



किशोरावस्था के बालक-बालिकाओं के संवेगात्मक बुद्धि पर माता-पिता के सम्बन्धों का प्रभाव

¹ अशोक कुमार, ² डॉ० हरिश कंशल

¹ शोधछात्र, शिक्षा विभाग, ओ० पी० जे० एस० विश्वविद्यालय, चुरु, राजस्थान, भारत।

² एसोसिएट प्रोफेसर, शिक्षा विभाग, ओ० पी० जे० एस० विश्वविद्यालय, चुरु, राजस्थान, भारत।

प्रस्तावना

शिक्षा मनोविज्ञान के क्षेत्र में विगत कुछ समय से विद्वानों के द्वारा "संवेगात्मक बुद्धि" नामक एक नूतन सम्प्रत्यय की प्रचुरता के साथ चर्चा की जा रही है। मनोवैज्ञानिकों के द्वारा किसी घटना के प्रति जीव की प्रतिक्रियाओं को संवेग कहा जाता है। प्रेम, खुशी, स्नेह, प्यार, आश्चर्य, मित्रता जैसे सकारात्मक संवेग व्यक्ति को सामाजिक दृष्टि से वांछनीय क्रियायें करने के लिए प्रेरित करते हैं जबकि क्रोध, भय, दुख, घृणा, कामवासना जैसे नकारात्मक संवेग व्यक्ति को सामाजिक दृष्टि से अवांछनीय प्रतिक्रियायें करने की ओर अग्रसर करते हैं।

संवेगात्मक बुद्धि से तात्पर्य व्यक्ति विशेष की उस समग्र क्षमता से है जो उसे उसकी विचार प्रक्रिया का उपयोग करते हुए अपने तथा दूसरे के संवेगों को जानने समझने तथा उसका सर्वोत्तम प्रबन्धन करने में उसकी सहायता करती है। यह बुद्धि सामान्य बुद्धि (I.Q.) से स्वतंत्र है। अर्थात् संवेगात्मक बुद्धि स्वयं के संवेगों को, दूसरे के संवेगों को तथा समूह के संवेगों को चिन्हित करना, मूल्यांकन करना तथा नियन्त्रित करने की योग्यता है।

संवेगात्मक बुद्धि नामक पद का प्रतिपादन सर्वप्रथम मेयर एवं सेलोवे (1997) ने किया। उनके अनुसार संवेगात्मक बुद्धि में तर्क निहित है परन्तु यह संज्ञानात्मक बुद्धि नहीं कही जा सकती है। सेलोवे तथा मेयर (1997) के अनुसार, "चिन्तन को सुगम बनाने हेतु संवेगों के प्रत्यक्षन, अवबोध, प्रबंधन व प्रयोग की योग्यता संवेगात्मक बुद्धि है।" संवेगात्मक बुद्धि सामाजिक बुद्धि का एक सम्मूचय होता है, जिसमें स्वयं तथा अन्यो की भावनाओं और संवेगों को नियंत्रित करने, पृथक् करने और सूचना के अनुसार व्यक्ति के चिन्तन और क्रियाओं को निर्देशित करने की क्षमता निहित होती है। संवेगात्मक बुद्धि में संवेगों के प्रत्यक्षीकरण करने, संवेगों के प्रति पहुँच बनाने एवं उसे उत्पन्न करने की क्षमता शामिल होती है जिससे कि चिन्तन में सहायता हो सके, संवेग को समझा जा सके तथा उसे चिन्तनशील तरीके से नियमित किया जा सके।

संवेगात्मक बुद्धि की परिभाषा एवं अवधारणा (Definition and Concept of emotional intelligence)

1. पीटर सालोवी एवं जॉन मेयर का विचार (View of Peter Salovey and John Mayor), 1990 - 'संवेगात्मक बुद्धि वह योग्यता है जिसके द्वारा हम अपनी एवं दूसरों की भावनाओं एवं संवेगों का संचालन करते हैं एवं उनमें अन्तर करते हैं तथा इस सूचना को अपने चिन्तन एवं कार्यों के निर्देशन के लिए प्रयोग करते हैं।' (Emotional intelligence is "the ability to monitor one's own and others' feeling and emotions, to discriminate among them and to use this information to guide one's thinking and actions.")

- 2- डेनियल गोलमैन का विचार (View of Daniel Goalman), 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।' (Emotional intelligence is "the ability to know, manage one's emotions and recognize them in others and to handle one's relationship.")
3. राबर्ट कूपर का विचार (Robert Cooper's view), 1997 - 'संवेगात्मक बुद्धि संवेगों की शक्ति एवं प्रवीणता को मानवीय शक्ति की सूचना, सम्बन्ध एवं प्रभाव के रूप में जानने, समझने एवं प्रभावशीलता से लागू करने की योग्यता है।' (Emotional intelligence is "the ability to sense, understand and effectively apply the power and acumen of emotions as the source of human energy information, connection and influence.")
4. YheSu dk fopkj (Freeman's view), 1998 - 'संवेगात्मक बुद्धि हम कैसे सोचते हैं, महसूस करते हैं एवं कार्य करते हैं, को पहचानने, समझने एवं चयन का ढंग है।' (Emotional intelligence is "the way of recognizing, understanding and choosing how we think, feel and act.")
5. बार-ऑन (2005) का विचार है कि संवेगात्मक-सामाजिक बुद्धि स्वयं को समझने, अपने सबल एवं दुर्बल पक्ष को जानने तथा अपनी भावनाओं व चिन्तन को गैर-हानिप्रद रूप में व्यक्त करने की अन्तः वैयक्तिक योग्यता पर आधारित है। अन्तर्वैयक्तिक स्तर पर संवेगात्मक व सामाजिक दृष्टि से बुद्धिमान होने में दूसरे के संवेगों, भावनाओं व आवश्यकताओं से परिचित होने तथा सहयोगात्मक, निर्माणकारी और परस्पर सन्तोषजनक सम्बन्ध स्थापित करने व उन्हें कायम रखने की योग्यता निहित है।
6. डेनियल गोलमैन (1998), "यह अपने एवं दूसरों के भावों को पहचानने की क्षमता तथा अपने आप को अभिप्रेरित करने एवं अपने तथा अपने सम्बन्धों में संवेग को प्रतिबन्धित करने की क्षमता है। संवेगात्मक बुद्धि द्वारा उन क्षमताओं का वर्णन होता है जो शैक्षिक बुद्धि या बुद्धिलब्धि द्वारा मापे जाने वाले पूर्णतः संज्ञानात्मक क्षमताओं से भिन्न परन्तु उसके पूरक होते हैं।"

उपरोक्त परिभाषाओं के आधार पर यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि संवेगात्मक बुद्धि संवेगों एवं उनके कारणों को समझने की योग्यता है। यह अपने भीतर और दूसरों में संवेगों को प्रभावशाली ढंग से नियमित करने की योग्यता है तथा सबसे महत्वपूर्ण यह है कि यह समस्या हल करने के लिए सूचना का स्रोत, सृजनात्मक एवं सामाजिक स्थितियों से निपटने के लिये प्रयुक्त करने योग्य है।

संवेगात्मक बुद्धि में व्यक्ति की निम्नांकित योग्यताएं निहित हैं (Emotional intelligence implies the following abilities of the person.)

1. अपने आप को प्रेरित करने की योग्यता (Ability to understanding himself.)
2. अपने संवेगों की उचित अभिव्यक्ति की योग्यता (Ability to express his emotions appropriately.)
3. अपने आप को प्रेरित करने की योग्यता (Ability to motivate himself.)
4. अपने संवेगों को नियमित करने की योग्यता (Ability to regulate his emotions.)
5. जोखम मूल्यांकन की योग्यता (Ability to evaluate risk.)
6. द्वंद्व समाधान की योग्यता (Ability to resolve conflicts.)

सलोवी एवं मेयर (Salovy and Mayor) संवेगात्मक बुद्धि की योग्यताओं की निम्नलिखित चार भागों में विभाजित किया है

1. **आत्म-चेतना (Self-awareness)** - इनमें अपनी भावनाओं को जानना एवं उन्हें अच्छे निर्णय लेने के लिए प्रयोग करना शामिल है।
2. **संवेगों का प्रबन्धन (Managing emotions)** - इनमें क्रोध, भय, चिन्ता, गमगीनता के साथ निपटने की विधियां शामिल हैं। इसमें उद्देश्य की प्राप्ति के लिए संवेगों को उचित दिशा देना, संवेगों पर नियंत्रण करना एवं इच्छा पूर्ति को स्थापित करना शामिल है।
3. **आत्म-अभिप्रेरणा (Self-motivation)** - इनमें कठिनाइयों एवं समस्याओं के बावजूद अपने आप को अभिप्रेरित करना शामिल है।
4. **दूसरों से समानुभूति (Empathy with others)** - इनमें दूसरों की भावनाओं की ओर संवेदनशील होना एवं उनके सुख-दुःख समझना शामिल है।

संवेगात्मक बुद्धि की योग्यता प्रारूप

संवेगात्मक बुद्धि की इस श्रेणी की परिभाषाएँ कुछ विशेषताओं के के माध्यम से संवेगात्मक बुद्धि की विवेचना करती है। सैलोवे तथा मेयर की परिभाषाएँ योग्यता पर ही आधारित है— इन्होंने अपनी पुस्तक इमोशनल डेवलेपमेंट एण्ड इमोशनल बुद्धि (1997) में निम्न रूप में परिभाषित किया—

“संवेगात्मक बुद्धि को ऐसी क्षमता के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जिसमें संवेगों को तार्किक ढंग से प्रत्यक्षीकरण करना, उसे अपनी विचार प्रक्रिया में एकीकृत करना, उसे समझना तथा उसके प्रबन्धन से है।”

जॉन डी मेयर तथा पीटर सेलोवे (1990) ने संवेगात्मक बुद्धि को निम्न प्रकार परिभाषित किया— *“संवेगात्मक बुद्धि एक योग्यता है जिसमें हम अपने स्वयं तथा अन्य व्यक्तियों की भावनाओं एवं संवेगों का अनुवीक्षण करते हैं। इन सूचनाओं के आधार पर उनमें अन्तर करते हैं और अपने कार्यों एवं चिन्तन को निर्देशित करते हैं।”*

परिभाषा पर विचार करे तो स्पष्ट होता है कि हम सभी में अपने संवेगों से निपटने हेतु अलग-अलग ढंग की क्षमता और योग्यता पायी जाती है और उसी के अनुरूप एक समूह में दूसरों की तुलना में किसी भी व्यक्ति विशेष की संवेगात्मक बुद्धि की दृष्टि से अधिक या कम बुद्धिमान माना जाता है।

एक व्यक्ति को उतना ही संवेगात्मक रूप से बुद्धिमान माना जाता है जितना कि क्षमता और योग्यता वह निम्न रूपों में प्रदर्शित करता है—

- अपने स्वयं के संवेगों की सही जानकारी।
- दूसरों की शारीरिक भाषा, मुख, मुद्रा, बोलने के अन्दाज द्वारा संवेगों को पहचानना।
- दूसरों के संवेगों को पहचानकर अपनी विचार प्रक्रिया (जैसे—अपने संवेगों तथा भावनाओं का समस्या समाधान विश्लेषण करना, निर्णय लेना आदि) में शामिल करना।
- संवेगों की प्रकृति उसकी तीव्रता तथा परिणामों से अवगत रहना।
- संवेगों की अभिवृत्ति तथा उस पर नियन्त्रण कर सकना तथा उन्हें अपने स्वयं के तथा दूसरों के हित चिन्तन, आपसी मेल-जोल तथा भाईचारे हेतु प्रयोग में लाने की क्षमता।

गोलमैन (1995) के अनुसार, संवेगात्मक बुद्धि में स्वयं को अभिप्रेरित करने तथा निराशा मिलने पर उसे बनाए रखने, आवेगों को नियंत्रित करने व उनकी सन्तुष्टि को विलम्बित करने, अननुभूति व्यक्त करने अथवा आशा करने की योग्यताएँ शामिल हैं।

गोलमैन ने उक्त परिभाषा के आधार पर ‘संवेगात्मक बुद्धि’ के पांच आयामों का उल्लेख किया जिनका कार्य जगत की परिस्थितियों में मानव व्यवहार को समझने की दृष्टि से विशेष महत्व है। ये आयाम हैं :

1. **आत्मभिज्ञता** — जिसकी मुख्य विशेषता है— आत्म अवबोध तथा किसी समय पर वास्तविक भावनाओं की जानकारी।
2. **आत्म-प्रबन्धन** — जिससे तात्पर्य है— किसी कार्य विशेष में अवरोध के स्थान पर सुकरता लाने की दृष्टि से अपने संवेगों पर नियंत्रण रख सकना, नकारात्मक संवेगों से विरत हो सकना तथा समस्या-समाधान के उद्देश्य से एक रचनात्मक मार्ग अपना सकना।
3. **आत्म-अभिप्रेरणा** — वांछित लक्ष्य की ओर बढ़ते रहना, नकारात्मक आवेगी वृत्तियों पर विजय प्राप्त करना तथा वांछित परिणाम की प्राप्ति हेतु अपने प्रलोभनों पर अंकुश लगा सकना इसकी मुख्य विशेषताएँ हैं।
4. **तदनुभूति** — जिसका अर्थ है— दूसरों की भावनाओं को समझना एवं उनके प्रति संवेदनशीलता प्रदर्शित करना तथा यह अनुमान लगा सकना कि दूसरे लोग कैसा महसूस करते हैं, एवं वे क्या चाहते हैं?
5. **सामाजिक दक्षताएँ** — जिसके अन्तर्गत सामाजिक परिस्थितियों को भाँप लेने, दूसरों के साथ आसानी से अन्तर्क्रिया एवं सम्बन्ध जोड़ लेने, दूसरों के संवेगों तथा वे जिस प्रकार का व्यवहार करते हैं, उनके प्रति मार्गदर्शन कर सकने की क्षमता शामिल है।

श्रीमान् येटा लेन्टेनश्लेगर के अनुसार

वे लिखते हैं संवेगात्मक रूप से बुद्धिमान होने हेतु मैं यह कहता हूँ कि आप संवेगात्मक बुद्धि से सम्बन्धित चार क्षेत्रों, संवेग से अवगत होना, उन्हें स्वीकारना, उसके प्रति सही दृष्टिकोण या अभिवृत्ति रखना तथा उसके प्रति उचित अनुक्रिया करना उनमें निपुणता अर्जित करें।

संवेगों से अवगत होने से तात्पर्य है कि आपको किसी संवेग की अनुभूति हो रही है तो आप यह जाने कि आपको किस प्रकार की अनुभूति हो रही है।

स्वीकारने से तात्पर्य है कि आप यह माने कि संवेगों का तात्पर्य उस जैविक प्रक्रिया से है जो आपके शरीर और मस्तिष्क में हो रही है और उसका सदैव तार्किक या आधारयुक्त होना आवश्यक नहीं है। अतः संवेग विशेष के औचित्य की ओर ध्यान न देकर उसकी

अनुभूति करने की योग्यता आप में होनी चाहिए।

सही दृष्टिगत या अभिवृत्ति से तात्पर्य उस विश्वास से है जो किसी संवेग से जुड़ा हुआ होता है। ऐसा समय भी होता है जब किसी अभिवृत्ति विशेष के कारण किसी संवेग का आगमन होता है अथवा उसके प्रदर्शन में किसी अभिवृत्ति की गहरी छाया रहती है।

संवेगों के प्रति उचित अनुक्रिया से तात्पर्य यहाँ उस व्यवहार क्रिया से है जिसे आप किसी संवेग तथा अभिवृत्ति विशेष की प्रतिक्रिया स्वरूप करते हैं।

संवेगात्मक बुद्धि की विशेषताएं (Characteristics of Emotional Intelligence)

संवेगात्मक बुद्धि की विशेषताएं बताते हुये 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 अभिप्रेरित करने तथा अपने आप के साथ और दूसरों के सम्बन्ध में संवेगों के प्रबन्धन की क्षमता है।' ("Emotional intelligence is the capacity for recognizing our own feelings and those of others, for motivating ourselves and for managing emotions well in ourselves and in our relationships.")

संवेगात्मक बुद्धि की निम्नलिखित विशेषताएं दी जा सकती हैं

1. **भावनाओं को समझना (Recognizing feeling)** - संवेगात्मक बुद्धि अपनी और दूसरों की भावनाओं को पहचानना है।
2. **आत्म-अभिप्रेरणा (Self-motivation)** - संवेगात्मक बुद्धि बार-बार समस्याओं एवं असफलताओं के बावजूद अपने आपको अभिप्रेरित करना तथा आशावादी (Optimistic) दृष्टिकोण अपनाना है।
3. **अच्छे सम्बन्ध स्थापित करना (Establishing good relationships)** - संवेगात्मक बुद्धि दूसरे लोगों से अच्छे सम्बन्ध स्थापित करना, उनको सहयोग देना एवं सम्बन्धों में संवेगों का प्रबन्धन करने की क्षमता है।
4. **समायोजन एवं निर्णय (Adjustment and decisions)** - संवेगात्मक बुद्धि विशेषतः जीवन की विभिन्न स्थितियों में लोगों के साथ समायोजन करने एवं व्यक्तिगत अच्छे निर्णय लेने की योग्यता है। (Emotional intelligence particularly refers to the ability to get along with people and make good personal decisions)
5. **प्रसन्नता एवं सफलता (Happiness and success)** - संवेगात्मक

बुद्धि जीवन में प्रसन्नता प्राप्त करने, स्वस्थ रहने एवं सफलता प्राप्त करने के लिये महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

6. **संवेगों पर नियन्त्रण (Control over emotions)** - संवेगात्मक बुद्धि संवेगों पर नियंत्रण करने में सहायता करती है। फलस्वरूप व्यक्ति के व्यवहार में सुधार होता है और वह दूसरों के साथ अच्छे सम्बन्ध स्थापित कर सकता है।
7. **दूसरों का सत्कार (Respect for others)** - संवेगात्मक बुद्धि दूसरे लोगों के साथ सम्पर्क में आने वालों की संवेगात्मक आवश्यकताओं का सत्कार करती है। यह व्यक्ति में ईमानदारी, परोपकार, निष्कपट एवं दृढ़ होने की योग्यता विकसित करती है।
8. **तालमेल (Co-ordination)** - संवेगात्मक बुद्धि जीवन के सभी क्षेत्रों में तालमेल एवं संतुलन कायम रखने में सहायता करती है।
9. **कृत्य निष्पादन (Job performance)**- संवेगात्मक बुद्धि वैयक्तिक समायोजन, सम्बन्धों में सफलता एवं कृत्य निष्पादन में एक महत्वपूर्ण कारक है।
10. **भविष्यवाणी (Prediction)** - संवेगात्मक बुद्धि अकादमिक प्रदर्शन, कृत्य में कर्तव्य एवं जीवन में समायोजन के लिए भविष्यवाणी करने में सहायक सिद्ध होती है।
11. **शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक एवं सामाजिक स्वास्थ्य; (Physical, mental, emotional and social health)** - संवेगात्मक बुद्धि शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक एवं सामाजिक स्वास्थ्य में सहायता करती है तथा व्यावसायिक प्रगति की ओर ले जाती है।

संवेगात्मक बुद्धि की विलक्षणता

'संवेगात्मक बुद्धि' में बुद्धि की आम अवधारणा में परिलक्षित पुरुष प्रधान गुणों के प्रति झुकाव को सन्तुलित करते हुए 'पुरुष' एवं 'महिला' दोनों ही के गुणों के समन्वय का प्रयास किया गया है जिससे यह अवधारणा अपनी प्रकृति में उभयलिंगता का परिसूचक बन जाती है। यहाँ विशेष रूप से उल्लेखनीय है कि 'संवेगात्मक बुद्धि' की अवधारणा के अधिकांश घटक भारतीय संस्कृति एवं परम्परा में महत्वपूर्ण माने जाते रहे हैं।

के०पी० पाण्डेय ने अपनी पुस्तक 'नवीन शिक्षा मनोविज्ञान में संवेगात्मक बुद्धि के 29 घटकों को तीन संवर्गों में विभक्त कर प्रस्तुत किया है: पुंजातीय, स्त्रीजातीय एवं समान। इन्हें कुल 6 शीर्षकों में रखा है—

तलिका: संवेगात्मक बुद्धि के घटक

पुंजातीय (पुरुष)	स्त्रीजातीय (स्त्री)	समान
(अ) निष्पत्ति अभिप्रेरणा	(स) विस्तार की अभिप्रेरणा	(य) आत्मदृढ़ता
(1) श्रेष्ठता प्राप्त करने एवं होड़ लगाने की चाह	(11) मदद एवं देखरेख करने की चाह	(21) आत्मअभिज्ञता
(2) अवसरों के प्रति संवेदना	(12) अनुकम्पा	(22) आभ्यान्तरिकता
(3) दायित्व स्वीकारना	(13) तदनुभूति, समकालीनता	(23) आशावादिता
(4) असफलता के प्रति कम चिन्ता	(14) आस्था	(24) अग्रगति
(5) अध्यवसाय या दृढ़ता	(15) सहयोग, सक्रियात्व	
(ब) सत्ता की अभिप्रेरणा	(द) आत्मदृढ़ता	(र) सामाजिक दक्षता
(6) नियंत्रण रखने एवं प्रभाव डालने की चाह	(16) अन्तःप्रज्ञा	(25) विमर्श
(7) सकारात्मक आत्मछवि	(17) मूल्योन्मुखता	(26) अस्पष्ट सहिष्णु
(8) ऊर्जा, असंतोष	(18) संवेगों का प्रबन्धन	(27) प्रतिबद्धता
(9) दृढ़ स्वत्वद्योतक	(19) लचीलापन (नम्यता)	(28) दूसरों के संवेग का प्रबन्धन
(10) स्वतंत्रता, आत्मनिर्भरता	(20) लक्ष्य अन्तर्भाविता	(29) तन्त्र विकसित करना

किशोरावस्था में संवेगात्मक विकास

किशोरावस्था में शारीरिक विकास, विशेषकर यौन परिपक्वता तूफानी वेग से प्रकट होती है। इस अवधि में शरीर का विकास तीव्र गति से होता है तथा शरीर में अनेक परिवर्तन होने लगते हैं। इस कारण किशोर-किशोरियों के संवेग भी प्रभावित होते हैं। उनके संवेगों में अस्थिरता की मात्रा बढ़ जाती है। किशोरावस्था में संवेगों पर नियंत्रण करना कठिन हो जाता है। फलतः किशोर का व्यवहार जटिल हो जाता है। पी.टी. यंग के अनुसार— “संवेग मनोवैज्ञानिक कारणों से उत्पन्न व्यक्ति का तीव्र उपद्रव है जिसके अन्तर्गत व्यवहार, चेतन, अनुभव तथा अंतरंग क्रियाएं सम्मिलित रहती हैं।” क्रो तथा क्रो महोदय ने लिखा है— “एक संवेग इस प्रकार से एक भावात्मक अनुभव है जो व्यक्ति में सामान्यीकृत आन्तरिक 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 रूपों में प्रस्तुत किया जा सकता है—

- 1. विरोधी मनोदशा** — किशोरावस्था में संवेगात्मक विकास विचित्र रूप से होता है। किशोर की संवेगात्मक अभिव्यक्ति में पर्याप्त अन्तर हो जाता है क्योंकि उसका क्षेत्र व्यापक हो जाता है और संवेग उत्पन्न करने वाली परिस्थितियाँ भी बदल जाती हैं। विरोधी मनोदशाओं के उत्पन्न होने के कारण मानसिक तनाव की तीव्र प्रवृत्ति पाई जाती है। किसी परिस्थिति विशेष में एक समय में किशोर अत्यन्त प्रसन्न तथा दूसरे समय में उसी परिस्थिति में वह अवसादपूर्ण दिखाई देता है। इस तनावपूर्ण स्थिति का प्रकाशन प्रायः उसकी उदासीनता, निराशा, विद्रोह तथा अपराध प्रवृत्ति में होता है।
- 2. काम-प्रवृत्ति की तीव्रता** — किशोरावस्था में सर्वाधिक प्रबल काम-प्रवृत्ति से सम्बन्धित कामुकता संवेग होता है जिसकी अभिव्यक्ति विपरीत लिंग के प्रति आकर्षण के रूप में दृष्टिगोचर होती है। इस सम्बन्ध में वी०एन० झा के कथन हैं— “किशोरावस्था में बालक और बालिका, दोनों में काम प्रवृत्ति बहुत तीव्र हो जाती है और उनके संवेगात्मक व्यवहार पर असाधारण प्रभाव डालती है।”
- 3. संवेगों की स्पष्ट अभिव्यक्ति** — किशोरावस्था में किशोर प्रेम, क्रोध, दया, घृणा आदि संवेगों का स्पष्ट अभिव्यक्ति करता है और उन पर नियंत्रण नहीं रख पाता। इस अवस्था में क्रोध का संवेग अधिक तीव्र होता है। प्रायः देखा जाता है कि थोड़ी भी बाधा उपस्थित होने पर वे क्रोध की अभिव्यक्ति करने लगते हैं और इसी क्रम में वे अपने माता-पिता तथा मित्रों से लड़ाई भी कर बैठते हैं। अन्याय के प्रति वह क्रोध व विद्रोह करता है। कठोर अनुशासन व दमन के प्रति घृणा का भाव प्रकट करता है तथा दुःखी व असहाय व्यक्ति के प्रति दया व सहानुभूति प्रदर्शित करता है।
- 4. भाव-प्रधान जीवन** — किशोर का व्यक्तित्व भाव-प्रधान होता है, उसमें ‘आत्म-सम्मान का स्थायी भाव’ की प्रवृत्ति की प्रबलता स्पष्ट दिखाई देती है, वह किसी भी प्रकार अपने आत्म-सम्मान पर चोट सहन नहीं कर सकता।
- 5. जिज्ञासा प्रवृत्ति की प्रबलता** — किशोरावस्था में किशोर जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में जिज्ञासा प्रवृत्ति की अभिव्यक्ति करता है। इस प्रवृत्ति से प्रेरित होकर वह ‘क्या है’ का उत्तर पाकर संतुष्ट नहीं होता बल्कि वह ‘क्यों’ और ‘कैसे’ का उत्तर जानकर ही संतुष्ट होता है, इस प्रवृत्ति से प्रेरित होकर उसमें वैज्ञानिक खोज तथा अन्वेषण की भावना का विकास होता है।
- 6. कल्पनाशील जीवन** — किशोरावस्था में किशोर अपनी प्रबल

मूल प्रवृत्तियों एवं संवेगों की अभिव्यक्ति दिवा-स्वप्नों के रूप में करता है। किशोर काल्पनिक जगत में विचरण करता रहता है।

- 7. वीर पूजा की भावना का विकास** — किशोरावस्था में आत्म-नियंत्रण की भावना के कारण आदर्श-निर्माण तथा वीर पूजा की भावना का विकास होता है। कल्पनाशील होने के कारण कहानी, उपन्यास, इतिहास आदि पढ़ते-पढ़ते उनका कोई भी वीर पात्र किशोर का मन इतना मुग्ध कर लेता है कि वह उसे अपना आदर्श मानने लगता है और उसकी पूजा करने लगता है।
- 8. क्रियाशीलता में वृद्धि** — इस अवस्था में संवेगों के परिणामस्वरूप किशोर में अनेक शारीरिक परिवर्तन होते हैं। इस परिवर्तनों में कुछ परिवर्तन किशोर में क्रियाशीलता व खेल-कूद की प्रवृत्ति उत्पन्न करते हैं। इस प्रकार संवेगों के कारण किशोर अत्यधिक क्रियाशील रहता है।

मनोवैज्ञानिक दृष्टि से किशोर में आत्मचेतना, विद्रोह, विपरीत लिंग में रुचि और आदर्शवाद की अधिकता देखने को मिलती है। हॉल ने जहाँ एक ओर इस अवस्था को ‘संवेगात्मक अस्थिरता की अवस्था’ की संज्ञा दी है, वहीं दूसरी ओर कहा है कि— “किशोरावस्था बड़े संघर्ष, तनाव, तूफान तथा विरोध की अवस्था है।”

माता-पिता सम्बन्ध एवं किशोरावस्था में संवेगात्मक बुद्धि

परिवार एक ऐसा वातावरण है जहाँ बच्चे अपने संवेगों का उपयोग करने और भौतिक दुनिया को समझने और उनका सामना करने के लिए सीखता है। परिवार एक ऐसी जगह है जहाँ बच्चे यह सीखते हैं कि रिश्ते कैसे काम करते हैं अपने माता-पिता, दादा-दादी, भाई-बहनों और परिवार के बांकी सदस्यों को देखकर वे यह समझने का प्रयास करते हैं कि सभी एक-दूसरे के साथ किस प्रकार सामंजस्य बनाते हैं। परिवार में व्यक्ति शिक्षा प्राप्त करता है जीवन के मूल्य जानने के लिए और व्यक्ति बनने के लिए आवश्यक शक्ति प्राप्त करता है। जब बालक बड़ा होता है वह लोगों का सम्मान करना सीखता है जो उसके करीब रहते हैं। बालक अपने माता-पिता के आज्ञा का पालन करते हैं, और उनके द्वारा दिये गये जीवन्त उदाहरणों को अपनाकर जीवन में अपना रास्ता चुनते हैं। एकल परिवार की अपेक्षा संयुक्त परिवार के बच्चों जीवन में सहयोग एवं समायोजन करना सीखते हैं और भविष्य का निर्माण सही रूप में करते हैं।

सांख्यिकीय आँकड़ों के आधार पर जिस परिवार में माता या पिता एक होते हैं उनके बच्चे अन्य बच्चों की तुलना में क खुशी का अनुभव कम करते हैं।

वर्तमान समाज के संदर्भ में स्वस्थ परिवार के रिश्तों के महत्व को समझना अतिआवश्यक है। परिवार में कैरियर तथा वित्तीय स्थिति खुशी नहीं ला सकता है जितनी खुशी परिवार की निकटता प्रदान करती है। परिवार में ही बालक जिम्मेदारी, दया, सहिष्णुता, सहानुभूति आदि संवेगों को धारण करता है।

संवेग के बारे में मैकडूगल ने कहा है कि *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 पायी जाती है। किशोर अनुभव को प्रकट करता है और अनुभव भी करता है, साथ ही साथ अत्यधिक क्रियाशील भी होता है। इस क्रियाशीलता के कारण किशोर के संवेगों में अस्थिरता पायी जाती है जैसा कि शैशवावस्था में पाया जाता है।

किशोर के संवेगों में अस्थिरता होने से उसे समायोजन करने की समस्या का सामना करना पड़ता है। वह अनुकूल परिस्थितियों में

प्रोत्साहन पाता है और प्रतिकूल परिस्थितियों में निराशा पाता है। यह निराशा आत्महत्या की भावना एवं क्रिया तक पहुँच जाती है। इस सम्बन्ध में बी०एन० झा महोदय का कथन उपयुक्त है, उनके मतानुसार— *किशोरावस्था में संवेगात्मक विकास इतना विचित्र होता है कि किशोर एक ही परिस्थिति में विभिन्न अवसरों पर विभिन्न प्रकार का व्यवहार करता है। एक अवसर उसे उल्लास से भर देती है, वही परिस्थिति दूसरे अवसर पर उसे खिन्न कर देती है।*

किशोरावस्था में संवेगों की अभिव्यक्ति का ढंग ही कुछ बदला हुआ होता है। किशोर की संवेगात्मक अभिव्यक्ति उसकी शारीरिक अभिवृद्धि, ज्ञान, अनुभव एवं रुचियों पर आधारित होती है। हरलॉक ने संवेगों की परिवर्तनशीलता के बारे में लिखा है— *संवेगात्मकता व्यक्ति का स्वास्थ्य दिन के समय वातावरण सम्बन्धित प्रभाव और कारकों पर आश्रित रहने की वजह से समय-समय पर परिवर्तित होता रहता है। किशोरावस्था में यौन अंगों का तीव्र विकास होने के कारण प्रेम व स्नेह नामक संवेग अधिक बढ़े हुए रूप में होता है। यह संवेग विषम लिंगीय के प्रति आकर्षण के रूप में अभिव्यक्त होता है।*

शारीरिक शक्ति एवं संवेगात्मक विकास में उच्च सहसम्बन्ध पाया जाता है। इसीलिए सबल एवं सशक्त किशोरों में संवेग अधिक स्थिर एवं तीव्र होते हैं, और उनकी अभिव्यक्ति में भी तीव्रता पायी जाती है। इसके विपरीत अस्वस्थ और निर्बल किशोरों में संवेग निर्बल और अधिक अस्थिर पाये जाते हैं उनका प्रकाशन दबा-दबा सा होता है।

संवेगात्मक बुद्धि से तात्पर्य व्यक्ति विशेष की उस समग्र क्षमता (सामान्य बुद्धि से सम्बन्धित होते हुये भी अपने आप में स्वतन्त्र) से है जो उसे उसकी विचार प्रक्रिया का उपयोग करते हुए अपने तथा दूसरों के संवेगों को जानने, समझने तथा उनकी ऐसी उचित अनुभूति एवं अभिव्यक्ति करने कराने में इस प्रकार मदद करे कि वह ऐसी वांछित व्यवहार अनुक्रियायें कर सके जिनसे उसे दूसरों के साथ सामंजस्य स्थापित करते हुए अपना समुचित हित करने हेतु अधिक से अधिक अच्छे अवसर प्राप्त हो सकें।

निष्कर्ष:

उपरोक्त लेख के संबंध में यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि संवेगात्मक बुद्धि का संबंध सामाजिक बुद्धि से है जहाँ व्यक्ति विभिन्न संवेगों का प्रत्यक्षीकरण अपनी क्षमता के अनुसार करता है। व्यक्ति की अपनी योग्यताएँ उसके संवेगात्मक बुद्धि के समुचित उपयोग के लिए उत्तरदायी होती हैं। संवेगात्मक बुद्धि अपनी एवं दूसरी की भावनाओं को पहचानने, अभिप्रेरित करने तथा संवेगों के प्रबंधन की क्षमता है (गोलमेन, 1995)। जहाँ तक किशोरावस्था के बालक-बालिकाओं में संवेगात्मक विकास की बात है यह अति आवश्यक जान पड़ता है क्योंकि किशोरवस्था में संवेगों की अस्थिरता की मात्रा बढ़ जाती है और संवेगों पर नियंत्रण करना कठिन हो जाता है। किशोरावस्था में संवेगात्मक विकास विभिन्न रूपों में दिखाई पड़ता है। जो कि सकारात्मक भी है और नकारात्मक भी। बहुत से मनोवैज्ञानिकों ने किशोरावस्था की संवेगात्मक अस्थिरता की अवस्था की संज्ञा भी दी है। बढ़ती संवेगात्मक अस्थिरता किशोरों में विभिन्न समस्याओं को भी उत्पन्न करती है। कभी-कभी यह स्थिति भयावह भक्ति दिखलाई पड़ती है। माता-पिता के आपसी संबंध का प्रभाव भी किशोरावस्था के बालक-बालिकाओं के संवेगात्मक बुद्धि पर पड़ता है। पारिवारिक वातावरण का प्रभाव व्यक्ति के संवेगात्मक बुद्धि में परिवर्तन कर सकता है। इस प्रकार का परिवर्तन किशोर विचित्र अभिव्यक्तियों जैसे— प्रेम, स्नेह, सहानुभूति आदि के माध्यम से सकारात्मक रूप में

प्रदर्शित करता है। किशोर की संवेगात्मक अधिव्यक्ति उसकी शारीरिक अभिवृद्धि, ज्ञान, अनुभव एवं रुचियों पर आधारित होती है। इस प्रकार संवेगात्मक बुद्धि व्यक्ति/किशोर की सामाजिक दृष्टि से वांछनीय क्रियाओं तथा अवांछनीय प्रक्रियाओं की ओर अग्रसर करता है और जब व्यक्ति संवेगों का प्रबंधन या नियंत्रण करने में सक्षम हो जाता है तो वह उसकी संवेगात्मक बुद्धि संतुलित मानी जाती है।

सन्दर्भ

1. थामस, जे. एण्ड अन्य (2013). पैरेन्ट पर्सनललिटी एण्ड पॉजिटिव पैरेन्टिंग एज प्रेडिकटर्स ऑफ पॉजिटिव एडोल्वसेन्ट पर्सनललिटी डेवेलपमेन्ट ओवर टाइम. *Merrill Palmer Q (Qayne State Univ Press)*. 58(2) : 255-283
2. देब, सिबनाथ एवं अन्य (2015). रोल ऑफ होम इन्वायरमेन्ट, पैरेन्टल केयर, पैरेन्ट्स पर्सनललिटी एण्ड देयर रिलेशनशिप टू एडोल्वसेन्ट मेन्टल हेल्थ. *जे. साइकोल साइकोथेर, साइकोलॉजी एण्ड साइकोथेरेपी*, वाल्यूम-5, इश्यू-6, पृ० 1-8
3. दीपिका एवं शीला (2016). इम्पैक्ट ऑफ फैमिली इन्वायरमेन्ट ऑफ एडोल्वसेन्ट्स एग्रीसेसन्स. *एडवन्स रिसर्च जर्नल ऑफ सोशल साइंस*, वाल्यूम-7, इश्यू-2, पृ० 225-229
4. नन्दा, पी० एण्ड पान्नु, जी० (2005) : इमोशनल स्टेबिलिटी एण्ड सोसियो-पर्सनल फैक्टर्स; *इण्डियन जर्नल ऑफ साइकोमेट्री एण्ड एजुकेशन*।
5. नाघवी, फतनेह एवं रेडजौन, मारुफ (2011). द रिलेशनशिप बिटविन जेण्डर एण्ड इमोशनल इंटेलिजेन्स. *वर्ल्ड एप्लाइड साइंसेन्स जर्नल*. 15(4). 555-561
6. नेहरा, सुमन (2014). रिलेशनशिप बिटविन ऐडजस्टमेन्ट एण्ड इमोशनल मैचुरिटी ऑफ IX क्लास स्टूडेन्ट्स, *एजुकेशनिया कनफैब*, 3(2), पृ० 67-75
7. पाण्डेय, रवि प्रकाश (1996). किशोरावस्था में बालक का संवेगात्मक विकास, पी-एच.डी. शोध प्रबन्ध, जौनपुर वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, पृ० 98
8. पाठक, स्वेता (2012). पैरेन्टल मॉनिटरिंग एण्ड सेल्फ-डिस्कोजर ऑफ एडोल्वसेन्ट्स. आई.ओ.एस.आर. *जर्नल ऑफ ह्युमनिटिज एण्ड सोशल साइंस*, वाल्यूम-5, इश्यू 2, पृ० 01-05
9. पामेला, एच. ओलिवर एवं अन्य (2009). बिग पाइव पैरेन्टल पर्सनललिटी ट्रेट्स, पैरेन्टिंग बिहैवियर एण्ड एडोल्वसेन्ट बिहैवियर प्रब्लम्स : ए मेडिटेशन मॉडल. *पर्सनललिटी एण्ड इण्डीविजुअल डिफरेंसेस*. 47, पृ० 631-636