Page No. | Date | YOUVA

Q. ~~Mean~~

Page 1

BA III, Paper 7th, Group A

Industrial Psychology

Q. Meaning and nature of fatigue

थकान के कारण एवं स्वभाव।

थकान का संबंध औद्योगिक उत्पादन एवं कार्यकुशलता से है। थकान की स्थिति में किसी उद्योग या व्यवसाय में काम करने वाले कर्मी या कार्यकर्ता की क्षमता में कमी पाई जाती है। मनोवैज्ञानिकों ने थकान को अपने-अपने विचारों से स्पष्ट किया है।

वाइटलिज (Viteles, 1955) - इनके अनुसार थकान किसी उद्योग, व्यवसाय या संगठन में उत्पादन में जो कमी होता है उसके पश्चात थकान उत्पन्न होता है। दैहिक अवस्था जिसमें थकान के रासायनिक उत्पादकों की उत्पत्ति एवं अंगों के कार्यों में परिवर्तन सम्मिलित होता है तथा थकान का भाव होता है।

हैरेल (Harrell, 1967) थकान की परिभाषा देते हुए कहते हैं कि व्यक्ति उतना ही प्रयास कर रहा हो जितना वह कर सकता हो। परिणामस्वरूप आगे कार्य करने की न्यूनीकृत (reduced) क्षमता है होता है।

मायर (Maier, 1970) के अनुसार, थकान पिछली क्रियाओं के कारण कार्य करने की क्षमता में कमी को थकान कहा जाता है।
(Fatigue refers as a reduction in the ability to do work because of previous ways.

उपरोक्त परिभाषाओं के आधार पर थकान का स्वरूप स्पष्ट हो जाता है।
(1.) थकान के तीन पहलू होते हैं कार्यह्रास (work decrement), दैहिक अवस्था (Physiological state) तथा ऊब (Tiredness) का भाव।
(2.) कार्यह्रास है जिसमें कर्मी के पिछले कार्य के परिणाम स्वरूप आगे कार्य करने की क्षमता की कमी पाई जाती है परिणाम स्वरूप उत्पादन में तेजी से कमी आने लगती है।
(3.) थकान में शारीरिक परिवर्तन होता है (Physiological changes) होता है कि जो उद्योग में कर्मों के शरीर में, थकान के कारण खून में चीनी की कमी होने लगती है। खून में ग्लाइकोजेन के कम हो जाने से लैक्टिक अम्ल (Lactic acid) की मात्रा बढ़ जाती है इसके अलावे शरीर के तंत्रिका तथा मांसपेशीय कोशिकाओं की संचालनशक्ति

कम हो जाती है।

(3) थकान का तीसरा पहलू मनोवैज्ञानिक (Psychological) होता है जिसके कारण कार्यकर्ता में कार्य के प्रति उदासीनता उत्पन्न होने लगती है जिसे Psychological fatigue कहते हैं।

नीरसता (Monotony) कार्य करने वाले कर्मी की ऐसी मानसिक अवस्था होती है जिसकी उत्पत्ति पुनरावृत्ति कार्यों (repetitive task) से होती है। इस मानसिक अवस्था की एक विशेषता यह होती है कि इसमें कोई संवेगिक अनुभूति नहीं होती है इसमें कार्य करने वाले कर्मी के मन में रुचि, एकरूपता एवं आकर्षण (interest) की कमी की अनुभूति होती है जो सफल होता है