Dr. DHANVIR PRASAD

ASSISTANT PROFESSOR (G.T)

DEPT.OF.PSYCHOLOGY

C.M.J COLLEGE DONWARIHAT(KHUTONA)MADHUBANI

L.N.M.U DARBHANGA

MOBILE NO:- 6206696451

E-MAIL- dhabeerparasad@gmail.com

BODILY CHANGES IN EMOTION

संवेग में शारीरिक परिवर्तन होते है। ये शारीरिक परिवर्तन दो प्रकार के होते हैं:-

1. बाह्य शारीरिक परिवर्तन :- संवेग में शारीरिक अवस्था में इतना परिवर्तन दिखाई पड़ता है कि कुछ मनोवैज्ञानिकों ने तो शारीरिक परिवर्तन अथवा उसकी चेतन को ही संवेग मान लिया है शारीरिक परिवर्तनों को देखकर ही संवेगों को पहचाना जाता है। आप कैसे जानते हैं कि अमुक व्यक्ति को क्रोध आ रहा है या अमुक व्यक्ति शोक में डूबा हुआ है? इन सब प्रश्नों

के उत्तर के संबंध मे यही कहा जा सकता है कि आपने बाह्य शारीरिक परिवर्तनों को देखकर संवेग का अनुमान लगाया है। इस प्रकार संवेगों से व्यक्ति के चेहरे में आँख, नाक, मुँह,ललाट आदि की भावभंगिमा मे अंतर दिखाई परता है। उसकी आवाज मे अंतर आ जाता है और शरीर का आसन बदल जाता है। ये संवेग की अभिव्यक्ति में बाह्य परिवर्तन है।

2. आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन:-

संवेगों की दशा में शारीरिक परिवर्तनों के साथ-साथ कुछ आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन भी होते हैं । इन शारीरिक परिवर्तनों को हम संवेगों की दशा में स्वयं अनुभव करते हैं । क्रोध की अवस्था में हमारे हृदय की धडकन बढ जाती है तथा आश्चर्य की अवस्था में सांस रुक जाती है । परन्तु आन्तरिक संवेगों के परिवर्तनों को यंत्रों से नापकर ही निश्चित

रूप से जाना जा सकता है। कुछ आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन का वर्णन इस प्रकार है-

(क)ह्रदय गति में परिवर्तन:-

संवेगों की दशाएं ह्रदय की गति में अवश्य ही कुछ न कुछ परिवर्तन होता है । संवेग में रक्त संचार में परिवर्तन हो जाता है क्योकि संवेग में ह्रदय की धड़कन बढ जाती है ।

(ख) रक्तचाप में परिवर्तन:-

संवेग में व्यक्ति के रक्तचाप में स्पष्ट रूप से परिवर्तन दिखाई पड़ता है । रक्तचाप को प्लेथिस्मोग्राफ नामक यन्त्र से नापा जाता है ।बहुत-से मनोवैज्ञानिक रक्तचाप से ही संवेगावस्था का पता लगाते हैं ।

(ग) रक्त रसायन में परिवर्तन:-

रक्तचाप बढने के अतिरिक्त संवेगावस्था में रक्त में रासायनिक परिवर्तन भी होते हैं ।कैनन आदि कुछ मनोवैज्ञानिकों द्वारा कुत्ते, बिल्ली आदि

पशुओं पर प्रयोगों मे यह सिद्ध हुआ कि संवेग की दशा में श्वेत और लाल रुधिर कणों में रासायनिक परिवर्तन हो जाता है ।

(घ)श्वास गति में परिवर्तनः-

संवेग की अवस्था में श्वात गति में भी परिवर्तन होता है । इस परिवर्तन को नीमाग्राफ नामक यन्त्र से नापा जाता है । संवेग की अवस्था में श्वास की गति में परिवर्तन के साथ-साथ श्वास की तीव्रता में भी परिवर्तन होता है ।शोक की स्थिति में श्वास धीमी पड जाती है ।भय अथवा आश्चर्य में एक क्षण को श्वास धीमी पड जाती है ।

(ङ)मस्तिष्क तरंगों में परिवर्तनः-

संवेगावस्था में मस्तिष्क तरंगों में भी परिवर्तन होता है ।यन्त्र से मापने पर यह पता चला कि संवेग की दशा में मानसिक तरंग की बारम्बारता में परिवर्तन होता है ।