પ્રકારણ-૨

સંશોધનનની સેડાનિક ભૂમિકા

2.1 પ્રસાદના

2.2 સેડાનિક ભૂમિકા

2.2.1 મનોભારણી અબ્ધું

2.2.2 મનોભાર મેટલે શું?

2.2.3 હતાશા (Frustration)

2.2.4 સંઘર્ષ (Conflict)

2.2.5 પ્રભાવ (Pressure)

2.2.6 મનોભાર પ્રત્યેખ

2.2.7 મનોભારના કારકો

2.2.8 મનોભારના અસરો

2.2.9 મનોભારની અસરો

2.2.10 મનોભારને હાલની કરાવણી પ્રયુક્તિઓ

2.2.11 મનોભારમાપનની પ્રયુક્તિઓ અને ઉપકરણો

2.3 ઉપસંખાર
2.1 प्रस्तावना

संशोधन समस्या सारे सम्पन्न अर्थ प्रकरणां पुस्तकां, देशी, प्रकाशित के अनुसार संशोधन देशी, सचिवालयांतर्गत अध्ययन द्वारा संशोधनांतर्गत सैद्धांतिक भूमिका स्पष्ट शाखा छ. जे समस्या पर वार्ता संशोधन कर्म कर्म कर छे ते समस्यांतर्गत सैद्धांतिक बाणु रज्जु कर्म संशोधन मार्ग अद्यावधी जरुरी छ. आधी आ प्रकरणां संशोधनांतर्गत सैद्धांतिक भूमिका स्पष्ट करवाली आद्य छ.

2.2 सैद्धांतिक भूमिका

2.2.1 मनोवाचारी अर्थ

मनोवाच के हैं "Stress" शब्दने बोल शब्दों मैं हो गए ते तत्काल शब्दने अनुसार वाचनी सैद्धांतिक बाणु दी. Hans Syle नामां मनोवाचारांकित करतो. ते शब्द व्यक्तिमां ग्राहक मनोवाचारी कर्मांशारे तथापि करते. ते ने तथापि करवले स्पष्ट हो, कारण के तेनी उपकरण जुडा-जुडा बाणुमां जुडा-जुडा चाले ने वाचनां अनुसार मनोवाच (Stress) शब्द मार्गार के मतभेद पार बनी शक्त छ. हॅटलीवाच मनोवाच उपकरणी सार्वजनिक बाणु हो. होंदे. मनोवाच न हो. तो मानवी पोताना कर्मां. जुडाने केहाने ने वाचनां अनुसार घट छ.

Hans Syle (1956) मनोवाचारी अपने आपां जुडावे. होंदे हो.

"Stress is a natural and anticipated feature of the experience of work and life and not all stress results in negative consequences"

Cox (१९७५) पादानन्तर्गत व्यवस्थानां भ्रमण शुभ्रा.

"Stress is a part of a complex and dynamic system of transaction between the person and his environment"
“Effective adjustment cannot be educated with absence of illness or lack of tension and conflict: it implies continuing and integrated progress toward self-fulfillment.”

-James C. Coleman (2001)

“असरकार समायोजन मानवीयी गृहावती हे मनोवार अने संघर्षणी अभाव हे. ते प्रभावित आत्मपुर्णता तरक्कनी तत्त्व अने संक्रिय.”

- अंजन सी. शेखाने

मानवीना ज्ञान गुजारत्ना फूलोनी सेज नाही, परंतु शक्तीपूर्वी वरेडो ताज हे. मानवीना ज्ञानामात व्याप-उठार आणि करे हे. मानवीना ज्ञानामात सुरू अने आंबूरे चे, तेंदू सावे ज मुखेद्वा अने यातनाने पण रोजांना हे. मानवीनी अनेक जुड्यावतया कोण करे. तो आ बजी जुड्यावतया संयोजनातील ती ज्ञानाविषय व तंत्रज्ञान ज्ञान अनेक अचूक आणि ज्ञान व रोज इ. ज्ञानामात आतायात यांनी बौद्धिक मानवी तेंवे व म्हणुन दुष्काळ करी शक्य नाही. जुड्यावतया प्राचीनांनी ठोक विवेचन, निष्कर्षांना, अथवासानिध्य, नुसारे, मानवी अनेक विविध करतो वी मानवी मनोवार अनुभवे हे. मनोवारणे बौद्धिक सामायिकी समस्यांची विशेष विषय हे.

मानवीना रोजिंदा ज्ञानाविषयात मानवी मनोवार व्यावसाय करते तेंती परिस्थितितील उपलब्धता यांनी कमी घडते. आताच परिस्थिती मुखेद्वा वाढते हे. आ वापस योग वाष्पी शोधसही पडते हे. ईतिहास मुखेद्वासारी मार्ग नीती घडते हे. जपये केल्यास अनेक मुखेद्वासे सक्षम जये वेगी पडते हे. अत धर्मावजी मुखेद्वासाच्या साधनांनी करत शकता नाही. ईतिहास मानळे मानवसंस्कृत कसे पाहिजे कसे घडते हे; जपये ईतिहास मानळे मुखेद्वासाच्या कारणी विषय विषय विषय घडते हे अने योगात व्यावसाय सुमारे हे.

२.२.२ मनोवार अंदाजे सुंदर?

जपये मुखेद्वा सादजी तत्कालिक उद्देश्य मेणे नाही, त्यासाठी मानवसंस्कृत करत सुमारे हे ते मनोवार करते हे.
 anlaşma હોવાનું લેવાનું પોતાનું પ્રાર્થના કરીને તેની શરીરીક ઉદ્યોગ હોય છે. તયારે માનવી મનોરાણી વસ્ત્રામાં છે તેમ ક્ષેત્ર બાકી. મનોરાણ ભૂમિશાસ્ત્ર મા અંગે કારણો જવાબદાર હોય છે. કોઈ મનુષ્યે અંગે મનોરાણ પ્રતિસાવ કરી શકે છે. અંગે મનોરાણ પ્રતિસાવ કરી શકે છે. મનોરાણ પ્રતિસાવ કરી શકે છે. 

તયારે માનવી મનોરાણી પીઠવાળી લાગે છે. પત્ની કે ભાઈ અંગે મનોરાણ પીઠ ક્ષેત્ર તે દેખવા માયા માનવી મનોરાણ ઉચ્ચપદ હોય છે. નાનું નાનું પ્રાચીન પ્રતિસાવ કરી શકે છે. નોકરીઓ કપદી હોય છે, પત્ની કે ભાઈ ક્ષેત્ર તે ચાલુ કરી શકે છે. માનવી મનોરાણી કરી શકે છે. 

 મનોરાણ પ્રતિસાવ કરી શકે છે. મનોરાણ પ્રતિસાવ કરી શકે છે. મનોરાણી પીઠ હોય છે. 

• મનોરાણ પ્રકૃતિ અને આધાર 

સમાયોજનની સમસ્યાઓ સમાધાન ને પ્રકૃતિ પરિસ્થિતિઓની ઉત્તમ કરવી છે. તેમાં સમાયોજનની સમસ્યાઓ અશાંત મનોરાણ મૂલ્ય નદાર પ્રકૃતિ અને આધાર દિશા છે; તે નીચભલ્ય પ્રમાણે છે:

11
• क्षतिगत (Frustration)
• कंघर्म (Conflict)
• दबाव (Pressure)

आ अनेक एक ज परिस्थितियों उपस्थिति कोई रहे हे, परंतु आत्मानी सरगमताने भारत आपणे आ अनेकानी वर्ण एक पडली एक जुडी जुडी रीते करिसूं।

2.2.3 क्षतिगत (Frustration)

मानवी पोतांनी ज्वलितातो के यथार्थवादी तृप्ति मात्र इतरांठा प्रवृत्ति करतो होय हे। परंतु मानवी पोतांनी वर्णी ज्वलितातो, यख्याते देशातील कार्यक्रमासों संतोषी शक्ती नवी। मानवी वेळा प्राप्तिवाद्या सार्थांत्रांना आउडक आत्मा परिस्थितीं के अन्य परिस्थितीं अवरोधपूर्व असे हे। आपला वर्णी मानवी मांगणे अन्यव गतिका (Frustration) उत्तरन धाय आहे। मानवी पोतांनी आंकडा संतोषवादी निर्देश जाणे हे त्वरी ज्वलुन क्षतिगत उत्तरन धाय आहे। क्षतिगतांनी बीतू वन्दन्याची उनका भण्या असा श्रुती आपला शक्ती.

ज्वलित-तृप्तीमाणी निश्चितका के अवरोधांने कारखाने के वरी बागीजी जमे हे तेने मनोविश्वासविद्यालय परिभाषामाळा क्षतिगत करू हे।

क्षतिगत आ माहितीतसाधन त्याच मानविक अवस्था हे। ज्वलितात विच मात्राच्या क्षजन के आंकडा घोटांना गणनी होण अनेके ते संगणकपत्रांत अवरोध आवे के निर्देशित मने, त्यामुळे तीत्र क्षतिगत उत्तरन धाय आहे। परंतु क्षतिगतांनी तीत्रताने आवर्त मानवी पोतांनी आंकडांमाणी कुटका मागणासाठी बघी जय के ते ऊपर राहिले होय। क्षतिगत गणवा महत्त्वाची पण हात ही हे.

आपणा रोजिंदा जवांनामांतून बागीजी जमला धरतीं जोपाची मजे हे सिद्धांत जोपाची जय हे, परंतु पिताजी रात्रा न आप,पोतांनी धार्मिक मानच प्रमाण कोट्याव अन्य येथे सेवितने परस्पर जय; मान्यता परिस्थितांना नापास धाय; हाण्यात होय छता जोकी मजे नही येवे.
સાધારણ હતાશાઓ અનુભવ થય છે。

હતાશાઓ ની રખા પ્રમાણે જાણકારક પરિસ્થિતિ આવે છે:

(1) હતાશાઓ પુલીશર્ડ, વિતરા અને આર્ક્વર્ડ કરે છે.

(2) હતાશાઓ વેદવાની અને મનોશારીરિક રોગ થય છે.

(3) હતાશા બનની માનની પોતાની સમજ ઉપલબ્ધ થતા પ્રક્રિયાઓ સમજવાની તેમજ
ઉકેલવાની આગામી નિર્ણય આય છે.

ભોટા ભાગના માનવિકોના જીવનમાં નાગરિકી હતાશાઓ આવતી જ હોય છે.
ખેતીશાળ માનવીપદી પોતાની આધારપત્ર પાર જીતી રહે છે, તો ખેતીશાળમાં હતાશા માનવિક તાજાપ
જીવનની કરે છે. આથવા માનની પોતાની જીવનમાં રસ મુખાવી રહે છે. હતાશા બનેલા
ખેતીશાળ માનવીપદી નીચે મનોશાર લીધી માનવિક સમસ્ત અને શારીરિક સ્વાસ્થ્ય મુખાવી
રહે છે.

• હતાશાએ કારણો

માનની હતાશા ઉત્પન થવા માટે અનેક કારણો જવાબદાર હોય છે. આ
કારણો માટે હતાશા પરિસ્થિતિની અર્થઓ અને આંતરિક વૈષ્ણવકી માધ્યમાં અને બે
કારણો મુક્ખ જવાબદાર હોય છે. આપણે આ કારણો સમજાયાં.

(1) પરિસ્થિતિબદ્ધ અવરોધે

માનની હતાશાઓ મુક્ખ જવાબ પરિસ્થિતિબદ્ધ અવરોધે લીધી ઉદ્દેશ્યની
હોય છે. પરિસ્થિતિબદ્ધ અવરોધે ની મૌખિક સાહસપાક, કુષ્કળ આખો, પ્રતીકાંદ,
વાસ્તવ, રાજકીય, ગામપાત, નાગ ગામપાત, અક્સર માટે માનની હતાશા જવાબદાર
હોય છે. સમાજિક તથા સામાજિક જવાબદાર અને આર્થિક પરિસ્થિતિ પણ હતાશા ઉત્પન
નર માટે અસારેનો સાહસ િજાવે છે. તેજીની વિવિધ ઉપયોગી સાહસ કરવા માટે
હતાશા કરી રહે છે; પરસ્તુ કુદરતી આર્થિક પરિસ્થિતિ ભરાય છે. કોઈ યુવાને અન્ય શાળિની યુવાની સાહજ
cના કરવા હોય છત; પરસ્તુ સમાજિક અંદાઝો નો છે. જેને ટેસ્ટમાં કરીને દીઠ
(2) વૈપરેટક મર્યાદાઓ

મણનીય જીવી આકર્ષણો હોય છે; પરંતુ તેમ કંસલ કરવા માટે પ્રયત્ન શક્તિ હોય તેની નથી. તેથી નિર્જ્ઞાતા મળતી માનવી કલાશ બને છે. તેમ મજા કરવા માટે માનવીને પૂર્વલિંગીન સંખ્યાનો નિર્જ્ઞાતા મળે છે અને પ્રણયકુ તે કલાશ થાપ છે. પ્રયત્ન સૌથી મહત્ત્વની આતામા, અભિવૃહત અભાવ, આચાર્યસતતા અભાવ, આચાર્યસતતા અભાવ, વજુદાંઓ તેમજ કોઈ પણ શાહી રીત કે માનવની જાંટી કે જોનો કોણ તો માનવીની મહેંદ્રાઓ સંસ્કૃતિ અને સદ્ભાવી શાસનો ઘાતક અને આખો કલાશ ઉપલબ્ધ કરવા માટે સમાચાર હોય છે.

- આપણી સંસ્કૃતિની કેટલીક સમાધાન કલાશો

આજની આપણી સંસ્કૃતિમાં સંસ્કૃતિમાં કલાશાના પ્રસંગો અને કાર બને છે, કલાશાના આતમ પ્રસંગની પાઠી પૂર્ણ જ વાંખી બને છે. પરંતુ અહી આતમ કલાશ ઉપલબ્ધ કરે કેટલીક સમાધાન પ્રસંગો નિર્ણય કરવામાં આવું છે.

(1) વિફલં (Delays)

આપાતક આપણી સમજામાં માનવી ધર્મક્ષણના ક્ષેત્ર મજા કરી રહો હોય છે, માનવી માટે રોજક મિનિટ કંટ્રોલ કરી રહો હોય છે, માનવી માટે રોજક મિનિટ કંટ્રોલ કરી રહી હોય છે. વિદ્યાર્થીઓને સંબંધિત માનવીની કાલ્પનિક સંબંધિત મજા કરવા માટે કલાશા ઉપલબ્ધ છે. માનવી મજા કરતા સમયમાં કલાશ ઉપલબ્ધ હોય છે. આમ, જ્યારે કોઈ પણ સુધીમાં આપણી પ્રસંગો સંયોજન કરતા માટે માનવી નિર્ધાર કરાવે છે, ત્યારે તે કલાશ ઉપલબ્ધ હન છે. આખી વિફલ અને અનિયમિત તરીકે માનવી વિના માનવી તેના પ્રસંગ કરી લાઇફ ગુમાડી શકે છે.  18
પરિસ્થિતિ અને ભાવી સમયમાં સંદેશો વસતી શ્રેણી વધારે જમે છે, બિન લગાતાં બંધ રહેલા પણ છે. આપણે પરિસ્થિતિઓ જુદું હોવા માટે આવાદિક ભેતવે પણ નથી તારી સંપન્ની શાખાને વિશ્વાસ માટે વધુ શક્તિ અને સંસ્કૃટિ આપણે તેને વધુ લાભિત કરતા હતા. પરિસ્થિતિમાં જોડાયેલી સંખ્યા વિશેષ તારી સંપન્ની અસલી કોંપની હિતથી નથી, તેથી તૂટી માણસ્થા અપમાન છે.

(2) સારનામો અભાવ (Lack of Resources)

ભારતીય ભાષા શારસો પોતાની પાસે જ રહું હોય છે, તે આવક હોય છે, તેનાથી સંતોષ પામી જાણી જવાતા હોય છે. પરિસ્થિતિ કદીનાક માટે વસતી વસતી માટે તથા વધુ માટે માટે વધારા ભરાતા હોય છે. પરિસ્થિતિ તેમણે પાસે તો પત્તિ આપણે હોય અને તેની પોતાની માણસ્થાની પાર પાછા માટે પાંખી પાંખી રાખતા હોય નથી. તેથી પોતાની આકાશા સંતોષાણા નિખડતા વધારાના કણ અડભુત છે. લેખકીના માણસટાફારનો હોય પણ આપે માણસાર નિખડતા જમ છે અને પરિશાલા વધારા બને છે. તદીલી વસતી વંશિતતા માણસ્થાની વધારા બનાવે છે.

(3) ભોટ (૨૦૧૭) (Losses)

જ્ઞાનમાં નુકસાન કે ભોટના પશ્ચાતિ બને છે તયારે માણસ્થાન વધારા ઉત્પાદન થાય છે. પરિસ્થિતિ ભોટ જમ વેપારી વધારા બને છે. કોઈ ભાષાને તેમાં ભેમિ મૂલ્ય પામતા માણસ્થાન બને છે. ઉંમર વધારાની સાથે માણસ્થાની શક્તિ વધુ બને છે, તેની લાંબી માણસ્થાન વધારા ઉત્પાદન થાય છે. કોઈ પણ ભાષાગત્ય નુકસાન થાય તે માણસ્થાના કાઢું ભારતી ક્લકિંગ છે, અને પ્રતિ રીતે આપણા નુકસાનો વધારા હોય છે. નુકસાન વધુ અને ક્લકિંગ નદીના સામે પણ હોય છે.

(4) નિકશેન (Failure)

આપણે સંપૂર્ણ જ્ઞાનમાં આપણે કમસેબો સંકલ્પ માણસ્થાન તૈયાર નથી. 18
આપણે આપણા પ્રથમથી કાર્યકારી કિર્તયા પણ જતા લીધોને ચીંચો.અમારી 
કિરિતયાને હતાશા ઉત્તમ કરે છે. જુઓની લાગણી ઓ માનવી ચીંચી 
કિરિતયા છે, જે તેની હતાસ બનાવે છે.એકદમે આપણે લીધો કાર્ય કરતા લીધો
ચીંચો,ત્યારે "આપણે લીધો તો કરતા નથી ને"તેવી લાગણી ઉહારી છે. બોટે કાર્ય 
કરતાની સાધુ વધો તેવી અપરામણી લાગણી હતાશા ઉત્તમ કરે છે.પોતાની 
હજતનું પાલતુ કરતાની તથા બોટે કાર્ય કરતા પોતાની જતને વોકવાની 
માનવી નિરાલતા તેને હતાસ બનાવે છે.માનવી આપણી અપરામણી 
લાગણી તથા પશ્ચિમાણી પીવાતી હોય છે.જે 
માનવી પોતાની બુકો સુપારી ડક્ટાની ન હોય તે વધારે હતાશા બને છે.

(પ) અર્થશુંખત (Meaninglessness)

અર્થશુંખત સંક્રમણની માનવી જીવનમાં અર્થ સમઝવા અને જીવનમાં રાક શોખા 
અર્થત બનાવો છે; તેથી તેનામાં હતાસા રહે ગયો. મગણે છે. પ્રણામપણે આર્થશુંખત યુવક 
યુવતીઓ આપણી સંક્રમણના પરિસ્થિતિ માટે ઓ પ્રેષણ સ્તરીકરણ લેખ લગ્ન નથી. 
સામાજક ઈંદ્ર માનનોના હતાશા ઉભ્યરી છે. સામાજક મૂલ્યો રહે લઈકાયદે 
શીંચું મૂલ્યો તેઓ શીંચું શકયા નથી.તેથી તેઓ જીવન પાલકરમ ક આર્થશુંખત 
કંટે છે.યુવતી તંલાં ભાગ પૂર્વ ઉમરના લોકો ફાળ જીવનમાં અર્થશુંખત લેવે 
શીંચું તેઓ જીવનમાં એકત્ર ષાકા નથી. તેવી લાગણી અસૂદવતા 
હોય છે.

હતાસાના પરવાનો જીવનમાં આવાત જ હોય છે,તેથી હિંમત ગમાવા વિના 
હતાસાની સામ્યો કરવા લોકો હોઈએ.યેથી ભારતીની સામાજક સમયોજન કરવા 
લોકો.હતાસા સુખ કરી દેવત શીંચરુ લોકો,એવી મનાવવા વો નહી. ટર 8.2.4 સંઘટ (Conflict)

માનવી જીવનમાં વસ્ત્રાણી બદળ્યું છે. માનવી તેના રોજગાર જીવનમાં અનેક 
માન સંઘટના અંતક કરે છે. જેથી માનવી સમય અને સારો થે કેટલો કે કાઢો હોય
अनेक आंशिकी जोके पसंद करवानु होने तेजरे ते संध्यनों अनुभव करे छे। संध्यनों
कारो माननीम गरोलार ठुरू रावे छे।संध्यनों ब्याप्ता नीते प्रमाण भोजन अपेक्षित सारे
जरा होते प्रेमका प्रणाल प्रेमका भी रे प्रेमका सारे हे अनेक आनवार परिस्थिति सारे
टकाप के, त्यारे जे मानसिक अवस्था हो गे हे ते संध्यन हो गे हे.

प्रेमका-संध्यनों अनेक हस्तो वजनमां होरा गये हे। तमारे कोई बाह्यमां वजन होरा अने हे ज सारे द्वितीय मेल होरा वजन होरा, कोई विश्वासी हे वजन
करवानी अवस्था होरा अने त्यं ही अपमान छोडी नोकी शोषवाली होरा, जुनारी माते
वहनवान हे अने दुखुट्टने हे व्यावसायिक कारकी हे मांझी जोके पसंद गरी
होरा, कोई व्यक्ति अनं नोकी पसंद न होरा अने ते छोडी होरा तो आमक
गुमावारी अवस्था हो रे रे। आ भरे प्रसंगोमों संध्यन हदरे छे। संध्यन सारे माननी
अनिश्चितपरिशासी मानसिक अवस्था अनुभवे छे।

ने दिनोमत विवेकी होरा छे त्यारे संध्यन हदरे छे। आ विवेकी विवेकी सारे
शीते आकर्षक हे अनापर धक होरा। आ आंशिकी जोके श्वासवारो निश्चित करवानी
होरा छे। आ आंशिकी जोके विवेक श्वासवारी बीज विवेकी अवरी वाय छे।
अने ही हे कंटो ठुरू रावे छे। संध्यनी परिस्थितिम मठोवाली निश्चित पर आवी
शकावातू नये। निश्चित न दूर शकावाती प्रक्रिया गरोलार उत्तम के हे।अताहा अने संध्यन
अने जने जनी निश्चित कंटो तस्मां होरी होरी होरी होरी अवस्था मानवी संध्यन
भोजन अटूल शक्ती नीते छे।

केवल संध्यन आमवार मठरा धक हे अने ते आपवार वेतन भरो मांजा होरा छे,
तेने हेडव गरा सङ्केतवारी मेलवी धक हे। वापसा भेलवू ते करवा जुं गे भेल
सारामां अवस्था होरारो संध्यन हे। तेनी हेडव भेल सङ्केतवारी मेलवी धक हे। परंतु भोज
केवल संध्यन अवस्था वेतन भरो मांजा धक हे अने तेनी हेडव सङ्केतवारी मेलवी धकरो
नये। जे मानवी संध्यन अनुभवे छे, ते प्रोतानी आवेगालिक सारा गुमावे छे अने

२१
तेनी तेना मानसिक अने शारीरिक स्वास्थ्य कोंप भक्ति अवसर पड़े छेद.

• संघर्षाचा प्रकार:

विरोधी विचार मानवाच्या बदल्या के शिक्षा अने तेिांडी वे आहे छ तेना आण्याची संघर्षंवृत्ती वर्गीकरण करणाऱ्यांनां आवश्यक हे. मानवींचे संघर्ष अनुपम खे तेना नीवे प्रमाणे नसते प्रकारे पावल्यांना आवश्यक हे:

1. उपाय-उपाय संघर्ष (Approach-approach conflict)
2. अभिवृद्ध अभिवृद्ध संघर्ष (Avoidance-avoidance conflict)
3. उपाय-अभिवृद्ध संघर्ष (Approach avoidance conflict)

आपली संघर्षांचा आ अधिक प्रकारे हत्यांत उत्तरदायी समजूने

1. उपाय-उपाय संघर्ष: ज्याचे मानवी संमूह ते समान

अस्तित्वाचे, नियमांकन आकर्षण वस्तुचे, स्वीकाराचे भावांतून परिवर्तन सोय चे, त्यांना आ भावेंसांची होणे व्यक्त धारण करते हे तिसंघर्षंवृत्ती हे, अने उपाय-उपाय संघर्ष करते हे. ती साधारण उत्तरदायी होणे जवळे हे पक्षीच्या तेव्हांची करती? ते सरपहे आकर्षण अने सारा पाहून, नोक्रीचा करणे नोक्रीचा स्वीकारणे? वाव वाव आहे रोजचे हे मातापिता साठे रोजचे? आ दहशतांतून जोर भावात ताज्य ताज्य नसली. भावेंसांची अेक विकल्पांने मुख्यां आपल्या बीजा विकल्पांने जवळे करून पडते हे. आपल्या वापराचे मानवी संघर्ष असल्याचे होय. अनेक संघर्षते उपाय-उपाय संघर्ष दर्ज करते हे. व्यक्त परिवर्तनांना आती नुकसान पाहतांना तक्यावर त्यांचा होय. आती अेक साधने व विश्वास वस्तुंची सोयाची भावेंसांची अेक भावांनी पसंतीचे भाव भने हे. अन्य संघर्षशी समस्ती, नात्य, समाजसामग्री अने तक्यांची नर्मांचे हे मुख्यांचे तेव्हा सामाजिक संस्थापनाचे नीतिनिर्माणाचे कार्य होऊन येते हे.

2. अंतःअंतः संघर्ष: ज्याचे मानवी संमूह ते मार्ग नसल्याने अनिश्चित्वांशी अेकांची पसंती करणी कोट हे, त्याचे हे भावेंसांची होणे मुख्यांने तिसंघर्षंवृत्ती हे, अनेक अंतःअंतः संघर्ष करते हे. अती मानवी
સમાન એક સાથે બે નિષેધ દબાણ હોય છે અને એ બે માંઢી એકની પસંદગી કરવાની હોય છે. આધી બેને બિક્ષેમાંદી એકની સ્વીકાર કરવાની હોય છે. આ વધવાની સંઘર્ષને અનુભવતે છેઃ. કોઈ અલ્મીયોગ્યતા નીકળાના બુધપાસે ઉભાસજે આશ્ર્મની દોટી કે બેસરી એ બનનેમાંદી એકની પસંદગી કરતી વધવા આ મહારણી સંઘર્ષ ઉભાયા છે, રાજ દરશય રમને બવાળ આધાર વા વધવાની નાં કરવો એ બે અશ્રુમાંદી બ્લાબ્લારી એકની સ્વીકાર કરવો એને સંઘર્ષ ધરો કરતો અને એ મનોમાલાઓ પરસાયય કરતો. આ પ્રકારના સંઘર્ષમાં માનની બેમાંદી કયા નિષેધક દબાણી પસંદગી કરવી તે અંગે મુંખપ્યું અનુભવે છે. આ અંગે નિર્ણય કરતી વધવા તે સતત એક પ્રખ્યાતી મળી માણુ તરખ પહેલા છે. આ વધવા માનની દોખા અને પસંદ કરી છે અને બે અને મનોદીમાં છોડી બાદળો મહાંજી પ્રમાણ કરી છે. આ પ્રકારની સંઘર્ષ તહેવાર અદાક ધીલાવ્યા તરહે ઓળખાય છે.

આ પ્રકારના સંઘર્ષ વધવા માનની કેટેલિક વાર નિર્દિષ્ટ વાણી શક્ય નથી, ત્યારે તે સમાન પરિસ્થિતિમાંથી દૂર બાળકોનો પ્રમાણ કરી છે, પરંતુ વધવા અંગે જેટલી કે નિષેધક દબાણ છોડવા નીકળી પણ શકતો નથી. પરિસાયયે તે રૂપાં દોખા છે તાં જ રહે છે. કેટેલિક વાર આ પરિસ્થિતિમાં છોકરા માતેને તરખીઓ અને હવાલેપ્રકાર રાખે છે અને એ રીતે પરિસ્થિતિમાંથી તાકાતની છુટાવરી મેળવે છે.

3. ઉભાગનન-પરિદ્વારની સંઘર્ષ : જ્યારે માનની સમાન એક જ વસ્તુ કે બાળક પસંદ અનાથા અને વિકિરણ ઉભી છે, ત્યારે આ અંગે સંઘર્ષ ઉભાય છે, આને ઉભાગન-પરિદ્વારની સંઘર્ષ કરે છે. આધી કોઈ પણ વસ્તુ કે બાળક પસંદ માનની સ્વીકાર અને અશ્રુમાંદી સમાન સહીતસ્તીરી લાગણી અનુભવ કરે છે. આધી વસ્તુ કોએક વિધાન અને નિષેધક બને પ્રકારના સંઘર્ષ હરવવાની નથી. આખી સંઘર્ષ માનનીમાં વિવિધ માતે એક પ્રકારની ઑંટારબિંદુઓ જમાવી છે. બેમાંદી એક મવેડરાય માત્ર માને પણો નથી, તાં સુપ્તી આ અંદાજલિયાં અંદાજ આપતો નથી. આખી માનની તીવ્ર મનોભાવ અનુભવ છે. પુષ્પ વસે પાટભીડા અપરિભીત મુદ્ડયુંતીને જીતી ફૂલની
દૃષ્ટિગ્રસ્થ ધારા થાય છે અને સાથે સાથે ભાગ્ય વિચાર શા માટે મહાપાપ છે. તેની ભાગીદારી અનુભવ પણ થાય છે. તેની ભાગીદારી વિચાર અને આવક્ષ્ણ અને વર્ણ અને કેટલી જ થાય છે. ગૌતમ બુдиના જીવનને મહાધામિક શાસનને માટે આ પ્રકારના સંયુક્ત ઉદાહરણ છે. આ રચિત સમાજમાં સિવિક અને સામાજિક વાતાવરણ આપણે વિચાર અનુભવીએ હોયો. આ પ્રકારનો સંયુક્ત વાતાવરણ હું બનાવી છું. આ પ્રકારનો સંયુક્ત વાતાવરણ મહાપાદાણ પતંજ્લ છે. આ પ્રકારનો સંયુક્ત વાતાવરણ મહાપાદાણ જતિમ છે, તેમની તેની આકલો શોખણો મુકેલ બનાયો છે. આ સંયુક્ત વાતાવરણ મહાપાદાણ વિશેષાની વિશેષ વિચારકરી બેસર છે. આ પ્રકારનો સંયુક્ત વાતાવરણ મહાપાદાણ શુંભૂ ઉતપન કરે છે.

• આપણા સમાજના સામુદ્રિક સંયુક્ત:

આપણા સમાજના મહાપાદાણ સંયુક્ત મહેરી અંગે અંગે સંયુક્ત હોય છે. મહેરી કરતું, શું ન કરતું, શું હદું, શું હદું, જ્યારમાં કયો માર્ગ અપનાવવો, કયો માર્ગ ન અપનાવવો તેની નિશ્ચિત કરવામાં માનની સહાય સંયુક્ત અનુભવલા હોય છે. તેમની આધિક મુલ્લુકશાક્રક ઉદાહરણ સંયુક્ત નીચે રજૂ કરી હોય છે.

1. આખ્યા દિશાયુક્ત વિશેષ વધુ દિશા:- આખણના બિતાણા યુદ્ધમાં જ્યારમાં અતાને અને જ્યારમાં સપ્ત જાતિના અને આપણે પુષ્કળોને પોતની જાણની અને અંગે અંગે આતંકિત સુભંધણ સંયુક્ત બનાવ્યુ છે. આમાં માતા-પિતા, પાત્રુતાનો, સમક્ષ સથાપકો, નેતાઓ દૌરા. રણ કરતામાં આપવા વિશેષાની વિચારો અને મૂર્ખોને બધી તેમજ સામાન્ય પરિવર્તન અને સામાન્ય મૂર્ખોને આપવા જરૂરી પરિવર્તનના બધી ગોઠને માંગ કરી હોય. આખણના બધી સંયુક્ત ઉદયને છે. પોતના મૂર્ખોને વકશાર રહેણું કે બૌચાણ મૂર્ખોને તથા મૂર્ખોને આખણને ઉદયને નદરપ બનાયો છે.

2. કૃત્રિમ સામાજિક વિશલેષ અધિકૃત:- બધુ કે પાંછ અને સમાજમાં ઓઢિલીની માટ કરવા ઉપર માટે મૂર્ખોને આખ્યા હોય છે. માનની અને તેના ઉપયોગ કે
તેમના માટે કરે એ હિંદુક બનાવી જ પામી અને સમાજમાં સ્થિતિના આવી છે, પરત્તુ આખતા શહેરી સમાજમાં માનવી પોતાના અંગત જ્ઞાન અને અંગત સ્વાર્થમાં લેખવા બચી ગયા છે કે તે પીછેના સાહિત્ય ક્રિયામાં કે પીછેં નહીં ક્રિયામાં સહિતે આયી શકાય નથી. અધિકારો માટે સભાલી વ્યવહારો તો જુઓ જ દૂરેના ખાન, પરત્તુ નિકટ આ જ્ઞાનમાં લોકો સાહિત્ય સંબંધીની પાસ માનવી અદ્ભુતને મદદ કરવા તેમારા બાલી નથી. આધુનિક સમયમાં માનવીને સાહિત્ય માટે પોતાની જ્ઞાત ઉપર જ આપાય રહ્યો પર્યાપ્ત છે.

પામી એને તાપકાં તો લેખકીના મદદ કરવા ઉપર ભાર મૂકી છે. હેજ માનવીમાં પરસપર મદદ કરવા અંગેની કડ્દુ સમાજની ગુણ છે, પરત્તુ માનવી પોતાની આ કડ્દુ જ્ઞાનમાં કે અફટી રહેલા તે અંગે સંચાલન અનુભવવા હોય છે. આધુનિક સમયમાં આયો સંચાલન અદ્ભુત હોવા માટે છે.

3. પારિકાર વિવેચન વાસ્તવિકતાની સામાન્ય: ઉપયોગન-પરિવર્તન સંબંધમાં સાધુભાઇ માટે તે બનાવે વધુ સંચાલન છે. આપણી સામાન્ય રહેલી હુંના વાસ્તવિકતા આપણાં વિચારને બનાવી છે અને આપણે આ વાસ્તવિકતાની સામાન્ય ક્રિયા અધિક કરીને છીએ. માનવી આયુષી વાસ્તવિકતાની અને કરવા કે તેનાથી નૂક્રું રહેલું તે સામાન્ય ક્રિયા અનુભવ છે. કોઈ ક્રિયા સામાન્ય પરિસ્થિતિ આપણે પાટ છે, તેનાથી નૂક્રું રહેલું તે તેના સામાન્ય ક્રિયાકલાપ અનુભૂત છે. આધુનિક સમયમાં વાસ્તવિકતાની સામાન્ય ક્રિયા કે તેનાથી વાસ્ત્રી જમા બની સંચાલન રજા સંચાલન જેમ હોય છે. વાસ્તવિકતાની સ્વીકાર કરાર માનવીને બનેલા બનાવી મૂકી છે અને કરણલી જોડણી કે અલગામાં પાસેલ હોવી તારા ગેરે છે.

4. નિષ્કર્ષ વિવેચન સ્વાગત: માનવી નિષ્કર્ષ વિવેચન પોતાની અંગત સ્વાગત તો અંગે જબરન સંચાલન અનુભવવા હોય છે. નિષ્કર્ષ મૂડોને જોડને પાસ માનવી પોતાની
જર્રિમાટો પ્રામાણિક પ્રમાણ કરી રહ્યાં હતા. વિદ્યાર્થી પરિવહને છેટરો, ચેટરી લેખકે કરી, 
વ્યક્તિ જર્જીમાટ પાળી મત ફુલા બોલે છે કે કુલ પોતાના 
વ્યવસ્થામાં સમગ્ર કરી છેન. પણ ડેટબેક આડાલ્બારી નિધાન માધ્યમો પણ કલ છે, 
જે પોતાના સંચાર કરતા પોતાની નિયાંકન અંગે રહી છે. આપણે સમયમાં 
માન્ય નિયાંકવી વિષયો પોતાના અંગે સામાજિક વિષયો અનુભવના હોય છે.

પ. જાતીય ઈશારા વિષય આંતરસંધિ : યુવાન લોકોની જાતીય ઈશારાની
તુલિ અંગેના સંચારો કેવા મળી છે. યુવાનોમાં જાતીયતા અંગેના પ્રભાવ પ્રદેશ 
કરી રહ્યાં છે.

હ. અંગે સંચારો : આપણા વસાન સંચારો મૈને છે કારણ આપણા પુલિક 
સંચારની પ્રથા છે, સંચાર મેળવવા માટે દરેક 
લોકી પ્રાપ્ત થયેલ હોય છે. આવા અંગે 
રોડીએ જગ્યામાં માનવી અનુભવના હોય છે. આ રીતે, 
સંચાર ની ઉપર માનવ નિયાંક છે. માનવી 
અંગે વસાન સંચારો અનુભવના હોય છે.

2.2.5 દ્વાર (Pressure)

સમાયોજિતતાની સમસ્યા હેઠળ આ સંચાર ઉપરાંત હાસલીને લોકી પાસ ઉમેદવાર 
કે માનવી લોકી રોડીએ જગ્યાઓના વસાન અંગે ઉપલબ્ધ થતા હોય છે. દેટબેક 
પરિસ્થિતિઓ માનવી ઉપર પુણે જ હાસલ કરતી હોય છે. કપાસ માનવ સામુદ્રિક 
દ્વારા લોકીઓને ઉપલબ્ધ કરતી હોય છે, તારે તે હાસલ અંગે નાની હોય છે. હાસલીને 
વિષયો માનવી સ્ત્રોત મનોરણ અનુભવને છે. તારે તે હાસલ અંગે નાની હોય છે, તારે 
રોડી હાસલીને લોકી મનોરણ અનુભવને છે. વિદ્યાર્થીઓની આંતરસંધિ 
પ્રદેશ કે વિશેષ અંગે વસાન વિશેષજન્ત લોકી કે તેના વસાન 
પણ દ્વારા ઉપલબ્ધ કરી રહી છે. તેના વિશેષજાતીની વિશેષજાતિ 
દ્વારા ઉપલબ્ધ કરી રહી છે. દેટબેક આ માટે તૈયાર થતા હોતા નથી. 

કે માનવી હાસલીને લોકી હાસલ થયાં હતાં આં તેમાં આંતરસંધિ વિકાસ પાયે 
હતા. તસાયાં તેમાં કે દેટબેક માનવીની તાજીત થવી હતી. દેટબેક માનવી હાસલ સાધન  

24
1. આંત્રિક વેજનિલક કરશો: જ્ઞાનના મૂલ્યો, ટેબલ, વયુ પક્ષી મકદાવાંકશ અને અતિશય સંવેદન્શીવતા માનવીમાં ઇફાદ ઉદ્ઘાત કરે છે.

2. આખર પરિસ્થિતિશાંક કરશો: આખ્યાન વાતાવરણની પરિસ્થિતિઓને બીજી ઇફાદ ઉદ્ઘાત કરે છે. નોક્રીઓમાં ફાળવા વિશે વાત કરશો તે કે ઇફાદ ઉદ્ઘાત કરે છે. મોટી કલા વાત અને આખ્યા ટીકી વાત, સપાટે જ્ઞાનપુષ્પો વખતમાં સન્નકે પરિસ્થિતિને બીજી માનવી સાતવત ઇફાદ અનુભવ કરે છે. તેમારે કરીના તેમજ ઇફાદ ઉદ્ઘાત કરે છે. આખ્યાન સ વર્ણી સામાન્ય શાસ્ત્રમાં, કેટલાક અને આખ્યા પ્રભાવો ઇફાદ નીરે પણ બીજી જ કરતા હોય છે.

કેટયેલાં વાર્તાઓ કે આખ્યાનના વોકોનો સુસાંવાદ બીજી માનવી ઇફાદ અનુભવ થોડે છે. "માણસીે આખ્યા કરવું લેવી ને, તેમ ન કરવું, લેવી ને." - તેઓ સુખદુધા માનવીમાં ઇફાદ ઉદ્ઘાત કરે છે. મણિમોલાની વાત "બધાના ધોરાણે કે તારી મને આખ્યાન નાસ" તરીકે હજી છે.

આપણી સમાજના સામાન્ય ઇફાદો: આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આપણી આખ્યાન કરતા હોય છે.

1. સ્પૃધાંત્રક વિદ્યાર્થીઓ મેળવવા મહત્ત્વના ઇફાદો: આખ્યાન સામાજક શૈક્ષણિક અને પદ્ધતિની સિદ્ધિ મેળવવા માટે ઇફાદ મૂળ જ વિશેષ જેવા મને છે. લોકો કરતા પુરુષો અને ઉભ્ય વાજના બીજી કરતા મધ્યમ વર્ગના લોકોને આખ્યાન કરવી તેમજ સામાજક વિશેષ કરતી પણ છે. આખ્યાન સ્પૃધાંત્રક સમાજમાં આપણે વિવિધ ક્ષેત્રોમાં વિશ્વ કરવા કરીને કરીએ છીએ. વિશ્વ લેના ઉભ્ય ક્ષેત્ર મેળવવા વિશ્વાસી પ્રમાણ કરે છે. કેટલી સમકાલીન સબ્જ મેળવવા મને છે, કેટલી નોક્રી મેળવવા, તો કેટલી પદ્ધતિ સહયોગના માટે, કેટલી સામાજક પ્રતિષ્ઠા માટે, તો કેટલી સાક્ષરતા વચ્ચે મને મળે કરે છે. કેટલી સાતા ખાલું નેતા પુજા મેળવવા પ્રમાણ કરે છે. આ વિભાગી પરિસ્થિતિઓમાં.
માનવી હરામાં અનુકમા છે. વિવિધ ભાષા અને નોકરી-બંધામાં માનવી પર વધુ વધુ ક્ષમ પ્રાપ કરવા માટેનુ દબાણ તેમને મળી છે. આપણુ તેને હરામાં માનવીને પરિભાષ કરવા થયે છે.

2. પયાની અવિશ્વાસ અર્થાત: આજના વૈજ્ઞાનિક યુગમાં શૈક્ષણિક બેદી 
વિવાદીઓ વિષયની સિદ્ધિ વાપસ કરવા માટે પયાની અવિશ્વાસ અર્થાત ઉપર બાર 
ભૂતભાવના આવે છે. લખાઓને અનેક વિષયોનું શિક્ષણ આપવામાં આવે છે. 
વિવાદીઓ પસારી અંગેની અંગેની વિષયનો વિશેષાઓ રાખવામાં આવે છે. આપા દીકર 
વિવાદી તીલ દર્શન અંદર નીચે અભાસ કરતો હોય છે.

અંગેની અભાસ કરતા લખાઓ નેંદલાતી સમયભાવણામાં અભાસકામ પૂરી કરવા 
માટે માટે કરે છે. તેઓ ઉપરાંતરી આતમી કસોટીઓ-પરિભાષાઓ હરામા નીચે અભાસ 
કરતા હોય છે. પરિભાષામાં નામ શવની ક્ષમતાવાળી ક્ષમતાવાળી 
ઈફલ તેઓ પીઠત હોય છે. પસંદ લખાઓ વિશે વિચાર શીખી અંગેની 
અભાસ કરતામાં સુખી અનુભવ કરે છે.

3. વિચારય અને પરિભાષા પરિભાષા: 
માનવીનું જીવન જીવન લખતી પૃષ્ઠઓ છે. જ્વાન માં પરિભાષા આવતા જ હોવ છે. 
અંદર હોય છે, નવં વાં દ્વારણ છે, 
નોકરી-બંધા બાંધા છે, જેન કરે છે, આલ્સને જે આસ છે, 
ભીમાર પર છે, 
માલાપિતાની નૂખું અરુણ કરે છે અને આપું અનેક 
પરિભાષાઓની પસાર તેમને જે છે. 
આપું આસ પરિભાષાઓ તેઓ રાખ ગયા છે એને હીં અનેક 
પરિભાષાઓ જ્ઞાનમાં નાનાના 
બાંધે છે.

અંદર પરિભાષા એની આપ એના પરિભાષા પરિભાષા અને એના પરિભાષા 
અંદર પરિભાષા પરિભાષા અંદર જ જુદા છે. અંદરના 
પરિભાષા 
અંદર પરિભાષા પરિભાષાઓ તેમને જે તેમને 
અંદરના 
જીવન, શૈક્ષણિક જીવન, ત્રાટટી પ્રવૃત્િઓ, યોજનાઓ 
અને મૂકો ઉપર વધુ અંતર પણ છે.
�. કુલા એને અન્ય સમયોની તરફના દસાણો : આપણી બોટા ભાગની જ્યારે કુલામાં સંખ્યાજ્ઞ છે, તેમ છતાં ક્રમિક સમંચોને બીજી દસાણો ઉઠવવાતાં કોમ છે. લાંબાસંચો બીજી પાટલી જ્યારે કુલામાં ઉઠવવા છે. આપણી જ્યારે મુખ્ય કરવા માટે વિભિન્ન પ્રથા કરવી પડે છે. આને બીજી છે દસાણી પરિસ્થિતિની અનુસાર કરે છે.

ભાગની સમાધાન ઉપરી છે. તેથી કુલાનું સવાયા બ્લાક સમાધાન સંચે પણ વિસ્તારપાત પણ છે. આને બાદ સંચે પણ દસાણ ઉઠવવા છે. મિન આપણી બીજી માંગે, વિભિન્ન લોકો કરવા માટે પણ કરવામાં આવે છે. આને બીજી ભાગના સંચે હોય બાય છે. સારા શંખો માં કહી શો તો,

મનોનાભ બેઠા કુલા, કાલાશ કે સંચે એની પરિસ્થિતિ કે જ વિકલ્પની શારીરિક કે માનવષા ઉકાર પર વાતદાર બને છે.

મનોનાભ તે કેવી ઘટના માટે આપણી મનોનાભ ભાગીદાર છે. મનોનાભ એ મોટી વાતે કેવી ઘટના વધુ ન હોય તો પણ તે ઘટના અંગેના વિવાદોની પણ ઉઠવવા છે. મનોનાભ એ વિકલ્પની આતંકિત જ્યારે પ્રતિભાત પ્રસદોના વા હંમેશા ઉઠવવા છે કે જ જ્યારે વિકલ્પનો પોતે જ નકલી દરેક હોય છે. લોકી વે બીજી બાળકોના નિપુદકા મેળવવી, અંગ પરિસ્થિતિ એની અખી રાજભૂમિ બને છે.

મનોનાભ માટે તેમે સમાધાન કારાકારણ પરિસ્થિતિ જોઈ અને જ્યારે નકલી નથી. મનોનાભ વધુ વધુ કારાકારણે પરિસ્થિતિઓ પણ ઉઠવવા છે. લોકી વે નાં વરે સ્વાભાવિક કરવુ, માટે ભાગીદારી, બાળકોના વધુ બને છે. આ પરિસ્થિતિઓ વિકલ્પની પણ હોય છેં તેમ હંમેશા તે મનોનાભ અનુસાર કરે છે. મનોનાભ વિકલ્પની શારીરિક અને માનવષા ઉકાર પર હોય છે. મનોનાભ વિકલ્પને કેવી પ્રથા ભાગના અસર કરે છે તેની આપણી વિકલ્પની મનોનાભ પરિસ્થિતિ કદમ પર રહેવો છે.

28
2.2.4 મનોસાર પ્રતિચાર

કેટલી એક જ ઘટના માટે બ્રિટિશ જુખો-જુખો પ્રતિચાર આપી દીધો છે. વિમાનમાંથી પેરાશુટ સાથે કુક્કલ બળાત્મક નિપંબન તે પદશિલ્લા તાલખું ઉત્પન્ન બનાવનારી નથી. જાપાન અને બ્રિટિશ આપી શિક્ષણ સભાનાં તાલખું સામે ખાસ કરવામાં આવ્યું છે. તેમનું કારણ ખૂબ ક્ષતિ પણ ઘટાડવા, બાળકામોલી, વાસ્તુ શિલ્લિ-અંગ્રેજ ધર્મ વગેરે સામાન્ય પરાશાર કરી રહ્યાં છે.

Mandler (1883) ના માત અનુસાર,

"મનોસાર પ્રવિશ્યીત રીતે પ્રતિચાર મનોવૈશાલીક અસર કરે છે તે જણાવે છા કે મનોસાર પ્રતિચાર અને તેનું મનોવૈશાલીક અસર અને પરિવર્તનની આપીની કાય્ય છે.""

Mandler (1883) મનોસાર પ્રતિચારના વર્તનને હળવું ગોરોખ આપ્યું છે.

- બાબત માંગ કે ઘટના
- વધુ તાલ્ખનું ઉદ્ભાવ
- આવની

- તે માંગ કે ઘટના પત્યે,
- પ્રતિચાર,
- બાહીનું દાખાત, લુકયાતા
- પણ કારણ વસ્તુ

ઉપરાંત ગોરોખના મનોસાર પ્રતિચાર અને મનોસારના સંક્રમણની શક્તિ અસર અને પ્રશિક્ષણ દાખલવામાં આવ્યા છે. સામાન્ય રીતે મનોસારની અસર પ્રતિચારની કાર્ય કરવાની કામથત સાધ્ય છે. મનોસાર અને કાર્યસમગ્ર વધુ પત્યે સંબંધ છે. જે નીચેની આધુનિક પલલ સાધ્ય છે.

30


d. 2. 7 मनोभवाना प्रकार

Hans Syle मनोभवाना पुन्नते नार प्रकार दशांत्या छ.

1. विशालक मनोभव (Eustress)

2. निर्माणक मनोभव (Distress)

3. तीव्र मनोभव (ExtremStress)

4. अपूर्तो मनोभव (Hypostress)

(1) विशालक मनोभव (Eustress)

Eustress शब्द गीक शब्द Ee परसी उत्तरी जानी छ. ते मो अर्थ दाय छ
good साधु, मनोभवानी वाचनाकर सार पर पडो रहे हुं. Eustress बे व्यक्तने
पडल तो पहिली वजना माते तथा महत अण्वांतू मेहनता माननी लक्षातंकता पूरी
पडे है. जीनी मधुकाभ व्यक्त पोतानो विविध सारे है. अत्या मनोवैज्ञानिको
Eustressने व्यक्त माते ज्यांडी माने है. जे बे न होष तो व्यक्त पोताना कारणो अले
বেঞ্চান বাংলা ঝাঁপ ছ.

(2) निर्माणक मनोभव (Distress)

श्रे मनोभव व्यक्तनां उपर निर्माणक असर करे ओतेके के व्यक्तने शारीरिक
के मानसिक रूपे नुकसानकारक बने, व्यक्तनां विविध अवस्थानक अवरोधक बने ते मनोभवाने
निर्माणक मनोभव करे है. मनोवैज्ञानिकों मत मुख मनोभव होयो अे
नुकसानकारक नयी परंतु तेमों निर्माणक मनोभव (Distress)पु मनाक वুক সময ন
खেতু চোইয়া।

(3) तीव्र मनोभव (Extreme Stress)

श्रे निर्माणक मनोभव (Distress) मा सतत व्‌घরी दाय तो ते तीव्र
मनोभव (Extreme Stress) मा परिचय छ. जे व्यक्त माते नमूने नुकसानकारक
सालित दाय छ. जनाशी व्यक्त मनोवैज्ञानिक विश्वसितो भोग बने है।

(4) अपूर्तो मनोभव (Hypostress)

व्यक्त जपारे दत्तां दर दाय, सतत निर्भरता नेपाले अने वाक अনुगमने त्यारे

31
ते अभ्यास सन्दर्षकों नियोजन बने छे. अनेक आस संदर्षकों ते तपाईंसँग ५० प्रश्न राख्ने योजना कर्याको वाँटी मात्र ते नशीला पडाउँछौ, माध्यम ढालणी आफ्नो छोटे छोटे तेना स्वास्थ्य मात्र नुक्सानकारक छ।

आ ३.२.८ न्यूआर्नाको कारणो

न्यूआर्नाको कारणो “Stressors” तरीको जोखिमवाचको आफ्नो छ। अनेक आफ्नो सेवकहरू माध्यममा Stressors जोड्ने बन्ने छ। मानवीय गोल नास्ती कोट्ठा परिवार अनुपात बस्ती परिवारमा बस्ती ह्युर्जिकल अनुपात बस्ती अनुसार नति भनेर माध्यममा कैद रहेको प्रत्येक क्षेत्रमा उत्तर दिनुव्यू हुन्छ तानेपैकी न्यूआर्नाको कारण गर्ने गर्ने शक्ति। यस समयले भनेर माध्यममा परिस्थितियमा आफ्नो उद्देशालाई ज्योतिरात आफ्नो आत्मविश्वास छ। सेवकहरूको भनेर यसकै घटना सार्थक नास्ती कोट्ठा बन्ने जोड्ने दृष्टिकोणको विभेद विभेद नास्ती न्यूआर्नाको न बन्ने योग्य। माध्यममा कारण निर्माण आफ्नो विभेदित कोट्धि छ तानेपैकी बच्चो लाई नीट दृष्टि दिने दूर कर्याको योग्य छ।

(१) ज्योतिरात नास्ती हैनिक घटनाहरू:-
Anton Chekov (1998)’ का मत पुढौँ,

“Any idiot can face a crisis in its day to day living that wears you out”

न्यूआर्नाका नेशनल्स रोजकौनका कारणो आफ्नो हैनिक ज्योतिरात आफ्नो आत्मविश्वासको कैद रहेको भनेर आफ्नो हैनिक नास्तीको अनेक भाग यसैं जन्तुहरू बुझ्नु फर्काउँछ, हैनिक बाज, नास्ती आफ्नो आत्मविश्वासको हैनिक ज्योतिरात रोजकौनको नास्ती कोट्ठा बन्ने छ। अनेक तेह व्यक्ति दृष्टि तपाईलाई अनुपात छे। तेना स्वास्थ्य पर जंगौ असज र्याउँछ।

(२) आपवर्तक कारणहरू:-
Powell T.J. Enright S.J. (१८८३)’ का मत पुढौँ,

“Stress resides neither in the situation nor in the person; it depends on a transaction between the two”

32
આપણી માનભાત મનોવાર માટે મોટો સાથે કરશો જવાબદાર હોય છે. જે સંપૂર્ણાંક સાંભળ નથી. સંશોધનો દરશા અને જવાબદાર માનુષ છે કે મહત્વના કેટલાક આમતિક કારણો પણ હોય છે. આપણી કારણભાત કરાવે જોગ્ય આપણે માનુષ કરી શકી તેની આપણે મહત્વારી સામાન્ય કરી પોષક છે. તે આંતરિક કારણોમાં આપણી માનભાતઓ, વધારણ, અગણિતન અને બીજી વધારણ કરશો આવી જવા છે. જે નીચે મુજબ છે.

1) નિષેધાતા

જોઈ વધિત કારણે પૂર્વ કરવા માટે સંશોધન પૂર્વક માની કરે છે અને તે કારણે જે રીતે નિષેધાતા મળે તો તેને તાપવાની સામગ્રી કરી પણ છે. આખા, જોઈ કારણે નિષેધાતા મળવાની પ્રાથમિક વધિત મનોવાસર બને છે.

2) વાદ અને કોટાણો

જોય વધિત વધુ પુષ્ટ કાર કરે છે અથવા આધનું આ કાર વધારો લાંબા સમય સુધી કરે છે લાંબા તે પુષ્ટો આસમાનના માનવતા નથી. આ તે શાંતાદિક અને માનસિક હીત વધી જવા છે. અને આવા કારણે તેમને કોટાણો આપવા માટે છે અને તેમની દુર જવાનો પ્રયત્ન કરે છે આખા, વાદ અને કોટાણાની દીક્ષિત પણ વધિત મનોવાર અનુભવ છે.

3) સંવર્ધન

જો અને હી (2008)* ના મત મુજબ,

" સંવર્ધન અથવા સંભવના ભાવ છે જોય વધિતને પોતાના વાતાવરણમાં અંગી વધિતનો સામગ્રી કરવાને પણ છે છે અને પોતાના હિત અને હિતાની નવિરુદ્ધ અંગી કરે છે."

જોય વધિતનો જીવનશાસ્ત્રરેખાની પૂર્ણ કરવાનું અધયાય માટે તાલુક શાસ્ત્ર તે નિષેધ શામ

ત્યારે તે તાલુક શામ છે. દૃષ્ટાંખા લખી સંવર્ધન અને બેઠવાની ઉદ્ઘાત શાસ્ત્ર છે. વેવશેનું

ઉદ્ઘાત શાસ્ત્ર બાલ્સ છે જોય સંવર્ધન ઉદ્ઘાત શાસ્ત્ર અંતરિક છે. સંશોધન અને મીળાવે માનસિક પરિવર્તનની લખી પેદ શામ છે.સંવર્ધનના નિવારણ માટે અન્ય રાહુલ-સુંદરની સ્વિનારીને તેની અત વધારી જોઈ અખી. સંશોધનની સામગ્રી કરવા માટે માનવદેવી વિશ્વા પ્રયત્ન કરવા પણ છે અને તેદી તે તાલુક અનુભવ કરે છે.
(४) कुछताशा

मेरे (२००६)° कुछताशानी व्याख्या नीचे मुख्य आयी छ।

“कुछताशा अनेक मनोवैज्ञानिक विषयों के जेने व्यक्ति आत्मतिक विविधता, उदारता आत्मवाद तथा अनेक संबंधित विविधताएँ अनुभव कर दी है।”

कुछताशा व्यक्तित्व ABC-M ने असर करे के

A(Affect) (मनोदशा) हुसानीता, आनंदमा घटाये
B(Behaviour) (विधायो) पावन अन्य हबमा हेसर बाज, हुमायुरा
C(Cognition) (विधायो) स्व मध्यने नकरालिक विंशामो, अससाहता,
M(Motivation)(श्रवण) मूलतिन ह्रामन क्रवामां विलबन

कुछताशा माते जनव्यापारी, मनोवैज्ञानिक अने शास्त्रालक परिषदानोंने ज्ञानधार मानवांमा आये छ। कुछताशा वेरेही व्यक्तित्वाना वनस्पतामा अनेक बवाल बनावली अयस्थितता असामान्य थीते भीमी महत राख छ। अन्न बवाल थेबेस्स, वर्मोवर्मोस्स, आकर्षणा वनते सारे संघें पत्रेगे छ। अथवा हेको तरुण, बीं, पावन, अपैतृकता, हेसरा अने समृतिमु निर्यंत्रक हो छ। मणजनी आ प्रकाशी जंदरालिक द्विगतता कुछताशानु अरक्ष बने छ।

असाहता, निराकार, हन्न-आनेनु नकरालिक इल्लितबा के कुछताशा निराकृत हो छ। अव्या प्रतिवादीवॉनां व्यक्तित्व मानसिक स्थिति वधू भारसा बने छ। अनेक मनोवैज्ञानिक परिषदानों ताबक उपयोग करे छ। जे व्यक्तित्व मनोभावां हवारो हो छ।

(५) विषात्वुलता (कार्यविन भव, मनोवैज्ञाण) शेष विषात्वुलते के ताबीतानोंने वर्गांमा विवाही सामे जनुत्त्रात करती प्रकते गमारा भाग, विषम्ब्र जेणे अनुभव बाधा, हलवाना भवाना नरी जना, तेही परिस्थिति रड्डय तो ते सामान्य वस्त्रांना नभी। पद्धती ते विषा, भव हे मनोवैज्ञाणिक वस्त्र छ।

३४
ભિત્તિસત, પણ, ગભરાણ અને ભિત્તિવાળા સતત વયિતતની સામેના પકડણો કે પમક્લા સવરણી તૂલનામાં પણું હું ક્રમ હે જેમાં વયિતત પણ પાત્રી ભિત્તિસતા અનલખે છે. તે કોઈ કોઈ પદવાર કે પરિસ્થિતિ સાથે સતત જેવી હોય તો થી સામાન્યતા ભિત્તિસતામાં વયિતત સતત તાજોય, ક્રાંતિય, વાર્ષિક પર્યાય, થાક અને સાધારણ કસીમાં જેઠા વાક્યો રોજગાર મળે છે.

જેમાં આધાર ભિત્તિસતાની ચાર પ્રકાર નીચે મુજબ છે.

1. Panic disorder
2. Phobias
3. Obsessive–Compulsive disorder
4. Posttraumatic –Stress disorder

2.2.8 મનોબાળી અસરો

જે વયિતત સતત મનોબાળ મોટા કે તાજાતાજ અવસ્થામાં રહે તો તેના સ્વાસ્થ્ય પર ગંભીર અસર વધુ છે. મનોબાળી વયિતત પર દીજી અસરો નીચે મુજબ છે.

1. શારીરિક તંત્રની વિષય

અમેરિકન શારીરિક અસ્થિસ્થિતિઓ સંયોજન મુજબ તાજા અવસ્થા મુજબ શારીરિક તંત્ર પર ગંભીર અસર કરે છે. સતત તાજાતાજ પરિસ્થિતિમાં વયિતતની હોમોન મોટી કે અંતરાલમાં હદદવાર આવે છે. વોડીનું દેશાય વષ્ણલ, પાંચનાં તંત્રની વિષય, વાસ્તવિક અસ્થિસ્થિતિ માધ્યમાં વધારો ત્રીજ જેવાં કેમકાર થપથી અસર વધુ છે . અને આચા પરિસ્થિતિ વચ્ચેના સમય વધુ રહે તો તેની સ્વાસ્થ્ય પર અત્યન્ત અસર અસરો વધુ છે.

2. અસંપ્રદાય– હદદ પ્રશાંસીમાં હદવાર

તાજાતાજ અરસે કેટલાક વયિતતની અસંપ્રદાયી અસર કેમકાર થપથી અસર વધુ છે. અને શરીર– શરીર મુદ્દેલી મોટા વયિતતની ક્રાંતિય પકડકાર વધુ જય છે. હદદનિષદી દુઃખી ચાલાની પાસ સેન્ટબાના રહે છે.

ડભ
3. પાણનાંતરામ વિશેષ

તસતત તાજાય માનવીના પાણનાંતર પર પણ અસર કરે છે. તાજાયી પરિસ્થિતીના લાંદુ પદ્મા દુખદારો દ્વારા, છીબી દવી, કલરણત દવી જેવા પાણનાંતરને બળતા રોગો વધારે થાય છે.

4. મનોવાસની અન્ય અસરો

(i) આકારકાળ

તસતત તાજાયી પરિસ્થિતીના સ્વભાવ આકારક વની જ્ઞાન છે. માનવી દાટકો ક્ષેષ અને તે ક્ષે ન કરવા છે. ક્ષે પણ નાની-નાની અને વિનાકૃતી વાતામાં પણ તે ક્ષેષ બધ જ્ઞાન છે. તે પાઠકી જન પર નિવંભક રાખી સકતો નથી. તે પાઠકી પણ ક્ષેત્ર સુભાષી દે છે. તેને ક્ષેત્ર કરેલી વાત ભાવ માને તેઓ આશા રાખે છે.

(ii) ઉદાસીનતા

તસતત તાજાયાના સ્વભાવી માનવી સામાન્ય છંદગી લઈને દક્ષતો નથી. તેની માનવી માનવના ક્ષેત્ર પણ વિશેષત નથી. તેની માનવ તાજાયા ભાવ આવી જ્ઞાન છે. તેને તાજાયા વન સમાવેશ કરીને તે અને દ્વારા વિશેષતા રાખે છે. તે માનવના દાટકી જ્ઞાન છે. તેઓ આલોચના શીખી પક્ષએ પક્ષ બધારી થાય છે.

(iii) ઓદભવાનું જ્ઞાન

તાજાયી સ્પંદણ અસર વચન માનવના હસાણ બધ જ્ઞાન છે. તે સમુદરે શેલવાતનું પસણ કરવો નથી. તેનો સ્વભાવ વિવેચન બધ જ્ઞાન છે. તેની માની નાની વચન માટે સુસ્તો આવે છે. તે સમુદ્રમાં મૂર સાધી ઓદભવાનું જ્ઞાન બધારુ અને પોતાના પ્રમાણે દ્વારા જ્ઞાન ઓદભવાનું દ્વારા કાઢવે છે.

2.2.10 મનોવાસના હળવો કરવાની પ્રયુક્તિઓ

- આકારકાળના સુખાશા
- અનાથ વિશ્વાસ વચનવદ્ધ
- સંપૂર્ણ સુખ કટલા વચના વિશ્વાસના પ્રયુક્તિ
- કળાવાસની બાગાણી અત્યારે ચંદુનગર નિયાં વિકલા
- સ્વાસ્થ્યમાં સમતુલિત આદર
- પુરુષી વ્રત
- યોગ અને ધાર્મિક ક્રામ
- નિવશેષતા સફળતા
- હડિંકર આદ્યં મિત્ર માણ
- શોક વિકલાસ
- અસરકારક અતિભાવના દીશબાદ
- સારનામકાર ક્લયુલિતોમાં હોયા પ્રક્રિયા રદેવા
- અધ્યાત્મિક નિવશેષતા પનારાબીના
- જે બાબતે તે વયવસાદિક સાહા

અમેરિકન ટૉસલસટાઇટ હોખા મેસેના માતે ક્રમ પણ એક પહેલી કે પ્રયુક્તિ તારી સામે પુરૂષી નથી, પરંતુ તમારી બધાની સહિત્તા પ્રયાસ અને અહિમાણ તમને તારી સામે હાલે રહેવાની તાલાલ આપે છે.

2.2.11 મનોભાવાના પ્રયુક્તિઓ અને ઉપકરણો

મનોભાવ મંડ્લ, ગણધર અને તેમ પરાગાણી હોઈ શકે છે. આ પરાગાણી સાહિત્યનો કર્મનાર વિજ્ઞાન અને પ્રયુક્તિ પર આધાર રાખે છે. સ્પષ્ટ વિજ્ઞાનના નચ્ચો પણ અપાવક્રમ પર અંદર કરે છે. મનોભાવની ઉદ્દેશ્ય તથા ધૈર્ય વિષણુક્ષક ભિન્નતા લખી ધર છે. વગીન, એક જ વિગત જુદી-જુદી ઉભરે અને સમય મનોભાવ તૈયાર હોવી છે કે આય તેમ જુદી-જુદી રીતે હનસી કરે છે.

મનોભાવ બાપુની પ્રયુક્તિઓ લેવા-ચંદુનગર, અનુભવી, નિરીક્ષિત, નાનકારબી, વિગત અન્યાબા, કમ માપદંડ, અણાણાની જેવી પ્રયુક્તિઓ ઉપયોગ થઈ
शादे हैं. विषयभांति अने भारतामध्ये उपभोग कॉफीम्याण प्रमो भारतामध्ये उपक्रमांच्या नेते हे: १. आर्म्ड जॉर्ज राजित व्यक्तिवादक मनोमार भारतामध्ये उपक्रमां (ब्रिटेन) २. Job Satisfaction and stress test By Lya Kremer (इंग्लिश) ३. Teacher Stress Scale By David Friesn ४. Kyriacou and Chien's Stress Questionnaire , (China) ५. Perceived Stress Scale By Sheldon Cohen (U.S.A) ६.Holmes and Rahe Stress Inventory(१९६७), (Britain) ७. The Teacher's Stress Inventory developed By Rajedaran(भारत) ८. Bisht Battery Of Stress Scale By Dr.(Km) Abha Rani Bisht (भारत) ९. Singh Personal Stress Source Inventory By Arun Kumar Singh (SPSSI) (भारत) १०. Academic Stress Inventory By Dr.Alka M. Mankad and Mr.Harsha Kasandriya (भारत) (केल्याच्या विस्तृत वर्ग उपक्रमांमध्ये करवण्याची आवश्यकता होती) निष्क्रियता के पंजे-बिन्ह कमांडवलेला स्वरूपांचा गोष्टी मर्यादा, क्रमां कर्मचारी मापन संबंधी कलंको तरी व्यक्तित्वाच्या अभिव्यक्ती भेदवेदी तेजस्वी मनोमार जगती शक्तिमत्स्त विशेषण रुपांतरण संयोजन वापर करून आयुष्यासाठी प्रतिकृतिहीन अनुभवाची कडी विधायांतिकृती मनोमार जगती शक्ति ते देखील प्रतिकृतत अनुभवासाठी पंबाळंबिन्ह कमांडवर्ती हा तरीने संयोजन उपक्रमां तरीके उपयोग करताना विद्यमान.

2.3 उपक्रमांचार

आम्ही, प्रतिकृतत प्रकरणांमध्ये मनोमारनी सौंदर्यस्मृत्ति भूमिका, मनोभावनी प्रकारे, मनोभावनी कल्याणे, मनोभावनी असरे, मनोभावने कल्याणी प्ररूपितत्वो, मनोभावने भावनाने प्ररूपितत्वो अने उपक्रमांचे स्वतंत्र करवण्याची आवश्यकता हवे पद्धती प्रकरणांची पूर्ण थेविला संबंधित संयोजनांनी सारख्या करवणांची आवश्यकता हवी. या प्रकरणांची पूर्ण थेविला सारख्या करवणांची आवश्यकता हवी.


3. ढ. अन. शाह (२००२). *मनोविश्वास अने आत्मसाधन वर्तन*, (अमदावाड़: गुजरात युवनिविद्यां विश्वविद्यालय, पृ-१).


7. ढ. अन. शाह (१९७३). *मनोविश्वास नवीनिता*, (अमदावाड़: गुजरात युवनिविद्यां विश्वविद्यालय), पृ-४५५.

8. भेरेन (२००२). अजन-३१६.