

## Emotional Intelligence scale

### भावनिक बुद्धिमत्ता मापणी

**हेतू (Purpose)-** अनुकूल ह्यादी व संजोत पेठे यांची भावनिक बुद्धिमत्ता मापणी वापरून परीक्षार्थींच्या भावनिक बुद्धिमत्तेचे मापन करणे.

**साहित्य (Material)-** अनुकूल ह्यादी व संजोत पेठे यांची भावनिक बुद्धिमत्ता मापणी, मॅन्युअल, उत्तरपत्रिका, कागद- पेन्सिल लाकडी पडदा इत्यादी.

**प्रस्तावना(Introduction)-** सध्याच्या स्पर्धात्मक युगामध्ये स्वतःची वेगळे स्थान निर्माण करण्यासाठी व्यक्तीला विविध आव्हानांना सामोरे जावे लागते. त्याकरता व्यक्तीने बौद्धिकदृष्ट्या प्रकल्प म्हणजेच बुद्धिमान व सामान्य भाषेमध्ये हुशार असणे गरजेचे आहे. सर्वसामान्यपणे दैनंदिन जीवनामध्ये बऱ्याचदा वापरला जाणारा शब्द बुद्धिमत्ता हा एखाद्या व्यक्तीचे राहणीमान, तिची नोकरी, पद, दर्जा व सामाजिक आर्थिक दर्जा यावरून त्यांच्या बुद्धिमत्तेचा अर्थ लावला जातो. पण मानसशास्त्रदृष्ट्या विचार केल्यास बुद्धिमत्ता ही संकल्पना थोडीशी वेगळी आहे. पुष्कळदा आपल्याला असा प्रश्न पडतो की बुद्धिमत्ता म्हणजे नेमके काय? बुद्धिमान कोणाला म्हणावे? वर्गात सर्वात जास्त गुण मिळणारा विद्यार्थी, चटकन गणितातील उदाहरणे सोडवणारा विद्यार्थी यांना आपण हुशार म्हणतो. संभाषणामध्ये हजरजबाबीपणा आणि बुद्धिमत्तेची चमक दाखवणारी व्यक्ती हुशार समजली जाते. तसेच नवीन शोध लावणारी व्यक्ती आपल्याला हुशार वाटते. तिने एखादे काम अतिशय सफाईदारपणे करून दाखवले की ती व्यक्ती आपण हुशार मानतो. थोडक्यात बुद्धिमत्तेचा संबंध आपण ठराविक प्रकारच्या वर्तनाशी जोडतो ज्यामध्ये क्षमता (Ability) आणि कृती (Action, Activities) यांना महत्त्व दिले जाते. अगदी सोप्या भाषेत बोलायचे झाल्यास असे म्हणतो येईल की अडचणी ओळखणे, त्या समजणे आणि त्यावर मात करणे याविषयीची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता होय.

बुद्धिमत्तेचे स्वरूप व्यक्त करण्यासाठी वेगवेगळ्या व्याख्या मांडल्या आहेत त्या पुढील प्रमाणे बिनी यांच्या मतानुसार “तारतम्य, आकलन क्षमता आणि तर्क क्षमता हे बुद्धिमत्तेचे तीन पैलू आहेत”.

(बिने, 1905)

“अमूर्त गोष्टीविषयी विचार करण्याची व अनुभवातून शिकण्याची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता होय.”

(टर्मन, 1916)

“बुद्धी म्हणजे “जगाच्या आकलन करण्याची तर्कसंगत विचार करण्याची आणि आव्हानांना सामोरे जात असताना संसाधनाचे योग्य उपयोजन करण्याची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता होय.”

(वेश्वर, 1975)

“स्वतःच्या अनुभवातून शिकण्याची, ज्ञान वा माहिती संपादन करण्याची, नवीन परिस्थितीशी जुळवून घेण्याची आणि समस्या परिहरामध्ये प्रभावीपणे संसाधनाचे उपयोजन करण्याची क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता होय.”

(स्टर्नबर्ग आणि कॉफमॅन, 1998)

वेगवेगळ्या व्याख्यांचा परामर्श घेतला असता एक बाब ठळकपणे लक्षात येते आणि त्याबाबत व्याख्या कर्त्यांमध्ये बरेच एकमत दिसते ती बाब म्हणजे बुद्धी ही एक क्षमता नसून अनेक क्षमतांची ती एक गोळा बेरीज

आहे. म्हणजेच बुद्धीची संकल्पना मर्यादित नसून ती बरीच व्यापक आहे आणि त्यामध्ये प्रामुख्याने समस्या समाधान, समायोजन, मर्मदृष्टी/अंतर्दृष्टी, हेतूपूर्णता, अमूर्त आणि तर्कसंगत विचार या बाबी फार महत्त्वाच्या आहेत.

### बुद्धिमत्तेचे सिद्धांत(theories of Intelligence)

बुद्धिमत्ता ही मापणीय असते हे वेगवेगळ्या बुद्धिमत्तेच्या चाचण्या वापरल्यामुळे जाणता येते. त्यामुळे असे म्हणता येईल की सर्वांना बुद्धी असते. बहुसंख्य लोकांची बुद्धिमत्ता सर्वसाधारण स्वरूपाचे असते. काही थोड्या प्रमाणात काही माणसे अतिशय बुद्धिमान असतात तर काही मंदबुद्धीच्या व्यक्ती असतात. तथापि एका प्रश्नाचे उत्तर मिळत नाही आणि तो प्रश्न आहे बुद्धिमत्ता नेमकी काय आहे? तिचे स्वरूप कसे आहे? या प्रश्नाचे उत्तर देण्याचा प्रयत्न मानसशास्त्र यांनी आपल्या परीने केला आहे. बुद्धिमत्तेच्या स्वरूपाविषयी त्यांनी आपले स्वतंत्र विचार सिद्धांताद्वारे मांडले आहेत. हे सिद्धांत दोन प्रमुख प्रकारात मोडतात.

1)मनोमितीय सिद्धांत( Psychometric Theories)

2)बोधनिक सिद्धांत (Cognitive Theories)

### घटक सिद्धांतावर आधारित बुद्धिमत्ता उपपत्ती (Factor Theories of Intelligence)

बुद्धिमत्ता विषय घटक सिद्धांतांचा विचार करत असताना स्पीअरमन सारखे शास्त्रज्ञ बुद्धिमत्ता ही एक संघ क्षमता मानतात.(Unidimensional) तर थर्स्टन, गिलफोर्ड सारखे शास्त्रज्ञ बुद्धिमत्तेचे स्वातंत्र्य असे पैलू मानतात. (multiple dimensional) तर वर्नान व कॅटल हे शास्त्रज्ञ यातील समन्वयात्मक मार्ग स्वीकारताना दिसतात.

#### 1)चार्ल स्पिअरमन द्विघटक सिद्धांत (1927)

स्पिअरमन एक घटक विश्लेषण तंत्राचा अवलंब करून विविध बुद्धिमापन कसोट्यावरील व्यक्तींच्या गुणांचा सहसंबंध अभ्यासला. त्याला बुद्धिमत्तेच्या विविध पैलूवर व्यक्तींचे कमी-अधिक गुण दिसून आलेत परंतु विविध पैलू मध्ये मध्यम ते उच्च स्वरूपाचा सहसंबंध दिसून आला.(0.30 to 0.70) यावरून स्पिअरमनने बुद्धिमत्तेचे दोन घटक प्रतिपादन केले.

I)विशेष घटक (Specific Factor-S)

II)सर्वसाधारण घटक (General Factor-G)

म्हणून या सिद्धांतास द्विघटक सिद्धांत असे म्हणतात.

S-घटकामध्ये विशिष्ट बौद्धिक पैलूत (कार्यात) दिसून येणारी नैपुण्याता उदा. शिवणकाम, भरतकाम, कलाकुसर,इ.

G- घटकामध्ये कुठल्याही बौद्धिक कार्यात दिसून येणारी सर्व सामान्य बुद्धिमत्ता.

स्पिअरमन हा बुद्धिमत्ता एकसंघ (Unidimensional) क्षमता आहे असा मानणार आहे. कारण त्यांच्या मतानुसार कुठल्याही बौद्धिककार्यात सर्वसामान्य बुद्धिमत्ता असतेच. सर्वसामान्य बुद्धिमत्ता ही एक जन्मजात क्षमता आहे. व्यक्तित असलेली सर्वसामान्य क्षमता म्हणजे बुद्धिमत्ता असे तो मानतो. त्यांच्या मतानुसार विशेष क्षमतांचा(S-घटक) अध्ययन प्रशिक्षणातून विकास होतो. विशेष क्षमतांच्या मुळाशी सर्वसामान्य बुद्धिमत्ता असते.

#### 2)थॉर्नडाइकचे बहुघटक उपपत्ती (Multifactor theory of Thorndike)

थॉर्नडाइकच्या मते बुद्धिमत्ता ही अनेक स्वतंत्र घटकांची बनलेले असते. प्रत्येक घटक वेगळी शक्ती सुचवतो.

प्रत्येक बौद्धिक व्यापारात या सर्व घटकांची शक्ती संकलित रित्या कार्यवाहीत येते. मज्जातंतू जितक्या भिन्न प्रमाणात एकमेकांशी निगडित होतात तितक्या प्रमाणात बुद्धिमत्ता वाढत जाते. असे या उपपत्तीमध्ये मांडण्यात

आलेले आहे. एखाद्या व्यक्तीला एक कृती दुसऱ्या कृतीपेक्षा चांगल्या तऱ्हेने करता येते याचे कारण मज्जातंतूंच्या गुंतागुंतीची प्रक्रिया होय. असे सांगून थॉर्नडाइक 'G' व 'S' या घटक उपपत्तीवर टीका करतो.

### 3) थर्स्टनचा प्राथमिक मानसिक क्षमता सिद्धांत (Thurstone's Model of Primary Mental abilities)

थर्स्टनच्या (1937-38) मतानुसार बुद्धिमत्ता एक संघ क्षमता नसून अनेक स्वतंत्र घटकांच्या (पैलूची) बनलेली असते. बुद्धिमत्तेचे सात प्रमुख प्राथमिक घटक आहेत म्हणून थर्स्टनच्या सिद्धांतास बुद्धिमत्तेचा सप्त घटक सिद्धांत तसेच प्राथमिक मानसिक क्षमता सिद्धांत असे म्हणतात. अशा पद्धतीने थर्स्टनचे सप्त घटक पुढीलप्रमाणे-

#### I) शाब्दिक आकलन क्षमता (Verbal Comprehension)-

शब्दाचा अर्थ समजण्याची क्षमता म्हणजे शाब्दिक आकलन क्षमता होय. भाषाविषयक प्रश्नांच्या माध्यमातून शाब्दिक आकलन क्षमतेचे मापन केले जाते.

#### II) शब्द ओघ (word Fluency)-

शब्दसंग्रह, शब्द प्रभुत्व क्षमता म्हणजे शब्द ओघ क्षमता होय. शब्दातील मुळाक्षरे विस्कळीत क्रमाने सादर करून ते योग्य क्रमाने लिहिणे, प्रश्नांच्या माध्यमातून शब्द ओळख क्षमतेचे मापन केले जाते.

#### III) संख्या क्षमता (Number Ability)-

आकडेमोड करण्याची क्षमता म्हणजे संख्या क्षमता होय. गणितीय प्रश्नांच्या माध्यमातून संख्याक्षमता अभ्यासली जाते. अर्थात आकडेमोड करण्यातील अचूकता आणि तात्परता लक्षात घेऊन संख्याक्षमतेचे मापन केले जाते.

#### IV) अवकाश क्षमता (space Ability)-

आकार, दिशा, भूमितीय ज्ञान विषयक क्षमता म्हणजे अवकाश क्षमता होय. दिलेल्या आकृतीचा आकार संकीर्ण पार्श्वभूमीतून ओळखणे या पद्धतीने ही क्षमता मापन केली जाते.

#### V) सहाचार्य स्मृती (Associative Memory)-

तात्कालीक स्मृती साहाचार्य संबंध लक्षात ठेवण्याची क्षमता म्हणजे सहाचार्य स्मृती क्षमता होय. व्यक्तिस शब्दजोड्या अल्पकाळ दाखवून नंतर जोडीतील दुसरा शब्द सांगावयाचे असते. अशा पद्धतीने सहाचार्य स्मृती क्षमतेचे मापन केले जाते.

#### VI) सांवेधानिक वेग (Perceptual Speed)-

व्यक्तीची संवेदन क्षमता प्रयुक्त व्यक्तीस अल्पकाळ चित्र सादर करून नंतर व्यक्तीला त्या चित्रातील साम्य भेद ओळखण्यास सांगितले जाते.

#### VII) तर्क क्षमता

सादर केलेल्या समस्येतील सर्वसामान्य तत्व शोधण्यास सांगून तर्क क्षमतेचे मापन केले जाते.

जरी थर्स्टन या सात क्षमता स्वतंत्र मानत असला तरी या क्षमता पूर्णपणे स्वतंत्र नाहीत. तसेच घटक विश्लेषण तंत्राद्वारे बुद्धिमत्तेचे केवळ सातच पैलू नाहीत तर इतरही पैलू आहेत असे दिसून आले आहे.

### 4) गिलफोर्डचा बुद्धिमत्ता विषयक बहुघटक सिद्धांत (1961)-

थर्स्टन प्रमाणेच गिलफोर्डच्या मते बुद्धिमत्ता एक संघ क्षमता नसून अनेक घटकांची बनलेली आहे. त्यांनी बुद्धिमत्तेचे एकूण 150 पहिले सांगितले म्हणून त्यांच्या सिद्धांतास बहुघटक सिद्धांत असे म्हणतात. गिलफोर्डच्या सिद्धांतास बुद्धिमत्ता रचना प्रारूप (Structure of Intelligent Model) असेही म्हणतात. गिलफोर्ड बुद्धिमत्तेच्या त्रि-परिमिती- **I)माध्यम (Contents) II)प्रक्रिया (Operation) III)निष्पत्ती (Product)**

### **I)माध्यम (Contents)-**

बौद्धिक प्रक्रियेची सुरुवात उद्दिपाकाला अनुसरून होते. उद्दिपाक माहिती कोणत्या प्रकारची आहे या घटकास माध्यम असे म्हणतात. 1)दृश्य (visual) 2)श्राव्य (audio) 3) प्रतिकात्मक (symbolic) 4) आकृतीक (figural) 5)वर्तनात्मक ( Behavioural ) अशा पाच प्रकारच्या माहितीचा माध्यम घटकात अंतर्भाव होतो.

### **2)प्रक्रिया (Operations)-**

प्राप्त उद्दीपक माहितीला अनुसरून घडून येणाऱ्या मानसिक क्रिया म्हणजे प्रक्रिया घटक होय. व्यक्ति प्राप्त माहितीला अनुलक्षण /अनुसरून कसा विचार करतो (How Mind Goes on about Task) यास प्रक्रिया घटक असे म्हणतात. I)मूल्यांकन (Evaluation) II) एककेंद्री विचार (Convergent Thinking) III) बहु केंद्रीय विचार (Divergent Thinking) IV) स्मृती (Memory) V) बोध आकलन (Cognition) या प्रक्रिया संभावतात.

### **3)निष्पत्ती (Products)-**

विचारातून निर्माण झालेल्या गोष्टी कोणत्या स्वरूपात माहिती प्रतीत/प्राप्त होते. मानसिक कार्याची परिणीती म्हणजे निष्पत्ती घटक होय. 1) एकक (Unit) 2) वर्ग (Classes) 3) संबंध (Relation) 4) संरचना (System) 5) रूपांतर (Transformation) 6) गतीतार्थ (Implication) इ. घटकांचा निष्पत्ती घटकात अंतर्भाव होतो.

अशा प्रकारे माध्यम, प्रक्रिया व निष्पत्ती या तीन घटकांतील प्रत्येकी एका घटकांच्या समन्वयातून एक बौद्धिक पैलू तयार होतो. जसे माध्यमातील दृश्य, प्रक्रिया घटकातील मूल्यांकन व निष्पत्ती घटकातील एकक मिळून दृश्य-मूल्यांकन-एकक ही क्षमता तयार होईल. अशा एकंदरीत 5 माध्यम X 5 प्रक्रिया आणि X 6 निष्पत्ती घटक मिळून 150 बौद्धिक पैलू दिसतात.

### **भावनिक बुद्धिमत्ता (Emotional Intelligence)**

भावनिक बुद्धिमत्तेचा मतितार्थ डॅनियल गोलमन (1995) ने त्यांच्या पुस्तकात अत्यंत सूरखरित्या मांडलेला आहे. सामान्य बुद्धिमत्ता नोकरी मिळवून देण्यास मदत करेल तर भावनिक बुद्धिमत्ता पदोन्नती मदत करेल. माझ्या अल्पशा अनुभवामध्ये मी अशा कित्येक व्यक्ती पाहिल्या आहेत त्यांच्याजवळ विलक्षण क्षमता व शिक्षण, बुद्धी असून सुद्धा केवळ त्यांच्या तिरसट किंवा एकलकोंडेपणा स्वभावामुळे त्यांनी स्वतःच्या प्रगतीचे मार्ग रोखले. या विरुद्ध सामान्य क्षमतांचे असे बऱ्याच व्यक्ती देखील पाहण्यात आलेले आहे ज्या केवळ इतरांवर प्रभाव टाकण्याच्या गुणांच्या आधारे जीवनात बऱ्याच यशस्वी झाल्या आहेत. कित्येक व्यवस्थापक अधिकारी, कलाकार व नेते या दुसऱ्या गटात मोडतात. इतरांवर प्रभाव टाकण्याची जेव्हा गोष्ट केली जाते तेव्हा त्याचा अर्थ चापलूची किंवा तोतया गिरी होत नाही. या उलट अशा व्यक्ती इतरांना व परिस्थितीला लगेच समजून घेतात व त्यानुसार स्वतःच्या वर्तनात, भावनांमध्ये बदल करून आणतात. याद्वारे त्यांची इतरांना समजण्याची क्षमता तर दिसून येतेच जसे 'वातावरण' बरेच बदलले/तापलेले दिसत आहे, आज साहेबांचा मूड ठीक दिसत नाही किंवा

नागरिकांमध्ये 'अमुक' एका गोष्टीबाबत असंतोष निर्माण होताना दिसत आहे. परंतु यासोबत स्वतःच्या भावना वरील नियंत्रणा देखील प्रकर्षाने जाणवते.

थार्नडाईक ने नमूद केलेल्या सामाजिक बुद्धिमत्तेच्या संकल्पनेत भावनिक बुद्धिमत्ता या संकल्पनेचे मूळ दडलेले आहे. 1990 मध्ये डॉ. जॉन मेअर आणि पीटर सेलोव्हे यांनी भावनिक बुद्धिमत्तेची संकल्पना सर्वप्रथम मांडली. भावनांच्या क्षेत्रातील व्यक्तीभिन्नतेचे मापन करण्यासाठी शास्त्रीय मापकाचा शोध घेण्याच्या प्रयत्नांमधून या संकल्पनेची निर्मिती झाली. व्यक्तीच्या स्वतःच्या भावनांची व इतरांच्या भावनांचे आकलन करणे व त्यानुसार प्रतिक्रिया व वर्तन करण्याच्या क्षमतेच वर्णन करण्यासाठी सर्वप्रथम या संकल्पनेचे उपयोजन त्यांनी केले. जरी भावनिक बुद्धिमत्तेची संकल्पना या दोघांनी मांडली तरीही ती लोकप्रिय करण्याचे श्रेय मात्र डॅनियल गोलमन यांचे आहे.

मेअर आणि सेलोव्हे यांनी भावनिक बुद्धिमत्तेची व्याख्या पुढीलप्रमाणे केली. "भावनांचे संवेदन, त्यांचे विचारांमध्ये संघटन, भावनांचे आकलन व त्यांचे व्यवस्थापन या भावनांच्या चार क्षेत्रांमध्ये तार्किकतेने वागण्याची क्षमता म्हणजेच भावनिक बुद्धिमत्ता होय."

डॅनियल गोलमन यांनी भावनिक बुद्धिमत्तेची व्याख्या पुढीलप्रमाणे केली. "स्वतःच्या आणि इतरांच्या भावना ओळखण्याची, स्वतःला प्रेरित करण्याची आणि स्वतः मधील व इतरांमधील भावनांचे व्यवस्थापन करण्याची क्षमता म्हणजे भावनिक बुद्धिमत्ता होय."

भावनिक बुद्धिमत्तेची व्याप्ती तशी बरीच मोठी आहे. या विषयावर विस्तृत चर्चा करणे तर या ठिकाणी शक्य होणार नाही. परंतु गोलमनने सुचवलेल्या भावनिक बुद्धिमत्तेच्या पाच क्षमतांचा आपण थोडक्यात आढावा घेऊ. ते घटक पुढीलप्रमाणे-

### 1) स्वतःच्या भावनांची जाणीव (Self-Awareness)-

आपण स्वतःच्या भावनांना अगदी व्यवस्थित ओळखतो असे आपल्या सर्वांनाच वाटत असते. परंतु हे नेहमीच खरी नसते. बऱ्याच व्यक्तींना स्वतःच्या सध्याच्या स्थितीत नेमक्या कुठल्या भावना आहेत हेच समजत नसते. त्यामुळे त्यांना बरेच महत्त्वाचे निर्णय व्यवस्थित घेता येत नाहीत. एवढेच नव्हे तर त्यांना बरेचदा स्वतःच्या भावना, चेहऱ्यावरील हावभाव, आवाजात बदल देहभाषेद्वारे व्यक्त करता येत नाही.

### 2) स्वतःच्या भावना वरील नियंत्रण ( Self-Control )-

बरेचदा आपण 'डोकं सटकले' किंवा 'जिभेवरील ताबा सुटला' असे म्हणतो. काही व्यक्ती आपल्याला चार-चौघांमध्ये दुःख अनावर झाल्याने रडताना दिसतात. अशा वेळेस आपण बोलत असतो स्वतःच्या भावना वरील नियंत्रणाबाबत हे नियंत्रण जर व्यवस्थित नसेल तर बरेचदा व्यक्ती महत्त्वाच्या ध्येयापासून वंचित राहू शकते. हे कार्यालयातील पदोन्नतीपासून वंचित राहणे हे वरिष्ठांवर त्यांच्यासमोर राग काढल्यास घडू शकते तसेच पती-पत्नीचे प्रेम घरात सारखी चिडचिड होत असल्यास मानसिकता स्थिर न राहिल्याने मतभेद वाढतात.

### 3) स्वतःस प्रेरित करणे (Self-Motivation)-

देवावर विश्वास ठेवणाऱ्या व्यक्ती दोन प्रकारच्या असतात. एक व्यक्ती ज्यांच्या विश्वास असतो की, 'असेल माझा हरी तर देईल खाटल्यावरी' आपण अस्तिकतेवर जरी चर्चा करीत नसलो तरी एखादे ध्येय प्राप्त करण्याकरता व्यक्तीची परिश्रम करण्याची तयारी या अभीवृत्तीद्वारे दिसून येते. काही व्यक्ती खूप धडपड करणाऱ्या असतात ज्या नियोजनबद्ध पद्धतीने ध्येयप्राप्तीच्या मार्गावर वाटचाल करीत असतात. अशा व्यक्ती लहान सहान अभिलाषांना बळी पडून जीवनातील मोठ्या ध्येयापासून परावृत्त होत नाहीत.

#### 4) इतरांच्या भावना ओळखणे व प्रभावित करणे/सहानुभूती(Empathy)-

स्वतःच्या भावना वरील नियंत्रणासोबत इतरांच्या भावना जाणून घेणे देखील महत्वाचे असते. लहान मुलांना वडिलांना 'केव्हा' एखादी गोष्ट मागायची आहे हे समजते. वडिलांचा आनंदित किंवा प्रफुलित मूड पाहून मागणी केली जाते. प्राध्यापकांकडून काही तपासून घेण्यापूर्वी देखील विद्यार्थी त्यांचा 'मूड' अंदाज घेतात. अशाच प्रकारची स्थिती जीवनातील विविध परिस्थितीमध्ये आढळते. उच्च भावनिक बुद्धिमत्ता असलेली व्यक्ती केवळ इतरांच्या भावना समजून घेत नाही तर इतरांच्या भावनांना प्रभावीत देखील करते. याद्वारे त्यांना हवे असलेल्या भावना इतरांमध्ये निर्माण करता येतात व ध्येयप्राप्तीचा मार्ग सोपा होतो. राजकीय पुढारी या घटकांमध्ये निश्चितच तज्ञ असतात.

#### 5) अंतरवैयक्तिक संबंध हाताळणे (Managing relations )

तुम्ही बऱ्याच अशा व्यक्ती पाहिल्या असतील ज्यांचे कुणाच्या सोबत 'जमत' नाही. याउलट असे व्यक्ती देखील तुमच्या पाहण्यात आल्या असतील ज्यांचे कोणाशी 'वैर' नसते. अशी 'आजात शत्रू' माणसे स्वतः देखील नेहमीच हसत खेळत राहतात व इतरांनाही देखील हसत खेळत ठेवतात. अशा व्यक्ती कधीही इतरांवर स्वतःच्या प्रभाव बळजबरीने टाकण्याचा प्रयत्न करीत नाहीत. त्यांचा प्रभाव आपोआप इतरांवर पडतो. साहजिकच अशा व्यक्तींचा मार्गात कोणी अडथळे निर्माण करीत नाहीत. याउलट गरज असल्यास लोक स्वतःहून त्यांच्या मदतीकरता धावून येण्यास तत्पर असतात.

#### भावनिक बुद्धिमत्तेचे महत्व-

01. भावनिक बुद्धिमत्ता ही विशेष प्रभावी आहे व काही ठिकाणी तर सामान्य बुद्धिमत्तेपेक्षा अधिक प्रभावी ठरते. व्यक्तीच्या यशस्वीतेमध्ये सर्वसामान्य बुद्धिमत्तेचा वाटा केवळ 20% असेल तर बाकी सर्व यशांमध्ये भावनिक बुद्धिमत्तेचे योगदान सर्वाधिक असते.

02. बुद्धिगुणांकावरून व्यक्तीच्या यशस्वीतेच्या अंदाज लावता येत नाही पण भावनिक बुद्धिमत्ता मात्र जीवनाच्या यशस्वीतेचा सर्वोत्तम सूचक आहे. आपल्या जीवनात ज्या गोष्टी भावनिक बुद्धिमान व्यक्ती हाती घेते त्या ती पूर्णतः यशस्वी होते.

03. भावनिक बुद्धिमत्ता जोपासता येते वा तिचे संवर्धन करता येते.

04. सुखी आणि निर्णायक होण्यासाठी भावनिक बुद्धिमत्ता महत्वाची ठरते. आपल्या मुलांना व आपल्यालाही सुखी होण्यासाठी गरज असणाऱ्या गोष्टींचा सार भावनिक बुद्धिमत्तेत आहे.

05. शैक्षणिक संपादन मापनासाठीही भावनिक बुद्धिमत्ता ही उपयुक्त संकल्पना आहे. शैक्षणिक क्षेत्रातील यशस्वीतेचे मापन भावनिक आणि सामाजिक माफकांचे उपयोजन करून अधिक चांगल्या प्रकारे करता येते.

06. कामाच्या वा व्यवसायाच्या ठिकाणीही भावनिक बुद्धिमत्ता महत्वपूर्ण ठरते. कामाच्या ठिकाणी सामान्य बुद्धिमत्ता वा व्यवसाय कौशल्ये वा सक्षमतेच्या तुलनेत भावनिक बुद्धिमत्तेचा अधिक उपयोग होतो.

07. परस्पर संबंध हाताळण्यात भावनिक बुद्धिमत्ता महत्वपूर्ण ठरते. आत्मजाणीव, आत्मप्रेरणा, इतरांमधील भावना समजून घेणे, इतरांमधील भावना ओळखणे आणि संबंध हाताळताना हे सर्व भावनिक बुद्धिमत्तेचे पैलू आहेत. जे परस्पर संबंध हाताळण्यामध्ये महत्वपूर्ण ठरते.

## चाचणी व्यवस्थापन (Test Administration)-

### चाचणीचे वर्णन-

प्रस्तुत मापणी अनुकूल ह्यदी व संजोत पेठे यांनी बनवली असून यामधून प्रयुक्तांच्या भावनिक बुद्धिमत्तेचे मापन होते. यामध्ये एकूण 34 कलमे असून प्रत्येक कलमास पूर्णपणे सहमत, सहमत, अनिश्चित, असहमत, पूर्णपणे असहमत असे पाच पर्याय दिलेले आहेत. एकूण कलमे ही पुढील दहा विभागांमध्ये विभागली आहेत.

## भावनिक बुद्धिमत्तेचे घटक (Factor of Emotional Intelligence)

### 1)स्व-जाणीव (Self-Awareness -A)-

यामधून प्रयुक्तास स्वतः विषयी असणाऱ्या स्व-जाणिवेचे मापन होते. म्हणजेच प्रयुक्ताला स्वतःच्या भावनांची जाणीव कितपत आहे हे स्पष्ट होते.

### 2)सहानुभूती (Empathy-B)-

या क्षेत्रातून प्रयुक्त इतरांच्या भावना कितपत समजून घेतो याचे मापन होते. म्हणजेच प्रयुक्त इतरांच्या भावना विषयी किती समान अनुभूती अनुभवतो याचे मापन होते.

### 3)स्वयं-प्रेरणा (Self-Motivation-C)-

एखाद्या गोष्टीबाबत प्रयुक्त आंतरिकदृष्ट्या कितपत प्रेरित आहे यालाच स्वयं-प्रेरणा असे म्हणतात. यामधून विविध गोष्टीबाबत प्रयुक्तांच्या असणाऱ्या स्वयं-प्रेरणेचे मापन होते.

### 4)भावनिक स्थिरता (emotional Stability-D)-

प्रयुक्ता मधील भावनिक स्थिरतेचे मापन या विभागातून होते. म्हणजेच व्यवहारिक जीवनात वागताना प्रयुक्त भावनिकदृष्ट्या म्हणजे स्वतःच्या भावनाबाबत कितपत स्थिर आहे याचे मापन यातून होते.

### 5)आंतरवैयक्तिक संबंध हाताळणे (Managing relations-E)-

व्यक्तिगत जीवनातील नातेसंबंध सकारात्मकपणे हाताळण्याची क्षमता यालाच अंतरवैयक्तिक संबंध हाताळणे असे म्हणतात. यामध्ये स्वतःच्या व इतरांच्या भावनांचे नियमन करून प्रयुक्त कितपत प्रभावितपणे नातेसंबंध हाताळतो याचा समावेश होतो.

### 6) प्रामाणिकपणा/अखंडत्व (Integrity-F)-

यामधून प्रयुक्त स्वतःच्या क्षमता व भावनांबाबत कितपत प्रामाणिक आहे व त्यामधील असणारे अखंडत्व याचा समावेश होतो.

### ७) स्व-विकास(Self-Development-G)-

यामधून प्रयुक्तांच्या स्वताच्या व इतरांच्या भावनांमध्ये फरक ओळखून स्व-विकास करण्याच्या क्षमतेचा समावेश होतो. म्हणजे स्वतःच्या व इतरांच्या भावनांमध्ये समन्वय साधून भावनिकतेच्या जोरावर प्रयुक्त स्वतःचा विकास कितपत करतो याचे मापन होते.

### 8) मूल्यभिमुखता (Value-Oriented-H)

यामधून प्रयुक्तांच्या स्वतःच्या जीवनाविषयक मूल्ये व त्यांच्यातील लवचिकता, प्रामाणिकपणा यांचे मापन होते.

### 9) बांधिलकी (Commitment-I)-

या क्षेत्रातून प्रयुक्ताच्या जीवनातील नातेसंबंधामधील व विचारांमधील बांधिलकीचा समावेश होतो. ज्यामधून प्रयुक्त स्वतःच्या जीवनातील मूल्य विचार व नातेसंबंध यामधील बांधिलकीची जाणीव होते.

#### 10) निःस्वार्थी वर्तन (Altruistic Behaviour-J)-

हा घटक प्रयुक्तासमधील निःस्वार्थी वर्तनाचे स्पष्टीकरण करतो. ज्यामध्ये प्रयुक्त सहवासातील व्यक्तींना कितपत प्रेरित करतो. अवतीभोवतीचे संघर्ष किती प्रामाणिकपणे हाताळतो याचा समावेश होतो.

#### विश्वसनीयता (Reliability)-

200 प्रयुक्तांवर चाचणी प्रमाणित करून द्वि-विभागीय पद्धतीने चाचणीची विश्वसनीयता तपासली आहे. जी 0.88 इतकी दिसून आली आहे.

#### यथार्थता(Validity)-

प्रस्तुत चाचणीची यथार्थता दर्शनीय यथार्थता पद्धतीने तपासली असता चाचणी घटकांना अनुसरून कलमे व घटक यामध्ये उच्च सहसंबंध दिसून आला आहे. तो सहसंबंध गुणांक 0.93 इतका दिसून आला.

**मानदंड (Norms)-**प्रस्तुत मापनी ही महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांच्या प्रातिनिधिक नमुन्यावर आधारित असून याद्वारे व्यक्तीच्या भावनिक बुद्धिमत्तेचे मापन होते.

#### दक्षता आणि नियंत्रण (Precaution & Control)-

- 1)चाचणी सुरु करण्यापूर्वी चाचणीचा हेतू परीक्षार्थीस माहित असावा.
- 2)चाचणी सुरु करण्यापूर्वी परीक्षार्थीशी सुसंवाद प्रस्थापित केलेला असावा.
- 3)चाचणी सुरु करण्यापूर्वी परीक्षार्थी दाखवू नये.
- 4)चाचणीतील सर्व कलमांना परीक्षाणार्थीने क्रमाने प्रतिक्रिया द्यावी.
- 5)चाचणीतील कोणतेही विधान वगळू नये.
- 6)चाचणीच्या सूचना परीक्षाणार्थी पूर्णपणे समजल्याची खात्री करून घ्यावी.
- 7)परीक्षाणार्थीस बाह्य उद्दीपकाचा अडथळा होणार नाही याची काळजी घ्यावी.

#### प्रत्यक्ष कृती (Actual Conduct)-

चाचणीसाठी लागणारे सर्व साहित्य टेबलवर ठेवले व प्रयुक्ताला प्रयोगशाळेत बोलवून बसण्यास सांगितले व मापणीवरील सर्व प्राथमिक माहिती प्रयुक्तांकडून भरून घेतली व पुढीलप्रमाणे सूचना दिल्या-

#### सूचना-

ही एक साधी मानसशास्त्रीय चाचणी आहे व यामधून तुमच्या भावनिक बुद्धिमत्तेचे मापन होणार आहे. तुमच्या दैनंदिन जीवनाशी संबंधित काही प्रश्न दिलेले आहेत. प्रत्येक प्रश्नाला पूर्णपणे सहमत, सहमत, अनिश्चित, असहमत, पूर्णपणे असहमत असे पाच पर्याय दिलेले आहेत. या चाचणी द्वारे तुमच्या भावनिक बुद्धिमत्तेच्या 10 प्रमुख घटकाचे मापन होणार आहे. तुम्ही प्रत्येक प्रश्न काळजीपूर्वक वाचायचा आहे आणि त्या प्रश्नाशी संबंधित जो पर्याय तुम्हाला लागू होत असेल त्याच्या समोरील रकान्यात टिक  असे चिन्ह करा. ही कोणतीही परीक्षा

नाही त्यामुळे कोणत्याही कलमावर/विधानावर जास्त विचार न करता विधान वाचताच जो पर्याय तुमच्या मनात प्रथम येईल त्याची तुम्ही निवड करा. यातील कोणताही प्रश्न किंवा शब्द न समजल्यास मला पटकन विचारा. चाचणी सोडवण्यासाठी वेळेचे बंधन नाही तरी लवकरात लवकर चाचणी सोडवण्याचा प्रयत्न करा. तुमची सर्व माहिती गुप्त राखण्यात येईल त्यामुळे निसंकोचपणे चाचणी सोडवा.

**निरीक्षण तक्ता (Observation Table)-**

अ.क्र.	उपघटक	कच्चा गुणांक	स्पष्टीकरण
01	स्व-जाणीव -A		
02	समानुभूती -B		
03	स्वयंप्रेरणा -C		
04	भावनिक स्थिती -D		
05	आंतरवैयक्तिक संबंध हाताळणे -E		
06	प्रामाणिकपणा -F		
07	स्व-विकास -G		
08	मुल्यभिमुक्ता -H		
09	बांधिलकी -I		
10	नि-स्वार्थी वर्तन -J		
	एकूण गुणांक		

**आत्मनिवेदन (introspection report)-**

### गुणांकन (Scoring)

प्रत्येक विधानासमोरील पूर्णपणे सहमत 5 गुणांक, सहमत 4, तटस्थ 3, असहमत साठी 2 व पूर्णपणे असहमत साठी 1 गुणांक देऊन संपूर्ण चाचणीचे गुणांकन करून घ्यावे.

#### कच्चा गुणांकाचे स्पष्टीकरणासाठी मानदंड

भावनिक बुद्धिमतेचे स्पष्टीकरण	कच्चा गुणांक
उच्च भावनिक बुद्धिमता	85 गुणांकाच्या वर
सरासरी भावनिक बुद्धिमता	52 ते 84
निम्न भावनिक बुद्धिमता	51 गुणांकाच्या खाली

#### कच्च्या गुणांकाचे उपघटकांच्या स्पष्टीकरणासाठी मानदंड

	A	B	C	D	E	F	G
घटक	स्व-जाणीव	समानुभूती	स्वयंप्रेरणा	भावनिक स्थिती	आंतरवैयक्तिक संबंध हाताळणे	प्रामाणिकपणा	स्व-विकासासाठी
सरासरी	4-10	7-14	9-17	4-10	5-11	4-7	2-5
उच्च	11 आणि त्याच्यावरील गुणांक	15 आणि त्याच्यावरील गुणांक	18 आणि त्याच्यावरील गुणांक	11 आणि त्याच्यावरील गुणांक	12 आणि त्याच्यावरील गुणांक	8 आणि त्याच्यावरील गुणांक	6 आणि त्याच्यावरील गुणांक
निम्न	3 आणि त्याच्याखालील गुणांक	6 आणि त्याच्याखालील गुणांक	8 आणि त्याच्याखालील गुणांक	3 आणि त्याच्याखालील गुणांक	4 आणि त्याच्याखालील गुणांक	3 आणि त्याच्याखालील गुणांक	1 आणि त्याच्याखालील गुणांक