

## Social Psychology

Paper V

B.A. III (Hons.)

### What is Social Tension? Explain the measures/methods of reduction of social tension.

### सामाजिक तनाव क्या है? भारत में व्याप्त तनावों को दूर करने के उपायों की व्याख्या करें।

"सामाजिक तनाव एक ऐसी सामाजिक स्थिति होती है जिसमें दो या दो से अधिक समाज या समूह के सदस्यों में या किसी एक ही समाज या समूह के अधिकाँश या सभी सदस्यों में बेचैनी, अशांति, चिंता की लहर दौड़ जाती है।"

तनाव वास्तव में एक ऐसी मानसिक स्थिति है जिसमें व्यक्ति किसी परिस्थिति या किसी अन्य व्यक्ति के सम्बन्ध में एक अजीब खिंचाव या उलझन सा महसूस करता है। सामाजिक तनाव या सामूहिक तनाव की स्थिति उत्पन्न होने पर सदस्यों में चिंताग्रस्तता (anxiousness) तथा बेचैनी (restlessness) काफी बढ़ जाती है।

उदाहरणस्वरूप, जब रेडियो या T.V. पर सरकार द्वारा संभावित भूकंप या बाढ़ आने की घोषणा की जाती है तो समाज के लोगों में विशेष बेचैनी तथा चिंताग्रस्तता छा जाती है। थोड़ी देर के लिए वह समझ नहीं पाते कि क्या करें और क्या नहीं करें। अक्सर भारतीय समाज में भाषा, जाति, धर्म के नाम पर इस ढंग के सामाजिक तनाव होते रहते हैं।

ऊपर लिखे विवरण से स्पष्ट है कि सामाजिक तनाव एक ऐसी सामाजिक परिस्थिति होती है जहां सांस्कृतिक, धार्मिक, राजनैतिक, सामाजिक हितों अथवा लक्ष्यों के कारण दो या दो से अधिक समुदायों में या किसी एक ही समुदाय के अधिकाँश लोगों में एक टकराव जैसी स्थिति उत्पन्न हो जाती है।

### भारत में सामाजिक तनाव को दूर करने के उपाय-

सामाजिक तनाव एक ऐसी बुरी सामाजिक स्थिति है जो रोक-थाम के अभाव में भयानक कुपरिणाम उत्पन्न कर सकता है। अतः समाज मनोवैज्ञानिकों ने कई ऐसे उपायों का वर्णन किया है जिसके द्वारा सामाजिक तनाव को कम किया जा सकता है। परन्तु सामाजिक तनाव को पूरी तरह से रोकना संभव नहीं है क्योंकि समाज में अनेक तरह की सामाजिक विषमताएं होती हैं जिन्हें चाहते हुए भी पूरी तरह से दूर नहीं किया जा सकता है।

मनोवैज्ञानिकों ने सामाजिक तनाव को दूर करने के निम्नलिखित उपायों का वर्णन किया -

### 1. उचित शिक्षा (proper education)-

सामाजिक तनाव तथा समूह संघर्ष को दूर करने या रोकने के लिए उचित शिक्षा की व्यवस्था आवश्यक है। उचित शिक्षा का अर्थ यह है की बच्चों को केवल ऐसी बातों की शिक्षा दी जाये, जिनसे किसी प्रकार के तनाव या संघर्ष के उत्पन्न होने की सम्भावना न हो। ऐसी बातों की शिक्षा नहीं दी जाये, जिनसे जातीय तनाव (caste tension), वर्ग तनाव (class tension) या सांप्रदायिक तनाव (communal tension) के उभरने की सम्भावना हो।

सामाजिक तनाव का सबसे बड़ा कारण अज्ञानता है। अज्ञानता सभी तरह की सामाजिक बुराइयों की जड़ है। अतः शिक्षा के प्रसारण द्वारा अज्ञानता को दूर करने पर सामाजिक संघर्ष या तनाव कुछ अंशों में दूर हो सकता है। भारत में सांप्रदायिक तनाव का एक प्रमुख कारण यह है की हिन्दू तथा मुसलमान एक दूसरे के प्रति सही जानकारी नहीं रखते हैं तथा धर्म के नाम पर एक दूसरे से झगड़ा, दंगे आदि करने लगते हैं। अतः इन्हें उचित शिक्षा दे कर बहुत अंशों में सांप्रदायिक तनाव को कम किया जा सकता है।

### 2. स्वस्थ समाजीकरण (healthy socialisation)-

समाजीकरण एक सामाजिक सीखना की प्रक्रिया है। सामाजिक तनाव को काम करने का एक उपाय यह है की बच्चों का स्वस्थ समाजीकरण किया जाये। बच्चों का सबसे पहला समाजीकरण माता-पिता द्वारा होता है जिसे primary socialisation कहा जाता है। माता-पिता तथा परिवार के अन्य सदस्यों को चाहिए की वे बच्चों में दूसरे समूह, समाज या संप्रदाय के प्रति सकारात्मक मनोवृत्ति के विकास का प्रयास करें। उन्हें चाहिए की बच्चों के सामने दूसरे समूह, समाज या समुदाय के प्रति कटुवचन या व्यवहार से नकारात्मक मनोवृत्ति, घृणा आदि का प्रदर्शन न करें। द्वितीयक समाजीकरण अर्थात् स्कूल, राजनैतिक संगठन, पास-पड़ोस, पुस्तकालय आदि साधनों, माध्यमों को भी चाहिए की व्यक्तियों के मन में कोई ऐसा भाव न उत्पन्न करें जिससे किसी वर्ग, समुदाय या जाती के लोगों के प्रति तनाव उत्पन्न हो सके। अतः स्वस्थ समाजीकरण भी सामाजिक तनाव को कम करने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

### 3. सामाजिक सुधार एवं उचित विधान (social reforms and proper legislation) –

सामाजिक तनाव को कम करने के लिए सामाजिक सुधार जैसे उपायों को अपनाना ज़रूरी है। समाज सुधार के उपायों द्वारा भाषा, रहन-सेहेन, रीती-रिवाजों आदि में व्याप्त विषमताओं को कुछ कम किया जा सकता है जिससे भी सामाजिक तनाव में कमी आएगी।

### 4. पारस्परिक संपर्क को बढ़ाना (increasing inter-personal contact) –

सामाजिक तनाव या समूह तनाव को रोकने का एक उपाय यह भी है की भिन्न-भिन्न समूहों, समाजों तथा सम्प्रदायों के बीच सामाजिक दूरी को हटाया जाए। इसके लिए आवश्यक यह है की सम्मलेन, गोष्ठी, नाटक, T.V. आदि माध्यमों द्वारा सम्पर्क स्थापित किया जाये जिससे की सामाजिक तनाव में कमी आ सके। Fisher, 1983 ने अपने अध्ययन में पाया की यदि एक ही धंदे में गोर American एवं Negro American कुछ महीनों तक कार्य करते हैं तो इससे दोनों तरह के व्यक्तियों के बीच पारस्परिक सम्बन्ध बढ़ाता है और गोर American की नाकारात्मक मनोवृत्ति एवं तनावपूर्ण व्यवहार में कमी आ जाती है।

### 5. सामान्य लक्ष्य (common goal) –

किसी भी समूह या समाज को संगठित रखने तथा सदस्यों में सहयोग के भाव को बढ़ाने के लिए सामान्य लक्ष्यों का होना आवश्यक है। Watson, 1942 ने कहा की जिस प्रकार चुम्बक लोहे के अलग-अलग टुकड़ों को आपस में मिला देता है उसी प्रकार सामान्य लक्ष्य सदस्यों की आपसी भिन्नताओं को मिटा कर उन्हें संगठित बना देता है तथा इनमे एकता (unity) एकात्म (solidarity), परस्पर निर्भरता (mutual defence) तथा आवेष्टन (involvement) के भाव को विकसित कर सामाजिक तनाव की संभावना को दूर करता है। भारत में जातिगत तनाव, वर्ग तनाव तथा सांप्रदायिक तनाव को रोकने के लिए राष्ट्रीय एकीकरण या राष्ट्रीय कल्याण को सामान्य लक्ष्य माना जा सकता है। यदि भारत के लोग इस लक्ष्य को प्राप्त करने की दिशा में प्रयत्नशील हो जाएं तो सभी सामाजिक तनाव स्वतः दूर हो जाएंगे।

## **6. राष्ट्रीय धन एवं संपत्ति का उचित वितरण (proper distribution of national wealth and property)-**

सामाजिक तनाव को दूर करने का सबसे प्रमुख तरीका आर्थिक असमानता को मिटाना है। सामाजिक तनाव को रोकने का एक व्यवहारिक उपाय यह है की राष्ट्रीय धन तथा संपत्ति का बटवारा उचित रूप से कर दिया जाए। कारण यह है की राष्ट्रीय धन एवं संपत्ति के अनुचित वितरण से देश के कुछ ही लोग सुखी संपन्न हैं और अधिकाँश लोग गरीबी, बेरोज़गारी, भुखमरी तथा बीमारी से पीड़ित है। अतः इन्हें इन प्रकार के आक्रमणशील व्यवहारों से रोकने के लिए यह आवश्यक है की राष्ट्रीय धन तथा संपत्ति का उचित वितरण किया जाए ताकि भारत की अधिकाँश जनता भुखमरी तथा गरीबी से अपने आप को बचा सके तथा शांतिपूर्ण जीवन बिता सके। सामाजिक तनाव को दूर करने, विभिन्न समूहों के बीच संघर्ष को दूर करने तथा सामाजिक शांति स्थापित करने के लिए आर्थिक विषमता को काम करना ज़रूरी है।

उपर्युक्त विवरणों से स्पष्ट है की सामाजिक तनाव को दूर करने के लिए अनेक उपायों का वर्णन किया गया है। इन उपायों को यदि ठीक ढंग से लागू किया जाये तो भारत में सामाजिक तनाव बहुत हद तक कम हो सकते हैं। अतः इसे सामाजिक, आर्थिक तथा मनोवैज्ञानिक सभी एंगल से दूर करने की आवश्यकता है।

**Dr. Hena Hussain**

Asst. Professor

Department of Psychology

Oriental College, Patna City

WhatsApp No. – 9334067986

Email-drhenahussain@gmail.com