System Psy.

Dr. Sunil Kr. Suman
Assistant Professor
Dept. of Psychology
D.B. college Jaynagar,
L.N.M.U. Darbhanga

Study material
B.A. Part-II(H)
Paper-IV
Date:-
DO-Next class

# Existential Psychology.

## Basic Tenets of Existential Psychology
## अस्तित्ववादी मनोविज्ञान की मूल सिद्धान्त

(3) अस्तित्ववादी मनोविज्ञान का उद्देश्य व्यक्ति को उसके सम्पूर्ण अस्तित्ववादी वास्तविकता (Total Existential Reality) के सन्दर्भ में समझना है। यह प्रत्येक व्यक्ति की समस्याओं को उसका अस्तित्ववादी वास्तविकता के संदर्भ में अध्ययन करता है न की उसके बारे में एक औसत सामान्यीकरण (average generalization) करता है।

(4) अस्तित्ववादी मनोविज्ञान का सम्बन्ध व्यक्ति के चेतन, भाव, मनोदशा तथा उसके वैयक्तिक अनुभूति जैसा की वे उसके अस्तित्ववादी दुनिया जिसमें अन्य लोग होते हैं, से होता है।

(5) अस्तित्ववादी मनोविज्ञान में कुछ वैसे चिन्तनों पर भी बल डाला जाता है जिसे अस्तित्ववादी दर्शनशास्त्र से लिया गया है। ऐसे चिन्तनों के प्रमुख विषयों में आदमी - आदमी का सम्बन्ध, मानवीय मूल्यों, जिन्दगी का अर्थ, चिन्ता, दुख मृत्यु आदि प्रधान है।

(6) अस्तित्ववादी मनोविज्ञान का सबसे प्रमुख कार्य-क्षेत्र व्यक्तित्व, मनोचिकित्सा (Psychotherapy) तथा परामर्श (Counselling) रहा है।

(7) अस्तित्ववादी मनोविज्ञान बाह्य निर्धारिता (External determinism) की पूर्णत:

अस्वीकृत करता है। इस मनोविज्ञान के अनुसार प्रत्येक व्यक्ति अपने अस्तित्व के लिए स्वयं जवाबदेह होता है। वह अपने अस्तित्ववादी विचारों का मालिक स्वयं होता है। उस पर कोई बाह्य वातावरण का प्रभाव नहीं पड़ता है। वह स्वयं अपने ही यह निर्णय करता है कि वह क्या करेगा या क्या नहीं करेगा।

(5) मानवतावादी मनोविज्ञान के समान अस्तित्ववादी मनोविज्ञान का स्वरूप प्रयोगात्मक (Experimental) नहीं होता है। इसके विश्लेषण की विधि घटना क्रिया प्रधान (Phenomenological) होता है जिसके चेतन के स्वरूप अनुभूतियों तथा आत्मनिष्ठ वास्तविकता (Subjective Reality) का विश्लेषण पर अधिक जोड़ दिया जाता है। इस विधि में उन सभी चीजों का वर्णन किया जाता है जिसे व्यक्ति अनुभव करता है या कल्पना करता है। अस्तित्ववादी मनोविज्ञान में जो घटनाक्रम उन्मुखी विश्लेषण (Phenomenological analysis) होते है, उसके तीन मुख्य पहलू है।

(i) अन्तर्दृष्टि (Intuition) :- इसमें व्यक्ति अपने चेतन अनुभूति पर ध्यान केन्द्रित करता है।

(ii) विश्लेषण (Analyzing) :- इसमें चेतन अनुभूतियों की विभिन्न पहलुओं को पहचान किया जाता है तथा उनके सम्बन्ध पर प्रकाश डाला जाता है।

(iii) वर्णन करना (Describing) :- इसमें व्यक्ति अपने चेतन अनुभूतियों को एक ऐसी भाषा में व्यक्त करता है जिसे अन्य लोग समझ सकें।

स्पष्ट है अस्तित्ववादी मनोविज्ञान के सिद्धान्त बहुत अंश ऐसे है जो मानवतावादी मनोविज्ञान के मूल तत्वों से काफी मिलते जुलते है।

Contd.