BA Part-1 Psy.
Pap-II

चिन्ता-मन: स्नायुविकृति
(Anxiety Neurosis)

मन:स्नायुविकृति के प्रचलित तथा अधिक रूप में पाए जाने वाले एक प्रकार को ब्राउन (Brown) तथा किस्कर के अनुसार चिन्तामन: स्नायुविकृति (Anxiety Neurosis) तथा कोलमैन और कैमरन के अनुसार एनजायटी रियुक्सन (Anxiety Reaction) तथा पेज के अनुसार एनजायटी स्टेट (Anxiety state) के नाम से पुकारा जाता है। यह मन:स्नायुविकृति का एक ऐसा प्रकार है जिसमें रोगी आधारहीत, दिशाहीन, बेतुका, निरर्थक, आधारहीन तथा तीव्र अथवा दीर्घकालीन चिन्ता से ग्रसित रहता है। इसका रोगी 30% से लेकर 40% तक समाज में पाया जाता है जो अन्य मानसिक बीमारियों की संख्या से बहुत ही अधिक है।

इसके रोगी का प्रधान लक्षण लगातार तीव्र एवं दीर्घ कालीन चिन्ता है, लेकिन चिन्ता हमेशा रोग का प्रतीक ही नहीं होता है। साधारण लोग भी अनादिकाल से ही प्रेम, क्रोध, ईर्ष्या, घृणा, जलन, भय और चिंता से ग्रसित होते आ रहे हैं। यह चिंता तभी एनजायटी न्यूरोसिस का रूप धारण करता है जब यह चिंता व्यक्ति के पारिवारिक सामाजिक और व्यवसायिक संबंधों को अस्त-व्यस्त करते हुए व्यक्ति के अभियोजन में एक गंभीर समस्या पैदा कर देती है। मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि साधारण व्यक्ति में जो चिंता पाई जाती है, इसका एक आधार होता है। यह आधार व्यवहारिक तौर पर सत्य होता है, यह भय उस समाज और उस परिस्थिति के अधिकांश लोगों में पाया जाता है।

इस भय के कारण की जानकारी सभी लोगों को रहती है, लेकिन इस रोग में जो चिंता एवं भय पाये जाते हैं, वह भय आधारहीन और बेतुका होता है। यह भय और चिंता न तो व्यावहारिक होती है न तो सत्य होती है, यह चिंता सिर्फ कुछ ही व्यक्ति में पायी जाती है जो मनःस्नायुविकृति के शिकार होते हैं।

एनजायटी न्यूरोसिस में जो चिंता पाई जाती है, वह सिर्फ सामान्य व्यक्ति की चिंता से भिन्न नहीं होती है, बल्कि सभी प्रकार की मनःस्नायुविकृति की चिंता से भी भिन्न होती है। इन दोनों प्रकार के चिन्ता का तुलनात्मक अध्ययन करने पर मनोवैज्ञानिको ने इन दोनों में स्पष्ट अन्तर बतलाया है जो निम्नलिखित है :-

1. एनजायटी न्यूरोसिस के अलावे जितनी भी मनःस्नायुविकृति हैं, उन सबों में चिंता पाई जाती है लेकिन दोनों के चिन्ता में पहला अंतर यह है कि चिंता मनःस्नायुविकृति में रोगी चिंता का अनुभव प्रत्यक्ष रूप में करता है जबकि अन्य प्रकार की मनःस्नायुविकृति में रोगी चिंता का अनुभव अप्रत्यक्ष रूप में करता है।

(11) एनजायटी न्यूरोसिस (Anxiety Neurosis) तथा मनःस्नायुविकृति की चिंता में दूसरा अंतर यह है कि अन्य मनःस्नायुविकृति में चिंता की अभिव्यक्ति फोबिया, कम्पलशन तथा अन्य सुरक्षात्मक प्रतिक्रियाओं (Defensive Reaction) के द्वारा होती है जबकि

चिंता मनः स्नायुविकृति में अधिकांश रूप में इनका अभाव रहता है।

(111) अन्य मनः स्नायुविकृति तथा चिंता मनः स्नायुविकृति की चिंता में यह अंतर है कि कोलमैन के अनुसार चिंता मनः स्नायुविकृति का रोगी चिंता की दवा पर निर्भर करता है जबकि अन्य मनः स्नायु विकृति का रोगी चिंता की दवा पर निर्भर नहीं करता है। इस प्रकार मनोवैज्ञानिकों ने एनजायटी न्यूरोसिस की चिंता को सामान्य एवं अन्य मनः स्नायुविकृति की चिंता से अलग करते हुए इसके स्वरूप को वैज्ञानिक रूप से समझने में सहायता प्रदान की।

मनोवैज्ञानिकों ने चिंता मनःस्नायुविकृति के स्वरूप को वैज्ञानिक रूप से अध्ययन करने के लिए इसे चिंता उन्माद (Anxiety hysteria) के चिंता से भी अलग किया है। यह सत्य है कि दोनों में चिंता की प्रधानता एवं बहुलता रहती है, फिर भी इन दोनों की चिंता में अन्तर पाया जाता है:—

इनदोनों की चिंता में पहला अन्तर यह है कि चिंता उन्माद का रोगी यह जानता है कि किस चीज से उसे भय एवं चिंता लगती है, वह जानता है कि चाकू, पानी, ऊँची या नीची जगह या तंग गली से उसे चिंता एवं भय लगते हैं, लेकिन चिंता मनः स्नायुविकृति का रोगी यह नहीं जानता कि उसे किस चीज से भय एवं चिंता होती है। इसलिए ग्राउनका

कहना है कि चिंता मनःस्नायुविकृति के रोगी को चिंता का कारण ज्ञात नहीं रहता है।

चिंता-उन्माद और चिंता मनःस्नायु विकृति की चिंता एवं भय में दूसरा अन्तर यह है कि चिंता उन्माद के रोगी की चिंता एवं भय किसी उत्तेजना या परिस्थिति से संबंधित रहते हैं लेकिन मनःस्नायुविकृति की रोगी की चिंता का संबंध वस्तुविहीन चिंता (objectless anxiety) से रहता है।

इस प्रकार देखते हैं कि एनजायटी न्यूरोसिस का प्रमुख एवं केन्द्रीय लक्षण आधारहित, दिशाहीन तथा तीव्र और दीर्घकालीन चिंता है जो सामान्य व्यक्ति की चिंता एवं अन्य मनःस्नायुविकृति के रोगी की चिंता से भिन्न होती है।

चिंता के अलावे इस रोग में अन्य शारीरिक एवं मानसिक लक्षण भी पाये जाते हैं जिनकी चर्चा क्रमशः की जाती है।

शारीरिक लक्षण के अन्तर्गत निम्नलिखित लक्षण पाये जाते हैं—

(i) पाचन क्रिया में विकार आ जाती है। इनको हमेशा कब्ज तथा अपच की शिकायत रहती है। ये खाना पचाने के लिए दवा का इस्तेमाल प्रायः करते रहते हैं।

(ii) इनको भूख नहीं लगती है। स्वादिष्ट खाना में भी इन्हें स्वाद नहीं मिलता। यह हमेशा कहते हैं कि अभी खाना नहीं खायेंगे, अभी भूख नहीं है।

(III) इनके वजन में प्रत्यक्षरूप से कमी आने लगती है।
(IV) लगातार तीव्र, दीर्घकालीन चिंता के कारण ये उच्च रक्तचाप (High blood Pressure) के शिकार हो जाते हैं।
(V) खून की गति बढ़ जाने के कारण इनकी नाड़ी की गति भी बढ़ जाती है। इनके हृदय की गति भी बढ़ जाती है।
(VI) ये प्रायः मूर्च्छा का शिकार होते रहते हैं।
(VII) ये शरीर के किसी भी हिस्से में दर्द का अनुभव करते हैं। लेकिन अधिकतर यह दर्द इनकी गर्दन और कंधों में पाया जाता है।
(VIII) इनको बार-बार पेशाब लगता है।
(IX) इन्हें साँस लेने में कठिनाई होती है।
(X) ये बार-बार डकार एवं जम्हाई लेते रहते हैं।
(XI) इनमें थकावट के लक्षण भी स्पष्ट रूप से देखे जाते हैं।
(XII) मुँह सूखना, मिचली तथा पसीना आना ये सब शारीरिक लक्षण भी इनमें देखे जाते हैं।
(XIII) घबराहट और भय के लक्षण इनके चेहरे पर स्पष्ट रूप से देखे जा सकते हैं।
(XIV) इनके स्नायु मंडल में भी कई प्रकार के विकार उत्पन्न हो जाते हैं।

ये सब शारीरिक लक्षण है जिनका वर्णन ऊपर किया गया है।

इनमें मानसिक लक्षण भी पाये जाते हैं जो निम्नलिखित है :—

(1) इनमें एकाग्रता की कमी देखी जाती है। ये लम्बे समय तक किसी उत्तेजना पर अपना ध्यान एकाग्र नहीं कर सकते हैं।

(2) इनमें उत्साह की कमी पाई जाती है।

(3) दीर्घ एवं तीव्र चिंता के लगातार होने के कारण ये हमेशा उत्तेजित दिखाई पड़ते हैं।

(4) रोगी हमेशा काल्पनिक घातक दुर्घटना से भयभीत रहता है।

(5) इसका रोगी अज्ञात भय से निबटने के लिए हमेशा चौकस रहता है।

(6) इनका निर्णय किसी परिस्थिति के प्रति सही नहीं होता है और निर्णय लेने में भी इनको अनेक प्रकार की कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है।

(7) इनसे बात-चीत करने पर लगता है कि दुनिया का सारा दुख सिर्फ इन्हीं के लिए है। यही कारण है कि जब एक दुख से छुटकारा पाते हैं तो दूसरा दुख विकराल एवं भयंकर रूप धारण कर इनपर आक्रमण कर देता है।

(8) इनमें नींद की कमी पाई जाती है। भय एवं चिंता के कारण इन्हें नींद नहीं आती है।

(9) इनमें लगातार तनाव, बेचैनी तथा व्याकुलता के लक्षण भी पाये जाते हैं।

(10) इनका संवेगात्मक जीवन अस्त-व्यस्त हो जाता है। ये जल्द ही क्रोध के शिकार हो जाते हैं।

(11) ये शंकालु स्वभाव के हो जाते हैं। इसलिए हर व्यक्ति से सावधान रहते हैं।

(12) जब ये सोने चलते हैं तो दिनभर के जितने भी कार्य एवं चिंतन होते हैं उन सबका एक-एक करके सही एवं गलती के आधार पर मूल्यांकन करते हैं।

(13) किरकर ने इसके लक्षण पर प्रकाश डालते हुए बतलाया कि इसके रोगी में समजातीय लैंगिकता की भावना का प्रबल आतंक बना हुआ रहता है।

(14) कुछ रोगियों में मानसिक नपुंसकता का लक्षण देखा गया तथा महिला रोगी में काम के प्रति भय देखा गया।

इस प्रकार देखते हैं कि इनके रोगी में अनेक शारीरिक और मानसिक लक्षण पाये जाते हैं जिसकी चर्चा ऊपर की गई है।

चिन्ता-मनःस्नायुविकृति के कारण
(Causes of Anxiety Neurosis)

1. कुछ मनोवैज्ञानिकों ने इस रोग की व्याख्या बाल्य-काल की घटना एवं इससे उत्पन्न भयंकर भय के आधार पर की है। उनका कहना है कि बाल्यकाल में जब किसी भयानक भय की अनुभूति बच्चे को होती है तो यही अनुभूति आगे चलकर इस रोग का कारण हो जाती है। जेटजेल (Zetzel) ने अपनी किताब "The concept of Anxiety in relation to the development of Psychoanalysis" में इस विचार का समर्थन किया है।

2. Adler (एडलर) ने इस रोग की व्याख्या हीन-भावना के आधार पर की है। उनका कहना है कि हीन-भावना से मुक्ति न पाने के कारण व्यक्ति को भय उत्पन्न हो जाता है जिसके कारण इस रोग की उत्पति होती है।

3. फ्रायड ने इस रोग की व्याख्या कामुक-इच्छा के आधार पर की है। इनका कहना है कि स्त्री या पुरुष में जब अधिक काम-भावना की इच्छा उत्पन्न होती है और इस काम-इच्छा की पूर्ति न होने के कारण इनमें मानसिक संघर्ष उत्पन्न हो जाता है जिसके कारण इस रोग की उत्पति होती है।

(P.T.O.)

4. ओकेली (Okelly) ने इस रोग की व्याख्या के क्रम में यह बतलाया कि जब व्यक्ति बार-बार असफलता का शिकार होता है तो असफलता से बचाव के रूप में इस रोग को उत्पन्न कर लेता है।

5. कोलमैन (Coleman) का कहना है कि व्यक्ति को जब अपनी मान-मर्यादा के प्रति कोई खतरा दिखाई पड़ता है तो वह अपनी मान-मर्यादा के प्रति चिंतित एवं भयभीत हो जाता है, जिसके कारण इस रोग की उत्पत्ति होती है।

6. विली (Wiley) का 1958 में कहना है कि कुछ ऐसे व्यक्ति होते हैं जिनसे जाने-अन्जाने में या दबाव या लालच में कोई पाप या अपराध जनक कार्य हो जाता है। इस पाप एवं अपराधजनक कार्य के दंड के कारण उनमें भय एवं चिंता उत्पन्न हो जाती है और इस रोग के रूप में विकसित होती है।

7. रनगेल (Rangell) अपनी किताब "On the Psychoanalytic theory of Anxiety" में इस बीमारी के संबंध में विचार व्यक्त करते हुए कहते हैं कि व्यक्ति के वर्तमान जीवन में कुछ इस प्रकार की दुखद घटनाएं होती है जो उनके गतजीवन की अन्य दुखद घटनाओं को पुर्ण जीवित कर देती है और इसके पूर्ण जीवित हो जाने के कारण व्यक्ति इसके दुष्परिणामों की आशंका से चिंतित एवं भयभीत हो जाते हैं जो इस रोग के रूप में परिलक्षित होते हैं।

8. जेनिस ने इस रोग की व्याख्या लगातार होनेवाले संवेगात्मक तनाव के आधार पर की है। इनका कहना है कि व्यक्ति लगातार संवेगात्मक तनाव का शिकार होते रहने के कारण इस रोग का शिकार हो जाता है।

9. मैकडुगल का कहना है कि व्यक्ति जब किसी उद्देश्य की प्राप्ति की प्रबल इच्छा रखता है, लेकिन परिणाम प्रतिकूल मिलता है तो व्यक्ति इस रोग का शिकार हो जाता है।

10. कैटल तथा इसके साथियों ने इस रोग की व्याख्या व्यक्तित्व के स्वरूप के आधार पर की है। इनका कहना है कि कुछ व्यक्ति संवेदी, जिद्दी तथा भावुक होते हैं। ऐसे ही व्यक्ति अपने अवगुण के कारण वातावरण में अभियोजित कर सकने में असमर्थ हो जाते हैं जिनके कारण इन्हें इस रोग का शिकार होना पड़ता है।

11. रोनाल्ड (Ronald) का कहना है कि कुछ खास प्रकार के भयानक निर्णय के कारण व्यक्ति इस रोग का शिकार हो जाता है।

12. मुने (Muney) का कहना है कि गलत उपदेश के कारण व्यक्ति इस रोग का शिकार हो जाता है।

13. व्यवहारवादियों ने इस रोग की व्याख्या अनुबन्धन शिक्षण (Conditional learning) तथा अनुकरण के आधार पर की है।

इनका कहना है कि बचपन में बच्चे अनुकरणशील तथा कोमल मस्तिष्क के होते हैं। अतः जिस बच्चे के माता-पिता इस रोग के शिकार होते हैं, उनके बच्चे अनुकरण तथा अनुबंधन शिक्षण (Conditional Learning) के द्वारा इस रोग को आगे चलकर विकसित कर लेते हैं।

14. बुस (Buss) ने इस रोग की व्याख्या दोषभावना तथा इसके दंड के आधार पर की है।

इस प्रकार देखते हैं कि इस रोग के अनेक कारण और लक्षण हैं जिनमें से प्रमुख की चर्चा ऊपर की गई है।