

DR.MALA KUMARI
ASSISTANT PROFESSOR (GUEST
TEACHER)
DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY
A.N.D COLLEGE SHAHPUR
PATORY,SAMASTIPUR
B.A –PART 2 PSYCHOLOGY (SUB)
LECTURE-10

मानसिक मनोरचना तथा उनके प्रकार

MENTAL MECHANISMS : TYPES

प्राथमिक या मुख्य मनोरचनाएँ निम्नांकित हैं :-

(i) **दमन** - दमन एक ऐसी मनोरचना है जिसके द्वारा चिंता तनाव एवं संघर्ष उत्पन्न करने वाली असामाजिक एवं अनैतिक इच्छाओं को चेतना से हटाकर व्यक्ति अचेतन में कर देता है ।

दमन एक ऐसी स्वतः होने वाली मानसिक प्रक्रिया है जिसके द्वारा कष्टकर एवं अनैतिक विचार व्यक्ति के चेतन से हट जाते हैं । जब व्यक्ति की कोई इच्छा ऐसी होती है जो असामाजिक एवं अनैतिक होती तो वह अहं (ego) तथा पराहं (super ego) को मान्य नहीं होता है।

कुछ मनोवैज्ञानिको ने दमन को प्राथमिक दमन तथा गौण दमन दो भागों में बांटा है |जब इच्छाएं अचेतन में ही उत्पन्न होती हैं और वहीं दमित कर दी जाती हैं तो इसे प्राथमिक दमन कहा जाता है | गौण दमन से तात्पर्य वैसी इच्छाओं से होती है जो कभी व्यक्ति के चेतन में थी परन्तु अब वे चेतन से अचेतन में दमित कर दी गयी हैं |

(2) **यौक्तिकीकरण (Rationalization)** – यौक्तिकीकरण एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें अयुक्तिसंगत अभिप्रेरको एवं इच्छाओं से उत्पन्न मानसिक संघर्ष या तनाव का समाधान उन अभिप्रेरको एवं इच्छाओं को युक्तिसंगत बना कर अर्थात् तर्कपूर्ण एवं विवेकपूर्ण व्याख्या कर लिया जाता है |जैसे –बार बार प्रयास करने के बाद भी लोमड़ी अंगूर के वृक्ष तक पहुँचने में असमर्थ रहती है तो कहती है “अंगूर खट्टे हैं |”

परीक्षा में असफल हो जाने पर छात्र अक्सर कहता है की शिक्षक परीक्षा में पूछे गये प्रश्नों से सम्बंधित पाठ्यक्रम (syllabus)को तो पढाये ही नहीं थे |या हमें कोई अच्छा कोचिंग नहीं मिला इसलिए मैं परीक्षा में फेल कर गया |

यौक्तिकीकरण दो प्रकार के होते हैं :-

1.सावर ग्रेप्स टाइप

2.स्वीट लेमन टाइप

(१) सावर ग्रेप्स टाइप में व्यक्ति या जानवर उस वस्तु या व्यक्ति में दोष ढूँढता है जिसे प्राप्त करने में उसे असफलता मिलती है जैसे लोमड़ी को जब अंगूर नहीं मिलता है तो वह कहती है कि अंगूर खट्टे हैं।

(ii) स्वीट लेमन टाइप के यौक्तिकीकरण में व्यक्ति अपनी तुच्छ वस्तु को दूसरे के कीमती चीजों को तुलना में श्रेष्ठ या अच्छा प्रमाणित करके अपने तुच्छ होने से उत्पन्न चिंता को दूर करता है |जैसे ,अपनी झोपड़ी दूसरे की महल से भली |

3. प्रतिक्रिया निर्माण (Reaction formation)-इस मनोरचना में व्यक्ति अपने अहं(ego)को किसी कष्टकर एवं अप्रिय इच्छा तथा प्रेरणा के ठीक विपरीत इच्छा या प्रेरणा विकसित कर बचाता है |एक रक्षात्मक प्रक्रिया के रूप में प्रतिक्रिया निर्माण के विकास में दो चरण सम्मिलित होते हैं |पहले चरण में व्यक्ति अपनी अप्रिय एवं कष्टकर विचारों एवं इच्छाओं को अचेतन में दमन कर देता है तथा दुसरे चरण में वह इन दमित इच्छाओं एवं विचारों के ठीक विपरीत इच्छा चेतन स्तर पर व्यक्त कर अपने तनाव को दूर करता है |

जैसे एक भ्रष्ट नेता जब भ्रष्टाचार के विरोध में भाषण देता है प्रतिक्रिया निर्माण की अभिव्यक्ति कुछ प्रमुख लोकोक्तियों द्वारा भी की जा सकती है |जैसे -सौ चूहे खाकर बिल्ली चली हज को |

4. **प्रतिगमन (regression)** – प्रतिगमन का शाब्दिक अर्थ पीछे की ओर हो जाना है | जब कोई व्यक्ति अपनी इच्छाओं, प्रेरणाओं एवं व्यवहारों को बाल्यावस्था की इच्छाओं, प्रेरणाओं एवं व्यवहारों के अनुकूल बना लेता है तो इसे प्रतिगमन कहा जाता है | एक व्यक्ति जब एक बच्चा के समान व्यवहार करने लगता है या बचकाना ढंग से अपनी इच्छाओं एवं प्रेरणाओं की अभिव्यक्ति करता है, तो उसकी इन इच्छाओं से सम्बंधित मानसिक चिंता तथा तनाव अपने आप थोड़ा कम हो जाता है |

जैसे – किसी मानसिक संघर्ष या समस्या के आ जाने पर व्यक्ति भी कभी – कभी बच्चों जैसा फूट – फूट कर रोने लगता है |

प्रतिगमन के सामान्यतः दो रूप होते हैं –

(a) **अहं प्रतिगमन (ego regression)**

(b) **यौन प्रतिगमन (libido regression)**

5. **उदात्तीकरण (sublimation)** – मानसिक संघर्षों को दूर करने में उदात्तीकरण का भी महत्वपूर्ण हाथ होता है | जब व्यक्ति की इच्छा कुछ बाधाओं एवं अवरोधों के कारण संतुष्ट नहीं हो पाती है तो वह अचेतन में दमित हो जाती है और व्यक्ति फिर उस दमित इच्छाओं की पूर्ति समाज द्वारा स्वीकृत लक्ष्यों एवं उद्देश्यों को प्राप्त करके करता है |

सारासन ने उदात्तीकरण को इस प्रकार परिभाषित किया है, “जब प्रवृत्तियों की संतुष्टि सीधा तरीका से होना अवरुद्ध हो जाता है तो सामाजिक रूप

से लाभदायक स्थानापन्न के रूप में उसकी संतुष्टि कि जाती है ,जिसे उदात्तीकरण कहा जाता है ।” इस परिभाषा से यह स्पष्ट है की उदात्तीकरण में व्यक्ति की वैसी इच्छाएँ जो सीधे तौर पर पूरी नहीं हो पायी थी और इसलिए वह दमित हो गयी थी , की पूर्ति प्रतिस्थापन्न सामाजिक क्रियाओं के रूप में होती है ।

उदाहरणार्थ – एक विवाहित महिला को जब बहुत दिनों तक बच्चा नहीं हुआ तो उसने इस कमी को एक बाल्यकल्याण केन्द्र खोल कर पूरा किया जिसमे वह प्रत्येक बच्चे की देखभाल स्वयं करने लगी और अपना बच्चा नहीं होने के गम को भूल गयी प्रायः देखा गया है की संतानहीन व्यक्ति धर्मशाला अनाथालय एवं मंदिर की स्थापना कर संतान नहीं होने के फलस्वरूप उत्पन्न मानसिक तनाव को कम करता है ।

6. **रूपान्तर(conversion)**-रूपांतर एक ऐसी मनोरचना है जिसमे मानसिक संघर्षों तथा तनावों का समाधान शारीरिक लक्षणों के रूप में रूपांतरित करके करता है ।

ब्राउन तथा मेनिनगर के अनुसार “रूपांतर एक ऐसी मनोरचना है जिसके द्वारा मूल प्रेरणाओं के कुंठित हो जाने से सम्बंधित दमित ऊर्जा किसी शारीरिक रोग के कार्यात्मक लक्षणों के रूप में परिवर्तित या रूपांतरित हो जाता है ।इस परिभाषा से स्पष्ट है की जब व्यक्ति की कोई ऐसी इच्छा जो अनैतिक एवं असामाजिक होने के कारण दमित कर दी जाती है और जब बाद में वही दमित इच्छा शारीरिक रोगों के लक्षणों के रूप में प्रकट

होती है तो इसे रूपांतर की संज्ञा दी जाती है |प्रायः देखा जाता है की जो छात्र परीक्षा से ज्यादा भयभीत होते है वे ठीक परीक्षा के दिन ही तीव्र बुखार ,पेचिश ,अतिसार आदि से ग्रसित हो जाते है |इस तरह से वे परीक्षा से उत्पन्न भय या चिंता से अपने आप को मुक्त कर लेते है |रूपांतर जैसे मनोरचना में व्यक्ति को दोहरा लाभ होता है शारीरिक असमर्थता के कारण एक और तो व्यक्ति को मानसिक संघर्ष एवं तनाव पूर्ण परिस्थिति से तो छुटकारा मिल ही जाता है दूसरी तरफ यह व्यक्ति दुसरे व्यक्तियों के दया एवं सहानुभूति का पात्र भी बन जाता है |