അധ്യായം 1

എന്താണ് മനശ്ശാസ്ത്രം?
What is Psychology?

ഈ അധ്യായത്തിൽനിന്നു ബോധ്യപ്പെടുന്നവ

- മനസ്സും പെരുമാറ്റവും മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ രീതികളും പങ്കും.
- മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന പഠനശാഖയുടെ വളർച്ച.
- മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ വിവിധ ശാഖകൾ, മറ്റു പഠനശാഖകളുമായി മനശ്ശാസ്ത്രത്തിനുള്ള ബന്ധം, ഈ മേഖലയിലെ തൊഴിലവസരങ്ങൾ എന്നിവയെക്കുറിച്ചു മനസ്സിലാക്കാനും മറ്റുള്ളവരെ കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കാനും.
- നിത്യജീവിതത്തിൽ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിനുള്ള പ്രാധാന്യം ഉൾക്കൊള്ളാനും സ്വയം മനസ്സിലാക്കാനും

H8F7Z4

The growth of the human mind
is still high adventure,
in many ways the highest
adventure on earth.

– Norman Cousins

ഉള്ളടക്കം

ആമുഖം
എന്താണ് മനശ്ശാസ്ത്രം.
മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന ശാസ്ത്രശാഖ.
മനശ്ശാസ്ത്രം ജീവശാസ്ത്രം എന്ന നിലയിൽ.
മനശ്ശാസ്ത്രം ഒരു സാമൂഹ്യശാസ്ത്രം എന്ന നിലയിൽ.
മനസ്സും പെരുമാറ്റവും മനസ്സിലാക്കുന്നതിന്.
മനശ്ശാസ്ത്രശാഖയെക്കുറിച്ച് പൊതുവായുള്ള ധാരണ.
മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പരിണാമം.
ആധുനിക മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ വളർച്ചയിലെ ചില രസകരമായ നാഴികക്കല്ലുകൾ (ബോക്സ് 1.1)
ഇന്ത്യയിൽ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ വളർച്ച
മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ശാഖകൾ
ഗവേഷണവിഷയങ്ങളും അവയുടെ പ്രായോഗികതയും
തൊഴിലിടങ്ങളിൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ
മനശ്ശാസ്ത്രം നിത്യജീവിതത്തിൽ
പ്രധാനാശയങ്ങൾ
സംഗ്രഹം
അവലോകനച്ചോദ്യങ്ങൾ
പ്രോജക്ട് ആശയങ്ങൾ

ആമുഖം (Introduction)

എന്തുകൊണ്ടാണ് നിങ്ങൾ മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന വിഷയം തിരഞ്ഞെടുത്തത് എന്നും എന്തു പഠിക്കാമെന്നാണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതെന്നുമൊക്കെ ആദ്യത്തെ ക്ലാസിൽത്തന്നെ അധ്യാപിക ചോദിച്ചിരിക്കാം. നിങ്ങളുടെ പ്രതികരണം എന്തായിരുന്നു? സാധാരണഗതിയിൽ പ്രതികരണങ്ങൾ ആശയക്കുഴപ്പം സൃഷ്ടിക്കുന്നവയായേക്കാം. മറ്റുള്ളവർ ചിന്തിക്കുന്നത് എന്ത് എന്നറിയാൻ, അവനവനെ അറിയാൻ എന്നൊക്കെയുള്ള മറുപടികളായിരിക്കും മിക്ക വിദ്യാർഥികളും പറഞ്ഞിരിക്കുക. എന്തുകൊണ്ട് ആളുകൾ സ്വപ്നം കാണുന്നു, എന്തുകൊണ്ട് ചിലർ മറ്റുള്ളവരെ സഹായിക്കുന്നു, അതേസമയം മറ്റു ചിലർ എന്തുകൊണ്ട് പരസ്പരം ഉപദ്രവിക്കുന്നു തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങൾ അറിയാനാവും താൽപ്പര്യം. എല്ലാ പുരാതന പാരമ്പര്യങ്ങളും മനുഷ്യപ്രകൃതിയെപ്പറ്റി അഗാധമായി ചിന്തിച്ചിരുന്നു. ഇന്ത്യയുടെ പുരാതന തത്ത്വചിന്താപാരമ്പര്യങ്ങളും മനുഷ്യരുടെ സ്വഭാവത്തെപ്പറ്റി അന്വേഷിച്ചിരുന്നു. എന്തുകൊണ്ടാണ് ആളുകൾ പൊതുവെ അസന്തുഷ്ടരായിരിക്കുന്നത്? ജീവിതത്തിൽ സന്തോഷം കണ്ടെത്തണമെങ്കിൽ അവരെന്തു മാറ്റമാണ് സ്വഭാവത്തിൽ വരുത്തേണ്ടത്? എല്ലാ അറിവും പോലെ, മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ അറിവും മനുഷ്യജീവിതം സുഖകരമാക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു. ലോകം ദുരിതപൂർണമാണെങ്കിൽ അതിന്റെ ഉത്തരവാദിത്തം ഏറിയ പങ്കും മനുഷ്യനുതന്നെയാണ്. ഇറാഖിൽ അല്ലെങ്കിൽ 9/11 യുദ്ധം എന്തുകൊണ്ട് നടന്നു എന്നു നിങ്ങൾ ചിന്തിച്ചിരിക്കാം, എന്തുകൊണ്ടാണ് ഡൽഹിയിലെയും മുംബൈയിലെയും ശ്രീനഗറിലെയും ഉത്തരകിഴക്കൻ ദേശങ്ങളിലെയും നിഷ്കളങ്കരായ ആളുകൾ ബോംബുകൾക്കും ബുള്ളറ്റുകൾക്കും ഇരയായത്? മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും ചോദിക്കുന്നു, എന്ത് അനുഭവങ്ങളാണ് യുവാക്കളെ ഭീകരവാദികളാക്കുന്നത്. ഇങ്ങനെയൊക്കെ ആണെങ്കിലും മനുഷ്യസ്വഭാവത്തിന് മറ്റൊരു വശംകൂടിയുണ്ട്. പാകിസ്താനിലെ യുദ്ധത്തിൽ പരിക്കേറ്റ് അരയ്ക്കുതാഴെ തളർന്നുപോയിട്ടും മേജർ എച്ച്.പി.എസ്. അലുവാലിയ എവറസ്റ്റ് കീഴടക്കിയതിനെപ്പറ്റി നിങ്ങൾ കേട്ടിട്ടുണ്ടാകും. എന്തായിരിക്കും അദ്ദേഹത്തെ നയിച്ചത്? ഒരു മനുഷ്യശാസ്ത്രം എന്ന നിലയിൽ ഈ ചോദ്യങ്ങൾ മാത്രമല്ല മനശ്ശാസ്ത്രം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നത്. ആധുനിക മനശ്ശാസ്ത്രം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്ന ബോധം (consciousness), ശബ്ദമുഖരിതമായ പശ്ചാത്തലത്തിലും ഒരു കാര്യത്തിൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കാനുള്ള കഴിവ് (focused attention) തുടങ്ങിയ അസ്പഷ്ടവും സൂക്ഷ്മവുമായ പ്രതിഭാസങ്ങളെപ്പറ്റി മനസ്സിലാക്കുമ്പോൾ നിങ്ങൾ ആശ്ചര്യപ്പെട്ടേക്കാം. ഈ പറഞ്ഞ എല്ലാ സങ്കീർണമായ ചോദ്യങ്ങൾക്കും കൃത്യമായ ഉത്തരം തരാൻ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിനു കഴിഞ്ഞില്ലെന്നു വരാം. എന്നാൽ ഈ പ്രതിഭാസങ്ങളെക്കുറിച്ചു വ്യക്തമായ ഒരു അവബോധമുണ്ടാക്കാൻ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിനു കഴിയും. വളരെ ആന്തരികമായതും എന്നാൽ സ്വയം നിരീക്ഷിക്കുന്നതു വഴി അവനവനുതന്നെ തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുന്നതുമായ മാനസികവ്യാപാരങ്ങളെപ്പറ്റി പഠിക്കുന്നു എന്നതാണ് മറ്റു ശാസ്ത്രങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ചു മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഏറ്റവും ശ്രദ്ധേയമായ വശം.

എന്താണ് മനശ്ശാസ്ത്രം (What is Psychology?)

ഏതൊരു വിജ്ഞാനശാഖയെയും നിർവചിക്കാൻ പ്രയാസമാണ്. കാരണം, ഒന്നാമതായി അവയൊക്കെ നിരന്തരമായി പരിണമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. രണ്ടാമത്, അവ പഠിച്ചുവരുന്ന പ്രതിഭാസങ്ങളുടെ വ്യാപ്തി നിർവചനത്തിൽ ഒതുക്കാനാവില്ല. ഇത് മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ സംബന്ധിച്ച് കുറേക്കൂടി ശരിയാണ്. കാലങ്ങൾക്കു മുൻപേ, നിങ്ങളെപ്പോലെയുള്ള വിദ്യാർഥികൾ പഠിച്ചുവന്നത് 'സൈക്കീ' (Psyche), 'ലോഗോസ്' (logos) എന്നീ രണ്ടു ഗ്രീക്ക് പദങ്ങളിൽനിന്ന് ഉരുത്തിരിഞ്ഞുവന്നതാണ് എന്നും psyche എന്നാൽ ആത്മാവ് (soul) എന്നും logos എന്നാൽ ശാസ്ത്രം എന്നുമാണ് അർഥം എന്നൊക്കെയാണ്. അതായത് അന്ന് മനശ്ശാസ്ത്രം ആത്മാവിനെപ്പറ്റി അല്ലെങ്കിൽ മനസ്സിനെപ്പറ്റിയുള്ള പഠനമായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇന്ന്, അതിൽനിന്ന് ഒരുപാട് മാറി മനശ്ശാസ്ത്രം മനുഷ്യന്റെ അനുഭവങ്ങളുടെയും സ്വഭാവത്തിന്റെയും പിന്നിലുള്ള പ്രക്രിയകളെപ്പറ്റി പഠിക്കുന്ന ശാസ്ത്രശാഖയായി വികസിച്ചു. മുകളിൽ പരാമർശിച്ചവയടക്കം മനശ്ശാസ്ത്രം കൈകാര്യം ചെയ്തവരുന്ന പ്രതിഭാസങ്ങൾ ഏകവ്യക്തിപരം (Individual), ദ്വിവ്യക്തിപരം (Dyadic), വർഗപരം (Group), സംഘടനാപരം

(Organisational) എന്നിങ്ങനെ വിവിധ നിലകളിലായാണ് നിലകൊള്ളുന്നത്. സ്വാഭാവികമായും അതുകൊണ്ടു തന്നെ ഏതു പ്രതിഭാസത്തെപ്പറ്റിയാണോ പഠിക്കേണ്ടത്, അത് അനുസരിച്ചു പഠിക്കുന്ന രീതികളും മാറും. ഏത് വിജ്ഞാനശാഖയും എന്താണ് അത് പഠിക്കുന്നത് എങ്ങനെ പഠിക്കുന്നു എന്നതനുസരിച്ചും രണ്ടു തരത്തിൽ നിർവചിച്ചിരിക്കുന്നു. വാസ്തവത്തിൽ, എങ്ങനെ എന്ന അർഥത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന മാർഗങ്ങൾ ഏതൊക്കെ എന്ന അർഥത്തിൽ ഇതൊക്കെ കണക്കിലെടുത്ത് ഔപചാരികമായി മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ, വിവിധ സാഹചര്യങ്ങളിലുള്ള മാനസിക പ്രക്രിയകളെപ്പറ്റിയും അനുഭവങ്ങളെക്കുറിച്ചും സ്വഭാവത്തെക്കുറിച്ചും പഠിക്കുന്ന ശാസ്ത്രശാഖയായി നിർവചിച്ചിരിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ മാനസികപ്രക്രിയകളെക്കുറിച്ച് പഠിക്കുന്നതിനായി ജീവശാസ്ത്രപരവും സാമൂഹ്യശാസ്ത്രപരവുമായ മാർഗങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ചിട്ടയായി വിവരങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നു. അവ ശാസ്ത്രീയ അടിത്തറയുള്ള വിജ്ഞാനമായി മാറുന്നു. നിർവചനത്തിൽ പറയുന്ന മാനസികപ്രക്രിയകൾ, അനുഭവങ്ങൾ, സ്വഭാവം എന്നീ മൂന്ന് വാക്കുകളെയും മനസ്സിലാക്കാൻ ശ്രമിക്കാം.

ആന്തരികമായ അനുഭവങ്ങളെപ്പറ്റി പറയുമ്പോഴൊക്കെ നാം പരാമർശിക്കുന്നത് ബോധതലത്തെപ്പറ്റിയും അബോധതലത്തെപ്പറ്റിയും മാനസികപ്രക്രിയകളെപ്പറ്റിയുമാണ്. ഒരു പ്രശ്നം പരിഹരിക്കുന്നതിനോ, ഒരു കാര്യം മനസ്സിലാക്കുന്നതിനോ ഓർമിക്കുന്നതിനോ ശ്രമിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ മാനസികപ്രക്രിയകളാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഒരുതരത്തിൽ ഈ മാനസികപ്രക്രിയകൾ പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്നത് മസ്തിഷ്കപ്രവർത്തനങ്ങളെയാണ്. ഒരു ഗണിതപ്രശ്നത്തെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുകയോ ഉത്തരം കണ്ടെത്തുകയോ ചെയ്യുമ്പോൾ മസ്തിഷ്ക ഇമേജിങ് (Brain imaging) സാങ്കേതിക വിദ്യകൾ ഉപയോഗിച്ച് മസ്തിഷ്കപ്രവർത്തനങ്ങൾ നിരീക്ഷിക്കാവുന്നതാണ്. എന്നിരുന്നാലും മസ്തിഷ്കപ്രവർത്തനങ്ങളും മാനസികപ്രക്രിയകളും ഒന്നുതന്നെയാണെന്ന് പറയാനാവില്ല. എന്നാലും അവ പരസ്പരം ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. മാനസികപ്രവർത്തനങ്ങളും നാഡീപ്രവർത്തനങ്ങളും ഇഴപിരിയാത്തവയാണ്. പക്ഷേ, അവ ഒരുപോലെയല്ല. മസ്തിഷ്കം പോലെ, മനസ്സിന് ഒരു ശാരീരികഘടനയോ ഒരു സ്ഥാനമോ ഇല്ല. ഈ ലോകത്തിലെ നമ്മുടെ ഇടപെടലുകളും അനുഭവങ്ങളും ചലനാത്മകതയോടെ ഒരു വ്യവസ്ഥയുടെ രൂപത്തിൽ സംഘടിപ്പിക്കപ്പെടുമ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന വിവിധ മാനസിക പ്രക്രിയകളിലൂടെ മനസ്സ് രൂപപ്പെടുകയും വികസിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. മസ്തിഷ്കപ്രവർത്തനങ്ങൾ നമ്മുടെ മനസ്സ് എങ്ങനെ പ്രവർത്തിക്കുന്നുവെന്നതിന് പ്രധാന സൂചന നൽകുന്നു. എന്നാൽ നമ്മുടെ സ്വന്തം അനുഭവങ്ങളിലൂടെയും മാനസിക പ്രക്രിയകളിലൂടെയും രൂപപ്പെടുന്ന ബോധം, നാഡി അല്ലെങ്കിൽ മസ്തിഷ്കപ്രവർത്തനങ്ങളേക്കാൾ വളരെ കൂടുതലാണ്. ഉറങ്ങുമ്പോൾ പോലും ചില മാനസികപ്രവൃത്തികൾ നടക്കുന്നുണ്ട്. നാം ഉറങ്ങുമ്പോൾ സ്വപ്നം കാണുകയും വാതിലിൽ മുട്ടുന്നതു പോലെയുള്ള ചില വിവരങ്ങൾ അറിയുകയും ചെയ്യാറുണ്ട്. ചില മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും നാം ഉറക്കത്തിൽ പഠിക്കുകയും ഓർമിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുവെന്ന് തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഓർമിക്കുക, പഠിക്കുക, അറിയുക, ഗ്രഹിക്കുക, അനുഭവിക്കുക തുടങ്ങിയ മാനസികപ്രക്രിയകൾ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർക്ക് താൽപ്പര്യമുള്ള മേഖലകളാണ്. അവർ ഈ പ്രക്രിയകൾ പഠിക്കുകയും മനസ്സ് എങ്ങനെ പ്രവർത്തിക്കുന്നുവെന്ന് മനസ്സിലാക്കുകയും ഈ മാനസികശേഷികളുടെ ഉപയോഗങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ മനുഷ്യരുടെ അനുഭവങ്ങളും പഠിക്കുന്നു. അനുഭവങ്ങൾ ആത്മനിഷ്ഠമാണ് (Subjective), നമുക്ക് മറ്റൊരാളുടെ അനുഭവം നേരിട്ട് നിരീക്ഷിക്കാനും അറിയാനും സാധിക്കില്ല. അനുഭവിക്കുന്ന വ്യക്തിക്ക് മാത്രമേ അവരുടെ അനുഭവങ്ങളെ നേരിട്ട് അറിയാൻ കഴിയുകയുള്ളൂ. അവനവന്റെ ബോധത്തിലാണ് അനുഭവങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്നത്. മരണാസന്നരായ രോഗികൾ അനുഭവിക്കുന്ന വേദനയും പ്രിയപ്പെട്ടവരുടെ വിയോഗമുണ്ടാക്കുന്ന മാനസികമായ വേദനയും മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പഠിക്കുന്നു. കൂടാതെ, പ്രണയം പോലെയുള്ള പോസിറ്റീവ് അനുകൂല വികാരങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്ന അനുഭവങ്ങളെപ്പറ്റിയും പഠിക്കുന്നു. യോഗികൾ ധ്യാനത്തിലൂടെ ഒരു വ്യത്യസ്ത ബോധത്തിൽ പ്രവേശിക്കുന്നതും പുതിയ തരം അനുഭവം സൃഷ്ടിക്കുന്നതും അല്ലെങ്കിൽ മയക്കുമരുന്നിന് അടിപ്പെട്ടവർ വളരെ ദോഷകരമായിരുന്നിട്ടും പ്രത്യേക അനുഭവങ്ങൾക്ക് വേണ്ടി ചില മയക്കുമരുന്നുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതും അടക്കം പല ഗൂഢമായ അനുഭവങ്ങളും മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരുടെ ശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കുന്നു. നമ്മുടെ ആന്തരികവും ബാഹ്യവുമായ ഓരോ സാഹചര്യവും അനുഭവങ്ങളെ സ്വാധീനിക്കുന്നു. വേനൽക്കാലത്ത് പകൽ ഒരു തിരക്കേറിയ ബസിൽ യാത്രചെയ്യുമ്പോൾ അനുഭവിക്കുന്ന അസ്വസ്ഥത, അടുത്ത സുഹൃത്തുക്കളോടൊപ്പം വിനോദയാത്ര പോകുമ്പോൾ നിങ്ങൾക്ക് ഉണ്ടാകാറില്ലല്ലോ. അതിനാൽ ആന്തരികവും ബാഹ്യവുമായ എല്ലാ സങ്കീർണസാഹചര്യങ്ങളും വ്യക്തമായി വിശകലനം ചെയ്താൽ മാത്രമേ അനുഭവങ്ങളുടെ സ്വഭാവമെന്തെന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ.

സ്വഭാവമെന്നത് നമ്മുടെ പ്രതികരണങ്ങളോ നമ്മളേർപ്പെടുന്ന പ്രവൃത്തികളോ ആണ്. എന്തെങ്കിലും വസ്തു നിങ്ങളുടെ നേർക്ക് എറിയുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ

കണ്ണുകൾ ലളിതമായ ഒരു അനൈച്ഛിക പ്രവർത്തനത്താൽ (Reflex action) അടയുന്നു. (ഉദാ:നിങ്ങൾ ഒരു പരീക്ഷയ്ക്കിരിക്കുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ ഹൃദയമിടിപ്പ് ഉയരുന്നു. നിങ്ങൾ സുഹൃത്തിനൊപ്പം ഒരു പ്രത്യേക സിനിമ കാണാൻ പോകാൻ തീരുമാനിക്കുന്നു). സ്വഭാവങ്ങൾ ലളിതമോ സങ്കീർണമോ ആകാം, ഹ്രസ്വമോ നീണ്ടുനിൽക്കുന്നതോ ആകാം. ചില പെരുമാറ്റങ്ങൾ ബാഹ്യമാണ് (Overt). അത് ഒരു നിരീക്ഷകന് പുറമെനിന്ന് നോക്കിക്കാണാൻ കഴിയും. എന്നാൽ മറ്റുചില പെരുമാറ്റങ്ങൾ ആന്തരികമാണ് (Covert). ചെസ് കളിക്കുമ്പോൾ നിങ്ങൾ ഒരു വിഷമഘട്ടത്തിലാണെങ്കിൽ, നിങ്ങളുടെ കൈയിലെ പേശികൾ വലിയുന്നതായി തോന്നും. ചുറ്റുപാടും ഉള്ള ഉദ്ദീപനങ്ങളും ആന്തരികമായുണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങളും ആന്തരികമോ ബാഹ്യമോ ആയ എല്ലാ സ്വഭാവങ്ങളെയും സ്വാധീനിക്കുന്നു അല്ലെങ്കിൽ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്നു. നിങ്ങൾ ഒരു കടുവയെ കണ്ടാൽ, അവിടൊരു കടുവയുണ്ടെന്നു ചിന്തിച്ച് ഓടിപ്പോകാൻ തീരുമാനിക്കും, അല്ലെങ്കിൽ ഓടുകതന്നെ ചെയ്യും. ചില മനഃശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ സ്വഭാവത്തെ ഉദ്ദീപനവും പ്രതികരണവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധമായി (Association) കണക്കാക്കുന്നു. ഉദ്ദീപനവും പ്രതികരണവും ആന്തരികമോ, ബാഹ്യമോ ആകാം.

മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന വിജ്ഞാനശാഖ (Psychology as a Discipline)

മുകളിൽ വിവരിച്ചതുപോലെ മനശ്ശാസ്ത്രം സ്വഭാവങ്ങളുടെയും അനുഭവങ്ങളുടെയും മാനസികപ്രക്രിയകളുടെയും പഠനമാണ്. മനസ്സ് എങ്ങനെ പ്രവർത്തിക്കുന്നു എന്നും എങ്ങനെ വ്യത്യസ്ത മാനസികപ്രക്രിയകൾ വ്യത്യസ്ത സ്വഭാവങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നു എന്നും മനസ്സിലാക്കാൻ മനശ്ശാസ്ത്രം ശ്രമിക്കുന്നു. മറ്റുള്ളവരെ സാധാരണക്കാരായോ പൊതുജനമായോ നിരീക്ഷിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ കാഴ്ചപ്പാടുകൾ, അവരുടെ സ്വഭാവങ്ങളെയും അനുഭവങ്ങളെയും വിലയിരുത്തുന്നതിൽ നമ്മെ സ്വാധീനിക്കും. പെരുമാറ്റരീതികളും അനുഭവങ്ങളും വിശദീകരിക്കുന്നതിൽ ഇത്തരം മുൻവിധികൾ കുറയ്ക്കുന്നതിന് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പലതരത്തിൽ ശ്രമിക്കുന്നു. ചിലർ അതിനായി വിശകലനങ്ങൾ ശാസ്ത്രീയവും വസ്തുനിഷ്ഠവുമാക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. ആത്മനിഷ്ഠത മനുഷ്യന്റെ അനുഭവങ്ങളുടെ പ്രധാന വശമാണെന്ന് ചിന്തിക്കുന്ന മറ്റു ചിലർ അനുഭവസ്ഥന്റെ കാഴ്ചപ്പാടിൽ നിന്നു കൊണ്ട് സ്വഭാവങ്ങൾ വിശദീകരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. ഇന്ത്യൻ പാരമ്പര്യത്തിൽ, നമ്മുടെ ബോധപൂർവമായ അനുഭവങ്ങളുടെ പ്രതിഫലനവും വിശകലനവും മനസ്സിനെപ്പറ്റിയുള്ള അറിവിന്റെ സ്രോതസ്സായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. പല പാശ്ചാത്യ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും മനുഷ്യസ്വഭാവവും അനുഭവങ്ങളും മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ സ്വയം പ്രതിഫലനത്തെയും സ്വയംഅറിവിന്റേയും പങ്ക് തിരിച്ചറിഞ്ഞു അതിനു പ്രാധാന്യം നല്കാൻ തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. മാനസികരോഗ വിദഗ്ദ്ധർ പെരുമാറ്റത്തെക്കുറിച്ചും മാനസികപ്രക്രിയയെക്കുറിച്ചും അനുഭവങ്ങളെക്കുറിച്ചും പഠിക്കുന്നത് പല വഴികളിലൂടെയാണെങ്കിലും, ചിട്ടയോടുകൂടിയും ശരിയാണോ എന്നു പരിശോധിക്കത്തക്ക വിധത്തിലുമാണ് അവർ അവയെ മനസ്സിലാക്കുകയും വിശദീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത്.

മനശ്ശാസ്ത്രം വളരെ പഴയ ഒരു വിജ്ഞാനശാഖ ആണെങ്കിലും 1879ൽ ലെയ്പ്സിഗിൽ (Leipzig) ആദ്യ മനശ്ശാസ്ത്ര ലബോറട്ടറി സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ടതോടെ ഇതൊരു നൂതനശാസ്ത്രമായി. സമീപകാലത്തും പുതിയ ആശയങ്ങൾ ഉയർന്നുവന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതിനാൽ എന്തു തരം ശാസ്ത്രമാണ് എന്നത് ഇപ്പോഴും ഒരു തർക്കവിഷയമാണ്. മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ സാധാരണയായി ഒരു സാമൂഹ്യശാസ്ത്രമായി പരിഗണിക്കുന്നു. എന്നാൽ, മറ്റു രാജ്യങ്ങളിൽ മാത്രമല്ല, ഇന്ത്യയിലും ബിരുദ, ബിരുദാനന്തരതലങ്ങളിൽ ശാസ്ത്ര വൈജ്ഞാനിക ശാഖയായിട്ടാണ് ഇതു പഠിക്കുന്നത്. പല വിദ്യാർഥികളും ഒരു ബി.എസ്.സി. അല്ലെങ്കിൽ ഒരു എം.എസ്.സി. ബിരുദം നേടാനായാണ് സർവകലാശാലകളിലേക്ക് പോകുന്നത്. ന്യൂറോ സയൻസും കമ്പ്യൂട്ടർ സയൻസും മനശ്ശാസ്ത്രത്തിൽ നിന്നു നിരന്തരം കടംകൊണ്ട് വളർന്നുവരുന്ന രണ്ട് വിജ്ഞാനശാഖകളാണ്. എം.ആർ.ഐ, ഇ.ഇ.ജി. മുതലായ, അതിവേഗ മസ്തിഷ്ക ഇമേജിങ് രീതികളെക്കുറിച്ച് നിങ്ങളിൽ ചിലർക്കെങ്കിലും അറിയുമായിരിക്കും. ഇവ മസ്തിഷ്ക പ്രക്രിയകൾ തത്സമയം പഠിക്കാൻ നമ്മെ സഹായിക്കുന്നു. അതുപോലെത്തന്നെ, മനുഷ്യന്റെ മാനസിക-ബൗദ്ധിക പ്രവർത്തനങ്ങളെപ്പറ്റിയുള്ള അറിവില്ലാതെ ഐ.ടി. മേഖലകളിൽ മനുഷ്യനും കമ്പ്യൂട്ടറും തമ്മിലുള്ള ആശയവിനിമയവും കൃത്രിമബുദ്ധി വികസനവും സാധ്യമല്ല. ആയതിനാൽ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന് ഒരു വിജ്ഞാനശാഖയെന്ന നിലയിൽ രണ്ട് സമാന്തര ശാഖകളുണ്ട്. വിവിധ മാനസിക-സാമൂഹികപ്രതിഭാസങ്ങളെ പഠിക്കുന്നതിനായി ഇതിൽ ഒരു ശാഖ ശാരീരിക-ജീവശാസ്ത്രപരമായ രീതികൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നു, മറ്റൊന്ന് സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക-ശാസ്ത്രീയ രീതികൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നു. ഈ ധാരകൾ ചിലപ്പോൾ ഒരുമിച്ചു ചേരുകയും മറ്റു ചിലപ്പോൾ വ്യത്യസ്ത വഴികളിലേക്ക് പോകുകയും ചെയ്യുന്നു. ആദ്യഘട്ടത്തിൽ, മനശ്ശാസ്ത്രം ജൈവതത്ത്വങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ മനുഷ്യസ്വഭാവം വിശദീകരിക്കുന്ന ഒരു വിജ്ഞാനശാഖയാ

യിരുന്നു. ഇതു പ്രകാരം എല്ലാ സ്വഭാവങ്ങൾക്കും കാരണങ്ങളുണ്ട്. നിയന്ത്രിത സാഹചര്യങ്ങളിൽ ചിട്ടയോടുകൂടി വിവരങ്ങൾ ശേഖരിക്കുകയാണെങ്കിൽ കാരണങ്ങൾ കണ്ടെത്താനും കഴിയും. ഇവിടെ ഗവേഷകന്റെ ലക്ഷ്യം കാര്യകാരണബന്ധം കണ്ടെത്തുകയും അതുവഴി സ്വഭാവങ്ങളെ മുൻകൂട്ടി പറയുകയും ആവശ്യമെങ്കിൽ നിയന്ത്രിക്കുകയമാണ്. മറുവശത്ത്, ഒരു സാമൂഹ്യശാസ്ത്രമെന്ന നിലയിൽ മനശ്ശാസ്ത്രം, വ്യക്തിയും വ്യക്തി ഉൾപ്പെടുന്ന സാമൂഹികസാംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലങ്ങളും തമ്മിലുള്ള ഇടപെടലുകളെ അടിസ്ഥാനമാക്കി സ്വഭാവത്തെ വിശദീകരിക്കുന്നു. ഓരോ സ്വഭാവത്തിന്റെയും പിന്നിൽ നിരവധി കാരണങ്ങൾ ഉണ്ടാവാം. ഇനി നമുക്ക് ഈ രണ്ടു ശാഖകളും പരിചയപ്പെടാം.

മനശ്ശാസ്ത്രം ഒരു പ്രകൃതിശാസ്ത്രം എന്ന നിലയിൽ (Psychology as a Natural Science)

മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന് തത്ത്വചിന്തയിൽ വേരുകളുണ്ടെന്ന് നേരത്തേ സൂചിപ്പിച്ചിരുന്നുവല്ലോ. എന്നിരുന്നാലും, മാനസികപ്രതിഭാസങ്ങൾ പഠിക്കാൻ ശാസ്ത്രീയരീതികൾ ഉപയോഗിച്ചു തുടങ്ങിയതോടെയാണ് ആധുനിക മനശ്ശാസ്ത്രം വികസിച്ചത്. ശാസ്ത്രം വസ്തുനിഷ്ഠതയ്ക്കു വലിയ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നു. ആശയങ്ങളുടെ നിർവചനത്തിലും, അവ അളക്കുന്നതിലുമുള്ള സമവായത്തിലൂടെ മനശ്ശാസ്ത്രവിശകലനങ്ങൾ വസ്തുനിഷ്ഠമാകുന്നു. ദെക്കാർത്തെ (Descartes)യും പിന്നീട് ഭൗതികശാസ്ത്രത്തിൽ ഹൈപോതെറ്റിക്കോ ഡിഡക്ടിവ് (Hypo-thetico-deductive model) മോഡൽ പിന്തുടർന്നുണ്ടായ പുരോഗതികളും മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ സ്വാധീനിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഒരു പ്രതിഭാസത്തെ വിശദീകരിക്കാൻ നിങ്ങൾക്കൊരു സിദ്ധാന്തമുണ്ടെങ്കിൽ, ശാസ്ത്രീയ പുരോഗതി കൈവരിക്കാൻ കഴിയും എന്ന് ഈ മാതൃക വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഉദാഹരണമായി, പ്രപഞ്ചം എങ്ങനെ രൂപപ്പെട്ടു എന്ന് മഹാവിസ്ഫോടനസിദ്ധാന്തം ഉപയോഗിച്ചാണ് ഭൗതികശാസ്ത്രജ്ഞർ വിശദീകരിക്കുന്നത്. സങ്കീർണമായ പ്രതിഭാസങ്ങളെ വിശദീകരിക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്ന പരസ്പരബന്ധിതങ്ങളായ പ്രസ്താവനകളുടെ ഒരു കൂട്ടമാണ് സിദ്ധാന്തം.

ശാസ്ത്രജ്ഞർ ഒരു സിദ്ധാന്തത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ, ഒരു പ്രതിഭാസം എങ്ങനെ സംഭവിക്കുന്നു എന്ന് പരീക്ഷണാർഥം വിശദീകരിക്കുന്ന ഒരു പരികല്പനം (Hypothesis) മുന്നോട്ടുവയ്ക്കുന്നു. ശേഖരിച്ച വിവരങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ പരീക്ഷിച്ച് ശരിയോ തെറ്റോ എന്നു തെളിയിക്കുന്നു. പരികല്പനയിലൂടെ മുന്നോട്ടുവച്ചതിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമായ ദിശയിലേക്കാണ് പരീക്ഷണഫലങ്ങളെങ്കിൽ സിദ്ധാന്തം പരിഷ്കരിക്കപ്പെടും. മുകളിൽ പറഞ്ഞ രീതിയിലൂടെയാണ് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പഠനം, ഓർമ, ശ്രദ്ധ, അവബോധം (Perception), അഭിപ്രേരണ (Motivation), വികാരങ്ങൾ തുടങ്ങിയ പ്രതിഭാസങ്ങളെക്കുറിച്ചെല്ലാം സിദ്ധാന്തങ്ങൾ വികസിപ്പിച്ചത്. ഇന്നും ഭൂരിഭാഗം മനശ്ശാസ്ത്ര ഗവേഷണങ്ങളും ഇതേ രീതിതന്നെയാണ് പിന്തുടരുന്നത്. ഇതുകൂടാതെ, ജൈവശാസ്ത്രത്തിലെ മുഖ്യമായ പരിണാമസിദ്ധാന്തവും മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരെ സ്വാധീനിച്ചിട്ടുണ്ട്. സ്നേഹബന്ധം (Attachment), ആക്രമണസ്വഭാവം (Aggression) എന്നിവ പോലുള്ള വൈവിധ്യമാർന്ന മാനസികപ്രതിഭാസങ്ങൾ വിശദീകരിക്കാൻ ഈ സമീപനം ഒരുപരിധി വരെ ഉപയോഗിക്കപ്പെടുന്നു.

മനശ്ശാസ്ത്രം ഒരു സാമൂഹ്യശാസ്ത്രം എന്ന നിലയിൽ (Psychology as a Social Science)

സാമൂഹിക-സാംസ്കാരിക മേഖലകളിൽ മനുഷ്യന്റെ സ്വഭാവം പഠിക്കുന്നതിനാൽ ഒരു സാമൂഹ്യശാസ്ത്രം എന്ന നിലയിലാണ് മനശ്ശാസ്ത്രം കൂടുതൽ അംഗീകരിക്കപ്പെടുന്നത് എന്ന് മുകളിൽ സൂചിപ്പിച്ചിരുന്നല്ലോ. സാമൂഹിക-സാംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലങ്ങൾ മനുഷ്യനെ സ്വാധീനിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും മനുഷ്യർക്ക് സാമൂഹിക-സാംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കാനും കഴിയും. ഒരു സാമൂഹ്യശാസ്ത്രം എന്ന നിലയിൽ മനുഷ്യർ സാമൂഹിക ജീവികളാണെന്നതിനാണ് മനശ്ശാസ്ത്രം ഊന്നൽ കൊടുക്കുന്നത്. താഴെപ്പറയുന്ന, രഞ്ജിതയുടെയും, ശബ്നത്തിന്റെയും കഥ ശ്രദ്ധിക്കുക.

രഞ്ജിതയും ശബ്നവും ഒരേ ക്ലാസിലാണ് പഠിച്ചിരുന്നത്. അവർ പരസ്പരം പരിചയപ്പെട്ടു. അവരുടെ ജീവിതം തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായിരുന്നു. രഞ്ജിതയുടേത് ഒരു കർഷകകുടുംബമായിരുന്നു. അവളുടെ അപ്പൂപ്പനും അമ്മൂമ്മയും മാതാപിതാക്കളും മൂത്ത ജ്യേഷ്ഠനും അവരുടെ കൃഷിയിടത്തിൽ തന്നെയാണ് ജോലിചെയ്തിരുന്നത്. അവർ ഗ്രാമത്തിലെ അവരുടെ വീട്ടിൽ ഒരുമിച്ചു ജീവിച്ചു. ഒരു നല്ല കായികതാരമായിരുന്നു രഞ്ജിത. അവളായിരുന്നു അവളുടെ സ്കൂളിലെ ഏറ്റവും മികച്ച ദീർഘദൂര ഓട്ടക്കാരിയും. അവൾ ആളുകളോട് ഇടപെടാനും സൗഹൃദം പുലർത്താനുമൊക്കെ ഇഷ്ടപ്പെട്ടിരുന്നു.

ശബ്നം, അവളുടെ അമ്മയോടൊപ്പം അതേ ഗ്രാമത്തിൽ തന്നെയായിരുന്നു താമസം. അടുത്തുള്ള നഗരത്തിലെ ഒരു ഓഫീസിലായിരുന്നു അവളുടെ അച്ഛന് ജോലി. അദ്ദേഹം അവധിദിനങ്ങളിലാണ് വീട്ടിലേക്ക് വരുന്നത്. ശബ്നം ഒരു നല്ല കലാകാരിയാണ്. അവളുടെ ഇളയ സഹോദരനെയും നോക്കി വീട്ടിൽത്തന്നെ ഇരിക്കാനായിരുന്നു അവൾക്കിഷ്ടം. അവൾ ലജ്ജാശീലയായതു

കൊണ്ട് തന്നെ ആളുകളോട് ഇടപെടുന്നത് ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്തിരുന്നു.

കഴിഞ്ഞ വർഷമുണ്ടായ കനത്ത മഴയെത്തുടർന്ന് അടുത്തുള്ള നദി നിറഞ്ഞുകവിഞ്ഞ് അവരുടെ ഗ്രാമത്തിലേക്ക് ഒഴുകി. താഴ്ന്ന പ്രദേശങ്ങളിലുള്ള നിരവധി വീടുകൾ വെള്ളത്തിനടിയിലായി. ഗ്രാമവാസികൾ ഒത്തുചേർന്ന് ദുരിതബാധിതർക്ക് വേണ്ട സഹായങ്ങളും അഭയവും നൽകി. വെള്ളപ്പൊക്കത്തിൽ ശബ്നത്തിന്റെ വീട്ടിലും വെള്ളം കയറി. അവൾ അമ്മയോടും സഹോദരനോടുമൊപ്പം രഞ്ജിതയുടെ വീട്ടിൽ താമസിക്കാനെത്തി. രഞ്ജിതയ്ക്ക് അവരെ സഹായിക്കുന്നത് വളരെ സന്തോഷമായിരുന്നു. അവളുടെ വീട്ടിൽ അവർ സുഖമായിരിക്കാൻ അവൾ ശ്രദ്ധിച്ചു. പൊങ്ങിയ വെള്ളമിറങ്ങിയപ്പോൾ വീട് സജ്ജമാക്കാൻ രഞ്ജിതയുടെ അമ്മയും അമ്മൂമ്മയും ശബ്നത്തിന്റെ അമ്മയെ സഹായിച്ചു. രണ്ടു കുടുംബങ്ങളും തമ്മിൽ നല്ല അടുപ്പമായി. രഞ്ജിതയും ശബ്നവും അടുത്ത സുഹൃത്തുക്കളുമായി.

ഇവിടെ രഞ്ജിതയും, ശബ്നവും വളരെ വ്യത്യസ്തരായ രണ്ടു വ്യക്തികളാണ്. അവർ സങ്കീർണമായ സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക ചുറ്റുപാടുകളിലുള്ള രണ്ട് വ്യത്യസ്ത കുടുംബങ്ങളിൽ വളർന്നവരാണ്. അവരുടെ സ്വഭാവങ്ങൾക്കും അനുഭവങ്ങൾക്കും മാനസികപ്രക്രിയകൾക്കും അവരുടെ സാമൂഹികവും ഭൗതികവുമായ പരിതസ്ഥിതികളോടുള്ള ബന്ധത്തിൽ നിങ്ങൾക്ക് കുറച്ചു കൃത്യതകൾ (Regulartiy) കാണാവുന്നതാണ്. എന്നാൽ അവരുടെ പെരുമാറ്റത്തിലും അനുഭവങ്ങളിലും അറിയപ്പെടുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രതത്ത്വങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് പ്രവചിക്കാൻ പ്രയാസമുള്ള വ്യത്യാസങ്ങളുമുണ്ട്. രഞ്ജിതയുടെയും ശബ്നത്തിന്റെയും ഗ്രാമത്തിലെ ആളുകളെപ്പോലെ, പ്രതിസന്ധിഘട്ടങ്ങളിൽ ആളുകൾ എന്തുകൊണ്ടാണ്, എങ്ങനെയാണ് സഹായിക്കുന്നത് എന്ന് നമുക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയും. എന്നാൽ, ആ സാഹചര്യത്തിലും എല്ലാ ഗ്രാമീണരും ഒരുപോലെ മുന്നോട്ടു വരുകയോ സഹായിക്കുകയോ ചെയ്തില്ല. ചിലപ്പോൾ, നേരെ വിപരീതമാണ് സംഭവിക്കുക. സമാനമായ പ്രതിസന്ധി സാഹചര്യങ്ങളിൽ ജനങ്ങൾ ചൂഷണം ചെയ്യുന്നതിലും കൊള്ളയടിക്കുന്നതിലും സന്തോഷം കണ്ടെത്തുന്ന സാമൂഹവിരുദ്ധരായും മാറാറുണ്ട്. മാനുഷികപെരുമാറ്റവും അനുഭവവും സമൂഹത്തിന്റെയും സംസ്കാരത്തിന്റെയും പശ്ചാത്തലത്തിലാണ് മനശ്ശാസ്ത്രം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതെന്ന് ഇതിൽനിന്നു വ്യക്തമാകുന്നു. അതുകൊണ്ട്, വ്യക്തിക്കും സമൂഹത്തിനും അവരുടെ ഭൗതിക-സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക ചുറ്റുപാടുകളുമായുള്ള ബന്ധത്തിൽ ശ്രദ്ധയൂന്നുന്ന സാമൂഹ്യ ശാസ്ത്രമാണ് മനശ്ശാസ്ത്രം.

മനസ്സിനെയും സ്വഭാവത്തെയും മനസ്സിലാക്കൽ (Understanding Mind and Behaviour)

മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ മനസ്സിന്റെ ശാസ്ത്രമായി നിർവചിച്ചിരുന്നത് നിങ്ങൾ ഓർക്കുന്നുണ്ടാകും. പല പതിറ്റാണ്ടുകളായി മനസ്സ് ഒരു വിലക്ക് (taboo) ആയി മനശ്ശാസ്ത്രത്തിൽ നിലനിന്നിരുന്നു. കാരണം, മനസ്സിനെ പ്രത്യക്ഷമായ പെരുമാറ്റങ്ങളായി നിർവചിക്കാനോ അതിന്റെ സ്ഥാനം കണ്ടെത്താനോ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. 'മനസ്സ്' മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലേക്കു മടങ്ങി വന്നാൽ, പെൻറോസ്, സ്പെറി തുടങ്ങിയവരെപ്പോലെയുള്ള ഭൗതികശാസ്ത്രജ്ഞർക്കും നാഡീശാസ്ത്രജ്ഞർക്കും നന്ദിപറയണം. അവരാണ് ഈ വാക്കിന് അർഹിക്കുന്ന ബഹുമാനം നേടിത്തന്നത്. മനസ്സിന്റെ ഏകീകൃതസിദ്ധാന്തം എന്നത് ഇപ്പോഴും അകലെയാണെങ്കിലും മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലും, മറ്റ് ശാഖകളിലുമുള്ള ശാസ്ത്രജ്ഞർ അത് സാധ്യമാകും എന്നു ചിന്തിക്കുന്നു.

എന്താണ് മനസ്സ്? മനസ്സും തലച്ചോറും ഒന്നാണോ? മസ്തിഷ്കം ഇല്ലാതെ മനസ്സ് നിലനിൽക്കില്ലെന്നത് ശരിയാണ് എന്നാൽ മനസ്സ് എന്നത് ഒരു പ്രത്യേക അസ്തിത്വമാണ്. രേഖപ്പെടുത്തപ്പെട്ട രസകരമായ നിരവധി കേസുകൾ ഇത് ശരിവയ്ക്കുന്നുണ്ട്. കാഴ്ചയ്ക്ക് നിദാനമായ തലച്ചോറിലെ ഓക്സിപിറ്റൽ ലോബ് എന്ന ഭാഗം, ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ നീക്കം ചെയ്യപ്പെട്ട ചില രോഗികൾ കാഴ്ചയ്ക്കുള്ള സൂചനകളുടെ സ്ഥാനത്തോടും ആകൃതിയോടും കൃത്യമായി പ്രതികരിക്കുന്നതായി കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്. അതുപോലെ ഒരു അമച്വർ കായികതാരത്തിന് അപകടത്തിൽ കൈകൾ നഷ്ടപ്പെട്ടു. എന്നിട്ടും, അയാൾക്ക് കൈ ഉള്ളതായും ചലിക്കുന്നതായും തുടർന്നും അനുഭവപ്പെട്ടു. അയാൾക്ക് നേരേ കോഫി നീട്ടിയപ്പോൾ കോഫി വാങ്ങാനായി 'ഫാന്റം കൈ' (Phantom limb) നീട്ടി. കപ്പ് പിൻവലിച്ചപ്പോൾ അയാൾ പ്രതിഷേധിക്കുകയും ചെയ്തു. നാഡീശാസ്ത്രജ്ഞർ സമാനമായ അനേകം കേസുകൾ രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. അപകടത്തിൽ തലച്ചോറിനു പരിക്ക് പറ്റിയ യുവാവ് ആശുപത്രിയിൽനിന്ന് വീട്ടിലെത്തിയ ശേഷം തന്റെ മാതാപിതാക്കൾ അവരുടെ പകർപ്പ് ആയി മാറിയിരിക്കുന്നു എന്നും അവർ ആൾമാറാട്ടക്കാരാണെന്നും പറഞ്ഞു. ഈ രണ്ടു കേസുകളിലും ആളുകളുടെ തലച്ചോറിന്റെ ചില ഭാഗങ്ങൾക്കു ക്ഷതം സംഭവിച്ചിരുന്നു. എന്നാൽ അവരുടെ മനസ്സിന് യാതൊരു പ്രശ്നവുമുണ്ടായിരുന്നില്ല. മനസ്സും ശരീരവും തമ്മിൽ യാതൊരു ബന്ധവുമില്ലെന്നും അവ സമാന്തരമാണെന്നുമാണ് പണ്ട് ശാസ്ത്രജ്ഞർ ചിന്തിച്ചിരുന്നത്. എന്നാൽ വൈകാരിക നാഡീശാസ്ത്ര (Affective neuroscience) ത്തിലെ സമീപകാലപഠനങ്ങൾ കാണിക്കുന്നത്, മനസ്സും, ശരീര

വും തമ്മിൽ ബന്ധമുണ്ടെന്നാണ്. പോസിറ്റീവ് വിഷ്വലൈസേഷൻ തന്ത്രങ്ങൾ (Positive visualisation techniques) ഉപയോഗിക്കുമ്പോഴും പോസിറ്റീവായ വികാരങ്ങൾ അനുഭവപ്പെടുമ്പോഴും ശാരീരികപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പ്രബലമായ വ്യത്യാസങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നുണ്ടെന്ന് ഈ പഠനങ്ങൾ കാണിക്കുന്നു. ഓർണിഷ് (Ornish) അദ്ദേഹത്തിന്റെ രോഗികളിൽ നടത്തിയ പല പഠനങ്ങളിലും ഇതുകാണിക്കുന്നുണ്ട്. ഈ പഠനങ്ങളിൽ, ധമനികളിൽ തടസ്സമുള്ള ഒരാളോട് ആ ധമനികളിൽക്കൂടി രക്തമൊഴുകുന്നതായി സങ്കൽപ്പിക്കാൻ പറഞ്ഞു. കുറേ സമയം ഇത് പരിശീലിച്ചപ്പോൾ തടസ്സത്തിന്റെ തോത് ഗണ്യമായി കുറഞ്ഞു, അതുവഴി ആശ്വാസം കിട്ടുന്നതായി അയാൾക്ക് അനുഭവപ്പെട്ടു. മെന്റൽ ഇമേജറി (Mental imagery) (മനസ്സിൽ ചിത്രങ്ങൾ രൂപപ്പെടുത്തുന്ന രീതി) ഉപയോഗിച്ച് പലതരത്തിലുള്ള ഫോബിയ (വസ്തുക്കളോടോ സാഹചര്യങ്ങളോടോ ഉള്ള അകാരണമായ ഭയം)കളും ഭേദമാക്കാൻ കഴിയും. മനുഷ്യന്റെ രോഗപ്രതിരോധവ്യവസ്ഥയെ ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നതിൽ മനസ്സിനുള്ള സ്വാധീനം പഠിക്കുന്ന ഒരു ശാഖ മനോനാഡീ പ്രതിരോധശേഷി പഠനം (Psycho-neuro immunology) എന്ന പേരിൽ ഉയർന്നുവന്നിരിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം 1.1

നിങ്ങൾ താഴെ പറയുന്ന സാഹചര്യങ്ങളിലാണെന്നു സങ്കൽപ്പിക്കുക. ഈ ഓരോ സാഹചര്യത്തിലും ഉൾപ്പെടുന്ന മൂന്നു മാനസികപ്രക്രിയകൾ കണ്ടെത്തുക.

1. നിങ്ങൾ ഒരു മത്സരത്തിൽ ഒരു ഉപന്യാസം എഴുതുന്നു.
2. താൽപ്പര്യമുള്ള വിഷയത്തെക്കുറിച്ചു നിങ്ങൾ ഒരു സുഹൃത്തിനോട് സംസാരിക്കുന്നു
3. ഫുട്ബോൾ കളിക്കുന്നു
4. ടി.വിയിൽ ഒരു സോപ്പ് ഓപ്പറ കാണുന്നു.
5. നിങ്ങളുടെ ഏറ്റവും അടുത്ത സുഹൃത്ത് നിങ്ങളെ വേദനിപ്പിച്ചു.
6. നിങ്ങൾ ഒരു പരീക്ഷ എഴുതുന്നു.
7. ഒരു പ്രധാന അതിഥിയെ കാത്തിരിക്കുന്നു.
8. നിങ്ങളുടെ സ്കൂളിൽ അവതരിപ്പിക്കാനായി ഒരു പ്രഭാഷണം തയാറാക്കുന്നു.
9. ചെസ് കളിക്കുന്നു.
10. ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള ഒരു ഗണിതപ്രശ്നത്തിന്റെ ഉത്തരം കണ്ടുപിടിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നു.

    നിങ്ങളുടെ ഉത്തരങ്ങൾ അധ്യാപികയോടും, സഹപാഠികളോടും ചർച്ചചെയ്യുക.

മനശ്ശാസ്ത്രത്തെപ്പറ്റിയുള്ള പ്രശസ്തമായ ആശയങ്ങൾ (Popular Notions about the Discipline of Psychology)

നമ്മളിൽ ഭൂരിഭാഗവും എല്ലാദിവസവും ഒരു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞനെ പോലെ പെരുമാറുന്നുണ്ട്. ഒരാളുടെ പെരുമാറ്റത്തിന്റെ കാരണം എന്തെന്ന് മനസ്സിലാക്കാനും വിശദീകരിക്കാനും നമ്മൾ ശ്രമിക്കും. കൂടാതെ, നമ്മളിൽ പലരും സ്വന്തമായി സിദ്ധാന്തങ്ങളും വികസിപ്പിക്കും. ഒരാൾ മുമ്പു ജോലിചെയ്തിരുന്നതിനേക്കാൾ നന്നായി ജോലിചെയ്യണമെങ്കിൽ അയാളെ അതിനായി ശക്തമായി പ്രേരിപ്പിക്കണമെന്ന് നമുക്ക് അറിയാം. ചിലപ്പോൾ സമ്മർദം പ്രയോഗിക്കേണ്ടിയും വരും. കാരണം ചിലർ അടിസ്ഥാനപരമായി മടിയന്മാരാണ്. മനുഷ്യന്റെ സ്വഭാവത്തെപ്പറ്റിയുള്ള ഇത്തരം പ്രശസ്തമായ സിദ്ധാന്തങ്ങൾ സാമാന്യബുദ്ധി അനുസരിച്ചുള്ളതാണ്. ഇത് ശരിയോ, തെറ്റോ എന്ന് അറിയണമെങ്കിൽ ശാസ്ത്രീയമായി പരിശോധിക്കപ്പെടണം. യഥാർഥത്തിൽ, മനുഷ്യന്റെ സ്വഭാവങ്ങളെക്കുറിച്ച് സാമാന്യബുദ്ധി ഉപയോഗിച്ചുള്ള വിശദീകരണങ്ങൾ പിൻബുദ്ധി (hind sight - സംഭവം നടന്നശേഷം ഉദിക്കുന്ന ബുദ്ധി) അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളതാണ്. മനുഷ്യന്റെ സ്വഭാവങ്ങളെ ചെറിയ തോതിൽ വിശദീകരിക്കാൻ മാത്രമേ ഈ രീതികൊണ്ട് സാധിക്കൂ. ഉദാഹരണമായി, നിങ്ങൾക്ക് ഏറെ സ്നേഹമുള്ള ഒരു സുഹൃത്ത് ദൂരെ ഒരു സ്ഥലത്തേക്ക് പോയി. നിങ്ങൾക്ക് അയാളോടുള്ള ആകർഷണത്തിന് എന്തു സംഭവിക്കും? ഇതിന്റെ ഉത്തരം ചിന്തിക്കുമ്പോൾ ഒരുപക്ഷേ നിങ്ങൾക്ക് രണ്ടു പഴമൊഴികൾ ഓർമവന്നേക്കാം. 'മിഴിയകന്നാൽ മനമകലും' എന്നതാണ് അതിൽ ഒന്ന്. രണ്ടാമത്തേത്, 'അകലം ഹൃദയത്തെ കൂടുതൽ അടുപ്പിക്കും' എന്നതുമാണ്. ഇത് രണ്ടും വിപരീതാർഥത്തിലുള്ള പ്രസ്താവനകളാണ്. ഇതിൽ ഏതാണ് ശരി? ആ സുഹൃത്ത് പോയതിനുശേഷം നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ എന്തു സംഭവിക്കും എന്നതിനെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കും നിങ്ങൾ പറയുന്ന വിശദീകരണം. അതിനു ശേഷം, നിങ്ങൾക്ക് പുതിയൊരു സുഹൃത്തിനെ കണ്ടെത്താൻ കഴിയുമെങ്കിൽ, 'മിഴിയകന്നാൽ മനമകലും' എന്ന പഴമൊഴിയാകും നിങ്ങളുടെയോ മറ്റുള്ളവയുടെയോ സ്വഭാവം വിശദീകരിക്കാൻ ഉചിതം. എന്നാൽ, പുതിയ ഒരു സുഹൃത്തിനെ കണ്ടെത്താൻ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ ഓർമയിൽ പഴയ സുഹൃത്ത് സ്നേഹത്തോടെ നിലനിൽക്കും. ഈ സാഹചര്യത്തിൽ, 'അകലം ഹൃദയത്തെ കൂടുതൽ അടുപ്പിക്കും' എന്ന പഴമൊഴിയാണ് നിങ്ങളുടെ സ്വഭാവത്തെ വിശദീകരിക്കുന്നത്. രണ്ടു സാഹചര്യങ്ങളി

ലും, സ്വഭാവം ഉണ്ടായതിനു ശേഷമാണ് അത് വിശദീകരിക്കപ്പെട്ടത്. സാമാന്യബുദ്ധി എന്നത് പിൻബുദ്ധിയെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണ്. മനശ്ശാസ്ത്രം ഒരു ശാസ്ത്രം എന്ന നിലയിൽ പെരുമാറ്റരീതികളെ പ്രവചിക്കുന്നതിലാണ്, പെരുമാറ്റം സംഭവിച്ചതിനു ശേഷം വിശദീകരിക്കുന്നതിലല്ല ശ്രദ്ധിക്കുന്നത്.

മനശ്ശാസ്ത്രം രൂപപ്പെടുത്തുന്ന ശാസ്ത്രവിജ്ഞാനം സാമാന്യബുദ്ധിയുടേതിൽ നിന്നു വിരുദ്ധമാണ്. ഡ്വേക് (Dweck -1975) എന്ന മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്റെ പഠനം ഇതിനൊരു ഉത്തമ ഉദാഹരണമാണ്. തടസ്സങ്ങളോ പ്രതിസന്ധികളോ ഒന്നും അറിയാതെ വളർന്ന കുട്ടികൾ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള പ്രശ്നങ്ങളോ പരാജയങ്ങളോ നേരിടേണ്ടിവരുമ്പോൾ എങ്ങനെ പെരുമാറുന്നു എന്നതിനെപ്പറ്റിയായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിന്റെ പഠനം. അവരെ എങ്ങനെ സഹായിക്കാനാവുമെന്ന് അവർ ചിന്തിച്ചു. സാമാന്യബുദ്ധിയുടെ തത്വമനുസരിച്ചു അവർക്ക് എളുപ്പമുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ കൊടുത്ത് വിജയത്തിന്റെ അളവ് കൂട്ടുകയും അതുവഴി ആത്മവിശ്വാസം വർധിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക, ശേഷം ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ കൊടുത്താൽ പുതിയതായി രൂപപ്പെട്ട ആത്മവിശ്വസം കാരണം അവർക്ക് അത് പരിഹരിക്കാൻ കഴിയും. ഡ്വേക്കിന്റെ പഠനം ഇതാണ് പരീക്ഷിച്ചത്. അവർ കുറച്ച് വിദ്യാർഥികളെ രണ്ടു ഗ്രൂപ്പുകളായി എടുത്തു. ഗണിത പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് ഉത്തരം കണ്ടെത്താൻ 25 ദിവസം പരിശീലനം നൽകി. ഒന്നാമത്തെ ഗ്രൂപ്പിന് ഉത്തരം കണ്ടെത്താൻ കഴിയുന്ന തരം എളുപ്പമുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ നൽകി. രണ്ടാമത്തെ ഗ്രൂപ്പിന് എളുപ്പമുള്ളതും, ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളതുമായ ചോദ്യങ്ങൾ ഇടകലർത്തി നൽകി. സ്വാഭാവികമായും, ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ രണ്ടാമത്തെ ഗ്രൂപ്പിന് ചെയ്യാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. ഇത് സംഭവിച്ചപ്പോഴൊക്കെ അവർ നന്നായി പരിശ്രമിക്കാത്തതു കൊണ്ടാണ് പരാജയപ്പെട്ടതെന്ന് പഠിപ്പിക്കുകയും, തളരാതെ പിന്നെയും പരിശ്രമിക്കാൻ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു. പരിശീലനകാലം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ, ഒരു പുതിയ കൂട്ടം ഗണിതപ്രശ്നങ്ങൾ ഉത്തരം കണ്ടെത്താനായി രണ്ടു ഗ്രൂപ്പുകൾക്കും നൽകി. ഡ്വേക് കണ്ടെത്തിയത് സാമാന്യ വിശ്വാസങ്ങൾക്ക് വിരുദ്ധമായിട്ടായിരുന്നു. എളുപ്പമുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ മാത്രം ചെയ്ത് എപ്പോഴും വിജയം മാത്രം അറിഞ്ഞവർ, വിജയവും പരാജയവും അറിയുകയും ഒപ്പം ശ്രമിക്കാത്തതാണ് പരാജയത്തിന്റെ കാരണമെന്ന് പഠിക്കുകയും ചെയ്തവരേക്കാൾ വളരെ പെട്ടെന്ന് തളർന്ന് ഉദ്യമം അവസാനിപ്പിച്ചു.

സാമാന്യബുദ്ധി രൂപപ്പെടുത്തിയ ഇത്തരം പല ആശയങ്ങളും ശരിയാണെന്നു കണ്ടെത്താൻ കഴിയില്ല. പുരുഷന്മാർക്കാണ് സ്ത്രീകളേക്കാൾ ബുദ്ധി കൂടുതലെന്നും സ്ത്രീകളാണ് കൂടുതൽ അപകടങ്ങൾക്കും കാരണമെന്നും ഒക്കെ വിശ്വസിച്ചിരുന്നത് ഒരുപാടു കാലം മുമ്പൊന്നുമല്ല. ഇത് രണ്ടും തെറ്റാണെന്ന് പ്രായോഗിക പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നു. ഒരു വലിയ സദസ്സിനു മുന്നിൽ ഒരാൾക്ക് അയാളുടെ മുഴുവൻ കഴിവുകളും പ്രകടിപ്പിക്കാൻ കഴിയില്ലെന്നാണ് സാമാന്യബുദ്ധി പറയുന്നത്. എന്നാൽ, നന്നായി പരിശീലിച്ചാൽ മറ്റുള്ളവരുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ ഒരാൾക്ക് അയാളുടെ കഴിവുകൾ നന്നായി പ്രകടിപ്പിക്കാൻ കഴിഞ്ഞേക്കുമെന്നാണ് മനശ്ശാസ്ത്ര ഗവേഷണങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നത്. കാരണം, മറ്റുള്ളവരുടെ സാന്നിധ്യം നമ്മുടെ പ്രകടനത്തെ സഹായിക്കും.

ഈ പാഠപുസ്തകത്തിലൂടെ കടന്നുപോകുമ്പോൾ മനുഷ്യന്റെ പെരുമാറ്റത്തെക്കുറിച്ച് നിങ്ങൾക്കുള്ള പല വിശ്വാസങ്ങളും ധാരണകളും മാറുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. ശേഖരിക്കപ്പെട്ട വിവരങ്ങൾ അടിസ്ഥാനമാക്കി പ്രസ്താവനകൾ വ്യവസ്ഥാനുസൃതമായി പരീക്ഷിച്ചാണ് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ മനുഷ്യസ്വഭാവത്തെക്കുറിച്ചും മാനസികപ്രക്രിയകളെക്കുറിച്ചും തത്ത്വങ്ങൾ വികസിപ്പിക്കുന്നത് എന്നും അതുകൊണ്ടുത്തന്നെ അവർ ജ്യോതിഷക്കാരിൽനിന്നും താന്ത്രികരിൽനിന്നും കൈനോട്ടക്കാരിൽനിന്നും വ്യത്യസ്തരാണെന്നും നിങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കും.

പ്രവർത്തനം 1.2

ഒരു കൂട്ടം വിദ്യാർഥികളോട് മനശ്ശാസ്ത്രം എന്താണെന്നാണ് അവർ കരുതുന്നത് എന്നു ചോദിക്കുക. അവർ പറഞ്ഞതും നിങ്ങളുടെ പാഠപുസ്തകത്തിൽ പറയുന്നതും തമ്മിൽ ഒരു താരതമ്യം നടത്തിനോക്കുക. നിങ്ങൾക്ക് എന്തു നിഗമനത്തിലാണ് എത്തിച്ചേരാൻ കഴിയുന്നത്?

മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പരിണാമം (Evolution of Psychology)

പാശ്ചാത്യ വികസനങ്ങളുടെ സ്വാധീനമുള്ള മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന് ഒരു ആധുനിക വിജ്ഞാനശാഖ എന്ന നിലയിൽ ചുരുങ്ങിയ ചരിത്രമാണുള്ളത്. മനസ്സിന്റെ പ്രാധാന്യം എന്തെന്ന് അന്വേഷിച്ചിരുന്ന പുരാതന തത്ത്വചിന്തയിൽനിന്ന് വളർന്നതാണ് മനശ്ശാസ്ത്രം. 1879 ൽ വില്യം വൂണ്ട് (Wilhelm Wundt) ജർമനിയിലെ ലെയ്പ്സിഗിൽ (Leipzig) ആദ്യത്തെ മനശ്ശാസ്ത്ര പരീക്ഷണശാല സ്ഥാപിച്ചതോടെയാണ് ആധുനിക മനശ്ശാസ്ത്രം ഔപചാരികമായി ഒരു ശാസ്ത്രശാഖയായി മാറിയത് എന്നു

മുൻപ് സൂചിപ്പിച്ചിരുന്നല്ലോ. ബോധപൂർവമായ അനുഭവങ്ങളെക്കുറിച്ചു പഠിക്കാനും മനസ്സിന്റെ ഘടകഭാഗങ്ങൾ വിശകലനം ചെയ്യാനുമായിരുന്നു വൂണ്ടിന് താൽപ്പര്യം. വൂണ്ടിന്റെ കാലത്തെ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ആത്മാവലോകനത്തിലൂടെ (Introspection) മനസ്സിന്റെ ഘടന വിശകലനം ചെയ്തു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ അവരെ ഘടനാവാദികൾ (Structuralist) എന്നു വിളിച്ചു. മനശ്ശാസ്ത്ര പരീക്ഷണങ്ങളിൽ പങ്കെടുത്ത വ്യക്തികളോട് അവരുടെ മാനസികപ്രക്രിയകളെക്കുറിച്ചും അനുഭവങ്ങളെക്കുറിച്ചും വിശദീകരിക്കാൻ നിർദ്ദേശിച്ചു. ഇങ്ങനെ സ്വന്തം മാനസിക പ്രക്രിയകളെക്കുറിച്ചും, അനുഭവങ്ങളെക്കുറിച്ചും മനസ്സിലാക്കുന്നതിനെയാണ് **ആത്മാവലോകനം** എന്ന് വിളിക്കുന്നത്. എന്നിരുന്നാലും ആത്മാവലോകനം എന്ന ഈ രീതി പല മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരെയും തൃപ്തരാക്കിയില്ല. ആത്മാവലോകനത്തിലൂടെ ഒരാൾ റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യുന്ന വിവരങ്ങൾ മറ്റൊരാൾക്ക് പുറമെനിന്ന് നോക്കി ശരിയോ തെറ്റോ എന്ന് ഉറപ്പുവരുത്താൻ കഴിയാത്തതുകൊണ്ട് ഈ രീതി അശാസ്ത്രീയമായി കരുതപ്പെട്ടു. ഇത് മനശ്ശാസ്ത്രത്തിൽ പുതിയ കാഴ്ചപ്പാടുകൾ വികസിക്കുന്നതിലേക്കു നയിച്ചു.

ലെയ്പ്സിഗിൽ പരീക്ഷണശാല സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ട ഉടൻതന്നെ മസാച്ചുസെറ്റ്സിലെ കേംബ്രിഡ്ജിൽ ഒരു മനശ്ശാസ്ത്ര പരീക്ഷണശാല സ്ഥാപിച്ച വില്യം ജെയിംസ് എന്ന മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരാണ് മനുഷ്യമനസ്സിനെക്കുറിച്ചു പഠിക്കാൻ **ഫങ്ഷണലിസം** (Functionalism) എന്ന രണ്ടാമത്തെ കാഴ്ചപ്പാട് വികസിപ്പിച്ചത്. മനസ്സിന്റെ ഘടനയിൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നതിനുപകരം, പരിസരിതിയെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിൽ മനസ്സും, സ്വഭാവവും എങ്ങനെ പ്രവർത്തിക്കുന്നു എന്നു പഠിക്കണമെന്നാണ് വില്യം ജെയിംസ് വിശ്വസിച്ചിരുന്നത്. ഉദാഹരണമായി, ആളുകളെ അവരുടെ ആവശ്യങ്ങൾ നേടിയെടുക്കുന്നതിൽ സ്വഭാവങ്ങൾ എങ്ങനെ സഹായിക്കുന്നു എന്ന് ഫങ്ഷണലിസ്റ്റുകൾ പഠിച്ചു. പരിസ്ഥിതിയുമായി ഇടപെടുന്ന മാനസിക പ്രക്രിയയുടെ നിരന്തരമായ പ്രവാഹമാണ് ബോധമെന്നും അതാണ് മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ കാതലെന്നും വില്യം ജെയിംസ് അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. ആ കാലഘട്ടത്തിൽ വളരെ സ്വാധീനം ചെലുത്തിയ വിദ്യാഭ്യാസചിന്തകനായിരുന്ന ജോൺ ഡ്യൂവേ (John Dewey), മനുഷ്യർ തങ്ങളുടെ പരിസരിതിയോട് പൊരുത്തപ്പെട്ടു പ്രവർത്തിക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയാണെന്ന് വാദിക്കാൻ ഫങ്ഷണലിസത്തെ ഉപയോഗിച്ചു.

20-ാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ തുടക്കത്തിൽവൂണ്ടിന്റെ ഘടനാവാദത്തോടുള്ള പ്രതികരണമായി **ജെസ്റ്റാൾട്ട് മനശ്ശാസ്ത്രം** (Gestalt Spychology) എന്ന പുതിയ വീക്ഷണം ജർമനിയിൽ ഉയർന്നുവന്നു. ഈ കാഴ്ചപ്പാട് മനസ്സിന്റെ ഘടകങ്ങളെ പഠിക്കുന്നതിനുപകരം ഗ്രഹണാനുഭവങ്ങളുടെ (Perceptual experiences) കൂട്ടായ്മയിൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നു. നമ്മൾ ലോകത്തെ നോക്കിക്കാണുമ്പോൾ ഗ്രഹണത്തിന്റെ ഘടകങ്ങളേക്കാൾ കൂടുതലാണ് നമ്മുടെ ഗ്രഹണാനുഭവങ്ങളെന്ന് ജെസ്റ്റാൾട്ട് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ വാദിച്ചു. മറ്റൊരു തരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ, ചുറ്റുപാടിൽ നിന്നു നമുക്ക് ലഭിക്കുന്ന ഇൻപുട്ടുകളേക്കാൾ (input) കൂടുതൽ നാം ഗ്രഹിക്കുന്നുണ്ട്. ഉദാഹരണത്തിന്, അതിവേഗം മിന്നിമറയുന്ന ചെറിയ ബൾബുകളുടെ (Flashing bulbs) ഒരു ശ്രേണിയിൽനിന്നുള്ള പ്രകാശം നമ്മുടെ റെറ്റിനയിൽ പതിക്കുമ്പോൾ, നാം യഥാർഥത്തിൽ പ്രകാശത്തിന്റെ ചലനങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്നു. അതുപോലെ ഒരു സിനിമ കാണുമ്പോൾ, സത്യത്തിൽ നമ്മുടെ റെറ്റിനയിൽ പതിക്കുന്നത് നിശ്ചലദൃശ്യങ്ങളുടെ പെട്ടെന്നു ചലിക്കുന്ന ഫോട്ടോകൾ മാത്രമാണ്. ആയതിനാൽ, നമ്മുടെ ഗ്രഹണാനുഭവങ്ങൾ ഗ്രഹിക്കുന്ന ഘടകങ്ങളേക്കാൾ കൂടുതലാണ്. അനുഭവങ്ങൾ സമഗ്രമാണ്, അത് ഒരു ജെസ്റ്റാൾട്ട് ആണ്. അഞ്ചാമത്തെ അധ്യായത്തിൽ, ജെസ്റ്റാൾട്ട് മനശ്ശാസ്ത്രത്തെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ പഠിക്കും.

ഘടനാവാദത്തിന് മറ്റൊരു പ്രതികരണമായി **പെരുമാറ്റവാദം** (Behaviourism) രൂപം കൊണ്ടു. 1910 കാലഘട്ടത്തിൽ, മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ പ്രധാന വിഷയങ്ങളെന്ന നിലയിൽ കരുതപ്പെട്ട മനസ്സിനെപ്പറ്റിയും ബോധത്തെപ്പറ്റിയുമുള്ള ആശയങ്ങളെ ജോൺ വാട്സൺ (John Watson) തള്ളിക്കളഞ്ഞു. ഫിസിയോളജിസ്റ്റുകളിൽ ഒരാളായ ഇവാൻ പാവ്‌ലോവിന്റെ (Ivan Pavlov) സിദ്ധാന്തമായ, ക്ലാസിക്കൽ കണ്ടീഷനിങ് (Classical conditioning) വാട്സണെ വളരെ സ്വാധീനിച്ചിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ, മനസ്സ് നിരീക്ഷണയോഗ്യമല്ല. അതുപോലെ ആത്മാവലോകനം ആത്മനിഷ്ഠവുമാണ്. കാരണം, മറ്റൊരാൾക്ക് പുറമെനിന്ന് അതു നിരീക്ഷിച്ചു ശരിയോ തെറ്റോ എന്നു തെളിയിക്കാൻ സാധിക്കില്ല. ശാസ്ത്രീയ മനശാസ്ത്രം, നിരീക്ഷണയോഗ്യമായതിലും ശരിയോ തെറ്റോ എന്നു പരിശോധിക്കപ്പെടാവുന്നതിലും ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കണമെന്ന് അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ വസ്തുനിഷ്ഠമായി അളക്കാനും പഠിക്കാനും കഴിയുന്ന

സ്വഭാവങ്ങളുടെ, അല്ലെങ്കിൽ പ്രതികരണങ്ങളുടെ (ഉദ്ദീപനങ്ങളോടുള്ള) ശാസ്ത്രമായാണ് വാട്സൺ നിർവചിച്ചത്. വാട്സന്റെ പെരുമാറ്റവാദം ബിഹേവിയറിസ്റ്റുകൾ എന്നു വിളിക്കപ്പെട്ട മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരുടെ സ്വാധീനത്താൽ കൂടുതൽ വികസിച്ചു. ഇവരിൽ പ്രധാനിയാണ് ബി.എഫ്. സ്കിന്നർ (B.F. Skinner). അദ്ദേഹം പെരുമാറ്റവാദത്തെ വിവിധ സാഹചര്യങ്ങളിൽ പ്രയോഗിക്കുകയും ആ സമീപനത്തെ കൂടുതൽ പ്രചരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു. സ്കിന്നറുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഈ പാഠപുസ്തകത്തിൽ പിന്നീട് ചർച്ചചെയ്യും.

വാട്സണു ശേഷവും ദശാബ്ദങ്ങളായി ബിഹേവിയറിസ്റ്റുകൾ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ മേഖലയിൽ ആധിപത്യം പുലർത്തിയെങ്കിലും ആ സമയത്തുതന്നെ, മനശ്ശാസ്ത്രത്തെക്കുറിച്ചും, അതിലെ പ്രധാന വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ചും വിവിധ കാഴ്ചപ്പാടുകൾ വികസിച്ചു വരുന്നുണ്ടായിരുന്നു. മനുഷ്യസ്വഭാവത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തന്റെ മൗലികമായ വീക്ഷണംകൊണ്ട് ലോകത്തെ കുലുക്കിയ ഒരു വ്യക്തിയാണ് സിഗ്മണ്ട് ഫ്രോയ്ഡ് (Sigmund Freud). മനുഷ്യസ്വഭാവത്തെ അബോധമനസ്സിലെ ആഗ്രഹങ്ങളുടെയും സംഘർഷങ്ങളുടെയും ചലനാത്മകമായ ആവിഷ്കരണമായാണ് അദ്ദേഹം കണ്ടത്. അദ്ദേഹം മാനസികരോഗങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നതിനും ചികിൽസിക്കുന്നതിനുമായി **മനോവിശ്ലേഷണം** (Psycho analysis) എന്ന സമ്പ്രദായം രൂപപ്പെടുത്തി ഫ്രോയ്ഡിന്റെ മനോവിശ്ലേഷണത്തിൽ, മനുഷ്യരെ സന്തോഷം നേടാനുള്ള (പലപ്പോഴും ലൈംഗികമായത്) അബോധാഗ്രഹത്താൽ പ്രേരിതരാകുന്നവരായാണ് കണ്ടത്. എന്നാൽ, മാനവികവീക്ഷണത്തിൽ (Humanistic approach) മനുഷ്യസ്വഭാവത്തെ ക്രിയാത്മകമായാണ് പരിഗണിക്കുന്നത്. ഹ്യൂമനിസ്റ്റുകളിൽ പ്രമുഖരായ കാൾ റോജേഴ്സ് (Carl Rogers), എബ്രഹാം മാസ്ലോവ് (Abraham Maslow) എന്നിവർ മനുഷ്യരുടെ സ്വതന്ത്ര ഇച്ഛാശക്തി (Free will), വളരാനും ആന്തരികമായ എല്ലാ കഴിവുകളെയും വികസിപ്പിക്കാനുള്ള സ്വാഭാവികമായ പ്രയത്നം എന്നിവയെക്കുറിച്ചൊക്കെയാണ് പഠിച്ചത്. സാഹചര്യങ്ങൾ മനുഷ്യന്റെ സ്വഭാവം തീരുമാനിക്കുന്നു എന്ന ആശയത്തിന് ഊന്നൽ കൊടുക്കുന്ന പെരുമാറ്റവാദം, മനുഷ്യന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തെയും മഹത്ത്വത്തേയും ദുർബലമായും മനുഷ്യസ്വഭാവത്തെ യാന്ത്രികമായ ഒന്നായും കാണുന്നു എന്നും അവർ വാദിച്ചു.

ഈ വ്യത്യസ്ത കാഴ്ചപ്പാടുകൾ ആധുനിക മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ചരിത്രം നിറയ്ക്കുകയും ഈ വിജ്ഞാന ശാഖയുടെ വികസനത്തിനു കാരണമാവുകയും ചെയ്തു. ഈ ഓരോ കാഴ്ചപ്പാടും ഓരോ തരത്തിൽ, സങ്കീർണമായ മാനസികപ്രക്രിയകളിലേക്കു നമ്മുടെ ശ്രദ്ധ ക്ഷണിക്കുന്നു. ഓരോ സമീപനത്തിനും അതിന്റേതായ മേന്മകളും, ബലഹീനതകളും ഉണ്ട്. ഈ കാഴ്ചപ്പാടുകളിൽ ചിലത് മനശ്ശാസ്ത്രത്തിൽ പിന്നീട് പല വികസനങ്ങൾക്കും കാരണമായിട്ടുണ്ട്. ജെസ്റ്റാൾട്ട് സമീപനത്തിന്റെയും ഘടനാവാദത്തിന്റെയും ആശയങ്ങൾ കൂടിച്ചേർന്ന്, നാം ലോകത്തെ എങ്ങനെ മനസ്സിലാക്കുന്നു എന്നതിൽ കേന്ദ്രീകരിച്ചുള്ള **ചിന്താപരമായ/ ജ്ഞാതൃർജന വീക്ഷണം** (Cognitive approach) വികസിച്ചുവന്നു. അറിയുക എന്ന പ്രക്രിയയാണ് **ജ്ഞാതൃർജനം** (Cognitive). ചിന്തിക്കുക, മനസ്സിലാക്കുക, ഗ്രഹിക്കുക, ഓർമിക്കുക, പ്രശ്നം പരിഹരിക്കുക തുടങ്ങി അനവധി മാനസികപ്രക്രിയകൾ ഉൾപ്പെടുന്നതാണ് കൊഗ്നിഷൻ. ലോകത്തെക്കുറിച്ച് നമുക്ക് അറിവു തന്ന്, ചുറ്റുപാടുകളോട് പ്രത്യേക രീതികളിൽ ഇടപെടാൻ നമ്മെ പ്രാപ്തരാക്കുന്നത് കോഗ്നിഷൻ ആണ്. ചില കൊഗ്നിറ്റീവ് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ മനുഷ്യമനസ്സിനെ കമ്പ്യൂട്ടർ പോലൊരു വിവരസംസ്കരണ വ്യവസ്ഥയായി (Information processing system) കണക്കാക്കുന്നു. ഈ കാഴ്ചപ്പാട് അനുസരിച്ച് മനസ്സ് ഒരു കമ്പ്യൂട്ടർ പോലെയാണ്, അത് വിവരങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുകയും (Receiving), പ്രക്രിയാവിധേയമാക്കുകയും രൂപമാറ്റം വരുത്തുകയും (transforming) ശേഖരിക്കുകയും (storing) വീണ്ടെടുക്കുകയും (Retrieving) ചെയ്യുന്നു. ഭൗതികവും സാമൂഹികവുമായ ലോകത്തെ അറിയുകവഴി മനസ്സിനെ സജീവമായി രൂപകൽപ്പന ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നവരായാണ് ആധുനിക വൈജ്ഞാനിക മനശ്ശാസ്ത്രം (Cognitive psychology) മനുഷ്യരെ കാണുന്നത്. ഈ കാഴ്ചപ്പാടിനെ പലപ്പോഴും **ജ്ഞാന നിർമിതിവാദം** എന്ന് വിളിക്കുന്നു. പിന്നീട് നാം ചർച്ചചെയ്യുന്ന ജീൻ പിയാഷെയുടെ (Jean Piaget) ശിശുവികസനത്തെപ്പറ്റിയുള്ള വീക്ഷണം മനസ്സിന്റെ വികസനത്തെക്കുറിച്ചുള്ള കൺസ്ട്രക്റ്റിവിസ്റ്റ് സിദ്ധാന്തമായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. മറ്റൊരു റഷ്യൻ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞനായ ലെവ് വൈഗോട്സ്കിയുടെ (Lev Vygotsky) അഭിപ്രായത്തിൽ, സാമൂഹികവും, സാംസ്കാരികവുമായ പ്രക്രിയകളിലൂടെയാണ് മനുഷ്യമനസ്സ് വികസിക്കുന്നത്. ഇവിടെ, മുതിർന്നവരും കുട്ടികളും തമ്മിലുള്ള സംയുക്ത ആശയവിനിമയത്തിലൂടെ സാംസ്കാരികമായി മനസ്സ് രൂപപ്പെടുന്നു എന്നാണ് കണക്കാക്കുന്നത്. മറ്റൊരു തരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ, കുട്ടികൾ അവരുടെ മനസ്സ് സജീവമായി രൂപകൽപ്പന ചെയ്യുന്നു എന്ന് പിയാഷെ അഭിപ്രായപ്പെട്ടപ്പോൾ, മനസ്സ് ഒരു സംസ്കാരികനിർമിതിയാണെന്നും കുട്ടികളും മുതിർന്നവരും തമ്മിൽ പരസ്പരം ഇടപെടുന്നതിന്റെ ഫലമായാണ് അത് രൂപപ്പെടുന്നതെന്നും വൈഗോട്സ്കി അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.

ബോക്സ് 1.1

ആധുനിക മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പരിണാമത്തിലെ ചില നാഴികകല്ലുകൾ (Some interesting landmarks in the evolution of modern Psycholgy)

1879 ൽ വില്യം വൂണ്ട് (Wilhelm Wundt) ലെയ്പ്സിഗിൽ (Leipzig) ആദ്യത്തെ മനശ്ശാസ്ത്ര പരീക്ഷണശാല സ്ഥാപിച്ചു.

1890 ൽ വില്യം ജെയിംസ് (William James), 'പ്രിൻസിപ്പിൾസ് ഓഫ് സൈക്കോളജി' എന്ന പുസ്തകം പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു.

1895 ൽ ഫങ്ഷണലിസം (Functionalism) എന്ന ഒരു സമീപനം മനശ്ശാസ്ത്രത്തിൽ നിലവിൽവന്നു.

1900 ൽ സിഗ്മണ്ട് ഫ്രോയിഡ് (Sigmund Freud) മനോവിശ്ലേഷണം (Psycho analysis) വികസിപ്പിച്ചു.

1904 ൽ പ്രതികരണങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നതിനെപ്പറ്റിയുള്ള തത്ത്വങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നതിലേക്കു നയിച്ച, ദഹനേന്ദ്ര വ്യവസ്ഥയെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള പഠനത്തിന് ഇവാൻ പാവ്ലോവിന് (Ivan Pavlov) നോബൽ സമ്മാനം ലഭിച്ചു.

1905 ൽ ബിനേയും (Binet) സൈമണും (Simon) ചേർന്ന് ഇന്റലിജൻസ് ടെസ്റ്റ് വികസിപ്പിച്ചു.

1916 ൽ കൽക്കത്ത സർവകലാശാലയിൽ, ആദ്യത്തെ മനശ്ശാസ്ത്ര വിഭാഗം സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ടു.

1920 ൽ ജർമനിയിൽ, ജെസ്റ്റാൾട്ട് മനശ്ശാസ്ത്രം (Gestalt psychology) ജന്മം കൊണ്ടു.

1922 ൽ ഇന്ത്യൻ സയൻസ് കോൺഗ്രസ് അസോസിയേഷനിൽ മനശ്ശാസ്ത്രം ഉൾപ്പെടുത്തി.

1924 ൽ ഇന്ത്യൻ സൈക്കോളജിക്കൽ അസോസിയേഷൻ സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ടു.

1924 ൽ ജോൺ ബി. വാട്സൺ (John B. Watson), പിന്നീട് ബിഹേവിയറിസത്തിന് അടിസ്ഥാനമായി മാറിയ 'ബിഹേവിയറിസം' എന്ന പുസ്തകം പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു.

1928 ൽ എൻ.എൻ. സെൻഗുപ്ത (N.N. Sengupta), രാധാകമൽ മുഖർജി (Radhakamal Mukerjee) എന്നിവർ സാമൂഹ്യമനശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ ആദ്യത്തെ പാഠപുസ്തകം പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു (London: Allen & Unwin).

1949 ൽ സൈക്കോളജിക്കൽ റിസർച്ച് വിങ് ഓഫ് ദി ഡിഫൻസ് സയൻസ് ഓർഗനൈസേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യ സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ടു.

1951 ൽ ഹ്യൂമനിസ്റ്റിക്ക് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ കാൾ റോജേഴ്സ് (Carl Rogers) ക്ലൈന്റ് സെന്റേഡ് തെറാപ്പി (Client-Cetnred Therapy) പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു.

1953 ൽ ബി.എഫ്. സ്കിന്നർ (B.F. Skinner) 'സയൻസ് ആൻഡ് ഹ്യൂമൻ ബിഹേവിയർ' (Science and Human Behaviour), 'സ്ട്രെങ്ത്തെനിങ് ബിഹേവിയറിസം എസ് എ മേജർ അപ്രോച്ച് ടു സൈക്കോളജി' (Strengthening behaviourism as a major approach to psychology) എന്നിവ പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു.

1954ൽ ഹ്യൂമനിസ്റ്റിക്ക് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ എബ്രഹാം മാസ്ലോവ് (Abraham Maslow) 'മോട്ടിവേഷൻ ആൻഡ് പേഴ്സണാലിറ്റി' പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു.

1954 ൽ അലഹബാദിൽ ബ്യൂറോ ഓഫ് സൈക്കോളജി സ്ഥാപിച്ചു.

1955 ൽ ബാംഗളൂരിൽ നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് മെന്റൽ സയൻസ് ആൻഡ് ന്യൂറോ സയൻസസ് (NIMHANS) നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് മെന്റൽ ഹെൽത്ത് ആന്റ് ന്യൂറോ സയൻസ് സ്ഥാപിതമായി.

1962ൽ റാഞ്ചിയിൽ ഹോസ്പിറ്റൽ ഫോർ മെന്റൽ ഡിസീസസ് സ്ഥാപിച്ചു.

1973 ൽ മുൻ അനുഭവങ്ങളോ പഠനമോ ഇല്ലാതെ, മൃഗങ്ങൾക്ക് ജന്മനാ ഉള്ള പ്രത്യേക സ്വഭാവശൈലികളെപ്പറ്റിയുള്ള പഠനത്തിന് കോൺറാഡ് ലോറൻസ് (Konard Lorenz), നിക്കോ ടിൻബെർഗെൻ (Niko Tinbergen) എന്നിവർക്ക് നോബൽ സമ്മാനം ലഭിച്ചു.

1978 ൽ ഡിസിഷൻ മേക്കിങ് (Decision making) എന്ന വിഷയത്തിലെ പഠനത്തിന് ഹെർബർട്ട് സൈമൺ (Herbert Simon) നോബൽ സമ്മാനം നേടി.

1981 ൽ കാഴ്ചശക്തിക്ക് കാരണമായ തലച്ചോറിലെ കോശങ്ങളെ പ്പറ്റിയുള്ള ഗവേഷണത്തിന് ഡേവിഡ് ഹുബലും (David Hubel) ടോഗ്സ്റ്റെൻ വെയ്സലും (Torsten Wiesel) നോബൽ സമ്മാനം നേടി.

1981 ൽ സ്പ്ളിറ്റ് ബ്രെയിൻ (Split Brain) ഗവേഷണത്തിന് റോജർ സ്പെറിക്ക് (Roger Sperry) നോബൽ സമ്മാനം ലഭിച്ചു.

1989 ൽ നാഷണൽ അക്കാദമി ഓഫ് സൈക്കോളജി (NAOP) ഇന്ത്യ സ്ഥാപിച്ചു.

1997 ൽ ഹരിയാനയിലെ ഗുർഗാവുണിൽ നാഷണൽ ബ്രെയിൻ റിസർച്ച് സെന്റർ (NBRC) സ്ഥാപിതമായി.

2002 ൽ ഒരു അനിശ്ചിതത്വ ഘട്ടത്തിൽ മനുഷ്യന്റെ വിലയിരുത്തലും (Judgment) തീരുമാനമെടുക്കലും (Decision making) എങ്ങനെയാണെന്ന് പഠിച്ച ഗവേഷണത്തിന് ഡാനിയൽ കാനെമാന് (Daniel Kahneman) നോബൽ സമ്മാനം ലഭിച്ചു.

2005 ൽ സാമ്പത്തികസ്വഭാവത്തിലെ സംഘർഷവും സഹകരണവും മനസ്സിലാക്കുന്നതിന് ഗെയിം തിയറി ഉപയോഗിക്കുന്ന പഠനത്തിന് തോമസ് ഷെല്ലിങ് (Thomas Schelling) നോബൽ സമ്മാനം കരസ്ഥമാക്കി.

ഇന്ത്യയിലെ മനശ്ശാസ്ത്ര മേഖലയുടെ വളർച്ച (Development of Psychology in India)

മാനസികപ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ചും മാനുഷിക അവബോധത്തിന്റെ പ്രതിഫലനങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള ഇന്ത്യൻ ദാർശനികപാരമ്പര്യം അതിശക്തമാണ്. ഇതുമാത്രമല്ല, മനുഷ്യന്റെ ബോധാവസ്ഥ, ശരീരവും മനസ്സും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം, മറ്റു മാനസികപ്രവർത്തനങ്ങളായ കോഗ്നിഷൻ, ശ്രദ്ധ, യുക്തിചിന്ത, മിഥ്യാബോധം തുടങ്ങിയവയെ പറ്റിയെല്ലാം ആഴത്തിലുള്ള പഠനം നടന്നിട്ടുണ്ട്. നിർഭാഗ്യവശാൽ ഇന്ത്യൻ പാരമ്പര്യത്തിലെ ദാർശനിക വേരുകൾ ഇന്ത്യയിലെ ആധുനിക മനശ്ശാസ്ത്ര വികാസത്തെ സ്വാധീനിച്ചിട്ടില്ല. ഇന്ത്യയിലെ മനശ്ശാസ്ത്ര മേഖലയുടെ വികസനം ഇപ്പോഴും പാശ്ചാത്യ മനശ്ശാസ്ത്രപാരമ്പര്യത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കി തുടരുകയാണ്. എന്നാൽ, ശാസ്ത്രീയപഠനങ്ങളിലൂടെ ഭാരതീയ ദാർശനികപാരമ്പര്യങ്ങളിലെ പല വാദങ്ങളുടെയും സത്യമൂല്യങ്ങൾ സ്ഥാപിക്കുന്നതിനുള്ള ശ്രമങ്ങൾ നടന്നുവരുന്നു.

ഇന്ത്യൻ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ആധുനികയുഗം കൽക്കത്ത സർവകലാശാലയിലെ തത്ത്വശാസ്ത്ര വിഭാഗത്തിൽ ആരംഭിച്ചു. ഇവിടെ പരീക്ഷണാത്മക മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ആദ്യ പാഠ്യപദ്ധതിക്ക് തുടക്കം കുറിച്ചു. ഇവിടെത്തന്നെ ആദ്യത്തെ മനശ്ശാസ്ത്ര പരീക്ഷണശാലയും 1915-ൽ സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ടു. കൽക്കത്ത യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ 1916-ൽ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ആദ്യത്തെ വകുപ്പും 1938ൽ പ്രായോഗിക മനഃശാസ്ത്രം (Applied psychology) മറ്റൊരു വകുപ്പും തുടങ്ങി. കൽക്കത്ത യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ ആധുനിക പരീക്ഷണാത്മക മനശ്ശാസ്ത്ര സംരംഭത്തെ സ്വാധീനിച്ചത് ഇന്ത്യൻ ശാസ്ത്രജ്ഞനായ ഡോ. എൻ.എൻ. സെൻഗുപ്ത (Dr. N.N Senguptha) ആയിരുന്നു. പരീക്ഷണാത്മക മനശ്ശാസ്ത്രത്തിൽ വുണ്ടിന്റെ (Wundt) കീഴിൽ അമേരിക്കയിൽനിന്നു പരിശീലനം നേടിയ അദ്ദേഹത്തിന്റെ സംഭാവനകൾ സ്തുത്യർഹമാണ്. ഫ്രോയ്ഡിയൻ സൈക്കോ അനാലിസിസിൽ വിദഗ്ധപരിശീലനം നേടിയ പ്രൊഫ. ജി. ബോസും (Prof. G. Bose) ഇന്ത്യയിലെ മനശ്ശാസ്ത്ര വികസനത്തിന് കാര്യമായ സംഭാവനകൾ നൽകിയിട്ടുണ്ട്. പ്രൊഫ. ബോസ്, 1922ൽ ഇന്ത്യൻ സൈക്കോളജിക്കൽ അസോസിയേഷൻ (Indian Psychological Association) എന്ന സംഘടന രൂപീകരിച്ചു. മൈസൂർ യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലും പട്ന യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലും വന്ന വകുപ്പുകളാണ് തുടർന്നു വന്ന മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ ഗവേഷണത്തിന്റെയും പഠനത്തിന്റെയും ആദ്യകാല കേന്ദ്രങ്ങൾ. ഇത്തരത്തിലുള്ള തുടക്കങ്ങളിലൂടെ ആധുനിക മനശ്ശാസ്ത്രം ഇന്ത്യയിലെ ഒരു ശക്തമായ പഠനമേഖലയായി വളർന്നു. ഭുവനേശ്വറിലുള്ള ഉത്ക്കൽ (Utkal) യൂണിവേഴ്സിറ്റിയും അലഹബാദ് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയുമാണ് യു.ജി.സി. അംഗീകൃതമായ രണ്ടു 'മികവിന്റെ കേന്ദ്രങ്ങൾ' (Center for excellence). നിലവിൽ എഴുപതോളം യൂണിവേഴ്സിറ്റികൾ മനശ്ശാസ്ത്രപഠന കോഴ്സുകൾ നൽകിവരുന്നു.

1986 ൽ ദുർഗാനന്ദ് സിൻഹ (Durganand Sinha) പ്രസിദ്ധീകരിച്ച പുസ്തകമായ 'സൈക്കോളജി ഇൻ എ തേർഡ് വേൾഡ് കൺട്രി : ദ ഇന്ത്യൻ എക്സ്പീരിയൻസ്' (Psychology in a Third World Coutnry: The Indian Experience) എന്ന കൃതിയിൽ ഇന്ത്യയിലെ ആധുനിക മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ചരിത്രത്തെ ഒരു സാമൂഹ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ നാലു ഘട്ടങ്ങളായി കാണിക്കുന്നു. അദ്ദേഹത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, ഇന്ത്യൻ സ്വാതന്ത്ര്യം വരെയാണ് ആദ്യത്തെ ഘട്ടം. ഈ സമയം പരീക്ഷണാത്മക മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെയും ഇതുസംബന്ധിച്ച ഗവേഷണത്തിന്റെയും തുടക്കകാലമായിരുന്നു. ഈ കാലയളവിൽ, പാശ്ചാത്യരാജ്യങ്ങളിൽ മനശ്ശാസ്ത്രം ശക്തമായി വളർന്നുകൊണ്ടിരുന്നു. 1960 വരെയുള്ള രണ്ടാം ഘട്ടത്തിൽ, വിവിധ ശാഖയുള്ള മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ വിപുലീകരണമാണു നടന്നത്.

ഈ ഘട്ടത്തിൽ, ഇന്ത്യയിലെ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ, പാശ്ചാത്യ മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ ഇന്ത്യൻ പശ്ചാത്തലവുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി ഇന്ത്യൻ മനശ്ശാസ്ത്ര മേഖലയ്ക്ക് ഒരു 'സ്വത്വം' ഉണ്ടാക്കാൻ ആഗ്രഹം പ്രകടിപ്പിച്ചു. ഇന്ത്യൻ സാഹചര്യത്തെ മനസ്സിലാക്കാൻ പാശ്ചാത്യ ആശയങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ട് അവർ ഇതു പ്രാവർത്തികമാക്കാൻ ശ്രമിച്ചു. എന്നാൽ, 1960കളുടെ അവസാനത്തിലുണ്ടായ പ്രശ്നപരിഹാര ഗവേഷണ ഘട്ടത്തിൽ, ഇന്ത്യൻ മനശ്ശാസ്ത്രം ഇന്ത്യൻ സമൂഹത്തിൽ പ്രസക്തമായി തീർന്നു. മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ഇന്ത്യൻ സമൂഹത്തിന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ അഭിമുഖീകരിച്ച് അവയെ പരിഹരിക്കുന്നതിൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിച്ചു. കൂടാതെ, ഇന്ത്യൻ സാമൂഹിക പശ്ചാത്തലത്തിൽ, പാശ്ചാത്യമനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പരിമിതികൾ മനസ്സിലാക്കി. അമിതമായ ആശ്രയത്വത്തിന്റെ മുൻനിരയിൽ നിന്നിരുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ഗവേഷണത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം കൂടി ഊന്നിപറഞ്ഞതോടെ ഈ മേഖലയിലും പഠനങ്ങൾ ആരംഭിച്ചു. ഇന്ത്യയിലെ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പുതിയ 'സ്വത്വത്തിനായുള്ള തിരച്ചിൽ, 1970 കളുടെ അവസാനത്തോടെ ആരംഭിച്ച തദ്ദേശീയവൽക്കരണ ഘട്ടത്തിലേക്കു നയിച്ചു. അക്കാലത്ത് നിലവിലുണ്ടായിരുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പാശ്ചാത്യ ചട്ടക്കൂടിനെ തള്ളിപ്പറഞ്ഞതിനാൽ, ഇന്ത്യൻ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ സാംസ്കാരികമായും സാമൂഹികമായും പ്രസക്തമായ ഒരു ചട്ടക്കൂടിന്റെ വികസനവും, ജനങ്ങളുടെ ഇടയിൽ അവയുടെ അറിവു സൃഷ്ടിക്കേ

ണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയും ഇന്ത്യൻ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ഊന്നിപ്പറഞ്ഞു. നമ്മുടെ പുരാതനഗ്രന്ഥങ്ങളെയും തിരുവെഴുത്തുകളെയും അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള പരമ്പരാഗത ഇന്ത്യൻ മനശ്ശാസ്ത്രസമീപനങ്ങൾ വികസിപ്പിക്കാനുള്ള ചില ശ്രമങ്ങളിലും ഈ മാറ്റങ്ങൾ പ്രതിഫലിച്ചു. ഈ ഘടകം ഇന്ത്യൻ സാംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലത്തിൽനിന്ന് ഉദ്ഭവിച്ച സ്വദേശി മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ വികസനംകൊണ്ട് ശ്രദ്ധേയമാണ്. ഇന്ത്യൻ മനശ്ശാസ്ത്രം ലോകമെമ്പാടുമുള്ള മനശ്ശാസ്ത്രമേഖലയ്ക്ക് കാര്യമായ സംഭാവനകൾ നൽകുന്നുണ്ട്. നമ്മുടെ സ്വന്തം സാമൂഹികസാംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലത്തിൽ വേരൂന്നിയിട്ടുള്ള മനശ്ശാസ്ത്രതത്ത്വങ്ങൾ വികസിപ്പിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യം ഈ കാലയളവിൽ ഊന്നിപ്പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ന്യൂറോ ബയോളജിക്കൽ ആരോഗ്യശാസ്ത്രം ഉൾപ്പെടുന്ന പുതിയ ഗവേഷണ പഠനങ്ങളും നടക്കുന്നു.

വൈവിധ്യമാർന്ന തൊഴിൽ മേഖലകളിൽ ഇപ്പോൾ മനശ്ശാസ്ത്രം നാം ഉപയോഗിക്കുന്നു. പ്രത്യേക പ്രശ്നങ്ങളുള്ള കുട്ടികളുമായി മാത്രമല്ല, ആശുപത്രികളിൽ ക്ലിനിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്ര വിദഗ്ധരും മാനവശേഷി വിഭാഗം, പരസ്യവിഭാഗം, കോർപറേറ്റ് സ്ഥാപനങ്ങൾ, കായികമേഖല, ഐ.ടി മേഖല എന്നിവിടങ്ങളിലും മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ തങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യം അറിയിക്കുന്നു.

മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ വിവിധ പഠനശാഖകൾ (Branches of Psychology)

വിദഗ്ധ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ വിവിധ മേഖലകൾ വർഷങ്ങളായി ഉയർന്നുവന്നു. അത്തരത്തിലുള്ള ചില മേഖലകളെപ്പറ്റി ഈ ഭാഗത്ത് ചർച്ചചെയ്യാം.

ജ്ഞാതൃമനശ്ശാസ്ത്രം (Cognitive Pspychology)- ആശയവിനിമയത്തിനായി പരിസ്ഥിതിയിൽ നിന്നു പല തരത്തിലുള്ള വിവരങ്ങൾ ശേഖരിക്കൽ, അവയെ ഓർമകളാക്കി സംഭരിക്കൽ, വ്യത്യാസം വരുത്തൽ, വിവരങ്ങൾ രൂപാന്തരം ചെയ്യൽ എന്നിവയിലെ ഉന്നതതല മാനസികപ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഈ വിഭാഗം അന്വേഷിക്കുന്നു. ഇത്തരത്തിൽ വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ട കൊഗ്നിറ്റീവ് പ്രക്രിയകളാണ് ശ്രദ്ധ, അവബോധം അല്ലെങ്കിൽ ഗ്രഹണം, ഓർമ, യുക്തിചിന്ത, പ്രശ്നപരിഹാരം, തീരുമാനമെടുക്കൽ, ഭാഷ എന്നിവ. ഈ വിഷയത്തെപ്പറ്റി വിശദമായി നിങ്ങൾ പിന്നീട് പഠിക്കും. ഈ പ്രക്രിയ ആഴത്തിൽ പഠിക്കാനായി മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പലവിധ പരീക്ഷണങ്ങൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു. അവരിൽ ചിലർ പാരിസ്ഥിതികസമീപനം പിന്തുടരുന്നു. അതായത്, സ്വാഭാവികമായ സാഹചര്യങ്ങളിൽ (Natural setting) ബോധപൂർവമായി ഒരു പ്രക്രിയയെ പറ്റി പഠിക്കാൻ, പാരിസ്ഥിതികഘടകങ്ങളിൽ ഊന്നൽ നൽകുന്ന കോഗ്നിറ്റീവ് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പലപ്പോഴും ന്യൂറോ ശാസ്ത്രജ്ഞരോടും കമ്പ്യൂട്ടർ ശാസ്ത്രജ്ഞരോടും മറ്റും സഹകരിച്ചു പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

ബയോളജിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്രം (Biological Psychology)- മനുഷ്യപെരുമാറ്റവും ഭൗതികവ്യവസ്ഥയും തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തെ കേന്ദ്രീകരിച്ച് ഇതു പഠനം നടത്തുന്നു. മനുഷ്യമസ്തിഷ്കം, നാഡീവ്യൂഹം, പ്രതിരോധശേഷി, ജനിതകശാസ്ത്രം എന്നിവയെ ബന്ധപ്പെടുത്തിയും പഠനങ്ങൾ നടത്തുന്നു. ജീവശാസ്ത്ര മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ പലപ്പോഴും ന്യൂറോ ശാസ്ത്രജ്ഞർ, ജന്തുശാസ്ത്രജ്ഞൻ, നരവംശശാസ്ത്രജ്ഞർ എന്നിവരോടൊപ്പം സഹകരിച്ചു പ്രവർത്തിക്കുന്നു. നാഡീശാസ്ത്രജ്ഞരും മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും ഒരുമിച്ചു പ്രവർത്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഗവേഷണത്തിന്റെ ഒരു മേഖലയായി ന്യൂറോ മനശ്ശാസ്ത്രം മാറിക്കഴിഞ്ഞു. തലച്ചോറിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ നാഡീസന്ദേശവാഹകം ഉത്തരവാദികളായ ന്യൂറോ ട്രാൻസ്മിറ്ററുകളുടെയും രാസപദാർഥങ്ങളുടെയും പങ്കിനെ പറ്റി പഠിക്കുകയാണ് ഗവേഷകർ. നൂതന സാങ്കേതികവിദ്യകൾ ആയ ഇ.ഇ.ജി., പി.ഇ.റ്റി. എഫ്.എം.ആർ.ഐ. (EEG, PET, FMRI) എന്നിവ ഉപയോഗിച്ച് സാധാരണയുള്ള ഒരു വ്യക്തിയുടെ തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളും ക്ഷതം സംഭവിച്ച തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളും തമ്മിൽ താരതമ്യം ചെയ്ത് പഠനങ്ങൾ നടത്തുന്നു.

വികാസപരിണാമ മനശ്ശാസ്ത്രം (Developmental Psychology): ഗർഭധാരണം മുതൽ വാർധക്യം വരെയുള്ള ഒരു ശരാശരി മനുഷ്യന്റെ ജീവിതകാലത്തിൽ, വിവിധ പ്രായങ്ങളിലും ഘട്ടങ്ങളിലും സംഭവിക്കുന്ന ശാരീരികവും സാമൂഹികവും മാനസികവുമായ മാറ്റങ്ങൾ ഈ മേഖല പഠിക്കുന്നു. ഒരു വികാസ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ പ്രധാനമായും നമ്മളെങ്ങനെ ഇന്ന് കാണുന്ന വികസിത നിലയിലേക്ക് എത്തി എന്നതാണ് പഠിക്കുക. വർഷങ്ങളായി ബാല്യത്തിലും കൗമാരപ്രായത്തിലും ഉണ്ടായേക്കാവുന്ന വികസനത്തെ പറ്റിയുള്ള പഠനത്തിന് വലിയ പ്രാധാന്യമുണ്ടായിരുന്നു. ആ പഠനം മുതിർന്നവരിലേക്കും പ്രായമായവരിലേക്കും എത്തിനിൽക്കുന്നു. മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ സവിശേഷതകളായ ബുദ്ധിവൈഭവം (Intelligence), ജ്ഞാനാർജനം (Cognition), വികാരങ്ങൾ (Emotion), ധാർമ്മികത (Moraltiy), സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങൾ (Social relationship) എന്നിവയെ ജീവശാസ്ത്രവും സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക -

പാരിസറിതിക ഘടകങ്ങളും സ്വാധീനിക്കുന്നതെങ്ങനെയെന്ന് ഇക്കൂട്ടർ പഠനം നടത്തുന്നു. ഡവലപ്മെന്റൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ആന്ത്രോപോളജിസ്റ്റുകളുമായും വിദ്യാഭ്യാസവിദഗ്ധരുമായും നരവംശ ശാസ്ത്രജ്ഞരുമായും സാമൂഹിക പ്രവർത്തകരുമായും കൗൺസലർമാരുമായും ഒട്ടുമിക്ക അറിവിന്റെ പഠനശാഖകളിൽ ഉള്ളവരുമായും ഇഴുകി ചേർന്നു പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

സാമൂഹ്യമനശ്ശാസ്ത്രം (Social Psychology)- വ്യക്തികളെ അവരുടെ സാമൂഹികചുറ്റുപാട് എങ്ങനെ സ്വാധീനിക്കുന്നു എന്നും മറ്റുള്ളവരെക്കുറിച്ച് ആളുകൾ ചിന്തിക്കുന്നതും അവരെ സ്വാധീനിക്കുന്നതും എങ്ങനെയെന്നും വിശദീകരിക്കുന്നു. സാമൂഹികമനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ മനോഭാവം, അനുഗുണനം, അധികാരത്തോടുള്ള അനുസരണം, വ്യക്തിപരമായ സ്നേഹം, സഹായകരമായ പെരുമാറ്റം, മുൻവിധി, ആക്രമണം, സാമൂഹിക പ്രചോദനം, ഇന്റർ ഗ്രൂപ്പ് ബന്ധം പോലുള്ള വിഷയങ്ങളിൽ താൽപ്പര്യം കാണിക്കുന്നു.

സംസ്കാര-സമ്മിശ്രസംസ്ക്കാര മനശ്ശാസ്ത്രം (Cross-cultural and cultural psychology)- മനുഷ്യന്റെ പെരുമാറ്റവും ചിന്തയും വികാരവും മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ സംസ്കാരത്തിന്റെ പങ്ക് ഇതിൽ പരിശോധിക്കുന്നു. മനുഷ്യസ്വഭാവം എന്നത് കേവലം മാനുഷികവും ജീവശാസ്ത്രപരവുമായ ഘടകങ്ങളെ മാത്രം ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നതല്ല. മറിച്ച് അതിൽ ഒരുവന്റെ സംസ്കാരത്തിനും പ്രാധാന്യമുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് ഒരു വ്യക്തിയുടെ സ്വഭാവ രീതികളെ സാമൂഹിക-സാംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലത്തിൽനിന്ന് വേണം പഠിക്കാൻ. ഒരു സമൂഹം എങ്ങനെ ഒരു വ്യക്തിയുടെ സ്വഭാവത്തെ രൂപീകരിക്കുന്നു എന്നുള്ളത് തുടർന്നു വരുന്ന പാഠഭാഗങ്ങളിൽ നിന്നു മനസ്സിലാക്കാം.

പാരിസ്ഥിതിക മനശ്ശാസ്ത്രം (Environmental psychology): താപനില, ഊർപ്പം, മലിനീകരണം, പ്രകൃതിദുരന്തങ്ങൾ എന്നിവ പോലുള്ള ഭൗതിക ഘടകങ്ങളുടെ ഇടപെടൽ എങ്ങനെ മനുഷ്യനെ സ്വാധീനിക്കുന്നു എന്ന് പഠിക്കുന്നു. ജോലിസ്ഥലത്തെ ക്രമീകരണങ്ങൾ, വൈകാരികത, വ്യക്തിബന്ധങ്ങൾ എന്നിവയുടെ സ്വാധീനത്തെ പറ്റിയും പഠനങ്ങൾ നടത്താറുണ്ട്. മാലിന്യനിർമാർജനം, ജനപ്പെരുപ്പം, ഊർജസംരക്ഷണം, കമ്മ്യൂണിറ്റി വിഭവങ്ങളുടെ കാര്യക്ഷമമായ ഉപയോഗം എന്നിങ്ങനെയുള്ള സമകാലീന ചിന്താവിഷയങ്ങളിൽ വരെ ഈ മേഖലയുടെ പഠനം എത്തിനിൽക്കുന്നു.

ആരോഗ്യ മനശ്ശാസ്ത്രം (Health Psychology): രോഗമുണ്ടാകുന്നതിനും തടയുന്നതിനും ചികിത്സിക്കുന്നതിനുമുള്ള മാനസികഘടകങ്ങളുടെ (ഉദാഹരണത്തിന്, മാനസികസമ്മർദ്ദം, പിരിമുറുക്കം..) പങ്കിനെപ്പറ്റി പഠിക്കുന്നു. മാനസികഘടകങ്ങളും ആരോഗ്യവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം, രോഗിയും ഡോക്ടറും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം, ആരോഗ്യം വർധിപ്പിക്കുന്ന ഘടകങ്ങളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗങ്ങൾ എന്നിവയിലെല്ലാം ആരോഗ്യമനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നു.

ക്ലിനിക്കൽ ആൻഡ് കൗൺസിലിംഗ് മനശ്ശാസ്ത്രം (Clinical and counselling psychology)- ഉത്കണ്ഠ, വിഷാദരോഗം, ലഹരി വസ്തുക്കളുടെ വിട്ടുമാറാത്ത ദുരുപയോഗം മുതലായ മാനസികരോഗങ്ങളുടെ കാരണങ്ങൾ, അവയുടെ ചികിത്സാരീതി, പ്രതിരോധം എന്നിവയെ കേന്ദ്രീകരിച്ചുള്ള പഠനമേഖലയാണിത്. ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ ഉണ്ടാവുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ അതിജീവിക്കാനായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന കൗൺസലിങ് മേഖല ഈ രംഗവുമായി വളരെ ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഒരു കൗൺസലിങ് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞനും ക്ലിനിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞനും തമ്മിൽ വളരെയധികം സാമ്യങ്ങളുണ്ട്. ഈ രണ്ടുകൂട്ടരും ക്ലേശകരമായ വിഷയങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിൽ സമർഥരാണ്. എന്നിരുന്നാലും ക്ലിനിക്കൽ മനഃശാസ്ത്രജ്ഞർ താരതമ്യേന ആപത്കരമായ കേസുകൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നു. കൗൺസിലിങ് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ കൂടുതലും വിദ്യാർഥികളുമായും അവരുടെ വ്യക്തിപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കുന്നതിനും, തുടർവിദ്യാഭ്യാസ പ്രക്രിയകളിൽ ഒരു മാർഗദർശിയായും നിർണായക പങ്കുവഹിക്കുന്നു. ക്ലിനിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ മാനസിക പരിമിതികൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുകയും അവയുണ്ടാവാനുള്ള കാരണങ്ങളെപ്പറ്റി പഠിക്കുകയും ചികിത്സാരീതികൾ അവലംബിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന കൂട്ടരാണ്. ക്ലിനിക്കൽ മനഃശാസ്ത്രജ്ഞരും സൈക്കിയാട്രിസ്റ്റും എപ്രകാരം വ്യത്യസ്തരാണ്? ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റിനു മനശ്ശാസ്ത്രത്തിൽ ഡിഗ്രിയുണ്ട്, ആഴത്തിൽ ലഭിച്ചിട്ടുള്ള ട്രെയിനിങ് മൂലം മാനസികപരിമിതികളുള്ളവരെ ചികിത്സിക്കാൻ ഇവർ പ്രാപ്തരാണ്. എന്നാൽ സൈക്യാട്രിസ്റ്റിന് മെഡിക്കൽ ഡിഗ്രിയാണ് കൈവശമുള്ളത്. മാത്രമല്ല പല മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾക്കും മരുന്നുകൾ നൽകാനും ഷോക്ക് ട്രീറ്റ്മെന്റ് നൽകാനുമുള്ള അധികാരം സൈക്യാട്രിസ്റ്റിന് മാത്രമേയുള്ളൂ.

വ്യാവസായിക/സംഘടന മനശ്ശാസ്ത്രം (Industrial/organizational psychology): ഒരു സ്ഥാപനത്തിൽ ജോലിചെയ്യുന്ന തൊഴിലാളികളുടെ പെരുമാറ്റത്തെയും അവരെ നിയമിക്കുന്ന ജോലിസ്ഥാപനത്തെയും കേന്ദ്രീകരിച്ചുള്ള പഠനമേഖലയാണിത്. ജോലിസാഹചര്യങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിലും പുതിയ ജോലിക്കാരെ സ്ഥാപനത്തിലേക്ക് തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിലും മറ്റനേകം തലങ്ങളിലും ഓർഗനൈസേഷനൽ മനശ്ശാസ്ത്രം ഇടപെടുന്നു.

ഉദാഹരണത്തിന്, ഒരു ജോലിസ്ഥാപനത്തിലെ ജീവനക്കാരും 'മാനേജർമാരും' തമ്മിലുള്ള ആശയ വിനിമയം എങ്ങനെ കൂട്ടാം എന്നതിന് ഓർഗനൈസേഷ ണൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റിന് തക്കതായ മാർഗം നിർദേ ശിക്കാൻ കഴിയും. കോഗ്നിറ്റീവ് മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലും സാമൂഹ്യമനശ്ശാസ്ത്രത്തിലുമുള്ള ഒരു വ്യക്തിയുടെ ആഴത്തിലുള്ള അറിവ് അയാളെ ഒരു നല്ല ഓർഗ നൈസേഷണൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞനായി മാറാൻ സഹായിക്കുന്നു.

വിദ്യാഭ്യാസ മനശ്ശാസ്ത്രം (Educational psychology): എല്ലാ പ്രായത്തിലുമുള്ള ആളുകൾ എങ്ങനെ വിവിധ കാര്യങ്ങൾ പഠിക്കുന്നു എന്ന ആശയത്തെ കേന്ദ്രീക രിക്കുന്ന പഠനമേഖലയാണിത്. വിദ്യാഭ്യാസ മേഖലയിൽ ജോലിചെയ്യുന്ന ആളുകളെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിനും അതിനുവേണ്ട സാമഗ്രികൾ തയാറാക്കുന്നതിലും വിദ്യാ ഭ്യാസ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പ്രധാന പങ്കുവഹിക്കുന്നു. വിദ്യാഭ്യാസമേഖലയിൽ നടക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങളെപ്പറ്റി ഗവേഷണം ചെയ്യാനും വിദ്യാർഥികളുടെ പഠനാന്തരീക്ഷം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള മാർഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കാനും കൗൺസലിങ് പോലുള്ള സഹായങ്ങൾ കുട്ടികളിലേക്കെ ത്തിക്കാനും ഇവർ സഹായിക്കുന്നു. കുട്ടികളുടെ മാനസിക-ബൗദ്ധിക സാമൂഹിക- വൈകാരിക വികസനത്തിനുവേണ്ട നടപടികൾ സ്വീകരിക്കുന്ന സ്കൂൾ മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന വിഭാഗവും വിദ്യാ ഭ്യാസമനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗം തന്നെയാണ്. മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലൂടെ നേടിയ അറിവ് പൊതുവിദ്യാഭ്യാസ സാഹചര്യത്തിൽ എങ്ങനെ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗ പ്രദമാക്കാം എന്നതാണ് ഈ മേഖല പ്രധാനമായും കേന്ദ്രീകരിക്കുന്ന വിഷയം.

കായിക മനശ്ശാസ്ത്രം (Sports Psychology)- മനശ്ശാസ്ത്രതത്ത്വങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് കായികപ്രകടന ങ്ങൾ എങ്ങനെ മെച്ചപ്പെടുത്താം എന്നതിനെപ്പറ്റി പഠി ക്കാൻ ഈ മേഖല ശ്രമിക്കുന്നു. കായിക മനശ്ശാസ്ത്രം താരതമ്യേന പുതിയ ഒരു മേഖലയാണെങ്കിലും, ലോകവ്യാപകമായി അംഗീകാരം നേടി വരുന്ന ഒന്നാണ്.

മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ മറ്റു പഠനശാഖകൾ : ഏവിയേഷൻ മനശ്ശാസ്ത്രം, സ്പെയ്സ് മനശ്ശാസ്ത്രം, മിലിറ്ററി മനഃ ശാസ്ത്രം, ഫോറൻസിക് മനശ്ശാസ്ത്രം, റൂറൽ മനഃ ശാസ്ത്രം, എൻജിനീയറിങ് മനശ്ശാസ്ത്രം, കമ്മ്യൂണിറ്റി മനശ്ശാസ്ത്രം, മാനേജിരിയൽ മനശ്ശാസ്ത്രം, സ്ത്രീ മനശ്ശാസ്ത്രം, രാഷ്ട്രീയ മനശ്ശാസ്ത്രം എന്നിങ്ങനെ പുതിയതായി ഉദ്ഭവിച്ചു വരുന്ന മറ്റ് അനേകം മനശ്ശാസ്ത്ര പഠനശാഖകളുണ്ട്.

പ്രവർത്തനം 1.3 ചെയ്ത് നിങ്ങൾക്ക് താൽപ്പര്യമുള്ള മനശ്ശാസ്ത്ര മേഖല കണ്ടെത്താൻ ശ്രമിക്കുക.

പ്രവർത്തനം 1.3

ഈ പാഠഭാഗത്ത് നിന്നു മനസ്സിലാക്കിയ വിവിധ മനശ്ശാസ്ത്ര മേഖലകളെപ്പറ്റി ആലോചിക്കുക. താഴെത്തന്നിരിക്കുന്ന പട്ടികയിൽനിന്ന് ഒന്നു മുതൽ 11 വരെ നമ്പറിട്ട് നിങ്ങൾക്ക് ഏറ്റവും ഇഷ്ടപ്പെട്ടതും താൽപ്പര്യം ഇല്ലാത്തതുമായ മേഖലകൾ മുൻഗണ നക്രമത്തിലാക്കുക.

- കോഗ്നിറ്റീവ് മനശ്ശാസ്ത്രം
- ബയോളജിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്രം
- ഡവലപ്മെന്റൽ മനശ്ശാസ്ത്രം
- സാമൂഹ്യമനശ്ശാസ്ത്രം
- ക്രോസ് കൾച്ചറൽ ആൻഡ് കൾച്ചറൽ മനശ്ശാസ്ത്രം
- പാരിസ്ഥിതിക മനശ്ശാസ്ത്രം
- ആരോഗ്യമനശ്ശാസ്ത്രം
- ക്ലിനിക്കൽ ആൻഡ് കൗൺസലിങ് മനശ്ശാസ്ത്രം
- ഇൻഡസ്ട്രിയൽ/ഓർഗനൈസേഷണൽ മനശ്ശാ സ്ത്രം
- വിദ്യാഭ്യാസ മനശ്ശാസ്ത്രം
- കായിക മനശ്ശാസ്ത്രം

(പാഠഭാഗം മുഴുവനും വായിച്ചതിനുശേഷം പൂർത്തീകരിച്ചാലും മതിയാകും)

ഗവേഷണ പ്രബന്ധവിഷയവും പ്രായോഗിക തയും (Themes of Research and Applications)

മുൻ പാഠഭാഗത്തിൽനിന്നു മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ വിവിധ പഠനശാഖകളെ പറ്റി നിങ്ങൾക്കൊരു ധാരണ കിട്ടിയല്ലോ. എന്താണ് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ചെയ്യുന്നത് എന്ന ചോദ്യത്തിന്, പലവിധ സാഹചര്യങ്ങളിൽ ഒട്ടനേകം കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്നു എന്നൊരു ഒറ്റ മറുപടി നൽകാൻ മാത്രമേ സാധിക്കുകയുള്ളൂ. എന്നിരുന്നാലും ഏതു തരത്തിലുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളാണ് മനശ്ശാസ്ത്ര ജ്ഞർ കൂടുതൽ ചെയ്യുന്നത് എന്ന് ചോദിച്ചാൽ ഒന്ന് ഗവേഷണം, മറ്റൊന്ന് മനശ്ശാസ്ത്രതത്ത്വങ്ങളുടെ പ്രായോഗികത എന്നാണുത്തരം.

ഇത്തരത്തിൽ ഗവേഷണത്തിലേക്കും പ്രായോഗികതയി ലേക്കും മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ നയിക്കുന്ന വിഷയങ്ങൾ പല തുണ്ട്. ചിലതുവിശദീകരിക്കാം.

വിഷയം 1: *മറ്റു ശാസ്ത്രങ്ങളെ പോലെ മനശ്ശാ സ്ത്രവും, സ്വഭാവവും മാനസികപ്രവർത്തനങ്ങളും തമ്മിൽ ബന്ധിപ്പിക്കുന്ന തത്ത്വങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ ശ്രമി ക്കുന്നു.*

ഗവേഷണങ്ങളിലെ പ്രധാന ഉദ്ദേശ്യം സ്വഭാവവും മാനസികസംഭവങ്ങളും പ്രക്രിയകളും മനസ്സിലാക്കലും അവയുടെ വിശദീകരണവുമാണ്. ഒരു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ ഗവേഷണത്തിൽ പങ്കാളിയാകുന്നതോടുകൂടി ശാസ്ത്രവിഷയങ്ങളിലെ ശാസ്ത്രജ്ഞനെ പോലെ പെരുമാറുന്നു. അവരെപ്പോലെ, ശേഖരിക്കുന്ന വിവരങ്ങളിൽനിന്നു നിഗമനങ്ങളിലെത്തിച്ചേരാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. വ്യത്യസ്തങ്ങളായ പ്രതിഭാസങ്ങളെ പഠിക്കാനായി വിവിധതരത്തിലുള്ള പഠനങ്ങൾ സംഘടിപ്പിക്കുകയും അവയിൽനിന്ന് കിട്ടുന്ന വിവരങ്ങൾ വിശകലനം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇവയുടെ എല്ലാം ഉദ്ദേശ്യം ശാസ്ത്രത്തിന് പൊതുവായ ചില തത്ത്വങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുക എന്നതാണ്. വിശകലനത്തിലൂടെ ഗവേഷകർ എത്തിച്ചേർന്ന നിഗമനങ്ങൾ പ്രായോഗികതലത്തിൽ കൊണ്ടുവരുന്നു. അങ്ങനെ ആ കണ്ടെത്തലുകൾ മറ്റു മനുഷ്യർക്കുൾപ്പെടെ ആഗോളതലത്തിൽ പ്രാവർത്തികമാകുന്നു.

ഈ വിഷയത്തിലുള്ള ഗവേഷണവിഷയങ്ങൾ ഒന്ന് മറ്റൊന്നിൽനിന്ന് തികച്ചും വ്യത്യസ്തമാണ്. ഉദാഹരണത്തിന്, എക്സ്പിരിമെന്റൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ അവബോധം (Perception), പഠനം (Learning), ഓർമ (Memory), ചിന്ത (Thinking), പ്രേരണ (Motivation) തുടങ്ങി അനേകം മാനസികപ്രവർത്തനങ്ങളെ പറ്റി പഠിക്കുന്നു. ഈ പഠനങ്ങൾക്കായി അന്വേഷണരീതികൾ (Methods of enquiry) പോലെയുള്ള രീതികൾ ഉപയോഗിച്ച് വിവരങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നു. മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ തുടക്കം മുതൽ ഒടുക്കം വരെയുള്ള ഗുണകരവും (Qualitative) & പാരിമാണികവുമായ (Quantitative) പെരുമാറ്റത്തിലെ വ്യത്യാസങ്ങളെ പറ്റി വികാസ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പഠിക്കുന്നു. അതുപോലെ തന്നെ ഓരോ സാമൂഹിക സാഹചര്യത്തിലുമുള്ള വ്യക്തികളെയും അവരുടെ സ്വഭാവസവിശേഷതകളെയും പറ്റി സാമൂഹ്യ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും പഠിക്കുന്നു.

വിഷയം 2: *വ്യക്തികളുടെയും പരിസ്ഥിതിയുടെയും ഗുണവിശേഷമാണ് മനുഷ്യരുടെ സ്വഭാവം.*

സ്വഭാവം വ്യക്തിയുടെയും പരിസരിതിയുടെയും ഇടപെടലുകളിൽനിന്ന് ഉണ്ടാവുന്നതാണെന്ന് പറഞ്ഞ് B=f(P, E) എന്ന സമവാക്യം ആദ്യമായി മുന്നോട്ടുവച്ചത് കർട് ലെവിൻ (Kurt Lewin) ആണ്. ഒരു വ്യക്തിയുടെ സ്വഭാവം നിർണയിക്കുന്നത് സ്വന്തം പരിസ്ഥിതിയും ജനിതക പാരമ്പര്യങ്ങളും അനുഭവങ്ങളും വ്യത്യസ്ത സാഹചര്യങ്ങളുടെ കൂടിച്ചേരലുകളും കാരണമാണെന്നാണ് ഈ സമവാക്യം പഠിപ്പിക്കുന്നത്. ഇവിടെ ഒരു വ്യക്തിയുടെ സ്വഭാവം നിർണയിക്കുന്നതിനായി പരിസരിതി സ്വയം രൂപകൽപ്പന ചെയ്യപ്പെടുന്നു. മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ സവിശേഷതകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ പരിശോധിച്ചാൽ ഒരു വ്യക്തിയെ പോലെ മറ്റൊരു വ്യക്തിയില്ല എന്നു മനസ്സിലാക്കാം. ബുദ്ധിവൈഭവം, താൽപ്പര്യം, മൂല്യങ്ങൾ, ജന്മസിദ്ധമായ കഴിവുകൾ, വ്യക്തിപരമായ സവിശേഷതകൾ എന്നിവയെല്ലാം കൊണ്ടുതന്നെ ഓരോരുത്തരും വ്യത്യസ്തരായിരിക്കുന്നു. ഇത്തരത്തിലുള്ള വ്യത്യാസങ്ങളെ അളക്കാനാണ് പ്രധാനമായും മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ പരീക്ഷണരീതികൾ നിലവിൽവന്നത്. പത്തൊമ്പതാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ തുടക്കം മുതൽ ഇരുപതാം നൂറ്റാണ്ടിലേക്കു വ്യാപിച്ച ഒരു പഠനമേഖലയാണ് 'വ്യത്യസ്തതയുടെ മനശ്ശാസ്ത്രം (Differential psychology)'. ഈ മേഖല ഇത്തരത്തിൽ മനുഷ്യർക്കിടയിൽ നിലനിൽക്കുന്ന വ്യത്യാസങ്ങൾ പഠിക്കുന്നതിൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിച്ചു. പേഴ്സണാലിറ്റി മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന് അറിയപ്പെടുന്ന പഠനമേഖല വ്യത്യസ്തതയുടെ മനശ്ശാസ്ത്രം പുതിയ രൂപമാണെന്ന് പറയാം. മനശ്ശാസ്ത്രപ്രക്രിയകൾ സാർവലൗകികമാണെങ്കിലും, അവ വ്യക്തിഗത സങ്കീർണതകൾക്ക് വിധേയമാകുന്നുവെന്ന് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ വിശ്വസിക്കുന്നു. വ്യക്തിഗത വ്യത്യാസങ്ങൾക്കപ്പുറം, പാരിസ്ഥിതിക കാരണങ്ങളാലും ഒരു വ്യക്തിയുടെ സ്വഭാവത്തിൽ വ്യതിയാനങ്ങൾ സംഭവിക്കാറുണ്ടെന്ന് മാനസികരോഗ വിദഗ്ധരും വിശ്വസിക്കുന്നു. പരിണാമ സിദ്ധാന്ത വിദഗ്ധർ, ജീവശാസ്ത്രജ്ഞർ എന്നിവരിൽ നിന്ന് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ മനസ്സിലാക്കിയെടുത്ത കാഴ്ചപ്പാടാണ് ഇത്. ഒരു വ്യക്തിയുടെയും അവന്റെ പരിസരിതിയുടെയും ഇടപെടലുകളിൽനിന്ന് പലവിധമായ മാനസികപ്രതിഭാസങ്ങൾക്കും ഉത്തരം കണ്ടെത്താൻ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ശ്രമിക്കുന്നു. പ്രയാസകരമാണെങ്കിലും മാനസികവിദഗ്ധർ, മാനുഷിക പെരുമാറ്റം വിശദീകരിക്കുന്നതിൽ പാരമ്പര്യത്തിന്റെയും പരിസ്ഥിതിയുടെയും ആപേക്ഷിക പ്രാധാന്യം തേടുന്നു.

വിഷയം 3: *മാനുഷിക പെരുമാറ്റം ഉണ്ടാക്കപ്പെടുന്നതാണ്.*

പരിസ്ഥിതിയിൽനിന്നുള്ള ആന്തരികമോ ബാഹ്യമോ ആയ കാരണങ്ങൾകൊണ്ട് മാനുഷികമായ എല്ലാ സ്വഭാവങ്ങളും വിശദീകരിക്കാൻ കഴിയുമെന്ന് മിക്ക മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും വിശ്വസിക്കുന്നു. ഏതൊരു സംഭവത്തിനു പിറകിലുമുള്ള കാരണത്തെ വിശദീകരിക്കുന്നത് എല്ലാ ശാസ്ത്രങ്ങൾക്കും ഒരുപോലെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്. കാരണം ഏതൊരു സാഹചര്യത്തിന്റെ പിറകിലുള്ള കാരണത്തെ മനസ്സിലാക്കിയാൽ മാത്രമേ വേറൊരു സാഹചര്യത്തിൽ അവയെ കൃത്യമായി പ്രവചിക്കാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ. പെരുമാറ്റത്തിന് ഒരു കാരണം മാത്രമേ ഉള്ളൂ എന്ന് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ വിശ്വസിക്കുന്നില്ല. അതായത് X മൂലമാണ് Y സംഭവിച്ചതെന്ന് എപ്പോഴും പറയാൻ കഴിയില്ല. അതുകൊണ്ട് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ എപ്പോഴും ഒരു വ്യക്തിയുടെ സ്വഭാവത്തിനു പിന്നിലുള്ള വ്യത്യസ്തമായ കാരണങ്ങൾ കണ്ടുപിടിക്കാൻ

ശ്രമിക്കുന്നു. പെരുമാറ്റത്തിന് ഒന്നിലധികം കാരണങ്ങളുണ്ടെന്ന് പറയുമ്പോൾ, അത് അർഥമാക്കുന്നത് സ്വഭാവത്തിന്റെ ഒരു കാരണത്തെ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടാണ് എന്നതാണ്. കാരണം ചിലപ്പോൾ അത് മറ്റൊരു ചരത്തെ (variable) ആശ്രയിച്ചാവാം നിലകൊള്ളുന്നത്.

വിഷയം 4: *മനുഷ്യസ്വഭാവം സാംസ്കാരികമായി നിർമിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.*

പുതിയതായി രൂപീകരിക്കപ്പെട്ട ഒരു വിഷയമാണിത്. മിക്ക മനശ്ശാസ്ത്രസിദ്ധാന്തങ്ങളും മാതൃകകളും പാശ്ചാത്യ (യൂറോ അമേരിക്കൻ) സ്വഭാവമുള്ളതാണെന്ന് വിശ്വസിക്കുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരുണ്ട്. അതിനാൽ മറ്റു സാംസ്കാരികമേഖലകളിലെ പെരുമാറ്റരീതികൾ വിവേചിക്കാൻ അവ നമ്മെ സഹായിക്കുന്നില്ല. ലോകമെമ്പാടും അംഗീകരിച്ചിട്ടുള്ള യൂറോഅമേരിക്കൻ മനശ്ശാസ്ത്രസമീപനങ്ങൾക്ക് ഏഷ്യ, ആഫ്രിക്ക, ലാറ്റിൻ അമേരിക്ക, യൂറോപ്പ് തുടങ്ങിയ സ്ഥലങ്ങളിലെ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ അധികം പ്രാധാന്യം നൽകുന്നില്ല. മനശ്ശാസ്ത്രം കൂടുതലും പുരുഷവീക്ഷണത്തിലൂടെ കാര്യങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുകയും സ്ത്രീയുടെ കാഴ്ചപ്പാടുകളെ അവഗണിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുവെന്ന വിമർശനം സ്ത്രീവാദികൾ ഉന്നയിക്കുന്നുണ്ട്. മനുഷ്യസ്വഭാവം മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ സ്ത്രീപുരുഷവീക്ഷണങ്ങളെ ഒരുപോലെ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ഒരു വൈരുധ്യാത്മക സമീപനത്തിനായി അവർ വാദിക്കുന്നു.

വിഷയം 5: *മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ തത്ത്വങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് മനുഷ്യസ്വഭാവത്തെ നിയന്ത്രിക്കാനും പുനർരൂപകല്പന ചെയ്യാനും സാധിക്കും.*

എന്തുകൊണ്ട് ചില സന്ദർഭങ്ങളെ എങ്ങനെ നിയന്ത്രിക്കാമെന്ന് പഠിക്കാൻ ശാസ്ത്രജ്ഞർ ആഗ്രഹിക്കുന്നു, അവ ശാരീരികമായ മാറ്റങ്ങളാണോ മാനസിക മാറ്റങ്ങളാണോ എന്നൊക്കെ അറിയാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ ഗുണനിലവാരം ഉയർത്തുന്നതിനുള്ള സങ്കേതങ്ങളോ മാർഗങ്ങളോ വികസിപ്പിക്കാനുള്ള അവരുടെ ആഗ്രഹത്തിൽനിന്ന് ഇത്തരത്തിലുള്ള ആശങ്കകൾ ഉയരുന്നു. മനസ്സിലാക്കിയ വിജ്ഞാനം ഒരു സന്ദർഭത്തിൽ പ്രയോഗിക്കുന്ന സമയത്ത് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും ഇതേപോലെ അന്വേഷണങ്ങൾ നടത്തും.

ഇതിനായി പലപ്പോഴും ചില ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ അല്ലെങ്കിൽ ജീവിതത്തിന്റെ വിവിധ ഘട്ടങ്ങളിൽ അനുഭവിക്കുന്ന പ്രതികൂല അവസ്ഥകൾ ഒഴിവാക്കേണ്ടതുണ്ട്. അതിനാൽ, മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ആവശ്യക്കാരായ വ്യക്തികളുടെ ജീവിതത്തിൽ ബോധപൂർവമുള്ള ചില ഇടപെടലുകൾ നടത്തുന്നു. ഇപ്രകാരമുള്ള മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരുടെ പങ്കുവഴി മറ്റു സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര വിഷയങ്ങളെക്കാളും മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ പൊതുജനങ്ങളുടെ ജീവിതവുമായി കൂടുതൽ അടുപ്പിക്കാനും അതിന്റെ തത്ത്വങ്ങളുടെ പ്രയോഗിക പരിമിതികൾ മനസ്സിലാക്കാനും സാധിച്ചു. മറ്റൊരു വശത്ത്, സ്വയം ഒരു പഠനവിഷയമായി മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിൽ ഈ പങ്ക് ഏറെ സഹായകമായി. അങ്ങനെ മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന പഠന വിഷയത്തിന് നിരവധി സ്വതന്ത്രശാഖകൾ ഉയർന്നുവന്നു. വ്യാവസായികവും തൊഴിൽമേഖല സംബന്ധിച്ച ക്രമീകരണങ്ങളും ക്ലിനിക്കൽ സേവനങ്ങളും വിദ്യാഭ്യാസം, പരിസ്ഥിതി, ആരോഗ്യം, കമ്മ്യൂണിറ്റി തുടങ്ങിയവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രശ്നങ്ങൾ കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനും പരിഹരിക്കുന്നതിനുമായി മനശ്ശാസ്ത്രസിദ്ധാന്തങ്ങൾ, തത്ത്വങ്ങൾ, വസ്തുതകൾ എന്നിവ ഉപയോഗപ്പെടുത്താനായി ശ്രമിക്കുന്നു. ഇൻഡസ്ട്രിയൽ മനഃശാസ്ത്രം, ഓർഗനൈസേഷനൽ മനശ്ശാസ്ത്രം, ക്ലിനിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്രം, എൻജിനീയറിങ് മനശ്ശാസ്ത്രം, വിദ്യാഭ്യാസ മനശ്ശാസ്ത്രം, കായിക മനശ്ശാസ്ത്രം തുടങ്ങിയ മേഖലകളിൽ വ്യാപൃതരായിരിക്കുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ അവർ ഇടപെടുന്ന മേഖലയിൽ സേവനങ്ങൾ നൽകുന്നതിലും ഗവേഷണങ്ങൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നതിലും കഴിവുള്ളവരാകുന്നു.

അടിസ്ഥാനം vs പ്രായോഗിക മനശ്ശാസ്ത്രം (Basic vs Applied Psychology) : ചില അടിസ്ഥാന വിഷയങ്ങൾക്കും വിശാലമായ ആശയങ്ങൾക്കും ഊന്നൽ നൽകുന്നതിന്റെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ മാത്രമാണ് അടിസ്ഥാന (Basic) മനശാസ്ത്രം, പ്രായോഗിക (Applied) മനശ്ശാസ്ത്രം എന്നിങ്ങനെയുള്ള പ്രയോഗങ്ങൾ വരുന്നത്. മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ ഗവേഷണത്തിനും പ്രായോഗികതയ്ക്കും തമ്മിൽ കൃത്യമായ വേർതിരിവൊന്നുമില്ല. ഉദാഹരണമായി, 'അടിസ്ഥാന'പരമായി നമ്മൾ മനസ്സിലാക്കുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ സിദ്ധാന്തങ്ങളും തത്ത്വങ്ങളും പ്രായോഗികജീവിതത്തിൽ പ്രയോഗിക്കുന്നതിനെ പറ്റി പഠിക്കുന്നു. എന്നാൽ 'പ്രായോഗിക' മനശ്ശാസ്ത്രം നമുക്ക് ഗവേഷണങ്ങളിൽ നിന്ന് ഉരുത്തിരിഞ്ഞ തത്ത്വങ്ങളെ വ്യത്യസ്ത സന്ദർഭങ്ങളിൽ എങ്ങനെ അർഥവത്തായി പ്രയോഗിക്കാം എന്നുള്ളതിനെപ്പറ്റി പറഞ്ഞുതരുന്നു. മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഏതു മേഖലയിലായാലും ഗവേഷണത്തിന് സവിശേഷ പ്രാധാന്യമുണ്ട്. മനശ്ശാസ്ത്ര മേഖലയുടെ പ്രാധാന്യം വർധിച്ചു വരുന്നതനുസരിച്ച് ദശാബ്ദങ്ങളായി ഗവേഷണത്തിന് മാത്രം പ്രാധാന്യം കൊടുത്തിരുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പല മേഖലകളും ഇപ്പോൾ പ്രായോഗികതയ്ക്കും പ്രാധാന്യം നൽകുന്നു. പ്രായോഗിക പരീക്ഷണ മനശ്ശാസ്ത്രം (Applied Experimental Psychology),

പ്രായോഗിക സാമൂഹിക മനശ്ശാസ്ത്രം (Applied social psychology), പ്രായോഗിക വികസന മനശ്ശാസ്ത്രം (Applied Developmental Psychology) എന്നിങ്ങനെ പുതുതായി ഉരുത്തിരിഞ്ഞുവന്ന മേഖലകളെല്ലാം അടിസ്ഥാനപരമായി പ്രായോഗികതയ്ക്ക് പ്രാധാന്യം കൽപ്പിക്കുന്നവയാണ്.

അതിനാൽ, മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഗവേഷണവും അതിന്റെ പ്രയോഗവും തമ്മിൽ അടിസ്ഥാനപരമായി വ്യത്യാസമില്ല. ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ പരസ്പരബന്ധിതമാണ്. ഇത്തരത്തിലുള്ള പരസ്പര ഇടപെടലും സ്വാധീനവും കാരണം പലപ്പോഴും മറ്റ് വിഷയങ്ങളുടെ കടന്നുകയറ്റം ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് മുൻകാലങ്ങളിൽ തഴയപ്പെട്ടിരുന്ന പല മനശ്ശാസ്ത്ര ഉപമേഖലകളും പാരിസ്ഥിതികമായ മനശ്ശാസ്ത്രം (Ecological Psychology), പരിസ്ഥിതി മനശ്ശാസ്ത്രം (Environmental Psychology), ജീവശാസ്ത്രപരമായ മനശ്ശാസ്ത്രം (Biological Psychology), സ്പേസ് മനശ്ശാസ്ത്രം (Space Psychology), കോഗ്നിറ്റീവ് മനശ്ശാസ്ത്രം (Cognitive Psychology) എന്നിവ ഇന്ന് മുൻപന്തിയിലേക്ക് വന്നിട്ടുണ്ട്. ഈ മേഖലകളിൽ ഇപ്പോൾ കാര്യമായ രീതിയിൽ ഗവേഷണങ്ങളും അവയുടെ പ്രായോഗിക വശങ്ങളെപ്പറ്റിയുള്ള ചർച്ചകളും നടക്കുന്നുണ്ട്. പുതുതായി രൂപംകൊണ്ട ഈ വികസനത്തിന്റെ ഭാഗമായി മുൻകാലങ്ങളെക്കാൾ ഗവേഷകർക്ക് സവിശേഷമായ കഴിവുകളും വിദഗ്ധ പരിശീലനങ്ങളും നേടേണ്ടതുണ്ട്.

മനശ്ശാസ്ത്രവും ഇതര ശാഖകളും (Psychology and other disciplines)

മനുഷ്യനെ പറ്റിയുള്ള ഏതു വിജ്ഞാനശാഖയും തീർച്ചയായും മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ അറിവിന്റെ പ്രസക്തി അംഗീകരിക്കും. അതുപോലെത്തന്നെ മനശ്ശാസ്ത്രവും മനുഷ്യസ്വഭാവം മനസ്സിലാക്കുന്നു. ഈ പ്രവണത മനശ്ശാസ്ത്ര മേഖലയിൽ ഇന്റർ ഡിസിപ്ലിനറി സമീപനങ്ങളുടെ ആവിർഭാവത്തിന് വഴിതെളിച്ചു. ശാസ്ത്രം, സാമൂഹ്യശാസ്ത്രം, മാനവികവിഷയങ്ങൾ എന്നിവയിലെ ഗവേഷകർക്കും പണ്ഡിതർക്കും മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന വിജ്ഞാനശാഖയുടെ പ്രാധാന്യം ബോധ്യപ്പെട്ടു. മനശ്ശാസ്ത്രവും മറ്റു ശാഖകളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം ചിത്രം 1.1 ൽ കാണിച്ചിരിക്കുന്നു.

തലച്ചോറിനെയും പെരുമാറ്റരീതികളെയും കുറിച്ച് പഠിക്കുമ്പോൾ മനശ്ശാസ്ത്രം അതിന്റെ അറിവുകൾ ന്യൂറോളജി, ഫിസിയോളജി, ബയോളജി, മെഡിസിൻ, കമ്പ്യൂട്ടർ സയൻസ് എന്നിവയുമായി പങ്കുവയ്ക്കുന്നു. മനുഷ്യസ്വഭാവത്തെപ്പറ്റി പഠിക്കുമ്പോൾ, സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലത്തിൽ നരവംശശാസ്ത്രം, ആന്ത്രപോളജി, സോഷ്യോളജി, സോഷ്യൽ വർക്ക്, പൊളിറ്റിക്കൽ സയൻസ്, ഇക്കണോമിക്സ് തുടങ്ങിയവയുമായും മനശ്ശാസ്ത്രം വിവരങ്ങൾ കൈമാറുന്നു. കൃതികൾ, സംഗീതം, നാടകം തുടങ്ങിയ സാഹിത്യസൃഷ്ടികളുടെ രചനാവേളയിൽ മാനസിക വ്യാപാരങ്ങളെ പറ്റി പഠിക്കേണ്ടതായി വരുമ്പോൾ മനശ്ശാസ്ത്രം സാഹിത്യം, കല, സംഗീതം എന്നിവയോടു ചേർന്നുനിൽക്കുന്നു.

മനശ്ശാസ്ത്രവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു ചില സുപ്രധാന ശാഖകളെപ്പറ്റി ചുവടെ പ്രതിപാദിക്കുന്നു.

തത്ത്വശാസ്ത്രം (Philosophy): പത്തൊമ്പതാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ അവസാനം വരെ തത്ത്വചിന്തകരുടെ പ്രധാന വിഷയമായിരുന്നു എങ്ങനെ മനുഷ്യൻ പ്രേരണകളും വികാരങ്ങളും മനസ്സിലാക്കുന്നു എന്നത്. പത്തൊമ്പതാം നൂറ്റാണ്ടിനുശേഷം വൂണ്ടും (Wundt) മറ്റ് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും ഈ ചോദ്യങ്ങളോട് ഒരു പരീക്ഷണ മനോഭാവത്തോടെ സമീപിച്ചപ്പോൾ ഇന്നത്തെ മനഃശ്ശാസ്ത്രം ജനിച്ചു. മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പിറവി ശാസ്ത്രത്തിൽ നിന്നല്ല എന്ന് പറയുകയാണെങ്കിൽ അത് തത്ത്വശാസ്ത്രത്തിൽനിന്ന് ഉരുത്തിരിഞ്ഞതാണെന്ന് പറയേണ്ടിവരും. പ്രത്യേകിച്ച് അറിവുകളിൽനിന്നും മനുഷ്യപ്രകൃതിയുടെ വ്യത്യസ്ത തലങ്ങളിൽനിന്നും.

മെഡിസിൻ (Medicine) : ഡോക്ടർമാർ മനസ്സിലാക്കിയ ഒരു തത്ത്വമുണ്ട്, ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരത്തിന് ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു മനസ്സും വേണമെന്ന്. അത് സത്യവുമാണ്. കൂടുതൽ ആശുപത്രികളിൽ ഇപ്പോൾ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ നിയമിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരിലൂടെ ആളുകളുടെ ആപത്കരമായ ജീവിതശൈലികളിൽ നിന്ന് അവരെ തടയുന്നു. ഡോക്ടറുടെ നിർദേശാനുസരണമുള്ള ചികിത്സാക്രമത്തിൽ അവരെ ഉറപ്പിച്ചു നിർത്തുന്നതടക്കമുള്ള സാധ്യതകളാണ് ഈ രണ്ടു ശാഖകളും കൂടിച്ചേർന്നപ്പോൾ തുറന്നു കിട്ടിയത്. കാൻസർ, എയ്ഡ്സ് എന്നിവ മൂലം കഷ്ടപ്പെടുന്ന രോഗികൾക്കും ശാരീരികമായി ബുദ്ധിമുട്ടുന്നവർക്കും തീവ്രപരിചരണ വിഭാഗത്തിലുള്ള രോഗികളെ സഹായിക്കാനും ശസ്ത്രക്രിയ കഴിഞ്ഞവർക്കും മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ കൗൺസലിങ് ആവശ്യമാണെന്ന് ഡോക്ടർമാർ മനസ്സിലാക്കുന്നു. ഒരു നല്ല ഡോക്ടർ തന്റെ രോഗികളുടെ ശാരീരികസൗഖ്യത്തോടൊപ്പം മാനസിക ആരോഗ്യവും ആഗ്രഹിക്കും.

സാമ്പത്തികശാസ്ത്രം, രാഷ്ട്രതന്ത്രം, സമൂഹപഠനം: അനുബന്ധ സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര ശാഖയിൽ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ഇവ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഗുണഭോക്താക്കളാണ്. അതുപോലെത്തന്നെ അതിനെ സമ്പുഷ്ടമാക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ശാഖയും. ചെറുകിട സാമ്പത്തിക വ്യാപാരങ്ങളെപ്പറ്റി പഠിക്കുന്നതിൽ മനശ്ശാസ്ത്രം അതീവ പങ്കുവഹിച്ചിട്ടുണ്ട്, പ്രത്യേകിച്ചും ഉപയോക്താവിനെപ്പറ്റിയും സമ്പാദ്യശീലത്തെക്കുറിച്ചും അതുപോലെ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുന്നതിലും. അമേരിക്കൻ സാമ്പത്തികവിദഗ്ധർ സാമ്പത്തികവളർച്ച പ്രവചിക്കാൻ ഉപഭോക്തൃ വൈകാരിക വിവരങ്ങൾ

ഉപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങളെ പറ്റി പഠിച്ച എച്ച്. സൈമൺ (H. Simon), ഡി. കാനെമാൻ (A. Khaneman), ടി.ഷെല്ലിങ് (T. Schelling) എന്നിവർക്ക് സാമ്പത്തികശാസ്ത്രത്തിൽ നോബൽ സമ്മാനം ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട്. സാമ്പത്തിക ശാസ്ത്രത്തെപോലെത്തന്നെ പൊളിറ്റിക്കൽ സയൻസും മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ നല്ലപോലെ ഉപയോഗപ്രദമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. പ്രത്യേകിച്ചും സർക്കാരും അധികാരികളും തമ്മിലുള്ള കൃത്യനിർവഹണത്തിൽ വരുന്ന വിവാദങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കാനും രാഷ്ട്രീയസംഘർഷങ്ങളും അവയുടെ തീർപ്പുകളും അതുപോലെ വോട്ടിങ് തന്ത്രങ്ങളും. പല സാമൂഹികസാംസ്കാരിക സന്ദർഭങ്ങളിലും വ്യക്തികളുടെ പെരുമാറ്റത്തെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കാനും വിശദീകരിക്കാനുമാണ് സോഷ്യോളജിയും മനശ്ശാസ്ത്രവും ഒന്നിക്കുന്നത്. സാമൂഹീകരണത്തിൽ ഉണ്ടാകുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ, ഗ്രൂപ്പുകൾ, സംഘടിതസ്വഭാവം, ഗ്രൂപ്പിനുള്ളിലെ തർക്കങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയ്ക്കും ഈ രണ്ടു ശാഖകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നു.

കമ്പ്യൂട്ടർ സയൻസ്: മനുഷ്യമനസ്സിന്റെ അനുകരണത്തിനുള്ള ശ്രമങ്ങളാണ് ആദ്യം മുതൽക്ക് കമ്പ്യൂട്ടർ സയൻസിന് പിന്നിലുള്ളത്. അത് മനസ്സിലാക്കാൻ പറ്റുന്നത് ഒരു കമ്പ്യൂട്ടർ എങ്ങനെയാണ് രൂപകല്പന ചെയ്തിരിക്കുന്നത്, അതിന്റെ മെമ്മറി നിർമിച്ചിരിക്കുന്നത്, പിന്തുടർച്ച ഉള്ളതും ഒരേസമയം നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതുമായ വിവരങ്ങളുടെ പ്രോസസിങ് എന്നിവയിൽ നിന്നാണ്. കമ്പ്യൂട്ടർ ശാസ്ത്രജ്ഞരും എൻജിനീയർമാരും കമ്പ്യൂട്ടറുകൾ നിർമിക്കുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കുന്നത് കൂടുതൽ ബുദ്ധിവൈഭവം മാത്രമല്ല, സെൻസ് ചെയ്യാനും ഫീൽ ചെയ്യാനും കഴിയുന്ന ഉപകരണങ്ങളാണ്. ഈ രണ്ട് ശാഖകളുടെയും വികാസത്തിൽ കൊഗ്നിറ്റീവ് സയൻസിന്റെ മേഖലയിൽ പല പ്രധാന മുന്നേറ്റങ്ങളും ഉണ്ടായി.

നിയമം, കുറ്റപഠനം: പരിചയസമ്പന്നനായ അഭിഭാഷകന് അല്ലെങ്കിൽ ഒരു ക്രിമിനോളജിസ്റ്റിന് ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ഉത്തരം നൽകാനും ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കാനും മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലുള്ള അറിവ് അനിവാര്യമാണ്. ചില ഉദാഹരണങ്ങളാണ് താഴെ പറയുന്നത്: എങ്ങനെയാണ് സാക്ഷി ഒരു അത്യാഹിതം തെരുവിലെ അടിപിടി അല്ലെങ്കിൽ കൊലപാതകം ഇവ ഓർമ്മിക്കുന്നത്? സാക്ഷി കോടതിമുറിയിൽ നിൽക്കുമ്പോൾ എങ്ങനെ അവർക്ക് ഇത്തരം കാര്യങ്ങൾ റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യാം? എന്തൊക്കെ കാര്യങ്ങൾ ആകാം തീരുമാനത്തിലെത്താൻ ജൂറിയെ സ്വാധീനിക്കുക? എന്തൊക്കെയാണ് ആശ്രയിക്കാവുന്ന കുറ്റത്തിന്റെയും കാപട്യത്തിന്റെയും അടയാളങ്ങൾ? നിലവിൽ, അത്തരം വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഗവേഷണം നടത്തുന്ന നിരവധി മനശ്ശാസ്ത്ര വിദഗ്ധർ ഉണ്ട്. നിലവിലുള്ള ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള ഉത്തരങ്ങൾ കണ്ടെത്തി ഭാവിയിൽ രാജ്യത്തിന്റെ നിയമവ്യവസ്ഥ പടുത്തുയർത്തുന്നതിന് ഇവർ സഹായിക്കുന്നു.

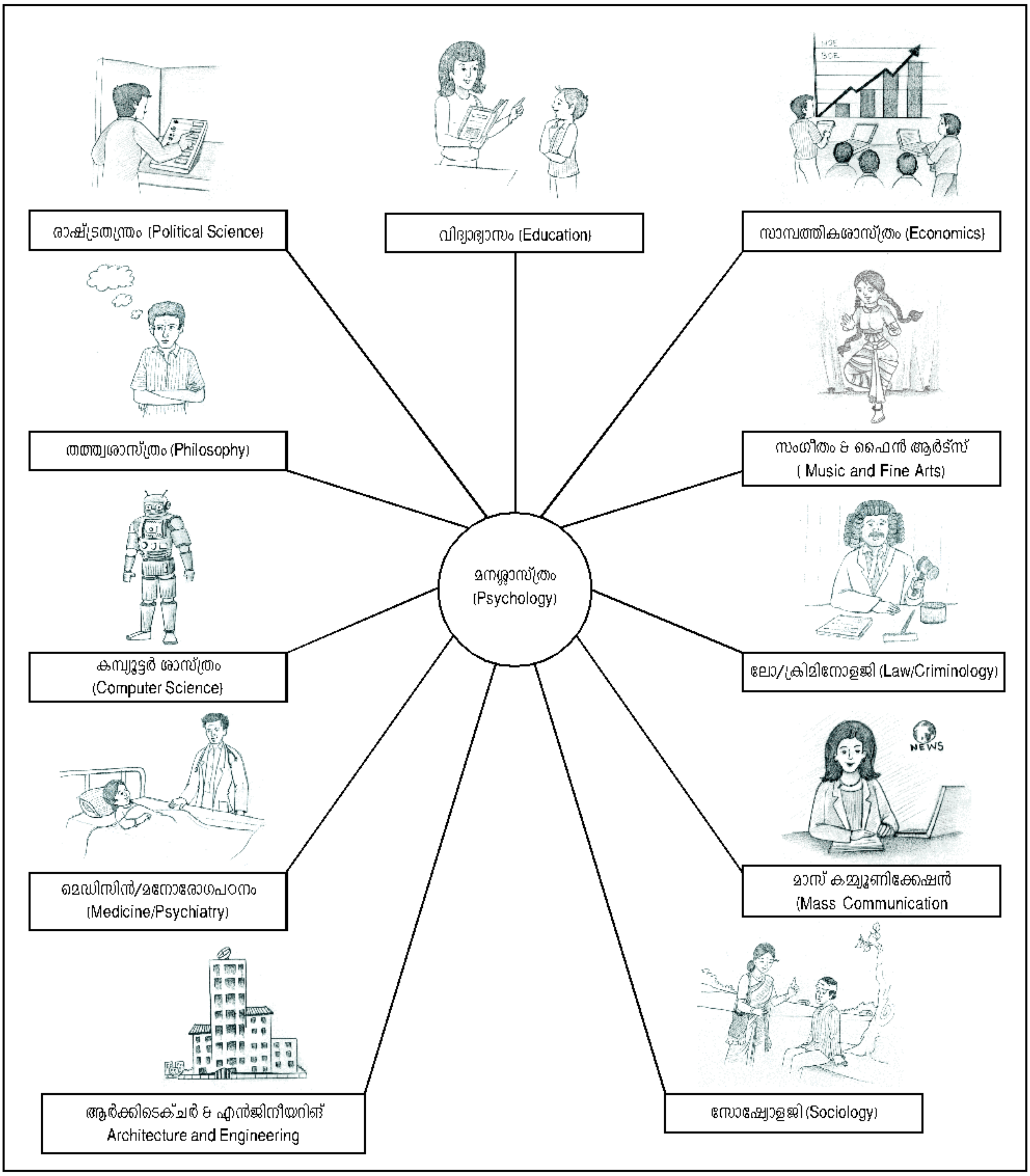
ബഹുജനമാധ്യമങ്ങൾ: അച്ചടി, ഇലക്ട്രോണിക് മാധ്യമങ്ങൾ വലിയതോതിൽ നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലേക്കു കടന്നുവന്നിട്ടുണ്ട്. അവയ്ക്ക് നമ്മുടെ ചിന്തകളിൽ, മനോഭാവങ്ങളിൽ, വികാരങ്ങളിൽ വലിയ സ്വാധീനം ചെലുത്താനും കഴിഞ്ഞു. പരസ്പരം കൂടുതൽ നമ്മെ അടുപ്പിച്ചപ്പോഴും, അവ മൂലം നമ്മുടെ സാംസ്കാരിക വൈവിധ്യങ്ങൾ ഇല്ലാതാവുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്. മാധ്യമങ്ങളുടെ സമ്മർദ്ദംമൂലം കുട്ടികളുടെ മനോഭാവരൂപീകരണത്തിലും സ്വഭാവത്തിലും വരുന്ന മാറ്റങ്ങൾ ഈ രണ്ടു ശാഖകളെ ഒന്നിപ്പിക്കുന്നു. മെച്ചപ്പെട്ടതും ഫലപ്രദവുമായ ആശയവിനിമയസാധ്യതകൾ രൂപപ്പെടുത്താൻ മനശ്ശാസ്ത്രം സഹായിക്കുന്നു. ഒരു പത്രപ്രവർത്തകൻ വാർത്ത റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യുമ്പോൾ പ്രസ്തുത വിഷയത്തിലെ വായനക്കാരുടെ താൽപ്പര്യങ്ങളും അറിഞ്ഞിരിക്കണം. മനുഷ്യ സംഭവവികാസങ്ങളടങ്ങിയ വിഷയങ്ങൾ ആകുമ്പോൾ അവയുടെ പിന്നിലുള്ള പ്രേരണകളും വികാരങ്ങളും കൂടി അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടത് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ അറിവിന്റെയും ഉൾക്കാഴ്ചകളുടെയും അടിസ്ഥാനത്തിൽ പറയുന്ന പ്രസ്തുത വിഷയങ്ങൾ അനുവാചകരിൽ ആഴത്തിൽ പതിയും.

സംഗീതം, ലളിതകല: സംഗീതവും മനശ്ശാസ്ത്രവും പലയിടങ്ങളിലും ഒന്നിക്കുന്നുണ്ട്. ശാസ്ത്രജ്ഞർ സംഗീതത്തെ ജോലിയിലെ പ്രകടനം മെച്ചപ്പെടുത്താനും ഉയർത്തിക്കൊണ്ടുവരാനും ഉപയോഗിക്കുന്നു. വളരെയേറെ പഠനങ്ങൾ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു വിഷയമാണ് സംഗീതവും വികാരങ്ങളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം. ഇന്ത്യൻ സംഗീതജ്ഞർ ഈയടുത്തകാലത്ത് മ്യൂസിക് തെറാപ്പി എന്നപേരിൽ പരീക്ഷണങ്ങൾ ആരംഭിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇതിൽ പലതരം രാഗങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ശാരീരികപീഡകൾ സുഖപ്പെടുത്താൻ ശ്രമിക്കുന്നു. മ്യൂസിക് തെറാപ്പിയുടെ കാര്യക്ഷമത ഇനിയും തെളിയിക്കപ്പെടാനുണ്ട്.

ആർക്കിടെക്ചർ, എൻജിനീയറിങ്: ഒറ്റനോട്ടത്തിൽ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിൽ, ആർക്കിടെക്ചർ, എൻജിനീയറിങ് എന്നിവ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം അവിശ്വസനീയമായി തോന്നാം. പക്ഷേ, സത്യത്തിൽ അത് അങ്ങനെയല്ല. ഒരു ആർക്കിടെക്റ്റ് തന്റെ ഉപയോക്താവിന് തീർച്ചയായും മാനസികവും നൈസർഗികവുമായ ഒരു അന്തരീക്ഷം ഡിസൈനിങ്ങിലൂടെ നൽകിക്കൊണ്ട് അവരെ സംതൃപ്തരാക്കുന്നുണ്ട്. ഏത് ആർക്കിടെക്റ്റും ഇത് സമ്മതിച്ചുതരും. എൻജിനീയർമാർ തങ്ങളുടെ സുരക്ഷാ പ്ലാനുകൾ തയാറാക്കുമ്പോൾ മനുഷ്യന്റെ സാമ്പ്രദായിക രീതികൾ

കടമെടുക്കാറുണ്ട്. ഉദാഹരണത്തിന്, തെരുവുകളും ഹൈവേകളും. അതുപോലെ മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ അറിവ് മെക്കാനിക്കൽ ഉപകരണങ്ങളുടെ രൂപ കല്പനയ്ക്കും പ്രദർശനവൈവിധ്യങ്ങൾക്കും ഉപകാര പ്രദമാകുന്നു .

ചുരുക്കത്തിൽ, മനുഷ്യപ്രവർത്തനങ്ങളുമായി സംബന്ധിച്ച പലവിധ രംഗങ്ങളുടെയും സംഗമവേദിയാണ് മനശ്ശാസ്ത്രം.



ചിത്രം 1.1 : മനശ്ശാസ്ത്രവും മറ്റു ശാഖകളും

മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും തൊഴിൽ മേഖലയും (Psychologists at work)

മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ഇന്ന് വിവിധ മേഖലകളിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നു. മാനസികതത്ത്വങ്ങൾ കൊണ്ട് ജനങ്ങളെ അവരുടെ ജീവിതത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങളെ ഫലപ്രദമായി നേരിടാൻ പഠിപ്പിക്കാനും പരിശീലിപ്പിക്കാനും ഇത് വഴി സാധിക്കും. ക്ലിനിക്കൽ, കൗൺസലിങ്, കമ്മ്യൂണിറ്റി, സ്കൂൾ ഓർഗനൈസേഷണൽ മനശ്ശാസ്ത്രം എന്നിവയെ എല്ലാം 'മനുഷ്യസേവന മേഖലകളെന്ന്' വിളിക്കുന്നു.

ക്ലിനിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ പല മാനസികപ്രശ്നങ്ങൾക്കും തെറാപ്പി വ്യക്തികൾക്ക് നൽകിക്കൊണ്ട് പെരുമാറ്റപ്രശ്നങ്ങളിൽ വ്യക്തികൾക്ക് സഹായം നൽകുന്നു. സ്വകാര്യ പ്രാക്ടീസ് അല്ലെങ്കിൽ ആശുപത്രികൾ, മാനസികപരിചരണ സ്ഥാപനങ്ങൾ, സന്നദ്ധ സംഘടനകൾ എന്നിവിടങ്ങളിൽ അവർ പ്രവർത്തിക്കുന്നു. അഭിമുഖങ്ങൾ നടത്തുന്നതിനും മാനസിക പരിശോധനകൾ നടത്തുന്നതിനും കക്ഷിയുടെ തൊഴിൽ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിനോ പ്രശ്നങ്ങൾ കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനും അവരുടെ ചികിത്സയ്ക്കും പുനരധിവാസത്തിനും മാനസികരീതികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിലും മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ഇടപെടുന്നു. ക്ലിനിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ തൊഴിലവസരങ്ങൾ ആളുകളെ ഈ മേഖലയിലേക്ക് ആകർഷിക്കുന്നു.

കൗൺസലിങ് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പ്രേരണാത്മകവും വൈകാരികവുമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് വിധേയരായ വ്യക്തികളുമായി ഇടപെടുന്നു. അവരുടെ കക്ഷികളുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റുകളെ അപേക്ഷിച്ച് ഗുരുതരമല്ല. ഒരു കൗൺസലിങ് മനശ്ശാസ്ത്ര വിദഗ്ധന് തൊഴിലധിഷ്ഠിത പുനരധിവാസ പരിപാടിയിൽ ഏർപ്പെടാം അല്ലെങ്കിൽ പ്രൊഫഷണൽ ചോയ്സുകൾ പുതിയതും ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളതുമായ സാഹചര്യങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കുന്നതിലോ വ്യക്തികളെ സഹായിക്കാം. മാനസികാരോഗ്യകേന്ദ്രങ്ങൾ, ആശുപത്രികൾ, വിദ്യാലയങ്ങൾ, കോളേജുകൾ, സർവകലാശാലകൾ തുടങ്ങിയ പൊതു ഏജൻസികൾക്കായി മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്.

സാമൂഹിക മാനസികാരോഗ്യ വിദഗ്ധർ സാധാരണയായി ഒരു സമൂഹത്തിന്റെ മാനസികാരോഗ്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രശ്നങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നു. അവർ മാനസികാരോഗ്യ ഏജൻസികൾ, സ്വകാര്യ സംഘടനകൾ, സംസ്ഥാന സർക്കാരുകൾ എന്നിവയ്ക്ക് വേണ്ടി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. അവർ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളെ അഭിമുഖീകരിക്കുന്നതിൽ സമൂഹത്തെയും അതിലുൾപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന സ്ഥാപനങ്ങളെയും സഹായിക്കുന്നു. ഗ്രാമീണമേഖലകളിൽ അവർ ഒരു മാനസികാരോഗ്യകേന്ദ്രം സ്ഥാപിക്കാൻ പ്രവർത്തിച്ചേക്കാം. നഗരപ്രദേശങ്ങളിൽ അവർ മയക്കുമരുന്ന് ഉപയോഗിക്കുന്നവർക്കായി പുനരധിവാസ പദ്ധതി രൂപകല്പന ചെയ്തേക്കാം. പല സാമൂഹ്യ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും പ്രായം ചെന്നവരുമായോ ശാരീരികമോ മാനസികമോ ആയ വെല്ലുവിളി നേരിടുന്ന പ്രത്യേക ജനങ്ങളുമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. കൂടാതെ, സാമൂഹ്യമനശ്ശാസ്ത്ര വിദഗ്ധരുടെ പ്രധാന താൽപര്യം, കമ്മ്യൂണിറ്റി അടിസ്ഥാനമായി വിവിധ പരിപാടികളും പദ്ധതികളും പുനസംഘടിപ്പിക്കുക, സമൂഹാധിഷ്ഠിത പുനരധിവാസം (Communtiy Based Rehabilitation- C. B. R) എന്നിവയാണ്.

സ്കൂൾ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പൊതുവേ വിദ്യാഭ്യാസ സംവിധാനത്തിൽ ജോലിചെയ്യുന്നു. അവരുടെ സേവനങ്ങൾ അവരിൽ നിഷിപ്തമായിരിക്കുന്ന ചുമതല അനുസരിച്ച് വ്യത്യാസപ്പെടുന്നു. ഉദാഹരണത്തിന്, ചില സ്കൂൾ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ടെസ്റ്റുകൾ മാത്രമേ നടത്തുന്നുള്ളൂ. മറ്റുള്ളവർ പരീക്ഷണഫലങ്ങളെ കുട്ടികൾക്ക് മനസ്സിലാക്കത്തക്ക വിധം വ്യാഖ്യാനിച്ചുകൊടുക്കുന്നു. സ്കൂൾ നയങ്ങളുടെ രൂപീകരണത്തിലും അവർ സഹായിക്കുന്നു. മാതാപിതാക്കൾ, അധ്യപകർ, രക്ഷിതാക്കൾ എന്നിവർ തമ്മിലുള്ള ആശയവിനിമയം എളുപ്പമാക്കുകയും, അധ്യാപകരെയും വിദ്യാർഥികളെയും പഠനത്തിന്റെ പുരോഗതിയെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരങ്ങൾ അറിയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഓർഗനൈസേഷണൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ, ഒരു സ്ഥാപനത്തിലെ എക്സിക്യൂട്ടീവുകളും ജീവനക്കാരും തങ്ങളുടേതായ നിലകളിൽ അഭിമുഖീകരിക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങളെ നേരിടുന്നതിൽ വിലപ്പെട്ട സഹായം നൽകുന്നു. വിദഗ്ധോപദേശ സേവനങ്ങൾ, തൊഴിലാളികളുടെ വൈദഗ്ധ്യം വർധിപ്പിക്കുന്നതിന് കാര്യക്ഷമമായ പരിശീലനപരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിക്കുക എന്നിങ്ങനെയുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഇവർ ഏർപ്പെടുന്നു. ചില സംഘടന മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ, മാനവവിഭവശേഷി വികസനത്തിലും (എച്ച് ആർ ഡി), മറ്റുചിലർ സംഘടന വളർച്ചയിലും മാറ്റത്തെ ക്രമീകരിക്കുന്ന നടപടിക്രമങ്ങളിലും വിദഗ്ധപരിശീലനം നേടിയവരാണ്.

നിത്യജീവിതത്തിൽ മനശ്ശാസ്ത്രം (Psychology in everyday life)

മനശ്ശാസ്ത്രം മനുഷ്യമനസ്സിനെ കുറിച്ചുള്ള ചില ജിജ്ഞാസകൾ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്ന ഒരു വിഷയം മാത്രമല്ല, വൈവിധ്യമാർന്ന പ്രശ്നങ്ങൾക്കുള്ള പരിഹാരം നൽകാൻ കഴിയുന്ന ഒരു വിഷയംകൂടിയാണ് എന്നാണ് മുകളിലുള്ള ചർച്ച വിശദീകരിച്ചത്. ഇവ തികച്ചും വ്യക്തിപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ മുതൽ (ഉദാഹരണത്തിന്,

മദ്യപാനിയായ അച്ഛനെ അഭിമുഖീകരിക്കുന്ന മകൾ, പ്രശ്നമുള്ള കുട്ടിയെ നോക്കുന്ന നോക്കുന്ന അമ്മ) കുടുംബത്തിലോ ഒരു വലിയ ഗ്രൂപ്പിലോ കമ്മ്യൂണിറ്റി ക്രമീകരണത്തിലോ ഉള്ള പ്രശ്നങ്ങളോ (ഉദാഹരണമായി, കുടുംബത്തിലെ അംഗങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള ആശയവിനിമയവും ഇടപെടലും ഇല്ലാത്തത്) അതുമല്ലെങ്കിൽ ദേശീയമോ അന്തർദേശീയമോ ആയ പ്രശ്നങ്ങളോ ആവാം. വിദ്യാഭ്യാസം, ആരോഗ്യം, പരിസരിതി, സാമൂഹ്യനീതി, സ്ത്രീകളുടെ വികസനം, സംഘങ്ങൾക്കിടയിലുള്ള ബന്ധങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രശ്നങ്ങൾ വലുതാണ്. ഈ പ്രശ്നങ്ങളുടെ പരിഹാരത്തിൽ രാഷ്ട്രീയ, സാമ്പത്തിക, സാമൂഹിക പരിഷ്കാരങ്ങൾ ഉൾപ്പെട്ടേക്കാമെങ്കിലും, മാറ്റം വരുത്തുന്നതിനായി വ്യക്തിഗത തലങ്ങളിൽ ഇടപെടലുകൾ ആവശ്യമാണ്. ഈ പ്രശ്നങ്ങൾ പലപ്പോഴും മാനസികസ്വഭാവമുള്ളതാണ്. അത് അവരുടെ അനാരോഗ്യകരമായ ചിന്താഗതികളിൽനിന്നും മറ്റുള്ളവരോടുള്ള പ്രതിരോധാത്മകമായ സ്വഭാവരീതികളിലൂടെയും വിപരീതമായ മനോഭാവത്തിൽനിന്നും ഉണ്ടായതാവാം. ഈ പ്രശ്നങ്ങളുടെ മാനസികവിശകലനം ആഴത്തിലുള്ള ഗ്രാഹ്യത്തിനും അവയുടെ ഫലപ്രദമായ പരിഹാരങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നതിനും സഹായിക്കുന്നു.

ജീവിതത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കുന്നതിൽ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ സാധ്യത കൂടുതൽ കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കപ്പെടുന്നു. ഈ കാര്യത്തിൽ മാധ്യമങ്ങൾ സുപ്രധാന പങ്കു വഹിച്ചിട്ടുണ്ട്. കുട്ടികൾ, കൗമാരക്കാർ, മുതിർന്നവർ എന്നിവർ അഭിമുഖീകരിക്കുന്ന ദൈനംദിന പ്രശ്നങ്ങൾക്കുള്ള പരിഹാരങ്ങൾ ടെലിവിഷൻ മുഖേന നിർദേശിക്കുന്ന, കൗൺസലർമാർ, തെറാപ്പിസ്റ്റുകൾ എന്നിവരെ നിങ്ങൾ കണ്ടേക്കാം. സമൂഹ പരിവർത്തനത്തെയും വികസനത്തെയും ജനസംഖ്യ, ദാരിദ്ര്യം, വ്യക്തിബന്ധം, അല്ലെങ്കിൽ ഒരു കമ്മ്യൂണിറ്റിയിൽ ഉണ്ടാകുന്ന സംഘർഷം, പരിസരിതി മലിനീകരണം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പല സാമൂഹികപ്രശ്നങ്ങളെയും ഇവർ വിശകലനം ചെയ്യുന്നതും നിങ്ങൾ കണ്ടിരികാം. വ്യക്തികളുടെ ജീവിതനിലവാരം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിന് പരിപാടികൾ രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിലും നടപ്പിലാക്കുന്നതിലും നിരവധി മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ഇപ്പോൾ സജീവ പങ്കു വഹിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു തന്നെ വ്യവസായങ്ങൾ, സ്കൂളുകൾ, ആശുപത്രികൾ, ജയിലുകൾ, ബിസിനസ് സ്ഥാപനങ്ങൾ, സൈനിക സ്ഥാപനങ്ങൾ, സ്വകാര്യ പ്രാക്ടീസ് എന്നിവ പോലുള്ള വൈവിധ്യമാർന്ന മേഖലകളിൽ ജോലിചെയ്യുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരെ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നു.

മറ്റു ജീവജാലങ്ങളുമായുള്ള സാമൂഹിക ഇടപെടലുകൾക്ക് സഹായിക്കുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രം നിങ്ങളുടെ ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ വളരെ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നതാണ്. നിങ്ങൾ പഠിക്കുന്ന മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ മാനദണ്ഡങ്ങളും രീതികളും മറ്റുള്ളവരുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുന്നതിനും മനസ്സിലാക്കുന്നതിനും ഉപയോഗിക്കേണ്ടതാണ്. നമ്മളെക്കുറിച്ച് നമ്മൾ ചിന്തിക്കേണ്ട എന്നല്ല, എന്നാൽ പലപ്പോഴും നമുക്ക് നമ്മളെ കുറിച്ച് വളരെ ഉയർന്ന ചിന്താഗതിയാണുള്ളത്, അതിനാൽ ചിലപ്പോൾ നമ്മളെ പറ്റി മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന മോശമായ പ്രതികരണങ്ങൾ പലപ്പോഴും അംഗീകരിക്കാതെവരും. ഇങ്ങനെയുള്ള പെരുമാറ്റത്തെ 'Defensive behaviour' അഥവാ 'പ്രതിരോധപരമായ പെരുമാറ്റം' എന്നു പറയുന്നു. എന്നാൽ മറ്റു ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ നമ്മൾ നമ്മളെത്തന്നെ വിലകുറഞ്ഞവരായി കാണുന്നു. എന്തുതന്നെയായാലും ഈ രണ്ട് സാഹചര്യങ്ങളും നമ്മുടെ മാനസികവികാസത്തിന് തടസ്സമാകുന്നു. നമ്മൾക്ക് സ്വയമേതന്നെ നല്ലതും സന്തുലിതവുമായ ധാരണ ഉണ്ടാക്കേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ തത്ത്വങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് നിങ്ങളുടെ പഠനമികവ് മെച്ചപ്പെടുത്താനും ഓർമശക്തി വർധിപ്പിക്കാനും വ്യക്തിപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉചിതമായ തീരുമാനങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് പരിഹരിക്കുന്നതിനും സാധിക്കും. പരീക്ഷയുടെ സമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാനോ അല്ലെങ്കിൽ ഒഴിവാക്കാനോ നിങ്ങൾക്ക് ഇത് ഉപയോഗപ്പെടും. ഇങ്ങനെ, വ്യക്തിപരവും സാമൂഹ്യവുമായ കാഴ്ചപ്പാടിൽ നിന്നുനോക്കിയാൽ, മനശ്ശാസ്ത്രത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവ് നമ്മുടെ ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ വളരെ ഉപയോഗപ്രദമാണ്.

പ്രധാന പദങ്ങൾ (Key terms)

സ്വഭാവം, ബിഹേവിയറിസം (Behaviourism), കൊഗ്നിഷൻ, കൊഗ്നിറ്റീവ് സമീപനം, കോൺഷ്യസ്നസ്, ഡവലപ്മെന്റൽ മനശ്ശാസ്ത്രം, ഫങ്ഷണലിസം (Functionalism), ജെസ്റ്റാൾട്ട് (Gestalt), ജെസ്റ്റാൾഡ് മനശ്ശാസ്ത്രം (Gestalt psychology), ഹ്യൂമനിസ്റ്റിക് സമീപനം (Humanistic approach), ആത്മാവലോകനം (Introspection), മനസ്സ്, ന്യൂറോ സൈക്കോളജി, ശരീരശാസ്ത്രപരമായ മനശ്ശാസ്ത്രം (Physiological psychology), മനോവിശ്ലേഷണം, സോഷ്യോളജി, ഉദ്ദീപനം (Stimulus), ഘടനാ മനശ്ശാസ്ത്രം (Structuralism).

സംഗ്രഹം (Summary)

- മാനസികപ്രവർത്തനങ്ങൾ, അനുഭവങ്ങൾ, വ്യത്യസ്ത സന്ദർഭങ്ങളിൽ വ്യക്തികളുടെ സ്വഭാവം എന്നിവയെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കുന്നതിനായുള്ള ആധുനിക പഠനവിഷയമാണ് മനശ്ശാസ്ത്രം. ഇത് ഒരേസമയം പ്രകൃതിശാസ്ത്രവും സാമൂഹ്യകശാസ്ത്രവുമായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു.
- മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പുരാതന ആശയകേന്ദ്രങ്ങളായി ഘടനാമനശ്ശാസ്ത്രം, ഫങ്ഷണലിസം, ബിഹേവിയറിസം, ജെസ്റ്റാൾട്ട് സ്കൂൾ, സൈക്കോ അനാലിസിസ്, കൊഗ്നിറ്റീവ് സമീപനം എന്നിവയെ കണക്കാക്കുന്നു.
- സമകാലീന മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന് പലമുഖങ്ങളുണ്ട്. കാരണം, വൈവിധ്യമാർന്ന പല പെരുമാറ്റരീതികളും വിശദീകരിക്കാനുള്ള സമീപനങ്ങളും കാഴ്ചപ്പാടുകളും ഇതിലുണ്ട്. ഈ സമീപനങ്ങൾ പരസ്പരപൂരകങ്ങളല്ല. ഓരോന്നും മനുഷ്യന്റെ പ്രവർത്തന സങ്കീർണതകളിലേക്ക് മൂല്യവത്തായ ഉൾക്കാഴ്ചകൾ നൽകുന്നു. മനശ്ശാസ്ത്രപരമായ പ്രവർത്തനങ്ങളെ കേന്ദ്രീകരിക്കാൻ ചിന്താപ്രക്രിയകളെ ഉപയോഗിക്കുന്ന രീതിയാണ് കോഗ്നിറ്റീവ് സമീപനത്തിന്റേത്. ഹ്യൂമനിസ്റ്റിക് സമീപനം മനുഷ്യന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ വളർത്താനും ഫലവത്താക്കാനും ഉൽപ്പാദനക്ഷമമാക്കാനും സഹായിക്കുന്നു.
- ഇന്ന് സ്വന്തമായി സൈദ്ധാന്തിക രീതികൾ ഉള്ള നിരവധി മേഖലകളിൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ ജോലി ചെയ്യുന്നു. അവർ സിദ്ധാന്തങ്ങൾ വികസിപ്പിക്കുകയും നിർദിഷ്ട മേഖലകളിലെ പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ ചില സുപ്രധാന മേഖലകൾ കൊഗ്നിറ്റീവ് മനശ്ശാസ്ത്രം, ബയോളജിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്രം, ആരോഗ്യ മനശ്ശാസ്ത്രം, ഡവലപ്മെന്റൽ മനശ്ശാസ്ത്രം, സാമൂഹ്യ മനശ്ശാസ്ത്രം, വിദ്യാഭ്യാസ/സ്കൂൾ മനശ്ശാസ്ത്രം, ക്ലിനിക്കൽ/കൗൺസലിങ് മനശ്ശാസ്ത്രം, എൻവയോൺമെന്റൽ മനശ്ശാസ്ത്രം, ഇൻഡസ്ട്രിയൽ/ ഓർഗനൈസേഷനൽ മനശ്ശാസ്ത്രം, കായിക മനശ്ശാസ്ത്രം എന്നിവയാണ്.
- യാഥാർഥ്യത്തെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ മെച്ചപ്പെട്ട അറിവ് നേടുന്നതിനായി സമീപകാലത്ത് ഒന്നിലധികം പഠനമേഖലകളെ കോർത്തിണക്കി കൊണ്ടുപോകേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത വർധിച്ചുവരുന്നു. ഇത് വിവിധ മേഖലകളുടെ സഹകരണത്തിന് ഇടയാക്കി. മനശ്ശാസ്ത്ര താൽപ്പര്യങ്ങൾ മറ്റ് പഠന വിഷയങ്ങളുമായി; ഉദാഹരണത്തിന്, സാമൂഹ്യ ശാസ്ത്രം (എക്കണോമിക്സ്, പൊളിറ്റിക്കൽ സയൻസ്, സോഷ്യോളജി), ബയോസയൻസസ് (ന്യൂറോളജി, ഫിസിയോളജി, മെഡിസിൻ), മാസ് കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ, മ്യൂസിക്, ഫൈൻ ആർട്സ് എന്നിവയുടെ താൽപ്പര്യങ്ങളുമായി ഒത്തുപോകുന്നു. ഇത്തരം പരിശ്രമങ്ങൾ ഫലപ്രദമായ ഗവേഷണത്തിനും പ്രയോഗങ്ങൾക്കും വഴിവച്ചിരിക്കുന്നു.
- മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന വിഷയം മാനുഷികപെരുമാറ്റം സംബന്ധിച്ച സൈദ്ധാന്തിക അറിവ് വികസിപ്പിക്കുന്നതിൽ മാത്രമല്ല, വിവിധ തലങ്ങളിൽ മനുഷ്യൻ നേരിടുന്ന പ്രശ്നപരിഹാരത്തിനു കൂടി പങ്കുവഹിക്കുന്നു. സ്കൂളുകൾ, ആശുപത്രികൾ, വ്യവസായങ്ങൾ, പരിശീലന ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്, മിലിട്ടറി, സർക്കാർ സ്ഥാപനങ്ങൾ എന്നിവയുടെ വൈവിധ്യമാർന്ന പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ തങ്ങളുടെ സേവനം നൽകുന്നു. അവരിൽ പലരും സ്വകാര്യപരിശീലനം നടത്തുന്നവരും കൺസൾട്ടന്റുമാരുമാണ്.

അവലോകനച്ചോദ്യങ്ങൾ (Review questions)

1. എന്താണ് സ്വഭാവം? ആന്തരികമായ സ്വഭാവം (Covert), ബാഹ്യമായ സ്വഭാവം (Overt) എന്നീ പെരുമാറ്റ രീതികൾ ഉദാഹരണസഹിതം വിശദീകരിക്കൂ.
2. മനശ്ശാസ്ത്രം എന്ന വിഷയത്തെക്കുറിച്ച് ജനകീയമായ ധാരണകളിൽനിന്ന് ശാസ്ത്രീയ മനശ്ശാസ്ത്രത്തെ എങ്ങനെ വേർതിരിച്ചു മനസ്സിലാക്കാം?
3. മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പരിണാമത്തെക്കുറിച്ച് ഒരു ചെറുവിവരണം നൽകുക.

4. മറ്റു മേഖലകളിലെ വിദഗ്ധരുമായി മനശ്ശാസ്ത്രവിദഗ്ധരുടെ സഹകരണം ഫലപ്രദമാകാതിരിക്കാനുള്ള കാരണങ്ങൾ ഏതെല്ലാമാണ്? ഏതെങ്കിലും രണ്ടു പ്രശ്നങ്ങളെ പറ്റി വിശദീകരിക്കുക.

5. താഴെ പറയുന്നവർ തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം വിശദീകരിക്കുക.

(മ) മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും (Psychologist) മനോരോഗ വിദഗ്ധരും (Psychiatrist)

(യ) കൗൺസലറും, ക്ലിനിക്കൽ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞരും

6. നിത്യജീവിതത്തിലെ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഇടപെടൽ മനസ്സിലാക്കാനായി ജീവിതത്തിലെ ചില പ്രക്രിയകളെപ്പറ്റി വിശദീകരിക്കുക.

7. എൻവയോൺമെന്റൽ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിലുള്ള അറിവുകൊണ്ട് പരിസറിതിസൗഹൃദ പെരുമാറ്റരീതികൾ എങ്ങനെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാൻ സാധിക്കും?

8. കുറ്റകൃത്യം പോലുള്ള ഒരു പ്രധാന സാമൂഹികപ്രശ്നം പരിഹരിക്കാൻ മനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഏതു വിഭാഗമാണ് ഏറ്റവും അനുയോജ്യം? തിരിച്ചറിഞ്ഞ മേഖലയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന മനഃശാസ്ത്രജ്ഞരുടെ ആശങ്കകൾ എന്തെല്ലാമായിരിക്കും?

പ്രോജക്റ്റ് ആശയങ്ങൾ (Project ideas)

1. മനശ്ശാസ്ത്ര മേഖലയിലെ നിരവധി തൊഴിൽമേഖലകളെ പറ്റി ഈ അധ്യായത്തിൽ വിവരിക്കുന്നു. ഓരോ വിഭാഗത്തിലും ഉൾപ്പെടുന്ന ഒരു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞനെ കണ്ടെത്തി ഒരഭിമുഖം നടത്തുക. മുൻകൂട്ടി തയാറാക്കിയ ചോദ്യങ്ങളുടെ ഒരു പട്ടിക കൈവശം വയ്ക്കുക. സാധ്യമായ ചോദ്യങ്ങൾ ഇവയാണ്: (a) നിങ്ങളുടെ ജോലിക്ക് ഏതു തരത്തിലുള്ള വിദ്യാഭ്യാസയോഗ്യതയാണ് അനിവാര്യം? (b) ഏത് കോളേജ്/യൂണിവേഴ്സിറ്റി ആണ് ഈ വിഷയത്തെക്കുറിച്ച് പഠിക്കാൻ നിങ്ങൾ ശുപാർശ ചെയ്യുക? (c) നിങ്ങളുടെ ജോലിയുടെ മേഖലയിൽ ഇന്ന് നിരവധി തൊഴിലുകൾ ലഭ്യമാണോ? (d) നിങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം സാധാരണമായി ജോലിസ്ഥലത്തു നിങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതെന്തൊക്കെയാണ്? അതോ 'സാധാരണ' എന്നതു പ്രസക്തമല്ലേ? (e) ഈ പ്രവർത്തനമേഖലയിൽ പ്രവേശിക്കാൻ നിങ്ങൾക്ക് പ്രചോദനമായത് എന്താണ്?

   നിങ്ങളുടെ അഭിമുഖത്തിന്റെ ഒരു റിപ്പോർട്ട് തയാറാക്കുക നിങ്ങൾ പ്രത്യേകമായി വീക്ഷിച്ച പ്രതികരണങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുക.

2. മനശ്ശാസ്ത്രവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പുസ്തകങ്ങളുടെ പേര് (ഫിക്ഷൻ/നോൺഫിക്ഷൻ അല്ലെങ്കിൽ ഫിലിം) മനസ്സിലാക്കുക. ഹ്രസ്വമായൊരു സിനോപ്സിസ് തയാറാക്കുക.