27

सामान्यता और असामान्यता

* *जयन्ती महापात्र*

प्रस्तावना

हम सभी ने अपने जीवन में कभी–न–कभी किसी समस्या का सामना अवश्य किया है, लेकिन भिन्न–भिन्न व्यक्ति इनके साथ भिन्न–भिन्न तरीकों से सामंजस्य करते हैं। तीव्र गति से होने वाले औद्योगीकरण और भौगोलीकरण से कई लोग चिंता और तनाव की समस्या से गुजरते हैं। लेकिन हर कोई व्यक्ति जो इन समस्याओं को झेल रहे होते हैं, उनको व्यावसायिक चिकित्सकीय सहायता की आवश्यकता नहीं पड़ती है। हमने व्यावहारिक ढंग से सोचने और बात करने के कई रास्ते विकसित किए हैं, जो कि सामान्य हैं। लेकिन जो वैज्ञानिक अवधारणा हम मानव–व्यवहार के लिए आवश्यक समझते हैं, वो सभी व्यक्तिनिष्ठ विषयों की संवेदनशीलता और उसके कार्यकलापों को शामिल किया जाता है।

आइये अब हम असामान्य व्यवहार से सम्बन्धित अवधारणा की समीक्षा करते हैं।

असामान्य मनोविज्ञान क्या है?

मनोविज्ञान और मनोरोग का एक लम्बा इतिहास है जो सामान्यता और असामान्यता के प्रतिवाद के क्षेत्र से जुड़ा हुआ है। असामान्य मनोविज्ञान, मनोविज्ञान की ही एक शाखा है। जिसके अन्तर्गत असामान्य व्यवहार को विवेचित करते हैं। असामान्यता का शाब्दिक अर्थ समान्यता से विचलन है। आप आश्चर्यचकित होंगे कि इसे ही असामान्य व्यवहार कहते हैं। असामान्य व्यवहार कि व्याख्या मनुष्य के अन्दर एक अवयव के रूप में नहीं कर सकते है, यह विभिन्न जटिल विशेषताओं से आपस में समबद्ध होता है। आमतौर पर असामान्यता एक समय में उपस्थिति अनेक विशेषताओं को निर्धारित करता है। असामान्य व्यवहार में जिन लेखों की विशेषताओं को परिभाषित किया जाता है, वो हैं, विरल घटना, आदर्श का उल्लंघन, व्यक्तिगत तनाव, विक्रिया और अप्रत्याशित व्यवहार। आइये इन अवधारणाओं को समझते हैं:

---

* *जयन्ती महापात्र, एन आई ओ एस, नई दिल्ली*

1) विरल घटना

लोगों का बहुमत औसतन उस व्यवहार को दर्शाता है जो कि उनके जीवन की किसी घटना से सम्बन्धित होता है। जो लोग औसत विचलन को दर्शाते हैं वो बहुत प्रवृत्तिशील होते हैं। लेकिन आवृत्ति को सुविचारित नहीं किया जा सकता, जैसे एकमात्र मूलतत्व को असामान्य व्यवहार में निर्धारित नहीं किया जा सकता है।

2) आदर्श का उल्लंघन

यह दृष्टिकोण सामाजिक आदर्शों और सांस्कृतिक मूल्यों पर आधारित है। जो विशिष्ट स्थितियों में व्यवहार का मार्ग–प्रदर्शक होता है। यदि एक विशिष्ट व्यक्ति सामाजिक आदर्शों को तोड़ता है, धमकाता है, या दूसरों को चिंतित करता है तो यह विचार असामान्य व्यवहार जैसा है। असामान्यता, स्वीकृत आदर्शों से उच्च स्तर पर विचलित करना अलग संस्कृतियों में अलग–अलग माना जाता है। लेकिन इसमें ध्यान देने योग्य बात ये है कि आदर्श मूल्य अलग–अलग होते हैं। एक जगह जो नैतिक होता है वो दूसरी जगह अनैतिक भी हो सकता है, यह अवधारणा अपने आप में बहुत व्यापक है जैसे अपराधी और वैश्याएँ सामाजिक मूल्य तोड़ते है परन्तु आवश्यक नहीं है कि उन्हें असामान्य मनोविज्ञान में पढ़ा जाए।

3) व्यक्तिगत तनाव

एक व्यवहार, यदि वो सुविचारित असामान्य है, तो यह तनाव उत्पन्न करता है किसी व्यक्ति में जो इसका आभास करता है। उदाहरण के लिए, निरन्तर और भारी मात्रा में सेवन करने वाला व्यक्ति अपनी मद्यसार की आदत को पहचानता है, कि यह अस्वास्थ्यकर है, और इस आदत को रोकना चाहिए। यह व्यवहार असामान्य जैसा लक्षण प्रदर्शित करता है। व्यक्तिगत तनाव, आत्म–स्व का नमूना नहीं है, परन्तु जो लोग इससे पीड़ित होते हैं वो ही इसकी जानकारी दे सकते है और निर्णय करते है। विभिन्न लोगों में तनाव का स्तर भी बदलता रहता है।

4) अपक्रिया

अपक्रिया या अक्षमता को असामान्यता के रूप में लिया जाता है यदि व्यक्ति समाज में अपने मनोभावों कार्यों या विचारों से बाधा डालता है।

उदाहरण के लिए मादक द्रव्यों के दुरूपयोग के कारण एक व्यक्ति के कार्य–निष्पादन, में बाधा आती है।

5) अप्रत्याशिता

इन विशेषताओं को अप्रत्याशित व्यवहार की पुनरावृत्ति होने को शामिल किया गया है।

उपर्युक्त सभी निर्धारक असमान्यता को परिभाषित करने में सहायक होते हैं। असामान्य व्यवहार के अंतरतम विशेषताओं का वर्णन क्या है?, वह है, कुसमायोजन दिन-प्रतिदिन के जीवन की अपेक्षाओं से जूझने एवं उनकी पूर्ति के मार्ग में व्यक्ति का असामान्य व्यवहार कठिनाई उत्पन्न करता है। सामान्य और असामान्य के बीच कोई स्पष्ट विभक्तिकरण रेखा नही होती। यह एक मन की स्थिति होती है जिसका अनुभव प्रत्येक व्यक्ति करता है यह एक मानसिक विकृति का द्योतक है, यदि यह दोनों विद्यमान तथा गम्भीर स्तर तक होते हैं तो व्यक्ति की सामान्य स्थिति की निरन्तरता के विरुद्ध तथा/अथवा मानव समुदाय, जिसका वह व्यक्ति सदस्य होता है, के विपरीत होता है। यह भी विचारणीय है कि असामान्यता की परिभाषा किसी सीमा तक संस्कृति पर आधारित होती है। उदाहरणार्थ – अपने आप से बात करना एक असामान्य व्यवहार के रूप में माना जाता है परन्तु कुछ निश्चित पोलिनेशियन देशों तथा दक्षिण अमेरिकी समाजों में इसे देवियों द्वारा प्रदत्त विशिष्ट स्तरीय उपहार माना जाता है।

असामान्य व्यवहार के कारण

अब आप यह जानने के लिए उत्सुक होंगे कि ऊपर विवेचित कठिनाइयों के क्या कारण हैं। वर्तमान दृष्टिकोण से असामान्य व्यवहार के समाकलन के लिए अनेक स्वरूप हैं। ये स्वरूप मानी हुई बातों पर आधारित होते हैं जो एक साथ मिलकर अध्ययन और आँकड़ों की व्याख्या हैं, इन प्रारूपों के अन्तर्गत चुने हुए परिणाम होते हैं जिनके अन्तर्गत असामान्य व्यवहार की व्याख्या की गयी है। आइये इन स्वरूपों का अध्ययन करें–

1) जैविकीय स्वरूप

इस स्वरूप के अन्तर्गत यह माना जाता है कि मानसिक विकृति जैविक या शारीरिक प्रक्रिया के कारण होती है। इस उदाहरण को चिकित्सीय स्वरूप भी कहा जाता है। इस प्रारूप में यह मान लिया जाता है कि आसाधारण व्यवहार का कारण शरीर के अन्दर ही पाया जाता है। आइए–एक उदाहरण लेते हैं–प्रयोग और सिद्धान्त के आधार पर यह कहा गया है कि विकृति के कारण नाड़ी तन्त्र में होने वाली किसी गड़बड़ी का प्रारम्भ दुश्चिन्ता

होती है। जो किसी व्यक्ति में मनोविदलता को वंशानुगत बनाता है। पिछले कुछ सालों में जैविक प्रयोगों ने असामान्य मस्तिष्क के व्यवहार के समन्वयता के क्षेत्र में बहुत विकास किया है। लेकिन इतना कहना पर्याप्त नहीं है कि जैविक उदाहरण सभी असामान्य मनोविज्ञान के प्रश्नों का उत्तर दे सकते हैं।

2) आत्मविश्लेषण स्वरूप

सबसे पहले सिगमण्ड फ्रायड द्वारा विकसित किया गया यह उदाहरण यह मानता है कि अचेतन विवाद असाधारण व्यवहार का कारण हो सकता है। फ्रायड ने व्यक्तिगत रूप से बल दिया है कि लैंगिक प्रेरणा को रोकने के कारण ज्यादातर चिंता होती है। फ्रायडियन की दृष्टि से उन दोषों को भी महत्व दिया जाता है जो उत्पन्न किया जाता सुपगों के द्वारा जो कि इस प्रेरणाओं के बदले में होता है।

इदम् जब अहम् और पराहम् के बीच फँस जाता है और एक व्यक्ति पर सुरक्षा के लिए दबाव डालता है और जिसके कारण वह कठोर व्यवहार अपनाता है।

3) व्यावहारिक स्वरूप

व्यवहारिक उदाहरण कुसमायोजित व्यवहार समाहित करता है को जिसके कारण व्यक्ति समायोजित व्यवहार को सीखने में विफल हो जाता है और यह अप्रभावित, सीखने की प्रवृत्ति असामान्य व्यवहार को जन्म देती है।

4) बोधात्मक स्वरूप

यह स्वरूप समाहित करता कि लोगों के द्वारा जो अर्थ असाधारण व्यवहार को समझने के लिए बनाया गया है। यह अर्थ लोगों द्वारा प्राप्त अनुभवों पर आधारित है।

ऊपर चर्चा किए गए उदाहरणों को ध्यान में रखते हुए हम असाधारण व्यवहार के कारण इस प्रकार से वर्गीकृत किए जा सकते हैं।

1) जैविक कारक

विभिन्न जैविक तत्व जैसे जनक/आनुवांशिक गड़बड़ी, एन्डोक्रिन तंत्र का सुचारू रूप से कार्य न करना, दिमाग का ठीक ढंग से काम न करना, असाधारण व्यवहार के कारण बन सकते हैं। खोजों द्वारा यह पाया गया है कि जैसे मनोविदिलता अधिकतर आनुवंशिकता में मिलती है। इसके अतिरिक्त बहुत सारे शारीरिक और वातावरण के कारण भी असामान्य व्यवहार को जन्म दे सकते हैं।

2) मनोवैज्ञानिक कारक

असामान्य व्यवहारों में मनोवैज्ञानिक कारकों की भूमिका अप्रत्यक्ष है इसलिए इसको मापना बहुत कठिन है। लेकिन अनेक मनोवैज्ञानिक कारक जैसे–बचपन में माता–पिता के साथ सम्बन्ध, सामाजिकता की ओर उनका व्यवहार, समान व्यक्तियों का समूह आदि किसी व्यक्ति में त्रुटिपूर्ण पहचान, अधिक निराशावाद, अधिक आसकि, या अधिक संरक्षण विकसित करते हैं पर जिसको हम असामान्य व्यवहार का कारण मान सकते है।

3) सामाजिक–सांस्कृतिक कारक

इन कारणों में अभी कुछ विशिष्ट नहीं पाया गया है इसलिए इसमें खोज जारी है लेकिन तीव्र नगरीकरण, सामाजिक परिवर्तन सांस्कृतिक कार्यों में परिवर्तन इत्यादि। व्यक्ति में चिंता, प्रवृत्तियुक्त दबाव, तनाव आदि उत्पन्न करते हैं । इस प्रकार ये कारक असामान्य व्यवहार के प्रबलता से सहायक होते हैं।

मनोवैज्ञानिक विकृतियों का निर्धारण

मनोवैज्ञानिकों द्वारा कई कारकों को किसी व्यक्ति की समस्या का सही ढंग से निर्धारण करने में प्रयोग किया जाता है। निर्धारण के दो मुख्य दृष्टिकोण है, मनोवैज्ञानिक और जैविकीय निर्धारक।

1) मनोवैज्ञानिक निर्धारण

मनोवैज्ञानिक निर्धारण के अन्तर्गत साक्षात्कार आता है जो संरचना और स्वभाव दोनों में खुला हो। मनोवैज्ञानिक परीक्षण जैसे–स्वलेख व्यक्तित्व खोज, बुद्धिमत्ता परीक्षण आदि रचनात्मक परीक्षण हैं जबकि (इनके अलावा निरीक्षण पद्धति भी किसी व्यक्ति को आँकने में एक उपयोगी तरीका है) विस्तार सम्बन्धी परीक्षण जैसे–रोसार्च इंक ब्लाट टेस्ट, प्रकरण सम्बन्धी परीक्षण खुले परीक्षण हैं। इन परीक्षणों के अतिरिक्त निरीक्षण पद्धति भी किसी व्यक्ति को आँकने में उपयोगी है।

जैविकीय निर्धारण

इस प्रकार के निर्धारण में नई तकनीकें जैसे सीटी स्कैन, पेट् स्कैन-पैसीट्रोन इमीसन टोमोग्राफी आदि। जो मस्तिष्क की विभिन्न संरचनाओं को देखने में मदद करता है। तन्त्रिका मनोविज्ञान परीक्षण भी मस्तिष्क की कमियों को ज्ञात करने में सहायक होता है।

उत्तर में परिवर्तन के मनोवैज्ञानिक परीक्षण के द्वारा जैसे–स्पर्श ज्ञान सम्बन्धी परीक्षण, समय सम्बन्धी परीक्षण इत्यादि। जैविक निर्धारण में मनोशारीरिक प्रमाप भी सम्मिलित हैं जैसे–नाड़ी गति, हृदय गति, चर्म संचालन आदि।

असामान्य व्यवहारों का वर्गीकरण

अमेरिकन साइकेट्रिक एसोसिएशन के द्वारा तैयार किया गया डायग्नोस्टिक एण्ड स्टैटिस्टीकल मैनुअल ऑफ मेन्टल डिस्आर्डर में असामान्य व्यवहारों का वर्गीकरण उनके लक्षणों के आधार पर किया गया है, जो निम्नलिखित हैं–

डी एस एम-IV का वर्गीकरण–बाल्यावस्था और किशोरों में असामान्य व्यवहार

मानसिक मन्दन या दुर्बलता

मानसिक क्षमताओं का विकास जब किसी की आयु के अनुसार कम होता है।

- सीखने की विकृत्ति
- गत्यात्मकता सम्बन्धी विकृति–ऐसी विकृति जिसमें शारीरिक गतियों में परेशानी हो, जैसे– आँखों और हाथों का सही उपयोग नहीं और अन्य गत्यात्मक क्रिया में।
- संचार विकृति–यह विकृति सूचना अथवा संचार के आदान–प्रदान में होने वाली विकृति से है।
- ध्यानहीनता एवं विदारक विकृति–यह विकृति ध्यान न केन्द्रित होने या करने को कहते है।
- बाल्यकाल में खाने और पीने सम्बन्धी विकृति–
- बाल्यकाल एवं किशोरावस्था की अन्य विकृत्तियाँ–इस श्रेणी में आने वाली विकृत्तियाँ सम्बन्धित हैं, कम मानसिक विकास होना, सीखने में अवरोध होना। जैसे– असामान्य मानसिक विकास और कम सीखना, आँखों और हाथों का गलत ढंग से समन्वय, बोलने की विकृति, खाने में विकृति आदि प्रमाद, चिन्तविक्षिप्त और उपेक्षा की विकृति और अन्य संज्ञानात्मक विकृति।
- प्रमाद का अर्थ है गलत ढंग से बोलना।
- चिन्त विक्षिप्त या भूलना।
- उपेक्षा की विकृत्ति या नींद की समस्या और अन्य संज्ञानात्मक विकृत्तियाँ।
- सामान्य मानसिक अवस्था के कारण, सामान्य मानसिक विकृत्ति जिसका वर्गीकरण कहीं और नहीं है।

- मद्यपान और औषधि सेवन सम्बन्धी विकृति–
- मद्यनिषेध और द्रव्य का दुरूपयोग– जिसे व्यक्ति मद्य का सेवन अपने दिमाग पर सुखद प्रभाव के लिए प्रयोग करते हैं, जैसे–गांजा सम्बन्धी विकृत्ति, कोकिन सम्बन्धी विकृत्ति, श्रुतुश्रम से सम्बन्धी विकृत्ति, भाँग सम्बन्धित, अफीम सम्बन्धी आदि।

मनोविदलता और अन्य मनोविक्षिप्त विकृति

मनोविदलता से तात्पर्य जब कोई व्यक्ति को सोचने में परेशानी होती है या फिर उसके मन का विभाजन हो जाता है। इस विकृति में व्यक्ति किसी भी कार्य में पूर्ण रूप से ध्यान नहीं दे पाता और उससे उसके कार्य निष्पादन में कमी आती है।

भावात्मक विकृति

इस प्रकार की मनोविक्षिप्तता में अनुपयुक्त संवेगात्मक अनुक्रियाएँ पायी जाती है। ये संवेगात्मक क्रियाएँ या तो बढ़ी हुई अवस्था में पाई जाती है या फिर घटी हुयी अवस्था में होती है। इसमें तुरन्त उपचार की आवश्यकता होती है।

विषाद विकृत्ति

ये विषाद चित्त–विरक्ति से अलग होता है। इसके लक्षण निम्नलिखित होते हैं–

1) नींद में कमी एवं गत्यात्मकता में बाधा
2) असन्तोष एवं चिंता।
3) अपने को दोषी समझना।
4) पूरी दुनिया मनोरंजक रहित लगना।
5) एकाग्रता में कमी आदि जिसके कारण कई रोग जैसे विचार–प्रक्रिया में कमी, खालीपन एवं अपने को किसी योग्य न समझना, थकान आदि।

वृत्तिय प्रतिक्रियाओं की विकृत्ति

यह वह अवस्था है, जिसमें रोगी में उत्साह और विषाद के मिले–जुले लक्षण पाए जाते हैं। कभी–कभी इस अवस्था में रोगी में उत्साह और विषाद की अवस्थाएँ एक–दूसरे के बाद बदलती रहती हैं।

दुश्चिन्ता विकृति

कोई भी असमान्यता जिसमें अस्पष्ट, दिशाहीन चिंता का अनुभव होता है और उसके स्रोत का पता नहीं होता।

- असंगत विकृत्ति बिना, खुले स्थान से भय (एगोरेफोबिया)
- असंगत विकृति खुले स्थान से भय (एगोरेफोबिया)
- वह मनःस्ताय किसी वस्तु, परिस्थिति या प्राणी के प्रति असंगत भय है और किसी भी समय हो सकता है, जैसे विशेष चीज के प्रति भय या सामाजिक भय
- मनोग्रस्तता–बाह्यता विकृत्ति,
- साधारण चिन्ता विकृत्ति,
- **स्वास्थ्य अतिचिन्ता विकृत्ति**–इस बीमारी का रोगी अपने स्वास्थ्य के सम्बन्ध में तथा शरीर के विभिन्न अंगों के कथित रोगों और विकृतियों से सम्बन्धित विचार हर समय उसके मन में घिरे रहते है।
- **रूपान्तरण विकृत्ति**–जो रोगी इस रोग से पीड़ित होते है, उसमें दैहिक रोग निदान–शास्त्र के अभाव में कुछ शारीरिक लक्षण उत्पन्न होते हैं जैसे–गत्यात्मक लक्षण, संवेदनशून्यता, लकवा इत्यादि।
- **दैहिक विकृति**–इसमें वह विकृति आती हैं, जिसमें शारीरिक समस्याएँ होती हैं, परन्तु कोई दैहिक कारण नहीं होता।
- **मनोदैहिक विकृति**–इस विकृति में प्रमुख समस्याएँ होती है–सिरदर्द, थकावट, मिचली, पेढू में दर्द और शरीर के विभिन्न भागों में दर्द। व्यक्ति सोचता है कि वह बीमार है और इसको समर्थन देने के लिए लम्बा इतिहास बताते हैं, और खूब दवाइयाँ खाते हैं।
- पश्यघाव दबाव विकृति–
- तीव्र दबाव सम्बन्धी विकृति–
- बॉडी डिस्मार्फिक डिसआर्डर

बनावटी या कृत्रिम विकृति

पृथक्करण की विकृत्ति, इसके अन्तर्गत अलग करने की भावना, स्मृति त्रुटि आदि आता है। कृत्रिम स्मृतिहीनता में बिना किसी इन्द्रिय सम्बन्धी परिवर्तन के स्मृति खत्म हो जाती है और

बनावटी या कृत्रिम विकृति

पृथक्करण की विकृत्ति, इसके अन्तर्गत अलग करने की भावना, स्मृति त्रुटि आदि आता है। कृत्रिम स्मृतिहीनता में बिना किसी इन्द्रिय सम्बन्धी परिवर्तन के स्मृति खत्म हो जाती है और पृथक्करण अस्थिरता में अप्रत्याशित घर से दूर यात्रा और अपनी नयी पहचान बनाना। इसमें रोगी कई बार सुबह जागने पर अपने को नयी जगह पाता है। बहुमुखी व्यक्तित्व विकृति–इसके अन्तर्गत एक ही व्यक्ति में दो या अधिक प्रकार के व्यक्तित्व मौजूद रहते है। जिसका स्वयं उस व्यक्ति को भी ज्ञान नहीं होता। कामुक एवं लिंग पहचान सम्बन्धी विकृति– ये विकृति किसी व्यक्ति के असामान्य कामुक कार्यों से सम्बन्धित है, जिसके अन्तर्गत कामुक उद्दोलन इच्छा विकृति, कामुक पीड़ा विकृति।

लिंग पहचान सम्बन्धी विकृति

ये विकृति जो अक्सर रोगी के लिए बचपन के किसी कटु अनुभव के कारण हो जाते/जाती हैं, व्यक्ति के सामान्य कामुक कार्य में बाधा बनती हैं।

खाने सम्बन्धी विकृति

ये विकृति अधिक या कम खाने से सम्बन्धित हैं। एनोरेक्सिया नर्वोसा जिसके अन्तर्गत व्यक्ति एक लम्बी अवधि तक कम मात्रा में खाना खाता है। बूलीमिया नर्वोसा जिसके अन्तर्गत व्यक्ति खाना खाने के बाद उल्टी कर देता है।

निद्रा–सम्बन्धी विकृति

प्रारम्भिक नींद में विकृति, डायसोमनियॉज, पारासोमनियॉज।

प्रवृत्ति नियंत्रण विकृति

जिसका कहीं वर्गीकरण नहीं किया गया है।

क्लिप्टोमानिया (अनजाने मे चोरी करना), पैरोमानिया (आग से बिना कारण भय), पैथोलोजिक गैम्बलिंग, इरीमेटेड एक्सप्लोसिव डिसआर्डस (विस्फोटक सम्बन्धी विकृति आदि)

सामंजस्य असमानता

व्यक्तित्व असमानता

मानसिक उन्माद (व्यापक, भ्रमित विचार, अप्रत्यय, ईर्ष्या, जलन) मानसिक रोग सम्बन्धी, मनोविद्यंसतां, असामाजिक, मध्यवर्ती अभिनय कला, आत्मशक्ति सम्बन्धी (जो व्यक्ति अपने रूप से प्यार करता है) आश्रित को त्यागना, मनोग्रसितता बाध्यता (अनुलम्बन, अनचाहा और अविचलित विचार, अनिवार्य स्वाभाविक क्रिया को दोहराना)।

वयस्कों में मानसिक असन्तुलन

श्रीमान एक्स ऐसी फर्म में कार्य करते हैं, जिनमें उनका कार्य लोगों के साथ सम्पर्क करना है। वह शर्मीले व्यक्ति हैं और वे विशेषकर स्त्रियों से बात करते समय घबरा जाते हैं। जिस समय वह महिलाओं से वार्ताहन करते हैं, वह कई लक्षणों से ग्रसित होते हैं जैसे–हथेलियों में पसीना आना, पेट में सूजन। जब वह स्त्रियों को देखते हैं तो क्रमशः इन लक्षणों से ग्रसित होते हैं। अपनी दुश्चिन्ता से बचने के लिए वह अज्ञानतावश निम्नलिखित कठिनाइयों जैसे–सिर में तेज़ दर्द या पेट में दर्द से पीड़ित हो जाते हैं। उन्हें सलाह दी जाती है कि वह आराम करें और अपने मनोचिकित्सक से विचार करता है कि उसे कोई मनोरोग नहीं है।

यह एक विशिष्ट चिन्ता का केस है। लेकिन चिन्ता को यदि पहचाना न जाए और सही इलाज न किया जाए तो यह गंभीर रूप धारण कर लेती है। इस पाठ के इस क्रम में हमने कुछ मनोवैज्ञानिक विक्रियाओं को पढ़ा जो विक्रियाओं के क्षेत्र में है। आपने इस वर्गीकरण को अवश्य पढ़ा होगा जो डी एस एम-IV के अनुसार पिछले पृष्ठ की सूची में दिया गया। इन विवेचनाओं का अध्ययन करना आसान नहीं है, अतः हम इन पर प्रकाश डालेंगे।

दुश्चिन्ता असंतुलन

व्यक्तित्व असमान्तुलन

मनोविदलता

दुश्चिन्ता असंतुलन

दुश्चिन्ता की व्याख्या इस प्रकार कर सकते हैं कि व्यक्ति एक साधारण डर और मनोवैज्ञानिक प्रक्रिया को समझता; महसूस करता है जैसे हृदय गति का बढ़ना, भुजाओं में तनाव आना आदि। चिन्ता कि व्याख्या हम इस तरह कर सकते हैं कि यह भय और चिन्ता की भावना होती है और रोगी में कुछ शारीरिक लक्षण पाए जाते हैं, जैसे–दिल की धड़कन बढ़ना, मांसपेशियों में खिचाँव और पसीना आना आदि। भय और दश्चिन्ता में यह अन्तर

है कि भय का कोई कारण होता है, और एक बार यह कारण पता चल जाए तो भय दूर होने लगता है जबकि दुश्चिन्ता किसी एक विशिष्ट कारण से जुड़ी नहीं होती और वातावरण में परिवर्तन से जल्दी दूर नहीं होती। दुश्चिन्ता विकृति लम्बे समय से ग्रसित दुश्चिन्ता के समय ही जाना पहचाना जा सकता है। डी एस एम-IV के अनुसार छः प्रकार की चिन्ताएँ हैं जो दुर्भीत, भय, विकृति, अनुवांशिक चिन्ता विकृति, मनोग्रसिता बाध्यता विकृति। चिन्ता के विकृति के अन्तर्गत अनेक प्रकार के लक्षण आते हैं जैसे चिन्ता का कई बार अनुभव करना, चिन्ता, डर इत्यादि। कई बार कई लक्षण कई विकृतियों में पाए जाते हैं। सबसे पहले हम दुर्भीति को पढ़ते हैं।

1) दुर्भीति (Phobia)

दुर्भीति (Phobia) की व्याख्या इस प्रकार कर सकते हैं कि दुर्भीति किसी वस्तु या परिस्थिति के प्रति सतत् भय है। जो रोगी के लिए वास्तविक खतरा उपस्थित नहीं करता है। इस रोग में खतरा वास्तविक खतरा नहीं होता है। इस रोग में खतरा वास्तविक स्थिति से अत्यधिक बढ़े–चढ़े अनुपात में अभिव्यक्त होता है। जैसे ऊँचाई से अत्यअधिक डर, बन्द स्थान से डर, जानवरों से डर इत्यादि। दुर्भीति को भी श्रेणीबद्ध किया गया है जैसे क्लस्ट्राफोबिया यानि सामान्य बन्द स्थानों से भय की कोटि में आता है। इसमें बन्द स्थानों से भय होता है । भय शब्द इस बात को दर्शाता है जिसमें एक व्यक्ति तनाव से गुजरता है, और उसकी सामाजिक/व्यावसायिक क्षति होती है।

2) भय–असंतुलन

आपने कभी महसूस किया हो, बिना किसी स्पष्ट कारण के आपको अचानक तीव्र भय का अभास हुआ हो, जिसके कारण आपका हृदय लगातार धड़कता और हथेलियों में पसीना, या काँपने की स्थिति हुई हो? यदि आपका उत्तर 'हाँ' है, तो आप प्रायः भय का अनुभव करते हैं। भय विकृति की विशेषताओं में बिना किसी न्यायिक स्थितियों के अत्याधिक भय और आतंक होता है इसमें व्यक्ति में कुछ शारीरिक लक्षण भी दिखाई देते हैं जैसे हृदय की धड़कन बढ़ना, आलस्य, काँपना, साँस का फूलना आदि इसके अतिरिक्त कुछ अन्य मनोवैज्ञानिक लक्षण भी दिखाई पड़ते हैं जैसे मरने का डर, या पागलपन।

3) मनोग्रस्तता–बाध्यता असंतुलन

इसके अन्तर्गत किसी व्यक्ति में बाध्यता और मनोग्रस्तता होती है और जिसके कारण एक व्यक्ति के जीवन में तनाव और गम्भीर तनाव पैदा होता है। उदाहरणार्थ–बार–बार हाथों

को धोना। इस प्रकार की विकृति व्यक्ति में चिन्ता के भाव पैदा करती है जो कि अनापेक्षित आदतों की क्रिया को बार–बार दोहराता है। मनोग्रस्तता सतत् विचार या उपाय है। बाध्यता इच्छित विचार या मानसिक क्रियाओं के निष्पादन में मनोग्रस्तता जिम्मेदार है। कुछ सामान्य मनोग्रस्त–बाध्यताएँ हैं, जैसे–हाथों को धोना, छूना, गिनना आदि।

4) पश्य–घाव दबाव असंतुलन

जो लोग कष्टदायी घटनाओं या कष्ट देने वाले लक्षणों का अनुभव करते हैं जो बार–बार इस विकृति के अन्तर्गत दिखायी देते है या आते हैं। इस विकृति में रोगी को उस कष्टदायी घटना का पुनरावलोकन होता है। इस विकृति के बहुत से लक्षण है, जैसे–रात्रि दुस्वपन, अपने विचारों से भागना, चीखना–चिल्लाना आदि। ये समस्याएँ जीवन–पर्यन्त भी रह सकती है।

5) सामान्य–दुश्चिन्ता असंतुलन

दुश्चिन्ता, चिन्ता की बढ़ी हुई अवस्था है और इसमें व्यक्ति अस्पष्ट दिशाहीन चिन्ता का अनुभव करता है जिसका स्रोत वह नहीं बता पाता। इसके मनोसामाजिक लक्षण होते हैं, किसी खतरे के बारे में चिन्ता करना, ध्यान केन्द्रित न कर पाना, निर्णय न ले पाना, हल्का तनाव अनुभव करना और थकावट महसूस करना आदि। वे लोग जो प्रतिदिन एक सा कार्य करते हैं या रात्रि में कार्य करते हैं जैसे– पुलिसकर्मी, सुरक्षाकर्मी, अकसर इस बीमारी से ग्रस्त रहते हैं।

व्यक्तित्व असंतुलन

इसमें जब कोई व्यक्ति लगातार कुसमायोजित विचार में सोचता है, वैसा ही कार्य करता है और जिससे उसके सामान्य जीवन का कार्य प्रभावित होता है या खराब होता है। उदाहरणार्थ, कोई आश्रित व्यक्तित्व वाला व्यक्ति हमेशा आज्ञाकारी रहेगा, और अपना व्यवहार, असन्तुलित रखता है, ये व्यक्ति अपना निर्णय खुद नहीं ले सकता और उसको बहुत ध्यान की आवश्यकता होती है। जो नाटकीय व्यक्तित्व विकृति से ग्रसित है वो हमेशा बहुत संवेगात्मक व्यवहार दिखायेगा और हमेशा दूसरों का ध्यान आकर्षित करने का प्रयत्न करेगा। एक और समाजविरोधी व्यक्तित्व विकृति–इस प्रकर के व्यक्ति लापरवाह होते है और उनका व्यवहार असंगठित होता है, ये सम्पत्ति को चुराने या नुकसान पहुँचाने का कार्य करते हैं, और इस प्रकार के व्यक्तित्व वाले व्यक्ति कभी स्वयं के उपचार के लिए पहल नहीं करते हैं।

मनोविदिलता

यह भयंकर असाध्य रोग है। यह रोग सभी समाजों में पाया जाता है यह एक अति गम्भीर रोग है जो व्यक्ति में प्रत्यक्षीकरण, संवेगों, विचारों और व्यवहार को अत्यधिक बाधित कर देता है। मनोविक्षिप्तता के अन्य रोग मनोविदलता के समान गम्भीर नहीं होते हैं। मनोविदलता के रोगी की विचार–प्रक्रिया, व्यवहार आदि रोग की गम्भीरता बढ़ने के साथ–साथ विघटित होते चले जाते हैं। सामान्य अवस्था में विघटन कम मात्रा में और तीव्र अवस्था में विचारों का विघटन अधिक मात्रा में होता है। इस अवस्था में मनुष्य अपने आप कोई निर्णय नहीं ले पाता है। उसकी विचार–प्रक्रिया कभी–कभी पूर्णतः अवरूद्ध.सी हो जाती है। आत्मा व्यक्ति का केन्द्र–बिन्दु है, जिसका कार्य व्यक्ति का समन्वय करना है। यह आत्म विश्रृंखलित, विसरित और अव्यवस्थित हो जाती है। इसमें व्यक्ति भ्रमित हो जाता है और गलत धारणा बना लेता है इसके अन्तर्गत व्यक्ति के सोचने की शक्ति खत्म हो जाती है। जैसे व्यक्ति अभी अपने करीबी रिश्तेदार की बात कर रहा हो और तुरन्त दूसरी बात करने लगे इन बातों का आपस में कोई सम्बन्ध नहीं होता है आदि व्यक्ति में आतंक विशेष रूप से उस समय उत्पन्न होता है, जब उसमें मनोविदलता के निम्न लक्षण होते हैं–

विचारों का विक्षोब

ज्यादातर रोगी अपने विचार को एक नियम पूर्णता के रूप में दर्शाते हैं जैसे–भ्रमित होना, विचारों में असम्बद्धता।

अनुभव में रूकावट

विचारों का विक्षेपण इसके अन्तर्गत व्यक्ति स्वंय को अपने शरीर से अलग महसूस करता है। (अव्यक्तिकरण)

संवेगात्मक भाव में रूकावट

मनोविदिलता के रोगी की संवेगात्मक अभिव्यक्ति में रूखापन और जब यह लक्षण सामान्य अवस्था में होता है दिखाई देता है। इस संवेंगात्मक भाव के अनेक परिणाम सामने हैं: मरे हुए पर हँसना, व्यक्ति के चेहरे पर कोई भाव नहीं होते, शुभ समाचार पर रोना।

बोलने में रूकावट

बोलचाल में असमानता और बात करने में हकलाना और कुछ दिनों अथवा घण्टों तक न बोलना।

सामाजिक वांस्तविकता से पलायन

मनोविदिलत्ता का रोगी वास्तविकता से पलायन करता है। वे अपने आप को परिवार से अलग हटकर भावनात्मक रूप में महसूस करता है।

प्रेरणात्मक

मनोविदिलता से ग्रस्त व्यक्ति में प्रेरणा के लक्षण कम देखने को मिलते हैं। मनोविदलता के तीन प्रमुख प्रकार होते हैं– पैरानॉएड मनोविदलता, कैटेटोनिक मनोविदलता और डिस्ऑरगेनाइस्ड मनोविदलता। पैरानॉएड मनोविदलता के प्रमुख लक्षण हैं– व्यामोह और विभिन्न प्रकार के विभ्रम। यह सेगी मंदेह और टेन्स्ड रहते हैं। इन रोगियों को आशंका रहती है कि उसके रिश्तेदार और सम्बन्धी उस पर निगरानी रख रहे हैं, उसका पीछा कर रहे हैं या उसे मारना चाहते हैं आदि। कैटेटोनिक मनोविदलता और गत्यात्मकता से सम्बन्धित हैं–इस रोग की दो अवस्थाएँ होती हैं, मूर्च्छित अवस्था, उत्तेजित अवस्था जिसमें व्यक्ति घंटों तक एक ही वाक्य को रटता है या फिर कुछ क्रिया लगातार करता रहता है। इसके अलावा एक ही अवस्था में लगातार कई घण्टे बैठना।

असंघटित मनोविदिलता के प्रमुख लक्षण है– असंघठित बोलना, विचित्र व्यवहार करना और किसी भी चीज का प्रभाव न होना। वास्तविकता से कोई मतलब नहीं होना और गंदा या बिखरा हुआ रख–रखाव इसके अतिरिक्त गलत समय पर हँसना।

उपचार

मनोवैज्ञानिक असंतुलन के लिए कई प्रकार के उपचार उपलब्ध हैं। मनोवैज्ञानिक असंतुलन के लिए मनःचिकित्सा सबसे सफल और जानी मानी चिकित्सा है। इस चिकित्सा पद्धति के अन्तर्गत रोगी और चिकित्सक के सम्बन्ध बहुत महत्वपूर्ण है। इसमें मौखिक और अमौखिक दोनों प्रकार का सम्प्रेषण होता है। यह उपचार केवल ऐसे व्यक्ति द्वारा ही किया जाए जो व्यावसायिक होना चाहिए जिसने इसमें प्रशिक्षण प्राप्त किया हो। उपचार रोगी और चिकित्सक के मध्य गोपनीय सम्बन्धों पर आधारित होना चाहिये। यह उपचार विधि रोगी के कुसमायोजित व्यवहारों को बदलने में उपयोगी होती है और रोगी को सामाजिक वातावरण में सामायोजित करने में मदद करती है। चिकित्सा के तीन रूप होते हैं वे हैं –

प्रारम्भिक चरण, मध्यचरण और अन्तिम चरण। प्रथम चरण में रोगी से साक्षात्कार और उससे विश्वसनीय सम्बन्ध बनाया जाता है। मध्य चरण उस स्वरूप का पालन करता है जिसमें उपचारिक उपक्रम होता है। इसमें दुबारा, अनुभवों को सीखना, मनोचिकित्सीय सम्बन्ध, और प्रेरणा तथा आशा को सम्मिलित किया जाता है। ये उपचार एक सफल और आगे चलने वाली माँग के अन्तराल पर समाप्त हो जाता है।

अब हम विभिन्न प्रकार के चिकित्सा का अध्ययन करते हैं–

1) जीव–चिकित्सा उपचार

जिन लोगों को स्वास्थ्य प्रशिक्षण दिया जाता है वो मानसिक बीमारी को शारीरिक बीमारी से जोड़ते है। अतः वो उनका औषधि द्वारा उपचार करते है। जो औषधि मनोवैज्ञानिक असंतुलन के लिए प्रयोग की जाती है वो हैं : इन्सूलीन कोमा उपचार मनोविदिलता से ग्रसित व्यक्ति के लिए, विद्युत् धारा को दौड़ाया जाता है जिससे की उथल–पुथल की स्थिति पैदा हो। मनोविकृति, तनाव और चिन्ता का इलाज दवाइयों से भी किया जाता है। इन औषधियों दवाओं को हम साइकोट्रोपिक या एन्टीसाइकोटिक औषधि भी कह सकते है।

2) मनस् चिकित्सा

मनस् चिकित्सा मनोगाहनीय संदर्श पर आधारित है। इस संदर्श के पीछे मुख्य विचार ये है कि मनोवैज्ञानिक समस्याएँ बाह्यजीवन अनुभव का परिणाम होता है। मनोचिकित्सक विभिन्न प्रक्रियाओं का इस्तेमाल करता है जो संस्था मुक्त होती है जहाँ रोगी को वो बाते बोलने को कहा जाता है जो उसके मन में होती है तथा संक्रमण विश्लेक्षण किया जाता है। उसके सपनों का विश्लेषण तथा संक्रमण विश्लेक्षण जिसका अर्थ है कि रोगी चिकित्सक से उसी तरह बरताव करता है जिस प्रकार का बरताव उसने अपने जीवन में अन्य लोगों से किया था।

3) व्यावहारिक चिकित्सा

ये चिकित्सा सीखने के सिद्धान्त पर आधारित है। व्यवहारिक चिकित्सा में जिन प्रक्रियायों का इस्तेमाल किया जाता है वो है : क्रमबद्ध तरीके से असम्वेदनशील बनाना, द्वेषचिकित्सा, घुणतीय चिकित्सा, आधुनिक प्रक्रिया तथा जैवकीय कारण।

4) संज्ञानात्मक चिकित्सा

ये चिकित्सा मान्यता प्रदति, नकारात्मक विचार में बदलाव और मानवग्रहण विश्वास पर ज्यादा दबाव देती है। इनमें से पहली चिकित्सा है– बेक्स चिकित्सा वह चिकित्सा है जिसमें व्यक्ति को सहायता मिलती है कि वह अपने नकारात्मक विचार को मान्यता प्रदान करे तथा उसकी व्याख्या करे। दूसरी चिकित्सा है रेश्नल इमोटिभ उपचार जिसमें मानवग्रहण विचारों की पुनः संरचना, स्व–मूल्यांकन और विश्वास प्रणाली को बदलने का प्रयास किया जाता है।

सारांश

हमने इस अध्याय में असमान्य व्यवहार के अनेक प्रकार तथा अवधारणाओं का अध्ययन किया है। असामान्यता एक समय में उपस्थित अनेक विशेषताओं को निर्धारित करती है। असामान्य व्यवहार में इन लेखों की विशेषताओं को विकट घटना, आदर्श का उल्लंघन व्यक्तिगत तनाव, विक्रया और अप्रत्याशित व्यवहार कहा जाता है। हमने असामान्य व्यवहार के कारण और जो तरीके सामान्य व्यवहार को अपनाने के लिये दिये गये हैं उनका अनेक उदाहरणों सहित अध्ययन किया है। इस अध्याय के अन्त में हमने वयस्कों में उपस्थित अनेक असामान्य विकृतियों को पढ़ा जैसे–दुश्चिन्ता विकृति, व्यक्तित्व विकृति एवं मनोविदिलता। हमने मनोविदिलता के प्रारम्भिक लक्षणों को पढ़ा एवं मनोविदिलता के विभिन्न प्रकार भी जाने। विभिन्न प्रकार की उपचार पद्धतियाँ भी मनोवैज्ञानिक विकृति के लिये उपलब्ध हैं। मनोवैज्ञानिक विकृति के उपचार के लिये मनोचिकित्सा एक सफल और जानी मानी विधि है जिसमें रोगी और चिकित्सक के बीच का सम्बन्ध बहुत महत्वपूर्ण है। मनोचिकित्सा के प्रमुख पाँच प्रकार हैं– वह लोग जो औषधीय प्रकार से मानसिक रोग का इलाज शारीरिक बीमारी की तरह करते हैं। कुछ अन्य और उपचार पद्धतियाँ जो मनोवैज्ञानिक विकृतियों के लिए उपयोग की जाती हैं वे – इन्सुलिन आघात चिकित्सा, विद्युत आघात चिकित्सा मनोविक्षिप्त विरोधी औषधियाँ। मनोगत्यात्मकता उपचार मनोविश्लेषण पर आधारित है। विभिन्न तकनीकें जो मनोवैज्ञानिक उपचार में प्रयोग होती है वह हैं– स्थानान्तरण, साहचर्य, स्वप्न विश्लेषण और व्यवहार उपचार पद्धति में व्यवस्थित विसुग्रहीकरण, धनात्मक पुनर्बलन क्रमबद्ध प्रयोग, विमुखी उपचार पद्धति का उपयोग किया जाता है।

संज्ञानात्मक उपाचार नकारात्मक विचारों और असमायोजन के कारण जानने में मदद करता है और दबाव देता है।

कुछ उपयोगी पुस्तकें

जी. सी. स्टेन (1998) *एबनार्मल सोइकोलॉजी।*

राबर्ट एल. क्रुक्स एण्ड जीन स्टेन (1988) *साइकोलॉजी साइंस बिहेवियर एण्ड लाइफ इण्ट्रोडक्शन टू साइकोलॉजी* – II A – टेक्सटबुक फार क्लास XII एन.सी.ई.आर.टी.