असामान्यता के मॉडल (Models of Abnormality)

असामान्य मनोविज्ञान में *मॉडल* से तात्पर्य उस सैद्धांतिक ढाँचे से है जिसके माध्यम से असामान्य व्यवहार के कारणों, विकास और उपचार को समझाया जाता है। मानव व्यवहार अत्यंत जटिल होता है और अनेक कारकों से प्रभावित होता है, इसलिए कोई भी एक मॉडल मानसिक विकारों की पूर्ण व्याख्या नहीं कर सकता। इसी कारण असामान्य मनोविज्ञान में विभिन्न असामान्यता के मॉडल प्रयुक्त होते हैं। ये मॉडल लक्षणों को समझने, निदान करने और उपचार की योजना बनाने में सहायता करते हैं।

असामान्यता के प्रमुख मॉडल हैं– जैविक मॉडल, मनोविश्लेषणात्मक (Psychodynamic) मॉडल, व्यवहारात्मक मॉडल, संज्ञानात्मक मॉडल, मानवतावादी मॉडल, सामाजिक-सांस्कृतिक मॉडल तथा जैव-मनो-सामाजिक मॉडल।

1. जैविक (चिकित्सकीय) मॉडल

जैविक मॉडल के अनुसार असामान्य व्यवहार का कारण जैविक या शारीरिक विकार होता है। इसमें आनुवंशिकता, मस्तिष्क की संरचनात्मक या रासायनिक गड़बड़ी, न्यूरोट्रांसमीटर असंतुलन, हार्मोन संबंधी समस्याएँ तथा तंत्रिका तंत्र से जुड़े रोग शामिल हैं।

उदाहरण के लिए, सिज़ोफ्रेनिया को डोपामिन असंतुलन से, अवसाद को सेरोटोनिन की कमी से और अल्ज़ाइमर रोग को मस्तिष्कीय क्षय से जोड़ा जाता

है। इस मॉडल में उपचार के रूप में औषधि चिकित्सा, इलेक्ट्रो-कन्वल्सिव थेरेपी (ECT) तथा कुछ मामलों में शल्य चिकित्सा का प्रयोग किया जाता है।

विशेषताएँ

- ✓ **वैज्ञानिक अनुसंधान पर आधारित**
- ✓ **गंभीर मानसिक रोगों में प्रभावी**
- ✓ **मानसिक रोग को चिकित्सकीय रोग मानकर कलंक को कम करता है**

सीमाएँ

- ✓ **मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कारकों की उपेक्षा**
- ✓ **दवाओं पर अत्यधिक निर्भरता**
- ✓ **व्यक्तिगत भिन्नताओं की व्याख्या में असमर्थ**

2. मनोविश्लेषणात्मक (Psychodynamic) मॉडल

मनोविश्लेषणात्मक मॉडल, जिसका विकास सिग्मंड फ्रायड ने किया, के अनुसार असामान्य व्यवहार का मूल कारण अचेतन मानसिक संघर्ष होते हैं, जिनकी जड़ें बाल्यावस्था में होती हैं। फ्रायड के अनुसार *इड, ईगो और सुपरईगो* के बीच संघर्ष से चिंता उत्पन्न होती है, जिसे व्यक्ति रक्षा-तंत्रों के माध्यम से नियंत्रित करता है।

जब ये रक्षा-तंत्र असफल हो जाते हैं या अत्यधिक उपयोग में लाए जाते हैं, तब असामान्य व्यवहार विकसित होता है। उपचार के लिए मनोविश्लेषण, स्वच्छ

संघ (Free Association**), स्वप्न विश्लेषण और स्थानांतरण (**Transference**) का प्रयोग किया जाता है।**

विशेषताएँ

- ✓ **बाल्यकालीन अनुभवों पर बल**
- ✓ **बातचीत आधारित चिकित्सा की शुरुआत**
- ✓ **भावनात्मक एवं अचेतन प्रक्रियाओं की व्याख्या**

सीमाएँ

- ✓ **वैज्ञानिक प्रमाणों की कमी**
- ✓ **समयसाध्य और महँगा**
- ✓ **यौन कारकों पर अत्यधिक बल**

3. व्यवहारात्मक मॉडल

व्यवहारात्मक मॉडल के अनुसार असामान्य व्यवहार सीखा हुआ व्यवहार होता है। यह मॉडल शास्त्रीय अनुबंधन, क्रियात्मक अनुबंधन और अनुकरणीय अधिगम पर आधारित है।

इस दृष्टिकोण के अनुसार, जब कोई अनुपयुक्त व्यवहार सुदृढ़ीकरण के माध्यम से बना रहता है, तब वह असामान्य बन जाता है। उदाहरण के लिए, भय (फोबिया) शास्त्रीय अनुबंधन द्वारा और आक्रामकता अनुकरण द्वारा सीखी जा सकती है। उपचार में व्यवहार संशोधन तकनीकें जैसे–व्यवस्थित विमोचन, टोकन अर्थव्यवस्था, प्रोत्साहन, दंड और एक्सपोज़र थेरेपी का प्रयोग किया जाता है।

विशेषताएँ

- ✓ **वैज्ञानिक एवं प्रेक्षणीय**
- ✓ **विशिष्ट विकारों में प्रभावी**
- ✓ **लक्ष्य-उन्मुख और अल्पकालिक**

सीमाएँ

- ✓ **आंतरिक विचारों और भावनाओं की उपेक्षा**
- ✓ **मूल कारणों की बजाय लक्षणों पर ध्यान**
- ✓ **जटिल विकारों के लिए सीमित उपयोग**

4. संज्ञानात्मक मॉडल

संज्ञानात्मक मॉडल के अनुसार असामान्य व्यवहार का कारण त्रुटिपूर्ण सोच, नकारात्मक विश्वास और विकृत धारणाएँ होती हैं। व्यक्ति घटनाओं की गलत व्याख्या करता है, जिससे मानसिक विकार उत्पन्न होते हैं।

उदाहरण के लिए, अवसाद में व्यक्ति स्वयं, संसार और भविष्य के प्रति नकारात्मक दृष्टिकोण रखता है (संज्ञानात्मक त्रय)। उपचार के रूप में संज्ञानात्मक थेरेपी और संज्ञानात्मक-व्यवहारात्मक थेरेपी (CBT) का प्रयोग किया जाता है।

विशेषताएँ

- ✓ **अनुसंधान-समर्थित**
- ✓ **अवसाद और चिंता में प्रभावी**
- ✓ **वर्तमान समस्याओं पर केंद्रित**

सीमाएँ

- ✓ **अचेतन और भावनात्मक पक्ष की उपेक्षा**
- ✓ **सोच बदलना हमेशा सरल नहीं**
- ✓ **गंभीर मानसिक रोगों में सीमित प्रभाव**

निष्कर्ष

असामान्यता के विभिन्न मॉडल मानसिक विकारों को समझने के लिए अलग-अलग दृष्टिकोण प्रदान करते हैं। प्रत्येक मॉडल की अपनी उपयोगिता और सीमाएँ हैं। आधुनिक असामान्य मनोविज्ञान में समन्वित दृष्टिकोण को सर्वाधिक महत्व दिया जाता है, जिससे मानसिक विकारों की वैज्ञानिक, मानवीय और प्रभावी व्याख्या एवं उपचार संभव हो पाता है।

* * * * *