5278CH02

خودی اور شخصیت

2

اس باب کو پڑھنے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- خودی کے تصور کو بیان کر سکیں گے اور اپنے رویے کو خود ہی ضابطے میں رکھنے کے طریقے سمجھ لیں،
- شخصیت کے تصور کو سمجھ لیں،
- شخصیت کے تجزیے کے مختلف طریقوں کو سمجھ لیں،
- ایک اچھی شخصیت کی تعمیر کے لیے اپنا نظریہ بنالیں،
- شخصیت کو سمجھنے کے لیے اپنائے گئے مختلف طریقوں میں فرق سمجھ لیں۔

مشمولات

تعارف

خودی اور شخصیت

خودی کا تصور

خودی کے وقوفی اور کرداری پہلو

خود پسندی، خود فراموشی اور خود ضابطگی

ثقافت اور خودی

شخصیت کا تصور

شخصیت سے متعلق اصطلاحات (باکس 2.1)

شخصیت کے مطالعے کے لیے اہم طرز فکر

نوعی طرز فکر

خاصہّ یا امتیازی وصف کا طرز فکر

شخصیت کا پانچ نکاتی نمونہ (باکس 2.2)

نفسی حرکیات کا نظریہ

کردار کا نظریہ

تہذیبی طرز فکر

انسانی طرز فکر

ایک صحت مند شخص کون ہے؟ (باکس 2.3)

شخصیت کا تجزیہ

خود اپنی رپورٹ کرنا

تکنیکیں

کرداری تجزیہ

کلیدی الفاظ

خلاصہ

اعادہ کے سوالات

پروجیکٹ کی تجاویز

ویب لنکس

تعلیماتی اشارات

© NCERT not to be republished

تعارف

اکثر اوقات آپ نے دیکھا ہوگا کہ آپ خود بخود اپنا اور دوسروں کے رویہ کا مواخذہ کرنے لگتے ہیں۔ آپ نے اس پر بھی غور کیا ہوگا کہ کس طرح ایک ہی طرح کے حالات میں آپ کا رویہ دوسروں کے رویہ سے مختلف ہوتا ہے؟ اکثر آپ کے ذہن میں اپنے رشتوں کے بارے میں بھی سوالات اٹھتے ہوں گے۔ ان سب ہی سوالات کے جواب تلاش کرنے کے لیے ماہرین علم نفسیات نے "خودی" بمعنی خود اپنی ذات کا تصور یا احساس کا استعمال کیا...... اسی طرح جب ہم اس قسم کے سوالات پوچھتے ہیں کہ لوگ ایک دوسرے سے مختلف کیوں ہوتے ہیں' ایک ہی طرح کے واقعات کے مختلف لوگ مختلف معنی کیسے نکال لیتے ہیں اور کیوں وہ ایک جیسے حالات میں مختلف طرح سے محسوس کرتے ہیں اور ان سوالات کے حل تلاش کرتے ہوئے شخصیت کا تصور نمایاں ہوتا ہے۔ یہ دونوں ہی تصور' خودی (ذات) اور شخصیت آپس میں گہرے طور پر مربوط ہیں۔ ذات دراصل شخصیت کا مرکز ہے۔

شخصیت اور خودی کا مطالعہ نہ صرف ہمیں اپنے آپ کو سمجھنے میں مدد کرتا ہے بلکہ ہمیں ہماری خصوصیات اور دوسروں سے یکسانیت سے بھی متعارف کراتا ہے۔ اس مطالعے سے ہم مختلف حالات میں اپنے اور دوسروں کے رویوں کو بھی سمجھ سکتے ہیں۔ ماہرین نے اس مطالعے کے کئی مراحل اور ہیئت تیار کیے ہیں۔ اسی وجہ سے ہمارے پاس خودی اور شخصیت کے مطالعے کے لیے بہت سے نظریات موجود ہیں۔ یہ باب آپ کو خودی و شخصیت کے بنیادی پہلوؤں سے روشناس کرائے گا۔ اس بارے میں کچھ نظریات بھی آپ پڑھیں گے اور شخصیاتی جائزے کے کچھ طریقے بھی سیکھیں گے۔

خودی اور شخصیت

خودی اور شخصیت کے تصوارت ہمیں ان مخصوص مراکز کی طرف لے جاتے ہیں جہاں ہم اپنی موجودگی یا اپنے ہونے کی تعریف ڈھونڈتے ہیں۔ یہ ان طریقوں کی طرف بھی اشارہ کرتے ہیں جہاں ہمارے تجربات منظّم ہوکر ہمارے برتاؤ پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ عام مشاہدہ کی بنیاد پر ہم جانتے ہیں کہ مختلف لوگ اپنے بارے میں مختلف رائے رکھتے ہیں۔ یہ رائے یا نظریہ ہی انسان کی ''خودی'' کے تصور کو بیان کرتا ہے۔ ہمیں یہ بھی معلوم ہے کہ ایک ہی طرح کے حالات میں مختلف لوگ مختلف طرح سے برتاؤ کرتے ہیں جب کہ ایک ہی انسان کا رویہ مختلف حالات میں تقریباً ایک جیسا ہی رہتا ہے۔ انسان کی طبیعت کا یہ مستحکم رویہ ہی اس کی شخصیت کو اجاگر کرتا ہے۔ اسی لیے مختلف لوگوں کی شخصیت بھی مختلف ہوتی ہے اور ان کی شخصیت کا یہ پہلو ہی ان کے برتاؤ یا رویہ میں جھلکتا ہے۔

خودی کا تصور

اپنے بچپن سے اب تک آپ لوگوں نے کافی وقت یہ سوچنے میں گزارا ہوگا کہ ''آپ کون ہیں اور کیسے دوسروں سے الگ ہیں؟'' اب تک آپ نے خود اپنے بارے میں کچھ رائے ضرور قائم کی ہوگی خواہ آپ ابھی اس سے واقف نہ ہوں۔ کیوں نہ ہم پہلے خود اپنے بارے میں کچھ بنیادی باتیں جان لیں (مثلاً: ہم کون ہیں؟) اور اس کے لیے ہمیں سرگرمی 2.1 مکمل کرنی ہوگی۔

سرگرمی 2.1

خودی کی سمجھ

مندرجہ ذیل جملوں کو ''میں'' سے شروع کرتے ہوئے مکمل کیجیے

وقت (آغاز)......

میں..

میں..

میں..

میں..

میں..

میں..

میں..

میں..

میں..

میں..

وقت (اختتام)......

آپ کے لیے ان جملوں کو مکمل کرنا کتنا آسان تھا؟ آپ نے اسے مکمل کرنے میں کتنا وقت لگایا؟ ہوسکتا ہے شروع میں آپ نے اسے جتنا آسان سوچا ہوا تنا آسان نہ لگا ہو۔ جب آپ ان جملوں کو مکمل کررہے تھے تو آپ اپنے بارے میں، اپنے خود کے بارے میں بیان کررہے تھے۔ اپنے بارے میں آپ اسی طرح جانتے ہیں جس طرح آپ اپنے آس پاس ماحول کے بارے میں جانتے ہیں جیسے کہ کمرے میں رکھی ہوئی میز اور کرسی وغیرہ۔ ایک نوزائدہ بچہ اپنی ذات کے بارے میں کچھ نہیں جانتا لیکن جیسے جیسے بچہ بڑا ہوتا ہے اس کے ذہن میں خود اپنے بارے میں جاننے کی جستجو شروع ہوجاتی ہے اور ''اپنی ذات'' کا تصور جڑ پکڑتا ہے۔ والدین، اساتذہ، دوست احباب اور دوسرے لوگ بچے کے ذہن کی اس جستجو کو مطمئن کرنے میں بڑا اہم رول ادا کرتے ہیں۔ دوسرے لوگوں کے ساتھ ہمارا رابطہ، ہمارے تجربات اور ان کو ہم جس طرح سمجھتے ہیں وہ معنی ہماری ذات کی کھوج کی بنیاد ہوتے ہیں۔

خودی یا ذات کا یہ ڈھانچہ یا اس کی ساخت سدھر سکتی ہے ہمارے اپنے تجربات کی روشنی میں اور دوسروں کے تجربات سے بھی استفادہ کیا جا سکتا ہے۔ آپ اس بات کو کھلے طور پر محسوس کریں گے اگر آپ مندرجہ بالا سرگرمی 2.1 کو اپنے دوستوں کے ساتھ تبدیل کرکے دیکھیں گے۔

غور کیجیے کہ انھوں نے کیا کیا ہے۔ آپ دیکھیں گے کہ ان لوگوں نے ان خصوصیات کی فہرست تیار کی ہے، جن کو وہ اپنی طبیعت کا حصہ سمجھتے ہیں۔ یہ خصوصیات جو وہ خود اپنے آپ میں محسوس کرتے ہیں، یہ ہی ہمیں ان لوگوں کی ذاتی، سماجی اور تہذیبی شناخت کراتی ہیں۔ ذاتی شناخت ان خصوصیات کی طرف اشارہ کرتی ہے جو اس کو دوسروں سے الگ یا منفرد کرتی ہیں۔ جب ایک شخص اپنے آپ کو اپنے نام کے ذریعہ بیان کرتا ہے (جیسے میں کریم ہوں / میں رادھا ہوں) یا اپنی خصوصیات بیان کرتا ہے (جیسے میں ایماندار یا محنتی ہوں) یا پھر اپنی صلاحیت کو بیان کرتا ہے (جیسے میں ایک گلوکار ہوں) یا اپنے عقیدے کو بیان کرتا ہے (جیسے میں خدا اور قسمت پر یقین کرتا ہوں)، تو وہ اپنی ذاتی شخصیت کا اظہار کررہا ہوتا ہے۔ سماجی شخصیت ان پہلوؤں کے متعلق ہوتی ہے جو اسے کسی سماجی یا تہذیبی گروہ سے منسلک کرتے ہیں یا پھر ان سے اخذ کیے جاتے ہیں۔ مثال کے طور پر جب کوئی کہے کہ وہ ہندو، مسلمان، برہمن یا آدی واسی یا پھر جنوبی ہند کا باشندہ ہے یا شمالی ہندوستان کا رہنے والا ہے یا پھر اسی طرح کا کوئی اور جملہ، تو وہ اپنی سماجی شناخت کو بیان کرتا ہے۔ یہ تمام بیانات اس بات کی طرف اشارہ کرتے ہیں کہ لوگ اپنے ذہن میں خود اپنی نمائندگی کیسے کرتے ہیں۔ اس طرح کہا جاسکتا ہے کہ ''خودی یا ذات کے ذی ہوش تجربات، خیالات، فکر اور احساس کا مرکب ہے جو وہ خود اپنے بارے میں کرتا ہے۔ یہ تجربات و خیالات کسی بھی فرد کی ذاتی اور سماجی سطح پر موجودگی پر مہر لگاتے ہیں۔

خودی بطور فاعل اور مفعول

اگر آپ سرگرمی 2.1 میں دیے گئے اپنے دوستوں کے بیانات کا جائزہ لیں تو

© NCERT not to be republished

آپ دیکھیں گے کہ انھوں نے خود کو ایک ہستی یا وجود کے طور پر بیان کیا ہے جو کچھ کرتا ہے (مثلاً میں ایک رقاص ہوں) یا پھر ایسی ہستی کے طور پر بیان کیا ہے جس پر کوئی عمل کیا گیا ہے مثلاً مجھے بہ آسانی صدمہ پہنچایا جا سکتا ہے' بمعنی میں بہت حساس ہوں' پہلے کیس میں خود کو ''فاعل'' کے طور پر پیش کیا گیا ہے جب کہ دوسرے میں خود کو ''مفعول'' بنا کر پیش کیا ہے مطلب کہ اس پر کسی عمل کو آزمایا گیا ہے۔

اس کا مطلب ہے کہ خودی یا ذات فاعل اور مفعول دونوں طریقوں سے سمجھی اور پرکھی جا سکتی ہے۔ جب آپ کہتے ہیں ''مجھے معلوم ہے کہ میں کون ہوں'' تو آپ خود کو جانکار کے طور پر بیان کرتے ہیں لیکن ساتھ ساتھ اس جملے سے یہ بھی ظاہر ہوتا ہے کہ آپ ایسی چیز ہیں' ایسی ہستی ہیں جس کو جانا جا سکتا ہے۔ بطور فاعل (عامل) فرد اپنے آپ کو جاننے کے عمل میں مصروف ہے۔ جب کہ بطور مفعول کسی اور کے ذریعے جانچا اور پرکھا جاتا ہے۔ خودی کا یہ دورخی رتبہ ہمیشہ ذہن میں رکھنا چاہیے۔

خودی کی اقسام

خودی کی مختلف اقسام ہیں۔ یہ ہمارے طبعیاتی، سماجی اور تہذیبی ماحول کے آپسی تعلق سے وجود میں آتی ہیں۔ خودی کا سب سے پہلا عنصر اس وقت محسوس کیا جا سکتا ہے جب ایک نوزائدہ بچہ بھوک کے وقت دودھ کے لیے چلاتا ہے۔ حالانکہ یہ چیخ و پکار ابتدائی طور پر اضطراری ہوتی ہے لیکن بعد میں یہی ایک آگہی بن جاتی ہے کہ ''میں بھوکا ہوں'' خودی کی یہ حیاتیاتی شناخت بچے کے سماجی و تہذیبی ماحول کے پس منظر میں پروان چڑھتی ہے۔ ہوسکتا ہے آپ کو ایک چاکلیٹ کے لیے بھوک لگ رہی ہو لیکن ایک اسکیمو ایسا محسوس نہیں کرتا۔

ذاتی اور سماجی خودی کے درمیان نمایاں فرق ہے۔ خودی کا ذاتی تصور وہ ہے جس میں انسان صرف اپنے بارے میں محسوس کرتا ہے۔ ابھی ہم نے اوپر پڑھا ہے کہ کس طرح ہماری حیاتیاتی ضروریات ہماری حیاتیاتی ہستی کی نشوونما کرتی ہیں لیکن جلدی ہی بچے کی نفسیاتی اور سماجی ضروریات اس کے ماحولیاتی پس منظر میں اس کی ہستی کے دوسرے پہلوؤں کو بھی اجاگر کرنے لگتی ہیں۔ زندگی کے ان پہلوؤں پر زیادہ توجہ دی جاتی ہے جو خود اس فرد سے متعلق ہوتے ہیں جیسے ذاتی آزادی' ذاتی ذمہ داری' ذاتی حصول اور اس کے ذاتی عیش و آرام۔ خودی کے سماجی پہلو پر دوسری چیزیں اثر انداز ہوتی ہیں جیسے تعاون' اتحاد' الحاق' قربانی اور تائید وغیرہ۔ ذات کا یہ پہلو خاندان اور سماجی رشتوں کی عکاسی کرتا ہے۔ اسی لیے یہ خاندانی یا نسبتی پہلو بھی کہا جا سکتا ہے۔

خودی کے وقوفی اور کرداری پہلو

دنیا کے تمام حصوں میں ماہرین علم نفسیات نے خودی یا ذات کے مطالعے میں دل چسپی دکھائی ہے۔ ان مطالعوں سے ہمارے رویوں اور کردار کے بہت سے ایسے رخ سامنے آئے ہیں جو ہماری ذات سے منسلک ہیں۔ جیسا کہ پہلے بیان کیا جا چکا ہے کہ ہمارے اندر اپنی شناخت کا احساس ہوتا ہے اور ہم یہ بھی سمجھتے ہیں کہ ہم دوسروں سے الگ کیسے ہیں۔ ہم اپنی ذات کی فردی اور سماجی شناخت سے چمٹے رہتے ہیں اور یہ سوچ کر محفوظ تصور کرتے ہیں کہ ہماری شناخت کا یہ پہلو مستحکم ہے اور تا زندگی رہے گا۔

جس طرح ہم اپنے آپ کو سمجھتے ہیں اور ہمیں اپنی خصوصیات اور صلاحیتوں کا ادراک ہوتا ہے اس تصور کو ہی خود کا یا ذات کا تصور کہا جاتا ہے۔ عام طور پر یہ نظریہ کلّی ہے خواہ مثبت ہو یا منفی۔ لیکن کسی مخصوص سطح پر یہ تصور بھی مخصوص ہوتا ہے جیسے ایک فرد اپنی کھیل کود صلاحیتوں کے بارے میں مثبت نظریہ رکھتا ہے لیکن اپنی تعلیمی صلاحیتوں پر اس کا نظریہ منفی ہوتا ہے۔ اسی طرح کوئی فرد اچھا مطالعہ کر سکتا ہے لیکن ریاضی کی مہارت اسے حاصل نہیں ہوتی۔ کسی بھی فرد کا اس کی ذات کے تجزیہ کے بارے میں علم آسان کام نہیں ہے۔ اس کام میں سب سے زیادہ مستعمل طریقہ، خود اس فرد سے اس کے بارے میں جان کاری حاصل کرنا ہے۔

خود پسندی یا نفس پرستی

خود پسندی ہماری ذات (خود شناسی) کا ایک اہم پہلو ہے۔ فرد کے طور پر ہم

© NCERT not to be republished

ہمیشہ اپنی قدر و منزلت کا فیصلہ کرتے رہتے ہیں۔ خود اپنے بارے میں اپنی قدر کا فیصلہ کرنا ہی خود پسندی کہلاتا ہے۔ کچھ لوگوں میں یہ جذبہ زیادہ ہوتا ہے اور کچھ میں کم۔ کسی بھی فرد کا جذبہ خود پسندی جانچنے کے لیے ہم اس کے سامنے مختلف بیانات رکھتے ہیں اور اس سے کہتے ہیں کہ ان بیانات میں خود اس کی ذات سے متعلق کتنی سچائی ہے، وہ بتائے۔ مثال کے طور پر ہم ایک بچے سے پوچھ سکتے ہیں کہ وہ اس سوال کا جواب دے ''میں ہوم ورک اچھی طرح کرتا ہوں''، یا ''میں اکثر کھیل کے لیے منتخب کیا جاتا ہوں''۔ یا ''میں اپنے ساتھیوں میں بہت مقبول ہوں''۔ اگر ان سوالوں کا جواب بچہ ''ہاں'' میں دیتا ہے تو وہ انتہائی خود پسند ہے بہ نسبت اس بچے کے جس کے جواب ''نہ'' میں ہوں۔

مطالعوں سے پتہ چلا ہے کہ 6 تا 7 سال کی عمر تک بچوں میں کم سے کم چار پہلوؤں پر خود پسندی کا جذبہ پیدا ہو جاتا ہے، وہ ہیں تعلیمی مسابقت، سماجی اہلیت، جسمانی و کسرتی اہلیت اور ظاہری جسمانی ساخت۔ اور یہی چاروں پہلو عمر کے ساتھ ساتھ مزید پنپتے ہیں۔ ہماری اپنے طبعی میلان کو پرکھنے کی صلاحیت ہی ہمیں سکھاتی ہے کہ ہم اپنی شخصیت کے مختلف پہلوؤں کو پرکھ کر اپنا ایک عام نفسیاتی عکس تعمیر کر سکیں۔ خود پسندی کے ایک عمومی مفہوم کے طور پر اسے جانا جاتا ہے۔

خود پسندی ہمارے روزمرہ کے رویوں سے گہرے طور پر منسلک ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر جن بچوں میں تعلیمی صلاحیتیں بدرجہ اتم موجود ہوتی ہیں وہ نسبتاً کم صلاحیت والے بچوں کے مقابلے اپنے اسکولوں میں زیادہ بہتر کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ جب کہ جن بچوں میں سماج میں مقبول ہونے کی صلاحیت رہتی ہے وہ اپنے ساتھیوں میں دوسروں کے مقابلے زیادہ پسند کیے جاتے ہیں۔ دوسری طرف کم صلاحیت والے بچے (جو ہر پہلو پر ناکام ہوتے ہیں) ایک قسم کی تشویش اور افسردگی کا شکار ہو جاتے ہیں اور دھیرے دھیرے ان کا رویہ سماج مخالف ہو جاتا ہے۔ مطالعوں سے پتہ چلا ہے کہ والدین کا پرجوش اور مثبت رویہ بچوں میں خود پسندی کا جذبہ پروان چڑھاتا ہے کیوں کہ اس طرح بچے سمجھتے ہیں کہ ان کو قابل اور بامصرف شخصیت کے طور پر پہچانا جاتا ہے۔ وہ بچے جن کے والدین ایسے وقت میں بھی فیصلے لینے میں ان کی مدد کرتے ہیں جب انھیں اس مدد کی ضرورت نہیں ہوتی ہے، ان بچوں میں خود پسندی کا فقدان ہوتا ہے۔

قوت ارادی

ہماری ذات کا یہ ایک اور اہم پہلو ہے۔ انسانوں کے عقیدے میں اس مسئلے پر اختلاف ہے کہ آیا وہ خود اپنی زندگی کی باگ ڈور سنبھالتے ہیں یا زندگی میں پیش آنے والے مختلف مراحل قسمت کا کھیل یا مقدر ہوتے ہیں یا کوئی دیگر محل وقوع عناصر جیسے کہ کسی امتحان میں کامیاب ہونا۔ کسی بھی انسان کا یہ یقین کہ وہ کسی بھی قسم کے حالات کو قابو میں کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے، اس کی قوت ارادی کو ظاہر کرتا ہے۔

مؤثر شخصیت کا یہ تصور بندورا کی سماجی آموزش کے نظریے پر مبنی ہے۔ بندورا کی ابتدائی تحقیقات سے پتہ چلتا ہے کہ بچے اور بڑے دوسرے لوگوں کے رویوں کو دیکھ کر اور ان کی نقل میں اپنا ایک ذاتی رویہ اپناتے ہیں۔ لوگوں کی قابلیت، اہلیت یا حصولیابی کی توقعات اور اپنی خود کی اثر پذیری کے بارے میں ان کی حتمی رائے بھی ان کے برتاؤ کو طے کرتی ہے جن میں وہ مشغول ہوتے ہیں، جو علم کی مقدار مؤثر شخصیت ہونے کا ایک زبردست احساس انسان کے اندر اپنے حالات کو متاثر کرنے اور ان حالات کی تعمیر کرنے کا موقع دیتا ہے۔ جن لوگوں میں ارادے کا یہ احساس مضبوط ہوتا ہے وہ ڈرپوک نہیں ہوتے ہیں۔

یہ احساس انسان میں پیدا کیا جا سکتا ہے۔ مؤثر شخصیت اور قوت ارادی رکھنے والے لوگ جس لمحے یہ فیصلہ کر لیں کہ وہ اب سگریٹ نوشی نہیں کریں گے، اسی وقت ان کی یہ عادت ترک ہو جاتی ہے۔ ہمارا سماج، ہمارے والدین اور خود ہمارے مثبت تجربات ہمارے اندر ایک مضبوط قوت ارادی پیدا کرنے میں مددگار ہو سکتے ہیں اگر بچوں کی زندگی کے تشکیلی دور میں ان کے سامنے مثبت نمونے رکھے جائیں۔

خودضابطگی

خودضابطگی ہمارے برتاؤ کو پرکھنے اور ضابطہ بند کرنے کی ہماری اہلیت کی عکاسی کرتی ہے۔ جولوگ بیرونی ماحول کے تقاضوں کے مطابق اپنے رویّے کو ڈھال سکتے ہیں وہ اپنے آپ کو بہتر طریقے سے پرکھ سکتے ہیں۔

زندگی میں بہت سے مقام ایسے آتے ہیں جب ہمیں اپنے آپ کو قابو میں رکھ کر حالات کے دباؤ سے مزاحمت کرنی پڑتی ہے۔ عام طور پر یہ ہماری ''قوت ارادی'' کہلاتا ہے۔ بطور انسان ہم اپنا رویہ جیسے ہم چاہیں کنٹرول کر سکتے ہیں۔ ہم اکثر اپنی کچھ ضرورتوں کی تکمیل کو ملتوی کرتے ہیں۔ اپنی ضرورتوں کو موقوف کرنے کی صلاحیت ہی قوت ضبط نفس کہلاتی ہے۔ ضبط نفس ہمارے بہت سے دیرینہ خوابوں کی تکمیل میں اہم رول ادا کرتا ہے۔

ہندوستانی ثقافتی روایات ہمیں کئی ایسے طریقوں سے روشناس کراتی ہیں (جیسے ''ورت یا روزہ'' اور مادی چیزوں سے لگاؤ نہ رکھنا وغیرہ) جن سے ضبط نفس کی قوت مستحکم ہوتی ہے۔

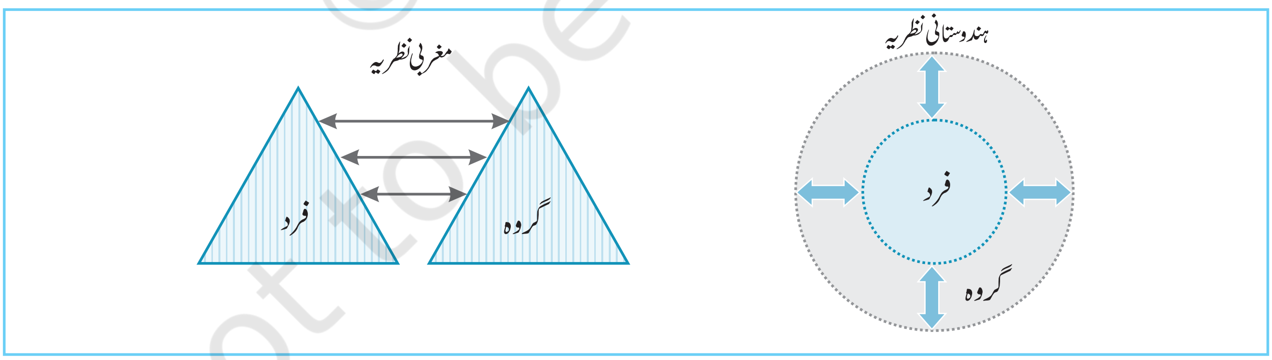
ضبط نفس کے لیے کئی نفسیاتی تکنیک بھی اپنائی جا سکتی ہیں۔ **خود اپنے کردار کو پرکھنے کی تکنیک** ان میں سے ایک ہے۔ یہ طریقہ ہمیں ایسی معلومات بہم پہنچاتا ہے جس کو ہم اپنے آپ کو سدھارنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔ **خودآموزی** ایک دوسرا طریقہ ہے۔ ہم اکثر خود اپنے کو حکم دیتے ہیں کہ کیسے رویہ اپنائیں اور پھر اپنے من چاہے طریقے سے ہی برتاؤ کرتے ہیں۔ خودآموزی کے یہ احکامات ضبط نفس کے لیے بہت کارگر ہوتے ہیں۔ **خودکی تقویت** تیسری تکنیک ہے۔ اس میں ہمارے ایسے اطمینان بخش رویّے شامل ہیں جن کا نتیجہ اچھا نکلتا ہے۔ مثال کے طور پر اگر آپ نے امتحان میں نمایاں کامیابی حاصل کی ہے تو آپ اپنے دوستوں کے ساتھ فلم دیکھنے جا سکتے ہیں۔ خودضابطگی یا ضبط نفس کے لیے یہ تمام ترکیبیں کافی آزمودہ اور کارگر پائی گئی ہیں۔

ثقافت اور خودی

انسان کی ذات کے بہت سے پہلو اس کی تہذیب وتمدن سے وابستہ ہوتے ہیں۔ ہندوستان کے ثقافتی تناظر میں خود اپنا محاسبہ بہت سی ایسی خصوصیات سامنے لاتا ہے جو مغربی تہذیب کے تناظر میں نہیں ملتیں۔

ہندوستانی اور دیگر مغربی خیالات میں سب سے اہم تفریق وہ حد ہے جو انسان خود اپنی ذات اور دیگر لوگوں کے درمیان کھینچ لیتا ہے۔ مغربی فکر میں یہ ''حد'' مقرر ہو چکی ہے جب کہ ہندوستانی زاویہ نظر میں انسان کی ذات پر کھینچی گئی یہ حد تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ اس لیے ہم ایک طرف تو کائنات میں گھلنے ملنے کا تصور رکھتے ہیں لیکن اگلے ہی پل ایک دم اس سے الگ ہو کر صرف اپنی ذات (یعنی اپنی ذاتی ضروریات اور مقاصد) پر مرکوز ہو جاتے ہیں۔

مغربی طرز فکر خود انسان کی اپنی ذات اور دیگر لوگوں کے درمیان صاف طور پر ایک دوگانہ تقسیم کرتی ہے۔ یہ ہی تقسیم 'انسان اور قدرت'، 'موضوع اور معروض' کی سطح پر بھی ہے۔ ہندوستانی فکر اس طرح کی صاف تقسیم نہیں رکھتی۔ شکل 2.1 میں اس تعلق کو خاکہ کے ذریعہ دکھایا گیا ہے۔



شکل 2.1 ہندوستانی و مغربی ثقافتی تناظر میں فرد اور گروہ کی حدبندی

© NCERT not to be republished

مغربی تہذیب میں انسان اور انسانوں کا گروہ دو الگ الگ موجودات کے طور پر نظر آتے ہیں جس میں دونوں کی مقررہ حدود ہیں۔ کسی بھی گروہ کے ممبران ذاتی طور پر اپنی ایک شناخت رکھتے ہیں۔ ہندوستانی تہذیب میں ''خود'' کو گروہ سے الگ نہیں کیا جاتا بلکہ یہ دونوں ہم آہنگ ہم وجودیت کی سطح پر موجود ہوتے ہیں۔ مغربی تہذیب میں یہ ایک دوسرے سے فاصلے پر رہتے ہیں۔ اسی لیے بہت سی مغربی تہذیبیں فردیت پسند کہلاتی ہیں جب کہ ایشیائی تہذیبوں کو اجتماعیت پسند کہا جاتا ہے۔

شخصیت کا تصور

''شخصیت'' کی اصطلاح اکثر ہمارے روزمرہ کے مباحثوں میں سامنے آتی ہے۔ ''شخصیت'' کے معنی دراصل لاطینی لفظ "Persona" سے ماخوذ ہے۔ یہ ایک قسم کا نقاب یا نقلی چہرہ ہوتا تھا جو رومن تھیٹر میں کام کرنے والے کردار اپنے چہرے کے میک اپ کو تبدیل کرنے کے لیے استعمال کرتے تھے۔ ناظرین یہ امید کرتے تھے کہ ماسک پہننے کے بعد انسان ایک مخصوص طریقے سے کھیل کھیلے گا۔ بلاشبہ اس کا مطلب یہ نہیں تھا کہ انسان جو کردار نبھا رہا ہو اس کی تمام خوبیاں اس میں ہونی چاہئیں۔

عام انسان کے لیے شخصیت کا مطلب ہے کسی بھی فرد کی ظاہری جسمانی ہیئت۔ مثلاً اگر ہم کسی خوبرو انسان کو دیکھتے ہیں تو مان لیتے ہیں کہ وہ ساحرانہ شخصیت کا مالک ہوگا۔ شخصیت کا یہ تصور ایک سطحی مفروضہ ہے جو ضروری نہیں ہے کہ صحیح ہو۔

نفسیات کی اصطلاح میں ''شخصیت'' عام لوگوں اور حالات کے جوابی عمل کے طریقوں کی طرف اشارہ کرتی ہے۔ لوگ آسانی سے بتا سکتے ہیں کہ وہ کسی بھی طرح کے حالات میں کس طرح عمل کرتے ہیں۔ کچھ مخصوص اصطلاحات (جیسے شرمیلے، حسّاس، خاموش، پرجوش، وابستہ وغیرہ) اکثر و بیشتر شخصیت کو ظاہر کرتی ہیں۔ یہ تمام الفاظ شخصیت کے مختلف پہلوؤں کو ظاہر کرتے ہیں۔ اس طرح ''شخصیت'' انسان کی ان قدرے مستحکم اور مخصوص صلاحیتوں کو ظاہر کرتی ہے جو انسان کچھ خاص عرصے میں اور مختلف حالات میں استعمال کرتا ہے۔

اگر آپ باریکی سے معائنہ کریں تو آپ دیکھیں گے کہ لوگوں کا رویہ مختلف النوع ہوتا ہے۔ ایک شخص ہمیشہ ہی خبردار یا اضطرابی کیفیت میں نہیں ہوتا یا سدا ہی شرمیلا یا دوستانہ بھی نہیں رہتا۔ شخصیت انسان کو اس کے مختلف حالات میں اعمال سے اجاگر کرتی ہے۔ مختلف اوقات اور مختلف حالات میں انسان کے کردار، سوچ اور جذبات کا استحکام ہی اس کی شخصیت کو اجاگر کرتا ہے۔ مثلاً ایک ایماندار انسان ہر حالت میں اور ہر وقت ایماندار ہی رہے گا۔ انسان کے کردار میں حالات کی وجہ سے کچھ تبدیلیاں آتی ہیں جو اس کے ماحول کی دین ہوتی ہیں۔

مختصراً شخصیت درج ذیل خصوصیات کی بنا پر جانچی جاتی ہے

1۔ اس میں نفسیاتی اور جسمانی دونوں عنصر ہوتے ہیں۔

2۔ ہر فرد کے کردار کا اظہار ایک الگ مخصوص ڈھنگ سے ہوتا ہے۔

3۔ شخصیت کے خصائص وقت کے ساتھ بہ آسانی تبدیل نہیں ہوتے۔

4۔ یہ زبردست محرک ہے کیوں کہ اس کی کچھ خصوصیات اندرونی یا بیرونی حالات کے پیش نظر تبدیل ہو جاتی ہیں۔

جب ہم ایک بار کسی کی شخصیت کا تعین کر لیتے ہیں تو ہم اندازہ لگا سکتے ہیں کہ وہ کن حالات میں کس طرح سے عمل کرے گا۔ کسی کی بھی شخصیت کے بارے میں معلومات ہمیں اس سے حقیقی اور قابل تسلیم طریقوں سے بات کرنے سے حاصل ہوتی ہیں۔ مثال کے طور پر اگر آپ کو ایسا کوئی بچہ ملے جو کسی بھی حکم کی تعمیل نہ کرتا ہو، تو اس سے رابطہ بنانے کا بہترین طریقہ ہوگا اس کو احکامات نہ دیے جائیں بلکہ اس کے سامنے ایسے قابل تسلیم ترجیحات رکھی جائیں جن میں سے بچہ خود اپنا طریقہ کار منتخب کر سکے۔ اسی طرح ایک بچہ جس کے اندر احساس کمتری ہو، اس کو کسی دوسرے بچے (جو پوری طرح خود اعتماد ہے) کے مقابلے دوسری طرح سے سلوک کیا جائے گا۔

انسان کے کردار کی خصوصیات کو بیان کرنے کے لیے اور بھی بہت سی اصطلاحات استعمال کی جاتی ہیں۔ اکثر و بیشتر یہ ترکیبیں شخصیت کے مترادف

© NCERT not to be republished

ہوتی ہیں۔ باکس 2.1 میں اسی طرح کی کچھ اصطلاحات اپنی شناختی خصوصیات کے ساتھ دی گئی ہیں۔ آپ ان کو توجہ سے پڑھ کر دیکھ سکتے ہیں کہ وہ کس طرح شخصیت کے تصور سے مختلف ہیں۔

شخصیت کے مطالعے کے لیے مختلف طرزِ فکر

شخصیت کے مطالعے میں مصروف ماہرین نفسیات ان مطالعوں کے ذریعہ ہی انسان یا فرد واحد کی شخصیت میں ہونے والی تبدیلیوں کے جواب یا وجوہات تلاش کرتے ہیں۔ آپ نے یہ دیکھا ہوگا کہ ایک ہی خاندان کے دو بچے کس طرح ڈرامائی طور پر ایک دوسرے سے الگ ہوتے ہیں۔ وہ صرف جسمانی طور سے ہی مختلف نہیں ہوتے بلکہ وہ دونوں مختلف حالات میں بالکل الگ انداز سے عمل کرتے ہیں۔ یہ مشاہدات ہمیں کچھ سوالات کرنے پر مجبور کرتے ہیں ''ایسا کیوں ہوتا ہے کہ ایک ہی طرح کے حالات میں مختلف لوگ مختلف ردعمل کا اظہار کرتے ہیں؟ اور وہ دوسروں سے مختلف کیوں ہوتا ہے؟'' ایسا کیوں ہوتا ہے کہ کچھ لوگ جوکھم بھرے کاموں سے لطف اندوز ہوتے ہیں جب کہ کچھ دوسرے لوگ پڑھنے (مطالعہ)، ٹیلی ویژن دیکھنے اور کارڈ کھیلنے میں دل چسپی رکھتے ہیں۔ کیا یہ اختلافات کسی انسان کی زندگی میں ہمیشہ قائم رہتے ہیں یا پھر یہ وقتی اور حالات کا نتیجہ ہوتے ہیں؟''

انسانوں میں کردار کے اختلافات کو سمجھنے کے لیے بہت سے نظریات اور طرزِ فکر موجود ہیں۔ اسی طرح ایک خاص فرد کے رویّے میں پیدا ہونے والے توافقی عنصر کو سمجھنے کے لیے بھی مختلف طرزِ فکر ہیں۔ یہ تمام نظریات انسانی رویوں کے مختلف طرزوں پر منحصر ہیں۔ ان میں سے ہر ایک کچھ خصوصیات پر روشنی ڈالتا ہے لیکن شخصیت کی تمام پرتوں کو نہیں کھولتا۔

ماہرینِ نفسیات ''شخصیت'' کے نظریات میں اقسام اور خصوصیات کو الگ الگ کر کے دیکھتے ہیں۔ **اقسام بتانے والے نظریات** انسانی شخصیت کو سمجھنے کے لیے افراد کی کرداری خصوصیات کا مشاہدہ کرتے ہیں۔ ہر ایک نمونہ ایک ایسی قسم کی طرف اشارہ کرتا ہے جس میں ایک طرح کی خصوصیات کے حامل افراد ایک ہی طرح کے حالات میں کس طرح برتاؤ کرتے ہیں۔ اس کے برعکس **خصوصیات کا مطالعہ** کچھ مخصوص نفسیاتی صفات پر مرکوز ہوتا ہے جن میں فرد مستقل اور مستحکم طریقے سے اختلاف رائے رکھتا ہے۔ مثال کے طور پر کچھ لوگ زیادہ شرمیلے ہوتے ہیں اور کچھ کم، کوئی فرد زیادہ دوستانہ طبیعت کا ہوتا ہے اور کوئی بالکل دوستانہ نہیں ہوتا۔ یہاں ''شرم'' اور ''دوستی'' انسان کی شخصیت کے اس خاص وصف کو ظاہر کرتے ہیں جس کے ذریعے فرد کردار کی اس خصوصیت کی موجودگی اور عدم موجودگی، دونوں طرح کے حالات میں پرکھا جا سکتا ہے۔ **آپسی رابطہ (بین علمی) کا نظریہ** کہتا ہے کہ حالات ہمارے برتاؤ کو متعین کرنے میں ایک بڑا رول ادا کرتے ہیں۔ لوگ آزادانہ یا تابع رویہ اپنی ذاتی وصف کی بنیاد پر نہیں کرتے بلکہ ان کو کچھ مخصوص حالات میں

باکس 2.1

شخصیت سے متعلق اصطلاحات

افتادِ مزاج: ردِّعمل کا حیاتیات پر مبنی وصف

خاصہ: کردار کا مستحکم، مستقل وصف

میلانِ طبع: کچھ خاص حالات میں انسان کے ردِّعمل کا رجحان

سیرت: کردار کا اجتماعی یا کلی طریقہ

عادت: انسان کے برتاؤ میں آزمودہ طریقے

اقدار: وہ مقاصد اور نصب العین جن کو حاصل کرنا ضروری سمجھا جاتا ہے

© NCERT not to be republished

ملنے والے انعام واکرام یا دھمکیاں ان کے اس کردار کو طے کرتے ہیں۔ انسانی طبیعت کے خاصے کا یہ توافق حالات کے تانے بانے میں کافی الجھا ہوا ہے۔ حالات کا دباؤ یا اثر لوگوں کے رویوں پر بازار میں، کچہری میں یا عبادت گاہ میں، کہیں بھی دیکھا جا سکتا ہے۔

نوعی طرز فکر

جیسا ہم پہلے کہہ چکے ہیں کہ شخصیت کی اقسام فرد کے یکساں برتاؤ کی نمائندگی کرتی ہیں۔ لوگوں کو شخصیت کی اقسام کی بنیاد پر درجہ بند کرنے کی کوششیں زمانۂ قدیم سے چلی آ رہی ہیں۔ یونانی طبیب 'ہپوکرات' نے شخصیت کی ایک وضعی شکل پیش کی تھی جو مزاج کی بنیاد پر تھی۔ اس نے افراد کی تقسیم چار طرح سے کی تھی (غنی، دصوی، بلغمی، مالی خولیائی' اور صفراوی) یعنی تندخو، ان میں سے ہر ایک کچھ مخصوص خصائل کا حامل ہے۔

ہندوستان میں بھی آیوروید کی مخصوص کتاب ''چرک سمہتا'' میں افراد کی تقسیم وٹا، پِٹا اور کافا کے ناموں سے کی گئی ہے جو انسانی مزاج کے تین عناصر پر مبنی ہے۔ اس سہ عناصر تقسیم کو ''تری دوشا'' کہا جاتا ہے۔ ان میں سے ہر ایک انسان کی اس افتاد مزاج کی عکاسی کرتا ہے جس کو انسان کی بنیادی فطرت (پرکرتی) کہتے ہیں۔ اس کے علاوہ شخصیت کی ایک وضع ''تری گن'' پر منحصر ہے جیسے کہ ستو، راجس، اور تمس۔ ستوگن میں انسان کے کردار کی پاکیزگی، سچائی، ذمہ داریوں کے تئیں سنجیدگی، بے تعلقی کا احساس اور باضابطگی جیسے خصائل شمار کیے جاتے ہیں۔ راج گن میں انسان کے مزاج کی شدت پسندی، تسکین حس کی خواہش، غیر اطمینانی حالت، حسد اور مادیت پسند ذہنیت شمار کی جاتی ہیں۔ تمس گن فرد کے مزاج میں غصہ، تکبّر، افسردگی، سستی، کاہلی اور محرومیت کے احساس کو ظاہر کرتا ہے۔ یہ تینوں ہی گن ہر انسان کے مزاج میں موجود ہوتے ہیں ہا ل ان کے درجات مختلف ہو سکتے ہیں۔ انسان کے مزاج میں کسی بھی ایک گن کا غلبہ اس کے مزاج کی وضع طے کرتا ہے۔

علم نفسیات میں شیلڈن کا نظریۂ شخصیت خاصا اہم مانا جاتا ہے۔ جسم کی وضع قطع اور مزاج کو بنیاد مان کر شیلڈن نے **فربہ شکم، قوی اندام اور لاغر اندام** اقسام پیش کی ہیں۔ فربہ شکم موٹے، اور گول ہوتے ہیں۔ مزاجاً وہ آرام پسند اور صحبت پسند ہوتے ہیں۔ قوی اندام افراد قوی اعصاب کے مالک ہوتے ہیں۔ ان کا جسم مضبوط کاٹھی کا اور لمبا ہوتا ہے۔ وہ محنتی اور باہمت ہوتے ہیں۔ لاغر اندام لوگ جسمانی بناوٹ کے اعتبار سے دبلے، لمبے اور نازک ہوتے ہیں۔ مزاجاً وہ لوگ ذہین، فن کے ماہر اور درون بین ہوتے ہیں۔

ہمیں یہ یاد رکھنا چاہیے کہ یہ جسمانی وضعیت بالکل سیدھی ہیں اور انسان کے رویہ یا مزاج کے بارے میں کوئی رائے اپنانے میں ان کا رول ایک حد تک ہی ہوتا ہے۔ یہ صرف سبوکات کا درجہ رکھتی ہیں۔

یونگ نے ایک الگ خاکہ پیش کیا ہے جس میں لوگوں کی درجہ بندی درون بین اور بیرون بین اقسام میں کی گئی ہے۔ اس خاکے کو خاصی مقبولیت حاصل ہوئی ہے۔ اس کے مطابق درون بین وہ لوگ ہیں جو تنہا رہنا چاہتے ہیں، دوسروں کو نظرانداز کرتے ہیں، جذباتی تصادم میں خود کو الگ کر لیتے ہیں، شرمیلے ہوتے ہیں۔ بیرون بین افراد اس کے برعکس صحبت پسند اور متصرف ہوتے ہیں۔ ایسے لوگ اپنے اوپر ہونے والے دباؤ کے ردعمل کے طور پر سماج اور افراد میں اپنے کو گم کر دیتے ہیں۔

حال ہی میں فرائڈ مین اور روزن مین نے افراد کی شخصیت کی تقسیم ٹائپ۔ اے اور ٹائپ۔ بی کے طور پر کی ہے۔ یہ دونوں ماہرین انسانی نفسیات میں جوکھم اٹھانے کے عنصر کی تحقیق کر رہے تھے جب انھیں شخصیت کی ان اقسام کا علم ہوا۔ جو لوگ اے ٹائپ کی شخصیت میں شمار ہوتے ہیں وہ زبردست تحریک کے حامی ہوتے ہیں، ان میں صبر کا فقدان ہوتا ہے، وقت کو ہمیشہ مختصر سمجھتے ہیں اور جلدی میں رہتے ہیں اور ہمیشہ ایسا محسوس کرتے ہیں کہ وہ کام کے بوجھ سے دبے ہوئے ہیں۔ ایسے لوگوں کے لیے آرام کرنا یا دھیمی رفتار سے کام کرنا ناممکن ہوتا ہے۔ یہ لوگ ہائی بلڈ پریشر اور دل کی بیماریوں کا اثر بہت جلدی قبول کر لیتے ہیں۔ ٹائپ اے کے لوگوں میں ہائی بلڈ پریشر سے کہیں زیادہ دل کی بیماریوں کا خطرہ ہوتا ہے بہ نسبت سگریٹ نوشی اور

© NCERT not to be republished

بڑھے ہوئے کولسٹرال کی سطح سے۔ ٹائپ بی قسم اس کے بالکل برعکس ہے۔ جس کے لیے کہا جا سکتا ہے کہ ان افراد میں ٹائپ اے والا کوئی بھی وصف نہیں ہوتا۔ اس خاکے کو Morris نے وسعت بخشی اور ایک 'ٹائپ سی' قسم کی شخصیت پیش کی ہے جو کینسر (سرطان) جیسی مہلک بیماری کے لیے بے حد حساس ہوتی ہے۔ اس قسم کے افراد معاون اور صابر ہوتے ہیں اور کسی قسم کا دعوی کرنا ان کا مسلک نہیں ہوتا۔ وہ اپنے منفی جذبات جیسے غصہ وغیرہ کو دبا دیتے ہیں اور حاکم کے تئیں تابعداری کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ تازہ ترین تحقیق میں ایک اور قسم 'ٹائپ ڈی' شخصیت بھی سامنے آئی ہے۔ اس قسم کے افراد خصوصاً افسردگی کی طرف مائل ہوتے ہیں۔

شخصیت کے بارے میں بنائے گئے یہ خاکے عموماً دلچسپ اور بہت آسان ہیں۔ انسان کا مزاج یا رویہ خاصا پیچیدہ اور غیر یکساں ہے۔ اس لیے افراد کو ایک خاص قسم کی شخصیت کے خانے میں رکھ دینا مشکل ہے۔ افراد اتنی آسانی سے ان اقسام میں فٹ نہیں ہوتے ہیں۔

خاصہ امتیازی وصف کا طرزِ فکر

یہ نظریہ شخصیت کے بنیادی اجزا کی خصوصیات پر مشتمل ہے۔ اس طرز فکر میں ماہرین شخصیت کی گروہ بند تعمیر کو دریافت کرنا چاہتے ہیں۔ انسان کی نفسیاتی خصوصیات میں تغیر اور انحراف ہوتا ہے۔ لیکن ان کو شخصیت کے چھوٹے چھوٹے مخصوص زمروں میں یکجا کرنا ممکن ہے۔ انسان کے خصائل کا مطالعہ ہماری روزمرہ کی زندگی کے تجربات کے مماثل ہے۔ مثال کے طور پر جب ہمیں پتہ چلتا ہے کہ فلاں شخص صحبت پسند ہے تو ہم سمجھ لیتے ہیں کہ وہ نہ صرف معاون، مددگار اور دوست ہوگا بلکہ اس کے رویّے میں دوسرے سماجی افراد بھی موجود ہوں گے۔ اس طرح خصائل کا مطالعہ افراد کی بنیادی خصوصیات کی شناخت کرتا ہے۔ خصلت یا خصوصیت انسان کے کردار کا وہ جز ہوتی ہے جس کی وجہ سے افراد ایک دوسرے سے مختلف ہوتے ہیں۔ ان خصائل میں وہ رویّے شامل ہوتے ہیں جو مختلف حالات کی مانگ ہوتے ہیں۔

مختصر طور پر اے خصائل عموماً مستحکم ہوتے ہیں۔ بی اکثر ہر طرح کے حالات میں یکساں رہتے ہیں، اور سی ان خصائل کی قوت اور ان کے مرکبات کے ساتھ تبدیل ہوتے رہتے ہیں۔

بہت سے ماہر نفسیات نے شخصیت کے بارے میں اپنا طرز فکر وضع کرنے کے لیے ''خصائل کے مطالعے'' کا سہارا لیا ہے۔ اب ہم کچھ اہم نظریات پر بحث کریں گے۔

آل پورٹ (All Port) کا نظریہ خصائل سیرت

All Port کو اس طرز فکر کا موجد مانا جاتا ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ فرد کی طبیعت اور مزاج میں بہت سے وصف یا خصائل ہوتے ہیں جو متحرک ہوتے ہیں۔ وہ انسان کے رویّے پر کچھ اس طرح اثر انداز ہوتے ہیں کہ ایک فرد مختلف حالات میں بھی ایک ہی طرح کا ردعمل کرتا ہے۔ یہ خصائل متفرق اور مختلف نظر آنے والے اعمال کو یکجا کر دیتے ہیں۔ All Port کی دلیل ہے کہ لوگ اپنے آپ کو اور دوسروں کو بیان کرنے یا ظاہر کرنے کے لیے جن الفاظ کا استعمال کرتے ہیں، وہی الفاظ اس کی شخصیت کو سمجھنے میں معاون ہوتے ہیں۔ انھوں نے انگریزی زبان کے ان الفاظ کا تجزیہ کیا جو انسانی خصلت اور سیرت کو بیان کرتے ہیں۔ اسی بنیاد پر All Port نے ان خصائل اور خصائص کو بنیادی، مرکزی اور ثانوی اقسام میں بانٹا ہے۔

بنیادی وصف دراصل انسان کا طبعی میلان ہے۔ یہ ان مقاصد کو بیان کرتا ہے جن کے اطراف انسان کی پوری زندگی گھومتی ہے۔ مہاتما گاندھی کا ''عدم تشدد'' اور ہٹلر کا ''نازازم'' اسی قسم کے وصف کی مثالیں ہیں۔ اس طرح کی خصوصیات کسی انسان کے نام کے ساتھ اتنی مضبوطی سے جڑ جاتی ہیں کہ ان اوصاف کی شناخت ان ناموں سے ہونے لگتی ہے جیسے گاندھیائی یا ہٹلرانہ وصف۔ کم سرایت کرنے والے یا کم اثر کرنے والے رجحانات **مرکزی وصف** کہلاتے ہیں۔ یہ اوصاف (جیسے پرجوش، مستعد اور پرخلوص ہونا) اکثر اس وقت استعمال کیے جاتے ہیں جب کسی کو کوئی سرٹیفکٹ دینا ہو یا اس کو کسی

نوکری کے لیے نامزد کرنا ہو سب سے کم تعلیمی خصوصیات کو **ثانوی اوصاف** کا درجہ دیا گیا ہے۔ ایسے رجحانات جیسے آم پسند کرنا، کچھ مخصوص لباس استعمال کرنا وغیرہ ثانوی اوصاف کی مثالیں ہیں۔ جب کہ All Port نے بھی مانا ہے کہ انسان کے حالات کا اس کے رویوں پر اثر پڑتا ہے۔ پھر بھی ان کا کہنا ہے کہ جس طرح ایک فرد کچھ مخصوص حالات میں عمل کرتا ہے، وہ اس کے کردار کی خصوصیتوں کی بنیاد پر ہوتا ہے۔ حالاں کہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ ایک جیسی خصوصیات کے حامل افراد اپنے اپنے طور پر اپنے حالات میں ان اوصاف کو مختلف طرح سے ظاہر کریں۔ All Port نے انسان کی طبیعت یا مزاج کے ان اوصاف کو داخلی غیر یکساں عنصر کے طور پر مانا ہے جو کوئی بھی فرد اچانک درپیش حالات میں ردعمل کے طور پر استعمال کرتا ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ ان خصائل میں کوئی بھی تبدیلی ایک ہی جیسے حالات میں فرد کے مختلف النوع کو ظاہر کرے گی۔

Cattell: شخصیت کے عوامل

Raymond Cattell کا ماننا ہے کہ افراد عام طور سے اپنی ہیئت کے اعتبار پر ایک دوسرے سے مختلف ہوتے ہیں۔ اور یہ ہیئت تجرباتی طور پر متعین کی جاسکتی ہے۔ Raymond Cattell لغوی خصوصیات (وہ خصوصیات جو لسانی طور سے زبان کا حصہ ہوتی ہیں) میں سے کچھ بنیادی اوصاف کا انتخاب کرنے کی کوشش کی ہے۔ انھوں نے **عوامل کے تجزیے** کی ایک تکنیک استعمال کی ہے جو ایک شماریاتی طریقۂ کار ہے۔ اس طریقے سے Raymond Cattell نے بنیادی ہیئت کو دریافت کرنے کی کوشش کی ہے۔ اس مطالعے کے مطابق 16 بنیادی خصائص ہیں۔ بنیادی وصف مستحکم ہوتے ہیں اور شخصیت کے معمار ہوتے ہیں۔ ان کے ساتھ ساتھ بہت سے ایسے وصف ہوتے ہیں جو اوپری سطح پر کام کرتے ہیں۔ یہ اوصاف بنیادی اوصاف کے آپس میں رابطے سے وجود میں آتے ہیں۔ Raymond Cattell نے بنیادی اوصاف کو برعکس رجحانات کی روشنی میں سمجھایا ہے۔ اس کے لیے انھوں نے ایک آزمائش کی جس کو 16 پی ایف کہا جاتا ہے۔ اس میں شخصیت سے متعلق 16 سوال ہیں جن کے جوابات کے ذریعہ کسی فرد کی شخصیت کی شناخت کی جاسکتی ہے۔ یہ 16 پی ایف نام کا آزمائشی فارمولہ تقریباً تمام ماہرین نفسیات استعمال کرتے ہیں۔

Eysenck کا نظریہ

H. J. Eysenck کا کہنا ہے کہ شخصیت کو دو بڑے حصوں میں تقسیم کیا جا سکتا ہے۔ یہ حیاتیاتی اور جینیاتی بنیاد پر تقسیم ہوتی ہے۔ ہر پہلو یا پرت میں بہت سے خاص وصف ہوتے ہیں۔ شخصیت کی تقسیم کے یہ پہلو یا سطحیں مندرجہ ذیل ہیں:

1۔ **اعصابی بہ نسبت جذباتی استحکام:** یہ عنصر انسان کی شخصیت کے اس پہلو پر روشنی ڈالتا ہے جس میں انسان کے اندر اپنے جذبات کو قابو کرنے کی قوت ہوتی ہے۔ ایک طرف تو ہمیں ایسے لوگ ملتے ہیں جو اعصابی مریض ہیں۔ ایسے لوگ بہت زیادہ موڈی، پرتشویش، حساس اور بے چین ہوتے ہیں اور بہت جلدی اپنے اوپر قابو نہیں رکھ پاتے۔ دوسری طرف ایسے افراد ہیں جو پرسکون اور بھروسے کے لائق ہوتے ہیں۔ یہ لوگ ہر حالت میں اپنے اوپر قابو رکھتے ہیں۔

2۔ **بیرون بینی بہ نسبت درون بینی:** یہ شخصیت کے اس پہلو کا مطالعہ ہے جو افراد سماج میں میل جول رکھتے ہیں جو چست ہیں، مضطرب رہتے ہیں، گروہ پسند ہیں اور ہمیشہ سنسنی خیز کاموں میں دلچسپی لیتے ہیں۔ اور دوسری طرف ایسے افراد ہیں جو مست ہیں، خاموش اور خبردار ہیں، اور بہت درون بین فطرت کے مالک ہیں۔

بعد میں Eysenck نے ایک تیسرا پہلو بھی پیش کیا جس کو جنونیت بمقابلہ سماجیت (سماج پسندی) کا نام دیا ہے۔ یہ پہلو ابتدائی دونوں عوامل کے آپسی ربط میں کام کرتا ہے۔ ایسا فرد جو جنونی فطرت کا حامل ہوتا ہے وہ بہت زیادہ خود پسند اور سماج مخالف ہوتا ہے۔ **Eysenck** کا ''شخصیت کا سوال نامہ''

© NCERT not to be republished

فرد کی شخصیت کے ان پہلوؤں کو سمجھنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ شخصیت کی پہچان کے لیے اوصاف یا خاصے کا نظریۂ فکر سب سے زیادہ پسند کیا جاتا ہے اور اس سلسلے میں بہت سی نئی تحقیق بھی ہو رہی ہے۔ یہ تمام تحقیقات آپ کی اس موجودہ تعلیم کے دائرے سے کافی آگے ہیں۔ ایک نیا فارمولا دریافت کیا گیا ہے جس کے مطابق انسان کے کردار کے وصف کی

روشنی میں دریافت کیا تھا۔ اپنے ابتدائی دور میں وہ اپنے مریضوں کی جسمانی اور جذباتی مشکلات کو حل کرنے کے لیے تنویم کا طریقہ استعمال کرتا تھا۔ وہ جانتا تھا کہ اس کے بہت سے مریض اپنی مشکلات کے بارے میں بات کرنا چاہتے ہیں اور اس بارے میں بات چیت کے بعد ان کو کافی بہتر محسوس ہوتا ہے۔ فرائڈ نے آزادانہ ائتلاف کا طریقہ اپنایا (ایسا طریقہ جس میں انسان

باکس 2.2

شخصیت کا پانچ نکاتی نمونہ

حال کے دنوں میں بنیادی اوصاف کی بحث نے ایک دلچسپ موڑ لیا ہے Paul Costa اور Robert McCrae نے شخصیت کے تمام اوصاف کا مطالعہ کیا۔ اس کے نتیجے میں پانچ عوامل سامنے آئے۔ ان کو اکثر اوقات **پانچ بڑے عوامل** کہا جاتا ہے۔ یہ مندرجہ ذیل ہیں:

1۔ **تجربات کے تئیں کھلا پن:** ایسے افراد میں تجسس ہوتی ہے۔ وہ تصورات کی دنیا میں کھوئے رہتے ہیں، نئے خیالات کا کھلے دل سے مطالعہ کرتے ہیں اور تہذیبی سرگرمیوں میں دل چسپی لیتے ہیں۔ اس کے برعکس جو لوگ اس معیار پر پورے نہیں اترتے ان میں سختی اور درشتی ہوتی ہے۔

2۔ **بیرون بینی:** یہ ایسا وصف ہے جو افراد کی سماجی سرگرمیوں کی طرف اشارہ کرتا ہے۔ یہ لوگ سماج میں گھلے ملے ہوتے ہیں، باتونی ہوتے ہیں اور ہنسی مذاق کو پسند کرتے ہیں۔ اس کے برعکس وہ لوگ ہیں جو شرمیلے ہوتے ہیں۔

3۔ **مطابقت رکھنے کا وصف:** یہ ایسے افراد کی خصوصیت جو معاون، مددگار اور دوست ہوتے ہیں۔ اس کے برعکس ایسے افراد ہیں جو خود پسند اور غصیلے ہوتے ہیں۔

4۔ **جنونیت:** یہ عنصر اس وصف کو ظاہر کرتا ہے جس کی وجہ سے فرد میں جذباتی استحکام نہیں ہوتا۔ یہ لوگ پریشان، پُرتشویش، ڈرپوک، بے چین اور ہمیشہ تناؤ میں رہتے ہیں۔ اس کے برعکس وہ لوگ ہیں جو پُرسکون رہتے ہیں اور حالات کے حساب سے خود کو ڈھال لیتے ہیں۔

5۔ **فرض شناسی:** شخصیت کا یہ پہلو فرد کے کردار کا وہ وصف ہے جس کی وجہ سے افراد اپنے مقصد کے حصول کے لیے کوشاں رہتے ہیں۔ یہ لوگ قابل بھروسہ، ذمہ دار، مصلحت پسند، محنتی اور خود پر قابو رکھنے والے ہوتے ہیں۔ اس کے برعکس وہ لوگ ہیں جو بے چینی اور اعصابی تناؤ کا شکار ہوتے ہیں۔

یہ پانچ نکاتی فارمولہ شخصیت کی شناخت کے سلسلے میں ایک اہم پیش رفت ہے۔ اسی پر انحصار کر کے مختلف اقوام میں افراد کی شخصیت کو پہچانا جا سکتا ہے۔ کیوں کہ یہ عوام لغوی اوصاف (جو الفاظ شخصیت کی خوبیاں یا اوصاف پہنچاننے کے لیے استعمال ہوتے ہیں) سے متفق ہیں اس لیے مختلف طریقۂ کار سے شخصیت کی شناخت کی کوششوں میں بھی مددگار ثابت ہوتے ہیں۔ اس لیے فی الحال یہ سب سے زیادہ تجرباتی نظریۂ فکر ہے جس سے شخصیت کا مطالعہ کیا جا سکتا ہے۔

بالکل انوکھے انداز میں گروہ بندی کی جا سکتی ہے۔ یہ نیا فارمولہ باکس 2.2 میں دیا گیا ہے۔

نفسی حرکیات کا نظریہ

شخصیت کے مطالعہ میں یہ ایک پسندیدہ نظریہ ہے۔ یہ سگمنڈ فرائڈ کے نظریے پر مبنی ہے۔ وہ ایک طبیب تھا اور اس نے یہ نظریہ اپنے مطب کے تجربات کی

آزادانہ طور سے اپنے خیالات، محسوسات اور سوچ کو بیان کر سکے) اس کے علاوہ خوابوں کا تجزیہ اور غلطیوں کا تجزیہ کر کے فرائڈ نے انسان کے ذہن کو سمجھنے کی کوشش کی تھی۔

شعور کی سطحیں

فرائڈ کا نظریہ ان ذرائع اور حالات کا مطالعہ کرتا ہے جن کی بنا پر افراد اپنے

جذباتی تصادم کو قابو میں رکھتے ہیں۔ اس نظریہ میں انسان کے ذہن کو شعور کی تین سطحوں پر، پرکھا گیا ہے۔ پہلی سطح **شعور** کی ہے۔ اس کو ہم **ضمیر** کہہ سکتے ہیں۔ اس میں انسان کی سوچ، محسوسات اور وہ اعمال شمار کیے جاتے ہیں جن سے دوسرے لوگ واقف ہوتے ہیں۔ دوسری سطح **قبل شعوری** ہے۔ اس میں انسان کے دماغ کی وہ حرکات شمار ہوتی ہیں جن سے افراد اس وقت واقف ہوتے ہیں جب وہ اس کو قریب سے محسوس کرتے ہیں۔ تیسری سطح **بے شعوری** ہے۔ اس سے عموماً لوگ واقف نہیں ہوتے ہیں۔

فرائڈ کے مطابق بے شعوری حرکات حیوانی اور جبلّی محرکات کا ذخیرہ ہیں۔ ان میں انسان کے وہ تمام خیالات اور خواہشات بھی شامل ہوتی ہیں جن سے وہ شعوری طور پر باخبر ہوتا ہے۔ شاید اسی لیے یہ نفسیاتی تصادم کی طرف لے جاتا ہے۔ ان میں سے زیادہ تر جنسی خواہشات کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں جن کو کھلے طور پر ظاہر نہیں کیا جا سکتا، اسی لیے اکثر یہ دبا دی جاتی ہیں۔ لوگ مستقل اپنے بے شعوری محرکات کو سماجی طور پر تسلیم کروانے کے لیے جدوجہد کرتے رہتے ہیں اور اس طرح کے ذرائع ڈھونڈتے وقت وہ خود کو ظاہر بھی نہیں کرنا چاہتے۔ تصادم کا یہ ناکام انجام ان کے غیر معمولی رویوں پر منتج ہوتا ہے۔

بھول جانے کی عادت، غلط تلفظ، ہنسی مذاق والے لطائف اور خواب و خواہشات ہمیں انسان کی بے شعوری سطح کو سمجھنے میں مدد کرتے ہیں۔ فرائڈ نے ایک مصلحاتی طریقہ ایجاد کیا جس کو تحلیل نفسی کہتے ہیں۔

اس طریقے کا بنیادی مقصد دبے ہوئے غیر شعوری خواہشات کو شعور کی سطح پر لانا ہے۔ اس طرح یہ افراد کو ایک خود شناس اور سلجھے ہوئے ماحول میں رہنے میں مددگار ہوگی۔

سرگرمی 2.2

اگر آپ سے کہا جائے کہ آپ اپنی شخصیت کا ایک پہلو تبدیل کریں تو آپ کون سا پہلو بدلنا پسند کریں گے اور کیوں؟ اور اگر نہیں تو کیوں؟ آپ کی شخصیت کا کون سا پہلو ایسا ہے جسے آپ کبھی تبدیل کرنا پسند نہیں کریں گے؟ ایک اقتباس لکھیے اور اپنے دوستوں کے ساتھ تبادلۂ خیال کیجیے؟

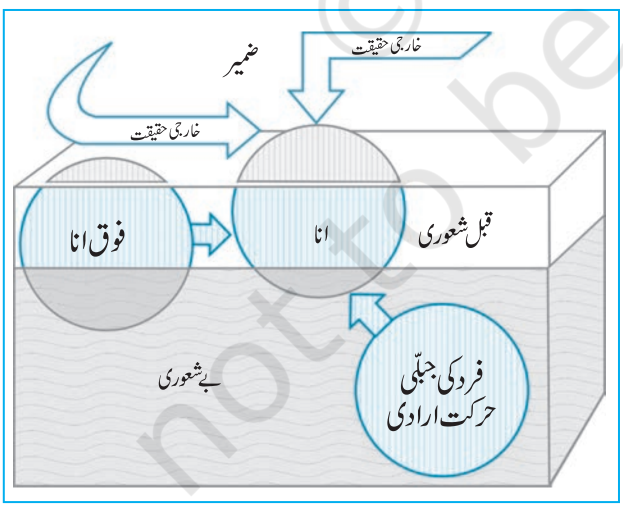
شخصیت کا ڈھانچہ

فرائڈ کے نظریہ کے مطابق شخصیت کے بنیادی عناصر تین ہیں اور وہ ہیں: (i) فرد کی جبلّی حرکت ارادی (ii) انا اور (iii) فوق انا۔ یہ تینوں عناصر غیر شعوری سطح پر کارفرما ہوتے ہیں اور افراد کے برتاؤ سے ان کا پتہ لگایا جا سکتا ہے۔ (شکل 2.2)۔ یہاں یہ بات دھیان میں رکھنی چاہیے کہ یہ تینوں عناصر صرف نظریات ہیں یہ حقیقی طبعی ڈھانچے نہیں ہیں۔ ہم ان سب معلومات پر تفصیل سے بحث کریں گے۔

جبلّی حرکت ارادی

جبلّی حرکت ارادی: یہ فرد کی جبلّی طاقت کا سرچشمہ ہوتی ہے۔ یہ فرد کی بنیادی خواہشات کی خودی تسکین سے تعلق رکھتی ہے جیسے جنسی خواہشات، جارحانہ اضطراب کی فوری تسکین ہیں۔ یہ خوشی اور مسرت کے ان اصولوں پر کارفرما ہوتی ہے جس کے مطابق لوگ صرف خوشی حاصل کرتے ہیں اور تکلیف کو نظرانداز کرتے ہیں۔ فرائڈ کے مطابق انسان کی جبلّت اکثر و بیشتر جنسی رجحان کی حامل ہوتی ہے اور بقیہ قوتیں جارحانہ ہوتی ہیں۔ انسان کی یہ خواہش یا جبلت اخلاقی اقدار، سماج اور دوسرے افراد کی پرواہ نہیں کرتی ہیں۔

انا: یہ عنصر بھی فرد کی شخصیت میں اس کی بنیادی جبلت کی بنیاد پر پروان چڑھتا ہے۔ اور یہ انسان کی بنیادی ضرورتوں کی تکمیل حقیقی طور پر ڈھونڈتا ہے۔ اسی لیے یہ حقیقی اصولوں پر منحصر ہوتا ہے اور اکثر فرد کی جبلّی حرکتوں کو مناسب طریقۂ کار کی طرف موڑ دیتا ہے۔ مثال کے طور پر ایک لڑکا جو آئس کریم کھانا چاہتا ہے تو اس کا جبلّی ارادہ اس کو یہ مشورہ دے گا کہ آئس کریم کو جھپٹ کر



شکل 2.2 فرائڈ کے نظریہ کے مطابق شخصیت کا ڈھانچہ

© NCERT not to be republished

کھا جائے۔ لیکن اس کی انا اس کو اس حرکت سے باز رکھے گی اور اس کی سمجھ میں آئے گا کہ اگر اس نے آئس کریم چھین کر کھائی تو اسے سزا ملے گی۔ حقیقی اصولوں کی بنا پر اس کی سمجھ میں آئے گا کہ اس کی اس خواہش کی تسکین کا بہتر ذریعہ یہ ہے کہ وہ اسے کھانے کی اجازت مانگے۔ اس طرح جبلّت فرد کو غیر حقیقی اور متقاضی خواہشات کے لیے اکساتی ہے اور صرف ان خواہشات کی تسکین کرنا چاہتی ہے جب کہ انا انسان کو صبر کرنا اور عقل سے کام لینا سکھاتی ہے۔

فوق انا: اس عنصر کو بیان کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ اس کو ذہنی عمل کی اخلاقی شاخ سمجھا جائے۔ یہ عنصر انسان کی جبلت اور انا کی تسکین کے طریقوں کو اخلاقی سطح پر پرکھ کر انسان کو یہ سمجھاتا ہے کہ کیا اس کا طریقۂ کار اخلاقی ہے۔ یہ فرد کی جبلی حرکتوں کو قابو میں رکھتا ہے اور اس کے لیے سماج اور والدین کے رول کی ضرورت ہوتی ہے۔ مثلاً اگر لڑکا آئس کریم کھانا چاہتا ہے تو وہ اپنی ماں سے اس کی اجازت مانگے گا۔ یہاں فوق انا اس کو بتا رہی ہے کہ وہ صحیح اور اخلاقی حرکت کر رہا ہے۔ آئس کریم حاصل کرنے کا یہ طریقہ اس کے ذہن میں ڈر، تشویش اور جرم کے احساس کو جگہ نہیں دے گا۔

اس طرح فرائڈ کے خیال میں انفرادی عمل شعوری طور پر تینوں قوتوں پر مبنی ہوتا ہے۔ کچھ لوگوں میں جبلت زیادہ کارفرما ہوتی ہے اور کچھ میں انا۔ بہرحال ان تینوں عناصر کی اجتماعی قوت بھی فرد کے رویّے میں استحکام پیدا کرتی ہے۔ فرائڈ کا یہ بھی کہنا ہے کہ فرد کی جبلت دو بنیادی عناصر پر منحصر ہوتی ہے جن کو زندگی اور موت دو سطحوں پر سمجھا جا سکتا ہے۔ فرائڈ نے موت کو نظر انداز کر کے زیادہ توجہ زندگی سے یا جنس سے متعلق حقائق پر مرکوز کی ہے۔ اس قسم کی جبلت کو جنسی طلب یا حیاتی طلب کی اصطلاح دی گئی ہے۔ یہ خوشی حاصل کرنے کے اصول پر مبنی ہے اور فرد کی یہ طلب فوری تسکین کی خواہاں ہوتی ہے۔

انا کی دفاع کے طریقے

فرائڈ کے مطابق انسانی رویہ زیادہ تر یہ دکھاتا ہے کہ وہ خطرے یا تشویش سے بھاگنا چاہتا ہے۔ اس لیے جس انداز سے لوگ برتاؤ کرتے ہیں، وہ اس بات پر منحصر ہوتا ہے کہ ان کی انا تشویش یا خطرے کے وقت کس طرح عمل کرتی ہے۔ فرائڈ کا ماننا ہے کہ لوگ تشویش سے بچنے کے لیے دفاعی تدبیر اختیار کرتے ہیں اور یہ تدبیریں انا کو محفوظ رکھنے کے لیے ہوتی ہیں اور بنیادی ضروریات کو علم میں رکھ کر کی جاتی ہیں۔ اس طرح یہ حفاظتی تدبیریں تشویش کو کم کرتی ہیں اور اس کام میں حقیقت کو مسخ کر دیتی ہیں لیکن کچھ حد تک یہ طریقہ نارمل بھی ہوتا ہے۔ جو لوگ اس طریقے کا استعمال حقیقت سے دور رہ کر کرتے ہیں ان کے کردار میں بہت زیادہ بدنظمی پیدا ہو جاتی ہے۔

اس حفاظتی طریقہ کی بھی فرائڈ نے کئی اقسام بیان کی ہیں۔ ان میں سے سب سے اہم **احتباس** ہے۔ اس قسم کے رویّے کو شعوری سطح پر بالکل نہیں تسلیم کیا جاتا۔ جب افراد اپنی کسی خواہش کو دباتے ہیں تو وہ اس کی طرف سے پوری طرح بے خبر ہو جاتے ہیں۔ اس لیے اگر کوئی شخص یہ کہے کہ ''مجھے نہیں معلوم میں نے ایسا کیوں کیا؟'' تو اس جملے میں اس کی شخصیت کا یہ عنصر نمایاں ہوتا ہے۔

دوسرے اہم حفاظتی طریقے اظلال، انکار، ردِّعمل اور تکویل (تاویلی) ہیں **اظلال** طریقۂ کار میں افراد اپنی خصوصیات کو دوسرے افراد کے سر منڈھ دیتے ہیں۔ اس لیے ایسا فرد جس میں جارحانہ رجحانات زیادہ ہوں، وہ دوسرے افراد کو بھی اسی نظر سے دیکھتا ہے اور یہ محسوس کرتا ہے کہ دوسرے افراد بھی اس سے جارحانہ انداز سے بات کرتے ہیں۔ **انکار** کے طریقے میں فرد حقیقت کو ماننے سے یکسر انکار کر دیتا ہے۔ مثلاً ایک ایچ آئی وی ایڈس کا مریض اس امر سے بالکل انکار کر دیتا ہے کہ وہ ایک مہلک بیماری میں مبتلا ہے۔ **ردِّعمل** فرد کے ایسے رویوں کو منتخب کرنے میں مدد کرتا ہے جو اس کو فکر اور پریشانی سے بچائیں۔ ایسے میں انسان اپنی حقیقی حیات کو پوشیدہ رکھتا ہے۔ ایسا شخص جو شدید جنسی خواہشات رکھتا ہو، لیکن خود کو مذہبی کاموں میں غرق کر لے، اس قسم کے ردِّعمل کی مثال ہے۔ **تکویلی** طریقے میں انسان اپنے ناجائز یا بے کار محسوسات کو کارآمد اور قابلِ تسلیم بنانے کی کوشش کرتا ہے۔ مثلاً اگر ایک طالب علم

© NCERT not to be republished

امتحانات میں خراب کام کرنے کے بعد کچھ قلم خریدے اور اپنے اس عمل کو صحیح محسوس کرانے کے لیے یہ کہے کہ ''میں ان نئے قلموں کے ذریعہ اچھا کام کر سکتا ہوں''۔

لوگ جب اپنی انا کے تحفظ کے لیے ان طریقوں کو آزماتے ہیں تو دراصل وہ اس حقیقت سے ناآشنا ہوتے ہیں کہ وہ ایسا کر رہے ہیں۔ یہ تمام طریقے انسان کی انا کو درپیش فکر، پریشانی اور تشویش جیسے محسوسات میں گھر کر بھی صحیح رویہ رکھنے میں مددگار ہوتے ہیں۔فرائڈ کے اس نظریے پر بہت سے مفکرین نے سوالات اٹھائے ہیں۔مثلاً فرائڈ کا یہ دعویٰ کہ ''اظلالی طریقے سے انسان کے اوپر پڑنے والا دباؤ اور فکر کم ہو جاتی ہے'' کو زیادہ تقویت نہیں ملی ہے۔

شخصیت کی نشوونما کے مراحل

فرائڈ کے نظریے کے مطابق شخصیت کا مرکزی پہلو ابتدائی مراحل میں ہی طے ہو جاتا ہے۔ یہ تا زندگی قائم رہتا ہے اور اگر اسے تبدیل کرنا چاہیں تو بہت مشکل سے تبدیل ہوتا ہے۔ انھوں نے بھی شخصیت کی نشوونما کی ایک اسکیم وضع کی ہے جو پانچ مراحل پر منحصر ہے اس کو ''نفسی جنسیاتی'' کا نام دیا گیا ہے۔نشوونما کے کسی بھی مرحلے پر کوئی رکاوٹ شخصیت کی نشوونما پر غلط اثر ڈالتی ہے اور شخصیت پر اس کے اثرات بہت دیرپا ہوتے ہیں۔ ان تمام مراحل کا یہاں پر مختصر تجزیہ کیا جا رہا ہے۔

زبانی منزل

ایک نومولود بچے کی بنیادی جبلت اس کے منہ تک محدود ہوتی ہے۔ یہ ہی اس کی تسکین اور مسرت کا مرکز ہوتا ہے۔ وہ اپنے منہ کے ذریعہ ہی غذا حاصل کرتا ہے جس سے اس کی بھوک کی تسکین ہوتی ہے۔ بچے کو انگوٹھا چوسنے، دودھ پینے اور کاٹنے سے ذہنی تسکین حاصل ہوتی ہے۔ عمر کے ان ابتدائی مہینوں میں ہی جب دنیا کے بارے میں انسان کی بنیادی حسیات بنتی ہیں۔ اس لیے اگر فرائڈ کا نظریہ مانیں تو ایک ایسا فرد جو دنیا کو ایک تلخ جگہ سمجھتا ہے، اس کی زندگی کا ابتدائی دور پریشانیوں اور مشکلات بھرا رہا ہوگا۔

مبرزی منزل

ایسا دیکھا گیا ہے کہ دو برس سے تین برس کی عمر میں بچہ سماج کی کچھ ذمہ داریوں کے جواب میں کارروائی کرنا شروع کر دیتا ہے۔ والدین کی طرف سے سب سے بنیادی مانگ یہ ہوتی ہے کہ اب بچہ اپنے پیشاب وغیرہ جیسے جسمانی ضرورتوں کو اپنے طور پر قابو کرنا سیکھے۔ اکثر بچے اس عمر میں اپنی آنتوں میں ہونے والی ہلچل کو محسوس کر کے محظوظ ہوتے ہیں۔ مبرزی منزل دراصل کچھ ایسے ہی محسوسات کا مرکز ہے۔ انسان کی فطری جبلت اور اس کی انا میں اسی مرحلے پر فرق ظہور پذیر ہوتا ہے۔ اسی مرحلے پر بچے اور بڑے لوگوں کے مطالبات میں فرق واضح ہوتا ہے اور ان کا اپنے مزاج پر قابو ہوتا ہے۔

ذکری منزل

یہ مطالعہ تناسلی اعضا پر مبنی ہے۔ چار سے پانچ سال کی عمر کے بچے مونث اور مذکر میں تفریق کرنے لگتے ہیں۔ وہ اپنے والدین کے درمیان جنسی رشتے سے بھی آگاہ ہو جاتے ہیں۔ اسی مرحلے پر ایک بچہ (لڑکا) فہم و ادراک کی الجھن کو محسوس کرتا ہے جس میں وہ ماں کے لیے پیار اور باپ کے لیے جارحیت محسوس کرتا ہے لیکن سزا کے ڈر اور باپ کی ڈانٹ اور غصے کا بھی اسے علم ہوتا ہے۔ (بطور ردِعمل) (اوڈیپس ایک یونانی راجہ تھا جس نے انجانے میں اپنے باپ کو مار ڈالا تھا اور پھر اپنی ماں سے شادی کر لی تھی) اس منزل کا ایک خاص مرحلہ اسی اوڈیپس الجھن کا حل ہے۔ اور یہ حل تب نکلتا ہے جب بچہ اپنے باپ ماں سے تعلق اور رشتہ پہچان لیتا ہے اور پھر اپنے والد کے برتاؤ کو نمونے کے طور پر اپنے رویّے کے لیے استعمال کرتا ہے۔ لڑکیوں میں یہ اوڈیپس الجھن الیکٹرا الجھن کہلاتا ہے (الیکٹرا ایک یونانی کردار تھا جس نے اپنے بھائی کو راغب کیا تھا کہ وہ ماں کو مار ڈالے) لیکن لڑکیوں میں یہ مرحلہ کچھ مختلف طریقے سے شروع ہوتا ہے۔ اپنے باپ کے ساتھ عشق یا پیار جتانے کے لیے عموماً لڑکیاں علامتی طور سے اپنے باپ سے شادی کر کے خاندان بناتی ہیں۔ جب بچیوں کو یہ احساس ہوتا ہے کہ یہ ناممکن بات ہے تو وہ

© NCERT not to be republished

خود کو اپنی ماں کے ساتھ مشابہ کرنے لگتی ہیں اور باپ کی توجہ حاصل کرنے کے لیے ماں کے جیسے رویے اپناتی ہیں۔ اوڈیپس الجھن کے حل کا تنقیدی پہلو یہ ہے کہ بچہ والدین میں سے اپنی ہی جنس کے فرد کے ساتھ شناخت ڈھونڈ لیتا ہے۔ دوسرے الفاظ میں لڑکے ماں کے لیے اپنی جنسی خواہشات کو ترک کر کے والد کو ایک نمونے کے طور پر دیکھنے لگتے ہیں بجائے اس کو اپنا دشمن سمجھنے کے اور لڑکیاں اپنے والد کے تئیں جنسی خواہش ترک کر کے اپنے آپ کو ماں کے ساتھ مشابہ کر لیتی ہیں۔

خوابیدہ جنس کا دور

انسان کی زندگی کا یہ مرحلہ تقریباً سات سال کی عمر سے سنِ بلوغ تک رہتا ہے۔ اس دوران بچہ جسمانی طور پر بڑھتا جاتا ہے لیکن اس کی جنسی خواہشات نسبتاً سست ہوتی ہیں۔ اسی دوران بچے کی تمام تر قوتیں اس کے مقاصد کے حصول میں صرف ہوتی ہیں۔

تناسلی دور

عمر کے اس دور میں انسان بلوغت تک پہنچتا ہے اور اس کی نفسیاتی جنسی نشو ونما ہوتی ہے۔ جنسی حس، خوف اور عمر کے ابتدائی ادوار میں دبائی گئی خواہشات ظاہر ہونے لگتی ہیں۔ افراد جنسِ مخالف سے زیادہ پختہ اور صحیح انداز میں بات کرنے لگتے ہیں۔ لیکن اگر عمر کے اس مرحلے تک کا سفر زیادہ تر مخالفتوں اور رکاوٹوں سے پُر رہا ہے تو نشو ونما کی ایک سیڑھی پہلے ہی پار کر لیتا ہے۔

فرائڈ کا کہنا ہے کہ بچے جیسے جیسے نشو ونما کی سیڑھیاں طے کرتے ہیں ان کا دنیا کے تئیں نظریہ تبدیل ہوتا رہتا ہے۔ ایک منزل میں بچے کی ناکامی اس کی نشو ونما کو منجمد کر دیتی ہے۔ اس طرح بچے کی نشو ونما رک جاتی ہے۔ مثال کے طور پر بچہ جو اپنی عمر کے ذکری دور سے صحیح طرح نہیں گزر رہا ہے یا اس دور میں الجھا رہا ہے تو وہ اگلے مرحلے کی اوڈیپل الجھنوں کو نہیں سمجھ پائے گا اور نتیجتاً والدین میں سے اپنی ہی جنس (ماں یا باپ) کے تئیں درشت اور خونخوار رویہ اس کے ذہن میں پنپ جائے گا۔ اس طرح کی ناکامی بچے کی زندگی کو بڑی حد تک متاثر کر سکتی ہے۔ ایسے لڑکے یہ سوچ سکتے ہیں کہ مرد عموماً جارح اور ظالم ہوتے ہیں اور وہ چاہیں گے کہ لڑکیاں ان کے اوپر انحصار کریں۔ مراجعت اسی طرح کے حالات کا نتیجہ ہوتی ہے۔ یہ انسان کو ایک دور پہلے گھسیٹ لے جاتی ہے۔ مزاج میں رجعت پسندی تب پیدا ہوتی ہے جب نشو ونما کی کسی بھی ایک منزل کے مسائل مناسب طور سے حل نہ ہو سکے ہوں، اس حالت میں افراد غیر پختہ رویہ اپنا لیتے ہیں۔

فرائڈ کے بعد کے نظریات

فرائڈ کے بعد بہت سے مفکرین نے اپنے اپنے نظریات پیش کیے۔ کچھ نے فرائڈ کے مطابق کام کیا اور پھر اپنی طرزِ فکر ایجاد کی اور اس تحقیق کو تحلیل جنس کا نظریہ قرار دیا۔ ان مفکرین کو بھی اسی مناسبت سے Neo-analytic کا نام دیا گیا یا **مابعد رائڈ**۔ ان تمام تحقیقات کی خصوصیت یہ ہے کہ سب ہی نے جنسی اور جارحانہ جبلت اور انسان کی انا کو فرائڈ کی طرح اہمیت نہیں دی بلکہ ان میں انسان کی تخلیقی قوتیں، مقابلہ کرنے اور مسائل کو حل کرنے کی اہلیت پر زور دیا گیا ہے۔ ان میں سے کچھ کو یہاں پر مختصر طور پر بیان کیا گیا ہے۔

کارل ژنگ: مقصد اور آرزو

ژنگ نے اپنے ابتدائی دور میں فرائڈ کے ساتھ کام کیا لیکن بعد میں وہ فرائڈ سے الگ ہو گیا۔ ژنگ کے مطابق انسان زیادہ تر اپنی خواہشات اور مقاصد کی رہنمائی میں کام کرتا ہے نہ کہ جنسی اور جارحانہ قوتوں کے زیر سایہ۔ ژنگ نے اپنا الگ نظریہ پیش کیا جس کو تحلیل نفس کا نظریہ کہا جاتا ہے۔ اس نظریہ کا بنیادی مفروضہ یہ ہے کہ شخصیت اور فرد میں مقابلہ کرنے والی قوتوں اور ڈھانچوں سے مل کر تیار ہوتی ہے (جس کو متوازن ہونا چاہیے) بجائے اس کے کہ وہ سماج کی ضرورتوں اور فرد کے درمیان یا پھر فرد اور حقیقت کے درمیان پروان چڑھتی رہے۔

یُنگ کا کہنا ہے کہ ایک اجتماعی غیر شعوری کیفیت ہوتی ہے، اولین یا ابتدائی دور ہوتا ہے۔ فرد اس کیفیت کو دیکھ کر اپناتا نہیں ہے بلکہ یہ کیفیات اسے وراثت میں ملتی ہیں۔ **خدا** اور **قدرت** اس کی عمدہ مثالیں ہیں۔ یہ اساطیری کہانیوں، خوابوں اور انسان کے فن پاروں میں جھلکتا ہے۔ یُنگ کا کہنا ہے کہ انسان بذات خود اتحاد کے لیے کوشاں رہتا ہے۔ یہ بھی ایک صورت اولیٰ ہے جس کا اظہار مختلف طرح سے کیا گیا ہے۔ یُنگ نے اپنے مطالعہ کا زیادہ تر حصہ اس طرح کے اظہار کو ڈھونڈنے میں صرف کیا ہے۔ اس کے مطابق اتحاد اور کلی ہیئت حاصل کرنے کے لیے انسان کو اپنی ذاتی اور اجتماعی اہلیت (لاشعوری سطح پر) کا اندازہ ہونا چاہیے اور انسان کو اس کے ساتھ ہم آہنگ ہو کر رہنا چاہیے۔

کارن ہارنی: رجائیت یا پرُامیدی

ہارنی بھی فرائڈ کا شاگرد تھا، اس نے اپنا نظریہ فرائڈ کے بنیادی اصولوں سے ہٹ کر پیش کیا۔ ہارنی نے زندگی کا ایک رجائی نظریہ پیش کیا۔ اس نے انسانی نمو اور فرد کی بازیافت پر زور دیا۔

ہارنی کے نظریے کی سب سے بڑی دین اس کا فرائڈ کے اس نظریے کو چیلنج کرنا ہے جس میں فرائڈ نے عورت کو کمتر درجہ دیا ہے۔ ہارنی کے مطابق ہر صنف کی کچھ اپنی خصوصیات ہوتی ہیں اور مخالف صنف کو ان کا اعتراف کرنا چاہیے، کوئی بھی صنف کم تر یا برتر نہیں ہوتی۔ اس کا کہنا ہے کہ عورت حیاتیاتی عوامل کی نسبت سماجی اور تہذیبی عوامل سے زیادہ متأثر ہوتی ہے۔ ہارنی کی دلیل ہے کہ نفسیاتی بدنظمی مختل (بے چین) آپسی رشتوں کی وجہ سے ہوتی ہے جس کا تجربہ انسان کو بچپن میں ہی ہو جاتا ہے۔ جب کسی بچے کے تئیں والدین کا رویہ لاتعلقی، پست ہمتی والا اور مخبوط ہوتا ہے تو بچہ خود کو غیر محفوظ محسوس کرنے لگتا ہے اور نتیجہ کے طور پر ایک حس ابھرتی ہے جس کو بنیادی تشویش کہا جاتا ہے۔ والدین کے تئیں گہرا رنج اور بنیادی جارحیت اسی حس کا نتیجہ ہوتی ہیں۔ والدین بہت زیادہ لاتعلقی دکھا کر یا بچوں کو مغلوب کر کے یا پھر بچے کی ہر بات مان کر یا ہر بات نہ مان کر بچوں میں علیحدگی اور عدم معاونت کا جذبہ پیدا کر دیتے ہیں جو ان کی صحت مند نشو و نما میں رکاوٹ بنتا ہے۔

الفریڈ ایڈلر: طرز زندگی اور سماجی دلچسپیاں

ایڈلر کا نظریہ انفرادی نفسیات کا نظریہ مانا جاتا ہے۔ ان کا بنیادی مفروضہ ہے کہ انسان کا برتاؤ ہمیشہ کسی مقصد کے حصول کے لیے ہوتا ہے۔ طلب مقصد فرد کے رویے کو طے کرتی ہے۔ ہم میں سے ہر ایک میں یہ صلاحیت موجود ہے ہم منتخب کر سکیں یا تخلیق کر سکیں۔ ہمارے ذاتی مقاصد ہمارے محرکات ہوتے ہیں۔ وہ مقصد جو ہمیں تحفظ فراہم کرتے ہیں اور ہماری غیر مناسب حیات کو کنٹرول کرنے میں مددگار ہوتے ہیں، ہماری شخصیت کی نمو میں زیادہ اہم ہوتے ہیں۔ اس نظریے کے مطابق ہر فرد کوتاہی اور جرم کے احساس سے گزرتا ہے۔ یہی احساس کم تری ہے جو بچپن کے ایام میں پیدا ہوتا ہے۔ شخصیت کی صحیح نشو و نما کے لیے اس احساس پر غالب آنا بہت ضروری ہے۔

ایرک فرام: انسانی سروکار

فرائڈ کی حیاتیاتی تحقیق کے برعکس فرام نے اپنی تحقیق سماج سے شروع کی۔ اس کے مطابق افراد بنیادی طور پر سماجی ہستی ہے جس کو اس کے آپسی رشتوں کی روشنی میں سمجھا جا سکتا ہے۔ فرام کی دلیل ہے کہ نفسیاتی خصوصیات جیسے نمو اور اپنی صلاحیتوں کا اعتراف، انسان کے اندر آزادی کی خواہش، سچائی اور انصاف کے لیے اس کی کوششوں کا نتیجہ ہوتی ہیں۔

فرام کا کہنا ہے کہ ہماری کرداری خصوصیات دوسرے افراد کے ساتھ ہمارے تجربات پر مبنی ہوتی ہیں۔ تہذیب یا ثقافت تو ایک مخصوص سماج میں زندگی کے طریقوں سے بنتی ہے لیکن افراد کے کردار میں پیدا ہونے والے ثقافتی خصائل سماج اور تہذیب کو بنانے میں معاون ہوتے ہیں۔ فرام کے نظریہ کے مطابق مثبت خصوصیات جیسے ملائمت اور پیار کا شخصیت کی نشو و نما میں اہم رول ہے۔

© NCERT not to be republished

ایرک ایرکسن: شخصیت کی تلاش

ایرکسن کا نظریہ شخصیت کی نشو و نما میں حقیقی اور شعوری انا پر زور دیتا ہے۔ اس نظریہ کے مطابق نشو و نما ایک پوری زندگی چلنے والا عمل ہے۔ اور انا کی شناخت اس عمل میں مرکزی اہمیت کی حامل ہے۔ ان کے نظریہ 'انفرادی شناخت کا مسئلہ' کو خاصی مقبولیت ملی ہے۔ ایرکسن کی دلیل ہے کہ نوجوان لوگوں کو اپنا ایک نظریہ اور سمت متعین کر لینی چاہیے جوان کو ایک بامعنی مقصد اور متحد ہونے کا احساس دے سکے۔

نفسی حرکیات کی تحقیق کو تقریباً سب ہی حلقوں سے تنقید کا سامنا کرنا پڑا ہے۔ کچھ اہم تنقیدیں درج ذیل ہیں۔

1۔ یہ تمام تحقیق کسی خاص کیس سے متعلق ہیں اور ان میں سائنٹفک بنیاد کی کمی ہے۔

2۔ انھوں نے چھوٹے اور مخصوص قسم کے افراد کا مطالعہ کر کے عام افراد کے بارے میں رائے قائم کی ہے۔

3۔ تمام تصورات پوری طرح نہیں بتائے گئے اس لیے ان کو کسی بھی قسم کے سائنٹفک امتحان میں ڈالنا مشکل ہے۔

4۔ فرائڈ نے مردوں کو تمام انسانوں کی شخصیاتی نمو کے لیے نمونے کے طور پر استعمال کیا۔ اس نے عورتوں کے تجربات و نظریات کو نظر انداز کر دیا ہے۔

کردار کا نظریہ

یہ طرز فکر کردار کے اندرونی محرکات کو اہمیت نہیں دیتی۔ ماہرین اعداد و شمار میں یقین رکھتے ہیں جن کو بہ آسانی سمجھا، پرکھا اور ناپا جا سکتا ہے۔ یہ مشاہدات مہیج جوابی سلسلوں پر مرکوز ہوتے ہیں۔ ان ماہرین کے مطابق شخصیت کو اگر فرد اور اس کے ماحول کے تئیں جواب کے تناظر میں دیکھا جائے تو بہ آسانی سمجھ میں آ سکتا ہے۔ ان کے مطابق شخصیت کی نشو و نما جوابی خصوصیات میں تبدیلیوں پر مبنی ہوتی ہے جب ایک شخص نئے ماحول میں جا کر نئے طریقے سیکھتا ہے۔ اس طرز فکر کے بیشتر ماہرین کی نظر میں جواب یا ردعمل انسان کی شخصیت کا ڈھانچہ ہے۔ ہر جواب ایک رویہ ہے جو ایک مخصوص ضرورت کو پورا کرنے کے لیے عمل میں آتا ہے۔ جیسا کہ آپ سب کو علم ہے کہ ہم کھانا کھاتے ہیں کیوں کہ ہم بھوکے ہوتے ہیں لیکن ہم اپنی غذا کے انتخاب میں بہت مشکل پسند ہوتے ہیں۔ مثلاً بچے بہت سی سبزیوں کو کھانا پسند نہیں کرتے جیسے پالک، لوکی یا کریلا وغیرہ لیکن دھیرے دھیرے وہ ان کو کھانے لگتے ہیں۔ کرداری نظریے کے مطابق بچوں کو ان سبزیوں کو کھانا سکھایا جا سکتا ہے اگر ان کے والدین کو پسند ہیں بلکہ تب تک ان بچوں کو ان سبزیوں کے ذائقے کا اندازہ ہو جائے گا اور وہ ان کو پسند کرنے لگیں گے۔ اس طرح پتہ چلتا ہے کہ رویوں کو صف بند کرنے والا بنیادی رجحان حیاتیاتی اور سماجی ضروریات میں کمی ہے اور یہ تقویت بخش رویوں یا جوابات سے حاصل کیا جاتا ہے۔

آپ نے گیارھویں جماعت میں پڑھا ہوگا کہ سیکھنے کے بہت سے اصول ہیں جن میں جوابی، تہویجی اور تقویت بخشنے والے ذرائع شامل ہیں۔ پاولو کی کلاسیکی التزام کا نظریہ اسکنر / وسیلتی التزام کا نظریہ اور بندورا کا مشاہداتی مطالعے کا نظریہ آپ لوگوں نے پڑھا۔ یہ تمام نظریات سیکھنے اور رویوں کی دیکھ بھال کے طریقے کو مختلف زاویوں سے دیکھتے ہیں۔ ان تمام طرز فکر کے اصول شخصیت کے بارے میں تحقیق کرتے وقت استعمال کیے جاتے ہیں۔ مثال کے طور پر مشاہداتی مطالعہ کا نظریہ سماج کے مطالعے پر زور دیتا ہے۔ (یہ دوسروں کی نقل اور مشاہدے پر مبنی ہوتا ہے)۔ یہ طرز فکر خود ضابطگی پر زور دیتا ہے جب کہ یہ دوسرے نظریوں میں نہیں ہے۔

سرگرمی 2.3

اپنے اور اپنے دوستوں کے برتاؤ کی ان خصوصیات کا پتا لگاؤ اور درج کرو جو مشہور نوجوانوں کی شخصیت سے متاثر ہوں۔

© NCERT not to be republished

تہذیبی طرز فکر

یہ طرز فکر شخصیت کو تہذیبی اور ماحولیاتی عوامل کی روشنی میں پرکھنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس طرز فکر کے مطابق ایک گروہ کا معاشیاتی دیکھ ریکھ کا نظام اس گروہ کے افراد کے تہذیبی اور کرداری شناخت کو بنانے میں مرکزی رول ادا کرتا ہے۔ آب و ہوا، قدرتی ماحول، غذا، پھول پتے اور مویشی صرف افراد کے معاشی اعمال ہی پر روشنی نہیں ڈالتے بلکہ ان کے سماجی ڈھانچے، رہنے سہنے کے ڈھنگ، محنت اور کام کی تقسیم اور بچوں کی تربیت کے طریقوں کی طرف بھی اشارہ کرتے ہیں۔ اگر یکجا کر کے دیکھا جائے تو یہ تمام عناصر بچے کا کلی یا اجتماعی علمی ماحول بناتے ہیں۔ لوگوں کی مہارت، اہلیت، کرداری طریقے اور اقدار کی فوقیت بہت مضبوطی سے ان تمام عناصر سے منسلک ہوتی ہے۔ مذہبی طور طریقے، رسم و رواج، فنون لطیفہ، تفریحی ذرائع اور کھیل ایسے ذرائع ہیں جن کے ذریعہ افراد کی شخصیت اظلال پذیر ہوتی ہے۔ افراد میں بہت سی ایسی خصوصیات پروان چڑھتی ہیں جو وہ اپنے گروہ کے ماحولیاتی اور تہذیبی عوامل سے حاصل کرتے ہیں۔ اس طرح تہذیبی طرز فکر میں شخصیت کو فرد کے اپنے گروپ کی خواہشات کے تہذیبی عوامل سے حاصل کرتے ہیں۔

ہم اس کو ایک ٹھوس مثال سے سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں۔ جیسا کہ آپ جانتے ہیں کہ دنیا کی آبادی کا ایک بڑا حصہ آج بھی جنگلوں اور پہاڑوں میں رہتا ہے۔ شکار کرنا اور سامان زندگی جمع کرنا ان کی گزر بسر کا ذریعہ ہیں۔ جھارکھنڈ کے برہور قبیلہ کے لوگ ایسی ہی آبادی کی مثال ہیں۔ ان میں سے بیشتر بنجاروں جیسی زندگی گزارتے ہیں اور ایک جنگل سے دوسرے جنگل چھوٹے چھوٹے گروہ بنا کر منتقل ہوتے رہتے ہیں اور لگاتار کھیلوں اور جنگلاتی سامان (جیسے کہ پھل، شہد، جڑیں، مشروم وغیرہ) کی تلاش میں رہتے ہیں۔ اس قبیلے میں بچوں کو ابتدائی عمر سے ہی جنگلوں میں جانے اور شکار کرنے کی آزادی حاصل ہوتی ہے۔ اسی گروہ میں بچوں کو آزاد انسان (بغیر بڑوں کے بہت سے کام نپٹا لینے کی ٹریننگ)، خودمختار (بہت سے فیصلے خود لینے کے آزادی) اور مقصد کے حصول کے لیے (شکار کرنے کے دوران آنے والے خطرات سے مقابلے) کوشاں رہنا بالکل ابتدائی عمر سے ہی سکھایا جاتا ہے۔

ایک کاشتکار سماج میں بچوں کو بڑوں کے تئیں تابعداری، چھوٹوں کے تئیں شفقت اور اپنے فرائض کے لیے ذمہ دار رہنا سکھایا جاتا ہے۔ چوں کہ کردار کی یہ خوبیاں اس قسم کے سماج میں لوگوں کو زیادہ فعال بناتی ہیں اس لیے یہ خصوصیات ان لوگوں کی شخصیت میں نمایاں رول ادا کرتی ہیں۔ بہ نسبت آزاد، خودمختار اور حصول مقصد کے لیے کوشاں رہنے جیسی خصوصیات کے جو شکار کرنے والے سماج میں زیادہ قدر و منزلت رکھتی ہیں۔ مختلف معاشی تلاش اور تہذیبی مانگ ان دونوں اقسام کے سماج میں پلنے والے بچوں کی شخصیت میں مختلف طرح کے عوامل پیدا کرتی ہیں۔

انسانی طرز فکر

تمام انسانی نظریہ فکر عموماً فرائڈ کے نظریہ کے جواب میں ہیں۔ ابراہام ماسلو اور کارل راجرس اسی قسم کی فکر کے حامل ہیں۔ ہم مختصر طور پر ان نظریات کو سمجھیں گے۔

کارل راجرس کا سب سے اہم نظریہ پوری طرح سے باعمل شخص کا ہے وہ یہ جانتا ہے کہ شخصیت کے ارتقا کے لیے تسکین کا ہونا ایک بڑھاوا دینے والی طاقت ہے لوگ اس بات کی کوشش کرتے ہیں کہ حتی الامکان اپنی صلاحیتوں، طاقتوں اور استطاعت کا بھرپور اظہار کریں، لوگوں کے اندر یہ پیدائشی رجحان ہوتا ہے جو لوگوں کی موروثی فطرت کو حقیقت میں تبدیل کرتا ہے۔

راجرس نے انسان کے برتاؤ سے متعلق دو بنیادی مفروضے قائم کیے ہیں۔ ایک تو یہ کہ رویہ مقصد کے ذریعہ طے کیا جاتا ہے۔ اور دوسرے یہ کہ افراد ہمیشہ مطابقت رکھنے والا رویہ ہی منتخب کرتے ہیں۔

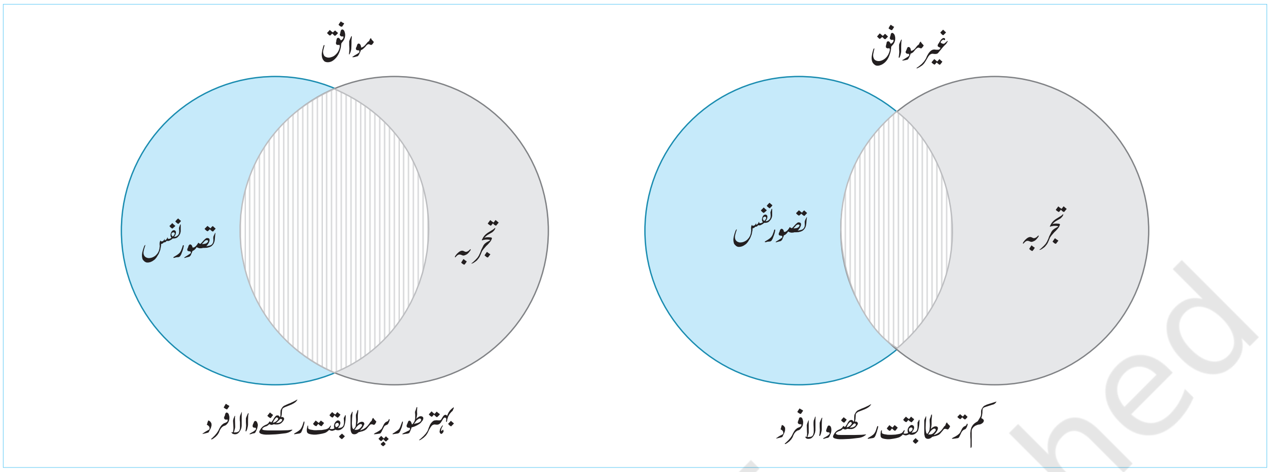
راجرس نے بھی اپنے مطب میں آنے والے مریضوں کی باتیں سن کر یہ نظریہ تیار کیا تھا۔ اس نے جانا کہ اس کے مؤکلوں کے تجربات میں خود ان کی اپنی ذات ایک اہم عنصر تھی۔ اس لیے یہ طرز فکر ذات کے اردگرد بنائی گئی ہے۔ اس کے مطابق یہ فرض کر لیا جاتا ہے کہ لوگ لگاتار اپنا اصل (اصل ذات) ڈھونڈتے رہتے ہیں۔

© NCERT not to be republished

راجرس نے یہ بھی بتایا کہ ہر شخص اپنا ایک مثالی نصب العین (مثالی خودی) تلاش کرتا ہے۔ یہ وہ مثالی تصور ہے جو فرد بننا چاہتا ہے۔ جب فرد کی مثالی خودی (ذات) اور حقیقی ذات کے درمیان رابطہ ہوتا ہے تو عموماً انسان خوش رہتا ہے۔ لیکن ان دو حالات میں دوری اکثر بے اطمینانی اور ناراضگی پیدا کرتی ہے۔ راجرس کے مطابق لوگوں میں خود اپنی ذات کو تلاش کرنے اور محاسبہ کرنے کا عام رجحان ہوتا ہے۔ اس عمل میں فرد کی ذات نمو پاتی ہے 'بڑھتی اور پھیلتی ہے اور زیادہ سماجی بن جاتی ہے۔

راجرس کے مطابق شخصیت کی نشوونما ایک لگا تار عمل ہے۔ اس میں خود اپنا محاسبہ کرنے کا علم اور خود تحقیق کا طریقہ اور اس کی واقفیت، دونوں چیزیں شامل ہیں۔ راجرس نے ''خود'' کے تصور کی نشوونما میں سماجی اثرات کو بھی تسلیم کیا ہے۔ جب سماجی حالات مثبت ہوتے ہیں تو فرد کا تصورنفس (خودی) اور ضمیر بھی بلندی پر ہوتا ہے۔ اس کے برعکس جب حالات منفی ہوتے ہیں تو تصورنفس اور ضمیر بھی پست ہو جاتا ہے۔ بلند ضمیر لوگ عموماً لچیلے مزاج کے ہوتے ہیں اور نئے تجربات کے تئیں ان کا رویہ مثبت ہوتا ہے تاکہ وہ نمو پا سکیں اور خود اپنی تحقیق کر سکیں۔

یہ حالت وارننگ دیتی ہے کہ ایک بلا شرط مثبت حالت تیار کی جانی چاہیے اگر تصورنفس کی نشوونما کرنی ہے۔ راجرس کا ''موکلوں پر مرکوز علاج'' کا نظریہ اسی قسم کا ماحول تیار کرنے کی کوشش کرتا ہے۔



شکل 2.3: سازگاری اور تصورنفس کے نمونے

آپ گیارھویں جماعت میں محرکات کے مطالعے میں پڑھ چکے ہیں کہ ماسلو نے کس طرح ضروریات کی درجہ بندی کی تھی۔ ماسلو نے نفسیاتی طور پر صحت مند افراد کا تفصیلی خاکہ پیش کیا ہے اور ان کی خود تحقیق کے طریقوں پر بھی بحث کی ہے۔ ماسلو کے مطابق یہ وہ حالت ہے جب فرد اپنی بلندی پر پہنچ جاتا ہے۔ ماسلو کے کہنے کے مطابق ایسا فرد قدر و منزلت کے قابل ہے جس کے اندر پیار، محبت، خوشی اور تخلیقی کام کی اہلیت موجود ہو۔ بنی نوع انسان خود تحقیق کرنے اور اپنی زندگی کو من مانی سمت دینے کے لیے آزاد ہے۔ خود تحقیق ان محرکات کے مطالعے سے ممکن ہے جو ہماری زندگی پر محیط ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ حیاتیاتی حفاظت (تحفظ) اور احساس تعلق کی ضرورتیں (زندگی کی ضروریات) عام طور سے حیوان اور انسان دونوں میں پائی جاتی ہیں۔ اس طرح ان ضروریات کی تکمیل کا انفرادی نظریہ اس کو حیوانیت کی طرف دھکیل دیتا ہے۔ انسانی زندگی کا اصل سفر خود کی تحقیق اور خود کی شناخت کی ضروریات سے شروع ہوتا ہے۔ انسانی نظریہ فکر زندگی کے مثبت پہلوؤں پر زور دیتا ہے۔ دیکھیے باکس 2.3۔

© NCERT not to be republished

باکس 2.3

ایک صحت مند شخص کون ہے؟

مسلک انسانیت کے مفکرین نے مانا ہے کہ صحت مند شخصیت صرف سماج کے ساتھ سازگاری میں نہیں ہے۔بلکہ یہ خود کی پہچان کی تڑپ میں پنہاں ہے اور فرد کے خود اپنے بارے میں سچے احساسات بھی اس میں موجود ہیں۔ان مفکرین کے مطابق صحت مند افراد درج ذیل خصوصیات کے حامل ہوتے ہیں۔

1۔ وہ خود سے آگاہ ہوتے ہیں۔اپنے محسوسات اوراپنی حدوں کو پہچانتے ہیں،خود کو تسلیم کرنے میں،اپنی زندگی کے لیے خود ذمہ دار ہوتے ہیں اورکچھ بن جانے کی ہمت رکھتے ہیں۔

2۔ وہ "یہاں اور ابھی" کے تصور کو تسلیم کرتے ہیں اور اس میں الجھتے نہیں ہیں۔

3۔ وہ ماضی کا رونا نہیں روتے اور نہ ہی امیدوں کی دنیا میں مستقبل ڈھونڈتے ہیں۔

شخصیت کا تجزیہ

افراد کو جاننا، سمجھنا اور بیان کرنا ایک ایسا کام ہے جس میں روزمرہ کی زندگی میں ہر فرد الجھا ہوا ہے۔ جب ہم نئے افراد سے ملتے ہیں تو انھیں سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں اور اکثر ان کے ساتھ رابطے سے پہلے ہی یہ پیشن گوئی کر دیتے ہیں کہ ان کا برتاؤ کیسا ہوگا۔ اپنی ذاتی زندگی میں ہم اپنے ماضی کے تجربات پر انحصار کرتے ہیں۔ دوسرے افراد سے ملنے والی اطلاعات، مشاہدات اور بات چیت پر بھی ہمارا انحصار ہوتا ہے۔ دوسروں کو سمجھنے کا یہ نظریہ بہت سے عوامل سے متاثر ہوسکتا ہے جو ہمارے فیصلوں کو دھندلا کر سکتے ہیں اور مصروفیت کو کم کر دیتے ہیں۔ اس لیے ہمیں اپنی کاوشوں کو زیادہ رسمی ڈھنگ سے صف بند کرنے کی ضرورت ہے تا کہ ہم شخصیت کا تجزیہ کر سکیں۔ کسی بھی فرد کی شخصیت کو سمجھنے کے لیے کی جانے والی کوشش کو "شخصیت کے تجزیے" کی اصطلاح دی جاتی ہے۔

اس تجزیے میں وہ طریقے شمار کیے جاتے ہیں جو افراد کو ان کی خصوصیات کی بنا پر تقسیم کرتے ہیں۔ تجزیے کا مقصد فرد کے برتاؤ کو کم سے کم غلطی اور زیادہ سے زیادہ درستگی کے ساتھ سمجھنا ہے۔ اس میں ہم مطالعہ کرنے کی کوشش کرتے ہیں کہ ایک فرد عام طور سے کیا کرتا ہے اور ایک مخصوص حالت میں اس کا برتاؤ کیسا ہوتا ہے۔ ہماری سمجھ بوجھ کو بڑھانے کے ساتھ ساتھ یہ تجزیاتی طریقہ تشخیص، ٹریننگ، امداد ملازمت، صلاح ومشورہ اور دوسرے مقاصد کے لیے بھی کارآمد ہے۔

ماہرین نفسیات نے شخصیت کا تجزیہ بہت سے طریقوں سے کیا ہے۔ سب سے زیادہ مستعمل طریقے ہیں پیمائش نفسیات آزمائش، خود رپورتاژ طریقہ، اظلالی تکنیک اور کرداری تجزیہ۔ یہ تمام طریقے مختلف نظریات سے جڑے ہوئے ہیں۔ اسی لیے یہ شخصیت کی مختلف تہوں پر روشنی ڈالتے ہیں۔ آپ نے پچھلے باب میں پیمائش نفسیات کے بارے میں پڑھا ہے۔ یہاں ہم دوسرے طریقوں پر بحث کریں گے۔

خود اپنی رپورٹ کرنا

آلپورٹ کا ماننا تھا کہ کسی فرد کو پرکھنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ خود اس سے، اس کے بارے میں سوالات کیے جائیں۔ اسی وجہ سے خود رپورٹ کرنے کا طریقہ وجود میں آیا۔ یہ بہتر طور پر تیار کیا گیا ڈھانچہ ہے جو اکثر نظریات پر مشتمل ہوتا ہے۔ فرد مخصوص پیمانے کا استعمال کرتے ہوئے خود اپنے بارے میں زبانی جوابات دیتا ہے۔ اس طریقے کی سب سے بڑی ضرورت یہ ہے کہ فرد مختلف نکات پر اپنے محسوسات کے بارے میں صحیح رپورٹ کرے۔ یہ تمام جوابات جوں کے توں تسلیم کر لیے جاتے ہیں۔ ان

© NCERT not to be republished

کوشمار کیا جاتا ہے اور اس آزمائش کے لیے جو اصول وضع کیے گئے تھے ان کی بنیاد پر انھیں پرکھا جاتا ہے۔ اس قسم کے کچھ طریقے ذیل میں مختصراً بیان کیے گئے ہیں۔

Minnesota کا شخصی سوال نامہ (MMPI)

یہ سوال نامہ شخصیاتی تجزیے کے لیے سب سے زیادہ استعمال ہوتا ہے۔ ہیتھ وے اور میکنلے نے اسی سوال نامے کو نفسیاتی تشخیص کے لیے تیار کیا تھا لیکن یہ ذہنی مریضوں کی قسموں کی شناخت کے لیے بھی بہت سودمند ثابت ہوا ہے۔ اس کا سدھرا ہوا روپ MMPI-2 ہے جس میں 567 بیانات شامل ہیں۔ اس میں فرد کو ہر بیان کے جواب میں ''سچ'' اور ''جھوٹ'' بتا کر اپنے بارے میں بتانا ہے۔ یہ سوال نامہ دس تحتی سطحوں میں تقسیم کیا گیا ہے۔ اور یہ دہم علالت، پریشانی، ہسٹریا، مرض نفسی، مذکر و مونث، صنف نفسی عمل، انتشار نفس، ضبط اور سماجی درون بینی وغیرہ موضوعات کی تشخیص کرنے میں استعمال کیا جا سکتا ہے۔ ہندوستان میں مالک اور جوشی نے انہی رجحانات و نکات کی بنا پر جودھپور سوال نامہ تیار کیا ہے جس کو JMPI کی اصطلاح دی گئی ہے۔

آئی سینک شخصی سوال نامہ (EPQ)

آئی سینک کے ذریعہ تیار کیا گیا یہ سوال نامہ شخصیت کے دو پہلوؤں کا جائزہ لیتا ہے۔ یہ دو پہلو ہیں درون بینی، بیرون بینی جذباتی استحکام۔ جذباتی عدم استحکام۔ یہ تمام پہلو شخصی اوصاف کی 32 خصوصیات پر مبنی ہیں۔ بعد میں آئی سینک نے اس میں ایک تیسرا پہلو بھی شامل کر لیا ہے جس کو جنونیت کی اصطلاح دی۔ یہ نفسیات مرض سے متعلق ہے جس میں فرد دوسرے کی پرواہ نہیں کرتا اور دوسروں سے مشکل انداز میں بات کرتا ہے اور اس میں سماجی بندھنوں کو تحفظ دینے کا رجحان ہوتا ہے۔ جو فرد اس نکتہ پر زیادہ نمبر حاصل کرے گا وہ درشت، انا پرست اور سماج مخالف ہوگا۔ اس سوال نامے کو بھی اکثر استعمال کیا جاتا ہے۔

سولہ شخصی عوامل کا سوال نامہ (16 PF)

یہ سوال نامہ کیٹل نے تیار کیا تھا۔ اس مطالعے کی بنیاد پر اس نے شخصیت کو بیان کرنے والے بہت سے نکات کی تشخیص کی جن کے ذریعہ بنیادی ڈھانچے کو سمجھا جا سکتا ہے۔ آپ اعداد و شمار کی اس تکنیک کے بارے میں بعد میں پڑھیں گے۔ اس سوال نامے میں فرد دیے گئے جوابات میں سے ایک منتخب کرتا ہے۔ یہ اعلانیہ بیانات پر مشتمل ہے اور اس کی خوبی یہ ہے کہ یہ سوال نامہ ہائی اسکول کے طلبا اور بالغ افراد، دونوں پر یکساں طور پر استعمال کیا جا سکتا ہے۔ نوکری کے لیے رہنمائی، فنی اور پیشہ ورانہ مہارت کو پرکھنے کے لیے یہ طریقہ نہایت موزوں ہے۔

خود اپنی رپورٹ پیش کرنے کے کچھ مشہور طریقوں (جو اوپر بیان کیے گئے) کے علاوہ اور بھی بہت سے طریقے ہیں جو شخصیت کا تجزیہ کرنے میں معاون ہوتے ہیں۔ (جیسے تحکم پسندی، کنٹرول اور رجائیت)۔ آپ جیسے جیسے نفسیات کا مزید مطالعہ کریں گے، ان تمام طریقوں کے بارے میں علم حاصل کریں گے۔

خود رپورتاژ کے یہ طریقے بہت سی مشکلوں کا سامنا بھی کرتے ہیں۔ سماجی خواہشات ان میں سے ایک ہے۔ جواب دینے والے فرد کا یہ رجحان ہوتا ہے کہ وہ اپنے جوابات سماجی ترجیحات کی بنا پر دیتا ہے۔ ایک دوسرا رجحان یہ ہے کہ فرد سب ہی سوالات کے ساتھ مطابقت دکھاتا ہے خواہ سوال کیسا بھی ہو۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ زیادہ تر جوابات ''ہاں'' میں آتے ہیں۔ یہ اسی رجحان کی نشان دہی ہے۔ اس قسم کے رجحانات شخصیت کے تجزیے کو قابل بھروسہ نہیں رہنے دیتے ہیں۔

اس موقعے پر خبردار رہنے کی بھی ضرورت ہے۔ یہ یاد رکھنا چاہیے کہ نفسیاتی سوال نامے اور شخصیت کا اس بنیاد پر تجزیہ دونوں میں بڑی مہارت کی ضرورت ہے۔ جب تک آپ کسی ماہر کی سرپرستی میں کام نہ کر رہے ہوں تب تک اس طرح کے سوال نامے استعمال کر کے اپنے ان دوستوں کی شخصیت کا

© NCERT not to be republished

اندازہ مت لگایئے جن کو نفسیات کا علم نہیں ہے۔

اظلالی تکنیکیں

شخصیاتی تجزیے کے لیے ابھی تک جو طریقے بتائے گئے وہ براہ راست طریقے ہیں کیوں کہ وہ اس اطلاع پر انحصار کرتے ہیں جو خود اس فرد سے حاصل ہوتی ہے جس کو بخوبی معلوم ہوتا ہے کہ یہ سوالات اس کی شخصیت کے تجزیے کے لیے ہیں۔ ان حالات میں لوگ عام طور سے شعوری طور سے باخبر ہو جاتے ہیں اور اپنے ذاتی محسوسات کو بتانے میں ہچکچاتے ہیں۔ اور ایسا وہ سماجی ترجیحات کی بنا پر کرتے ہیں۔

تحلیل نفسی کا نظریہ ہمیں بتاتا ہے کہ انسانی رویے کا ایک بڑا حصہ ہمارے لاشعوری محرکات کی بدولت وجود میں آتا ہے۔ شخصیت کے تجزیے کا سیدھا طریقہ ہمارے رویے کا لاشعوری کو نہیں سمجھ سکتا اس لیے یہ طریقے ہمیں کسی انسان کی شخصیت کے بارے میں صحیح رائے نہیں دیتے۔ یہ مسائل اظلالی تکنیک کو استعمال کر کے حل کیے جاسکتے ہیں۔ اظلالی طریقے بالواسطہ تکنیک کے تحت آتے ہیں۔

اظلالی تکنیک کے ذریعہ لاشعوری احساسات اور محرکات کا جائزہ لیا جاسکتا ہے۔ یہ اس مفروضے پر مبنی ہیں کہ غیر متعین حالات فرد کو اس کے احساسات، خواہشات اور ضروریات کے بارے میں بات کرنے میں مددگار ہوتے ہیں۔ اظلال کے یہ طریقے بھی ماہرین کی سرپرستی میں ہی استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ بہت سی اظلالی تکنیک وضع کی گئی ہیں جو شخصیت کے تجزیے کے مختلف حالات کو استعمال کرتی ہیں۔ ان میں سے کچھ کا ماننا ہے کہ رپورٹ کرنے کا طریقہ پہچان خیز ہونا چاہیے، کچھ کا خیال ہے کہ تصاویر کی مدد سے کہانی بنا کر رپورٹ کرنا چاہیے، کچھ ادھورے جملوں کو پورا کرا کر شخصیت کا جائزہ لینا چاہتے ہیں، کچھ مختلف طرح کی ڈرائنگ بنوا کر اور کچھ بہت سے پہچان خیز نکات میں سے کچھ منتخب کر کے اپنا کام انجام دیتے ہیں۔

حالانکہ پہچان خیز نکات اور جوابات میں بہت زیادہ اختلاف ہوتا ہے لیکن وہ سب ہی درج ذیل عوامل میں ایک دوسرے سے مشترک ہوتے ہیں۔

(1) پہچان نکات پوری طرح غیر متعین ہوتے ہیں اور ان کی کوئی تعریف نہیں کی جاسکتی۔

(2) جن افراد کا تجزیہ کیا جا رہا ہوتا ہے انھیں اس کے مقاصد کا علم نہیں ہوتا اور نہ ہی ان کو اپنے نمبروں کا یا ان کی تعبیر کا اندازہ ہوتا ہے۔

(3) فرد کو صحیح اور غلط جواب کے بارے میں علم ہوتا ہے۔

(4) ہر جواب شخصیت کا ایک اہم پہلو تلاش کرنے کے لیے استعمال ہوتا ہے۔

(5) جوابات اور ان کی تعبیر بہت طویل ہوتے ہیں اور اکثر موضوعاتی ہوتے ہیں۔

اظلالی تکنیک پیائش نفسی طریقوں سے بہت مختلف ہے پیمائشی طریقے کسی خاص موضوع سے متعلق نہیں ہوتے۔ یہ اکثر خصوصیات سے متعلق ہوتے ہیں جن کو پرکھنے کے لیے مہارات اور ٹریننگ کی ضرورت ہے۔

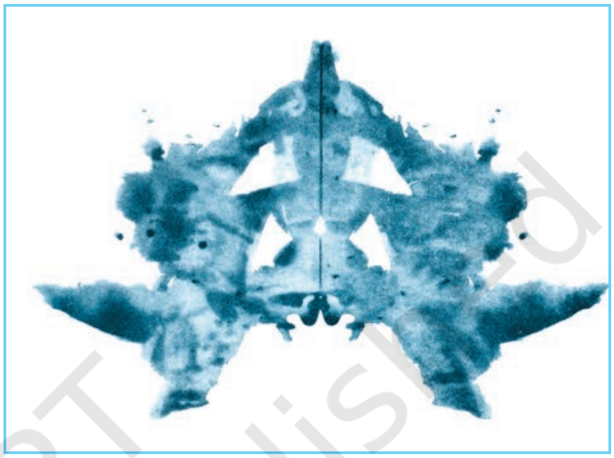
یہاں کچھ اظلالی تکنیک مختصر طور پر دی گئی ہیں۔

Hermann Rorschach کا سیاہی والا ٹسٹ

یہ ٹسٹ Hermann Rorschach نے تیار کیا تھا۔ اس ٹسٹ میں دس سیاہی کے دھبے لگائے جاتے ہیں۔ ان میں سے پانچ سیاہ وسفید ہیں، دو میں کچھ لال سیاہی اور باقی کے تین ہلکے رنگوں میں ہیں۔ یہ دھبے ایک مخصوص شکل میں ہوتے ہیں۔ اور ہر دھبہ ایک سفید گتے کے ''7×10'' انچ سائز کے ٹکڑے پر بنا ہوتا ہے۔ ان دھبوں کو بنانے کے لیے کاغذ پر سیاہی گرا کر اس کاغذ کو درمیان سے موڑ دیتے ہیں۔ (اسی مناسبت سے ان کو سیاہی کے دھبے کہا جاتا ہے)۔ اب ان کارڈوں کو دو طرح سے آراستہ کیا جاتا ہے۔ پہلے مرحلے میں لگنے والے کارڈوں کو ''کارگزاری'' مرحلے کا نام دیا گیا ہے۔ افراد کو یہ کارڈ دکھا کر پوچھا جاتا ہے کہ ''انھوں نے ہر کارڈ میں کیا دیکھا'' دوسرا مرحلہ پوچھ تاچھ کا مرحلہ ہے۔ اس میں جوابات کی ایک تفصیلی رپورٹ بنائی ہوتی ہے۔ اس مرحلے میں بھی افراد سے پوچھا جاتا ہے کہ انھوں نے اپنا ہر جواب کیوں، کیسے اور کن وجوہات کی بنا پر دیا۔ افراد کے جوابات کو ایک بامعنی

© NCERT not to be republished

تناظر میں رکھنے کے لیے صحیح تصدیق ضروری ہے۔ اور اس قسم کے ٹسٹ لینے والوں کو پوری طرح اپنے موضوع پر مہارت ہونی چاہیے۔ اعداد و شمار کے تجزیے کے لیے اب تو کمپیوٹر کی تکنیک بھی وجود میں آگئی ہے Hermann Rorschach کے ٹسٹ کی مثال شکل 2.4 میں دیکھی جاسکتی ہے



شکل 2.4 ''رس چاک کا روشنائی کے دھبے کی ایک مثال

موضوعی تعقل جانچ (TAT)

یہ Murray اور Morgan نے ایجاد کیا۔ یہ سیاہی کے دھبوں والے ٹسٹ کے مقابلے نسبتاً زیادہ قوی ہیئت کا حامل ہے۔ اس ٹسٹ میں 30 سیاہ اور سفید تصویروں والے کارڈ ہوتے ہیں اور ایک خالی کارڈ ہوتا ہے۔ تصویر والے ہر کارڈ میں ایک یا زیادہ لوگ مختلف حالات میں دکھائے جاتے ہیں۔ ہر کارڈ پر ایک تصویر ہوتی ہے۔ کچھ کارڈ...... بالغ عورتوں اور مردوں کے استعمال کے لیے دیے جاتے ہیں اور کچھ لڑکے اور لڑکیوں کو اور کچھ کارڈ دونوں ہی طرح کے افراد کو دیے جاتے ہیں۔ ایک شخص کے لیے 20 کارڈ مناسب تعداد مانی جاتی ہے حالانکہ کم سے کم تعداد میں (صرف پانچ) بھی کارڈوں کو کامیابی کے ساتھ استعمال کیا جا سکتا ہے۔

ایک وقت میں ایک ہی کارڈ پیش کیا جاتا ہے۔ زیر امتحان فرد کو کارڈ میں دکھائی گئی تصویر کے بارے میں ایک کہانی بتانے کو کہا جاتا ہے۔ یہ کہانی کچھ ان نکات پر مبنی ہونی چاہیے: ایسے حالات کیوں پیدا ہوئے۔ کارڈ کی تصویر میں اس لمحہ کیا ہو رہا ہے۔ مستقبل میں کیا ہوگا اور کردار (کہانی کے) کیا سوچ رہے ہیں اور کیسا محسوس کر رہے ہیں۔ اس ٹسٹ کے جوابات پر نمبر دینے کے لیے ایک باقاعدہ معیار طے ہے۔ بچوں اور بزرگوں کے لیے اس ٹسٹ میں کچھ تبدیلیاں کی گئی ہیں۔ اما چودھری نے اس کا ہندوستانی خاکہ تیار کیا ہے۔ TAT کارڈ کی ایک مثالی شکل 2.5 میں دی گئی ہے۔

شکل 2.5: ایک تصویر جو TAT کارڈ کی ڈرائنگ پیش کر رہی ہے

Rosenzweig کا نامرادی کا تصویری مطالعہ (آزمائش)

یہ آزمائش Rosenzweig نے تیار کی تھی۔ اس کا مقصد افراد کے رویے میں در آنے والی نامرادی کے سبب پیدا ہونے والے جارحانہ رجحان کو پرکھنا تھا۔ اس ٹسٹ میں کارٹون کی طرح کی تصاویر کی مدد سے حالات کا ایسا سلسلہ پیش کیا جاتا ہے جن میں ایک فرد دوسرے کو پریشان و مضطرب کرتا ہے یا دوسرے فرد کی توجہ اس قسم کے حالات کی طرف مبذول کرتا ہے۔ زیر آزمائش فرد سے یہ پوچھا جاتا ہے کہ تصویری سلسلے میں دوسرا فرد کیا جواب دے گا۔ ان جوابات کا تجزیہ جارحانہ رجحان کے درجے اور سمت کی طرف اشارہ کرتا ہے۔ یہ دیکھنے کی بھی کوشش کی جاتی ہے کہ اس آزمائش میں زیادہ زور کس بات پر دیا

© NCERT not to be republished

گیا، نامرادی کے احساس سے گھرے شخص کی حفاظت کی طرف یا پھر جو موضوع اسے پریشان کر رہا ہے اس پر زیادہ توجہ دی گئی۔ یا پھر مسئلے کے حل کی طرف دھیان مرکوز کیا گیا۔طبیعت کا جارحانہ رجحان ماحول کے تئیں بھی ہوسکتا ہے اور خود اپنے تئیں بھی۔ یا پھر اس قسم کے رجحان کو قطعاً ختم کیا جا سکتا ہے یا تو حالات یکسر تبدیل کر کے یا پھر ان کو پوشیدہ کر کے۔Pareek نے اس آزمائش کو ہندوستانی لوگوں پر آزمایا تھا۔

جملوں کی تکمیل کا ٹسٹ

اس آزمائش میں بہت سے نامکمل جملے استعمال کیے جاتے ہیں۔ جملے کا ابتدائی حصہ سامنے رکھا جاتا ہے اور آزمائش میں بیٹھنے والے افراد سے اسے مکمل کرنے کو کہا جاتا ہے۔ ایسا تسلیم کیا گیا ہے کہ افراد کے ذریعہ مکمل ہونے والے جملوں کی اقسام ان افراد کے رویّے، محرکات اور تصادم کو ظاہر کرتی ہیں۔ اس آزمائش میں افراد کو ایسے مواقع فراہم کیے جاتے ہیں کہ وہ اپنے پوشیدہ محرکات کا اظہار کریں۔ اس طرح کے جملوں کے کچھ نمونے درج ذیل ہیں:

1 میرے والد۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔

2 میرا سب سے بڑا خوف یہ۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔

3 میری والدہ کے بارے میں سب سے بہتر بات۔۔۔۔۔۔۔
۔۔۔۔۔۔۔۔۔

4 مجھے فخر ہے۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔

ایک شخص کی تصویر بنانے کی آزمائش

یہ بہت سہل آزمائش ہے جس میں فرد کو کہا جاتا ہے کہ وہ کاغذ پر ایک انسان کی تصویر بنائے۔ اس کی آسانی کے لیے پنسل اور ربر کا انتظام بھی کر دیا جاتا ہے۔ ڈرائنگ مکمل ہو جانے کے بعد عموماً اس شخص سے کہا جاتا ہے کہ وہ مخالف صنف کے انسان کی ایک ڈرائنگ بھی بنائے۔ آخر میں ان لوگوں سے کہا جاتا ہے کہ اس شخص کے بارے میں ایک کہانی لکھو جس میں اس کو ناول یا کہانی کے کردار کی شکل میں دکھاؤ۔ اس آزمائش میں سامنے آنے والی کچھ توضیحات اس طرح ہیں۔

1۔ چہرے کے خدوخال کو ڈھنگ سے نہ بنانا اس بات کی طرف اشارہ کرتا ہے کہ یہ شخص بہت زیادہ تصادم والے رشتے سے بھاگنے کی کوشش کر رہا ہے۔

2۔ گردن پر ترسیمی دباؤ یہ بتاتا ہے کہ ایسا شخص اپنے اضطرار پر قابو نہیں رکھ سکتا۔

3۔ سر کو نسبتاً بڑا بنانا اس امر کا مظہر ہے کہ اس شخص کو دماغ کے امراض کی شکایت ہے اور یہ بیشتر اوقات سر درد میں مبتلا رہتا ہے۔

شخصیت کے جائزے کے اظلالی طریقے کافی دل چسپ ہیں۔ یہ ہمارے غیر شعوری مقاصد، ہمارے ذہن میں گہری جمی ہوئی الجھن، کشاکش اور جذباتی پیچیدگیوں کو سمجھنے میں مدد کرتے ہیں۔ لیکن یہاں بھی جوابات کو پرکھنے کے لیے ماہرین کی ضرورت ہوتی ہے، عمل شماری سے متعلق بہت سی پریشانیاں کھڑی ہو جاتی ہیں لیکن بہر حال ماہرین نفسیات نے اس طریقے کو کافی کارآمد پایا ہے۔

کرداری تجزیہ

کسی بھی فرد کا مختلف حالات میں مسائل کا سامنا کرنے کی اہلیت اور طریقۂ کار اس کی شخصیت کو عیاں کرتا ہے۔ فرد کے برتاؤ کے مشاہدات اس طرز فکر کی بنیاد ہیں۔ ان مشاہدات میں انٹرویو، ملاحظات، میزانِ عوارض، نامزدگیاں اور جا بہ جا ہونے والی آزمائشی تعین شامل ہیں۔ ان سارے نکات کو ہم ذرا تفصیل سے بیان کریں گے۔

انٹرویو

باضابطہ ملاقات شخصیت کو شناخت کرنے کا سب سے زیادہ آسان طریقہ ہے۔ اس طریقہ میں سوالات پوچھے جاتے ہیں اور جوابات کی روشنی میں اس شخصیت کا تجزیہ کیا جاتا ہے۔ یہ سوالات باقاعدہ سوچے سمجھے ڈھنگ سے بھی

تیار کیے جا سکتے ہیں اور اچانک ذہن میں آنے والے سوالات کو بھی اس مشاہدے کی بنیاد بنایا جا سکتا ہے۔

جو سوالات اچانک تیار ہوتے ہیں یا جو غیر ہیئتی ہوتے ہیں ان میں سوال کرنے والا اپنے سامنے والے فرد سے بہت سے سوال پوچھ کر اس کے بارے میں ایک تأثر قائم کرتا ہے۔ جس انداز سے جواب دیے جاتے ہیں وہ انداز انسان کی شخصیت کے بہت سے پہلو اجاگر کر دیتا ہے۔ باقاعدہ سوال نامہ کی بنیادی ہیئت ہوتی ہے اور اس میں بہت مخصوص سوال ہوتے ہیں۔ یہ اکثر افراد کا تقابلی جائزہ لینے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس سلسلے میں جوابات کے نمبر دینا (میزان عوارض) بھی اہم رول ادا کرتا ہے۔

ملاحظات و مشاہدات

کردار کا مشاہدہ ایک اور ایسی تکنیک ہے جس سے شخصیت کی پرتیں کھلتی ہیں۔ ہم لوگ اکثر لوگوں کو دیکھتے ہیں اور ان کے بارے میں رائے قائم کر لیتے ہیں لیکن فرد کے کردار کا مشاہدہ ایک ایسا کام ہے جو صرف نفسیات کے ماہرین ہی کر سکتے ہیں۔ اس میں نہ صرف مشاہدہ کرنے والا ماہر اور قابل ہونا چاہیے بلکہ ایک تفصیلی ہدایت نامہ بھی ہونا ضروری ہے۔ مثال کے طور پر ایک ماہر نفسیات اپنے مطب میں آنے والے مریض کے اپنے افراد خانہ اور ملنے جلنے والوں سے رابطے کا مشاہدہ کرنا ضروری سمجھے گا۔ سمجھداری سے کیے گئے اس مطالعہ سے وہ اپنے مریض کی شخصیت کے بارے میں کافی کچھ معلومات حاصل کر سکتا ہے۔

یہ دونوں ہی طریقے حالانکہ کافی مقبول اور مستعمل ہیں لیکن اس کے باوجود ان میں بہت سی خامیاں بھی موجود ہیں۔ جو درج ذیل ہیں:

1 اس طریقے میں انٹرویو لینے والے یا مشاہدہ کرنے والے کا اپنے علم کا ماہر ہونا ازحد ضروری ہے۔ اور یہ ٹریننگ کافی وقت لے سکتی ہے مطلب یہ کہ اتنی مہارت بہت عرصے کے مطالعے کی بعد حاصل ہوتی ہے۔

2 ماہر نفسیات کے رویے کی پختگی اس طریقے کی دوسری بڑی ضرورت ہے۔

3 مشاہدہ کرنے والے آدمی کی موجودگی اس مشاہدے کے نتائج کو بگاڑ سکتی ہے۔ اجنبی ہونے کی وجہ سے سوالات کرنے والا اپنے موضوع کو متاثر کرتا ہے اور اس طرح صحیح اعداد و شمار حاصل نہیں ہو پاتے ہیں۔

کردار کی شرح بندی: اس قسم کی تکنیک تعلیمی اور صنعت و حرفت سے متعلق اداروں میں زیادہ استعمال کی جاتی ہے۔ کردار کا میزان یا شرح بندی عموماً ایسے لوگوں کے درمیان کی جاتی ہے جن کو محقق بہت اچھی طرح، بہت عرصے سے جانتا اور پہچانتا ہو اور اس کو ان لوگوں کا مشاہدہ کرنے کا کافی تجربہ رہا ہو۔ اس طریقے میں افراد کو ان کے کردار کے اوصاف کی بنیاد پر مختلف اقسام میں تقسیم کر دیا جاتا ہے۔ یہ اقسام بیانیہ اصطلاحات پر منحصر ہوتی ہیں۔ ایسا دیکھا گیا ہے کہ عام بیانیہ اوصاف کے کردار کی شرح بندی میں استعمال بیشتر اوقات الجھن پیدا کر دیتا ہے۔ اس شرح کو استعمال کرنے کے لیے ضروری ہے کہ کردار کے وصف کھلے طور پر بیان کیے جائیں۔ شرح بندی کے اس طریقے میں درج ذیل خامیاں بھی ہیں۔

(1) نمبر دینے والے اکثر اپنا رویہ غیر جانبدار نہیں رکھ پاتے جس سے ان کے فیصلے صاف ستھرے نہیں رہتے۔ مثلاً ہم میں سے ہر کوئی کسی بھی واحد وصف کی موافقت میں یا مخالفت میں سوچنے لگتا ہے اور یہ سوچ ہی پورے مشاہدے کی بنیاد بن جاتی ہے۔ یہ رجحان بالائی تأثر کہلاتا ہے۔

(2) نمبر دینے والے افراد میں ایک رجحان یہ بھی ہے کہ وہ زیر آزمائش افراد کو یا تو اپنے معیار کے درمیان رکھتے ہیں (جس کو وسطی میلان کہہ سکتے ہیں) اور اس طرح اس فرد کے کردار کو انتہائی حدوں تک فراموش کر دیتے ہیں یا پھر صرف انتہائی حالات کو مدنظر رکھتے ہیں اور وسطی میلان کو چھوڑ دیتے ہیں۔

یہ دونوں ہی خامیاں فنی تجربے اور مہارت سے ختم کی جا سکتی ہیں یا پھر ایسے معیار مرتب کیے جائیں جن میں جوابات کا رجحان قدرے مختصر ہو۔

نامزدگیاں: یہ طریقہ اکثر اوقات اپنے ساتھیوں کا مشاہدہ کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کو ان لوگوں پر صحیح طور سے استعمال کیا جا سکتا ہے جو

عرصۂ دراز سے ایک دوسرے کے ساتھ رہ رہے ہوں اور ایک دوسرے کو اچھی طرح جانتے ہوں۔ اس طریقے کے تحت ہر شخص کو اپنے گروپ کے ایک یا زیادہ افراد کو منتخب کرنے کے لیے کہا جاتا ہے جن کے ساتھ اسے کام کرنا، پڑھنا، کھیلنا اور دوسرے کاموں میں شریک ہونا ہوگا۔ اس شخص سے اس انتخاب کی وجہ بھی پوچھی جاتی ہے۔ اس طرح کی نام زدگیاں وصول کرنے کے بعد اس فرد کی شخصیت کا جائزہ لیا جاتا ہے۔ یہ طریقہ بہت زیادہ قابل بھروسہ ہے حالانکہ اس میں بھی جانبداری کا احتمال ہے۔

موقفی جانچ

شخصیت کی شناخت کے لیے بہت سے ایسے موقفی جانچ کے طریقے ایجاد کیے گئے ہیں۔ ان میں سب سے زیادہ استعمال ہونے والا موقفی دباؤ کی آزمائش ہے۔ اس سے ہمیں پتہ چلتا ہے کہ ایک فرد کیسے تناؤ یا دباؤ والے حالات میں کام کرتا ہے یا اس کا ردِعمل کیا ہوتا ہے۔ اس آزمائش کے تحت انسان کو کوئی کام کرنے کے لیے دیا جاتا ہے اور اس کے ساتھیوں کو ہدایت دی جاتی ہے کہ وہ اس کے ساتھ تعاون نہ کریں اور جا بہ جا مداخلت کرتے رہیں۔ اس آزمائش میں ایک طرح سے کردار نبھائے جاتے ہیں۔ فرد کو یہ ہدایت دی جاتی ہے کہ وہ ایسا کردار نبھائے جس کے لیے اس پر مشاہدہ کیا جا رہا ہے۔ اس کے کام کے بارے میں ایک مبانی رپورٹ بھی مانگی جاتی ہے۔ یہ موقف اصلی بھی ہوسکتا ہے یا پھر ایک ویڈیو ڈرامے کے ذریعہ بھی پیش کیا جا سکتا ہے۔

کلیدی اصطلاحات

مبرزی حالت، صورت اولیٰ، بنیادی وصف، مرکزی وصف، معمول مرکز علاج، اجتماعی بے شعوری، دفاعی میکانیہ، انا، بیرون بینی، انسانی نقطۂ نظر، فکر، جبلّت، مثالی نفس، احساس کمتری، درون بینی، عرصۂ خوابیدگی جنس، مابعد ضروریات، اوڈیپس الجھن، شخصی شناخت، ذکری منزل، اظلالی تکنیک، نفسی حرکیات، اظلال، عقلیت، ردِعمل، مراجعت، احتباس، خود پسندی، خود ضابطگی، سماجی شناخت، فوقِ انا، نظریۂ اقسام، بے شعوری۔

خلاصہ

نفس اور شخصیت کا مطالعہ ہمیں خود کو اور دوسروں کو سمجھنے میں مدد گار ہوتا ہے۔ ایک فرد کی ذات دوسروں کے ساتھ رابطے سے عیاں ہوتی اور نمو پاتی ہے:

- نفس (ذات) کی مختلف قسمیں ہیں جیسے ذاتی نفس، سماجی نفس، اور رشتہ جاتی نفس، خود پسندی اور خود فراموشی فرد کے کردار کے دو اہم پہلو ہیں۔ جو ہماری زندگی میں دور رس اثرات مرتب کرتے ہیں۔
- ضابطۂ نفس کی نفسیاتی تکنیک میں فرد کے رویے کی منظم معلومات اور خود آموزی شامل ہیں۔
- شخصیت انسان کی نفسیات کے ان اوصاف کی طرف اشارہ کرتی ہے جو تمام حالات میں مستحکم رہتے ہیں اور یہ ہی اوصاف فرد کو مخصوص بناتے ہیں۔ چوں کہ شخصیت ہمیں ہماری زندگی میں مختلف حالات کا سامنا کرنے کا اہل بناتی ہے اس لیے یہ باہری یا اندرونی قوتوں کے ذریعہ متأثر بھی ہوتی ہے۔
- شخصیت کا مطالعہ کرنے کے لیے بہت سے نظریۂ فکر ہیں۔ ان میں اہم وضعی، نفسی حرکیات، کرداری، تہذیبی، اور انسان مرکزی ہیں۔
- وضعی نقطۂ نظر شخصیت کو مختلف وضعوں سے سمجھنے کی کوشش کرتا ہے جو بہت سے

© NCERT not to be republished

اوصاف سے مزین ہیں۔ Allport' Eysenck' Cattell نے اوصاف کو بنیاد بنا کر ایک طرز فکر پیش کیا جو انسان کی ایک اجتماعی شکل پیش کرتا ہے۔

خلاصہ

- فرائڈ نے نفسی محرکات کا نظریہ پیش کیا اور شخصیت کو ہماری اندرونی قوتوں جیسے جبلت، انا، اور فوق انا، میں تصادم کے تناظر میں سمجھانے کی کوشش کی۔ فرائڈ کے نظریے کے مطابق بے شعوری الجھن ہمارے نفسی جنسی نشو و نما میں پوشیدہ ہیں جو مختلف ادوار میں سامنے آتی ہیں۔
- فرائڈ کے بعد کے ماہرین نے فرد کی زندگی کے موجودہ حالات کو مطالعے کی بنیاد بنایا۔ Jung, Fromm, Adler, Horney اور Erikson نے شخصیت کو انسان کے ماحول کے تئیں رد عمل کے روپ میں دیکھتے ہیں۔ فرد کے جوابات کو وہ شخصیت کا ڈھانچہ تصور کرتے ہیں۔
- تہذیبی نقطۂ نظر شخصیت کے مطالعے کے لیے ان خواہشات کو بنیاد بناتا ہے جن سے انسان اپنے معاشی نظام کی وجہ سے بندھ جاتا ہے اور دھیرے دھیرے یہ پورے تہذیبی گروہ کا اثاثہ بن جاتی ہیں۔
- انسان مرکزی طرزِ فکر خود فرد کو موضوع بناتا ہے۔ راجرس نے حقیقی نفس اور مثالی نفس کے رشتے کو سمجھنے کی کوشش کی۔ ماسلو نے شخصیت کو سمجھنے کے لیے ضروریات کے اس تانے بانے کو سمجھا جو انسان کی محرک ہوتی ہیں۔ ضروریات کی درجہ بند بھی کی جا سکتی ہے۔
- شخصیت کے جائزے کا مطلب ہے افراد کی نفسیاتی خصوصیات کا مشاہدہ اور تجزیہ کرنا۔ اس کا مقصد کسی بھی فرد کے رویہ کا بالکل صحیح اندازہ لگانا ہے۔
- کسی فرد کی شخصیت کا اندازہ مشاہدہ کی رپورٹ سے بھی لگایا جا سکتا ہے۔ اظلالی تکنیک، خود اپنی رپورٹ تیار کرنے کے طریقے ، مشاہدات جیسے انٹرویو، شرح بندی، اور موقفی جانچ وغیرہ بھی اسی طریقہ میں شامل ہیں۔ راجرس نے سیاہی کے داغوں والی آزمائش اور تعقل کا آزمائش بہت زیادہ مقبول طریقے ہیں۔ خود رپورٹ کرنے والے طریقے بھی منظم اور مضبوط ہیں۔

اعادہ کے سوالات

1۔ نفس یا ذات کیا ہے؟ ہندوستانی نظریہ مغربی طرز فکر سے کس طرح مختلف ہے؟

2۔ تسکین مسرت سے کیا مراد ہے اور بلوغ کی نشو و نما میں اس کا کیا رول ہے؟

3۔ آپ شخصیت کی تعریف کس طرح کریں گے؟ اقسام کے نقطۂ نظر سے بیان کیجیے؟

4۔ فرائڈ کا نظریہ شخصیت کیا ہے؟

5۔ ''شخصیت کے اوصاف'' کا نقطہ نظر کیا ہے اور یہ کس طرح وضعی نقطۂ نظر سے مختلف ہے؟

6۔ Alfred Adler اور Horney کے بیانات کی روشنی میں ''افسردگی'' کے معنی بیان کیجیے؟

© NCERT not to be republished

7۔ شخصیت کے بارے میں انسانی مرکزی طرز فکر کی کیا پیش کش ہے۔ ماسلو کے خود تحقیق کے نظریے سے کیا مراد ہے؟

8۔ شخصیت کے جائزے کے لیے استعمال ہونے والے مشاہداتی طریقوں پر بحث کیجیے اور یہ بھی بتائیے کہ ان کو استعمال کرتے ہوئے کن مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے؟

9۔ ہیئتی شخصی آزمائش سے کیا مراد ہے؟ اس قسم کی دو اہم آمازئشیں کون سی ہیں؟

10۔ بیان کیجیے کس طرح اظلالی تکنیک شخصیت کا مطالعہ کرتی ہیں۔ ماہرنفسیات کون سی اہم اظلالی آزمائشیں استعمال کرتے ہیں؟

11۔ ''حامد ایک گلوکار بننا چاہتا ہے جب کہ وہ ڈاکٹروں کے خاندان سے تعلق رکھتا ہے۔ حالانکہ اس کے گھر والے دعویٰ کرتے ہیں کہ وہ ان سب کا لاڈلا ہے لیکن وہ سب اس کی اس خواہش کو رد کرتے ہیں۔ راجرس کی اصطلاحات استعمال کرتے ہوئے حامد کے خاندان کے رویّے کا جائزہ لیجیے؟

پروجیکٹ کی تجاویز

(1) ہم سب کے ذہن میں اپنے مثالی نفس کا کوئی نہ کوئی خیال ہوتا ہے جیسے 'ہم کیا بننا چاہتے ہیں'؟ کچھ وقت نکال کر یہ تصور کیجیے کہ آپ نے اپنا مثالی نفس حاصل کرلیا ہے۔ اس خیال کے تحت ان اداروں کے تئیں اپنا رویہ بیان کیجیے: (اسکول، دوست احباب، خاندان، دولت)۔ ان سب پر اپنے رویّے کے بارے میں ایک ایک پیراگراف لکھیے۔ اس کے بعد ان تمام اقسام کو چار الگ الگ کاغذوں پر لکھ کر اپنے دو دوستوں اور دو خاندان کے افراد سے کہیے کہ وہ ان پر ان اقسام کے تحت آپ کا وہ رویہ درج کریں جو وہ چاہتے ہیں۔ یہ چاروں لوگ آپ کا حقیقی نفس (ذات) بیان کریں گے جیسے وہ آپ کو دیکھتے ہیں۔ اپنے لکھے گئے مثالی بیان کو ان کے تحقیق بیان سے ملائیے۔ وہ آپس میں ملتے جلتے ہیں یا نہیں، اس پر ایک رپورٹ تیار کیجیے۔

(2) پانچ لوگوں کا انتخاب کیجیے جن کو آپ پسند کرتے ہوں خواہ اپنی حالیہ زندگی سے خواہ تاریخ سے۔ ان کی اپنے اپنے میدانِ عمل میں پر معلومات اکٹھا کیجیے اور ان کی شخصیت کی ان خصوصیات کو پہچانیے جو آپ کو متاثر کرتی ہیں۔ کیا ان میں آپ کوئی مطابقت پاتے ہیں؟ رپورٹ تیار کیجیے۔

ویب لنکس

www.ship.edu/~cgboeree/pers contents.html;

en.wikipedia.org/wiki/projective-test

© NCERT not to be republished

تعلیماتی اشارات

1 طلبہ کو خودی کا تصور سمجھانے کے لیے بہت سے عمل کیے جاسکتے ہیں جیسے کہ کسی بھی ایک طالب علم سے خود اپنے بارے میں کچھ بولنے کو کہا جائے۔

2 اس تصور کو فلو چارٹ یا ڈائی گرام کی مدد سے بھی سمجھایا جاسکتا ہے۔ طلبہ کی اس سلسلے میں مدد کریں۔

3 زندگی کے مختلف مراحل میں شخصیت کے تجزیے کی اقسام یا تکنیک کی اہمیت پر زور دیجیے۔

4 طلبا میں موضوع کے تئیں دل چسپی جگانے کے لیے کچھ آزمائشی نمونے دکھائے جاسکتے ہیں۔ طلبہ سے کہیے کہ وہ ان آزمائشوں کے نکات کا مقابلہ کریں جو شخصیت کے جائزے کے لیے تیار کیے گئے ہیں۔

© NCERT not to be republished