



# INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

## माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावात्मक बुद्धि का एक अध्ययन

शोधकर्ता

राजकुमार गौतम

एम.एड. (चतुर्थ सेमेस्टर)

शिक्षाशास्त्र-विभाग

बाबासाहेब भीमराव अम्बेडकर

यूनिवर्सिटी, लखनऊ (उत्तर-प्रदेश)

शोध पर्यवेक्षक

डॉ. लालिमा

(सहायक प्रोफेसर)

शिक्षाशास्त्र-विभाग

बाबासाहेब भीमराव अम्बेडकर

यूनिवर्सिटी, लखनऊ (उत्तर-प्रदेश)

### सारांश

प्रस्तुत शोध माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावात्मक बुद्धि को समझने और इसका आकलन करने के उद्देश्य से किया गया। इस अध्ययन के माध्यम से यह जानने का प्रयास किया गया कि विद्यार्थी अपनी भावनाओं को किस प्रकार समझते हैं और कैसे नियंत्रित करते हैं तथा दूसरों की भावनाओं के प्रति व्यवहार कैसा होता है इसके अंतर्गत मानकीकृत उपकरण और उसमें दिए गए प्रश्नपत्रों के माध्यम से विद्यार्थियों उनकाकी भावात्मक बुद्धि का आकलन किया गया। अध्ययन हेतु लखनऊ जिले के माध्यमिक विद्यालय से 200 विद्यार्थियों का चयन किया गया। शोधार्थी ने विद्यार्थियों की भावात्मक बुद्धि को जानने हेतु ए.के.सिंह एवं श्रुति नारायण द्वारा भावात्मक बुद्धि मापनी एक मानकीकृत उपकरण का प्रयोग किया। इस अध्ययन में सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया और परिणाम से प्रदर्शित हुआ कि जिन विद्यार्थियों में भावात्मक बुद्धि का स्तर अच्छा होता है वह अपने व्यवहार, संबंधों और निर्णय लेने में अधिक संतुलित दिखाई देते हैं वहीं जिन विद्यार्थियों में भावात्मक समझ अपेक्षाकृत कम होता है तो उन्हें तनाव, गुस्सा और समायोजन में कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है। इससे यह निष्कर्ष निकलता है कि परिवार, विद्यालय का वातावरण, मित्र समूह तथा शिक्षकों का व्यवहार विद्यार्थियों की भावनात्मक बुद्धि को प्रभावित करते हैं, यदि विद्यार्थियों को सही मार्गदर्शन, सहयोग के साथ अपनी भावनाओं को व्यक्त करने का अवसर मिले तो उनकी भावात्मक बुद्धि को और अधिक विकसित किया जा सकता है।

## प्रस्तावना

शिक्षा शब्द संस्कृत के शिक्ष धातु में 'अ' प्रत्यय जोड़ने पर बना है जिसका अर्थ है-सीखने और सिखाने की प्रक्रिया। शिक्षा शब्द को अंग्रेजी में Education कहते हैं, Education शब्द लैटिन भाषा के Educatum शब्द से बना है, Educatum शब्द ए (E) और डूको (Duco) दो शब्दों से मिलकर बना है, ए (E) का अर्थ है-अंदर से तथा डूको का अर्थ-आगे बढ़ाना। शिक्षा का अर्थ बालक के अंतर्निहित शक्तियों को बाहर लाना ही शिक्षा है, शिक्षक का उद्देश्य केवल पुस्तक की ज्ञान प्राप्त कराना नहीं है बल्कि यह बालक के संपूर्ण व्यक्तित्व या सर्वांगीण विकास करना ही शिक्षा है। शिक्षा एक प्रक्रिया (Process) है, जो व्यक्ति के जन्म से लेकर मृत्यु-पर्यन्त निरन्तर चलती रहती है। अतः मनुष्य इस गतिशील प्रक्रिया के माध्यम से कुछ न कुछ 'सीखता' रहता है। यह मानव विकास का मूल साधन है। इससे व्यक्ति अपने जीवन में विकास की चरम सीमा तक पहुँचने की कोशिश करता है। सर्वप्रथम बालक की शिक्षा उसके परिवार से शुरू हो जाती है। माता ही उसकी प्रथम गुरु होती है। इसके बाद वह विद्यालयी शिक्षा ग्रहण करने के लिए जाता है, जहाँ वह शिक्षक के सम्पर्क में आकर शिक्षा ग्रहण करता है।

**स्वामी विवेकानंद के अनुसार-**“मनुष्य के अंतर निहित पूर्णता को अभिव्यक्त करना ही शिक्षा है।”

प्रत्येक मनुष्य के अंदर जन्मजात क्षमताएं, संभावनाएं और गुण विद्यमान होते हैं शिक्षक का वास्तविक उद्देश्य अंतर्निहित गुणों को पहचानना विकसित करना और उन्हें पूर्ण रूप से अभिव्यक्त करना ही शिक्षा है शिक्षा केवल जानकारी के लिए नहीं बल्कि यह मनुष्य के संपूर्ण व्यक्तित्व (शारीरिक,मानसिक,बौद्धिक व भावात्मक) के सभी स्तरों के विकास की प्रक्रिया है।

**महात्मा गांधी के अनुसार-**“शिक्षा का अर्थ शरीर मन और आत्मा का सर्वांगीण विकास।”

शिक्षा का उद्देश्य केवल ज्ञान प्रदान करना नहीं होना चाहिए बल्कि शिक्षा ऐसी हो जो व्यक्ति को शारीरिक रूप से स्वास्थ्य, मानसिक रूप से जागरूक और नैतिक रूप से मजबूत बनाएं।

## शिक्षा का लक्ष्य

शिक्षा का लक्ष्य बालक का सर्वांगीण विकास करने के साथ-साथ सामाजिक रूप से कुशल बनाना है। शिक्षा के द्वारा बालक को क्या सही है और क्या गलत है और उसे अपने जीवन में सही रास्ता चुनने की समझ प्रदान करती हैं।

- ( i ) ज्ञान और कौशल का विकास।
- ( ii ) अच्छा नागरिक बनाना।
- (iii) रोजगार योग बनाना।
- (iv) जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में सफलता प्रदान करना।
- ( v ) समाज को बेहतर बनाना।

## सार्वभौमिक विकास

शिक्षा का उद्देश्य बालक को केवल शिक्षित करना नहीं है, बल्कि उसके संपूर्ण व्यक्तित्व के विकास से है। जिसमें बालक के प्रत्येक पक्ष शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक व भावात्मक इत्यादि का विकास करती है तो शिक्षा का सार्वभौमिक विकास माना जाएगा। विद्यालयी जीवन में बालक द्वारा सीखी गई शिक्षा तभी सार्थक मानी जाती है जब उसके व्यवहार में सकारात्मक परिवर्तन देखने को मिलते हैं। शिक्षा में सार्वभौमिक विकास इसलिए महत्वपूर्ण हो जाता है क्योंकि बालक का जीवन आगे चलकर अनेक परिस्थितियों से घिरा हुआ होता है उसे कभी अपना जीवन निर्वाह करने के लिए शारीरिक श्रम करने पड़ते हैं तो कभी कठिन परिस्थितियों में बौद्धिक रूप से निर्णय लेने पड़ते हैं और वह अपनी भावनाओं को किस प्रकार से नियंत्रित करना सीख सके। यदि शिक्षा प्राप्त करते समय इन सभी तत्वों का ध्यान नहीं रखा गया तो बालक अपने जीवन की वास्तविक चुनौतियों का सामना करने में कठिनाई का अनुभव प्राप्त करेगा इसलिए शिक्षा में इन सभी तत्वों को सम्मिलित करना आवश्यक हो जाता है। सार्वभौमिक विकास में निम्न आयाम सम्मिलित होते हैं।

### ( i ) शारीरिक विकास

शिक्षा के साथ-साथ बालक का शारीरिक विकास होना बहुत जरूरी होता है इसलिए शिक्षक को चाहिए कि अपने पाठ्यक्रम में छोटे बच्चों को पढ़ाते समय खेल आधारित शिक्षण विधि का प्रयोग करना चाहिए और विद्यालय का परिवेश ऐसा होना चाहिए, जहाँ बच्चों के चारों ओर विभिन्न प्रकार की लिखित सामग्री (जैसे पुस्तकें, चार्ट, कैलेंडर, शब्द दीवारें, पोस्टर, लेबल) उपलब्ध हों। जिससे बालक स्वयं अपने आसपास के परिवेश को देखकर सीख सकें। इसके साथ विद्यालय में विभिन्न प्रकार के खेलों का आयोजन होना चाहिए जब विद्यार्थी नियमित रूप से विद्यालय में होने वाली शारीरिक गतिविधियों में भाग लेता है तो उसका संपूर्ण शरीर स्वस्थ रहता है रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ जाती है और थकान कम लगती है जिससे विद्यार्थी में कार्य करने की ऊर्जा का संचार होता है और किसी कार्य को मन लगाकर करता है जिससे उसमें आत्मविश्वास बढ़ जाता है। और वह जीवन की कठिन परिस्थितियों का सामना आसानी से कर सकता है शारीरिक विकास, सर्वांगीण विकास में नींव प्रदान करता है क्योंकि स्वस्थ शरीर के बिना जीवन में सफलता प्राप्त किया जाना असंभव माना जाता है।

### ( ii ) बौद्धिक विकास

बौद्धिक विकास से तात्पर्य बच्चों में सोचने समझने, तर्क करने और उचित निर्णय लेने की क्षमता को बढ़ाना शामिल है। इसलिए शिक्षक को चाहिए कि बच्चों को पढ़ाते समय उन्हें रटाने के बजाय समझने का मौका देना चाहिए। और जब भी शिक्षक क्लास में कोई प्रश्न पूछता है तो बच्चों को सोचने के लिए अवसर देना चाहिए और उसे अपने तरीके से सोच समझ कर उत्तर देने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए जिससे विद्यार्थियों में बौद्धिकता का विकास तीव्र गति से हो सकें। जब बालक 6 वर्ष का होता है तो उसके मानसिक योग्यता का लगभग विकास पूर्ण हो जाता है इसमें रुचि, जिज्ञासा, निर्णय और समस्या समाधान के गुण विद्यमान होने लगते हैं। ऐसे में शिक्षक को ऐसा परिवेश बनाना चाहिए जिसमें विद्यार्थी बिना डरे सीख सकें और खुलकर शिक्षक के समक्ष अपनी राय को व्यक्त कर सकें इसके साथ शिक्षक बच्चों को प्रतिदिन अभ्यास, चर्चा व समस्या समाधान जैसी गतिविधियां बच्चों के समक्ष प्रस्तुत कर नई चीजें जानने और खोजने का पूरा मौका देना चाहिए जिससे विद्यार्थियों में अधिकतम बौद्धिक विकास हो सके।

### (iii) भावात्मक विकास

शिक्षा का उद्देश्य विद्यार्थियों को केवल किताबों का ज्ञान देना नहीं होना चाहिए बल्कि उनके अंदर भावनाओं को समझने और उसका सही तरीके से व्यक्त करना भी आना चाहिए अर्थात् विद्यार्थी अपनी भावनाये जैसे-खुशी,दुख, गुस्सा,डर आदि को समझ सके और उसका उचित तरीके से उपयोग करना सीख सके तो इस प्रक्रिया को भावात्मक विकास कहा जाता है। इस प्रक्रिया में विद्यालय का वातावरण महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है यदि शिक्षक द्वारा कक्षा का वातावरण ऐसा बनाया जाए जहां पर बच्चे अपनी भावनाओं और विचारों को बिना डरे शिक्षक के सामने प्रस्तुत कर सकें तो ऐसे में उनका आत्मविश्वास बढ़ जाता है। जब शिक्षक विद्यार्थियों की बात को ध्यान से सुनते हैं और उसे समझने की कोशिश करते हैं और यदि कोई विद्यार्थी कक्षा में प्रश्न पूछता है तो उसे डांटने के बजाय सही तरीके से समझाते हैं तो विद्यार्थियों के अंदर शिक्षक के प्रति सुरक्षा और अपनापन का भाव महसूस होने लगता है। शिक्षक की यही प्रतिक्रिया विद्यार्थियों की भावात्मक विकास को मजबूत बनाती है। शिक्षक का अपने छात्रों के प्रति व्यवहार सबसे महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, एक अच्छा शिक्षक वही होता है जो विद्यार्थियों को पढ़ाने के साथ-साथ उचित मार्गदर्शन प्रदान करता है वह बच्चों की समस्याओं को समझता है और उन्हें सही दिशा भी देता है तो विद्यार्थी भी दूसरों के प्रति संवेदनशील बनते हैं। इसके अतिरिक्त बच्चों को खेल,समूह कार्य, नाटक कहानी सुनाना जैसी गतिविधियां भी भावात्मक विकास में मदद प्रदान करते हैं। शिक्षक द्वारा दिया गया समूह कार्य से बच्चे अपने सहपाठियों के साथ मिलकर काम करने और अपनी भावनाओं को व्यक्त करने तथा उनकी भावनाओं को समझना धीरे-धीरे सीखते हैं। विद्यार्थियों की भावात्मक विकास में विद्यालय और घर दोनों का समान रूप से सहयोग होना भी जरूरी होता है। यदि बच्चा घर पर कुछ कहता है तो माता-पिता द्वारा उसको सुनने के पश्चात उसके साथ अच्छा व्यवहार किया जाए तो बच्चों का भावात्मक विकास और बेहतर होने लगता है और यदि बच्चे को हर समय माता-पिता द्वारा डाटा या मारा-पीटा जाता है या उनकी भावनाओं को नजर अंदाज किया जाता है, तो बालक के मन में हीन भावना का विकास होने लगता है, जो उसे अंदर ही अंदर कमजोर बना देती है। और बालक बड़ा होकर अच्छा इंसान बनने के बजाय दबूपन का शिकार हो जाता है।

### भावात्मक बुद्धि

भावात्मक बुद्धि से आशय विद्यार्थी अपनी और दूसरों की भावनाओं को समझने के साथ भावनाओं को नियंत्रित करना सीखना और सही तरीके से व्यक्त करना ही भावात्मक बुद्धि है। विद्यार्थियों में भावात्मक बुद्धि का विकास धीरे-धीरे होता है जब विद्यार्थी अपनी भावनाओं की पहचान करना और उन्हें व्यक्त करना सीख जाता है तो वह बड़ा होकर अपने जीवन में अलग-अलग परिस्थितियों का बेहतर तरीके से सामना कर पाता है। विद्यार्थियों में भावात्मक विकास विकसित करने के लिए विद्यालय का ऐसा परिवेश होना चाहिए जहां पर विद्यार्थी खुद को सुरक्षित महसूस कर सके। और शिक्षक को ऐसा होना चाहिए कि वह बच्चों की भावनाओं को समझ ले कि बच्चा किस लिए परेशान है। एक अच्छा शिक्षक वही है जो विद्यार्थियों को सिर्फ पढ़ाता ही नहीं है बल्कि बच्चों की भावना को समझता भी है जब शिक्षक बच्चों के साथ सहानुभूति से पेश आता है तो बच्चे भी धीरे-धीरे दूसरों के प्रति संवेदनशील बनने लगते हैं। जिससे बच्चों में आपसी सहयोग,सम्मान, और समझदारी जैसे गुण विकसित होने लगते हैं। क्लास में होने वाली गतिविधियां बच्चों की भावनात्मक बुद्धि को बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है जैसे खेलकूद और समूह कार्य के जरिए बच्चे एक दूसरे से जुड़ते हैं और अलग-अलग परिस्थितियों को समझते हैं,जब बच्चे एक साथ मिलकर किसी कार्य को करते हैं यह किसी समस्या का

हल निकालते हैं तो वे अपनी भावनाओं को नियंत्रित करना और दूसरों की भावनाओं का सम्मान करना सीखने लगते हैं। और आगे चलकर अपने जीवन में कठिन परिस्थितियों को समझकर उचित निर्णय लेने की समझ उनमें विकसित हो जाता है।

## भावात्मक बुद्धि का महत्व

भावात्मक बुद्धि का महत्व आज के समय में बहुत महत्वपूर्ण हो गया है, पहले के समय में पढ़ाई का उद्देश्य विद्यार्थियों द्वारा अच्छे अंक लाना और किताबों का ज्ञान प्राप्त करना माना जाता था लेकिन अब आधुनिक युग में यह निश्चित हो गया है कि विद्यार्थियों के लिए केवल बौद्धिक विकास पर्याप्त नहीं है यदि बच्चों द्वारा अपनी भावनाओं को समझना और उनका उचित प्रयोग करना नहीं सीख पाते हैं तो वे आगे चलकर अपने जीवन में छोटी-छोटी समस्याओं के आने पर परेशान हो सकते हैं। विद्यालय जीवन में इसका महत्व अत्यधिक महत्वपूर्ण है क्योंकि कक्षा में अलग-अलग प्रकार के विद्यार्थी होते हैं जिनकी सोच और स्वभाव अलग-अलग होता है। ऐसे में यदि किसी बच्चे का भावात्मक बुद्धि का विकास अच्छा है तो वह दूसरों के साथ आसानी से घुल-मिल जाता है यदि शिक्षक बच्चों के साथ सहानुभूति और धैर्य के साथ पेश आते हैं तो विद्यार्थियों के अंदर भी वैसे ही व्यवहार के गुण आ जाते हैं भावात्मक बुद्धि का एक और महत्व यह है कि यह बच्चों को तनाव और दबाव से छुटकारा पाने में भी मदद करती है क्योंकि आज के समय में विद्यार्थियों में पढ़ाई का दबाव और प्रतियोगी परीक्षाओं को लेकर काफी तनाव रहता है ऐसे में जो बच्चे अपनी भावनाओं पर नियंत्रित करना जानते हैं तो वे तनाव में भी सही निर्णय ले पाते हैं और जल्दी निराश नहीं होते हैं, भावात्मक बुद्धि ही विद्यार्थियों को जीवन में अच्छा और एक सफल व्यक्ति बनती है।

## किशोरावस्था में भावात्मक बुद्धि का महत्व

किशोरावस्था जीवन का ऐसा चरण होता है जहां विद्यार्थियों में काफी तेजी से शारीरिक, मानसिक और भावात्मक परिवर्तन देखने को मिलते हैं इस उम्र में विद्यार्थी ना तो पूरी तरह बच्चे रहते हैं और ना ही पूरी तरह वयस्क बन पाते हैं इस समय उनके अंदर कई तरह की भावनाएँ एक साथ चलती रहती हैं-कभी गुस्सा, कभी खुशी, कभी उलझन तो कभी आत्म-संदेह आदि जैसी क्रियाओं का सामना करते रहते हैं। इस उम्र में दोस्तों और सामाजिक संबंधों का महत्व भी बढ़ जाता है, किशोर अक्सर अपने मित्रों की बातों से प्रभावित होते हैं या कभी-कभी मित्रों की दबाव में आकर गलत निर्णय भी ले लेते हैं लेकिन जिन विद्यार्थियों की भावात्मक बुद्धि विकसित होती है तो वे अपनी समझ के अनुसार सही या गलत का निर्णय ले पाते हैं। शिक्षा में भावात्मक बुद्धि काफी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है, इस समय पढ़ाई और प्रतियोगिता को लेकर विद्यार्थियों में काफी दबाव और भविष्य को लेकर चिंता भी बनी रहती है ऐसे में किशोर के अंदर काफी तनाव उत्पन्न होने लगता है, और जिन विद्यार्थियों की भावात्मक बुद्धि ज्यादा विकसित होती है, तो वे तनाव को बेहतर तरीके से नियंत्रित कर लेते हैं, वे असफलता से घबराने के बजाय उसे सीखने की कोशिश करते हैं और आगे बढ़ने की ओर अग्रसर होने लगते हैं, क्योंकि यह वह समय होता है जब विद्यार्थी अपने जीवन की सही दिशा तय करता है कि उसे आगे चलकर क्या बनना है इसलिए किशोरावस्था में भावात्मक बुद्धि और भी महत्वपूर्ण हो जाती है।

**( i ) आत्म जागरूकता के लिए महत्वपूर्ण** - भावात्मक बुद्धि आत्म जागरूकता के लिए महत्वपूर्ण है क्योंकि इससे विद्यार्थी स्वयं की भावनाओं की पहचान कर पाते हैं कि कब वह खुश हैं, कब वह दुखी हैं और कब वे गुस्से में हैं। जब विद्यार्थियों के अंदर इन सभी भावनाओं का ज्ञान हो जाता है तो वे खुद को बेहतर समझ पाते हैं।

**( ii ) भावनाओं पर नियंत्रण के लिए महत्वपूर्ण** - जब विद्यार्थियों के अंदर स्वयं की भावनाओं की पहचान करने की क्षमता विकसित हो जाती है तो वह कठिन परिस्थितियों में सोच समझकर निर्णय लेना सीख जाते हैं और जल्दबाजी में गलत निर्णय लेने या प्रतिक्रिया देने बचाव करती है।

**(iii) सही निर्णय लेने के लिए महत्वपूर्ण** - जब विद्यार्थी स्वयं की भावनाओं पर नियंत्रण करना सीख जाते हैं तो कोई भी निर्णय लेते समय विद्यार्थी काफी सोच विचार करने के पश्चात ही सही निर्णय लेते हैं।

**(iv) उपलब्धि स्तर सुधार के लिए महत्वपूर्ण** - यदि विद्यार्थियों में भावात्मक बुद्धि अच्छी होगी तो वे अपनी भावनाओं को समझ पाएंगे तथा उन पर नियंत्रण रख पाएंगे तथा वे शांत और खुश रहेंगे इसके साथ डर और तनाव से दूर होकर अपने आप को पढ़ाई पर केंद्रित कर पाएंगे जिससे उनकी शिक्षा में सुधार होगा और उपलब्धि स्तर बढ़ेगी।

जैसा कि अरोड़ा, ज्योति तथा वर्मा, सपना (2025) ने "भावात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षिक उपलब्धि के मध्य सम्बन्ध: एक समीक्षात्मक अध्ययन" विषय पर शोध किया और उन्होंने यह परिणाम निकाला कि भावात्मक बुद्धिमत्ता विद्यार्थियों की प्रेरणा, आत्म-नियंत्रण, तनाव प्रबंधन तथा सामाजिक समायोजन को प्रभावित करती है, जिसका प्रत्यक्ष प्रभाव उनकी शैक्षणिक उपलब्धि पर पड़ता है।

शर्मा, भुवनेश तथा शर्मा, दीपा (2025) ने "माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता का शैक्षणिक उपलब्धि पर प्रभावात्मक अध्ययन" पर शोध किया और उन्होंने यह परिणाम निकाला कि सरकारी व गैर सरकारी भावनात्मक परिपक्वता की शैक्षणिक उपलब्धि के विद्यार्थियों की बीच सार्थक अंतर नहीं है।

सिंह, रंजीत तथा गोस्वामी, सरिता (2024) ने "माध्यमिक स्तर के आदिवासी विद्यार्थियों के संवेगात्मक बुद्धि के संदर्भ में शैक्षिक उपलब्धि का अध्ययन" विषय पर शोध किया और उन्होंने यह परिणाम निकाला कि माध्यमिक विद्यालय के आदिवासी छात्रों के संवेगात्मक बुद्धि और शैक्षिक उपलब्धि के बीच सांख्यिकी रूप से महत्वपूर्ण संबंध मौजूद है।

शुक्ला, उपासना तथा वर्मा, अर्चना (2024) ने "शैक्षणिक प्रदर्शन और भावनात्मक बुद्धिमत्ता पर समीक्षा पत्र" पर शोध किया और उन्होंने यह परिणाम निकाला कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि के कई पहलुओं के बीच सकारात्मक संबंध है।

सिनसिनवार सिंह, सुरेंद्र तथा वर्मा, प्रतिभा (2023) ने "माध्यमिक स्तर के राजकीय विद्यालय के विद्यार्थियों की भावनात्मक बुद्धि का उनकी शैक्षिक उपलब्धि पर प्रभाव" पर शोध किया और उन्होंने यह परिणाम निकाला कि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावात्मक बुद्धि का उनकी शैक्षिक उपलब्धि पर कोई सार्थक प्रभाव नहीं पड़ता।

चौहान, धीरेंद्र तथा द्विवेदी, संतोष कुमार (2023) ने "रीवा जिले के उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्यनरत विद्यार्थियों के सांवेगिक बुद्धि एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य सहसंबंध का अध्ययन" पर शोध किया है और उन्होंने यह परिणाम निकाला कि विद्यार्थियों की संवेगात्मक बुद्धि एवं शैक्षिक उपलब्धि में सार्थक सहसंबंध के साथ-साथ कोई सार्थक अंतर नहीं है।

देवी, कुसुम (2021) में "भावात्मक बुद्धिमत्ता के संबंध में स्नातक छात्र-छात्राओं के बीच शैक्षिक चिंतन का एक अध्ययन" पर शोध किया है और उन्होंने यह परिणाम निकाला कि महिला छात्रों की तुलना में पुरुष छात्रों में उच्च शैक्षणिक चिंता के साथ-साथ भावात्मक में बुद्धिमत्ता भी है।

एस, चामुंडेश्वरी (2013) ने "उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि" पर शोध किया और उन्होंने यह परिणाम निकाला कि छात्रों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच सकारात्मक और महत्वपूर्ण सहसंबंध दर्शाते हैं।

## किशोरावस्था में भावात्मक बुद्धि को प्रभावित करने वाले कारक

किशोरावस्था में भावात्मक बुद्धि कई कारकों से मिलकर प्रभावित होती है जैसे कि परिवार, मित्र, विद्यालय, शिक्षक मीडिया, अनुभव इत्यादि जैसी भावनाएं विद्यार्थी जीवन में गहरा प्रभाव डालती हैं। यदि इन सभी को एक प्रारूप तरीके से सही दिशा में विकसित किया जाए तो विद्यार्थियों में भावात्मक विकास तीव्रतम गति से होगी।

( i ) **परिवार का वातावरण** - यदि विद्यार्थी के घर में माता-पिता अच्छे स्वभाव के हैं उसको घर में माता-पिता द्वारा प्यार सहयोग और उसकी बातों का सम्मान किया जाता है। तो विद्यार्थी अपनी भावनाओं को सही तरीके से समझना और उसे व्यक्त करना सीखता है इसके विपरीत यदि घर में लड़ाई-झगड़ा, तनाव या विद्यार्थी की बातों का माता-पिता द्वारा उपेक्षा किया जाता है तो विद्यार्थी अपने अंदर की भावनाओं को दबा देता है।

( ii ) **मित्र समूह** - विद्यार्थी जीवन में दोस्त बहुत प्रभाव डालते हैं यदि दोस्त सकारात्मक सोच के साथ सहयोगी है और सही गलत का निर्णय लेना सीखाते हैं तो विद्यार्थी अपनी भावना पर नियंत्रण करना और दूसरों की भावनाओं का सम्मान करना सीख जाते हैं लेकिन गलत दोस्त मिल जाने पर विद्यार्थी जीवन पर बुरा प्रभाव पड़ता है उसमें गुस्सा आक्रामकता का प्रभाव देखने को मिलता है।

(iii) **विद्यालय और शिक्षक** - विद्यालय का वातावरण और शिक्षक का अपने छात्रों के प्रति व्यवहार विद्यार्थी जीवन में गहरा प्रभाव डालते हैं यदि शिक्षक अपने छात्रों के प्रति संवेदनशील है प्रायः वहां विद्यार्थियों की बातों को सुनता और समझता है और उनकी भावनाओं पर ध्यान देता है और छात्रों को सही दिशा प्रदान करता है तो विद्यार्थियों में भावात्मक बुद्धि का विकास तीव्र गति से होता है।

(iv) **इंटरनेट और सोशल मीडिया** - आधुनिक युग में मोबाइल इंटरनेट और सोशल मीडिया विद्यार्थी जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं सकारात्मक कंटेंट विद्यार्थी के भावात्मक विकास में सहायक प्रदान करते हैं जबकि नकारात्मक कंटेंट विद्यार्थियों की भावनाओं को गलत दिशा में ले जा सकते हैं।

( v ) **व्यक्तिगत अनुभव** - विद्यार्थी जीवन में खुशी, दुख, प्यार, सहयोग, सफलता, असफलता, धोखा यह सभी भावनाएं विद्यार्थी की भावात्मक विकास को प्रभावित करते हैं अच्छे अनुभव विद्यार्थियों के आत्मविश्वास को बढ़ाते हैं जबकि बुरे अनुभव विद्यार्थी के जीवन में सीख प्रदान करते हैं।

**(vi) जैविक और हार्मोनल परिवर्तन** - किशोरावस्था में हार्मोन परिवर्तन तीव्र गति से देखने को मिलते हैं जिससे विद्यार्थियों में भावनाएं तीव्र और अस्थिर हो जाते हैं इसलिए विद्यार्थी प्रायः कभी-कभी बिना कारण भी गुस्सा या उदासी महसूस करते हैं।

### किशोरावस्था में भावात्मक बुद्धि को बढ़ाने के लिए सुझाव

किशोरावस्था में भावात्मक विकास कई चरणों से होकर गुजरता है। और यह भावनाएं तीव्र गति से विकसित होते हैं यदि इन भावनाओं को एक सही दिशा में प्रदान किया जाए तो विद्यार्थी अपने जीवन में बेहतर प्रदर्शन कर सकते हैं। पढ़ाई में अच्छे होने से ही जीवन में सफलता नहीं मिलती बल्कि भावनाओं को समझना, खुद पर नियंत्रण रखना, दूसरों के साथ बेहतर संबंध स्थापित करना जीवन की असली सफलता की कुंजी है।

**( i ) भावनाओं की पहचान** - सबसे पहले शिक्षक को विद्यार्थियों को उनकी भावनाओं की पहचान कराना चाहिए यदि विद्यार्थी गुस्सा या उदास होते हैं तो इसके पीछे कारण क्या है यह जानना बहुत जरूरी होता है कारण जानने के पश्चात उनको अपनी भावनाओं पर नियंत्रण करना सीखना चाहिए जोकि भावात्मक विकास में अहम भूमिका निभाती हैं।

**( ii ) भावना को सही तरीके से व्यक्त करना** - कई बार विद्यार्थी डर वस अपनी भावनाओं को दूसरे के समझ उचित प्रकार से व्यक्त नहीं कर पाते हैं। इसलिए शिक्षक को ऐसा वातावरण का निर्माण करना चाहिए जहां पर विद्यार्थी बिना डरे सीख सकें और प्रायः अपनी भावनाओं को शिक्षक के समझ प्रस्तुत कर सकें। और दूसरों की भावनाओं को समझ सकें।

**(iii) उचित मार्गदर्शन** - शिक्षक द्वारा विद्यार्थियों को सही समय पर सही प्रतिक्रिया देना सिखाना चाहिए, कब किस समय कैसा निर्णय लेना है यह विद्यार्थी को शिक्षक द्वारा सिखाया जाए जिससे वे बड़े होकर अपने जीवन में उचित निर्णय ले सकें।

**(iv) परिवार व विद्यालय** - परिवार व विद्यालय दोनों का वातावरण सकारात्मक होना चाहिए यदि घर या विद्यालय में डर दबाव का परिवेश है तो विद्यार्थी अपनी भावनाओं को डर वस दूसरों के समक्ष नहीं व्यक्त कर पाएंगे और यदि उनकी भावनाओं को उचित प्रकार से समझा और सहयोग किया जाता है तो इससे विद्यार्थी का आत्मविश्वास बढ़ जाता है।

**( v ) दूसरों की भावनाओं का सम्मान** - शिक्षक को अपने विद्यार्थियों को अपनी भावनाओं पर नियंत्रण करने के साथ-साथ दूसरों की भावनाओं का सम्मान करना सिखाना चाहिए जिसके लिए शिक्षक विद्यालय में समूह कार्य, चर्चा और विभिन्न गतिविधियां शामिल करके विद्यार्थियों को दूसरों की भावनाओं को समझने का मौका मिल जाता है।

**(vi) समय के साथ उचित निर्णय लेना** - शिक्षक को विद्यार्थियों में तनाव व गुस्से में नियंत्रण करना सिखाना चाहिए और जब भी गुस्सा आए तो थोड़ा रुक कर और उसे पर सोच विचार करने के पश्चात निर्णय लेना जिससे वह जल्दबाजी में गलत निर्णय लेने से बच सकते हैं।

(vii) **सोशल मीडिया का सही प्रयोग** - आजकल सोशल मीडिया विद्यार्थी जीवन पर बहुत असर होता है। इसलिए उन्हें यह सिखाना जरूरी है कि वे क्या देख रहे हैं और उससे क्या सीख रहे हैं। सकारात्मक और प्रेरणादायक चीजों की ओर ध्यान देना उनकी सोच और भावनाओं को बेहतर बनाता है।

## निष्कर्ष

प्रस्तुत अध्ययन से यह निष्कर्ष निकलता है कि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में भावात्मक बुद्धि का विकास अलग-अलग स्तर पर पाया जाता है कुछ विद्यार्थी अपनी भावनाओं को समझते हैं जबकि कुछ विद्यार्थी को अभी मार्गदर्शन की आवश्यकता है। जिन विद्यार्थियों को परिवार और विद्यालय दोनों जगह से उचित सहयोग प्राप्त हुआ उन विद्यार्थियों की भावात्मक बुद्धि बेहतर थी और जिन विद्यार्थियों को यह सब नहीं मिला उनकी भावात्मक बुद्धि का विकास अपेक्षाकृत कम था अर्थात् अध्ययन से स्पष्ट होता है कि भावात्मक बुद्धि बच्चों में केवल जन्मजात से नहीं पाई जाती है बल्कि इसे उचित मार्गदर्शन अनुभव और अभ्यास के द्वारा विकसित किया जा सकता है इसलिए माध्यमिक स्तर पर भावात्मक बुद्धि के विकास पर ध्यान दिया जाना बहुत जरूरी है क्योंकि यह वह समय होता है जब विद्यार्थियों के व्यक्तित्व को एक मजबूत आकार प्रदान किया जाता है, जिससे उनके भविष्य की नींव प्रदान होती है।

## संदर्भ-सूची

1. अरोड़ा, ज. तथा वर्मा, स. (2025). भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षिक उपलब्धि के मध्य सम्बन्ध: एक समीक्षात्मक अध्ययन. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एजुकेशन, मॉडर्न मैनेजमेंट, एप्लाइड साइंस एंड सोशल साइंस. वॉल्यूम (7). पृ.सं. 127-130.
2. शर्मा, भु. तथा शर्मा, दी. (2025). माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता का शैक्षणिक उपलब्धि पर प्रभाव: एक अध्ययन. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ सोशल साइंस एंड एजुकेशन रिसर्च. वॉल्यूम 7(1). पृ.सं. 862-865.
3. सिंह, र. तथा गोस्वामी, स. (2024). माध्यमिक स्तर के आदिवासी विद्यार्थियों के संवेगात्मक बुद्धि के संदर्भ में शैक्षिक उपलब्धि का अध्ययन. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ क्रिएटिव रिसर्च थॉट्स. वॉल्यूम (12). पृ.सं. 332-339.
4. शुक्ला, उ. तथा वर्मा, अ. (2024). शैक्षणिक प्रदर्शन और भावनात्मक बुद्धिमत्ता पर समीक्षा पत्र. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ क्रिएटिव रिसर्च थॉट्स. वॉल्यूम (12).
5. सिनसिनवार, सु., स. तथा वर्मा, प्र. (2023). माध्यमिक स्तर के राजकीय विद्यालय के विद्यार्थियों की भावनात्मक बुद्धि का उनकी शैक्षिक उपलब्धि पर प्रभाव. अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता और शिक्षा पत्रिका. वॉल्यूम(3). पृ.सं. 28-30.
6. चौहान, धी. तथा द्विवेदी, सं. (2023). रीवा जिले के उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के संवेगिक बुद्धि एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य सहसंबंध का अध्ययन. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ लिटरेसी एंड एजुकेशन. वॉल्यूम 3(2). पृ.सं. 94 - 97.
7. देवी. कु (2021). भावनात्मक बुद्धिमत्ता के संबंध में स्नातक छात्र-छात्राओं के बीच शैक्षिक चिंतन का अध्ययन. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ अप्लाइड रिसर्च. वॉल्यूम 7(6). पृ.सं. 215-218 .
8. एस, च. (2013). उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि. अर्थशास्त्र और प्रबंधन विज्ञान में अकादमिक अनुसंधान की अंतर्राष्ट्रीय पत्रिका. वॉल्यूम (2). पृ.सं. 178-187.