3rd (H) - U-I

Q- Nature of Introspection and merits and demerits of this method.

Ans:- i) মনোবিজ্ঞানে যে তিনটি পদ্ধতি প্রচলিত, তাদের মধ্যে অন্তর্দর্শন (Introspection) হল অন্যতম একটি পদ্ধতি, অন্তর্দর্শন বলতে যে পদ্ধতির সাহায্যে ব্যক্তি নিজের মানসিক অবস্থা ও ক্রিয়া পর্যবেক্ষণ করে থাকেন তাকে অন্তর্দর্শন বলে।

বর্তমানে মনোবিজ্ঞানে 'অন্তর্দর্শন' পদ্ধতির একটি বিশিষ্ট অর্থ আছে, এর অর্থ যে কোন মানসিক অবস্থার প্রতি মনোযোগ প্রদানকে অন্তর্দর্শন বলা যায় না। অন্তর্দর্শন হল অভিজ্ঞতার একটি বিশেষ অবস্থা। মনোবিদ Stout বলেছেন যে, একটি অভিজ্ঞতার বিষয় দিক থেকে তিনটি স্তরে ভাগ করা যায়। প্রথম স্তরে অভিজ্ঞতা হল অনুভব। অভিজ্ঞতার এই স্তরকে প্রাক্-বৈজ্ঞানিক স্তর বলা হয়। এই স্তরে অনুভূত বিষয় সম্পর্কে কোন চিন্তা বিশ্লেষণ করা হয় না বলে একে নিম্নতম স্তরও বলা হয়।

দ্বিতীয় স্তরে ব্যক্তি তার মানসিক অবস্থা সম্পর্কে চিন্তা-ভাবনা ও চিন্তা বিশ্লেষণ করে। (সেখানে এই স্তর প্রত্যক্ষ।) তৃতীয় স্তরটি হল বিজ্ঞানসম্মত অন্তর্দর্শনের স্তর। এই স্তরে মানসিক প্রক্রিয়াগুলির সূক্ষ্ম বিশ্লেষণ করে মনোবিজ্ঞানের সাহায্য নেয়।

সুতরাং বলা যায়, মানসিক প্রক্রিয়া সম্পর্কে জানার জন্য ব্যক্তি যখন নিজের মনের সাহায্যে নিজের মানসিক অবস্থা ও প্রক্রিয়ার স্বরূপ এবং প্রকৃতি পর্যবেক্ষণ করে তখন তাকে বলা হয় অন্তর্দর্শন। মনোবিদ Stout বলেন, অন্তর্দর্শন হল নিজের অভিজ্ঞতার প্রতি মনোযোগী হওয়া, তাঁর ভাষায়, "To introspect is to attend to one's own experience."

অন্তর্দর্শনের গুণ বা সুবিধা:- i) অন্তর্দর্শন মনোবিজ্ঞানের নিজস্ব পদ্ধতি, যদিও মনোবিজ্ঞানে পর্যবেক্ষণ ও পরীক্ষণের উপর

নির্ভর করতে হয়, তবু মানুষ নিজের প্রতিভার প্রকৃতপক্ষে কোনো ও কিছু নতুন ও সৃজনশীল নিজের করে দেখানো উচিত হয় বলে মনে হয়।

2) ইন্টারনেটের সাহায্যে মানুষের প্রতিভাগুলির সর্বোচ্চ বিকাশ সম্ভব পাওয়া সম্ভব। কিন্তু ইন্টারনেট ব্যবহারকারী উন্নতি প্রতিভাগুলির বিকাশ করতে পারে না।

3) তবুও পৃথিবীতে যে কোনো সময়ে ও যে কোনো স্থানে এর মানুষের প্রতিভাগুলিকে ইন্টারনেটের সাহায্যে পরিবর্তন করতে পারে।

4) কোন কোন সময় ইন্টারনেটের সাহায্যে পাওয়া মানুষের এই সম্পূর্ণ নির্ভরযোগ্য না হলেও বিজ্ঞানীদের গবেষণা ব্যবহারের জন্য ছাত্রদের উপাদানের সহায়ক হিসাবে ব্যবহার করে যথেষ্ট নির্ভরযোগ্য সাহায্য করে থাকে।

5) ইন্টারনেট নিজেই যে কোনো সময়ে ও যে কোনো স্থানে কাজ করে, তবে এই ব্যবহারের জন্য কোনো সফটওয়্যার বা কম্পিউটারের প্রয়োজন হয়না, মোবাইল এবং অন্য অন্যান্য কোন প্রয়োজন হয়না।

<u>ইন্টারনেটের অসুবিধা</u>:— কিন্তু উপরোক্ত সুবিধা থাকলেও গভীরভাবে ভাবলে দেখা যায় যে, ইন্টারনেটের সুবিধার চেয়ে অসুবিধাই বেশী, যেমন—

1) ইন্টারনেটের সাহায্যে জানা যায় যে মানুষের প্রতিভাগুলির পরিবর্তন হয়। সেগুলি অলস ও নির্ভরশীল, কারণ মানুষ সব রকম অলসতা ও অজ্ঞতার বিষয়ে নির্ভর করে যে নিজের মানুষের প্রতিভাগুলিকে অলস করে তোলে, তাই নিজের চিন্তা করে বুঝতে শিখে না, এই মানুষের কাছে হিসাবে ইন্টারনেট সম্পূর্ণভাবে কাম্য নয়।

2) মানুষ উন্নতি হল চেতনা ও অনুভূতি, মানুষ কোন জিনিস নিজের চিন্তা করে বুঝতে শিখে। সেই জন্য হয় নিজের মানুষ যখন নিজে মানুষের অনুভূতি দিয়ে জ্ঞান পাওয়া বুঝতে হবে।

3) অনেকের মতে মানসিক প্রক্রিয়া সমূহ- জটিল, অস্থির চঞ্চল ও ক্ষণস্থায়ী। এই সব মানসিক প্রক্রিয়ার অন্তর্দর্শন করতে গেলে অন্তর্দর্শনের আগেই তাদের বিলীন হয়ে যায়, ফলে তাদের সঠিক অন্তর্দর্শন সম্ভব হয় না।

4) জড়বাদী দার্শনিক Comte-এর মতে, অন্তর্দর্শন দ্বারা নিরূপিত হয় না। কারণ একই মন একইসঙ্গে দ্রষ্টা এবং অন্যদিকে দৃশ্য। কিন্তু একই মনের পক্ষে একইসঙ্গে দুভাগে বিভক্ত হওয়া সম্ভব নয়। সেজন্য Comte এর মতে, অন্তর্দর্শন কোনোমতেই সম্ভব নয়। মনোবিদ Maudsley এর মতানুসারে, একই সময়ে মন অন্তর্মুখী ও বহির্মুখী হতে পারে না, তাই অন্তর্দর্শন সম্ভব নয়।

5) অনেকের মতে, অন্তর্দর্শন কোনোভাবেই সম্ভব নয় এবং যাকে আমরা অন্তর্দর্শন বলি সেটা আসলে অতীতদর্শন ছাড়া কিছুই নয়। তাঁরা বলেন, "Introspection is nothing but retrospection." কোনো সময় আমরা রাগ হই, তখন তৎক্ষণাৎ অন্তর্দর্শন সম্ভব নয়, এটা সম্ভব হয় তখনই যখন ক্রোধ প্রশমিত হয়। সুতরাং তখন সেটা নিছক অন্তর্দর্শন না হয়ে পশ্চাদ্দর্শন হয়ে দাঁড়ায়।

6) আচরণবাদী মনোবিদ Watson এর মতে, অন্তর্দর্শন পদ্ধতি অবৈজ্ঞানিক ও অনির্ভরযোগ্য। কারণ অন্তর্দর্শন ব্যক্তিনিষ্ঠ পদ্ধতি হওয়ায় অন্তর্দর্শনলব্ধ তথ্য সঠিক ও সুনিশ্চিত হয় না।

7) অন্তর্দর্শনের ক্ষেত্র খুব সীমিত। কারণ অন্তর্দর্শন কেবলমাত্র প্রাপ্তবয়স্ক ও স্বাভাবিক মানুষেরই সম্ভব হয়। কিন্তু, উন্মাদ, শিশু, ইতর প্রাণী প্রভৃতি যারা নিজেদের মানসিক অবস্থা ভাষায় প্রকাশ করতে পারে না, তাদের ক্ষেত্রে কোনো ভাবেই এই পদ্ধতি অচল।

8) অনেকে মনে করেন যে, অন্তর্দর্শনের মাধ্যমে অচেতন মনের বিষয়ে জ্ঞান লাভ করা সম্ভব নয়। কারণ অন্তর্দর্শন দ্বারা কেবলমাত্র চেতন মনের ক্রিয়া-প্রতিক্রিয়াগুলিকে জানা যায়, অচেতন মানসিক ক্রিয়া-প্রতিক্রিয়াগুলি জানা যায় না।

৩। [illegible]

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

— o —

3rd (H)-U-II

Freud's theory of Dream

Ans:— স্বপ্ন (dream) হল নিদ্রাকালীন ঘুমের অবস্থা, অচেতন কাল্পনিক অবস্থা বা, সত্যিই জাগ্রত নিদ্রিত অবস্থার অন্তর্বর্তী স্তরে ব্যক্তির স্বপ্নের দৃশ্য এবং ঘটনাবলী নিয়ে যে বিভিন্ন কল্পনা দেখা যায়, তাকেই সাধারণত: স্বপ্ন বলে মনে হয়ে থাকে। স্বপ্ন সম্বন্ধে অনেক আলোচনাই হয়ে থাকে, তবু স্বপ্নের প্রকৃত স্বরূপ সম্পর্কে এখনো মনোবিজ্ঞানীদের মধ্যে নানা মতভেদ দেখা যায়। Boaz বলেন, স্বপ্ন রহস্যময়, স্বপ্নের কারণ এবং স্বপ্নের প্রকৃতি খুব প্রাচীন অতীতের আদিম প্রকৃতির মত আদিবাসীদের লোকের মনে হত যে, স্বপ্ন দেখার এবং ভূত ভবিষ্যতের আভাস এবং অলৌকিক ঘটনার ফল।

Delbeauf বলেছেন, স্বপ্ন দেখা ভাবনার ব্যাপার নয়। ক্লান্ত অবস্থায় যে সব মানসিক ক্রিয়া হয়ে থাকে। স্বপ্ন তাই বিশ্রামের জন্য দেখতে পাওয়া যায়। আবার Scherner বলেছেন, ঘুমন্ত অবস্থায় আত্মার জেগে ওঠার প্রতীকের ক্রিয়াকলাপের নিয়মই আত্মার মন স্বপ্ন দেখে তোলে। Shopenhower বলেছেন, স্বপ্ন হল ক্ষণিকের পাগলামি, আর পাগলামি হল দীর্ঘ স্বপ্ন।

তবে স্বপ্ন সম্পর্কে এ ধরনের বিভিন্ন মতবাদের বৈজ্ঞানিক তেমন কোন মূল্য নেই। মনোবিজ্ঞানীদের স্বপ্ন সম্পর্কে নতুন ধারণার প্রবর্তক হিসেবে আমরা পাই Sigmond Freud. তিনি 1900 সালে প্রকাশিত 'The Interpretation of Dreams' নামক গ্রন্থে সর্বপ্রথম স্বপ্নের বিজ্ঞানভিত্তিক ব্যাখ্যা দেন। তাঁর মতে, স্বপ্ন হল অবদমিত অতৃপ্ত কামনা বাসনার পরিতৃপ্তির উপায়। বাস্তব জীবনে যে সব ইচ্ছা পরিতৃপ্ত হতে পারে না, স্বপ্নের মাধ্যমে সেগুলির পূরণ হয়। তাঁর ভাষায়, "....wish fulfilment is a main characteristic of dream." তিনি স্বপ্নকে দুই ভাগে ভাগ করেছেন — শিশুদের স্বপ্ন এবং প্রাপ্ত বয়স্কদের স্বপ্ন।

শিশুদের স্বপ্ন :- শিশুমনে অবদমন খুব কম, কিন্তু অপূর্ণ ইচ্ছাগুলি স্বপ্নে পূরণ হয় না এমন নয়, বয়স্ক ব্যক্তিদের মত শিশুরা এই সব ইচ্ছাকে অবদমিত করে রাখে না, তাই আমরা শিশুর মধ্যে কোন অবদমনের দিক নেই এবং ব্যক্তিত্ব কামনাগুলিকে অবদমন করে রাখে না। শিশুর এই ইচ্ছাগুলি স্বপ্নের মধ্যে প্রত্যক্ষভাবে পরিতৃপ্তি লাভ করে। যেমন- কোন শিশু আগের দিন মেলা দেখতে যেতে চেয়েছিল, কিন্তু যেতে দেওয়া হয় নি। রাত্রিবেলায় স্বপ্ন দেখে সে, সে মেলাটি দেখছে। এ ক্ষেত্রে স্বপ্নের মাধ্যমে শিশুর অবদমিত ইচ্ছার প্রত্যক্ষ পরিতৃপ্তি।

প্রাপ্তবয়স্কদের স্বপ্ন :- প্রাপ্ত বয়স্কদের স্বপ্ন শিশুদের স্বপ্নের থেকে ভিন্ন প্রকৃতির। [অবচেতনার স্বপ্নের কোনো বা লোক দেখিয়ে।] প্রাপ্ত বয়স্কদের জীবনের মধ্যে অনেক এমন সব কামনা বাসনা থাকে এবং কোন বাসনা থাকে যে-গুলিকে সমাজ অনুমোদিত পথে পূরণ করা সম্ভব নয়। কারণ যখন সে তার কামনাগুলিকে পূরণ করতে পারে না, তখন সেগুলিকে অবদমন করতে বাধ্য হয়। কিন্তু অবদমিত হলেই কামনাগুলি মন থেকে মুছে যায় না। সেগুলি মনের নিজ্ঞান স্তরে আশ্রয় গ্রহণ করে এবং অবচেতন থেকে মনে অভিব্যক্তি করে পরিতৃপ্তির জন্য অনুসন্ধান করে।

প্রাপ্ত বয়স্কের অবদমিত কামনাগুলি ফ্রয়েড অনুযায়ী Super-Ego-এর জন্য সরাসরি চেতন মনে প্রবেশ করতে পারে না। কেননা Super-Ego হল নৈতিকতার প্রহরীর ভূমিকা পালন করে। কিন্তু ঘুমন্ত অবস্থায় Super-Ego শিথিল থাকলে অবদমিত কামনাগুলি কোন ছদ্মবেশ ধারণ না করেই প্রত্যক্ষভাবে স্বপ্নের মাধ্যমে পরিতৃপ্তি খোঁজে। যেমন, কোন লোভী ব্যক্তি মনে মনে তার নিকটবর্তী আত্মীয়ের মৃত্যুকামনা করে, যাতে তার মৃত্যুর পর সে তার সম্পত্তির উত্তরাধিকারী হতে পারে। কিন্তু বাস্তবে সে নিজের কাছেও সেকথা স্বীকার করতে পারে না, তাই এই ব্যক্তি স্বপ্ন দেখল যে তার আত্মীয়টি মারা গেছে এবং সে তার সমস্ত সম্পত্তির অধিকারী হয়েছে। এ ক্ষেত্রে প্রাপ্ত বয়স্ক ব্যক্তিদের অবদমিত ইচ্ছার প্রত্যক্ষ পরিতৃপ্তি।

কিন্তু সেটিই শেষ কথা নয় যে প্রাপ্ত বয়স্কদের অবদমিত কামনাগুলি স্বপ্নের মাধ্যমে সরাসরি পরিতৃপ্তি হয়। কেননা Super-Ego ঘুমের সময় শিথিল থাকলেও সেটিই শেষ কথা নয় কারণ

থাকে। তখন অবদমিত কামনাগুলির ছদ্মবেশে উপস্থিত হয় এবং আমরা সেগুলোকে সাধারণ জ্ঞান ও প্রবৃত্তির সাহায্যে বুঝতে পারি না বা মনে থাকে না পারি। যেমন- স্বপ্নেতে (লোকটি) দৃষ্টিতে আমার সকল সময় দেখি যে, যে ব্যক্তি উঁচু দিক থেকে আমার অনেক রাগ এবং এই দৃশ্য এক সময় সমাজ থেকে উঠে যাবে এবং নিজে যাবে। এটাই হল অবদমিত-স্বাভাবিক অবদমিত ইচ্ছার আলোকে বাস্তবায়িত।

Freud-এর মতে স্বপ্নের দুটি স্তর আছে — ব্যক্ত স্তর (Manifest content) এবং অব্যক্ত স্তর (Latent content)। স্বপ্নের বিষয়বস্তু অংশটি হল এক অব্যক্ত স্তর এবং যেটা মনে এই বিষয়বস্তু স্বপ্নের প্রকাশিত অংশকে বলা হয় ব্যক্ত স্তর। স্বপ্নের বিষয়বস্তু অংশটি বা অব্যক্ত অংশটি ছদ্মবেশে কোন মনে হয় না প্রকাশিত হয়। স্বপ্নের অব্যক্ত অংশটিই হল স্বপ্নের প্রকৃত অর্থ নির্দেশ করে, কিন্তু স্বপ্নের ব্যক্ত অংশের মধ্যে অব্যক্ত অংশ ছদ্মবেশে প্রকাশ পায়।

Freud এর মতে, যে সব প্রক্রিয়ার মাধ্যমে স্বপ্নের অব্যক্ত অংশ ছদ্মবেশে উপস্থিত হয় এবং স্বপ্নের প্রকৃত অর্থকে গোপন রাখে তাকে বলা হয় স্বপ্নকৃতি বা Dreamwork. Knight এবং Knight এর মতে, "The dream work is the process by which the latent content is transformed into the manifest content." এই স্বপ্নকৃতির কতগুলি কৌশল আছে। এই কৌশলগুলির মধ্যে উল্লেখযোগ্য কয়েকটি কৌশল হল — ঘনীভবন, স্থানান্তরীকরণ, নাটকীয়করণ, প্রতীকায়ন ও গৌণ বিস্তারণ।

সমালোচনা:— Freud এর মনোবিজ্ঞানীদের মতে নিদ্রার সময় নিষ্ক্রিয় থাকে, যা সত্যিকার বলে মনে হয় না, অবদমিত ইচ্ছা যে স্বপ্নের মধ্যে প্রকাশিত হয় এবং কোন কোন স্বপ্ন অবদমিত কামনার যে প্রকাশ পায় তাও সত্যিকার বলে মনে হয় না। কিন্তু শুধু Freud এর মতবাদের ব্যাখ্যাটি গ্রহণযোগ্য বলে মনে হয় না।

মূল্যায়ন:- Freud এর মতে স্বপ্ন মানুষের অবদমিত যৌন কামনার প্রতীক বা ইচ্ছার বাস্তবায়ন। কিন্তু সমালোচকদের মতে কোন কোন স্বপ্ন অবদমিত যৌনকামনার প্রকাশ হলেও সব স্বপ্নের মূলেই যৌন কামনার অবদমিত ইচ্ছা বলে মনে হয় না।

দ্বিতীয়তঃ- Freud যেমন যৌন কামনাকে একমাত্র মৌলিক প্রবৃত্তি বলেছেন, তেমনি অন্যান্য মনোবিদ যৌন কামনা ছাড়াও অন্যান্য প্রবৃত্তিকে মানুষের আচরণের মূল বলেছেন। Adler এর মতে ক্ষমতা হল মৌল অন্যান্য প্রবৃত্তিগুলির প্রকৃতি নয়। আবার Jung এর মতে মৌল মানস তাগিদ জীবনের বিভিন্ন অবস্থায় প্রকাশিত হয়।

তৃতীয়তঃ- মনোবিদ Woodworth এর মতে প্রবৃত্তির নির্দিষ্ট সংখ্যা নির্ধারণ করা কঠিন। পরিস্থিতি অনুযায়ী তাগিদ অন্তর্নিহিত নির্দিষ্ট মনে করা যায় না, এ সম্বন্ধে বলা যায়।

চতুর্থতঃ- মনোবিদ McDougall বলেছেন, "প্রত্যেক মানুষের স্বভাব মেনে মেনে মানুষ সামাজিক জীব হতে পারে, কিন্তু প্রবৃত্তির সংখ্যা নির্ধারণ করা সম্ভব নয়। কিন্তু প্রবৃত্তি মানুষের স্বাভাবিক প্রবণতা মানুষের মৌল যুক্তিযুক্ত ভিত্তি নেই।"

———— o ————