Psychotherapy :Meaning and Objectives

मनोचिकित्सा का अर्थ है मानसिक रोगों का उपचार । यह मानसिक रोगों के उपचार की वैज्ञानिक प्रणाली है। इस प्रणाली के माध्यम से मानसिक रोगों के अलावा समाज अपराध ,बाल अपराध , समायोजन एवं विकृति इत्यादि का भी निराकरण किया जाता है। विस्तृत अर्थ में मनोचिकित्सा से चिकित्सा या मनोवैज्ञानिक का ही पूर्ण संबंध नहीं, बल्कि प्रत्येक मनुष्य का संबंध है जो दूसरे व्यक्ति से पीड़ित मन के कष्टों को दूर करने का प्रयास करता है। विभिन्न परिभाषाओं के विश्लेषण से पता चलता है मनो- चिकित्सा के माध्यम से मानसिक रोगों के पीड़ित लोगों को उपचार किया जाता है तथा इनमें मनोवैज्ञानिक पद्धतियां प्रयोग में लाई जाती हैं। इसका संबंध केवल मानसिक रोगियों तक ही सीमित नहीं है ,बल्कि सामान्य लोगों तक भी है।

मनो- चिकित्सा के उउद्देश्

AIMS or objectives of psychotherapy

मनोज चिकित्सा के उद्देश्यों को मुख्य रूप से दो वर्गों में बांटा जा सकता है।

उपचार संबंधी उद्दे,श्य तथा

Clinical M or objectives and

गत्यात्मक उद्देश्य

Dynamic aims or objectives

Scanned with CamScanner

उपचार संबंधी उद्देश्य का संबंध रोग के लक्षणों को दूर कर के रोगी में संतुलन, काम करने के प्रयास से है। इसके अंतर्गत निम्नलिखित उद्देश्य आते हैं।

लक्षणों से छुटकारा पाना

Getting relief from symptoms

यह मनोचिकित्सा का सबसे प्रधान उद्देश्य है। यह चिकित्सक भली भांति जानता है कि लोगों का लोगों का लक्षण संघर्ष निराशा संवेगात्मक कवि संतुलन का परिणाम मात्र है। अतः इन्हें लक्षणों को दूर करने के लिए रोगी की विभिन्न समस्याओं को समझने की आवश्यकता है फिर भी भिन्न भिन्न विधियों के द्वारा रोगी को इस योग्य बनाने का प्रयास किया जाता है कि वह अपनी समस्याओं को खुद समझ सके तथा उसके निराकरण कर सके। ऐसा करने से रोगी के लक्षण स्वत: दूर हो जाते हैं। प्रसन्न रहने की

क्षमता बनाना

To increase ability to be happy

ऐसे सभी व्यक्ति जो को समायोजित होते हैं, उन्हें प्रसन्नता का अभाव देखा जाता है। कुछ रोगियों में आनंद प्राप्त करने के ऐसे लक्षण पाए जाते हैं, जिसके कारण उन्हें सुख के बदले दुख मिलता है। जैसे आत्मपीड़न परिस्थिति में मनोज चिकित्सा का उद्देश्य होता है कि रोगी को इस लायक बना दें ,वह अन्य लोगों की तरह आनंद प्राप्त कर सकें । इसके लिए रोगी में ऐसी क्षमता को विकसित करना आवश्यक होता है, जो वह लोगों से मैत्रीपूर्ण संबंध स्थापित करने में सफल हो सके।

कार्य क्षमता को बढ़ाना

To increase work efficiency

हम जानते हैं कि जो व्यक्ति मानसिक रोगों से ग्रस्त होते हैं। उनकी कार्य क्षमता मानसिक संघर्षों के कारण कम हो जाती है। ऐसे रोगियों को मनो- चिकित्सा के माध्यम से ऐसा बनाने का प्रयास किया जाता है कि वह भी सामान्य व्यक्तियों की तरह अपनी जीविका चला सके।

सामाजिक अभियोजन में सहायता करना

To aid in social adjustment

जो व्यक्ति सामान्य होते हैं, उनका सामाजिक अभियोजन बेहतर होता है और जो व्यक्ति असामान्य होते हैं उनका सामाजिक अभियोजन बिगड़ जाता है। ऐसे व्यक्ति समाज के लोगों पर विश्वास नहीं करते । इतने मात्र से संतुष्ट नहीं होते ,बल्कि वह प्रभुत्व की चाह करते हैं। अतः उन्हें चिकित्सा की आवश्यकता होती है मनोचिकित्सकों का यही कर्तव्य है कि ऐसे व्यक्तियों को भी चिकित्सा के माध्यम से अभियोजन करने लायक बनाएं।

Scanned with CamScanner

स्वेच्छा को बढ़ाना

To increase spontaneity

मनोचिकित्सक को इस बात पर भी ध्यान देना चाहिए कि रोगी स्वेच्छा और सामाजिक अनुकूलन के बीच संतुलन कायम कर सके। इस उद्देश्य की ओर फ्रॉम ने भी संकेत दिया है। चिकित्सक इस बात का अहसास उन्हें करा देता है कि उनकी प्रवृतियां और व्यवहारों में क्या भेद है।

शारीरिक क्रियाओं का आयोजन करना

To adjust bodily function

मानसिक रोगों में सहायक अभियोजन में भी कमी आ जाती है ऐसे रोगियों को अभियोजन के लायक बनाना भी इस पद्धति का उद्देश्य है। सारी क्रियाओं में भूख की कमी, संवेगात्मक अस्थिरता ,नींद की कमी, इत्यादि आते हैं।

मनो- चिकित्सा के गत्यात्मक उद्देश्य

Dynamic objective of psychotherapy

आत्म सम्मान एवं सुरक्षा की चेतना बढ़ाना

To increase the feeling of self esteem and security

मानसिक विकृतियों से ग्रस्त कुछ व्यक्ति अपने आप को असहाय, निकम्मा एबं दोषी समझते हैं तथा कुछ लोग आगे आने वाली विपत्तियों के प्रति अधिक चिंतित रहते हैं। मनोचिकित्सक इस बात का प्रयास करता है कि रोगी से यह सभी लक्षण समाप्त हो जाए तथा उन्हें इस बात का अहसास कराया जाता है कि केवल उसी के साथ ऐसी बात नहीं है, बल्कि सभी व्यक्तियों के साथ यह समस्या है। इस प्रकार को अपनी समस्याओं का निदान कर लेता है।

सोच में वृद्धि करना

To increase Insight

जिन मानसिक रोगियों की सोच में कमी आ गई है, उनकी सूची में वृद्धि करना भी मनो- चिकित्सा का उद्देश्य है।

आत्म स्वीकृति में वृद्धि करना

To increase self acceptance

Scanned with CamScanner

मानसिक रोगी अपने आप को सामान्य व्यक्तियों से भिन्न समझता है। वह मनोचिकित्सा का कर्तव्य है कि वह अपने आप को भी सामान्य व्यक्तियों के समान समझ सके। इस प्रकार मनोचिकित्सा रोगी में आत्म स्वीकृति की वृद्धि करता है।

मूल प्रवृत्तियों से मुक्त होने देना

To release the instinct

रोगी का मन हल्का करने के लिए मनोचिकित्सक उनके दमित मूल प्रवृत्तियों से मुक्त होने देता है। उसे विकृति के लक्षण समाप्त होने लगते हैं।

सार्थक लक्ष्य की ओर प्रेरित करना

To motivate towards positive goals

इसका तात्पर्य है कि रोगी के रोग को इतना सफल बना दिया जाए। वह मूल प्रवृत्तियों को समझ सके तथा उसका मुकाबला कर सके।

ऊपर के विवरणों से स्पष्ट होता है कि मनोचिकित्सा के कई उद्देश्य हैं। इन सभी उद्देश्यों का एक ही मूल है कि व्यक्ति के असामान्य व्यवहारों को समाप्त कर सके और उसे भी सामान्य जीवन जीने के लायक बनाया जा सके।

विद्यार्थियों को निर्देश

विद्यार्थियों को निर्देश दिया जाता है कि दिए गए पाठ को पढ़ें, समझें और किसी प्रकार की कठिनाई होने पर व्हाट्सएप पर संपर्क करें।

,समाप्त

Scanned with CamScanner