

इकाई - 10

मनोविश्लेषण सिद्धान्त

इकाई की रूपरेखा

- 10.1 उद्देश्य
- 10.2 प्रस्तावना
- 10.3 मन के स्तर
- चेतन, अद्वचेतन, अचेतन
- 10.4 व्यक्तित्व का निर्माण
 - (i) प्रवाह
 - (ii) अहं
 - (iii) पराहं
- 10.5 विकासात्मक अवस्थाएं
 - (i) मुखावस्था
 - (ii) गुदावस्था
 - (iii) लिंग प्रधानावस्था
 - (iv) अव्यक्तावस्था
 - (v) जननेन्द्रियावस्था
- 10.6 अहं रक्षात्मक प्रक्रम
 - (i) दमन
 - (ii) यौगिकीकरण
 - (iii) प्रतिक्रिया निर्माण
 - (iv) प्रक्षेपण
 - (v) विस्तारण
 - (vi) उदात्तीकरण
 - (viii) नकारना
 - (viii) क्षति पूर्ति
 - (ix) दिवास्वप्न
 - (x) रूपान्तरण
 - (xi) शमन
- 10.7 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की अनुप्रयोग विधियां
 - (i) मुक्त साहचर्य
 - (ii) स्वप्न विश्लेषण
 - (iii) अंतरण का विश्लेषण

- (iv) अवरोध का विश्लेषण
- (v) स्पष्टीकरण
- 10.8 मनोविश्लेषण के लक्ष्य
- 10.9 परामर्शदाता का कार्य
- 10.10 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की विशेषताएं
- 10.11 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की सीमाएं
- 10.12 सारांश
- 10.13 बोध प्रश्न
- 10.14 संदर्भग्रंथ

10.1 उद्देश्य

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप -

- मनोविश्लेषण का अर्थ समझ सकेंगे।
- मनोलैंगिक अवस्थाओं को व उसके महत्व को समझ सकेंगे।
- व्यक्तित्व निर्माण में उपाह, अहं, व पराहं की भूमिका को समझ पाएंगे।
- रक्षात्मक युक्तियों को समझ पाएंगे, जो मानव व्यवहार को एक परामर्शदाता की भांति समझन में आपकी सहायता करेगा।
- मस्तिष्क के भाग अचेतन, अचेतन, चेतन के संप्रत्यय को समझ उनका महत्व जान पाएंगे।
- एक परामर्शदाता के रूप में मनोविश्लेषण सिद्धान्त को आपको कैसे उपयोग करना है कि विधियों को जान पाएंगे।
- मनोविश्लेषण सिद्धान्त को समझ इसके उपयोग, सीमाओं से भलीभांती परिचित हो जाएंगे।

10.2 प्रस्तावना

सिंगमण्ड फ्रायड (1856-1939) ने मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त का प्रतिपादन किया। ऐतिहासिक रूप से मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त अत्यन्त महत्वपूर्ण है। ये उन शरूआती अवधारणाओं में से है जिन्हें जनता में पहचान मिली। सिंगमण्ड फ्रायड ने अपने अनुभवों, विचारों के तथा वर्षों के नैदानिक चिकित्सा के अनुभवों के आधार पर इस सिद्धान्त का प्रतिपादन किया। अनेकों मनोवैज्ञानिक उनके इस सिद्धान्त से प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से प्रभावित हैं। या तो वे फ्रायड के सिद्धान्त का समर्थन करते हैं जैसे रोलो मे, एल्बर्ट एलिस या फ्रायड के विपरित सिद्धान्त का प्रतिपादन किया है जैसे रॉजर्स, स्कीनर आदि। तथा कुछ मनोवैज्ञानिकों जैसे अन्ना फ्रायड, एरिकसन, कार्ले जुंग, सुल्लीवान ने फ्रायड के सिद्धान्त में अपने समप्रत्यय, विचार जोड़ उसे विकसित कर अपने नये सिद्धान्त दिये।

10.3 मन के स्तर

फ्रायड के अनुसार मानव प्रकृति को उसके मन के तीन स्तरों के आधार पर समझा जा सकता है। ये तीन स्तर हैं -चेतन, अर्द्धचेतन, अचेतन



चेतन, अर्द्धचेतन, अचेतन का आरेखीय चित्रण

- (i) **चेतन (Conscious)** - से तात्पर्य मन के उस भाग से है जिसका सम्बन्ध वर्तमान से होता है अर्थात् इसमें बाहरी वातावरण से सम्बन्धित तात्कालिक अनुभूतियां व संवेदनाएं होती हैं जो इस समय व्यक्ति के मन में चल रही होती हैं।
- (ii) **अर्द्धचेतन (Sub-Conscious)**- यह चेतन व अचेतन के मध्य का भाग है अर्थात् न पूर्णतः चेतन है ना पूर्णतः अचेतन। इसमें अनुभूति, इच्छाएं, विचार भाव होते हैं जो वर्तमान में तो चेतन में नहीं होते हैं परंतु जरा से प्रयास से हमारे चेतन मन में आ जाते हैं। यह चेतन व अचेतन के मध्य पुल का कार्य करता है।
- (iii) **अचेतन (Unconscious)**- फ्रायड के अनुसार हमारे व्यक्तित्व व व्यवहार पर अचेतन का प्रभाव अहचेतन की अनुभूतियां व विचारों की तुलना में अधिक होता है। इसका आकार सबसे बड़ा होता है। अचेतन का शाब्दिक अर्थ है चेतन से परो। अर्थात् जो भाव, अनुभूतियां, इच्छाएं, आवश्यकताएं कर दी जाती हैं वे अचेतन में संग्रहित हो जाती हैं। पर समाप्त नहीं होती हैं व अवसर मिलते ही चेतन में आकर हमारे व्यवहार व अनुभूतियों को प्रभावित करती हैं।

4 व्यक्तित्व का निर्माण

फ्रायड के अनुसार व्यक्तित्व का निर्माण तीन भागों से होता है। उपाहं (id), अहं (ego), पराहं (super ego)

1. **उपाहं (id)** :- उपाहं की प्रवृत्तियां जन्मजात होती हैं यह अनैतिक, अतार्किक, आक्रामक, कामुक, नियमों को ना मानने वाला होता है। उपाहं “ आनन्द सिद्धान्त ” पर काम करता है छोटे बच्चों में उपाहं की भरमार होती है। परिस्थितियों व नैतिकता को नहीं समझता व हर शर्त पर अपनी आवश्यकता की पूर्ति चाहता है। उपाहं पूर्णतः अचेतन होता है। इसका सम्बन्ध वास्तविकता से नहीं होता है।

अगर उपाहं को नियंत्रित ना किया जाए व अपनी मर्जी से कार्य करने के लिए छोड़ दिया जाए तो उपाहं व्यक्ति को खत्म कर सकता है या संकट में डाल सकता है क्योंकि उपाहं अत्यधिक कामुक व आक्रामक है। जिन लोगों में उपाहं की प्रधानता होती है। बड़े होने पर भी उपाहं नियंत्रित नहीं होता है वे कार्य करने से पहले उसके परिणामों का ढंग से चिंतन नहीं कर पाते हैं।

उपाहं में दो प्रकार की शक्तियां होती है।

1. जीवनी शक्ति “ इरोस” नृत्य मूलप्रवृत्ति “थैनाटोस” पहले फ्रायड ने इरोस को कामुकता से सम्बन्धित किया पर बाद में अपने सिद्धान्त में सुधार करते हुए इरोज को जीवन संवर्द्धन उर्जा के रूप में परिभाषित किया।
2. मृत्यु मूलप्रवृत्ति व्यक्ति के आवश्यक खतरा लेने अक्रामक व्यवहार करने की प्रवृत्ति में प्रदर्शित होती है। इन दोनों शक्तियों को फ्रायड ने “लिबिडो” नाम दिया। उपाहं के सोचने के तरीकों को “प्राथमिक प्रक्रम कहा जाता है यह प्रणोद, मूलप्रवृत्ति, तस्वीरों के रूप में कार्य करता है।
2. अहं (ego) :- बच्चा जन्म के बाद पूर्णित उपाहं के अधीन होता है व अपनी हर इच्छा की पूर्ति चाहता है पर सामाजिक व नैतिक मूल्यों के कारण उसकी हर इच्छा की पूर्ति नहीं होती जिससे तनाव व निराशा उत्पन्न होती है व धीरे-धीरे बालक का सम्बन्ध वास्तविकता से स्थापित होता है। इस प्रकार बालक में अहं का विकास होता है। अहं “वास्तविकता सिद्धान्त” पर कार्य करता है अहं को सोचने के तरीकों को “द्वितीय प्रक्रम” के नाम से जाना जाता है। यह हमारे सोचने का तार्किक तरीका है जो कि परिस्थितियों द्वारा विकसित होता है, एक स्वस्थ व्यक्तित्व के लिए अहं का मजबूत होना अत्यन्त आवश्यक है।
3. पराहं (super ego) :- पराहं को व्यक्तित्व की “नैतिक शाखा” माना गया है। यह क्या आदर्श है उसके अनुरूप कार्य करता है। जैसे-जैसे बच्चा बड़ा होता है। सामाजीकरण के प्रक्रम में माता-पिता के साथ तादात्म्यकरण स्थापित करता है। जिससे बालक अपने माता-पिता से सही व गलत सीखते है तथा माता-पिता व समाज के नियमों व शिक्षाओं के अनुसार कार्य करने पर बालक को धनात्मक पुनर्बलन अर्थात प्यार प्रशंसा मिलती है। नियमों के उल्लंघन से सजा मिलती है। जिससे बालक में “अपराध-भाव” उत्पन्न होता है। इस प्रकार शनै-शनै बालक में पराहं का विकास होता है।

पराहं भी उपाहं की तरह अवास्तविक होता है। यह वास्तविकता का ख्याल नहीं रखता है। पराहं, अहं को नैतिक आदेशों की पूर्णता के लिए बाध्य करता है। पराहं इस बात का ख्याल नहीं करता की इससे अहं को वातावरण में उपस्थित किन-किन परेशानियों को सामना करना पड़ेगा।

6 विकासात्मक अवस्थाएं :-

इसे “मनोवैज्ञानिक विकास का सिद्धान्त” भी कहते हैं इसके अनुसार बच्चों में जन्म से ही लैंगिक उर्जा उपस्थित होती है जो विभिन्न मनोवैज्ञानिक अवस्थाओं से होकर विकसित होती है। फ्रायड के अनुसार प्रत्येक अवस्था में एक स्वतंत्र “कामुकता क्षेत्र” होता है परामर्शदाता के लिए इन मनोवैज्ञानिक अवस्थाओं का ज्ञान अत्यन्त आवश्यक है क्योंकि इन मनोवैज्ञानिक अवस्थाओं का उपचार से सीधा सम्बन्ध है। फ्रायड ने अपने सिद्धान्त में पांच विकासात्मक अवस्थाओं का वर्णन किया जो निम्न प्रकार है

- (i) **मुख्यावस्था (Oral Stage) :-** यह मनोवैज्ञानिक विकास की पहली अवस्था है। 1 वर्ष से कम आयु के बच्चे इन अवस्था में होते है। इस अवस्था में कामुकता क्षेत्र “मुख” होता है फलस्वरूप बच्चे मुख से की जाने वाली सभी क्रियाओं से जैसे चूसना, काटना, के द्वारा सुख

प्राप्त करते हैं इस अवस्था में कम या अधिक मात्रा में मुखवर्ती उतेजन प्राप्त होने से व्यस्कावस्था में दो तरह के व्यक्तित्व विकसित होते हैं। मुखवर्ती निष्क्रिय व्यक्तित्व (Oral Passive personality) तथा अनुवर्ती अक्रामक व्यक्तित्व (Oral Aggressive personality) । मुखवर्ती निष्क्रिय व्यक्तित्व वाले व्यक्तियों में आशावादिता, विश्वास तथा दूसरों पर अत्यधिक निर्भरता का शीलगुण पाया जाता है।

इसके विपरीत मुखवर्ती अक्रामक व्यक्तित्व वाले व्यक्तियों में अत्यधिक प्रभुत्व, शोषण, परपीड़न का शीलगुण पाया जाता है। व्यवस्था में पुरुषों द्वारा अत्यधिक धुम्रपान इसी अवस्था में कम मुखवर्ती उतेजना की प्राप्ति को दर्शाता है।

(ii). **गुदावस्था (Anal Stage)** यह अवस्था 1 से 2 साल के मध्य वाले बच्चों में पायी जाती है इसको कामुकता का क्षेत्र अब मुख के स्थान पर 'गुदा' होती है फलस्वरूप बच्चे मल-मुत्र त्यागने एवं उन्हें रोके रखने में आनन्द महसूस करते हैं। इस अवस्था में पहली बार बालक अंतद्वर्द्ध का अनुभव करता है। यह अंतद्वर्द्ध उसकी आन्तरिक मूल प्रवृत्ति व वातावरण की मांगों के मध्य होता है। जैसे - मल मूत्र विसर्जन का प्रशिक्षण।

(iii). **लिंग प्रधानावस्था (Phallic Stage)** :- यह मनोलैंगिक विकास की तीसरी अवस्था है जो उसे 5 वर्षों की अवस्था में पायी जाती है इस अवस्था में कामुकता क्षेत्र जनेन्द्रिया होती है इस अवस्था में प्रत्येक बच्चे में मातृ-मनोग्रन्थि (oedipus complex) विकसित होती है। यह लड़कों में ज्यादा स्पष्ट व जटिल होता है दोनों लड़का व लड़की माँ के प्रति आकर्षित होते हैं क्योंकि माँ आनन्द का स्रोत होती है। दोनों ही माँ का प्यार व दुलार पाने के लिए पिता को प्रतिद्वंद्वी की तरह देखते हैं।

मातृ मनो-ग्रन्थि में लड़का अचेतन रूप से अपनी माता से लैंगिक प्रेम की इच्छा रखता है पर पिता से डरता है क्योंकि वह जानता है कि पिता उससे ज्यादा शक्तिशाली है व वे उसके लिंग को कटावा देगे। लड़का सोचता है कि ये लिंग उसके व उसके पिता के मध्य अंतद्वर्द्ध का कारण है लड़का पिता के प्रति शत्रुता महसूस करता है पिता के प्रति अक्रामक व्यवहार प्रदर्शित करना चाहता है पर वह माता के प्रति अपनी इच्छा को दबा देता है। व धीरे-धीरे पिता के साथ अपनी तादात्म्यकरण स्थापित करता है।

मातृ-मनोग्रन्थि को लड़कियों में पितृ-मनोग्रन्थि (electra complex) के नाम से जाना जाता है लड़कियां सोचती हैं कि उसके पास लिंग नहीं है जबकि लड़कों के पास है तो वह अपनी माता को इसके लिए दोषी महसूस करती है व पिता से उनके पास लिंग होने के कारण ईर्ष्या महसूस करती है। इस प्रकार लड़कियों में माता व पिता दोनों के प्रति धनात्मक व ऋणात्मक भाव होते हैं।

4. **अव्यक्तावस्था (Latency Stage)** - यह अवस्था 6 से 12 वर्ष की आयु तक रहती है इस अवस्था में कोई कामुकता क्षेत्र नहीं होता है इस अवस्था में उर्जा का केन्द्र दोस्तों के साथ खेलना तथा संज्ञानात्मक व शारिरिक कोशलों में प्रवीण होने में होता है।

5. जननेन्द्रियावस्था (Genital Stage)- मनो लैंगिक विकास की पांचवी व अन्तिम अवस्था 12 वर्ष के पश्चात से निरन्तर चलती रहती है मगर प्रारम्भिक तीन अवस्थाओं जिन्हें एक साथ पूर्व-जननेन्द्रियवस्था (pre-genital stage) कहते हैं में सब अगर ठीक चलता है तो इस अवस्था में विषमलिंगकामुकता विकसित होने लगती है प्रत्येक लिंग अपने से विपरीत लिंग के प्रति अधिक आकर्षण महसूस करता है परन्तु यदि शुरूआती तीन अवस्थाओं अर्थात् पूर्व-जननेन्द्रियवस्था में कुछ कठिनाई रही तो तो व्यक्ति एक व्यस्क की भांति अपनी जीम्मेदारियों को निभाने में कठिनाई महसूस करता है जो इस जननेन्द्रियावस्था से प्रारंभ होती है। वह या तो अवस्था में फंस जाता है या फिक्स हो जाता है। या वह अत्यधिक रक्षात्मक युक्तियों का सहारा लेता है।

5 रक्षात्मक प्रक्रम - का संप्रत्यमूलभूतरूप से सिगमण्ड फ्रायड ने दिया परन्तु उनकी पुत्री अन्ना फ्रायड व नव-फ्रायडिमन द्वारा फ्रायड के इस मूलभूतविचार को विस्तृत किया गया। रक्षात्मक प्रक्रम चाहे वातावरण के साथ समायोजन स्थापित कर या घटना के स्वरूप के प्रत्यक्षीकरण को विवृत कर या घटना के मानने से इंकार कर। रक्षात्मक प्रक्रम अचेतन स्तर पर होता है यह समस्या का समाधान नहीं करता है पर समस्या के स्वरूप को विकृत कर हमें चिंता से तुरंत राहत देता है रक्षात्मक प्रक्रम का ज्यादा उपयोग स्वस्थ व्यक्तित्व के विकास ने बाधा उपस्थित करता है।

प्रमुख रक्षात्मक प्रक्रम निम्न है:-

(i) दमन (Repression):- यह सबसे प्रारम्भिक व मूलभूत रक्षायुक्ति है इसमें व्यक्ति में तनाव, चिन्ता, भय मानसिक संघर्ष उत्पन्न करने वाली असामाजिक व कामुक इच्छाओं को चेतन से हटा अचेतन में भेज दिया जाता है। यह प्रक्रम अचेतन होता है। अतः स्वयं व्यक्ति को भी इसका ज्ञान नहीं हाता है। व्यक्ति पहले कुछ भूलता है बाद में ये भी भूल जाता है कि वह क्या भुला है पर अचेतन में दबी दमित सामग्री पूर्णतया नष्ट नहीं होती हैं वह “ जिंदा कब्र” के समान होती हैं अवसर मिलते ही दमित सामग्री “जबान फिसलना” या “पेन फिसलना” के रूप में बाहर अभिव्यक्त होती है।

(ii) युक्तिकरण (Rationalization):- युक्तिकरण अर्थात् सामान्य अर्थ में “बहाने बनाना”। किसी कार्य को करने का वह कारण बताना जो वास्तविकता से अलग है। इस प्रक्रम में व्यक्ति अपनी असफलताओं के लिए, सामाजिक रूप से अस्वीकारणीय व्यवहार के लिए, सामाजिक स्वीकार्य कारण देना। जैसे :- एक छात्र परीक्षा में कम अंक आने पर कहता है कि हॉस्टल का वातावरण पढ़ने में सहयोगी नहीं था। एक परेशान पिता अपने बेटे की पिटाई कर कहता है कि उसने बेटे की भलाई के लिए उसे मारा।

युक्तिकरण झुठ बोलना नहीं है, बल्कि व्यक्ति वास्तव में उस कारण पर विश्वास करता है जो वह बताता है अर्थात् यह प्रक्रम अपनी कमजोरियों को छुपाने में एक कम्बल का कार्य करता है।

(iii) प्रतिक्रिया निर्माण (Reaction formation) :- इस प्रक्रम में व्यक्ति अपने किसी कष्टकर या अप्रिय इच्छा या प्रेरणा से ठीक विपरीत इच्छा या प्रेरण अभिव्यक्त करता है इसे प्रतिक्रिया

निर्माण कहते हैं जैसे:- एक महिला जो बच्चा नहीं चाहती है, गर्भपात की इच्छा रखती है, खुद को दोषी महसूस करती है तथा बच्चा होने के पश्चात अपने आप को एक अच्छी माँ साबित करने के लिए बच्चे की जरूरत से ज्यादा देखभाल करती हैं। एक व्यक्ति जो किसी को पंसद नहीं करता कहता है वह मुझे पंसद नहीं करता। एक नर्स डॉक्टर से उस मरीज की विशेष देखभाल करने को कहते हैं जिसे वह पंसद नहीं करती है।

इस प्रक्रम में प्रतिक्रिया में दो चरण सम्मिलित होते हैं:-

- (a). पहले चरण में व्यक्ति अप्रिय व कष्टकारो विचारों, भावों को अचेतन में दमन कर देता है।
 - (b) दूसरे चरण में व्यक्ति दमित इच्छाओं व विचारों के ठीक विपरीत इच्छा चेतन स्तर पर व्यक्त करता है।
- (iv). प्रतिगमन (Regression) :- प्रतिगमन अर्थात “पीछे की और लौटना” व्यवहार प्रतिगमन का तात्पर्य कम परिपक्व ढंग से व्यवहार करना है अगर एक व्यक्ति बालक की तरह व्यवहार करता है तो वह प्रतिगमन का प्रदर्शन करता है जब व्यक्ति जिंदगी में परेशानी व तनावपूर्ण अनुभवों से गुजरते हैं तो कम परिपक्व व्यवहार कर चिन्ता को कम करने का प्रयास करता है। किसी के कंधे पर सर रखकर रोना भी प्रतिगमन का ही उदाहरण है।
- (v) प्रक्षेपण (Projection) :- प्रक्षेपण अपनी कमियों, कमजोरियों को दूसरे व्यक्ति पर आरोपित करना है व स्वयं में उन कमियों के होने से इन्कार करना है अर्थात दूसरे लोगो या वातावरण के प्रति अपनी अमान्य प्रस्तुतियों, मनोवृत्तियों एवं व्यवहारों की अचेतन रूप से आरोपित करने की प्रक्रिया को प्रक्षेपण कहा जाता है। जैसे एक छात्र फेल हो जाने पर उसके लिए पेपर बनाने वाले को या कॉपी जांचने वाले को या कक्षा में अध्यापक के ना पढ़ाने को अपनी असफलता का कारण बता अपनी चिन्ता को दूर करता है।
- (v) विस्थापन (Displacement) - इस रक्षात्मक प्रक्रम में व्यक्ति अपनी भावनाओं को किसी वस्तु विशेष से हटाकर दूसरे व्यक्ति या वस्तु से संबंधित कर लेता है सामान्यतः ये भावनाएं आक्रामता से संबंधित होती हैं जैसे एक व्यक्ति जो अपने ऑफिस में अपने बॉस से नाराज होने पर अपना गुस्सा बॉस पर नोकरी छूट जाने के भय से नहीं उतार पाता है तो वहां खुद को नियंत्रित कर लेता है पर घर पहुंचने पर अपना गुस्सा अपनी पत्नि, बच्चों या नौकर पर उतार देता है।
- (vi) उद्घातीकरण (Sublimation) - इस रक्षात्मक प्रक्रम में सामाजिक रूप से अस्वीकार्य इच्छाओं को सामाजिक रूप से स्वीकार्य कार्यों में परीवीत कर प्रकट किया जाता है ये इच्छाएं कामुकता, आक्रामता, लालच से संबंधित होती हैं। समाज में जितने की कलात्मक व सांस्कृतिक उपलब्धियां देखने को मिलती हैं वह उद्घातीकरण का परिणाम है। उदाहरणार्थ एक लड़का किसी लड़की से अत्यधिक प्रेम करता है पर वह उस प्रेम को प्राप्त नहीं कर सकता तो वह उस प्रेम में उस लड़की के लिए कविताएं लिखकर अपनी भावनाओं की कलात्मक व सामाजिक रूप से स्वीकार्य अभिव्यक्ति करता है उद्घातीकरण - एक सकारात्मक रक्षात्मक प्रक्रम है।

- (vii) नकारना (Denial) - अगर कोई तथ्य या घटना हमारे लिए अत्यन्त अरुचिकर व कष्टप्रद होता है तो हम उसके अस्तित्व को ही मानने से इन्कार कर देते हैं इस प्रकार हम अपने को थोड़े समय के लिए तकलीफ से बचा लेते हैं मृत्यु, बीमारी की घटनाओं में अक्सर इस रक्षात्मक प्रक्रम का उपयोग होता है।
- (viii) क्षतिपूर्ति (Compensation) - जब व्यक्ति किसी एक क्षेत्र में असफल होता है तो दूसरे क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर पहले क्षेत्र में अपने हार की क्षतिपूर्ति करता है इसे ही क्षतिपूर्ति रक्षात्मक युक्ति कहते हैं जैसे - अगर एक बच्चा पढ़ाई में अच्छा नहीं पर खेलों में अच्छा प्रदर्शन कर उसकी क्षतिपूर्ति करता है तो इसे एक सकारात्मक प्रतिरक्षा युक्ति कहते हैं।
- (viii) दिवास्वप्न (Fantasy or Day dreaming) - जब व्यक्ति वास्तविक जीवन में अत्यधिक परेषानियों का सामना करता है अपनी इच्छाओं की पूर्ति नहीं कर पाता है तो वह अपनी काल्पनिक दुनिया बना जिसमें जब संभव है थोड़ा आराम पाता है उदाहरणार्थ - कोई व्यक्ति पैसे की तंगी से गुजर होता है तो वह काल्पनिक रूप से सोच आराम पाता है कि जब उसके पास बहुत सारा धन होगा तो वह उसे कैसे खर्च करेगा दिवास्वप्न की प्रवृत्ति तरूणावस्था में अधिक देखने को मिलती है यह परेषानियों से थोड़ी देर पलायन का तरीका है।
- (ix) रूपांतीकरण (Conversion) - रूपांतरण एक ऐसी प्रतिरक्षा युक्ति है जिसमें व्यक्ति अपना संवेगात्मक द्वंद्व, शारीरिक लक्षण के रूप में प्रकट करता है जबकि उन शारीरिक लक्षण के रूप में आधार नहीं होता है जैसे एक औरत जो किसी पार्टी में जाने से बचना चाहती है तो पार्टी का वक्त पास आते ही तेज सरदर्द की शिकायत करती है जैसे ही पार्टी का समय खत्म होता है सरदर्द भी अपने आप खत्म हो जाता है रूपांतरण तीव्र संवेगात्मक द्वंद्व को दर्शाता है।
- (i) शमन (Supression) - जब हमें कुछ विचार, यादें, भावनाएं अच्छी नहीं लगती तब हम स्वयं ही उन्हें अपनी इच्छा से दबा देते हैं इसे शमन कहते हैं दबायी हुई सामग्री हमारे अन्दर चेतन में होती है जो जरा से ध्यान से ही वापस चेतन में आ जाती है जब हम जानबूझ कर किसी विषय पर बात नहीं करना चाहते हैं जो हमें ना पसंद है यह शमन का उदाहरण है।
- दमन व शमन में अंतर यह है कि शमन हम स्वयं जानबूझ कर करते हैं दमन स्वयं होता है हमें उसके होने का पता नहीं कर चलता है।

7 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की अनुप्रयोग प्रविधियां

- (i) मुक्त साहचर्य (Free association):- अचेतन मन में दबी हुई पड़ी दमित सामग्री हमेशा बाहर आने के रास्ते ढूंढती रहती हैं हमार जीवन में अकामक्रता, कामुक मजाक व जबान फिसलना, पैन फीसलना आदि के माध्यम से ये दमित सामग्री बाहर निकलती रहती हैं मनो विश्लेषण में परामर्शदाता, परामर्शग्राही को शांत कर उसे अपने बाल्यकालीन यादों, भावनात्मक अनुभवों को बेहिचक याद कर, बताने को कहता है। कि वह बीना यह सोचे की जो वह बता रहा है वह अर्थहीन है या बेतुका या दुख: भरा बिना कुछ सोचे बस जो उसमें चल रहा है बताने को प्रेरित किया जाता है। इस तरह अहम् को शांत कर उपाहं को बोलने के लिये कहा जात है। इस प्रकार अचेतन सामग्री चेतन मन में प्रवेश करती है। व परामर्शदाता इसे समझ उसके साथ कार्य करता है।

कई बार परामर्शग्राही सहयोग नहीं करते, खुद को दमित करते हैं वहाँ परामर्शदाता उन्हें प्रेरित करता है कि वह कुछ ना छुपाए, बोले, उनके द्वारा दी गई छोटी सी छोटी जानकारी भी बहुत महत्वपूर्ण हो सकती है।

- (ii) स्वप्न विश्लेषण (dream analysis):- फ्रायड के अनुसार स्वप्न अचेतन को समझने का एक सशक्त माध्यम है मनोविश्लेषण ने परामर्शग्राही को रोजाना अपने स्वप्न परामर्शदाता को बताने को कहा जाता है। परामर्शदाता उनका विश्लेषण करते हैं विश्लेषण दो आधार पर किया जाता है परामर्शग्राही ने क्या बताया है व बताए गए तथ्यों में छुपा हुआ अर्थ क्या है। परामर्शग्राही द्वारा स्वप्न की सामग्रियों के चेतन वर्णन को “व्यक्त विषय” कहा जाता है। तथा इस प्रकार स्वप्न के द्वारा प्रतिकात्मक रूप से चेतन अभिव्यक्ति को “अव्यक्त विषय” कहा जाता है। इस प्रकार स्वप्न का विश्लेषण कर अचेतन को समझने की कोशिश की जाती है। फ्रायड के अनुसार स्वप्न बाल्यकालीन चाहतों, इच्छाओं को पूरा करने का माध्यम है। इसलिए मनोविश्लेषण में परामर्शग्राही को स्वप्न देखने व उन्हें याद रख बताने को प्रेरित किया जाता है।
- (iii) अंतरण का विश्लेषण (Analysis of Transference) :- अंतरण परामर्शग्राही का परामर्शदाता के प्रति धनात्मक प्रतिक्रिया है इसमें परामर्शग्राही, परामर्शदाता को अपने भूतकालीन जीवन के महत्वपूर्ण व्यक्ति सामान्यतः अभिभावक के रूप में देखता है व अपनी भावनाओं को व्यक्त करता है इन भावनाओं के व्यक्त होने का चिकित्सकीय प्रभाव होता है यह एक प्रकार से संवेगात्मक विसर्जन का कार्य करता है साथ ही व्यक्त भावनाओं का विश्लेषण कर परामर्शग्राही के स्वः ज्ञान में वृद्धि होती है वह समझ पाता है कि भूत में क्या हुआ था तथा वहाँ से वह अगली विकासात्मक अवस्था में आगे बढ़ जाता है।
- (iv) अवरोध का विश्लेषण (Analysis of resistance) :- कई बार परामर्शग्राही शुरू में सुधार प्रदर्शित करता है पर बाद में गति अत्यधिक धीमी या कम हो जाती है। इस उपचारात्मक प्रक्रम में परामर्शग्राही के अवरोध को कई प्रकार से समझा जा सकता है जैसे :- नहीं आना, देर से आना, फीस नहीं देना, बाल्यकालीन अनुभवों को या स्वप्नों को ना बताना, विचारों को रोकना आदि जैसे ही अवरोध दिखे, परामर्शदाता को इसके प्रति तुरंत कार्य कर इसे दूर करना चाहिए।
- (v) स्पष्टीकरण (Interpretation) :- मनोविश्लेषण प्रक्रम में स्पष्टीकरण का अर्थ है परामर्शग्राही की सोच, विचार, भाव अनुभवों, तथ्यों, को समझना व उसका विश्लेषण करना। हर चरण में परामर्शदाता, परामर्शग्राही के स्वप्नों, अनुभवों, अवरोधों को समझने व का कार्य करता है। इसके द्वारा परामर्शदाता, परामर्शग्राही को अपने भूत व वर्तमान के निजी जीवन के अनुभवों को स्वयं समझने में मदद करता है परन्तु स्पष्टीकरण का इस्तेमाल परामर्शदाता को बहुत ध्यान से करना चाहिए अगर परामर्शदाता इस उपचारात्मक प्रक्रम के प्रारंभ में ही स्पष्टीकरण का उपयोग करेगा तो परामर्शग्राही दूर हो जाएगा व नहीं करेगा तो परामर्शग्राही में अंतर्ज्ञान उत्पन्न नहीं कर पाएगा। इसलिए स्पष्टीकरण का इस्तेमाल तब करें जब वह परामर्शग्राही के वृद्धि व विकास पर अनुचित प्रभाव न डालें।

8 मनोविश्लेषण का लक्ष्य :-

मनोविश्लेषण का लक्ष्य परामर्शग्राही के अनुसार बदलता रहता है पर विशेष रूप से मनो विश्लेषण के निम्न लक्ष्य है :-

1. व्यक्तिगत अभियोजन व समायोजन :- मनोविश्लेषण का प्राथमिक लक्ष्य परामर्शदाता के अपने व्यक्तित्व के अचेतन भाग के प्रति जागरूक करना होता है। अचेतन में दमित इच्छाएं, विचार, अनुभव, होते हैं जो बहुत दर्द भरे या डरावने होते हैं। दमित होने पर भी उनका प्रभाव खत्म नहीं होता, वे व्यक्तित्व को प्रभावित करते हैं दमित होने से उनका समझना अत्यन्त मुश्किल हो जाता है। मनोविश्लेषण परामर्शग्राही में अपने प्रति अंतर्ज्ञान पैदा कर व्यक्तिगत समायोजन में मदद करता है।
2. विकासात्मक अवस्था को पूर्ण करना :- दूसरा मनोविश्लेषण का महत्वपूर्ण लक्ष्य विकासात्मक अवस्था पर कार्य करना है जो बाल्यावस्था में अच्छे से पूर्ण नहीं हो पाई थी। इसके लिए व्यक्तित्व के पुर्नगठन की आवश्यकता होती है। यह प्रक्रम लम्बा व खर्चीला है पर इससे व्यक्ति अवरोधित विकासात्मक अवस्था को पार कर अगली अवस्था में प्रवेश करता है।
3. मनोविश्लेषण का उद्देश्य व्यक्तिगत समायोजन के साथ वातावरणीय समायोजन को भी सशक्त करना है विशेषकर कार्य व नजदीकी रिश्तों को। इसमें अहं पर कार्य कर इसे मजबूत बनाया जाता है ताकि व्यक्ति का प्रत्यक्षण व कार्य वास्तविक हो ताकि वातावरणीय समायोजन में मदद मिले।

9 परामर्शदाता का कार्य :-

परामर्शदाता सौहार्दपूर्ण वातावरण का निर्माण कर परामर्शग्राही को अपने को अभिव्यक्त करने को प्रेरित करता है विशेषकर बाल्याकालीन अनुभवों को जब परामर्श ग्राही अपने अनुभव बताता है तब परामर्शदाता चुपचाप सुनता है तथा परामर्शदाता इन बाल्याकालीन अनुभवों, भूतकालीन अनुभूतियों को विश्लेषण कर इसके माध्यम से परामर्शग्राही में अंतर्ज्ञान पैदा करने की कोशिश करता है। यहां पर परामर्शदाता सक्रिय व असक्रिय दोनों भूमिकाएं निभाता है तथा परामर्शग्राही के लिए विश्लेषण का कार्य करता है। यहां परामर्शदाता मूल्यांकन प्रविधियों विशेषकर प्रक्षेपण प्रविधियां (Projective techniques) जैसे स्याही धब्बा परीक्षण (Ink – blot test) का भी इस्तेमाल कर सकता है। मूल्यांकन के आधार पर व परामर्शग्राही को समस्या के अनुसार वर्गीकृत करके इलाज के लिए योजना तैयार करता है।

10 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की विशेषताएं :-

1. अचेतन मन के मानव व्यवहार पर महत्वपूर्ण प्रभाव को बताती है।
2. सेक्सुअलीटी के मानव व्यवहार पर प्रभाव को
3. यह विधि अनेकों विश्लेषणात्मक यंत्रों को आधार प्रदान करती है जैसे:- रोशा स्याही-धब्बा परीक्षण
4. ऐसे रोगियों के लिए अत्यधिक महत्वपूर्ण है जिन्हें अनेक प्रकार के डिसऑर्डर हैं जैसे :- हीस्टीरिया, चिन्ता, फोबिया

5. विकासात्मक प्रक्रम की महत्ता पर बल देती है।
 6. तीव्र समायोजन कठिनाईयों वाले मरीजों को ठीक करने का सशक्त माध्यम है।
- 11 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की सीमाएं**
1. मनोविश्लेषण प्रक्रम अत्यधिक खर्चिला व समय लेने वाला है इसमें परामर्शग्राही को सप्ताह में तीन से पाँच बार कई वर्षों तक परामर्शदाता के सम्पर्क में रहना पड़ता है।
 2. इसका प्रयोग ज्यादा उम्र के व्यक्तियों के साथ नहीं किया जा सकता है।
 3. महिलाओं को साथ इसका उपयोग सीमित है।
 4. इस विधि का उपयोग नैदानिक मनोवैज्ञानिकों द्वारा अधिक किया जाता है।
 5. यह विधि समायोजन की अत्यधिक कठिनाईयों के साथ जुड़ी है। सामान्य परिस्थितियों में उपयोगी नहीं है।
 6. इस प्रक्रम में ऐसे बहुत सारे सोपान हैं जिन्हें ना आसानी से समझा जा सकता है ना बताया जा सकता है जैसे :- SS, Etc.

10.12 सारांश

मनोविश्लेषण का सिद्धान्त सिंगमण्ड फ्राइड ने अपने नैदानिक चिकित्सा के 40 साल के अनुभवों के आधार पर दिया। उन्होंने अपने सिद्धान्त में अचेतन, लैंगिक उर्जा, मूल प्रवृत्तियों, बाल्य - कालिन परिवर्ष अनुभवों को व्यक्तित्व निर्माण में अत्यधिक महत्वपूर्ण कारकों के रूप में प्रस्तुत किया। उन्होंने मन को 3 स्तरों में विभाजित किया चेतन, अद्धचेतन, अचेतन साथ ही व्यक्तित्व निर्माण को तीन भागों में - उपाहं, अहं व पराहं में बांटा। उनके अनुसार उपाहं बच्चा, है जो सिर्फ आनन्द सिद्धान्त पर कार्य करता है व अपनी इच्छाओं की पूर्ति चाहता है पर सामाजिकरण के परिणामस्वरूप बालक में अहम् विकसित होता है व वह स्वयं की इच्छाओं पर नियंत्रण रखना सीख वातावरण के साथ समायोजन स्थापित करता है पराहं नैतिक भाग है जो हमेशा आदर्श पूर्ण कार्यों की ओर हमें प्रवृत्त करता है।

फ्रायड के अनुसार मनुष्य में अत्यधिक लैंगिक उर्जा होती है जिसे उन्होंने "लिबिडो" कहा। व इसे दो भागों में विभाजित किया - जीवनी शक्ति - इरोस व मृत्यु मूल प्रवृत्ति थैनाटोस। इरोस को सभी सृजनात्मक कार्यों में व थैनाटोस को अनावश्यक खतरा लेने की प्रवृत्ति अक्रामता आदि व्यवहारों द्वारा समझा जा सकता है।

फ्रायड ने बताया कि लैंगिक उर्जा बच्चों में जन्म से ही उपस्थित होती है व विभिन्न मनोलैंगिक अवस्थाओं से होकर विकसित होती है। प्रत्येक लैंगिक अवस्था में एक "कामुकता क्षेत्र" होता है जो उस अवस्था में आनन्द स्रोत होता है उन्होंने मनोलैंगिक विकास की पांच अवस्थाएं बतायी - मुखावस्था (मुखद्, गुदावस्था (गुदा), लिंग प्रधानावस्था (लिंग), अध्यक्तावस्था व जननेन्द्रिवस्था (जनन अंग)

लिंग प्रधानावस्था में उन्होंने लड़कों में मातृ मनोग्रन्थि व लड़कियों में पितृ मनोग्रन्थि का होना बताया, जिससे दोनों मां के प्रति प्रेम व पिता के प्रति अक्रामक भाव रखते हैं व आगे चलकर लड़का पिता से व लड़किया माता से तादात्मीकरण स्थापित करता है।

फ्रायड ने स्पष्ट किया कि व्यक्ति, अत्यधिक तनाव की अवस्थाओं में अचेतन रूप से अपने प्रत्यक्ष को परिवर्तित कर तनाव से थोड़े समय के लिए राहत प्राप्त करता है जो समायोजन में सहायक होता है इसे उन्होंने रक्षात्मक युक्तियां कहा उन्होंने अनेक रक्षात्मक युक्तियों की व्याख्या की जैसे- दमन, प्रतिक्रिया निर्माण, प्रतिगमन, प्रक्षेपण, क्षतीपूर्ति, विस्थापन इत्यादि।

मनोविश्लेषण का उद्देश्य अचेतन को समझ व्यक्तिगत व वातावरणीय समायोजन में सहायता प्रदान करना है जिसमें परामर्शदाता स्वप्न विश्लेषण, युक्त साहचर्य, अंतरण विश्लेषण, अवरोध विश्लेषण व स्पष्टीकरण विधियों की सहायता से प्राप्त सूचनाओं, अनुभवों, अनुभूतियों का विश्लेषण कर परामर्शग्राही को स्वयं के प्रति अंतर्ज्ञान विकसित करने का प्रयास करता है इस प्रकार मनोविश्लेषण तीव्र समायोजन संबंधी कठिनाइयों, अनेकों मनोविकारों का ठीक करने की एक प्रभावशाली विधि है परन्तु यह अत्यन्त लम्बी व खर्चीली विधि है।

10.13 बोध प्रश्न

- 1- रक्षात्मक युक्तियां क्या है मानव व्यवहार पर इनके उपयोग का क्या प्रभाव होता है?
- 2- फ्रायड के अनुसार विकासात्मक अवस्थाएं क्या व कितनी है? प्रत्येक अवस्था का वर्णन करते हुए उसका व्यक्तित्व निर्माण में प्रभाव को समझाइये?
- 3- मनोविश्लेषण सिद्धान्त की सीमाएं व विशेषताएं बताइये?
- 4- मनोविश्लेषण सिद्धान्त के उपयोग हेतु उपयुक्त प्रविधियों का वर्णन कीजिए।
- 5- मनोविश्लेषण सिद्धान्त का लक्ष्य क्या है? व उसे प्राप्त करने में परामर्शदाता की भूमिका पर प्रकाश डालिए।
- 6- मजबूत व्यक्तित्व के निर्माण में अहं की भूमिका समझाइये।
 - 1 मातृ मनोग्रंथि
 - 2 अचेतन, चेतन, अद्धचेतन
 - 3 पितृ मनोग्रंथि
 - 4 उपाहं, अहं व पराहं
- 7 निम्न को समझाइये -
 - 1 स्वप्नविश्लेषण
 - 2 पूर्वजननेन्द्रियवस्था
 - 3 विस्थापन अहं युक्ति
 - 4 मुक्त साहचर्य
- 8 फ्रायड के अनुसार व्यक्तित्व के निर्माण में अचेतन की भूमिका पर प्रकाश डालिए।
- 9 फ्रायड के सिद्धान्त की आलोचनात्मक व्याख्या कीजिए व इसमें ओर सुधार के लिए अपनी तरफ से सुझाव दीजिए।

10.14संदर्भग्रंथ

1. Counseling A Comprehensive Profession _ Samuel T. Glading
2. Advanced Generalpsychology – Arun Kumar Singh
3. The interpretation of dream – freud
4. The ego and the much anisms of defence – freud
5. New introductory lectures on psychoanalysis – Sigmund freud
6. An introduction to theories of personality – B.R.Herqeshahn
7. The life and work of sigmund freud -- Jones
8. Oignasis and treatment planning as is counseling – Seligman
9. Three psychologies: perspectives from freud, skinner – Rogess- R.D. Nye
10. Introduction to personality – Walter Mischel
11. Psychology for graduate Nurses – Jacob Anthkad