

Date - 24/02/2025

Time - 10. AM

डॉ मनोज कुमार सिंह

मनोविज्ञान विभाग

महाराजा कॉलेज आरा

P.G - 2nd Semester

Paper - CC - 7

Psychopathology

Topic :

## Meaning, symptoms and causes of obsessive-compulsive disorder

OCD चिंता विकृति का एक महत्वपूर्ण प्रकार है। DSM-IV में मनोग्रस्ति-बाध्यता एक ही मानसिक विकार के दो अभिन्न रूप हैं। रोगी में एक पक्ष प्रधान होता है तो कभी दूसरा प्रधान होता है। अक्सर रोगी में दोनों पक्ष संतुलित मात्रा में दिखाई देते हैं। मनोग्रस्ति या बाध्यता की व्याख्या अलग-अलग निम्नलिखित रूप से करेंगे-  
**मनोग्रस्ति (Obsession)**- मनोग्रस्ति से तात्पर्य ऐसे व्यर्थ, अप्रिय तथा अतार्किक विचार जिन्हें व्यक्ति असंगत एवं व्यर्थ समझकर अपने मस्तिष्क से दूर करना चाहता है, परंतु जो व्यक्ति की चेतना में सदैव उपस्थित रहना चाहते हैं, मनोग्रस्ति के नाम से जाने जाते हैं। मनोग्रस्ति चिंतन में रोगी विचारों की अर्थहीनता, असंगतता एवं अतार्किक स्वरूप को समझता है और उनसे छुटकारा भी पाना चाहता है; परंतु वह लाचार रहता है और विचार बार-बार उसके मन में आकर उसमें मानसिक अशांति उत्पन्न कर देता है। रोगी को अपने ऊपर कोई नियंत्रण नहीं रहता है।

कुछ मनोवैज्ञानिकों ने मनोग्रस्ति को इस प्रकार परिभाषित किया है जो निम्नांकित है-

फिशर (Fisher) के अनुसार, मनोग्रस्ति एक ऐसे विशिष्ट स्वरूप की मानसिक या आन्तरिक क्रिया है जिये व्यक्ति अतार्किक समझता लेकिन उस पर उसका कुछ भी नियंत्रण नहीं रहता है।

An obsession is a mental or implicit activity of a fairly specific nature which the individual recognizes to be irrational over which he has little or no control."

डेविसन एवं नील (Devison & Neale, 1996) के अनुसार, मनोग्रस्तता अंतर्वेधी एवं पुनरावर्ती चिंतन, आवेश एवं प्रतिमाएँ होती है जो मन में बिना बुलाये या स्वैच्छिक रूप से आती है और अनुभव करनेवाले व्यक्ति के लिए असंगत एवं अनियंत्रणीय होता है।

"Obsessions are intrusive and recurring thoughts impulses and images that come unbidden to the mind and appear irrational and uncontrollable to the individual experiences them."

DSM-IV को परिभाषित करने के लिए निम्न कसौटियों की चर्चा की गई है-

1. बार-बार अर्थहीन एवं बेतुका चिंतन इस सीमा तक उत्पन्न होना कि व्यक्ति का व्यवहार क्षुब्ध हो जाए ।
2. मनोग्रस्ति में रोगी अपने जिंदगी के वास्तविक समस्याओं के साथ ही अन्य पहलुओं के बारे में भी चिंता दिखलाता है।
3. ऐसी चिंतन एवं विचार की व्यक्ति अपेक्षा करना चाहता है लेकिन यह उसके नियंत्रण से परे होता है।
4. व्यक्ति यह समझता है कि ऐसी मनोग्रस्ति विचार या आवेग या प्रतिमा उनके अपने मन का प्रतिफल है।
5. ऐसे पुनरावृत्ति विचार या आवेग या चिंतन से रोगी को मानसिक तकलीफ होती है और उसका दैनिक कार्य बाधित हो जाता है।

### **बाध्यता (Compulsion)**

बाध्यता एक मानसिक रोग है। इसमें रोगी को ऐसी व्यर्थ एवं अतार्किक क्रियाओं का बोध होता है जिन्हें छोड़ना चाहते हुए भी व्यक्ति संपादित करने के लिए विवश होता है। इस पर उसका कोई नियंत्रण नहीं होता है।

बाध्यता एक तरह का व्यवहारात्मक प्रतिक्रिया है। इसमें रोगी न चाहते हुए भी अपने इच्छा के विरुद्ध अवांछित ही नहीं बल्कि अतार्किक एवं असंगत क्रिया को बार-बार करने के लिए बाध्य रहता है। जैसे-साफ सुथरे हाथ को बार-बार धोना, बंद ताले को बार-बार गिनना, चोरी करने की बाध्यता, आग लगाने की बाध्यता ।

डेविसन एवं नील (Davison & Neale 1996) के अनुसार, बाध्यता एक आवर्ती व्यवहार है जिसे व्यक्ति अपनी व्यथा को कम करने के लिए तथा कुछ संकट या विपत्ति को रोकने के ख्याल से करने के लिए बाधित अनुभव करता है।

A compulsion is a repetitive behaviour that the person feels driven to perform in order to reduce distress or prevent some calamity from occurring."

बाध्यता व्यवहार को DSM-IV में मूलतः दो कसौटी के रूप में समझने की कोशिश की गई है-

- (i) आवर्ती व्यवहार जैसे बार-बार गिनती गिनना, बार-बार हाथ धोना, प्रार्थना करना, मन ही मन किसी शब्द की दुहराना, बंद ताले को बार-बार देखना, आदि से सभी व्यवहार व्यक्ति न चाहते हुए भी करते जाता है।
- (ii) इस तरह के व्यवहार का उद्देश्य व्यक्ति में तकलीफ या चिंता को कम करना या भयानक परिस्थित की गंभीरता को कम करना होता है।

कभी-कभी परिस्थिति ऐसी होती है कि व्यक्ति में बाध्यता और ग्रस्ति के बीच स्पष्ट रेखा नहीं होती है। हवाईट एवं कोल (White & Cole, 1990) के अनुसार मनोग्रस्ति विचार का ऐसा रूप होता है जिसमें रोगी को चिंता तो कम रहता है परंतु वह बाध्यता व्यवहार जैसा कार्य करता है-जैसे व्यक्ति या रोगी किसी चिंता से बचने के लिए मन ही मन जाप बार-बार करता है उसे संज्ञानात्मक बाध्यता कहा जाता है। मनोग्रस्ति तथा बाध्यता का अलग-अलग अर्थ बतलाने के बाद इस बिंदु पर चर्चा करेंगे कि मनोधास्ति-बाध्यता क्या है।

मनोग्रस्तिता-बाध्यता एक ऐसा मानसिक रोग है जिसमें रोगी अपनी विचारों (मनोग्रस्तता) एवं कार्यों (बाध्यता) की व्यर्थता तथा अतार्किकता को जानते हुए भी इन्हें करने के लिए विवश होता है। मनोग्रस्ति: वाध्यता विकृति में रोगी बार-बार एक ही विचार या बार-बार एक ही व्यवहार करने की तीव्र प्रवृत्ति दिखलाता है। इस तरह से इस रोग में रोगी दो तरह का तस्वीर पेश करता है दोनों एक ही मनोदशा के दो रूप हैं पहला बोधात्मक है जिसे ज्ञान के स्तर पर प्रकाशन किया तथा दूसरा क्रियात्मक है जिसका प्रकाशन एक विशेष प्रकार की शारीरिक चेष्टाओं के रूप में होता है। कभी-कभी मनोग्रस्ति विचार और वाध्य क्रियाएँ दोनों एक ही व्यक्ति में पाई जाती हैं इसलिए इसे मनोग्रस्ति-बाध्यता कहा जाता है।

उदाहरणार्थ, एक व्यक्ति दरबाजे में ताला लगाकर दूसरे कमरे में चला जाता है वहाँ जाने के बाद उसे संशय होता है कि ताला ठीक से नहीं लगा है, पुनः वह दुबारा जाकर ताला को देखता है क्योंकि एक चार की पुष्टि से उसे संतोष नहीं होता है और वह रात भर इस विचार से बार-बार परेशान होते रहता है कि उसने ताला ठीक से नहीं लगाया है, बार-बार उठकर ताला देखने जाता है व्यक्ति में उत्पन्न यह विचार एवं उसकी क्रिया मनोग्रस्ता बाध्यता रोग है।

मनोग्रस्तता बाध्यता के रोगियों में अनैच्छिक, पुनरावृत्त्यात्मक, निरर्थक तथा प्रतिगामी व्यवहार, संशय एवं अनिश्चितता, विभिन्न रक्षा युक्तियों तथा प्रति उपायों के उपयोग इत्यादि सम्मिलित होते हैं। दोषपूर्ण दमित इच्छा आवेग, अहम का प्रतिगमन, पाप व अपराध के लिए अचेतन आत्मदंड, अत्याशित कठिन परिस्थितियों व विपत्तियों व क्षतिओं के भय, कर्मकाण्डी व्यवहार व व्यवहार व रूढ़िपालन अत्यधिक कठोर एवं दोषपूर्ण समाजीकरण तथा व्यक्तित्व के कुछ शीलगुण (अन्तर्मुखता, असुरक्षा की भावना, स्वघाती व्यवहार अन्धविश्वासी अपराध पीड़ित स्वभाव) मनोग्रस्ति बाध्यता हेतु उत्तरदायी है।

### **मनोग्रस्ति-बाध्यता विकृति के लक्षण (Symptoms of Obsessive-Compulsive Disorder):**

#### **1. पुनरवृत्तिक विचार का शिकार (Victim of Repetitive Ideas)**

मनोग्रस्ति-बाध्यता विकृति का मुख्य लक्षण यह है कि पुनरावृत्तिक विचारों (Repetitive Ideas) का शिकार होना है। इसके रोगी का विचार ऐसा होता है कि वह व्यक्ति को निकम्मा बना देता है। रोगी को यह पता होता है कि उसका जो विचार है वह अर्थहीन है और उसका कोई अहमियत नहीं है। जब कभी भी वह उन विचारों से मुक्ति पाना चाहते हैं उनके मन में इसी प्रकार के विचार बार-बार आते रहते हैं। विचारों का एक लड़ी-सी लग जाती है। इस प्रकार के लक्षण को स्पष्ट करने के लिए अर्नेस्ट जोन्स द्वारा किया गया उदाहरण निम्नलिखित है-

"एक 25 वर्षीय अविवाहित युवती थी जिसे एक लड़के से प्यार था। उसका प्रेमी उसे बहुत प्यार करता था, वह उससे शादी करना चाहता था। लेकिन उसका प्रेमी उसे कभी-कभी गाली दिया करता था जिससे उसे लगता था कि वह उससे प्यार नहीं करता है वह उससे शादी करके उसे छोड़ देगा और फिर दूसरी लड़की से वह शादी कर लेगा। जिसके कारण हमेशा लगता था कि उसका प्रेमी उसे नहीं मानता है। इस तरह के विचार उसके मन में हमेशा आता या किसका हुर से वह अपने प्रेमी को छोड़ देना चाहती थी। इस पर उसे बहुत समझाया गया लेकिन उसका बाताका था जिसके हर सेसर नहीं हुआ। वह इस तरह के विचार के चंगुल में फँसी रही।"

उपर्युक्त उदाहरणों से स्पष्ट हो जाता है कि मनोग्रस्ति विचार से पीड़ित व्यक्ति एक विचार से छुटकारा पाने पर दूसरा विचार का शिकार हो जाता है। इससे वह सभी व्यक्ति पर अध्यधिक संदेह करने लगता है।

#### **2. संदेह (Doubt)**

मनोग्रस्ति बाध्यता के रोगी इतने संदेही होते हैं कि उन्हें शुभ-अशुभ की भी शंका होने लगती है जिससे रोगी काफी भयभीत हो जाते हैं। दुर्भ्रंति (फोबिया) से ग्रस्त व्यक्ति का भय इस रोगी के भय से भिन्न होता है। जय व्यक्ति को किसी उत्तेजक की उपस्थिति से भय होता है तो उसे फोबिया (Phobia) का रोग कहा जाता है, परंतु जब व्यक्ति को

उत्तेजक के अभाव में यह भय होता है और उसके विचार करके ही डर जाता है तो उसे विचार बाध्यता का रोगी समझा जाता है। टी० ए० रौस का उदाहरण प्रस्तुत है-

एक व्यक्ति को 13 की संख्या हमेशा परेशान किया करती थी वह उस संख्या से काफी भयभीत रहने लगा। वह जब भी वह इस संख्या को सुनता था वह भय से काफी भयभीत हो जाता था। उसे महीने के तेरहवें और सत्ताइसवें दिन से वह डरता था जब वह कभी सीढ़ी पर चढ़ता था, तो वह तेरहवीं सीढ़ी को फाँद कर ऊपर चला जाता था। वह 13 सीढ़ी पर पैर रखने से काफी डरता था उसे 13 चीजों से वह इतना परेशान रहने लगा कि वह अपने जीवन के कोई भी कार्य करने में असमर्थ हो गया। वह इस संख्या से जितना मुक्त होना चाहता था वह उसमें और उलझता था।

### **3. क्रिया विशेष की पुनरावृत्ति (Repetition of Certain Act)**

• मनोग्रस्ति-बाध्यता के रोगी में अत्यधिक संवेगात्मक तनाव देखने को मिलता है। रोगी यह जानता है कि उसकी क्रियाएँ असंगत तथा आधारहीन हैं, लेकिन वह उसे करने के लिए विवश रहता है। इन क्रियाओं को करने की आदत लग जाती है। बहुत रोगी में यह संदेह होता है कि वह दरबाजे में ताला नहीं लगाया उसे बार-बार देखना है कि उसने ताला नहीं लगाया। किसी संख्या जैसे रुपया की गिनती करते समय उसे यह बार-बार मन में आता है कि वह गलत गिनती किया है और उसे दुबारा गिनना। बार-बार हाथ धोना, घर को बार-बार साफ करना, जगह-जगह पर अपने हस्ताक्षर करने आदि की क्रियाएँ देखी जाती हैं। फिशर द्वारा दिया गया एक उदाहरण का वर्णन किया जाता है-

एक युवक था जो 20 साल का था। वह अपनी शिकायत को लेकर फिशर के पास गया। वह दिन में कई बार हाथ धोने की क्रिया से ग्रसित था, उसके मन में बार-बार यही विचार आता था कि उसके हाथ गंदे हैं। कुछ अध्ययनों से यह पता चला कि यह विचार हस्तमैथुन की गंदी आदत से पनपा हुआ था। उसकी हस्तमैथुन की आदत घर गयी थी और वह उसे भला देने की कोशिश करता था। इसके बारे में वह अपने को निर्दोष बताने लगा, लेकिन वह रोग से मुक्त नहीं हुआ परंतु जब उसने अपनी इस गंदी आदत को स्वीकार कर लिया तो उसका यह लक्षण समाप्त हो गया।

अतः मनोग्रस्ति बाध्यता विकृति के रोगियों में मानसिक तनाव का बाहुल्य रहता है। उनमें स्थिरता की कमी रहती है। वे आदर्शवादी धार्मिक तथा आत्मग्लानि से ग्रस्त रहते हैं।

### **मनोग्रस्ति-बाध्यता का कारण (Etiology of Obsessive-Compulsive Disorder)**

मनोग्रस्तता-बाध्यता के कारणों का प्रश्न हो इसमें तीन तरह के कारकों की भूमिका अन्य कारकों की अपेक्षा अधिक है-

#### **जननिक कारण (Genetic Cause)**

#### **न्यूरो जैविक कारक (Neuro biological Factors)**

#### **संज्ञानात्मक-व्यवहारात्मक कारक (Cognitive Behavioural Factors)**

#### **मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत (Psychoanalytic Theory)**

**जननिक कारण (Genetic Cause)-** मनोग्रस्ति-बाध्यता के कुछ जननिक कारण भी हैं जिसका सत्यापन जुड़वाँ अध्ययनों तथा पारिवारिक अध्ययनों से हुआ है। Donald Black. (1992) ने 32 मनोग्रस्ति-बाध्यता रोगियों के 120 संबंधियों का अध्ययन किया और इनकी तुलना 33 सामान्य व्यक्तियों की 129 संबंधियों से किया। तुलना

करने पर पाया कि मनोग्रन्धि बाध्यता के रेट में OCD के परिवार के सदस्यों में तथा सामान्य व्यक्तियों के परिवार के सदस्यों में कोई अंतर नहीं था। इससे स्पष्ट होता है कि मनोग्रन्धि बाध्यता की उत्पत्ति में जननिक कारकों की भूमिका उतनी स्पष्ट नहीं है। *Torgerson (1993)* ने पाया कि मनोग्रन्धि-बाध्यता का सुसंगतता दर (*Concordance rate*) एकांकी जुड़वाँ बच्चों में भ्रांतीय जुड़वा बच्चों की अपेक्षा अधिक होती है। इससे स्पष्ट होता है कि मनोग्रन्धि बाध्यता की उत्पत्ति में कुछ आनुवांशिक कारकों की भूमिका होती है, क्योंकि एकांकी जुड़वा बच्चों में अनुवांशिकता शतप्रतिशत एक होता है।

**न्यूरो जैविक कारक (Neuro Biological Factors)-** इस संबंध में हुए अध्ययनों से ज्ञात हुआ है कि एक विशेष तरह के न्यूरो ट्रांसमीटर, जिसे सेरोटोनिन (*Serotonin*) कहा जाता है, से मनोग्रन्धि बाध्यता की उत्पत्ति प्रभावित होती है। *Insel (1992), Lickey & Gordon (1991)* ने अपने अध्ययन के आधार पर बतलाया है कि जब सेरोटोनिन (*Serotonin*) का स्तर निम्न हो जाता है तो OCD के लक्षण उत्पन्न हो जाते हैं। लेकिन सचमुच में सेरोटोनिन का निम्न स्तर किस तरह से मस्तिष्क को प्रभावित करके मनोग्रन्धि बाध्यता के लक्षण उत्पन्न करते हैं यह स्पष्ट नहीं है। कुछ अध्ययन जानवरों पर किये गये हैं, विशेष कर कुत्ते पर जिससे उस बात की पुष्टि हुई है कि सेरोटोनिन का निम्न स्तर से कुत्ते बाध्यता (*Compulsion*) व्यवहार करते पाये गये हैं। *रैपोपोर्ट (Rapoport, 1998)* ने अपने अध्ययन के आधार पर बतलाया कि मनोग्रन्धि-बाध्यता के रोगियों में मस्तिष्क के कुछ भाग जैसे (*Orbito frontal cortex, Basal Ganaglia. Cingulate gurus*) ये सभी एक दूसरे से काफी अधिक संबंधित होते हैं जिसका परिणाम यह होता है कि ये सभी एक सर्किट बनाते हैं जो बहुत जल्द ही उत्तेजित हो जाता है और OCD के लक्षण उत्पन्न करते हैं।

संज्ञानात्मक व्यवहार एक कारक (**Cognitive Behavioural Factor**) - संज्ञानात्मक व्यवहारपरक मनोवैज्ञानिकों का विश्वास है कि OCD एक विचित्र चक्र-सा होता है जिसमें

(अ) तनाव के दौरान दैहिक क्रियाएँ तथा मनोग्रन्धि चिंतन बढ़ जाते हैं।

(ब) मनोग्रन्धि चिंतन से व्यक्ति में चिंता बढ़ता है

(स) व्यक्ति कुछ ऐसा व्यवहार करता है जो उस चिंतन को कम कर दे।

(द) यह बाध्यता व्यवहार कुछ कारकों से पुनर्बलित होता है और व्यक्ति उसे सतत् करने की कोशिश करता

है क्योंकि उससे उसकी चिंता कम हो जाती है।

**मनोविश्लेषणात्मक कारक (Psychoanalytic Theory)** इस सिद्धांत के अनुसार जब व्यक्ति की अवांछनीय एवं अचेतन के चिंतनों (*Unconscious thoughts*) जो दमित होकर व्यक्ति के अचेतन में होते हैं, चेतन में आना की कोशिश करता है तो इससे व्यक्ति एक सुरक्षात्मक उपायों को ढूँढ़ता है और इस सुरक्षात्मक उपाय के रूप में वह OCD के लक्षणों को विकसित कर लेता है। इस सुरक्षात्मक प्रक्रिया के रूप में वह मूलतः प्रतिस्थापन (*Substitution*) तथा विस्थापन (*Displacement*) का उपयोग करता है। जैसे-एक लड़की का अचेतन खौफनाक चिंतन यह था कि उसकी माँ तीव्र बुखार से मर जा सकती है। इस तरह का चिंतन जब-जब चेतन में आता था, वह चिंतित हो जाती थी और इस चिंता से बचने के लिए उसने अपने इस खौफनाक चिंतन का प्रतिस्थापन कुछ कम अवांछनीय वस्तु जैसे रंग एवं गर्म वस्तुओं के चिंतन से हो गया। और वह अब खास तरह के रंग को देखना बार-बार पसंद करती थी; गर्म पानी से बार-बार स्नान करना, हाथ धोना उसे अच्छा लगता था, आदि-आदि। इस लड़की द्वारा प्रतिस्थापित चिंतन अपनी स्वेच्छा से न होकर कारण पर आधारित था-गर्म एवं रंगीन वस्तु से उसे 'बुखार' का प्रतिबिम्बन हो रहा था जिससे उसकी माँ मर सकती थी।

इससे यह स्पष्ट हो गया है कि संघर्ष उत्पन्न करने वाला चिंता से किस तरह के व्यक्ति में मनोग्रस्तता (*Obsession*) उत्पन्न होगा। जिन व्यक्तियों में कुछ विशिष्ट अचेतन संघर्ष (*Specific unconscious conflict*) जैसे अपने बच्चे या अपने सगे-संबंधियों को जान से मार देने या घायल करने का चिंतन आदि होता है उनमें *OCD* उत्पन्न होने की संभावना अधिक होती है। *OCD* के रोगियों द्वारा जिस तरह के विशिष्ट लक्षण जाते हैं, वह एक ऐसा संकेत होता है जिससे उसे भीतर का संघर्ष प्रतिबिम्बित होता है।