

विकास एवं अधिगम का मनोविज्ञान

(कुमाऊँ विश्वविद्यालय, नैनीताल एवं एस.एस.जे. विश्वविद्यालय,
अल्मोड़ा के बी.एड. नवीन पाठ्यक्रम के अनुसार)

रवि भास्कर

(एम.एस-सी. गणित, एम.ए. मनोविज्ञान, एम.एड., यू.जी.सी. नेट)
सहायक प्राध्यापक,
शिक्षा विभाग,
सरस्वती इंस्टिट्यूट ऑफ मैनेजमेंट एंड टेक्नोलॉजी,
उधम सिंह नगर (उत्तराखण्ड)

विनीता

(एम.ए. अर्थशास्त्र, एम.एड., यू.जी.सी. नेट)
सहायक प्राध्यापक,
शिक्षा विभाग,
सरस्वती इंस्टिट्यूट ऑफ मैनेजमेंट एंड टेक्नोलॉजी,
उधम सिंह नगर (उत्तराखण्ड)

डॉ. एस.के. त्रिपाठी

(एम.ए. हिन्दी, राजनीति विज्ञान, समाजशास्त्र, इतिहास, एम.एड., पी-एच.डी.)
प्राचार्य/विभागाध्यक्ष, शिक्षा विभाग,
सरस्वती इंस्टिट्यूट ऑफ मैनेजमेंट एंड टेक्नोलॉजी,
उधम सिंह नगर (उत्तराखण्ड)

VIKAAS EVAN ADHIGAM KA MANOVIGYAAN

Copyright© : Mr. Ravi Bhaskar
Publishing Rights© : VSRD Academic Publishing
A Division of Visual Soft India Pvt. Ltd.

ISBN-13: 978-93-91462-59-8
FIRST EDITION, JULY 2023, INDIA

Printed & Published by:
VSRD Academic Publishing
(A Division of Visual Soft India Pvt. Ltd.)

Disclaimer: The author(s) / Editor(s) are solely responsible for the contents compiled in this book. The publishers or its staff do not take any responsibility for the same in any manner. Errors, if any, are purely unintentional and readers are requested to communicate such errors to the Author(s) or Editor(s) or Publishers to avoid discrepancies in future.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior permission of the Publishers & Author.

Printed & Bound in India

VSRD ACADEMIC PUBLISHING
A Division of Visual Soft India Pvt. Ltd.

REGISTERED OFFICE

154, Tezab mill Campus, Anwarganj, KANPUR – 208003 (UP) (IN)
Mb:9899936803, Web: www.vsrdpublishing.com, Email: vsrdpublishing@gmail.com

MARKETING OFFICE

340, FF, Adarsh Nagar, Oshiwara, Andheri (W), MUMBAI–400053 (MH) (IN)
Mb:9956127040, Web: www.vsrdpublishing.com, Email: vsrdpublishing@gmail.com

प्राक्कथन

हम सर्वप्रथम परमपिता परमेश्वर को नमन करते हैं तथा उनका धन्यवाद करते हैं जिन्होंने हमें इस कार्य को करने की शक्ति एवं आत्मबल प्रदान किया है। प्रस्तुत पुस्तक का निर्माण महाविद्यालयों के छात्राध्यापकों, मनोविज्ञान के छात्रों की आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर की गई है। शिक्षा के क्षेत्र में मनोविज्ञान का विशेष योगदान रहा है, क्योंकि शिक्षा मनोविज्ञान की प्रक्रिया द्वारा बालक के सभी गुणों का विकास किया जाता है। शिक्षा मनोविज्ञान मनोवैज्ञानिक नियमों, सिद्धांतों एवं तथ्यों का उपयोग शिक्षा के क्षेत्र में करके बालकों एवं वयस्कों के सर्वांगीण विकास में मदद करता है। इसमें बालकों के शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक तथा सामाजिक व्यवहारों का अध्ययन किया जाता है। शिक्षा मनोविज्ञान बालकों के मानसिक, शारीरिक एवं नैतिक क्षमताओं को निर्धारित करके परिस्थिति के अनुसार उचित शिक्षा की व्यवस्था करने में सहायता करता है और बालकों के मानसिक, शारीरिक एवं नैतिक समस्याओं का समाधान करने में मनोवैज्ञानिक नियमों एवं सिद्धांतों का खुलकर प्रयोग करता है। इसके द्वारा बालकों को समझने में सहायता मिलती है जिससे बालक को भावी जीवन के लिए तैयार किया जाता है।

वर्तमान में मनोविज्ञान विषय पर बहुत सी पुस्तकें उपलब्ध हैं। अतः ऐसी पुस्तक की आवश्यकता अनुभव की जा रही थी जिसमें कि समस्त पाठ्यक्रम समाहित हो। इस पुस्तक में मनोविज्ञान के उद्देश्यों को ध्यान में रखते हुए विषय-वस्तु को प्रभावी बनाने के लिए अधिक से अधिक सरल, बोधगम्य व स्पष्ट बनाने का प्रयास किया गया है। पुस्तक में विषय-वस्तु को समझाने का गहराई से प्रयास किया गया है। आशा करते हैं कि जिन प्रकरणों (Topics) को हमने पुस्तक में समाहित किया है वह शिक्षा जगत से जुड़े समस्त विद्यार्थियों, अध्यापकों के लिए सार्थक सिद्ध होंगे। विशेष रूप से एम0ए0 (शिक्षाशास्त्र), बी0एड0, एम0एड0 एवं चार वर्षीय एकीकृत बी0एड0 पाठ्यक्रम (ITEP) मनोविज्ञान के छात्र इस पुस्तक से लाभान्वित होंगे।

इस पुस्तक को लिखने में अनेक पुस्तकों की पाठ्यवस्तु तथा विशेषज्ञों के विचारों को सम्मिलित किया गया है। हम उन सभी लेखकों एवं विद्वानजनों के प्रति हार्दिक आभार व्यक्त करते हैं। यह आशा की जाती है कि यह पुस्तक शिक्षा तथा मनोविज्ञान के छात्रों, शिक्षकों तथा छात्राध्यापकों के लिए उपयोगी सिद्ध होगी। हम अपने माता-पिता, शिक्षकों एवं साथियों का आभार व्यक्त करते हैं जिनके आशीर्वाद से हमें इस पुस्तक को लिखने के लिये प्रेरणा मिली है।

रवि भास्कर
विनीता
डॉ0 एस0 के0 त्रिपाठी

विषय—सूची (Contents)

1 मनोविज्ञान (Psychology)	1
1.1 अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Definition)	1
1.2 मनोविज्ञान का विकास (Development of Psychology)	7
1.3 व्यवहार का अर्थ (Meaning of Behaviour)	10
1.4 मनोविज्ञान की प्रकृति (Nature of Psychology)	12
1.5 मनोविज्ञान का क्षेत्र (Scope of Psychology)	13
1.6 मनोविज्ञान का शिक्षा में योगदान (Contribution of Psychology to Education)	15
2 शिक्षा मनोविज्ञान (Educational Psychology)	17
2.1 शिक्षा का अर्थ (Meaning of Education)	17
2.2 शिक्षा मनोविज्ञान का विकास (Development of Education Psychology)	21
2.3 शिक्षा मनोविज्ञान का अर्थ (Meaning of Educational Psychology)	23
2.4 शिक्षा मनोविज्ञान की प्रकृति (Nature of Educational Psychology)	26
2.5 शिक्षा मनोविज्ञान के क्षेत्र एवं योगदान (Scope and Contributions of Educational Psychology)	27
2.6 शिक्षा मनोविज्ञान के उद्देश्य (Aims of Educational Psychology)	30
2.7 शिक्षा मनोविज्ञान के कार्य, उपयोगिता, आवश्यकता एवं महत्त्व (Functions, Utility Need and Importance of Educational Psychology)	31
3 अधिगम या सीखना: अर्थ, परिभाषा एवं प्रकृति (Learning : Meaning, Definitions and Nature)	34
3.1 अधिगम का अर्थ (Meaning of Learning)	34

3.2	अधिगम की परिभाषायें (Definitions of Learning)	35
3.3	अधिगम की प्रक्रिया (Process of Learning)	37
3.4	अधिगम के सोपान (Steps of Learning)	38
3.5	अधिगम की प्रकृति एवं विशेषतायें (Nature and Characteristics of Learning)	39
3.6	अधिगम के प्रकार (Types of Learning)	41
3.7	अधिगम को प्रभावित करने वाले कारक (Factor Influencing Learning)	45
4	अधिगम के नियम एवं सिद्धान्त (Laws and Theories of Learning)	51
4.1	अधिगम के नियम (Laws of Learning)	51
4.2	अधिगम के सिद्धान्त (Theories of Learning)	58
4.3	थार्नडाइक का उद्दीपक-अनुक्रिया सिद्धान्त (Thorndike's Stimulus & Response Theory)	58
4.4	पॉवलव का शास्त्रीय अनुबन्धन सिद्धान्त (Pavlov's Classical Conditioning Theory)	64
4.5	पॉवलव का प्रयोग (Experiment of Pavlov's)	65
5	अधिगम का स्थानान्तरण (Transfer of Learning)	82
5.1	अर्थ (Meaning)	82
5.2	अधिगम के स्थानान्तरण प्रकार (Types of Transfer of Learning)	85
5.3	अधिगम में स्थानान्तरण की दशाएँ (Conditions of Transfer of Learning)	87
5.4	अधिगम के स्थानान्तरण के सिद्धान्त (Theories of Transfer of learning)	90
5.5	अधिगम के स्थानान्तरण का शैक्षिक महत्त्व एवं शिक्षकों की भूमिका (Educational Importance of Transfer of Learning and Role of the Teachers)	92
6	अभिप्रेरणा (Motivation)	95
6.1	अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Definition)	96
6.2	अभिप्रेरणा की प्रकृति (Nature of Motivation)	98

6.3	अभिप्रेरणा के प्रकार (Types of Motivation)	99
6.4	अभिप्रेरणा के स्रोत/तत्व (Source/Elements of Motivation)	100
6.5	आवश्यकता, अन्तर्नोद और प्रोत्साहन में सम्बन्ध (Relation in Need, Drive and Incentive)	103
6.6	अभिप्रेरकों का वर्गीकरण (Classification of Motives)	103
6.7	अभिप्रेरणा के सिद्धान्त (Theories of Motivation)	105
6.8	अभिप्रेरणा का शैक्षिक महत्व (Educational Importance of Motivation)	115
6.9	शिक्षार्थियों की अभिप्रेरणा को बढ़ाने की विधियाँ (Techniques of Enhancing Learners Motivation)	117

7 बुद्धि (Intelligence) 122

7.1	बुद्धि का अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Definition of Intelligence)	123
7.2	बुद्धि की प्रकृति एवं विशेषतायें (Nature and Characteristics of Intelligence)	128
7.3	बुद्धि के प्रकार (Types of Intelligence)	129
7.4	बुद्धि के सिद्धान्त (Theories of Intelligence)	132
7.5	बुद्धि-लब्धि (Intelligence- Quotient)	150
7.6	विचलन बुद्धि-लब्धि (Deviation Intelligence Quotient)	152
7.7	बुद्धि परीक्षणों के प्रकार (Types of Intelligence Tests)	154
7.8	व्यक्तिगत एवं सामूहिक बुद्धि परीक्षणों में अन्तर (Difference between Individual and Group Intelligence Tests)	157
7.9	शाब्दिक व्यक्तिगत बुद्धि परीक्षण (Verbal Individual Intelligence Test)	159
7.10	अशाब्दिक अथवा निष्पादन व्यक्तिगत बुद्धि परीक्षण (Non-verbal or Performance Individual Intelligence Test)	164
7.11	अशाब्दिक अथवा निष्पादन सामूहिक बुद्धि परीक्षण (Non-verbal or Performance Group Intelligence Test)	168
7.12	बुद्धि-परीक्षणों की उपयोगिता (Utility of Intelligence Tests)	171

8	समायोजन एवं कुसमायोजन (Adjustment and Maladjustment)	173
8.1	अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Definition)	174
8.2	समायोजन की प्रकृति (Nature of Adjustment)	177
8.3	समायोजन की प्रक्रिया (Process of Adjustment)	177
8.4	समायोजन प्रक्रिया की विशेषताएँ (Characteristics of Adjustment Process)	179
8.5	अच्छे समायोजन के मानदण्ड (Criteria for a Good Adjustment)	179
8.6	समायोजन को प्रभावित करने वाले कारक (Factors Affecting Adjustment)	180
8.7	समायोजन बनाए रखने के लिए परिवार, विद्यालय एवं समाज की भूमिका (Role of family, school and society in maintaining adjustment)	182
8.8	कुसमायोजन (Maladjusted)	184
8.9	कुसमायोजन के कारण (Causes of Maladjusted)	185
8.10	रक्षा युक्तियाँ (Defence Mechanism)	187
9	व्यक्तित्व (Personality)	194
9.1	अर्थ (Meaning)	194
9.2	व्यक्तित्व की प्रकृति एवं विशेषताएँ (Nature and Characteristics of Personality)	197
9.3	व्यक्तित्व विकास के निर्धारक (Determinants of Personality Development)	198
9.4	व्यक्तित्व के प्रकार (Types of Personality)	206
9.5	व्यक्तित्व का लक्षण सिद्धान्त (Trait Theory of Personality)	210
9.6	व्यक्तित्व का मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त (Psycho-analytical Theory of Personality)	214
9.7	व्यक्तित्व का मापन (Measurement of Personality)	222
9.8	व्यक्तित्व मापन की विधियाँ (Methods of Personality Measurement)	223
10	स्मृति एवं विस्मृति (Memory & Forgetting)	235
10.1	अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Definition)	235

10.2	स्मृति की अवस्थाएँ (Stages of Memory)	237
10.3	स्मृति के प्रकार (Types of Memory)	241
10.4	अच्छी स्मृति की विशेषताएँ (Characteristics of Good Memory)	245
10.5	स्मृति को प्रभावित करने वाले कारक (Factors Influencing Memory)	246
10.6	स्मरण करने की विधियाँ (Methods of Memorization)	248
10.7	विस्मरण या विस्मृति (Forgetting)	250
10.8	विस्मृति के प्रकार (Types of Forgetting)	252
10.9	विस्मृति के कारण (Causes of Forgetting)	253
11	सृजनात्मकता/ रचनात्मकता (Creativity)	258
11.1	अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Defintion)	258
11.2	सृजनात्मकता की प्रकृति एवं विशेषतायें (Nature & Charecteristics of Creativity)	261
11.3	सृजनात्मकता के क्षेत्र (Scope of Creativity)	262
11.4	सृजनात्मकता के तत्व (Elements of Creativity)	263
11.5	सृजनात्मकता के प्रकार (Types of Creativity)	266
11.6	सृजनात्मक-प्रक्रिया (Creative-Process)	267
11.7	सृजनशील बालकों की विशेषताएँ (Characteristics of Creative Children's)	270
11.8	सृजनात्मकता के विकास में शिक्षकों की भूमिका (Role of Teachers in the Development of Creativity)	272
11.9	सृजनात्मकता के सिद्धांत (Theories of Creativity)	274
12	आदत निर्माण (Habit Formation)	279
12.1	आदत का अर्थ एवं परिभाषा (Meaning and Definition of Habit)	279
12.2	आदतों की विशेषताएँ (Characteristics of Habits)	281
12.3	आदतों के प्रकार (Types of Habit)	282
12.4	आदत निर्माण (Habit Formation)	283
12.5	आदत निर्माण के नियम (Rules of Habit Formation)	284
12.6	आदत डालने के लाभ (Advantages of Habit)	285
12.7	बुरी आदतों को त्यागने की विधियाँ (Methods of Leaving Bad Habits)	287

12.8	आदतों का शिक्षा में महत्व एवं उपयोगिता (Importance and Need of Habits in Education)	288
------	--	-----

13 मानव वृद्धि एवं विकास

(Human Growth & Development) 290

13.1	मानव वृद्धि का अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & definitions of Human Growth)	291
13.2	मानव विकास का अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & definitions of Human Development)	292
13.3	वृद्धि एवं विकास में अंतर (Difference between Growth & Development)	294
13.4	मानव वृद्धि की प्रकृति एवं विशेषताएँ (Nature and Characteristics of Human Growth)	296
13.5	मानव विकास की प्रकृति एवं विशेषताएँ (Nature and Characteristics of Human Development)	297
13.6	वृद्धि एवं विकास के सिद्धांत (Principles of Growth & Development)	298
13.7	वृद्धि तथा विकास को प्रभावित करने वाले कारक (Factors Affecting Growth & Development)	301
13.8	मानव विकास की अवस्थाएँ (Stages of Human Development)	304

14 शैशवावस्था में विकास

(Development During Infancy) 305

14.1	अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Defintion)	306
14.2	शैशवावस्था में शारीरिक विकास (Physical Development during Infancy)	307
14.3	शैशवावस्था में मानसिक विकास (Mental Development during Infancy Period)	308
14.4	शैशवावस्था में संवेगात्मक विकास (Emotional Development during Infancy)	311
14.5	शैशवावस्था में सामाजिक विकास (Social Development during Infancy)	312

14.6	शैशवावस्था की मुख्य विशेषताएँ (Chief Characteristics of Infancy)	314
14.7	शैशवावस्था के विकासात्मक कार्य (Development Task of Infancy)	315
14.8	शैशवावस्था में शिक्षा (Education during Infancy)	316

15 बाल्यावस्था में विकास (Development during Childhood) 318

15.1	अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Definition)	319
15.2	बाल्यावस्था में शारीरिक विकास (Physical Development in Childhood)	320
15.3	बाल्यावस्था में मानसिक विकास (Mental Development during Childhood)	322
15.4	बाल्यावस्था में संवेगात्मक विकास (Emotional Development in Childhood)	323
15.5	बाल्यावस्था में सामाजिक विकास (Social Development during Childhood)	324
15.6	बाल्यावस्था की मुख्य विशेषताएँ (Main characteristics of Childhood)	325
15.7	बाल्यावस्था के विकासात्मक कार्य (Development tasks for Childhood)	327
15.8	बाल्यावस्था में शिक्षा (Education during Childhood)	328
15.9	बचपन की सामान्य समस्याएँ (Common Problems of Childhood)	330

16 किशोरावस्था में विकास (Development During Adolescence) 333

16.1	किशोरावस्था का अर्थ (Meaning of Adolescence)	334
16.2	किशोरावस्था की विकासात्मक विशेषताएँ (Developmental Characteristics of Adolescence)	337
16.3	किशोरावस्था के लिए विकासात्मक कार्य (Developmental tasks for Adolescence)	342
16.4	इरिकसन का मनोसामाजिक सिद्धांत (Erikson's Psychosocial Theory)	343

16.5	किशोरों की समस्याएँ एवं उनके समाधान (Problems of Adolescents and Their Remedies)	349
16.6	किशोरों के परिवार एवं समाज के व्यक्तियों के साथ संबंध (Adolescent's relationship with family and society)	354
16.7	नेतृत्व (Leadership)	360
16.8	किशोरों का निर्देशन एवं परामर्श (Guidance and Counseling for Adolescents)	364
16.9	परामर्श का अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Definition of Counselling)	365
16.10	किशोरावस्था में शिक्षक की भूमिका (Role of teacher in Adolescence)	371
16.11	किशोरावस्था में शिक्षा (Education during Adolescence)	376

17 पियाजे एवं ब्रुनर का योगदान (Contribution of Piaget and Bruner) 378

17.1	पियाजे का संज्ञानात्मक विकास का सिद्धांत (Piaget's Theory of Cognitive Development)	378
17.2	पियाजे के सिद्धांत की शैक्षिक उपयोगिताएँ (Educational Utilities of Piaget's Theory)	388
17.3	ब्रुनर का संज्ञानात्मक विकास सिद्धांत (Bruner's Theory of Cognitive Development)	390
17.4	ब्रुनर के संज्ञानात्मक विकास की अवस्थाएँ (Bruner's stages of cognitive development)	391
17.5	शैक्षिक निहितार्थ (Educational Implication)	394

18 मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान (Mental Health Science) 395

18.1	मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ एवं परिभाषा (Meaning & Definition of Mental Health)	395
18.2	मानसिक स्वास्थ्य के उद्देश्य (Aims of Mental Health)	397
18.3	मानसिक स्वास्थ्य की विशेषताएँ (Characteristics of Mental Health)	398

18.4	मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान (Mental Hygiene)	399
18.5	मानसिक स्वास्थ्य-विज्ञान के उद्देश्य (Aims of Mental Hygiene)	401
18.6	मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारक (Factors Affecting Mental Health)	402
18.7	अच्छे मानसिक स्वास्थ्य की विशेषताएं (Characteristics of Good Mental Health)	404

संदर्भ सूची (References)	407
---------------------------------	------------