THERAPY
उपचार

U.G. SEMESTER-V
By- Dr. Ramendra Kr. Singh II
Dept. of Psychology

रोग एवं उपचार का इतिहास बहुत ही पुराना है। प्राचीन काल में व्याधियों से पीड़ित या रोगग्रस्त व्यक्तियों का उपचार पुरातन चिकित्सा पद्धतियों से की जाती थी और ऐसी चिकित्सा पद्धतियाँ सामान्यतः अनुभवजन्य (अनुभव-आधारित) एवं पारंपरिक होती थीं। आयुर्वेदिक, यूनानी और चीनी आदि प्राचीन चिकित्सा पद्धतियों को अगर छोड़ दिया जाए तो तत्कालीन अधिकांश चिकित्सा पद्धतियों में वैज्ञानिकता का आभाव स्पष्टतः दृष्टिगोचर होता है। तत्कालीन साहित्यों एवं ग्रंथों का अध्ययन करने से ज्ञात होता है कि अधिकांश पुरातन चिकित्सा पद्धतियाँ सांस्कृतिक एवं धार्मिक मान्यताओं से प्रभावित थी और अंधविश्वास से जकड़ी हुई थी। उनदिनों लोगों में ऐसी धारणायें विकसित हो चुकी थी कि ईश्वर जब किसी कारणवश कुपित होता है तो उस व्यक्तिविशेष को दंड देता है, जिसके फलस्वरूप दुष्टात्मा उस व्यक्ति के शरीर में प्रविष्ट होकर उथल-पुथल मचाने लगती है। परिणामतः पीड़ित व्यक्ति उपरांग हरकतें करने लगता है। पीड़ित व्यक्ति के शरीर से ऐसे दुष्टात्माओं को को बाहर निकालने के लिये अनेक प्रकार की हथकंडे अपनाये जाते थे जो अमानवीय और जानलेवा होते थे। उपचार के दौरान ऐसी यातनायें दी जाती थी जिससे असल पीड़ा व्यक्ति झेल नहीं पाता था और इससे वह व्यक्ति अपंग हो जाता था तथा कई बार तो वैसे पीड़ित लोगों की मौत तक हो जाती थी।

अब प्रश्न उठता है कि आखिर 'उपचार' अथवा 'इलाज' है, क्या? आज-कल नैदानिक मनोविज्ञान के अन्तर्गत उपचार के लिये कई प्रकार की नई-नई चिकित्सा पद्धतियों का इस्तेमाल होने लगा है। इसलिए नैदानिक मनोविज्ञान में 'उपचार' शब्द का प्रयोग व्यापक अर्थ में किया जा रहा है। यह एक ऐसा कार्य है जिसमें स्वास्थ्य सेवा प्रदाता अपने ग्राहकों (सेवार्थी) की समस्याओं को दूर अथवा नियंत्रित करने या उसके लक्षणों को कम करने की प्रक्रिया को अपनाता है। यानि उपचार के माध्यम से समस्याग्रस्त व्यक्ति को बेहतर होने अथवा स्वस्थ्य होने के लिए कुछ किया जाता है। साधारण अर्थों में यदि हम 'उपचार' को परिभाषित करें तो कह सकते हैं कि "उपचार एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा किसी बीमारी, चोट अथवा स्वास्थगत समस्याओं को ठीक करने अथवा न्यून (कम) कम करने का प्रयास किया जाता है।" दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि "किसी अस्वस्थ अथवा रुग्ण व्यक्ति को औषधी अथवा शल्य क्रिया या, अन्य मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं (प्रविधियों) द्वारा स्वस्थ्य बनाने की प्रक्रिया ही उपचार अथवा Therapy है।" नैदानिक मनोविज्ञान की दृष्टि से परिभाषा इस प्रकार दिया जा सकता है-" उपचार अथवा थेरेपी से तात्पर्य उन प्रक्रियाओं (प्रविधियों) से है जिन्हें प्रयुक्त कर पीड़ित, संतप्त अथवा रुग्ण, अथवा विक्षिप्त व्यक्तियों (मनोरोगियों) का उपचार किया जाता है और उन्हें समायोजन योग्य बनाया जाता है। यानी नैदानिक मनोविज्ञान में समायोजनशीलता अथवा जीवन कौशल प्रबंधन को पुर्नस्थापित करना ही उपचार है।

अब तक की बातों का अगर हम विश्लेषणात्मक व्याख्या करते हैं तो निम्न निष्कर्ष पर पहुँचते हैं:—

(1) उपचार समस्या समाधान अथवा न्यूनीकरण की एक प्रक्रिया है।

(2) इसके तहत औषधी, शल्य क्रिया, अथवा अन्य मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं को उपयोग में लाया जाता है।

(3) स्वास्थ्य प्रदाताओं, सेवार्थी की समस्याओं को नियंत्रित कर उसके स्वास्थ्य को बेहतर बनाने का प्रयास किया जाता है

(4) यह एक ऐसी प्रक्रिया है, जिसमें समस्याग्रस्त लोगों को समायोजन के लायक बनाया जाता है।

(5) अर्थात समायोजनशीलता अथवा जीवन कौशल प्रबंधन को स्थापित करने का प्रयास होता है।

(6) विज्ञान एवं तकनीक के विकास के फलस्वरूप उपचार की प्रविधियाँ नीत नये आयाम ले रही है।

उपचार के प्रकार

वर्तमान में उपचार की विविध प्रविधियाँ प्रचलन में है और इसमें दिन प्रतिदिन नये आयाम जुड़ रहे हैं। यहाँ हम अध्ययन की सुविधा के लिए उन तमाम प्रविधियों को पहले दो वर्गों में वर्गीकृत कर अध्ययन करेंगे।

उपचार (THERAPY)

1) मनोचिकित्सा अथवा मनोपचार (Psychotherapy)

2a) जैविक उपचार अथवा मेडिकल चिकित्सा (Biological therapy or Medical therapy)