

Group Therapy

मनोचिकित्सा के रूप में Group Therapy द्वितीय
 शतकी सौंदर्यपूर्ण पूर्व कि समाज प्रयोग के पैमाने पर किया जा
 लगा। जहाँ तक Group Therapy तथा Individual Therapy
 में अंतर का प्रश्न है, दोनों में Interacting Social Reality
 का क्षेत्र अंतर है। Individual Situation की तुलना में Group
 Situation वास्तविक जीवन है ज्यादा करीब होता है। यही कारण
 है कि रोगी के समाजीकरण में Group Therapy बहुत ज्यादा
 प्रभावशाली प्रमाणित हुआ है। Interpersonal Relations का
 जितना ज्यादा मौका इस Therapy में मिलता है, शायद ही
 उतना मौका किसी अन्य Therapy में सम्भव है।

यह बात निश्चित है कि समय-समय
 तथा Interpersonal Therapy के आभाव ने ही Group Psycho-
 -therapy का जन्म दिया है। लेकिन इसका यह मतलब नहीं
 कि इस Therapy का प्रयोग सिर्फ समय की खयत के लिए ही
 किया जाता है। सच तो यह है कि Group Therapy में कुछ ऐसी
 विशेषताएँ हैं जो Individual Therapy में नहीं पाई जाती।
 इसमें स्वयं प्रकाश का स्फूर्णों दिया जाता है, जो individ-
 -ual Therapy में कठिन है।

Group Therapy का महत्व

इसलिए भी अधिक है क्योंकि यह रोगी को वास्तविकता से अपगत
 होने का ज्यादा अवसर देता है। दूसरी ओर Individual Therapy-
 -एकल Interpersonal अवसर बनावती होता है। सभी-सभी रोगी
 संवेग का अनुभव करता है लेकिन थिरेटसु के सामने अपने
 संवेगात्मक अनुभवों को व्यक्त नहीं कर पाता है। Group Interper-
 -sonal में रोगी को ऐसा अनुभव होता है कि यह विशेष समस्या
 -केवल उसी ही समस्या नहीं, बल्कि Group Problem है जो
 इस प्रकार रोगियों के बीच Interactions की responsiveness
 देखी जाती है। इन्हीं विशेषताओं के कारण आधुनिक युग में
 Individual Therapy की तुलना में Group Psychotherapy
 अधिक सौंदर्यपूर्ण है।

Group Therapy द्वारा थिरेटसु के
 सिद्धांतों में प्रत्येक रोगी को दूसरे रोगियों के साथ अपनी

समस्याओं की चर्चा करने का मौका दिया जाता है। बेसी किता
किमी दिमागिचारात के वास्तविक वातावरण में कम आसी
समस्याओं की चर्चा करता है जिसका सम्बन्ध इसके
परिचय-परिचय से होता है। जैसे ही बीगी का
की समझने में आसानी होने लगती है। थिचिदसक एक
प्रकार से इससे संबंधितता का नेता होता है। वह उसे
ही मनोवैज्ञानिक ढंग से ठीकी समस्याओं को सुनाता है
और उस पर सीखियों की राय लेता है। एक प्रकार
गुरुपुत्र प्रकृतिकवचपु में व्यवहारकंड होता है।

शरीर एक बांटा का होता है और उनमें थिचिदसक अपने
आपका व्यवहारपुत्रपुत्र में बरतक समूह के सदस्यों के
बीच संबंधितता का प्रोत्साहित करता
है। जैसे, जब एक बीगी अपनी समस्याओं का उद्देश्य
करता है तो, दूसरे बीगी अपने पूर्व अनुभवों के आधार
पर विचार देते हैं। यहाँ पर थिचिदसक आवश्यकता
पड़ने पर प्रकृतिकवचपु बुरे कुछ बुनियादी समस्याओं
को जाहिर करने की सलाह करता है। वह उन लोगों को
प्रोत्साहित करता है जो व्यवहारकंड में व्यवहार्य प्रकृतिकवचपु
नहीं करते हैं। जैसे ही बीगी को यह महसूस होने लगता है
कि इसका प्रकृतिकवचपु परांपर्य नहीं है, वह थिचिदसक दूसरे लोग
की पेशी समस्याओं से सज्जक कर रहे हैं, तब तुरत इसके
अन्दर आत्म-चेतना का विकास हो जाता है। प्रकृतिकवचपु
प्रकृतिकवचपु में हमेशा सामाजिक वातावरण के संबंधित
संबंधितता में बीगी के व्यवहारों में संशोधन लाया जाता है।

विभिन्न प्रकार की मानसिक बीमारियों
की थिचिदसक के सिद्धिसिद्ध में प्रकृतिकवचपु का प्रयोग
इसकी शताब्दी के प्रारम्भ से ही होता चला आ रहा है।
कुछ संबंधित थिचिदसक जैसे SALAVSON ने विभिन्न
प्रकार के मानसिक बीमारियों जैसे, थिचिदसक व्यवहारकंड
थिचिदसक + व्यवहारकंड, डांबलसक, आदि के साथ इसका प्रयोग किया
है। इस प्रकार मानसिक बीमारियों के साथ प्रकृतिकवचपु

के प्रयोग के मनीषाशास्त्रियों ने महत्व का पता लगाया है।
इस विद्या में जो एलिमेंटल थेरापीज का
पुर है। उन्हे आधार पर यह पता जा सकता है कि दूसरे
थेरापीज के साथ यदि इसे मिलाया जाए
विद्या जाए तो एलिमेंटल थेरापीज में अधिक सहायता
मिषा सकती है। SHAFFER and LAZARUS ने सुझाव दिया
है कि एलिमेंटल थेरापीज के supplementary methods
के रूप में ही इस विधि का प्रयोग किया जाना चाहिए।

SOLOMON and FEUTRESS ने depersonalization के साथ
इस थेरापीज की combination करने का सुझाव दिया। इसी तरह
SCHILDER (1938) ने बताया है कि depersonalization का
प्रयोग करने से बेहतर परिणाम की आशा बढ़ती है।

SCHILDER का ऐसा विश्वास है कि इसके द्वारा व्यक्तियों
को depersonalization का जानने का पूरा मौका मिलता है।
साथ-ही-साथ रोगियों को इस तरह की जानकारी हो जाती
है कि depersonalization से अलग बहुरूप depersonalization रोग
में इसकी समस्याओं का निदान नहीं हो सकता।

अध्ययनों के आधार पर पता चला है
कि depersonalization तथा anxiety के
रोगियों की चिकित्सा में इस थेरापीज के द्वारा सीधे
संतोषजनक परिणाम प्राप्त हो सकता है। depersonalization की

चिकित्सा में इस थेरापीज की उतनी ज़्यादा सफ़लता नहीं
मिली है। depersonalization problem की चिकित्सा के लिए इस
थेरापीज की श्वास तीर पर लाभदायक बतलाया गया है।
इसका मुख्य कारण यह है कि बच्चों के व्यक्तित्व में
depersonalization के कारण जितनी तेज़ी से

depersonalization आता है, उतनी तेज़ी से depersonalization
परिवर्तन शुरू के साथ सम्भव नहीं है। जब यह
थेरापीज depersonalization problem के साथ सम्पर्क करता है
तो इसका maximum play थेरापीज के समान हो जाता है।

यही कारण है कि कभी-कभी depersonalization एवं
play थेरापीज में combination देखा जाता है।

Group therapy के अनेक महत्त्व हैं, जिनमें

निम्नलिखित मुख्य हैं -

- 1) इस थेरेपी की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि इसमें individual थेरेपी की तुलना में समय बहुत कम लगता है। सामान्य एकाग्रता वाले रोगियों की थियरेपी अलग-अलग न करने समूह परिस्थिति में किया जाता है।
- 2) ग्रुप थेरेपी की परिस्थिति सामाजिक वातावरण के समान होती है। दूसरे शब्दों में, इस विधि के द्वारा रोगियों की थियरेपी वास्तविक परिस्थिति में ही जाती है।
- 3) ग्रुप थेरेपी में थेरेपिस्टों के अतिरिक्त कुछ सदस्य एक साथ ठीक प्रकार का व्यवहार स्थापित नहीं हो पाता है। लेकिन ग्रुप थेरेपी में यह बर्तनाई नहीं रहती है। यहाँ रोगी को सबसे पहले इस बात की इच्छा हो जाती है कि समूह समस्या सिर्फ उसी समस्या नहीं है, बल्कि सामूहिक समस्या है। फलस्वरूप सामाजिक और संगोष्ठीक अभियोजन में खास तौर से मदद मिलती है।
- 4) ग्रुप थेरेपी एमोशनल इंटरैक्शन का पूरा-पूरा मांचा देता है। जब इसकी तुलना हम इन्डिविजुअल थेरेपी के साथ करते हैं तो पता चलता है कि इन्डिविजुअल थेरेपी में केवल एमोशनल इंटरैक्शन का अपसर्ग मिलता है, न कि एमोशनल इंटरैक्शन का अपसर्ग। SHAFER and LAZARUS ने भी ग्रुप थेरेपी के सम्बन्ध में ठीक ही लिखा है कि -

"Feelings tend to be expressed more honestly and directly, and all members of the group have an opportunity to express themselves in a social situation that has all the characteristics of reality!"

4) ग्रुप थेरेपी में रोगी थियरेपिस्ट पर निर्भर नहीं रहता है, जैसा कि इन्डिविजुअल थेरेपी के साथ देखा जाता है। ग्रुप थेरेपी में रोगी अपनी समस्याओं को व्यक्त करते हैं। एक रोगी अपने symptoms को समूह में

सांगने स्वतन्त्रता है और इसी प्रकार कि एक एक व्यक्ति स्वतन्त्र है।
 मिथिहारा का गले बहुत ही प्यार है। यह व्यक्ति भी स्वतन्त्र है।
 रोगियों को उपचार करने में भी स्वतन्त्रता है।
 (5) दूरस्थ थेरेप्य का असर *individual therapy* से अधिक है। इसका कारण
 तुलना में ज्यादा *personality* में रोगियों की चिकित्सा
 यह है कि *group therapy* में रोगियों की चिकित्सा
 अंतर्गत *selfing* में ही जाती है। *group therapy* में *group*
 -कॉल है जिस जीवन में पाए जाने वाले *interactions* के
 समान होता है। फलस्वरूप विशाल असर बहुत दिनों तक
 रहता है। *individual therapy* में *group therapy* के
interactions के बिना ही *personality* तथा *behavior* होता है।
 इसलिए अपेक्षाकृत इसका प्रभाव *personality* होता है।

group therapy में उच्च कामों भी अवश्य दिखाई देती हैं। रोगियों
 के आधार पर यह देखा गया है कि *group therapy* के
 अंतर्गत होने वाले *interactions* पर चिकित्सक का
 नियंत्रण बहुत कम होता है। कभी-कभी ऐसी हासत में छ
 रोगी द्वारा की गयी बात दूसरे रोगी के लिए दुःखदायक हो
 सकती है। *group therapy* के द्वारा ऐसे रोगियों की
 चिकित्सा भी सम्भव नहीं है जो *schizophrenia* संवेदनशील
 हैं। *schizophrenia* जो *schizophrenia* के होते हैं। ऐसे रोगी
 को समूह में रखने से समस्या सुलभ बन के बढे और
 भी उत्पन्न जाती है।

इसी प्रकार *group therapy* के
 द्वारा *schizophrenia* की चिकित्सा सम्भव नहीं है। इसका कारण
 यह है कि *schizophrenia* में *interactions* करने की क्षमता नहीं
 रहती। उदाहरण के लिए *schizophrenia*, *schizophrenia*
 के रोगियों की चिकित्सा इस विधि से सम्भव नहीं है।
 लेकिन हाँ! इस *group therapy* के द्वारा *schizophrenia*,
schizophrenia तथा बच्चों की समस्याओं को
 दूर करने में काफी सहायता मिली है।

एक ही समय में अविश्व से अविश्व
 रोगियों की चिकित्सा किए जाने के कारण चिकित्सक सभी

शैलियों पर अपना ध्यान केन्द्रित नहीं कर पाता है। ऐसी स्थिति में उसके द्वारा किए गए निर्णयों की उचितता एवं निष्पक्षता पर प्रश्न सिद्ध करना स्वाभाविक है।

उपरोक्त दोषों को देखकर यह कहा जा सकता है कि कल्पित विद्वेष ही लोकार विधि है। यह है कि उन्नीसवीं शताब्दी की तुलना में इसकी उपयोगिता नहीं अधिक है। अंत में SHAFFER एवं LAZARUS, SOLOMON, FINTRESS

SCHILDER आदि उन्नीसवीं शताब्दी के शायद विद्वेष ही सही दिशता है कि यदि उन्नीसवीं शताब्दी के सहायक विधि के रूप में इस विधि का प्रयोग किया जाए तो वास्तविक value के जाने की आशा की जा सकती है।

3

51556