

पर्यावरण का मनोवैज्ञानिक संप्रत्यय

डॉ० रमाशंकर¹

¹असिस्टेंट प्रोफेसर (शिक्षाशास्त्र विभाग) भारतीय महाविद्यालय, फर्रुखाबाद, उत्तर प्रदेश।

Received: 24 Oct 2024 Accepted & Reviewed: 25 Oct 2024, Published : 31 Dec 2024

Abstract

पर्यावरण मनोविज्ञान एक बहुविषयक सामाजिक विज्ञान है जो मनुष्य और हमारे परिवेश के बीच संबंधों की जांच करता है। यह इस बात पर विचार करता है कि हम लोग किस तरह से अपनी प्राकृतिक दुनिया और निर्मित पर्यावरण को आकार देते हैं और किस तरह से वे पर्यावरण हमें आकार देते हैं। यह मनोविज्ञान के अपेक्षाकृत नए उपक्षेत्रों में से एक है, लेकिन यह कोई नई अवधारणा नहीं है। यह सामान्य ज्ञान है कि लोग प्रकृति में शांति पा सकते हैं। हम व्यस्त शहरी जगह में उत्साहित और अउत्साहित महसूस कर सकते हैं या यहाँ तक कि भयभीत भी हो सकते हैं। हम अपने निजी स्थान, घर या समुदाय में खुशहाली और शांति की एक मजबूत भावना महसूस कर सकते हैं।

यह विंस्टन चर्चिल ही थे जिन्होंने प्रसिद्ध रूप से कहा था, "हम अपनी इमारतों को आकार देते हैं; उसके बाद वे हमें आकार देते हैं।" और यह बात और भी सत्य साबित हुई है क्योंकि हम अपनी आवश्यकताओं और इच्छाओं के अनुरूप अपने चारों ओर की दुनिया का निर्माण जारी रखे हुए हैं।

प्रदूषण और जलवायु परिवर्तन हमारे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के साथ-साथ हमारी भावनाओं और व्यवहारों को भी प्रभावित करते हैं। उदाहरण के लिए, 21वीं सदी में जलवायु संबंधी चिंता में वृद्धि के बारे में सोचें—जलवायु परिवर्तन न केवल हमारे भौतिक पर्यावरण और स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डाल रहा है, बल्कि यह हमारे मानसिक स्वास्थ्य को भी प्रभावित कर रहा है।

संकेत शब्द – बहुविषयक, पर्यावरणीय मनोविज्ञान, प्राकृतिक वातावरण, वैज्ञानिक अध्ययन।

Introduction

पर्यावरण मनोविज्ञान मनोविज्ञान का एक उपक्षेत्र है, यह इस बात से संबंधित है कि लोग अपने परिवेश के साथ कैसे बातचीत करते हैं और कैसे जुड़ते हैं। इसकी जड़ें बहुत पुरानी हैं, लेकिन एक स्थापित क्षेत्र के रूप में यह अपेक्षाकृत नया है। "1272 में मार्को पोलो पश्चिम एशिया के राज्यों से होकर यात्रा कर रहे थे, और उन्होंने देखा कि केरमान के लोग अच्छे, विनम्र, सहायक और शांतिप्रिय थे; जबकि फारस में उनके निकटतम पड़ोसी दुष्ट, विश्वासघाती और हत्यारे थे। केरमान के राजा ने अपने बुद्धिमान लोगों से पूछा कि इसका कारण क्या हो सकता है, और उन्होंने उत्तर दिया कि इसका कारण मिट्टी में है। अपने दृष्टिकोण में शानदार अनुभवजन्य, राजा ने इस्फ़हान ('जिसके निवासी दुष्टता में सभी अन्य लोगों से आगे थे') से मिट्टी की मात्रा लाने का आदेश दिया था, इसे अपने भोज कक्ष के फर्श पर छिड़का, और फिर इसे कालीनों से ढक दिया। जैसे ही अगला भोज शुरू हुआ, उसके मेहमानों ने 'शब्दों और कर्मों से एक-दूसरे को अपमानित करना शुरू कर दिया, और एक-दूसरे को घातक रूप से घायल कर दिया'। राजा ने घोषणा की कि वास्तव में इसका उत्तर मिट्टी में है।"

इस प्रारंभिक प्रयोग से उस प्रश्न पर विचार किया गया जो पर्यावरण मनोविज्ञान के मूल में है: हमारा पर्यावरण हमें किस प्रकार प्रभावित करता है? यह सवाल ही है जिसने पर्यावरण मनोविज्ञान को मनोविज्ञान

के अपने उपक्षेत्र के रूप में स्थापित किया। सामाजिक मनोवैज्ञानिकों के एक समूह को यह निर्धारित करने का काम सौंपा गया था कि अस्पताल के रोगियों के लिए कौन से कमरे का लेआउट सबसे ज्यादा फायदेमंद है और कौन से प्रतिकूल प्रभाव पैदा कर सकते हैं। इन मनोवैज्ञानिकों ने महसूस किया कि वे वास्तव में उस प्रश्न का उत्तर नहीं जानते थे, और उन्होंने तय किया कि इस विषय का पता लगाने के लिए जांच के एक नए क्षेत्र की आवश्यकता है। यद्यपि पहला प्रश्न आमतौर पर जिज्ञासु व्यक्तियों के लिए सबसे महत्वपूर्ण होता है, लेकिन पर्यावरण मनोविज्ञान द्वारा पूछा जाने वाला दूसरा प्रश्न भी महत्वपूर्ण है: हम अपने पर्यावरण को किस प्रकार प्रभावित करते हैं? जलवायु परिवर्तन की समस्या के बढ़ने के साथ ही यह सवाल और भी महत्वपूर्ण होता जा रहा है। इसने पर्यावरण और प्राकृतिक दुनिया के प्रति दृष्टिकोण पर भी अधिक विचार करने को प्रेरित किया है।

पर्यावरण मनोविज्ञान की परिभाषा— जर्नल ऑफ एनवायरनमेंटल साइकोलॉजी के अनुसार, इस क्षेत्र को इस प्रकार परिभाषित किया जा सकता है। “लोगों और उनके भौतिक परिवेश (निर्मित और प्राकृतिक वातावरण, प्रकृति और प्राकृतिक संसाधनों का उपयोग और दुरुपयोग, और स्थिरता—संबंधी व्यवहार सहित) के बीच लेन—देन और अंतर्संबंधों का वैज्ञानिक अध्ययन।” दूसरे शब्दों में, पर्यावरण मनोविज्ञान लोगों और उनके पर्यावरण के बीच परस्पर क्रिया के बारे में है। एक क्षेत्र के रूप में, यह समझने का प्रयास करता है कि हमारा पर्यावरण हमें कैसे और क्यों प्रभावित करता है, हम उस ज्ञान का अपने लाभ के लिए कैसे लाभ उठा सकते हैं, और हम अपने आस—पास की दुनिया के साथ अपने रिश्ते को बेहतर बनाने के लिए क्या कर सकते हैं।

पर्यावरण मनोविज्ञान के क्षेत्र—

- **पर्यावरणीय व्यवहार** जब लोग प्राकृतिक पर्यावरण पर प्रतिकूल प्रभाव को न्यूनतम करने के लिए सचेत प्रयास करते हैं।
- **स्थान लगाव:** किसी व्यक्ति और स्थान के बीच मौजूद भावनात्मक बंधन।
- **पुनर्स्थापनात्मक वातावरण:** वातावरण आम तौर पर प्राकृतिक वातावरण जो लगभग स्वास्थ्य सेवा के रूप में कार्य करते हैं। वे एक व्यक्ति को फिर से जीवंत करते हैं और उनके भावनात्मक तनाव को कम करते हैं।
- **स्वास्थ्य मनोविज्ञान:** यह इस बात पर ध्यान केंद्रित करता है कि जीव विज्ञान, मनोविज्ञान, व्यवहार और सामाजिक कारक किस प्रकार सार्वजनिक स्वास्थ्य और बीमारी को प्रभावित करते हैं।
- **पर्यावरण समर्थक व्यवहार:** मानवीय क्रियाएं जिनका उद्देश्य पर्यावरण की सुरक्षा करना है।
- **संगठनात्मक मनोविज्ञान:** कार्य और अन्य संगठनात्मक सेटिंग्स में मानवीय समस्याओं के समाधान पर ध्यान केंद्रित करता है। अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन (APA) का मानना है कि एर्गोनॉमिक रूप से डिज़ाइन की गई तकनीक और फ्लोर प्लान लेआउट भी हमारे भौतिक वातावरण से जुड़े हुए हैं और मानव व्यवहार को प्रभावित करते हैं।

- **वास्तुकला मनोविज्ञान:** मानव अनुभव और व्यवहार पर डिज़ाइन किए गए वातावरण के प्रभाव पर विचार करता है।

पर्यावरण मनोविज्ञान मात्रात्मक और गुणात्मक अनुसंधान विधियों का उपयोग करता है, इसलिए एक पर्यावरण मनोविज्ञान अनुसंधान परियोजना में साक्षात्कार और डेटा विश्लेषण से लेकर क्षेत्र अध्ययन और प्रयोगशाला प्रयोगों तक सब कुछ शामिल हो सकता है।

पर्यावरण मनोविज्ञान के विषय क्षेत्र— पर्यावरण मनोविज्ञान के बारे में हम जो जानते हैं, उसके आधार पर पर्यावरण मनोवैज्ञानिक वास्तव में किस प्रकार के विषयों का अध्ययन करते हैं? जर्नल ऑफ एनवायरनमेंटल साइकोलॉजी ने निम्नलिखित विषयों को इस क्षेत्र के लोकप्रिय क्षेत्रों के रूप में सूचीबद्ध किया है:

1. इमारतों और प्राकृतिक परिदृश्यों की धारणा और मूल्यांकन।
2. संज्ञानात्मक मानचित्रण, स्थानिक संज्ञान और मार्ग—निर्धारण।
3. मानवीय क्रियाकलापों के पारिस्थितिक परिणाम।
4. भवन और प्राकृतिक परिदृश्य का मूल्यांकन।
5. कार्यस्थलों, स्कूलों, आवासों, सार्वजनिक भवनों और सार्वजनिक स्थानों के भौतिक पहलुओं का डिज़ाइन और उनसे संबंधित अनुभव।
6. उनके भौतिक परिवेश के संबंध में अवकाश और पर्यटन व्यवहार
- निर्मित रूपों का अर्थ।
7. लोगों और प्रकृति के मनोवैज्ञानिक और व्यवहारिक पहलू।
8. स्थान, स्थान—संबंध और स्थान—पहचान के सिद्धांत।
9. संसाधन प्रबंधन और संकट के मनोवैज्ञानिक पहलू।
10. पर्यावरणीय जोखिम और संकट: धारणा, व्यवहार और प्रबंधन।
11. शारीरिक परिस्थितियों से संबंधित तनाव।
12. स्थान का सामाजिक उपयोग: भीड़भाड़, गोपनीयता, क्षेत्रीयता, व्यक्तिगत स्थान।

यह किसी भी तरह से एक संपूर्ण सूची नहीं है, लेकिन यह उन विषयों की एक अच्छी रूपरेखा प्रदान करती है, जिनका सामना आपको पर्यावरण मनोविज्ञान पर पढ़ते समय करना पड़ सकता है।

पर्यावरण मनोविज्ञान की अवधारणाएँ और सिद्धांत

1. भौगोलिक नियतिवाद
2. पारिस्थितिक जीवविज्ञान
3. आचरण
4. समष्टि मनोविज्ञान

भौगोलिक नियतिवाद वह विचार है जिसके अनुसार सम्पूर्ण सभ्यताओं की नींव और जीवन काल पर्यावरणीय कारकों, जैसे स्थलाकृति, जलवायु, वनस्पति और जल की उपलब्धता पर निर्भर करता है।

इस दृष्टिकोण के सिद्धांतकारों का मानना है कि बहुत ज़्यादा पर्यावरणीय चुनौती सभ्यताओं के विनाश का कारण बनती है जबकि बहुत कम चुनौती संस्कृति के ठहराव का कारण बन सकती है। इसके अलावा, इन पर्यावरणीय कारकों का इस बात पर बहुत बड़ा प्रभाव हो सकता है कि हम एक समाज के रूप में क्या महत्व देते हैं और हम कैसे रहते हैं और साथ मिलकर काम करते हैं।

पारिस्थितिक जीव विज्ञान का दृष्टिकोण जीवों और उनके पर्यावरण के बीच जैविक और समाजशास्त्रीय परस्पर निर्भरता के सिद्धांतों पर आधारित है। इस दृष्टिकोण से, जीवों को अलग-अलग संस्थाओं के बजाय उनके पर्यावरण के अभिन्न अंग के रूप में देखा जाता है। यह दोनों के बीच और पूरे सिस्टम में परस्पर निर्भरता के अध्ययन के लिए द्वार खोलता है।

व्यवहारवादियों ने बातचीत में संदर्भ पर जोर दिया, इस बात पर जोर देते हुए कि पर्यावरण संदर्भ और व्यक्तिगत संदर्भ (जैसे, व्यक्तित्व, स्वभाव, दृष्टिकोण, विचार, अनुभव) दोनों ही व्यवहार के महत्वपूर्ण निर्धारक हैं। हालाँकि व्यवहारवाद आम तौर पर मनोविज्ञान में अग्रणी दृष्टिकोण के रूप में शैली से बाहर हो गया, लेकिन संदर्भगत कारकों पर इसका बेहतर ध्यान बना रहा।

अंत में, गेस्टाल्ट मनोविज्ञान व्यवहारवाद के सिद्धांत का दूसरा पहलू था; जबकि व्यवहारवादी अक्सर व्यवहार और व्यवहार के अलावा कुछ भी नहीं मानते थे, गेस्टाल्ट विचारक धारणा और अनुभूति पर विचार करने के लिए अधिक प्रवृत्त थे। पर्यावरणीय उत्तेजनाओं को 100% वस्तुनिष्ठ कारकों के रूप में देखने के बजाय, इस बात पर ध्यान केंद्रित किया गया कि लोग इन उत्तेजनाओं को कैसे समझते हैं और उनके बारे में कैसे सोचते हैं।

थोड़ा और गहराई से जानने के लिए, हम पर्यावरण मनोविज्ञान के कुछ अधिक विशिष्ट सिद्धांतों पर विचार कर सकते हैं। यहाँ कुछ ऐसे सिद्धांत दिए गए हैं जो आपको इस क्षेत्र को समझने में मदद कर सकते हैं, चाहे यह कितना भी व्यापक क्यों न हो।

नियोजित व्यवहार का सिद्धांत (टीपीबी)— यह सिद्धांत बताता है कि लोग सबसे ज़्यादा लाभ (सकारात्मक परिणाम) और सबसे कम लागत (जैसे, ऊर्जा, समय, पैसा) वाले विकल्प चुनते हैं और हम जो व्यवहार करते हैं वह हमारे इरादों का सीधा परिणाम है। हमारे इरादे व्यवहार के प्रति हमारे दृष्टिकोण, व्यवहार के बारे में सामाजिक मानदंडों और इस बारे में विश्वासों से निर्धारित होते हैं कि हम अपने व्यवहार को नियंत्रित करने में सक्षम हैं या नहीं और कितना।

टीपीबी ने कई दिलचस्प पर्यावरणीय व्यवहारों को सफलतापूर्वक समझाया है, जैसे यात्रा के साधन का चुनाव (जैसे, कार, विमान, ट्रेन, साइकिल), घरेलू पुनर्चक्रण और खाद बनाना, पानी का उपयोग, मांस की खपत, और अन्य सामान्य पर्यावरण समर्थक व्यवहार।

मानक-सक्रियण मॉडल (एनएएम)— इस मॉडल को परोपकारी और पर्यावरण के अनुकूल व्यवहार को समझाने के लिए विकसित किया गया था; यह मानता है कि हम अपने व्यवहार को कैसे चुनते हैं, यह निर्धारित करने में सामाजिक मानदंडों की तुलना में हमारे अपने व्यक्तिगत मानदंड अधिक महत्वपूर्ण हैं।

मूल्य-विश्वास-मानदंड सिद्धांत (VBN)— मूल्य-विश्वास-मानदंड सिद्धांत मानता है कि लोग पर्यावरण के पक्ष में कार्य करते हैं जब वे ऐसा करने के लिए नैतिक रूप से बाध्य महसूस करते हैं। यह नैतिक दायित्व

भीतर से (किसी की अपनी नैतिकता के आधार पर), बाहरी स्रोतों (सामाजिक मानदंड और दूसरों की नैतिकता) से, या दोनों से आ सकता है।

इन सिद्धांतों के अलावा, इस क्षेत्र में छह अक्सर चर्चित अवधारणाएँ हैं: ध्यान, धारणा और संज्ञानात्मक मानचित्र, आदर्श वातावरण, पर्यावरणीय तनाव और प्रबंधन, भागीदारी और सुरक्षात्मक व्यवहार। ये तथाकथित "निरंतर तत्व" इस बात की खोज में केंद्रीय हैं कि हमारा पर्यावरण हमें कैसे प्रभावित करता है और इसके विपरीत।

उत्तेजना सिद्धांत— उत्तेजना मस्तिष्क की गतिविधि का बढ़ जाना है, और उत्तेजना सिद्धांत इस बात पर विचार करता है कि हम अपने वातावरण में उत्तेजना और तनाव से कैसे उत्तेजित होते हैं।

उदाहरण के लिए, कल्पना करें कि आप व्यस्त सड़क के किनारे हैं। यह एक गर्म दिन है, आप लोगों की भीड़, हानिकारक ट्रैफिक धुएं, कारों के हॉर्न से घिरे हुए हैं। शारीरिक रूप से, आपकी हृदय गति और रक्तचाप बढ़ सकता है। व्यवहारिक रूप से, आप अपने आस-पास के लोगों के प्रति कम विचारशील हो सकते हैं।

उत्तेजना सिद्धांत इन जैसे पर्यावरणीय कारकों के आधार पर अनुभव किए गए सकारात्मक और नकारात्मक दोनों उत्तेजनाओं की जांच करता है।

पर्यावरणीय भार सिद्धांत— पर्यावरणीय भार सिद्धांत बताता है कि पर्यावरणीय उत्तेजनाओं को संभालने की हमारी क्षमता सीमित है, और यह सीमा हमारी केंद्रीय तंत्रिका प्रणाली द्वारा संसाधित की जा सकने वाली सूचना की मात्रा से निर्धारित होती है।

हम सभी के जीवन में ऐसे क्षण आते हैं जब हम सूचना के अतिभार को महसूस करते हैं। हो सकता है कि आप फिल्म देखते समय ट्विटर पर स्क्रॉल कर रहे हों, इस बीच, आपका साथी अगले कमरे में फोन पर जोर से बात कर रहा हो। जल्द ही, आपको अपने आस-पास हो रही किसी भी चीज़ पर ध्यान केंद्रित करना मुश्किल लगने लगता है।

व्यवहार बाधा सिद्धांत— व्यवहार बाधा सिद्धांत उन तरीकों की जांच करता है जिनसे हम अपने लिए अवांछनीय वातावरण में होने पर शक्तिहीन महसूस कर सकते हैं। यह सुझाव देता है कि इन स्थितियों में हमारा मानवीय व्यवहार सीखा हुआ होता है – कि अगर हम पाते हैं कि हम अपने पर्यावरण के भीतर उत्तेजनाओं को नियंत्रित नहीं कर सकते हैं, तो हम असहायता का एक स्तर अपना लेते हैं और जो हम बदल नहीं सकते उसे स्वीकार कर लेते हैं – या शायद हम पर्यावरण को पूरी तरह से छोड़ देते हैं।

दूसरे लोगों के साथ फ्लैट शेयर करने के बारे में सोचें। हो सकता है कि आपके फ्लैटमेट में से कोई बहुत गंदा हो – वे कभी भी रसोई या बाथरूम साफ नहीं करते, वे गंदे बर्तन और कपड़े हर जगह छोड़ देते हैं, और उनसे कई बार इस बारे में बात करने के बावजूद, फ्लैट अभी भी गंदा है। व्यवहार बाधा सिद्धांत का सुझाव है कि या तो आप गंदगी को स्वीकार कर लेंगे, या इसे खुद ही साफ कर लेंगे। या संभवतः रहने के लिए कोई नई जगह ढूँढ लेंगे।

अनुकूलन स्तर सिद्धांत— अनुकूलन स्तर सिद्धांत बताता है कि जिस तरह से हम किसी उत्तेजना का मूल्यांकन करते हैं वह हमारे पिछले अनुभवों और हमारे सामने आई समान उत्तेजनाओं की यादों पर आधारित होता है।

हम सभी ऐसा करते हैं — हो सकता है कि आप बिल्लियों से इसलिए बचते हों क्योंकि बचपन में एक बिल्ली ने आपको खरोंच दिया था। या हो सकता है कि आपको स्पा जाना अच्छा लगता हो क्योंकि आपने पाया है कि स्पा में जाने से आपको पहले शांत और आराम करने में मदद मिली है।

पारिस्थितिक सिद्धांत— पारिस्थितिकी सिद्धांत कहता है कि हम अपने पर्यावरण के साथ सह-अस्तित्व में रहते हैं — और हमारे व्यवहार हमारे पर्यावरण के कारण ही अस्तित्व में हैं। वास्तव में, यह सुझाव देता है कि हमारे पर्यावरण से ज़्यादा व्यवहार पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

इस बारे में सोचें कि आप काम पर, स्कूल में या किसी दोस्त के घर पर कैसे व्यवहार करते हैं। पारिस्थितिकी सिद्धांत बताता है कि यह स्थान है, आपके व्यक्तित्व से भी ज़्यादा, जो प्रभावित करता है कि आप उन सभी वातावरणों में कैसे व्यवहार करते हैं।

आदर्श वातावरण— आदर्श वातावरण वे स्थान होते हैं जहाँ लोग "आत्मविश्वासी और सक्षम महसूस करते हैं, जहाँ वे पर्यावरण से परिचित हो सकते हैं और साथ ही उससे जुड़े भी रह सकते हैं"। चार कारक हैं जो यह निर्धारित करते हैं कि कोई वातावरण आदर्श है या नहीं:

1. **एकता:** यह भावना कि पर्यावरण में चीजें एक साथ मिलकर अच्छी तरह काम करती हैं।
2. **सुबोधता:** यह धारणा कि कोई व्यक्ति बिना भटके पर्यावरण में भ्रमण कर सकता है।
3. **जटिलता:** किसी वातावरण में जानकारी और विविधता की वह मात्रा जो उसे सीखने लायक बनाती है।
4. **रहस्य:** किसी वातावरण के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त करने में सक्षम होने की अपेक्षा।

पर्यावरणीय तनाव और प्रबंधन— पर्यावरण लोगों में तनाव उत्पन्न कर सकता है, जिसके परिणामस्वरूप खराब स्वास्थ्य, निःस्वार्थता में कमी, व्यावहारिक और संज्ञानात्मक कमजोरियों में वृद्धि, तथा पर्यावरण पर पर्याप्त ध्यान न देना आदि परिणाम सामने आते हैं।

रहने के लिए एक निजी स्थान होने का एक बड़ा लाभ यह है कि हम आने वाले तनाव—उत्प्रेरक उत्तेजनाओं को नियंत्रित कर सकते हैं (एक निश्चित सीमा तक, वैसे भी)। हम अपने पर्यावरण—संबंधी तनाव को "प्रबंधित" करके या ऐसी उत्तेजनाओं को समझने और उनका अर्थ समझने के तरीके खोजकर और दूसरों के साथ सीखे गए सबक साझा करके नियंत्रित करने का प्रयास भी कर सकते हैं।

भागीदारी— भागीदारी से तात्पर्य है कि कोई व्यक्ति अपने पर्यावरण में कितना भाग लेता है, अपने आस-पास के वातावरण के साथ बातचीत और जुड़ाव करता है। यह पर्यावरण के "डिजाइन, समायोजन और संगठन" में उनकी भागीदारी को भी संदर्भित कर सकता है।

सुरक्षात्मक व्यवहार— अंत में, सुरक्षात्मक व्यवहार वह कार्य है जो हम अपने पर्यावरण की सुरक्षा, देखभाल और उचित प्रबंधन के लिए करते हैं। यह प्राकृतिक और निर्मित दोनों तरह के पर्यावरणों को संदर्भित करता

है, जिन्हें प्रभावी रूप से बनाए रखने के लिए विभिन्न प्रकार के सुरक्षात्मक व्यवहार की आवश्यकता होती है। यह वह व्यवहार है जो पारिस्थितिक रूप से टिकाऊ समाज बनाने के लिए आवश्यक है

पर्यावरण डिजाइन— लेकिन पर्यावरण मनोवैज्ञानिक सिर्फ इस बात पर ध्यान केंद्रित नहीं करते कि हमारा भौतिक पर्यावरण हमें कैसे प्रभावित करता है। ठीक उसी तरह जैसे सामाजिक मनोविज्ञान अध्ययन करता है कि लोग दूसरे लोगों से कैसे प्रभावित होते हैं, या पारिस्थितिकी जीवों और उनके पर्यावरण के बीच संबंधों का अध्ययन करती है, पर्यावरण मनोविज्ञान भी इस बात पर विचार करता है कि हम लोग दुनिया को कैसे प्रभावित करते हैं।

जलवायु परिवर्तन एक सम्मोहक – यहाँ तक कि भयावह – उदाहरण है कि हम अपने पर्यावरण को कैसे प्रभावित कर सकते हैं। एक प्रजाति के रूप में हमारे कार्यों के माध्यम से, हम अपने जलवायु और पारिस्थितिकी तंत्र पर प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष परिणाम देख सकते हैं।

लेकिन इसका मतलब यह भी है कि हम अपने पर्यावरण को सकारात्मक तरीके से भी प्रभावित कर सकते हैं। हरित स्थान बनाना, संधारणीय समुदाय बनाना और वन्यजीवों को पनपने में सहायता करना, ये सभी ऐसे हस्तक्षेप हैं जो हमें संधारणीयता पर ध्यान केंद्रित करने और हमारे आस-पास की दुनिया को लाभकारी तरीके से प्रभावित करने की अनुमति देते हैं।

इसे पर्यावरण डिजाइन के रूप में जाना जाता है। नियोजन, नीतियों, कार्यक्रमों, इमारतों और उत्पादों के माध्यम से, हम ऐसे स्थान बना सकते हैं जो हमारे पर्यावरण को बढ़ाते और बेहतर बनाते हैं, चाहे वे प्राकृतिक वातावरण हों, भौतिक वातावरण हों या फिर सामाजिक या सांस्कृतिक वातावरण हों।

पर्यावरण में मनोविज्ञान का अनुप्रयोग— पर्यावरण मनोविज्ञान मानव-पर्यावरण अंतःक्रियाओं की बेहतर समझ को बढ़ावा दे रहा है। चाहे आप पर्यावरण के प्रति दृष्टिकोण में सुधार करना चाहते हों – यहाँ तक कि ग्रह के प्रति अधिक अनुकूल कार्रवाई को प्रोत्साहित करने के लिए व्यवहार परिवर्तन को बढ़ावा देना चाहते हों – या सतत विकास को प्रोत्साहित करना चाहते हों ताकि हम प्राकृतिक संसाधनों का अधिक कुशलतापूर्वक उपयोग कर सकें, पर्यावरण मनोविज्ञान आपको यह जांचने में मदद करेगा कि अपने लक्ष्यों को सर्वोत्तम तरीके से कैसे प्राप्त किया जाए।

पर्यावरण मनोविज्ञान, पर्यावरण और संबंधित क्षेत्रों में मनोविज्ञान के अनुप्रयोग के अंतर्गत एक उपक्षेत्र है, जो यह जांचता है कि भौतिक पर्यावरण मानव व्यवहार और कल्याण को कैसे प्रभावित करता है। इस क्षेत्र के शोधकर्ता अध्ययन करते हैं कि डिजाइन, लेआउट और सौंदर्यशास्त्र जैसे कारक हमारी भावनाओं और कार्यों को कैसे प्रभावित करते हैं। इस ज्ञान को लागू करके, शहरी योजनाकार और वास्तुकार ऐसे वातावरण बना सकते हैं जो टिकाऊ व्यवहार को बढ़ावा देते हैं।

स्थिरता को बढ़ावा देने के लिए व्यावहारिक हस्तक्षेप— पर्यावरण और संबंधित क्षेत्रों में मनोविज्ञान के अनुप्रयोग में शामिल मनोवैज्ञानिक अक्सर स्थायी व्यवहार को बढ़ावा देने के लिए हस्तक्षेप विकसित करते हैं। इन हस्तक्षेपों में लोगों को पर्यावरण के अनुकूल प्रथाओं को अपनाने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए शैक्षिक कार्यक्रम, प्रोत्साहन और प्रेरक संदेश शामिल हो सकते हैं। प्रभावी हस्तक्षेपों को डिजाइन करने में मानव संज्ञान और निर्णय लेने की प्रक्रियाओं को समझना महत्वपूर्ण है।

बदलते दृष्टिकोण और विश्वास—पर्यावरण और संबंधित क्षेत्रों में मनोविज्ञान के अनुप्रयोग का एक और आवश्यक पहलू पर्यावरण से संबंधित दृष्टिकोण और विश्वासों का अध्ययन है। मनोवैज्ञानिक नकारात्मक या उदासीन दृष्टिकोण को सकारात्मक दृष्टिकोण में बदलने का काम करते हैं जो पर्यावरण संरक्षण का समर्थन करते हैं। यह शिक्षा, जन जागरूकता अभियान और अन्य रणनीतियों के माध्यम से प्राप्त किया जाता है जो पर्यावरण समर्थक दृष्टिकोणों के लिए मनोवैज्ञानिक बाधाओं को संबोधित करते हैं।

पर्यावरण मनोविज्ञान का महत्व— पर्यावरण नीति के निर्णय केवल तकनीकी नहीं होते; वे मानव व्यवहार और धारणाओं से भी प्रभावित होते हैं। मनोवैज्ञानिक इस बात पर शोध करके योगदान देते हैं कि लोग विभिन्न नीतिगत उपायों और पर्यावरण विनियमों पर कैसे प्रतिक्रिया देते हैं। इन प्रतिक्रियाओं को समझकर, नीति निर्माता पर्यावरणीय समस्याओं के लिए अधिक प्रभावी और स्वीकार्य समाधान विकसित कर सकते हैं।

मनोविज्ञान और संरक्षण प्रयास— पर्यावरण और संबंधित क्षेत्रों में मनोविज्ञान का अनुप्रयोग संरक्षण प्रयासों तक भी अपनी पहुंच बढ़ाता है। संरक्षण मनोविज्ञान, इस डोमेन के भीतर एक उपक्षेत्र है, जो मनुष्यों और प्राकृतिक दुनिया के बीच संबंधों की खोज करता है। यह पर्यावरण के लिए अधिक देखभाल और चिंता को प्रेरित करने, संरक्षण कार्यों और जिम्मेदार पर्यावरणीय प्रबंधन को बढ़ावा देने का प्रयास करता है।

टिकाऊ प्रथाओं के लिए शिक्षा— पर्यावरण समर्थक व्यवहार को बढ़ावा देने के लिए शिक्षा एक शक्तिशाली उपकरण है। इस क्षेत्र में मनोवैज्ञानिक प्रभावी शैक्षिक रणनीतियों को विकसित करने पर काम करते हैं जो न केवल जानकारी प्रदान करते हैं बल्कि व्यक्तियों को पर्यावरण की रक्षा के लिए सार्थक कार्रवाई करने के लिए प्रेरित भी करते हैं। इसमें स्कूल के पाठ्यक्रम और जन जागरूकता अभियानों में पर्यावरण शिक्षा को शामिल करना शामिल है।

पर्यावरण वकालत का मनोविज्ञान— पर्यावरण अधिवक्ता अक्सर अपने संदेशों को प्रभावी ढंग से व्यक्त करने के लिए मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों का उपयोग करते हैं। वे ऐसे संदेश तैयार करते हैं जो लोगों के मूल्यों, भावनाओं और विश्वासों के साथ प्रतिध्वनित होते हैं, जिसका उद्देश्य कार्रवाई को प्रेरित करना होता है। पर्यावरण और संबंधित क्षेत्रों में मनोविज्ञान का अनुप्रयोग पर्यावरण वकालत समूहों की संचार रणनीतियों को आकार देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

पर्यावरण मनोविज्ञान के क्षेत्र में चुनौतियाँ और अवसर— जबकि पर्यावरण और संबंधित क्षेत्रों में मनोविज्ञान के अनुप्रयोग ने पर्यावरण संबंधी मुद्दों को समझने और संबोधित करने में महत्वपूर्ण प्रगति की है, फिर भी चुनौतियों का सामना करना बाकी है। एक बड़ी चुनौती कई पर्यावरणीय समस्याओं की तात्कालिकता है, जिसके लिए त्वरित और प्रभावी कार्रवाई की आवश्यकता होती है। इसके अतिरिक्त, गहराई से जड़ जमाए हुए व्यवहार और विश्वासों को बदलना मुश्किल हो सकता है।

हालाँकि, इस क्षेत्र में भी कई अवसर हैं। प्रौद्योगिकी और संचार में प्रगति ने जनता तक पहुँचना और उनसे जुड़ना आसान बना दिया है। मनोवैज्ञानिकों, पर्यावरण वैज्ञानिकों, नीति निर्माताओं और वकालत समूहों के बीच सहयोग से अधिक व्यापक और प्रभावी समाधान निकल सकते हैं।

निष्कर्ष— पर्यावरण और संबंधित क्षेत्रों में मनोविज्ञान का अनुप्रयोग अध्ययन का एक गतिशील और महत्वपूर्ण क्षेत्र है। यह हमारे समय के दबावपूर्ण पर्यावरणीय मुद्दों को संबोधित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

यह समझकर कि मनोविज्ञान को संधारणीय व्यवहार को बढ़ावा देने, दृष्टिकोण और विश्वासों को बदलने और मानसिक स्वास्थ्य पर पर्यावरणीय तनावों के प्रभाव को कम करने के लिए कैसे लागू किया जा सकता है, हम अपने पर्यावरण की सुरक्षा और अपने कल्याण में सुधार करने में पर्याप्त प्रगति कर सकते हैं। जैसे-जैसे यह क्षेत्र विकसित होता जा रहा है, यह मनुष्यों और पर्यावरण के बीच अधिक संधारणीय और सामंजस्यपूर्ण सह-अस्तित्व बनाने की अपार संभावनाएँ प्रदान करता है। अनुसंधान, शिक्षा और वकालत के माध्यम से, पर्यावरण और संबंधित क्षेत्रों में मनोविज्ञान का अनुप्रयोग एक उज्ज्वल, अधिक पर्यावरण-सचेत भविष्य की ओर ले जाने के लिए तैयार है।

संदर्भ ग्रन्थ-सूची-

1. सारस्वत, मालती और एस०एल० गौतम, शिक्षा मनोविज्ञान, आलोक प्रकाशन, लखनऊ।
2. अग्निहोत्री, आर. (2006), आधुनिक भारतीय शिक्षा की समस्याएँ और समाधान, राजस्थान हिंदी ग्रन्थ अकादमी जयपुर।
3. गुप्ता, एस.पी. तथा अल्का गुप्ता (2015), शिक्षा मनोविज्ञान, शारदा पुस्तक भवन पब्लिशर्स एंड डिस्ट्रीब्यूटर्स, इलाहाबाद।
4. लाल, आर. बी. (2013), भारतीय शिक्षा का विकास एवं उसकी समस्याएँ, रस्तोगी पब्लिकेशनस, मेरठ।
5. पाण्डेय, आर.एस. (2013), प्राचीन भारत के शिक्षा मनीषी, शारदा पुस्तक भवन, पब्लिशर्स एवं डिस्ट्रीब्यूटर्स इलाहाबाद।
6. चौरसिया, भीमसेन एवं निशा चौरसिया (2021). *शिक्षाशास्त्र एक अभूतपूर्व संकलन*, प्रयागराज : प्रवलिका पब्लिकेशन।
7. लाल, रमन बिहारी (2005). *भारतीय शिक्षा और उसकी समस्याएँ*, मेरठ : रस्तोगी पब्लिकेशन।
8. <https://ncert.nic.in/textbook/pdf/heih111.pdf>
9. https://en.wikipedia.org/wiki/History_of_education_in_the_Indian_subcontinent
10. <https://www.intechopen.com/chapters/73290>
11. <http://www.ijcrt.org/>