Journal of Research and Development
A Multidisciplinary International Level Referred and Double Blind Peer Reviewed, Open Access
ISSN : 2230-9578 | Website: https://jrdrvb.org Volume-18, Issue-2(A)| February - 2026

Original Article

किशोरावस्था के बालकों का संवेगात्मक विकास

डॉ. वन्दना तिवारी[1], Dr. B.N. Upadhyay[2]

[1]प्रवक्ता गृह विज्ञान, मोहतरमा जैनब हिरा महाविद्यालय आटा, कालपी

[2]Department of history, Principal of S.K. College

Email: tiwaribandana560@gmail.com

Manuscript ID:
JRD -2026-180203
ISSN: 2230-9578
Volume 18
Issue 2(A)
Pp. 10-12
February - 2026

Submitted: 15 Jan. 2026
Revised: 25 Jan. 2026
Accepted: 10 Feb. 2026
Published: 28 Feb. 2026

Abstract

*मनुष्य एक संवेदनशील प्राणी है। घटित होने वाली किसी घटना, परिस्थिति तथा व्यक्ति को देखकर उसके मन में भाव आते हैं उन भावों से वह भावुक हो जाता है। तब उसका शरीर उद्दीप्त हो जाता है इस अवस्था को संवेग कहते हैं। प्रसन्नता हर्ष आनन्द सहानुभूति दया और प्रेम जैसे आदि संवेग बालकों के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए आवश्यक होते हैं। परन्तु क्रोध ईर्ष्या, घृणा तथा चिन्ता अवस्थ्य संवेग की श्रेणी में आते हैं। संवेग बालक के व्यक्तिगत व सामाजिक समायोजन महत्वपूर्ण भूमिका अदा करता है। बालक के व्यक्तित्व को समझने के लिए उसकी संवेगात्मक स्थिति को समझना आवश्यक है। **बुडवर्थ के अनुसार** ''संवेग व्यक्ति की उत्तेजित क्रिया है''।*

Keyboard – *संवेग, बालक, विकास*

संवेग का अर्थ – संवेग शब्द भाषा के इमोशन शब्द का हिन्दी रुपान्तर है इमोशन शब्द की उत्पत्ति लैटिन, भाषा के इमोवेयर शब्द से हुई है जिसका अर्थ है हिला देना झकझोर देना, उत्तेजित करना आदि संवेग एक ऐसी प्रक्रिया है। जिसमें मानसिक एवं शारीरिक दोनों प्रकार की प्रक्रियायें सम्मिलित हैं।

क्रो एण्ड क्रो के अनुसार ''प्राणी की उत्तेजित अवस्था ही संवेग है''।

शर्मन, टेलर आदि के अनुसार – ''बालकों में प्रारम्भ में कोई भी संवेग नहीं पाया जाता है। बालकों के संवेगात्मक विकास में एक क्रम होता है''। तीन माह के शिशु में कष्ट और आनन्द की संवेगात्मक प्रतिक्रियायें उत्पन्न होती है। कष्ट की अनुभूति के लिए शिशु रोता और चिल्लाता है। उसकी मांस पेशियों में तनाव आता है। 6 माह की आयु में उनमें भय घृणा क्रोध के संवेग उत्पन्न होने लगते हैं। एक वर्ष की आयु में उल्लास, बड़ों के प्रति स्नेह के संवेग, 18 माह की आयु में बालकों के प्रति प्रेम और ईर्ष्या 2 वर्ष की आयु में बच्चे में अनेक संवेग उत्पन्न होते हैं। 5 वर्ष की आयु में आशा, स्पर्धा, निराश आदि संवेगों का विकास हो जाता है'' बच्चों को संवेगों को नियन्त्रित करना सिखायें।

संवेग के दो प्रकार होते हैं – 1. सकारात्मक (सुखद संवेग) 2.नकारात्मक (दुखद संवेग)

अतः संवेगात्मक बुद्धि से हमारा अभिप्राय बुद्धि की उस क्षमता से माना जाता है जो उसे उसको विचार प्रक्रिया का सदुपयोग करते हुए दूसरे तथा खुद के संवेगों को जानने समझने तथा अच्छी तरह से प्रबन्ध करने में सहायता करती हैं।

बालकों के संवेगों की विशेषताऐं

1. बलकों के संवेग अति तीव्र होते हैं।
2. किशोरावस्था में बालकों के संवेग बार–बार प्रदर्शित होते हैं।
3. किशोरावस्था में बालकों के संवेग परिवर्तनशील होते हैं।
4. किशोरावस्था में बालकों की प्रतिक्रियाओं में बालिकाओं से वैयक्तिक भिन्नता पाई जाती है।
5. किशोरावस्था में बालकों से संवेगो की शक्ति में परिवर्तन होता रहता है।

बालकों के संवेग की विशेषतायें

1. संवेग प्रत्येक प्राणी में पाया जाता है।
2- संवेग की प्रकृति स्थायी एवं अस्थायी दोनों होती है।

Creative Commons (CC BY-NC-SA 4.0)
This is an open access journal, and articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License, which allows others to remix, tweak, and build upon the work noncommercially, as long as appropriate credit is given and the new creations ae licensed under the idential terms.

Address for correspondence:
डॉ. वन्दना तिवारी, प्रवक्ता गृह विज्ञान, मोहतरमा जैनब हिरा महाविद्यालय आटा, कालपी

How to cite this article:
तिवारी, . वन्दना ., & B.N. Upadhyay. (2026). किशोरावस्था के बालकों का संवेगात्मक विकास. Journal of Research & Development, 18(2(A)), 10–12. https://doi.org/10.5281/zenodo.18932786

Quick Response Code:
Website: https://jrdrvb.org/
DOI: 10.5281/zenodo.18932786
OPEN ACCESS

Journal of Research and Development
A Multidisciplinary International Level Referred and Double Blind Peer Reviewed, Open Access
ISSN : 2230-9578 | Website: https://jrdrvb.org Volume-18, Issue-2(A)| February - 2026

3. संवेगों का स्वरुप मानव व्यवहारों के रुप में परिलक्षित होता है।
4. प्रत्येक संवेग जन्म जात मूल प्रवृत्ति से जुड़ा रहता है।
5. प्रत्येक प्राणी का संवेग अलग–अलग होता है।

किशारोवस्था में संवेगात्मक विकास

किशोरावस्था में संवेगात्मकता का प्रभाव अत्यधिक बढ़ जाता है। **हॉल** ने तो किशोरावस्था को तूफान एवं प्रतिबल की अवस्था कहा है। **रॉस के अनुसार** ''किशोर बालक अत्यधिक तीव्र संवेगात्मक जीवन में रहता है जिसमें हम उसके अत्यधिक उत्तेजना पूर्ण तथा गहन उदासीनता के मध्य उसके निरन्तर परिवर्तन पूर्ण व्यवहार के स्वीकारात्मक संगीतमय एवं नकारात्मक स्थिति को एक बार पुनः देख सकते है।

क्रोध – ''इस अवस्था में क्रोध उत्पन्न करने वाली परिस्थितियां पहले की अपेक्षा अधिक बढ़ जाती है। उस समय उसे अधिक क्रोध आता है जब उसे चिढ़ाया जाता है। उसकी आलोचना की जाती है या हंसी उड़ायी जाती है। और उस पर विश्वास नहीं किया जाता है। वह खुद मे स्वतंत्र रहना चाहता है।

ईर्ष्या – ईर्ष्या की शैशवस्था का संवेग समझा जाता है। बालक प्रायः भाई बहनों या अपने सहयोगियों से ईर्ष्या करता है। किशोरावस्था के बालक उन बालकों से अधिक ईर्ष्या रखते हैं। जिन्हें अधिक स्वतंत्रता प्राप्त होती है। जिनसे किशोर ईर्ष्या रखता है। उनका वह मजाक उड़ाता है।

जिज्ञासा – छोटे बालकों की तुलना में बड़े बालक कम जिज्ञासु होते हैं। वह माचिस, स्टोव, गैस, स्टोर में रखे टंक आदि चीजों के प्रति अधिक जिज्ञासा रखते हैं। शारीरिक व मानसिक दोनों क्षमतायें प्रभावित होती हैं।

स्नेह – लड़कों को स्नेह प्रदर्शन में झिझक होती है। लड़कियों लड़कों की तरह स्नेह प्रदर्शन नहीं करती हैं। किशोरावस्था में आयु वृद्धि के साथ–साथ किशोरों का स्नेह विपरीत लिंग की ओर होता चला जाता है यह कोई नियम नहीं है। कभी–कभी वह अपने मित्रों की मण्डली बनाकर उनसे ही स्नेह प्राप्त करते हैं।

भय – इस अवस्था में भय की उत्पत्ति काल्पनिक सम्भावनाओं से होती है। जैसे परीक्षा में अच्छे अंक न आना, सामाजिक आलोचना आदि। किशोरावस्था को जीवन कठिन अवस्था कहा जाता है।''

संवेगात्मक व्यवहार को प्रभावित करने वाले तत्व –

1. **शारीरिक स्वास्थ्य** – स्वस्थ बालकों के संवेगों में अस्वस्थ बालकों के संवेग की अपेक्षा अधिक स्थिरता तथा स्पष्टता होती है। स्वस्थ बालकों में खुशी संतोष प्रेम स्नेह आदि आधिक्य होता है।
2. **बुद्धि** – हरलॉक के अनुसार ''मानसिक रुप से मन्द बुद्धि बालकों की तुलना कुशाग्रबुद्धि बालकों में अधिक अस्थिरता पायी जाती है।
3. **लिंग** – सभी उम्र में बालिकायें सामूहिक रुप से बालकों की तुलना में अधिक भय प्रदर्शन करती है।
4. **थकान व भूख** – थकान की अवस्था में यदि बालक को संवेगात्मक परिस्थिति का सामना करना पडता है। तो शीघ्र उत्तेजित हो जाता है। कोस्टर के अनुसार ''यदि थके हुए बालकों को फलों का रस दिया जाये तो वह संवेगात्मक रुप से असन्तुलित नहीं होगा।''
5. **विशेष परिस्थितियां** – कुछ विशेष परिस्थितियों में बालक अपना सन्तुलन खो बैठते हैं।
6. **सामाजिक वातावरण** – बालक को समाज के अनेक संवेगात्मक परिस्थितियों का सामना करना पड़ता है। यदि परिवार पास–पड़ोस विद्यालय या समुदाय का वातावरण तनाव उत्पन्न करने वाला होता है तो बालकों में संवेगात्मक तनाव उत्पन्न हो जाता है।
7. **पारिवारिक वातावरण** – उत्तम एवं आदर्श पारिवारिक वातावरण सुख शान्ति प्रेम मित्रता सहयोग आदि का वातावरण है। बालकों का संवेगात्मक विकास स्वस्थ एवं सम्यक रुप से होता है।
8. **व्यक्तिव** – संवेगात्मक रुप से सुरक्षित, बालकों की तुलना में असुरक्षित बालक सरलता से भय ग्रस्त हो जाते हैं। तथा बहुमुखी बालक अर्न्तमुखी बालकों की तुलना में अनुकरण द्वारा अधिक भयभीत रहते हैं।
9. **बालक का जन्मक्रम** – बालक का जन्म क्रम उसके संवेगात्मक विकास को प्रभावित करता है। पहला बालक अधिक भय रखता है। बाद वाले बालकों की तुलना में तथा छोटा बालक अन्य भाई बहनों से जुड़ा रहता है।
10. **संवेगों पर नियन्त्रण** – संवेगात्मक व्यवहार व बालक के शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव पड़ता है। यदि संवेगों को उचित दिशा की ओर नियन्त्रित न किया जाये तो बालक के लिये हानिकारक है। संवेगात्मक अनुभूति के समय बालक में आन्तरिक तथा ब्राह्म शारीरिक परिवर्तन होते हैं। जैसे पाचन क्रिया में परिवर्तन आंखों का फैल जाना आदि अधिक क्रोध का अनुभव करने वाले बालक प्रायः चिड़चिड़े स्वभाव हो जाते हैं। संवेगात्मक अस्थिरता के कारण बालक किसी विशेष मानसिक रोग से ग्रसित हो जाते हैं। ऐसी स्थिति में संवेगों पर समुचित नियन्त्रण करने की आवश्यकता है।

माता पिता का दायित्व है कि वह बालकों को संवेगों पर नियंत्रण करना सिखाये। जब एक बार बालक के संवेग व्यवहार का प्रतिमान निश्चित हो जाता है तो उनमें परिवर्तन करना कठिन हो जाता है। इसलिए माता पिता व शिक्षकों का दायित्व है कि उनमें सांवेनिक स्थिरता आये ऐसा प्रयास करें।

E.B. Herlock ने संवेगात्मक नियंत्रण को निम्न प्रकार से परिभाषित किया है –

"Emotional Control means to direct Emotional energy into useful and socially approved channels of expression".

Journal of Research and Development
A Multidisciplinary International Level Referred and Double Blind Peer Reviewed, Open Access
ISSN : 2230-9578 | Website: https://jrdrvb.org Volume-18, Issue-2(A)| February - 2026

संदर्भ सूची

1. बाल विकास – शर्मा एण्ड शर्मा
2. मातृ कला एवं बाल विकास डॉ.दीपशिखा पाण्डेय
3. बाल विकास – C.B. Hulock
4. बाल विकास मनोविज्ञान – A.K. Singh
5. बाल विकास मनोविज्ञान – L.B. Tripathi