

# MEANING AND NATURE OF EMOTIONS

## विषय प्रवेश (Introduction)

संवेगात्मक विकास मानव वृद्धि और विकास का एक महत्त्वपूर्ण पहलू है। प्रेम, क्रोध, भय, घृणा आदि संवेग बच्चे के व्यक्तित्व और विकास में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। व्यक्ति का संवेगात्मक व्यवहार केवल उसकी शारीरिक वृद्धि और विकास को ही प्रभावित नहीं करता बल्कि बौद्धिक, सामाजिक, नैतिक और सौन्दर्यबोध के विकास पर भी यथेष्ट

प्रभाव डालता है। संवेगों की मानव जीवन में इस बहुमुखी उपयोगिता के कारण उनके बारे में पूरी तरह जानना अति आवश्यक हो जाता है। संवेग क्या है? इनका उद्गम (Origin) क्या है? इनका विकास कैसे होता है? व्यक्ति को ये किस प्रकार प्रभावित करते हैं? संवेगात्मक विकास को कौन-कौन से महत्वपूर्ण कारक प्रभावित करते हैं? संवेगों को किस प्रकार ठीक तरह प्रशिक्षित किया जा सकता है? इस प्रकार के कुछ प्रश्नों के उत्तरों के माध्यम से ही हम संवेगात्मक विकास की अवधारणा से परिचित होना चाहेंगे।

## संवेग क्या है? (What are Emotions?)

संवेग शब्द अंग्रेजी के इमोशन (Emotion) शब्द का हिन्दी रूपान्तर है। शब्द व्युत्पत्ति के अनुसार Emotion शब्द की उत्पत्ति लैटिन भाषा के शब्द Emovere से मानी जाती है जो 'उत्तेजित करने', 'हलचल मचाने', 'उथल-पुथल' या 'क्रान्ति उत्पन्न करने' जैसे अर्थों में प्रयुक्त होता है।

1. वुडवर्थ (Woodworth) ने इन अर्थों से प्रेरणा ग्रहण करके Emotion अर्थात् संवेग को निम्न शब्दों में परिभाषित करने का प्रयत्न किया है :

"संवेग किसी प्राणी की गतिमय और हलचलपूर्ण अवस्था है। व्यक्ति को स्वयं यह अपनी भावनाओं को उत्तेजनापूर्ण स्थिति प्रतीत होती है। दूसरे व्यक्ति को यह उत्तेजित अथवा अशांत मांस-पेशियों और ग्रन्थियों की एक क्रिया के रूप में दिखाई देती है।"

(Emotion is a 'moved' or 'Stirred up' state of an organism. It is a stirred up state of feeling, that is the way it appears to the individual himself. It is a disturbed muscular and glandular activity that is the way it appears to an external observer—Woodworth, 1945, p. 410.)

2. क्रो व क्रो (Crow and Crow) ने संवेगों की परिभाषा इस प्रकार से की है :

"संवेग वह भावात्मक अनुभूति है जो व्यक्ति की मानसिक और शारीरिक उत्तेजनापूर्ण अवस्था तथा सामान्यीकृत आंतरिक समायोजन के साथ जुड़ी होती है और जिसकी अभिव्यक्ति व्यक्ति द्वारा प्रदर्शित बाह्य व्यवहार द्वारा होती है।"

(Emotion is an affective experience that accompanies generalised inner adjustment and mental and physiological stirred up state in the individual and that shows itself in his overt behaviour—Crow & Crow, 1973, p. 83.)

3. चार्ल्स जी मोरिस (Charles G. Morris) ने संवेग की परिभाषा देते हुए लिखा है :

"संवेग एक ऐसी जटिल भावात्मक अनुभूति है जिसमें आंतरिक रूप से व्यक्ति को शारीरिक परिवर्तनों से गुजरना पड़ता है तथा जिसकी बाह्य अभिव्यक्ति विशेष व्यवहार प्रतिमानों या लक्षणों के रूप में होती है।"

(Emotion is a complex affective experience that involves diffuse physiological changes and can be expressed overtly in characteristic behaviour patterns—1979, p. 386.)

4. मैकडूगल (McDugall, 1949) ने मूल प्रवृत्तियों (Instincts) को जन्मजात प्रवृत्तियों मानते हुए उन्हें सभी प्रकार के संवेगों को जन्म देने वाला कहा है। उनके अनुसार मूलप्रवृत्तिजन्य व्यवहार के तीन पक्ष होते हैं :

- ज्ञानात्मक पक्ष (Cognitive Aspect)
- भावात्मक पक्ष (Affective Aspect)
- क्रियात्मक पक्ष (Conative Aspect)

उदाहरण के रूप में जब बच्चा किसी सॉड को अपनी ओर आता हुआ देखता है तब उसके मूलप्रवृत्तिजन्य व्यवहार में उपरोक्त तीनों पक्ष देखने को मिलते हैं। पहले तो वह सॉड का प्रत्यक्षीकरण करता है। यह जानकर कि यह सॉड

है उसे भय नामक संवेग की अनुभूति होती है। इस अनुभूति के परिणामस्वरूप वह भाग कर अपनी प्राण-रक्षा करने का प्रयत्न करता है। इस प्रकार के उदाहरणों के आधार पर मेंकडूगल ने यह निष्कर्ष निकाला कि मूलप्रवृत्तिजन्य उत्तेजना के समय होने वाली भावात्मक अनुभूति को ही संवेग कहा जाता है। उसने मुख्य रूप से 14 मूलप्रवृत्तियों की चर्चा की और स्पष्ट रूप से संवेगों को इन मूलप्रवृत्तियों से विकसित होते हुए दिखाया। कौन से संवेग के साथ कौन-सी मूलप्रवृत्तियाँ जुड़ी हैं, इसका ज्ञान तालिका 8.1 से हो सकता है:

तालिका 8.1 मूलप्रवृत्तियाँ एवं सम्बन्धित संवेग

क्रमांक S.No.	मूलप्रवृत्ति (Instinct)	सम्बन्धित संवेग (Emotion accompanying it)
1.	पलायन या भागना (Escape)	भय (Fear)
2.	युयुत्सा, युद्धप्रियता (Combat)	क्रोध (Anger)
3.	निवृत्ति (Repulsion)	घृणा (Disgust)
4.	जिज्ञासा (Curiosity)	आश्चर्य (Wonder)
5.	शिशुरक्षा (Parental)	वात्सल्य, स्नेह (Tender emotion, Love)
6.	शरणागति (Appeal)	विषाद (Distress)
7.	रचनात्मकता (Construction)	संरचनात्मक भावना (Feeling of creativeness)
8.	संचयप्रवृत्ति (Acquisition)	स्वामित्व की भावना (Feeling of ownership)
9.	सामूहिकता (Gregariousness)	एकाकीपन (Feeling of loneliness)
10.	काम (Sex, Mating)	कामुकता (Lust)
11.	आत्मगौरव (Self-assertion)	श्रेष्ठता की भावना (Positive self-feeling or Elation)
12.	दैन्य (Submission)	आत्महीनता (Negative self-feeling)
13.	भोजनान्वेषण (Food-seeking)	भूख (Appetite)
14.	हास (Laughter)	आमोद (Amusement)

इस प्रकार अपनी-अपनी परिभाषाओं के माध्यम से इन विद्वानों ने संवेग के अर्थ एवं उसकी प्रकृति पर प्रकाश डालने की कोशिश की है। इन सबके समन्वय से जो बात सामने आती है वह यही है कि किसी संवेग से अभिप्राय एक ऐसी विशेष भावात्मक अनुभूति से है जिसकी उपस्थिति का अहसास शरीर में भीतर होने वाले परिवर्तनों एवं बाहर दिखाई देने वाले विशेष लक्षणों से प्रतीत होता है तथा जिसके वशीभूत व्यक्ति एक विशेष प्रकार का व्यवहार करते हुए पाया जाता है।



## NATURE AND CHARACTERISTICS OF EMOTIONS

1. संवेगात्मक अनुभूतियों के साथ कोई-न-कोई मूल प्रवृत्ति अथवा मूलभूत आवश्यकता जुड़ी रहती है। (The emotional experiences are associated with some instincts or biological drives.) जब मूलभूत आवश्यकताओं की सन्तुष्टि होती है अथवा उसकी सन्तुष्टि में बाधा पड़ती है तो उस समय संवेग अपना-अपना कार्य प्रारम्भ कर देते हैं।

2. सामान्य रूप से संवेग की उत्पत्ति प्रत्यक्षीकरण के माध्यम से ही होती है। किसी भी संवेगात्मक अनुभूति के लिए पदार्थ या परिस्थिति के रूप में किसी सशक्त उद्दीपक (Strong Stimulus) की आवश्यकता होती है। शरीर में होने वाले सभी प्रकार के अनुकूल या प्रतिकूल परिवर्तनों द्वारा संवेगों की मात्रा और गति दोनों में ही तीव्रता आती है।

3. किसी भी संवेग के जाग्रत होने के लिए भावनाओं (Feelings) का होना आवश्यक है। भावनाओं का उफान ही उत्तेजनापूर्ण स्थिति पैदा करके व्यक्ति को कुछ करने के लिए मजबूर करता है। भावनाएँ जब इतनी अधिक बलवती हो जाती हैं कि वे व्यक्ति के मस्तिष्क को बेचैन कर उसे तत्काल कार्यवाही करने के लिए पूरी तरह उत्तेजित कर दें तब वे संवेग का रूप धारण कर लेती हैं। इस तरह कुछ-न-कुछ करने की वेगवती इच्छा संवेगात्मक अनुभवों की एक मुख्य विशेषता मानी जाती है।

4. प्रत्येक संवेगात्मक अनुभूति व्यक्ति में कई प्रकार के शारीरिक और शरीर सम्बन्धी परिवर्तनों को जन्म देती हैं। इनमें से कुछ को जिनकी अभिव्यक्ति बाह्य व्यवहार के माध्यम से होती है, आसानी से देखा जा सकता है। आँख की पुतलियों का फैलना, उनके डोरे लाल होना, चेहरा लाल होना, आँसू बहाना, हृदय और नाड़ी की गति धीमी अथवा तेज होना, गला रूँध जाना, शरीर के रोंगटे खड़े हो जाना, थर-थर काँपना, भागने का प्रयत्न करना अथवा संवेग जागृत करने के लिए उत्तरदायी व्यक्तियों या वस्तुओं पर आक्रमण करना आदि सभी इस प्रकार के परिवर्तन हैं। दूसरे प्रकार के वे परिवर्तन हैं जिन्हें आसानी से देखा नहीं जा सकता और जो शरीर के भीतर घटित होते हैं। रक्त संचार, पाचन, श्वसन आदि संस्थानों और ग्रन्थियों (Glands) की कार्यप्रणाली और क्षमता में अन्तर आ जाना इस प्रकार के परिवर्तनों के कुछ उदाहरण हैं। इस प्रकार के परिवर्तनों के माध्यम से यह पहचानना कि कौन व्यक्ति क्रोधित है, भयभीत है अथवा किसी अन्य संवेग का शिकार है, आसान होता है।

इन विशेषताओं के अतिरिक्त संवेगों के सम्बन्ध में कुछ और महत्वपूर्ण बातें कही जा सकती हैं जो निम्न हैं:

- (i) प्रत्येक जीवित प्राणी को संवेगों की अनुभूति होती है।
- (ii) व्यक्ति को अपनी वृद्धि और विकास की हर अवस्था में इनकी अनुभूति होती है।
- (iii) सभी व्यक्ति संवेगात्मक रूप से एक जैसे नहीं होते। संवेगों की मात्रा और अभिव्यक्ति के ढंग में पर्याप्त अन्तर पाया जाता है।
- (iv) एक ही संवेग विभिन्न प्रकार के उद्दीपन, चेष्टाओं, वस्तुओं और क्रियाओं के द्वारा जाग्रत किया जा सकता है।
- (v) संवेग तुरन्त ही जागृत हो जाते हैं परन्तु उनका अन्त धीरे-धीरे होता है। कोई भी संवेग एक बार जागृत होने पर काफी समय तक बना रहता है और जाते-जाते अपना प्रभाव संवेगात्मक मूड (Emotional Mood) के रूप में छोड़ जाता है।
- (vi) संवेगों में स्थानान्तरणता (Transferability) का गुण भी पाया जाता है। अपने अफसर से बिना अपराध-झिड़की या डॉट-फटकार खाने पर उत्पन्न क्रोध घर में बच्चों या पत्नी के साथ बुरा व्यवहार करने के रूप में अभिव्यक्त होता है।
- (vii) एक संवेग अपनी तरह के कई संवेगों को जन्म दे सकता है।
- (viii) संवेगों के जागृत होने और बुद्धि में ऋणात्मक सह-सम्बन्ध (Negative Correlation) पाया जाता है। तीक्ष्ण और कुशाग्र बुद्धि संवेगों की आँधी को रोकने का प्रयास करती है तो दूसरी ओर संवेगों का बहाव, बुद्धि सम्बन्धी दीवार को ढहाकर मनुष्य को कर्तव्यविमूढ़ तथा विवेकशून्य बना देता है।

