P: ISSN NO.: 2321-290X RNI : UPBIL/2013/55327 VOL-5* ISSUE-4* December- 2017
E: ISSN NO.: 2349-980X **Shrinkhla Ek Shodhparak Vaicharik Patrika**

शिक्षण अधिगम प्रक्रिया में संवेगात्मक बुद्धि की भूमिका : एक अध्ययन

प्रवीण कुमार
शोध छात्र,
शिक्षा संकाय,
जे0वी0 जैन कालेज,
सहारनपुर

दिनेश कुमार शर्मा
विभागाध्यक्ष,
शिक्षा संकाय,
जे0वी0 जैन कालेज,
सहारनपुर

सारांश

प्रस्तुत शोध पत्र में शिक्षण अधिगम की प्रक्रिया में संवेगात्मक बुद्धि की भूमिका एवं विकास हेतु किये जाने वाले उपायो पर प्रकाश डाला जा रहा है। यद्यपि बालक जन्म के उपरान्त के प्रारम्भिक वर्षों में ही सामाजिक व संवेगात्मक कौशलों को काफी हद तक सीख लेता है। फिर भी यह कहना गलत नहीं होगा कि सामाजिक तथा संवेगात्मक कौशलों की प्रकृति जन्मजात न होकर अर्जित होती है। अर्थात बालक सामाजिक व संवेगात्मक कौशलों के साथ जन्म नहीं लेता है वरन् उन्हें सीखता है। इसीलिए कहा जा सकता है कि बालक के हृदय को शिक्षित करना उतना ही जरूरी होता है जितना बालक के मस्तिष्क को शिक्षित करना जरूरी होता है। सकारात्मक कहानियों को पढ़कर, आदर्श व्यक्तियों का अभिनय करके, अभिव्यक्ति के अवसर देकर, सुनने व ग्रहण करने की आदतों को प्रोत्साहित करके, सामुदायिक सेवाओं में भाग लेकर सामूहिक अधिगम समूहों में प्रतिभाग करके तथा संगीत, ध्यान व योग जैसी क्रियाओं से संवेगात्मक बुद्धि को प्रोत्साहित किया जा सकता है।

मुख्य शब्द : शिक्षण अधिगम, संवेगात्मक बुद्धि।

प्रस्तावना

सामान्यतः यह समझा जाता है कि व्यक्ति की सफलता एवं उपलब्धियाँ उसकी बुद्धि–लब्धि पर आधारित होती हैं। जिसकी बुद्धि–लब्धि अधिक होती है, सामान्यतः उसकी जिन्दगी की उपलब्धियाँ भी अधिक होती हैं, परन्तु आधुनिक शोधों से यह स्पष्ट हो गया है कि व्यक्ति को अपनी जिन्दगी में जो भी सफलता प्राप्त होती है उसका मात्र 20 प्रतिशत ही बुद्धि–लब्धि के कारण होता है और 80

प्रतिशत संवेगात्मक बुद्धि के कारण होता है। बुद्धि–लब्धि मापने के लिए प्रयुक्त किये जाने वाले अधिकांश परीक्षण शब्द भण्डार, शाब्दिक योग्यता, गणितीय योग्यता, स्मृति क्षमता, प्रत्यक्षीकरण व तार्किक शक्ति जैसी संज्ञानात्मक तत्वों के मापन तक सीमित रहते हैं। सफल व्यक्तियों के अध्ययनों से पता चलता है कि बुद्धि की यह अवधारणा पर्याप्त नहीं है। इस क्रम में संवेगात्मक बुद्धि के रूप में एक रोचक व जीवनोपयोगी चर्चा धीरे–धीरे काफी मुखर हुई है। संस्कृत में कहा गया है कि 'यस्तु क्रियावान पुरूषः सः विद्वानः' अर्थात् कार्य सिद्ध करने में कुशल व्यक्ति ही बुद्धिमान है। संवेगात्मक बुद्धि की अवधारणा में अपने व दूसरों के संवेगों को पहचानने, समझने व प्रबन्धित करने की बात कही जाती है। ऐसे व्यक्ति अपनी शक्तियों व कमजोरियों दोनो को पहचानते हैं तथा अपनी कमियों की भरपाई अपनी शक्तियों का उपयुक्तम ढंग से प्रयोग करके करते हैं।

साहित्यावलोकन

एस0 रमेश, एच0 सैम्युअल थावराज एवं डी0 रामकुमार (2016) ने महाविद्यालय स्तर के छात्रों की शैक्षिक सम्प्राप्ति एवं संवेगात्मक बुद्धि के स्तर के मध्य सम्बन्धों के अध्ययन हेतु भारत एवं विदेषों में हुए शोध अध्ययनों का समीक्षात्मक पुनरावलोकन किया। अध्ययन की प्राप्तियों में यह पाया गया कि उच्च शैक्षिक सम्प्राप्ति वाले छात्रों की संवेगात्मक बुद्धि का स्तर भी उच्च था। अतः शैक्षिक उपलब्धि एवं संवेगात्मक बुद्धि में धनात्मक सहसम्बन्ध पाया गया।

डा0 अरूणा कोलचैना (2014) ने अपने अध्ययन में प्रवासी विद्यार्थियों की अकादमिक उपलब्धि और संवेगात्मक बुद्धि के मध्य सम्बन्धों का अध्ययन किया। अध्ययन की प्राप्तियों में प्रवासी विद्यार्थियों की अकादमिक उपलब्धि एवं संवेगात्मक बुद्धि के मध्य सकारात्मक सहसम्बन्ध पाया गया। शोध से यह भी स्पष्ट हुआ कि विद्यार्थियों की संवेगात्मक बुद्धि के स्तर का उनकी सम्प्राप्ति अभिप्रेरणा पर भी सकारत्मक प्रभाव पड़ता है।

एरोक्या, मरयचेलवी, संगीता राजन (2013) ने अपने अध्ययन में संवेगात्मक बुद्धि को शैक्षिक उपलब्धि के प्रति सफल भविष्यकथनकर्ता के रूप में पाया। शोधकर्ताओं ने दावा किया कि संवेगात्मक बुद्धि विद्यालय, महाविद्यालय एवं विश्वविद्यालयों में छात्रों की सफलता का पूर्वकथन करती है। इस अध्ययन में संवेगात्मक बुद्धि के मापन हेतु एस0के0मंगल एवं शुभ्रा मंगल की संवेगात्मक बुद्धि अनुसूची का प्रयोग करते हुये स्नातक अंतिम वर्ष के विद्यार्थियों के न्यादर्श (300) की शैक्षिक उपलब्धि ज्ञात की गयी। चयनित न्यादर्श की संवेगात्मक बुद्धि के चार आयामों– अन्तरावैयक्तिक जागरूकता, अन्तर्वैयक्तिक जागरूकता, अन्तरावैयक्तिक प्रबन्धन, अन्तर्वैयक्तिक प्रबन्धन के साथ अलग अलग एवं समग्र रूप से भी संवेगात्मक बुद्धि के साथ शैक्षिक उपलब्धि सकारात्मक रूप से सम्बन्धित पायी गयी।

उद्देश्य

प्रस्तुत अध्ययन के मुख्य उद्देश्य इस प्रकार हैं,

1. संवेगात्मक बुद्धि की संक्रियात्मक परिभाषा प्रस्तुत करना।
2. संवेगात्मक बुद्धि के महत्व पर विचार करना।
3. संवेगात्मक बुद्धि के विकास हेतु किये जाने वाले उपायों के विषय में विचार करना।

संवेगात्मक बुद्धि की संक्रियात्मक परिभाषा

संवेगात्मक बुद्धि से तात्पर्य व्यक्ति विशेष की उस समग्र क्षमता (सामान्य बुद्धि से सम्बन्धित होते हुए भी अपने आप में स्वतंत्र) 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 अनुक्रियाएं कर सके जिनसे उसे दूसरों के साथ सामंजस्य स्थापित करते हुए अपना समुचित हित करने हेतु अधिक से अधिक अच्छे अवसर प्राप्त हो सके।

संवेगात्मक बुद्धि का महत्व

संवेगात्मक बुद्धि के महत्व एवं उपयोगिता को निम्न बिन्दुओं के माध्यम से स्पष्ट किया जा सकता है–

1. कोई व्यक्ति जीवन में कितना सफल होगा इसकी भविष्यवाणी करने हेतु संवेगात्मक लब्धि बुद्धि–लब्धि की तरह ही और बहुत सी परिस्थितियों में उससे अधिक सामर्थ्यवान सिद्ध हो सकती है। बुद्धिलब्धि का तो जीवन में मिलने वाली सफलताओं में केवल 20 प्रतिशत ही योगदान रहता है। शेष 80 प्रतिशत योगदान का श्रेय उसकी संवेगात्मक बुद्धि प्रारब्ध तथा उसके सामाजिक स्तर आदि को आता है।
2. देखा जाये तो व्यक्ति की बुद्धिलब्धि नहीं बल्कि उसकी संवेगात्मक लब्धि को ही पूरी तरह से उसके भविष्य के बारे में उद्घोषणा करने वाला सही प्रमाप माना जाता है। जिस व्यक्ति में यथेष्ट संवेगात्मक बुद्धि होती है वह जीवन में किसी भी क्षेत्र में इच्छित सफलता अर्जित कर सकता है।
3. संवेगात्मक बुद्धि के लिए सामान्य बुद्धि की तुलना में एक बात यह भी अधिक महत्वपूर्ण है कि इसे संवेगात्मक क्षमताओं में वृद्धि कर वांछित रूप से विकसित करने के प्रयास किये जा सकते हैं और फिर इस विकास के माध्यम से व्यक्तियों को अपना जीवन सुखमय और शांतिप्रद बनाने में सहायता की जा सकती है।
4. संवेगात्मक बुद्धि की अवधारणा को मात्र इसलिए नहीं सराहा जा सकता कि यह एक नवीनतम अवधारणा है बल्कि इसलिए कि यही एक ऐसी अवधारणा है जो बालकों और हम सभी के सामने आदर्श रखती है कि किस प्रकार हम अपने आपको समर्थ बनाये तथा सुखी रहें।
5. बुद्धि परीक्षणों तथा अच्छी तरह से निर्मित मानक उपलब्धि परीक्षणों के द्वारा भी जीवन क्षेत्रों में सफलता के सन्दर्भ में उचित भविष्यवाणी नहीं की जा सकती, परन्तु संवेगात्मक बुद्धि परीक्षण परिणाम यह करने का सामर्थ्य रखते हैं। यहां तक कि विद्यार्थी जीवन में मिलने वाली सफलता के पीछे बहुत कुछ सीमा तक विद्यार्थी विशेष की संवेगात्मक बुद्धि का ही हाथ रहता है।
6. कामकाज की दुनिया में भी सामान्य बुद्धि और यहां तक कि कार्य विशेष से सम्बन्धित निपुणता तथा दक्षताओं की तुलना में वांछित सफलता प्राप्त कराने में भी संवेगात्मक बुद्धि का ही अधिक योगदान पाया जाता है। एक व्यक्ति चाहे जितना भी अपने कार्य में होशियार या दक्ष हो उसे प्रायः इसलिए अफसल होता हुआ पाया जाता है क्योंकि उसमें अपने आप से तथा दूसरों के साथ भली–भांति सामंजस्य स्थापित करने के लिए आवश्यक संवेगात्मक बुद्धि नहीं पाई जाती।
7. किसी भी संवेगात्मक बुद्धि उसे जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में वांछित सफलता प्राप्त करने के कार्य में अपने विभिन्न अवयवों एवं कारको के माध्यम से पर्याप्त मदद कर सकती है। अपने तथा दूसरों के संवेगो के प्रति सही जानकारी एवं सजगता, संवेगों का उचित प्रबन्ध और सम्बन्धों को ठीक प्रकार बनाये रखने जैसे कार्यो में संवेगात्मक बुद्धि विशेष रूप से सहायक सिद्ध होती है। जीवन में अगर कोई बात कहीं भी किसी की सफलता में अधिक से अधिक सहायक हो सकती है वह उसमें दूसरों के साथ अच्छे सम्बन्ध बनाये रख सकने की योग्यता ही है और इस बात से उसकी संवेगात्मक बुद्धि ही उसकी सबसे अधिक सहयोगी सिद्ध होती है।

इस प्रकार हम पाते हैं कि आज घर, विद्यालय, चिकित्सालय, सामाजिक एवं सांस्कृतिक मंच, परामर्श एवं निर्देशन सेवायें, औद्योगिक एवं व्यापारिक प्रतिष्ठान, प्रबन्धन क्षेत्र आदि कोई भी ऐसा स्थान नहीं जहाँ कामकाज की दुनिया में संवेगात्मक बुद्धि के महत्व को स्वीकार नहीं गया हो।

संवेगात्मक बुद्धि के विकास हेतु उपाय

संवेगात्मक बुद्धि के विकास हेतु सुझाये जाने वाले उपायों के क्षेत्र में मारजियाह पेंजू का नाम प्रमुख है, जिन्होंने कक्षा में संवेगातमक बुद्धि बढ़ाने के लिए सात व्यूहरचनाओं का जिक्र किया है। उसके द्वारा इन सात व्यूह रचनाओं को संक्षिप्ताक्षर **(ELEVATE)** के रूप

P: ISSN NO.: 2321-290X RNI : UPBIL/2013/55327 VOL-5* ISSUE-4* December- 2017
E: ISSN NO.: 2349-980X **Shrinkhla Ek Shodhparak Vaicharik Patrika**

में प्रस्तुत किया गया है। इन सातों कौशलों की अत्यन्त संक्षेप में चर्चा की जा रही है।

E- Environment for Learning (अधिगम के लिए वातावरण)

कक्षा में सीखने के लिए सुरक्षित व अनुकूल माहौल बनाना।

L- Language of Emotions (संवेगों की भाषा)

छात्रों के द्वारा संवेगों की अभिव्यक्ति व प्रत्यक्षीकरण को भलीभांति जानना सीखना।

E- Establish Relations (सम्बन्धों का बनाना)

कक्षा में छात्रों के द्वारा परस्पर सम्बन्धों को बनाना व बनाये रखना।

V- Validating Feelings (भावनाओं का वैधकरण)

छात्रों के तनाव को कम करने के लिए उनकी भावनाओं को सही ढंग से समझना।

A- Active Engagement (सक्रिय प्रतिभाग)

विभिन्न विद्यालयी क्रियाकलापों में छात्रों के सक्रिय प्रतिभाग को प्रोत्साहित करना।

T- Thinking Skills (चिन्तन कौशल)

अधिगम प्रक्रिया में उच्च स्तरीय चिन्तन कौशलों को एकीकृत करना।

E- Empower Through Feedback (प्रतिपुष्टि द्वारा सशक्तिकरण)

छात्रों को उपयोगी प्रतिपुष्टि समय से देना।

छात्रों के द्वारा उपरोक्त वर्णित सातों कौशलों को अर्जित करने में अध्यापकों के द्वारा दिया गया प्रोत्साहन अत्यन्त महत्वपूर्ण होता है। परन्तु शिक्षक को न केवल इन सबका सैद्धान्तिक ज्ञान देना चाहिए वरन अभ्यास कराकर उन्हें इन कौशलों में आदतजन्य बनाना चाहिए जिसमें ये बालकों के चरित्र का एक स्वचालित तथा एकीकृत अंग बन जाये। इससे कालान्तर में छात्रों की संवेगात्मक बुद्धि में बढ़ोत्तरी हो सकेगी एवं वे अपनी शैक्षिक निष्पत्ति को भी बढ़ा सकेंगे। वस्तुतः तब ही एक सफल व आनन्दपूर्ण जीवन व्यतीत करने में समर्थ हो सकेंगे।

इसके अतिरिक्त गोलमैन तथा उसके सहयोगियों के द्वारा भी संवेगात्मक बुद्धि को बढ़ाने के लिए 22 दिशा निर्देश सुझाय गये हैं, जिन्हें सारणी–1 में प्रदर्शित किया जा रहा है –

सारणी–1

क्षेत्र (Area)	दिशा निर्देश (Guidlines)
(A) राह बनाना	1– अधिगमतकर्ता की आवश्यकताओं को जानना। 2– बालक को समझना। 3– आंकलनों को सावधानीपूर्वक प्रस्तुत करना। 4– सीखने वाले की पसन्द को अधिकतम करना। 5– बालकों के प्रतिभाग को प्रोत्साहित करना। 6– अधिगम लक्ष्यों को वैयक्तिक मूल्यों से जोड़ना। 7– अपेक्षाओं को समायोजित करना। 8– तैयारी का अनुमान लगाना।
(B) परिवर्तन का कार्य करना	9– प्रशिक्षकों व प्रशिक्षणार्थियों के बीच सकारात्मक सम्बन्ध बढ़ाना। 10– परिवर्तन को स्व–निर्देशित बनाना। 11– स्पष्ट लक्ष्यों का निर्धारण करना। 12– लक्ष्यों को सहज सोपानों में विभक्त करना। 13– अभ्यास के लिए अवसर प्रदान करना। 14– निष्पादन प्रतिपुष्टि देना। 15– आनुभाविक विधियों पर भरोसा करना। 16– सहयोग को बढ़ावा देना। 17– निर्देशों का प्रयोग करना। 18– अन्तर्दृष्टि को बढ़ाना। 19– वापसी को रोकना।
(C) बदलाव व परिवर्तन को बनाये रखने को प्रोत्साहित करना	20– कौशलों के प्रयोग को प्रोत्साहित करना। 21– अधिगम में सहायक संगठनात्मक संस्कृति विकसित करना।
(D) परिवर्तन का मूल्यांकन	22– मूल्यांकन करना

उपरोक्त उपायों के अतिरिक्त संवेगात्मक बुद्धि के विकास हेतु बालकों को प्रारम्भ से ही अपनी भावनाओं तथा संवेगों के ऊपर उचित नियन्त्रण रखने का प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए। नकारात्मक संवेग जैसे भय, पीड़ा, क्रोध, घृणा आदि के बारे में तो इस ओर और भी अधिक ध्यान दिया जाना चाहिए। यह भी महत्वपूर्ण है कि बालकों में संवेगात्मक बुद्धि के उचित विकास हेतु हम बड़ों को स्वयं अपने को एक ऐसे मॉडल के रूप में प्रस्तुत करना चाहिए जिसका अनुकरण कर बालक संवेगात्मक रूप से बुद्धिमान बन सके।

निष्कर्ष

संवेगो का सही, उपयोगी व प्रभावी ढंग से प्रबन्धन व नियंत्रण करने की योग्यता को संवेगात्मक बुद्धि कहा जाता है। किसी सुसमायोजित, सुखी तथा

सफल व्यक्ति के जीवन में सामान्य बुद्धि के स्थान पर संवेगात्मक बुद्धि अधिक महत्वपूर्ण तथा सार्थक सिद्ध होती है। बालकों में संवेगात्मक बुद्धि के प्रस्फुटन, प्रवर्तन तथा विकास के कार्य में उनके परिजनों, साथियों, शिक्षकों, पास–पड़ोस, विद्यालय तथा जनसंचार के साधनों के द्वारा तरह–तरह से महत्वपूर्ण भूमिका अदा की जा सकती है।

संदर्भ ग्रंथ सूची

1. *पेंजू, मारजियाह (2008), सेवेन सक्सेसफुल स्ट्रैटजीज़ टू परमोट इमोशनल इंटेलीजेन्स इन क्लासरूम, ब्लूम्सबरी पब्लिकेशन्स लन्दन, (51–65)।*
2. *सिंह, अरूण कुमार (2015), उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास पब्लिकेशसन्स, दिल्ली, (944–950) ।*
3. *गुप्ता, एस0पी0 (2014), उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान, शारदा पब्लिकेशन्स, इलाहाबाद, (292, 293, 302–307)।*
4. *मंगल, एस0के0 (2015), शिक्षा मनोविज्ञान, पी0एच0आई0 पब्लिकेशन्स, दिल्ली, (127–130)।*
5. *रमेश एस0, थावराज सैम्युअल, राजकुमार डी0 (2016) इंपेक्ट आफ इमोश्नल इन्टेलिजेन्स ऑन एकेडमिक अचीवमेन्ट ऑफ कालेज स्टूडेन्ट्स–ए रिव्यू, इन्टरनेशनल जर्नल ऑफ बिजनेस मैनेजमेन्ट एण्ड रिसर्च, 6 (2), (25–30)।*
6. *कोलचैना अरूणा (2014), इंपेक्ट आफ इमोश्नल इन्टेलिजेन्स ऑन एकेडमिक अचीवमेन्ट ऑफ एक्सपेट्रीएट कालेज स्टूडेन्टस इन दुबई, इन्टरनेशनल जर्नल ऑफ सोशल साइन्स एण्ड ह्यूमैनीटिज रीसर्च, 2 (2), (97–103)।*
7. *एरोक्या, मरयचेलवी, राजन संगीता (2013), द रिलेशनशिप बिटवीन इमोश्नल इन्टेलिजेन्स एण्ड द एकेडमिक परफारमेन्स अमगं फाइनल इयर अण्डर ग्रेजुएट्स, यूनिर्वसल जर्नल ऑफ साइकोलोजी, 1 (2), (41–45)।*
8. *गोलमैन, डेनियल (1998), वर्किंग विद इमोशनल इंटेलिजेन्स, बैटमैन बुक्स, न्यूयॉर्क।*