T.D.C - 1st

Psy - 1st Paper

संवेग EMOTION

संवेग एक ऐसा Term है जिसका अर्थ हम जानते हैं। क्रोध भय, खुशी हमारे जीवन के प्रमुख संवेग हैं। मनोवैज्ञानिकों ने संवेग को परिभाषित करने की कोशिश तो अवश्य ही की है, परंतु यदि यह जटिल अवस्था होती है। अतः मनोवैज्ञानिकों के बीच भी इसकी परिभाषा के बारे में पूर्ण सहमति नहीं है। Kelinginna & Kelinginna (1981) ने बताया कि अबतक संवेग कि 92 परिभाषाएं दी गई है, और इन परिभाषाओं में संवेग के भिन्न-भिन्न पहलुओं पर बल डाला गया है शायद यही कारण है, कि इन परिभाषाओं में आपस में अधिक सहमति नहीं है।

संवेग पद का अंग्रेजी रूपांतरण Emotion है, जो लैटिन शब्द Emovere से बना है। जिसका अर्थ उत्तेजित करना होता है। इस शाब्दिक अर्थ को ध्यान में रखते हुए तब यह कहा जा सकता है कि संवेग व्यक्ति की उत्तेजित अवस्था का दूसरा नाम है। इसी अर्थ में Geldard (1963) ने कहा कि - "संवेग क्रियाओं का उत्तेजक है।" लेकिन संवेग में सिर्फ उत्तेजित अवस्था ही नहीं होती बल्कि कुछ और प्रतिक्रियाएं भी होती है।

English & English (1958) के अनुसार - "संवेग एक जटिल भाव की अवस्था होती है जिसमें कुछ खास-खास शारीरिक एवं ग्रन्थीय क्रियाएँ होती है।"

Bason, Byrne and Kantowitz (1980) के अनुसार - संवेग से तात्पर्य एक ऐसी आत्मनिष्ठ भाव की अवस्था से होता है जिसमें कुछ शारीरिक उत्तेजन पैदा होता है और फिर जिसमें कुछ खास-खास व्यवहार होते हैं।

Santrock (2000) के अनुसार - "हमलोग संवेग को भाव जिसमें दैहिक उत्तेजन, चेतन अनुभूति तथा व्यवहारात्मक अभिव्यक्ति सम्मिलित होते हैं, के रूप में परिभाषित करते हैं।"

संवेग का विकास : Development of Emotion :→

मनुष्य भिन्न-भिन्न तरह के संवेगो जैसे - डर, क्रोध, व्यथा (distress), प्यार आदी दिखलाता है। ये सभी संवेग उसमे जन्म से ही नही होते है। व्यक्ति इन संवेगो को कैसे विकसित करता है, यह मनोवैज्ञानिको के लिए प्रारंभ से ही रूचिकर बिषय रहा। पहले के मनोवैज्ञानिको को ऐसा विश्वास था, कि जन्म के समय बच्चा मे कुछ खास संवेग मौजूद रहता है। इस सम्बन्ध मे सबसे पहला अध्ययन वाटसन (Watson (1924)) ने किया था। वाटसन तथा व्यवहारवादियो ने मिलकर नवजात शिशु कि क्रियाओ को कई दिनो तक प्रेक्षण (observation) किया और इनलोगो का यह निष्कर्ष था कि नवजात शिशु मे तीन तरह का संवेग स्पष्ट रूप से देखने को मिलता है। भय (fear) क्रोध तथा प्यार। वाटसन के अनुसार भय क्रोध प्यार या अनुराग व्यक्ति मे जन्म से ही मौजूद रहते है। डर के संवेग मे शिशु मे साँस लेने की क्रिया थम जाती है, आँख की पलके बंद हो जाती है, ओठ सिकुड जाते है तथा शिशु रोने लगता है। क्रोध के संवेग मे शिशु अपना शरीर थोड़ा कड़ा कर लेता है और हाथ और पैर फेकना प्रारंभ कर देता है। प्यार या अनुराग मे रोता हुआ शिशु रोना बंद कर देता है तथा हँसना प्रारम्भ कर देता है। वाटसन ने अपने प्रयोग के अधार पर यह भी बतलाया कि किन-किन उद्दीपको से शिशु मे इन संवेगो की उत्पति होती है। एक शिशु के तिव्र अवाज तथा ऊचाई से अचानक नीचे कि ओर गिरने से भय का संवेग होता है। जब उसके अंगो यानि हाथ पैर को पकड़कर उसके स्वतंत्र क्रियाओ को न होने देने दिया जाता तो इससे शिशुओ मे क्रोध उत्पन हो जाता है। और इसी तरह से जब शिशु के किसी अंग पर कोई व्यक्ति गुदगुदी करता है तो इससे प्यार या अनुराग का संवेग उत्पन होता है।

परन्तु बाद मे कुछ मनोवैज्ञानिको ने यह बतलाया है कि वाटसॉन का यह निष्कर्ष की जन्म से शिशु मे संवेग उपस्थित रहता है। उचित तथा वैज्ञानिक नही। शेरमैन तथा

शेरमेन ने 2-3 दिन तक नवजात शिशुओं का अध्ययन किया और वाटसॉन द्वारा बताये गये उद्दीपकों के सहारे उनमें संवेग उत्पन्न करने की कोशिश की इन शिशुओं में किसी तरह का संवेग नहीं होता है। इस क्षेत्र में कार्य कर रहे अन्य मनोवैज्ञानिकों ने भी वाटसन के इस विचार को गलत साबित किया है और बतलाया है कि नवजात शिशु में सिर्फ एक सामान्य तथा अस्पष्ट उत्तेजना होता है और इसी से बाद में अन्य संवेग विकसित होते हैं।

आजकल मनोवैज्ञानिकों ने अपने अध्ययन के आधार पर यह स्पष्ट कर दिया गया है की संवेग के विकास में मूल रूप से निम्नांकित दो कारकों का अधिक महत्व है.

परिपक्वता (Maturation)

सीखना (Learning)

परिपक्वता :— परिपक्वता एक महत्वपूर्ण कारक है जो संवेग के विकास को प्रभावित करता है। **सार्टेन** के अनुसार जीव में विकास तथा वर्धन का पूरा होना परिपक्वता कहलाता है। ऐसा देखा गया है की जन्म के बाद से परिपक्वता की क्रिया काफी तेज से बढती है और जैसे- जैसे परिपक्वता बढती जाती है, वैसे - वैसे शिशु में नये-नये संवेग भी विकसित होते जाते हैं। इस सम्बन्ध में सबसे प्रमुख अध्ययन एक महिला वैज्ञानिक जिनका नाम **ब्रिजेज** है, ब्रिजेज द्वारा किये गये इस अध्ययन में जन्म से लेकर 2 साल के उम्र तक के शिशुओं संवेग का अध्ययन किया और पाया की नवजात शिशु में सिर्फ सामान्य उत्तेजना पाया जाता है किसी प्रकार का संवेग नहीं 3 महीने के उम्र के होने पर व्यथा से ~~नहीं~~ ही तीन और संवेग विकसित होते हैं। हर्ष तथा व्यथा 6 महीने के उम्र में ही 3 और संवेग विकसित होते हैं। 12 महीने की आयु होने पर हर्ष से ही दो और संवेग विकसित होते हैं। 18 महीने की

की आयु होते-होते शिशुओं में ईर्ष्या तथा अन्य व्यक्तियों के प्रति अनुराग का विकास हो जाता है। 24 महीने के भीतर शिशु में परिपक्वता बढ़ने के साथ-साथ करीब करीब सभी प्रमुख संवेग का विकास हो जाता है। कुछ शिशुओं में परिपक्वता तेजी से होती है। फलस्वरूप संभव है की 12 महीने की आयु में ही उनमें उन संवेगों का भी विकास हो जाय जो 18 महिना की आयु होने पर एक सामान्य शिशु में होता है। **गुडएनफ** का विचार था कि चुकि ऐसे शिशु से अन्धे तथा बहरे होते हैं। अतः उन्हें दूसरों से संवेग की अभिव्यक्ति न तो देखने को मिलता है और न दूसरों से इसके बारे में कुछ जानने को ही मौका मिलता है। **गुडएनफ** ने अपने अध्ययन से एक 10 साल की लड़की जो जन्म से अंधी तथा बहरी थी, लड़की के संवेग का अध्ययन किया और पाया की यह की लड़की अपने आनन अभिव्यक्ति तथा हाव भाव द्वारा क्रोध, डर तथा खुशी आदि संवेग को आसानी से दिखा सकने में सफल हुई।

ब्रिजेज तथा गुडएनफ के अध्ययनों को ध्यान में रखते हुए यह कहा जा सकता है कि संवेग के विकास में परिपक्वता का विशेष ध्यान है। विटेकर के शब्दों में हमलोग इस निष्कर्ष पर पहुचते हैं कि संवेग का रवास-रवास प्रकार और बहुत सा हाव-भाव जिसके द्वारा इन संवेगों को हम दिखलाते हैं, जीवन के ~~प्रारम्भ~~ प्रारम्भिक समय में परिपक्वता द्वारा विकसित होते है

सीखना :— शिशु जैसे - जैसे बड़ा हो जाता है, उसे भिन्न प्रकार के व्यवहार को सीखना का अवसर मिलता है। फलतः वह नये - नये संवेगों की अभिव्यक्ति करना, उसपर पर्याप्त नियन्त्रण करना, सही - सही अर्थ लगाना आदि भी सिख लेता है। मनोवैज्ञानिकों ने अपने प्रयोग के आधार पर यह दिखलाया है कि बड़ा होने पर व्यक्ति में जो संवेग का विकास होता है, उसमे सीखना का हाथ अधिक तथा परिपक्वता का हाथ कम होता है। **वाटसन तथा रेनोर** ने एक बच्चा पर प्रयोग कर दिखलाया है कि किस तरह बच्चे मे अनुबन्धन द्वारा भय के संवेग का विकास होता है उनका एक प्रयोग अल्बर्ट नाम के बच्चे पर किया था। प्रयोग के समय अल्बर्ट का उम्र 11 महिने था वह जानवरों से विशेषकर उजले चुहो से डरता नही था यह तक की वह घंटे उजला क चुहो के साथ खेलता रहता था। प्रयोग मे चुहा अल्बर्ट के सामने लाया गया और जैसे ही उसे पकडने के लिये हाथ बढाया उसी वक्त चमाके की आवाज कर दी गई। इस प्रक्रिया को बार - बार दुहराया गया जिससे वह एक सप्ताह बाद अपेक्षा चुहो से डरना सिख गया। इस प्रयोग मे स्पष्ट हो जाता है कि बडा चुहा बच्चे मे संवेग का विकास सीखने की प्रक्रिया द्वारा भी होता है। संवेग मे सीखने की प्रक्रिया का महत्व भिन्न - भिन्न संस्कृति मे किये गये अध्ययनो से भी पता चलता है। भिन्न - भिन्न व्यक्तियों को संवेगों की अभिव्यक्ति भिन्न ढंग से करना सीखलाता है।

संवेग विकास मे परिपक्वता तथा सीखना दोनो का हाथ है। चूकि ये दोनो प्रक्रियाएँ एक - दूसरे पर निर्भर करती है तथा परस्पर सम्बन्धी है। अतः यह निश्चय रूप से कहना कठिन है कि संवेग के विकास मे कितना हाथ परिपक्वता का है तथा कितना हाथ सीखने का है। अतः संवेग के विकास मे परिपक्वता तथा सीखना दोनो का महत्व है। जीवन के प्रारम्भिक समय मे परिपक्वता का महत्व अधिक होता है परन्तु कुछ वर्षों बाद संवेग के विकास मे सीखना का महत्व अधिक हो जाता है।