FRUSTRATION
(कुण्ठा, निराशा, भग्नाशा)

Page No.: 01
Date: 09/05/20

संसार के समस्त प्राणी दिन-रात क्रियाशील रहते हैं। मनुष्य, बौद्धिकता में श्रेष्ठ होने के कारण अधिक चिन्तनशील क्रियाओं में संलग्न रहता है। उसकी सहज क्रियाओं को छोड़कर अन्य सभी क्रियाएँ प्रेरकों पर आधारित होती हैं।

प्रेरक व्यक्ति की विभिन्न आवश्यकताओं की पूर्ति करने में संलग्न हो जाता है। व जब विभिन्न रुकावटों के कारण लक्ष्य प्राप्ति में असफल रहता है तो उसमें भग्नाशा या कुंठा का प्रादुर्भाव होता है।

Munn का विचार है कि "कुण्ठा जीव की वह अवस्था है, जो किसी प्रेरणात्मक व्यवहार की संतुष्टि के कठिन अथवा असम्भव हो जाने के कारण उत्पन्न होती है।"

कुण्ठा शब्द के सम्बन्ध में मनोवैज्ञानिकों में एक मत नहीं है। इसके मुख्यतः तीन अर्थ लगाए जाते हैं जो कुण्ठा के भिन्न-भिन्न पक्षों से सम्बन्धित हैं।

(A) Frustrating Situation: मनोवैज्ञानिकों का विचार है कि कुण्ठा उत्पन्न करने वाली परिस्थितियों में वे परिस्थितियाँ सम्मिलित हैं। जैसे- जिनमें आंशिक या पूर्ण भौतिक बाधाएं, जिसमें पुरस्कार समाप्त या कम किया गया हो।

(B) ~~Frust~~ Frustrating State:- कुण्ठा उत्पन्न करने वाली परिस्थितियाँ प्राणी में कुण्ठा की दशा उत्पन्न करती हैं।

Scanned with CamScanner

K) Reaction to Frustration :-

कुण्ठा के प्रति प्रतिक्रियाएँ आक्रामकता (Aggression), प्रतिगमन (Regression) तथा स्थिरीकरण (Fixation) के रूप में घटित होती है।

उदाहरण :- एक छात्र पढ़ने में इसलिए विशेष परिश्रम करता है जिससे वह कक्षा में प्रथम स्थान पा सके। जब परीक्षाफल निकलता है तो वह प्रथम स्थान प्राप्त नहीं करता। इसमें अवरोधक - क्रमबद्ध पढ़ने की पढ़ने का अभाव, स्तरानुसार प्रश्नोत्तर का अभाव, पारिवारिक परेशानियाँ एवं रात्रि को बिजली का अभाव आदि हो सकते हैं। इस प्रकार से छात्रों में मनाशा उत्पन्न हो जाती है।

Causes of Frustration :

1. भौतिक कारण (Physical Causes) :-

व्यक्ति का विकास वंशानुक्रम और पर्यावरण के सहयोग से होता है। पर्यावरण में पाये जाने वाले भौतिक तत्व व्यक्ति की आवश्यकता पूर्ति में सहायक भी होते हैं और अकाल, बाढ़, आगजनी, भूचाल, युद्ध, महामारी आदि व्यक्ति की आवश्यकता, एवं लक्ष्य पूर्ति में बाधक सिद्ध होते हैं। इस प्रकार से उसकी उन्नति अवरुद्ध हो जाती है और वह निराश एवं असंतुष्ट प्राणी बन जाता है।

2. सामाजिक तत्व (Social factors) :-

Scanned with CamScanner

मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है। वह समाज में रहकर अपना विकास एवं आवश्यकता की प्राप्ति विभिन्न तरीकों के माध्यम से करता है। उसका समाजीकरण उस समाज के नियमों, मान्यताओं, आदर्शों और परम्पराओं की छाया में किया जाता है।

वह सामाजिक सम्मान एवं विकास के विभिन्न साधन तभी प्राप्त कर पाता है, जब वह समाज के द्वारा बताये गये पथ का अनुगमन करने लगता है। लेकिन वर्तमान समय में एक राष्ट्र अनेक जातियों, धर्मों और संस्कृतियों का संगठन होता है।

अतः जब एक ही देश में रहने वाली विभिन्न जातियों को समान अधिकार प्राप्त नहीं होता तो उनमें असमानता के भाव उत्पन्न हो जाते हैं; जैसे-शूद्र, यहूदी और नीग्रो जाति के लोग समाज में सभी अधिकार अभी तक प्राप्त नहीं कर सके हैं।

3. व्यक्तिगत कमियाँ (Personal defects):

संसार में कोई भी दो व्यक्ति एक समान नहीं होते- चाहे वे जुड़वा ही क्यों न हों? व्यक्ति शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक आदि आधारों पर अन्य व्यक्तियों से भिन्न होता है। जो व्यक्ति "लँगड़े, बहरे, अन्धे, दुबले-पतले, अत्यधिक मोटे, मन्द बुद्धि वाले, आत्मविश्वास की कमी वाले, भयभीत होने वाले, स्वभाव की अस्थिरता वाले" आदि होते हैं वे अपनी

Scanned with CamScanner

आवश्यकताओं की पूर्ति नहीं कर पाते। इस प्रकार से वे अपनी असफलता का मुख्य कारण व्यक्तिगत कमियों को मान लेते हैं।

4. आर्थिक कारण (Financial Causes):-

आज के युग में सबसे अधिक मान-सम्मान धन का है। जब व्यक्ति ~~धन की कमी के कारण~~ धन की कमी के कारण अपनी आवश्यकताओं, लक्ष्य एवं उद्देश्यों की पूर्ति नहीं कर पाता तो वह हताशा से ग्रसित होकर मानसिक संघर्ष में उलझ जाता है। यह मानसिक संघर्ष तब तक उसके मस्तिष्क में विचरण करते रहते हैं जब तक वह निराशा का शिकार बना रहता है।

5. विरोधी इच्छाएँ (Negative desires):-

संसार का महान से महान व्यक्ति अपनी इच्छाओं का शिकार हुआ है। जब व्यक्ति एक ही समय में विरोधी आवश्यकताओं की पूर्ति करना चाहता है तो उसमें से किसी एक को त्यागना पड़ता है जिससे उसमें निराशा उत्पन्न हो जाती है। जैसे- कोई व्यक्ति शादी के लिए सुन्दर और सुशील लड़की भी चाहता है और अच्छा दहेज भी। अतः एक चीज को छोड़ना पड़ता है तब उसमें निराशा के भाव उत्पन्न हो जाते हैं।

6. व्यक्ति की नैतिकता (Man's Morality):-

Scanned with CamScanner

प्रत्येक समाज अपने नागरिकों को नैतिकता की शिक्षा देता है। यह नैतिकता कभी-कभी समाज या समुदाय के दायरे से निकलकर मानवीय सम्बन्धों पर आधारित हो जाती है। मूल्य रूप से चोरी न करना, झूठ न बोलना, स्वाध्याय करना, नियमों एवं कानूनों को मानना, अहिंसा का पालन करना और दूसरों की सहायता करना आदि नैतिक आदर्शों की शिक्षा प्रत्येक नागरिक को दी जाती है।

इन आदर्शों में बंधकर जब कोई व्यक्ति अपनी इच्छाओं की पूर्ति नहीं कर पाता तो उसमें निराशा के भाव उत्पन्न होते हैं। उदाहरणार्थ - एक छात्र कक्षा में पास होने के लिए नकल करना चाहता है, लेकिन नैतिकता का बन्धन उसे ऐसा करने से रोकता है और वह निराश हो जाता है।

7. वर्तमान परिस्थितियाँ एवं दशाएँ (Present conditions and situations) :-

व्यक्ति के विकास में वर्तमान परिस्थितियाँ एवं दशाएँ भी सहायक होती हैं। इन्हीं को हम साधन भी कहते हैं। जब किसी व्यक्ति के उद्देश्य प्राप्ति में वर्तमान साधनों की कमी पायी जाती है तो वह अपने उद्देश्य को प्राप्त नहीं कर पाता और असन्तोष का शिकार हो जाता है। उदाहरण के तौर पर, एक छात्र कक्षा में प्रथम आना चाहता है लेकिन उसके पास अच्छी पुस्तकें नहीं हैं। अतः वह अपने

Scanned with CamScanner

उद्देश्य में सफल नहीं हो पाता और निराशा हो जाता है।

Frustration-Aggression Hypothesis:-
(कुण्ठा-आक्रामकता परिकल्पना):-

डोलार्ड तथा मिलर के अनुसार आक्रामकता का कारण कुण्ठा या निराशा है।

कुंठा (Frustration):- किसी वांछित लक्ष्य पर पहुँचने के लिए व्यक्ति द्वारा किया गया व्यवहार जब बीच में ही अवरुद्ध हो जाता है तब इससे उत्पन्न होने वाली मनोदशा को कुण्ठा कहा जाता है।

Aggression (आक्रामकता):- दूसरों को क्षति पहुँचाने के उद्देश्य से किया गया शाब्दिक या शारीरिक व्यवहार को डोलार्ड ने आक्रामकता की संज्ञा दी है।

Hypothesis (परिकल्पना):- "कुण्ठित व्यक्ति Frustrated Person हमेशा किसी न किसी प्रकार का आक्रामक व्यवहार करता है और सभी तरह के आक्रामक व्यवहार वस्तुतः कुण्ठा के ही परिणाम होता है।"

09/05/20

Dr. S.K. Suman
Asst. Prof.
Dept. of Psychology
Marwari College, Darbhanga

Scanned with CamScanner