G.P. — Psychology

B.A. I (H) - Paper - I

PAGE NO.: 01
DATE:

Bodily changes in Emotion

संवेग की अवस्था में व्यक्ति में महत्वपूर्ण शारीरिक परिवर्तन होते हैं जिसे मोटे तौर पर दो भागों में बाँटकर अध्ययन कर सकते हैं :-

(A) External Bodily changes :-

मनोवैज्ञानिकों ने संवेग में होनेवाले बाह्य शारीरिक परिवर्तनों को तीन भागों में बाँटा है :-

(1) आनन अभिव्यक्ति में परिवर्तन :- चेहरे में अद्भुत संवेदनशील एवं छोटी-छोटी पेशियाँ होती है जो संवेग के उत्पन्न होने पर फैलना-सिकुड़ना प्रारंभ कर देती है। आनन अभिव्यक्ति द्वारा खुशी, उदासी, आश्चर्य, डर, क्रोध एवं घृणा संवेग की स्पष्ट अभिव्यक्ति होती है।

(2) शारीरिक मुद्रा में परिवर्तन :- संवेग से व्यक्ति की शारीरिक मुद्रा में परिवर्तन होता है। जैसे दुःखी व्यक्ति का शरीर कुछ झुका हुआ होता है और क्रोधित व्यक्ति का शरीर कुछ अकड़ा हुआ एवं तना हुआ दिखलाई पड़ता है। मनोवैज्ञानिकों ने अपने अध्ययनों के आधार पर बतलाया है कि प्रत्येक संवेग में व्यक्ति का हाथ, पैर, सिर आदि की विशेष मुद्रा होती है।

(3) स्वर-अभिव्यक्ति में परिवर्तन :- संवेग की स्थिति में व्यक्ति की आवाज में भी परिवर्तन हो जाता है जिसे सुनकर संवेग का अंदाजा लगाया जा सकता है। जैसे- क्रोधित व्यक्ति जोर-जोर से बोलता है। व्यक्ति के आवाज की तीव्रता, बोलने का ढंग, स्वर विराम तथा स्वर आरंभ आदि के आधार पर हम अभिव्यक्त संवेग का अंदाज लगाते हैं।

Scanned with CamScanner

(B) Internal Bodily Changes :

संवेग की स्थिति में आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन भी होते हैं जिसे हम आँखों से नहीं देख पाते हैं, परन्तु यंत्र-विशेष की सहायता से हम उसका अध्ययन करते हैं। प्रमुख आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन निम्नलिखित हैं:-

(1) रक्तचाप में परिवर्तन :— संवेग की अवस्था में रक्तचाप के स्तर में परिवर्तन हो जाता है जिसका मापन Sphygmomanometer यंत्र द्वारा किया जाता है। क्रोध, भय तथा हर्ष में रक्तचाप में वृद्धि और शोक, दुःख में रक्तचाप में कमी देखी जाती है।

(2) रक्त में रासायनिक परिवर्तन :— संवेगावस्था में रक्त में रासायनिक परिवर्तन होता है। संवेग की अवस्था में रक्त में एड्रिनिन, चीनी, सिम्पैथिन आदि रासायनों की मात्रा बढ़ जाती है।

(3) साँस की गति में परिवर्तन :— कुछ संवेग की अवस्था में साँस की गति तीव्र हो जाती है और कुछ संवेग की अवस्था में धीमी हो जाती है। साँस की गति का मापन Pneumograph, gasometer, body plethysmograph यंत्र द्वारा किया जाता है।

(4) हृदय की गति तथा नाड़ी की गति में परिवर्तन :— हृदय चिकनी मांसपेशियों का बना एक खोखला चैम्बर होता है जिसके सिकुड़ने तथा फैलने से रक्त संचार होता है। हृदय के सिकुड़ने का प्रभाव धमनी से स्पष्ट रूप से मालूम पड़ता है जिसे नाड़ी की गति कहते हैं। कुछ संवेग जैसे क्रोध एवं प्यार में हृदय एवं नाड़ी की गति बढ़ जाती है जबकि उदासी में कम जाती है।

Scanned with CamScanner

(5) पाचन क्रिया में परिवर्तन :- तीव्र संवेग जैसे क्रोध, भय, चिंता आदि में पाचन क्रिया बहुत धीमी हो जाती है। संवेग की तीव्रता के आधार पर कब्जियत या अतिसार के लक्षण उत्पन्न हो जाते हैं। परीक्षा के समय छात्रों में संवेगात्मक उत्तेजना अधिक हो जाती है, इसीलिए अतिसार की शिकायत अधिक देखी जाती है।

(6) ग्रन्थीय स्राव में परिवर्तन :- संवेग की अवस्था में अन्य ~~सभी~~ ग्रन्थियों के अलावा लार ग्रन्थि एवं एड्रिनल ग्रन्थि से स्राव में महत्वपूर्ण परिवर्तन होता है। तीव्र संवेग की अवस्था में लार ग्रन्थि से स्राव कम होता है जिससे मुँह सूखा-सूखा-सा हो जाता है। इसी तरह संवेग की अवस्था में एड्रिनल ग्रन्थि से अधिक स्राव होने लगता है।

(7) गैल्वेनिक त्वक् अनुक्रिया में परिवर्तन :- हमारी त्वचा में एक प्रकार का वैद्युत चालकत्व की क्षमता होती है जो संवेग की अवस्था में कम या अधिक हो जाती है।

(8) आँख की पुतली की अनुक्रिया में परिवर्तन :- मनोवैज्ञानिकों ने अपने अध्ययनों के आधार पर यह दिखलाया है कि संवेग की अवस्था में आँख की पुतली एवं परितारिका के कार्यों में परिवर्तन आता है।

(9) मस्तिष्क तरंगों में परिवर्तन :- मस्तिष्क तरंग का मापन Electroencephalogram (EEG) यंत्र से होता है। सामान्य अवस्था में अधिक ऊँचाई वाला अल्फा तरंग उत्पन्न होता है, जबकि संवेगावस्था में कम ऊँचाई वाला बीटा तरंग उत्पन्न होता है।

AGNI 0.5mm

Scanned with CamScanner