

वर्ष -02 अंक -05 जनवरी -मार्च -2024

ISSN-2993-46484

शोध उत्कर्ष Shodh Utkarsh

A Peer Reviewed Refereed Multidisciplinary Quarterly E-
Research Journal

जनवरी - मार्च - 2024



<https://shodhutkarsh.com/>

अतिथि संपादक -डॉ. रेणु सिन्हा

त्रैमासिक ऑनलाइन पत्रिका - शोध उत्कर्ष



वर्ष - 02

अंक- 05

जनवरी - मार्च - 2024



शोध उत्कर्ष Shodh Utkarsh



A Peer Reviewed Refereed Multidisciplinary Quarterly E- Research Journal
वर्ष-02 अंक -05 जनवरी - मार्च - 2024

सलाहकार मण्डल (Peer Review Committee)

प्रो. दिनेश कुशवाह,रीवा (म.प्र.)
डॉ. कन्हैया त्रिपाठी पूर्व (OSD),महामहिम राष्ट्रपति 'भारत'
डॉ.राजकुमार उपाध्याय 'मणि' बठिंडा (पंजाब)
डॉ.अजय चौधरी,नागपुर
डॉ. रेणु सिन्हा,रांची- झारखंड
डॉ. निशा मुरलीधरन,वडपलनी-चेन्नई
श्री पांडुरंग एस. जाधव बेंगलुरु, (कर्नाटक)
डॉ. अंजलि एस. एर्नाकलम, (केरल)
श्री प्रदीप कुमार- मल्यांकक केंद्रीय हिंदी निदेशालय, नई दिल्ली
डॉ.गौविन्द बाथम ग्वालियर (म.प्र.)

संपादक मंडल

प्रधान संपादक -डॉ. एन. पी. प्रजापति
सह संपादक -डॉ. मंजुला चौहान
कार्यकारी संपादक -प्रो. रीन रानी मिश्रा
डॉ. संतोष कुमार सोनकर (English)
प्रो. (डॉ.) मोहन लाल 'आर्य'
डॉ. उमाकांत सिंह

लेख भेजने के लिए –Mail-ID-shodh utkasrsh@gmail.com
पत्रिका के बारे मे विस्तार से जानने के लिए देखें-
Website:–<http://www.shodhutkarsh.com>

दलित उत्कर्ष
समिति द्वारा
प्रकाशित

आधुनिक शिक्षा में संवेगात्मक बुद्धि की उपादेयता एक अध्ययन

डॉ. राजकुमारी गोला
असिस्टेंट प्रोफेसर, शिक्षा विभाग
स्कूल ऑफ सोशल साइंजिस
आईएफटीएम विश्वविद्यालय, मुरादाबाद

प्रस्तावना:- शिक्षा मानव विकास का मूल साधन है। शिक्षा मानव जीवन के सर्वांगीण विकास के साथ-साथ सामाजिक, संवेगात्मक एवं मानसिक विकास का मार्ग प्रशस्त करती है। शिक्षा का लक्ष्य बालक का सर्वांगीण विकास करना होता है बालक के सर्वांगीण विकास के परिवार, विद्यालय, शिक्षा एवं समाज का महत्वपूर्ण योगदान होता है। संवेगात्मक बुद्धि को समझने हेतु बुद्धि से आरम्भ करना होता है। संवेगात्मक बुद्धि (इमोशनल इंटेलिजेंस) स्वयं की एवं दूसरों की भावनाओं अथवा संवेगों को समझने, व्यक्त करने और नियंत्रित करने की योग्यता है। दूसरे शब्दों में, अपनी और दूसरों की भावनाओं को पहचानने की क्षमता, अलग भावनाओं के बीच भेदभाव और उन्हें उचित रूप से लेबल करना, सोच और व्यवहार मार्गदर्शन करने के लिए भावनात्मक जानकारी का उपयोग को संवेगात्मक बुद्धि (इमोशनल इंटेलिजेंस) कहते हैं। अपनी भावनाओं, संवेगों को समझना उनका उचित तरह से प्रबंधन करना ही भावनात्मक समझ है। व्यक्ति अपनी 'भावनात्मक समझ' का उपयोग कर सामने वाले व्यक्ति से ज्यादा अच्छी तरह से संवाद कर सकता है और ज्यादा बेहतर परिणाम पा सकता है। डेनियल गोलमैन की पुस्तक 'भावनात्मक बुद्धि' (मूवजपवदंस प्दजमससपहमदबम) ने इस शब्द को को सारे विश्व में प्रचलित कर दिया। इससे पहले बुद्धि लब्धि को ही सब कुछ माना जाता था। अब यह माना जाने लगा है कि एक अच्छी बुद्धि लब्धि वाला व्यक्ति अच्छी सफलता पा सकता है पर सबसे ऊपर पहुँचने के लिए भावनात्मक समझ का होना भी जरूरी है। अच्छी भावनात्मक समझ रखने वाला व्यक्ति कभी भी क्रोध और खुशी के अतिरेक में आ कर अनुचित कदम नहीं उठाता है।

बुद्धि को सीखने की क्षमता कहा जाता है। अधिक बुद्धि वाला व्यक्ति अधिक गहनता एवं शीघ्रता से सीखने में योग्य होता है। इसके अतिरिक्त इसे 'अमूर्त चिन्तन' के रूप में भी जाना जाता है जिससे परिस्थितियों को समझने में प्रत्ययों एवं संकेतों का प्रभावी उपयोग विशेष तौर पर समस्याओं के समाधान में आंशिक एवं मौखिक संकेतों के द्वारा किया जाता है। कोई भी व्यक्ति, अधिकारी अपने कार्यक्षेत्र में तब ही सफल होता है जब वह अपने मित्रों, सहयोगियों एवं अधिकारियों की समस्याओं एवं परेशानियों को समझ कर उनके साथ व्यावहारिक रूप से पेश आता है। व्यक्ति के व्यावहारिक रूप को निर्मित करने में संवेगात्मक बुद्धि की अहम भूमिका रहती है। संवेगात्मक बुद्धि द्वारा व्यक्ति में अंतर वैयक्तिक जागरूकता एवं प्रबंधन का गुण विकसित होता है। संवेगात्मक बुद्धि किसी व्यक्ति में संवेगात्मक योग्यता तथा संवेगात्मक कौशल विकसित करती है, जिससे संवेगात्मक सम्बन्धों के निर्वाह में सहयोग प्राप्त होता है। संवेगात्मक बुद्धि को सार्वजनिक रूप में अधिकांश नेताओं के लिए प्रभावपूर्ण बातचीत और ठोस कौशल के लिए जाना जाता है। वे पूरी दुनिया को प्रेरित एवं प्रभावित करने के लिए उनके साथ काम कर सकते हैं। वे अपने तरीके से दूसरों के लिए कुछ समानता निर्मित कर सकते हैं। बुद्धि के स्वरूप को स्पष्ट करते हुए बैसलर ने बताया है कि बुद्धि अनेक शक्तियों का

समुच्चय है जिसके आधार पर व्यक्ति में प्रयोजनपूर्वक कार्य करने, तर्कपूर्वक सोचने और अपने वातावरण (पर्यावरण) के प्रति उचित प्रकार से व्यवहार करने की समुच्चय योग्यता विकसित होती है। जिससे बुद्धिमान व्यक्ति अनुभव को प्रभावपूर्वक प्रयोग करता है, अधिक लम्बे समय तक अपने ध्यान को लगाये रखने में समर्थ होता है, एक नवीन अपरिचित परिस्थिति के साथ अधिक तेजी, कम असमंजस्य एवं कम गलतियों के साथ अनुकूलन करता है। संवेगात्मक बुद्धि व्यक्तित्व के महत्वपूर्ण गुणों का एक समूह है जिसके आधार पर व्यक्तियों की तुलना की जा सकती है। संवेगात्मक बुद्धि को आंतरिक प्रतिक्रिया, पस्थितिजन्य प्रतिक्रिया एवं आनुवांशिक प्रतिक्रिया के विकास की तुलना में ज्ञानात्मक प्रक्रिया के स्मृति, बोध, तार्किकता एवं समस्या समाधान के मध्यस्थ के रूप में समझा जा सकता है जिसे संवेगात्मक व्यवहार का उच्च रूप माना जाता है। जिसके आधार पर संवेगात्मक ज्ञान में अधिकता होती है जिससे संवेगात्मक व्यवहार में विभिन्नता दृष्टिगत होती है। डेनियल गोलमैन ने ब्रेन साइंस: एक बायोलॉजी की वर्तमान खोज" पुस्तक लिखी है जिसमें उन्होंने यह बताया है कि हम लोग एक-दूसरे से तार द्वारा इस प्रकार से जुड़े रहते हैं कि हमारे जीवन के प्रत्येक पहलू पर तथा प्रत्येक संबंध पर इसका गहरा प्रभाव पड़ता है व्यवहार का विशैला प्रभाव व्यक्ति को क्रोधी, ईष्यालु, कुण्ठित एवं अशिष्ट बना देता है जबकि पौष्टिक (बलवर्द्धक) व्यवहार व्यक्ति को सम्माननीय, प्रामाणिक एवं योग्य बनाता है। ऐसा देखा जाता है कि बहुत से व्यक्ति अपना व्यवसाय खो देते हैं, मित्र खो देते हैं, जीवन साथी खो देते हैं क्योंकि उनमें संवेगात्मक असामर्थ्य होता है जिससे विषैला व्यावहारिक संबंध विकसित होता है तथा अन्य कारण भी इसके साथ मिल जाते हैं जबकि पौष्टिक व्यवहार द्वारा व्यक्ति में संवेगात्मक बुद्धि का सही रूप विकसित होता है जिससे उनके अधिक मित्र होते हैं, वे अपने व्यवसाय में अधिक सफल होते हैं तथा अधिक सुखी जीवनयापन करते हैं।

यह एक सार्वभौमिक सत्य है कि हम सभी संवेगात्मकता के लिए बनाये गये हैं और हमारे चारों ओर जो लोग हैं उनके सोच मस्तिष्क से मस्तिष्क द्वारा एक दूसरे से जुड़े होते हैं। हमारी दूसरों के प्रति अनुक्रिया तथा दूसरों की हमारे प्रति अनुक्रिया एक जैवकीय प्रभाव बनाता है तथा हार्मोन को हमारे हृदय से रक्षा तंत्र तक भेजता है जिसमें एक पौष्टिक (अच्छा) संबंध विटामिन की तरह कार्य करता है तथा बुरा संबंध जहर की तरह कार्य करता है। हम दूसरों की भावनाओं की उसी प्रकार पकड़ते हैं जैसे-सर्दी जुकाम पकड़ते हैं तथा अकेलापन या एकाकीपन तथा संवेगात्मक दबाव जीवन को संकुचित कर देता है जिससे विषैला व्यवहार विकसित हो जाता है। संवेगात्मक बुद्धि व्यक्तित्व के महत्वपूर्ण गुणों का एक समूह है जिसके आधार पर व्यक्तियों की तुलना की जा सकती है। संवेगात्मक बुद्धि को आंतरिक प्रतिक्रिया, पस्थितिजन्य प्रतिक्रिया एवं आनुवांशिक प्रतिक्रिया के विकास की तुलना में ज्ञानात्मक प्रक्रिया के स्मृति, बोध, तार्किकता एवं समस्या समाधान के मध्यस्थ के रूप में समझा जा सकता है जिसे संवेगात्मक व्यवहार का

उच्च रूप माना जाता है। जिसके आधार पर संवेगात्मक ज्ञान में अधिकता होती है जिससे संवेगात्मक व्यवहार में विभिन्नता दृष्टिगत होती है। नेन्सी कैन्टर तथा डेनियल गोलमेन ने संवेगात्मक बुद्धि हेतु निम्नलिखित पहलुओं को महत्वपूर्ण माना है-

1. परिस्थिति के अनुरूप निर्णय करना।
2. संवेदनशीलता रखना।
3. व्यवहार कुशलता प्रदर्शित करना।
4. दूसरों की भावनाओं को उचित प्रकार से समझना।
5. प्रतिकूल परिस्थितियों में धैर्य बनाये रखना।
6. अपने व्यवहार से दूसरों को प्रसन्न रखना।
7. जिंदगी में खुशी के पल ढूंढना।
8. संबंधों का सफलतापूर्वक निर्वहन करना।

सांवेगिक बुद्धि का संप्रत्यय बेहद लोकप्रिय हो गया है और जिन व्यक्तियों के पास यह क्षमता है, उन्हें मिलने वाले लाभों की वजह से सतत रूप से लोकप्रिय हो रहा है। इन लाभों में कुछेक निम्नानुसार हैं:-

1. यह व्यक्तियों के लिए न केवल चिंतन क्षमताओं का दोहन संभव बनाती है, बल्कि उन सूचनाओं और ताकतों का भी इस्तेमाल करती है जो संवेगों से प्राप्त होती हैं।
2. यह पारंपरिक धारणाओं जो कि कुछेक संदर्भों से संवेगों को त्यागने और अस्वस्थ दमन को प्रोत्साहित करती हैं, के विपरीत संवेगों के प्रति यथार्थवादी और व्यावहारिक दृष्टिकोण अपनाती है।
3. सतही जानकारी से परे, स्वयं और दूसरों की समझ को सुगम बनाती है।
4. सहानुभूति को प्रोत्साहित और सक्षम करती है ताकि पारस्परिक संवादों की गुणवत्ता में सुधार हो।
5. केवल संज्ञानात्मक बुद्धि और तकनीकी कौशल से परे जाकर प्रतिस्पर्धात्मक लाभ प्रदान करती है ताकि व्यक्ति विविध बुद्धियों का उपयोग करते हुए उत्कृष्टता और सफलता प्राप्त कर सके।
6. ऐसे संवेगों जिन्हें संबंधित व्यक्ति किसी विशेष स्थिति में अधिकाधिक अनुभूत करना चाहते हों या अवांछनीय मानकर उनसे पीछा छुड़ाना चाहते हों, के बारे में अधिक साधन और नियंत्रण की अनुमति देती है। इस तरह निजी संबंधों से लेकर पेशेवर संदर्भों और माहौल तक हमारे जीवन की विविध स्थितियों में सांवेगिक बुद्धि के लाभों के निहितार्थ है।

संवेगात्मक बुद्धि व्यक्ति को अपने समाज के अनुकूल समायोजन करने की प्रभाविता रखने, दूसरे लोगों के साथ प्रभावपूर्ण व्यवहार करने, दूसरों के साथ अच्छा आचरण अपने एवं उनसे मिल-जुलकर रहने में सहयोग प्रदान करती है जिससे व्यक्ति में व्यवहार कौशल विकसित होती है। इसे स्पष्ट करने हेतु कार्ल एलवेरेस्ट ने संवेगात्मक बुद्धि को पांच आयामों में वर्गीकृत किया है, जो निम्न है। कुछ या दूसरों के संदर्भ के साथ सभी मानवीय अन्तःक्रिया स्थान लेती है तथा एक के साथ अन्तःक्रिया करने के संदर्भ में विशेषज्ञता संबद्ध करती है। इसलिए इस कारण के अनुसार संवेगात्मक बुद्धि का अर्थ संदर्भ समझना, विभिन्न संदर्भों के मध्य एवं संदर्भों की इकाईयों के मध्य व्याप्त कठिन जानकारी को समझना तथा एक व्यक्ति के उद्देश्यों की प्राप्ति के विभिन्न संदर्भों में आचरण करने की जानकारी रखता है। जबकि दूसरे शब्दों में संवेगात्मक बुद्धि व्यवहार का अनुमान लगाती है जिससे कि हम संवेगात्मक बुद्धि के सूचक (संकेतांक) के रूप में

विभिन्न अनुसरण करने योग्य व्यवहार का उपयोग कर सकें। इस प्रकार शिक्षा व्यवस्था में संवेगात्मक बुद्धि की उपादेयता स्वतः स्पष्ट होती है।

निष्कर्ष:-

निष्कर्ष रूप में कहा जा सकता है कि आधुनिक शिक्षा में भावनात्मक बुद्धिमत्ता की भूमिका शैक्षणिक उपलब्धि से आगे बढ़कर छात्रों के समग्र विकास और कल्याण को आकार देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। सहानुभूति, लचीलापन और प्रभावी पारस्परिक कौशल को बढ़ावा देकर, शैक्षणिक संस्थान छात्रों को न केवल शैक्षणिक रूप से बल्कि उनके व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन में भी सफल होने के लिए आवश्यक उपकरणों से लैस कर सकते हैं। शैक्षिक ढांचे में भावनात्मक बुद्धिमत्ता को एकीकृत करने से न केवल अधिक सहानुभूतिपूर्ण और समावेशी सीखने का माहौल तैयार होता है, बल्कि छात्रों को 21 वीं सदी की लगातार विकसित होने वाली चुनौतियों में सक्षम जिम्मेदार वैश्विक नागरिक बनने के लिए भी तैयार किया जाता है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची:-

1. Barnes, M.L., & Sternberg, R.J. (1989): Emotional intelligence and decoding of nonverbal cues. *Intelligence*.
2. Coleman, Andrew (2008). *A Dictionary of Psychology* (3 संस्करण). Oxford University Press. ISBN: 9780199534067.
3. Feldman, D. A. (1999): *The Handbook of Emotionally Intelligent Leadership: Inspiring Others to Achieve Results, Leadership Performance Solutions Press, Falls Church, VA.*
4. Goleman, Daniel (1995): *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than I.Q.* New York: Bantam.
5. Goleman, D. (1998): *Working with Emotional Intelligence*, Bantam Books, New York.
6. Guilford, J.P. (1967): *The nature of intelligence*. New York: McGraw-Hill.
7. Guilford, J.P. & Hopener R. (1971): "The Analysis of Intelligence", New York, McGraw Hill, 1971.