S. S. College, Jehanabad
B.A. I Subject – Psychology (Subsidiary)
Teacher – A. K. Sinha Date – 30.09.2020

Topic – Emotion (संवेग) Page-1

Difinition & Bodily Changes

संवेग मानव प्राणी में होने वाली भावात्मक प्रक्रियाएं हैं। संवेग अंग्रेजी शब्द 'Emotion' का हिन्दी रूपांतर है। Emotion लैटिन भाषा के Emover शब्द से बना है जिसका अर्थ होता है 'उत्तेजित करना' (To stir up)। इस प्रकार शाब्दिक अर्थ के आधार पर संवेग से तात्पर्य प्राणी के उस अवस्थाविशेष से है जिसमें प्राणी उत्तेजित होकर जोशपूर्ण व्यवहार करता है। परन्तु संवेग को समझने के लिए मात्र इसका शाब्दिक अर्थ प्रयाप्त नहीं है। संवेग के वास्तविक अर्थ को समझने के लिए विभिन्न मनोवैज्ञानिकों द्वारा संवेग की अलग-अलग परिभाषा दी गई है जो निम्नांकित हैं।:

Woodworth के अनुसार :–
"Emotion is the stirred up state of the organism."

Kulpe के अनुसार :–
"Emotion is a fusion of feeling and organic sensation."

Ward के अनुसार :–
"A complete Psychosis, involving cognition, Pleasure-pain and conation."

Wundt के अनुसार :–
"Emotion is a peculiar blend of feelings and organic sensations."

W. James के अनुसार :–
"......the awareness of the same changes as they occur is emotion."

Watson के अनुसार :–
"Emotion is a pattern of implicit behaviours consisting of profound changes of the bodily mechanism as a whole, but particularly of the visceral and glandular systems."

शेष पेज-2 पर

P.T. young के अनुसार :- (1943)

"Emotion is an acute disturbance of the organism as a whole, Psychological in origin, involving consciousness, behaviour and visceral functioning."

P.T. young ने पुनः 1973 में अपनी परिभाषा को संशोधित करते हुए लिखा कि :—

"Emotion is an effectively disturbed process or state of Psychological origin, revealed in various ways — in conscious experience, in behaviour, through bodily changes."

उपर्युक्त परिभाषाओं के अध्ययन के पश्चात हम इस निष्कर्ष पर पहुँचते हैं कि संवेग से संबंधित दी गई उपर्युक्त परिभाषाओं में P.T. young द्वारा दी गई परिभाषा, संवेग की धारणा जानने में सर्वाधिक सफल प्रतीत होता है। इनके द्वारा दी गई परिभाषा के अनुसार संवेग की अवस्था में व्यक्ति के व्यवहारों में तीव्र विक्षोभ उत्पन्न हो जाता है जिसका प्रभाव व्यक्ति पर पूर्ण रूप से पड़ता है। संवेग की उत्पत्ति तो संवेगात्मक परिस्थिति उत्पन्न होने पर सबसे पहले मानसिक रूप में होता है जिसकी अभिव्यक्ति स्वरूप व्यक्ति के व्यवहार, चेतन अनुभूति तथा आन्तरावयव सम्बन्धि क्रियाओं में परिवर्तन देखने को मिलता है। संवेग की अवस्था को तीव्र विक्षोभ की अवस्था इसलिए कहा जाता है क्योंकि संवेग प्रायः एकाएक तीव्र रूप से व्यक्ति की मानसिक एवं शारीरिक अवस्था में उपद्रव उत्पन्न करता है। इस प्रकार कहा जा सकता है कि संवेग में चेतन सम्बन्धी क्रियाएँ, व्यवहार सम्बन्धी क्रियाएँ तथा आन्तरावयव सम्बन्धी क्रियाएँ संलग्न होती हैं।

शेष पेज-3 पर

इस प्रकार निष्कर्ष के रूप में कहा जा सकता है कि संवेग की उत्पत्ति निम्नांकित तथ्यों पर आधारित है :—

1. संवेगात्मक उत्तेजना का होना,
2. संवेगात्मक उत्तेजना या परिस्थिति का व्यक्ति द्वारा प्रत्यक्षीकरण करना।
3. उत्तेजित अवस्था को चेतना में लाना, या अनुभव करना;
4. उत्तेजना के परिणाम स्वरूप व्यक्ति में आंतरिक तथा बाह्य परिवर्तन का होना,
5. उत्तेजना विशेष के प्रति संवेगात्मक व्यवहार का होना।

अतः स्पष्ट है कि संवेगात्मक अनुभूति व्यवहार के अभाव में परिलक्षित नहीं होती है। व्यवहार के लिए शारीरिक परिवर्तन का होना अनिवार्य है। इस प्रकार यहाँ पर संवेगात्मक अवस्था में होने वाले शारीरिक परिवर्तन का उल्लेख करना युक्ति संगत प्रतीत होता है।

संवेगात्मक अवस्था में व्यक्ति में दो प्रकार के शारीरिक परिवर्तन होते हैं या यों कहें कि संवेग की अवस्था में होने वाले शारीरिक परिवर्तनों को दो श्रेणी में रखा जा सकता है।

1. बाह्य शारीरिक परिवर्तन (External bodily changes)।
2. आन्तरिक परिवर्तन (Internal or visceral changes)।

1. बाह्य शारीरिक परिवर्तन :—

संवेग में होने वाले शारीरिक परिवर्तनों के इस श्रेणी में निम्नलिखित शारीरिक परिवर्तन पाये जाते हैं,

(क) मुखाकृतिक अभिव्यंजन (Facial Expression) :— संवेगात्मक परिस्थिति में सबसे पहले व्यक्ति के मुखाकृति में परिवर्तन देखने को मिलता है। यह परिवर्तन विभिन्न प्रकार के संवेगों के लिए अलग अलग होता है। संवेगात्मक परिस्थितियों में व्यक्ति के चेहरे के विभिन्न भागों यथा— ललाट, आँख, नाक, गाल ओठ इत्यादि में विशेष प्रकार की

शेष पेज--4 पर

गति तथा संयोग आदि के कारण स्पष्ट रूप से परिलक्षित होते हैं। जैसे क्रोध जैसी संवेगात्मक अवस्था में आँख का लाल होना, भौंहों का चढ़ना, दाँतों का पीसना, होंठों को फड़फड़ाना आदि परिवर्तन देखे जाते हैं। इसी प्रकार भय तथा प्रेम या सुखद संवेगात्मक परिस्थितियों में भी मुखाकृति अभिव्यंजन में परिवर्तन देखने को मिलता है जिसके आधार पर दूसरा व्यक्ति अपनी अनुभव द्वारा उस व्यक्ति के संवेगात्मक अवस्था का ज्ञान कर लेता है या जान जाता है। परन्तु मुखाकृति अभिव्यंजन के आधार पर संवेगों का अध्ययन करना इसे Woodworth ने गलत माना है। (Reading facial expression is a myth.)

(ख) स्वराभिव्यंजन (Vocal Expression) :—

संवेग की अवस्था में व्यक्ति के स्वर में भी परिवर्तन देखने को मिलता है परन्तु यह परिवर्तन भी अलग-अलग संवेगों के लिए अलग-अलग प्रकार के स्वर परिवर्तन देखे जाते हैं। जैसे रोना, चिल्लाना, हँसना इत्यादि ये प्राय क्रमशः दुःख, भय तथा सुखद संवेगात्मक स्थिति के परिचायक होता है।

परन्तु मुखाकृति अभिव्यंजन की तरह ही स्वराभिव्यंजन से संवेगों का सही निर्धारण संभव नहीं है क्योंकि अनेक संवेगों में एक ही प्रकार के स्वराभिव्यंजन परिलक्षित होता है। इसके लिए संवेगात्मक परिस्थिति का भी ज्ञान होना अनिवार्य है।

(ग) शारीरिक स्थितियाँ (Body postures) :—

संवेगात्मक अवस्था में व्यक्ति के शारीरिक स्थितियों में भी परिवर्तन देखने को मिलता है।

शेष पेज - 5 पर

जैसे; भय की अवस्था में व्यक्ति भागने जैसी मुद्राओं का प्रदर्शन करता है। ईर्ष्या की संवेगात्मक अवस्था में व्यक्ति का शरीर झुका हुआ तथा क्रोध की संवेगात्मक अवस्था में आक्रामक मुद्राएँ व्यक्ति में परिलक्षित होता है।

2- आंतरिक परिवर्तन (Internal changes) :— संवेगात्मक अवस्था में व्यक्ति में आंतरिक परिवर्तन भी होता है जिसे बाह्य रूप से तो नहीं देखा जा सकता है परन्तु उन परिवर्तनों को विशिष्ट प्रकार के यंत्रों से निरीक्षण किया जा सकता है। ये आंतरिक परिवर्तन निम्नांकित हैं : —

(क) साँस की गति में परिवर्तन (Changes in Respiration) :- सामान्य परिस्थिति में व्यक्ति का साँस लेने की गति प्रायः 1:4 रहता है। परन्तु संवेगात्मक अवस्था में यह गति कम या अधिक हो जाता है। साँस की गति में कमी या तीव्रता संवेगात्मक अवस्था के स्वरूप एवं तीव्रता पर निर्भर करती है साँस की गति में परिवर्तन को Pneumograph द्वारा मापा जा सकता है।

(ख) हृदय की गति में परिवर्तन (Changes in the heart-beat) जब किसी संवेगात्मक अवस्था में श्वाँस की गति में परिवर्तन होता है तो उसके साथ-साथ हृदय के गति में भी परिवर्तन होना स्वाभाविक हो जाता है क्योंकि श्वाँस के साथ हृदय की गति का गहरा सम्बन्ध है। इस परिवर्तन को निरीक्षण Electrocardiogram नामक यंत्र द्वारा किया जा सकता यथा:- भय की अवस्था में प्रायः हृदय की गति में वृद्धि पाया जाता है। परन्तु कभी-कभी अधिक भय की तीव्र संवेगात्मक स्थिति में हृदय की गति धीमी होकर रुक भी जा सकती है।

(ग) नाड़ी की गति में परिवर्तन (Changes in pulse-Rate) :— हृदय की गति के साथ नाड़ी का गति भी जुड़ा हुआ है। अतः जब संवेगात्मक स्थिति में हृदय की गति में परिवर्तन

शेष पेज - 6 पर

होता है तो नाड़ी की गति में भी परिवर्तन होना स्वाभाविक है।

(घ) रक्त संचार में परिवर्तन (Changes in blood circulation) — संवेग की स्थिति में रक्त संचार में परिवर्तन, रक्तचाप में परिवर्तन तथा रक्त रसायन में परिवर्तन होते हैं। यथा; क्रोध की संवेगात्मक परिस्थिति में व्यक्ति के रक्त संचालन की गति तथा रक्त चाप दोनों में वृद्धि हो जाती है। परन्तु भय की अवस्था में रक्त संचार तथा रक्तचाप दोनों की गति धीमी पड़ जाती है। इन परिवर्तनों को Sphygmomanometer नामक यंत्र से मापा जाता है।

(ङ.) पाचन क्रिया में परिवर्तन (Changes in metabolism and digestive or gastro-intestinal functions) — संवेगात्मक अवस्था में पाचन संस्थान से सम्बन्धित अवयवों की क्रियाओं में परिवर्तन होते हैं, यथा; क्रोध या भय की संवेगात्मक अवस्था में लार ग्रन्थियों की सक्रियता कम हो जाती है परिणाम स्वरूप व्यक्ति का मुँह सूखने लगता है। परन्तु प्रेम की अवस्था में लार ग्रन्थियों की सक्रियता बढ़ जाता है। कैनन ने अपने प्रयोगात्मक अध्ययन में पाया कि संवेग की अवस्था में आमाशय-आंत्र गति घट जाती है और आमाशयिक रस का निकलना बन्द हो जाता है जिससे पाचन क्रिया प्रभावित हो जाती है।

(च) त्वक्-प्रतिक्रियाओं तथा मस्तिष्क तरंगों में परिवर्तन (Changes in Psycho-galvanic Responses and brain waves) ! — त्वक् प्रतिक्रिया में होने वाले परिवर्तनों में त्वचा का शुष्क होना अथवा पसीना अधिक निकलना, रोंगटे खड़े होना तथा रोमांच का उत्पन्न होना आदि। इन परिवर्तनों को Psycho-galvanometer नामक यंत्र से

शेष पेज-7 पर

मापा जा सकता है। त्वचा की संवेदनशीलता स्वेद ग्रन्थियों पर निर्भर करता है जिसका संचालन स्वतः/अनुकम्पी तंत्रिका द्वारा होता है। इसी प्रकार से E.E.G. नामक यंत्र द्वारा संवेगात्मक अवस्था में मस्तिष्क-तरंगों (Brain wave) में भी परिवर्तन के लक्षणों का निरीक्षण किया जा सकता है।

(छ) ग्रन्थियों अथवा पिंडों की क्रियाओं में परिवर्तन (Changes in the activities of glands):- संवेगात्मक परिस्थिति में व्यक्ति के शरीर के अन्दर स्थित विभिन्न प्रकार के ग्रन्थियों जैसे:- एड्रिनल ग्रन्थि, लार ग्रन्थि, अश्रु ग्रन्थि आदि की प्रक्रियाओं में परिवर्तन होते हैं। इन ग्रन्थियों के प्रक्रियाओं में सामान्य अतिसक्रियता या कम सक्रियता होने पर इनसे सम्बन्धित अवयवों में भी परिवर्तन स्पष्टतः दृष्टिगोचर होता है।

(ज) अन्यान्य परिवर्तन (Other changes):— संवेगात्मक अवस्था में उपर्युक्त आन्तरिक परिवर्तन के अतिरिक्त भी अनेक अन्यान्य परिवर्तन देखे जाते हैं। जैसे:- मांसपेशियों में तनाव का बढ़ना-घटना, पलक का गिरना उठना तथा आँखों का खुलना इत्यादि। मांसपेशियों के तनाव को इलेक्ट्रोमायोग्राफ (Electro-myograph) से मापा जाता है।

संवेग में उपर्युक्त शारीरिक परिवर्तनों के आधार पर यह निर्णय नहीं लिया जा सकता है कि ये परिवर्तन किस प्रकार के संवेग का द्योतक है अर्थात् संवेगात्मक अनुभव किस प्रकार के शारीरिक परिवर्तन से सम्बन्ध है यह तब तक संभव नहीं है जब तक संवेगात्मक अनुभव को उत्पन्न करने वाले परिस्थिति का ज्ञान नहीं हो। संक्षेप में हम कह सकते हैं कि संवेगों का अध्ययन करने के लिए संवेग के दोनों पक्षों - संवेग उत्पन्न करने वाली परिस्थिति तथा उससे उत्पन्न संवेगात्मक अनुभव तथा शारीरिक परिवर्तन या व्यवहार का ज्ञान होना अनिवार्य है।