SNEH TEACHERS TRAINING COLLEGE, JAIPUR
"Foster Emotional Intelligence in Youth Through Education" (ICFEIYE-2024)
DATE: 15 April 2024
International Advance Journal of Engineering, Science and Management (IAJESM)
Multidisciplinary, Indexed, Double-Blind, Open Access, Peer-Reviewed, Refereed-International Journal, Impact factor (SJIF) = 7.938

कार्यस्थल के वातावरण को सकारात्मक बनाने में भावात्मक बुद्धि का महत्व

नीतू बंसल, स्नेह शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय, जयपुर
डॉ अंजना अग्रवाल, संजय शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय, जयपुर

आज के प्रतिस्पर्धा भरी जीवन शैली ने मानव जीवन के प्रत्येक पहलू को प्रभावित किया है। फिर घर हो चाहे कार्यस्थल हर स्थान पर उसे अनचाहे तनाव का सामना करना पड़ता है ऐसे में भावात्मक बुद्धि की शक्ति न केवल हमारे काम करने के तरीके को नया आकार प्रदान करती है बल्कि कार्यस्थल पर सकारात्मक वातावरण विकसित करने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है ।

भावात्मक बुद्धि से तात्पर्य ,"अपनी भावनाओं को प्रतिबंधित करने एवं अपने आसपास के लोगों की भावनाओं को समझने की क्षमता से है"।,

भावात्मक बुद्धि के द्वारा कार्य स्थल के तनाव भरे वातावरण को न केवल सुखद बल्कि सौहार्दपूर्ण बनाया जा सकता है ,जिससे वहां काम करने वाले कर्मचारी अपने आप को मूल्यवान, सम्मानित और समर्थित महसूस करते हैं।जिसका सीधा असर उनके मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक रूप से पड़ता है और उनकी कार्य क्षमता में भी वृद्धि होती है।उनमें आत्म प्रेरणा की भावना को बढ़ावा मिलता है साथ ही तनाव के स्तर को कम करने एवं नौकरी संतुष्टि में सकारात्मक वृद्धि करने में भी सहायता मिलती है।

कार्यस्थल में भावात्मक बुद्धिमत्ता से तात्पर्य :-

"कार्यस्थल में भावात्मक बुद्धिमत्ता से तात्पर्य वहां काम कर रहे प्रत्येक व्यक्ति की भावनाओं एवं उसके विभिन्न पहलुओं को पहचानना,समझना और आत्म जागरूकता ,आत्म नियमन ,प्रेरणा ,अनुभूति और सामाजिक कौशल जैसे घटकों के संबंध से है"।

Quality Of Work... Never Ended...

भावात्मक बुद्धिमत्ता के माध्यम से हम कार्यस्थल में सकारात्मक वातावरण का निर्माण कर सकते हैं: -

भावात्मक बुद्धिमत्ता के माध्यम से सकारात्मक कार्य वातावरण का निर्माण

प्रभावी नेतृत्व के माध्यम से:-

भावात्मक बुद्धिमत्ता नेताओं को अपनी टीम के सदस्यों के साथ गहरे स्तर पर जोड़ने में सक्षम बनाकर प्रभावी नेतृत्व में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है कुछ भावात्मक बुद्धि वाले नेता अपने कर्मचारियों की भावनाओं और दृष्टिकोण को समझते हैं उनके साथ सहानुभूति रखते हैं ,विश्वास को बढ़ावा देते हैं और मजबूत रिश्ते बनाते हैं एवं ऐसा सकारात्मक कार्य वातावरण बनाते हैंजिससे कर्मचारी अपनी पूरी क्षमता तक पहुंचने के लिए मूल्यवान समर्थित और सशक्त महसूस करते हैं।
का वातावरण सकारात्मक ही होगा और वह अपने संगठन की उन्नति में अतुलनीय सहयोग करेगा।