

## विद्यार्थियों में बढ़ता आक्रामक व्यवहार एवं सामाजिक संवेदनशीलता

संजय कुमार

शोधार्थी, डिपार्टमेंट ऑफ पेडागॉजिकल साइंसेज, फैकल्टी ऑफ एजुकेशन, दयालबाग एजुकेशनल इंस्टीट्यूट (डीम्ड यूनिवर्सिटी),  
आगरा - 282005, उत्तर प्रदेश।

Email - sanjaykumar21490@gmail.com

**शोध सारांश :** इस शोध लेख का उद्देश्य विद्यार्थियों के द्वारा किए जाने वाले आक्रामक व्यवहार और सामाजिक संवेदनशीलता के मध्य संबंधों की समीक्षा प्रदान करना है। आक्रामकता एक बहुआयामी घटना है जिसके व्यक्तियों और समाज के लिए हानिकारक परिणाम होते हैं। दूसरी ओर सामाजिक संवेदनशीलता, सामाजिक संकेतों को सटीक रूप से देखने और व्याख्या करने की क्षमता को संदर्भित करती है। मानव व्यवहार आनुवंशिकी, पर्यावरण और व्यक्तिगत अनुभवों के आकार के विभिन्न कारकों का एक जटिल परस्पर क्रिया है। मानव व्यवहार के व्यापक संदर्भों में, आक्रामकता और सामाजिक संवेदनशीलता दो विपरीत पहलुओं का प्रतिनिधित्व करती है जो हमारी बातचीत और संबंधों को प्रभावित करती हैं। आक्रामकता, जब अनुपयुक्त रूप से व्यक्त की जाती है, तो नुकसान पहुंचा सकती है, जबकि सामाजिक संवेदनशीलता विद्यार्थियों को सामाजिक गतिशीलता को प्रभावी ढंग से निर्देशित करने की अनुमति देती है। स्वस्थ संबंधों को बढ़ावा देने और सकारात्मक सामाजिक संबंधों को बढ़ावा देने के लिए इन दो लक्षणों के बीच नाजुक संतुलन को समझना महत्वपूर्ण है। इस लेख में, हम आक्रामक व्यवहार और सामाजिक संवेदनशीलता के बीच संबंधों की पड़ताल करते रहे हैं, उनके निहितार्थों की खोज और प्रभावी स्व-नियमन के लिए रणनीतियों पर प्रकाश डाल रहे हैं। यह समझना कि सामाजिक संवेदनशीलता आक्रामक व्यवहार को कैसे प्रभावित करती है, लक्षित हस्तक्षेपों और रोकथाम रणनीतियों के विकास में योगदान कर सकती है। यह लेख विषय पर मौजूदा शोध को संक्षेपित करता है और आक्रामक व्यवहार और सामाजिक संवेदनशीलता के बीच के संबंधों के अंतर्निहित संभावित तंत्रों पर चर्चा करता है। निष्कर्ष आक्रामक व्यवहार के खिलाफ एक संभावित सुरक्षात्मक कारक के रूप में सामाजिक संवेदनशीलता के महत्व को उजागर करते हैं और व्यक्तिगत, स्थितिजन्य और प्रासंगिक कारकों के बीच जटिल परस्पर क्रिया पर प्रकाश डालते हैं।

**मुख्य बिन्दु :** विद्यार्थी, आक्रामक व्यवहार, सामाजिक संवेदनशीलता।

### 1. प्रस्तावना :

आज का विद्यार्थी कल का भविष्य है यदि आज हम इन विद्यार्थियों में सद्गुणों का बीजारोपण करेंगे तभी वे आगे चलकर एक फलदार वृक्ष का रूप धारण करेंगे। सामाजिक संवेदनशीलता एक व्यक्ति की जागरूकता, समझ और सामाजिक संबंधों में दूसरों की भावनाओं, जरूरतों और भलाई के बारे में विचार करती है। इसमें सहानुभूति, करुणा और सामाजिक संकेतों को उचित रूप से समझने और प्रतिक्रिया देने की क्षमता शामिल है। दूसरी ओर, छात्रों में आक्रामक व्यवहार उन कार्यों या आचरण को संदर्भित करता है जो शत्रुतापूर्ण, जबरदस्ती या दूसरों को नुकसान या संकट का कारण बनता है। ये दो अवधारणाएँ आपस में जुड़ी हुई हैं, और सामाजिक संवेदनशीलता विकसित करने से छात्रों में आक्रामक व्यवहार को कम करने में मदद मिल सकती है।

### 2. आक्रामक व्यवहार:

आक्रामकता को उस व्यवहार के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जिसका उद्देश्य दूसरों को शारीरिक या भावनात्मक नुकसान पहुंचाना है। यह विभिन्न रूपों में प्रकट हो सकता है, जैसे शारीरिक हिंसा, मौखिक दुर्व्यवहार या निष्क्रिय-आक्रामक क्रियाएं।

आक्रामक व्यवहार अक्सर अंतर्निहित कारकों जैसे हताशा, क्रोध, भय या शक्ति और नियंत्रण की इच्छा से उत्पन्न होता है। जबकि आत्मरक्षा या सीमाओं पर जोर देने के लिए कुछ स्थितियों में कभी-कभी नियंत्रित आक्रामकता का प्रदर्शन आवश्यक हो सकता है, अनियंत्रित आक्रामकता से हानिकारक परिणाम हो सकते हैं।

रिश्तों और सामाजिक गतिशीलता पर आक्रामक व्यवहार के नकारात्मक प्रभाव को कम करके नहीं आंका जा सकता है। क्रोध, डराना, या शत्रुता का बार-बार प्रकोप एक विषाक्त वातावरण बना सकता है, विश्वास को नष्ट कर सकता है और पारस्परिक संबंधों को नुकसान पहुंचा सकता है। आक्रामक व्यक्तियों को अक्सर व्यक्तिगत और पेशेवर दोनों तरह के स्थिर संबंधों को बनाए रखना चुनौतीपूर्ण लगता है, क्योंकि उनका व्यवहार प्रभावी संचार और सहयोग में बाधा उत्पन्न करता है।

### **3. विद्यार्थियों द्वारा किए जाने वाले आक्रामक व्यवहार के कारण:**

विद्यार्थियों द्वारा किए जाने वाले आक्रामक व्यवहार के कारण कई हो सकते हैं। नीचे कुछ मुख्य कारण दिए गए हैं:

**3.1. मनोवैज्ञानिक कारण:** विद्यार्थियों में मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं, जैसे कि तनाव, अवसाद, असंतुलन, दुष्ट स्वभाव आदि, जो आक्रामक व्यवहार का कारण बन सकते हैं।

**3.2. पारिवारिक संबंधों में समस्याएं:** जब विद्यार्थी के परिवार में संघर्ष या बाधाएं होती हैं, जैसे कि शारीरिक या मनोवैज्ञानिक रूप से हानि, विवाद, संघर्ष, विभाजन, तलाक, अनुकरणीयता की कमी आदि, तो विद्यार्थी इन समस्याओं का दबाव स्वीकार कर सकते हैं और इसे आक्रामक व्यवहार के रूप में प्रदर्शित कर सकते हैं।

**3.3. सामाजिक दबाव:** स्कूल में या सामाजिक माध्यमों में विद्यार्थियों के बीच में मुद्दों, गर्म विवादों, विरोधाभासी व्यवहार, नपुंसकता, वस्त्र विवाद, जातिगत या धार्मिक विवाद, व्यक्तिगत अपमान, बलप्रदर्शन आदि के कारण विद्यार्थी आक्रामक हो सकते हैं।

**3.4. माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों के बीच ताकतवर बनने की इच्छा:** कुछ विद्यार्थी अपनी स्थिति को मजबूत करने या अपनी प्रतिष्ठा को बढ़ाने के लिए आक्रामक व्यवहार का सहारा लेते हैं। ऐसा व्यवहार उन्हें माध्यमिक स्तर पर शक्ति और प्रभावित करने की भावना देता है, हालांकि यह एक गलत और हानिकारक तरीका है।

**3.5. उचित मार्गदर्शन का अभाव:** कई विद्यार्थी अच्छे अभियांत्रिकी, विज्ञान, कला, खेल आदि क्षेत्र में उचित मार्गदर्शन के अभाव के कारण निराश हो जाते हैं और इसके परिणामस्वरूप आक्रामक व्यवहार दिखाते हैं।

ये कुछ साधारण कारण हैं, हालांकि आक्रामक व्यवहार के कारण व्यक्तिगत होते हैं और प्रत्येक विद्यार्थी की स्थिति अलग होती है। प्रत्येक स्थिति को समझने और उसका समाधान करने के लिए अधिकारियों, शिक्षकों और परिवार के सदस्यों को एक साथ मिलकर प्रयास करने चाहिए और विद्यार्थियों को सही और स्वस्थ वातावरण प्रदान करना चाहिए।

### **4. सामाजिक संवेदनशीलता:**

सामाजिक संवेदनशीलता सामाजिक स्थितियों में दूसरों की भावनाओं, जरूरतों और दृष्टिकोणों को देखने और समझने की एक व्यक्ति की क्षमता को संदर्भित करती है। इसमें दूसरों की भावनाओं और अनुभवों के प्रति सहानुभूतिपूर्ण, विचारशील और उत्तरदायी होना शामिल है। सामाजिक रूप से संवेदनशील व्यक्ति शरीर की भाषा, आवाज के स्वर और चेहरे के भाव जैसे सूक्ष्म संकेतों से अभ्यस्त होते हैं, जिससे वे अपने व्यवहार को तदनुसार अनुकूलित कर सकते हैं। वे दूसरों पर अपने शब्दों और कार्यों के प्रभाव के बारे में जागरूकता बढ़ाते हैं, सकारात्मक बातचीत को बढ़ावा देते हैं और अपनेपन की भावना को बढ़ावा देते हैं।

स्वस्थ संबंधों के विकास में सामाजिक संवेदनशीलता एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है, क्योंकि यह व्यक्तियों को संबंध स्थापित करने, संघर्षों को सौहार्दपूर्ण ढंग से हल करने और विश्वास बनाने में सक्षम बनाती है। दूसरों की जरूरतों और भावनाओं के साथ तालमेल बिठाकर, सामाजिक रूप से संवेदनशील व्यक्ति एक समावेशी और सहायक वातावरण बनाते हैं जहां व्यक्ति और समाज का सर्वांगीण विकास होता है।

### **5. आक्रामक व्यवहार और सामाजिक संवेदनशीलता के मध्य संबंध :**

शोध बताते हैं कि आक्रामक प्रवृत्ति वाले व्यक्ति अक्सर सामाजिक संवेदनशीलता में कमी प्रदर्शित करते हैं। वे सामाजिक संकेतों को सही ढंग से समझने और व्याख्या करने के लिए संघर्ष कर सकते हैं, जिससे दूसरों के विचारों और भावनाओं का गलत अर्थ निकाला जा

सकता है। सामाजिक संवेदनशीलता में ये कमी सामाजिक संबंधों को प्रभावी ढंग से निर्देशित करने की उनकी क्षमता को क्षीण कर सकती है, जिसके परिणामस्वरूप आक्रामक व्यवहार की संभावना बढ़ जाती है।

## 6. सामाजिक संवेदनशीलता और आक्रामक व्यवहार के मध्य संबंध :

दूसरी ओर, सामाजिक संवेदनशीलता की कमी भी आक्रामक व्यवहार के विकास में योगदान कर सकती है। जिन व्यक्तियों को दूसरों की भावनाओं को समझने और उनका जवाब देने में कठिनाई होती है, वे सहानुभूति और सामाजिक व्यवहार के साथ संघर्ष कर सकते हैं, जिससे वे आक्रामक प्रवृत्तियों के प्रति अधिक संवेदनशील हो जाते हैं। दूसरों के संकट या परिप्रेक्ष्य के साथ सहानुभूति रखने में असमर्थता आक्रामकता के खिलाफ अवरोधों की कमी का कारण बन सकती है।

## 7. आक्रामकता और सामाजिक संवेदनशीलता के मध्य संतुलन:

स्वस्थ संबंधों को बनाए रखने और सामाजिक गतिशीलता को प्रभावी ढंग से निर्देशित करने के लिए आक्रामकता और सामाजिक संवेदनशीलता के बीच संतुलन खोजना महत्वपूर्ण है। जबकि कथित खतरों या हताशा के जवाब में आक्रामकता उत्पन्न हो सकती है, इन भावनाओं को रचनात्मक रूप से नियंत्रित और विनियमित करना आवश्यक है। संतुलन बनाने के लिए यहां कुछ रणनीतियां दी गई हैं:

**7.1. भावनात्मक आत्म-जागरूकता:** क्रोध या हताशा सहित अपनी भावनाओं को पहचानें और स्वीकार करें। भावनात्मक बुद्धिमत्ता के विकास को समझने और उन्हें प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने में मदद करता है। भावनात्मक आत्म-जागरूकता आक्रामक गतिविधियों की संभावना को कम करता है।

**7.2. प्रभावी संचार:** दूसरों को सक्रिय रूप से सुनकर, अपने आप को मुखर रूप से व्यक्त करते हुए, और अलग-अलग विचारों का सम्मान करते हुए खुले और ईमानदार संचार को विकसित करें। स्वस्थ संवाद आक्रामक व्यवहार की आवश्यकता को कम करता है और समझ को बढ़ावा देता है।

**7.3. सहानुभूति और परिप्रेक्ष्य लेना:** खुद को दूसरों की जगह रखकर सहानुभूति का अभ्यास करें, उनकी भावनाओं और प्रेरणाओं को समझने की कोशिश करें। यह दृष्टिकोण सामाजिक संवेदनशीलता को प्रोत्साहित करता है और करुणा के साथ संघर्षों को हल करने में मदद करता है।

**7.4. तनाव प्रबंधन:** तनाव और हताशा को प्रबंधित करने के लिए स्वस्थ प्रतिस्पर्धा तंत्र विकसित करें। व्यायाम, सचेतन या प्रियजनों से समर्थन मांगने जैसी गतिविधियों में शामिल होने से नकारात्मक भावनाओं को कम करने में मदद मिल सकती है जिससे आक्रामकता कम हो सकती है।

**7.5. संघर्ष समाधान कौशल:** रचनात्मक संघर्ष समाधान तकनीकों को सीखें और अभ्यास करें, जैसे कि सक्रिय रूप से सुनना, निर्णय लेना और सामान्य आधार खोजना। ये कौशल समझ को बढ़ावा देते हैं, आक्रामकता को कम करते हैं और प्रभावी समस्या-समाधान की सुविधा प्रदान करते हैं।

## 8. निष्कर्ष :

विद्यार्थियों में आक्रामक व्यवहार और सामाजिक संवेदनशीलता के बीच का संबंध जटिल और द्विदिशीय है। सामाजिक संवेदनशीलता में गिरावट आक्रामक प्रवृत्तियों के विकास में योगदान कर सकती है, जबकि आक्रामक व्यवहार सामाजिक संवेदनशीलता को और कम कर सकता है। विभिन्न अंतर्निहित तंत्र, जिनमें संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं, भावनात्मक विनियमन कठिनाइयाँ और समाजीकरण कारक शामिल हैं जो आक्रामक व्यवहार और सामाजिक संवेदनशीलता के संबंध को आकार देते हैं। प्रभावी हस्तक्षेप विकसित करने के लिए परिवार एवं विद्यालय की द्विदिश प्रकृति और व्यक्तिगत, पारस्परिक और सामाजिक स्तरों पर इसके निहितार्थ को पहचानना महत्वपूर्ण है। सामाजिक कौशल, सहानुभूति और भावनात्मक विनियमन को बढ़ाकर और अहिंसा की संस्कृति को बढ़ावा देकर विद्यार्थियों में आक्रामक व्यवहार को कम कर सकते हैं और स्वस्थ सामाजिक व्यवहार को बढ़ावा दे सकते हैं।

विद्यार्थियों में आक्रामकता और सामाजिक संवेदनशीलता को संतुलित करना एक सतत प्रक्रिया है जिसके लिए आत्म-प्रतिबिंब, आत्म-नियमन और सकारात्मक बातचीत को बढ़ावा देने की वास्तविक इच्छा की आवश्यकता होती है। आक्रामक व्यवहार के नकारात्मक प्रभाव और सामाजिक संवेदनशीलता के सकारात्मक प्रभाव को पहचानना विद्यार्थियों में व्यक्तिगत और व्यावसायिक संबंधों में परिवर्तनकारी हो सकता है। भावनात्मक बुद्धिमत्ता, प्रभावी संचार, सहानुभूति और तनाव प्रबंधन कौशल विकसित करके, विद्यार्थी एक सामंजस्यपूर्ण संतुलन के लिए प्रयास कर सकता है एवं अपने और अपने आसपास के लोगों के लिए एक स्वस्थ और अधिक पूर्ण सामाजिक

वातावरण को बढ़ावा दे सकता है। विद्यार्थियों में आक्रामक-सामाजिक संवेदनशीलता के मध्य संबंधों का और अधिक गहराई से पता लगाने और इस जटिल संबंध को प्रभावी ढंग से संबोधित करने वाली साक्ष्य-आधारित रणनीतियों को विकसित करने के लिए और अधिक शोधों की आवश्यकता है। विद्यार्थियों में सामाजिक संवेदनशीलता को बढ़ावा देकर और आक्रामक व्यवहार को कम करके, हम एक अधिक सामंजस्यपूर्ण और दयालु समाज में योगदान कर सकते हैं।

#### संदर्भ ग्रंथ सूची :

1. Cicchetti, D.S. & Cohen, D.L. (1989). The development of social sensitivity: The role of maternal behavior. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, [serial online]. Available: <https://onlinelibrary.wiley.com/journal/14697610>
2. Kempes, M. M., de Castro, B. O., & Sterck, E. H. M. (2008). Conflict Management in 6–8-Year-Old Aggressive Dutch Boys: Do They Reconcile? *Behaviour*, 145(11), 1701–1722. <http://www.jstor.org/stable/40295895>
3. Rogers, V. R., & Long, E. (1966). An Exploratory Study of the Development of Social Sensitivity in Elementary School Children. *The Journal of Educational Research*, 59(9), 392–394. <http://www.jstor.org/stable/27531753>
4. Cordoni, G., Demuru, E., Ceccarelli, E., & Palagi, E. (2016). Play, aggressive conflict and reconciliation in pre-school children: what matters? *Behaviour*, 153(9/11), 1075–1102. <http://www.jstor.org/stable/43957115>
5. Sagi, E., & Weinblatt, J. (1982). Social Sensitivity and Criminal Behavior: A Theoretical Approach. *Eastern Economic Journal*, 8(2), 137–143. <http://www.jstor.org/stable/40324809>
6. Wang, X., et al. (2020). Social sensitivity and aggression in preschool children: An examination of the moderating role of emotional regulation. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(7), 874–881.