

मनोविज्ञान के संदर्भ में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और किशोर निर्णय क्षमता का अध्ययन

मीनाक्षी यादव
सहायक प्राध्यापक,
अग्रसेन महाविद्यालय, धनौरा,
दुर्ग, छत्तीसगढ़



<http://www.ujhmnds.org/> || Vol. 2 No. 3 (2026): Special August Issue

Date of Submission: 02-07-2026

Date of Acceptance: 22-07-2026

Date of Publication: 17-08-2026

सारांश— किशोरावस्था मानव विकास की वह संक्रमणकालीन अवस्था है जिसमें व्यक्ति की निर्णय लेने की क्षमता पर संज्ञानात्मक, सामाजिक और संवेगात्मक कारकों का गहन प्रभाव पड़ता है। प्रस्तुत शोधपत्र भावनात्मक बुद्धिमत्ता और किशोरों की निर्णय क्षमता के मध्य संबंध का अध्ययन करता है। इस शोध में उत्तर प्रदेश के तीन जनपदों के वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालयों से 15-18 आयु वर्ग के 320 किशोर विद्यार्थियों (164 बालक, 156 बालिकाएँ) का प्रतिदर्श चयनित किया गया। आँकड़ा संग्रहण हेतु मंगल भावनात्मक बुद्धिमत्ता प्रश्नावली तथा एक स्व-विकसित निर्णय क्षमता मापनी का प्रयोग किया गया। पियर्सन सहसंबंध विश्लेषण द्वारा भावनात्मक बुद्धिमत्ता और निर्णय क्षमता के मध्य सार्थक धनात्मक सहसंबंध ($r = 0.54$, $p < 0.01$) पाया गया। प्रतिगमन विश्लेषण से ज्ञात हुआ कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता किशोरों की निर्णय क्षमता में लगभग 29% प्रसरण की व्याख्या करती है। अध्ययन यह निष्कर्ष प्रस्तुत करता है कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता किशोरों की निर्णय प्रक्रिया का एक महत्वपूर्ण निर्धारक है और शैक्षिक पाठ्यक्रम में भावनात्मक दक्षता विकास कार्यक्रमों को सम्मिलित किया जाना चाहिए।

मुख्य शब्द— भावनात्मक बुद्धिमत्ता, निर्णय क्षमता, किशोरावस्था, संवेगात्मक विकास, मनोविज्ञान

प्रस्तावना

किशोरावस्था (लगभग 12 से 19 वर्ष) मानव जीवनकाल की सर्वाधिक जटिल एवं उथल-पुथल भरी अवस्था मानी जाती है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO, 2021) के अनुसार विश्व की कुल जनसंख्या का लगभग 16% भाग किशोर हैं, और भारत में यह अनुपात लगभग 21% है, जो इस आयु वर्ग को विकासात्मक अध्ययन की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण बनाता है। इस अवस्था में मस्तिष्क का पूर्वललाट प्रांतस्था — जो तर्कसंगत निर्णय, आवेग नियंत्रण और दीर्घकालिक परिणामों के आकलन से संबंधित है — अभी पूर्ण रूप से परिपक्व नहीं हुआ होता, जबकि संवेगात्मक प्रतिक्रियाओं से जुड़ा लिम्बिक तंत्र अत्यंत सक्रिय रहता है (स्टाइनबर्ग, 2008)। यह तंत्रिका-विकासात्मक असंतुलन किशोरों को आवेगपूर्ण और जोखिमयुक्त निर्णय लेने की ओर प्रवृत्त करता है।

भावनात्मक बुद्धिमत्ता की अवधारणा को सालोवी एवं मेयर (1990) ने प्रतिपादित किया तथा गोलमैन (1995) ने इसे लोकप्रिय बनाया। गोलमैन के अनुसार भावनात्मक बुद्धिमत्ता में पाँच प्रमुख घटक सम्मिलित हैं — आत्म-जागरूकता, आत्म-नियमन, अभिप्रेरणा, सहानुभूति और सामाजिक कौशल। शोध यह दर्शाते हैं कि जिन व्यक्तियों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता उच्च होती है, वे तनावपूर्ण परिस्थितियों में भी अधिक संतुलित और विवेकपूर्ण निर्णय ले पाते हैं (बार-ऑन, 2006)।

किशोरावस्था में लिए जाने वाले निर्णय — चाहे वे शैक्षिक हों, सामाजिक हों, या व्यक्तिगत — व्यक्ति के भावी जीवन की दिशा निर्धारित करते हैं।

अनेक अध्ययनों से ज्ञात होता है कि मादक द्रव्य सेवन, साइबर बुलिंग, जोखिमपूर्ण यौन व्यवहार तथा आत्महानिकारक प्रवृत्तियाँ प्रायः किशोरावस्था में लिए गए अपरिपक्व निर्णयों का परिणाम होती हैं। प्रश्न यह उठता है कि क्या भावनात्मक बुद्धिमत्ता को विकसित करके किशोरों की निर्णय क्षमता को सुदृढ़ किया जा सकता है? प्रस्तुत शोध इसी प्रश्न का उत्तर खोजने का प्रयास करता है।



साहित्य समीक्षा

भावनात्मक बुद्धिमत्ता और निर्णय क्षमता के अंतर्संबंध पर भारतीय एवं पाश्चात्य दोनों परिप्रेक्ष्यों से उल्लेखनीय शोध कार्य हुए हैं।

सालोवी एवं मेयर (1990) ने भावनात्मक बुद्धिमत्ता को "अपनी और दूसरों की भावनाओं को पहचानने, समझने, नियंत्रित करने तथा उन्हें चिंतन एवं कार्य में उपयोग करने की क्षमता" के रूप में परिभाषित किया। उनका योग्यता मॉडल इस क्षेत्र का सैद्धांतिक आधार माना जाता है। गोलमैन (1995) ने इस अवधारणा को शैक्षिक और व्यावसायिक क्षेत्र में लागू करते हुए तर्क दिया कि जीवन में सफलता के लिए IQ से अधिक EQ महत्वपूर्ण है।

बार-ऑन (2006) ने अपने मिश्रित मॉडल (mixed model) में यह प्रतिपादित किया कि भावनात्मक-सामाजिक बुद्धिमत्ता व्यक्ति की

अनुकूलन क्षमता और दैनिक जीवन में प्रभावी निर्णय लेने की क्षमता को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती है। स्टाइनबर्ग (2008) ने किशोर मस्तिष्क के तंत्रिका-विकास पर अपने अध्ययन में दर्शाया कि किशोरों में जोखिमपूर्ण निर्णयों की प्रवृत्ति केवल अज्ञानता का परिणाम नहीं, बल्कि मस्तिष्क के असमान विकास का जैविक परिणाम है, और यह कि संवेगात्मक नियमन इस असंतुलन को कम करने में सहायक हो सकता है।

भारतीय संदर्भ में, सिंह (2015) ने माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों पर किए गए अपने अध्ययन में पाया कि उच्च भावनात्मक बुद्धिमत्ता वाले विद्यार्थियों का शैक्षिक निष्पादन और सामाजिक समायोजन निम्न भावनात्मक बुद्धिमत्ता वाले विद्यार्थियों की तुलना में सार्थक रूप से अधिक था। शर्मा एवं यादव (2017) ने किशोरों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और तनाव प्रबंधन के संबंध का अध्ययन किया और निष्कर्ष निकाला कि भावनात्मक रूप से बुद्धिमान किशोर तनावपूर्ण परिस्थितियों में अधिक अनुकूली मुकाबला (adaptive coping) रणनीतियों का प्रयोग करते हैं, जो अंततः उनकी निर्णय गुणवत्ता को प्रभावित करता है।

त्रिपाठी (2018) ने भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षिक उपलब्धि के अंतर्संबंध पर उत्तर भारत के विद्यालयों में शोध किया और बताया कि आत्म-जागरूकता एवं सहानुभूति भावनात्मक बुद्धिमत्ता के सबसे प्रभावशाली घटक हैं। पांडेय एवं मिश्रा (2019) ने 200 किशोरों पर अपने अध्ययन में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और आवेग नियंत्रण (impulse control) के मध्य सार्थक सहसंबंध पाया, जो निर्णय क्षमता का एक प्रमुख निर्धारक माना जाता है।

रावत एवं कुमार (2020) ने ग्रामीण एवं शहरी किशोरों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता की तुलना करते हुए पाया कि शहरी किशोरों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता सार्थक रूप से अधिक थी, जिसका कारण उन्होंने सूचना एवं संसाधनों तक बेहतर पहुँच को बताया। दुबे (2020) ने किशोरियों पर केंद्रित अपने अध्ययन में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और आत्म-प्रभावकारिता (self-efficacy) के मध्य मध्यम धनात्मक सहसंबंध प्रतिवेदित किया और यह सुझाव दिया कि आत्म-प्रभावकारिता निर्णय क्षमता की एक मध्यस्थ चर (mediating variable) हो सकती है।

वर्मा एवं गुप्ता (2021) ने कोविड-19 महामारी के दौरान किशोरों की भावनात्मक स्थिति और निर्णय व्यवहार पर अध्ययन किया और पाया कि महामारी जनित अनिश्चितता ने किशोरों की निर्णय क्षमता पर नकारात्मक प्रभाव डाला, किंतु उच्च भावनात्मक बुद्धिमत्ता वाले किशोरों ने इस प्रभाव को अपेक्षाकृत बेहतर ढंग से सहन किया। चौहान एवं तिवारी (2022) ने 350 किशोरों पर किए गए अपने शोध में भावनात्मक बुद्धिमत्ता के उप-घटकों — विशेषकर आत्म-नियमन — और जोखिमपूर्ण निर्णय व्यवहार के मध्य सार्थक ऋणात्मक सहसंबंध पाया, अर्थात् जिन किशोरों का आत्म-नियमन अधिक था, उनमें जोखिमपूर्ण निर्णय लेने की प्रवृत्ति कम थी।

जायसवाल (2023) ने मेटा-विश्लेषणात्मक दृष्टिकोण से भारतीय अध्ययनों की समीक्षा की और निष्कर्ष निकाला कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता और किशोरों के मनोसामाजिक समायोजन के मध्य सम्पूर्ण भारतीय अध्ययनों में औसत प्रभाव आकार (effect size) मध्यम स्तर का है। उन्होंने सुझाव दिया कि भविष्य के शोध में निर्णय क्षमता को एक स्वतंत्र आश्रित चर के रूप में अध्ययन किया जाए, न कि केवल समायोजन या उपलब्धि के उपांग के रूप में।

उपरोक्त साहित्य से स्पष्ट है कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता और किशोर विकास के विभिन्न पक्षों — शैक्षिक उपलब्धि, तनाव प्रबंधन, समायोजन — पर पर्याप्त कार्य हुआ है। तथापि, भावनात्मक बुद्धिमत्ता और निर्णय क्षमता के प्रत्यक्ष अंतर्संबंध पर, विशेषकर हिंदी भाषी क्षेत्रों के किशोरों के संदर्भ में, सीमित शोध उपलब्ध है। प्रस्तुत अध्ययन इसी शोध अंतराल को संबोधित करता है।



शोध उद्देश्य

- किशोरों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और निर्णय क्षमता के मध्य संबंध का परीक्षण करना।
- भावनात्मक बुद्धिमत्ता के विभिन्न उप-घटकों (आत्म-जागरूकता, आत्म-नियमन, अभिप्रेरणा, सहानुभूति, सामाजिक कौशल) का निर्णय क्षमता पर प्रभाव ज्ञात करना।
- लिंग के आधार पर किशोरों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता और निर्णय क्षमता में अंतर का परीक्षण करना।

परिकल्पनाएँ

H₁: किशोरों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता और निर्णय क्षमता के मध्य सार्थक धनात्मक सहसंबंध होगा।

H₂: भावनात्मक बुद्धिमत्ता निर्णय क्षमता का सार्थक पूर्वकथन (prediction) करेगी।

H₃: बालक एवं बालिकाओं की भावनात्मक बुद्धिमत्ता तथा निर्णय क्षमता में सार्थक अंतर होगा।

शोध प्रविधि

शोध अभिकल्प: प्रस्तुत अध्ययन में वर्णनात्मक सर्वेक्षण विधि एवं सहसंबंधात्मक अभिकल्प का प्रयोग किया गया।

जनसंख्या एवं प्रतिदर्श: उत्तर प्रदेश के तीन जनपदों (गाज़ियाबाद, मेरठ, लखनऊ) के शासकीय एवं निजी वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत 15-18 आयु वर्ग के किशोर विद्यार्थी इस अध्ययन की जनसंख्या थे। स्तरीकृत यादृच्छिक प्रतिदर्शन द्वारा कुल 320 विद्यार्थियों (164 बालक, 156 बालिकाएँ) का चयन किया गया। प्रत्येक जनपद से लगभग समान संख्या में प्रतिभागी लिए गए।

उपकरण:

(अ) **मंगल भावनात्मक बुद्धिमत्ता प्रश्नावली:** डॉ. एस.के. मंगल एवं श्रीमती शुभा मंगल द्वारा निर्मित यह मानकीकृत प्रश्नावली भारतीय संदर्भ में व्यापक रूप से प्रयुक्त है। इसमें चार आयाम हैं — अंतःवैयक्तिक जागरूकता, अंतर्वैयक्तिक जागरूकता, अंतःवैयक्तिक प्रबंधन एवं अंतर्वैयक्तिक प्रबंधन। इसकी विश्वसनीयता (अर्ध-विभाजन विधि) 0.89 प्रतिवेदित है।

(ब) **निर्णय क्षमता मापनी:** शोधकर्ता द्वारा विकसित इस मापनी में 30 परिस्थिति-आधारित प्रश्न सम्मिलित हैं जो किशोरों की निर्णय प्रक्रिया के पाँच पक्षों — सूचना एकत्रण, विकल्प मूल्यांकन, परिणाम पूर्वानुमान, आवेग नियंत्रण और निर्णय आत्मविश्वास — को मापते हैं। विशेषज्ञ वैधता (5 मनोविज्ञान विशेषज्ञों द्वारा) एवं क्रोनबैक अल्फा विश्वसनीयता ($\alpha = 0.83$) स्थापित की गई। प्रायोगिक अध्ययन 40 विद्यार्थियों पर किया गया।

आँकड़ा संग्रहण: प्रतिभागियों को कक्षा-कक्ष में दोनों प्रश्नावलियाँ समूह प्रशासन विधि से प्रदान की गईं। सूचित सहमति प्रपत्र प्रतिभागियों एवं उनके अभिभावकों दोनों से प्राप्त किया गया।

सांख्यिकीय विधियाँ: आँकड़ों के विश्लेषण हेतु माध्य, मानक विचलन, पियर्सन गुणनफल-आघूर्ण सहसंबंध, सरल रेखीय प्रतिगमन तथा स्वतंत्र प्रतिदर्श t-परीक्षण का प्रयोग किया गया। विश्लेषण SPSS (संस्करण 26) द्वारा किया गया।

परिणाम एवं विवेचना

तालिका 1: भावनात्मक बुद्धिमत्ता एवं निर्णय क्षमता का वर्णनात्मक सांख्यिकी (N=320)

चर	माध्य (M)	मानक विचलन (SD)	न्यूनतम	अधिकतम
भावनात्मक बुद्धिमत्ता (कुल)	132.46	18.73	82	178
निर्णय क्षमता (कुल)	94.21	14.58	51	130

तालिका 2: भावनात्मक बुद्धिमत्ता के उप-घटकों एवं निर्णय क्षमता के मध्य सहसंबंध (N=320)

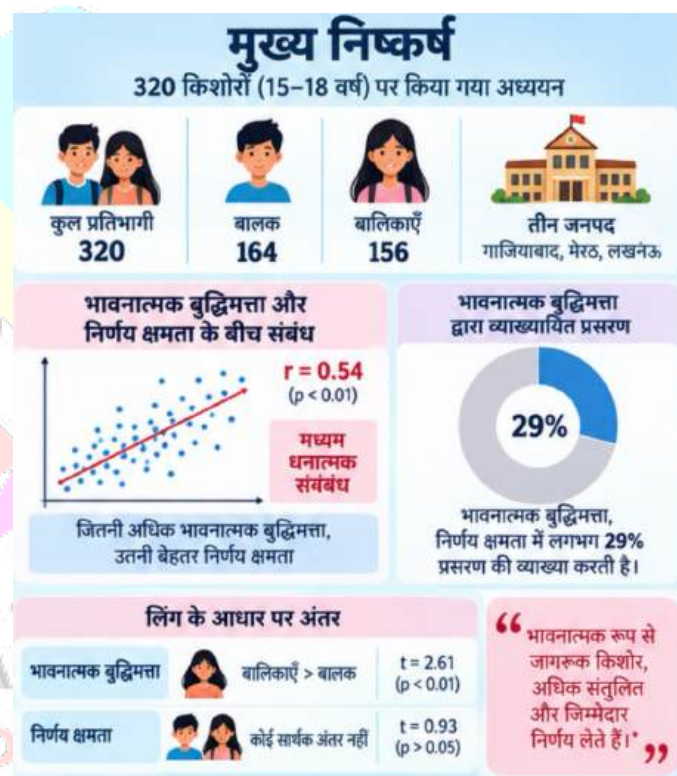
चर	निर्णय क्षमता (r)	सार्थकता स्तर
भावनात्मक बुद्धिमत्ता (कुल)	0.54	$p < 0.01$
अंतःवैयक्तिक जागरूकता	0.48	$p < 0.01$
अंतर्वैयक्तिक जागरूकता	0.37	$p < 0.01$
अंतःवैयक्तिक प्रबंधन	0.51	$p < 0.01$
अंतर्वैयक्तिक प्रबंधन	0.39	$p < 0.01$

तालिका 2 से स्पष्ट है कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता (कुल) एवं निर्णय क्षमता के मध्य सार्थक मध्यम धनात्मक सहसंबंध ($r = 0.54$, $p < 0.01$) पाया गया, जो परिकल्पना H_1 की पुष्टि करता है। उप-घटकों में अंतःवैयक्तिक प्रबंधन ($r = 0.51$) — जिसमें आत्म-नियमन और आवेग नियंत्रण सम्मिलित हैं — का निर्णय क्षमता से सबसे उच्च सहसंबंध पाया गया। यह निष्कर्ष चौहान एवं तिवारी (2022) के निष्कर्षों से मेल खाता है जिन्होंने भी आत्म-नियमन को निर्णय व्यवहार का सर्वाधिक प्रभावशाली घटक पाया था। अंतर्वैयक्तिक जागरूकता (सहानुभूति) का सहसंबंध ($r = 0.37$) अपेक्षाकृत कम रहा, जो यह दर्शाता है कि किशोरों के निर्णय अभी प्रमुखतः आत्म-केंद्रित प्रक्रिया पर आधारित होते हैं — यह स्टाइनबर्ग (2008) के तंत्रिका-विकासात्मक सिद्धांत से सुसंगत है।

प्रतिगमन विश्लेषण: सरल रेखीय प्रतिगमन विश्लेषण से ज्ञात हुआ कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता निर्णय क्षमता के प्रसरण (variance) का 29% भाग ($R^2 = 0.29$, $F(1,318) = 129.87$, $p < 0.01$) व्याख्यायित करती है। यह परिकल्पना H_2 की पुष्टि करता है। शेष 71% प्रसरण अन्य कारकों — जैसे संज्ञानात्मक क्षमता, पारिवारिक वातावरण, सहपाठी प्रभाव, सामाजिक-आर्थिक स्थिति — से प्रभावित हो सकता है, जो इस शोध के दायरे से बाहर हैं।

तालिका 3: लिंग आधारित तुलना — स्वतंत्र प्रतिदर्श t-परीक्षण

चर	बालक (n=164) M (SD)	बालिकाएँ (n=156) M (SD)	t-मान	सार्थकता
भावनात्मक बुद्धिमत्ता	129.81 (19.12)	135.25 (17.89)	2.61	$p < 0.01$
निर्णय क्षमता	93.47 (15.02)	94.99 (14.08)	0.93	$p > 0.05$



तालिका 3 से ज्ञात होता है कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता में बालिकाओं का माध्य (135.25) बालकों (129.81) से सार्थक रूप से अधिक पाया गया ($t = 2.61$, $p < 0.01$)। यह परिणाम दुबे (2020) तथा अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर बार-ऑन (2006) के निष्कर्षों से सुसंगत है, जिन्होंने भी स्त्रियों में सहानुभूति और अंतर्वैयक्तिक जागरूकता अपेक्षाकृत अधिक पाई थी। तथापि, निर्णय क्षमता में बालकों और बालिकाओं के मध्य सार्थक अंतर नहीं पाया गया ($t = 0.93$, $p > 0.05$)। इससे यह निष्कर्ष निकलता है कि यद्यपि बालिकाएँ भावनात्मक रूप से अधिक जागरूक हैं, किंतु निर्णय प्रक्रिया में यह लिंग अंतर सार्थक रूप से परिवर्तित नहीं होता — संभवतः इसलिए कि निर्णय क्षमता बहु-कारकीय है और संज्ञानात्मक कारक भी इसमें समान रूप से योगदान करते हैं। अतः परिकल्पना H_3 भावनात्मक

बुद्धिमत्ता के संदर्भ में स्वीकृत किंतु निर्णय क्षमता के संदर्भ में अस्वीकृत हुई।



इन परिणामों का व्यापक निहितार्थ यह है कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता किशोरों की निर्णय क्षमता का एक महत्वपूर्ण, किंतु एकमात्र नहीं, निर्धारक है। पांडेय एवं मिश्रा (2019) ने जिस आवेग नियंत्रण की भूमिका को रेखांकित किया था, प्रस्तुत शोध में भी अंतःवैयक्तिक प्रबंधन (जिसमें आवेग नियंत्रण सम्मिलित है) का निर्णय क्षमता से सर्वाधिक सहसंबंध पाया जाना इसकी पुष्टि करता है।

निष्कर्ष एवं सुझाव

प्रस्तुत अध्ययन के निष्कर्ष स्पष्ट रूप से दर्शाते हैं कि भावनात्मक बुद्धिमत्ता और किशोरों की निर्णय क्षमता के मध्य सार्थक धनात्मक संबंध विद्यमान है। विशेषकर भावनात्मक बुद्धिमत्ता का अंतःवैयक्तिक प्रबंधन आयाम — जो आत्म-नियमन एवं आवेग नियंत्रण से संबंधित है — निर्णय क्षमता का सबसे प्रबल सहसंबंधी पाया गया। भावनात्मक बुद्धिमत्ता निर्णय क्षमता के प्रसरण का लगभग 29% भाग व्याख्यायित करती है, जो एक उल्लेखनीय योगदान है। लिंग आधारित विश्लेषण से यह भी ज्ञात हुआ कि भावनात्मक जागरूकता में बालिकाएँ अग्रणी हैं, किंतु यह श्रेष्ठता निर्णय प्रक्रिया में सीधे परिवर्तित नहीं होती।

इन निष्कर्षों के आधार पर निम्नलिखित सुझाव प्रस्तुत हैं:

विद्यालयी शिक्षा में भावनात्मक दक्षता विकास कार्यक्रमों को पाठ्यक्रम का अनिवार्य अंग बनाया जाना चाहिए। विशेष रूप से आत्म-नियमन और आवेग नियंत्रण पर केंद्रित हस्तक्षेप कार्यक्रम किशोरों की निर्णय गुणवत्ता को सुधारने में प्रभावी सिद्ध हो सकते हैं। विद्यालयी परामर्शदाताओं को भावनात्मक बुद्धिमत्ता आधारित प्रशिक्षण प्रदान किया जाना चाहिए ताकि वे किशोरों को परिस्थिति-विशिष्ट निर्णय कौशल विकसित करने में सहायता कर सकें। अभिभावकों को भी कार्यशालाओं के माध्यम से यह समझाया जाना चाहिए कि किशोरों को स्वतंत्र निर्णय लेने का अवसर देते हुए भावनात्मक मार्गदर्शन प्रदान करना कितना आवश्यक है।

शोध की सीमाएँ: प्रस्तुत अध्ययन केवल उत्तर प्रदेश के तीन जनपदों तक सीमित है, अतः इसके निष्कर्षों का सामान्यीकरण सम्पूर्ण भारतीय किशोर जनसंख्या पर सावधानीपूर्वक किया जाना चाहिए। अध्ययन में स्व-प्रतिवेदन उपकरणों का प्रयोग किया गया है, जिसमें सामाजिक वांछनीयता पूर्वाग्रह की संभावना बनी रहती है। भावी शोधकर्ताओं को प्रयोगात्मक या अनुदैर्घ्य अभिकल्प अपनाने, अन्य चरों (संज्ञानात्मक क्षमता, पारिवारिक वातावरण) को सम्मिलित करने, तथा भौगोलिक रूप से अधिक विविध प्रतिदर्श का उपयोग करने का सुझाव दिया जाता है।

संदर्भ सूची

1. गोलमैन, डी. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. बेंटम बुक्स, न्यूयॉर्क.
2. चौहान, एस. एवं तिवारी, पी. (2022). किशोरों में आत्म-नियमन और जोखिमपूर्ण निर्णय व्यवहार: भावनात्मक बुद्धिमत्ता की भूमिका. *भारतीय मनोविज्ञान पत्रिका*, 19(2), 88-104.
3. जायसवाल, एन. (2023). भारत में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और किशोर समायोजन: एक मेटा-विश्लेषणात्मक समीक्षा. *मनोवैज्ञानिक अध्ययन*, 68(1), 45-62.
4. त्रिपाठी, ए. (2018). भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षिक उपलब्धि: उत्तर भारतीय विद्यालयों का एक अध्ययन. *शिक्षा एवं मनोविज्ञान शोध पत्रिका*, 12(1), 33-48.
5. दुबे, आर. (2020). किशोरियों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और आत्म-प्रभावकारिता का अध्ययन. *भारतीय शिक्षा शोध पत्रिका*, 39(2), 112-126.
6. पांडेय, एस. एवं मिश्रा, वी. (2019). किशोरों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता और आवेग नियंत्रण: एक सहसंबंधात्मक अध्ययन. *मनोविज्ञान अन्वेषक*, 14(1), 56-70.
7. बार-ऑन, आर. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18(Suppl.), 13-25.
8. मंगल, एस.के. एवं मंगल, शुभा (2004). *मंगल भावनात्मक बुद्धिमत्ता प्रश्नावली*. नेशनल साइकोलॉजिकल कॉर्पोरेशन, आगरा.
9. रावत, पी. एवं कुमार, एस. (2020). ग्रामीण एवं शहरी किशोरों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता: एक तुलनात्मक अध्ययन. *शोध दृष्टि*, 11(3), 78-91.
10. सालोवी, पी. एवं मेयर, जे.डी. (1990). *Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
11. सिंह, ए. (2015). माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता और शैक्षिक निष्पादन. *शिक्षा शोध*, 7(2), 23-38