

نفسيات

بارھویں جماعت کے لیے درسی کتاب

جامعہ ملیہ اسلامیہ



نیشنل کوسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ



پہلا اردو ایڈیشن

ستمبر 2007 بھادر 1929

PD 5H MFA

© نیشنل کنسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ 2007

- ناشر کی پہلے سے اجازت حاصل کیے بغیر، اس کتاب کے کئی بھی حصے کو دوبارہ پیش کرنا، یادداشت کے ذریعے بازیافت کے ستم میں اس کو محفوظ کرنا یا بر قیمتی، میکائی ہو تو کا پینک، ریکارڈ گکے کسی بھی وسیلے سے اس کی ترسیل کرنا منع ہے۔
- اس کتاب کو اس شرط کے ساتھ فروخت کیا جا رہا ہے کہ اسے ناشر کی اجازت کے بغیر، اس کل کے علاوہ جس میں کیا چھپا گئی ہے یعنی، اس کی موجودہ جلد بندی اور سرورق میں تبدیل کر کے، تجارت کے طور پر نہ مستعارہ یا جاسٹا ہے، نہ دوبارہ فروخت کیا جاسکتا ہے، نہ کسی یہ پر دی جاسٹا ہے اور نہ یہ تاف کیا جاسکتا ہے۔
- کتاب کے صفحے پر جو قیمت درج ہے وہ اس کتاب کی صحیح قیمت ہے۔ کوئی بھی انظرٹانی شدہ قیمت چاہئے وہ ریکی مہر کے ذریعے یا چیپی یا کسی اور ذریعے ظاہر کی جائے تو وہ غلط منظور ہو گی اور ناقابل قبول ہو گی۔

این سی ای آرٹی کے پبلی کیشن ڈپارٹمنٹ کے دفاتر

این سی ای آرٹی کیپس	110016	فون	011-26562708	نئی دہلی - 110016
سری اروندو مارگ	108,100	فٹ روڈ ہوستے کیرے ہیل		اسکنینش بیانکری III اسٹچ
بھگلور - 560085	380014	فون	080-26725740	ٹو چیون ٹرست بھجوان
ڈاک گھر، تو چیون	700114	فون	079-27541446	احم آباد - 380014
کولکتہ - 700114	781021	فون	033-25530454	سی ڈیبوسی کیپس بمقابل ڈھاکل بس اسٹاپ، پانی ہائی
مالی گاؤں				
گواہانی - 781021				

105.00 روپیے

اشاعتی ٹیم

ہیڈ پبلی کیشن ڈپارٹمنٹ :	پیسٹی راجا کمار
چیف پروڈکشن آفیسر :	شیو کمار
چیف ایڈیٹر :	شویتا اپل
چیف بنس نیجر :	گوتم گانگولی
اسٹٹنٹ پروڈکشن آفیسر :	عبدالنعیم
سرورق اور ڈیزائن :	ندهی وادھوا

این سی ای آرٹی واٹر مارک 80 جی ایس ایم کاغذ پر شائع شدہ

سکریٹری، نیشنل کنسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ،
شری اروندو مارگ، نئی دہلی نے کو اٹھ انظر پارک، 8246،
نئی اناج منڈی، دہلی-6 میں چھپوا کر پبلی کیشن ڈپارٹمنٹ
سے شائع کیا۔

پیش لفظ

‘قوی درسیات کا خاکہ—2005’ میں سفارش کی گئی ہے کہ بچوں کی اسکول کی زندگی، ان کی باہر کی زندگی سے ہم آہنگ ہونی چاہیے۔ یہ زاویہ نظر، کتابی علم کی اس روایت کی نفحی کرتا ہے جس کے باعث آج تک ہمارے نظام میں گھر اور سماج کے درمیان فاصلے حائل ہیں۔ نئے قوی درسیات کے خاکے پر بنی نصاب اور درسی کتابیں اسی بنیادی خیال پر عمل آوری کی ایک کوشش ہے۔ اس کوشش میں مختلف مضامین کو ایک دوسرے سے الگ رکھنے اور رٹ کر پڑھنے کے طریقہ کارکی حوصلہ شکنی بھی شامل ہے۔ ہمیں امید ہے کہ ان اقدامات سے قوی تعلیمی پالیسی 1986 میں مذکور ‘تعلیم کے طفل مرکوز نظام’ کی طرف مزید پیش رفت ہوگی۔

اس کوشش کی کامیابی کا انحصار اس پر ہے کہ اسکولوں کے پرنسپل اور اساتذہ بچوں میں اپنے تاثرات خود ظاہر کرنے اور ذہنی سرگرمیوں اور سوالوں کے ذریعے سیکھنے کی ہمت افزائی کریں۔ یہ میں یہ ضرور تسلیم کرنا چاہیے کہ بچوں کو اگر موقع، وقت اور آزادی دی جائے تو وہ بڑوں سے حاصل شدہ معلومات سے وابستہ ہو کر، نئی معلومات مرتب کرتے ہیں۔ آموزش کے دوسرے ذرائع اور محل وقوع کو نظر انداز کرنے کے بنیادی اسباب میں سے ایک اہم سبب مجازہ درسی کتاب کو امتحان کے لیے واحد ذریعہ ہوتا ہے۔ بچوں کے اندر تخلیقی صلاحیت اور پیش قدمی کے رہنمائی اسی وقت ممکن ہے جب ہم آموزشی عمل میں بچوں کو بحیثیت شریک کا رقبوں کریں اور ان سے اسی طرح پیش آئیں۔ انھیں محض مقررہ معلومات کا پابند نہ سمجھیں۔

یہ مقاصد اسکول کے معمولات اور طریقہ کار میں معقول تبدیلی کا مطالبہ کرتے ہیں۔ روزمرہ نظام الاوقات (Time-Table) میں چیلہ پن اُسی قدر ضروری ہے جتنی کہ سالانہ کلینڈر کے نفاذ میں سخت محنت کی تاکہ مطلوبہ ایام کو حقیقتاً تدریس کے لیے وقف کیا جاسکے۔ تدریس اور اندازہ قدر کے طریقوں سے بھی اس امر کا تعین ہو گا کہ یہ درسی کتاب، بچوں میں ذہنی تناول اور اکتاہٹ کا ذریعہ بننے کے بجائے ان کی اسکولی زندگی کو خوش گوار بنا نے میں کس حد تک موثر ثابت ہوتی ہے۔ نصابی بوجھ کے مسئلے کو حل کرنے کے لیے نصاب سازوں نے مختلف سطحیوں پر معلومات کی تشکیل نو اور اسے نیارخ دینے کی غرض سے بچوں کی نفیسیات اور تدریس کے لیے دستیاب وقت پر زیادہ سنجیدگی کے ساتھ توجہ دی ہے۔ اس مخلصانہ کوشش کو مزید بہتر بنانے کے لیے یہ درسی کتاب سوچنے اور محسوس کرنے کی تربیت، چھوٹے گروپوں میں بحث و مباحثہ کرنے اور عملی انجام دی جانے والی سرگرمیوں کو زیادہ اولیت دیتی ہے۔

این سی ای آرٹی اس کتاب کے لیے تشکیل دی جانے والی ”کمیٹی برائے درسی کتاب“ کی مخلصانہ کوششوں کی شکر گزار ہے۔ کونسل سائنس اور ریاضی کے مشاورتی کمیٹی کے چیئر پرسن پروفیسر ہری واسودیوں اور اس کتاب کے خصوصی صلاح کار آر۔ پی۔ ترپاٹھی کی ممنون ہے۔ اس درسی کتاب کی تیاری میں جن اساتذہ نے حصہ لیا، ہم ان کے متعلقہ اداروں کے بھی شکر گزار ہیں۔ ہم ان سب ہی اداروں اور تنظیموں کا بھی شکر یہ ادا کرتے ہیں جنہوں نے اپنے وسائل، مأخذ اور عملی کی فراہمی میں فراخ دلی کا ثبوت دیا۔ ہم وزارت برائے فروغ انسانی وسائل کے شعبہ برائے ثانوی اور عالیٰ ثانوی تعلیم کی جانب سے پروفیسر منال مری اور پروفیسر جی۔ پی۔ دلیش پاٹھے کی سربراہی میں تشکیل شدہ ٹکرائی کمیٹی (مانیٹر ٹک کمیٹی) کے اراکین کا بھی خصوصی شکر یہ ادا کرتے ہیں

جنہوں نے اپنا فیضی وقت اور تعاون ہمیں دیا۔ ہم اس نصابی کتاب کے اردو ترجمے کی ذمے داری بخوبی انجام دینے کے لیے جامعہ ملیہ اسلامیہ، نئی دہلی کے شکرگزار ہیں، خاص طور پر جامعہ ملیہ اسلامیہ کے وائس چانسلر پروفیسر شیر الحسن اور محترمہ رخشدہ جلیل کے ممنون اور شکرگزار ہیں جنہوں نے مرکز برائے جواہر لعل نہر و اسٹڈیز، جامعہ ملیہ اسلامیہ کے آؤٹ ریچ پروگرام کے ذریعے اس عمل میں رابطہ کار کے فرائض بخوبی انجام دیے۔ کوسل اس کتاب کے اردو ترجمے کے لیے ڈاکٹر وحیدہ خان کی شکرگزار ہے۔ باضابطہ اصلاح اور اپنی اشاعت کے معیار کو مسلسل بہتر بنانے کے مقصد کی پابند ایک تنظیم کے طور پر این سی ای آرٹی تمام مشوروں اور آر ا کا خیر مقدم کرتی ہے تاکہ کتاب کو مزید غور و فکر کے بعد اور زیادہ کار آمد اور بامعنی بنایا جاسکے۔

نئی دہلی

ڈائریکٹر

نیشنل کوسل آف اججیشنل ریسرچ انڈرائینگ

20 نومبر 2006

نفیات سب سے کم عمر سائنسی مضمون ہے لیکن اس کا بہت تیزی سے پھیلنے والے مضامین میں شمار ہوتا ہے۔ بہت سے لوگوں کا یقین ہے کہ اکیسویں صدی جیاتی ہیں اور ساتھ نفیاتی علوم کی بھی صدی ہو گی۔ عجی سائنس کے میدان میں ہونے والی تحقیقات نے طبعی سائنس کے تغیرات نے انسان کے ذہن اور برہناؤ کے بجا بات کو حل کرنے کے لیے نئی رالیں کھول دی ہیں۔ کوئی بھی انسانی شعبہ ایسا نہیں ہے جو ان نئی معلومات سے مبہری رہ جائے۔ صرف یہ امید کی جاسکتی ہے کہ یہ نظام لوگوں کو زیادہ پرممی طریقے سے زندگی گذارنا اور انسانی نظام کو بہتر بنانا سکھائے گا۔ نتیجے کے طور پر بہت سی آسامیاں (جگہیں) بھی ابھر کر آئیں گی۔ نفیات نے پہلے سے ہی دوسرے مضامین کے درمیان اپنی راہیں ہموار کر لی ہیں۔

اس کتاب کی تیاری بجا طور پر ایک متحدوش تھی۔ اس میں بہت سے ماہرین کی رائے لی گئی ہے ان میں اسکول کے اساتذہ، کالجوں کے ٹیکچر اور طالب علم بھی شامل ہیں۔ اس کتاب کے لکھتے وقت ہم نے ان مسائل کو اٹھانے کی کوشش کی ہے جو پچھلے ایڈیشن کے بارے میں اٹھائے گئے تھے۔ ان مشوروں کو ہم نے اس کتاب میں جگد دینے کی کوشش کی ہے۔ یہ کتاب قومی خاکہ درسیات 2005 کے اصولوں پر مبنی ہے بنیادی اصولوں کو دھیان میں رکھتے ہوئے ہم نے بچوں کے بوجھ کو کم کرنے کی کوشش کی ہے۔ اور اس مضمون کو طلباء کے لیے زیادہ آسان بنایا ہے۔ اس کے لیے ہم نے نفیاتی اصولوں کو وزمرہ کے انسانی رویوں اور زندگی کے تجربات سے متعلق بنانے کی کوشش کی ہے۔ اس کوشش میں ہم کتنے کامیاب ہوئے ہیں اس کا فیصلہ استاد اور طلباء کریں گے۔ نفیات کے اساتذہ کو سب سے بڑا چلتیج یہ ہوتا ہے کہ وہ اپنے شاگردوں کو انسانی رویوں کی سائنسی طریقے سے جانچ کے لیے کہتے ہیں اور ان تو ضحیات کا استعمال بھی کرتے ہیں جو عام فہم نہیں ہوتیں، کسی بھی دوسرے سائنسی مضمون کے مقابلے میں اساتذہ علم نفیات میں کم مانگی کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے۔ ہمیں امید ہے کہ بچے اس پورے نصاب کو پڑھیں گے۔ اپنے اور دوسروں کے رویوں کو سمجھنے کے لیے ایک مناسب سائنسی رویہ اپنائیں گے اور اسے ذاتی ارتقا کے لیے استعمال کریں گے۔

نفیات کے اساتذہ اور طلباء کے ہاتھوں میں اس کتاب کو سونپتے ہوئے ہمیں ازحد خوشی ہو رہی ہے۔ ہم ان تمام لوگوں کا شکریہ ادا کرتے ہیں جس کا کسی نہ کسی طرح سے اس کتاب کی تیاری میں تعاون رہا ہے۔

نندی مچھلی

”معاف کرنا“، ایک سمندری مچھلی نے کہا ”آپ مجھ سے بڑی ہیں اس لیے مجھے یہ بتائیئے کہ جسے سمندر کہتے ہیں وہ کہاں ملے گا؟“

”سمندر“، بڑی مچھلی نے کہا ”جہاں ابھی تم ہو وہی تو سمندر ہے۔“

”اچھا، یہ ہے؟ لیکن یہ تو پانی ہے۔ مجھے تو سمندر کی تلاش ہے۔“
مچھلی نے بڑی نا امیدی سے کہا اور
وہا سے تلاش کرنے دوسری جگہ چلی گئی۔

ماخذ: ”چڑیا کا گیت“، از اخنوں ڈی میلو، ایس۔ جے۔ (آنند: گجرات ساہتیہ پر کاوشن) 1987

کمیٹی برائے درسی کتب

چیئرپرس، مشاورتی کمیٹی برائے پروفیسر ہری واسودیون، شعبۂ تاریخ، گلگت یونیورسٹی، گواکا تا

خصوصی صلاح کار

آر۔سی۔ تراپھی، پروفیسر اور ڈائریکٹر، جی بی پنٹ سوشن سائنس انسٹی ٹیوٹ، جھونی، الہ آباد

اراکین

آنند پرکاش، سینئر فیلو، شعبۂ نفیات، دہلی یونیورسٹی
انور ادھا بھنڈاری، پروفیسر، شعبۂ نفیات، پنجاب یونیورسٹی، چنڈی گڑھ
کولاتھاپا، پروفیسر، شعبۂ نفیات الہ آباد یونیورسٹی، الہ آباد
لیلاوتی کرشن، پروفیسر، ڈپارٹمنٹ آف ہومینیز اینڈ سوشن سائنسز، آئی آئی ٹی، کانپور
دامودرسوار، پروفیسر، ڈپارٹمنٹ آف ہومینیز اینڈ سوشن سائنسز، آئی آئی ٹی، کانپور
نیلم شری و استو، سابق بھی جی ٹی، وسنت ولی اسکول، وسنت کنخ، نئی دہلی
پورنیما سنگھ، پروفیسر، ڈپارٹمنٹ آف ہومینیز، بنارس ہندو یونیورسٹی، وارانسی
آر۔سی۔ مشرا، پروفیسر، شعبۂ نفیات، بنارس ہندو یونیورسٹی، وارانسی
سونبی ایل۔ راؤ، پروفیسر، نیشنل برین ریسرچ سنٹر، گرگاون
سینتا اروڑا، سینئر کاؤنسلر، گورنمنٹ گرلز سینئر سکنڈری اسکول، نمبر 1، روپنگر، دہلی
ششما گلائی، پروفیسر، ڈی ای پی ایف ای، این سی ای آرٹی، نئی دہلی
یو۔ این۔ داش، پروفیسر، شعبۂ نفیات، ایکل یونیورسٹی، بھونیشور

ممبر کوارڈی نیٹر

امحمد سعید، ریڈر، ڈی ای پی ایف ای، این سی ای آرٹی، نئی دہلی
پر بھات کے۔ مشرا، لیکچرر، ڈی ای پی ایف ای، این سی ای آرٹی، نئی دہلی

اٹھارہ تشنہر

میشن کو نسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ پروفیسر شما گلائی، صدر، ڈپارٹمنٹ آف ایجوکیشنل سائنسکولو جی اینڈ فاؤنڈیشن آف ایجوکیشن کی شکرگزار ہے کہ جنہوں نے اس کتاب کی اشاعت کے مختلف مراحل پر معاونت کی۔ ہم ڈاکٹر شکنستلا ایم۔ جے۔ مان، پرنسپل، سی ایم اسکول، ستباری، چھترپور، نئی دہلی کے بھی شکرگزار ہیں، اس کے علاوہ رم جھم جے رتح، وسنٹ ولی اسکول، وسنٹ کخ، نئی دہلی؛ الکامار، ریان ایٹریشنل اسکول، وسنٹ کخ، نئی دہلی؛ انورادھانارائن، ڈی اے ولیک اسکول، پیغم پورہ، دہلی؛ سمن کھیر، مادرن اسکول، بارہ کھبڑا روڈ، نئی دہلی؛ لویکا جیمن، ڈی پی ایم، متحرار روڈ، نئی دہلی؛ اوشا آند، سینٹ تھامس گرلز سینٹر سکنڈری اسکول، مندر مارگ، نئی دہلی بھی کتاب کی اشاعت کے سلسلے میں ہونے والی ورکشاپ میں اپنے تعاون کے لیے شکریہ کی حقدار ہیں۔ ڈاکٹر پر اچی گھلہ دیاں، لیکچرر، این ای آر آئی ای، شیلائگ نے اس کتاب کے دوباب کامل کیے ہیں کو نسل شکرگزار ہے۔ کو نسل بنارس ہندو یونیورسٹی کے شعبہ نفیسات کے پروفیسری۔ بی۔ دویدی کی معنوں ہے جنہوں نے اس کتاب کی فہرست اور ابواب کی ایڈیٹنگ کی۔ انج۔ پی۔ یونیورسٹی، شملہ کے ریٹائرڈ پروفیسر ساگر شرمانے کتاب کے آخری مراحل میں جن گروں قدم مشوروں سے نواز اس کے لیے ان کا شکریہ ادا کرنا ضروری ہے۔

شرکتی و ندانستھ، کنسٹیٹیشن ایڈیٹر نے محنت اور گلن سے کتاب کے مسودے کا مطالعہ کیا اور اس میں ضروری تبدیلیاں کیں کو نسل ان کا بھی شکریہ ادا کرتی ہے۔

اساتذہ کے لیے مدد ایات

اطور استاد آپ ہمیشہ طلباء کی سیکھنے سمجھنے کی صلاحیتوں کو اجاگر کرنے نیز وہ تدریسی کتابوں سے کیا سیکھتے ہیں، اس کو سمجھ کر پڑھانے کے لیے کوشش رہتے ہیں۔ موجودہ دور میں جماعت میں ہونے والی آزمائش زیادہ تر اس بات پر مرکوز ہے کہ کیسے طلباء کو علم سے بہرہ ور کیا جائے۔ اس لیے ہمارے لیے یہ ضروری ہے کہ ہم یہ سمجھیں کہ پڑھانا کیا ہے، ہم کیسے پڑھاتے ہیں اور ہماری سکھائی ہوئی تعلیم بچوں پر کس حد تک اثر انداز ہوتی ہے۔ تحقیق سے پتہ چلا ہے کہ تعلیمی مشقیں موضوع کی فطرت اور مواد سے متاثر ہوتی ہیں۔ نفسیات کا موضوع جو انسانی دماغ، رویوں اور آپسی رشتہوں سے جڑا ہوا ہے، اس وقت زیادہ بہتر طور پر پڑھایا جاسکتا ہے اگر اسے انسانی تناظر کے پس منظر میں سمجھایا جائے۔ اس طرح کاظمیہ طلباء کا علم بڑھانے کے ساتھ ساتھ ان کے تجسس میں اضافہ کرتا ہے، ثابت احساسات پیدا کرتا ہے، سیکھنے کی خواہش، کھلان پن نیزاپی اور دوسروں کی معلومات کے تین اکساتا ہے۔ اس طرح کاظمیہ طلباء کے ذاتی ارتقا اور موضوع کے تین ان کے ثابت رویے بنانے میں معاون ہوتا ہے۔

اس کتاب کا ڈیزائن تیار کرنے میں بھی اس بات کا خیال رکھا گیا ہے کہ طلباء کے سابقہ تجربات اور تعلیم کو ایک وسیع نظریہ میں سکے۔ موضوع کو روزمرہ کے موجودہ حالات کے مطابق رکھنے کی کوشش کی گئی ہے۔ ہمارا مشورہ ہے کہ آپ طلباء کو ایک آپسی تال میل کے ساتھ اور تدریسی آموزش کے اس مرحلے کو طلباء کے لیے خوش کن بنا کیں تاکہ وہ اس سے لطف اندر روز ہو سکیں۔ کہانی، مباحت، مثالیں، سوال و جواب، مسائل کو سلیمانی کا طریقہ اور طلباء کا رول یہ سب چیزیں کتاب کے متن میں شامل ہیں۔ بہتر یہ ہو گا کہ طالب علم اپنی کہانیاں اور مثالیں خود مرتب کریں۔ متن کو گنجک بنتے سے بچانے کی کوشش خاص طور پر کی گئی ہے جس سے طالب علم اپنی کلاس میں حاصل شدہ معلومات کو اپنے حالات کے ساتھ نسلک کر کے سیکھنے کا شوق پیدا ہو۔ اساتذہ کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ اپنی ذاتی زندگی کے دل چپ پ واقعات کو درج کریں۔ بنچے ان واقعات اور حالات کو اپنی کتاب کے اسبقہ کی روشنی میں سمجھنے کی کوشش کریں گے۔ ان واقعات و حادثات کو وہ آموزشی ڈائری (Learning Dairy) میں محفوظ کر سکتے ہیں۔

بارہویں جماعت کے طلباء کے لیے یہ ضروری ہے کہ اس موضوع پر ان سے تفصیل سے بات کی جائے، روزمرہ زندگی میں اس کی اقدار اور مستقبل میں اس موضوع سے متعلق کس قسم کے پیشے اپنائے جاسکتے ہیں، اس پر بھی بات کی جائے۔ امید ہے کہ طالب علم اس موضوع کی عملی نوعیت کو سمجھیں گے اور انھیں یہ بھی علم ہو گا کہ انسانی رویوں کے مطالعے میں کس طرح سائنسی نظریات سے مدد لی جاتی ہے۔

یہ کتاب نو ابواب پر مشتمل ہے ان میں وہ موضوعات شامل کیے گئے ہیں جو نفسیات کے تعارفی مطالعے کے لیے ضروری سمجھ جاتے ہیں۔ ہر باب کا آغاز ”سیکھنے کے مقاصد“ سے ہو رہا ہے۔ باب کی شروع میں اس میں شامل تمام مواد کا ایک خاکہ دیا گیا ہے۔ ”تعارف“، ایک معلوماتی اضافہ ہے جو بچوں کے سابقہ علم (موضوع کے تین معلومات) کی بنیاد پر تیار کیا گیا ہے۔ ہر باب کا متن

مثالوں، تصویریوں، خاکوں اور مشقتوں سے مزین ہے تاکہ بچہ ہر تصور کو بآسانی سمجھ سکیں۔ یہ تمام چیزوں اس موضوع کا مکمل حصہ ہیں اور انہیں سبق پڑھاتے وقت استعمال کرنا چاہیے۔ ہر باب کے آخر میں خلاصہ پڑھائے گئے مواد کی بازیافت کرتا ہے۔ جب آپ نیا سبق شروع کریں تو بچوں کو خلاصہ پڑھنے کے لیے ضرور کہیں۔

سبق کے آخر میں تبصرہ اور سوالات دیئے گئے ہیں ان سے بچوں کو موضوع کو سمجھنے اور سیکھنے میں مدد ملے گی اور وہ سیکھی گئی معلومات کو اپنی فکر اور سوچ میں ڈھال سکیں گے۔ پروجیکٹ کی تجاویز کا مقصد بھی یہی ہے کہ طالب علم عملی طور پر بھی اپنی تعلیم کا استعمال کریں۔ اس سے ان کو عام تصورات کو سمجھنے میں بھی مدد ملے گی اور وہ اپنے تجربات کو روزمرہ زندگی سے جوڑ سکیں گے۔ ہمیں امید ہے کہ آپ ان تمام چیزوں کا مناسب استعمال کر کے بچوں کے لیے سیکھنے اور سمجھنے کی نی را اپنے کھوں سکیں گے، حالانکہ کتاب کا متن مختلف عنوانات کے تحت تقسیم کیا گیا ہے جیسے کہ نفسی اوصاف میں مختلف النوع کیفیت، شخصیت، رویہ یا برداشت، نفسی تدھی، گروہ بندی وغیرہ ساتھ ہی ساتھ یہ بھی کوشش کی گئی ہے کہ ان تمام ابواب میں آپسی رابط اور یکسانیت برقرار رہے تاکہ ایک تاثر قائم ہو سکے۔ کتاب میں دی گئی مشقتوں کو بھی اسی انداز سے ترتیب دیا گیا ہے کہ بچے جماعت میں زیادہ سے زیادہ حصہ لے سکیں۔ اسی وجہ سے ان مشقتوں کو آسان بنایا گیا ہے نیزان پر عمل کرنے کے لیے کسی خاص سامان کی بھی ضرورت نہیں ہوگی۔ یہ کلاس میں ہی کی جا سکتی ہیں یا پھر ان کو کھر سے کر کے لانے کے لیے بھی کہا جاسکتا ہے۔ ان میں کچھ عمل تو گروپ بنا کر کیے جاسکتے ہیں جب کہ کچھ انفرادی طور پر کرنے کے ہیں۔ گروپ میں کی جانے والی مشقتوں میں بنا کر کام کرنے کا رجحان، مل بانٹ کر کام کرنے کا طریقہ اور ایک دوسرے کے نظریے کی عزت کرنے کا رجحان پیدا کریں گی۔ جب مشقتوں پر کام کرائیں تو جماعت میں ایسا ماحدول بنانا چاہیے جو آپسی سمجھ بوجھ، اعتماد اور تعادن سے بھر پور ہو۔ چونکہ ہر کلاس اور ہر استاد مختلف ہوتے ہیں تو ان مشقتوں کو بھی ضرورت اور اپس منظر کے تناظر میں عمل میں لایا جاسکتا ہے۔ اس کتاب کی دخوصیات ہیں۔ وسیع پیمانے پر اشارات اور ویب لنکس۔ اشارات سبق کے آخر میں دیئے گئے ہیں جن سے استاد کو طلب کی دلچسپی اور تحسیں پڑھانے میں مدد ملے گی اور کلاس میں بہتر تال میل پیدا ہو سکے گا۔ ویب لنکس موضوع پر مزید اطلاعات بھم پہنچاسکتے ہیں نیزاں میدان میں ہونے والی نئی تحقیقات اور تجربات کا بھی علم حاصل ہوتا ہے۔

یہ بات زیادہ اہمیت کی حامل ہے کہ اس مضمون کو پڑھاتے وقت ہمیں سائنسک اور عملی نظریات میں توازن اور ہم آہنگی رکھنے کی شدید ضرورت ہے۔

طلبا کے لیے نوٹ

یہ درسی کتاب نفسیات کی مبادیات کا آپ سے تعارف کرنے کے لیے تیار کی گئی ہے۔ مضمون کے علم کی بنیاد فراہم کرنے کے علاوہ، یہ آپ کی خود کو، آپ کے تجسس اور تفہیم کے متعلق لوگوں کے روپوں کو فروغ دینے پر توجہ مرکوز کرتا ہے۔ درسی کتاب میں تال میل کا پہلو نفیات کو بطور مضمون سمجھنے اور ساتھ ہی ساتھ نفسیات کا روزمرہ زندگی میں عملی اطلاق میں معاون ہوتا ہے۔ لہذا اس بات کی ضرورت ہے کہ جماعت کی سرگرمیوں میں شرکت بھرپور ہو اور یہ منعکس بھی ہو۔

آغاز سے قبل آپ مضامین کی فہرست سے ضرور مانوس ہو جائیں جس سے آپ کو احاطہ کیے گئے موضوعات اور ابواب کی ترتیب کا اندازہ ہو جائے گا۔ ہر باب مقاصد اور مواد کا ایک خاکہ پیش کرتا ہے۔ ان مقاصد سے آپ کو یہ معلوم ہو گا کہ کسی باب کا مطالعہ کرتے ہوئے کتنے باتوں کا علم ہو گا۔ ابواب تعارف سے شروع ہوئے ہیں جس سے آپ کو درپیش مواد کے متعلق مختصر اندازہ ہو جائے گا۔ مواد میں باکس اور سرگرمیاں بھی شامل ہیں۔ ان باکس میں تازہ نظریات اور تجربات سے متعلق معلومات ہیں جو عمل میں آچکے ہیں اور جن کا اطلاق روزمرہ کے حالات پر ہوتا ہے۔ یہ کتاب میں پھیلے ہوئے ہیں اور ضرورت اس بات کی ہے کہ آپ اپنے ذہنی افق کی وسعت اور معلومات کے ذخیرہ میں اضافہ کرنے کے لیے ان کا مطالعہ کریں۔ درسی کتاب میں مثالیں دی گئی ہیں جو حقیقی زندگی کے واقعات اور تجربات سے متعلق ہیں۔ ان کی بہتر تدریس اور تفہیم کے لیے ہر باب کے بعد خلاصہ دیا گیا ہے۔ اس کے بعد مشقی سوالات ہیں۔ یہ سوالات تقدیمی فکر پیدا کرتے ہیں اور آپ کے اندر سوالات اور منطق کی قوت بخشتے ہیں۔ ہم ان سوالات کو حل کرنے میں آپ کی حوصلہ افزائی کریں گے۔ ان سوالات کے متعلق آپ کے رہنمی سے پڑھائے گئے تصورات پر آپ کی صلاحیت کے درج اور آپ کی معلومات کی گہرائی دونوں باتیں ظاہر ہوں گی۔

ہر باب کے خیر میں دی ہوئی کلیدی اصطلاحات اور تعریفوں کا سیکھنا آپ کے لیے اہم ہے۔ کتاب کے آخر میں فرہنگ ہے جو وضاحت کے لیے بہترین معاونت اور موضوع کی مبادیات کی صراحت کا ثبوت ہے۔

اب ہر باب میں دی گئی سرگرمیوں اور پروجیکٹ کی تجویزوں پر توجہ مبذول کریں۔ یہ سیکھنے کے تجرباتی پہلو کو فروغ دیتی ہیں۔ ان سرگرمیوں کی انجام دہی سے حاصل تجربات کی مدد سے آپ خود کو اور دوسروں کو اور بہتر سمجھ سکیں گے۔ جماعت میں پڑھائے گئے تصورات کو حقیقی زندگی کے حالات سے جوڑ کر دیکھنے میں بھی یہ آپ کے معاون ہوں گے۔ زیادہ سے زیادہ سرگرمیوں میں شامل ہونے کی کوشش کریں جس سے آپ نفسیاتی تصورات کو بہتر طور پر سمجھ سکیں۔ مجازہ پروجیکٹ کر کے سیکھنے پر زور دیتا ہے۔ آپ جماعت کے باہر بھی لوگوں کے اثر یوں لے سکتے ہیں اور اطلاعات جمع کر سکتے ہیں۔ مکمل پروجیکٹ کو باہر لے جانا ہو سکتا ہے آپ کے لیے ممکن نہیں ہو لیکن چند ایک کا انتخاب دلچسپ ہو گا۔ ویب لنس ہر باب کے آخر میں دیے گئے جن سے اس کتاب میں احاطہ کیے گئے تصورات سے متعلق اضافی متعلق اضافی معلومات کے حصول میں مدد ملے گی۔

آپ ایک ایسے سفر پر نکلے ہیں جس میں آپ کو اس موضوع سے متعلق مختلف اکتشافات ہوں گے۔ آپ جہاں تک جائیں گے مواد آپ کی خود کی تلاش اور اس دنیا کی جس کے آپ حصہ ہیں کی تلاش میں آپ کا معاون ہو گا۔ نفسیات کی راہ آپ کے لیے کھلی ہے۔ جتنا کہ وہ بہتر ہو سکتی ہے۔

بھارت کا آئین

تمہید

ہم بھارت کے عوام متنانت و سنجیدگی سے عزم کرتے ہیں کہ بھارت کو ایک مقتدر، سماج وادی، غیر مذہبی عوامی جمہوریہ بنائیں اور اس کے تمام شہریوں کے لیے حاصل کریں۔

النصاف سماجی، معاشی اور سیاسی

آزادی خیال، اظہار، عقیدہ، دین اور عبادت

مساوات باعتبار حیثیت اور موقع اور ان سب میں

اخوت کو ترقی دیں جس سے فرد کی عظمت اور قوم کے اتحاد اور سالمیت کا تيقن ہو۔

اپنی آئین ساز اسمبلی میں آج چھپیں نومبر 1949ء کو یہ آئین ذریعہ ہذا اختیار کرتے ہیں، وضع کرتے ہیں اور اپنے آپ پر نافذ کرتے ہیں۔

فہرست

<i>iii</i>	پیش لفظ
<i>v</i>	دیباچہ
1	نفیسیاتی صفات میں تغیر
25	خودی اور شخصیت
2	زندگی کے چیلنجوں سے مقابلہ
55	نفیسیاتی انتشار
3	معالجاتی نظریات
75	رویہ اور سماجی واقفیت
4	سماجی اثر اور گروہی یا اجتماعی عمل
96	باب 5
114	باب 6
139	باب 7

باب 8

نفیات اور زندگی

163

باب 9

نفیاتی مہارتوں کا فروغ

189

نفیات میں پریکٹیکل کے لیے رہنماءصول

207

فرہنگ

211

محوزہ مطالعات

222