



“शिक्षा के माध्यम से युवाओं में भावनात्मक बुद्धिमता को बढ़ावा देना”

Sonee Kumari, Research Scholar, Jayoti Vidyapeeth Women's University,
Jaipur

भावनात्मक बुद्धिमता:

भावनात्मक बुद्धिमता ऐसा कौशल है, जो व्यक्तियों को अपनी भावनाओं के साथ-साथ दूसरों की भावनाओं को पहचानने, समझने और प्रबंधित करने में सक्षम बनाता है। भावनात्मक बुद्धिमता की अवधारणा को पहली बार वर्ष 1990 में मनोवैज्ञानिक “पीटर सलोवी” और “जानडी मेयर” द्वारा प्रस्तुत किया गया था। जिन्होंने इसे “स्वयं” और दूसरों की भावनाओं को पहचानने और नियंत्रित करने की क्षमता के रूप में परिभाषित किया गया था। भावनात्मक बुद्धिमता या समझ भावनाओं का पर्याय न होकर भावनाओं के नियमन और उन्हें सही दिशा में निर्देशित करने का प्रयास है, ताकि स्वयं के साथ-साथ दूसरों को भी संतुष्टि मिले।

एक लोकप्रशासक को ना तो साहित्यकार की तरह भावनाओं में बहना चाहिए और ना ही वैज्ञानिक की तरह, निरपेक्ष बुद्धिसामत कार्यों पर जोर देना चाहिए।

अवधारणाएँ:

स्वयं की भावनाओं को पहचानने तथा दूसरों की भावनाओं को समझने, फिर ज्ञान का उपयोग कौशल व समझदार तरीके से निर्णयन व कार्य की दिशा में करने को भावनात्मक बुद्धि कहते हैं।

✓ क्या आप दूसरों की आवश्यकताओं के प्रति संवेदनशील हैं?

✓ क्या आप समझते हैं कि दूसरे लोगों को क्या प्रेरित करता है? यहां तक कि दूसरी पृष्ठभूमि के लोगों को भी?

ये प्रश्न व्यवहारिक मूल्यांकन उपकरण से लिए गए हैं, जिसे भावनात्मक व सामाजिक अभियोग्यता सूची कही जाती है। अर्थात्, आपकी सामाजिक और प्रशासनिक सफलता में आपका प्रभुत्व, भावनात्मक बुद्धिमता पर निर्भर करता है।

भावनात्मक बुद्धिमता वाले व्यक्ति:

- ❖ अपने सबल पक्षों का कहां इस्तेमाल करें और अपनी कमजोरियों की क्षतिपूर्ति कैसे करें, उसके बारे में जानते हैं।
- ❖ दूसरों की भावनाओं का ध्यान रखते हैं और उनके साथ सहानुभूति रखते हैं।
- ❖ सत्य निष्ठा और विश्वसनीयता के साथ विश्वास का निर्माण करते हैं।
- ❖ खुद की गलतियों को स्वीकार करते हैं और उनसे सीखते हैं।