BEHAVIOUR THERAPY

Sarm - व्यवहार चिकित्सा के अन्तर्गत व्यवहार परिमार्जन की कई प्रविधियाँ शामिल हैं जो प्रयोगशालीय परिणामों के प्रायोगिक [illegible] तथा अनुकूलन के [illegible] आधारित हैं। व्यवहार [illegible] प्रविधि में लागू [illegible] Behaviour therapy [illegible]

का आधार PAVLOV की Conditioning सिद्धान्त को है। आधुनिक युग में अधिगम सिद्धान्तों के आधार विभिन्न प्रयोगों के कुसमायोजित व्यवहार को दूर करने में Behaviour therapy का मुख्य स्थान माना है। इस अधिगम सिद्धान्त के अनुसार कुसमायोजित व्यवहार के निम्नलिखित दो प्रमुख कारण हैं

(i) Deficient - Conditioned reactions.
(ii) Surplus - Conditioned Reactions.

Deficient Conditioned Reaction की व्याख्या करते हुए COLEMAN ने लिखा है कि - It is the failure of the individual to acquire needed adaptive responses as a consequence of either defective conditioning powers or lack of opportunity to learn.

दूसरी ओर Surplus Conditioned Reaction के द्वारा असमायोजित व्यवहार का कारण होता है जिसे की प्रतिक्रिया साथ-साथ व्यवहार में संभव हो पाते हैं। इस प्रकार यह कहा जा सकता है Behaviour therapy एक प्रकार की Corrective Conditioning therapy है। जिसके द्वारा सीखी हुई अनुक्रिया (responses) सिखाई जाती है और असमायोजित अनुक्रिया की जगह पर अनुकूलनीय अनुक्रिया स्थापित करने में मदद करते हैं।

Behaviour therapy के अन्तर्गत विभिन्न प्रकार की विधियाँ प्रयोग में लाई जा सकती हैं जिनमें निम्नलिखित प्रमुख हैं

1. Simple classical Conditioning
2. Operant Conditioning
3. Aversion Conditioning
4. Reciprocal inhibition.

Scanned with CamScanner

C.S : Conditioned Stimulus
U.S : Unconditioned Stimulus
S.C.C : Simple Classical Conditioning

① Simple Classical Conditioning :

S.C.C. Pavlov के ... प्रयोग की तरह काम करता है, यहाँ C.S को U.S के साथ ... कराया जाता है। ... निरंतर पर प्रयोग करने के ... S.C.C का भी प्रयोग किया जाता है। ... बिजली यंत्र का प्रयोग किया जाता है ... की घंटी से जुड़ा होता है। ... में जब पेशाब करता है तो घंटी ... फलस्वरूप ... की नींद खुल जाती है। ... Trials के बाद निरंतर पर पेशाब ... की आवाज में Conditioning स्थापित हो जाता है और धीरे-2 बच्चे की आदत छूट जाती है। इस तरह बच्चों की बुरी आदतें आदतों को S.C.C के द्वारा दूर किया जा सकता है।

② Operant Conditioning :- ... विधि में ... अनुक्रियाओं को प्रबल करने के लिए ... विभिन्न अनुक्रियाओं का प्रयोग किया जाता है। Operant Conditioning में ... को एक प्रबलन माना जाता है। ... के ... अनुकूलित व्यवहार के ... व्यवहार को प्रबल करने के लिए ... किया जाता है।

इसी से मिलती जुलती एक विधि है जिसे approximation कहा जाता है। इस विधि का प्रयोग प्रायः जानवरों के प्रशिक्षण में ... Circus Company इस का विशेष ... प्रयोग करती है।

③ Aversion Conditioning :

Aversion Conditioning में ...

Aversion Conditioning में — Gos के द्वारा व्यवहार में परिवर्तन लाया जाता है। Alcoholism (शराब का इलाज) के इलाज में Aversion Conditioning काफी सफल प्रमाणित हुआ है। इस में कुछ खास दवाओं के द्वारा रोगी में Conditioning पैदा किया जाता है। साथ-2 Counselling के द्वारा रोगी को यह सुझाव दिया जाता है कि शराब का प्रयोग करने पर उसे मतली और मन मिचलाने की प्रवृति देखी जाएगी। इस का परिणाम यह होता है कि रोगी इस दुखद प्रक्रिया की डर से धीरे-2 शराब का प्रयोग छोड़ देता है। इस के अतिरिक्त Homosexuality अथवा Sodomy के इलाज के लिए इस विधि का प्रयोग किया जाता है। यह बात सही है कि इस के द्वारा Mixed type of Homosexuality का उपचार ज्यादा आसान है। Freud ने इस विधि के प्रयोग से 67 मर्द Homosexual को Heterosexual में बदला। उपचार के क्रम में रोगी को emetine mixture देने के बाद उन्हें स्लाइड के द्वारा कपड़े पहने हुए और नंगे मर्द के फोटो दिखलाए गये। फिर फिर नंगे मर्द के फोटो से उन्हें घृणा होने लगी। उपचार के दूसरे भाग में रोगी में Male sex harmones की सुई दी गई और उस के बाद नंगे और अर्धनंगे औरतों का Photo दिखाया गया। इस प्रकार के व्यवहार से धीरे-2 उन में Heterosexual प्रवृति देखी गई।

(4) Reciprocal inhibition :—

Reciprocal inhibition का आधार Experimental neurosis in animal है। जानवरों में Neurotic व्यवहार को दूर करने के लिए Low (निम्न स्तर) के Conditioned ~~S~~ stimulus (उद्दीपक) की

किशवर 1985 व्यवहार चिकित्सा का तात्पर्य मनोवैज्ञानिक उपचार की उन विधियों से है जिनमें व्यवहार में परिमार्जन एवं उपचार करने के उद्देश्य से [illegible] सभी प्रतिक्रियाओं का [illegible] उपयोग किया जाता है।

उपचिकित्सा में उन्हें लगातार बोलने दिया जाता है जैसे-जैसे चिकित्सा प्रक्रिया में काफी कमी आने लगती है वैसे वैसे दूसरे उत्तेजक अवस्था प्रस्तुत की जाती है इस प्रकार उन के neurotic anxiety conditioning के व्यवहार धीरे-धीरे दूर होने लगते हैं। JONES ने (1924) Reciprocal inhibition के द्वारा Rabbit के प्रति बच्चों के डर को दूर किया था। बच्चों को खाना खाते समय पिंजड़े में रखे खरहे को धीरे धीरे उन के करीब लाया जाता था जिससे धीरे-धीरे बच्चे के डर में कमी आने लगी।

WOLPE (1958) ने अपने अध्ययनों के आधार पर Neurotic reaction के उपचार के लिए Reciprocal inhibition को एक सफल मनोचिकित्सीय विधि माना है। अपने अध्ययनों के क्रम में उन्होंने 210 cases को चुना। जिन में 39%, 40% पूरी तरह से ठीक हो गए, 50.5% के लक्षण में कमी पाई गई तथा 7.2% रोगी में थोड़ा सुधार देखा गया। केवल 3.3% ही ऐसे रोगी थे जिन के लक्षण में किसी प्रकार की कमी नहीं देखी गई। Phobia के उपचार में भी Reciprocal inhibition काफी सहायक साबित हुआ।

हालांकि आधुनिक युग में मनोवैज्ञानिकों द्वारा उत्पन्न मनोवैज्ञानिक लक्षण और इसी मानसिक रोगों के उपचार के लिए अनेक विकसित चिकित्सा विधि प्रचार में आई है फिर भी Behaviour therapy कई तरह प्रकार के व्यवहार की गड़बड़ी को दूर करने में ज्यादा सफल प्रमाणित हुआ है।

Behaviour therapy को एक सफल चिकित्सा मानने में कोई शंका नहीं है

फिर भी बड़े प्रमाण पर इस का प्रयोग नहीं होता इस का एक खास कारण यह है कि इस चिकित्सा विधि में मानव व्यवहार को समझने की कोशिश की जाती है जो एक जटिल कार्य है। जब कोई चिकित्सक व्यवहार को बदलने की कोशिश करता है तो अनेक तरह के Intervening Variable काम करने लगते हैं। इस के अतिरिक्त इस चिकित्सा विधि में Symptomatology पर पूरा ध्यान नहीं दिया जाता। चिकित्सक का केन्द्र बिन्दु, रोगी का वर्तमान व्यवहार होता है। इस संदर्भ में कुछ आलोचकों का कहना है कि मानसिक रोग की चिकित्सा उतनी आसान नहीं जितना कि Behaviour therapist समझते हैं।

Behaviour therapy में एक कमी यह भी है कि इस के द्वारा सभी प्रकार के मानसिक रोगों को दूर नहीं किया जा सकता। उदाहरण के लिए Schizophrenia Manic Depressive तथा Severe Neurosis की चिकित्सा इस विधि के द्वारा सम्भव नहीं है। Mentally deficient तथा पुराने व्यक्तियों की चिकित्सा भी इस विधि के द्वारा सम्भव नहीं है। यह केवल बच्चों के बुरी आदतों को दूर करने और बड़े लोगों की कुछ आदतों को बदलने में ज्यादा सफल हुई है। फिर भी इन कमियों के बावजूद भी यह विधि जिस उद्देश्य के लिए बनाई गई है उस को पूरा करने में सफल रही है।