**Dr•Navin Chandra Sharma**
**Assistant Professor**
**Dept of psychology**
**Maharaja Bahadur Ram Ran Vijay Prasad Singh College Ara**

**Date; 10/02/2026**

**Class: P.G Semester - 4th**

**Clinical Psychology,**

**Topic :-**

## दुश्यिता एवं रक्षा प्रक्रम **(Anxiety and defence mechanism):**

दुश्यिता से तात्पर्य हर एवं आशंका के एक सामान्यीकृत भाव (generalized feeling) से होता है। इसे मनोविश्लेषणात्यका भाषा में मानसिक एवं (Psychic pain) भी कहा गया है। प्रत्यड ने दुरियता के तीन प्रकारों का वर्जन किया है-

वास्तविक या वस्तुनिष्ठ दुश्यिता (reality or objective anxiety), संभिकातापी दुरियंती (Neurotic anxiety), तथा नैतिक दुश्यिता की उत्पत्ति (Nemrosic anxiety), तथा नैतिक दुश्चिता की उत्पत्ति बाह्य बातारण से उत्पन्न धमकी या खतरा से होता है। तथिकातापी दुश्यिता की उत्पत्ति तब होती है जब उपारों के आवेग या इच्छाओं से अहं (ego) को धमकी मिलती है। नैतिक दुश्यिता की उत्पत्ति तब होती है जब व्यक्ति का व्यवहार ऐसा होता है जो उसके पराई (superego) से टकराता है जिसके कारण व्यक्ति में दोष भाव (guilt feeling) उत्पन्न हो जाता है।

दुश्चिता में चुकि व्यक्ति में व्याकुलता तथा दर्द होता है, इसलिए व्यक्ति का अहं उससे अपने आप को बनाने के लिए कुछ उपाय बँदता है। इस तरह के दुश्यिंता से बचाव के लिए व्यक्ति कुछ तर्क संगत उपाय (rational measure) ढूँढता है, परन्तु जब इसमें सफल नहीं हो पाता है तो कुछ अतर्कसंगत उपाय (irrational measures) को भी अपनाने में हिचक्रियाता नहीं है। ऐसे अतर्क संगत उपायों को अहं रखा प्रक्रम (ego defence mechanism) कहा जाता है। चुकि ऐसे उपाय अचेतन स्तर पर होते हैं, इस कारण इससे व्यक्ति को परिस्थिति का वास्तविक तस्बीर न मिलकर विकृत तस्वीर (distorted picture) ही मिल पाता है। ऐसे प्रक्रम में दमन (repression) प्रतिक्रिया निर्माण (reaction formation), प्रक्षेपण (Projection), बौकिकरण (Rationalization), विस्थापन (displacement), प्रतिशमन (regression) आदि प्रमुख हैं।

मनोलैंगिक अवसथाएँ (Psychosexual stages):

Freud के अनुसार जन्म के बाद जैसे-जैसे वच्चे का विकास होता जाता है, वैसे-वैसे वह विभिन्न मनोलैंगिक अवस्थाओं से होकर गुजरता है। प्रत्येक अवस्था में बच्चा को शरीर के किसी एक भाग से सवसे अधिक आनन्द (Pliamre) मिलता है। ऐसी अवस्थाएँ निम्नकित पाँच हैं-

(a) मुखावस्था (Oral stages): यह जन्म से दो साल की अवधि की अवस्था होती है और समं कामोत्तेजक सेम (erogenous zone) मुँह होता है और वच्चा चूसने, निगलने, दाँत काटने जैसी क्रियाओं से आनन्दित होता है।

(b) गुदावस्था (Anal Stage): यह अवस्था दो साल से तीन साल की होती है तथा इसमें कामोत्तेजक सेम शरीर क गुदासेम (anal region) होता है। फलस्वरूप बच्चे मलमूत्र त्यागने से संबंधित क्रियाओं से आनन्द प्राप्त करते हैं।

(c) लिंग प्रधानावस्था या लैंगिक अवस्था (Phallic Stage): यह अवस्था तीन शाल से पाँच साल तक की होब है तथा इसमें कामोत्तेजक सेम जनेन्द्रिय (genitals) होते हैं। फ्रायड के अनुसार इस अवस्था में वच्चे अपने जनेन्द्रिय को छूते मलते हैं तथा खीचते हैं जिससे उनके जनेन्द्रिय में संवेदन उत्पन्न होता है और उन्हें लैंगिक आनन्द की प्राप्ती होती है। इसी अवस् में लड़कों में मातृमनोग्रंथी (Oedipus Complex) तथा लड़कियों में पितृ मनोग्रन्थि (electra complex) का विकास होता है।

(d) अव्यक्तावस्था (Latency Stage): यह अवस्था छह साल से प्रारंभ होकर वारह वर्ष तक की होती है। इस अवस्था में चच्चों में कोई नया कामुकता सेम विकसित नहीं होता है तथा साथ ही साथ लैंगिक इच्छाएँ भी सुसुप्त होती है। इस अवस्था में वच्चे अपनी लैंगिक इच्छाओं को अनैतिक समझ कर उनका दमन कर देते हैं तथा अन्य बाहारी चीजों एवं घटनाओं में अधिक रूचि दिखलाना प्रारंभ कर देते हैं।

(e) जनेन्द्रियावस्था (Genital Stage): मनोलैंगिक विकास की यह अन्तिम अवस्या है जो तेरह वर्ष की आयु से प्रारंभहोकर निरंतर चलता रहता है। इस अवस्था में व्यत्तियों यौन अंग परिपक्व हो जाता है तथा उन्हें विषयलिंगी कामुकता (hetrosexuality) से काफी अधिक आनन्द आता है।

फ्रायड के अनुसार प्रत्येक अवस्था में व्यक्ति में उचित संतुष्टि आवश्यक है। यदि किसी अवस्था में उसे उचित संतुष्टि नहीं होती है तो उसका व्यवहार उसी अवस्था पर स्थायीकृत (fixate) हो जाता है। जैसे आदि किसी वच्चे को भुखावस्था में उचित संतुष्टि नहीं मिलती है तो उसमें अधिक खाने की प्रकृति, पान खाने की प्रवृत्ति, खाते समय अँगुली चाटने की प्रवृत्ति, अधिक बोलने की प्रवृत्ति जैसा व्यवहार देखने को मिलता है

अतः फ्रायड द्वारा प्रतिपादित विचार धारा नैदानिक मनोविज्ञान में असामान्य व्यवहारों की व्याख्या एवं उसके उपचार के लिए अति आवश्यक है।