

गोलमन यांची भावनिक बुद्धिमत्ता उपपत्ती : एक दृष्टिक्षेप

डॉ. हेमंतकुमार डी. चित्ते

सहाय्यक प्राध्यापक (एम.एड्. विभाग)

शिक्षणशास्त्र महाविद्यालय, नाशिक

सारांश

बुद्धिमत्ता या अमूर्त संकल्पनेत अनेक पैलू दिसून येतात. विविध मानसशास्त्रज्ञांनी बुद्धिमत्तेच्या विविध घटकांचा अभ्यास केलेला आहे त्यापैकी डॅनियल गोलमन यांनी बुद्धिमत्तेच्या भावनिक बुद्धिमत्ता या प्रकाराला व्यक्तीच्या जीवनात अधिक महत्त्व असते असे मानले आहे. भावनिक बुद्धिमत्ता असणारी व्यक्ती आयुष्यात यशाच्या उच्च शिखरावर पोहचू शकते असे त्यांचे मत होते. भावनिक बुद्धिमत्ता ही संकल्पना १९८५ मध्ये त्यांनी जगासमोर मांडली. भावनिक बुद्धिमत्तेचे पाच पैलू जर व्यक्तीत विकसित झाले तर त्या व्यक्तीच्या भावनिक बुद्धिमत्तेचा विकास झाला आहे असे आपण म्हणू शकतो.

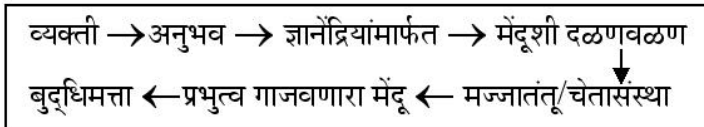
- १) आत्मभान (Self Awareness)
- २) आत्मनियंत्रण (Self control)
- ३) आत्म प्रेरणा (Self motivation)
- ४) तदनभूती/सहसंवेदन (Empthy)
- ५) सामाजिक कौशल्य (Social Skill)

व्यक्तीला स्वतःला ओळखता येणे आणि दुसऱ्यालाही ओळखता येणे म्हणजेच शिक्षण. व्यक्तीला SWOT Analysis द्वारा स्वतःचे आत्मपरिक्षण करून स्वतःमधील शक्तीस्थळे (Strong points), कमतरता (Weaknesses), संधी (Opportunities) आणि जीवनातील संभाव्य धोके (Threats) ओळखता आली पाहिजेत व त्यातूनच स्वविकास साधता आला पाहिजे. या हेतूनेच गोलमन यांनी भावनिक बुद्धिमत्तेचा विकास कसा करावा हे या उपपत्तीतून थोडक्यात मांडलेले आहे.

प्रस्तावना

बुद्धिमत्ता

बुद्धि, बुद्धिमत्ता, स्मरणशक्ती, विस्मरण यांचा संबंध मेंदूशी अधिक प्रमाणात येतो. तसेच व्यक्तीने घेतलेल्या अनुभवांशी असतो. अनुभव हे ज्ञानेंद्रियांमार्फत ग्रहण करावे लागतात.



ग्रीक देशाने विविध क्षेत्रातील, विषयातील शब्दांचा पुरवठा अनेक शास्त्रांना केला आहे.

बुद्धिमत्तेला लॅटीन भाषेवरून इंग्रजीतील Intelligence हा मराठीतील बुद्धिमत्ता या शब्दाला समानार्थी म्हणून वापरला जातो.

बुद्धिमत्तेचा विकास = मेंदूचा विकास

मेंदू Brain या अवयवाची क्षमता जेवढी उच्च कार्यक्षम तेवढी उच्चतम बुद्धिमत्ता असते.

मानवी मेंदू विकास प्रक्रिया



मध्यवर्ती चेता संस्थेपासून

बुद्धिमत्ता व्याख्या

१) टर्मन

'अमूर्त पातळीवर विचार करण्याची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता होय'.

२) वुड्रो

'व्यक्तीची नवीन ज्ञान संपादन करण्याची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता होय'.

३) अँडम्स

'उपयोजित विचारसरणी म्हणजे बुद्धिमत्ता'.

४) वुडी (Woody)

'नवीन ज्ञान संपादन करण्याची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता होय'.

५) गाल्टन

'सूक्ष्मभेद व निवड करण्याची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता होय'.

६) एबिंगहॉस

'संयोजन करण्याची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता'.

७) मॅकड्यूगल

'पूर्वानुभवाच्या आधारे नैसर्गिक प्रवृत्ती सुधारण्याची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता होय'.

८) 'Intelligence is the aggregate capacity of the individual to react purposefully to think rationally to deal effectively with his environment'.

Weschder D.

९) 'Intelligence is the ability to apprehend & to adopt oneself to circumstances'.

Binnet & Simon

१०) 'Intelligence is the power of adjustment to relatively novel situations by organizing new psycho-physical combinations'

Burn J.

११) स्टोडार्ड

'बुद्धिमत्ता म्हणजे कठीण गुंतागुंतीच्या समस्यांचे अमूर्त चिंतनाद्वारे निराकरण करणारी, उद्दिष्टाप्रत नेणारी, सामाजिक मूल्ये आणि सुप्तशक्तीचा वापर करून समायोजन साधणारी शक्ती म्हणजे बुद्धिमत्ता होय.

बुद्धिमत्तेच्या उपपत्ती

बुद्धिमत्ता व त्यातील घटकाविषयी सर्व मानसशास्त्रज्ञात एकमताचा अभाव आढळून येतो. बुद्धिमत्तेच्या एक घटक उपपत्तीपासून एकशे वीस घटक उपपत्ती पर्यंतच्या घटकांचा समावेश बुद्धिमत्ता या मानसशास्त्रीय संकल्पनेत करण्यात आला.

अशा काही बुद्धिमत्तेच्या उपपत्ती पुढीलप्रमाणे.

- १) बिने, टर्मन - एक घटक उपपत्ती
- २) स्पिरअरमन - द्विघटक उपपत्ती
- ३) थॉमसन - समूह घटक उपपत्ती
- ४) थॉनडॉईक - तीन घटक उपपत्ती
- ५) थर्स्टन - बहुघटक / सप्तघटक उपपत्ती
- ६) गिलफोर्ड - संरचना उपपत्ती
- ७) कॅटल - प्रवाही स्फटिकमय बु. उपपत्ती
- ८) स्टर्नबर्ग - त्रिकुट बुद्धिमत्ता उपपत्ती
- ९) हॉवर्ड गार्डनर - चेतानिष्ठानावर आधारित उपपत्ती
- १०) गोलमन - भावनिक बुद्धिमत्ता उपपत्ती

डॅनिएल गोलमन - भावनिक बुद्धिमत्ता उपपत्ती

Daniel Goleman's Emotional Intelligence-Theory

- १) जनक : डॅनिएल गोलमन
- २) उपपत्ती : भावनिक बुद्धिमत्ता
- ३) उदय : १९९५ साली
- ४) पार्श्वभूमी :

गोलमन यांच्या मते स्वतःच्या भावनांवर नियंत्रण ठेवता येणे ही आधुनिक संकल्पना आहे.

१९४० साली पासून बुद्धिमत्ता संशोधनाचे कार्य गोलमन यांनी सुरू केले होते. जवळ-जवळ २० ते २२ वर्षे बुद्धिमत्तेचे संशोधन झाले. भावनिक बुद्धिमत्ता असते हे सिद्ध झाले.

भावनिक बुद्धिमत्ता ही संज्ञा प्रथमतः अमेरिकन मानसशास्त्रज्ञ पीटर सॅलोव्हे व जॉन मेअर यांनी १९८० साली वापरली.

जॉन मेअर

Emotional Intelligence is the ability to monitor & regulate ones own and others feelings and to use feelings to guide though and action.

केवळ स्वतःच्याच नव्हे तर इतरांच्याही भावनांची ओळख होणे आवश्यक असते आणि ही ओळख होण्याची क्षमता म्हणजे भावनिक बुद्धिमत्ता होय.

स्वतःच्या व इतरांच्या भाव-भावनांवर नियंत्रण व नियमन करण्याची क्षमता म्हणजे भावनिक बुद्धिमत्ता होय.

या संकल्पनेची विस्तृत मांडणी गोलमन यांनी लेखन प्रशिक्षण व संशोधन याद्वारे केली आहे.

गोलमन

'आपले इतरांशी स्नेह संबंध सुव्यवस्थित स्थापन करण्यासाठी स्वतःच्या व इतरांच्या भावना समजून घेण्याची क्षमता स्वयंप्रेरणेतून निर्माण करणे म्हणजे भावनिक बुद्धिमत्ता होय'.

थोडक्यात, इतरांशी कसे वागावे हे ज्याला कळते त्याच्यात भावनिक बुद्धिमत्ता आहे असे समजते.

भावनांवर नियंत्रण ठेवणे सर्वांनाच जमेल असे नाही.

उदा. खाणे, खेळणे, रागावणे, राग, आनंद यावर नियंत्रण होते का ?

भावनिक बुद्धिमत्ता जास्त असलेले व्यक्ती जीवनात भरपूर यश संपादन करतात किंवा अधिक सफल होतात.

.∴ भावनिक बुद्धिमत्तेचा विकास आवश्यक.

ज्याचा बुद्धीगुणांक IS जास्त किंवा १०० आहे ते यशस्वी होतातच असे नाही. १०० लोकांत १ १/२ टक्के (१५ लोके) लोक अति बुद्धिमान असतील तर त्यापैकी ४ लोक उच्च शिखरावर पोहचलेले असतात. कारण भावनिक बुद्धिमत्तेचा विकास अधिक झालेला असतो.

शैक्षणिक बुद्धिमत्ता + भावनिक बुद्धिमत्ता = बुद्धिमत्ता विकास

भावनिक बुद्धिचे गोलमनने पाच अंग सांगितले आहे.

अ) व्यक्तिगत घटक

- १) स्वजाणीव
- २) स्वनियमन
- ३) स्वप्रेरणा

ब) सामाजिक घटक

- १) सहसंवेदना
- २) सामाजिक कौशल्य

भावनिक बुद्धिमत्ता ही व्यापक व बुद्धिमत्तेला पूरक संकल्पना आहे.

अॅरिस्टॉटलच्या मते, भावनांचा अविष्कार करणे सोपे पण नियंत्रण कठीण असते.

उदा. कोणावरही रागावणे सोपे आहे पण योग्य वेळी योग्य माणसावर योग्य कारणाकरिता, योग्य प्रकारे योग्य प्रमाणात रागावणे कठीण आहे.

गोलमनने सांगितलेल्या ५ पैलूंचा विकास झाला म्हणजे भावनिक बुद्धिमत्ता विकसित होते आणि हा विकास आवश्यक असतो.

अ) व्यक्तिगत घटक

१) स्वजाणीव/स्वपरिक्षण/आत्मभान/Self Awareness

जी व्यक्ती स्वतःला ओळखू शकते, capacity for understanding one's weakness, one's emotions & strength. जी व्यक्ती स्वतःच्या कमतरता, भावना, क्षमता, शक्ती स्थळे यांना ओळखू शकतो ती व्यक्ती स्वजाणीव असलेली व्यक्ती असते.

स्वतःच्या भावना, मर्यादा, बलस्थाने यांच्या जाणीवेतून निर्णय घेण्यासाठी भावनांमधील प्राधान्यतेचा वापर करून स्वतःच्या क्षमतांचे वास्तव व यथायोग्य मूल्यमापन करणे, ठाम विश्वास असणे म्हणजे आत्मभान होय असे गोलमन यांचे मत आहे.

उदा. स्वतःला ओळखणे, what is my existence ३मधील त्रुटी व दोष, गुण वैशिष्ट्ये, अस्तित्त्व काय हे समजणे.

२) स्वनियमन/स्वनियंत्रण/आत्मनियंत्रण/Self management/Self control

स्वतःच्या विद्रोही विघातक भावनांवर नियंत्रण ठेवणे योग्य पद्धतीने भावनांची हाताळणी करणे, नैराश्यातून व्यवस्थित बाहेर पडतो, कोणताही निर्णय सद्सद्विवेक बुद्धिने घेणे, बुद्धिशी प्रामाणिक व प्रगमनशील असावे म्हणजे स्वनियमन होय.

भावनांच्या आहारी न जाणे जो स्वतःला ओळखतो तो स्व-नियंत्रण ठेवू शकतो.

उदा. सुखात-हुरळून दुःखात-डगमगून, न जाणे समतोल, सुवर्णमध्ये साधणे.

३) स्वप्रेरणा/अभिप्रेरणा/आत्मप्रेरणा/संपादन उर्मी/Self Motive

आपल्या जीवनाची ध्येये इरवून ती गाठण्याचा प्रयत्न करणे, ध्येयांचा प्राधान्यक्रम ठरविणे, उच्च ध्येय गाठण्यासाठी निम्नस्तरीय ध्येयांचा व वैयक्तिक ध्येयांचा त्याग करून ध्येय गाठण्यासाठी पुढाकार करणे, प्रयत्नांची पराकाष्ठा करणे, सुधारण्यासाठी धडपडणे, मनोबल टिकवणे, निराशा निरूस्ताहपर मात करणे, अनुकूल गोष्टींवर भर देणे म्हणजेच आशावादी राहणे व स्वतःला ध्येयाप्रत पोहचण्यास प्रेरणा देणे.

उदा. मला विज्ञान शाखेत प्रवेशासाठी आताच प्रयत्न करायला हवे तरच मी इंजिनियर पायलट होईल.

ब) सामाजिक घटक/योग्यता

१) सहसंवेदना / तदनुभूती / महानुभव / सामाजिक जाणीव / Social Awareness

इतरांच्या भावना, संवेदना समजून घेणे, त्याबद्दल जाणीव असणे, एखाद्या प्रसंगाकडे इतरांच्या दृष्टीने न बघणे, समाजातील विविध प्रकारच्या लोकांशी सुसंवाद साधता येणे, सुर जुळवणे, त्यांच्यातील विविध भिन्नतेची जाणीव होणे.

इतरांना समजून घेणे, सहकार्य करणे ही द्विमार्गी प्रक्रिया आहे.

Capacity for understanding what others saying and feeling and why they feel and act as they do.

इतरांचे सहकार्य कसे मिळवायचे ? हा प्रश्न जर सोडवता आला तर ती व्यक्ती भावनिक बुद्धिमत्तेच्या क्षेत्रात असते.

उदा. संवेदनशील मन असावे. इतरांच्या जागी स्वतःला समजणे.

आनंद/दुःख जाणून घेणे → स्वतःला समजणे → स्वतः अनुभवणे → सुखात/दुखात समरस होणे → आनंदी होणे/आधार देणे. ∴ सहसंवेदन आवश्यक.

उदा. १) एखाद्या व्यक्तीची नोकरीत नियुक्ती झाली तर त्याच्या आनंदात सहभागी होणे.

२) एखादा विद्यार्थी रनिंग रेस मध्ये अयशस्वी झाला तर दुःख समजून प्रेरणा देणे की, पुढील स्पर्धेत यश नक्की मिळेल.

२) सामाजिक कौशल्ये/समायोजन/Social skill/Relationship Management/Handling relationship/Adjustment

समाजातील प्रत्येक नातं/घटक, वस्तूशी जुळवून घेता येणे, स्वतःचे म्हणजे इतरांना पटवून देता येणे, इतरांना हाताळणे, मन वळवता येणे हे सामाजिक कौशल्याची लक्षणे आहेत.

यात, श्रवण कौशल्य, नेतृत्व, वादविवाद, संप्रेषण यात प्राविण्य असणे.

उदा.

याचाच अर्थ सुखसमृद्ध, सुव्यवस्थित, सुसंस्कृत जीवनासाठी भावनिक बुद्धिमत्ता विकास आवश्यक आहे.

भावनिक बुद्धिमत्तेचा शिक्षणात उपयोग

१) शिक्षकाने विद्यार्थ्यांना आत्मभाव ओळखण्यास मदत करावी.

उदा. १) प्रत्येकाने आपल्या स्वतःविषयी चांगले व वाईट गुण लिहून आणा/सांगा.

२) शिक्षकाने विद्यार्थ्यांना स्वनियंत्रण ठेवल्यास शिकवणे.

उदा. विविध गोष्टी सांगून सुखाने हुरळून न जाणे, दुःखी, निराशी न होता अधिक जोमाने समस्या सोडवावी. राग, लोभ, द्वेष, करू नये वगैरे.

३) शिक्षकांनी विद्यार्थ्यांना स्वप्रेरणा निर्माण करण्यास मदत करावी.

उदा. १) मी वैज्ञानिक झालो तर

२) मी अंतराळात गेलो तर ...

यासारख्या विषयातून विचारांना चालना देऊन मला हे करायचे यासाठी प्रेरणा देणे.

४) समायोजनासाठी शिक्षकांनी विद्यार्थ्यांना मदत, प्रेरणा द्यावी.

उदा. विद्यार्थ्यांला विज्ञान विषयात चांगले गुण मिळाले व दुसऱ्याला कमी तर एकाने आनंदाने दुसऱ्याला न विसरता पुढे माझ्यापेक्षा चांगले प्रयत्न कर ही भावना वृद्धिंगत करावी.

५) शिक्षकाने विद्यार्थ्यांना समायोजनास प्रोत्साहित करणे.

भावनिक बुद्धिमत्ता कशी साधता येईल ?

१) व्यक्ति एखादे कार्य करण्याची दुर्दम्य इच्छा आहे. स्व-प्रेरणा आहेत. तर भावनिक बुद्धिमत्तेचा विकास होण्यास मदत होते.

२) वस्तूनिष्ठ परिक्षणातून भावनिक बुद्धिमत्ता विकास साधता येईल.

३) व्यक्ती इतरांच्या निरक्षणातून/अनुकरणातून भावनिक बुद्धिमत्ता विकास साधेल.

उदा. साहित्यिक, शास्त्रज्ञ, नेता वगैरे

४) आत्मसमाधान व इतरांचे समाधान करण्याच्या शोधात व्यक्ती भावनिक बुद्धिमत्तेमुळे सखोलतेपर्यंत पोहचते.

५) व्यक्तीत काम करण्याची शक्ती व उत्साहामुळे तो स्वतःला लोकांपासून एकटे वा परके समजत नाही.

६) एखाद्याला व इतरांना जाणण्यामुळे परस्परात आंतरक्रिया निर्माण होऊन नैसर्गिक सामर्थ्य व अव्यक्त बुद्धि सामर्थ्य पूर्णपणे उपयोगात आणले जाते.

७) इतरांची मने कशी जिकावित हे ज्ञान प्राप्त होते.

८) संख्यात्मक दर्जापोा गुणात्मक मूल्ये यावर भर देऊन भावी जीवन घडविण्यास मदत होते.

९) दीर्घकाळ चांगले कसे जगावे व मानसिक, शारीरिक आरोग्य टिकवण्याची क्षमता कशी मिळवावी याची जाण होते.

१०) प्रेरणा, उत्तेजन, संवाद कौशल्य यामुळे ताणतणाव कमी करणे निर्णयशक्ती संदर्भात भा.बु.मदत करते.

संदर्भ सूची

जगताप, ह.ना. (मार्च १९९९)

'शैक्षणिक मानसशास्त्र', पुणे, अनमोल प्रकाशन
सप्रे, नीलिमा, पाटील प्रीती (सप्टेंबर २००६)

'शिक्षणातील विचारप्रवाह' कोल्हापूर, फडके प्रकाशन.
करंदीकर सुरेश (ऑगस्ट २००३)

'शैक्षणिक मानसशास्त्र', कोल्हापूर, फडके प्रकाशन.
कदम तेजस्वीनी (जानेवारी २००५)

'सेट मार्गदर्शन-शिक्षणशास्त्र', नाशिक याज्ञी प्रकाशन.