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

मनोदायिक उपचार: ऑब्जेक्ट-रिलेशन्स थेरेपी

(Psychodynamic therapies: Object-relations therapies)

1. **प्रस्तावना**

   - ऑब्जेक्ट-रिलेशन्स थेरेपी मनोदायिक उपचार की एक महत्वपूर्ण शाखा है, जिसका विकास पारंपरिक मनोविश्लेषण से हुआ। जहाँ Sigmund Freud ने मनोविश्लेषण में मुख्यतः आवेगों (instincts) और काम-ऊर्जा (libido) पर बल दिया, वहीं ऑब्जेक्ट-रिलेशन्स सिद्धांतकारों ने मानव व्यक्तित्व के निर्माण में प्रारंभिक संबंधों (early relationships) को अधिक महत्वपूर्ण माना।
   - यह सिद्धांत बताता है कि व्यक्ति का व्यक्तित्व और उसके बाद के संबंध बचपन में माता-पिता (विशेषतः माँ) के साथ बने संबंधों पर आधारित होते हैं।

2. **"ऑब्जेक्ट" का अर्थ**

   यहाँ "ऑब्जेक्ट" का अर्थ किसी निर्जीव वस्तु से नहीं है, बल्कि ऐसे व्यक्ति से है जिसके प्रति भावनाएँ और मानसिक प्रतिनिधित्व (mental representations) निर्मित होते हैं।

   उदाहरण:

   - माँ
   - पिता
   - देखभाल करने वाला व्यक्ति

3. **प्रमुख सिद्धांतकार**

   (I) Melanie Klein

   - ऑब्जेक्ट-रिलेशन्स सिद्धांत की प्रमुख प्रवर्तक।

Edit with WPS Office

- उन्होंने बच्चों के खेल (play therapy) के माध्यम से अवचेतन की व्याख्या की।
- "पैरानॉइड-स्किज़ॉइड पोज़िशन" और "डिप्रेसिव पोज़िशन" की अवधारणा दी।
- उन्होंने बताया कि शिशु प्रारंभ में वस्तु (माँ) को "अच्छी" और "बुरी" भागों में विभाजित (splitting) करता है।

(II) Donald Winnicott

- "Good enough mother" की अवधारणा।
- "Transitional object" (जैसे खिलौना) का सिद्धांत।
- "True self" और "False self" की धारणा।

(III) Margaret Mahler

- Separation–Individuation theory की प्रवर्तक।
- बताया कि बच्चा धीरे-धीरे माँ से अलग होकर स्वतंत्र पहचान विकसित करता है।

(IV) Ronald Fairbairn

- उन्होंने कहा कि व्यक्ति का मुख्य उद्देश्य सुख (pleasure) नहीं, बल्कि संबंध (relationship) है।

4. **ऑब्जेक्ट-रिलेशन्स सिद्धांत की मुख्य अवधारणाएँ**

(I) Internal Objects (आंतरिक वस्तुएँ)

- बचपन के अनुभव मानसिक संरचनाओं के रूप में मन में सुरक्षित रहते हैं।

(II) Splitting (विभाजन)

- अच्छे और बुरे अनुभवों को अलग-अलग रखना।

(III) Projection (प्रक्षेपण)

- अपने अवांछित भावों को दूसरे पर आरोपित करना।

(IV) Introjection (अंतःस्थापन)

- दूसरों के गुणों या व्यवहार को अपने व्यक्तित्व का हिस्सा बना लेना।

(V) Transference (स्थानांतरण)

- रोगी अपने बचपन के संबंधों की भावनाएँ चिकित्सक पर आरोपित करता है।

Edit with WPS Office

5. **ऑब्जेक्ट-रिलेशन्स थेरेपी के उद्देश्य**

- प्रारंभिक संबंधों की समझ विकसित करना।
- नकारात्मक आंतरिक वस्तुओं की पहचान करना।
- विभाजन (splitting) को एकीकृत करना।
- स्वस्थ और यथार्थवादी संबंधों का विकास करना।

6. **उपचार की तकनीकें**

(I) मुक्त संघ (Free Association)

- रोगी को स्वतंत्र रूप से विचार व्यक्त करने के लिए प्रेरित करना।

(II) स्थानांतरण विश्लेषण (Transference Analysis)

- चिकित्सक के प्रति रोगी की भावनाओं का विश्लेषण।

(III) व्याख्या (Interpretation)

- रोगी के अवचेतन संघर्षों की व्याख्या करना।

(IV) प्ले थेरेपी (Play Therapy)

- विशेषकर बच्चों के साथ प्रयोग।

7. **व्यक्तित्व विकारों में उपयोग**

ऑब्जेक्ट-रिलेशन्स थेरेपी विशेष रूप से निम्न स्थितियों में उपयोगी है:

- Borderline Personality Disorder
- Narcissistic Personality Disorder
- Attachment समस्याएँ

Edit with WPS Office

- संबंधों में बार-बार विफलता

8. **योगदान और महत्त्व**
   - इसने मनोविश्लेषण को संबंध-आधारित दृष्टिकोण प्रदान किया।
   - बाल-मन के अध्ययन में महत्वपूर्ण योगदान।
   - आधुनिक Attachment theory पर प्रभाव।
   - व्यक्तित्व विकारों के उपचार में उपयोगी सिद्ध।

9. **सीमाएँ**
   - उपचार प्रक्रिया लंबी और समय-साध्य।
   - वैज्ञानिक प्रमाण सीमित।
   - अत्यधिक व्यक्तिपरक (subjective) व्याख्याएँ।

10. **निष्कर्ष**
    - ऑब्जेक्ट-रिलेशन्स थेरेपी मनोदायिक उपचार की एक महत्वपूर्ण शाखा है जो यह मानती है कि व्यक्ति का व्यक्तित्व उसके प्रारंभिक संबंधों का परिणाम है। यह सिद्धांत केवल आंतरिक आवेगों पर नहीं, बल्कि मानवीय संबंधों की गुणवत्ता पर बल देता है।
    - इस प्रकार, ऑब्जेक्ट-रिलेशन्स थेरेपी व्यक्तित्व विकास, संबंध समस्याओं तथा व्यक्तित्व विकारों की समझ में अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान रखती है।

Edit with WPS Office