

Aggression And its measures of Preventing and reducing aggression.

आक्रामकता रैव हिंसा एक ऐसा व्यवहार है जो मनुष्य रैव पशुओं में पाया जाता है। आक्रामकता एक ऐसी अनुक्रिया है जो दूसरे प्राणी को एक अनिष्ट कर उद्दीपक करता है। कुछ समाज मनोवैज्ञानिकों ने बताया है कि आक्रामकता सेनातर्प "दूसरे के प्रति किये गए सामिप्रत्य हानि या हानि है। आक्रामक व्यवहार उस व्यवहार को कहा जाता है जो दूसरे को सिक हानि या हानि हीनही पहुँचाता है वनिक हानि या हानि पहुँचाने का उद्देश्य रखता है।

"Aggression is the intentional injury of another". Aggression is a behaviour directed towards the goal of harming or injury another living being who is motivated to avoid such treatment.

— (Baron & Byrne 1988)

Myers 1988

आक्रामकता एक ऐसा शारीरिक या शब्दिक व्यवहार होता है जिनका उद्देश्य दूसरे को चोट पहुँचाना होता है।

Atkinson, Atkinson, Smith & Hargrave (1987)

क अनुसार "आक्रामकता एक ऐसा व्यवहार होता है जिसका उद्देश्य दूसरे को शारीरिक रूप से या शब्दिक रूप से बाधल करना होता है या दूसरे के लाभदा के बर्बाद करना होता है।"

आक्रामक व्यवहार में अभिप्राय (intent) भी हो सकता है। या कंप्रैव भी हो सकता है। उदाहरण द्वारा इस प्रकार समझा जा सकता है कि दूसरे द्वारा किये गए व्यवहार में अभिप्राय कंप्रैव या। ये आक्रामकता को समाज मनोवैज्ञानिकों में hostile aggression कहा है।

आक्रामक रंगरंगी भी हो सकती है। जोसेफ का राजनैतिक नेता अपने विरोधी नेता के प्रति तराबत का भाव रखते हुए भी डरंगारे प्रचार कर सकते हैं। जितनी वह अपने विरोधी नेता को हराकर चुनाव जीत सके। ऐसे आक्रामकता को instrumental aggression कहा जाता है। आक्रामकता का स्वल्प Mild Social, Psychology तथा इन दोनों के बीच स्वीकृत कुछ भी हो सकता है।

Measures of Preventing and Reducing Aggression

आक्रामकता एक सामाजिक रूप से अनुचित व्यवहार है। अतः समाज मनोविज्ञानियों ने इसे कोटने के कुछ उपायों को बताया है। जैसे उपायों में निम्नलिखित प्रमुख हैं। —

(1)

प्रतिकार क.

समाज मनोविज्ञानियों द्वारा किया गया अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ है कि target person के प्रति आक्रामकता दिखाने पर यदि वह व्यक्ति प्रभावित प्रतिकार प्रभावशाली रंग रंग होता है तो उसने आक्रामकता की मात्रा में कमी आ जाती है। Stotland et al (1937) ने बताया है कि expected retaliation किसी व्यक्ति को आक्रामकता रंग रंग करने से रोकता है।

(2) विरोध विधि : Catharsis Method

कुछ मनोविज्ञानियों का मत है कि व्यक्ति अपनी आक्रामकता Catharsis Method द्वारा भी दूर करता है। इस विधि में व्यक्ति व्यक्ति या वस्तु के प्रति अपनी आक्रामकता भावों को व्यक्त करने के अवसर में उनकी लिखा या बुरावारा को कम कर देता है। Freud & Loewen ने अपने Aggression Theory में इस विधि की समझना पर कहा जाता है।

3. Punishment: Punishment से भी आक्रामकता में कम किया जाता है। हालांकि इस समाज मनोवैज्ञानिकों द्वारा उलना आर्थिक effective प्रविधि नहीं माना है। Baron, Byrne & Briggscombe (2006) के अनुसार दण्ड से आक्रामकता में कमी नहीं आती है जब मौलिक आवश्यकताएँ पूरित होती हैं।

- (1) दिया गया दण्ड prompt हो अर्थात् आक्रामक व्यवहार के उद्भव के दण्ड दिया गया हो।
- (2) दण्ड की संभावना निश्चित रूप से होनी चाहिए।
- (3) दण्ड की मात्रा काफी मजबूत होनी चाहिए।
- (4) दण्ड के दण्ड प्राप्त करने वाले व्यक्ति द्वारा justifiability माना है।

(4) social learning approach: सामाजिक सीखना। उपग्राम या शिक्षा के अनुसार जिस तरह से आक्रामक मोडल से देखकर आक्रामक व्यवहार को करना सीख लेते हैं। उदाहरण से व्यक्ति Unaggressive model को देखकर आक्रामकता की मात्रा को कम करना सीख लेता है।

(5) Mild sexual arousal humor: Mild sexual arousal and humor आदिके माध्यम से आक्रामकता को कम करने की शिक्षा दी गई है। इसके पीछे प्रेरणा यह होती है कि व्यक्ति एक ही समय में दो परस्पर अनुकूल या दो परस्पर विरोधी सामाजिक अवस्थाओं को अनुभव कर सके और सख्त हो सके।

(6) Empathy: कुछ मनोवैज्ञानिकों जैसे Green (1972), Baron (1975), Freedy (1978) ने अपने अपने अध्ययनों से यह बताया कि Empathy उत्पन्न हो जाने से आक्रामकता में कमी आ जाती है। उन्होंने अपने अध्ययनों के आधार पर बताया कि आक्रामकता में हिंसक व्यवहार के होने का कारण यदि आक्रामकता को उनके कारण या हिंसक उत्पन्न पीड़ित व्यक्ति की दशा को दिखाना जाता है तो उनकी आक्रामकता सीध में कमी आ जाती है।

(7) Apology and Preattribution

समापचना एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति अपनी गलत व्यवहार या कामों को स्वीकार लेता है तथा उसे ठीक मान कर देने की प्रक्रिया कहते हैं। Ogburn, Kumada & Agarwal (1989) द्वारा किए गए अध्ययन से स्पष्ट है कि समापना ही आत्मशुद्धि को आ जाती है।

(8) Forgiveness

माफ़ी देना भी एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति ने आत्मशुद्धि में हमी करा है। Forgiveness एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति उस व्यक्ति या व्यक्तियों को क्षमा करने के लिए तैयार हो जाता है जो उन्हें चोट पहुंचाया है और उस क्षमता में उस क्षमता सहयोग की भाव रखने के व्यवहार करता है।