

Dr. Sarita Devi
Assistant Professor
Department of Psychology
M.B.R.R.V.Pd. Singh College, Ara

मनोगतिक उपचार: मनोविश्लेषणात्मक उपचार

(Psychodynamic Therapies: Psychoanalytic Therapies)

1. प्रस्तावना (Introduction)

- मनोगतिक उपचार (Psychodynamic Therapies) का आधार इस धारणा पर है कि व्यक्ति का व्यवहार, भावनाएँ और व्यक्तित्व मुख्यतः अचेतन मन (Unconscious Mind) की प्रक्रियाओं, दबी हुई इच्छाओं, प्रारम्भिक बाल्यकालीन अनुभवों तथा आंतरिक संघर्षों से प्रभावित होते हैं।
- इन उपचारों की नींव Sigmund Freud ने रखी, जिन्हें मनोविश्लेषण (Psychoanalysis) का जनक माना जाता है।

2. मनोगतिक सिद्धांत का सैद्धांतिक आधार

(A) मन का संरचनात्मक अवस्था (Structural stage of Mind)

- इड (Id) – जैविक इच्छाएँ, सुख सिद्धांत पर आधारित
- ईगो (Ego) – यथार्थ सिद्धांत पर कार्य करता है
- सुपरईगो (Superego) – नैतिक मानदंडों का प्रतिनिधित्व

(B) मन की स्थलाकृतिक अवस्था (Topographical stage of mind)

- चेतन (Conscious)
- अर्धचेतन (Preconscious)
- अचेतन (Unconscious)



Edit with WPS Office

(C) मनोलैंगिक अवस्थाएँ (Psychosexual Stages)

- मौखिक अवस्था
- गुदा अवस्था
- लैंगिक अवस्था
- सुप्तावस्था
- जनन अवस्था

3. मनोविश्लेषणात्मक उपचार (Psychoanalytic Therapy)

(A) परिभाषा

- मनोविश्लेषणात्मक उपचार एक दीर्घकालिक, गहन और संरचित चिकित्सा पद्धति है, जिसका उद्देश्य अचेतन संघर्षों को चेतन स्तर पर लाकर उनका समाधान करना है।

-

(B) मुख्य लक्ष्य

- अचेतन सामग्री को चेतन बनाना
- दबी हुई भावनाओं का विमोचन (Catharsis)
- व्यक्तित्व पुनर्गठन
- आत्म-जागरूकता में वृद्धि

4. प्रमुख तकनीकें (Techniques of Psychoanalytic Therapy)

(I) मुक्त संघटन (Free Association)

- रोगी बिना किसी सेंसर के अपने विचारों और भावनाओं को व्यक्त करता है।

(II) स्वप्न विश्लेषण (Dream Analysis)

- फ्रायड ने स्वप्न को "अचेतन की राजमार्ग" कहा।



- प्रकट विषयवस्तु (Manifest Content)
- गुप्त विषयवस्तु (Latent Content)

(III) स्थानांतरण (Transference)

- रोगी चिकित्सक पर अपने अतीत की भावनाएँ आरोपित करता है।

(IV) प्रतिरोध (Resistance)

- रोगी अचेतन सामग्री के उजागर होने से बचने का प्रयास करता है।

(V) व्याख्या (Interpretation)

- चिकित्सक रोगी के व्यवहार और कथनों की गहराई से व्याख्या करता है।

5. उपचार की प्रक्रिया

- प्रारंभिक साक्षात्कार
- चिकित्सकीय अनुबंध
- सप्ताह में 3-5 सत्र (दीर्घकालिक)
- रोगी काउच पर लेटता है; चिकित्सक पीछे बैठता है
- अंततः समापन (Termination Phase)

6. अन्य मनोविश्लेषणात्मक दृष्टिकोण

(A) ईगो मनोविज्ञान

- Anna Freud
- रक्षा-यंत्रणाओं (Defense Mechanisms) का अध्ययन



(B) विश्लेषणात्मक मनोविज्ञान

- Carl Gustav Jung
- सामूहिक अचेतन (Collective Unconscious)
- आर्केटाइप (Archetypes)

(C) व्यक्तिगत मनोविज्ञान

- Alfred Adler
- हीनता ग्रंथि (Inferiority Complex)
- श्रेष्ठता की अभिलाषा

(D) वस्तु-संबंध सिद्धांत (Object Relations Theory)

- Melanie Klein
- प्रारंभिक संबंधों का महत्व

7. मनोगतिक चिकित्सा बनाम पारंपरिक मनोविश्लेषण

आधार	पारंपरिक मनोविश्लेषण	मनोगतिक चिकित्सा
• अवधि	कई वर्ष	अपेक्षाकृत कम
• सत्र	3-5 प्रति सप्ताह	1-2 प्रति सप्ताह
• फोकस	अचेतन की गहन खोज	वर्तमान संबंधों पर भी ध्यान
• संरचना	कठोर	अधिक लचीली



8. उपयोगिता (Applications)

- अवसाद (Depression)
- चिंता विकार (Anxiety Disorders)
- व्यक्तित्व विकार (Personality Disorders)
- संबंध समस्याएँ

9. लाभ

- गहन आत्म-समझ
- स्थायी व्यक्तित्व परिवर्तन
- भावनात्मक अंतर्दृष्टि

10. सीमाएँ

- समयसाध्य
- महंगा
- वैज्ञानिक प्रमाण सीमित (कुछ क्षेत्रों में)
- गंभीर मानसिक विकारों में सीमित प्रभाव

11. समालोचनात्मक मूल्यांकन

- आधुनिक शोध से अल्पकालिक मनोगतिक चिकित्सा की प्रभावशीलता सिद्ध हुई है।
- परंतु फ्रायड के कुछ सिद्धांत (जैसे मनोयौनिक अवस्थाएँ) विवादित हैं।



12. निष्कर्ष

मनोविश्लेषणात्मक उपचार मनोविज्ञान की एक ऐतिहासिक और गहन चिकित्सा पद्धति है, जिसने आधुनिक मनोचिकित्सा को दिशा प्रदान की। यह व्यक्ति के अचेतन संघर्षों को समझकर उसके व्यक्तित्व में स्थायी परिवर्तन लाने का प्रयास करती है।

