

मानव शक्ति या दबाव (प्रतिकूल) की प्रकृति

## Nature of Human strength or stress

(Hilary)

दबाव शब्द (अनेक परिस्थितियों) द्वारा उत्पन्न  
में कीर्तित मांसपेशियों तथा शक्ति की  
कमजोर तथा सकृप की आंतरिक  
भावनाओं को प्रतिबिम्बित करता है।  
दबाव शब्द (अंग्रेजी) शब्द स्ट्रेस  
stress की उत्पत्ति लैटिन शब्द स्ट्रेसस  
अनुत्पन्न जिसका अर्थ डर या  
अजीर्ण तथा सिद्दांत अज्युगल गो  
विद्यमान है, जिसका अर्थ है करना जं डई है

Hans Selye जो आधुनिक दबाव शब्द के  
जनक कहलाते हैं उन्होंने दबाव  
की परिभाषा इस प्रकार की है।  
"16 पीकसी भी मांस के प्रति शरीर की  
अविशिष्ट अनुकूलता है"

Lazarus उनके उनके सहयोगियों द्वारा  
प्रतिपादित दबाव के संज्ञानात्मक  
परिधान्त के आधार पर दबाव प्रतिक्रिया को  
आगे विचार में दर्शाया गया है।

✓  
**दबाव कारक**  
प्रकार—पर्यावरणीय, सामाजिक  
व मनोवैज्ञानिक  
आयाम—जटिलता, तीव्रता,  
अवधि एवं  
भविष्य कथनीय

**ससाधन**  
भौतिक—चिकित्सा, स्वास्थ्य,  
धन, देखभाल  
वैयक्तिक—कौशल एवं  
जीवन का सामना करने की शैली,  
सामाजिक—अवलम्बन का  
संजाल, व्यावसायिक सहायता

**व्यक्ति की विशेषताएँ**  
शारीरिक—शारीरिक स्वास्थ्य व शारीरिक संवेदनशीलताएँ  
मनोवैज्ञानिक—मानसिक स्वास्थ्य, स्वभाव  
व स्व सम्प्रत्यय  
सांस्कृतिक—सांस्कृतिक अवधारणाएँ, परिभाषाएँ,  
अर्थ, प्रत्याशित अनुक्रिया शैली

**दबाव मूल्यांकन**

**शरीर क्रियात्मक  
अनुक्रिया**

**व्यवहारात्मक  
अनुक्रिया**

**संवेगात्मक  
अनुक्रिया**

**संज्ञानात्मक  
अनुक्रिया**

मानव शक्ति (अथवा) दबाव (प्रतिक्रिया) प्रक्रिया

## Human strength or stress process

दबाव कारकों के परिणामस्वरूप शक्ति से अधिक दबाव प्रतिक्रिया प्रतिक्रिया उत्पन्न करने में सक्षमता, शारीरिक शक्ति तथा स्वैच्छिकता को सक्षमता है। शरीर शारीरिक शक्ति तथा स्वैच्छिकता को दबाव संभव्यता व्यवस्था में मान प्रयोग एवं अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका प्रदान करता है।

## Hypothalamus (हार्मोनियल)

दो पथों के द्वारा प्रतिक्रिया आरम्भ करता है। प्रथम पथ के अनुसार स्वयं प्रतिक्रिया सीमित है अधिकतम एडिनल कोर्टिसोल प्रोडक्शन से (अधिक मात्रा) से केटेकोलामाइन्स (एपिनेफ्रीन तथा नॉर्एपिनेफ्रीन) के प्रोडक्शन को। इसी के परिणामस्वरूप वृद्ध शारीरिक शक्ति परिवर्तन होते हैं जो स्वयं या परामर्श जैसी अनुकूलना में सीमित होते हैं।

द्वितीय पथ में प्रोपूषण का पिह्युटरी प्रतिक्रिया सीमित होते हैं। जो कतिपय कोर्टिसोल (कॉर्टिसोल) का संचालन करती है तथा अर्जो उत्पादन करती है। दबाव हेतु जो स्वैच्छिक प्रतिक्रियाएं होती हैं उनमें नकारात्मक संवेग जैसे - भय, दुःखिता, क्रोध (अवसाद, उत्साह) आदि शामिल होते हैं।