

Different stages of

# Emotional development

AND Emotional maturity

## भूमिका

### (INTRODUCTION)

बालक के संवेगात्मक विकास और व्यवहार के आधार हैं—उसके संवेग। प्रेम, हर्ष और उत्सुकता के समान अभिनन्दनीय संवेग उसके शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास में योग देते हैं, जबकि भय, क्रोध और ईर्ष्या जैसे निन्दनीय संवेग उसके विकास को विकृत और कुण्ठित कर सकते हैं। इस प्रकार, जैसा कि गेट्स व अन्य ने लिखा है—“बालक का संवेगात्मक व्यवहार उसके विकास के अन्य पहलुओं के अनुरूप होता है और उनसे उसका अन्तःसम्बन्ध होता है।”

“The development of emotional behaviour parallels and is interrelated with other aspects of a child's growth.”

—Gates and Others (p. 114)

संवेग, व्यक्ति को किसी कार्य को सीखने उसके सामाजिक, नैतिक, चारित्रिक विकास को प्रभावित करता है। संवेग, वास्तव में उपद्रव की अवस्था है। इसमें व्यक्ति सामान्य नहीं रहता। संवेग की परिभाषायें इस प्रकार हैं—

■ ■ 1. रॉस—“संवेग चेतना की वह अवस्था है जिसमें रागात्मक तत्व की प्रधानता रहती है।”

“Emotional state are those modes of consciousness in which the feeling element is predominant.”

—Ross

2. वैलेन्टीन—“जब रागात्मक प्रकृति का वेग बढ़ जाता है तभी संवेग की उत्पत्ति होती है।”

“When feelings become intense, we have emotions.”

3. बुडवर्थ—“संवेग, व्यक्ति की उत्तेजित दशा है।”

“Emotion is a moved or stirred-up state of the individual.”

4. जरशील्ड—“किसी भी प्रकार के आवेश आने, भड़क उठने तथा उत्तेजित हो जाने की अवस्था को संवेग कहते हैं।

“The term emotion denotes a state of being moved, stirred up or aroused in same way.”

—T. Jersfield

5. पी० टी० यंग—“संवेग मनोवैज्ञानिक कारणों से उत्पन्न सम्पूर्ण व्यक्ति के तीव्र उपद्रव की अवस्था है, जिसमें व्यवहार, चेतना, अनुभव और अभिव्यक्तियों के कार्य सन्निहित रहते हैं।

"Emotion is an acute disturbance of the individual as a whole, psychological in origin, involving behaviour, conscious experience and visceral functioning."—P. T. Young

इन परिभाषाओं से संवेगों की इन विशेषताओं की अभिव्यक्ति होती है—

- (i) संवेग की अवस्था में व्यक्ति सामान्य नहीं रहता, उत्तेजित होता है।
- (ii) संवेग में अनुभूति चेतन होती है और शारीरिक परिवर्तन होते हैं।
- (iii) संवेग मनोवैज्ञानिक परिस्थिति या उत्तेजक के कारण उत्पन्न होते हैं।

अतः स्पष्ट है—संवेग एक विशेष मानसिक दशा है जिसमें व्यक्ति की शारीरिक मानसिक दशा तथा व्यवहार में परिवर्तन होता है।

उक्त कथन के आधार पर हम कह सकते हैं कि विभिन्न अवस्थाओं में बालक का संवेगात्मक विकास और व्यवहार, शिक्षक के लिए विशेष अध्ययन का विषय है।

### शैशवावस्था में संवेगात्मक विकास (EMOTIONAL DEVELOPMENT IN INFANCY)

स्पिट्ज (Spitz) (*Child Development*, p. 141) ने लिखा है—“संवेग जन्म से ही विद्यमान नहीं रहते हैं। मानव-व्यक्तित्व के किसी भी अंग के समान उनका विकास होता है।” ब्रिजेज (Bridges) के अनुसार, “शिशु में जन्म के समय केवल उत्तेजना होती है और 2 वर्ष की आयु तक उसमें लगभग सभी संवेगों का विकास हो जाता है।”

शिशु के संवेगात्मक विकास अर्थात् संवेगात्मक व्यवहार के विकास के सम्बन्ध में निम्न बातें उल्लेखनीय हैं—

1. शिशु अपने जन्म के समय से ही संवेगात्मक व्यवहार की अभिव्यक्ति करता है उसका रोना, चिल्लाना और हाथ-पैर पटकना इस बात का प्रमाण है।
2. शिशु के संवेगात्मक व्यवहार में अत्यधिक अस्थिरता होती है। उसका संवेग कुछ ही समय के लिए रहता है और फिर सहसा समाप्त हो जाता है; उदाहरणार्थ, रोता हुआ शिशु, खिलौना पाकर तुरन्त रोना बन्द करके हँसना आरम्भ कर देता है। जैसे-जैसे उसकी आयु बढ़ती जाती है, वैसे-वैसे उसके संवेगात्मक व्यवहार में स्थिरता आती जाती है।
3. शिशु के संवेगों में आरम्भ में अत्यधिक तीव्रता होती है। धीरे-धीरे इस तीव्रता में कमी होती चली जाती है, उदाहरणार्थ, 2 या 3 माह का शिशु भूख लगने पर तब तक रोता है; जब तक उसको दूध नहीं मिल जाता है। 4 या 5 वर्ष का शिशु इस प्रकार का व्यवहार नहीं करता है।
4. शिशु के संवेगात्मक विकास में क्रमशः परिवर्तन होता चला जाता है; उदाहरणार्थ, शिशु आरम्भ में प्रसन्न होने पर मुस्कराता है। कुछ समय बाद वह अपनी प्रसन्नता को हँसकर, विभिन्न प्रकार की ध्वनियाँ उत्पन्न करके या बोलकर व्यक्त करता है।
5. शिशु के संवेगों में पहले अस्पष्टता होती है, पर धीरे-धीरे उसमें स्पष्टता आती जाती है; उदाहरणार्थ, जन्म के बाद प्रथम 3 सप्ताहों में उसकी चिल्लाहट से उसका संवेग स्पष्ट नहीं होता है। गेसेल (Gesell) ने अपने परीक्षणों के आधार पर बताया है कि 5 सप्ताह के शिशु की भूख, क्रोध और कष्ट की चिल्लाहटों में अन्तर हो जाता है और उसकी माँ उनका अर्थ समझने लगती है।
6. जस्टिन (Justin) के अनुसार—3 वर्ष की आयु से शिशु में अपने साथियों के प्रति प्रेम का विकास हो जाता है और वह उनके साथ खेलता एवं हँसता है।
7. जोन्स (Jones) के अनुसार—2 वर्ष का शिशु, साँप से नहीं डरता है, पर धीरे-धीरे उसमें भय का विकास होता चला जाता है। 3 वर्ष की आयु में वह अंधेरे में, पशुओं से और अकेले रहने से डरता है। 5 वर्ष की आयु तक वह अपने भय पर नियंत्रण नहीं कर पाता है।
8. एलिस क्रो (Alice Crow) (p. 60) के अनुसार—शिशु अपने साथियों और बड़े लोगों के संवेगात्मक व्यवहार का अनुकरण करता है। उसे उन्हीं बातों से भय लगता है, जिनसे उनको लगता

है। वह क्रोध का क्रोध से और प्रेम का प्रेम से उत्तर देता है। वह अपनी माता और अपने किसी प्रिय साथी के अतिरिक्त और किसी के प्रति सहानुभूति प्रकट नहीं करता है।

9. स्किनर एवं हैरिमान (Skinner and Harriman) (pp. 158-159) के अनुसार—“शिशु का संवेगात्मक व्यवहार धीरे-धीरे अधिक निश्चित और स्पष्ट होता जाता है। उनके व्यवहार के विकास की सामान्य दिशा अनिश्चित और अस्पष्ट से विशिष्ट की ओर की होती है।”

# EMOTIONAL DEVELOPMENT DURING CHILDHOOD

## बाल्यावस्था में संवेगात्मक विकास (Emotional Development during Childhood)

जैसा कि ऊपर बताया गया है बाल्यावस्था के प्रारम्भ काल तक बच्चे में प्रायः सभी संवेगों का जन्म हो चुका होता है। अतः बाल्यावस्था में कोई नवीन संवेगों की उत्पत्ति न हो कर संवेग जागृत करने वाली परिस्थितियों और उद्दीपकों की प्रकृति और संवेगों को अभिव्यक्त करने के ढंग में परिवर्तन होते रहते हैं। इस दृष्टिकोण से बाल्यकाल में बच्चे में निम्न परिवर्तन दिखाई देते हैं :

1. शैशवावस्था में बच्चा बहुत स्वार्थी होता है। वह अपनी ही हित साधना में लीन रहता है। अतः इस अवस्था में बच्चे के संवेग प्रायः भूख, प्यास, नींद, माँ-बाप का स्नेह, खिलौनों की इच्छा आदि तत्काल आवश्यकताओं द्वारा ही संचालित होते हैं। लेकिन जैसे-जैसे वह बड़ा होता चला जाता है उसकी दुनिया भी बड़ी होती जाती है और अब उसके संवेग अनेक प्रकार के उद्दीपकों और परिस्थितियों द्वारा जागृत होना प्रारम्भ कर देते हैं। बालक के संवेगात्मक व्यवहार को स्कूल या वातावरण, हमजोलियों के साथ उसका सम्बन्ध और अन्य वातावरण सम्बन्धी कारक प्रभावित करते हैं। उसकी रुचियों और अनुभवों का क्षेत्र भी विस्तृत हो जाता है और इन नवीन रुचियों और अनुभवों से उसके संवेगात्मक व्यवहार को एक नई दिशा मिलती है। एक ओर जहाँ उसके संवेग नवीन उद्दीपकों से जुड़ जाते हैं वहाँ दूसरी ओर कुछ पुराने उद्दीपकों द्वारा संवेगों को जागृत करने की क्षमता प्रायः समाप्त हो जाती है। अब वह कपड़े पहनना अथवा स्नान करने में, हाथ-पैर पटकने जैसी चेष्टाएं नहीं करता और न अब उसे अपरिचितों से भय ही लगता है।
2. इस अवस्था में संवेगों की अभिव्यक्ति के ढंग में भी पर्याप्त परिवर्तन दिखाई देता है। शैशवावस्था में संवेगात्मक व्यवहार में आंधी और तूफान की सी गति होती है और यह प्रायः चीखने-चिल्लाने, हाथ-पटकने आदि गत्यात्मक क्रियाओं द्वारा व्यक्त होता है। लेकिन बाल्यावस्था और विशेष रूप से उसके आखिरी वर्षों में बालक अपने संवेगों की अभिव्यक्ति उचित माध्यम से करने का प्रयास करता है। संवेगात्मक रूप से अब उसमें कुछ स्थिरता एवं गम्भीरता आने लगती है। परिवर्तनों के मूल में कई कारण हैं, प्रथम तो

बाल्यावस्था में बालक को अपनी भावनाओं के प्रकाशन के लिए भाषा का माध्यम मिल जाता है, दूसरे अब वह अधिक सामाजिक हो जाता है और यह अनुभव करने लगता है कि अब उसे डरना या बातचीत में रोना अथवा गुस्सा होना शोभा नहीं देता। तीसरे, उसमें बुद्धि का पर्याप्त विकास हो जाने के कारण अब वह अपने संवेगात्मक उफान पर नियन्त्रण स्थापित करने में समर्थ बन जाता है।

इस प्रकार से बच्चा बाल्यकाल में पदार्पण करने के साथ संवेगात्मक स्थिरता और परिपक्वता की ओर बढ़ना प्रारम्भ करता है और बाल्यकाल की समाप्ति तक अपने इस ध्येय में बहुत कुछ सफलता प्राप्त कर लेता है।

# EMOTIONAL DEVELOPMENT DURING ADOLESCENT

## किशोरावस्था में संवेगात्मक विकास (Emotional Development during Adolescence)

किशोरावस्था में एक बार फिर संवेगात्मक सन्तुलन बिगड़ जाता है। इस समय संवेगों में आँधी और तूफान की सी गति और प्रचण्डता होती है। इसलिए किशोरावस्था को प्रायः तूफान और तनाव का समय माना जाता है। जीवन की किसी अन्य अवस्था में संवेगात्मक शक्ति का प्रवाह इतना भीषण नहीं होता जितना कि इस अवस्था में पाया जाता है। एक किशोर के लिए अपने संवेगों पर नियन्त्रण रखना बहुत कठिन होता है। यौनि-ग्रन्थियों के तेजी से क्रियान्वित होने और शारीरिक शक्ति में पर्याप्त वृद्धि हो जाने के कारण बाल्यावस्था में पाई जाने वाली संवेगात्मक स्थिरता और शान्ति भंग हो जाती है। वे संवेगात्मक दृष्टिकोण से बहुत चंचल और अस्थिर हो जाते हैं। शिशु की तरह किशोर क्षण में रुष्ट और क्षण में तुष्ट दिखाई देते हैं। जरा-जरा सी बात पर बिगड़ पड़ना, उत्तेजित हो जाना, निराश होकर आत्महत्या पर उतारू हो जाना, प्रथम दृष्टि में एक-दूसरे को दिल दे बैठना आदि किशोरों के संवेगात्मक व्यवहार की सामान्य विशेषताएँ हैं।

इन सब बातों को देखते हुए इस अवस्था में संवेगों को ठीक प्रकार प्रशिक्षित करने और संवेगात्मक शक्तियों को अनुकूल दिशा में प्रवाहित करने की अत्यन्त आवश्यकता है। हैडो रिपोर्ट (Hadow Report) ने इस आवश्यकता को निम्नलिखित शब्दों में व्यक्त करने का प्रयत्न किया है— “युवाओं की धमनियों में 11 से 12 वर्ष की अवस्था से ही एक ज्वार उमड़ना प्रारम्भ हो जाता है, इसे किशोरावस्था के नाम से पुकारा जाता है। यह ज्वार बाढ़ का रूप धारण कर सकता है परन्तु अगर इस प्रचण्ड जल प्रवाह को पूरी शक्ति के साथ अनुकूल दिशा में प्रवाहित किया जाए तो यह अपने निश्चित लक्ष्य पर पहुँच सकता है।” (Ross, 1951, p. 153)

## प्रौढ़ावस्था में संवेगात्मक विकास (Emotional Development During Adulthood)

प्रौढ़ावस्था में संवेगात्मक विकास अपनी चरम सीमा पर पहुँच जाता है। इस अवस्था में प्रायः सभी व्यक्तियों में संवेगात्मक रूप से परिपक्वता आ जाती है।

# MEANING OF EMOTIONAL MATURITY

## संवेगात्मक परिपक्वता का अर्थ (Meaning of Emotional Maturity) ✓

संक्षिप्त रूप में उस व्यक्ति को संवेगात्मक रूप से परिपक्व कहा जा सकता है जो अपने संवेगों पर उचित अंकुश रखते हुए उन्हें भली-भाँति अभिव्यक्त कर सके। ऐसे व्यक्ति में कुछ निम्न विशेषतायें पाई जाती हैं :

- (i) उसके व्यवहार में प्रायः सभी संवेगों के दर्शन हो सकते हैं और उनके द्वारा कब किस संवेग की अभिव्यक्ति हो रही है, इसका ज्ञान भी भली-भाँति हो सकता है।
- (ii) संवेगों की अभिव्यक्ति में भी पर्याप्त सुधार हो जाता है। अब वह अपने संवेगों की अभिव्यक्ति समाज के नियम और आचरण संहिता का ध्यान रख कर करने लगता है।



- (iii) वह अपने संवेगों पर अंकुश रख सकता है। अब वह व्यर्थ में ही नहीं उफन पड़ता। उसमें अपनी भावनाओं को छुपाने और संवेगात्मक उफान को नियन्त्रित करने की क्षमता आ जाती है।
- (iv) अब वह कोरी आदर्शवादिता के चक्कर में न पड़ कर अपना दृष्टिकोण अधिक से अधिक यथार्थवादी बनाने का प्रयत्न करता है। अपने स्वप्न संसार में न खो कर अब वह वास्तविक जीवन की कठिनाइयों का सामना करना चाहता है।
- (v) भावनाओं और संवेगों के प्रवाह में न बह कर अब वह अपनी बौद्धिक और मानसिक शक्तियों का ठीक प्रयोग करने लगता है।
- (vi) अब वह अपने गलत व्यवहार पर पर्दा डालने का प्रयत्न नहीं करता। न वह इसके लिए कोई तर्क या जिरह करता है और न दूसरों को इसके लिए उत्तरदायी ठहराना चाहता है।
- (vii) उसमें पर्याप्त आत्मसम्मान और स्वाभिमान होता है। वह कोई भी ऐसा कार्य नहीं करना चाहता जिससे उसके स्वाभिमान को ठेस लगे या आत्म-सम्मान पर आँच आए।
- (viii) वह मात्र अपने ही हित साधन में संलग्न नहीं रहता। वह दूसरों का ध्यान रखता है और सामाजिक सम्बन्धों को बनाए रखने का प्रयत्न करता है। समाज के नियमों और आचार संहिता के अनुकूल चलने का प्रयास करता है।
- (ix) वह अपने संवेगों को समय और स्थिति के अनुरूप ठीक प्रकार से व्यक्त करने में पूरी तरह समर्थ होता है। अगर उसके आत्म-सम्मान पर आँच आती है अथवा किसी निर्दोष व्यक्ति पर अत्याचार होता है तब समय की पुकार सुन कर उसमें क्रोधित होने का सामर्थ्य भी होता है। दूसरी ओर अगर उसे अपनी असावधानी और गलती के परिणामस्वरूप अपने से बड़ों से डांट-फटकार सुननी पड़ती है तब उसमें अपने क्रोध को काबू में रखने की भी यथेष्ट शक्ति पाई जाती है। परिपक्व संवेगात्मक व्यवहार में अधिक से अधिक स्थायीपन पाया जाता है। ऐसा व्यक्ति एक क्षण में कुछ तथा दूसरे क्षण में कुछ इस प्रकार का व्यवहार करता हुआ नहीं पाया जाता।

संवेगात्मक परिपक्वता का और अधिक पूर्ण अर्थ समझने के दृष्टिकोण से मैं यहाँ अर्थर टी० जरसिल्ड (Aurthur T. Jersild) को उद्धृत करना चाहूँगा। उनके अनुसार संवेगात्मक परिपक्वता का अर्थ मात्र प्रतिबन्ध या अंकुश लगाना नहीं है। विस्तृत अर्थ की ओर लक्ष्य करके वे लिखते हैं, "संवेगात्मक परिपक्वता द्वारा शक्तियों के विकास और उनकी अच्छी तरह उपयोग में ला सकने की बात कहनी चाहिए। अपने विस्तृत अर्थ में संवेगात्मक परिपक्वता यह संकेत करती है कि किस सीमा तक व्यक्ति ने अच्छी तरह जीने के लिए अपनी शक्तियों और योग्यताओं को पहचान कर उन्हें विभिन्न वस्तुओं का उपभोग कर सकने तथा दूसरों के साथ प्रेम और सहानुभूति दिखाने या सुख दुःख बाँटने आदि कार्यों में ठीक प्रकार से प्रयोग में लाना सीखा है। दुःख और विषाद के अवसर पर वह उपयुक्त शोक संवेदना व्यक्त कर सके और बिना किसी झूठमूठ बहाने का आश्रय लिए हुए भयभीत होने के समय अपनी डर की भावना को खुले रूप में व्यक्त कर सके, इस प्रकार की क्षमताओं का विकसित होना संवेगात्मक परिपक्वता का चिन्ह है।" (Skinner, 1968, p. 281) -

