के निर्माण मे निम्नलिखित कारक महत्वपूर्ण है -

(i) समूह संपर्क - मनोवृति के निर्माण मे समूह संपर्क का गहरा प्रभाव पड़ता है। व्यक्ति का जिस समूह के साथ सम्पर्क बढ़ है उसी के अनुरूप उसी की मनोवृति का निर्माण होता है क्योंकि जब हम किसी समूह की सदस्यता ग्रहण करते है तो उस समूह के रीति-रिवाजों मूल्य विश्वास नियमों को अपनाना पड़ता है और उसी के अनुरूप हमारी मनोवृति का निर्माण होता है।

(ii) प्रदर्शित सूचना - जब जिस प्रकार की सूचनाएँ प्राप्त करता है उसी की अनुरूप का उसके मनोवृति का निर्म होता है टी.वी., रेडियो, समाचार पत्रों के माध्यम से जो सूचनाएँ हमें मिलती है तो वैसे मनोवृति का निर्माण होता है

(iii) सामाजिक सीखना (Social learning) - व्यक्ति की अपने समाज मे जिस तरह की शिक्षण मिलती है उसी तरह के अनुरूप उसकी मनोवृति का निर्माता होता है यदि किसी समाज में किसी समूह विशेष के प्रति यह बताया जा है वह समूह अच्छा नही है उस समय के लोग बुरे होते है। व्यक्ति की मनोवृति वैसी ही मनोवृति बन जाती है सामाजिक परिवर्तन हमें माता-पिता, परिवार के अन्य लोगो समाज के लो द्वारा जो हमें शिक्षण मिलती है तो हमारी मनोवृति वैसी ही बन जाती है।

(iv) संदर्भ समूह (Reference Group) - संदर्भ समूह का मतलब वह समूह होता है जिसके साथ

व्यक्ति आत्मीकरण स्थापित कर लेता है जैसे - यदि कोई व्यक्ति हिंदू समुदाय या मुस्लिम समुदाय के साथ आत्मिकृत समूह स्थापित कर लेता है तो उसके सदर्भ समूह कहते है।

(v) School and Collage - School or collage के माध्यम से भी व्यक्ति के मनोवृति का निर्माण होता है इन संस्थानों में दंड, पुरस्कार मोडलिंग आदि के माध्यम से मनोवृति का निर्माण होता है।

Date 8th Sept

देशज (देशी) चिकित्सा - देशज चिकित्सा के अंतर्गत बीमारियों का इलाज परम्परा के अनुसार की जाती है इस चिकित्सा के अंतर्गत कई विधियाँ जिनमें योग, प्रणायाम, ध्यान, मेडिटेशन, समाजिक आदि प्रमुख प्रविध प्रवितियाँ है इन प्रविधियो को संबध रोगी के पुन संगठन से होता है इसके अनुसार रोगी के स्वस्थ स्वास्थय को सकारात्मक बनाने का प्रयास किया जाता है।

Q योग कौन-कौन से है?

Ans योग के निम्नलिखित अंग है।

(i) नियम: (ii) यम (iii) आसन (iv) प्राणायाम (Pranayam)
(v) ध्यान (vi) धारणा (vii) प्रत्याहार

Scanned with CamScanner