AD EDUXIAN JOURNAL
A Quarterly Multidisciplinary Blind Peer Reviewed & Refereed Online International Journal
Google Scholar Indexing IF: 1.024
Vol (2), Issue (1), Feb-April 2025 ISSN: 3048-7951

# संवेगात्मक परिपक्वता एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य अंतर्संबंध: एक समीक्षात्मक अध्ययन

विजय शर्मा[1] और डॉ. शशि रंजन[2]

**Review:13/02/2025** **Acceptance:18/03/2025** **Publication: 11/05/2025**

सारांश

शिक्षा विद्यार्थी के केवल शैक्षिक विकास तक ही सीमित नही है, बल्कि वह विद्यार्थी का मानसिक सामाजिक, संवेगात्मक विकास भी करती है। संवेगात्मक परिपक्वता वह क्षमता है जब व्यक्ति अपनी भावनाओं को नियंत्रित करना सीख लेता है चाहे परिस्थिति कैसी भी हो, वह अपने संवेगों का सही प्रबंधन करना जानता है और अपने लक्ष्य को प्राप्त करता है। परन्तु क्या आज के आधुनिक युग में विद्यार्थी अपने संवेगों को नियंत्रित कर पा रहे है? क्या विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता उनकी शैक्षिक सफलता को प्रभावित कर रही है? संवेगात्मक परिपक्वता के अभाव में विद्यार्थियों में अनैतिक मूल्य तो विकसित नहीं हो रहे है? या इसके विपरीत जिन विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता पाई जाती है, वह विद्यार्थी निरंतर प्रगति के पथ पर अग्रसर है एवं समाज उन्हें पसंद करता है तथा वे समाज के साथ मजबूत सम्बन्ध स्थापित करते हुए अपने शैक्षिक लक्ष्यों को आसानी से प्राप्त कर पा रहें है। यह जानने के लिए, संवेगात्मक परिपक्वता एवं शैक्षिक उपलब्धि से सम्बंधित शोध अध्ययनों को करने की आवश्यकता है। इसलिए इस समीक्षात्मक शोध पत्र में संवेगात्मक परिपक्वता की व्यापक समझ और शैक्षिक उपलब्धि के मध्य सम्बन्ध को पूर्व में किये गये शोध कार्यों के आधार पर प्रस्तुत करने का प्रयास किया गया है। समीक्षा के लिए पूर्व में किये गये कुल 15 शोध अध्ययनों को शामिल किया गया है। शोध अध्ययनों के निष्कर्षों से ज्ञात हुआ है कि शैक्षिक उपलब्धि पर संवेगात्मक परिपक्वता का धनात्मक एवं सार्थक प्रभाव पड़ता है। संवेगात्मक रूप से परिपक्व विद्यार्थी अपने संवेगों को नियंत्रित एवं प्रबंधित करते हुए जीवन के समस्त उतार-चढ़ाव को धैर्य एवं सहनशीलता के साथ स्वीकार करते हैं और अपने मानवीय मूल्यों के आधार पर निरंतर आगे बढते रहते हैं, जबकि इसके विपरीत जो विद्यार्थी संवेगों पर नियंत्रण करने में असमर्थ होते है, वे जीवन के विभिन्न संघर्षों में ही उलझे रह जाते हैं और अपने लक्ष्य से भटक जाते है।

मुख्य शब्द: संवेगात्मक परिपक्वता, शैक्षिक उपलब्धि

## प्रस्तावना

जिस प्रकार सूर्य के प्रकाश से समस्त संसार में रौशनी हो जाती है ठीक उसी प्रकार शिक्षा भी मनुष्य के जीवन को प्रकाशमय तथा उसके भविष्य को उज्ज्वल बनाती है। संसार के समस्त जीवधारियों की तरह मनुष्य भी दिन रात क्रियाशील रहता है। सहज क्रियाओं को छोड़कर मनुष्य की समस्त क्रियाएं प्रेरकों पर आधारित होती है जोकि उसकी आवश्यकताओं से जुड़ी हुई होती है, इन आवश्यकताओं से प्रेरित होकर मनुष्य अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए अग्रसर होता है। जब वह लक्ष्य को प्राप्त कर लेता है, तो उसे आनंद की अनुभूति होती है। परन्तु यदि वह लक्ष्य प्राप्त करने में असफल होता है तो वह तनाव से ग्रस्त हो जाता है तथा अवांछित कार्य करने लग जाता है (नैयर, 2021)। इस स्थिति से निपटने के लिए आवश्यक है कि मनुष्य को सांवेगिक रूप से मजबूत बनाया जाये जिससे कि वह जीवन की किसी भी परिस्थितियों में धैर्य से काम ले, तुरंत विचलित न हो। संवेगों पर नियंत्रण न कर पाने के कारण ही दुनियाभर में हर 40 सेकेण्ड में एक व्यक्ति आत्महत्या करता है और भारत में 15 से 29 वर्ष की आयु के लोगों में आत्महत्या की दर दुनिया में सबसे अधिक है (WHO,2022)। आत्महत्या करने वालों में से 80% लोग शिक्षित थे, जो राष्टीय औसत साक्षरता दर से अधिक है। इसके विपरीत यदि किसी व्यक्ति में संवेग न हो तो वह अपने जीवन को समान्य तरीके से जीने में अक्षम होगा। संवेग हमारे जीवन को एक नई दिशा प्रदान करते है। यह जीवन में व्यक्ति के विकास के चरणों में से एक है और इसे शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और संवेगात्मक

[1] पी-एच. डी. शोधार्थी, शिक्षा विभाग, तीर्थंकर महावीर विश्वविद्यालय, मुरादाबाद, उत्तर प्रदेश

[2] सहायक आचार्य, शिक्षा विभाग, तीर्थंकर महावीर विश्वविद्यालय, मुरादाबाद, उत्तर प्रदेश

परिपक्वता प्राप्त करने में एक आवश्यक कदम माना जाता है। संवेगात्मक परिपक्वता, तनाव पैदा करने वाली उत्तेजना से निपटने और भावनाओ को नियंत्रित करने की क्षमता है। संवेगात्मक रूप से परिपक्व व्यक्ति समस्या के बारे में चिंतिंत रहने की बजाय सदैव उसके समाधान की खोज में लीन होगा (दवे, 2018)। संवेगात्मक रूप से परिपक्व व्यक्ति के मुख पर सदैव संतोष का भाव रहता है। ऐसे व्यक्ति विपरीत परिस्थतियों में भी विचलित नहीं होते हैं तथा प्रत्येक कार्य को अनुशासन में रहकर पूरा करने की कोशिश करते हैं।

संवेगात्मक परिपक्वता

संवेगात्मक परिपक्वता से तात्पर्य यह है कि जब कोई व्यक्ति समाज तथा वातावरण के अनुसार अपने व्यवहार को नियंत्रित एवं मर्यादित रूप से प्रकट करता है, अपने संवेगों के वशीभूत होकर निर्णय नहीं लेता बल्कि वातावरण के आंकलन के पश्चात् निर्णय करता है, तब वह संवेगात्मक रूप से परिपक्व माना जाता है। ऐसा व्यक्ति समाज की सम्पूर्ण परिस्थितियों में अपने को समायोजित कर पाता है तथा सफलता के शिखर पर पहुँचता है (यादव एवं कुमार, 2023)। अन्य शब्दों में, संवेगात्मक परिपक्वता से तात्पर्य उस योग्यता से है, जिसमें व्यक्ति अपने संवेगों द्वारा नियंत्रित न होकर अपने संवेगों एवं भावनाओं पर नियन्त्रण करना सीख लेता है। ऐसे व्यक्ति विपरीत परिस्थतियों में भी सकारात्मकता और धैर्य के साथ कार्य करते हैं। कोई भी व्यक्ति यदि उन्नत और खुश है, तो उसमें उसकी संवेगात्मक परिपक्वता की अहम भूमिका है। अतः कह सकते है, संवेगात्मक रूप से परिपक्व व्यक्ति ही सफलता को प्राप्त करता है। आधुनिक समय में विद्यार्थियों को अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है, अतः आवश्यक है कि शिक्षक विद्यार्थियों को उचित सहयोग दें ताकि विद्यार्थियों को संवेगात्मक रूप से परिपक्व बनाया जाए जो उनकी शैक्षिक सफलता हेतु सहायता प्रदान करें (शर्मा, 2017)। जीवन में मानसिक और संवेगात्मक रूप से मजबूत होना बेहद जरुरी है क्योंकि जब कोई व्यक्ति क्रोधित होता है, तो उसका दिमाग फ्रीज़ मोड पर चला जाता है और वह व्यक्ति तर्कसंगत रूप से सोचने और संवेगात्मक संतुलन की क्षमता को खो देता है। ऐसी स्थिति में वह अनुचित और अनैतिक कार्यो की ओर बढ सकता है, इसलिए जरुरी है कि संवेगात्मक परिपक्वता के विकास की ओर ध्यान केन्द्रित किया जाये।

शैक्षिक उपलब्धि

शैक्षिक उपलब्धि वह है जो एक विद्यार्थी किसी विशेष अवधि में सीख सकता है। शैक्षिक सफलता कि परिभाषा एक विद्यार्थी की सफलता के छोटे-छोटे क्षण है जो सामूहिक रूप से शैक्षिक उपलब्धि का निर्माण करते हैं। जब कोई विद्यार्थी छोटे-छोटे लक्ष्यों में सफल होता है तो यह उसे शैक्षिक उपलब्धि हासिल करने के लिए तैयार करता है। विद्यार्थी किसी कार्य को कितना सीखता है, इस बात की जानकारी शिक्षक को विद्यार्थी की उपलब्धि के आधार पर होती है। शैक्षिक उपलब्धि विद्यालयों के विषय सम्बन्धी अर्जित ज्ञान का परीक्षण है, शैक्षिक उपलब्धि का अर्थ ज्ञान प्राप्त करना एवं कौशल का विकास करना है (कुलदीप, 2019)। शैक्षिक उपलब्धि विद्यार्थी की वह योग्यता है जिसके आधार पर विद्यार्थी के वर्तमान ज्ञान का अनुमान लगाया जाता है कि उसने कितना सीखा है? और वह अपनी कक्षा के सहपाठियों के समान ही अंक प्राप्त कर रहा है या उनसे अधिक अंक हासिल करके कक्षा में कोई स्थान प्राप्त कर रहा है।

शोध उद्देश्य

1. शोध का प्रथम उद्देश्य संवेगात्मक परिपक्वता और शैक्षिक उपलब्धि के बीच सम्बन्ध का विश्लेषण करना है।
2. शोध का द्वितीय उद्देश्य संवेगात्मक परिपक्वता एवं शैक्षिक उपलब्धि से सम्बंधित पूर्ववर्ती साहित्य और अनुसंधानों का संकलन एवं समीक्षा करना है।
3. शोध का तृतीय उद्देश्य समीक्षा पत्रों के आधार पर संवेगात्मक परिपक्वता एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य ऋणात्मक सम्बन्ध को देखना है।

4. शोध का चतुर्थ उद्देश्य समीक्षा पत्रों के आधार पर संवेगात्मक परिपक्वता एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य धनात्मक सम्बन्ध को देखना है।

प्रस्तुत शोध पत्र में संवेगात्मक परिपक्वता एवं शैक्षिक उपलब्धि से सम्बंधित 15 शोध पत्रों को शामिल किया गया है, जो कि भारतीय विद्यार्थियों से सम्बंधित है। प्रस्तुत शोध पत्र में शोध उद्देश्यों की प्रति पूर्ति के लिए सम्बंधित शोध साहित्य पत्रों के आधार पर विश्लेषण किया गया है। शोध साहित्य की खोज ऑनलाइन की गयी है। इसमें पी.एच.डी. शोध प्रबंध एवं जर्नल में प्रकाशित विभिन्न राष्ट्रीय शोध पत्रों को सम्मिलित किया गया है। शोध के लिए वर्ष 2013 से 2024 तक के शोध पत्रों को शामिल किया गया है जिनकी खोज ऑनलाइन की गयी है। सर्च की गयी साईट हैं – शोध गंगा, गूगलस्कॉलर, एकेडेमियाएड्रू और रिसर्चगेट। ऑनलाइन खोज किये गये शोध पत्रों से प्राप्त परिणमों के लिए सम्बंधित साहित्य की सावधानीपूर्वक जांच की गयी। शोधार्थी के अनुसार संवेगात्मक परिपक्वता न होने से व्यक्ति को कई प्रकार की सामाजिक, संवेगात्मक, मानसिक और शारीरिक समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। उसके अन्दर संवेगात्मक अस्थिरता आ सकती है, तनाव और चिंता बढ़ सकती है। इसके साथ ही शैक्षिक व व्यावहारिक प्रदर्शन पर भी नकारात्मक प्रभाव पड़ता है तथा आत्म-सम्मान में कमी और निर्णय लेने में कठिनाई भी देखने को मिलती है, कुल मिलाकर यह व्यक्ति के सम्पूर्ण जीवन को प्रभावित करती है। ऐसे व्यक्ति दूसरों के साथ मजबूत और स्थायी सम्बन्ध बनाने में असमर्थ हो सकते है क्योंकि वे छोटी-छोटी बातों पर जल्दी गुस्सा हो जाते है, अपनी बात को सही ढंग से व्यक्त नहीं कर पाते हैं जिसके कारण उनके अन्दर मानसिक समस्याएं जन्म लेती है, जो उनके स्वास्थ्य पर भी बुरा असर डालती है। ऐसी स्थिति में जब व्यक्ति कुंठाओं से भरा होता है तो अनुचित व्यवहार की ओर अग्रसर हो जाता है। इस तरह के संवेगात्मक असंतुलन की वजह से व्यक्ति का शैक्षिक प्रदर्शन भी प्रभावित होता है। वह परीक्षा के नाम से ही भयभीत हो जाता है, जिससे उसका रक्त चाप घट बढ़ जाता है। जिसे उसे हृदय या पाचन सम्बन्धी समस्याएँ उत्पन्न होती है और वह अपने शैक्षिक कार्यों को ठीक प्रकार से पूरा नही कर पाता है। (सिंघ्पौर, 2013; सारस्वत तथा सिंह, 2015; गुणाशेखर तथा पुग्लेंथी, 2015; सैनी, 2019; कुमार तथा जैन, 2024) के शोध का उद्देश्य विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता और शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य सम्बन्ध का अध्ययन करना था। इनके शोध परिणामों से ज्ञात हुआ कि विद्यार्थियों की सांवेगिक परिपक्वता तथा शैक्षिक सफलता के बीच किसी प्रकार का सहसम्बंध नहीं हैं। परन्तु (लस्कर तथा देवनाथ, 2024) के शोध का उद्देश्य कॉलेज के विद्यार्थियों के बीच शैक्षिक उपलब्धि और सामाजिक समायोजन पर संवेगात्मक परिपक्वता के प्रभाव की जांच करना था। शोध के परिणामों से ज्ञात हुआ कि कॉलेज विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता और शैक्षिक उपलब्धि के मध्य ऋणात्मक तथा सार्थक सम्बन्ध हैं। शोध अध्ययनों से यह स्पष्ट होता है कि शैक्षिक उपलब्धि पर संवेगात्मक परिपक्वता का प्रभाव विभिन्न शैक्षिक स्तरों में भिन्न-भिन्न रूप से देखने को मिलता है। विद्यालयी स्तर पर इस सम्बन्ध की उपेक्षा करने योग्य प्रमुखता नही मिलती जबकि कॉलेज स्तर पर इस सम्बन्ध की उपस्थिति नकारात्मक परिणामों की ओर संकेत करती है जो कि एक बड़ी समस्या को जन्म दे सकती है। शोधकर्ता का सुझाव है कि विद्यार्थियों को अपनी भावनाओं से निपटने का अनुभव प्रदान करने के लिए पाठ्यक्रम में कुछ कार्यक्रम जोड़े जाने चाहिये। इससे उनकी शैक्षिक उपलब्धि पर संवेगात्मक परिपक्वता के नकारात्मक प्रभाव को कम करने में सहायता मिलेगी। संवेगात्मक परिपक्वता को विकसित करने के लिए विद्यार्थियों को अपनी भावनाओं को समझने उन्हें व्यक्त करने और नियंत्रित करने का प्रयास करना चाहिये। इसके लिए विद्यार्थियों को स्वस्थ्य जीवन शैली का पालन करना चाहिये। जैसे कि नियमित व्ययाम, स्वस्थ्य भोजन, और पर्याप्त नींद, विद्यार्थियों को दोस्तों, परिवार या किसी पेशेवर की मदद से अपनी संवेगात्मक परिपक्वता को विकसित करने में मदद मिल सकती है।

इसके विपरीत संवेगात्मक परिपक्वता व्यक्ति के जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। संवेगात्मक रूप से परिपक्व व्यक्ति दूसरों के साथ बेहतर ढंग से सम्बन्ध बनाते है, अपनी भावनाओं को व्यक्त करते है, और तनाव को बेहतर ढंग से प्रबंधित करते है। संवेगात्मक परिपक्वता वाले व्यक्ति अधिक सफल होते हैं और एक खुशहाल जीवन जीते हैं। शैक्षिक सफलता के लिए भी संवेगात्मक परिपक्वता आवश्यक है क्योंकि यह विद्यार्थियों को केवल जानकारी नहीं बल्कि ज्ञान का

उपयोग समझदारी से करना सीखाती है। तनावपूर्ण परिस्थितियों में संतुलन बनाएं रखने और आपस में टीमवर्क और सहयोग जैसे जीवन कौशल में सक्षम बनाती है। पढाई के प्रति निरन्तरता, सोशल मीडिया और अनैतिक गतिविधियों से दूरी रखना तभी संभव है जब विद्यार्थियों में आत्म-नियन्त्रण का कौशल हों। दास तथा घोष, **2014**; सफीक एवं थाकिव **2015;** कुमार तथा मिश्रा **2016;** राय एवं खनल, **2017;** एस. तथा सी. **2021;** गैनी तथा गैनी, **2021;** कोनयाक तथा ज़मीर **2024)** इनके शोध का उद्देश्य माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सांवेगिक परिपक्वता एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य संबंधों का अध्ययन करना था। शोध के परिणाम से यह पाया गया कि विद्यार्थियों की सांवेगिक परिपक्वता और शैक्षिक उपलब्धि के मध्य धनात्मक सार्थक सहसंबंध है। उपरोक्त शोध अध्ययनों के विश्लेषण से यह स्पष्ट होता है कि संवेगात्मक परिपक्वता विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करती है जिन विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता, आत्म नियन्त्रण और सकारात्मक दृष्टिकोण होता है वे शैक्षिक रूप से अधिक सफल होते हैं। माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में किशोरावस्था के कारण जीवन में वैसे ही बहुत उथल-पुथल होती है लेकिन जो विद्यार्थी इस समय अपने संवेगों को नियंत्रित करना सीख जाते है, वे निश्चय ही जीवन के उच्च शिखर पर आनंद पूर्ण जीवन व्यतीत करते है। समाज भी उनके नैतिक गुणों के कारण उन्हें पसंद करता है। वे जीवन में निरंतर सफलता को प्राप्त करते हैं। इसके साथ ही कॉलेज के विद्यार्थियों के जीवन में भी कुछ अलग तरह के उतार-चढ़ाव देखने को मिलते हैं क्योंकि आजकल की शिक्षा व्यवस्था का लचीलापन कॉलेज के विद्यार्थियों में राजनीति तथा गुंडागर्दी को बढावा दे रही है। ऐसे में जरुरी है कि शिक्षक एवं अभिभावक मिलकर अपने विद्यार्थियों की संवेगिक परिपक्वता के विकास की ओर ध्यान दें और उन्हें जीवन के सही मायनों को समझने में उनकी सहायता करें क्योंकि जो विद्यार्थी नैतिक गुणों को अपनाकर अपने समाज में बेहतर सम्बन्ध स्थापित करते है और शिक्षा की ओर ध्यान केन्द्रित करते है, वे ही देश के भावी उच्च पदों पर सुशोभित होते है। (अग्रवाल तथा परवेज **2019;** सूत्रधार तथा सेन **2020)** इस अनुसंधान का प्रमुख उद्देश्य कॉलेज के बी.एड. प्रशिक्षुओं की सांवेगिक परिपक्वता तथा शैक्षिक उपलब्धि के बीच संबंध का पता लगाना एवं बी.एड. प्रशिक्षुओं की शैक्षिक उपलब्धि पर सांवेगिक परिपक्वता के आयामों के प्रभाव का पता लगाना था। आंकड़ों की जाँच के उपरांत शोधार्थी ने पाया कि कॉलेज के बी.एड. प्रशिक्षुओं की शैक्षिक उपलब्धि एवं सांवेगिक परिपक्वता के मध्य सार्थक सम्बन्ध हैं। उपरोक्त शोध अध्ययनों के विश्लेषण से यह स्पष्ट होता है कि संवेगात्मक परिपक्वता कॉलेज के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करती है। संवेगात्मक रूप से परिपक्व विद्यार्थी जीवन की परेशानियों से डरते नहीं है बल्कि प्रेरित रहते हैं और अपने लक्ष्य के प्रति मजबूती से अग्रसर होते है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति **2020** एवं संवेगात्मक परिपक्वता

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के तहत 5+3+3+4 शैक्षिक संरचना प्रस्तावित की गयी है। शिक्षा के स्तर को उन्नत बनाने के लिए सरकार द्वारा आवश्यक कदम उठाये जा रहे है। इस शिक्षा नीति के तहत विद्यार्थियों की प्रतिभाओं को प्रोत्साहित करने की बात तथा उनकी रूचि के अनुरूप उनकी प्रतिभा को निखारने की बात की जा रही है। यह शिक्षा नीति केवल शैक्षिक उत्कृष्ठता पर नही बल्कि संपूर्ण विकास पर बल देती है। इसमें संवेगात्मक एवं सामाजिक कौशल को भी पाठ्यक्रम का हिस्सा बनाने की बात की गयी है। आर्ट्स स्पोर्ट्स और योग को बढ़ावा दिया गया है जोकि संवेगात्मक परिपक्वता एवं मानसिक संतुलन के लिए आवश्यक है। शिक्षकों को भी एस.ई.एल. के लिए प्रशिक्षित किया जायेगा ताकि वे विद्यार्थियों की संवेगात्मक जरूरतों को समझ सकें। यह नीति विद्यार्थियों के मन एवं मस्तिष्क दोनों को बराबर महत्त्व देती है। यह भावी पीढ़ी को एक बेहतर संवेदनशील नेता और नागरिक और संतुलित व्यक्ति बनाने में मदद करेगी।

निष्कर्ष

भावनात्मक परिपक्वता हमारी भावनाओं को समझने और उन्हें प्रबंधित करने की क्षमता को संदर्भित करती है। जब हम किसी जटिल परिस्थिति का सामना करते हैं तो हमारा भावनात्मक परिपक्वता का स्तर, सामना करने की क्षमता निर्धारित करने वाले सबसे बड़े कारकों में से एक होता है। व्यक्ति के विकास में माता-पिता, समाज एवं सहपाठी समूह की अहम भूमिका होती है। अतः माता-पिता एवं शिक्षकों की यह जिम्मेदारी बनती है कि वह विद्यार्थियों की ऊर्जा को रचनात्मक

दिशा में मोड़ दे तथा उन्हें जीवन की कठिनाईयों एवं मनोवैज्ञानिक दबाबों को समझने तथा उनसे निकलने के लिए उनकी सहायता तथा उसे अवसर प्रदान करें। विद्यार्थियों को जीवन की विविध गतिविधियों से परिचित होने के लिए उसे सदैव सकारात्मक प्रेरणा देनी चाहिये। शिक्षकों और अभिभावकों को विद्यार्थियों के साथ मित्रवत व्यवहार तथा उसे अपनी बात रखने का पूरा मौका दिया जाना चाहिये, जिससे आप उसकी आवश्यकताओं को समझ सकेंगे और विद्यार्थी भी निर्भय होकर अपनी बात को अभिव्यक्त कर सकेगा। शिक्षक एवं सहपाठी समूह से प्राप्त सहयोग, विद्यार्थियों के भीतर उत्पन्न मानसिक संघर्षो एवं असमजंस की स्थितियों को दूर करने में सहायक सिद्ध हो सकता है।

शैक्षिक निहितार्थ

शिक्षक के सन्दर्भ में: शिक्षण कार्य केवल ज्ञान का आदान प्रदान नही हैं बल्कि व्यक्तित्व निर्माण की एक सृजनात्मक प्रक्रिया है। एक सफल शिक्षक केवल विषय वस्तु का ज्ञाता नही होता, बल्कि उसके साथ वह विद्यार्थियों के संवेगात्मक विकास में भी सहायक होता है और इसके लिए आवश्यक है कि शिक्षक स्वयं संवेगात्मक रूप से परिपक्व हो तथा शिक्षक, विद्यार्थियों के साथ स्नेहपूर्ण एवं सहयोगात्मक रवैया अपनाए, साथ ही भय या कठोर अनुशासन की जगह समझदारी एवं संवाद द्वारा शांतिपूर्ण वातावरण बनाने की कोशिश करें। ऐसे शिक्षक कठोर अनुशासन की बजाय अनुशासन को आत्मनिर्भरता, आत्मनियंत्रण और नैतिक मूल्यों के आधार पर विद्यार्थियों को सीखाते है। एक संवेगात्मक रूप से परिपक्व शिक्षक अपने विचार, व्यवहार और दृष्टिकोण से विद्यार्थियों की प्रेरणा का स्त्रोत बनता है। वह विद्यार्थियों को केवल पुस्तकीय ज्ञान नही देता, बल्कि उन्हें जीवन जीने की कला भी सीखाता है। वह अपने संवाद कौशल के बल पर विद्यार्थियों को उनकी समस्याओं को व्यक्त करने का मौका देता है, साथ ही उन्हें समस्या के समाधान खोजने के लिए प्रेरित भी करता है।

विद्यार्थियों के सन्दर्भ में: संवेगात्मक परिपक्वता, विद्यार्थियों के मानसिक और समाजिक विकास की आधारशिला है। यह उन्हें केवल बेहतर विद्यार्थी ही नहीं बनाती बल्कि जिम्मेदार नागरिक भी बनाती है। संवेगात्मक परिपक्वता विद्यार्थियों में कक्षा के अन्दर सहयोगपूर्ण और सम्मानजनक वातावरण बनाएं रखने में मदद करती है जिससे शिक्षण प्रक्रिया सुव्यवस्थित प्रकार से संपन्न किया जा सके। परिपक्व विद्यार्थी दूसरो के दृष्टिकोण को समझते है तथा प्रेम और सहयोग के साथ आपसी समूह में कार्य करते है जिससे समूह गतिविधियाँ और परियोजनाएं सफल होती है। संवेगात्मक परिपक्वता विद्यार्थीयों को परीक्षा, प्रतिस्पर्धा और अन्य शैक्षिक गतिविधियों को सकारात्मक रूप से संभालने की क्षमता देती है। ऐसे विद्यार्थी अपने लक्ष्यों के प्रति प्रतिबद्ध रहते है और समय का सही सदुपयोग करते हुए अपने लक्ष्य को प्राप्त करने में सफल होते है। इस तरह संवेगात्मक परिपक्वता विद्यार्थियों का नैतिक एवं चारित्रिक विकास करती है जिससे विद्यार्थियों में करुणा, धैर्य, सहानुभूति जैसे पवित्र मूल्यों का विकास होता है। अत: विद्यालयों को चाहिये कि वे विद्यार्थियों के संवेगात्मक विकास के लिए योग, ध्यान, नैतिक शिक्षा, परामर्श जैसी सुविधाएं प्रदान करें।

"एक सशक्त मन और संतुलित ह्रदय वाला विद्यार्थी ही देश कि जिम्मेदारी संभाल सकता है।"

नीति निर्माताओं के सन्दर्भ में: शिक्षा प्रत्येक देश की नीवं होती है और नीति निर्माता उसका मार्गदर्शन करने वाले विचारक। यदि नीति निर्माता संवेगात्मक रूप से परिपक्व हो तो वे ऐसी शिक्षा नीतियां बना सकते हैं जो केवल पुस्तकीय ज्ञान पर नहीं बल्कि मानवीय मूल्यों और मानसिक संतुलन पर भी आधारित हो तथा विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास पर ध्यान केन्द्रित करती हो। ऐसे नीति निर्माता शिक्षा को केवल करियर निर्माण का साधन नहीं बल्कि चरित्र निर्माण की प्रक्रिया मानते हैं। एक संवेगात्मक रूप से परिपक्व नीति निर्माता पाठ्यचर्या में जीवन कौशल शिक्षा व संवेगात्मक शिक्षा का समावेश करने का प्रयास करेगा ताकि विद्यार्थी अपने आने वाले जीवन की समस्यायों से आसानी से जूझ सकें। जब नीति निर्माता विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को समझेंगे तो वे परीक्षा प्रणाली को और अधिक लचीला और विद्यार्थी केन्द्रित बनाने का प्रयास करेंगे। संवेगात्मक रूप से परिपक्व नीति निर्माता यह समझते है कि सभी विद्यार्थियों कि आवश्यकताएं अलग है, इसलिए वे ऐसी नीतियों का निर्माण करते है जो लिंग, जाति, भाषा, शारीरिक, मानसिक अक्षमता के आधार पर भेदभाव को खत्म करती हो। विद्यार्थियों की संवेगात्मक जरूरतों को ध्यान में रखते हुए विद्यालय में परामर्श सेवाओं और तनाव

प्रबंधन की व्यवस्था सुनिश्चित करते हैं। भावी शोधकर्ता के सम्बन्ध में: आज के आधुनिक समाज में शोध का महत्व निरंतर बढ़ता जा रहा है। शोधकर्ता केवल विषय ज्ञान का ही अधिकारी नही होता, बल्कि उसमें मानसिक दृढता, आत्मनियन्त्रण, आलोचनात्मक सोच तथा संवेगात्मक स्थिरता जैसी क्षमताएं भी अपेक्षित है। संवेगात्मक परिपक्वता कोई वैकल्पिक गुण नही बल्कि भावी शोधकर्ता के लिए एक आवश्यक जीवन कौशल है। शोध में आने वाली मानसिक चुनौतियों को तभी सफलता पूर्वक पार किया जा सकता है जब शोधकर्ता मानसिक रूप से सशक्त और संवेगात्मक रूप से संतुलित हों। शिक्षा प्रणाली को चाहिये कि वह शोध-केन्द्रित शिक्षा में संवेगात्मक विकास को भी समाहित करें जिससे न केवल गुणवत्तापूर्ण शोध संभव हो सकें बल्कि संवेगात्मक रूप से स्वस्थ और संतुलित शोध संस्कृति का विकास हो।

सुझाव

1. शिक्षकों को विद्यार्थियों के साथ व्यक्तिगत रूप से संवाद करना चाहिये तथा उनकी समस्याओं के समाधान के लिए उन्हें कुशल परामर्श देना चाहिये ताकि वे अपने संवेगों को नियंत्रित करके शैक्षिक क्षेत्र में सफलता को प्राप्त कर सकें।
2. विद्यार्थियों को समय प्रबन्धन करना सीखाएं एवं तनाव जैसी समस्यायों से छुटकारे के लिए संतुलित भोजन, नैतिक शिक्षा एवं मानवीय मूल्यों से अवगत करें।
3. कठिन परिस्थितियों में भी धैर्य के साथ काम करने की सीख विद्यार्थियों को अनैतिक कार्यों की ओर उन्मुख होने से रोक सकती है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची


- अग्रवाल, एम. एवं परवेज, एम. (2019). मेजरिंग एकेडमिक परफॉरमेंस एंड इमोशनल मैच्योरटीऑफ ग्रेजुएट स्टूडेंट्स ;जेंडर एंड लोकेलिटी. थिंक इंडिया क्वाटरली जर्नल, 22(4), 36-47.
- एस, आर, एवं सी, आर. (2021). रिलेशनशिप बिटवीन इमोशनल मैच्योरटी एंड एकेडमिक अचीवमेंट अमंग एदोल्सेंट्स. द इंटरनेशनल जर्नल ऑफ इंडियन साइकोलॉजी, 9(1), 268-274.
- कुमार एवं जैन (2024). ए स्टडी ऑफ़ दी रिलेशनशिप बीटवीन इमोशनल मैच्योरटी एंड एकेडमिक अचीवमेंट ऑफ़ सेकंड्री स्कूल स्टूडेंट्स ऑफ़ देहरादून डिस्ट्रिक्ट.आलोचना जर्नल, 13(8), 198-204.
- कुमार, एम. एवं मिश्रा, आर. (2016). इमोशनल मैच्योरटी एंड एकेडमिक अचीवमेंट अमंग एडोल्सेंट्स:ए रिव्यु ऑफ स्टडीज. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ इंडियन साइकोलॉजि, 3(4), 140-149.
- कुलदीप (2019). माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि अभिप्रेरणा का तुलनात्मक अध्ययन. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एप्लाइड रिसर्च, 5(11), 284-287.
- कोनयाक, एच. एवं ज़मीर, आई. (2024). इमोशनल मैच्योरटी एंड एकेडमिक अचीवमेंट ऑफ हाई स्कूल स्टूडेंट्स. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ साइंस एंड सोशल साइंस रिसर्च, 1(4), 218-223.
- गुनाशेखर, एन. एवं पुग्लेंथी, एन. (2015). ए स्टडी ऑफ इमोशनल मैच्योरटी एंड एकेडमिक अचीवमेंट ऑफ स्टूडेंट्स ऐट सेकंड्री लेवल, शेनलेक्स इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एजुकेशन, 3(4), 7-13.
- गैनी, एच, गैनी, ए. एवं वाई, एम.(2021). इमोशनल मैच्योरटी एंड एकेडमिक अचीवमेंट अमंग एदोल्सेंट्स ऑफ कश्मीर. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ इंडियन साईंकोलोजी, 9(2), 2-8.
- दंगी, आर. एवं अंजली. (2022). ए:ब्रीफ स्टडी ऑन दी इमोशनल मैच्योरटी. यूनिवर्सल रिसर्च रिपोर्ट्स, 9(3), 96-102.
- दवे, ए. (2018). इमोशनल मैच्योरटी:ए रिव्यु ऑफ स्टडीज. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ साइंटिफिक रिसर्च एंड रिव्यु, 7(2), 369-377.
- दास एवं घोष (2014). ए कम्प्रेटिव अकाउंट ऑफ एकेडमिक अचीवमेंट एंड इमोशनल मैच्योरटी अमंग सेकंड्री स्कूल स्टूडेंट्स ऑफ रूरल एंड अर्बन.यूरोपियन एकेडमिक रिसर्च, 2(6),7392-7401.

- यादव एवं कुमार (2023). व्यवसायिक एवं गैर व्यवसायिक पाठ्यक्रमों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के संवेगात्मक परिपक्वता का तुलनात्मक अध्ययन. रीसेंट एजुकेशनल एंड साईकोलोजील रिसर्चस, 12(4), 5-10.
- रॉय, डी. एवं खनल, वाई. (2017). इमोशनल इंटेलिजेंस एंड इमोशनल मैच्योरटी एंड देयर रिलेशनशिप विद एकेडमिक अचीवमेंटऑफ कॉलेज स्टूडेंट्स इन सिक्किम. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एजुकेशन एंड साइकोलॉजी रिसर्च, 6(2), 1-5.
- लस्कर, जे. एवं देवनाथ, ए. (2024). इफ़ेक्ट ऑफ़ इमोशनल मैच्योरटी ऑन एकेडमिक अचीवमेंट एंड सोशल एडजस्टमेंट अमंग कॉलेज स्टूडेंट्स. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ डेवलपमेंट रिसर्च, 14(2), 64765-64769.
- शर्मा, एन. (2017). शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों के छात्राध्यापकों की सांवेगिक परिपक्वता का अध्ययन. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ क्रिएटिव रिसर्च थॉट्स, 5(1), 10-13.
- सारस्वत, बी. एवं सिंह, एम. (2015). ए कोरिलेशन स्टडी ऑफ़ इमोशनल मैच्योरटी एंड एकेडमिक अचीवमेंट ऑफ हाई-स्कूल स्टूडेंट्स. इंटरनेशनल रिसर्च जर्नल ऑफ मैनेजमेंट सोशिओलोजी एंड हुमैनिटीज, 6(4), 270-274.
- सिंघ्पौर, एस. (2013). ए स्टडी ऑफ एकेडमिक अचीवमेंट ऑफ़ हाई स्कूल स्टूडेंट्स इन रिलेशन टू देयर एंग्जायटी. इमोशनल मैच्योरटी, एंड सोशल मैच्योरटी,जर्नल ऑफ एजुकेशनल साइकोलॉजी, 7(2), 11-14.
- सैनी, एस. (2019). किशोर विद्यार्थियों के बौद्धिक स्तर का उनकी संवेगात्मक परिपक्वता एवं शैक्षिक उपलब्धि पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन. इंटरनेशनल एजुकेशन जर्नल, 4(3), 90-97.