବେଳେ ତୁମ ପିତାମାତା ଟେଲିଭିଜନ ଚାଲୁକରନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନେ ଶୁଣି ପାରିବାଭଳି ଧ୍ୱନିର ପରିମାଣରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିଥାନ୍ତି। ଧରିନିଅ, ତୁମେ ଯେପରି ଶୁଣିପାରିବ ସେହି ପରିମାଣର ଧ୍ୱନିକୁ ଚୟନ କଲ, କିନ୍ତୁ ମାଆ ଯେହେତୁ ଶୁଣିପାରୁନାହାନ୍ତି ସେ ତୁମକୁ ଧ୍ୱନିପରିମାଣ ଅଧିକ କରିବାନିମନ୍ତେ କହିଲେ। ତେଣୁ ତୁମେ ଧ୍ୱନୀର ପରିମାଣ କ୍ରମଶଃ ବୃଦ୍ଧିକରୁଥିବା ସମୟରେ ଯେଉଁ ପରିମାଣ ଠାରେ ମାଆ ଅଟକିଯିବାପାଇଁ କହିଲେ ତାହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ସମାଯୋଜନରେ ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ତୁମ ମାଆ ଅନୁଭବ କରିଛନ୍ତି। ତୁମ ମାଆ ଶୁଣିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଥମ ଧ୍ୱନି ଉଦ୍ଦୀପକଠାରୁ ଦ୍ୱିତୀୟ ଧ୍ୱନି ଉଦ୍ଦୀପକ ମଧ୍ୟରେ ଅତି କମ୍‌ରେ ଯେତିକି ପରିମାଣର ଧ୍ୱନି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଗଲା ତାହାକୁ 'ନ୍ୟୁନତମ ଉଦ୍ଦୀପନା ସୀମା' ବା 'ବୈଷମ୍ୟ ସୀମାରେଖା' କୁହାଯାଏ। ଏକ ଉଦ୍ଦୀପକର ପୃଷ୍ଠଭୂମି ମଧ୍ୟ ଆମର ସଂବେଦନକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ। ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ, ତାରକାମାନେ ଦିବାରାତ୍ର ଆକାଶରେ ଉପସ୍ଥିତ ଅଛନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଏମାନେ କେବଳ ସୂର୍ଯ୍ୟାସ୍ତ ବା ରାତ୍ରିକାଳରେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୋଇଥାନ୍ତି। କାରଣ ଦିବାସୂର୍ଯ୍ୟାଲୋକର ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ପୃଷ୍ଠଭୂମି ଯୋଗୁଁ ସେମାନେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ।

ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଓ ଅନୁଭୂତି ସଦୃଶ କାରକମାନଙ୍କଦ୍ୱାରା ଆମେ ସମସ୍ତେ ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାଉ। ସଂବେଦନାତ୍ମକ ଅନୁଭୂତି ହଁ/ନାହିଁ, ଉପସ୍ଥିତ/ ଅନୁପସ୍ଥିତର ଏକ ସରଳ ପ୍ରକ୍ରିୟା ନୁହେଁ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ତୁମର ଜଣେ ଅତି ଘନିଷ୍ଠ ବଂଧୁ ତୁମ ଘରକୁ ଅପରାହ୍ନ ଚାରିଟାବେଳେ ଆସିବାର ତୁମେ ପ୍ରତ୍ୟାଶା କରିଛ। ଠିକ୍ ଚାରିଟା ବେଳେ ସେହି ବନ୍ଧୁ ତୁମ ଦ୍ୱାରରେ ପହଞ୍ଚି ଘଣ୍ଟି ବଜାଇଲେ। ତୁମ ପରିବାରର ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟମାନେ ଏହାକୁ ଶୁଣି ନ ପାରନ୍ତି କିନ୍ତୁ ତୁମେ ନିଶ୍ଚୟ ସେ ଶବ୍ଦ ଶୁଣିଥାଅ। ଏହା ମୁଖତଃ ତୁମର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥାଏ। ଏଣୁ ଏକ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ଅନୁଭୂତିକୁ ସୃଷ୍ଟି କରିବାଲାଗି ଆବଶ୍ୟକ ସର୍ବନିମ୍ନ ପରିମାଣର ଭୌତିକ ଶକ୍ତିକୁ 'ଅନାପେକ୍ଷିକ ଉଦ୍ଦୀପନା ସୀମା' ବା 'ଚରମ ସୀମାରେଖା' ବୋଲି କୁହାଯାଏ।

ଆମର ଅନେକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଙ୍ଗ ରହିଛି। ନିମ୍ନ ସାରଣୀରେ ସେଗୁଡ଼ିକ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି।

ସାରଣୀ ୫.୧ : ମନୁଷ୍ୟର ମୌଳିକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ

ଇନ୍ଦ୍ରିୟ	ଉଦ୍ଦୀପକ	ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଙ୍ଗ	ସଂବେଦନ
ଦର୍ଶନ	ଆଲୋକତରଙ୍ଗ	ଚକ୍ଷୁ	ବର୍ଣ୍ଣ, ଆକାର, ବିନ୍ୟାସ
ଶ୍ରବଣ	ଶବ୍ଦତରଙ୍ଗ	କର୍ଣ୍ଣ	ଶବ୍ଦ, ସ୍ୱର, ସଙ୍ଗୀତ
ଚର୍ମସଂବେଦନ	ବାହ୍ୟସ୍ପର୍ଶ	ଚର୍ମ	ସ୍ପର୍ଶ, ଶୀତଳ, ଉଷ୍ଣତା, ଯନ୍ତ୍ରଣା
ଘ୍ରାଣ	ଉଦ୍‌ବାୟୀ ବସ୍ତୁ	ନାସା	ଗନ୍ଧ
ସ୍ୱାଦ	ଦ୍ରବୀଭୂତ ବସ୍ତୁ	ଜିହ୍ୱା	ମଧୁର, ଲବଣାକ୍ତ, ତିକ୍ତ

ଆସ ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଦୃଷ୍ଟିପାତ କରିବା :

- **ଦୃଷ୍ଟି:** ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଦୃଷ୍ଟି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ। ଉତ୍ତମ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ଥିବା ମନୁଷ୍ୟ ଏବଂ ପ୍ରାଣୀ ଜୀବନରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସୁବିଧା ପାଇଥାନ୍ତି। ଆମେ ଚକ୍ଷୁ ସାହାଯ୍ୟରେ ଦୃଷ୍ଟିଜନିତ ଅନୁଭୂତି ପାଇଥାଏ। ଏହା ଏକ କ୍ୟାମେରା ସଦୃଶ କାର୍ଯ୍ୟକରେ। ଚକ୍ଷୁ କ୍ୟାମେରା ପରି ଆଲୋକକୁ ଏକତ୍ରିତ ଓ କେନ୍ଦ୍ରିଭୂତ କରେ। ସାର ଆଇଜାକ୍ ନିଉଟନ ୧୭ଶ ଶତାବ୍ଦୀରେ ଗତି ଏବଂ ଗୁରୁତ୍ୱାକର୍ଷଣର ତତ୍ତ୍ୱର

ଆବିଷ୍କାର କରିଥିଲେ ସେ ମଧ୍ୟ ଆବିଷ୍କାର କରିଥିଲେ ଯେ ଏକ ପ୍ରିଜମ୍ ମଧ୍ୟଦେଇ ଯେତେବେଳେ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଆଲୋକ ରଶ୍ମୀ ଗତିକରେ ଏହା ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବର୍ଣ୍ଣର ଏକ ଇନ୍ଦ୍ରଧନୁ ବା ବର୍ଣ୍ଣାଳୀ ସୃଷ୍ଟିକରେ।

- **ବର୍ଣ୍ଣାନ୍ଧତା:** ସବୁଲୋକେ ସମାନଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣମାନଙ୍କୁ ଦେଖିପାରନ୍ତି ନାହିଁ। କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ବର୍ଣ୍ଣଚିହ୍ନଟର ଅକ୍ଷମତାନେଇ ଜନ୍ମ ହୋଇଥାନ୍ତି। ବର୍ଣ୍ଣମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ଚିହ୍ନିବାର ଆଂଶିକ ବା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଅକ୍ଷମତାକୁ ବର୍ଣ୍ଣାନ୍ଧତା କୁହାଯାଏ। ଅଧିକାଂଶ ବର୍ଣ୍ଣାନ୍ଧ ବ୍ୟକ୍ତି ସବୁଜ ଓ ଲାଲ ରଙ୍ଗ ମଧ୍ୟରେ ଭିନ୍ନତାକୁ ଚିହ୍ନିବାରେ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି।
- **ଶ୍ରବଣ:** ଆମର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନ ନିମନ୍ତେ ଶ୍ରବଣ ମଧ୍ୟ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ। ମନୁଷ୍ୟର ଭାବ ବିନିମୟ ନିମନ୍ତେ ଏହା ଏକ ମୁଖ୍ୟ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ପନ୍ଥା। ଯେତେବେଳେ କୌଣସି କ୍ରିୟା ବସ୍ତୁରେ କମ୍ପନ ସୃଷ୍ଟିକରେ ଧ୍ୱନି ଜାତ ହୋଇଥାଏ। ଯେତେବେଳେ କମ୍ପିତ ବସ୍ତୁ ମାଧ୍ୟମର ଅଣୁ-ଉପାଦାନମାନଙ୍କୁ ଏପାଖ ସେପାଖକରି ଠେଲୁଥାଏ ସେତେବେଳେ ଆମେ ଶବ୍ଦ ଶୁଣିଥାଉ। ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟକାଳ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ତରଂଗ ଯେଉଁ ସଂଖ୍ୟକ ଆବର୍ତ୍ତନ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣକରେ ତାହାକୁ ପୁନଃପୌନିକ କୁହାଯାଏ। ପ୍ରାୟତଃ ଏହା ସେକେଣ୍ଡ ପିଛା ବା ହର୍ଜ ଆକାରରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରାଯାଏ। ଶବ୍ଦ ଏକ ବାସ୍ତବ ଶୂନ୍ୟରେ (ଯେପରି ମହାକାଶ) ଗତିକରିପାରେ ନାହିଁ। କାରଣ ସେଠାରେ କୌଣସି ମାଧ୍ୟମ ନାହିଁ।
- **ସ୍ୱରାଘାତ:** ଶବ୍ଦର ପୁନଃପୌନିକତା ଦ୍ୱାରା ଧ୍ୱନି ଆରୋହଣ ବା ଅବରୋହଣର ନିର୍ଦ୍ଧାରଣକୁ ସ୍ୱରାଘାତ କୁହାଯାଏ।
- **ଧ୍ୱନି ଉଚ୍ଚତା:** ଧ୍ୱନି ଉଚ୍ଚତା ବା ଶବ୍ଦର ଭୌତିକ ତୀବ୍ରତା ଏହାର ବ୍ୟାପ୍ତିଦ୍ୱାରା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ହୁଏ। ଅଧିକ ବ୍ୟାପ୍ତି ସମ୍ୱଳିତ ଶବ୍ଦତରଂଗ ପ୍ରଚଣ୍ଡଶବ୍ଦ ଭାବେ ଅନୁଭୁତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସ୍ୱଳ୍ପ ବ୍ୟାପ୍ତି ସମ୍ୱଳିତ ଶବ୍ଦତରଙ୍ଗ କୋମଳ ଶବ୍ଦଭାବେ ଅନୁଭୁତ ହୁଏ। ଶବ୍ଦର ଉଚ୍ଚତା ଡ଼େସିବଲ୍ ଏକକ ଅନୁଯାୟୀ ମପାଯାଏ।
- **କଣ୍ଠଧ୍ୱନିର ସ୍ୱର:** ଏକ ଧ୍ୱନି ତରଙ୍ଗର ସମିଶ୍ରିତ ଗୁଣ ହେଉଛି ଏହାର ସ୍ୱର। ଯେଉଁ ଶବ୍ଦକୁ ଆମେ କୋଳାହଳ କହୁ ତାହାର ପୁନଃପୌନିକ ଅନେକ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସେଗୁଡ଼ିକ ପରସ୍ପର ସହିତ ସୁବ୍ୟବସ୍ଥିତଭାବେ ସମ୍ୱନ୍ଧୀତ ନୁହଁନ୍ତି।
- **ଶାରୀରିକ ଚଳନର ସମ୍ବେଦନ (କାୟଃସ୍ଥିତି ସମ୍ବେଦନ):** ଗୁରୁତ୍ୱାକର୍ଷଣ ଅନୁଯାୟୀ ଶାରୀରିକ ଚଳନର ଏହା ଏକ ସଂବେଦନ ଅଟେ। ବିଶେଷତଃ ଆମର ମସ୍ତକ କିପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଅଛି, ଆଗକୁ ଝୁଙ୍କି ରହିଛି, ଡଳି ବା ଆଉଜି ରହିଛି ନା ତଳକୁ ରହିଛି, ଏଭଳି ଶାରୀରିକ ଚଳନର ଏହା ସମ୍ବେଦନ ଅଟେ। କାୟଃସ୍ଥିତି ସଂବେଦନ ମଧ୍ୟ ଆମେ କେତେବେଳେ ଗତିକରୁଛେ ବା କିପରି ଆମ ଗତିରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରୁଛେ ତାହା ଆମକୁ ଅବଗତ କରାଏ।
- **ଶାରୀରିକ ଅବସ୍ଥିତି ଏବଂ ଅଙ୍ଗଚାଳନା ସମ୍ୱନ୍ଧୀୟ ସମ୍ବେଦନ (ପେଶୀ ସମ୍ବେଦନ):** ଶାରୀରିକ ଅବସ୍ଥିତ ଏବଂ ଶାରୀରିକ ଅଙ୍ଗମାନଙ୍କର ଚାଳନାର ସମ୍ବେଦନ ହେଉଛି ପେଶୀ ସମ୍ବେଦନ। ଆମ ଶରୀରର କାରକ-କ୍ରିୟା (ଗତ୍ୟାତ୍ମକ କ୍ରିୟା) ମାନଙ୍କ ସମ୍ୱନ୍ଧରେ ଏହି ସଂବେଦନ ଅବଗତି ସୃଷ୍ଟି କରେ। ଏହାର ଏକ ଉଦାହରଣ ହେଉଛି, ଟେଲିଫୋନ ଘଣ୍ଟି ବାଜିବା ସମୟରେ ତାକୁ ଉଠାଇବା ନିମନ୍ତେ ହସ୍ତର ଚାଳନା।
- **ଘ୍ରାଣ ସଂବେଦନ (ଆଘ୍ରାଣ):** ଘ୍ରାଣ ସଂବେଦନରେ ଜୈବିକ-ରାସାୟନିକ କ୍ରିୟାର ଏକ କ୍ରମସୋପାନ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ଯାହାକି ସ୍ନାୟୁ ପ୍ରବେଗମାନଙ୍କୁ ସୃଷ୍ଟିକରେ। ସ୍ନାୟୁ ପ୍ରବେଗଗୁଡ଼ିକ ଥରେ ସକ୍ରିୟହୋଇଗଲେ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଗନ୍ଧ ସମ୍ୱନ୍ଧୀତ ସୂଚନା ପ୍ରେରିତ ହୁଏ।
- **ସ୍ୱାଦ ସମ୍ବେଦନ (ଅସ୍ୱାଦନ):** ସ୍ୱାଦ ଗ୍ରାହକ କୋଷିକା ମାନେ ଜିହ୍ୱାଉପରିସ୍ଥ ସ୍ୱାଦ ମୁକୁଳରେ ସମାବିଷ୍ଟ ହୋଇଥାନ୍ତି। ମଧୁରତା ବା ଲବଣତାର ଅନୁଭୂତି ଏହି ସ୍ୱାଦମୁକୁଳ ମାନଙ୍କଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାନ୍ତି। କେବଳ ଚାରିଗୋଟି ମୌଳିକ ସ୍ୱାଦ ସ୍ୱରୂପ ରହିଥାଏ, ଯଥା: ମଧୁର, ଆମ୍ବିଳା, ପିତା, ଏବଂ ଲବଣାକ୍ତ। ସ୍ୱାଦ ସଂବେଦନ ଶୈଶବକାଳରେ ବିକଶିତ ହୁଏ କିନ୍ତୁ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ କାଳରେ ହ୍ରାସପାଏ। ସ୍ୱାଦ ଗ୍ରାହକ ଗୁଡ଼ିକ

ଅତ୍ୟଧିକ ମଦ୍ୟପାନ, ଧୂମପାନ, ଅମ୍ଳଯୁକ୍ତ ବା ଉତ୍ତପ୍ତ ଖାଦ୍ୟଦ୍ୱାରା ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ସେଗୁଡ଼ିକ ଅଳ୍ପ ଦିନରେ ପୁନଃସ୍ଥାପିତ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ସ୍ୱାଦର ସର୍ବକାଳୀନ କ୍ଷୟ ଅତ୍ୟନ୍ତ ବିରଳ।

- **ତ୍ୱଚ୍ଛ ସମ୍ବେଦନ:** ଆମର ତ୍ୱଚ୍ଛ ସ୍ନାୟୁ କୋଷିକାମାନଙ୍କୁ ଧାରଣା କରିଥାଏ। ଏମାନେ ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁର ସଂଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଦୀପିତ ହୋଇଥାନ୍ତି ଏବଂ ତଦ୍ୱାରା ଶୀତଳତା, ଉଷ୍ଣତା ବା ଚାପର ସଂବେଦନ ସୃଷ୍ଟିହୁଏ। ଚାପର ସଂବେଦନ ମୁଖମଣ୍ଡଳ ଜିହ୍ୱା ଓ ହସ୍ତମାନଙ୍କରେ ଅଧିକ ଏବଂ ଆମର ପୃଷ୍ଠଭାଗରେ କମ୍ ହୋଇଥାଏ। ମନୁଷ୍ୟର ସମ୍ପର୍କ ଓ ଆବେଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସ୍ପର୍ଶ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିଥାଏ।
- **ଯନ୍ତ୍ରଣା ସମ୍ବେଦନ:** କ୍ଷତିକାରକ ଉଦ୍ଦୀପକଦ୍ୱାରା ସୃଷ୍ଟ ଉଦ୍ଦୀପନା ପ୍ରତି ଶରୀର ର ଅନୁକ୍ରିୟା ହେଉଛି ଯନ୍ତ୍ରଣା, ତୀକ୍ଷ୍ଣ ବା ଆକସ୍ମିକ ଉଦ୍ଦୀପନାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହେଉଛି ତୀବ୍ର ଯନ୍ତ୍ରଣା। ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଜଣେ ଯେଉଁ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରେ ତାହା ମନୋ-ସାମାଜିକ ଏବଂ ସାଂସ୍କୃତିକ ଅଭ୍ୟାସ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧୀତ। ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି କେଉଁ 'ଯନ୍ତ୍ରଣା' ଅନୁଭବ କରିବ ତାହା ଯନ୍ତ୍ରଣା ସଂଲଗ୍ନ ଅର୍ଥ ଏବଂ ନିକଟ ଓ ପ୍ରିୟ ଲୋକଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣର ଢାଞ୍ଚା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୫.୧

୧. ଆମ ଜୀବନରେ ଦର୍ଶନ ଓ ଶ୍ରବଣର ଭୂମିକା ଆଲୋଚନା କର।

____

୨. 'ଉଦ୍ଦୀପନା ସୀମା' ପ୍ରତ୍ୟୟର ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ବ୍ୟାଖ୍ୟାକର।

____

୫.୨ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା

ବିଗତ ଭାଗରେ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ତଥ୍ୟ ଆନୟନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବା ସଂବେଦନ ବିଷୟରେ ଆମେ ଆଲୋଚନା କଲେ। ଏହି ଭାଗଟି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ବା ଆମେ କିପରି ସଂବେଦନମାନଙ୍କୁ ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରତିରୂପ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରେ, ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ। ନିତିଦିନିଆ ଜୀବନରେ ଆମେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଘଟଣାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥାଏ। ମସ୍ତିଷ୍କ ସକ୍ରିୟତା ସହକାରେ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ତଥ୍ୟର ଚୟନ, ସଂଗଠନ ଓ ସମନ୍ୱୟ କରି ଜଗତର ଏକ ଚିତ୍ରପଟ ସୃଷ୍ଟିକରେ। ଆମ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣରୁ କେତେକ ସହଜାତ ବା ଜନ୍ମଜାତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟକେତେକ ଆମ ଅତୀତ ଅଭିଜ୍ଞତାର ଫଳାଫଳ ଅଟନ୍ତି।

ସଂବେଦନ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସ୍ନାୟବିକ କ୍ରିୟା ଉଦ୍ଦୀପନାର ସ୍ୱରୂପ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ତଥ୍ୟର ସଂକେତ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରେ। ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ହେଉଛି ଏହାର ପରବର୍ତ୍ତୀ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଯେଉଁଥିରେ ବସ୍ତୁର ଏକ ଅନ୍ତରୀଣ ପ୍ରତିକୃତି ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ। ଏହି ପ୍ରତିକୃତି ହିଁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷକର ବାହ୍ୟ ପରିବେଷ୍ଟନୀର ଏକ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ବର୍ଣ୍ଣନା ପ୍ରଦାନ କରେ। ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସରଳ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ବିଭାବମାନ ବସ୍ତୁର ଏକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ରୂପେ ସମନ୍ୱିତ ହୁଅନ୍ତି ଯାହାକୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇପାରେ। ଚିହ୍ନଟ ହୋଇ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ବସ୍ତୁର ଅର୍ଥ ସ୍ଥିରକୃତ ହୋଇଥାଏ।

ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ଓ ଚିହ୍ନଟକରଣ ଭିନ୍ନଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟନକରି ମିଳିତ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟକରିଥାନ୍ତି। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଏକ ବର୍ତ୍ତୁଳାକୃତି ବସ୍ତୁ ଗୋଟିଏ କ୍ରିକେଟ୍ ବଲ୍ ବା କମଳା ହୋଇପାରେ।

ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ପର୍ଯ୍ୟାୟମାନ: ଧରାପୃଷ୍ଠରେ ଥିବା ଭୌତିକ ବସ୍ତୁକୁ ଦୂରସ୍ଥ ଉଦ୍ଦୀପକ (ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷକଙ୍କଠାରୁ ଦୂର) ବୋଲି କୁହାଯାଏ ଏବଂ ଦୃଷ୍ଟି ପଟଳସ୍ଥ ଦୃଷ୍ଟିବିମ୍ବକୁ ସମୀପ ଉଦ୍ଦୀପକ (ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷକଙ୍କର ନିକଟ ବା ସମୀପ)

ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ସମୀପ ଉଦ୍ଦୀପକ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ତଥ୍ୟ ଭିତ୍ତିରେ ଦୂରସ୍ଥ ଉଦ୍ଦୀପକର ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବା।

ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସଂପର୍କରେ ଅଧିକ ଜାଣିବାକୁ ହେଲେ ଏଥିରେ ଆକୃତି ବା ଆକାର ସଦୃଶ ଭୌତିକ ଗୁଣ ଏବଂ ଅତୀତ ଅଭିଜ୍ଞତା ଆଦିର ସଂପୃକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଜାଣିବା ଉଚିତ।

ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା
↓
ପ୍ରତ୍ୟାଶା
↓
ପରିଚୟକରଣ/ଚିହ୍ନଟକରଣ
↑
ଅଂଶ ଆକାରରେ ବିଶ୍ଳେଷଣ
↑
ବିଭାବମାନଙ୍କର ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷି ସମନ୍ୱୟ
↑
ସଂବେଦନ
↑
ସଂବେଦନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟାମାନ
↑
ବସ୍ତୁର ପାରିବେଶିକ ଉଦ୍ଦୀପନା

ଚିତ୍ର ୫.୧ : ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ- ୫.୨

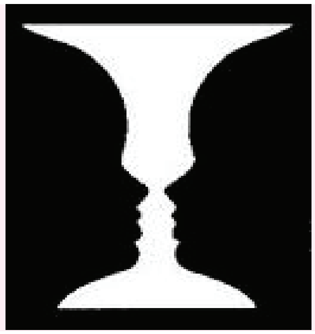
୧. 'ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ' ପ୍ରତ୍ୟୟର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କର।

୨. ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବର୍ଣ୍ଣନା କର।

୫.୩ ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷୀୟ ସଂଗଠନ

ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ଏକ ସାଂଗଠନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ସବୁଠାରୁ ସାଧାରଣ ପ୍ରକାରର ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷୀୟ ସଂଗଠନକୁ ବସ୍ତୁ-ପୃଷ୍ଠଭୂମି ସଂଗଠନ କୁହାଯାଏ । ଏଥିରେ ସଂବେଦନମାନେ ବସ୍ତୁ ବା ଚିତ୍ର ଆକାରରେ ସମନ୍ୱିତ ହୋଇଥାନ୍ତି ଯାହାକି ଏକ

ସମତଳ ପୃଷ୍ଠଭୂମି ଉପରେ ପ୍ରକଟିତ ହୁଏ। ଚିତ୍ର ୫.୨କୁ ଦେଖ। ତୁମେ ଏକ ଫୁଲଦାନୀ ଅଥବା ଦୁଇଟି ମୁଖଦେଖୁଛ।



ଚିତ୍ର ୫.୨ ବିପରୀତ ପରିବର୍ତ୍ତନକ୍ଷମ ବସ୍ତୁ ଓ ପୃଷ୍ଠଭୂମି ସଂଗଠନ

ବିପରୀତ ପରିବର୍ତ୍ତନକ୍ଷମ ପାନପାତ୍ର ହେଉଛି ବସ୍ତୁ-ପୃଷ୍ଠଭୂମି ହେଉଛି ବସ୍ତୁ-ପୃଷ୍ଠଭୂମି ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତନର ଏକ ଆଦୃତ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ। ଦେଖ କେତେବେଳେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଅଂଶ ବା କେତେବେଳେ ଛାୟା କୃତ ଅଂଶ ପୃଷ୍ଠଭୂମି ଉପରେ ଏକ ଚିତ୍ର ବା ବସ୍ତୁ ଆକାରରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷିତ ହେଉଛି।

କ. ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷୀୟ ସମୂହନର ନିୟମାବଳୀ

ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିକ ସମୂହନକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରୁଥିବା କାରକମାନେ ହେଉଛନ୍ତି :

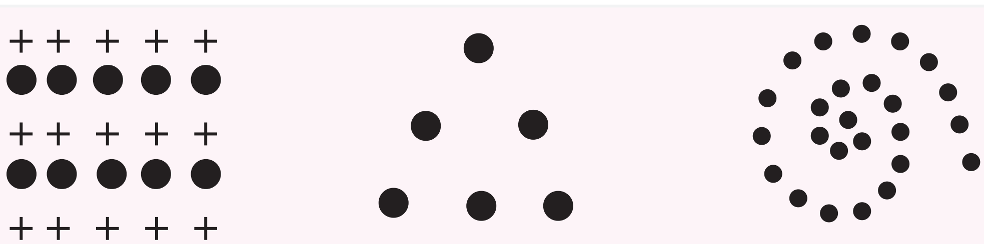
(୧) **ସାମୀପ୍ୟ:** ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ କାରକମାନେ ସ୍ଥିର ରହିଥିବାବେଳେ, ଯେଉଁ ଉଦ୍ଦୀପକ ବସ୍ତୁ ଗୁଡ଼ିକ ପରସ୍ପରର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇରହିଥାନ୍ତି ସେଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାୟତଃ ସମନ୍ୱିତ ଭାବେ ପ୍ରତୀୟମାନ ହୁଅନ୍ତି। ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ, ଯଦି ଚାରିଜଣ ବ୍ୟକ୍ତି ପରସ୍ପରର ନିକଟରେ ଠିଆ ହୋଇଛନ୍ତି ଏବଂ ପଞ୍ଚମ ବ୍ୟକ୍ତି ୧୦ଫୁଟ ଦୂରତାରେ ରହିଛନ୍ତି, ତେବେ ସନ୍ନିହିତ ଚାରିଜଣଙ୍କୁ ଏକ ସମୂହ ଭାବେ ଏବଂ ଦୂରବର୍ତ୍ତୀ ପଞ୍ଚମ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସମୂହ ବାହାରର ବ୍ୟକ୍ତି ଭାବେ ଦେଖାଯାଏ। ସମୟ ବା ସ୍ଥାନ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଘଟଣାମାନଙ୍କୁ ଏକତ୍ରିତ ଭାବେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରାଯାଇଥାଏ।

(୨) **ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ:** ଯେଉଁ ଉଦ୍ଦୀପକ ବସ୍ତୁମାନେ ଆକାର, ଆକୃତି କିମ୍ବା ବର୍ଣ୍ଣରେ ସମରୂପୀ ହୋଇଥାନ୍ତି ସେଗୁଡ଼ିକ ଏକତ୍ରିତ ବା ଗୋଷ୍ଠୀବଦ୍ଧ ହୋଇଥାନ୍ତି।

(୩) **ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନତା:** ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରାୟତଃ ସରଳତା ଓ ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନତା ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହୁଏ। ଏପରିକି ଚକ୍ରାକାରରେ ଥିବା ବିନ୍ଦୁମାନଙ୍କୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ବୃତ୍ତ ଭାବରେ ଦେଖେ।

(୪) **ଆବଦ୍ଧତା:** ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚିତ୍ରକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ଏକ ପ୍ରବୃତ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଏହାର ଏକ ସ୍ଥିର ସାମଗ୍ରିକ ଆକାର ରହିଥାଏ।

(୫) **ସମାନ ଅଞ୍ଚଳ:** ଏକ ସମାନ ବା ସାଧାରଣ ଅଞ୍ଚଳ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଉଦ୍ଦୀପକ ବସ୍ତୁମାନେ ଏକ ସମୂହ ସଦୃଶ ପ୍ରତୀୟମାନ ହୁଅନ୍ତି।



ଚିତ୍ର ୫.୩ ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷୀୟ ସମୂହନର ନିୟମାବଳୀ

ଖ. ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷୀୟ ସ୍ଥିରତା

ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁର ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦୃଷ୍ଟିପଟଳ ଉପରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ତା'ର ଆକାର, ଆକୃତି ବା ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ସମାନ ବା ଅପରିବର୍ତ୍ତିତ ରହେ। ଏହାକୁ ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷୀୟ ସ୍ଥିରତା ବୋଲି କୁହାଯାଏ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ ସଂବେଦନରେ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହେଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏଠାରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ଅଧିକାଂଶ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଦୃଷ୍ଟି ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଅଟନ୍ତି।

ଯଦିଓ ଦୃଷ୍ଟି ପଟଳ ଉପରିସ୍ଥ ପ୍ରତିବିମ୍ବର ଆକାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଉଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଯଦି ବସ୍ତୁର ପ୍ରତ୍ୟାକ୍ଷିୟ ଆକାର ସମାନରହେ ଏହାକୁ ଆକାର ସ୍ଥିରତା କୁହାଯାଏ।

ଆକୃତି ସ୍ଥିରତାରେ ଦୃଷ୍ଟିପଟଳ ଉପରସ୍ଥ ପ୍ରତିବିମ୍ବର ଆକୃତି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବସ୍ତୁର ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ଆକୃତି ସ୍ଥିର ରହେ।

ବସ୍ତୁମାନଙ୍କର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ଆଲୋକିତ ପରିସ୍ଥିତିରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆସିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଅପରିବର୍ତ୍ତନୀୟ ଭାବେ ପ୍ରତୀୟମାନ ହେବାକୁ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ସ୍ଥିରତା ବୋଲି କୁହାଯାଏ।

ଗ. ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ

ଏହା ହେଉଛି ତ୍ରିମାତ୍ରକ ଜଗତକୁ ଦେଖିବାର ଏବଂ ସଠିକତା ସହକାରେ ଦୂରତ୍ୱର ବିଚାର କରି ବାର ଦକ୍ଷତା।   ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ବିନା ତୁମେ ମୋଟରସାଇକେଲ କିମ୍ବା କାର ଚଳାଇବା, ଏକ ବଲ୍‌କୁ ଧରିବା, ଛୁଞ୍ଚିରେ ସୂତା ଗଳାଇବା, କିମ୍ବା କୋଠରୀଭିତରେ ଚାଲିବା ଅସମ୍ଭବ। ସାରା ଜଗତ ଏକ ସମତଳ ଭୂମିପରି ପ୍ରତୀୟମାନ ହୋଇଥାନ୍ତା। ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ଭଳି ଦକ୍ଷତା ଆଂଶିକଭାବେ ସହଜାତ ଏବଂ ଆଂଶିକଭାବେ ଶିକ୍ଷାଗତ ଅଟେ।

ପରିବେଷ୍ଟନୀର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ଏବଂ ଶରୀରରୁ ଆସୁଥିବା ସୂଚନାମାନ ଦୂରତ୍ୱ ଓ ସ୍ଥାନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି। ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛନ୍ତି ଗଭୀରତାର ସଂକେତ। ଯେଉଁ ସଂକେତ କେବଳ ଏକ ନେତ୍ରରୁ ମିଳେ ତାକୁ ଏକ-ନେତ୍ରୀ ସଂକେତ କୁହାଯାଏ ଏବଂ ଯାହା ଦୁଇଟି ନେତ୍ରରୁ ମିଳିଥାଏ ତା'କୁ ଦ୍ୱି-ନେତ୍ରକ ସଂକେତ କୁହାଯାଏ। ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣର ମୁଖ୍ୟ ଉତ୍ସ ହେଉଛି ଦ୍ୱି-ନେତ୍ରକ ସଂକେତ। ଏହା ଅକ୍ଷିପଟଳୀୟ ବୈଷମ୍ୟ(ବାମନେତ୍ର ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣ ନେତ୍ରର ପ୍ରତିବିମ୍ବମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବୈଷମ୍ୟ) ଯୋଗୁଁ ସଂଘଟିତ ହୋଇଥାଏ। ଯେଉଁମାନେ ଗୋଟିଏ ନେତ୍ରରେ ଦୃଷ୍ଟିହୀନ ସେମାନଙ୍କର ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ଦକ୍ଷତା ଯଥେଷ୍ଟ ସୀମିତ।

ଗଭୀରତା ନିମନ୍ତେ ସଚିତ୍ର ସଙ୍କେତମାନେ ହେଉଛନ୍ତି ଏପରି ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ଯାହାକି ଅଙ୍କିତ ଚିତ୍ର, ଚିତ୍ରାଙ୍କନ ଏବଂ ଉତ୍ତୋଳିତ ଚିତ୍ରମାନଙ୍କରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ। ଏହି ସଙ୍କେତମାନେ ସ୍ଥାନ, ଗଭୀରତା ଏବଂ ଦୂରତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି। ଏମାନଙ୍କର ପ୍ରଭାବଯୋଗୁଁ ଯେଉଁ ବସ୍ତୁମାନେ ନଥାନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଉପଲବ୍ଧି ଆସିଥାଏ। ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ, ତୁମେ ଯଦି ଦୁଇଟି ରେଳଧାରଣା ମଧ୍ୟରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୁଅ, ସେଗୁଡ଼ିକ ଦିଗବଳୟ ପାଖରେ ମିଳିତ ହେବାପରି ଜଣାପଡ଼େ ଯଦିଓ ସତରେ ସେମାନେ ପରସ୍ପର ସମାନ୍ତରାଳ ଅଟନ୍ତି।

ଚିତ୍ର ୫.୪ ତିନିଗୋଟି ଶକ୍ତିଶାଳୀଭ୍ରମ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ, ଚିତ୍ର – କ: ଏହାକୁ ମୁଲର-ଲାୟର ଭ୍ରମ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କୁହାଯାଏ। ଏଥିରେ ନିମ୍ନରେଖା ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେଖାଠାରୁ ଦୀର୍ଘତର ଭାବେ ପ୍ରତୀୟମାନ ହୁଏ। ପ୍ରକୃତପକ୍ଷେ ସେମାନଙ୍କର ଦୈର୍ଘ୍ୟ ସମାନ। ଚିତ୍ର-ଖ: ଏହା ପୋଞ୍ଜୋ ଭ୍ରମ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ, ଏଠାରେ ଦୁଇଟି ସମଦୀର୍ଘ ସମାନ୍ତରାଳ ରେଖା ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଉପର ରେଖାଟି ଦୀର୍ଘତର ବୋଲି ଜଣାପଡ଼େ। ଚିତ୍ର-ଗ: ଏହାକୁ ଶାୟିତ-ଦଣ୍ଡାୟମାନ-ରେଖାର ଭ୍ରମ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କୁହାଯାଏ। ଏଥିରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନରେଖା ଦୀର୍ଘତର ବୋଲି ପ୍ରତୀୟମାନ ହୁଏ। ଗୋଟିଏ ସ୍କେଲ ସାହାଯ୍ୟରେ ଏସବୁର ପରୀକ୍ଷଣ କର।

ସମ୍ମୁଖରେ ଥିବା ଉଦ୍ଦୀପକମାନଙ୍କର ତ୍ରୁଟିପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣକୁ ଭ୍ରମ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କୁହାଯାଏ। ଯେତେବେଳେକି ବସ୍ତୁ ବା ଘଟଣା ଯାହାର କୌଣସି ବାସ୍ତବତା ନାହିଁ ତାହାର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣକୁ ଭ୍ରାନ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କୁହାଯାଏ। ଭ୍ରମ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷର ଏକ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ହେଉଛି ମୁଲାର-ଲାୟର ଭ୍ରମ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ। ଏଥିରେ ବାହ୍ୟ ଦିଗକୁ ତୀର ରହିଥିବା ରେଖା ଦୁଇ ପ୍ରାନ୍ତର ଭିତର ଦିଗକୁ ତୀର ରହିଥିବା ରେଖାଠାରୁ କ୍ଷୁଦ୍ରତର ଜଣାପଡ଼େ।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୫.୩

୧. ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସଂଗଠନର ବିଭିନ୍ନ କାରକ ମାନଙ୍କର ବର୍ଣ୍ଣନା କର।

____

୨. 'ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସ୍ଥିରତା' କହିଲେ କ'ଣ ବୁଝ ?

____

୩. ଏକ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସାହାଯ୍ୟରେ ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣର ଆଲୋଚନା କର।

____

୫.୪ ଅଭିନିବେଶ ପ୍ରକ୍ରିୟା

ଅଭିନିବେଶ: ଏହା କେବେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଛି କି ? ତୁମେ ଗାଡ଼ି ଚଳାଇବା ଓ ମୋବାଇଲ୍ ଫୋନ୍‌ରେ କଥାହେବା ଉଭୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସମୟରେ ତୁମେ ଗାଡ଼ି ଚଳାଇବାରେ ଉପଯୁକ୍ତ ମନଯୋଗ ଦେଇ ପାର ନାହିଁ। କିମ୍ବା, ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ପଢୁଥାଅ ଏବଂ ନିକଟରେ ଉଚ୍ଚସ୍ୱରଯୁକ୍ତ ସଂଗୀତ ବାଜୁଥାଏ ତୁମେ ତୁମ ପଢ଼ାରେ ମନଯୋଗ ଦେଇପାରନାହିଁ। ଯେତେବେଳେ ଲୋକମାନେ ଗାଡ଼ି ଚଳାଉଥାନ୍ତି ଏବଂ ସେ ସମୟରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବସ୍ତୁକୁ ଦୃଷ୍ଟି ଦେଉଥାନ୍ତି ସେତେବେଳେ 'ବିଭାଜିତ ଅଭିନିବେଶ' ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟାଇପାରେ।

'ଚୟନାତ୍ମକ ଅଭିନିବେଶ' ହେଉଛି ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯହିଁରେ ଆମେ ଆସୁଥିବା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ତଥ୍ୟକୁ ପ୍ରାଥମିକତା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଉ। ଅଭିନିବେଶର ମୁଖ୍ୟତଃ ତିନିଗୋଟି ସମ୍ଭାବ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟାବଳୀ ରହିଛି : (କ) ସଂବେଦନ ଶୋଧନୀ, (ଖ) ଅନୁକ୍ରିୟା ଚୟନ, (ଗ) ଚେତନାର ପ୍ରବେଶଦ୍ୱାର।

ଅଭିନିବେଶର ନିର୍ଦ୍ଧାରକ

- **ଭୌତିକ କାରଣ :** ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ଅବସ୍ଥା ସ୍ଥିର ଥିବାବେଳେ ପୁନରାବୃତ୍ତି, ବୈଷମ୍ୟ, ଆକୃତି, ଆକାର, ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ଓ ବର୍ଣ୍ଣ ସଦୃଶ ଭୌତିକ କାରକମାନେ ଆମର ଅଭିନିବେଶକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାନ୍ତି। ଏକ ସୁନ୍ଦର ଥଳି ବା ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଆଲୋକ ଆମକୁ ଆକର୍ଷିତ କରେ। ଏହି କାରଣରୁ ସମସ୍ତ ବଡ଼ କମ୍ପାନୀମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଉତ୍ପାଦକୁ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଢଙ୍ଗରେ ଆବୃତ୍ତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଚୁର ବ୍ୟୟ କରିଥାନ୍ତି। ସେହିପରି ଖବର କାଗଜରେ ଓ ଇଲେକ୍‌ଟ୍ରୋନିକ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଯେଉଁ ବିଜ୍ଞାପନଟି ନିୟମିତ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥାଏ ତାହା ବିଜ୍ଞାପିତ ହୋଇ ନଥିବା ଉତ୍ପାଦ ତୁଳନାରେ ଗ୍ରାହକ ମାନଙ୍କର ମନଯୋଗକୁ ଖୁବ୍ ସହଜରେ ଧରିରଖିପାରେ।
- **ଅଭିପ୍ରେରଣା ଏବଂ ମନଯୋଗ:** ଆମର ପତ୍ୟକ୍ଷଣକୁ ଆକୃତି ପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ଅଭିପ୍ରେରଣର ଭୂମିକା ମଧ୍ଯ ରହିଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯଦି ତୁମ କ୍ଷୁଧାର୍ତ୍ତଅଛ ତେବେ ଖାଦ୍ୟସଂପର୍କିତ ଶବ୍ଦମାନ ଖାଦ୍ୟ ସଂପର୍କିତ ହୋଇନଥିବା ଶବ୍ଦମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ତୁମର ମନଯୋଗକୁ ଅଧିକ ଆକର୍ଷିତ କରିବେ। ବିଜ୍ଞାପନଦାତା ଏବଂ ପ୍ରଚାରକମାନେ ଆମ ସମାଜରେ ଉଦ୍‌ବେଗ ଏବଂ ଯୌନକାମନା ଭଳି ଦୁଇଟି ସାଧାରଣ ଅଭିପ୍ରେରଣର ଫାଇଦା ଉଠାଇଥାନ୍ତି। ଟୁଥ୍‌ପେଷ୍ଟ, ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ପରି ଅନେକ ଉତ୍ପାଦ,

ଏପରିକି ମୋଟର ଯାନ ଆଦି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିବାଲାଗି ପ୍ରୟାସ କରନ୍ତି। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ବିଳାସ ସାମଗ୍ରୀମାନେ ଲୋକମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଆକର୍ଷଣୀୟ ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୫.୪

୧. ଅଭିନିବେଶ ପ୍ରତ୍ୟୟର ଆଲୋଚନାକର।

____

୨. ଅଭିନିବେଶର ବିଭିନ୍ନ ନିର୍ଦ୍ଧାରକମାନଙ୍କୁ ଚିହ୍ନଟ କର।

____

୫.୫ ଅତିନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ

ଜ୍ଞାତବ୍ୟ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ଦକ୍ଷତାଦ୍ୱାରା ବ୍ୟାଖ୍ୟାହୋଇପାରୁନଥିବା ବସ୍ତୁ ବା ଘଟଣାମାନଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିବା ଦକ୍ଷତାକୁ ଅତିନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କୁହାଯାଏ।

ପରା ମନୋବିଜ୍ଞାନ ହେଉଛି ଅତିନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ବ୍ୟାପାର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଅଧ୍ୟୟନ। ଯେଉଁ ଘଟଣାମାନ ସ୍ୱୀକୃତ ବିଜ୍ଞାନସମ୍ମତ ନିୟମାବଳୀ ପରିସରର ବର୍ହିଭୂତ ତାହାକୁ ସାୟୀ (ପି.ଏସ୍.ଆଇ) ବ୍ୟାପାର ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଅତିନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣର ଗୋଟିଏ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ହେଉଛି, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟ ସହରରେ ଥିବା ତା'ର ଭାଇ ଅସୁସ୍ଥଥିବାର ଅନ୍ତଃପ୍ରଜ୍ଞାତ୍ମକ ସହକାରେ ଅନୁଭବ କରିପାରିବା। ଅନ୍ୟ ଏକ ଉଦାହରଣ ହୋଇପାରେ ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ହଠାତ୍ ଜାଣିପାର ଯେ ତୁମ ସହରରେ ଏକ ଭୂମିକମ୍ପ ଘଟିବାକୁ ଯାଉଛି।

ଅତିନ୍ଦ୍ରିୟ ଦର୍ଶନ: ଏହା ହେଉଛି କୌଣସି ଉପାୟରେ ଘଟଣାମାନଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିବା ବା ସୂଚନା ହାସଲ କରିବାର ଦକ୍ଷତା ଯାହାକି ଦୂରତା କିମ୍ବା ସାଧାରଣ ପ୍ରତିବନ୍ଧକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହେବାପରି ପ୍ରତୀୟମାନ ହୁଏ ନାହିଁ। ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ମନ ବା ଭାବନାର ପ୍ରତ୍ୟେକ୍ଷଣ ବା ଅଧ୍ୟୟନକୁ ପରିଚିତ୍ତଜ୍ଞାନ ବା ଦୂରବୋଧ କୁହାଯାଏ।

ପ୍ରାକ୍ ସଂଜ୍ଞାନ: ଭବିଷ୍ୟତ ଘଟଣାବଳୀର ସଠିକ୍ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିବା ବା ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିବା ର ଦକ୍ଷତା।

ମନୋଚଳନ: ଏହା ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ପାର୍ଥିବ ବସ୍ତୁମାନଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟିକରିବାର ଦକ୍ଷତା। କେତେକ ବିରଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକାଗ୍ରତା ଦ୍ୱାରା ବସ୍ତୁକୁ ସ୍ପର୍ଶନ କରି ଗତିଶୀଳ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରିଥାନ୍ତି।

ଅଳ୍ପ କେତେକ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ଅତିନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣରେ ଦୃଢ଼ବିଶ୍ୱାସ ରଖିଥିବା ବେଳେ ଅଧିକାଂଶଙ୍କର ଏଥି ନିମନ୍ତେ ସମର୍ଥନ ନାହିଁ।

୫.୬ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ପ୍ରୟୋଗ

ସଂବଦେନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ଓ ଅଭିନିବେଶ ପକ୍ରିୟା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଧାରଣା ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ।

- **ଚକ୍ଷୁଷ ପ୍ରମାଣ:** ବିଚାରାଳୟରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଚକ୍ଷୁଷ ପ୍ରମାଣର ପ୍ରାଧାନ୍ୟତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତୁମେ ଅବଗତ ଥିବ। ଆଇନଜୀବୀ ଏବଂ ପୋଲିସ୍ ଅଧିକାରୀମାନେ ଚକ୍ଷୁଷ ପ୍ରମାଣକୁ କେବଳ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି ତାହାନୁହେଁ ବରଂ ଦୃଢ଼ ଭାବରେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ ଏହା ପ୍ରାୟତଃ ସତ୍ୟ ଅଟେ। କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ମତଦିଅନ୍ତି ଯେ ଚକ୍ଷୁଷ ପ୍ରମାଣଗତ ତ୍ରୁଟି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣରେ ଅତି ସାଧାରଣତ ଘଟଣା। ପ୍ରକୃତପକ୍ଷେ ଯେତେବେଳ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଚକିତ ହୋଇପଡ଼େ, ମାନସିକ ଚାପଗ୍ରସ୍ତ କିମ୍ବା ଭୟଭୀତ

ହୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ବିଶେଷଭାବରେ ତଥ୍ୟମାନ ଭ୍ରମାତ୍ମକ ହୋଇଥାଏ। ଏଣୁ ଅନୁସନ୍ଧାନକାରୀ ସଂସ୍ଥା ଓ ବିଚାରକମାନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇପାରେ ଯେ କୌଣସି ନିଷ୍ପତ୍ତିରେ ଉପନୀତ ହେବା ସମୟରେ କେବଳ ଚାକ୍ଷୁଷ ପ୍ରମାଣ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ପ୍ରମାଣ ସଂଗ୍ରହ କରବା ଉଚିତ୍।

- **ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣାତ୍ମକ ସଚେତନତା ଏବଂ ସକରାତ୍ମକ ମନୋବିଜ୍ଞାନ:** ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁକୁ କ'ଣ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ସଠିକତା ସହକାରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିପାରନ୍ତି କି? ମାନବବାଦୀ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ କେତେକ ଲୋକ ନିଜକୁ ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଅସାଧାରଣଭାବେ ସଠିକ୍ ରୂପେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିପାରନ୍ତି। ଆମେ ଯେତେବେଳେ ପରିଚିତ ଉଦ୍ଦୀପକକୁ ମନଯୋଗଦେବା ବନ୍ଦକରିଦେଉ ଏହାକୁ ଅଭ୍ୟସ୍ତତା କୁହାଯାଏ। ଯେତେବେଳ ଗୋଟିଏ ଉଦ୍ଦୀପକର ଅପରିବର୍ତ୍ତନୀୟ ଭାବେ ପୁନରାବୃତ୍ତି ହୁଏ ତାହାପ୍ରତି ଆମର ଅନୁକ୍ରିୟା ଅଭ୍ୟାସଗତ ହୋଇଯାଏ ବା ହ୍ରାସ ଯାଏ। ଏଥିରୁ ଜଣାପଡ଼େ ଯେ ସୃଜନଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ସେହି ଉଦ୍ଦୀପକ ମାନଙ୍କୁ ମନଯୋଗ ଦେଇଥାନ୍ତି, ଯେଉଁ ମାନଙ୍କର ପୁନରାବୃତ୍ତି ହେଉଥାଏ।
- **ମନୋନିବେଶ କରିବାର ଗୁରୁତ୍ୱ:** ବିବିଧ ସମ୍ଭାବନାକୁ ଧ୍ୟାନଦେଇ ସାମାନ୍ୟକରଣ କରିଦେବା ଆମର ଏକ ସାଧାରଣ ପ୍ରବୃତ୍ତି। ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସ୍ୱଷ୍ଟତା ନିମନ୍ତେ ଶ୍ରମଯୁକ୍ତ ଅଧିକ ମନଯୋଗ ଆବଶ୍ୟକ। ଏଣୁ ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ଅଭ୍ୟସ୍ତତାକୁ ଭାଙ୍ଗିପାରିଲେ ଉତ୍ତମ ଫଳାଫଳ ହାସଲ କରାଯାଇପାରିବ। ଯଦି ତୁମେ ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିବାବେଳେ ତା'ର ଭିନ୍ନ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରୟାସ କରିବ ତେବେ ତୁମେ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ ପରିଣାମ ହାସଲ କରିବ।

ତୁମେ ଯାହା କିଛି ଶିକ୍ଷାଲାଭ କଲ

- ଉଦ୍ଦୀପନାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଥିବା ସ୍ନାୟୁ ପ୍ରବେଗ ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଅନ୍ତରୀଣ ଓ ବାହ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟିକରୁଥିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ସଂବେଦନ କୁହାଯାଏ।
- ଆମର ପାଞ୍ଚଗୋଟି ମୁଖ୍ୟ ସଂବେଗ ରହିଅଛି : ଦର୍ଶନ, ଶ୍ରବଣ, ସ୍ପର୍ଶ, ଘ୍ରାଣ, ଏବଂ ସ୍ୱାଦ। ଅଧିକନ୍ତୁ ଆମର ମଧ୍ୟ କାୟଃସ୍ଥିତି ସଂବେଦନ ଓ ପେଶୀ ସଂବେଦନ ରହିଅଛି।
- ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ହେଉଛି ସେହି ପଦ୍ଧତି ଯଦ୍ୱାରା ବସ୍ତୁର ଏକ ଅନ୍ତରୀଣ ପ୍ରତିକୃତି ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ। ଏଥିରେ ସରଳ ସଂବେଦନାତ୍ମ ବିଭାବମାନଙ୍କର ସମନ୍ୱୟ ତଥା ସାମଗ୍ରିକ ଅର୍ଥ ପ୍ରଦାନ ସଂପୃକ୍ତ ହୋଇଥାଏ।
- ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସମୂହନର ନିୟମାବଳୀ ମଧ୍ୟରେ ସାମୀପ୍ୟ, ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ, ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନତା ଓ ଆବଦ୍ଧତା ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ଏବଂ ଏମାନେ ପୃଷ୍ଠଭୂମି ଉପରିସ୍ଥ ରୂପକୁ ଚିହ୍ନିବାରେ ସହାୟତା କରନ୍ତି।
- ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ହେଉଛି ତ୍ରି-ମାତ୍ରିକ ଜଗତକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିବାର ଏବଂ ଦୂରତାର ସଠିକ ବିଚାର କରିବାର ଦକ୍ଷତା। ଏଥିରେ ଏକ-ନେତ୍ରୀ ଏବଂ ଦ୍ୱି-ନେତ୍ରକ ସଂକେତ ସଂପୃକ୍ତ ଥାନ୍ତି।
- ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସ୍ଥିରତା ହେଉଛି ସଂବେଦନାତ୍ମକ କେନ୍ଦ୍ର ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଏକ ପରିଚିତ ବସ୍ତୁକୁ ତାର ପ୍ରକୃତ ଆକାର, ଆକୃତି କିମ୍ବା ରଂଗ ଅନୁଯାୟୀ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବାର ବ୍ୟାପାର। ଅଭିନିବେଶ ହେଉଛି ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ଆମର ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କୁ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ କରିବାର ଦକ୍ଷତା। ଏଥିରେ ଚୟନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସଂପୃକ୍ତ, ଏବଂ ଏହା ଉଭୟ ଶାରୀରିକ ଓ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ କାରକମାନଙ୍କଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ।
- ଜ୍ଞାତବ୍ୟ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ସାମର୍ଥ୍ୟଦ୍ୱାରା ବ୍ୟାଖ୍ୟାହୋଇପାରୁନଥିବା ବସ୍ତୁ ବା ଘଟଣା ମାନଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିବାର ଦକ୍ଷତାକୁ ଅତିନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କୁହାଯାଏ। ପ୍ରାତ୍ୟାକ୍ଷିୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଜ୍ଞାନ ନିତିଦିନିଆ

ଜୀବନ ପାଇଁ ଏବଂ ଆମର ଅଭିନିବେଶ ଓ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣକୁ କିପରି ଉନ୍ନତ କରାଯାଇପାରିବ ତା'କୁ ଶିକ୍ଷାକରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ଆମର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଗୁରୁତ୍ୱ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କର।

୨. ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣର ସଂଜ୍ଞା ପ୍ରଦାନକର ଏବଂ ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସମୂହନର ନିୟମାବଳୀ ମଧ୍ୟ ଆଲୋଚନା କର।

୩. ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ଏବଂ ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସ୍ଥିରତା ପ୍ରତ୍ୟୟମାନଙ୍କ ଆଲୋଚନାକର।

୪. ଅତିନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କହିଲେ ତୁମେ କ'ଣ ବୁଝ ?

୫. ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରୟୋଗକୁ ବର୍ଣ୍ଣନାକର।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀର ଉତ୍ତରମାଳା

୫.୧

୧. ଦର୍ଶନ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ। ଆମେ ଚକ୍ଷୁସାହଯ୍ୟରେ ଦର୍ଶନାତ୍ମକ ଅନୁଭୂତିପାଏ ଯାହାକି ଏକ କ୍ୟାମେରା ସଦୃଶ ଅଟେ।

୨. ଦୁଇଟି ଉଦ୍ଦୀପକ ମଧ୍ୟରେ ସର୍ବନିମ୍ନ ପରିମାଣର ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷୀକରଣ କରିବାକୁ 'ବୈଷମ୍ୟ ସୀମାରେଖ' ବା 'ନ୍ୟୁନତମ ଉଦ୍ଦୀପନା ସୀମା' ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଏକ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ଅନୁଭୂତିକୁ ସୃଷ୍ଟିକରିବାଲାଗି ଆବଶ୍ୟକ ନ୍ୟୁନତମ ପରିମାଣର ଭୌତିକ ଶକ୍ତିକୁ 'ଅନାପେକ୍ଷିକ ଉଦ୍ଦୀପନ ସୀମା' ବା 'ଚରମ ସୀମାରେଖ' ବୋଲି କୁହାଯାଏ।

୫.୨

୧. ଯେତେବେଳେ ପୂର୍ବରୁ ସଂବେଦିତ ବସ୍ତୁର ଏକ ଅନ୍ତରୀଣ ପ୍ରତିକୃତି ଅଧୁନା ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ ତାହା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ଅଟେ।

୨. ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁର ସଂବେଦନାତ୍ମକ ଅନୁଭୂତି ପାଉ, ସେତେବେଳେ ଉଦ୍ଦୀପକକୁ ସଂଗଠିତ, ଗଭୀରତା ଏବଂ ସ୍ଥିରତା ଭିତ୍ତିରେ ଉପଲବ୍ଧି କରିଥାଉ। ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଉଦ୍ଦୀପନିକୁ ଅଂଶ ଆକାରରେ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରେ ଏବଂ ଏହାକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବାରେ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସାହାଯ୍ୟକରିଥାଏ।

୫.୩

୧. ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସମୂହକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରୁଥିବା କାରକଗଣ ହେଉଛନ୍ତି ରୂପ-ପୃଷ୍ଠଭୂମି ସଂଗଠନ, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସ୍ଥିରତା ଏବଂ ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ।

୨. ଯଦିଓ ଅକ୍ଷିପଟଳ ବା ଦୃଷ୍ଟିପଟଳସ୍ଥ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଭିନ୍ନହୁଏ ବସ୍ତୁର ପ୍ରକୃତ ଆକାର, ଆକୃତି ବା ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତାକୁ ସମାନଭାବେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିବା। ଏହାକୁ ପ୍ରାତ୍ୟକ୍ଷିୟ ସ୍ଥିରତା କୁହାଯାଏ।

୩. ତ୍ରୀ-ମାତ୍ରକ ଜଗତକୁ ଦେଖିବା ଏବଂ ଦୂରତାର ବିଚାର କରିବାର ଦକ୍ଷତା ହେଉଛି ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା।ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଗଭୀରତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ଆମକୁ ମୋଟର ସାଇକେଲ ଚଳାଇବା ଏବଂ ଗୋଟିଏ ବଲ୍‌କୁ ଧରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟକରେ।

୫.୪

୧. ଅଭିନିବେଶ ହେଉଛି ଉଦ୍ଦୀପକ ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟିନିବଦ୍ଧ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଚୟନାତ୍ମକ ଅଭିନିବଶେ ହେଉଛି ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯହିଁରେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସଂବେଦନାତ୍ମକ ତଥ୍ୟକୁ ଆମେ ପ୍ରାଥମିକତା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ।

୨. ଅଭିନିବେଶର ନିର୍ଦ୍ଧାରକ ମାନେ ଶାରୀରିକ ଏବଂ ଅଭିପ୍ରେରଣାତ୍ମକ ଅଟନ୍ତି।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ନିମନ୍ତେ ସୂଚନା

୧. ଭାଗ ୫.୧ ର ସହାୟତା ନିଅ।

୨. ଭାଗ ୫.୨ର ସହାୟତା ନିଅ ।

୩. ଭାଗ ୫.୩ର ସହାୟତା ନିଅ ।

୪. ଭାଗ ୫.୫ର ସହାୟତା ନିଅ ।

୫. ଭାଗ ୫.୬ର ସହାୟତା ନିଅ ।

୬

ସ୍ମରଣ

ଯଦି ତୁମକୁ ତୁମର ପ୍ରିୟ ଅଭିନେତା, ଅଭିନେତ୍ରୀ କିମ୍ବା ଗାୟକଙ୍କର ନାମ କହିବା ପାଇଁ କୁହାଯାଏ ତେବେ ଏହାର ଉତ୍ତର ଦେବାପାଇଁ ତୁମକୁ ଏକ ସେକେଣ୍ଡରୁ ଅଧିକ ସମୟ ଲାଗିବ ନାହିଁ। ସମାନ ଭାବରେ ଆମେମାନେ ଆମମାନଙ୍କର ପିଲାଦିନର ସାଙ୍ଗ, ସେମାନଙ୍କ ସହ ସମ୍ପର୍କିତ ଘଟଣାବଳୀ, ଆମର ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ, ବନ୍ଧୁବାନ୍ଧବ ଏବଂ ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ କଥା ମନେରଖିଥାଉ। ତୁମେମାନେ କେତେବେଳେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରକଟ କରିଅଛକି କିପରି ଭାବରେ ତୁମେ ଏ ସମସ୍ତ କଥା ମନେରଖିଥାଅ ଏବଂ ଅନେକ ସମୟ ଧରି କିପରି ଭୁଲି ନ ଯାଅ ? ଏ ସମସ୍ତ ବିଷୟ କେବଳ ସ୍ମୃତି ଯୋଗୁ ହିଁ ସମ୍ଭବ।

ମନୁଷ୍ୟ ସ୍ମୃତିରେ ଅସୀମ ଶକ୍ତି ରହିଥାଏ। ତୁମେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଜାଣିଥିବ ଯେ ବେଦ ଲେଖାଯିବା ପୂର୍ବରୁ ମୌଖିକ ପ୍ରଥା ବିଦ୍ୟମାନ ଥିଲା ଯାହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଜ୍ଞାନର ଅସୀମ ବିଭବ ଏକ ପୀଢ଼ି ଠାରୁ ଅନ୍ୟ ଏକ ପୀଢ଼ିକୁ ମୌଖିକ ପ୍ରଥା ଦ୍ୱାରା ଗତି କରୁଥିଲା। ଏହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ଆମମାନଙ୍କର ସ୍ମୃତି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଥିଲା। ସ୍ମୃତି ଆମମାନଙ୍କ ଜୀବନର ଏକ ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ କାରଣ ଏହା ଅନୁଭୂତିର ଗତିରେ ଏକ ସେତୁ ବାନ୍ଧିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ଏବଂ ଏକ କ୍ରମିକ ସଂବେଦନ ଆଣିବାରେ ଆମମାନଙ୍କୁ ସମ୍ମତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ଉକ୍ତ ପରିଚ୍ଛେଦରେ ଆମେମାନେ ଏହି ଗତିଶୀଳ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ଯାହାକୁ ଆମେ ସ୍ମୃତି କହିଥାଉ।

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଉକ୍ତ ପରିଚ୍ଛେଦ ଅଧ୍ୟୟନ କଲାପରେ ତୁମେମାନେ ସକ୍ଷମ ହୋଇପାରିବ :

- ସ୍ମୃତିର ପ୍ରାକୃତିକୁ ବାଖ୍ୟା କରିବା ପାଇଁ
- ସ୍ମୃତିର ସୋପାନ ଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଜାଣିବା ପାଇଁ
- ବିସ୍ମରଣର ଆଲୋଚନା ଏବଂ
- ସ୍ମୃତି ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ କେତେକ କୌଶଳ ନିରୂପଣ କରିବାରେ।

୬.୧ ସ୍ମରଣ ଏବଂ ବିସ୍ମରଣ

ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ମାନେ ସ୍ମୃତି ଏବଂ ଶିକ୍ଷଣକୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଭାବରେ ବିବେଚନା କରିଥାନ୍ତି ଯଦିଓ ଉଭୟେ ଗଭୀର ଭାବରେ ସମ୍ପର୍କିତ ଅଟନ୍ତି। ଯେତେବେଳେ ଶିକ୍ଷଣ ଅନୁଭୂତି ଦ୍ୱାରା ଅର୍ଜିତ ନୂତନ ବ୍ୟବହାର ଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝାଇଥାଏ ସେତେବେଳେ ସ୍ମୃତି ଉକ୍ତ ଶିକ୍ଷଣ ଗୁଡ଼ିକୁ ସଂବାଦ ଆକାରରେ ଗଚ୍ଛିତ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ବୁଝାଇଥାଏ ଯାହାକି ଦରକାର ସମୟରେ ପୁନଃଉଦ୍ଧାର କରାଯାଇପାରିବ। ଉକ୍ତ ପରିଚ୍ଛେଦରେ ତୁମେ ମାନେ ସ୍ମୃତି ଏବଂ ବିସ୍ମରଣ ଉପରେ ଶିକ୍ଷାଲାଭ କରିପାରିବ। ତୁମେମାନେ ସ୍ମୃତି ହରାଇଥିବା ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅବସ୍ଥିତିକୁ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର

ଟିପ୍ପଣୀ

କରି ଅତି ସହଜ ଭାବରେ ସ୍ମୃତିର ସାର୍ଥକତା ବୁଝିଯାଇ ପାରିବ। ସେ ତାର ପରିଚୟ ହରାଇ ବସିବ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ଅନୁଭୂତି, ଘଟଣାବଳୀ ଏବଂ ଲୋକମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ରଖି ପାରିବ ନାହିଁ। ଉକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକ ଦୟନୀୟ ଜୀବନ ଅତିବାହିତ କରିବ। ଏହା ଘଟିଥାଏ ମସ୍ତିଷ୍କ ନଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କିମ୍ବା ବୃଦ୍ଧ ବୟସରେ ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତି କିଛିନା କିଛି ସ୍ମୃତି ହରାଇବା ଆରମ୍ଭ କରେ ଯେପରି ଆଲ୍‌ଜାଇମ୍‌ର୍ ବ୍ୟାଧି ସମୟରେ।

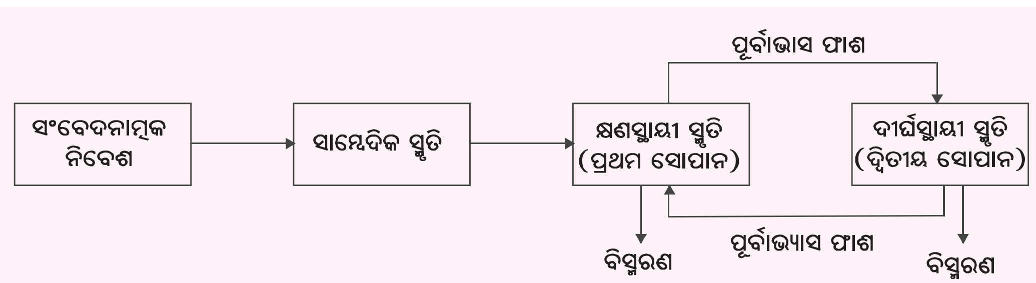
ସ୍ମୃତି ସଂବାଦ ଗଚ୍ଛିତ କରିବାରେ ବ୍ୟବହୃତ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝାଇଥାଏ। ଉକ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଧାରଣା କୁହାଯାଏ। ସ୍ମୃତିର ସଂଜ୍ଞା ଏକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷିକ କ୍ରିୟାଶୀଳ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଭାବରେ ନିରୂପଣ କରାଯାଇ ପାରିବ ଯାହାକି ସଂବାଦ ଗ୍ରହଣ, ସଂକେତୀକରଣ, ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ପୁନଃ ଉଦ୍ଧାର କରିଥାଏ। ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବରେ ସ୍ମୃତିର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଗୁଡ଼ିକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିପାରିବା ନାହିଁ। ଏହା ଅପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବରେ ଧାରଣାକୁ ମାପ କରି ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଇ ପାରିବ। ଧାରଣକୁ ମାପ କରିବା ପାଇଁ ତିନୋଟି ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରଣାଳୀ ହେଉଛି: ପ୍ରତ୍ୟାସ୍ମରଣ, ପ୍ରତ୍ୟାଭିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ପୁନଃ ଶିକ୍ଷଣ। ଆମେମାନେ ଉକ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀ ଗୁଡ଼ିକର ଆଲୋଚନା କରିବା।

ଧାରଣା ପରିମାପନ : ପ୍ରତ୍ୟଭିଜ୍ଞାନ, ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ ଏବଂ ପୁନଃଶିକ୍ଷଣ

ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ୟ ଜଣକର ନାମକୁ ମନେ ପକାଇବା ପାଇଁ ସକ୍ଷମ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଜାଣିଅଛ ଯେ ତୁମେ ତାଙ୍କର ମୁହଁକୁ ପୂର୍ବରୁ ଦେଖିଅଛ, ଉକ୍ତ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରତ୍ୟଭିଜ୍ଞାନ କୁହାଯାଏ। ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ତୁମେ ତୁମ ସ୍ମୃତିରେ ଥିବା ଏକ ଉଦ୍ଦୀପକ ପରୀକ୍ଷାକରି ତାହାର ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଖୋଜିଥାଅ। ଠିକ୍ ସମାନ ଭାବରେ ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ତା ସମ୍ମୁଖରେ କୌଣସି ଉଦ୍ଦୀପକ ନଥାଇ ଉକ୍ତ ଉଦ୍ଦୀପକର ନାମକୁ ମନେ ପକାଏ, ତାହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ କୁହାଯାଏ। ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ ହେଉଛି ଏକ ସାଧାରଣ ଉଦ୍ଦୀପକକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଉକ୍ତ ଉଦ୍ଦୀପକ ସମ୍ପନ୍ଧିୟ ତଥ୍ୟ ସ୍ମୃତିରୁ ଖୋଜି ପାଇବାର ଏକ ପ୍ରିକ୍ରିୟା। ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ପରୀକ୍ଷାରେ ପ୍ରଶ୍ନପତ୍ର ପାଅ, ସେତେବେଳେ ତୁମେ ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବ୍ୟବହାର କରିଥାଅ। ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ବହୁବିଧ ପସନ୍ଦ ଯୁକ୍ତ ତାଲିକା ମଧ୍ୟରୁ ଉତ୍ତର ଦିଅ, ତୁମେ ସେତେବେଳେ ତୁମ ସ୍ମୃତିରେ ଗଚ୍ଛିତ ହୋଇଥିବା ବିଷୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ସଠିକ ବିଷୟଟିକୁ ନିରୂପଣ କରି ଚିହ୍ନଟ କରିଥାଅ। ପୁନଃଶିକ୍ଷଣ ହେଉଛି ଯେ କୌଣସି ବିଷୟକୁ ପୁନର୍ବାର ଶିକ୍ଷା କରିବାର ଏକ ପ୍ରଣାଳୀ, ଏହା ସାଧାରଣତଃ ମୂଳ ଶିକ୍ଷଣଠାରୁ କମ୍ ସମୟ ନେଇଥାଏ।

୬.୨. ସ୍ମରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ପର୍ଯ୍ୟାୟ

ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଲୋକ ଲୋଚନକୁ ଆଣି ପାରିଅଛନ୍ତି ଯେ ସ୍ମୃତି ଏକ ଅଦ୍ୱିତୀୟ କିମ୍ବା ଅଖଣ୍ଡ ପ୍ରଣାଳୀ ନୁହେଁ। ଏହାର ଏକରୁ ଅନେକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପ୍ରଣାଳୀ ରହିଅଛି। ଅନ୍ୟ ଭାବରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ସ୍ମୃତି ଏକ ପ୍ରକାରରୁ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଅଛି। ସମସ୍ତଙ୍କଠାରୁ ଅତ୍ୟଧିକ ଗ୍ରହଣୀୟ ସ୍ମୃତିର ମତବାଦ ଅନୁସାରେ, ସ୍ମୃତିର ତିନିଗୋଟି ପ୍ରମୁଖ ପ୍ରଣାଳୀ ଦେଖା ଦେଇଥାଏ ଯଥା - ସାମ୍ବେଦିକ ସ୍ମୃତି, କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଏବଂ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି। ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକ ଉକ୍ତ ତିନିଗୋଟି ପ୍ରଣାଳୀ ମାଧ୍ୟମରେ ସଫଳଭାବରେ ଗତି କରିଥାଏ ଯଦି ଉକ୍ତ ବସ୍ତୁଉପରେ ମନୋନିବେଶ କରାଯାଏ। ଯଦି ମନୋନିବେଶ କରାନଯାଏ ତେବେ ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରଣାଳୀ ମଧ୍ୟକୁ ଗତି କରିନଥାଏ।



ଚିତ୍ର ୬.୧ : ସ୍ମୃତିର ସୋପାନ

ସାମ୍ବେଦିକ ସ୍ମୃତି: ୧୨ ଇଞ୍ଚର ଯେ କୌଣସି ବସ୍ତୁକୁ ତୁମ ସାମନାରେ ଧରିରଖ। କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଏହାକୁ ଏକାଗ୍ର ଭାବରେ ଉହିଁରୁହ। ଆଖିବନ୍ଦ କର ଏବଂ ଚିହ୍ନଟ କର ଯେ ଉକ୍ତ ବସ୍ତୁର ପ୍ରତିବିମ୍ବ କେତେ ସମୟ ରହୁଅଛି। ବସ୍ତୁଟିକୁ ଆଖି ଆଗରୁ ଦୂରେଇ ଦେବା ପରେ ବସ୍ତୁଟିର ସଠିକ୍ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଆମ ସାମ୍ବେଦିକ ସ୍ମୃତିରେ ଏକ ସେକେଣ୍ଡର ଅଧା ସମୟ ରହିବ। ସଂବେଦନାତ୍ମକ ନିବେଶର ପ୍ରତିକୃତି ତାର ପ୍ରକାର ଅନୁସାରେ ଆମ ସାମ୍ବେଦିକ ସ୍ମୃତିରେ ଅଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ରହିଥାଏ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରକାରର ସଂବେଦନ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସଂବେଦୀ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ।

କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି: କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଦେଖ ଏବଂ ଲକ୍ଷ୍ୟକର ତୁମର ଚାକ୍ଷୁସ ନିବେଶକୁ କ'ଣ କ'ଣ ଆକର୍ଷିତ କରୁଅଛି। ଉକ୍ତ ଶବ୍ଦ କିମ୍ବା ସଂବେଦନ କୁ ଚିହ୍ନଟ କର ଯାହାକି ତୁମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅନୁଭବ କରୁଅଛ। ଯାହା ତୁମେ ଚିହ୍ନଟ କଲ ତାହା କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ବିଷୟ ବସ୍ତୁ। ଏହା ଅଳ୍ପକିଛି ତଥ୍ୟ କମ୍ ସମୟ ପାଇଁ ଧରିରଖେ ଯାହାକି ମୁଖ୍ୟତଃ ୩୦ ସେକେଣ୍ଡ କିମ୍ବା ତାଠାରୁ କମ ସମୟ। ଏହା ହେଉଛି ସେହି ସ୍ମୃତି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯାହାକୁ ଆମେ ଫୋନ ନମ୍ବର ଘୁରାଇଲା ବେଳେ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ। ପ୍ରଥମ ଥର ବ୍ୟବହାର କଲାବେଳେ ଆମେ ଟେଲିଫୋନ ନମ୍ବର ଭୁଲିଯାଉ। କିନ୍ତୁ ଯଦି ନମ୍ବର ଲଗାଇଲା ବେଳେ ଏହା ବ୍ୟସ୍ତ ଥିବାର ଦେଖାଯାଏ, ଆମେ ବାରମ୍ବାର ନମ୍ବରଟିକୁ ଘୁରାଇଥାଉ ଏବଂ ଉକ୍ତ ନମ୍ବରଟିକୁ ବାରମ୍ବାର ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ କ୍ରମଶଃ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିକୁ ଯାଇ ଗଚ୍ଛିତ ହୋଇ ରହେ।

ଦେଖାଯାଇ ଅଛିଯେ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ଧାରଣ କ୍ଷେତ୍ର ନିଷ୍କ୍ରିୟ ଧାରଣା କ୍ଷେତ୍ର ଅପେକ୍ଷା ସାମାନ୍ୟ ଅଧିକ (ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ- ଏକ ଟେଲିଫୋନ ନମ୍ବରକୁ ଧରି ରଖିବା) । ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାରରେ ଏହା ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକର ଏକ କ୍ରିୟାଶୀଳ ପ୍ରକ୍ରିୟା। ଉକ୍ତ ଅନୁସନ୍ଧାନ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ମାନଙ୍କୁ 'କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସ୍ମୃତି' ପରି ଏକ ଶବ୍ଦର ବ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଅଛି। ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ କୌଣସି କ୍ରିୟାଶୀଳ ଜିନିଷ କ୍ଷଣସ୍ମୃତି ମଧ୍ୟରେ ଗତିକରିଥାଏ। ଚାଲନ୍ତୁ କାର୍ଯ୍ୟ ୧ ମାଧ୍ୟମରେ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ବୁଝିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା।

କାର୍ଯ୍ୟ-୧

କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର କାର୍ଯ୍ୟ। ଏକ ସାଙ୍ଗକୁ ନିମ୍ନଲିଖିତ ନମ୍ବରର କ୍ରମିକଧାରା ବଡ଼ପାଟିରେ ପଢ଼ି ଶୁଣାଅ ଏବଂ ତାଙ୍କୁ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଉକ୍ତ ନମ୍ବରର କ୍ରମିକଧାରା ଗୁଡ଼ିକ ଲେଖିବା ପାଇଁ କୁହ। ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ସେଟ୍ ଏପରି ଭାବରେ ପଢ଼।

୪	୨	୮						
୧	୪	୬	୩					
୫	୭	୪	୯	୨				
୬	୦	୮	୧	୩	୫			
୧	୮	୪	୭	୯	୨	୬		
୩	୫	୦	୧	୭	୪	୨	୯	
୨	୭	୩	୯	୬	୮	୧	୪	୫

କେତେ ନମ୍ବର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମର ସାଙ୍ଗ ମନେ ପକାଇ କହିପାରିଲା ?

ବୋଧହୁଏ, ତୁମର ସାଙ୍ଗ ୭($\pm$ ୨) ସଂଖ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନେରଖି କହିପାରିବ।

କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ତଥ୍ୟ ଧରି ରଖିବାର ସୀମିତ ଦକ୍ଷତା ଥାଏ। ସାଧାରଣତଃ ଏହା ୫ଠାରୁ ୯ ଗୋଟି ସଂଖ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏକ ସମୟରେ ତଥ୍ୟ ଧରି ରଖିପାରେ। ଯଦି ଉକ୍ତ ସଂଖ୍ୟା ଅଧିକ ଉପରକୁ ଯାଏ ତେବେ ନୂତନ ତଥ୍ୟ ଏହାକୁ ଦୂରେଇ ଦେଇଥାଏ। ଏଥି ପାଇଁ ଏକ ଟେଲିଫୋନ ନମ୍ବର ୭ ଠାରୁ ୯ ସଂଖ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନେ ରଖିବା ସହଜ ହୋଇଥାଏ। ଯଦି ଏହାଠାରୁ ଅଧିକ ହୁଏ ତେବେ ଆମେ ଏହାର କିଛି ଅଂଶ ଭୁଲିଯାଉ। ତଥାପି ଉକ୍ତ ସାମର୍ଥ୍ୟର ସୀମା ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ସଫଳ ଭାବରେ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇପାରିବ ଯାହାକୁ ଖଣ୍ଡ ପଦ୍ଧତି ବା କୃତ୍ରିମ ସନ୍ନିବେଶ ପଦ୍ଧତି କୁହାଯାଏ ଯଥା- ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ତଥ୍ୟକୁ ଏକତ୍ରିତ କରି ସନ୍ନିବେଶ କରିବା ।

ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ୧୯୪୭୨୦୦୨୧୯୪୧ ନମ୍ବରଟିକୁ ମନେରଖାଯାଇ ପାରିବ ଯଦି ଉକ୍ତ ୧୨ ଟି ସଂଖ୍ୟାକୁ ୩ଟି ଏକକରେ ଯଥା ୧୯୪୭, ୨୦୦୭, ୧୯୪୧ ରେ ସନ୍ନିବେଶ କରାଯାଏ।

ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି: ଏହା ସେହି ସ୍ମୃତି ପ୍ରଣାଳୀକୁ ବୁଝାଇଥାଏ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଅନେକ ତଥ୍ୟକୁ ଅତ୍ୟଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଧାରଣା କରି ରଖିହେବ। ଉକ୍ତ ସ୍ମୃତି ପ୍ରଣାଳୀ ଆମମାନଙ୍କୁ ଅନେକ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ଘଟିଥିବା, ଗତକାଲି ଘଟିଥିବା କିମ୍ବା ଗତବର୍ଷ ଘଟିଥିବା ଘଟଣା ଗୁଡ଼ିକ ମନେରଖିବା ପାଇଁ ଅନୁମତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ଏହା ହେଉଛି ସେହି ଦୀର୍ଘ ସ୍ମୃତି ଯାହା ଆମମାନଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ବିଷୟର ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକ ମନେରଖିବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମେମାନେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବିଷୟ, ପରୀକ୍ଷାରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେବା ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରିବାରେ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ। ଏହା ଆମ ଜୀବନରେ ଅବିଚ୍ଛିନ୍ନତା ଓ ଅର୍ଥ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ।

ଆମେ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ଏକ ତଥ୍ୟକୁ ମନୋନିବେଶ କରୁ ଏବଂ ଏହାକୁ ସକ୍ରିୟ ଭାବରେ ଅଭ୍ୟାସ କରୁ ଉକ୍ତ ତଥ୍ୟ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ ଗଚ୍ଛିତ ହୋଇଥାଏ। ସାମ୍ବେଦିକ ସ୍ମୃତିରେ ଥିବା ତଥ୍ୟ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ ପ୍ରବେଶ କରେ ଯେତେବେଳେ ଏହା ଆମ ଅଭିନିବେଶରେ କେନ୍ଦ୍ରିଭୂତ ହୁଏ। ଯଦି ଆମେ ଆସୁଥିବା ସଂବେଦନ ସ୍ମୃତିକୁ ମନୋନିବେଶ ନ କରୁ, ଉକ୍ତ ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକ ମ୍ଳାନ ପଡ଼ିଯାଏ ଏବଂ ଶୀଘ୍ର ଉଭେଇ ଯାଇଥାଏ। ଆମେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ତଥ୍ୟକୁ ଅଭିନେବେଶ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଉ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ମାନଙ୍କୁ କରିନଥାଉ। ଉକ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକୁ ଅଭିନିବେଶ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ 'ଚୟନାତ୍ମକ ଅଭିନିବେଶ' କୁହାଯାଏ। କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକୁ ଆମମାନଙ୍କଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବାଭ୍ୟାସ ହୋଇଥାଏ। ଉକ୍ତ ପୂର୍ବାଭ୍ୟାସ ସେହି ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକୁ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରୁ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିକୁ ପ୍ରେରଣ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ।

କାର୍ଯ୍ୟ-୨

କିପରି ଭାବରେ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି କାର୍ଯ୍ୟକରେ ?

ସାଙ୍ଗକୁ ପଚାର, ଲେଖାଯାଇଥିବା ସଂଖ୍ୟାଗୁଡ଼ିକ ନ ଦେଖି ଚାରିସଂଖ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ନମ୍ବରକୁ ପ୍ରତ୍ୟାସ୍ମରଣ କରିବ (୧୪୬୨) । ଯଦିଓ ତୁମେ ତୁମର ସାଙ୍ଗକୁ ଇଙ୍ଗିତ ଆକାରରେ ଜଣାଇ ଦେବେ ଯେ ଉକ୍ତ ଚାରିସଂଖ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ନମ୍ବରର ପ୍ରଥମ ସଂଖ୍ୟାଟି ହେଉଛି ୧, ତଥାପି ମଧ୍ୟ ସେ ଉକ୍ତ ସଂଖ୍ୟାଟିକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ କରିବା ପାଇଁ ସକ୍ଷମ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ।

ତୁମେ ଯାଣିଅଛକି ଏହା କାହିଁକି ଘଟେ ? କାରଣ ଏଠାରେ ପୂର୍ବାଭ୍ୟାସ ନଥିବା ଯୋଗୁ ସଂଖ୍ୟାଟି ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ ଗଚ୍ଛିତ ହୋଇ ପାରିନଥିଲା।

ଟେବୁଲ ୬.୧ : ସ୍ମୃତିର ତିନିଗୋଟି ସୋପାନର ପ୍ରକୃତି

ଲକ୍ଷଣ ବା ବିଶେଷତ୍ୱ	ସଂବେଦନ ସ୍ମୃତି	କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି	ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି
ସ୍ଥିତିକାଳ	୧/୨ ସେକେଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚକ୍ଷୁସ ସ୍ମୃତି ୨ସେକେଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରତିଧ୍ୱନି	୨୦ ସେକେଣ୍ଡ	ଜୀବନକାଳ
କ୍ଷମତା	ବିସ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ	୭ ± ୨	ଅସୀମ
ବିସ୍ମରଣ	ଚିହ୍ନର କ୍ଷୟ	କ୍ଷୟ, ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା ଏବଂ ସ୍ଥାନଚ୍ୟୁତି	ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା, କ୍ଷୟ ସଂକେତର ଅଭାବ
ଆକୃତି	ସଂବେଦନ (ଚକ୍ଷୁସ) (ଶ୍ରବଣୀୟ)	ସୂନ ପ୍ରକ୍ରିୟା କିମ୍ବା ଚକ୍ଷୁସ ଶବ୍ଦାର୍ଥ	ଶବ୍ଦାର୍ଥ ଏବଂ ସଂବେଦନ
ପୁନରୁଦ୍ଧାର	ସୀମାନ୍ତରଳ ଅନ୍ୱେଷଣ	ଅନୁକ୍ରମିକ ଭ୍ରାନ୍ତିଜନିତ ଅନ୍ୱେଷଣ	ସୀମାନ୍ତରଳ ବିକ୍ଷିପ୍ତ ଅନ୍ୱେଷଣ

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୬.୧

୧. ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ କ'ଣ ?

____

୨. ସ୍ମରଣର ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନ ଗୁଡ଼ିକର ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କର ।

____

୬.୩ ସ୍ମୃତିର ପ୍ରକାର ସମୂହ

ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ସ୍ମୃତିକୁ ମୁଖ୍ୟତଃ ଚାରି ପ୍ରକାରରେ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରିଅଛନ୍ତି।

ଅମୃତଜ୍ଞାନ ସ୍ମୃତି: ଏହା ଜ୍ଞାନ, ଅର୍ଥ ଓ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଅନୁଭୂତି ଉପରେ ଆଧାରିତ । ଆମେମାନେ ପୁସ୍ତକ ଗୁଡ଼ିକରୁ ଯାହା ମନେ ରଖିଥାଉ ଏବଂ ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ ଘଟି ଚାଲିଥିବା ସାଧାରଣ ଜ୍ଞାନ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ତଥ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ଏଥିରେ ଅନୁଭୁକ୍ତ।

ପ୍ରାସଙ୍ଗିକ ସ୍ମୃତି: ଏହାର ବ୍ୟକ୍ତିର ନିଜସ୍ୱ ଅନୁଭୂତି ଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝାଇଥାଏ। ତୁମେ ପ୍ରତିଦିନ ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ କାମ କର। ସେଗୁଡ଼ିକ ତୁମର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଅନୁଭୂତି। ଉକ୍ତ ସ୍ମୃତିଗୁଡ଼ିକ କେବଳ ତୁମ ନିକଟରେ ରହିଥାଏ। ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ପ୍ରାସଙ୍ଗିକ ସ୍ମୃତି।

କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରଣାଳୀ ଜନିତ ସ୍ମୃତି: କିପରି ଭାବରେ ବା କେଉଁ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରି କୌଣସି ଏକ କାମ ସମ୍ପାଦନ କରାଯାଇ ପାରିବ, ତାହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରଣାଳୀ ଜନିତ ସ୍ମୃତି କୁହାଯାଏ।

ଅଧିସ୍ମୃତି: ଏହା ତୁମ ପାଇଁ ତୁମର ସ୍ମୃତି। ଆମେ ଯେ କେବଳ ବିଷୟ ଗୁଡ଼ିକ ମନେ ରଖିନଥାଉ, ମନେରଖିପାରିବା ପାଇଁ ମନେରଖୁ। ଲୋକମାନେ ନିଜ ସ୍ମୃତି ଗୁଡ଼ିକ ବୁଝିବାରେ ଭଲ ଓ ଖରାପ ହୋଇପାରିବେ।

୬.୪. ବିସ୍ମରଣ

ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ ଅନୁଭୂତି ଯେ ଅନେକ ସମୟରେ ଆମେ କିଛି ତଥ୍ୟ ମନେ ପକାଇବା ପାଇଁ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଥାଉ ଯାହାକି ଆମେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟରେ ଦରକାର କରୁ। ଆମେ ଦେଖୁ ଯେ କେତେକ ଘଟଣାରେ ଏହା ଆମକୁ ନିମ୍ନଗାମୀ କରିଥାଏ ଯେହେତୁ ଆମେ ଦରକାର କରୁଥିବା ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକୁ ମନେ ପକାଇବା ପାଇଁ ଅସମର୍ଥ ଥାଉ। ପରୀକ୍ଷା ସମୟରେ ଆମେମାନେ ପୂର୍ବରୁ ଶିକ୍ଷାକରିଥିବା ବିଷୟ ଗୁଡ଼ିକ ମନେ ପକାଇବା କିମ୍ବା ପୁନରୁଦ୍ଧାର କରିବା ପାଇଁ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଥାଉ। ଏହାକୁ ଆମେ ବିସ୍ମରଣ କହିଥାଉ। ଏହା କାହିଁକି ହୁଏ ? ଏହି ପ୍ରକାରର କ୍ଷତିକୁ ବାଖ୍ୟା କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ସ୍ପଷ୍ଟୀକରଣ ଦିଆଯାଇଅଛି। ଚାଲନ୍ତୁ ସଂକ୍ଷେପରେ ବିଚାର କରିବା।

(୧) **କ୍ଷୟ:** ଅନେକ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ଚିନ୍ତା କରନ୍ତି ଯେ ସମୟର ଅତିକ୍ରାନ୍ତ ଫଳରେ ସ୍ମୃତି ଚିହ୍ନ ଗୁଡ଼ିକ କ୍ରମଶଃ ମଳିନ ପଡ଼ିଥାନ୍ତି ଓ ସ୍ମୃତି କ୍ଷୟ ଘଟିଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଏହା ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇ ନଥାଏ ଯେ କାହିଁକି କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ମୃତି ସବୁବେଳ ପାଇଁ ମଳିନ ହୋଇଯାଇଥାଏ ଯେତେବେଳେ କି ଅନ୍ୟ କେତେକ ଭଲ ଭାବରେ ସଂରକ୍ଷିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ। ତେଣୁ ସମୟର ଅତିକ୍ରାନ୍ତକୁ ବିସ୍ମରଣର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ଭାବରେ ପରିଗଣିତ କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ। ଏହା ତୁମେ ସାରଣୀ ୬.୧ ରେ ଦେଖି ପାରିବ।

ଟିପ୍ପଣୀ

(୨) **ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା:** ଏଠାରେ ତୁମେ ଅତ୍ୟଧିକ ଉପଯୋଗୀ ସ୍ପଷ୍ଟୀକରଣ ଦେଖି ପାରିବ ଯାହାକୁ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ କୁହାଯାଏ। ଏହା ଯୁକ୍ତି ଉପସ୍ଥାପନ କରେ ଯେ ଯେତେବେଳେ ଆମେ ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକ ଧାରଣ କରୁ ସେହି ସମୟରେ କ'ଣ ଘଟେ ଯାହା ଫଳରେ ସ୍ମୃତି କ୍ଷୟ ହୋଇଥାଏ। ତେଣୁ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଶିକ୍ଷଣ ସାମଗ୍ରୀ ଗୁଡ଼ିକ ଦ୍ୱାରା ସଂଗଠିତ ଅର୍ନ୍ତବାଧା ବା ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା ହେଉଛି ବିସ୍ମରଣର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ। ଉକ୍ତ ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା ହେଉଛି ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ଯଥା - ପ୍ରତିଘାତଜନ୍ୟ ଅର୍ନ୍ତବାଧା ଏବଂ ଅନୁକ୍ରିୟାତ୍ମକ ଅର୍ନ୍ତବାଧା। ପ୍ରତିଘାତଜନ୍ୟ ଅର୍ନ୍ତବାଧା ଘଟିଥାଏ ଯେତେବେଳ ବର୍ତ୍ତମାନର ଶିକ୍ଷଣୀୟ ତଥ୍ୟ ପୂର୍ବରୁ ଧାରଣ କରିଥିବା ତଥ୍ୟ ଉପରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରେ। ପୂର୍ବ ଶିକ୍ଷଣ ନୂତନ ଶିକ୍ଷଣରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରି ବାଧା ସୃଷ୍ଟିକଲେ। ତାହାକୁ ଅନୁକ୍ରିୟାତ୍ମକ ଅର୍ନ୍ତବାଧା କୁହାଯାଏ।

(୩) **ପ୍ରକ୍ରମଣ-ସ୍ତର:** କେତେକ ତଥ୍ୟ ଶିକ୍ଷଣ କଲାବେଳେ ଆମେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଫୁଖାନୁଫୁଖ ଭାବରେ ଅଭିନିବେଶ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଉ ଏବଂ ଗଭୀର ତମ ସ୍ତରରେ ପ୍ରକ୍ରମ କରିଥାଉ କିମ୍ବା ଉପେକ୍ଷା କରି ତାହାକୁ ବାହ୍ୟ ସ୍ତରରେ ମନନିବେଶ କରିଥାଉ, ଏହା ମଧ୍ୟ ବିସ୍ମରଣର ଏକ କାରଣ ହୋଇପାରେ।

କ୍ରିୟା-୩

କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଉପରେ ବିଳମ୍ବ ଏବଂ ପ୍ରତିବନ୍ଧକତାର ପ୍ରଭାବ

ଜଣେ ସାଙ୍ଗକୁ କୁହ ଯେ ସେ କିଛି ସଂଖ୍ୟା ଯଥା ୪୬୨ କୁ ପଶ୍ଚାତଗାମୀ, ଗଣିବାବେଳେ ତିନିଗୋଟି ବ୍ରଞ୍ଜନ। ତିନିଗୋଟି ବ୍ୟଞ୍ଜନ ଅକ୍ଷର କୁହାଯିବା ପରେ ଏବଂ ତୁମର ସାଙ୍ଗ ୧୫- ରୁ ୨୦ ଥର ପଶ୍ଚାତଗାମୀ ଗଣିବା ପରେ ତାଙ୍କୁ କୁହ ଯେ ସେ ଉକ୍ତ ତିନିଗୋଟି ବ୍ୟଞ୍ଜନ ଅକ୍ଷରକୁ ମନେ ପକାଇ କହିବେ ଯଥା - ପଂଜବ। ତୁମ ସାଙ୍ଗ ଏହା କଲାବେଳେ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରୁଅଛନ୍ତି କି କାରଣ ସଂଖ୍ୟା ଗଣିବା କାର୍ଯ୍ୟ ତାଙ୍କ ଅଭ୍ୟାସରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରୁଅଛିକି ଏବଂ ସ୍ମୃତି ଚିହ୍ନକୁ କ୍ଷୟ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଅଛି କି? ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକ ପରିମାଣର ବ୍ୟଞ୍ଜନ ଅକ୍ଷର ଦିଅ ଏବଂ ପାଶ୍ଚାତଗାମୀ ଗଣିବା ପାଇଁ ତୁମ ସାଙ୍ଗକୁ କୁହ, ତୁମେ ଦେଖିବଯେ ତୁମ ସାଙ୍ଗ ଅକ୍ଷର ଗୁଡ଼ିକ ମନେ ରଖିବା ପାଇଁ ଅସୁବିଧା ଅନୁଭବ କରିବେ। କାରଣ ଏହା ଅନୁକ୍ରିୟାତ୍ମକ ବାଧା ଯୋଗୁ ହୋଇଥାଏ।

୬.୫ ସ୍ମରଣ ବୃଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ ଉପାୟ

ତୁମର ସ୍ମୃତି କେତେ ଭଲ ? ଆମେମାନେ ସମସ୍ତେ ଆମ ସ୍ମୃତିକୁ ଉନ୍ନତ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମେ ଅଧିକ ଘଟଣା ଓ ତଥ୍ୟ ଧାରଣ କରିପାରିବା। ସୂକ୍ଷ୍ମ ଚେଷ୍ଟାରେ ଏହା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରିବ ଏବଂ ଯେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ତାର ସ୍ମୃତିକୁ ଉନ୍ନତ କରିପାରିବ। ଏଠାରେ ସ୍ମୃତିକୁ ଉନ୍ନତ କରିବା ପାଇଁ କେତେ ଗୁଡ଼ିଏ ସଂକେତ ଦିଆଯାଇଅଛି।

୧. **ଗଭୀର ପ୍ରକ୍ରମଣ:** ଯଦି ତୁମେ କୌଣସି ଜିନିଷ ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ଚାହଁ ଏବଂ ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକ ଦୀର୍ଘତମ ସ୍ମୃତି ମଧ୍ୟକୁ ନେବାପାଇଁ ଇଚ୍ଛାକର, ତୁମେ ଏହା ବିଷୟରେ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ। ତୁମେ ଏହାର ଅର୍ଥକୁ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଦରକାର ଏବଂ ତୁମ ନିକଟରେ ଥିବା ତଥ୍ୟ ସହିତ ଏହାର ସମ୍ପର୍କକୁ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ଦରକାର। ସାବଧାନତା ସହ ଯୋଜନା, ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକର ଅର୍ଥ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଏବଂ ତୁମ ପାଖରେ ଥିବା ଜ୍ଞାନ ସହ ଏହାର ସମ୍ପର୍କ ତୁମକୁ ଏହାକୁ ଶିକ୍ଷା କରିବା ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଏହାକୁ ମନେରଖିବା ପାଇଁ ପ୍ରୟୋଜନୀୟ ହୋଇଥାଏ। ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକର ଧାରଣ ସିଧାସଳଖ ଭାବରେ ଆମର ଗଭୀରତମ ପ୍ରଦେଶରେ ସଂଗଠିତ କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ। ଗଭୀରତମ ପ୍ରଦେଶରେ ସଂଗଠିତ କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରକ୍ରିୟା ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକୁ ମନେରଖିବା ପାଇଁ ହେଉଥିବା ପୂର୍ବାଭ୍ୟାସ କୁ ବୁଝାଇଥାଏ। ଯେତେ ଅଧିକ ପୂର୍ବାଭ୍ୟାସ, ସେତିକି ପରିମାଣରେ ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତ୍ୟାସ୍ମରଣ କରିବା ସମ୍ଭାବନା ଅଧିକ।

୨. **ସାବଧାନତା ସହକାରେ ମନୋନିବେଶ:** ଯଦି ତୁମେ କୌଣସି ଜିନିଷ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ଚାହଁ ଏବଂ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ ଏହାର ଧାରଣ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରିବାପାଇଁ ଚାହଁ ତେବେ ତୁମେ ଏହାକୁ ଅତି ସାବଧାନତାର ସହିତ ତୁମର ସଚେତନ ସ୍ତରରେ ଚେଷ୍ଟାକରି ମନୋନିବେଶ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ।

୩. **ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା ନ୍ୟୁନ କରିବା:** ତୁମେ ଶିକ୍ଷା କରିଅଛଯେ, ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା ବିସ୍ମରଣର ଏକ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ଏବଂ ତୁମେ ଯେତେଦୂର ସମ୍ଭବ ଏହାକୁ କମାଇବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟାକରିବା ଉଚିତ। ସାଧାରଣତଃ ଶିକ୍ଷଣୀୟ ବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକ ଯେତେ ଅଧିକ ସମାନ ସେତିକି ଅଧିକ ପରିମାଣର ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା ସଂଗଠିତ ହେବ। ସେଥିପାଇଁ ତୁମେ ତୁମର ଅଧ୍ୟୟନକୁ ଏପରି ଭାବରେ ସଜାଇବ ଯାହାଦ୍ୱାରା ତୁମେ ଗୋଟିଏପରେ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଥିବା ବସ୍ତୁ ଅଧ୍ୟୟନ ନ କର । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ- ତୁମେ ଦୁଇଟି ଭାଷା ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଦିନରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ।

୪. **ବିଭାଗାତ୍ମକ ସାଧନ:** କିଛି ଜିନିଷ ଶିକ୍ଷାକଲାବେଳେ ବିଭାଗାତ୍ମକ ସାଧନ ବ୍ୟବହାର କରି ଶିକ୍ଷା କରିବା ଫଳପ୍ରଦ କାରଣ ଏଥିରେ ଥିବା ପ୍ରଯତ୍ନ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟବଧାନ ରହିଥାଏ। କିଛି ସମୟ ଅଧ୍ୟୟନ ପରେ ବିଶ୍ରାମ ନିଅ। ଯଦି ଅଧ୍ୟାୟଟି ଅତିଦୀର୍ଘ, ଏହାକୁ ଦୁଇ କିମ୍ବା ଅଧିକ ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ କର ଏବଂ ଏକ ଥରେ ଗୋଟିଏ ଭାଗ ମନେ ରଖିବା ପରେ ଅନ୍ୟଟିକୁ ପଢ଼ ଏବଂ ତା ପରେ ଅନ୍ୟଟିକୁ ପଢ଼। ଏକା ଥରକେ ସବୁ ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକର ଅର୍ଥ ନ ବୁଝି ମୁଖସ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟାକର ନାହିଁ।

୫. **ସ୍ମୃତି ସହାୟତାର ବ୍ୟବହାର:** ଲୋକମାନେ ବିଭିନ୍ନ ସଂକେତ, ସୂଚକ ଏବଂ ଚିହ୍ନ ବ୍ୟବହାର କରି ବିଭିନ୍ନ ଘଟଣା ଗୁଡ଼ିକର ସଂଯୋଗ କରିଥାନ୍ତି, ବେଳେବେଳେ ଏହା ମନେ ରଖିବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ତୁମେ ବିଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁ ଏବଂ ସ୍ଥାନ ଗୁଡ଼ିକ ମନେ ରଖିବା ପାଇଁ ଚାକ୍ଷୁସ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯଦି ତୁମେ ଏକ ନୂତନ ସ୍ଥାନ ଭ୍ରମଣ କର, ତୁମେ ଏହାର ଅବସ୍ଥିତି ଏହା ସହିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ବସ୍ତୁ ଓ ସ୍ଥାନର ସମ୍ପର୍କକୁ ମନେ ପକାଇ ମନେ ରଖିପାରିବ। ତୁମେ ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନକୁ ଏହା ନିକଟରେ ଥିବା ସିନେମା ହଲ କିମ୍ବା ଏହା ଆଗରେ ଥିବା ସାଂକେତିକ ଖମ୍ବ ଓ ଅନ୍ୟ କିଛି ମନେ ପକାଇ ମନେରଖି ପାରିବ।

୬. **ସାଙ୍କେତିକ ଗୁପ୍ତଭାଷା:** ଆମେମାନେ ସଂଖ୍ୟାଗୁଡ଼ିକର ଦୀର୍ଘ ତାଲିକା ମନେରଖିବା ପାଇଁ ଆମ ନିଜର ସାଙ୍କେତିକ ଗୁପ୍ତଭାଷର ବିକାଶ କରି ପାରିବା, ତୁମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶବ୍ଦର ପ୍ରଥମ ଅକ୍ଷରଟିକୁ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବ ଏବଂ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଶବ୍ଦ ଗଠନ କରିପାରିବ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ – ଆଲୋକର ସାତ ଗୋଟି ରଂଗକୁ ମନେ ରଖିବା ପାଇଁ ଆମେ ବ୍ୟବହାର କରୁ ବାଘନିସହଲାନା, 'ବା' ରେ ବାଇଗଣି 'ଘ' ଘନନୀଳ, 'ନି' ନିଳ, 'ସ' ରେ ସାଗୁଆ, 'ହ'ରେ ହଳଦୀଆ, 'ଲା' ଲାଲ୍, 'ନା' ରେ ନାରଙ୍ଗୀ, ଏହା ଅମକୁ ମନେ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ।

ତୁମେ ଚିତ୍ର ୬.୨ ଦିଆଯାଇଥିବା ସଂକେତ ବ୍ୟବହାର କରି ତୁମର ପାଠ୍ୟ ବିଷୟ ମନେରଖି ପାରିବ

ଚିତ୍ର ୬.୨

୬.୨. ଅବଦମନ : ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦାୟକ ଘଟଣାବଳୀର ବିସ୍ମୃତି

ଯେଉଁ ଘଟଣା ଓ ଅନୁଭୂତି ଗୁଡ଼ିକ ଉୟଯୁକ୍ତ ବା ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ ସେଗୁଡ଼ିକ ଆମ ସଚେତନସ୍ତରରୁ ବାହାରିଯାଇଥାଏ। ଏହାକୁ ଅବଦମନ କୁହାଯାଏ । ଫ୍ରଏଡ଼ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ ଅବଦମିତ ସ୍ମୃତି ଗୁଡ଼ିକ ଅଚେତନ ମନର ଏକ ନିଭୃତ କୋଣରେ ଯାଇ ରହିଥାଏ। ଉକ୍ତ ସ୍ମୃତି ମନୁଷ୍ୟ ପାଇଁ ବହୁତ ମାନସିକ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ। ସ୍ମୃତିଭ୍ରଂଶ ସ୍ମୃତିର କ୍ଷୟକୁ ବୁଝାଇଥାଏ ଯାହାର ଅସୁସ୍ଥତା, କ୍ଷତ, ମଦ୍ୟପାନ ଯୋଗୁ ହୋଇଥାଏ।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୬.୨

୧. ସ୍ମୃତିର ପ୍ରମୁଖ ପ୍ରକାର ଗୁଡ଼ିକର ତାଲିକା ତିଆରି କର।

____

୨. ବିସ୍ମରଣର ଯେ କୌଣସି ଦୁଇଗୋଟି କାରଣ ଦର୍ଶାଅ।

____

ତୁମେ ଯାହା କିଛି ଶିକ୍ଷାଲାଭ କଲ

- ସ୍ମୃତି ସଂବାଦ ଗଚ୍ଛିତ କରିବାରେ ବ୍ୟବହୃତ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝାଇଥାଏ ଏବଂ ଉକ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଧାରଣ କୁହାଯାଏ।
- ଧାରଣକୁ ମାପ କରିବା ପାଇଁ ତିନିଗୋଟି ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରଣାଳୀ ହେଉଛି - ପ୍ରତ୍ୟାସ୍ମରଣ, ପ୍ରତ୍ୟାଭିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ପୁନଃଶିକ୍ଷଣ।
- ସଂବେଦନାତ୍ମକ ନିବେଶର ପ୍ରତିକୃତି ତାର ପ୍ରକାର ଅନୁସାରେ ଆମ ସାମ୍ବେଦିକ ସ୍ମୃତିରେ ସ୍ୱଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ରହିଥାଏ।
- କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଅଳ୍ପ କିଛି ତଥ୍ୟ କମ୍ ସମୟ ପାଇଁ ଧରି ରଖେ ଯାହାକି ମୁଖ୍ୟତଃ ୩୦ ସେକେଣ୍ଡ କିମ୍ବା ତା ଠାରୁ କମ୍ ସମୟ ।
- **ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି** ହେଉଛି ସେହି ସ୍ମୃତି ପ୍ରଣାଳୀ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ତଥ୍ୟକୁ ଅତ୍ୟଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଧାରଣ କରି ରଖାଯାଇଥାଏ।
- ବିସ୍ମରଣ ହେଉଛି ସ୍ମୃତିର କ୍ଷୟ କିମ୍ବା ପ୍ରତ୍ୟାସ୍ମରଣର ଅସଫଳତା । ଏହା ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ଉତ୍ପାଦକ ଯଥା - କ୍ଷୟ, ପ୍ରକମଣ -ସ୍ତର ଏବଂ ବିଷାଦ ଦ୍ୱାରା ଘଟିଥାଏ।
- ସ୍ମରଣ ସହାୟୀ ବିଦ୍ୟାର କୌଶଳ ଦ୍ୱାରା ସ୍ମୃତିକୁ ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇ ପାରିବ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ସ୍ମୃତିର ତିନିଗୋଟି ଆଦର୍ଶ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ସଂକ୍ଷେପରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କର।

୨. କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟମାନଙ୍କୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କର।

୩. ବିସ୍ମରଣର ମୁଖ୍ୟକାରଣ ମାନଙ୍କର ଏକ ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତକର।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀର ଉତ୍ତରମାଳା

୬.୧

୧. ଏକ ସାଧାରଣ ଉଦ୍ଦୀପକକୁ ବ୍ୟବହାର ଏବଂ ସ୍ମୃତିରେ ଥିବା ତଥ୍ୟକୁ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟାହେଉଛି ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ।

୨. ସଂବେଦୀ ସ୍ମୃତି, କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି, ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି।

୬.୨

୧. ଅମୃତଜ୍ଞାନ, ପ୍ରାସଙ୍ଗିକ, କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରଣାଳୀଜନିତ, ଅଧିସ୍ମୃତି।

୨. କ୍ଷୟ, ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା, ପ୍ରକ୍ରମଣ ସ୍ତର

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ନିମନ୍ତେ ସୂଚନା

୧. ଭାଗ ୬.୨ ସହାୟତା ନିଅ

୨. ଭାଗ ୬.୨ ର ସହାୟତା ନିଅ

୩. ଭାଗ ୬.୪ ର ସହାୟତା ନିଅ

୭

ଚିନ୍ତନ ଓ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ

ଆଜି ତୁମେ ଯାହାସବୁ ଜାଣିଛ ସେହି ଜ୍ଞାନ କିପରି ହାସଲ କରିଛ ସେ ବିଷୟରେ କେବେ ଭାବିଛ କି ? ହଠାତ୍ ତୁମ ମନକୁ ଆସିପାରେ ଯେ ତୁମ ଶିକ୍ଷକ ଏହା ସବୁ ପଢ଼ାଇଛନ୍ତି, ତୁମ ପିତାମାତା ଶିଖେଇଛନ୍ତି କିମ୍ୱା ବିଭିନ୍ନ ପୁସ୍ତକରୁ ତୁମେ ଏହାସବୁ ପଢ଼ି ହାସଲ କରିଛ। ଏହି ସବୁ ପରିସ୍ଥିତିରେ ତୁମର ଜ୍ଞାନର ଆଧାରକୁ ଗଠନକରିବା ଲାଗି ତୁମେ ଶିକ୍ଷାଲାଭ କରିଛ। ଏଣୁ ଜାଣିବା କିମ୍ୱା ଜ୍ଞାନ ହାସଲ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ମନୋନିବେଶ, ଚିନ୍ତନ, ସ୍ମରଣ ଓ ଯୁକ୍ତିସଙ୍ଗତ ଚିନ୍ତନ ସଦୃଶ ଜ୍ଞନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟାମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଜ୍ଞାନଲାଭ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସୁଗମ ରୂପେ ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାଏ। ଏହି ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକ ମସ୍ତିଷ୍କର ଉଚ୍ଚତର କେନ୍ଦ୍ରରେ ଥିବା ମସ୍ତିଷ୍କ ବହିରାବରଣ ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଓ ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାନ୍ତି। ମନୁଷ୍ୟ ଜାତି ନିମନ୍ତେ ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଗୁଡ଼ିକ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ। ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟୟ, ତଥ୍ୟ, କଳ୍ପନା, ନିୟମାବଳୀ ଓ ସ୍ମୃତିଦ୍ୱାରା ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଗୁଡ଼ିକ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ଲାଗ କରିତାନ୍ତି। ଏହି ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ କ୍ରିୟା ଚିନ୍ତନ ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାନ୍ତି। ସୁତରାଂ, ଏହି ଅଧ୍ୟାୟଟିରେ ତୁମେ ଜାଣିବାକୁ ପାଇବ ଚିନ୍ତନ କ'ଣ, ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନ, ସୃଜନଶୀଳ ଚିନ୍ତନର ପର୍ଯ୍ୟାୟକ୍ରମ ଏବଂ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଗ୍ରହଣରେ ସଂପୃକ୍ତ ପ୍ରକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ।

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଏହି ଅଧ୍ୟାୟଟିକୁ ପାଠକଲାପରେ ତୁମେ ସମର୍ଥ ହେବ:

- ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ପ୍ରକୃତିକୁ ବୁଝିବା
- ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନର ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା
- ସୃଜନଶୀଳତା ଓ ଜୀବନର ଏହାର ଭୂମିକାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବା, ଏବଂ
- ନିଷ୍ପତ୍ତିଗ୍ରହଣ ପ୍ରକିୟାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବା।

୭.୧ ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ପ୍ରକୃତି

ଆମର ମାନସିକ କ୍ରିୟାର ଚିନ୍ତନ ସମ୍ଭବତଃ ଗୋଟିଏ ଦିଗ ଯାହାକି ଆମେ ଶୋଇଥିବାବେଳେ ମଧ୍ୟ ଚାଲିଥାଏ। କାହାକୁ ଚିନ୍ତନ କୁହାଯିବ ଏବଂ କାହାକୁ ଚିନ୍ତନ କୁହାଯିବ ନାହିଁ, ଏ କଥା ଜାଣିବାକୁ ହେଲେ ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ପଡ଼ିବ। ଚିନ୍ତନ ହେଉଛି ଏକ ଜଟିଳ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯେଉଁଥିରେ ତଥ୍ୟାବଳୀର କୌଶଳଗତ ବ୍ୟବହାର ସଂପୃକ୍ତ ଥାଏ। ଏ ସବୁ ତଥ୍ୟ ପରିବେଷ୍ଟନୀରୁ ଆମର ଦର୍ଶନ, ଶ୍ରବଣ, ଆଘ୍ରାଣ ଆଦି ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥାଏ। ଏହା ସହିତ ଅତୀତରେ ଆମେ ଯେଉଁ ଘଟଣାବଳୀ ଓ

ପରିସ୍ଥିତିମାନଙ୍କର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥିଲେ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଅନେକ ତଥ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଆମ ସ୍ମୃତିରେ ସାଇତି ହୋଇ ରହିଛି। ପ୍ରାପ୍ତ ତଥ୍ୟାବଳୀର ରୂପାନ୍ତରଣ କରି କୌଣସି ବସ୍ତୁ ବା ଘଟଣାର ଏକ ନୂତନ ପ୍ରତିକୃତି ସୃଷ୍ଟି କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଚିନ୍ତନ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ତେଣୁ, ଚିନ୍ତନକୁ ଏକ ରଚନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ। ଏଥିରେ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ ମାନସିକ କ୍ରିୟା ସଂପୃକ୍ତ ଥାନ୍ତି। ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛନ୍ତି ନିଷ୍ପତ୍ତିଗ୍ରହଣ, ଅମୂର୍ତ୍ତକରଣ, ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ବ୍ୟାଖ୍ୟାକରଣ, କଳ୍ପନା, ବିଚାର, ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଓ ସୃଜନଶୀଳ ଚିନ୍ତନ। ଏତାଦୃଶ କ୍ରିୟାମାନ ଆମ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ସଂଘଟିତ ହୋଇଥାନ୍ତି। ଏଣୁ ଆମର ବ୍ୟବହାରରୁ ଏଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅନୁମାନ କରାଯାଇପାରେ। ସାଧାରଣତଃ ଚିନ୍ତନ ଏକ ସମସ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ଏବଂ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କ୍ରମପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଗତିକରେ। ଏହି କର୍ଯ୍ୟାୟଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛନ୍ତି ବିଚାରକରଣ, ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣ, ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ବ୍ୟାଖ୍ୟାକରଣ, କଳ୍ପନା ଓ ସ୍ମରଣ। ଏହି ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଗୁଡ଼ିକ ସମସ୍ୟାର ମସାଧାନ ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହୋଇଥାନ୍ତି। ନିମ୍ନରେ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିବା ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସାହାଯ୍ୟରେ ଏହାକୁ ତୁମ୍ଭେମାନେ ଭଲଭାବେ ବୁଝିପାରି।

ତୁମେ ଗୋଟିଏ ସ୍କୁଲରେ ନୂଆକରି ନାମ ଲେଖିଛ। ଠିକ୍ ସମୟରେ ସ୍କୁଲ୍‌ରେ ପହଞ୍ଚିବା ନିମନ୍ତେ ତୁମେ ତୁମ ଘରଠାରୁ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ରାସ୍ତାଟିକୁ ଚୟନ କରିବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରୁଛ। ଏପରି ସ୍ଥଳେ ତୁମର ଚୟନ ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ କାରଣ ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହେବ, ଯଥା: ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା, ତୁମ ସ୍କୁଲଯିବା ସମୟରେ ରାସ୍ତାରେ ଜନଗହଳିର ମାତ୍ରା, ରାସ୍ତାରେ ଚାଲିଚାଲି ଯିବା କେତେ ସୁରକ୍ଷିତ ଇତ୍ୟାଦି। ଏସବୁ କାରଣମାନଙ୍କୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଭାବେ ବିଚାର କରିବାପରେ ତୁମ ପାଇଁ ସମ୍ଭବତଃ ସବୁଠାରୁ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ରାସ୍ତାଟି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତୁମେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥାଅ। ଏଣୁ, ଏହିପରି ଏକ ସରଳ ସମସ୍ୟାରେ ମଧ୍ୟ ଚିନ୍ତନର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି। ପରିବେଷ୍ଟନୀ ତଥା ଅତୀତ ଅଭିଜ୍ଞତାରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ତଥ୍ୟାବଳୀକୁ ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରିବା ପରେ ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନଟି ପ୍ରକାଶ୍ୟ ହୋଇଥାଏ। ପ୍ରତ୍ୟୟ ଓ ହେତୁବୋଧ ପରି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ମାନସିକ ଉପାଦାନ ମାନଙ୍କ ଉପରେ ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ନିର୍ଭର କରିଥାଏ। ଏହି ମାନସିକ ଉପାଦାନମାନଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆମେ ସଂକ୍ଷିପ୍ତରେ କିଛି ଜାଣିବା।

ପ୍ରତ୍ୟୟ: ପ୍ରତ୍ୟୟ ଗୁଡ଼ିକ ଚିନ୍ତନର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଉପାଦାନ ଅଟନ୍ତି। ବିଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁ, କାର୍ଯ୍ୟ, ଧାରଣା ବା ଜୀବିତ ପ୍ରାଣୀ ମାନଙ୍କର ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ ପ୍ରତ୍ୟୟମାନେ ହିଁ କରିଥାନ୍ତି। ସେଗୁଡ଼ିକ ବିଭିନ୍ନ ଗୁଣାବଳୀ (ଯଥା: ଖଟା ବା ସାହାସୀ), ଅମୂର୍ତ୍ତଭାବ (ଯଥା: କ୍ରୋଧ ବା ଭୟ) ଏବଂ ଆପେକ୍ଷୀକତା (ଯଥା: 'କ୍ଷୁଦ୍ରତର' ବା 'ଅଧିକ ବୁଦ୍ଧିମାନ') ଇତ୍ୟାଦିକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରିଥାନ୍ତି। ପ୍ରତ୍ୟୟଗୁଡ଼ିକ ଏପରି ମାନସିକ ଉପାଦାନ ଅଟନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରଣାଳୀଗତ ପନ୍ଥାରେ ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ତଥ୍ୟକୁ ସଂଘଟିତ କରିବା ଲାଗି ଆମର ସହାୟତା କରନ୍ତି। ଏଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଭାବରେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ କିନ୍ତୁ ଆଚରଣରୁ ସେମାନଙ୍କର ଅନୁମାନ କରାଯାଇପାରେ।

ବସ୍ତୁ, ଘଟଣା ବା ଯାହାକିଛି ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ କରିଥାଏ ସେଗୁଡ଼ିକର ବିଶିଷ୍ଟ ଗୁଣାବଳୀକୁ ଅମୂର୍ତ୍ତକରଣ ନିମନ୍ତେ ମନୁଷ୍ୟର ଦକ୍ଷତା ରହିଛି। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆମେ ଆଳୁଟିଏ ଦେଖିଲେ ତାହାକୁ 'ପନିପରିବା' ଭାବରେ ବର୍ଗୀକରଣ କରୁ, ଏବଂ ଗାମୁଛାଟିଏ ଦେଖିଲେ ଆମେ ଏହାକୁ 'ବସ୍ତ୍ର' ଭାବରେ ବର୍ଗୀକରଣ କରୁ। ଗୋଟିଏ ନୂତନ ଉଦ୍ଦୀପକର ଯେତେବେଳେ ସାମନା କରୁ ଆମେ ଏହାକୁ ଏକ ପରିଚିତ ଶ୍ରେଣୀର ସଦସ୍ୟଭାବରେ ପ୍ରାୟତଃ ବିଚାର କରିଥାଏ। ତାହା ପ୍ରତି ଆମର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା, ଉକ୍ତ ଶ୍ରେଣୀପ୍ରତି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସଦୃଶ ହୁଏ ଏବଂ ଏହାର ନାମକରଣ ସେହି ଶ୍ରେଣୀ ଅନୁଯାୟୀ କରିଥାଉ।

ହେତୁବୋଧ: ଯୁକ୍ତଯୁକ୍ତ ବା ହେତୁବୋଧ, ଚିନ୍ତନର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଅଂଶ। ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଅବଧାରଣ ବା ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ସଂପୃକ୍ତ ଥାଏ। ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ଚିନ୍ତନ ଓ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହେତୁବୋଧର ବ୍ୟବହାର ହୋଇଥାଏ। ଏହା ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହୋଇଥାଏ ଏବଂ କେତେକ ତଥ୍ୟାବଳୀରୁ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ବା ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ। ହେତୁ ବୋଧରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କିଛି ନିୟମାବଳୀକୁ ଅନୁସରଣକରି ପରିବେଷ୍ଟନୀଗତ ଓ ସ୍ମୃତିଜନିତ ତଥ୍ୟାବଳୀକୁ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ। ହେତୁବୋଧ ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ଅଟନ୍ତି, ଯଥା: ଅବରୋହାତ୍ମକ ଓ ନିଯୋଗାତ୍ମକ।

ଅବରୋହାତ୍ମକ ହେତୁବୋଧରେ ଅଭିକଥନ ବା ପୂର୍ବ ପ୍ରସ୍ତାବ ମାନଙ୍କର ଏକ ବିନ୍ୟାସରୁ ଆମେ ଏକ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହେବାଲାଗି ପ୍ରୟାସ କରିଥାଏ। କିନ୍ତୁ, ନିଯୋଗାତ୍ମକ ହେତୁବୋଧରେ ଆମେ ପ୍ରାପ୍ତ ସୂଚନା ବା ପ୍ରମାଣିକ ତଥ୍ୟାବଳୀରୁ ଏକ ସମ୍ଭବନା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସିଦ୍ଧାନ୍ତଟିଏ ସୃଷ୍ଟିକରିବା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ କରିଥାଏ। ଅଧିକାଂଶ ବିଜ୍ଞାନ ସମ୍ମତ ହେତୁବୋଧତାର ପ୍ରକୃତି ହେଉଛି ବିନିଯୋଗାତ୍ମକ। ବୈଜ୍ଞାନିକଗଣ, ଏପରିକି ସାଧାରଣ ଲୋକ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତକୁ ବିଚାର କରନ୍ତି ଏବଂ ଏ ସମସ୍ତଙ୍କୁ କେଉଁ ସାଧାରଣ ନିୟମ ଭିତରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ

କରାଯାଇପାରେ ତା'କୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବା ଲାଗି ଉଦ୍ୟମ କରିଥାନ୍ତି। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯେହେତୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଧଳା ପୋଷାକ ପରିଧାନ କରିଛନ୍ତି, ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁଛନ୍ତି ଓ ସାଧାରଣ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି, ତେଣୁ ସେ ଜଣେ ପୁରୋହିତ ଅଟନ୍ତି।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୭.୧

୧. ଚିନ୍ତନ କ'ଣ ?

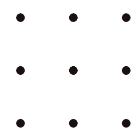
୨. ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବିଭିନ୍ନ ମାନସିକ ଉପାଦାନ ଗୁଡ଼ିକ କ'ଣ ?

୭.୨ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ

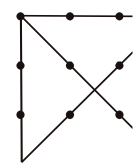
ଆମର ନିତିଦିନିଆ ଜୀବନରେ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଅଂଶ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଆମକୁ ଅନେକ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସରଳ ସମସ୍ୟାଠାରୁ ଆରମ୍ଭକରି ଜଟିଳ ସମସ୍ୟାମାନଙ୍କର ସମାଧାନ କରିବାକୁ ପଡ଼େ। କେତେକ ସମସ୍ୟା ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସମାହିତ ହୋଇ ଯାଉଥିବାବେଳେ ଅନ୍ୟକେତେକ ଅଧିକ ସମୟ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥାନ୍ତି। ଆମର ହସ୍ତଗତ ହୋଇଥିବା ସମସ୍ୟାଟିକୁ ସମାଧାନ କରିବାକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ପ୍ରକାରର ସମ୍ବଳର ଅଭାବ ଘଟିଲେ ଆମେ ବିକଳ୍ପ ସମାଧାନର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିଥାଏ। ଯେ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମର ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ପରିଚାଳିତ ହୁଏ, କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଉଭୟ ଅନ୍ତଃ (ମନ) ଓ ବାହ୍ୟ (ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ଓ ସହଯୋଗ) ସମ୍ବଳର ବିନିଯୋଗ କରିବାଲାଗି ଆମେ ଚେଷ୍ଟାକରିଥାଏ, ଫଳରେ ସଠିକ୍ ଓ ଉପଯୁକ୍ତ ନିଷ୍ପତ୍ତିରେ ଉପନୀତ ହୋଇଥାଏ। ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ ପରୀକ୍ଷାରେ ଭଲ ଫଳାଫଳ ଯଦି ତୁମେ ହାସଲ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥାଅ, ତେବେ ତୁମେ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରିବ, ଶିକ୍ଷକ, ସାଙ୍ଗସାଥୀ ଓ ଅଭିଭାବକଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ନେବ ଏବଂ ପରିଶେଷରେ ଭଲ ଫଳାଫଳ ହାସଲ କରିବ। ଏଣୁ, ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମସ୍ୟାକୁ ବ୍ୟବସ୍ଥିତ କରିବା ଦିଗରେ ଚିନ୍ତନକୁ କେନ୍ଦ୍ରିଭୂତ କରି ପରିଚାଳନା କରିବାକୁ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ବୋଲିକୁହାଯାଏ। ଏହି ଚିନ୍ତନର ତିନିଗୋଟି ଉପାଦାନ ରହିଛି: ସମସ୍ୟା, ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏବଂ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହେବାଲାଗି ସୋପାନକ୍ରମ। ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ମୁଖ୍ୟତଃ ଦୁଇଗୋଟି ପଦ୍ଧତିରୁ ଗୋଟିଏ ହେଉଛି ସାଧନ-ମାଧ୍ୟ ବିଶ୍ଳେଷଣ ବା କ୍ରମ ପ୍ରଣାଳୀ ବିଧି। ସାଧନ-ମାଧ୍ୟ ବିଶ୍ଳେଷଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟା ମାନଙ୍କୁ ସମାଧାନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ସ୍ପଷ୍ଟଭାବେ ଉଲ୍ଲିଖିତ ସୋପାନକ୍ରମକୁ ଅନୁସରଣ କରିବାକୁ ପଡ଼େ। ଅନ୍ୟ ପଦ୍ଧତିଟି ହେଉଛି ଅନ୍ୱେଷଣାତ୍ମକ। ଏଥିରେ ସମାଧାନରେ ଉପନୀତ ହେବା ନିମନ୍ତେ ବ୍ୟକ୍ତି ଯେକୌଣସି ସମ୍ଭାବ୍ୟ ନିୟମାବଳୀ ବା ସୂତ୍ରର ସାହାଯ୍ୟ ନେବା ନିମନ୍ତେ ସ୍ୱାଧୀନତା ପାଇଥାଏ। ଏହି ପଦ୍ଧତିକୁ ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଳି ବିଧି ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ।

ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଓ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ: ଯେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ଲାଗି ଆମେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କୌଶଳ ବା ଉପାୟକୁ ବ୍ୟବହାର କରେ, ଆମେ ଆମର ଉଦ୍ୟମରେ ହୁଏତ ସଫଳ ବା ବିଫଳ ହୋଇଥାଏ। ଭବିଷ୍ୟତରେ ସମସ୍ୟା ଗୁଡ଼ିକର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ନିମନ୍ତେ ଏହା ବ୍ୟକ୍ତି ମନରେ ଏକ ବିନ୍ୟାସ ବା ସନ୍ନିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ। ଏପରିକି ସମସ୍ୟାଟି ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ବିନ୍ୟାସଟି ନିରନ୍ତର ଭାବେ ସକ୍ରିୟ ହୋଇଥାଏ। ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ ସମ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟାରେ କବଳିତ ହେବାବେଳେ ଆମେ ସେହି କୌଶଳ ବା ଉପାୟକୁ ବ୍ୟବହାର କରେ। ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏପରି ବ୍ୟାପାରକୁ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ବା ସନ୍ନିବେଶ ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ପୂର୍ବରୁ ଗୋଟିଏ ସମସ୍ୟାକୁ ଯେଉଁ ପଦ୍ଧତିରେ ସମାହିତ କରାଯାଇଥାଏ ସେହି ଏକା ପଦ୍ଧତିରେ ନୂତନ ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରିବାର ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ବ୍ୟକ୍ତିର ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ବୋଲି ଅଭିହିତ କରାଯାଏ। ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସୂତ୍ର ମାଧ୍ୟମରେ ପୂର୍ବ ସଫଳତା ଏକ ପ୍ରକାରର ମାନସିକ ଅନମନୀୟତା, ସନ୍ନିବେଶ ବା ବିନ୍ୟାସ ସୃଷ୍ଟିକରେ। ଏହା ଏକ ନୂତନ ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ନୂତନ ଧାରଣା ସୃଷ୍ଟିକରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରତିହତ କରିଥାଏ। ମାନସିକ କ୍ରିୟାକଳାପର ମାନକୁ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ବାଧାଦିଏ ବା ପ୍ରଭାବିତ କରେ। ତେବେ, ଆମର ବାସ୍ତବ ଜୀବନର ସମସ୍ୟା ମାନଙ୍କୁ ସମାହିତ କରିବାରେ ଆମେ ଅତୀତ ଶିକ୍ଷଣ ଓ ସମାନ ବା ସମ୍ବନ୍ଧିତ ସମସ୍ୟା ଜନିତ ଅଭିଜ୍ଞତା ଉପରେ ପ୍ରାୟତଃ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ।

ନିଜେକର: ପରସ୍ପର ସଂଯୁକ୍ତ ଚାରିଗୋଟି ସରଳରେଖାଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ରରେ ଥିବା ନଅଟି ବିନ୍ଦୁକୁ ଏପରି ସଂଯୋଗ କର ଯେପରିକି କୌଣସି ବିନ୍ଦୁ ଉପରେ ରେଖାଟି ଦୁଇଥର ଯାଉନଥିବ।



ତୁମେ ହୁଏତ ସମସ୍ୟାଟିକୁ ସମାଧାନ କରିନପାର। କାରଣ ତୁମର ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ଯୋଗୁଁ ତୁମେ ନଅଗୋଟି ବିନ୍ଦୁ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ଚତୁର୍ଭୁଜ ମଧ୍ୟରେ ସରଳରେଖାମାନଙ୍କୁ ସୀମିତରଖି ସମାଧାନ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକରୁଛ। ତେଣୁ, ସମାଧାନ କରିବାରେ ତୁମେ ବିଫଳ ହେଉଛ। ଏଣୁ ଚତୁର୍ଭୁଜର ସୀମା ବାହାରକୁ ଟପି ଚିନ୍ତାକଲେ ତୁମେ ସଠିକ୍ ସମାଧାନ ପାଇଯିବ।



ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୭.୨

୧. ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ସଂଜ୍ଞା ନିରୂପଣ କର। ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ଦୁଇଗୋଟି ପଦ୍ଧତି ଆଲୋଚନା କର।

---

୨. ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସର ଭୂମିକା ଆଲୋଚନା କର।

୭.୩ ସୃଜନଶୀଳତା ଓ ଜୀବନରେ ଏହାର ଭୂମିକା

ତୁମ ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱରେ ଯାହାସବୁ ଦେଖୁଛ, ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ତୁମର ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଉପକରଣମାନ ବ୍ୟବହାର କରୁଛ, ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରୁ ଅନ୍ୟସ୍ଥାନକୁ ଗମନାଗମନ ନିମନ୍ତେ ଯେଉଁ ବାହାନ ତୁମେ ବ୍ୟବହାର କରୁଛ, ଏସବୁ ମନୁଷ୍ୟ ଚିନ୍ତନରୁ ସୃଷ୍ଟ – ଏହା ତୁମେ ଜାଣ କି ? ସୃଜନଶୀଳତା ହେଉଛି ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକାରର ଚିନ୍ତନ ଯେଉଁଥିରେ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଚଳିତ ନଥିବା ଏକ ଅନନ୍ୟ ଓ ନୂତନ ଶୈଳୀରେ ଗୋଟିଏ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନରେ ଉପନୀତ ହେବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ସଂପୃକ୍ତଥାଏ। ଏ ଜଗତରେ ସମସ୍ତ ଉଦ୍ଭାବନ ଓ ଆବିଷ୍କାରମାନଙ୍କର ଜନନୀ ହେଉଛି ସୃଜନଶୀଳତା। ସମସ୍ୟା ମାନଙ୍କର ସୃଜନଶୀଳ ସମାଧାନ ଗୁଡ଼ିକ ଗତାନୁଗତିକ ନହୋଇ ନୂତନ, ମୌଳିକ ଏବଂ ଅନନ୍ୟ ହୋଇଥାନ୍ତି। ଏଗୁଡ଼ିକୁ ପୂର୍ବରୁ କେହିହେଲେ ଚିନ୍ତା କରିନଥାନ୍ତି। ସୃଜନଶୀଳ ସମାଧାନ ବା ଉତ୍ପାଦ ଗୁଡ଼ିକ ଆକସ୍ମିକ ବା ସ୍ୱତଃ ପ୍ରବୃତ୍ତ ଭାବରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାନ୍ତି। ସଚେତନ ବା ଅଚେତନ ଭାବେ ପୂର୍ବରୁ କରାଯାଇଥିବା ଅନେକ ଉଦ୍ୟମ ଓ ପ୍ରସ୍ତୁତିର ଏହା ହେଉଛି ଫଳାଫଳ। ଆକସ୍ମିକ ଭାବେ ଏକ ନୂତନ ଚିନ୍ତାଧାରାର ଆବିର୍ଭାବକୁ ଅନ୍ତଃଦୃଷ୍ଟି କୁହାଯାଏ। ଅଧିକାଂଶ କଳାକାର, ସଙ୍ଗୀତଜ୍ଞ, ଲେଖକ, ବୈଜ୍ଞାନିକ ବା କ୍ରୀଡ଼ାବିତ୍ ସୃଜନଶୀଳ ଅଟନ୍ତି।

ସୃଜନଶୀଳ ଚିନ୍ତନର ବିଭିନ୍ନ ପର୍ଯ୍ୟାୟ: ପ୍ରାକ୍ ବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ଜଣେ ପ୍ରମୁଖ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଗ୍ରାହାମ୍ ୱାଲାସଙ୍କ ମତରେ ସୃଜନାତ୍ମକ ଚିନ୍ତନର ପାଞ୍ଚଗୋଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟ ରହିଛି। ଏଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛନ୍ତି ପ୍ରସ୍ତୁତି, ଅଧିଶୟନ, ଜ୍ଞାନାଲୋକ ପ୍ରାପ୍ତି, ମୂଲ୍ୟାୟନ ଏବଂ ପୁନଃପରୀକ୍ଷଣ।

୧. **ପ୍ରସ୍ତୁତି:** ଏହି ପ୍ରାଥମିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଚିନ୍ତୁକ ସମସ୍ୟାଟିକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ବା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ କରେ ଏବଂ ସମାଧାନ ସହକାରେ କିଛି ଦିନ, ସପ୍ତାହ ବା ମାସର ଉଦ୍ୟମ ପରେ ମଧ୍ୟ ସେ ଦେଖେ ଯେ ସମସ୍ୟାଟି ସମାହିତ ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ। ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ନକରିପାରି ଚିନ୍ତୁକ ଇଚ୍ଛାକୃତ ବା ଅନିଚ୍ଛାକୃତଭାବେ

ସମସ୍ୟାଠାରୁ ଦୂରେଇଯାଏ। ଏହି ପରିସ୍ଥିତି ଅଧିଶୟନ ପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ଗତିକରେ। ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ପ୍ରସ୍ତୁତି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସର କୌଣସି ପ୍ରକାରର ନକରାତ୍ମକ ପରିମାଣକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ।

୨. **ଅଧିଶୟନ:** ଏହ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସମାଧାନ ଦିଗରେ କୌଣସି ଅଗ୍ରଗତି ଘଟେ ନାହିଁ। ବରଂ ଅନେକ ଆବେଗିକ ଓ ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ଜଟିଳତାରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଛନ୍ଦି ହୋଇପଡ଼େ। ତେବେ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ, କାର୍ଯ୍ୟାତ୍ମକ ସ୍ଥିରତା ଏବଂ ସମାଧାନ ଦିଗରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଚିନ୍ତାଧାରା ଗୁଡ଼ିକ ହ୍ରାସ ପାଇବାକୁ ଲାଗେ। ଅବଶ୍ୟ କ୍ଳାନ୍ତି ଓ ସମସ୍ୟା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଚିନ୍ତା ଏହି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ କିଛି ପରିମାଣରେ ବୃଦ୍ଧିପାଇଥାଏ। ଅଧିକନ୍ତୁ, ସୃଜନାତ୍ମକ ଚିନ୍ତନରେ ସଂପୃକ୍ତ ଅଚେତନ ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏହି ଅବଧିରେ ସକ୍ରିୟ ଥାଏ।

୩. **ଜ୍ଞାନାଲୋକ ପ୍ରାପ୍ତି:** ଏହି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସତେ ଯେପରି ଶୂନ୍ୟରୁ ସମସ୍ୟାଟିର ସମାଧାନକୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଉପଲବ୍ଧି କରିବାପରି ଜଣାପଡ଼େ। ବ୍ୟକ୍ତି ସମ୍ଭାବିତ ସମାଧାନର ଅନ୍ତଃଦୃଷ୍ଟି ହାସଲ କରିଥାଏ। ଯେତେବେଳେ ଏକ ଆକସ୍ମିକ ଚିନ୍ତାଧାରା ବା ସମାଧାନ ଚେତନମାନରେ ଆବିର୍ଭାବ ହୁଏ, ଏକ "ଆଃ" ଅନୁଭୂତି ସହିତ ଜ୍ଞାନାଲୋକ ପ୍ରାପ୍ତିହୁଏ।

୪. **ମୂଲ୍ୟାୟନ:** ଏହି ଅବଧିରେ ପ୍ରାପ୍ତ ସମାଧାନଟି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୋଇ ପାରିବକି ନାହିଁ, ତାର ସଠିକତା ନିରୂପଣ ବା ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଏ। ଅନେକବାର ଦେଖାଯାଏ ଯେ ଅନ୍ତଃଦୃଷ୍ଟି ସନ୍ତୋଷଜନକ ଫଳାଫଳ ଦେଇପାରେ ନାହିଁ। ଏଣୁ, ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ପନ୍ଥାରେ କିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆବଶ୍ୟକପଡ଼େ।

୫. **ପୁନଃପରୀକ୍ଷଣ:** ସମାଧାନଟି ସନ୍ତୋଷଜନକ ନହେବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁନଃ ପରୀକ୍ଷଣର ଆବଶ୍ୟକତା ଆସିଥାଏ।

କଳାକାର, ସଙ୍ଗୀତଜ୍ଞ, ଗଣିତଜ୍ଞ ଆଦି ସୃଜନଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରତିଭା ସମ୍ପନ୍ନ ଓ ବିଶେଷ ଦକ୍ଷତା ଧାରଣ କରିଥିବାର ଦେଖାଯାଏ। ସ୍ୱାଧୀନ ବିଚାରଧାରା, ଆତ୍ମ ପ୍ରତିଷ୍ଠାଭାବ, ପ୍ରଭାବଶାଳୀ, ପ୍ରବେଗ, ଜଟିଳତା-ଅନୁରାଗୀ ଇତ୍ୟାଦି ହେଉଛି ସୃଜନଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଗୁଣାବଳୀ।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୭.୩

୧. ସୃଜନଶୀଳତା କ'ଣ? ଜଣେ ସୃଜନଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଗୁଣାବଳୀ କ'ଣ ହୋଇପାରେ?

୨. ସୃଜନାତ୍ମକ ଚିନ୍ତନର ପର୍ଯ୍ୟାୟମାନଙ୍କୁ ସଂକ୍ଷିପ୍ତରେ ଆଲୋଚନାକର।

୭.୪ ନିଷ୍ପତ୍ତି କରଣ

ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଆମେ ଅନେକ ନିଷ୍ପତ୍ତି କରିଥାଏ। ଏହା ହୁଏତ ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ସାମାଜିକ ଜୀବନ, ଶିକ୍ଷା, ବୃତ୍ତି ଇତ୍ୟାଦି ସମ୍ପର୍କରେ ହୋଇପାରେ। ଆମେ କରିଥିବା ନିଷ୍ପତ୍ତିଟି ଆମପାଇଁ ସଫଳତା ପ୍ରଦାନ କରିପାରେ ଯେତେବେଳେ କି ଭୁଲ୍ ନିଷ୍ପତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଅଭୀଷ୍ଟ ଫଳାଫଳ ସୃଷ୍ଟି କରିନଥାଏ। "ବିଚାର" ପରି ଅନ୍ୟ ଏକ ଶବ୍ଦ ସହିତ ନିଷ୍ପତ୍ତିଗ୍ରହଣର ସମ୍ପର୍କ ରହିଛି। ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଚିନ୍ତନର ଏହି ଦୁଇଟି ପାର୍ଶ୍ୱକୁ ଅଲଗାଭାବରେ ଆଲୋଚନା କରିବା।

ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣ: ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣ ଏକ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟେ। ଏଥିରେ ଆମ ପାଖରେ ଉପଲବ୍ଧ ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ବିକଳ୍ପ ମଧ୍ୟରୁ ଏକ ଉପଯୁକ୍ତ ବିକଳ୍ପକୁ ଚୟନ କରିବା ହିଁ ସଂପୃକ୍ତ ଥାଏ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ: ଏକାଦଶ ଶ୍ରେଣୀରେ ତୁମକୁ ଇତିହାସ ଓ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ପାଠ୍ୟକ୍ରମ ମଧ୍ୟରେ ଚୟନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ବିକଳ୍ପ ରହିଛି। ତେଣୁ ସେଥିନିମନ୍ତେ ତୁମେ ଉଭୟ ବିଷୟର ଶ୍ରେଣୀରେ ଯୋଗ ଦେଲ। ଧରିନିଆଯାଉ, ମନୋବିଜ୍ଞାନର ବିଷୟବସ୍ତୁ ତୁମକୁ ପ୍ରାସଙ୍ଗିକ, ନୂତନ ଓ ରୁଚିପୂର୍ଣ୍ଣ ଲାଗିଲା। ଏହା ସହିତ ମନୋବିଜ୍ଞାନର ଶିକ୍ଷକ ବୁଦ୍ଧିମାନ, ବନ୍ଧୁବତ୍ସଳ, ଜ୍ଞାନୀ ଏବଂ ଶିକ୍ଷକଙ୍କର ଯେଉଁ ଗୁଣାବଳୀକୁ ତୁମେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅ ତାଙ୍କର ସେ ସମସ୍ତ ଗୁଣାବଳୀ ରହିଛି

ବୋଲି ଅନୁଭବ କଲ। ଏଣୁ, ବିଷୟ ଓ ଶିକ୍ଷକଙ୍କର ଗୁଣାବଳୀକୁ ବିଚାର କରିବା ଭିତ୍ତିରେ ତୁମେ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ପାଠ୍ୟକ୍ରମକୁ ଚୟନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ନିଷ୍ପତ୍ତି କଲ।

ବିଚାର: ବିଚାର ହେଉଛି ଉପଲବ୍ଧ ସୂଚନା ଭିତ୍ତିରେ ବିଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁ, ଘଟଣା ଓ ବ୍ୟକ୍ତି ମାନଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ମତ ପୋଷଣ କରିବା, ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହେବା ଏବଂ ଜଟିଳତର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରିବାର ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା। ପ୍ରାୟତଃ ବିଚାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ସ୍ୱତଃ ପ୍ରବୃତ୍ତ ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ। ଏହା କୌଣସି ସ୍ମରଣର ଆବଶ୍ୟକ କରେ ନାହିଁ। କେତେକ ବିଚାରାତ୍ମକ ଚୟନ ଅଭ୍ୟାସଗତ ଅଟନ୍ତି, ଯେପରି ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରାତଃ ଭ୍ରମଣରେ ବାହାରିବା ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଅନୁଭବ କରିବା। ଯେତେବେଳେ ନିଷ୍ପତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଚୟନର କରିବାକୁ ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼େ, ବିଚାର ଜଗତ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସୂଚନାର ମୂଲ୍ୟାୟନରେ ସଂପୃକ୍ତ ଥାଏ।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୭.୪

୧. ନିଷ୍ପତ୍ତି କରଣ ଓ ବିଚାର ମଧ୍ୟରେ କେଉଁ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଅଛି ? ସଂକ୍ଷିପ୍ତରେ ଆଲୋଚନା କର।

ତୁମେ ଯାହାକିଛି ଶିକ୍ଷାଲାଭ କଲ

- ଜାଣିବା କିମ୍ବା ଜ୍ଞାନ ହାସଲ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ମନୋନିବେଶ, ଚିନ୍ତନ, ସ୍ମରଣ ଓ ଯୁକ୍ତି ସଙ୍ଗତ ଚିନ୍ତନ ସଦୃଶ ପ୍ରକ୍ରିୟାମାନେ ଜ୍ଞାନ ହାସଲ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ସୁଗମ କରିଥାନ୍ତି। ଏହି ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକ ମସ୍ତିଷ୍କର ଉଚ୍ଚତର କେନ୍ଦ୍ରରେ ଥିବା ମସ୍ତିଷ୍କ ବହିରାବରଣ ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଓ ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାନ୍ତି।
- ଚିନ୍ତନ ହେଉଛି ଏକ ଜଟିଳ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯେଉଁଥିରେ ତଥ୍ୟାବଳୀର କୌଶଳଗତ ବ୍ୟବହାର ସଂପୃକ୍ତ ଥାଏ। ଏସବୁ ତଥ୍ୟ ପରିବେଷ୍ଟନୀରୁ ଆମର ଶ୍ରବଣ, ଦର୍ଶନ, ଆଘ୍ରାଣ ଆଦି ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ସଂଗୃହୀତ ହୁଏ। ଏହା ସହିତ ଅତୀତରେ ଯେଉଁ ଘଟଣାବଳୀ ସ ପରିସ୍ଥିତି ମାନଙ୍କର ଆମେ ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥିଲେ ସେ ସଂପର୍କରେ ଅନେକ ତଥ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଆମ ସ୍ମୃତିରେ ସାଇତି ହୋଇ ରହିଛି।
- ଚିନ୍ତନକୁ ଅନ୍ୟ ଅର୍ଥରେ ଏକ ରଚନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ। କାରଣ ଉପଲବ୍ଧ ତଥ୍ୟାବଳୀର ରୂପାନ୍ତରଣ କରି କୌଣସି ବସ୍ତୁ ବା ଘଟଣାର ଏକ ନୂତନ ପ୍ରତିକୃତି ସୃଷ୍ଟି କରିବାରେ ଚିନ୍ତନ ସାହାଯ୍ୟକରେ। ଏଥିରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ, ଅମୂର୍ତ୍ତକରଣ, ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ବ୍ୟାଖ୍ୟାକରଣ, କଳ୍ପନା, ବିଚାର, ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଏବଂ ସୃଜନାତ୍ମକ ଚିନ୍ତନ ସଦୃଶ ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ମାନସିକ କ୍ରିୟା ସଂପୃକ୍ତ ଥାନ୍ତି।
- ଚିନ୍ତନର ମୁଖ୍ୟ ମୌଳିକଉପାଦାନ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ହେଉଛି ପ୍ରତ୍ୟୟ। ପ୍ରତ୍ୟୟଗୁଡ଼ିକ ଏପରି ମାନସିକ ଉପାଦାନ ଅଟନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରଣାଳୀଗତ ପନ୍ଥାରେ ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ତଥ୍ୟକୁ ସଂଗଠିତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଆମର ସହୟତା କରିଥାନ୍ତି। ଏଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଭାବେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ଆଚରଣରୁ ସେମାନଙ୍କୁ ଅନୁମାନ କରାଯାଇପାରେ।
- ହେତୁବୋଧ ଚିନ୍ତନର ଅନ୍ୟ ଏକ ମୁଖ୍ୟଦିଗ। ଏଥିରେ ଅବଧାରଣ ବା ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ସଂପୃକ୍ତ ଥାଏ। ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ଚିନ୍ତନ ଓ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହେତୁବୋଧର ବ୍ୟବହାର ହୋଇଥାଏ। ଏହା ଲକ୍ଷ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ଅଟେ ଏବଂ ତଥ୍ୟାବଳୀର ସମାହରରୁ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ବା ନିଷ୍ପତ୍ତିମାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ।
- ହେତୁବୋଧ ଦୁଇପ୍ରକାରର: ଅବରୋହାତ୍ମକ ଓ ନିଯୋଗାତ୍ମକ। ଅବରୋହାତ୍ମକ ହେତୁବୋଧରେ ଅଭିକଥନ ବା ପୂର୍ବ ପ୍ରସ୍ତାବମାନଙ୍କର ଏକ ବିନ୍ୟାସରୁ ଆମେ ଏକ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହେବାଲାଗି ପ୍ରୟାସ

କରିଥାଏ। କିନ୍ତୁ, ନିଯୋଗାତ୍ମକ ହେତୁବୋଧରେ ଆମେ ଉପଲବ୍ଧ ସୂଚନା ବା ପ୍ରାମାଣିକ ତଥ୍ୟାବଳୀରୁ ଏକ ସମ୍ଭାବନା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସିଦ୍ଧାନ୍ତଟିଏ ସୃଷ୍ଟିକରିବା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ କରିଥାଏ।

- ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ହେଉଛି ଲକ୍ଷ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ଚିନ୍ତନ ଯାହା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମସ୍ୟା ଉପରେ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହୋଇଥାଏ। ଏହାର ତିନିଗୋଟି ମୌଳିକ ଅଂଶ ରହିଛି: ସମସ୍ୟା, ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏବଂ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହେବାଲାଗି ସୋପାନ କ୍ରମ।
- ଗୋଟିଏ ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଯେଉଁ ପଦ୍ଧତିକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଛି ତାହାକୁ ନୂତନ ସମସ୍ୟା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାର ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ବ୍ୟକ୍ତିର ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ କୁହାଯାଏ। ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନିୟମ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବରୁ ମିଳିଥିବା ସଫଳତା ଏକ ପ୍ରକାରର ମାନସିକ ଅନମନୀୟତା, ସନ୍ନିବେଶ ବା ବିନ୍ୟାସ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ। ଏହା ଏକ ନୂତନ ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ନୂତନ ଧାରଣା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ପ୍ରକିୟାକୁ ପ୍ରତିହତ କରିଥାଏ।
- ସୃଜନଶୀଳତା ହେଉଛି ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକାରର ଚିନ୍ତନ ଯେଉଥିରେ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଚଳିତ ନଥିବା ଏକ ଅନନ୍ୟ ଓ ନୂତନ ଶୈଳୀରେ ଗୋଟିଏ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନରେ ଉପନୀତ ହେବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ସଂପୃକ୍ତ ଥାଏ। ଏ ଜଗତରେ ସମସ୍ତ ଉଦ୍ଭାବନ ଓ ଆବିଷ୍କାରର ଜନନୀ ହେଉଛି ସୃଜନଶୀଳତା। ସମସ୍ୟାମାନଙ୍କର ସୃଜନାତ୍ମକ ସମାଧାନଗୁଡ଼ିକ ଗତାନୁଗତିକ ନ ହୋଇ ନୂତନ, ମୌଳିକ ଓ ଅନନ୍ୟ ହୋଇଥାନ୍ତି।
- ସୃଜନାତ୍ମକ ଚିନ୍ତନର ପାଞ୍ଚଗୋଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟ ରହିଅଛି। ଏଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛନ୍ତି ପ୍ରସ୍ତୁତି, ଅଧିଶୟନ, ଜ୍ଞାନାଲୋକ ପ୍ରାପ୍ତି, ମୂଲ୍ୟାୟନ ଏବଂ ପୁନଃ ପରୀକ୍ଷଣ।
- ନିଷ୍ପତ୍ତି କରଣ ଏକ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଅଟେ। ଏଥିରେ ଆମ ପାଖରେ ଉପଲବ୍ଧ ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ବିକଳ୍ପ ମଧ୍ୟରୁ ଏକ ଉପଯୁକ୍ତ ବକଳ୍ପକୁ ଚୟନ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ସଂପୃକ୍ତ ଥାଏ। ବିଚାର ହେଉଛି ଉପଲବ୍ଧ ସୂଚନା ଭିତ୍ତିରେ ବିଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁ, ଘଟଣା ଓ ବ୍ୟକ୍ତି ମାନଙ୍କ ସଂପର୍କରେ ମତପୋଷଣ କରିବା, ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହେବା ଏବଂ ଜଟିଳତର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟେ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ପ୍ରତ୍ୟେକଟିର ଦୁଇଗୋଟି ଉଦାହରଣ ଦିଅ:
(କ) ପ୍ରତ୍ୟୟ (ଖ) ହେତୁବୋଧ (ଗ) ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ

୨. ଭାରତରେ ପ୍ରସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିଥିବା ପାଞ୍ଚଜଣ ସୃଜନଶୀଳବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନ କର।

୩. ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ ପ୍ରତ୍ୟୟର ଏବଂ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଏହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ କୁ ବ୍ୟାଖ୍ୟାକର।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ନିମନ୍ତେ ଉତ୍ତରମାଳା

୭.୧

୧. ଜଟିଳ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯେଉଁଥିବରେ ତଥ୍ୟାବଳୀର କୌଶଳଗତ ବ୍ୟବହାର ସଂପୃକ୍ତ ଥାଏ।

୨. ପ୍ରତ୍ୟୟ ଓ ହେତୁବୋଧ

୭.୨

୧. ଲକ୍ଷ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ଚିନ୍ତନ ଯାହା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମସ୍ୟା ଉପରେ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହୋଇଥାଏ। ସାଧନ ମାଧ୍ୟ ବିଶ୍ଳେଷଣ ବା କ୍ରମବିଧି ପ୍ରଣାଳୀ ଏବଂ ଅନ୍ୱେଷଣାତ୍ମକ।

୨. ମାନସିକ କ୍ରିୟାର ମାନଙ୍କୁ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ପ୍ରତିହତ କରେ।

୭.୩

୧. ଚିନ୍ତନ ଯେଉଁଥିରେ ପୂର୍ବରୁ ନଥିବା ଏକ ନୂତନ ଓ ଅନନ୍ୟ ଶୈଳୀରେ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନରେ ଉପନୀତ ହେବା। ସ୍ୱାଧୀନ ବିଚାରଧାରା, ଆତ୍ମପ୍ରତିଷ୍ଠାଭାବ, ପ୍ରଭାବଶାଳୀ, ପ୍ରବେଶୀ, ଜଟିଳତା-ଅନୁରାଗୀ ଇତ୍ୟାଦି ସୃଜନଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତିର ଗୁଣାବଳୀ।

୨. ପ୍ରସ୍ତୁତି, ଅଧିଶୟନ, ଜ୍ଞାନାଲୋକ ପ୍ରାପ୍ତି, ମୂଲ୍ୟାୟନ ଏବଂ ପୁନଃ ପରୀକ୍ଷଣ।

୭.୪

୧. ନିଷ୍ପତ୍ତି କରଣ ଏକ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଅଟେ। ବିଚାର ହେଉଛି ମତ ପୋଷଣ କରିବା, ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହେବା ଏବଂ ଜଟିଳତର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ନିମନ୍ତେ ସୂଚନା

୧. ଭାଗ ୭.୧ ଓ ୭.୨ର ସହାୟତା ନିଅ।

୨. ଭାଗ ୭.୩ର ସାହାଯ୍ୟ ନିଅ।

୩. ଭାଗ ୭.୪ର ସହାୟତା ନିଅ।

୮

ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ

ତୁମେ କେବେ ଲକ୍ଷ କରିଛ ଯେ ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକେ କିଛି ନା କିଛି କାର୍ଯ୍ୟରେ ବ୍ୟସ୍ତରହିଛେ ? ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କିଛି ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଆମେ ଯଥା ସାଧ ଉଦ୍ୟମ କରିଥାଏ ଏବଂ ଯଦି ଏଥିରେ କୌଣସି ଅନ୍ତରାୟ ଆସେ ତେବେ ଆମେ ହତାଶା ଅନୁଭବ କରେ । ଏହି ଉକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଦର୍ଶାଉଛନ୍ତି ଯେ କ୍ଷୁଧା, ତୃଷା, କୃତିତ୍ୱ, ସହବନ୍ଧନ ସଦୃଶ ଆମର କେତେକ ଆବଶ୍ୟକତା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଆମେ ମଧ୍ୟ ସୁଖ, ଦୁଃଖ, କ୍ରୋଧ ବା ଉଗ୍ରତାକୁ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ । ଏଣୁ ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନରେ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରାସଙ୍ଗିକତାକୁ ଏହି ଅଧ୍ୟାୟରେ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଇଛି । ଲୋକ କିଛି କାର୍ଯ୍ୟକୁ କରିବା ନିମନ୍ତେ କାହିଁକି ରହିଁଥାନ୍ତି ? ଏ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ଅଭିପ୍ରେରଣ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଲୋକମାନେ ସେମାନଙ୍କର ବ୍ୟବହାର ଅନୁଯାୟୀ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ କାହିଁକି, ଏହା ବୁଝିବାରେ ଅଭିପ୍ରେରଣ ମଧ୍ୟ ସହାୟକ ହେବ । ଆମ ଯାହା କିଛି କରୁଛେ ତାହକୁ ଅନ୍ୟ ମାନଙ୍କ ସହିତ ଆମର ସମ୍ପର୍କକୁ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବାରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରେ । ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ, ଉଭୟ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାରଣ, ଆମେ କାହିଁକି ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସଂପୃକ୍ତ ହେଉଛେ ତାର କାରଣକୁ ବୁଝିବାରେ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅନନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବାରେ ଏମାନେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି ।

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଏହି ଅଧ୍ୟାୟକୁ ପଢ଼ିବାପରେ ତୁମେ ସମର୍ଥ ହେବ:

- ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ଆବଶ୍ୟକତା ପ୍ରତ୍ୟୟର ସଂଜ୍ଞା ନିରୂପଣ କରିବା,
- ଲକ୍ଷ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ବ୍ୟବହାରକୁ ବୁଝିବା,
- ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା,
- ବ୍ୟବହାରକୁ ସଂଗଠିତ କରିବାରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନଙ୍କର ଭୂମିକାକୁ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବା ।

୮.୧ ଅଭିପ୍ରେରଣାର ପ୍ରକୃତି

ତୁମର ପିତା ବା ମାତା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ କାହିଁକି କାମକୁ ଯାଆନ୍ତି ? ତୁମେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାହିଁକି ପଢ଼ ? କାହିଁକି ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କ ସହିତ ଖେଳିବାକୁ ତୁମେ ପସନ୍ଦ କର ? କିମ୍ୱ ତୁମେ ଅସୁସ୍ଥ ଥିବା ବେଳେ ତୁମ ମାଆ ରାତି ସାରା ଅନିଦ୍ରା ରହି ତୁମର ସେବା କରନ୍ତି କାହିଁକି ? ଏସବୁ ତୁମକୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଲାଗୁଥିବ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରଶ୍ନର ଏକ ଉତ୍ତର ରହିଛି, ତାହା ହେଉଛି ଏହି ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରକାରର ବ୍ୟବହାରର ଗୋଟିଏ କାରଣ ବା ଅଭିପ୍ରାୟ ରହିଛି । କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା, ପଢ଼ିବା, ଖେଳିବା ଏବଂ ସେବାକରିବା ଆଦି କେତେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ

ଯାହକୁ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟମୂଳକ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ। ଅଭିପ୍ରାୟ , ଅଭାବ, ଆବଶ୍ୟକତା, ରୁଚି ଏବଂ କାମନା ଇତ୍ୟାଦି ମନୋନିତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ଆମର ଚଳନକୁ ବ୍ୟାଖ୍ୟାକରିବାରେ ସହାୟତା କରିଥାନ୍ତି। ଗୋଟିଏ ଆବଶ୍ୟକତା ବା ଅଭିପ୍ରାୟ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ଆମର ବ୍ୟବହାରକୁ ପରିଚାଳିତ କରିଥାଏ। ଏଣୁ, ଉତ୍ତମ ଫଳାଫଳ ହାସଲ କରିବା ନିମନ୍ତେ ତୁମେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପଢ଼ିଥାଅ। ସନ୍ତାନ ଭାବେ ତୁମ ପ୍ରତି ସ୍ନେହ ଓ ଚିନ୍ତା ଥିବା କାରଣରୁ ମାଆ ତୁମର ସେବାଯତ୍ନ କରନ୍ତି।

କ. ଅଭିପ୍ରେରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା

ମନୁଷ୍ୟ ବ୍ୟବହାରକୁ ପରିଚାଳିତ କରିବାରେ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରେ। ଅଭିପ୍ରେରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବିଭିନ୍ନ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟତା ରହିଛି। ପ୍ରଥମତଃ, ନିଜ ନିମନ୍ତେ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରିଥିବା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହେବାଲାଗି ଏହା ଆମକୁ ପ୍ରରୋଚିତ କରେ। ଆମର ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହେବା ଲାଗି ଆମକୁ ଜାଗ୍ରତ ବା ସକ୍ରିୟ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ। ଜାଗୃତିର ମାତ୍ରା ସ୍ୱଳ୍ପ ହେଲେ ଆମେ ଅଳସୁଆ ଓ ଶ୍ରାନ୍ତ ଅନୁଭବ କରେ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ମାତ୍ରାଧିକ ଜାଗୃତି ଆମକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟଚ୍ୟୁତ କରିପାରେ। ତେଣୁ, ଏକ ସନ୍ତୁଳିତ ବା ଇଷ୍ଟତମ ସ୍ତରର ଜାଗୃତିକୁ ଅବ୍ୟାହତ ରଖିବା ଲାଗି ଆମେ ଅଭିପ୍ରେରିତ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ। ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ଲୋକମାନେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପନ୍ଥାରେ ଅଭିପ୍ରେରିତ ହୋଇଥାନ୍ତି। କାରଣ ଅର୍ଥ, ପରୀକ୍ଷାରେ ଭଲ ଗ୍ରେଡ଼, ଖାଦ୍ୟ ସଦୃଶ କେତେକ ବାହ୍ୟ ଉଦ୍ଦୀପକ ମାନଙ୍କର ଆନନ୍ଦଦାୟକ ଗୁଣାବଳୀ ଏକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟମୂଳକ ଆଚରଣ କରିବା ଲାଗି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଅଭିପ୍ରେରିତ କରନ୍ତି। ତୃତୀୟତଃ, ବ୍ୟକ୍ତିର ଭାବନା ଓ ପ୍ରତ୍ୟାଶାର ଫଳାଫଳ ହେଉଛି ଅଭିପ୍ରେରଣ। ଏହା ଦୁଇପ୍ରକାରର ହୋଇପାରେ: ଅନ୍ତରୀଣ-ଅଭିପ୍ରେରଣ ଏବଂ ବାହ୍ୟ-ଅଭିପ୍ରେରଣ। କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବେ ଆନନ୍ଦଦାୟକ ହେଉଥିଲେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆଭ୍ୟନ୍ତରରୁ ସୃଷ୍ଟ ଅଭିପ୍ରେରଣ ହେଉଛି ଅନ୍ତରୀଣ-ଅଭିପ୍ରେରଣ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଅର୍ଥ, ବେତନ ଏବଂ ପରୀକ୍ଷାରେ ଗ୍ରେଡ୍ ସଦୃଶ ବାହ୍ୟ ପୁରସ୍କାର ମାନଙ୍କୁ ଆଧାର କରି ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା ଅଭିପ୍ରେରଣ ହେଉଛି ବାହ୍ୟ-ଅଭିପ୍ରେରଣ। ତୁମେ ଦେଖିବ ଯେତେବେଳେ ଅଭିପ୍ରେରଣ ବାହ୍ୟ ନ ହୋଇ ଅନ୍ତରୀଣ ହୋଇଥାଏ ଆମେ ବେଳେବେଳ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରେ ଓ ଉଚ୍ଚଗୁଣ ସଂପର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟଟି ସାଧନ କରିଥାଏ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ଆମେ ମଧ୍ୟ ସମୟେ ସମୟେ ବାହ୍ୟ ପରୁସ୍କାର ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ। ଜୀବନରେ ଉଭୟ ପ୍ରକାରର ଅଭିପ୍ରେରଣର ଗୁରୁତ୍ୱ ରହିଛି। ପରିଶେଷରେ, ଅଭିପ୍ରେରଣାତ୍ମକ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକ ଏକ କ୍ରମଧାରାରେ ପରିତୃପ୍ତ ହୋଇଥାଏ। କ୍ଷୁଧା ଓ ତୃଷା ପରି ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତା ପ୍ରଥମେ ପରିତୃପ୍ତ ହୁଏ ଏବଂ ତତ୍ପରେ କୃତି ଓ କ୍ଷମତା ପରି ଉଚ୍ଚତର ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡ଼ିକ ପରବର୍ତ୍ତି କ୍ରମରେ ତୁଷ୍ଟ ହୋଇଥାନ୍ତି। ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆବଶ୍ୟକତାର କ୍ରମସୋପାନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଜାଣିବା।

ଖ. ଆବଶ୍ୟକତାର ଅଧିକ୍ରମ

ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଆବାହମ ମାସ୍‌ଲୋଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପରିତୃପ୍ତିର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସ୍ତର ହାସଲ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେବ ପୂର୍ବରୁ ଆବଶ୍ୟକତାର ଅନେକ ସୋପାନକୁ ପରିପୂରଣ କରିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରୟାସ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ। ସୁତରାଂ, ସର୍ବନିମ୍ନ ସୋପାନରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରାଥମିକ ଶାରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ତୃପ୍ତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ସମର୍ଥ ହେବା ଦରକାର। ଏଗୁଡ଼ିକ ତୃପ୍ତ ହେବାପରେ ନିରାପତ୍ତା ବା ସୁରକ୍ଷାର ଗରୁତ୍ୱ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନୁଭବ କରେ। ଏହାପରେ ସଂପର୍କ ସ୍ଥାପନ, ଭଲପାଇବା ଓ ପସନ୍ଦଯୋଗ୍ୟ ହେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ଆସେ। ପରିବାର, ବନ୍ଧୁବର୍ଗ ଏବଂ ଧାର୍ମିକ ଗୋଷ୍ଠୀ ସହିତ ସଂପର୍କ ସ୍ଥାପନ ନିମନ୍ତେ ଇଚ୍ଛା ଆମକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆଦୃତ ଓ ପସନ୍ଦ ହେବାର ଅନୁଭବ ଆଣିଥାଏ। ଉକ୍ତ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକୁ ପରିତୃପ୍ତ କରିବାରେ ଯଦି ଆମେ ସଫଳ ହୁଏ ତେବେ ତତ୍ପରେ ଆମେ ଆତ୍ମମୂଲ୍ୟାୟନ, ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ଆତ୍ମ ମର୍ଯ୍ୟାଦାର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଭବ କରେ। ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନରେ ଜ୍ଞାନ ଓ ଉପଲବ୍ଧି ର ଆବଶ୍ୟକତା ଆସିଥାଏ। ଏହା ଅନୁସରଣ କରେ ଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟବୋଧର ଆବଶ୍ୟକତା। ପରିଶେଷର

ଟିପ୍ପଣୀ

ପୂର୍ଣ୍ଣସାମର୍ଥ୍ୟ ବା ଆତ୍ମସିଦ୍ଧି ସୋପାନରେ ଉପନୀତ ହେବାଲାଗି ବ୍ୟକ୍ତି ଅଗ୍ରସର ହୋଇଥାଏ। ଏହି ବ୍ୟକ୍ତି ଆତ୍ମ ସଚେତନଶୀଳତା, ସାମାଜିକ କର୍ତ୍ତବ୍ୟପରାୟଣତା ଏବଂ ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ଆହ୍ୱାନକୁ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାର ଗୁଣାବଳୀର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥାଏ। ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡ଼ିକର ଏପ୍ରକାରର ସଂଗଠନକୁ ଏକ ଅଧିକ୍ରମ ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଚିତ୍ର ନଂ ୮.୧ରେ ଏହ ସୂଚିତ କରାଯାଇଛି।

ଚିତ୍ର ନହ ୮.୧: ମାସ୍‌ଲୋଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ ଆବଶ୍ୟକତାର ଅଧିକ୍ରମ

ଜୀବନ ଗତି କରିବା ସହିତ ଲୋକମାନେ ବିଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ପରିଚାଳିତ କିପରି ପରାଯାଇପାରେ ସେ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଜ୍ଞାନ ଓ ଅଭିଜ୍ଞତା ଅର୍ଜନ କରିବା ସହିତ ସେମାନେ ଅଧିକ୍ରମ ବା କ୍ରମସୋପାନର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତି। ନିଜର ପରିବେଶ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଧିକ୍ରମର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଏବଂ ନିମ୍ନକୁ ଗତିକରିପାରେ। ବିଭିନ୍ନ ସଂସ୍କୃତି ନିମନ୍ତେ ଏହି ଅଧିକ୍ରମ ବାସ୍ତବ ହୋଇନପାରେ। ଏହା ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ସ୍ୱିଡେନ ଏବଂ ନରୱେ ପରି ଦେଶ ମାନଙ୍କରେ ଆତ୍ମସିଦ୍ଧି ଅପେକ୍ଷା ଜୀବନର ଗୁଣବତ୍ତା ଅଧିକ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ସାମାଜିକ ଆବଶ୍ୟକତା ମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ଅନ୍ୱେଷଣ କରାଯାଏ। କେତେକେ ସଂସ୍କୃତିରେ ନିରାପତ୍ତା ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡ଼ିକ ଆତ୍ମସିଦ୍ଧିଠାରୁ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ। ଏଠାରେ କର୍ମ ସନ୍ତୋଷ ଅପେକ୍ଷା ଚାକିରୀର ନିରାପତ୍ତା ଅଧିକ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ।

ଗ. ପ୍ରାଥମିକ ଆବଶ୍ୟକତା

ଆମର ଯାହାକିଛି ଦରକାର ତାହାର ଅଭାବକୁ ଆବଶ୍ୟକତା କୁହାଯାଏ। ଆମ ରକ୍ତରେ ଶର୍କରାର ମାତ୍ରା ହ୍ରାସ ପାଇଲେ ଆମେ କ୍ଷୁଧା ଅନୁଭବ କରୁ। ଏଣୁ କ୍ଷୁଧାକୁ ତୃପ୍ତକରିବା ନିମନ୍ତେ ଆମେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ। ଅଭିପ୍ରାୟ କିମ୍ବା ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାଥମିକ ଓ ଗୌଣ ବିଶିଷ୍ଟ ଅଟନ୍ତି। ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରାଥମିକ ଆବଶ୍ୟକତାମାନେ ଜୈବିକ ବା ଶରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଟନ୍ତି। ଏଥିରେ କ୍ଷୁଧା, ତୃଷା, ଅମ୍ଳଜାନ, ବିଶ୍ରମା, ନିଦ୍ରା, ଉତ୍ତାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ, ଉଷ୍ଣତା, ଆଶ୍ରୟ, ମଳତ୍ୟାଗ ଓ ଯୌନ ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡ଼ିକ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ। ବଞ୍ଚିରହିବା ନିମନ୍ତେ ଏହି ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡ଼ିକୁ ପରିତୃପ୍ତ କରିବାକୁ ହୁଏ। କ୍ଷୁଧା ଓ ନିଦ୍ରା ସଦୃଶ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକର ସ୍ୱରୂପ ଚକ୍ରାକୃତି, ଅର୍ଥାତ୍ ଏମାନଙ୍କର ପୁନରାବୃତ୍ତି ହୋଇଥାଏ। ସୁତରାଂ ନିୟମିତ ଭାବରେ ଆମକୁ ଖାଇବା ଓ ଶୋଇବା ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି। ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ନଖାଇବା କିମ୍ବା ନ ଶୋଇବାର ପ୍ରଭାବକୁ ବୁଝିବା ନିମନ୍ତେ କାର୍ଯ୍ୟ-୧ର ପ୍ରୟାସ କର।

କାର୍ଯ୍ୟ-୧

ପ୍ରାଥମିକ ଆବଶ୍ୟକତା

କ) କାର୍ଯ୍ୟ ସଂପାଦନ ଉପରେ ନିଦ୍ରାର ଅଭାବର ପ୍ରଭାବ- ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରାୟ ୧୬ ଘଣ୍ଟାର ଦୀର୍ଘ ସମୟ ନିମନ୍ତେ ସଜାଗ ରହିବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକର। ତପ୍ପରେ ଦୁଇଟି ଦିଗରେ ନିଜର ଅନୁଭୂତିର ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କର: (୧) ଗୋଟିଏ ଅଧ୍ୟାୟର ବିଷୟବସ୍ତୁକୁ ଶିକ୍ଷାକରିବା ନିମନ୍ତେ କେତେ ସମୟ ନେଉଛ, ଏବଂ (୨) ଏହି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ତୁମର ଅନୁଭବ କ'ଣ ଆସୁଛି ?

ଖ) ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉପବାସ ରହିବାର ପ୍ରଭାବ- ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପାତତଃ ୮ଘଣ୍ଟା କିଛି ନଖାଇବାପାଇଁ ଉଦ୍ୟମ କର। ତୁମେ କିପରି ଅନୁଭବ କରୁଛ ତାହାର ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କର। ଏକ ପାଞ୍ଚମାତ୍ରାର ମାପକରେ ତୁମ ଅନୁଭୂତିର ମୂଲ୍ୟାୟନ ଦୁଇଟି ଦିଗରେ କର: (୧) ନିସ୍ତେଜ ଅନୁଭବର ମାତ୍ରା ଏବଂ (୨) ଉତ୍ତେଜନା ଓ ବରକ୍ତିର ମାତ୍ରା। ଏହା ସହିତ ଏକ ନୂତନ ଅଧ୍ୟାୟ ପଢ଼ିବାରେ ମନଯୋଗ ଦେବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକର। ଅଧ୍ୟାୟଟିକୁ ପଢ଼ିବାକୁ ତୁମେ ସକ୍ଷମ ହେଉଛ କି ? ଯଦି ନୁହେଁ, ଏହାର କାରଣ କ'ଣ ବୋଲି ଭାବୁଛ ?

ଆମ ଶରୀରର ଶାରୀରିକ ଅବସ୍ଥାରେ ଏକ ଅସନ୍ତୁଳନ ହେଉଛି ଅନେକ ଜୈବିକ ଆବଶ୍ୟକତାର ଆରମ୍ଭ ସମୟ। ଆମ ଶରୀର ଏକ ସନ୍ତୁଳନ ଅବସ୍ଥା ଅବ୍ୟାହତ ରଖିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରୟାସ କରେ, ଏହାକୁ ସମାବସ୍ଥା କୁହାଯାଏ। ଏହି ସନ୍ତୁଳନ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ। ଆମ ଶରୀରରେ ପ୍ରଚୁର ଜଳୀୟ ଉପାଦାନ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ, ଶରୀରର ତାପମାତ୍ରା ଖୁବ୍ ଅଧିକ ବା ଖୁବ୍ କମ୍ ହେବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ। ଶର୍କରାର ମାତ୍ରା ମଧ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ହେବା ଜରୁରୀ। ଏହି ସନ୍ତୁଳନକୁ ଅବ୍ୟାହତ ରଖି ନପାରିଲେ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନର କ୍ରିୟାକଳାପ ଗୁଡ଼ିକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଭାବରେ କରିବାକୁ ଆମେ ଅକ୍ଷମ ହୋଇପଡ଼ିବା। ତୁମେ କିମ୍ବା ତୁମ ପରିବାରର ଜଣେ ସଦସ୍ୟ ଜ୍ୱରରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇ କିଛି ଦିନ ପାଇଁ ବିଶ୍ରାମ ନେବା କଥା ତୁମର ମନେପଡୁଛି କି ? ଦୈନନ୍ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟମାନଙ୍କୁ ତୁଲାଇବାକୁ ଆମ ଶରୀର ଭିତରେ ଏକ ସନ୍ତୁଳନ ଅବସ୍ଥାକୁ ବଜାୟ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ।

ଆମେ କାହିଁକି ଖାଉଛେ ବା ଭୋକ ଅନୁଭବ କରୁଛେ ? କ୍ଷୁଧା ଆବଶ୍ୟକତାରେ ଅନେକ କାରକ ସଂପୃକ୍ତ ଅଛନ୍ତି। ପାକସ୍ଥଳୀର ସଂକୋଚନ ବା 'କ୍ଷୁଧାର ଯନ୍ତ୍ରଣା' ପାକସ୍ଥଳୀ ଖାଲିଥିବାର ସୂଚନା ଦିଏ ଏବଂ ରକ୍ତ ସ୍ରୋତରେ ଶର୍କରା ଓ ଜୀବସାରର ମାତ୍ରାରେ ହ୍ରାସ ଆମକୁ କ୍ଷୁଧାର ଅନୁଭବ ଦିଏ। ଏଥିସହିତ ଖାଦ୍ୟର ବାସ୍ନା, ସ୍ୱାଦ ବା ଉପସ୍ଥିତି ଆମ ଭିତରେ ଖାଇବାର ଇଚ୍ଛା ସୃଷ୍ଟିକରେ। ପରେ ତୁମେ ପହଞ୍ଚିବା ସମୟରେ ତୁମ ପ୍ରିୟ ଖାଦ୍ୟର ବାସ୍ନା ତୁମର ଭୋକ ସୃଷ୍ଟି କରେ। ସୁତରାଂ, କ୍ଷୁଧା ଅନୁଭୂତିର ଅନେକ ମିଳିତ କାରଣ ଅଛନ୍ତି। ଏହା ଅବଶ୍ୟ ବିସ୍ମୟର କଥା ଯେ ତୁମେ ଖାଦ୍ୟ ବିନା ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଯାଇପାର କିନ୍ତୁ ଜଳବିନା ନୁହେଁ। ସ୍ୱେଦପ୍ରବାହ, ଶ୍ୱାସପ୍ରକ୍ରିୟା ଏବଂ ପରିସ୍ରା ଯୋଗୁଁ ଶରୀରରେ ଜଳୀୟ ଉପାଦାନର ହ୍ରାସଘଟିଲେ ଆମେ ତୃଷା ଅନୁଭବ କରିଥାଏ।

ପ୍ରାଥମିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଉପରେ ସଂସ୍କୃତି ଓ ପରିବେଶର ପ୍ରଭାବ

କ୍ଷୁଧା ସଦୃଶ ଆମର ଜୈବିକ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକ ପରିବେଶଗତ କାରକ ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୁଅନ୍ତି, ଏହା ତୁମେ ଜାଣ କି ? କେବଳ ରକ୍ତରେ ଶର୍କରାର ମାତ୍ରା ହ୍ରାସ ଯୋଗୁଁ ନୁହେଁ ବରଂ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ପ୍ରାୟତଃ ଆମେ କ୍ଷୁଧା ଅନୁଭବ କରିଥାଉ। କ୍ଷୁଧା ଓ ଖାଇବା ଉପରେ ଯେଉଁ ପରିବେଶଗତ କାରକ ମାନଙ୍କର ପ୍ରଭାବ ରହିଛି, ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛନ୍ତି:

- ଶିକ୍ଷାକରିଥିବା ଅଭ୍ୟାସ ଓ ରୁଚି: ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପିଜାଖାଇବାକୁ ଭଲପାଉଥିଲେ ଭୋକ ନଥାଇ ମଧ୍ୟ ତାହା ଖାଇବାକୁ ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି।
- ମାନସିକ ଚାପ ଖାଇବା ବୃଦ୍ଧିକରିପାରେ- ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ହେଉଛି, ପରୀକ୍ଷାଜନୀତ ଚାପ କେତେକ ଛାତ୍ରଙ୍କୁ ଆବଶ୍ୟକତାଠାରୁ ଅଧିକ ଖାଇବାକୁ ପ୍ରରୋଚିତ କରେ।
- ବାହ୍ୟ ସଂକେତ କ୍ଷୁଧା ସୃଷ୍ଟିକରେ- ରାତ୍ରି ଭୋଜନର ସମୟ ହୋଇଗଲେ ବା ସେ ସମୟରେ ମାଆ ଖାଇବାକୁ ଡାକିଲେ ତୁମେ ଭୋକ ଅନୁଭବ କର। ଖାଦ୍ୟର ବାସ୍ନା ଏବଂ ଆକର୍ଷଣୀୟତା ମଧ୍ୟ ତୁମକୁ କ୍ଷୁଧାର୍ତ୍ତ କରନ୍ତି।

- ଖାଦ୍ୟକୁ ବାରଣ କରାଯିବା– ଯଦି ଜଣେ ରୋଗୀକୁ ଡାକ୍ତର ମିଠାଖାଇବାକୁ ବାରଣ କରନ୍ତି ତେବେ ସେ ତାହା ଖାଇବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରବଳ ଇଚ୍ଛା କରିଥାଏ।

ଘ. ଗୌଣ ଆବଶ୍ୟକତା

ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ କିମ୍ବା ସାମାଜିକ ଅଭିପ୍ରାୟଗୁଡ଼ିକ ଗୌଣ ଆବଶ୍ୟକତାରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ। ସାମାଜିକ ସମୂହ, ବିଶେଷ କରି ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ରହି ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଶିକ୍ଷାଲାଭ କରାଯାଉଥିବା କାରଣରୁ ଏହାକୁ ସାମାଜିକ ଅଭିପ୍ରେରଣା କୁହାଯାଏ। ଶିଶୁମାନଙ୍କର ବୃଦ୍ଧିସହିତ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସଂପର୍କରେ ଆସି ସେମାନେ କେତେକ ଆବଶ୍ୟକତାର ଶିକ୍ଷାଲାଭ କରନ୍ତି। ଏହି ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକ ଏକ ସାମୂହିକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ପରିତୃପ୍ତ ହୋଇପାରେ। ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ, ପିତାମାତା, ଭୂମିକାର ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଏବଂ ସାମାଜିକ –ସାଂସ୍କୃତିକ ପ୍ରଭାବ ମାଧ୍ୟମରେ ଶିଶୁମାନେ କୃତି ଅଭିପ୍ରେରଣ ଶିକ୍ଷାଲାଭ କରନ୍ତି। କେତେକ ସାଧାରଣ ସାମାଜିକ ଅଭିପ୍ରେରଣ ହେଉଛନ୍ତି:

କୃତି: ସଫଳତା ଓ ଉତ୍କର୍ଷତା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ କରିବା, କଠିନ କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧନ କରିବା।

ସହବନ୍ଧନ: ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସାନ୍ନିଧ୍ୟର ଅନ୍ୱେଷଣ କରିବା ଓ ଉପଭୋଗ କରିବା, ବନ୍ଧୁତା ସ୍ଥାପନ କରିବା।

କ୍ଷମତା: ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରିବା, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଓ ପ୍ରବର୍ତ୍ତାଇବା।

ପୋଷଣ: ଶିଶୁ, ବୟସ୍କ ବା ଅସୁସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ସେବା ଯତ୍ନ ଓ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା।

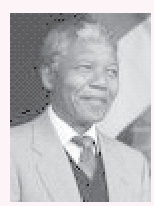
ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ଭାବନା: ଲଢ଼େଇ କରିବା, ପ୍ରତିପକ୍ଷକୁ ବଳପ୍ରୟୋଗ କରି ପରାହତ କରିବା, ଆଘାତ ଓ ବିଦ୍ରୂପ କରିବା।

ଅନ୍ୱେଷଣ: ବିଭିନ୍ନ ଉଦ୍ଦୀପକର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବା, ନୂତନତ୍ୱର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବା।

ସାମାଜିକ ଅଭିପ୍ରେରଣର ପ୍ରକାର ଓ ମାତ୍ରାରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଥାଏ। ଉଦାହରର ସ୍ୱରୂପ, କୃତି ଓ ସହବନ୍ଧନର ଆବଶ୍ରକତା ତୁମ ପାଖରେ ଅଧିକ ଥିବାବେଳେ, ତୁମର ସାଙ୍ଗପାଖରେ ସାଧାରଣ ମାତ୍ରାର କୃତି ଆବଶ୍ୟକତା ଓ ସ୍ୱଳ୍ପମାତ୍ରାର ସହବନ୍ଧନ ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଇପାରେ। କିମ୍ବା ତୁମର ଉଚ୍ଚମାତ୍ରାର ସହବନ୍ଧନ ଆବଶ୍ୟକତା ଥିବାବେଳେ ତୁମ ସାଙ୍ଗର ଅନ୍ୱେଷଣାତ୍ମକ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଧିକ ଥାଇପାରେ।

ମଦର ଟେରେସା: ଗରିବ, ରୋଗୀ ଏବଂ ନିରାଶ୍ରିତ ମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ମଦର ଟେରେସାଙ୍କର ଚିନ୍ତାଭାବନା ତାଙ୍କୁ ୧୯୫୦ ମସିହାରେ ଦାତବ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠାନ (Missionaries of Charity) ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରରୋଚିତ କରିଥିଲା। ବିଦ୍ୟାଳୟ, ଚିକିତ୍ସାଳୟ, ଅନାଥାଶ୍ରମ, ଯୁବପରାମର୍ଶ କେନ୍ଦ୍ର ଆଦି ଏହା ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହୁଏ। ଏହା ଭୋକିଲାଙ୍କୁ ଖାଦ୍ୟ, କୁଷ୍ଠରୋଗୀ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖରେ ପଡ଼ିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ବାସଗୃହ ଯୋଗାଇଥାଏ। ଅଗଣିତ ଲୋକଙ୍କ ହୃଦୟକୁ ମଦର ଟେରେସାଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ପର୍ଶକରିପାରିଛି। ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଚିନ୍ତା, ତାଙ୍କ ଭିତରେ ପୋଷଣ ଆବଶ୍ୟକତାର ପ୍ରାବଲ୍ୟତାର ସୂଚନା ଦିଏ। ମଦର ଟେରେସାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଲିଖିତ କବିତାକୁ www.youtube.com ରୁ ପଢ଼।

ନେଲ୍‌ସନ ମାଣ୍ଡେଲା: ନେଲ୍‌ସନ୍ ମାଣ୍ଡେଲା ନିଜକୁ ଆଫ୍ରିକାବାସୀଙ୍କୁ ସଂଗ୍ରାମରେ ଉତ୍ସର୍ଗ କରିଦେଇଥିଲେ ଏବଂ ନିଜ ଲୋକମାନଙ୍କର ସ୍ୱାଧୀନତା ହାସଲ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ୨୭ବର୍ଷର ବନ୍ଦୀଜୀବନ ଅତିବାହିତ କରିଥିଲେ। ବାସ୍ତବରେ ସେ ବ୍ୟକ୍ତଗତ ସ୍ୱାଧୀନତା ଚାହୁଁ ନଥିଲେ ବରଂ ସାଧାରଣ ଜନତାର ସ୍ୱାଧୀନତା ନିମନ୍ତେ ସଂଗ୍ରାମ କରିଥିଲେ। ମହାତ୍ମାଗାନ୍ଧୀଙ୍କର ଚିନ୍ତାଧାରା ଦ୍ୱାରା ସେ ବିଶେଷ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥିଲେ। ଶାନ୍ତି ଓ ସଂଗତିପୂର୍ଣ୍ଣ ସହବସ୍ଥାନ, ଏବଂ ସମସ୍ତଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ସମାନ ସୁଯୋଗ ପ୍ରାପ୍ତି ତାଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ। କଠିନ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କରିବା ନିମନ୍ତେ ନେଲ୍‌ସନ ମାଣ୍ଡେଲା ସମର୍ଥ ହୋଇଥିଲେ ଏବଂ ତାଙ୍କର ଅଙ୍ଗୀକାରବଦ୍ଧତା ତାଙ୍କର ଜୀବନର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟକୁ ସଫଳ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥିଲା। www.youtube.com ରେ 'Making of Poverty History - Nelson Mandel'ଏବଂ 'First Nelson Mandela Interview' ର ଦୃଶ୍ୟାବଳୀ ଦେଖ ଓ ଶୁଣ।



ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକୁ ତିନିଗୋଟି ମୌଳିକ ପ୍ରକାରେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ବର୍ଗୀକରଣ କରିପାରିବା: ଜୀବନଧାରଣ ଆବଶ୍ୟକତା ଯେଉଁଥିରେ ବଞ୍ଚିରହିବାନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଥମିକ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ; ସଂପର୍କସ୍ଥାପନ ଆବଶ୍ୟକତାରେ ନିରାପତ୍ତା, ଅଂଶଭୁକ୍ତ ମନୋଭାବ, ମୂଲ୍ୟାୟନ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସାମାଜିକ ସଂପର୍କ ସ୍ଥାପନର ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକ ସଂପୃକ୍ତ, ଏବଂ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଆବଶ୍ୟକତା ଯାହାକି ବ୍ୟକ୍ତିର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ବିକଶିତ କରିବାରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ। ଏହା ଜାଣିବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଯେ ଜୈବିକ ଓ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକ ପରସ୍ପରଠାରୁ ଭିନ୍ନ ରହି କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତି ନାହିଁ। ସେମାନେ ପରସ୍ପରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥାନ୍ତି ଏବଂ ମନୁଷ୍ୟର ବ୍ୟବହାରକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରନ୍ତି।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୮.୧

୧. ଅଭିପ୍ରେରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବ୍ୟାଖ୍ୟାକର।

୨. ପ୍ରାଥମିକ ଓ ଗୌଣ ଅଭିପ୍ରେରଣ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦର୍ଶାଅ।

୩. ମାସ୍‌ଲୋଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଧିକ୍ରମ ବର୍ଣ୍ଣନା କର।

୪. ଆମର ଆବଶ୍ୟକତା ଓ ଅଭିପ୍ରେରଣରେ ସଂସ୍କୃତି ଓ ପରିବେଶର ଭୂମିକା ଆଲୋଚନା କର।

କୌତୁକପ୍ରଦ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ-୧

୧. ଅଭାବକୁ ତୃପ୍ତ କରିବା ଦିଗରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଗତିଶୀଳତା ଯେଉଁ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟିକରେ, ତାହାକୁ କୁହାଯାଏ:
(କ) ଆବଶକତା (ଖ) ପ୍ରୋତ୍ସାହକ (ଗ) ଅଭିପ୍ରେରଣ (ଘ) ଲକ୍ଷ୍ୟ

୨. ଗୌଣ ଆବଶ୍ରକତାକୁ ଶିକ୍ଷା କରାଯାଏ .... ମାଧ୍ୟମରେ।
(କ) ଜୈବିକ ଆବଶ୍ୟକତା (ଖ) ସାମାଜିକ ମିଳାମିଶା
(ଗ) ଅନ୍ତରୀଣ ପ୍ରକିୟାକରଣ (ଘ) ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଆବଶ୍ୟକତା

୩. ମାସ୍‌ଲୋଙ୍କ ଅନୁସାରେ ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛନ୍ତି:
(କ) ନିରାପାତ୍ତା (ଖ) ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ (ଗ) ସ୍ନେହ (ଘ) ଜୈବିକ

୪. ପ୍ରତ୍ୟେକ ଥର ପରୀକ୍ଷାରେ ଉତ୍ତମ ଫଳାଫଳ ପାଇଁ ରୀମା ୨୦ଟଙ୍କା ପାଏ। ରୀମା ଗ୍ରହଣ କରୁଛି:
(କ) ଅନ୍ତରୀଣ ଅଭିପ୍ରେରଣ (ଖ) ବାହ୍ୟ ଅଭିପ୍ରେରଣ
(ଗ) ପ୍ରାଥମିକ ଆବଶ୍ୟକତା (ଘ) ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଆବଶ୍ୟକତା

୫. ଯେହେତୁ ନୂତନ ବିଷୟ ଓ ଘଟଣା ସଂପର୍କରେ ଅନୁଧ୍ୟାନ ଓ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଅଶୋକ ପସନ୍ଦକରେ, ତେବେ ତାର ଅଧିକ ________________ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି।
(କ) ସ୍ନେହ (ଖ) ପୋଷଣ (ଗ) ଅନ୍ୱେଷଣ (ଘ)କୃତି

୮.୨ ପ୍ରକ୍ଷୋପଭର ପ୍ରକୃତି

ସକରାତ୍ମକ କିମ୍ବା ନକରାତ୍ମକ ଅନୁଭୂତି ସହିତ ଜଡିତ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଉପଲବ୍ଧି ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅନୁଭବ କରିଛେ। ଏକ ଚଳଚିତ୍ର ଦେଖିବା ସମୟରେ ଖୁସି ଅନୁଭବ କରିବା, ପଡ଼ୋଶୀଘରର ଏକ ସୁନ୍ଦର ଫୁଲଦାନୀ କୁ ଭାଙ୍ଗିଦେଇଥିବା ଯୋଗୁଁ ଲଜ୍ଜିତ ହେବା, କିମ୍ବା ସବୁଠୁ ଭଲ ସାଂଗ ସହିତ କଳିକରି ଦୁଃଖିତ ହେବା ଆଦି ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଅଟନ୍ତି। ଆମର ଦୈନନ୍ଦିନ ବ୍ୟବହାରକୁ ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନେ ଆଲୋଡ଼ିତ କରିଥାନ୍ତି।

କ. ପ୍ରକ୍ଷୋଭର କାର୍ଯ୍ୟାବଳୀ

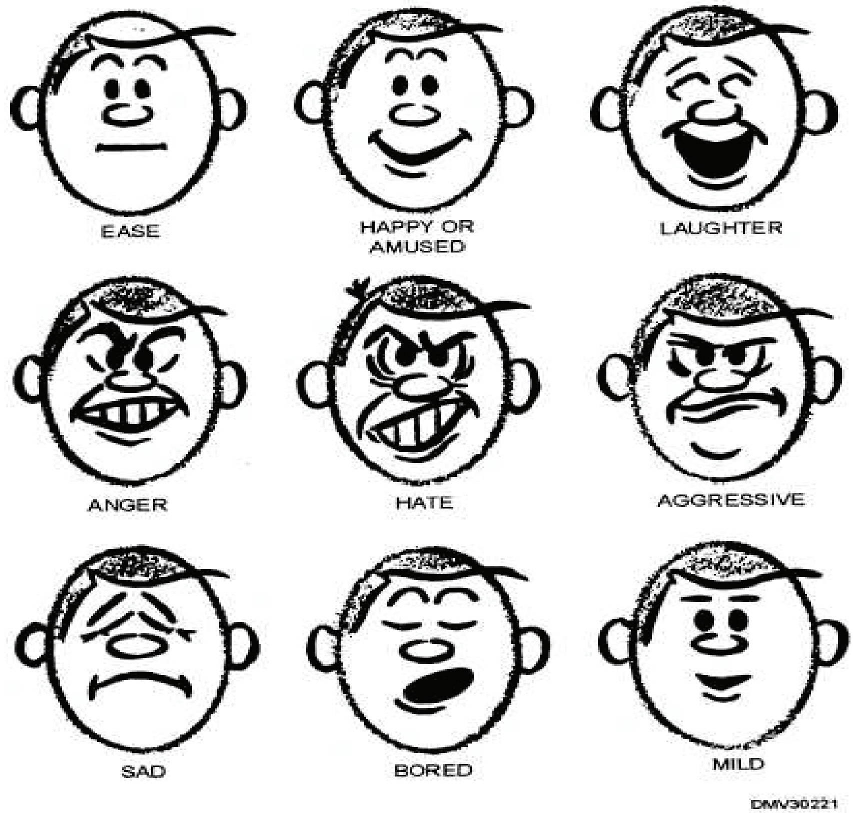
ଆମଜୀବନରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଗଗୁଡ଼ିକ ବିଭିନ୍ନ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ବାହ କରନ୍ତି।

- ସକ୍ରିୟତା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନେ ଆମକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତି: ଯେତେବେଳେ ତୁମ ଆଡ଼କୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ବନ୍ଧୁକ ଉଠାଇବାର ତୁମେ ଦେଖ, ଭୟର ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଓ ଏଥି ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଶରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନମାନ ସେ ସ୍ଥାନରୁ ଦୌଡ଼ି ପଳାଇବା ନିମନ୍ତେ ତୁମକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି।
- ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନେ ଆମର ବର୍ତ୍ତମାନର କ୍ରିୟାକଳାପକୁ ସୁବ୍ୟବସ୍ଥିତ କରିବା ସହିତ ଭବିଷ୍ୟତ ବ୍ୟବହାରକୁ ଶୃଙ୍ଖଳିତ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଅନ୍ତି: ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରି ଭବିଷ୍ୟତରେ ସଠିକ୍ ଅନୁକ୍ରିୟା କରିବାର ସମ୍ଭାବନାକୁ ବୃଦ୍ଧିକରିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି। ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆମକୁ ଭୟଭୀତ କରେ ଆମେ ଭୟବଶତଃ ସେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ସାମନା ନକରିପାରି ଏଡ଼େଇ ଯାଉ। ସକରାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭଗୁଡ଼ିକ ପୁନର୍ବଳନ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତି, ଯେପରି ଆମକୁ ଆମୋଦିତ ଓ ପ୍ରଶଂସିତ କରୁଥିବା କ୍ରିୟାମାନଙ୍କୁ ପୁନର୍ବାର କରିବାକୁ ଆମେ ଇଚ୍ଛାକରେ।
- ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ଫଳପ୍ରଦସହକାରେ ପାରସ୍ପରିକ କ୍ରିୟା କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି: ଆମେ ଆମର ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଗୁଡ଼ିକୁ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ସମୟରେ ଅନ୍ୟମାନେ ତାହା ଦେଖି ଆମର ବ୍ୟବହାର ଶୈଳୀ ସହିତ ପରିଚିତ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ପୁନଶ୍ଚ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଆମେ କିପରି ବ୍ୟବହାର କରିବା ତାହା ସେମାନେ ଜାଣିପାରନ୍ତି। ଠିକ୍ ସେହିପରି ଅନ୍ୟ ଲୋକମାନଙ୍କର ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିରୁ ସେମାନଙ୍କ ସହିତ ଆମେ କିପରି ବ୍ୟବହାର କରିବା ତାହା ବୁଝିବାରେ ଆମକୁ ସାହାଯ୍ୟ ମିଳିଥାଏ।

କାର୍ଯ୍ୟ-୨

କେତେକ ପରିସ୍ଥିତି ଯାହା ସହିତ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ତାହା କ-ସ୍ତମ୍ଭରେ ରହିଛି। ସେହି ପରିସ୍ଥିତି ମାନଙ୍କରେ ଆମେ ଯେଉଁ ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନଙ୍କୁ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ ସେଗୁଡ଼ିକ ଖ-ସ୍ତମ୍ଭରେ ରହିଛି। କ-ସ୍ତମ୍ଭ ଓ ଖ-ସ୍ତମ୍ଭକୁ ମେଳାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକର:

	କ-ସ୍ତମ୍ଭ	ଖ-ସ୍ତମ୍ଭ
୧.	ତୁମର ସବୁଠାରୁ ଭଲ ସାଙ୍ଗସହିତ କଳି ହେଲା	(୧) ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ, ଉତ୍ତେଜନା
୨.	ତୁମକୁ ଏକ ସାକ୍ଷାତକାର/ପରୀକ୍ଷା ଦେବାର ଅଛି	(୨) ଭୟ, ଶଙ୍କା
୩.	ତୁମେ ତୁମ ପରିବାର ସହିତ ଏକ ବଣଭୋଜି କରିବାକୁ ଯାଉଛ	(୩) ଦୁଃଖ, ଶୋକ
୪.	ତୁମେ ଯେଉଁ ପରୀକ୍ଷାରେ ଭଲ କରିନାହଁ ବୋଲି ଭାବୁଥିଲ ତାହାର ଫଳାଫଳ ଜାଣିବାକୁ ବାହରିଛ	(୪) ଅତିବିରକ୍ତି
୫.	ଏକ ଅପ୍ରତ୍ୟାଶିତ ଉପହାର ତୁମେ ଗ୍ରହଣ କରିଛ	(୫) ଆସନ୍ନ ଭୟ, ଶଙ୍କା
୬.	ଜଣେ ଲୋକ ପାନ/ଜର୍ଦ୍ଦା ଖେଇବାଇ ରାସ୍ତାଉପରେ ପିକ ପକାଇବାର ଦେଖୁଛ	(୬) ଉତ୍ତେଜନା, ଆନନ୍ଦ



ଚିତ୍ର ୮.୨: ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି

ଖ. ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଉପାଦାନ

ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ତିନିଗୋଟି ଉପାଦାନ ବା ଅଂଶବିଶେଷ ରହିଅଛି:

୧. **ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ:** ଏକ ପ୍ରକ୍ଷୋଗଜନିତ ଅନୁଭୂତି ସମୟରେ ଆମ ଶରୀରରେ କେତେକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଥାଏ। ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ହୃତ୍ ସ୍ପନ୍ଦନରେ ବୃଦ୍ଧି, ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧି, ଚକ୍ଷୁତାରକାର ଆକାର ବୃଦ୍ଧି, ସ୍ୱେଦ ନିର୍ଗମନ, ଦ୍ରୁତ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଏବଂ ଶୁଷ୍କ ମୁଖଗହ୍ୱର। ଗତ ପରୀକ୍ଷା ଦେବା ନିମନ୍ତେ ଯିବା ସମୟର କିମ୍ବା ଛୋଟ ଭାଇ ଉପରେ ତୁମେ ରାଗିଥିବା କଥା ଭାବ। ତୁମେ ଏହି ସବୁ ଶରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଗୁଡ଼ିକର ଅନୁଭୂତି ପାଇଥିବ।

୨. **ବ୍ୟବହାରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି:** ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିରୁ ଅନୁଭୂତିର ବାହ୍ୟ ଓ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ସୂଚକକୁ ବ୍ୟବହାରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି କୁହାଯାଏ। ମୁଖମଣ୍ଡଳୀୟ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ, ଅଙ୍ଗ ବିକ୍ଷେପ, ପଳାୟନ, ହାସ୍ୟ, କ୍ରୋଧ ବ୍ୟଞ୍ଜକ ଦୃଷ୍ଟି, ଚୌକିରେ ହଠାତ୍ ବସିପଡ଼ିବା ଇତ୍ୟାଦି ଏଥିରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ। ମୁଖମଣ୍ଡଳୀୟ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଭୟ, କ୍ରୋଧ, ଦୁଃଖ, ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ, ଅତିବିରକ୍ତି ଏବଂ ଆନନ୍ଦ ଭଳି ଛଅଗୋଟି ମୌଳିକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇଥାଏ। ଅର୍ଥାତ୍, ସାରା ପୃଥିବୀରେ ସମସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ପ୍ରକ୍ଷୋଭଗୁଡ଼ିକ ସହଜରେ ଚିହ୍ନି ହୋଇପାରେ।

୩. **ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ଅନୁଭବ:** ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅନୁଭବ ମଧ୍ୟ ପ୍ରକ୍ଷୋଭରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ। ଆମେ ଅନୁଭବ କରୁଥିବା ପ୍ରକ୍ଷୋଭେଗୁଡ଼ିକର ଖୁସୀ, ଦୁଃଖ, କ୍ରୋଧ, ଅତିବିରକ୍ତି ସଦୃଶ ନାମକରଣ କରିଥାଏ। ଅବଶ୍ୟ ଏପରି ନାମକରଣ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅତୀତ ଅଭିଜ୍ଞତା ଓ ସଂସ୍କୃତି ଆଧାରରେ କରାଯାଏ। ଜଣେ ଲୋକ ହାତରେ

ବାଡ଼ିଟିଏ ଦେଖି ଆମେ ଦୌଡ଼ି ପଳାଇଥାଉ କିମ୍ବା ତା' ସହିତ ଲଢ଼େଇ କରିବାକୁ ନିଜକୁ ଆମେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାଏ। ଯଦି ଜଣାଶୁଣା ଗାୟକ ତୁମ ଅଞ୍ଚଳକୁ ଆସନ୍ତି ତୁମେ ତୁମର ପ୍ରିୟ ଗୀତ ଗୁଡ଼ିକୁ ଶୁଣିବା ପାଇଁ ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇଥାଅ। ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ଅନୁଭୂତିର ଏକ ମହତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଂଶ ହେଉଛି ପରିସ୍ଥିତିର ଉପଲବ୍ଧି ବା ଜ୍ଞାନ। କେତେକ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତିଯେ ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଚିନ୍ତାକରେ ଓ ତାପରେ ଅନୁଭବ କରେ। କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟମାନେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଗୁଡ଼ିକ ଏତେ ଦ୍ରୁତଯେ ପରିସ୍ଥିତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଚିନ୍ତାକରିବାର ପ୍ରଶ୍ନଉଠେନାହିଁ। ତୁମ ମତରେ କେଉଁଠି ବ୍ୟାଖ୍ୟାଟି ସଠିକ୍ ତାହାକୁ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ନିମନ୍ତେ କାର୍ଯ୍ୟ-୩କୁ ନିଜେ କର। ତେବେ, ମନୁଷ୍ୟର ପ୍ରକ୍ଷୋଭରେ ଅତୀତ ଅଭିଜ୍ଞତା, ସଂସ୍କୃତି ଓ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭିନ୍ନତା ପରି ଅନେକ କାରକମାନଙ୍କର ସଂପୃକ୍ତି ରହିଛି। ଏଣୁ, ବେଳେବେଳେ ଆମେ ପ୍ରଥମେ କ୍ରିୟାକରେ ଓ ପରେ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଚିନ୍ତାକରେ, ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପରିସ୍ଥିତିରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଚିନ୍ତାକରେ।

କାର୍ଯ୍ୟ – ୩

ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଓ ଚିନ୍ତନ

ଚିନ୍ତାକରି ଉତ୍ତର ଦିଅ: ଗୋଟିଏ କୁକୁର ଆକସ୍ମିକ ଭାବରେ ତୁମ ଆଡ଼କୁ ଭୁକି ଭୁକି ଆସୁଥିବାର ଦେଖି ତୁମେ ପ୍ରଥମେ ଦୂରକୁ ଦୌଡ଼ି ପଳାଅ ନା "ମୁଁ କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ୍" ଏହା ପ୍ରଥମେ ଚିନ୍ତାକର ଏବଂ ତାପରେ ଦୌଡ଼ିବାର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଅ ? ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିମାନଙ୍କର ଏକ ତାଲିକା କର ଯେଉଁଠାରେ ତୁମେ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାର ଅଧିକ ସମ୍ଭାବନା ଅଛି। ପୁଣି ଅନ୍ୟକିଛି ପରିସ୍ଥିତିର ତାଲିକାଟିଏ କର ଯେଉଁଠାରେ ତୁମେ ପ୍ରଥମେ ଚିନ୍ତାକର ଓ ପରିସ୍ଥିତିର ଆକଳନ କର ଏବଂ ତାପରେ ତୁମେ ଅନୁକ୍ରିୟା ପ୍ରକାଶ କର।

ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ଆମେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନଙ୍କର ଏକ ମିଶ୍ରିତ ଅନୁଭବ ପାଏ। ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ, ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଲଟେରୀରେ ଜିତିଯାଏ ସେ ଧକ୍କା, ଅବିଶ୍ୱାସ, ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଓ ଆନନ୍ଦର ଏକ ମିଶ୍ରିତ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରେ। ଆମ୍ଭେମାନେ ମଧ୍ୟ ପରସ୍ପରର ଅନୁଭବ ସହିତ ପରିଚିତ ଏବଂ ଏହି ଅନୁଭବର ଅର୍ଥ ଜଣଙ୍କପାଇଁ କ'ଣ ତାହା ଜାଣୁ। ଏଣୁ ତୁମେ ଜାଣିପାର ଯେ ଉପହାରଟିଏ ପାଇଲେ ତୁମ ସାଙ୍ଗ ଖୁସୀ ହୁଏ ଏବଂ ତା ସହିତ କଳହ କଲେ ସେ ଦୁଃଖିତ ହୁଏ। ତେବେ ତୁମର ଆନନ୍ଦ ଓ ଭୟଜନିତ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଅନୁଭବ ତୁମ ସାଙ୍ଗଠାରୁ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ। ଚାଲି ଚାଲି ବୁଲିବା ହୁଏତ ତୁମକୁ ଆନନ୍ଦପ୍ରଦାନ କରିପାରେ ଯେତେବେଳେ କି ତୁମ ସାଙ୍ଗ ତାର ମାଆଙ୍କର ଆଲିଙ୍ଗନରେ ଖୁସୀ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ। ତୁମ ପାଇଁ କିମ୍ବା ତୁମ ସାଙ୍ଗ ପାଇଁ ଏକ ଅନୁଭବର ଅର୍ଥ ଅତୀତ ଅଭିଜ୍ଞତା ଓ ସ୍ମୃତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ।

କାର୍ଯ୍ୟ-୪

ଆମର ଅନୁଭବକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାର ଅନେକ ପନ୍ଥାଅଛି। ଲୋକ ମାନେ ଅନୁଭବ କରୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଗୁଡ଼ିକର ଏକ ତାଲିକା କର। ତୁମ ନିଜର ମଧ୍ୟ ଏକ ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କର। ତୁମ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ଓ ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ପଚାର। ମନୁଷ୍ୟର ପ୍ରକ୍ଷୋଭଗୁଡ଼ିକର ଲମ୍ବାତାଲିକାରୁ ତୁମେ ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରିବ ଯେ ଏହା କେତେ ବିସ୍ତୃତ।

ଗ. ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଓ ସଂସ୍କୃତି

ସମସ୍ତ ସଂସ୍କୃତିର ଲୋକମାନେ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଗୁଡ଼ିକୁ ସମାନଭାବରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି କି ? ହଁ, ଗବେଷଣାରୁ ସୂଚନା ମିଳିଛି ଯେ ଛଅଗୋଟି ମୌଳିକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ସାର୍ବଜନୀନ ଅଟେ। ଏଣୁ, ଭାରତୀୟ, ଆମେରିକା ବାସୀ, ଜର୍ମାନୀ କିମ୍ବା ଜାପାନୀ ଲୋକେ ଆନନ୍ଦ ଓ ଭୟକୁ ସମାନ ଭାବରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି। ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଥମିକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଏକ ଅନନ୍ୟ ମୁଖମଣ୍ଡଳୀୟ ଓ ମାଂସପେଶୀୟ ଚଳନର ସମାହାର ସହିତ ଜଡ଼ିତ।

ତୁମେ ବୁଝିବା ଆବଶ୍ୟକ ଯେ ବିଭିନ୍ନ ଦେଶର ଲୋକମାନଙ୍କର ଆଚରଣ ତୁମଠାରୁ ଭିନ୍ନ ଅଟେ, ଇଟାଲୀୟମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଜାପାନୀମାନେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ସ୍ୱଳ୍ପ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି। ଯଦି ମୌଳିକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଗୁଡ଼ିକ ସାର୍ବଜନୀନ ତେବେ ପ୍ରଦର୍ଶନରେ ଏପରି ଭିନ୍ନତାର କାରଣ କ'ଣ ? ଏହାର ଉତ୍ତରରେ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ଆମେ ଜନ୍ମ ପରେ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ଓ ଅନ୍ୟଲୋକମାନଙ୍କ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସୁ। ଏହି ସାମାଜିକ ଅଭିଜ୍ଞତା ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ସ୍ୱୀକୃତ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଶୈଳୀର ନିୟମାବଳୀକୁ ଶିକ୍ଷାକରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଏହି ନିୟମାବଳୀ ବାଲ୍ୟାବସ୍ଥାରେ ଶିକ୍ଷାଲାଭ କରାଯାଏ ଏବଂ ଏହି ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନଙ୍କର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିରେ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ। ତୁମେ ନାପସନ୍ଦ କରଥିବା ଏକ ଉପହାର ପାଇଥିବା ଭଳି କୌଣସି ଘଟଣାକୁ ମନେପକାଅ। ମୁହଁରେ ହସ ଫୁଟାଇ ଉଦାରତା ସହକାରେ ତୁମେ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇ ନ ଥିଲକି ? ଏଭଳି ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିକୁ 'କୃତ୍ରିମ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ' କୁହାଯାଏ। ଅତି ଆଗ୍ରହର କଥା ହେଉଛି ଏମିତି ଅନେକ ଉଦାହରଣ ରହିଛି ଯେତେବେଳେ କି ଏକ କୃତ୍ରିମ ହସ ଓ ପ୍ରକୃତ ହସ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ତୁମେ ଲକ୍ଷ୍ୟକରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେବ।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୮.୨

୧. ଆମ ଜୀବନରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର କାର୍ଯ୍ୟାବଳୀ ଉଲ୍ଲେଖ କର।

___

୨. ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସହକାରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଉପାଦାନମାନଙ୍କୁ ଚିହ୍ନଟକର।

___

୩. ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ନିୟମାବଳୀ କିପରି ସଂସ୍କୃତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ ଉଲ୍ଲେଖ କର।

___

କୌତୁକପ୍ରଦ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ-୨

ନିମ୍ନ ଲିଖିତ ଉକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଠିକ୍ ବା ଭୁଲ ଦର୍ଶାଅ:

୧. କ୍ରିୟା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଆମକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରେ। (ଠିକ୍/ଭୁଲ୍)

୨. ଏକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ ଅନୁଭବ କରିବା ସମୟରେ କୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟେ ନାହିଁ। (ଠିକ୍/ଭୁଲ୍)

୩. କେବଳ ମୁଖମଣ୍ଡଳୀୟ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ପ୍ରଦର୍ଶନ ହୋଇପାରେ। (ଠିକ୍/ଭୁଲ୍)

୪. ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ନାମକରଣ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅତୀତ ଅଭିଜ୍ଞତା ଓ ସଂସ୍କୃତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ। (ଠିକ୍/ଭୁଲ୍)

୫. ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ନିୟମାବଳୀ ହେଉଛନ୍ତି ସ୍ୱୀକୃତ ପନ୍ଥା ଯାହାକି ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିରେ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇଥାଏ। (ଠିକ୍/ଭୁଲ୍)

୮.୩ ମନୁଷ୍ୟ ବ୍ୟବହାରରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଓ ଅଭିପ୍ରେରଣର ଭୂମିକା

ତୁମକୁ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପରୀକ୍ଷାଦେବାକୁ ଅଛି, କିମ୍ବା ଶ୍ରେଣୀରେ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିବାରୁ ତୁମେ ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ବାହାରିଛ, କିମ୍ବା ମଧ୍ୟରାତ୍ରିରେ ଏକ ଅନ୍ଧାରେ ଗଳିରେ ଏକୁଟିଆ ଗଲାବେଳେ କେହି ଜଣେ ତୁମକୁ ଅନୁସରଣ କରୁଛି। ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିମାନଙ୍କରେ ତୁମର କୌଣସି ଅନୁଭବ ଆସୁନଥିବା ବିଷୟରେ ତୁମେ କେବେ କଳ୍ପନା କରିପାରୁଛ କି ? କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଅଭିପ୍ରେରଣର ଅନୁପସ୍ଥିତି ଏବଂ ଅନୁଭବର ଅନୁପସ୍ଥିତି ଆମକୁ ଏକ ଯନ୍ତ୍ରମାନବ ଶୈଳୀରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଭଳି ବ୍ୟକ୍ତିରେ ପରିଣତ କରେ।

ଟିପ୍ପଣୀ

ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ ଦୁଇଟି ଭିନ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟୟ ରୂପେ ବୁଝିବା ଲାଗି ଆମେ ଉଦ୍ୟମ କରିଛେ । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବ ଜୀବନରେ ଉଭୟେ ଘନିଷ୍ଠଭାବେ ଜଡ଼ିତ ଓ ସଂପର୍କିତ । ଏଣୁ ଏହି ପ୍ରତ୍ୟୟ ଦ୍ୱୟଙ୍କୁ ଭିନ୍ନ କରିବା ଏକ କଷ୍ଟକର କାର୍ଯ୍ୟ । ଏହି ଅଧ୍ୟାୟରେ ଆମେ ଶିଖିବାକୁ ପାଇଲେ ଯେ ଅଭିପ୍ରେରଣ ସହ ମନୁଷ୍ୟ ତାହାର ଅନୁଭୂତିର ଅନୁଭବ ମଧ୍ୟ ପାଏ । ପୂର୍ବରୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତମାନଙ୍କେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ପଢ଼ିବା କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ସଫଳତାର ଅନୁଭୂତି ଆମକୁ କୃତିତ୍ୱ ଓ ଆନନ୍ଦର ଏକ ସଂବେଦନ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ତୁମ ପ୍ରତି ତୁମ ପିତାମାତାଙ୍କର ସ୍ନେହ ଓ ଶ୍ରଦ୍ଧା ପରି ପ୍ରକ୍ଷୋଭଜନିତ ଅନୁଭବ ତୁମର ଯତ୍ନ ନେବା ନିମନ୍ତେ ସେମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଅଭିପ୍ରେରିତ କରେ । ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଦୁଃଖର ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଆଣିଥାଏ । ଆମପ୍ରତି ଦୁର୍ବ୍ୟବହାର ଆମ ମନରେ କ୍ରୋଧର ଅନୁଭୂତି ସୃଷ୍ଟିକରେ । ପ୍ରକ୍ଷୋଭ କେବଳ ଆମକୁ ଅଭିପ୍ରେରିତ କରେ ତା' ନୁହେଁ, ଏହା ମଧ୍ୟ ଅଭିପ୍ରେରଣର କାରଣକୁ ସୂଚିତ କରିଥାଏ । ଆମ ଜୀବନରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଓ ଅଭିପ୍ରେରଣର ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ରହିଛି ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଭିପ୍ରେରଣ ସହ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଥାଏ । ଯେଉଁ ଘଟଣା ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜାତକରେ ତାହା ବାରମ୍ବାର ଘଟାଇବା ପାଇଁ କିମ୍ବା ତାହାଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ନିମନ୍ତେ ଆମେ ଅଭିପ୍ରେରିତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ସୁତରାଂ, ଉଭୟ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଲାଗି ଆମ ଉପରେ ଚାପ ପକାନ୍ତି । କ୍ଷୁଧା, ତୃଷା ଓ ନିଦ୍ରା ପରି ପ୍ରାଥମିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଏବଂ କୃତି, କ୍ଷମତା ଓ ସ୍ୱୀକୃତି ସଦୃଶ ଗୌଣ ଆବଶ୍ୟକତାମାନଙ୍କ ସହିତ ସନ୍ତୁଷ୍ଟି, ଆନନ୍ଦ ଓ ଗର୍ବର ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାମାନ ଆସିଥାନ୍ତି । ଏହା କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ:

- ଉଭୟ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ସଚଳ ଓ ସକ୍ରିୟ କରିବା ସହିତ ମନୁଷ୍ୟ ବ୍ୟବହାରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଓ ପ୍ରାୟୋଜିତ କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି ।
- ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଅନୁଭବାତ୍ମକ ଉପାଦାନରେ ଏକ ଅଭିପ୍ରେରଣାତ୍ମକ ଅଂଶ ରହିଥାଏ । ଜୀବନରେ ଆମେ ଯାହା ଚାହୁଁଛେ ତାହା ପାଇବା ପାଇଁ ଏବଂ ଯାହାକୁ ଚାହୁଁଛେ ତାକୁ ଏଡ଼ାଇଯିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହା ସାହାଯ୍ୟକରେ ।
- ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନେ ଅଭିପ୍ରେରଣରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତି, ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଭୟଭୀତ ହୋଇପଡ଼ିଥିବା ଶିଶୁଟିଏ ସହାୟତା ନିମନ୍ତେ ବଡ଼ପାଟିରେ କ୍ରନ୍ଦନ କରେ ଏବଂ ମାଆ କିମ୍ବା ବାପାଙ୍କ ପରି ଜଣେ ପ୍ରିୟ ବ୍ୟକ୍ତିଠାରୁ ସୁଖ ଓ ସ୍ୱାଚ୍ଛନ୍ଦ୍ୟ ଅନ୍ୱେଷଣ କରେ ।

ତୁମେ ଯାହାକିଛି ଶିକ୍ଷାଲାଭ କଲ

- ଅଭିପ୍ରେରଣ ହେଉଛି ଏକ ଅଭାବ ବା ଆବଶ୍ୟକତା ଯାହାକି ଆମର ଲକ୍ଷ୍ୟଦିଗରେ ଆମକୁ ଗତିକରିବା ନିମନ୍ତେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପନ୍ଥାରେ ବ୍ୟବହାର ବା କ୍ରିୟା କରିବା ନିମନ୍ତେ ଏହା ଆମକୁ ଆନ୍ଦୋଳିତ କରେ ।
- ପ୍ରାଥମିକ ବା ଜୈବିକ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ଗୌଣ ବା ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଅନୁଯାୟୀ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରକରଣ ହୋଇଥାଏ ।
- ଅଧିକ୍ରମ ନମୁନା ଅନୁସାରେ, ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକ ପୂର୍ବରୁ ଜୈବିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡ଼ିକ ପରିତୃପ୍ତ ହେବା ଜରୁରୀ ।
- ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ତିନିଗୋଟି ମୁଖ୍ୟକାର୍ଯ୍ୟ ସଂପାଦନ କରେ: କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା, ଆମର ଆଚରଣ ଓ ଭବିଷ୍ୟତକୁ ସଂଗଠିତ କରିବା ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ଫଳପ୍ରଦ ପାରସ୍ପରିକ କ୍ରିୟା କରିବା ।
- ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ପାରସ୍ପରିକ ସଂପର୍କ ଥିବା ତିନିଗୋଟି ଉପାଦାନ ରହିଛି: ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ବ୍ୟବହାରିକ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭଜନିତ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିନିଷ୍ଠ ଅନୁଭବ ।
- ମୌଳିକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଓ ଏମାନଙ୍କର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ସାର୍ବଜନୀନ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ କିପରି ଓ କେତେବେଳେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି କରାଯିବ ତାହାକୁ ସଂସ୍କୃତି ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ପ୍ରଦାନ କରେ ।
- ଉଭୟେ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ମିଳିତ ହୋଇ ଆମ ଜୀବନକୁ ସକ୍ରିୟ ଓ ସଂଗଠିତ କରନ୍ତି ।

ଅଭିପ୍ରେରଣା ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଅନୁଭୂତି ସୃଷ୍ଟିକରେ ଏବଂ ଏହି ଅନୁଭୂତି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ କାର୍ଯ୍ୟକରିବାଲାଗି ଅଭିପ୍ରେରିତ (ପ୍ରବର୍ତ୍ତନା) କରେ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ଅଭିପ୍ରେରଣାତ୍ମକ କାର୍ଯ୍ୟର ତିନିଗୋଟି ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଦିଅ। ଅଭିପ୍ରେରଣର ମୁଖ୍ୟ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ଚିହ୍ନଟକର।

୨. ମାସ୍‌ଲୋଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ ଆବଶ୍ୟକତାର ଅଧିକ୍ରମର ମୁଖ୍ୟ ଅଂଶଗୁଡ଼ିକୁ ଚିହ୍ନଟ କର। କେଉଁ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରଥମେ ପରିତୃପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ? ଏହା କାହିଁକି ହେଉଛି, ତାହାର କାରଣ ଦିଅ।

୩. ଉପଯୁକ୍ତ ଉଦାହରଣ ସହିତ ଆମ ବ୍ୟବହାରକୁ ସଂଗଠିତ କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଭୂମିକା ବର୍ଣ୍ଣନା କର।

ଅଭ୍ୟାସ ନିମନ୍ତେ କାର୍ଯ୍ୟାବଳୀ

୧. ନିଜ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଖ୍ୟାତି ଅର୍ଜନ କରିଥିବା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସାକ୍ଷାତ କର। ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ, ଗୋଟିଏ କମ୍ପାନୀର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ, ଜଣେ କ୍ରୀଡ଼ାବିତ୍, ଜଣେ ନର୍ତ୍ତକୀ ଅଥବା ଜଣେ ଶରୀରିକ ବିକଳାଙ୍ଗ ବ୍ୟକ୍ତି। ତାଙ୍କ ଜୀବନ ସମ୍ପନ୍ଧରେ ପ୍ରଶ୍ନକର– ପିଲାଟି ଦିନରୁ ଆଜିର ପଦବୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, ଯେଉଁ ଘଟଣାମାନ ତାଙ୍କୁ ଆଲୋଡ଼ିତ କରିଥିଲା, ବିଭିନ୍ନ ଆହ୍ୱାନ ଗୁଡ଼ିକୁ ସେମାନେ କିପରି ମୁକାବିଲା କରିଥିଲେ, ଏସବୁ ତଥ୍ୟକୁ ନେଇ ଏକ ବ୍ୟକ୍ତି ଇତିହାସ ରଚନା କର।

୨. ବିଭିନ୍ନ ପତ୍ରପତ୍ରିକା ଓ ଖବର କାଗଜ ସଂଗ୍ରହ କର। ବିଭିନ୍ନ ମୁଖମଣ୍ଡଳୀୟ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିକୁ ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରୁଥିବା ଫଟୋଚିତ୍ରକୁ କାଟିରଖ। ଏହି ସବୁ ଫଟୋଚିତ୍ରର ସଂକଳନ କରି ମନୁଷ୍ୟଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନଙ୍କୁ ବୁଝିବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକର।

୩. ଜଣେ ନର୍ତ୍ତକୀ ବା ମଞ୍ଚକଳାକାରଙ୍କୁ ସାକ୍ଷାତ କର। ବିଭିନ୍ନ ଆବେଗାତ୍ମକ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଭାବ ବିନିମୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ କିପରି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ, ସେ ସଂପର୍କରେ ତାଙ୍କୁ ପଚାରିବୁଝ। ଦେଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକର କିପରି ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ, ଅଙ୍ଗ ବିକ୍ଷେପ ଏବଂ ମୁଖମଣ୍ଡଳୀୟ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଭାବର ବିନିମୟ କରିଥାଏ।

ପାଠ୍ୟଭୁକ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀର ଉତ୍ତରମାଳା

୮.୧

ଭାଗ ୮.୧ର ସହାୟତା ନିଅ

କୌତୁକପ୍ରଦ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ –୧

୧-ଗ, ୨-ଖ, ୩-ଘ, ୪-ଖ, ୫-ଗ।

୮.୨

ଭାଗ ୮.୨ର ସହାୟତା ନିଅ।

କୌତୁକପ୍ରଦ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ-୨

୧-ଠିକ୍, ୨-ଭୁଲ୍, ୩-ଭୁଲ୍, ୪-ଠିକ୍, ୫-ଠିକ୍

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ନିମନ୍ତେ ସୂଚନା

୧. ଭାଗ ୮.୧ର ସହାୟତା ନିଅ।

୨. ଭାଗ ୮.୧ର ସହାୟତା ନିଅ।

୩. ଭାଗ ୮-୩ର ସହାୟତା ନିଅ।

ଅଭିପ୍ରେରଣ ଓ ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ ଅଧିକ ବୁଝିବାରେ ନିମ୍ନ ଲିଖିତ ୱେବ୍ ସାଇଟ୍ ତୁମକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ:

୧. http://thesituationist.files.wordpress.com/2007/10/emotions.jpg

ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପ୍ରକରଣ: (କ) ଏହି ସ୍ଥାନରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ପ୍ରକ୍ଷୋଭମାନଙ୍କର ଚିତ୍ରଣ ନିମନ୍ତେ ଯନ୍ତ୍ରମାନବ ମାନଙ୍କୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଛି। ମୁଖମଣ୍ଡଳର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶକୁ ବିଶଦଭାବେ ଅଧ୍ୟୟନ କର, ଯେପରି ମଥା, ଭ୍ରୁଲତା, ଚକ୍ଷୁ ତାରକାର ଆକାର ଆଦି।

(ଖ) http://sfari.org/image/image_gallery?img_id=136061&t=1241787803666

ଏଠାରେ ଛଅଗୋଟି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ ଦର୍ଶାଇବା ଲାଗି ମନୁଷ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଛି। ଏଗୁଡ଼ିକୁ ତୁମେ ଚିହ୍ନି ପାରୁଛ ତ ?

(ଗ) http://www.scribd.com/doc/12910868/Paul-Ekman-Emotions-Reveraled-Recognizaing-Face-and-Feelings-to-Improve-Communication-and-Emotional-Life.

ଏହି E-book ପଲ୍ ଏକ୍‌ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରଚିତ। ଏଥିରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଫଟୋଚିତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଓ ସେଗୁଡ଼ିକର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝିବାକୁ ତୁମେ ସକ୍ଷମ ହେବ। ୨୩୬ ପୃଷ୍ଠାରେ ମୁଖମଣ୍ଡଳର ଅଧ୍ୟୟନର ଏକ ପରୀକ୍ଷା ଅଛି। ଏଥିରେ ୧୪ଗୋଟି ଫଟୋଚିତ୍ର ଅଛି। ତୁମେ ଚେଷ୍ଟାକର। ଏହାର ଶେଷ ଭାଗରେ ଉତ୍ତର ସହିତ ଯଥାର୍ଥତାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଇଛି।