

### ৫. ইচ্ছা-প্রণোদিত ও ইচ্ছা নিরপেক্ষ মনোযোগ বলতে কী বোঝ?

**উত্তর** মনোবিদ রস (Ross) মনোযোগকে দুটি শ্রেণিতে বিভক্ত করেছেন। যথা— ইচ্ছা প্রণোদিত মনোযোগ ও ইচ্ছা নিরপেক্ষ মনোযোগ।

(ক) ইচ্ছা-প্রণোদিত মনোযোগ : মানুষের ইচ্ছার দ্বারা যখন মনোযোগ নিয়ন্ত্রিত হয় তখন তাকে ইচ্ছা প্রণোদিত মনোযোগ বলে। যেমন— পরীক্ষার আগে পরীক্ষার্থীরা পড়াশুনার প্রতি মনোযোগী হয়।

ইচ্ছা প্রণোদিত মনোযোগ আবার দুই প্রকারের—

(অ) গুপ্ত মনোযোগ : যখন ব্যক্তি কম প্রচেষ্টার মাধ্যমে কোন বিষয়ের প্রতি মনোযোগ দিতে পারে তখন তাকে গুপ্ত মনোযোগ বলে।

(আ) ব্যক্ত মনোযোগ : বারবার চেষ্টা করার পর যখন ব্যক্তি কোন বিষয়ের প্রতি মনোযোগ দিতে পারে তখন তাকে ব্যক্ত মনোযোগ বলে।

(খ) ইচ্ছা-নিরপেক্ষ মনোযোগ : যখন মনোযোগ আমাদের ইচ্ছার দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয় না, তখন তাকে ইচ্ছা নিরপেক্ষ মনোযোগ বলে। যেমন— খিদে পেলে আমরা অনেক বিষয়ের মধ্যে থেকে খাদ্য নির্বাচন করতে বাধ্য হই।

(অ) প্রবৃত্তি-প্রযুক্তি মনোযোগ : প্রবৃত্তি তাড়নায় ইচ্ছা নিরপেক্ষভাবে যখন আমরা কোন বিষয়ের প্রতি মনোযোগ দিই তখন তাকে প্রবৃত্তি প্রযুক্তি মনোযোগ বলে।

(আ) স্বতঃস্ফূর্ত মনোযোগ : মানুষের সেন্সিটিভিটি দ্বারা যখন মনোযোগ গড়ে ওঠে তখন তাকে স্বতঃস্ফূর্ত মনোযোগ বলে।

### ৬. মনোযোগের চারটি ব্যক্তিগত নির্ধারক উল্লেখ কর।

**উত্তর** আভ্যন্তরীণ বা ব্যক্তিগত কারণে আমরা যখন কোন বিষয়বস্তুর প্রতি মনোযোগী হই তখন তাকে মনোযোগের ব্যক্তিগত নির্ধারক বলে। ব্যক্তিগত নির্ধারকগুলি হল—

(১) অনুরাগ : অনুরাগ বা আগ্রহের ওপর অনেক ক্ষেত্রে ব্যক্তির মনোযোগে নির্ভর করে।  
যেমন— যে খেলা ভালোবাসে খবরের কাগজ হাতে পেলেই সে প্রথমে খেলার খবর দেখে। তাই মনোযোগ বলেছেন, — "Interest is latent attention, attention is interest in action."

(২) আবেগ : ব্যক্তি অনেক সময় আবেগের বশবর্তী হয়ে বিষয়বস্তুর প্রতি মনোযোগী হয়।  
যেমন— ভয় পেলে আমরা নিরাপদ আশ্রয়ের প্রতি মনোযোগী হই।



(৩) অভ্যাস : ব্যক্তির যে বিষয়ে অভ্যাস থাকে তার প্রতি মনোযোগী হয়। যেমন— সকালবেলা যার পড়তে বসার অভ্যাস আছে তার সকালে উঠে পড়তে বসার প্রতি মনোযোগ যার

(৪) মেজাজ : মেজাজ ভালো বা খারাপ থাকার ওপর মানুষের মনোযোগ অনেক সময় নির্ভর করে।

### ৭. মনোযোগের চঞ্চলতা ও দোদুল্যমানতা বলতে কী বোঝ?

**উত্তর**— মনোযোগের চঞ্চলতা : মনোযোগের একটি গুরুত্বপূর্ণ বৈশিষ্ট্য হল চঞ্চলতা। উদ্দীপকের উদ্দীপনা শক্তির ওঠানামাই হল মনোযোগের চঞ্চলতার প্রধান কারণ। যেমন— কানের কাছে হাতঘড়ি ধরলে তার ক্ষীণ টিক্ টিক্ শব্দ শোনা যায়। কিন্তু আমরা যদি গভীরভাবে মনোনিবেশ করি তাহলে দেখব ঐ আওয়াজ কখনও শোনা যাচ্ছে আবার কখনও শোনা যাচ্ছে না। এখানে উদ্দীপক সবসময় থাকা সত্ত্বেও কখনও সংবেদন হচ্ছে আবার কখনও হচ্ছে না। তাই উদ্দীপকের শক্তি যত ক্ষীণ হবে ততই মনোযোগের চঞ্চলতা বাড়বে। সুতরাং সংবেদনগত পরিবর্তনশীলতাই হল মনোযোগের চঞ্চলতা।

● মনোযোগের দোদুল্যমানতা : ব্যক্তির মনোযোগ কোন একটি বিষয়ের ওপর বেশিক্ষণ স্থায়ী হয় না। মনোবিদরা তাদের পরীক্ষা থেকে প্রমাণ করেছেন মানুষের মনোযোগ দুই সেকেন্ডেও অস্থির পরিবর্তিত হয়। কখনও কখনও দেখা যায় মানুষের মনোযোগ দুটি সমান শক্তিশালী উদ্দীপকের মতো ঘড়ির কাঁটার দোলকের ন্যায় আসা- যাওয়া করতে থাকে, তখন তাকে মনোযোগের বিদোলন বা দোদুল্যমানতা বলা হয়। যেমন বই পড়ার সময় পাশে ভালো গান চললে ঐ দুটি বিষয়ের প্রতি ব্যক্তির মনোযোগ ঘড়ির পেড়ুলামের মতো আন্দোলিত হয়।