

भावनात्मक साक्षरता

अजय शर्मा

इस प्रचलित सोच पर शायद ही किसी को संदेह होगा कि पढ़ने में होशियार बच्चे यकीनी तौर पर अपने भावी कैरियर में भी सफल होंगे। यानी उनका जीवन उज्ज्वल व सुख-समृद्धि से भरपूर होगा। देखा जाए तो यह सोच काफी तर्कसंगत लगता है कि स्कूल में मिले अंक या बुद्धि गुणांक (आई.क्यू. स्कोर) से बच्चे के भावी जीवन में सफल होने की सम्भावना की टोह ली जा सकती है। इसलिए स्कूलों को अक्सर ऐसे संस्थानों के रूप में देखा जाता है जो देश के भावी कामगारों के अकादमिक सामर्थ्य और बुद्धिमत्ता को तराश कर उसे और धारदार बना सकते हैं। लेकिन अगर आप किसी मनोवैज्ञानिक से

रिजल्ट पाने वाले लोग अपने कैरियर में उत्पादकता, तनखाह या उपलब्धियां हासिल करने के लिहाज से, उन सहपाठियों से बहुत बेहतर नहीं थे जिनके स्कूली नतीजे अच्छे नहीं हुआ करते थे। और शायद इससे भी ज्यादा महत्वपूर्ण यह कि अपनी जिन्दगी से भी वे उतने संतुष्ट और खुश नहीं थे। एक अमरीकी शहर में 450 विद्यार्थियों पर एक शोध हुआ। इसमें उनके बुद्धि-गुणांक से भविष्य में उनके द्वारा चुने कैरियर और जिन्दगी के अन्य पहलुओं में उनके प्रदर्शन का कोई भी सम्बंध नहीं पाया गया। इस अध्ययन के अनुसार 80 से कम आई.क्यू. वाले 7 प्रतिशत लोग 10 या इससे अधिक

स्कूली प्रदर्शन और आई.क्यू. अंकों में झलकती आपकी शैक्षिक काबिलियत आपकी जिन्दगी को सुखी या सफल बनाने के लिए पर्याप्त नहीं। जीवन के हेरफेर में अन्य कारकों की भी महती भूमिका है। आम तौर पर हमें इस बात का इल्म ही नहीं होता कि यह मुद्दा कितना महत्वपूर्ण है।

इस बाबत बात करें तो मुमकिन है कि आप मनोविज्ञान के एक गूढ़ रहस्य से रूबरू हो जाएं। और वह यह कि शैक्षिक हुनर या आई.क्यू. स्कोर जीवन में सफल होने की एक बच्चे की सम्भावनाओं का संकेतक नहीं बन सकता है।

आप अपने आसपास नजर दौड़ाएं। आप पाएंगे कि समान पृष्ठभूमि के बावजूद लोगों के जीवन की गुणवत्ता समान नहीं होती है। कई सारे अध्ययन दर्शाते हैं कि लगभग समान शिक्षा व अवसर और एक जैसी क्षमता वाले लोगों की नियति में अन्तर होने की व्याख्या उनके स्कूल या कॉलेज के अकादमिक कौशल्लों के आधार पर नहीं की जा सकती है।

इस संदर्भ में हार्वर्ड विश्वविद्यालय के 95 छात्रों को लेकर एक अध्ययन हुआ। इसमें 1940 के दशक में वहां पढ़ रहे कुछ छात्रों के तब से लेकर 40-45 वर्ष की उम्र तक के उनके कैरियर के ग्राफ की निशानदेही की गई। नतीजे बताते हैं कि इन्तहानों में एकदम बढ़िया

सालों तक बेरोजगार रहे; लेकिन 100 से अधिक आई.क्यू. वाले इतने ही प्रतिशत लोगों का भी यही हश्र हुआ। इस तरह के परिणामों तक पहुंचे अध्ययनों की संख्या अपार है।

तो हम इन तमाम अध्ययनों का निचोड़ क्या निकालें। सीधे-सादे शब्दों में कहें तो यह कि स्कूली प्रदर्शन और आई.क्यू. अंकों में झलकती आपकी शैक्षिक काबिलियत आपकी जिन्दगी को सुखी या सफल बनाने के लिए पर्याप्त नहीं। जीवन के हेरफेर में अन्य कारकों की भी महती भूमिका है। आम तौर पर हमें इस बात का इल्म ही नहीं होता कि यह मुद्दा कितना महत्वपूर्ण है।

हालांकि कुल मिलाकर एक बड़े समूह में आई.क्यू. और सामाजिक-आर्थिक स्थितियों में धनात्मक सहसम्बंध जरूर दिखता है, लेकिन शैक्षिक बुद्धि सफलता की कुंजी है - इस कहावत को ठेंगा दिखाते प्रकरणों की कमी नहीं है। सच तो यह है कि इस सिद्धांत के पक्ष में जाते मामलों की बजाए विरोध में बोलते किस्सों के स्वर कुछ

ज्यादा ही मुखर हैं। आज अधिकांश मनोवैज्ञानिक और शिक्षक स्वीकारने लगे हैं कि हमारे जीवन को आकार देने में हमारे व्यक्तित्व की कई सारी दूसरी विशेषताओं का कहीं ज्यादा हाथ होता है।

लेकिन ये विशेषताएं हैं क्या? इस दिशा में अग्रणी रहे हॉवर्ड गार्डनर के प्रारम्भिक कार्यों के आधार पर अध्ययनकर्ता इन विशेषताओं को आम तौर पर एक वृहत विषय 'भावनात्मक बुद्धि' के परचम तले रखते हैं। पहले इन विशेषताओं को हम व्यक्ति के गुण या व्यक्तित्व के रूप में पहचानते थे। लेकिन अगर हमें इसे एक परिभाषा देनी ही है तो हम मनोवैज्ञानिक पीटर स्लोवी से सहमत होते हुए भावनात्मक बुद्धि के तहत आने वाली कुशलताओं को निम्न चार क्षेत्रों में बांट सकते हैं:

1. अपनी भावनाओं/संवेगों से वाकिफ होना: भावनात्मक बुद्धि का सबसे मुख्य गुण है अपने स्व के बारे में जागरूक होना।
2. अपने संवेगों पर काबू: अपनी भावनाओं को बेहतर ढंग से नियंत्रित करने की काबिलियत।
3. खुद के हौसले बनाए रखना: पूर्व चिह्नित लक्ष्यों और उद्देश्यों की प्राप्ति की ओर अपनी क्षमताओं को रचनात्मक ढंग से झोंक देना।
4. दूसरों की भावनाओं को समझना: संवेदनशीलता एक प्रमुख अंतरवैयक्तिक गुण है।
5. सम्बंधों को निभाना: दूसरों के साथ उम्दा सम्बंध बनाए रखने का कौशल मुख्य रूप से दूसरों की संवेदनाओं और भावनाओं को समझने व उनका सम्मान करने की हमारी काबिलियत पर निर्भर करता है।

गणित या पढ़ने की तरह ही हम अपनी भावनात्मक जिन्दगी को भी कम या ज्यादा विशेषज्ञता (पारखी नजर) से नियंत्रित कर सकते हैं। इसके लिए भी कुछ विशिष्ट कौशल दरकार हैं। इन कौशलों में आप कितने पारंगत हैं इस पर निर्भर करेगा कि दो समान बुद्धिमत्ता वाले शख्सों में से कौन जीवन को भरपूर जिएगा और कौन भटकता रह जाएगा।

स्पष्टतः ये तमाम योग्यताएं दरअसल एक तरह की उच्च स्तरीय क्षमताएं हैं जो बुद्धिमत्ता समेत व्यक्ति में मौजूद दूसरी निपुणताओं, प्रतिभाओं और कौशलों को और समृद्ध करने के स्तर को तय करती हैं। मसलन 36,000 लोगों पर हुए 126 अलग-अलग अध्ययनों

से पता चला है कि व्यक्ति का शैक्षिक प्रदर्शन अपनी उहापोह/दुश्चिन्ताओं को नियंत्रित रखने की उसकी दक्षता पर निर्भर करता है। प्रदर्शन को मापने का तरीका फिर कुछ भी हो सकता है - ग्रेड देना, कौशल अर्जन जांच या ग्रेड अंक औसत। ऐसा ही एक अध्ययन जीवन बीमा के एजेंटों पर किया गया था। इसमें पाया गया था कि जीवन के प्रति आशावादी रवैया रखने वाले सेल्स एजेंटों ने पहले दो सालों में निराशावादियों से 37 प्रतिशत ज्यादा बिज़नेस किया। साथ ही पहले साल में निराशावादियों की नौकरी छोड़ने की दर आशावादियों से दुगुनी थी।

मनोवैज्ञानिक और शिक्षाविद् अब मानने लगे हैं कि स्कूलों में छात्रों की सफलता तथ्यों के भण्डार या पढ़ाई में विलक्षण होने पर उतनी नहीं टिकी होती जितनी भावनात्मक काबिलियत पर। भावनात्मक काबिलियत यानी खुद पर विश्वास होना और उत्साह होना; अपेक्षित व्यवहार का ज्ञान होना; उतावलेपन पर काबू पाने के तरीकों से वाकिफ होना; ज़रूरत पड़ने पर शिक्षक की ओर रुख करना; अन्य सहपाठियों से हिलमिल कर रहना। कुछ अध्ययनों के अनुसार स्कूल में पिछड़ने वाले लगभग सभी छात्रों में भावनात्मक बुद्धि का प्रायः कोई न कोई तत्व नदारद पाया गया।

इन तमाम बातों के बावजूद हमारे पाठ्यक्रम निर्माता भावनात्मक ज़रूरत को नज़रअंदाज़ कर शैक्षिक क्षमताएं बढ़ाने पर ही अटके पड़े हैं। अगर भावनात्मक बुद्धि को पाठ्यक्रम से बाहर रखने की कीमत इतनी अधिक न होती तो इस अपेक्षा पर ध्यान नहीं भी दिया जाता। लेकिन ऐसा है नहीं। मसलन भावनात्मक रूप से कमजोर बच्चों की बीच में ही स्कूल छोड़ने की दर अन्यों

