© UNIVERSAL RESEARCH REPORTS | REFEREED | PEER REVIEWED
ISSN : 2348 - 5612 | Volume : 09 , Issue : 02 | April - June 2022

भारतीय खिलाड़ियों के व्यक्तित्व पर एक लघु अध्ययन

भूपेश *कुमार तिवारी*
विषय– शारीरिक *शिक्षा*
शोध निर्देशक का नाम– डॉ. शशांक *राठौर, असिस्टेंट प्रोफेसर*
*(*ओ.पी.जे.एस. विश्वविद्यालय चुरू, राजस्थान*)*

सार

व्यक्तित्व एक मनोवैज्ञानिक अवधारणा है। इसका प्रयोग लोगों द्वारा व्यापक रूप में किया जाता है। किसी के रंग रूप, शारीरिक बनावट, वेशभूषा, सौंदर्य आदि बाह्य लक्षणों के आधार पर प्रायः व्यक्ति के व्यक्तित्व के बारे में बताया जाता है। इस तरह व्यक्ति के शरीर की बाहरी दिखावट को उसका व्यक्तित्व समझा जाता है। परंतु यह पूर्ण रूप से सत्य और उपयुक्त नहीं है। क्योंकि एक अच्छे व्यक्तित्व वाले व्यक्ति के लिए उसकी शारीरिक बनावट के अतिरिक्त उसके आंतरिक भावनाएं, उनकी सोच, उनकी मानसिकता, चिंतन शक्ति, सामाजिकता, व्यवहार, आत्माविश्वास, आत्मनिर्भरता, प्रभुत्व भावना जैसे महत्वपूर्ण लक्षणों को भी देखा जाता है आंतरिक एवं बाहरी रूपों से ही व्यक्तित्व का निर्माण होता है और वह एक अच्छे व्यक्तित्व वाला इंसान बन जाता हैं। एक व्यक्ति में अच्छे एवं बुरे दोनों ही गुण होते हैं व्यक्ति के इन गुणों के आधार पर उस व्यक्ति के व्यक्तित्व के बारे में बताया जाता है।

मुख्य शब्दः– व्यक्तित्व, आंतरिक और व्यवहार।

व्यक्तित्व की प्रकृति

व्यक्तित्व की अवधारणा और प्रकृति को समझने के लिए हमें व्यक्तित्व की कुछ विशेषताओं को समझना होगा।

1. इसमें शारीरिक और मनोवैज्ञानिक दोनों घटक होते हैं।
2. व्यवहार की दृष्टि से इसकी अभिव्यक्ति हर व्यक्ति में अनन्य होती है।
3. इसकी मुख्य विशेषताएं समय के साथ आसानी से बदलती नहीं हैं।
4. व्यक्तित्व गत्यात्मक होता है क्योंकि इसकी कुछ विशेषताएं आंतरिक और बाहरी स्थितिपरक मांगों के कारण परिवर्तित हो सकती हैं।

व्यक्तित्व को निम्नलिखित रूप में विश्लेषित किया जा सकता है :–

मनोशारीरिक तन्त्र :–

व्यक्तित्व एक ऐसा तन्त्र है जिसके मानसिक तथा शारीरिक दोनों ही पक्ष होते हैं। यह तन्त्र ऐसे तत्वों का एक गठन होता है जो आपस में अन्तःक्रिया करते हैं। इस तन्त्र के मुख्य तत्व शीलगुण, संवेग, आदत, ज्ञानशक्ति, चित्तप्रकृति, चरित्र, अभिप्रेरक आदि हैं जो सभी मानसिक गुण हैं। परन्तु इन सब का आधार शारीरिक अर्थात व्यक्ति के ग्रन्थीय प्रक्रियाएं एवं तंत्रिकीय प्रक्रियाएं हैं।

गत्यात्मक संगठन

गत्यात्मक संगठन से तात्पर्य यह होता है कि मनोशारीरिक तन्त्र के भिन्न–भिन्न तत्व जैसे शीलगुण, आदत आदि एक–दूसरे से इस तरह संबंधित होकर संगठित हैं कि उन्हें एक–दूसरे से पूर्णतः अलग नहीं किया जा सकता। इस संगठन में परिवर्तन सम्भव है।

बाल मनोविज्ञान और शिक्षा शास्त्र

संगतता

व्यक्तित्व में व्यक्ति का व्यवहार एक समय से दूसरे समय में संगत होता है। संगतता का तात्पर्य यह है कि व्यक्ति का व्यवहार दो भिन्न अवसरों पर भी लगभग एक समान होता है। व्यक्ति के व्यवहार में इसी संगतता के आधार पर उसमें संबंधित शीलगुण होने का अनुमान लगाया जाता है।

वातावरण में अपूर्व समायोजन का निर्धारण

प्रत्येक व्यक्ति में मनोशारीरिक गुणों का एक ऐसा गत्यात्मक संगठन पाया जाता है कि उसका व्यवहार वातावरण में अपने–अपने ढंग का अपूर्व होता है। वातावरण समान होने पर भी प्रत्येक व्यक्ति का व्यवहार, विचार, होने वाला संवेग आदि अपूर्व होते हैं। जिसके कारण उस वातावरण के साथ समायोजन करने का ढंग भी प्रत्येक व्यक्ति में अलग–अलग होता है।

इसलिए हम कह सकते हैं कि व्यक्तित्व में भिन्न–भिन्न शीलगुणों का एक ऐसा गत्यात्मक संगठन होता है जिसके कारण व्यक्ति का व्यवहार तथा विचार किसी भी वातावरण में अपने ढंग का अर्थात् अपूर्व होता है।

व्यक्तित्व के उपागम

व्यक्तित्व के स्वरूप की व्याख्या के लिए अनेक उपागम बताए गए हैं। इसी के तहत अनेक सिद्धान्तों का प्रतिपादन भी विभिन्न विद्वानों ने किया है। जैसेः–

प्रकार उपागम या सिद्धान्त :–

प्रकार सिद्धान्त या उपागम व्यक्तित्व का सबसे पुराना सिद्धान्त है। इस सिद्धान्त के अनुसार व्यक्ति को विभिन्न प्रकारों में बांटा जाता है और उसके आधार पर उसके शीलगुणों का वर्णन किया जाता है।

मार्गन, किंग, विस्ज तथा स्कोपलर के अनुसार व्यक्तित्व के प्रकार से तात्पर्य, ''व्यक्तियों के एक ऐसे वर्ग से होता है जिनके गुण एक–दूसरे से मिलते जुलते हैं।

जैसे :– अन्तर्मुखी व्यक्तित्व। ये लोग संकोचशील, एकांतवास, कम बोलना, हाजिर जवाब न होना आदि गुण पाए जाते हैं।

पियाजे का संज्ञानात्मक विकास सिद्धांत

शारीरिक गुणों के आधार पर –

युनानी विद्वान हिप्पोक्रेटस ने शरीर द्रवों के आधार पर – व्यक्तित्व के चार प्रकार बताएं है। ये मूल रूप से चिकित्साशास्त्री थे। इनके अनुसार शरीर में चार मुख्य द्रव पाये जाते हैं – पीला पित्त, काला पित्त, रक्त तथा कफ या श्लेष्मा।

प्रत्येक व्यक्ति मे इन चारों द्रवो में से कोई एक द्रव अधिक प्रधान होता है और व्यक्ति का स्वभाव या चिन्तप्रकृति इसी की प्रधानता से निर्धारित होता है। इन्होंने अपनी पुस्तक नेचर ऑफ मैन में इसका जिक्र भी किया है। इनके अनुसार :–

1. आशावादी
2. क्रोधी
3. मंद

उदासीन ये चार प्रकार के व्यक्तित्व होते हैं।

व्यक्तित्व आंकलन

व्यक्तित्व आंकलन की प्रमुख तीन प्रविधियां होती हैं–

1. व्यक्तिगत प्रविधि
2. वस्तुनिष्ठ प्रविधि
3. प्रक्षेपण प्रविधि

(1) व्यक्तिगत प्रविधि :–

जब मूल्यांकनकर्ता की व्यक्तिगत विशेषताएं मूल्यांकन प्रक्रिया को प्रभावित करती हैं तो वे व्यक्तिगत विधि कहलाती हैं। इसके अन्तर्गत प्रमुखतः साक्षात्कार विधि, जीवन इतिहास विधि आत्मकथा व प्रश्नावली विधि आती है।

साक्षात्कार विधिः–

साक्षात्कार विधि की सहायता से शोधकर्ता प्रयोजन के स्वयं के अनुभवों के बारे में अच्छी सूझ उत्पन्न कर सकता है और इस प्रकार व्यक्ति के उन सार्थक पक्षों के बारे में जान सकता है जिनके बारे में अन्य किसी संगठित व पूर्व निर्धारित परीक्षण द्वारा नहीं जाना जा सकता है।

जीवन इतिहास विधिः–

इस विधि में बालकों की समस्याओं का अध्ययन करने के लिये एक केस विवरण या इतिहास तैयार किया जाता है। बालक द्वारा पिछले कई वर्षों में की गई अन्तःक्रियाओं का एक विशेष रिकार्ड तैयार किया जाता है। इन अन्तः क्रियाओं का विश्लेषण करके बालक के बारे में समस्त जानकारी प्राप्त की जाती है। इसमें बालक के बारे में समस्त सूचनायें संकलित की जाती हैं।

(2) वस्तुनिष्ठ प्रविधि :–

इसमें मूल्यांकनर्ता की व्यक्तिगत विशेषताएं मूल्यांकन की प्रक्रिया को प्रभावित नहीं करती। इसके अन्तर्गत आने वाली प्रमुख विधियां– निरीक्षण विधि, समाजमिति विधि, व्यक्तित्व प्रश्नावली मापनियां, कोटिक्रम मापनी आदि आते हैं।

व्यक्तित्व प्रश्नावली :–

कुछ मनोवैज्ञानिकों द्वारा व्यक्तित्व को मापने हेतु प्रमापीकृत प्रश्नावलियों का निर्माण किया गया है जिनकी सहायता से लोगों के शीलगुणों के बारे में जाना जा सकता है।

समाजमिति–

इस विधि द्वारा प्रत्येक व्यक्ति के आपसी स्वीकार व तिरस्कार की बारम्बारता द्वारा सामूहिक संरचना का अध्ययन किया जाता है। यह एक समूह के व्यक्तियों में आपसी सम्बन्धों का अध्ययन करती हैं। यह समूह में व्यक्ति की स्थिति व उसके स्तर को बताती है। इसके माध्यम से एक बड़े समूह में व्याप्त छोटे–छोटे समूहों की भी जानकारी मिलती है। इसके माध्यम से निम्न बातों को जाना जा सकता है। मुख्यतः लिखित बातों की जानकारी दो तरह से प्राप्त की जा सकती है–

- सोशियोंमीट्रिक मेट्रिशस
- सोशियोंग्राम

(3) प्रक्षेपण प्रविधि :–

यह प्रक्षेपण के प्रत्यय पर आधारित है। फ्रायड के अनुसार प्रक्षेपण एक ऐसी अचेतन प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति अपने अपूर्ण विचारों, मनोवृत्तियों, इच्छाओं, संवेगों तथा भावनाओं को दूसरे व्यक्तियों या वस्तुओं पर आरोपित करता है। इसके अन्तर्गत आने वाले प्रमुख परीक्षण इस प्रकार हैः–

1. रोर्शा का इंक ब्लाट परीक्षण
2. थीमेटिक अपरशैप्सन परीक्षण
3. वाक्यपूर्ति परीक्षण
4. रोजनबिग पिक्चर फ्रस्टेशन परीक्षण

5. ड्रा ए मैन परीक्षण

इस प्रकार व्यक्तित्व स्तिथियों के प्रति अनुकूलनशील होता है। किसी व्यक्ति के व्यक्तित्व के आंकलन के बाद उसके व्यवहार का अनुमान लगाना आसान होता है। हालांकि स्थितिजन्य कारक व्यवहार की अभिव्यक्ति को प्रभावित करते हैं बावजूद इसके मानव व्यवहार में निरंतरता पाई जाती है। व्यक्तित्व की प्रकृति को समझने के लिए विभिन्न निम्नलिखित दृष्टिकोण (उपागम)

व्यक्तित्व के गुण या अच्छे व्यक्तित्व के गुण :

- ✓ **शारीरिक गुणः**

  व्यक्ति के शारीरिक दोनों के अंतर्गत शरीर की लंबाई, चौड़ाई, भार, आवाज, मुखाभिव्यक्ति, रूप, रंग, आंखों की रचना तथा मन है। आकर्षक रंग, रूप, अच्छी वाणी, अच्छी कद और अच्छा स्वास्थ्य अच्छे व्यक्तित्व की विशेषता होती है।

- ✓ **.मानसिक गुणः**

  उच्च स्तर का बुद्धि अच्छी चिंतन शक्ति तार्किक शक्ति सृजनशीलता कल्पनाशील उत्तम विचार आदि अच्छे व्यक्तित्व के गुण हैं बुद्धि स्वाभाव तथा चरित्र तीनों ही व्यक्तित्व का निर्माण करते हैं सामान्य मंद तथा उत्कृष्ट बुद्धि वाले व्यक्तियों के व्यक्तित्व में तदनुरूप विभिन्नता पाई जाती है। सामान्य तथा मन्द बुद्धि के लोग कुछ बुद्धि वालों का अनुकरण करते हैं स्वभाव के अंतर्गत आशावादी, निराशावादी, चिड़चिड़ा तथा अस्थिर व्यक्ति आते हैं चरित्र के अंतर्गत सामाजिक धार्मिक विश्वास नैतिक मान्यताएं तथा आचरण नहीं होते हैं।

- ✓ **सामाजिक गुण**

  व्यक्तित्व का सर्वाधिक सशक्त पक्ष उसके सामाजिक गुण हैं इन्हीं गुणों के कारण व्यक्ति लोकप्रिय होता है। सामाजिकता, परोपकार की भावना, दया की भावना, नैतिकता सहयोग की भावना, भाईचारा की भावना इत्यादि व्यक्ति के अच्छे गुण होते हैं।

- ✓ **संवेगात्मक गुण :**

  उच्च आकर्षक उद्देश्य पूर्णता आशावादी एवं ईर्ष्या भाव मुख्य संवेगिक स्थिरता आदि की प्रमुख विशेषता है।

- ✓ **चारित्रिक गुण**

  जिन व्यक्ति में संकल्प शक्ति ईमानदारी निष्ठभाव देश प्रेम भ्रातृत्व मातृत्व कर्तव्य प्राण्यता इत्यादि व्यक्ति के अच्छे गुण होते हैं। एक मनुष्य के चरित्र का उसके व्यक्तित्व का निर्माण करने में अत्यंत योगदान रहता है। मैं सच्चा या झूठा हूं दूसरों के साथ ईमानदारी करता हूं या बेईमानी दूसरों की चीज को हथियाने में मुझे शर्म है या नहीं। जो व्यक्ति झूठ बोलता है बेईमान है चोर है उसका चरित्र ठीक नहीं समझा जाता। जिसका चारित्रिक ठीक नहीं होता उसका व्यक्तित्व शारीरिक रूप से भले ही आकर्षक हो उसकी पोल शीघ्र ही खुल जाती है। महात्मा गांधी सुंदर व आकर्षक ना थे परंतु उनके चरित्र के ही कारण उनका व्यक्तित्व असाधारण रूप से आकर्षक था विश्वा में उनकी पूजा होती है।

- ✓ **आत्मचेतनाः**

  व्यक्तित्व की प्रमुख विशेषता व्यक्ति में आत्म चेतना का होना है जिसका तात्पर्य व्यक्ति का या ज्ञान है कि वह कौन है समाज में उसकी क्या स्थिति है तथा अन्य लोग उसके बारे में क्या सोचते हैं इसकी

ज्ञान को आत्म चेतना के रूप में जाना जाता है। जो कि मनुष्य में ही पाया जाता है। प्रत्येक व्यक्ति को समाज के संदर्भ में अपने अस्तित्व का ज्ञान आवश्यक है यही ज्ञान उसके व्यवहार को प्रेरित करता है।

- ✓ **सामाजिकता**

  व्यक्ति की सामाजिक कुशलता जिसमें वह समाज के अन्य व्यक्तियों के संपर्क में आकर अन्तः क्रिया करता है। समाज को समझता है तथा समाज में उनकी पहचान बनती है सामाजिकता के रूप में जानी जाती हैं। या व्यक्तित्व के विकास में प्रमुख घटक है।

- ✓ **शारीरिक एवं मानसिकः**

  शरीर व मस्तिष्क बेटी के प्रमुख अंग हैं इसमें किसी प्रकार की गड़बड़ी व्यक्तित्व के विकास में बाधक हो सकती हैं अतः शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य का होना व्यक्तित्व के विकास के लिए अति आवश्यक है।

- ✓ **सामंजस्यः**

  व्यक्तित्व के अनेक विमाएं एवं क्षेत्र होते हैं जिनसे व्यक्तित्व का निर्माण होता है जैसे विभिन्न शीलगुण व्यवहार संरचना रहन सहन तथा गति आदि इन सभी के बीच सामंजस्य स्थापित करना व्यक्तित्व की विशेषता है।

निष्कर्ष

निष्कर्ष के रूप में हम यह कह सकते हैं कि एक अच्छे व्यक्तित्व के गुण के लिए इन सभी गुणों का होना अत्यंत आवश्यक है लेकिन सभी में सभी गुणों का होना संभव नहीं है इसलिए हर व्यक्ति का व्यक्तित्व अलग–अलग होता है कभी भी किसी का व्यक्तित्व एक समान नहीं हो सकता।

संदर्भ

- बिन्थु माथवन एस। ''अपर बॉडी एंथ्रोपोमेट्रिक पैरामीटर्स और हैंडबॉल प्लेयर्स के थ्रोइंग परफॉर्मेंस के बीच संबंध।'' इंटरनेशनल जर्नल ऑफ साइंटिफिक एंड रिसर्च पब्लिकेशन्स (2012), खंड 2(9): 1–3।
- ब्रैडशॉ ई। ''जिमनास्टिक्स में लक्ष्य–निर्देशित रनिंगः वॉल्टिंग का एक प्रारंभिक अन्वेषण''। इंट जे। विकार खाओ। 2013 सितंबर, 34(2):.244–250.
- चक्रवर्ती, एसके, ''रिलेशनशिप ऑफ आर्म स्ट्रेंथ, लेग स्ट्रेंथ, ग्रिप स्ट्रेंथ, एजिलिटी, फ्लेक्सिबिलिटी एंड बैलेंस टू परफॉर्मेंस इन जिम्नास्टिक'', अप्रकाशित डॉक्टरेट थीसिस, जीवाजी यूनिवर्सिटी, 2020।
- चौधरी, बिनोद बोरमन, आलोक सेन और बर्मन, सुजान। ''पश्चिम मेदिनीपुर के इंटरडिस्ट्रिक्ट खिलाड़ियों की चयनित समन्वय क्षमता के साथ कबड्डी प्रदर्शन का संबंध।'' खेल और शारीरिक शिक्षा के आईओएसआर जर्नल (2014) खंड 1(6): 50–52।
- देवराजू के। ''कॉलेज स्तर के खिलाड़ियों के बीच चयनित मनोवैज्ञानिक चर से कबड्डी में खेलने की क्षमता की भविष्यवाणी।'' इंटरनेशनल जर्नल ऑफ रीसेंट रिसर्च एंड एप्लाइड स्टडीज (2014), खंड 1, अंक 6(16): 65–67
- देवराजू, के। और कालिदासन, आर। ''कॉलेज स्तर के खिलाड़ियों के बीच चयनित मानवशास्त्रीय और भौतिक चर से कबड्डी खेलने की क्षमता की भविष्यवाणी।'' सूचना प्रौद्योगिकी के एशियाई जर्नल (2012), 11(4): 131–134.

- देवराजू, के। और नीधिराजा, ए। ''कॉलेज स्तर के खिलाड़ियों के बीच चयनित मानवशास्त्रीय, शारीरिक, और मनोवैज्ञानिक चर से कबड्डी में खेलने की क्षमता की भविष्यवाणी।'' इंटरनेशनल जर्नल ऑफ मैनेजमेंट (2012), वॉल्यूम 3 (2): 150–157।
- गौर सांसद ''चयनित मानवशास्त्रीय माप और महिला बैडमिंटन खिलाड़ियों के प्रदर्शन के बीच संबंध।'' वैश्विक अनुसंधान विश्लेषण (2013), खंड 2(8): 168–169।
- जॉर्ज अब्राहम। ''दक्षिणी क्षेत्र में युवा भारतीय एथलीटों के एंथ्रोपोमेट्री, शारीरिक संरचना और प्रदर्शन चर का विश्लेषण।'' इंडियन जर्नल ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी, (दिसंबर 2010), खंड 3(12): 1210–1213।
- घोष, महाप्रसाद और कुंडू, ब्रजनाथ। ''खो–खो कौशल में प्रदर्शन के निर्धारकों के रूप में शारीरिक, शारीरिक और मानवशास्त्रीय उपाय – एक सहसंबंधी अध्ययन।'' मानविकी और सामाजिक विज्ञान आविष्कार के अंतर्राष्ट्रीय जर्नल (अगस्त 2014), खंड 3(8): 04–12।