Topic :- Emotion (संवेग)

भाव तथा संवेग का सम्बन्ध भावात्मक प्रक्रिया (affective process) से है। किसी वस्तु के ज्ञान के साथ-साथ सुख या दुःख का भाव भी होता है। इसी तरह भय, क्रोध, खुशी आदि का संवेग भी होता है। भाव तथा संवेग में गहरा सम्बन्ध होते हुये भी ये दोनों स्वतन्त्र प्रक्रियायें हैं। मनोवैज्ञानिकों ने कहा है कि भाव अव्यक्त संवेग है तथा संवेग व्यक्त भाव है। भाव एक सरल तथा प्रारम्भिक भावात्मक प्रक्रिया है जबकि संवेग एक जटिल भावात्मक प्रक्रिया है।

"Feeling is an elementary affective mental process through which we have the experience of pleasantness and unpleasantness."

संवेग एक ऐसा पद है जिसका अर्थ हम सभी समझते हैं। क्रोध, भय, खुशी हमारे जीवन के प्रमुख संवेग में से है। संवेग पद का अंग्रेजी रूपान्तर Emotion है जो लैटिन शब्द Emovere से बना है और जिसका अर्थ उत्तेजित करना (to excite) होता है।

"संवेग क्रियाओं का उत्तेजक है" By Geldard (1963)

"संवेग से तात्पर्य एक ऐसे आत्मनिष्ठ भाव की अवस्था से होता है जिसमें कुछ शारीरिक व उत्तेजन पैदा होता है और फिर जिसमें कुछ खास-खास व्यवहार होते हैं"।

By Baron, Byrne & Kantowitz (1980)

"Emotion is an acute disturbance of the individual as a whole, psychological in origin involving behaviour, conscious experience and visceral functioning" By Young (1943)

इस प्रकार संवेग एक जटिल अवस्था है जिसमें कुछ आंगिक प्रक्रियाएँ, अभिव्यंजक व्यवहार तथा कुछ आत्मनिष्ठ भाव आदि सम्मिलित होते हैं। इस आत्मनिष्ठ भाव में सुखद या दुखद भाव की अनुभूति पायी जाती है।

Scanned with CamScanner

Characteristics of Emotion

सिलभरमैन (Silverman, 1948) के अनुसार संवेग की ऐसी निम्नांकित चार विशेषताएँ हैं –

① संवेग विकीर्ण होता है :- सांवेगिक उद्दीपन पूरे शरीर की क्रियाओं में एक तरह का परिवर्तन या तनाव लाता है। जैसे - क्रोधित व्यक्ति के होंठ, पैर, हाथ आदि सभी काँपने लगते हैं।

② संवेग सतत होता है :- जब भी कोई संवेग उत्पन्न होता है, उद्दीपन के हट जाने के बाद भी कुछ देर तक व्यक्ति में संवेग बना होता है। जैसे - शेर के हट जाने पर डर बना रहता है।

③ संवेग संचयी होता है :- कोई संवेग जब एक बार उत्पन्न होता है तो थोड़ी देर के लिए अन्तोत्तर वह अपने आप ही बढ़ते ही चला जाता है। संवेग व्यक्ति में एक खास प्रकार की मानसिक तत्परता (mental preparedness) उत्पन्न कर देता है।

④ संवेग का स्वरूप अभिप्रेरणात्मक होता है :- जब व्यक्ति में कोई संवेग उत्पन्न होता है तो उसका व्यवहार किसी खास लक्ष्य की ओर तेजी से अग्रसित होता है।

Physiological Correlates of Emotion

संवेग की अवस्था में दो प्रकार के शारीरिक परिवर्तन होते हैं –

(क) External bodily changes or outer changes (बाह्य शारीरिक परिवर्तन)

(ख) Internal bodily changes or inner changes (आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन)

ⓚ External changes :- संवेग में होने वाले बाह्य शारीरिक परिवर्तन से तात्पर्य वैसे परिवर्तनों से है जो स्पष्ट रूप से व्यक्ति द्वारा अभिव्यक्त किया जाता है तथा जिसे हम अपनी आँखों से देख सकते हैं। मनोवैज्ञानिकों ने इस तरह के परिवर्तनों को तीन भागों में बाँटा है :-

① Changes in facial expression :- संवेग में व्यक्ति के चेहरे या मुखाकृति में महत्वपूर्ण परिवर्तन होते हैं जिसके आधार पर उक्त संवेग का ज्ञान होता है। सबसे महत्वपूर्ण अध्ययन इस दिशा में Landis (1924) द्वारा किया गया था। आनन अभिव्यक्ति द्वारा

संवेग का अध्ययन करने के लिये जो प्रयोग किये गए हैं उसके आधार पर Schlosberg (1952) ने यह बतलाया है कि संवेग में आनन अभिव्यक्ति के तीन पहलू ऐसे हैं जिसका स्पष्ट प्रायक्षण होता है - सुखद - दुखद, अवधान - तिरस्कार तथा नींद - तनाव। कुछ मनोवैज्ञानिक ने माना कि कुछ संवेग जैसे- क्रोध, भय आदि जन्मजात प्रक्रिया है।

② Changes in bodily postures :- प्रत्येक संवेग में शरीर की एक खास मुद्रा होती है। अतः संवेग से व्यक्ति की शारीरिक मुद्रा में भी परिवर्तन होता है। जैसे- दुःख के संवेग में व्यक्ति का शरीर कुछ झुका हुआ तथा क्रोध की स्थिति में कुछ अकड़ा हुआ एवं तना हुआ दिखलाई पड़ता है।

③ Changes in vocal expression :- संवेग की स्थिति में व्यक्ति की आवाज में भी परिवर्तन होता है जिसे सुनकर हम आसानी से व्यक्ति के संवेग का अंदाज लगा लेते है। जैसे- यदि कोई व्यक्ति थोड़ी दूर पर जोर-जोर से बोलता हुआ सुना जाता है तो प्रायः हम अंदाज लगा लेते है कि व्यक्ति क्रोधित है। स्वर अभिव्यक्ति के आधार पर संवेग की पहचान सम्भव है।

(ब) Internal changes :- संवेग की स्थिति में व्यक्ति के शरीर के भीतर भी कुछ परिवर्तन होते है। इन परिवर्तनों को हम अपनी आँखों से नही देख सकते है परन्तु विशेष यन्त्र के सहारे इन इसका अध्ययन कर सकते है। जो निम्नलिखित है -

① Changes in blood pressure :- संवेग की अवस्था में सामान्य रक्तचाप के स्तर में परिवर्तन यानी कमी या वृद्धि हो जाती है। जिसका मापन एक विशेष यन्त्र यानी Sphygmomanometer द्वारा किया जाता है। सामान्यतः क्रोध, भय तथा हर्ष में रक्तचाप में वृद्धि हो जाती है तथा शोक और दुःख में रक्तचाप कम हो जाता है।

② Chemical changes in blood :- संवेगावस्था में रक्त में adrenin जो adrenal gland का स्राव होता है की मात्रा अधिक हो जाती है जिसके परिणामस्वरूप व्यक्ति अपने आप में अधिक फुर्तीलापन तथा सक्रियता महसूस करता है। व्यक्ति को

Scanned with CamScanner

अतिरिक्त ऊर्जा मिलती है, जिसके आधार पर वह परिस्थिति के अनुसार समायोजन कर पाता है।

③ Changes in the rate of respiration :- कुछ संवेग ऐसे होते है जिसमें सांस की गति तीव्र हो जाती है तथा कुछ संवेग में गति धीमी हो जाती है। सांस की गति को एक विशेष तरह के उपकरण जैसे- pneumograph, galvometer द्वारा मापा जाता है। दुःख, मंदता और मानसिक संघर्ष की स्थिति में सांस की गति धीमी होती है।

④ Changes in heart beat and pulse rate :- हृदय चिकनी मांसपेशियो का बना एक खोखला चैम्बर है जिसका प्रधान कार्य शरीर में खून का दौरा बनाये रखना है। हृदय के सिकुड़ने एंव फैलने की क्रिया को हृदय गति कहा जाता है। जब हृदय सिकुड़ता है तो इसका प्रभाव artery पर पड़ता है जिसे pulse rate कहते है। संवेग की अवस्था में हृदय की गति एंव नाड़ी की गति में परिवर्तन होता है।

⑤ Changes in galvanic skin reaction :- संवेग की अवस्था में GSR में भी परिवर्तन होता है। मनोवैज्ञानिकों का विचार है कि conductance त्वचा के भीतर sweat gland के कार्यों पर निर्भर करता है और जिसे galvonometer द्वारा मापा जाता है। संवेगात्मक उत्तेजन में त्वचा का संचारण तीव्र हो जाता है।

⑥ Changes in pupillary response :- आँख की परितारिका autonomic nervous system के नियन्त्रण में होता है। संवेग की अवस्था में आँख की पुतली तथा परितारिका के कार्यों मे परिवर्तन आता है।

⑦ Changes in brain waves :- संवेग की अभिव्यक्ति मस्तिष्क तरंगों में हुए परिवर्तनों द्वारा भी होता है। संवेग की अवस्था में व्यक्ति के मस्तिष्क तरंगों में काफी परिवर्तन होते पाया जाता है। मस्तिष्क तरंग का मापन electroencephalogram (EEG) द्वारा किया जाता है। इसमें alpha and beta wave होती है।

Scanned with CamScanner