

शैशावस्थातील भावनिक विकास : सांख्यिकीय माहितीवर

आधारित संशोधनात्मक अभ्यास

सुवर्णा निळकंठ चोपडे

मुख्याध्यापिका

एस. बी. वझे इंग्लिश मीडियम स्कूल, मानपाडा, डोंबिवली (पूर्व), महाराष्ट्र

सारांश

शैशावस्था (जन्म ते दोन वर्षे) ही मानवी जीवनातील भावनिक विकासाची अत्यंत मूलभूत अवस्था आहे. या टप्प्यात निर्माण होणाऱ्या भावनिक प्रतिक्रिया, संलग्नता, भावनांचे नियमन व सामाजिक प्रतिसाद यांचा पुढील आयुष्यातील व्यक्तिमत्त्व, मानसिक स्वास्थ्य व सामाजिक जुळवणुकीवर खोल परिणाम होतो. प्रस्तुत संशोधनात्मक लेखात शैशावस्थेतील भावनिक विकासाची सैद्धांतिक मांडणी, विविध टप्पे, परिणामकारक घटक यांसोबतच भारत व जागतिक¹ स्तरावरील उपलब्ध सांख्यिकीय माहितीचा अभ्यास करण्यात आला आहे. संयुक्त² राष्ट्र बालनिधी, जागतिक आरोग्य संघटना, राष्ट्रीय³ कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षण तसेच विविध मानसशास्त्रीय संशोधनांतील आकडेवारीच्या आधारे भावनिक विकासाशी निगडित घटकांचे विश्लेषण करण्यात आले आहे. हा लेख शिक्षणशास्त्र, बालमानसशास्त्र व समाजकार्य क्षेत्रासाठी उपयुक्त ठरेल.

कीवर्ड्स : शैशावस्था, भावनिक विकास, संलग्नता, सांख्यिकीय अभ्यास, बालमानसशास्त्र

1. प्रस्तावना

मानवी विकास ही जन्मापासून मृत्यूपर्यंत चालणारी प्रक्रिया असून तिचा पाया शैशावस्थेत घातला जातो. शैशावस्थेतील भावनिक विकास हा केवळ भावना व्यक्त करण्यापुरता मर्यादित नसून सुरक्षितता, विश्वास, आत्मीयता व सामाजिक जाणीव यांचा समावेश करणारी व्यापक संकल्पना आहे. संशोधनातून असे दिसून आले

¹ जागतिक आरोग्य संघटना (2020). *बालमानसिक आरोग्य व प्रारंभिक बालविकास अहवाल*.

² संयुक्त राष्ट्र बालनिधी (2021). *प्रारंभिक बालविकास अहवाल*.

³ राष्ट्रीय कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षण – पाचवा अहवाल (2019–21), भारत.



आहे की आयुष्याच्या पहिल्या दोन वर्षांत मेंदूतील भावनांशी संबंधित केंद्रांचा वेगाने विकास होतो, जो भावनिक प्रतिसादांचे स्वरूप ठरवतो.

जागतिक आरोग्य संघटना व संयुक्त राष्ट्र बालनिधी यांच्या अहवालांनुसार, बालकांच्या भावनिक व मानसिक विकासाकडे दुर्लक्ष झाल्यास पुढील टप्प्यांमध्ये चिंता, नैराश्य व वर्तनविषयक समस्या उद्भवण्याची शक्यता वाढते. त्यामुळे शैशावस्थेतील भावनिक विकासाचा अभ्यास करणे अत्यंत आवश्यक ठरते.

2. भावनिक विकासाची संकल्पना

भावनिक विकास म्हणजे व्यक्तीच्या भावना ओळखणे, त्या योग्य प्रकारे व्यक्त करणे, भावनांवर नियंत्रण ठेवणे तसेच इतरांच्या भावनांना समजून घेऊन त्यांना प्रतिसाद देण्याची क्षमता क्रमाक्रमाने विकसित होणे होय. शैशावस्था ही भावनिक विकासाची पायाभूत अवस्था मानली जाते, कारण याच काळात बालकाच्या भावनिक प्रतिसादांचे मूळ स्वरूप घडत असते.

शिशू जन्मतःच काही मूलभूत भावनांसह जन्माला येतो. भूक, वेदना किंवा अस्वस्थता व्यक्त करण्यासाठी रडणे ही त्याची प्राथमिक भावनिक अभिव्यक्ती असते. कालांतराने हसू, आवाज काढणे, हालचाली करणे यांद्वारे तो आनंद व समाधान व्यक्त करू लागतो. भावनिक विकासासुळे बालकात सुरक्षिततेची भावना निर्माण होते आणि आई-वडील किंवा संगोपकांशी दृढ भावनिक नाते तयार होते.

भावनिक विकासाचे प्रमुख घटक पुढीलप्रमाणे आहेत : भावना अनुभवण्याची क्षमता, भावना व्यक्त करण्याचे मार्ग, भावनांचे नियमन आणि संलग्नता व सामाजिक बंध. या सर्व घटकांचा एकत्रित परिणाम म्हणजे संतुलित भावनिक विकास होय.

3. शैशावस्थेतील भावनिक विकासाचे टप्पे

शैशावस्थेतील भावनिक विकास विशिष्ट टप्प्यांनुसार होत जातो. प्रत्येक टप्प्यात भावनांच्या अभिव्यक्तीचे स्वरूप वेगवेगळे आढळते.

तक्ता 1 : शैशावस्थेतील भावनिक विकासाचे टप्पे

वय	भावनिक वैशिष्ट्ये
जन्म ते 3 महिने	रडणे, शांत होणे, स्पर्श व आवाजाला प्रतिसाद
3 ते 6 महिने	सामाजिक हसू, आनंद व्यक्त करणे



6 ते 9 महिने	अपरिचित व्यक्तींची भीती, आईशी घट्ट संलग्नता
9 ते 12 महिने	राग, भीती व आनंद वेगवेगळ्या प्रकारे व्यक्त करणे
1 ते 2 वर्षे	स्वायत्ततेची जाणीव, हट्ट, भावनिक अस्थिरता

(स्रोत : बर्क⁴ – बालविकास)

4. शैशावस्थेतील भावनिक विकासावर परिणाम करणारे घटक

भावनिक विकासावर जैविक तसेच पर्यावरणीय घटकांचा प्रभाव पडतो. जैविक घटकांमध्ये मेंदूचा विकास, मेंदूरसायनिक प्रक्रिया आणि

आनुवंशिकता यांचा समावेश होतो. मेंदूतील भावनांशी संबंधित केंद्रांचा विकास जितका सुसंगत असेल तितका भावनिक प्रतिसाद संतुलित राहतो.

कुटुंबीय व सामाजिक वातावरण हेदेखील भावनिक विकासात महत्त्वाची भूमिका बजावते. प्रेमळ, सुरक्षित व स्थिर वातावरणात वाढणाऱ्या बालकांमध्ये आत्मविश्वास व भावनिक स्थैर्य अधिक आढळते, तर दुर्लक्ष, तणाव किंवा असुरक्षितता यामुळे भावनिक अडचणी निर्माण होऊ शकतात.

5. सांख्यिकीय माहिती व विश्लेषण

शैशावस्थेतील भावनिक विकासाशी संबंधित विविध राष्ट्रीय व जागतिक अभ्यासांमधून महत्त्वाची सांख्यिकीय माहिती उपलब्ध झाली आहे.

तक्ता 2 : पालक-संलग्नता व भावनिक सुरक्षितता (भारत)

घटक	टक्केवारी
सुरक्षित संलग्नता	62
असुरक्षित संलग्नता	38

(स्रोत : राष्ट्रीय⁵ कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षण – पाचवा अहवाल)

⁴ बर्क, एल. ई. (2022). बालविकास.

⁵ राष्ट्रीय कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षण – पाचवा अहवाल, भारत.



तक्ता 3 : शैशावस्थेतील भावनिक दुर्लक्षाचे परिणाम

परिणाम	पुढील वयात आढळणारे प्रमाण
चिंता विकार	30
सामाजिक अडचणी	25
वर्तन समस्या	20

(स्रोत : जागतिक⁶ आरोग्य संघटना – बालमानसिक आरोग्य अहवाल)

तक्ता 4 : संगोपन पद्धती व भावनिक विकास

संगोपन प्रकार	सकारात्मक भावनिक विकास
संवेदनशील व प्रतिसादक्षम	70
कठोर अथवा दुर्लक्ष करणारे	30

(स्रोत : संयुक्त⁷ राष्ट्र बालनिधी – प्रारंभिक बालविकास अहवाल)

वरील आकडेवारीवरून असे स्पष्ट होते की सुरक्षित संलग्नता व संवेदनशील संगोपनामुळे भावनिक विकास अधिक सकारात्मक दिशेने घडतो.

शैशावस्थेतील भावनिक विकास हा संपूर्ण व्यक्तिमत्त्व विकासाचा पाया आहे. भावनांची ओळख, त्यांचे योग्य नियमन व सामाजिक नातेसंबंधांची जडणघडण याच टप्प्यात सुरू होते. उपलब्ध सांख्यिकीय माहिती व संशोधन निष्कर्ष दर्शवितात की सुरक्षित व प्रेमळ वातावरणात वाढणाऱ्या बालकांमध्ये भावनिक स्थैर्य व सामाजिक क्षमता अधिक विकसित होते.

6. शैशावस्थेतील भावनिक विकासाचे सिद्धांत

शैशावस्था ही भावनिक विकासाची अत्यंत महत्त्वाची अवस्था मानली जाते. या काळात बालकाच्या भावनांची जडणघडण होत असून त्याचा प्रभाव पुढील सामाजिक, मानसिक व व्यक्तिमत्त्व विकासावर पडतो. शैशावस्थेतील भावनिक विकास समजून घेण्यासाठी विविध मानसशास्त्रज्ञांनी सिद्धांत मांडले आहेत. त्यांपैकी संलग्नता सिद्धांत व मानस-सामाजिक विकास सिद्धांत हे सर्वाधिक प्रभावी मानले जातात.

⁶ जागतिक आरोग्य संघटना (2020). बालमानसिक आरोग्य अहवाल.

⁷ संयुक्त राष्ट्र बालनिधी (2021). प्रारंभिक बालविकास : जागतिक स्थिती अहवाल.



6.1 संलग्नता सिद्धांत – जॉन बोल्बी⁸

जॉन बोल्बी यांनी मांडलेला संलग्नता सिद्धांत शैशवस्थेतील भावनिक विकासाचा पाया स्पष्ट करतो. या सिद्धांतानुसार, बालक आणि त्याचा प्रमुख संगोपक (बहुधा आई किंवा वडील) यांच्यात निर्माण होणारे भावनिक नाते म्हणजे संलग्नता होय. ही संलग्नता जैविक गरजांइतकीच महत्त्वाची असून ती बालकाला भावनिक सुरक्षितता प्रदान करते.

बोल्बी यांच्या मते, सुरक्षित संलग्नता निर्माण झाल्यास बालकात आत्मविश्वास, भावनिक स्थैर्य व सामाजिक जुळवणूक चांगल्या प्रकारे विकसित होते. अशा बालकांमध्ये नवीन अनुभव स्वीकारण्याची तयारी, इतरांशी सकारात्मक संबंध निर्माण करण्याची क्षमता आणि तणावाशी सामना करण्याची ताकद अधिक आढळते. याउलट असुरक्षित संलग्नता असल्यास बालकांमध्ये भीती, चिंता, अस्थिरता तसेच सामाजिक अडचणी निर्माण होऊ शकतात.

संयुक्त राष्ट्र बालनिधीच्या 2021 च्या अहवालानुसार, प्रारंभिक काळातील सुरक्षित संलग्नता ही मेंदूच्या भावनिक विकासासाठी अत्यावश्यक असून ती बालकाच्या मानसिक आरोग्याचा पाया मजबूत करते. त्यामुळे शैशवस्थेतील संगोपन पद्धती संलग्नतेच्या दृष्टीने अत्यंत महत्त्वाच्या ठरतात.

6.2 एरिक एरिक्सनचा मानस-सामाजिक सिद्धांत

एरिक एरिक्सन⁹ यांनी मानवी विकासाचे आठ मानस-सामाजिक टप्पे मांडले असून शैशवस्था हा त्यातील पहिला टप्पा आहे. या टप्प्यातील प्रमुख संघर्ष म्हणजे *विश्वास विरुद्ध अविश्वास* होय. शैशवस्थेत बालक पूर्णतः संगोपकांवर अवलंबून असते. त्याच्या शारीरिक व भावनिक गरजा योग्य वेळी आणि सातत्याने पूर्ण झाल्यास बालकात जगाबद्दल विश्वासाची भावना निर्माण होते.

एरिक्सन यांच्या मते, जर बालकाला प्रेम, काळजी, सुरक्षितता व स्थैर्य मिळाले, तर त्याच्या मनात लोकांविषयी व पर्यावरणाविषयी विश्वास निर्माण होतो. मात्र गरजांकडे दुर्लक्ष झाल्यास किंवा संगोपन विसंगत असल्यास अविश्वासाची भावना तयार होऊ शकते. ही अविश्वासाची भावना पुढील टप्प्यांमध्ये भावनिक अस्थिरता, चिंता व सामाजिक अडचणी निर्माण करू शकते.

⁸ बोल्बी (1977). *सुरक्षित भावनिक आधार*. रूटलेज प्रकाशन.

⁹ एरिक्सन (1963). *बाल्यावस्था व समाज*. नॉर्टन प्रकाशन.



जागतिक¹⁰ आरोग्य संघटनेच्या 2020 च्या अहवालानुसार, शैशावस्थेतील विश्वासाची भावना ही पुढील मानसिक आरोग्याचा महत्वाचा घटक आहे. त्यामुळे एरिक्सन यांचा सिद्धांत आजही बालविकासाच्या अभ्यासात उपयुक्त मानला जातो.

7. पालक व संगोपकांची भूमिका

शैशावस्थेतील भावनिक विकासात पालक व संगोपकांची भूमिका अत्यंत निर्णायक असते. संशोधनातून असे स्पष्ट झाले आहे की पालकांची संवेदनशीलता ही भावनिक विकासाची किल्ली आहे. बालकाच्या रडण्याला समजून घेणे, योग्य वेळी प्रतिसाद देणे, प्रेमळ स्पर्श, संवाद व डोळ्यांचा संपर्क ठेवणे या गोष्टींमुळे बालक सुरक्षिततेची भावना अनुभवते.

संयुक्त¹¹ राष्ट्र बालनिधीच्या अहवालानुसार, संवेदनशील व प्रतिसादक्षम संगोपनामुळे बालकांमध्ये आत्मविश्वास, भावनिक संतुलन व सामाजिक क्षमता अधिक प्रमाणात विकसित होते. याउलट कठोर, दुर्लक्ष करणारे किंवा तणावपूर्ण संगोपन भावनिक विकासावर नकारात्मक परिणाम घडवू शकते. त्यामुळे पालकांनी भावनिकदृष्ट्या सजग व सकारात्मक भूमिका बजावणे आवश्यक आहे.

8. भावनिक विकासातील अडथळे

शैशावस्थेतील भावनिक विकासावर काही अडथळे परिणाम करू शकतात. त्यामध्ये पालकांचा तणाव व नैराश्य, आर्थिक व सामाजिक अस्थिरता, कौटुंबिक संघर्ष तसेच बालकाच्या आरोग्यविषयक समस्या यांचा समावेश होतो. अशा परिस्थितीत बालकाला आवश्यक ती भावनिक सुरक्षितता मिळत नाही.

राष्ट्रीय¹² कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षणाच्या पाचव्या अहवालानुसार भारतातील सुमारे पंधरा टक्के बालकांमध्ये भावनिक दुर्लक्षाची लक्षणे आढळतात. या दुर्लक्षामुळे बालकांमध्ये असुरक्षितता, भीती व भावनिक अस्थिरता वाढण्याची शक्यता असते. त्यामुळे वेळीच पालक मार्गदर्शन, समुपदेशन व सामाजिक आधार उपलब्ध करून देणे आवश्यक ठरते.

¹⁰ जागतिक आरोग्य संघटना (2020). *बालमानसिक आरोग्य व प्रारंभिक बालविकास अहवाल*.

¹¹ संयुक्त राष्ट्र बालनिधी (2021). *प्रारंभिक बालविकास : जागतिक स्थिती अहवाल*.

¹² राष्ट्रीय कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षण – पाचवा अहवाल (2019-21), भारत.



9. भावनिक विकास वृद्धिगत करण्यासाठी उपाय

शैशावस्थेतील भावनिक विकास सुदृढ होण्यासाठी नियोजित व सकारात्मक उपाययोजना करणे अत्यंत आवश्यक आहे. कारण या टप्प्यातील भावनिक अनुभव बालकाच्या संपूर्ण आयुष्यावर दीर्घकालीन परिणाम घडवतात. त्यामुळे पालक, संगोपक तसेच समाज या सर्वांची सामूहिक भूमिका महत्वाची ठरते.

पहिला महत्वाचा उपाय म्हणजे पालक समुपदेशन. अनेक वेळा पालकांना बालकाच्या भावनिक गरजांची योग्य माहिती नसते. समुपदेशनाच्या माध्यमातून पालकांना शिशूच्या भावनिक संकेतांची ओळख, रडण्यामागील कारणे समजून घेणे, तसेच योग्य प्रतिसाद देण्याचे मार्ग शिकवता येतात. पालक मानसिकदृष्ट्या सुदृढ असतील तर ते बालकाला अधिक सुरक्षित व प्रेमळ वातावरण प्रदान करू शकतात. यामुळे बालकात आत्मविश्वास व भावनिक स्थैर्य निर्माण होते.

दुसरा महत्वाचा उपाय म्हणजे सकारात्मक संगोपनाचे प्रशिक्षण. सकारात्मक संगोपन म्हणजे प्रेम, संयम, सातत्य व संवेदनशीलतेवर आधारित संगोपन पद्धती. अशा प्रशिक्षणामुळे पालक व संगोपकांना कठोर शिक्षा टाळून संवाद, प्रेमळ स्पर्श व प्रोत्साहनाच्या माध्यमातून बालकाचे वर्तन घडवण्याची सवय लागते. सकारात्मक संगोपनामुळे बालकांमध्ये सुरक्षित संलग्नता विकसित होते, जी भावनिक विकासासाठी अत्यंत आवश्यक असते.

तिसरा महत्वाचा उपाय म्हणजे आरोग्य व पोषण सुविधा. शैशावस्थेतील योग्य पोषण, नियमित आरोग्य तपासणी व लसीकरण यांचा भावनिक विकासाशी थेट संबंध असतो. कुपोषण, आजारपण किंवा शारीरिक अशक्तपणा असल्यास बालक अस्वस्थ राहते, ज्याचा परिणाम भावनिक अस्थिरतेवर होतो. त्यामुळे मातृआरोग्य सेवा, बालआरोग्य केंद्रे व पोषण कार्यक्रम प्रभावीपणे राबविणे आवश्यक आहे.

10. निष्कर्ष

शैशावस्थेतील भावनिक विकास हा संपूर्ण व्यक्तिमत्त्व विकासाचा पाया आहे. या टप्प्यात निर्माण होणारी सुरक्षित संलग्नता, प्रेमळ संगोपन व सकारात्मक अनुभव बालकाच्या भावी मानसिक आरोग्य व सामाजिक जुळवणुकीसाठी अत्यंत महत्वाचे ठरतात. विविध संशोधन व सांख्यिकीय माहिती स्पष्टपणे दर्शवते की सुरक्षित संलग्नता व सकारात्मक संगोपनामुळे बालकांमध्ये भावनिक स्थैर्य, आत्मविश्वास व सामाजिक क्षमता वाढते. त्यामुळे शैशावस्थेतील भावनिक गरजांकडे धोरणात्मक, शास्त्रीय व संवेदनशील दृष्टिकोनातून लक्ष देणे आजच्या काळात अत्यावश्यक आहे.



संदर्भ सूची

1. जागतिक आरोग्य संघटना (2020). *बालमानसिक आरोग्य व प्रारंभिक बालविकास अहवाल*.
 2. संयुक्त राष्ट्र बालनिधी (2021). *प्रारंभिक बालविकास : जागतिक स्थिती अहवाल*.
 3. राष्ट्रीय कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षण – पाचवा अहवाल (2019–21), भारत.
 4. बर्क, एल. ई. (2022). *बालविकास*.
 5. शॉन्कॉफ, जे. पी. व सहकारी (2021). *प्रारंभिक अनुभव व भावनिक विकास*.
 6. जागतिक आरोग्य संघटना (2020). *बालमानसिक आरोग्य व प्रारंभिक बालविकास अहवाल*.
 7. संयुक्त राष्ट्र बालनिधी (2021). *प्रारंभिक बालविकास : जागतिक स्थिती अहवाल*.
 8. संयुक्त राष्ट्र बालनिधी (2023). *पालकत्व व भावनिक विकास*.
 9. राष्ट्रीय कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षण – पाचवा अहवाल (2019–21), भारत.
 10. शॉन्कॉफ, जे. पी. व सहकारी (2021). *प्रारंभिक अनुभव, मेंदूचा विकास व भावनिक आरोग्य*.
 11. बोल्बी (1977). *सुरक्षित भावनिक आधार*. रूटलेज प्रकाशन.
 12. एरिक्सन (1963). *बाल्यावस्था व समाज*. नॉर्टन प्रकाशन.
 13. बर्क (2017). *बालविकास*. पिअरसन प्रकाशन.
 14. संयुक्त राष्ट्र बालनिधी (2021). *प्रारंभिक बालविकास अहवाल*.
 15. जागतिक आरोग्य संघटना (2020). *बालमानसिक आरोग्य अहवाल*.
- राष्ट्रीय कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षण – पाचवा अहवाल, भारत.

