Krishna Nand M.A. III Sem (1)

Q/ ~~व्यवहार चिकित्सा की एक प्रविधि के रूप में मॉडलिंग के लाभों एवं सीमाओं का वर्णन करें~~

Describe the advantages and limitations of modeling as a ~~stage~~ technique of behaviour therapy.

Ans:— मॉडलिंग (modeling) व्यवहार चिकित्सा की एक प्रमुख प्रविधि है। इस चिकित्सा-प्रविधि में चिकित्सक मॉडल के रूप में कोई वांछित व्यवहार को रोगी के सामने प्रदर्शित करता है और रोगी उसका निरीक्षण या प्रेक्षण करता है, जिससे उसे उस तरह के व्यवहार को करने की प्रेरणा मिलती है। इस प्रकार उसके अवांछित व्यवहार में सुधार या परिमार्जन हो जाता है। इसके पश्चात् रोगी संशोधित या परिमार्जित व्यवहार करना सीख लेता है। कभी-कभी रोगी को फिल्म या वीडियोटेप के माध्यम से उसमें अपने व्यवहार को देखने का अवसर दिया जाता है और अपने व्यवहार में आवश्यक परिवर्तन या परिमार्जन लाने का सुझाव दिया जाता है जिससे रोगी का व्यक्तिगत अभियोजन उन्नत हो सके।

व्यवहार चिकित्सा की इस प्रविधि अर्थात् मॉडलिंग का उपयोग व्यवहार परिमार्जन के लिए सर्वप्रथम उपयोग बन्डुरा (~~Ha~~ Bandura, 1969) द्वारा किया गया। यह प्रविधि प्रेक्षणात्मक सीखना पर आधारित है। इस प्रविधि में रोगी दूसरे व्यक्ति यथा-माता-पिता अथवा चिकित्सक को एक खास व्यवहार करते देखता है और साथ-ही-साथ उस व्यवहार से मिलने वाले परिणामों से भी अवगत होता है। इस प्रकार के प्रेक्षण के आधार पर रोगी खुद भी वैसा व्यवहार करना ~~~~ धीरे-धीरे सीख लेता है। बन्डुरा (Bandura, 1969) ने इसी सिद्धान्त को आधार मान कर प्रयोग में रोगी के सर्प दुर्भीति (Snake Phobia) को दूर किए

Oxford

किए थे। इसे इन्होंने अपने सहयोगियों के साथ मिल कर और आगे बढ़ाए तथा सर्प दुर्भीति के करीब 90% रोगियों को इस चिकित्सा प्रविधि द्वारा ~~क~~ उपचार करने में सफलता प्राप्त की।

मॉडलिंग (modeling) के बण्डुरा द्वारा प्रतिपादित प्रविधि में बाद में अन्य नैदानिक मनोविज्ञानियों द्वारा कई आवश्यक और महत्वपूर्ण परिमार्जन (modifications) किए गए सबसे प्रमुख परिमार्जन को सहभागी मॉडलिंग कहा जाता है। इस मॉडलिंग में रोगी एक जीवित मॉडल को कुछ करते हुए देखता है या किसी सुरक्षित परिस्थिति में रोगी धीरे-धीरे डरने वाले वस्तु से निर्देशित संपर्क स्थापित करता है। यथा, यदि रोगी ~~को धीरे-धीरे सांप पकड़े हुए या सांप कर शरीर पर सांप रेंग~~ यह देखता है कि जीवित मॉडल सॉप पकड़े हुए है या उसके शरीर पर सांप रेंग रहा है, तो रोगी को धीरे-धीरे सॉप पकड़ने लगा फिर उसे अपने शरीर पर रेंगने देने के लिए कहा जाता है। ऐसा करने से रोगी में धीरे-धीरे सॉप का डर समाप्त होते जाता है। फलतः वह धीरे-धीरे सर्प दुर्भीति से मुक्त पा लेता है।

~~मॉ~~ मौलिक मॉडलिंग प्रविधि में दूसरे महत्वपूर्ण परिमार्जन को गुप्त मॉडलिंग (covert modeling) की संज्ञा दी गई है। इस परिमार्जित मॉडलिंग में पीड़ित व्यक्ति को एक ऐसे प्रतिमान या मॉडल की कल्पना करने के लिए कहा जाता है, जो वैसा व्यवहार कर रहा होता है जिसे वह अपनाना या सीखना चाहता है। ऐसा बार-बार करने से उस वांछनीय व्यवहार को करने की प्रवृत्ति रोगी में विकसित हो जाती है। कैटेला एवं उनके सहयोगियों (Cautela et al; 1974) ने सर्प दुर्भीति दूर करने में गुप्त मॉडलिंग (covert modeling) को जीवित मॉडलिंग के समान ही प्रभावशाली

गाना है। काजडिन (Kazdin, 1974, 1975) ने गुप्त मॉडलिंग का सफलतापूर्वक उपयोग इन समस्याओं के उपचार में किया है जिसमें निश्चयात्मकता की कमी पाई जाती है।

हाल में कई व्यवहार चिकित्सा चिकित्सा कार्यक्रम जो अस्पताल में भर्ती हुए रोगियों पर किया जाता है, में मॉडलिंग की लोकप्रियता काफी बढ़ी है। बेलाक, हरसेन तथा टर्नर (Bellack, Hersen & Turner, 1976) ने तीन चिरकालिक मनोविदलता के रोगियों में विभिन्न तरह के डरों को मॉडलिंग, भूमिका निर्वाह तथा बोधात्मक के सहारे दूर करने में सफल हुए हैं।

लाभ (Advantages) :——

(1) कोरचिन (Korchin, 1986) ने इस चिकित्सा प्रविधि की समीक्षा करते हुए तीन बातों का प्रमुखता से उल्लेख किया है (1) व्यवहार प्रतिरूपण (modelling) से नए कौशलों तथा व्यवहारों को सीखने का अवसर मिलता है, जिससे रोगी का वर्तमान व्यवहार प्रभावित होता है। यथा, जब गैर-मिलनसार बच्चे फिल्म में अन्य बच्चों को आपस में मिलते-जुलते और बातचीत करते देखते हैं तो उन्हें स्पष्ट सीख मिलती है और वे मिलनसार बन जाते हैं।

(2) प्रतिरूपण या मॉडलिंग से भय और असंतोष को दूर करने में मदद मिलती है।

(3) इससे शिष्टाचार के तरीकों को सीखने में सहायता होती है।

(2) जोन्स (Jones, 1924) के एक प्रारंभिक अध्ययन से भी इस चिकित्सा प्रविधि संबंधी महत्व प्रमाणित होता है। इनके अनुसार जो बच्चे पशुओं से डरते थे, उन्हें जब दूसरे बच्चों को पशुओं से खेलते तथा आनन्द प्राप्त करते हुए दिखलाया गया तो अन्ततः उनका भय दूर हो गया।

(3) बन्डुरा (Bandura, 1967) ने अपने एक अध्ययन में पाया कि स्कूली बच्चे के एक समूह को चार वर्ष के एक को कुत्ते के साथ खेलते हुए कई

व्यार दिखलाया गया और एक अन्य दूसरे समूह के स्कूली बच्चों को यह अवसर नहीं दिया गया। पुनः उन दोनों समूह के बच्चों को अलग-अलग कुत्तों के साथ खेलने का अवसर दिया गया तो प्रथम समूह (प्रयोगात्मक समूह) के 67% प्रतिशत बच्चों ने कुत्तों के साथ खेलना पसंद किया जबकि दूसरे समूह (नियंत्रित समूह) के बच्चों में से मात्र 33% बच्चों ने ही कुत्तों के साथ रहना पसंद किया।

(4) आक्रमणकारी प्रतिक्रियाओं को दूर करने में भी प्रतिरूपण या मॉडलिंग एक सफल प्रविधि है।

(5) समायोजनात्मक सामाजिक व्यवहार के प्रसार (Range) को बढ़ाने में भी यह चिकित्सा-प्रविधि काफी सफल है।

(6) मॉडलिंग प्रविधि में किसी प्रकार का प्रत्यक्ष सहानात्मक पुनर्बलन का उपयोग नहीं होता है। इसमें रोगी मॉडल के व्यवहार का मात्र प्रेक्षण करके अपने सीखने में उचित परिवर्तन करता है और फिर व्यवहार में परिवर्तन करता है। फलतः इससे व्यवहार में हुआ परिवर्तन तुलनात्मक रूप से अधिक स्थायी होता है।

(7) मासरमैन तथा बैंडुरा के अनुसार मॉडलिंग या प्रतिरूपण प्रविधि कुछ विशेष परिस्थिति में, खासकर वैसी परिस्थिति में जहाँ रोगी में निश्चयात्मक, जैसे महत्वपूर्ण सामाजिक व्यवहार की कमी होती है, काफी लाभप्रद साबित हुआ है।

उपरोक्त लाभों के आधार पर यह कहा जा सकता है कि व्यवहार परिमार्जन या व्यवहार-चिकित्सा की एक प्रविधि के रूप में मॉडलिंग या प्रतिरूपण काफी सफल है।

इन लाभों के बावजूद अन्य मनोचिकित्सा-प्रविधियों की तरह इसकी भी अपनी कुछ सीमाएँ हैं, जो निम्नांकित हैं —

(1) मॉडलिंग प्रविधि की सफलता इस बात पर आधारित होता है कि रोगी मॉडल तथा उसके व्यवहार को कितना अधिक

Krishna Nand M.A. III Sem. (5)

ध्यान देकर देखता है तथा उसे महत्वपूर्ण समझकर उसके व्यवहार करने की इच्छा व्यक्त करने की कोशिश करता है। प्रायः यह देखा जाता है कि रोगी मॉडल के व्यवहार को मात्र एक नाटक समझकर उसकी उपेक्षा करता है। ऐसी समझ वाले रोगियों के उपचार में प्रतिरूपण या मॉडलिंग बहुत प्रभावकारी सिद्ध नहीं होता है।

(5) मॉडलिंग की प्रविधि को सफल होने के लिए यह आवश्यक है कि चिकित्सक में सामाजिक कौशल हो। जिन चिकित्सकों में ऐसे कौशल की कमी पाई जाती है, वे इस प्रविधि से उपचार करने में अधिक लाभान्वित नहीं हो पाते हैं।

इन आलोचनाओं या सीमाओं के बावजूद मॉडलिंग प्रविधि की उपयोगिता खास करके दुर्भीति (Phobia) के रोग के उपचार में काफी लाभप्रद पाया गया है। आज भी कई व्यवहार चिकित्सक इस प्रविधि का उपयोग करके दुर्भीति के रोगियों का उत्तम उपचार कर रहे हैं।

The End