

भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षिक उपलब्धि के मध्य सम्बन्ध: एक समीक्षात्मक अध्ययन

ज्योति अरोड़ा*
डॉ. सपना वर्मा**

सार

वर्तमान शैक्षणिक परिदृश्य में विद्यार्थियों की सफलता केवल बौद्धिक क्षमता तक सीमित नहीं रह गई है, बल्कि भावनात्मक, सामाजिक एवं व्यवहारिक क्षमताएँ भी समान रूप से महत्वपूर्ण मानी जा रही हैं। भावनात्मक बुद्धिमत्ता (Emotional Intelligence) व्यक्ति की वह क्षमता है जिसके माध्यम से वह अपनी तथा दूसरों की भावनाओं को पहचानने, समझने, नियंत्रित करने एवं उन्हें व्यवहार में प्रभावी रूप से उपयोग करने में सक्षम होता है। अनेक राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय अध्ययनों से यह स्पष्ट हुआ है कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता विद्यार्थियों की प्रेरणा, आत्म-नियंत्रण, तनाव प्रबंधन तथा सामाजिक समायोजन को प्रभावित करती है, जिसका प्रत्यक्ष प्रभाव उनकी शैक्षणिक उपलब्धि पर पड़ता है। प्रस्तुत शोध-पत्र एक समीक्षात्मक अध्ययन है, जिसमें भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य संबंध को विभिन्न पूर्ववर्ती शोधों के आधार पर विश्लेषित किया गया है तथा शिक्षा के क्षेत्र में इसके व्यावहारिक निहितार्थों को स्पष्ट करने का प्रयास किया गया है।

शब्दकोश: भावनात्मक बुद्धिमत्ता, शैक्षणिक उपलब्धि, आत्म-नियंत्रण, प्रेरणा, विद्यार्थी।

प्रस्तावना

परंपरागत रूप से शिक्षा के क्षेत्र में यह धारणा प्रचलित रही है कि विद्यार्थियों की शैक्षणिक सफलता मुख्यतः उनकी बौद्धिक बुद्धिमत्ता (IQ) पर निर्भर करती है। उच्च अंक प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को अधिक सक्षम और सफल माना जाता था। परंतु बीसवीं शताब्दी के उत्तरार्ध में मनोवैज्ञानिक शोधों ने यह सिद्ध किया कि केवल IQ ही सफलता का निर्धारक नहीं है। मेयर और सेलोवे (1990) ने भावनात्मक बुद्धिमत्ता की अवधारणा प्रस्तुत करते हुए यह बताया कि भावनाएँ सोचने, निर्णय लेने और समस्या समाधान की प्रक्रिया को प्रभावित करती हैं। आगे चलकर डेनियल गोलमैन (1995) ने यह प्रतिपादित किया कि जीवन में सफलता के लिए भावनात्मक बुद्धिमत्ता की भूमिका IQ से कहीं अधिक व्यापक हो सकती है। विद्यालयी एवं उच्च शिक्षा स्तर पर विद्यार्थी परीक्षा-भय, प्रतिस्पर्धा, करियर दबाव, पारिवारिक अपेक्षाएँ तथा सामाजिक समायोजन जैसी अनेक भावनात्मक चुनौतियों का सामना करते हैं। ऐसे में भावनात्मक बुद्धिमत्ता उनकी शैक्षणिक उपलब्धि को प्रभावित करने वाला एक महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक कारक बन जाती है।

भावनात्मक बुद्धिमत्ता की अवधारणा

भावनात्मक बुद्धिमत्ता से अभिप्राय व्यक्ति की उस क्षमता से है जिसके द्वारा वह अपनी भावनाओं को समझकर उन्हें नियंत्रित करता है तथा दूसरों की भावनाओं के प्रति संवेदनशील रहते हुए सामाजिक संबंधों को

* शोधार्थी, वनस्थली विद्यापीठ, निवाई, टोंक, राजस्थान।

** शोध निर्देशिका, वनस्थली विद्यापीठ, निवाई, टोंक, राजस्थान।

संतुलित ढंग से निभाता है। संवेगात्मक बुद्धि शब्द का प्रयोग सबसे पहले मेयर एवं सेलोवे (1990) द्वारा किया गया। परन्तु जिस रूप में आज संवेगात्मक बुद्धि की सर्वत्र चर्चा की जाती है, उसे इस तरह से लोकप्रिय बनाने का श्रेय विशेष रूप से एक अमेरिकन मनोवैज्ञानिक गोलमैन (1995) को ही जाता है। उन्होंने अपनी पुस्तक “संवेगात्मक बुद्धि बुद्धिलब्धि से अधिक महत्वपूर्ण क्यों” के माध्यम से इसे चर्चा का विषय बनाया। संवेगात्मक बुद्धि से तात्पर्य उसकी समग्र क्षमता से है, जो उसे उसकी विचार प्रक्रिया का उपयोग करते हुए अपने तथा दूसरों के संवेगों को जानने, समझने तथा उनका सर्वोत्तम प्रबन्धन करने में उसकी सहायता करती है। किसमें कितनी संवेगात्मक बुद्धि है उसके इस स्तर की माप के लिए जिस इकाई विशेष का प्रयोग करते हैं उसे संवेगात्मक लब्धि (E.Q. - *Emotional Quotient*) कहा जाता है। यह उसी प्रकार की इकाई है जैसा बुद्धिलब्धि (I.Q. - *Intelligence Quotient*) को सामान्य बुद्धि स्तर की माप के लिए काम में लाया जाता है।

गोलमैन (1995) के अनुसार भावनात्मक बुद्धिमत्ता के पाँच प्रमुख घटक हैं:

- आत्म-सजगता (*Self & Awareness*) अपनी भावनाओं की पहचान और समझ
- आत्म-नियंत्रण (*Self & Regulation*) भावनात्मक प्रतिक्रियाओं पर नियंत्रण
- आत्म-प्रेरणा (*Motivation*) लक्ष्य प्राप्ति हेतु आंतरिक प्रेरणा
- सहानुभूति (*Empathy*) दूसरों की भावनाओं को समझने की क्षमता
- सामाजिक कौशल (*Social Skills*) प्रभावी संवाद एवं सहयोग

ये सभी घटक विद्यार्थियों के शैक्षणिक व्यवहार, अध्ययन आदतों और कक्षा सहभागिता को प्रभावित करते हैं।

शैक्षणिक उपलब्धि की अवधारणा

शैक्षणिक उपलब्धि वह स्तर है, जिसे विद्यार्थी औपचारिक शिक्षा के दौरान अर्जित करता है। इसे सामान्यतः परीक्षा परिणाम, ग्रेड, प्रतिशत या GPA के माध्यम से मापा जाता है। शैक्षिक उपलब्धि एक व्यक्ति के आजीविका प्राप्त करने और व्यक्तित्व विकास के लिये बहुत महत्वपूर्ण होती है। इसे प्राप्त करने के लिये अधिकतर लोगों को लम्बी अवधि तक अध्ययन करना पड़ता है और वे अपनी समझ और ज्ञान के स्तर में एक उच्च स्तर तक पहुँचते हैं। शैक्षिक उपलब्धि उत्कृष्टता के कुछ आंतरिक मानक प्राप्त करने के प्रयासों से जुड़ी कार्यवाहियों, कार्यों और भावनाओं का एक नमूना है। कहा जा सकता है कि शैक्षिक उपलब्धि बालक की वर्तमान योग्यता या किसी विशिष्ट विषय के क्षेत्र में उसके ज्ञान की सीमा का मापन करती है। स्कनर (1957) के अनुसार “कार्य का अन्तिम परिणाम शैक्षिक उपलब्धि है जो विद्यार्थियों के सीखने के बारे में जानकारी प्राप्त करता है।”

शैक्षणिक उपलब्धि केवल बौद्धिक क्षमता पर निर्भर नहीं करती, बल्कि इसके साथ-साथ निम्न कारक भी प्रभाव डालते हैं

- प्रेरणा
- आत्म-विश्वास
- भावनात्मक स्थिरता
- सामाजिक एवं पारिवारिक वातावरण
- शिक्षण-अधिगम प्रक्रिया

साहित्य समीक्षा

संवेगात्मक बुद्धि को शैक्षिक उपलब्धि के संदर्भ में समझने के लिए बालूनी (2018) ने किशोरों में सांवेगिक बुद्धि एवं तनाव का उनकी शैक्षिक उपलब्धि से सम्बन्ध का अध्ययन किया जिसमें किशोरों में सांवेगिक

बुद्धि तथा शैक्षिक उपलब्धि के अध्ययन के उपरान्त यह ज्ञात हुआ कि इन दोनों के बीच कोई सार्थक अन्तर नहीं है। किशोरों में तनाव व शैक्षिक उपलब्धि के अध्ययन के उपरान्त यह ज्ञात हुआ कि इन दोनों के बीच कोई सार्थक अन्तर नहीं है। सांवेगिक बुद्धि, तनाव व शैक्षिक उपलब्धि के अध्ययन के उपरान्त यह ज्ञात हुआ कि इन तीनों के बीच कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

श्रीवास्तव ने 2025 में भारत के विश्वविद्यालय स्तर के विद्यार्थियों पर भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य संबंध का अध्ययन किया। अध्ययन में पाया गया कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच सांख्यिकीय रूप से 'सकारात्मक एवं महत्वपूर्ण सहसंबंध' विद्यमान है। शोधकर्ताओं ने यह निष्कर्ष निकाला कि उच्च EI वाले विद्यार्थी तनावपूर्ण शैक्षणिक परिस्थितियों में भी बेहतर प्रदर्शन करते हैं। सलीम एवं इनके सहयोगियों ने 2024 में पाकिस्तान के महाविद्यालयी विद्यार्थियों पर अध्ययन किया। जिसका उद्देश्य भावनात्मक बुद्धिमत्ता का शैक्षणिक प्रदर्शन पर प्रभाव ज्ञात करना था। अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता विद्यार्थियों की आत्म-प्रेरणा और भावनात्मक नियंत्रण को सुदृढ़ करती है, जिससे उनकी शैक्षणिक उपलब्धि में उल्लेखनीय सुधार होता है।

शैक्षिक उपलब्धि को जानने व समझने हेतु भी काफी अनुसन्धान हुये हैं। इसी क्रम में कुलदीप (2019) ने माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि एवं अभिप्रेरणा का तुलनात्मक अध्ययन किया जिसमें ग्रामीण विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि एवं अभिप्रेरणा स्तर शहरी विद्यार्थियों की अपेक्षा कम प्रभावी व संतोषजनक पाया गया। छात्रों की अपेक्षा छात्राओं की शैक्षिक उपलब्धि उच्च पायी गयी है तथा विज्ञान व कला वर्ग के आधार पर शैक्षिक उपलब्धि एवं अभिप्रेरणा में सामान्य अंतर पाया गया है। शर्मा ने 2014 में भारतीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर अध्ययन किया। इस अध्ययन में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच कोई महत्वपूर्ण सहसंबंध नहीं पाया गया। शोधकर्ता ने निष्कर्ष दिया कि कुछ परिस्थितियों में पारिवारिक पृष्ठभूमि, शिक्षण गुणवत्ता और सामाजिक-आर्थिक स्थिति अधिक प्रभावी भूमिका निभा सकती है। द्विवेदी (2021) ने वरिष्ठ माध्यमिक छात्रों पर अध्ययन किया। इस अध्ययन में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच 'मध्यम से उच्च स्तर का सकारात्मक संबंध' पाया गया, विशेषकर आत्म-नियंत्रण और आत्म-प्रेरणा के संदर्भ में।

अतः देखा जा सकता है कि शिक्षा के क्षेत्र में शैक्षिक उपलब्धि एवं संवेगात्मक बुद्धि पर काफी शोध अध्ययन हुये हैं तथा इन सभी चरों का पृथक-पृथक परिस्थितियों पर अध्ययन किया गया है जैसे – शैक्षिक उपलब्धि पर प्रेरणा एवं सामाजिक व पारिवारिक वातावरण का, साधारण बुद्धि लब्धि तथा उच्च बुद्धि लब्धि पर शैक्षिक निर्देशन की आवश्यकता का, सांवेगिक बुद्धि तथा तनाव के मध्य सम्बन्ध का, व्यक्तित्व, सृजनात्मकता तथा शैक्षिक उपलब्धि के तुलनात्मक अध्ययन का।

शोध पद्धति

प्रस्तुत शोध-पत्र एक 'समीक्षात्मक अध्ययन' है। इसमें विभिन्न राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय शोध-पत्रों, पुस्तकों और जर्नल लेखों का विश्लेषण किया गया है। शोध के लिए तुलनात्मक एवं व्याख्यात्मक पद्धति का प्रयोग किया गया है, जिससे विभिन्न शोध निष्कर्षों के बीच समानता एवं भिन्नता स्पष्ट हो सके। साहित्य समीक्षा से यह स्पष्ट होता है कि अधिकांश अध्ययनों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच सकारात्मक संबंध पाया गया है। भावनात्मक रूप से सक्षम विद्यार्थी परीक्षा तनाव को बेहतर ढंग से संभालते हैं, अध्ययन के प्रति अधिक प्रेरित रहते हैं तथा कक्षा में सक्रिय भागीदारी करते हैं। हालांकि कुछ शोधों में यह संबंध स्पष्ट नहीं पाया गया, जिससे यह संकेत मिलता है कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता के साथ-साथ अन्य सामाजिक और शैक्षणिक कारक भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

शैक्षणिक निहितार्थ

- विद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता आधारित कार्यक्रमों को शामिल किया जाना चाहिए।

- शिक्षकों को भावनात्मक रूप से सहायक एवं संवेदनशील शिक्षण वातावरण विकसित करना चाहिए।
- पाठ्यक्रम में जीवन-कौशल एवं भावनात्मक विकास से संबंधित गतिविधियाँ जोड़ी जानी चाहिए।

निष्कर्ष

प्रस्तुत समीक्षात्मक अध्ययन से यह निष्कर्ष निकलता है कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता शैक्षणिक उपलब्धि को प्रभावित करने वाला एक महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक कारक है। उच्च भावनात्मक बुद्धिमत्ता वाले विद्यार्थी न केवल अकादमिक रूप से बेहतर प्रदर्शन करते हैं, बल्कि वे सामाजिक एवं व्यक्तिगत जीवन में भी अधिक संतुलित होते हैं। अतः शिक्षा प्रणाली में भावनात्मक बुद्धिमत्ता को समाहित करना आज की प्रमुख आवश्यकता है।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

1. Goleman, D. (1995), Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ- New York: Bantam Books
2. Mayer, J. D. & Salovey, P. (1990), Emotional intelligence- Imagination, Cognition and Personality
3. Sharma, A. (2014), Emotional intelligence in relation to academic achievement- Journal of Indian Education
4. Saleem, R. (2024), Effect of emotional intelligence on academic performance- Pakistan Social Sciences Review
5. Srivastava, J. (2025), Impact of emotional intelligence on academic achievement- International Journal.

