SHODH SAMAGAM

ISSN : 2581-6918 (Online), 2582-1792 (PRINT)

किशोर किशोरियों के संवेगात्मक बुद्धि पर माता–पिता के संबंधों के प्रभाव का अध्ययन

मनीषा, एम० एड० छात्रा
बैकुंठी देवी कन्या महाविद्यालय, बालूगंज, आगरा, उत्तर प्रदेश, भारत

ORIGINAL ARTICLE

Corresponding Author
मनीषा, एम० एड० छात्रा
बैकुंठी देवी कन्या महाविद्यालय, बालूगंज, आगरा, उत्तर प्रदेश, भारत

shodhsamagam1@gmail.com

Received on : 19/03/2021
Revised on : -----
Accepted on : 26/03/2021
Plagiarism : 04% on 19/03/2021

Plagiarism Checker X Originality Report
Similarity Found: 4%

Date: Friday, March 19, 2021
Statistics: 79 words Plagiarized / 1890 Total words
Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

Ekuh'kk fd'kksj fd'kksfj;ksa ds laosxkRed cqf) ij ekrk&firk ds lacaèkksa ds çHkko dk vè;;u lkjka'k& fd'kksjkoLFkk tUe ds ckn euq"; dh fodkl dh rhljh voLFkk gS tks ckY;koLFkk dh lekfIr ds ckn çkjaHk gksrh gSA rFkk çkS< +koLFkk ds çkjaHk rd pyrh gSA bl vofèk esa gksus okys 'kkjhfjd ekufld o lkekftd rFkk çkS< +koLFkk ds chp dk lafèkdky gksus ds dkj.k

bl dky dks lokZfèkd dfBu dky ekuk tkrk gSA fd'kksjkoLFkk dks gky us la?k"kZ ruko rwQku rFkk fojksèk dh voLFkk dgk gSA dqN fo}ku bls leL;kRed voLFkk Hkh dgrs gSaA fd'kksjksa

शोध सार

किशोरावस्था जन्म के बाद मनुष्य की विकास की तीसरी अवस्था है जो बाल्यावस्था की समाप्ति के बाद प्रारंभ होती है, तथा प्रौढ़ावस्था के प्रारंभ तक चलती है। इस अवधि में होने वाले शारीरिक मानसिक व सामाजिक तथा प्रौढ़ावस्था के बीच का संधिकाल होने के कारण इस काल को सर्वाधिक कठिन काल माना जाता है। किशोरावस्था को हाल ने संघर्ष तनाव तूफान तथा विरोध की अवस्था कहा है। कुछ विद्वान इसे समस्यात्मक अवस्था भी कहते हैं। किशोरों में अनेक प्रकार के संवेग विद्यमान होते हैं और उन संवेगों में स्थिरता पाई जाती है जिनके कारण वे विचलित रहते हैं। इस अवस्था में जब उनके माता–पिता में स्नेह की स्थिति होती है तो वे अपने आप को सौहार्दपूर्ण वातावरण में पाकर खुशी महसूस करते हैं जिनका असर उनके व्यवहार व कोमल मन पर होता है।

मुख्य शब्द

किशोरावस्था, संवेग, बुद्धि, संवेगात्मक बुद्धि.

प्रस्तावना

शिक्षा मनोविज्ञान के क्षेत्र में कुछ समय से शिक्षाविदों द्वारा संवेगात्मक बुद्धि की चर्चा की जा रही है। मनोवैज्ञानिकों द्वारा किसी घटना के प्रति व्यक्ति की प्रतिक्रियाओं को संवेग कहा जाता है। प्रेम, आश्चर्य, प्रसन्नता, मित्रता आदि संवेग मनुष्य को सामाजिक कार्यों के लिए प्रेरित करते हैं, उसी प्रकार से भय, घृणा, क्रोध आदि संवेग व्यक्ति को नकारात्मकता की ओर ले जाते है।

संवेगात्मक बुद्धि से तात्पर्य व्यक्ति की क्षमता से है जो उसके विचारों व विचार प्रक्रिया को प्रभावित करके संवेगों को जानने समझने व कार्यान्वित करने के लिए प्रेरित करती है। संवेगात्मक बुद्धि सामान्य बुद्धि से भिन्न

है। यह व्यक्ति को स्वयं व दूसरे के संदेशों को समझने मूल्यांकन करने व नियंत्रित करने में सहायता करती है।

'संवेगात्मक बुद्धि' शब्द का प्रतिपादन सर्वप्रथम मेयर एवं सेलोवे ने सन 1997 में किया। इनके अनुसार संवेगात्मक बुद्धि में तर्क समाहित है परंतु यह संज्ञानात्मक बुद्धि नहीं है।

सेलोवे तथा मेयर (1997) के अनुसार : "चिंतन को सुगम बनाने हेतु संवेगों के प्रत्यक्षण अवबोधन प्रबंधन व प्रयोग की योग्यता संवेगात्मक बुद्धि है।"

संवेगात्मक बुद्धि सामाजिक बुद्धि का एक अंग है। इसमें संदेशों को पृथक करने, नियंत्रण करने और दूसरे की भावनाओं की सूचना के अनुसार व्यक्ति के चिंतन और कार्यों को प्रभावित करने की क्षमता है। संवेगात्मक बुद्धि तथा चिंतन में सहायता तथा चिंतनशील तरीके से कार्य करने में सहायता की जाती है।

संवेगात्मक बुद्धि की परिभाषाएं एवं अवधारणा

डैनियल गोलमैन के अनुसार (1995) : "संवेगात्मक बुद्धि अपने संवेगों को जानने एवं देखभाल करने तथा दूसरों में इनकी पहचान करने और अपने और अपने संबंधों के कायम रखने में है।"

रॉबर्ट कूपर के अनुसार (1997) : "संवेगात्मक बुद्धि संवेगों की शक्ति एवं प्रवीणता को मानवीय शक्ति की सूचना, संबंध एवं प्रभाव के रूप में जानने, समझने और प्रभावशीलता से लागू करने की योग्यता है।"

उपरोक्त परिभाषाओं के आधार पर यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि संवेगात्मक बुद्धि द्वारा संवेगों व संवेगों के प्रकट होने के कारणों को समझना व पहचाना जाता है। यह स्वयं के व दूसरे के संवेगों को प्रभावित कर कार्यान्वित करने में सहयोग देती है। यह समस्याओं के समाधान के योग्य है।

सलोवी एवं मेयर द्वारा संवेगात्मक बुद्धि की योग्यताओं को निम्नलिखित चार भागों में विभाजित किया गया है:

1. **आत्म चेतना :** अपनी भावनाओं को जानकर अच्छे निर्णय लेने में प्रयोग करना है।
2. **संवेगो का प्रबंधन :** नकारात्मक संवेगों से निपटने की विधियां शामिल हैं। उद्देश्य की प्राप्ति व संवेग नियंत्रण शामिल है।
3. **आत्म अभिप्रेरणा :** समस्याओं और कठिनाइयों से निपट कर अपने आप को प्रेरित करना शामिल है।
4. **दूसरों से सहानुभूति :** दूसरों की भावनाओं को समझना व उनके प्रति सहानुभूति पूर्ण व्यवहार करना शामिल है।

एक व्यक्ति को उतना ही संवेगात्मक रूप से बुद्धिमान माना जाता है जितनी योग्यता व क्षमता वह प्रदर्शित करता है:

1. अपने स्वयं के संवेगो की सही जानकारी।
2. दूसरों के मुख, शारीरिक हाव–भाव व बोलने के अंदाज द्वारा उनके संवेगों को पहचानना।
3. दूसरों के संवेगों को पहचान कर अपने विचारों में स्थान देना।
4. संवेगो की प्रकृति व उनके द्वारा होने वाले कार्यों के परिणामों से अवगत रहना।
5. संवेगो पर नियंत्रण स्थापित कर सकना।
6. संवेगों को अपने व दूसरों के हित के लिए प्रयोग में लाना।

संवेगात्मक बुद्धि की विशेषताएं

संवेगात्मक बुद्धि की विशेषताएं बताते हुए गोलमैन (1998) ने अपनी पुस्तक 'Emotional Intelligence : why it matters more than I.Q.' "संवेगात्मक बुद्धि अपनी एवं दूसरों की भावनाओं को पहचानने, अपने आप को प्रेरित करने तथा अपने आप के साथ और दूसरों के संबंध में संवेगों के प्रबंधन की क्षमता है।"

1. **भावनाओं को समझना :** संवेगात्मक बुद्धि द्वारा अपनी और दूसरों की भावनाओं को समझा व पहचाना जाता है।
2. **स्व–प्रेरणा :** समस्याओं व असफलताओं से पार पाकर स्वयं को प्रेरित करना व आशावादी दृष्टिकोण अपनाना है।
3. **संबंध स्थापन व संबंधों में प्रगाढ़ता :** इसके द्वारा दूसरों के साथ अच्छे व सकारात्मक संबंध स्थापित करना, उनका सहयोग करना व संबंधों में प्रगाढ़ता लाना है।
4. **समायोजन व निर्णय क्षमता :** संवेगात्मक बुद्धि द्वारा जीवन की प्रतिकूल परिस्थितियों में समायोजन करने एवं अच्छे निर्णय लेने की क्षमता व योग्यता है।
5. **प्रसन्नता व सफलता :** जीवन में प्रसन्न रहने, स्वस्थ रहने एवं सफलता प्राप्त करने में सहयोग करती है।
6. **संवेग नियंत्रण :** संवेगात्मक बुद्धि संवेगों पर नियंत्रण करने में सहायता करती है, जिससे वह दूसरों के साथ अच्छे संबंध स्थापित करने में सफल होता है।
7. **दूसरों का सत्कार व सम्मान करना :** इसके द्वारा दूसरों का सत्कार व सम्मान किया जाता है। यह व्यक्ति में ईमानदारी, निष्ठा व परोपकार की भावना विकसित करती है।
8. **भविष्यवाणी :** इसके द्वारा कर्तव्य पालन, समायोजन व भविष्यवाणी करने में सहायता मिलती है।

किशोरावस्था

किशोरावस्था में मानसिक विकास अपनी चरम सीमा पर पहुंचने लगता है, विकास की इस अवस्था में किशोरों में अनेक प्रकार के परिवर्तन दृष्टिगोचर होते हैं। इस अवस्था के बालकों में मानसिक योग्यता का स्वरूप लगभग निश्चित सा हो जाता है। किशोर किशोरियों में सोचने समझने विचार करने तथा समस्याओं का समाधान करने की मानसिक योग्यताएं विकसित हो जाती हैं परंतु वे पौढो की अपेक्षा कम प्रभावी रुप से उपयोग कर पाते हैं। प्रायः यह माना जाता है कि 16 वर्ष की आयु तक किशोर किशोरियों का लगभग पूर्ण मानसिक विकास हो जाता है, वह कल्पनाशील हो जाते हैं, उनका शब्द भंडार बढ जाता है। उन में वेशभूषा, चलचित्र, दूरदर्शन, रोजगार, साहित्य पढ़ने आदि में विशेष रुचि उत्पन्न हो जाती है।

बिग्गी एवं हंट के अनुसार : "किशोरावस्था की विशेषताओं को सर्वोत्तम रूप में व्यक्त करने वाला एक शब्द परिवर्तन है। यह परिवर्तन शारीरिक, सामाजिक, तथा मनोवैज्ञानिक होता है।"

किशोरावस्था में संवेगात्मक विकास

किशोरावस्था में शारीरिक विकास अपने चरम पर होता है। इस समय में शारीरिक विकास तीव्र गति से होता है तथा अनेक शारीरिक परिवर्तन होते हैं, इस कारण से बालक के संवेगो पर भी प्रभाव पड़ता है। उनके संवेग अस्थिर होने लगते हैं। किशोरावस्था में संवेगो पर नियंत्रण करना कठिन हो जाता है, फलस्वरुप किशोरों का व्यवहार जटिल हो जाता है।

पी टी यंग के अनुसार : "एक संवेग इस प्रकार से एक भावात्मक अनुभव है जो व्यक्ति में सामान्यीकृत आंतरिक समायोजन और मानसिक तथा शारीरिक रूप से उत्तेजित दशाओं के साथ–साथ होता है और वह उसके व्यवहार में दिखाई देता है।"

किशोरावस्था में संवेगात्मक विकास को निम्नलिखित रुप में प्रस्तुत किया जा सकता है:

- विरोधी मनोदशाओ के उत्पन्न होने के कारण मानसिक तनाव की तीव्र प्रवृत्ति पाई जाती है।
- किशोरावस्था में काम प्रवृत्ति की तीव्रता होती है जिसकी अभिव्यक्ति विपरीत लिंग के प्रति आकर्षण के रूप में दृष्टिगोचर होती है।
- किशोरावस्था में बालक अपने संवेगों को स्पष्ट रूप से अभिव्यक्त करता है और अपने संवेगों पर नियंत्रण नहीं

रख पाता।

- किशोरों का व्यक्तित्व भावना प्रधान होता है।
- जिज्ञासा प्रवृत्ति की प्रबलता दृष्टिगोचर होती है।
- किशोरावस्था में बालक अपनी मूल प्रवृत्तियों एवं संवेगों की अभिव्यक्ति दिवा–स्वप्नों के रूप में करता है।
- आदर्श निर्माण तथा वीर पूजा की भावना का विकास होता है।
- किशोरावस्था में संवेगों के कारण किशोर अत्याधिक क्रियाशील रहता है।

स्टेनले हाल के अनुसार : "किशोरावस्था बड़े संघर्ष, तनाव, तूफान तथा विरोध की अवस्था है।"

1. **माता–पिता संबंध एवं संवेगात्मक बुद्धि :** किशोर अपने संवेगों का उपयोग करना और भौतिक जगत को समझना और उनका सामना करना परिवार में ही सीखता है। परिवार उसे गति प्रदान करता है। परिवार से बच्चे अपने रिश्तो को जानते हैं व यही से वे अपने रिश्तों माता–पिता दादा–दादी भाई बहनों और परिवार के सदस्यों से सामंजस्य बनाना सीखते हैं। परिवार से व्यक्ति शिक्षा व जीवन मूल्य प्राप्त करता है। परिवार द्वारा ही वह बड़ों का सम्मान करना व छोटों को स्नेह करना सीखता है। किशोर अपने माता पिता की आज्ञा पालन करते हैं वह उनके द्वारा दिए गए जीवंत उदाहरणों को अपनाकर जीवन में अपना मार्ग चुनते हैं।

एकाकी परिवार की अपेक्षा संयुक्त परिवार के बच्चे सहयोग एवं समायोजन को सीखते हैं व अपने भविष्य का निर्माण सही रूप में करते हैं।

सांख्यिकीय आंकड़ों के अनुसार जिन परिवारों में बच्चों के माता–पिता में से एक ही अभिभावक होता है उनके बच्चे दूसरों बच्चों की तुलना में खुशी व आनंद का अनुभव कम करते हैं। परिवार में धन खुशी नहीं ला सकता इसीलिए स्वस्थ व खुशहाल परिवार के लिए रिश्तो को समझना अति आवश्यक है।

इसकी पुष्टि अनेक शोध पत्रों से की जा सकती है, जो भूत में हो चुके हैं। इन अध्ययनों से यह पता चलता है कि बच्चों के जीवन व उनके व्यवहार पर माता–पिता के जीवन व व्यवहार का बहुत अधिक प्रभाव पड़ता है। यदि माता–पिता का गृहस्थ जीवन सुखी नहीं है तो बच्चे भी सुखी नहीं रह सकते। जिस घर में माता–पिता में लड़ाई झगड़ा होता रहता है उस घर के बच्चे अपने आने वाले सामाजिक जीवन में कभी सफल नहीं हो सकते। इस प्रकार के उदाहरण बच्चों के भविष्य के लिए अत्यधिक हानिकारक सिद्ध होते हैं।

मैक्डूगल के अनुसार : "संवेग अनुभव का एक ढंग है, कार्य करने का एक तरीका है, क्रियाशीलता का एक तरीका है।"

इस कथन की सार्थकता किशोरावस्था के संवेगात्मक विकास में पाई जाती है।किशोर अपने अनुभवों को प्रकट करते हैं व अनुभव भी करते हैं और वे क्रियाशील भी होते हैं। इसी क्रियाशीलता के कारण किशोरों के संवेगों में अस्थिरता पाई जाती है किशोरों के संवेगों में अस्थिरता होने से उन्हें समायोजन करने में परेशानी होती है। बालक के सामने जब प्रतिकूल परिस्थितियां उत्पन्न होती हैं तो वह निराश हो जाता है और इसी निराशा के कारण वह आत्महत्या की भावना व क्रिया तक पहुंच जाता है।

बी0 एन0 झा के अनुसार : "संवेगात्मक व्यक्ति का स्वास्थ्य दिन के समय वातावरण संबंधित प्रभाव और कारणों पर आश्रित रहने की वजह से समय–समय पर परिवर्तित होता रहता है।"

निष्कर्ष

उपरोक्त लेख के संबंध में यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि संवेगात्मक बुद्धि का संबंध सामाजिक बुद्धि से है जहां व्यक्ति अपने भिन्न–भिन्न संवेगों को अपनी क्षमता के अनुसार प्रकट करता व समझता है। बालक की संवेगात्मक बुद्धि के उपयोग के लिए उसकी अपनी योग्यता ही उत्तरदायी होती है। संवेगात्मक बुद्धि द्वारा अपनी और दूसरों की भावनाओं को समझने, पहचानने, अभिप्रेरित करने में सहायता प्राप्त होती है।

गोलमैन (1995) जहां तक किशोरावस्था के बालक बालिकाओं में संवेगात्मक विकास की बात है यह अति आवश्यक जान पड़ता है क्योंकि किशोरावस्था में संवेगों की अस्थिरता की मात्रा बढ़ जाती है और संवेगों पर नियंत्रण करना कठिन हो जाता है।

पारिवारिक वातावरण का प्रभाव बालक के संवेगों पर पड़ता है जिससे उसकी संवेगात्मक बुद्धि प्रभावित होती है इस प्रकार का परिवर्तन बालक भिन्न प्रकार की अभिवृत्तियों जैसे—प्रेम घृणा स्नेह आदि के माध्यम से सकारात्मक व नकारात्मक रूप में प्रदर्शित करते हैं। बालकों की संवेगात्मक अभिव्यक्ति उसकी शारीरिक वृद्धि, ज्ञान, अनुभव व रुचियों के आधार पर होती है। जब बालक अपने संवेगों पर नियंत्रण रखने में सफल या सक्षम हो जाता है तब उसकी संवेगात्मक बुद्धि संतुलित मानी जाती है।

सन्दर्भ सूची

1. नंदा, पी. एड पानू, जी. (2005) इमोशनल स्टेबिलिटी एण्ड सोसियो – पर्सनल फैक्टर्स, *इण्डियन जर्नल ऑफ साइकोमेट्री एण्ड एजेकूशन*।
2. पामेला, एच. ओलिवर एवं अन्य (2009), विग पाइव पैरेंन्टल पर्सनालिटी ट्रेड्स, पैरेंन्टिंग विहेवियर एंड एडोल्वसेन्ट विहेवियर प्रॉब्लम्सरू ए मेडिटेशन मॉडल पर्सनालिटी एण्ड इंडीविजुअल डिफरेंन्सेस 47, 900, 631, – 636
3. पांण्डेय, रवि प्रकाश (1996) किशोरावस्था में बालक का संवेगात्मक विकास. पी. एच. डी. शोध प्रबन्ध, जौनपुर वीर बहादुर सिंह पूर्वाचंल विश्वविद्यालय, पृष्ठ संख्या 98
4. पाठक, श्वेता (2012) पैरेन्टल मॉनिटरिंग एण्ड सेल्फ – डिस्कोजर ऑफ एडोल्वसेन्ट्स, आई. ओ. एस. आर. जर्नल ऑफ ह्यूमैनिटीज एण्ड सोशल साइंस वॉल्यूय – 5 इश्यू 2 पृष्ठ 01 – 05

****