Dr. Ramendra Kumar Singh
Assistant Professor
P.G. Dept. of Psychology
Maharaja College, Arrah

B.A. - III Psychology Hons.
Paper - 7 Gr. - B.
(Clinical Psychology)

Group Therapy (सामूहिक चिकित्सा)

Scanned by CamScanner

Group Therapy

(सामूहिक चिकित्सा)

मनोचिकित्सा के एक प्रमुख प्रकार को सामूहिक चिकित्सा विधि के नाम से पुकारा जाता है। इस विधि का प्रयोग प्राचीन काल से ही समस्याओं के समाधान के लिए दार्शनिकों द्वारा धार्मिक गुरुओं के द्वारा किया जाता रहा है। किस्कर एवं कोलमैन के अनुसार द्वितीय विश्वयुद्ध एवं उसके बाद इस चिकित्सा विधि का प्रयोग अधिक होने लगा। इसके स्वरूप पर प्रकाश डालते हुए किस्कर का कहना है कि "यह एक ऐसी चिकित्सा विधि है, जिसके द्वारा अनेक मानसिक रोगियों को एक साथ रख कर मनोवैज्ञानिक सिद्धान्त के आधार पर उपचार किया जाता है या समूह का इस्तेमाल किसी एक रोगी के उपचार के लिए किया जाता है।" (Group psychotherapy is a method of treatment in which a number of people are treated at one time or in which group dynamics are used in the treatment of one person.)

सामूहिक चिकित्सा विधि कोई एक खास मनोचिकित्सा विधि नहीं है बल्कि इसके अन्तर्गत अनेक मनोचिकित्सा विधियाँ आती हैं। सामूहिक चिकित्सा विधि के अन्तर्गत आने वाली सभी विधियों को साधारणत:

Scanned by CamScanner

दो श्रेणियों में विभक्त किया जाता है। एक को क्रियात्मक सामूहिक चिकित्सा विधि कहते हैं। इसमें रोगियों को एक साथ रखकर उन्हें किसी कार्य को करने के लिए प्रेरित किया जाता है। वे अपने कार्य को किस प्रकार करते हैं, किस प्रकार की समस्या को उत्पन्न करते हैं तथा उसका समाधान करते हैं, या बिना समस्या को हल किये छोड़ देते हैं, इन सबों के आधार पर उनकी चिकित्सा की जाती है। इसमें रोगी कार्य करने के लिए स्वतंत्र होता है। इसी स्वतंत्रता के कारण रोगी अपने मानसिक संघर्ष के अनुरूप कार्य करता है तथा चिकित्सक उनके कार्यों के द्वारा उनके मानसिक संघर्ष को जानकर उनका उपचार करते हैं।

दूसरे प्रकार की चिकित्सा विधियों को सामूहिक चिकित्सा विधि कहते हैं। इसमें आनेवाली सभी विधियों का उद्देश्य होता है कि रोगी अपने विचारों को खुलकर अभिव्यक्त करे। मनोचिकित्सक रोगी के इन्हीं भावों के आधार पर उनका उपचार करता है।

सामूहिक चिकित्सा ~~के~~ में निम्नलिखित विधियों का प्रयोग किया जाता है —

(1) सामूहिक भूमिका-निर्वाह चिकित्सा विधि - इसमें मानसिक रोगियों का उपचार अभिनय के आधार पर किया जाता है। चिकित्सक

Scanned by CamScanner

सभी मानसिक रोगियों ~~का~~ के जीवन-चरित्र के अध्ययन के आधार पर एक नाटक तैयार करता है और रोगी को अपनी इच्छानुसार भूमिका को चुनकर उसे अदा करना पड़ता है। कभी-कभी चिकित्सक रोगियों को ही नाटक लिखने तथा भूमिका चुनने के लिए प्रेरित करता है। मनोचिकित्सक प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से भूमिका के आधार पर मानसिक संघर्ष को जानकर उनका उपचार करते हैं।

(2) व्यवहारपरक सामूहिक चिकित्सा - इसमें व्यवहार चिकित्सा की प्रविधियों का उपयोग रोगियों के एक समूह में किया जाता है। इसमें रोगियों को समूह में ही इसका प्रशिक्षण दिया जाता है कि उन्हें किसप्रकार Relax करना है तथा उसी तरह से समूह के सभी रोगियों को एक सामान्य दुश्चिंता पदानुक्रम तैयार करना संभव है। व्यवहारपरक सामूहिक चिकित्सा में सूचना प्रदान करना, सामाजिक कौशल का विकास तथा अनुकरणशील व्यवहार पर अधिक बल दिया जाता है।

(3) मानवतावादी सामूहिक चिकित्सा - मानवतावादी समूह में समूह की अनुभूतियों को चिकित्सा के लिए सर्वोपरि माना जाता है। इस तरह की चिकित्सा में परोपकारिता तथा interpersonal

learning पर अधिक बल डाला जाता है।
मानवतावादी समूह चिकित्सा में मुख्य चिकित्सीय लाभ दो कारकों से उत्पन्न होता है - पहला पारस्परिक समर्पित समूह के सदस्य होने के नाते सदस्यों में घनिष्ठता तथा सहयोग का भाव विकसित होता है तथा दूसरा, दूसरों के साथ गहन अन्त:क्रिया करके क्लायंट अपने बारे में जानने का मौका प्राप्त करता है। इसके अतिरिक्त कुछ मानवतावादी समूह में सांवेगिक विरेचन जैसे कारक को भी महत्वपूर्ण माना गया है।

इसप्रकार से देखते हैं कि सामूहिक चिकित्सा के कई मॉडल या उपागम हैं। इनमें से कौन-सा मॉडल का चिकित्सक उपयोग करेगा, यह बहुत कुछ क्लायंटों की समस्या पर आधारित होता है।

Scanned by CamScanner