व्यवहारवाद के जनक: जॉन बी. वाटसन

मुझे एक दर्जन स्वस्थ शिशु दीजिए, और मैं उन्हें किसी भी विशेषज्ञता वाले व्यक्ति में ढाल दूंगा!

1878–1958

- जॉन बी. वॉटसन – व्यवहारवाद के जनक
-
- मुख्य बिंदु:
- जन्म: 9 जनवरी 1878, अमेरिका
- मनोविज्ञान में व्यवहारवाद (Behaviorism) की स्थापना (1913)
- “छोटे अल्बर्ट प्रयोग” द्वारा शास्त्रीय अनुबंधन (Classical Conditioning) को सिद्ध किया
- “मन को नहीं, बल्कि व्यवहार को अध्ययन का विषय बनाना चाहिए”
-
- उनकी सोच ने शिक्षा, चिकित्सा और विज्ञापन को प्रभावित किया
- प्रमुख पुस्तक: “Behaviorism” (1924)
-
- निधन: 25 सितंबर 1958

- “व्यवहार देखो, मन का क्या करना?”
- वाटसन महोदय का कहना था कि मनोविज्ञान को विज्ञान बनाना है, तो हमें केवल उसी चीज़ का अध्ययन करना चाहिए जिसे हम देख सकते हैं, माप सकते हैं, और नियंत्रित कर सकते हैं—यानि व्यवहार!
- अब सोचिए, अगर कोई आपसे पूछे कि आप दुखी हैं या नहीं, तो आप कह सकते हैं, “हाँ, मैं बहुत दुखी हूँ!” लेकिन इस ‘दुख’ को कोई माप सकता है क्या? नहीं नी! लेकिन अगर आप सिर झुकाकर, आँसू बहाते हुए, और आहें भरते हुए दिखें—तो बस! यहीं से हमें असली डेटा मिलेगा! यही है व्यवहारवादी मनोविज्ञान की ताकत!

वाटसन के प्रमुख योगदान

- 1. 1913 का शोध पत्र: 'Psychology as the Behaviorist Views It'
- 2. S-R मॉडल (Stimulus-Response)
- 3. पर्यावरणीय निर्धारणवाद
- 4. लिटल अल्बर्ट प्रयोग (1920)

- **वाटसन के प्रमुख योगदान ()**
- **1. व्यवहारवाद का प्रतिपादन (Establishment of Behaviorism)**
- **• 1913 में अपने प्रसिद्ध लेख "Psychology as the Behaviorist Views It" में वाटसन ने व्यवहारवाद की नींव रखी।**
- **• उन्होंने आत्मनिरीक्षण (Introspection) और मानसिक प्रक्रियाओं को अस्वीकार कर दिया।**
- **• उन्होंने मनोविज्ञान को "व्यवहार का विज्ञान" बताया।**
- **2. लिटिल अल्बर्ट प्रयोग (Little Albert Experiment)**
- **• वाटसन और उनकी सहायक रेनेर (Rosalie Rayner) ने 1920 में यह प्रयोग किया।**
- **• इसमें उन्होंने एक छोटे बच्चे (Little Albert) को सफेद चूहे से डराने की प्रक्रिया विकसित की।**
- **• उन्होंने साबित किया कि डर और भावनाएँ सीखी जा सकती हैं (Classical Conditioning का उपयोग)।**
- **इस प्रयोग से यह निष्कर्ष निकला कि पर्यावरण का प्रभाव व्यक्ति के व्यवहार निर्माण में महत्वपूर्ण हो**

- 3. पर्यावरणवाद (Environmentalism) का समर्थन
- • वाटसन ने कहा कि व्यक्ति का व्यक्तित्व और व्यवहार आनुवंशिकता (Heredity) से नहीं, बल्कि पर्यावरण और अनुभव (Experience) से निर्धारित होता है।
- • उन्होंने कहा था: “मुझे एक दर्जन बच्चे दो, और मैं उनमें से किसी को भी डॉक्टर, वकील, कलाकार या चोर बना सकता हूँ!”
- • इस विचार ने व्यक्तित्व विकास और शिक्षा प्रणाली को प्रभावित किया।
- 4. शिक्षा और बाल मनोविज्ञान में योगदान
- • वाटसन ने बच्चों के पालन-पोषण में वैज्ञानिक दृष्टिकोण को बढ़ावा दिया।
- • उन्होंने माता-पिता को भावनात्मक लाड़-प्यार (Over Affection) से बचने की सलाह दी और कहा कि बच्चों को कठोर अनुशासन से प्रशिक्षित किया जाना चाहिए।
- • उनका विचार था कि अनुशासन और आदतें बच्चे के भविष्य का निर्माण करती हैं।

- **5. वैज्ञानिक पद्धति और प्रयोगात्मकता (Scientific Method and Experimentation)**
- • वाटसन ने मनोविज्ञान को एक व्यवहार आधारित, वैज्ञानिक अनुशासन बनाया।
- • उन्होंने व्यवहार का अध्ययन करने के लिए प्रयोगात्मक (Experimental) तरीकों को अपनाने पर जोर दिया।
- • इससे व्यवहारिक चिकित्सा (Behavior Therapy) और व्यवहार संशोधन (Behavior Modification) की अवधारणाएँ विकसित हुईं।
- **6. विज्ञापन और व्यवहारवाद (Behaviorism in Advertising)**
- • वाटसन ने व्यवहारवाद के सिद्धांतों का उपयोग विज्ञापन और उपभोक्ता व्यवहार (Consumer Behavior) में भी किया।
- • उन्होंने भावनात्मक अपील और कंडीशनिंग के आधार पर विज्ञापन तैयार करने पर जोर दिया।
- • उन्होंने मार्केटिंग में सुझाव दिया कि उत्पाद को भावनाओं से जोड़कर बेचा जाए।

- आलोचनात्मक विश्लेषण: क्या व्यवहारवाद पर्याप्त है?
- ✅ क्या व्यवहारवाद आज भी महत्वपूर्ण है? – हाँ, कई क्षेत्रों में।
- ❌ क्या यह अकेले पर्याप्त है? – नहीं, क्योंकि यह आंतरिक संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं, भावनाओं और जैविक कारकों की उपेक्षा करता है।
- ✅ आधुनिक मनोविज्ञान में व्यवहारवाद का उपयोग अन्य सिद्धांतों (जैसे संज्ञानात्मक मनोविज्ञान, जैविक मनोविज्ञान) के साथ मिलाकर किया जाता है।
- निष्कर्ष: आधुनिक मनोविज्ञान में व्यवहारवाद का संतुलित उपयोग
- वर्तमान समय में व्यवहारवाद को पूरी तरह से अस्वीकार नहीं किया गया है, बल्कि इसे अन्य सिद्धांतों के साथ संतुलित रूप से अपनाया गया है।
- ▶ शिक्षा, मानसिक स्वास्थ्य, विज्ञापन, अपराध विज्ञान और AI में व्यवहारवादी तकनीकें आज भी प्रभावी रूप से उपयोग की जाती हैं।
- ▶ लेकिन आज हम यह भी समझते हैं कि व्यक्ति का व्यवहार केवल बाहरी प्रभावों से ही नहीं, बल्कि आंतरिक मानसिक प्रक्रियाओं और जैविक कारकों से भी प्रभावित होता है।
- इसलिए, आधुनिक मनोविज्ञान में व्यवहारवाद का स्थान अब भी महत्वपूर्ण है, लेकिन यह अब एकमात्र व्याख्या नहीं, बल्कि एक सहायक सिद्धांत के रूप में उपयोग किया जाता

- वाटसन का व्यवहारवाद सही लेकिन अधूरा है!
- ✅ क्या पर्यावरण व्यक्ति को प्रभावित करता है? – हाँ, बहुत हद तक।
- ❌ क्या आनुवंशिकता का कोई प्रभाव नहीं होता? – नहीं, यह गलत है।
- ✅ क्या डर और आदतें सीखी जा सकती हैं? – हाँ, लेकिन कुछ जन्मजात प्रतिक्रियाएँ भी होती हैं।
- ❌ क्या बच्चों को प्यार न देने से वे ज्यादा मजबूत बनेंगे? – नहीं, बल्कि वे भावनात्मक रूप से कमजोर हो सकते हैं।
- आधुनिक दृष्टिकोण:
- आज मनोवैज्ञानिक यह मानते हैं कि व्यवहार आनुवंशिकता (Nature) और पर्यावरण (Nurture) दोनों के मेल से बनता है। वाटसन का सिद्धांत उपयोगी है, लेकिन केवल व्यवहार को ही सब कुछ मान लेना एक अधूरी समझ है।

- Thanks

विज्ञान कहने लगे। इस प्रकार मनोविज्ञान व्यवहार के विज्ञान के रूप में परिवर्तित हो गया।

मनोविज्ञान को व्यवहार के विज्ञान के रूप में स्थापित करने में वाट्सन की भूमिका इतनी महत्वपूर्ण थी कि विलक्षणता से इनकार नहीं किया जा सकता। वाट्सन ने आगे बढ़कर व्यवहारवादी विचारधारों को प्रस्तावित किया और व्यवहारवाद के प्रति बौद्धिक जगत में उत्पन्न होने वाले रुझान को समझते हुए अथक परिश्रम द्वारा उसे एक क्रांतिकारी आंदोलन का रूप दिया। वाट्सन ने अपने प्रयासों में सफलता प्राप्त की और व्यवहारवाद का विकास करने का श्रेय प्राप्त किया।

अपनी प्रगति की जाँच कीजिए 1

1) फ्रांस तथा ब्रिटेन के दार्शनिकों की व्यवहारवाद के विकास में क्या भूमिका थी?

.....

.....

.....

.....

.....

2) प्रकार्यवादियों को व्यवहारवाद के पूर्ववर्ती क्यों माना जाता है?

.....

.....

.....

.....

.....

8.2 जॉन बी वाट्सन (वाट्सन का व्यवहारवाद)

वाट्सन के अनुसार, मनोविज्ञान व्यवहार का विज्ञान है। अतः उसका उपयोग यथार्थपरक कार्यों में किया जाना चाहिए। अतः उसे उन क्रियाओं के साथ समझा जाना चाहिए जिनकी वस्तुपरक व्याख्या की जा सके और इसलिए यह महत्वपूर्ण है कि मानसिक अवधारणाओं तथा शब्दावली जैसी व्यक्तिनिष्ठ प्रकृति वाली चीजों का बहिष्कार किया जाय। वाट्सन के व्यवहारवादी मनोविज्ञान के लिए व्यवहार से जुड़ी विभिन्न मदें या तत्व जैसे माँसपेशियों की गतिविधियों अथवा ग्रंथियों के श्राव से संबंधित प्राथमिक विषयवस्तु बन गए। व्यवहारवाद संपूर्ण जीवधारी के पर्यावरण से संबंधित व्यवहारों से संबद्ध है। उद्दीपन व प्रतिक्रिया की जटिलताओं को उनकी सरलतम उत्तेजनाओं व प्रतिक्रियाओं के घटकों में परिवर्तित कर उनके विश्लेषण करने से व्यवहार के विशिष्ट नियमों को समझा जा सकता है।

जहाँ तक पद्धति और विषयवस्तु का सवाल है, वाट्सन के व्यवहारवादी मनोविज्ञान ने ऐसे विज्ञान के रूप में विकास करने का प्रयास किया। जिसमें भावपरक तथा

व्यक्तिपरक पद्धतियाँ शामिल नहीं थीं, एक ऐसा विज्ञान जो भौतिक विज्ञान की तरह सुदृढ एवं यथार्थपरक था।

बॉक्स 8.2 : जॉन बी. वाट्सन

जॉन बी. वाट्सन ने दर्शनशास्त्र में स्नातक की डिग्री लेने के लिए शिकागो विश्वविद्यालय में प्रवेश लिया। परन्तु बाद में वे जेम्स रोलैण्ड ऐंजिल नामक प्रकार्यवादी मनोवैज्ञानिक से प्रभावित हुए और मनोविज्ञान के अध्ययन में उनकी रुचि जागृत हो गई।

1903 में मात्र 25 साल की आयु में वाट्सन ने पी.एच.डी की डिग्री प्राप्त की और शिकागो विश्वविद्यालय से पी.एच.डी. की डिग्री लेने वाले सबसे कम आयु के छात्र के रूप में उनका नाम घोषित किया गया। 1908 तक उन्होंने शिकागो विश्वविद्यालय में निर्देशक के रूप में कार्य किया। फिर वे हॉपकिन विश्वविद्यालय में प्रोफेसर हो गये। उन्होंने 12 वर्ष तक इस विश्वविद्यालय में काम किया। इस अवधि में उन्होंने मनोविज्ञान के विकास के क्षेत्र में महत्वपूर्ण कार्य किया।

31 वर्ष की उम्र में वाट्सन हॉपकिन विश्वविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग के प्रमुख बन गये तथा सुप्रसिद्ध पत्र '*साइकोलॉजिकल रिव्यू* (Psychological Review) का सम्पादन करने लगे।

1903 में ही वाट्सन ने यथार्थवादी मनोविज्ञान पर काम करना आरंभ कर दिया था। येल विश्वविद्यालय में 1908 में वाट्सन ने पहली बार अपने मनोविज्ञान पर अपने मौलिक विचारों को सार्वजनिक किया और अनेक स्थलों पर उन्होंने इस प्रकार के व्याख्यान दिए। 1903 में व्यवहारवाद पर उनका सबसे अधिक चर्चित शोध '*साइकोलोजिक रिव्यू* नामक पत्र में प्रकाशित हुआ।

इसके दो वर्ष बाद 1915 में वाट्सन अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिऐशन' के अध्यक्ष चुने गये। 1919 में उनकी पुस्तक '*साइकोलोजी फ्रॉम ए बिहेवियरिस्ट स्टेंड पॉइंट*' प्रकाशित हुई। इस पुस्तक में उन्होंने अपने व्यवहारवादी मनोविज्ञान को और अधिक पूर्णता के साथ व्याख्यायित किया।

वाट्सन को हॉपकिन विश्वविद्यालय से त्यागपत्र देना पड़ा क्योंकि उनकी अपनी ही एक अनुसंधान सहयोगी रोसालिक रेनर के साथ प्रेमसंबंध हो गया था। इसके बाद उन्होंने शिक्षण कार्य को पूरी तरह त्याग दिया और एक विज्ञापन एजेंसी में नौकरी कर ली। इस एजेंसी में काम करते समय उन्होंने अपने मनोवैज्ञानिक सिद्धान्तों का उपयोग विज्ञापनों तथा बाजार को बढ़ावा देने के लिए किया। कुल मिलाकर उन्होंने केवल 20 वर्ष तक शिक्षण एवं अनुसंधान कार्य किया जो उनके काम के महत्व को देखते हुए बहुत छोटा था। इसके बावजूद वाट्सन ने मनोविज्ञान पर अपनी गहरी छाप छोड़ी। उनके व्यवहारवाद ने आधुनिक मनोविज्ञान की दिशा को पूरी तरह बदल डाला।

चित्र 8.1: जॉन बी वाट्सन
स्रोतः
firstdiscoverers.co.uk

व्यवहारवाद के विकास में वाट्सन का योगदान उसके द्वारा मनोविज्ञान के क्षेत्र में किये गये निम्नलिखित कार्यों से स्पष्ट हो जाता है।

8.2.1 व्यवहार के प्रकार

वाट्सन के चार प्रकार के व्यवहारों की व्याख्या की।

1) *स्पष्ट (प्रकट)व्यवहार* : इस व्यवहार को सीखा जा सकता है और यह स्पष्ट होता है जैसे बात करना, लिखना और खेलना।

2) *अंतर्निहित (अप्रकट)व्यवहार* : इसे समझा जा सकता है परन्तु देखा नहीं जा सकता। जैसे- दाँतों के डॉक्टर की ड्रिल मशीन को देखते ही रोगी की हृदय की गति का तीव्र हो जाना।

3) *स्पष्ट परन्तु अवधि व्यवहार* : वह व्यवहार जो प्राकृतिक रूप से संपन्न होता है और दिखाई पड़ता है, जैसे – पलक झपकना, छींकना आदि।

4) *अदृश्य व अनधिगत व्यवहार* : प्राकृतिक रूप से संपन्न होने वाला व्यवहार जो दिखाई नहीं पड़ता, जैसे– ग्रंथियों का स्राव तथा परिसंचरणीय परिवर्तन।

वाट्सन के अनुसार जीवधारियों के समस्त व्यवहार वाट्सन के अनुसार, सोचने से लेकर पलक झपकने तक मनुष्य के सारे कार्य इन्हीं व्यवहारों के माध्यम से संपन्न होते हैं। सभी प्रकार व्यवहारों का अध्ययन करने के लिए वाट्सन ने चार पद्धतियों का उल्लेख किया है–

1) *अवलोकन* : यथार्थ अवलोकन विधि अथवा प्रयोग नियंत्रित अवलोकन विधि।

2) *प्रतिक्रियात्मक अनुकूल विधि* : पावलव द्वारा प्रस्तावित विधि।

3) *परीक्षण विधि* : विभिन्न प्रकार के व्यवहारों का परीक्षण किया जाता है। इस विधि से क्षमता तथा व्यक्तित्व आदि का आकलन नहीं किया जा सकता।

4) *शाब्दिक विवरण* : स्पष्ट व्यवहार एक अन्य प्रकार।

8.2.2 मूलप्रवृत्तियाँ

मूलप्रवृत्तियों के बारे में वाट्सन ने जो विचार व्यक्त किये थे, उनमें गत वर्षों में प्रचंड परिवर्तन आया है। 1914 में व्यवहार में मूलप्रवृत्तियों की भूमिका को वाट्सन ने स्वीकार किया था। वाट्सन के सिद्धांत में मूलप्रवृत्तियों की भूमिका महत्वपूर्ण थी। 1919 तक वाट्सन यह कहते रहे थे कि अबोध बच्चों में प्रवृत्तियों विद्यमान रहती हैं; जो सीखने की आदतों में बदल जाती हैं।

1925 में मनुष्यों में मूलप्रवृत्तियों की अवधारणा को वाट्सन ने पूरी तरह नकार दिया। उन्होंने दावा किया कि छींकना, चीखना, अलग होना, रेंगना, चूसना तथ सांस लेना आदि कुछ क्रियाओं कुछ उदाहरण हो सकते हैं परन्तु किसी जटिल व्यवहार पद्धति को प्रवृत्तियों नहीं कहा जा सकता।

वाट्सन मानता था कि लोग अनुभवों से सीखते हैं और वैसे ही बनते हैं, वंशानुगतता से नहीं। व्यक्तित्व का निर्माण भी अनुभवों के आधार पर होता है। वाट्सन का यह विचार कि सीखने की प्रक्रिया से ही मनुष्य के व्यवहार के विकास को समझा जा सकता है, के कारण वाट्सन पर्यावरणवादी मनोवैज्ञानिक के रूप में स्थापित हो गया। उसे प्रचण्ड पर्यावरणवादी माना जाता है। वाट्सन ने व्यक्ति के विकास में मूलप्रवृत्तियों की भूमिका को नकार दिया था। वाट्सन यह भी नहीं मानता कि स्वभाव अथवा किसी भी प्रकार के अन्य गुण वंशानुगत प्राप्त होते हैं। जो विशिष्ट व्यवहार किसी मनुष्य में जन्मजात लगते हैं वे भी बचपन में विशेष रूप से सिखाए जाने के कारण उत्पन्न होते हैं। जो बच्चे आगे चलकर बड़े संगीतकार अथवा खिलाड़ी बनते हैं, वे जन्मजात गुणों

के कारण नहीं होते बल्कि बच्चों के अभिभावकों तथा उनकी देखभाल करने वाले लोगों के प्रोत्साहन तथा प्रयासों के कारण होते हैं। पैतृक तथा सामाजिक वातावरण के द्वारा बच्चों को प्रशिक्षित करके उनका किसी भी दिशा में विकास किया जा सकता है। वाट्सन का यह विचार इतना लोकप्रिय हुआ कि मनोविज्ञान की दुनिया में वाट्सन का नाम प्रसिद्ध हो गया।

8.2.3 संवेग

आत्मविश्लेषण में संवेग का अध्ययन मानव-अनुभवों की तरह ही किया जाता था, अर्थात् मानसिक दशा के विवरण द्वारा लेकिन वाट्सन के अनुसार भावनाएँ दृष्टिगोचर होने वाली प्रतिक्रियाओं का प्रतिनिधित्व करती हैं, इसलिए उन्होंने उनका अध्ययन करने के लिए प्रयोग द्वारा संवेगात्मक प्रतिक्रियाओं को उत्पन्न करने का प्रयास किया।

वाट्सन मानता था कि संवेग किसी उत्प्रेरणा विशेष के फलस्वरूप उत्पन्न होने वाली शारीरिक क्रियाएँ होती हैं। शरीर के आंतरिक अंगों में उत्पन्न होने वाली क्रियाएँ जैसे आक्रमणकारी को देखकर दिल की धड़कनों का तेज हो जाना समुचित अर्जित ज्ञान की प्रतिक्रिया स्वरूप अस्तित्व में आता है। संवेगों अथवा संवेदनाओं का आंतरिक अंगों से आने वाला कोई भी सचेतन प्रत्यक्षण इस सिद्धांत द्वारा संचालित नहीं होता। हर भावना में मनोवैज्ञानिक परिवर्तनों का एक विशेष प्रतिमान अंतर्निहित होता है। वाट्सन का मानना था कि प्रत्यक्ष गतिविधियों से जुड़ी संवेगात्मक प्रतिक्रियाओं की पहचान की तुलना में आंतरिक प्रतिक्रियाओं को प्रबल माना।

संवेग एक प्रकार का अंतर्निहित व्यवहार है, जो कुछ सीमा तक शरीर द्वारा अभिव्यक्त किया जाता है जैसे – लज्जा का प्रदर्शन, पसीना आना (पसीने-पसीने हो जाना), नाड़ी की गति का तेज हो जाना। वाट्सन का भावनाओं का सिद्धांत इतना जटिल नहीं है जितना विलियम जेम्स का।

जेम्स का सिद्धांत इस बात पर जोर देता है कि उत्तेजित करते ही शारीरिक प्रतिक्रिया होती है और संवेग की अनुभूति होती है। जेम्स की संवेग के बारे में दृष्टिकोण का वाट्सन ने खंडन किया। वाट्सन ने घोषणा की कि भावनाओं की समग्र अभिव्यक्ति उत्तेजन की स्थिति, शारीरिक प्रतिक्रिया तथा आंतरिक मनोवैज्ञानिक परिवर्तनों के माध्यम से होती है। इसमें चेतना के प्रत्यक्षण तथा भावना जगत की कोई भूमिका नहीं होती।

वाट्सन ने अपने उच्च स्तरीय अनुसंधान द्वारा उस उत्तेजना का पता लगाया जो भावनात्मक प्रतिक्रिया उत्पन्न करती है और निष्कर्ष निकाला कि छोटे बच्चे प्रायः तीन मूलभूत संवेग – भय, क्रोध तथा प्यार अभिवयक्त करते हैं। ऊंची आवाजों वाले शोर तथा सहयोग न मिल पाने की दशा में वे भय की अभिव्यक्ति करते हैं, शारीरिक क्रियाओं के रोके जाने पर क्रोध तथा लाड़-दुलार से सहलाने, चिपटाने या थपथपाने पर प्यार की अभिव्यक्ति करते हैं। इन उत्तेजनाओं के कारण विशेष प्रतिक्रिया प्रणाली सक्रिय हो जाती है।भय, क्रोध और प्यार सीख कर की जाने वाली भावात्मक प्रतिक्रियाएँ नहीं हैं। इन तीन मौलिक भावावेगों की संरचना, अनुकूलन प्रक्रिया द्वारा मनुष्य में अन्य संवेगों को जन्म देती है।

8.2.4 विचार प्रकिया

विचार प्रक्रिया के बारे में पारंपरिक रूप से यह माना जाता था कि मस्तिष्क में उठने वाले विचार तंत्रिकातंत्र को इस तरह स्पंदित नहीं कर पाते हैं कि मांसपेशियों तथा अंतः ग्रंथियों को सक्रिय कर दें। माँसपेशियों की गतियों को क्योंकि ये विचार प्रभावित नहीं करते इसीलिए प्रेक्षण या प्रयोग द्वारा उन तक नहीं पहुंचा जा सकता। अतः इस सिद्धांत के अनुसार, विचारों को केवल मानसिक विषय माना जाता है तथा भौतिक या शारीरिक संदर्भों में अभिव्यक्ति नहीं पाने के कारण विचारों के उभरने की प्रक्रिया अदृश्य रहती है।

वाट्सन यह मानता है कि विचार मनुष्य की अन्य क्रियाओं के अवयवों की तरह एक प्रकार का ज्ञानेंद्रिय व्यवहार ही है, इसलिए वह स्नायु व्यवहार में अंतर्निहित है। वाट्सन ने सोचने की प्रक्रिया को उप मुखरा बांटा तक सीमित माना है जो स्पष्ट रूप से बोलने के लिए उपयोग होने वाली माँसपेशीय प्रणाली पर आधारित है।

बोलने की इन आदतों के कारण ही विचार प्रक्रिया के फलस्वरूप होने वाली अशाब्दिक अभिव्यक्ति सुनाई नहीं पड़ती। इसी से बच्चों की अपने आप से बातें करने की आदत जुड़ी है, जिसे त्यागने के लिए अभिभावक बच्चों को प्रायः डाँटते रहते हैं और बच्चे शाब्दिक अभिव्यक्ति को त्याग कर मन में उठने वाले विचारों की अभिव्यक्ति बिना आवाज किये करते रहने की आदत डाल लेते हैं। जीव तथा स्वर यंत्र की माँसपेशियाँ स्वर प्रकोष्ठ कहलाती है। ये माँसपेशियाँ सोचने के अंतर्निहित व्यवहार में शामिल होती है। उद्दीपत की व्यक्त प्रतिक्रियाएँ जो भौंह चढ़ाने और कंधे उचकाने जैसे हाव भावों द्वारा अभिव्यक्ति पाती हैं, वे विचारों की ही प्रतिनिधि होती है।

8.2.5 सीखना

यद्यपि थार्नडाइक के प्रारंभिक पशु अनुसंधान से प्रभावित होने के बांड वाट्सन को विश्वास हो गया था कि थार्नडाइक के प्रभाव का नियम अत्यधिक मानसिकतावादी था। थार्नडाइक इस बात पर विश्वास करता था कि मस्तिष्क में संतुष्टि का केंद्र प्रबलन का काम करता है, फिर भी, वाट्सन इसे एक अनुभूति अथवा चेतना की एक अवस्था मानता था, वाट्सन के अनुसार, अनुकूलन की प्रक्रिया में एक दोष यह है कि यह समीपस्थता लाती है। इससे घटनाएँ समय-प्रबद्ध हो जाती हैं।

थॉनडाइक के प्रभाव के नियम पर निर्भर होने के स्थान पर वाट्सन संपर्कता और बारंबारता द्वारा सीखने के प्राचीन सिद्धांतों को महत्व देता है। वाट्सन की यह धारणा रूसी मनोवैज्ञानिक पावलव के विचारों से मेल खाती है। सीखने की प्रक्रिया के दौरान जीवधारी की सही प्रतिक्रिया व्यक्त करना सीखने के प्रयासों की सतता सुनिश्चित करता है। सही परिणाम देने वाली प्रतिक्रियाओं के अस्तित्व में आने की संभावनाएँ विपरीत परिणाम देने वाली प्रतिक्रियाओं की तुलना में अधिक होती है। जैसे-जैसे प्रतिक्रिया की बारंबारता में वृद्धि होती जाती है, वैसे-वैसे उस प्रतिक्रिया के दुहराये जाते रहने की संभावना बढ़ जाती है। इसे *बारंबारता का नियम* कहा जाता है। इससे यह संकेत भी मिलता है कि सीखने की प्रक्रिया के दौरान यदि अगली बार प्रतिक्रियादी अभिव्यक्ति किये जाने पर वही परिणाम आने की संभावना होगी तब ही अंतिम रूप से जीवधारी उस क्रिया को दुहराने का फैसला लेगा।इसे वाट्सन ने नवीनता के नियम की संज्ञा दी है। वाट्सन इस निष्कर्ष पर पहुंचा था कि उद्दीपन तथा प्रतिक्रियाओं की यांत्रिक प्रणाली जीवधारी को सीख देने का काम करती है।

8.2.6 मन–शरीर समस्या

जबवाट्सन ने अपने मन व शरीर के संबंध के बारे में अपना सिद्धांत प्रस्तुत किया, तब चार धारणाएँ अस्तित्व में थीं।

इनमें चार धारणाओं का विवरण इस प्रकार है–

1) *सांकेतिक आदान-प्रदान की धारणा* : इस धारणा के अनुसार, मस्तिष्क और शरीर इस प्रकार काम करते हैं कि जिस तरह मस्तिष्क शरीर को प्रभावित करता है तथा उसी प्रकार शरीर मस्तिष्क को प्रभावित करता है। इस धारणा को रेने देकार्ते ने प्रस्तावित किया था तथा विलियम जेम्स ने इसे स्वीकृति प्रदान की थी।

2) *मनोदैहिक समानता* : इस धारणा के अनुसार, मानसिक व शारीरिक घटनाएँ बिना किसी पारस्परिक हस्तक्षेप के समानान्तर व साथ-साथ घटित होती रहती हैं।

3) *उपोत्पादवाद* : यह धारणा यह मानकर चलती है कि मानसिक घटनाएँ शारीरिक घटनाओं के उप-उत्पाद हैं, जो व्यवहार के लिए जिम्मेदार नहीं है। यही कारण है कि शारीरिक घटनाएँ मानसिक घटनाओं के कारण बनती हैं परन्तु मानसिक घटनाएँ शारीरिक घटनाओं का कारण नहीं बनतीं।

4) *भौतिकवाद*: यह अवधारणा मानसिक घटनाओं अथवा चेतना का अस्तित्व स्वीकार ही नहीं करती।

आरंभ में अधिपतिवाद धारणा को वाट्सन ने स्वीकार किया, बाद में वाट्सन भौतिकवाद की ओर मुड़ गये। वाट्सन यह मानते थे कि चेतना का अस्तित्व एक ऐसी कपोल कल्पना है जिसका कोई प्रमाण नहीं है। मस्तिष्क व शरीर के सम्बंध की सीधे सीधे यह घोषणा करके नकार दिया कि मस्तिष्क का अस्तित्व होता ही नहीं। उन्होंने तर्क दिया कि मनोविज्ञान सम्बंधी कोई भी विचारधारा जो चेतना के अध्ययन का समर्थन करती है, उसे विज्ञान नहीं माना जा सकता। वाट्सन के विचार में मानसिक प्रक्रियाएँ, चेतना, आत्माएँ तथा प्रेत इनमें से किसी भी विज्ञान में कोई स्थान नहीं है।

8.2.7 यौन-शिक्षा

यौन-शिक्षा के बारे में वाट्सन बहुत कुछ कहना चाहता था उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि यौन-क्रियाओं के बारे में स्पष्ट और यथार्थ जानकारी बच्चों को अवश्य दी जानी चाहिए। यौन-जानकारी को खुल्लम खुल्ला प्रदान करने के लिए, मिथक तथा संकोच तोड़ने के लिए वाट्सन ने फ्रायड की प्रशंसा की है।

8.2.8 विज्ञापन

मनोविज्ञान के क्षेत्र में लम्बे समय तक काम करने के बाद वाट्सन ने जो वाल्टर थॉमसन की विज्ञापन एजेंसी को अपनी सेवाएँ देना आरम्भ कर दिया था। विज्ञापन में उन्होंने अपनी मनोवैज्ञानिक प्रतिभा का इस्तेमाल बड़ी सफलता के साथ किया। चार वर्ष के भीतर ही वे विज्ञापन प्रतिष्ठान के उपाध्यक्ष बन गये थे। उपभोक्ता व्यवहार का विषाद अध्ययन करने तथा सार्वजनिक रूप से लोकप्रिय लेख लिखते रहने के कारण उन्हें विज्ञान-जगत में नई पहचान मिली। इस प्रकार वाट्सन को मनोविज्ञान में नई धारा जोड़ने के साथ-साथ विज्ञापन जगत तथा बाजार की दुनिया में मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों का सफलतापूर्वक उपयोग करने के लिए भी याद किया जाता है।

अपनी प्रगति की जाँच कीजिए 2

1) वाट्सन की संवेगों की अवधारणा विलियम जेम्स से किस प्रकार भिन्न है।

.....

.....

.....

.....

.....

2) वाट्सन ने किस प्रकार से विचार प्रक्रियाओं के अवलोकन के लिए सुझाव दिया?

.....

.....

.....

.....

.....

8.3 वाट्सन का व्यवहारवाद : आलोचनात्मक अध्ययन

प्रायः दो आधारों पर वाट्सन के व्यवहारवाद की आलोचना की जाती है:

1) मनोविज्ञान व्यवहारवाद तक ही सीमित होकर रह गया, क्योंकि व्यवहारवाद ने व्यवहार को उद्दीपन और प्रतिक्रिया के दायरे में आने वाली घटनाओं तक ही समेट दिया। वाट्सन ने भौतिकता, उद्दीपन तथा उसकी प्रतिक्रियाओं के केंद्रीय नियंत्रण को अनदेखा कर, इस संदर्भ में मानसिक घटनाक्रम को सिरे से नकार दिया।

2) वाट्सन के व्यवहारवाद ने कटौतीवाद का सहारा लिया, यह मानते हुए कि व्यवहार को पर्यावरणीय उद्दीपन तथा दृश्य प्रतिक्रियाओं के माध्यम से समझा जा सकता है।

वाट्सन की विचारधारा की तर्कसंगतता यह प्रस्तावित करने में है कि वास्तव में व्यवहार भौतिक विज्ञान तथा शरीर विज्ञान को कम कर देता है। इस तरह के कटौतीवाद के कारण व्यवहार के विज्ञान के रूप में स्वतंत्र अस्तित्व पर प्रश्न उठता है।

इस प्रकार सरलता और स्पष्टता के दावे के बावजूद वाट्सन के व्यवहारवादी मनोविज्ञान के अंतर्गत वास्तविक व्यावहारिक स्तर के विश्लेषण की विश्वसनीयता विवादास्पद ही रही। अभिप्रेरणा के सिद्धांत के अधिष्ठाता विलियम मेकडूगल ने वाट्सन की मनोवैज्ञानिक अवधारणा की कटु आलोचना की। उनकी वाट्सन के साथ जोरदार बहस हुई थी जो '*द बैटिल ऑफ बिहेवियरिज्म* शीर्षक से 1929 में प्रकाशित हुई थी। मेकडूगल का अभिप्रेरणा का सिद्धांत बताता है कि मनुष्य का व्यवहार विचार और क्रिया को सहज प्रवृत्तियों का परिणाम होता है।

व्यवहारवाद ने शीघ्र ही इन विचारों को ग्रहण कर लिया जो पहले ही स्वीकृति पा चुके थे। वाट्सन ने प्रवृत्ति की धारणाओं को स्वीकार नहीं किया।

यद्यपि मेकडूगल इस बात से सहमत थे कि मनोवैज्ञानिक अनुसंधान में व्यवहार सम्बंधी जानकारियों को महत्व दिया जाय परन्तु वे यह भी चाहते थे चेतना सम्बंधी जानकारियाँ भी अपना महत्व रखती हैं। मेकडूगल ने प्रश्न उठाया कि मनोवैज्ञानिक आत्मविश्लेषण के बिना किसी की प्रतिक्रिया के आशय को कैसे समझ सकते हैं। उन्होंने यह बात भी उठाई कि यथार्थता पर अधिक जोर देने की स्थिति के दिवा स्वप्नों तथा कल्पनाओं को तो समझा ही नहीं जा सकता, जो व्यवहार के महत्वपूर्ण पक्ष हैं।

फिर मेकडूगल ने पूरी तरह सुनिश्चित मानव व्यवहार को चुनौती दी जो संकेत करता है कि सब कुछ अतीत के अनुभव का ही प्रत्यक्ष परिणाम है और यदि अतीत की घटनाओं की जानकारी प्राप्त हो जाय तो किसी भी घटना के बारे में भविष्यवाणी की जा सकती है। इस तरह का मनोविज्ञान चयन की स्वतंत्रता के विपरीत है। स्वतंत्र इच्छा की अवधारणा तथा अपने कार्यों के प्रति दायित्व बोध के बिना मनुष्य पहल करना ही छोड़ देंगे। कोई सामाजिक बेहतरीकरण के लिए प्रयास ही नहीं करेगा। साथ ही युद्धों को रोकने के प्रयास, अन्याय का विरोध, सामाजिक अथवा व्यक्तिगत आदर्श की स्थापना जैसे कार्य अपना अर्थ खो देंगे।

8.4 वाट्सन का व्यापक प्रभाव

20 साल तक मनोविज्ञान के विकास में अपना योगदान देने के बाद वाट्सन अनेक वर्षों तक मनोविज्ञान के मुख्यधारा से अलग रहे। 1913 में उनके शोधपत्र - '*साइकोलॉजी एज बिहेविचरिस्ट्स व्यूइज*' ने आधुनिक मनोविज्ञान की दिशा बदल दी थी। वाट्सन के मनोविज्ञान के क्षेत्र में हस्तक्षेप के कारण मनोविज्ञान की प्रविधियों तथा शब्दावलियाँ अत्यधिक यथार्थपरक हो गई थीं, क्योंकि वाट्सन ने अपने समय में मौजूद मनोविज्ञान की अध्ययन विधियों का तीव्र विरोध कर डाला था।

अपने समय में व्याप्त विषय (चेतना) तथा क्रिया पद्धति (आत्म विश्लेषण) दोनों का खंडन करते हुए वाट्सन ने मनोविज्ञान में संपूर्ण सुधार करने का प्रस्ताव किया। बाद में वाट्सन ने मनोविज्ञान को विज्ञान सम्भत मनोविज्ञान के रूप में पुनः स्थापित किया।

वाट्सन ने मनोविज्ञान को एक इकाई के रूप में स्थापित करने का उपहार दिया। क्योंकि उन्होंने वस्तुनिष्ठ प्रेक्षण की संभावना को सर्वसम्मति दिलवाते हुए व्यवहारों की व्याख्या उद्दीपन तथा घटनाओं के रूप में की जिससे संरचनावाद की आत्मविश्लेषण की पद्धति को एक विकल्प मिल सका।

परिणामतः वाट्सन की प्रणाली ने पर्यावरणीय उद्दीपन के प्रति व्यावहारिक अनुकूलन क्षमता को केंद्र में रखते हुए एक सुस्पष्ट वस्तुनिष्ठ विज्ञान सम्मत मनोविज्ञान प्रदान किया, जिसने 1930 में व्यवहारवाद को अमेरिकन मनोविज्ञान की प्रमुख प्रणाली बना दिया। वाट्सन की मनोविज्ञान संबंधी विचारधारा ने दो दूरगामी प्रभाव छोड़े–

1) मनोविज्ञान का मुख्य उद्देश्य चेतना की अवस्थाओं के वर्णन और व्याख्या से हटकर भविष्यवाणी तथा व्यवहार के नियंत्रण पर आ गया।

2) प्रत्यक्ष व्यवहार मनोविज्ञान की एकमात्र विषयवस्तु बन गया।