

محركاتی کردار

(Motivational Behaviour)

محرك (Motive) کی اصطلاح لاطینی زبان کے لفظ "مونیوس" (Motivus) سے اخذ شدہ ہے جس کے معنی حرکت کرنا ہے۔ محرك زندگی میں حرکت دینے والی وہ قوت ہے جو جسم میں کمی یا عضو یا قی کمزوری کے نتیجے میں وقوع پزیر ہوتی ہے یہ قوت کردار کو روکنا کرتی ہے۔ یہ ایک ایسی وقوفی (Cognitive) وجہ ہے جو کسی بھی فرد کی طاقتوں کو مقصد کی طرف لے جاتی ہے، یہ ایک ایسا عمل ہے جو کسی نامیات (Organism) کے کردار کا آغاز کرتا ہے اسے جاری دساری رکھتا ہے اور مخصوص سمت کی طرف موڑ دیتا ہے یہ ایک فوری تیاری کی ایسی حالت ہے جو خصوصی کردار کی طرف لے جاتی ہے یہ تناؤ کی ایسی حالت ہے جو فرد کو منزل کی طرف لے جاتی ہے۔

محرك کی تعریفیں

بہت سے ماہرین نے محركاتی عمل کی تعریف اپنے اپنے انداز میں کی ہیں۔ رابرٹ ووڈ ووڈ (R. Woodworth, 1947) محركات کی تعریف کرتے ہوئے کہتے ہیں کہ "محرك ایک ایسا عمل ہے جو کسی فرد کو مخصوص کردار اور مقصد کی طرف لے جاتا ہے۔ سی۔ ٹی۔ مارگن (C.T. Morgan, 1950) کے مطابق "محرك ایک ایسی اندرونی حالت ہے جو فرد کو مقصدی سرگرمی کی طرف لے جاتی ہے۔ رے ٹیلر (R. Taylor, 1982) کے نزدیک "محرك ایک ایسا عمل ہے جو جاری رہتا ہے متعین ہوتا ہے اور آخر کار مقصدی کردار کے حصول پر ختم ہوتا ہے۔

محرك ہمارے کردار کو کیسے متعین کرتے ہیں؟

(How the motives Determine our Behaviour)

محرك ایک ایسا عمل ہے جو ذہنی و جسمانی عمل کو نہ صرف جاری کرتا ہے بلکہ متعین کرتا ہے اور اس میں ہماری اندرونی قوتیں مثلاً انگلیختیں ہمارے اور خواہشات شامل ہوتی ہیں۔ محركات شعوری اور لاشعوری دونوں سطح پر کام کرتے ہیں۔ تمام محركاتی کردار "اصول لذت" کے تحت کام کرتا ہے جس کے باعث ہم سب شادمانی کی طرف رجوع کرتے ہیں اور دکھ سے بچتے ہیں۔

افراد کے روزمرہ کے معمولات اور ردعمل محركاتی کردار پہنی ہوتے ہیں۔ یہ سوال کہ ہم ایسا کیوں کرتے ہیں؟ ہم ایک خاص طرز عمل کیوں اپناتے ہیں؟ کوئی دوسرا طرز عمل کیوں نہیں اپناتے؟ ہم جداگانہ طریقے کے ردعمل کیوں دیتے ہیں؟ لوگ ان خصائص کے بارے میں اکثر پوچھتے ہیں کہ ایسا کیوں ہوتا ہے؟ اس کا جواب انتہائی سادہ اور آسان ہے اور وہ "محرك" ہی ہے۔ زندگی میں محركات کا اثر گونا گوں ہے زندگی میں مختلف کرداروں نے محركاتی عمل کا نتیجہ ہوتے ہیں ہم زندگی میں تعلیم معیار زندگی، سماجی و اقتصادی مرحلہ اور صحت کو بہتر بناتے

ہیں صرف اس لیے کہ ان سب کے پیچھے محرکاتی عمل کا فرما ہوتا ہے ہم اپنے مشاغل، رویے، شخصی طرز کس لیے تبدیل کرتے ہیں؟ اس سوال کا جواب بھی صرف اور صرف محرکات ہی ہیں۔

محرکات کی اقسام (Kinds of Motives)

محرکات کی کئی اقسام ہیں ماہرین نفسیات انہیں ان کی اہمیت اور درجہات کے مطابق بیان کرتے ہیں بنیادی طور پر محرکات کی دو قسمیں ہیں ابتدائی اور ثانوی محرکات۔

i- ابتدائی محرکات (Primary Motives)

(غیر آکتابی / غیر آموزشی و مضویاتی)

ہوا پیاس، بھوک، درجہ حرارت، غنیمت، بول ویراز، جنس، مازنا، پرداز، محرکات۔

ii- ثانوی محرکات (Secondary Motives)

(آکتابی، آموزشی و نفسیاتی) حصول، طاقت، دانش، ہماریت کام، کھوج، سماجی قبولیت، تحفظ۔

i- ابتدائی محرکات (Primary Motives)

ابتدائی محرکات کو پہلا دی، حیاتیاتی، مضویاتی اور غیر آموزشی محرکات بھی کہا جاتا ہے یہ بچہ کے لیے ضروری ہیں۔ ان محرکات کی نشانی کے بغیر نامیات کی جہ نامکس ہے۔

بھوک کا محرک (Motive of Hunger)

ابتدائی محرکات میں بھوک کا محرک سب سے اہم محرک ہے اور یہ محرک اپنی ماہیت میں حیاتیاتی کیسادی، مضویاتی اور نفسیاتی ہے۔ یہ محرک (Survival) کے لیے انتہائی اہم ہے کوئی جاندار غذا کے بغیر زندہ نہیں رہ سکتا مضویاتی طور پر جب غلیوں میں توانائی کم ہو جاتی ہے تو بھوک کی تحریک ہوتی ہے۔ سماجی، نفسیاتی اور غذائی اسباب بھوک کے محرک میں اہم کردار ادا کرتے ہیں مثال کے طور پر ایک شخص جسے اپنی پسند کی غذا میسر آئے گی وہ زیادہ کھائے گا یہ بات مشاہدے میں آئی ہے کہ تناؤ کی حالت میں افراد کھانے سے یا تو اجتناب کرتے ہیں یا بھر بھار شوری کا شکار ہو جاتے ہیں۔ بھوک کے محرک کا کنٹرول سسٹم ہمارے دماغ میں موجود ہے دماغ میں واقع زیریں عرشہ (Hypothalamus) اشارے وصول کرتا ہے جس کے تحت بھوک کی تحریک شروع ہو جاتی ہے۔ یا بالکل ختم ہو جاتی ہے وہ لوگ جو بسیار خوری میں مبتلا ہوتے ہیں موٹاپے کا شکار ہو جاتے ہیں موٹاپا کسی فرد کے تامل وزن سے 20% زیادہ وزن کو کہا جاتا ہے طعمای عارضہ ایک ایسا مضویاتی عمل ہے جس کا تعلق فرد کی غذا سے ہے زیادہ کھانا اور بالکل نہ کھانا اور متفاد طعمای عارضے ہیں جس کا تعلق غیر طبی طعمای کردار فرد کے وزن اور جسمانی ماہیت کے اور اک کے ساتھ ہے۔

مختلف افراد کے دماغ کو تحریک دینے کے نتیجے میں جو اثرات دیکھنے میں آتے ہیں۔ ان میں جسمانی کمزوری، حرکی کردار میں کمی، وزن میں کمی، بے ہوشی کی حالت، محافظہ کو عارضہ نامکس یا داشت، جنسی تعلقات میں رکھتے کی کمی بے چینی اور تناؤ شامل ہیں ورزش ہی ایک ایسا مستندان طریقہ ہے جو بھوک کو اصلاح پر لاتا ہے اور جٹا بخرم کی کارکردگی کو صحیح رکھتا ہے۔ (جینٹ اور گورن 1982)

پیس کا محرک (Motive of Thirst)

پیس کا محرک زندگی کا اہم ترین محرک ہے کوئی بھی نامیات جسمانی مادوں کے توازن کے بغیر زندہ نہیں رہ سکتا گردوں کے ذریعے "DDH" ہارمون ہمارے جسم کے امعات (سیال) کو توازن میں رکھتے ہیں۔ ہم پانی اس لیے پیتے ہیں کیونکہ ہمارے ظلیوں میں مائع کی کمی ہو جاتی ہے جس کے تحت ہمارا منہ خشک اور جسم میں خون گاڑھا ہو جاتا ہے ایسی حالت میں ہمارے گردے رینن (Renin) تالی ایذا بختر خارج کرتے ہیں جس سے پیس محسوس ہوتی ہے۔ پیس کا محرک کی تکمیل کے لئے خلیات (Cell) کے اندرونی اور بیرونی نظام مل کر کام کرتے ہیں ہمارے جسم کے کل وزن کا 90.5% پانی پر مشتمل ہے۔ جب کبھی جسم میں پانی کی کمی واقع ہوتی ہے تو پیس کا محرک بیدار ہو جاتا ہے جس کے تحت ایسا کردار اختیار کیا جاتا ہے جو پانی کی کمی کو پورا کرتے ہوئے ہمارے جسم میں پانی کے تناسب کو ایک مستقل درجہ پر رکھتا ہے جسم میں پانی کی کمی کے نتیجے میں مندرجہ ذیل علامات دیکھنے میں آتی ہیں مثلاً جلدی نکالنے کا واقع ہونا ہونٹوں میں اور گلے کا خشک ہونا بول ویراز پر اثر، وزن کی کمی، جسمانی خلیات پر اثر، بے ہوشی کی کیفیت، جسمانی طاقت میں شدید کمی، سر کا پکھرا نا، قونی اثرات اور اضطراب واقع ہونا شامل ہیں۔ محرکات کی درجہ بندی میں پیس کا محرک ہوا کے محرک کے بعد اہم ترین ہے۔ پانی جسمانی خلیات اور نامیات کی بقا کے لئے انتہائی ناگزیر ہے زندگی کا دار و مدار پانی کے ساتھ ہی قائم و دائم ہے۔

درجہ حرارت کا محرک (Motive of Temperature)

سردی اور گرمی کی موسمی کیفیات نامیات کی زندگیوں پر گہرے اثرات مرتب کرتی ہیں جو لوگ سرد یا گرم خطوں میں رہتے ہیں وہ جسمانی طور پر ان خطوں کی آب و ہوا کے مطابق اپنے آپ کو ڈھال لیتے ہیں یا پھر وہ اپنے آپ کو شدید موسموں کے اثرات سے بچانے کے لئے احتیاطی تدابیر اپنانے رکھتے ہیں ہم سردی اور گرمی کو حیات کے ذریعے محسوس کرتے ہیں۔ انسانی جسم کا طبعی درجہ حرارت 98 درجہ فارن ہائٹ ہوتا ہے۔ دماغ میں واقع زیریں عرشہ جسمانی درجہ حرارت کو توازن میں رکھتا ہے بیرونی درجہ حرارت اور جسمانی درجہ حرارت کا فرق فرد کو ایسی تدابیر اختیار کرنے کی طرف لے جاتا ہے جو بقا کے لیے بے حد ضروری ہیں۔

موسمی تبدیلیاں انسانی تمدن، لباس، عادات اور طرز زندگی پر گہرا اثر چھوڑتے ہیں صحت اور تندرستی کے لیے جسم کے درجہ حرارت کو طبعی حالت میں برقرار رکھنا ایک بنیادی ضرورت ہے شدید موسمی صورتحال کسی بھی فرد کے لیے جان لیوا ہو سکتی ہے۔ جسمانی توازن کے عمل کے دوران انسانی جسم درجہ حرارت کی کمی کو پورا کرنے کے لیے حرارت پیدا کرتا ہے ہم سردی اس وقت محسوس کرتے ہیں جب بیرونی درجہ حرارت کم ہو جاتا ہے نتیجتاً درقیہ اور کھڑی، رطوبتیں سردی کا مقابلہ کرنے کے لیے جسم کو مدد فراہم کرتی ہیں۔ لیکن جب بیرونی درجہ حرارت بڑھتا ہے تو پسینے کے غدود پسینے کا اخراج کرتے ہیں جس سے ہمارا جسم ٹھنڈک محسوس کرتا ہے ہمارا اندرونی نظام جسم کی توازنی حالت کو برقرار رکھنے کے لیے ہر وقت فعال رہتا ہے ہم بیرونی ماحول میں مختلف سائنسی ایجادات کا سہارا لیتے ہوئے اپنے جسم کو سردی اور گرمی سے محفوظ رکھتے ہیں۔ ان ایجادات میں بیئر، پگھلے، ایئر کنڈیشنر، کولر اور ریفریجریٹرز وغیرہ قابل ذکر ہیں۔

انسانوں میں درجہ حرارت کی کمی اور بیشی کے اثرات دیکھنے میں آتے ہیں درقیہ اور کھڑی رطوبتوں کا اخراج انسانی جسم کو سردی کے خلاف مددگار فراہم کرتا ہے۔ انسانوں میں جلدی مسائل سخت سردی میں شروع ہو جاتے ہیں سردی کی صورت میں خون جسم کی بیرونی سطح سے خلیات کے اندر تک چلا جاتا ہے تاکہ سردی کا مقابلہ کرے گرم موسم میں خون کی گردش جسم کی بیرونی شریانوں کے پھیل جانے کی وجہ سے

تیز ہو جاتی ہے تاکہ جسم خشک محسوس کر سکے نیز گرم موسم میں لکھام شخص میں تیزی واقع ہو جاتی ہے تاکہ جسم کے درجہ حرارت کو بڑھنے نہ دیا جائے۔

انسان کی اندرونی ضروریات اور مقاصد توازن کی راہیں متعین کرتے ہیں۔ انسان ارتقائی عمل کے اعلیٰ ترین درجے پر اور ورثائی لحاظ سے بھلی میلان کا حامل ہے جو کہ توازنی میلان کے بغیر ممکن نہیں سمجھنا اور پینے کی ضرورت محسوس ہوتی ہے ہم فطری طور پر قائلو مادوں کا اخراج کرتے ہیں ہم درد اور تکلیف سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں ہم اپنے توازنی میلان کو بحال کرنے کے لیے آرام کرتے ہیں یہ تمام مشاغل جسم کے توازنی میلان کی نمائندگی کرتی ہیں توازنی میلان کی اصطلاح کلین نے 1932 میں استعمال کی لیکن نے توازنی میلان (Homeostasis) کو جسم کی برقراری کے مستقل درجہ کا سبب ٹھہرایا اگر توازن کا یہ مستقل درجہ خراب ہو جائے تو ہمارا عضو پاتی نظام کام کرنا شروع کر دیتا ہے جس کے تحت توازن پھر سے بحال ہو جاتا ہے نمک، پانی، شکر، رطوبتیں، درجہ حرارت، نمکیات، حیاتین، لحمیات اور نشاستہ ہمارے خون میں شامل ہو کر توازن کی کیفیت کو بحال کرتے ہیں۔ اور ان 21 اعداد عدم توازن بیماری اور موت کا باعث بنتا ہے توازن کا تصور ہربرٹ ہنسر (1951) اور کارک بل نے (1952) میں پیش کیا انہوں نے اسے "تحریک کی کمی" کا اصول قرار دیا۔ اس تصور کے تحت ہم اپنے اندرونی ماحول کو توازن میں رکھتے ہیں بنیادی خلیاتی ضروریات توازن کے عمل کی طرف لے جاتی ہیں جسمانی عدم توازن اور اندرونی تناؤ نامیات کو مقصدی سرگرمی کی طرف ابھارتا ہے جب نامیات اپنا مقصد پورا کر لیتا ہے تو اس کا حیاتیاتی توازن بحال ہو جاتا ہے جسم کا توازنی نظام ہمہ جہت ہے جس کے تحت خون شکر کے درجہ کو کنٹرول کرنا، قائلو مادوں کا اخراج، بے نالی نوروں کی فعالیت اور جسم کا مدافعتی نظام قابل ذکر ہیں عدم توازن کی صورت میں جسم کے اندرونی تناؤ بڑھتی، کمزوری اور تکلیف کو دور کیا جاتا ہے اور توازن کو حاصل کرنے کی کوشش کی جاتی ہے جب کبھی جسمانی ظہے عدم توازن کا شکار ہوتے ہیں تو فرد توازن کی کیفیت کو حاصل کرنے کے لیے سرگرم عمل ہو جاتا ہے انسانی کردار کے زیادہ پہلو ان سرگرمیوں کی عکاسی کرتے ہیں جو فطری طور پر توازن کے مستقاضی ہوتے ہیں۔

جنس کا محرک (Motive of Sex)

جنس کا محرک حیاتیاتی ہے اور یہ نسل بقاء کے لیے انتہائی ضروری ہے۔ یہ بھوک اور پیاس کے محرکات کے مقابلے میں کم اہمیت کا حامل ہے جنس کے محرک کے لیے اندرونی رطوبتوں کا اخراج اور بیرونی طور پر جنس مخالف کی کشش دونوں اہم ہیں مردانہ جنسی رد عمل (Testosterone) پہنچتا ہوتا ہے اور زنانہ جنسی رد عمل ایسٹروجن پہنچتی ہوتا ہے انسان جنس مخالف کی کشش، پسند اور حسن کی وجہ سے جنسی طور پر براکتیجھتے ہوتے ہیں اس سلسلے میں جنسی کردار کو مضبوط کرنے کے لیے سماجی پابندیاں نافذ کی جاتی ہیں۔

جنسی سرگرمیاں مختلف ثقافتوں میں مختلف ہوتی ہیں جنسی کردار کی باقاعدگی کا معاشرتی لحاظ سے احسن طریقہ شادی ہے جنس کا محرک خاندان اور نسل کی بقاء کے لیے اہم ترین محرک ہے۔

مادری محرک (Maternal Motive)

اس محرک کا تعلق ماں کے کردار کے ساتھ ہے حیاتیاتی لحاظ سے مادری محرک کا تعلق پرولاکٹین رطوبت (Prolactine Hormone) کے اخراج سے ہے جو چھاتی کے غدود کو برانگیخت کرتا ہے اور نوزائیدہ بچوں کے لیے دودھ فراہم کرتا ہے۔ بچوں کی نمو کے حوالے سے تحقیقات سے یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ یہ محرک بچوں میں پیداہش کے ساتھ موجود ہوتا ہے تمامش کے نتیجے میں بچیاں اپنی ماؤں کی طرح کا

طرز عمل سیکھتی ہیں تماشے یا شائستگی عمل چھوٹی بچیوں میں مشاہدہ کیا جاسکتا ہے لڑکیوں کے ساتھ کہنے کو ترجیح دینی ہیں بہنوں اور اپنی ماؤں کی نظانی کرتی ہیں نومولود بچوں کی حفاظت دیکھ بھال اور صحت کے لیے مادری محرک از حد ضروری ہے باپ کا کردار بھی بچوں کی دیکھ بھال محبت اور حفاظت کے لیے اہم ہے۔

ii- ثانوی محرکات

بنیادی طور پر ثانوی یا اکتسابی محرکات ابتدائی محرکات کو پورا کرنے میں معاون ثابت ہوتے ہیں ثانوی محرکات سماجیانے کے عمل کے لیے از حد ضروری ہیں کوئی ثقافت اپنا حسن اور تنوع ان کے بغیر قائم نہیں رکھ سکتی۔ معاشرتی ماہرین نفسیات کے مطابق ثانوی محرکات گروہ اور سماج کی بقا کے لیے طاقت مہیا کرتے ہیں تحصیل محرک، طاقت کا محرک، وابستگی کا محرک اور چارحیت کا محرک گروہی مواءمہ سماجی بندھنوں کے لیے اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

تحصیل کا محرک (Motive of Achievement)

اہم سماجیانے (Socialization) کے عمل کے دوران بہت سی چیزیں سیکھتے ہیں جس میں تحصیل کی ضرورت سرفہرست ہے دوسرے لفظوں میں یہ سبقت لے جانے کی ضرورت ہے اس محرک کا وجود ابتدائی بچپن ہی سے پایا جاتا ہے۔ بہن بھائیوں میں مسابقت اور رشک تحصیل کے محرک کی فہمازی کرتے ہیں وراثتی، سماجی اور ذاتی اسباب کسی بھی شخصیت کی تشکیل کے لیے اہم ہوتے ہیں اس طرح سے شخصیات میں تحصیل کا محرک مختلف درجوں میں پایا جاتا ہے کچھ افراد اعلیٰ تحصیلی محرک کے حامل ہوتے ہیں جبکہ کچھ افراد کم تحصیل محرک رکھتے ہیں۔

وہ بچے جن کے والدین سخت کوشش، منظم، خود مختار اور نصب العین کے حامل ہوتے ہیں وہ اعلیٰ تحصیلی محرک رکھتے والوں کے لیے رہنما ثابت ہوتے ہیں۔ ایسے والدین ہمیشہ بچوں کی تحصیل پر مثبت رویوں کا اظہار کرتے ہیں۔ وہ اپنے بچوں کو فیصلہ کرنے میں، مشکلات کو حل کرنے میں اور زندگی میں مقاصد کا تعین کرنے کے سلسلے میں حوصلہ افزائی کرتے ہیں وہ افراد جو زندگی میں خطرات مول نہیں لیتے اعلیٰ تحصیلی محرک کے حامل نہیں ہوتے۔ مردانہ حاکمیت کے معاشرے میں خواتین کا تحصیلی ضرورت کا درجہ کم ہوتا ہے۔ خود مختاری اور اعلیٰ تحصیلی محرک میں مثبت ہم راہی یا تعلق پایا جاتا ہے۔ اعلیٰ تحصیلی محرک اور تعلق میں بھی مثبت ہم راہی پائی جاتی ہے۔ انفرادی طور پر اعلیٰ تحصیل کا محرک رکھنے والے ہمیشہ اعلیٰ کامیابی کے لیے کوشش کرتے ہیں۔ وہ زندگی میں کبھی بارے کا نہیں سوچتے بلکہ خطرات سے گھینا پسند کرتے ہیں۔

طاقت کا محرک (Motive of Power)

انسان اور حیوان دونوں طاقت کا محرک رکھتے ہیں۔ طاقت کے محرک کے تحت دوسروں پر حکمرانی کیا جاتی ہے اس محرک کے تحت افراد دوسرے افراد اور اقوام کو شکست دینا چاہتے ہیں۔ طاقت کا محرک انفرادی اور اجتماعی طور پر دونوں صورتوں میں مختلف اقوام میں دیکھا جاسکتا ہے۔ انسانی زبوں حالی سماجی اضطراب جنگ و جدل اور قتل و عمارت گری اسی محرک کی وجہ سے ہے لاکھوں انسان طاقت کے محرک کے نتیجے میں لقمہ اجل بن گئے۔ چارحانہ کردار اور طاقت کے محرک کے درمیان مثبت تعلق پایا جاتا ہے جن افراد نے طاقت کے محرک کی پیکائش پر اعلیٰ درجے کا سکور حاصل کیا ان کا چارحیت کا سکور بھی زیادہ تھا طاقت کے حصول کا مقصد دوسرے افراد کے کردار کو کنٹرول کرنا طاقت کے محرک کے تحت افراد اپنی غیر تحصیلی خواہشات کی تکمیل اور تسکین چاہتے ہیں۔ طاقت کا محرک تماشے (شائستگی) کے عمل کے دوران ظاہر ہوتا ہے۔ جس کے تحت افراد اپنے اوپر کنٹرول کرتے ہیں۔ دوسروں کو متاثر کرتے ہیں۔ اور اپنے سماجی تنظیمی اداروں کے ذریعے دیگر افراد اور اداروں پر دباؤ

ڈالتے ہیں مردوں کے مقابلے میں عورتیں طاقت کے محرک کی طرف کم رغبت رکھتی ہیں۔ جو افراد طاقت کی بہت زیادہ خواہش رکھتے ہیں۔ وہ سیاست، تعلیمی اداروں اور علم و فنس میں گہری دلچسپی رکھتے ہیں یہ افراد معاشرے میں اعلیٰ درجے کے حصول کے لیے ہمیشہ سرگرم عمل رہتے ہیں۔ طاقت کا محرک نہ صرف بنیادی ضروریات کی تکمیل کرتا ہے بلکہ نفسیاتی تھکنی بھی فراہم کرتا ہے۔ طاقت کا حصول رکھنے والے افراد بیرون نین (Extrovert) ہوتے ہیں کارل یونگ (Carl Jung) یہ افراد طاقت کے حصول کے مقاصد کو پسند کرتے ہیں اور طاقت کے محرک کی تکمیل موجودہ ذرائع کے اندر کرتے ہیں۔ ان افراد میں مسابقت کا محرک اور تکمیل کا محرک دونوں ہی اعلیٰ درجے کے پائے جاتے ہیں۔

وابستگی کا محرک (Motive of Affiliation)

انسان فطرتی لحاظ سے معاشرتی / سماجی حیوان ہے اسے الہیمانہ کے ساتھ زندہ رہنے کے لیے معاشرے یا سماج کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ سماج ہی ہے جو وابستگی کا احساس مہیا کرتا ہے افراد میں اس محرک کے تحت ہم احساسی (We Feeling) کا تصور متا ہے۔ دوستانہ مراسم کے نتیجے میں کاروباری سماجی اور ثقافتی تعلقات کسی بھی معاشرے میں جنم لیتے ہیں ایک نگاہ نظر یہ بھی ہے کہ انسان خوف اور تنہائی کو دور رکھنے کے لیے آپس میں مل جل کر رہتے ہیں ان کے اندر انتہائی فطرت پائی جاتی ہے وابستگی کا محرک خاندان سے شروع ہوتا ہے اور دیگر شعبہ ہائے زندگی میں نمودار کرتا ہے۔ ہم وابستگی کا محرک بطور سے تمام زندگی کے شعبوں میں دیکھ سکتے ہیں۔

وابستگی کا محرک ابتدائی گروہوں میں اپنی شدید ترین صورت میں دیکھا جاتا ہے ثانوی گروہوں کے ممبران اس قدر شدید وابستگی نہیں رکھتے اس لیے سماجی قبائلی اور نسلی وابستگیاں شدید ترین وابستگیاں کہلاتی ہیں۔ (ابن خلدون)

جارجیت کا محرک (Motive of Agression)

جارجیت کے محرک میں تشدد اور جسمانی طاقت کے ذریعے دوسرے افراد پر غلبہ حاصل کیا جاتا ہے۔ حیاتیاتی اور حیوانی ماحولوں سے یہ شواہد ملتے ہیں کہ گوشت خور، سبزی خور جانداروں کی نسبت زیادہ تشدد واقع ہوتے ہیں۔ کیا ہاری کھانے کی عادات ہماری جارجیت کے اظہار میں معاونت کرتی ہیں یا نہیں اس حقیقت پر تحقیق کی ضرورت ہے۔ جارجیت کے بارے میں مختلف نظریات ملتے ہیں۔ میکڈوگل کا جبلی نظریہ فرانس کا نظریہ تحلیل نفسی، البرٹ بندورا کا معاشرتی آکتاب کا نظریہ جارجیت کے محرک کی وضاحت کے لیے بہت اہم حیثیت رکھتے ہیں۔ میکڈوگل کے مطابق ہم جارجیت کی جہالت رکھتے ہیں۔ فرانس کے مطابق جارجیت کا محرک بچپن ہی سے موجود ہوتا ہے لیکن اس کا نکاس ہم سماجی طور سے تسلیم شدہ طریقوں مثلاً کھیل اور آرٹ کے ذریعے کیا جاتا ہے۔ ڈولڈ اور ملار (Dollard and Millar) کے مطابق جب فرد اپنے مقاصد کو پورا نہیں کر پاتا تو احساس کمتری میں مبتلا ہو جاتا ہے جس کے نتیجے میں وہ جارجیت پر پورا اثر جاتا ہے۔ اور جینڈورا کے مطابق ہم سماج میں اس وقت جارجیت پسند بن جاتے ہیں جب جارجیت کے ذریعے ہمارے پسندیدہ مقاصد پورے ہونے لگتے ہیں۔

جارجیت کا دو طریقوں سے ماحول میں اظہار ہوتا ہے کچھ لوگ جو خود کشی کرتے ہیں۔ وہ جارجیت کو اپنی ذات کی طرف موڑ دیتے ہیں جبکہ کچھ دوسرے افراد کو تکلیف اور ایذا پہنچا کر اپنی جارجیت کا رخ ان کی طرف موڑ دیتے ہیں۔ تحقیقات کے ذریعے یہ معلوم ہوا ہے کہ جارجیت ماؤں کے بچے بھی جارجیت پسند تھے۔ یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ جنس جارجیت کے حوالے سے اہم متغیرہ حیثیت رکھتی ہے۔ مردوں میں عورتوں کی نسبت زیادہ جارجیت پائی جاتی ہے۔ جارجیت والدین اساتذہ ہم جو لہوں اور میڈیا کے ذریعے بھی سکھی جاتی ہے۔

ہیجانی محرکات اور تناؤ سے بچنا (Cope with Stress and Motive)

فزکس میں تناؤ کے معنی کسی چیز کو ٹوڑنے یا جھکانے کے لیے کافی مقدار میں وزن ڈالنا ہے۔ نفسیاتی لحاظ سے تناؤ ایک ایسا جسمانی یا نفسیاتی سمج ہے۔ جب وہ کسی فرد کو متاثر کرتا ہے تو اس میں عدم توازن اور کھچاؤ کی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ تناؤ کسی چاندی کا دور عمل ہے جو ناپسندیدہ قوتوں کے خلاف ہوتا ہے۔ جو اسے نقصان پہنچا رہی ہوں نیز یہ قوتیں فرد کا فنی اور جسمانی توازن خراب کر دیتی ہیں۔ تناؤ ایسی حالت ہے جو فرد کو کھچاؤ چارحیت اور صحت میں مبتلا کر دیتی ہے (Wilkinson)۔

”تناؤ ایسی قوت ہے جو جسمانی اور ذہنی طور پر کسی فرد میں کھینچ و پھینچا کرتی ہے جس سے فرد عدم توازن کا شکار ہو جاتا ہے“

(C.L. Coopers)

مندرجہ بالا تعریفوں کو ملحوظ رکھتے ہوئے یہ کہا جاسکتا ہے کہ تناؤ ایک ایسی ذہنی حالت ہے جس کے تحت کوئی فرد کھچاؤ کا شکار ہو جاتا ہے نفعے میں آ جاتا ہے صحت میں مبتلا ہو جاتا ہے اس کی وجہ کالج کا تقریری مقابلہ یا شہر کی ٹریفک بھی ہو سکتی ہے تناؤ کی کیفیت کسی قریمی عزیز کی موت یا زندگی کا ناقابل برداشت جو جو بھی ہو سکتے ہیں۔

بعض اسباب جو کچھ لوگوں کے لیے تناؤ کا باعث ہوتے ہیں کچھ لوگوں کے لیے جوش اور ولولہ کی کیفیت پیدا کرتے ہیں۔ ایک شخص کا تناؤ دور کرنے کے لیے مسرت ہی مسرت ہو مثلاً نیز رفتاری سے گاڑی چلانا ایک شخص کے لیے باعث مسرت اور دوسرے کے لیے شدید تناؤ ثابت ہو سکتے ہیں اس میں کوئی شک نہیں کہ طویل عرصے کے لیے تناؤ کی کیفیت کسی بھی فرد کے لئے انتہائی مسر ہے لیکن تناؤ مختصر کیفیت مقاصد کے حصول کے لیے انتہائی ضروری ہے تحقیقات نے ثابت کیا ہے کہ 70 سے 80% تک تمام بیماریاں تناؤ کے نتیجے میں پیدا ہوتی ہیں جن میں دل کے عارضے، معدے کی خرابیاں، سردرد، نیند کے عارضے، بلند فشار خون، دمہ اور اعصابی دردیں قابل ذکر ہیں۔ یہ بہت دلچسپ ہے کہ محرکاتی کردار اور تناؤ سے بچنے کے حوالے سے شخصیت کی نائپ اے شخصیت کی نائپ بی کی نسبت جلد تناؤ کا شکار ہو جاتی ہے۔

ذاتی تحسین قوت کا اسیا ماہر محرکاتی کردار تناؤ سے بچاؤ کے لیے اہم ترین حیثیت رکھتے ہیں (Me Henry 1990)۔

- 1- وقتی تکفیل اور تناؤ سے بچنے کے لیے ایک اہم طریقہ کار ہے۔ وقتی تکفیل نو کے تحت اور کی وضاحت مٹی سے ثبت انداز میں بدل دی جاتی ہے اس عمل کو دوبارہ وضاحت، دوبارہ تکفیل یا ریے کی درنگلی بھی کہا جاتا ہے۔ (مٹن باؤم 1975) (Mochan Baum)
- 2- تناؤ کو مستح کرنے کی ایک اور تکنیک کو کرداری تبدیلی کی تکنیک کہتے ہیں۔ اس تکنیک کو پانچ مراحل کے تحت آزمایا جاتا ہے جو مندرجہ ذیل ہیں۔

i- ناپسندیدہ کردار سے روشناسی ii- تبدیلی کی خواہش iii- وقتی تکفیل نو

iv- کرداری تبدیلی v- نتائج کا تجزیہ

- 3- جرائم کا گھسنا تناؤ کی کیفیت کو مستح کرنے کے لیے ایک اور اہم طریقہ کار ہے اس تکنیک کے تحت ذاتی اظہار اور تناؤ کا اخراج کیا جاتا ہے اس تکنیک کے تحت دباؤ کی کیفیت کو تحریری صورت میں دیکھ کر قلمی اظہار کی صورت میں باہر نکالا جاتا ہے اس سے نہ صرف تناؤ کم ہوتا ہے بلکہ زندگی کے مسائل کو حل کرنے میں بھی مدد ملتی ہے۔

- 4- آرٹ ایک لمبر تکفلی طریقہ علاج ہے جس کے تحت تناؤ کی کیفیت کو مستح کرنے کے لیے آرٹ کے پسندیدہ اسلوب اپنائے جاتے ہیں ان طریقوں کی مدد سے شخص نموا اور روشناسی میں بہت مدد ملتی ہے۔ اس تکنیک کو استعمال کرتے وقت کس طرح کا سامان اور اسلوب ہو

5- اس کے بارے میں مختلف آرائشیں کوئی بھی حتمی نہیں رہ سکتی، برش رنگین، پمپس، دہنی تصویر کشی، مٹی کا استعمال کیے جاسکتے ہیں۔
 حقیقی طریقہ کار تباہی کی کیفیت کو ختم کرنے کے لیے ایک اور طریقہ کار ہے جب مسائل سر اٹھاتے ہیں تو حقیقی فکر کے نتیجہ میں مسائل کا حل بھی دستیاب ہوتا ہے مسائل کے حل کے حقیقی طریقہ کار کے پانچ مراحل ہیں جو مندرجہ ذیل ہیں۔

6- i- مسئلہ کا بیان ii- تصورات کی پیدائش iii- تصورات کا انتخاب iv- تصورات کا اطلاق v- تجزیہ اور تحلیل
 وقت کی تنظیم تباہی کے حل کے لیے ایک اور طریقہ کار ہے جس کے تحت بیرونی دنیا کی اہمیت اور درجہ بندی، اوقات کار اور فراغ عمل کی بجا
 طریقے سے تحلیل پذیری اور اہم مراحل ہیں جو یکے کے ساتھ فراہم فرمائیں آسانی کے ساتھ سرانجام دینے کی
 صلاحیت حاصل کر لیتے ہیں۔

7- گہرے سانس لینا ایک طریقہ کار ہے جو تازگی کو ختم کرتا ہے اور سکون مہیا کرتا ہے اس تکنیک کے تحت فی منٹ بارہ سے پندرہ گہرے
 سانس لینے کی ہدایت دی جاتی ہے علاوہ ازیں مراقبہ، تخلیق، موسیقی، باش، غذا، ذاتی تربیت، پانی سے علاج، علاج بذریعہ روایت
 بھی تازگی کو ختم کرنے کے لیے زندگی میں استعمال کیے جاسکتے ہیں۔

محرماتی کردار کو متعین کرنے والے عناصر (Elements Affecting Motivation)

بنیادی طور پر محرماتی کردار کو متعین کرنے میں دو عناصر اہم کردار ادا کرتے ہیں جو مندرجہ ذیل ہیں۔

1- اندرونی عناصر 2- بیرونی عناصر

اندرونی عناصر (Intrinsic Factors)

اندرونی عناصر کا تعلق فرد کی ذاتی پسند و ناپسند، مشاغل، مقاصد، دلچسپی، رجحان، جسمانی دلچسپی، حالت، رویے، اعتقادات، اتفاق پس
 منظر، خانمانی اور نسلی نمونے محرماتی کردار کو متعین کرتے ہیں۔ فرد کا محرماتی کردار ان اندرونی قوتوں کی وجہ سے بنتا ہے فرد درستی طور پر اور
 سماجیانے کے عمل کے دوران ان عناصر کو اپناتا ہے اور اپنی تمام زندگی ان کے تحت گزارتا ہے۔

ذاتی پسند و ناپسند

فرد کو جو چیز پسند ہو اسے پانے کے لیے محرماتی کردار سرگرم عمل ہوتا ہے مثلاً اگر کسی کو کالت یا ڈاکٹری پسند ہے تو وہ اس کے لیے خاص
 تعلیم حاصل کرنے میں پُر جوش ہوتا ہے اور جو چیز ناپسند ہو اس سے بچنے کی کوشش کرتا ہے۔ فرد کے بیرونی قسم کے کردار، رسائی اور افراد کے
 عمل کے تحت بیان کیے جاسکتے ہیں۔ ذاتی پسند و ناپسند انسانی کردار میں انفرادی اختلاف کا باعث ہوتے ہیں۔

مقاصد

مقصد یا نصب العین محرک میں سب سے اہم ہے، انسان اپنے مقصد کو جب تک حاصل نہیں کر لیتا اس کی سرگرمی جاری رہتی ہے اور
 مقصد کے حصول کے بعد تہجد ٹوٹتا ہے اور مقصد مزید سرگرم عمل رہنے پر آگے کوشش کرتا رہتا ہے۔

دلچسپی

دلچسپی وہ قسم کی ہوتی ہے پیدائشی اور آستالی۔

پیدائشی دلچسپی

پیدائشی دلچسپی فطری اور غیر اکتسابی ہوتی ہے جیسے ماں کی بچے میں دلچسپی اسے تمام عمر بچے سے محبت نگہداشت اور سرپرستی کے عمل میں محرک بنتی ہے۔

اکتسابی دلچسپی

اکتسابی دلچسپی تعلیم و تربیت کے نتیجے میں محرکاتی عنصر بنتی ہے جیسے نفسیات کے مضمون میں سوشلائزنگ کے ماہرین نفسیات کی حیثیت سے کونسلنگ، گائیڈنس وغیرہ کے سلسلہ میں محرک بنتی ہے۔

ذاتی ضروریات

فرد کی ذاتی ضروریات اس کے محرکاتی کردار کو متعین کرنے میں بہت اہم کردار ادا کرتی ہیں۔ فرد کی ذاتی ضروریات اس کی بقا کے لیے انتہائی ضروری ہیں۔ فرد کی زندگی کا پھر ان ضروریات کے گرد گھومتا ہے اور فرد اس کی تکمیل کے لیے زندگی بھر کوشاں رہتا ہے۔

بیرونی عناصر (Extrinsic Factors)

فرد کا کردار معاشرتی تعریف و توصیف سے بنتا ہے اسے جس فعل پر اپنے معاشرے سے تعریف حاصل ہو اور اس کے اس کردار کو پہنچانے میں مدد کرے سماجی تقویت کہلاتا ہے۔ فرد پر سماجی قوتیں سماجیانے کے تحت عمل پندہ ہوتی ہیں۔ بچہ پیدا ہوتے ہی ان سماجی قوتوں کے اثر میں آجاتا ہے اور یہ سلسلہ تا عمر جاری و ساری رہتا ہے۔ سماجی قوتیں محرکاتی کردار پیدا کرتی ہیں۔ یہ محرکاتی کردار فرد کو سماجی مطابقت کے مختلف انداز سکھانے میں مدد و معاون ثابت ہوتے ہیں۔ فرد کو یہی اثر، تعریف و توصیف، سماجی ایما، سماجی مطابقت، سماجی تحصیل، قیادت، تنظیم سازی، سماجی تقویت کے تحت محرکاتی کردار سرانجام دیتا ہے۔

خلاصہ

محرکاتی کردار عضویات اور ذہنی عمل ہے جو زندگی کی بقا کے لیے ضروری ہے۔ محرک زندگی میں حرکت دینے والی قوت ہے۔ محرکات مقصدی سرگرمی کی طرف لے جاتے ہیں۔ زندگی کا کوئی بھی شعبہ ہو اس کے پیچھے محرکاتی عمل کارفرما ہوتا ہے۔ محرکاتی کردار کو متعین کرنے میں داخلی اور خارجی عناصر اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ داخلی عناصر میں فرد کی پسند و ناپسند، مقاصد اور رویے وغیرہ شامل ہیں جبکہ خارجی عناصر میں تقویت، گروہی اثر اور مطابقت وغیرہ شامل ہیں۔ محرکات کو بنیادی طور سے دو گروہوں میں تقسیم کیا گیا ہے جو کہ ابتدائی اور ثانوی محرکات کے تحت آتے ہیں۔ ابتدائی محرکات میں بھوک، پیاس، درجہ حرارت، بول و بھاز اور جنسی محرک وغیرہ شامل ہیں جبکہ ثانوی محرکات میں وابستگی، جارحیت، تحصیل، طاقت وغیرہ کے محرکات شامل ہیں۔ محرکاتی کردار کے حوالے سے مختلف نظریات ملتے ہیں جو محرکاتی کردار کی اپنی اپنی توضیح پیش کرتے ہیں۔

تساؤ محرکات کا اہم جزو ہے۔ فرد محرکاتی کردار کے دوران تساو کی مختلف حالتوں کا شکار ہو جاتا ہے۔ ماہرین نفسیات تساو کی وضاحت کرتے ہوئے زندگی میں تساو سے بچنے کے مختلف طریقے (Techniques) تقویض کرتے ہیں۔ ان میں ذہنی تقلیل نو، کردار کی تہذیبی، تحریری تکنیک، آرتھوکلنیک، تخلیقی طریقہ کار، قوی تنظیم، گہرے سانس لینا، مراقبہ، عضلاتی سکون کا طریقہ کار، تنویم اور مساج وغیرہ شامل ہیں۔

مشق

معروضی حصہ:

		1- مندرجہ ذیل بیانات میں سے درست جواب پر (✓) کا نشان لگائیں۔
i-	حرک سے مراد ایسی قوت ہے جو فرد کو مقصدی سرگرمی کی طرف لے جاتی ہے۔	درست / غلط
ii-	بنیادی طور پر محرک کی چار اقسام ہیں	درست / غلط
iii-	محرک کو متعین کرنے والے عناصر صرف داخلی ہیں۔	درست / غلط
iv-	محرک کا تعلق صرف دراشتی ہوتا ہے	درست / غلط
v-	جنسی محرک سب سے اہم بنیادی محرک ہے۔	درست / غلط
		2- مندرجہ ذیل بیانات میں خالی جگہوں کو مناسب الفاظ لکھ کر مکمل کریں۔
i-	حرکات کو بنیادی طور پر..... گروہوں میں تقسیم کیا گیا ہے	
ii-	حرکاتی کردار کا آغاز زندگی کے..... ساتھ ہی شروع ہو جاتا ہے	
iii-	حرکاتی کردار زندگی کی..... کے لیے انتہائی ضروری ہے	
iv-	حرکاتی کردار کے..... پہلو ہوتے ہیں۔	
v-	بھوک ایک..... محرک ہے۔	
		3- مندرجہ ذیل بیانات میں سے درست جواب پر (✓) کا نشان لگائیے۔
i-	محرک کا تعلق صرف ماحولی قوت کے ساتھ ہے۔	
ii-	محرک کا تعلق فرد کی ہڈی کے ساتھ ہے۔	
iii-	محرک کا تعلق مقصد کے ساتھ نہیں ہے۔	
iv-	جانوی محرک کا تعلق نچلے درجے کے جانداروں کے ساتھ ہے۔	
v-	محرکاتی قوت کم ہونے سے زندگی پر اثر نہیں پڑتا۔	

4- کالم (الف) کے الفاظ کے مطابقتی کالم (ب) میں تلاش کر کے کالم (ج) میں مکمل بیان لکھیے۔

کالم (الف)	کالم (ب)	کالم (ج)
i- محرک	ٹانوائی محرک	
ii- بھوک کا محرک	ٹانوی محرک	
iii- تفصیل کا محرک	ابتدائی محرک	
iv- بیاس کا محرک	ذاتی محرک	
v- طاقت کا محرک	غیر آکتابی محرک	
vi- تاد کا محرک	مسابقت، گروہی اثر	
vii- جارحیت کا محرک	ابتدائی محرک	
viii- جنس کا محرک	انہیبیاتی تداہیر اور علاج	
ix- محرک کے اندرونی عناصر	آکتابی محرک	
x- محرک کے بیرونی عناصر	مقصدی سرگرمی	

انشائیہ حصہ:

- مندرجہ ذیل سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔
- 1- محرک کیا ہے؟ اس کی مختلف تعریفیں تحریر کریں۔
- 2- ابتدائی اور ٹانوی محرکات کی تفصیل بیان کریں۔
- 3- تفصیلی محرک کیا ہے؟ روزمرہ زندگی سے اس کی مثالیں لے کر واضح کریں۔
- 4- محرکات کو متعین کرنے والے داخلی اور خارجی عناصر بیان کریں۔
- 5- جارحیت کے محرک پر تفصیلی بحث کریں۔
- 6- تاد کیا ہے؟ تاد سے بچنے کی مختلف تکنیکیں (Techniques) بیان کریں۔