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)