The Contributions of Rogers

विभिन्न मानवतावादी सिद्धान्तों में रोजर्स द्वारा प्रतिपादित आत्मन्-सिद्धान्त का महत्त्व काफी अधिक है। रोजर्स द्वारा प्रतिपादित आत्मन्-सिद्धान्त का आधार क्लायंट-केन्द्रित मनोचिकित्सक के रूप में प्राप्त उनके निजी अनुभव थे। उनके उपचार की विधि को क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा (client-centred therapy) कहा गया। इस विधि में रोगी जिसे क्लायंट कहा जाता है चिकित्सा के साथ इस तरह से अन्तःक्रिया (interaction) करता है कि रोगी धीरे-धीरे अपने मानसिक संघर्ष, इच्छाएँ एवं बलों (forces) से अवगत होने लगता है। इस विधि में चिकित्सक की भूमिका इस अर्थ में निष्क्रिय होती है कि वह कभी भी प्रत्यक्ष रूप से रोगी को कोई सलाह अपनी ओर से नहीं देता है जैसा कि फ्रायडियन मनःश्चिकित्सा (Freudian Psychotherapy) में दी जाती है। इस तरह के चिकित्सीय अनुभवों के आधार पर उन्होंने आत्मन्-सिद्धान्त (self-theory) का विकास किया जिसे व्यक्ति-केन्द्रित सिद्धान्त (person-centred theory) भी कहा जाता है। यह एक सम्पूर्णवादी सिद्धान्त है। इसलिए इसे सिर्फ स्वेच्छा से छोटे-छोटे उपखण्डों मे बाँटा जा सकता है। फिर भी इस सिद्धान्त के मौलिक तथ्यों की व्याख्या निम्नांकित मुख्य चार संप्रत्ययों (concepts) के रूप में की जा सकती है।

1. जीव या प्राणी (organism)
2. आत्मन् (self)
3. प्राणी तथा आत्मन् में सम्बन्ध (Relationship between organism and self)
4. आत्म-सिद्धि (self-actualization)

1. जीव याा प्राणी (Organism) :- सामान्यतः मनोविज्ञान में प्राणी से तात्पर्य एक ऐसे जैविक जीव से होता है जो वातावरण के विभिन्न पहलुओं के प्रति अनुक्रिया करे। लेकिन रोजर्स ने इस पद को थोड़ा भिन्न अर्थ में लिया है। उनके लिए, प्राणी से तात्पर्य उन अनुभूतियों की सम्पूर्णता से होता है जो किसी विशेष क्षण पूरे व्यक्ति में होते रहते हैं। इस तरह से प्राणी को उन सभी तरह की अनुभूतियों का केन्द्र माना जाता है जो हमारे शरीर के भीतर होने वाले घटनाओं के प्रत्यक्षण से लेकर बाह्य वातावरण की घटनाओं के प्रत्यक्षण तक परिवर्तित होते रहते हैं।

2. आत्मन् (Self) :- रोजर्स के लिए आत्मन् से तात्पर्य अनुभूतियों की सम्पूर्णता (totality of experiences) से होती है। इस तरह की सम्पूर्णता में चेतन तथा अचेतन दोनों तरह की अनुभूतियाँ सम्मिलित होती हैं। अनुभूतियों के इस सम्पूर्ण योग को प्रत्यक्षणात्मक क्षेत्र (perceptual field) या प्रतिभासिक क्षेत्र (phenomenal field) कहा जाता है। प्रतिभासिक क्षेत्र की अनुभूतियाँ भीतर की

अनुभूतियाँ होती हैं जिसके बारे में परानुभूतीय अनुमान (empathic inference) के अलावा अन्य किसी विधि से ज्ञान प्राप्त नहीं किया जा सकता है हालाँकि ऐसी अनुभूतियाँ जीव या प्राणी की आन्तरिक अनुभूति होती है, इसके स्त्रोत आन्तरिक या बाह्य या दोनों हो सकते हैं।

इसी प्रत्यक्षणात्मक क्षेत्र (perceptual field) से धीरे-धीरे आत्मन् (self) की उत्पत्ति होती है। शैशवावस्था में जब प्रत्यक्षणात्मक क्षेत्र का एक हिस्सा 'मैं' या 'मुझे' के रूप में व्यक्तिकृत (personalized) या विभेदित (differentiated) होता है, तो आत्मन् का निर्माण या उत्पत्ति हुआ समझा जाता है। रोजर्स के लिए आत्मन् एक ऐसा तरल पदार्थ के समान है जिसकी आकृति (gestalt) परिवर्तनीय होता है और यह चेतना में या चेतना से परे भी हो सकता है। आत्मन् के विकास से शिशु में अच्छे तथा बुरे का ज्ञान हो जाता है तथा वह अपनी अनुभूतियों को धनात्मक या ऋणात्मक रूप से मूल्यांकन भी करना प्रारम्भ कर देता है। रोजर्स के लिए आत्मन् व्यक्तित्व का एक अलग विमा (separate dimension) नहीं है जैसा कि फ्रायड के एिल अहं (ego) तथा युंग के लिए आत्मन् है। रोजर्स का मत है कि किसी व्यक्ति में आत्मन् नहीं होता है बल्कि आत्मन् में ही सम्पूर्ण प्राणी या जीव सम्मिलित होता है। उन्होंने आत्मन् के दो उपसंप्रत्यय बतलाये हैं -

(i) आत्म संप्रत्यय (self-concept)

(ii) आदर्शवादी आत्मन् (ideal self)

(i) आत्म-संप्रत्यय (self-concept) :- आत्म-संप्रत्यय में अनुभूतियों के वे सारे पहलू सम्मिलित होते हैं जिसे व्यक्ति चेतन रूप से प्रत्यक्षण करता है। ऐसी अनुभूतियों का प्रत्यक्षण कभी-कभी यथार्थ रूप से नहीं भी हो सकता है। एक बार जैसे ही व्यक्ति का आत्म-संप्रत्यय का निर्माण हो जाता है, उसमें कुछ परिवर्तन अगर असंभव नहीं तो कठिन अवश्य ही हो जाता है। वैसी अनुभूतियाँ जो आत्म-संप्रत्यय वास्तविक आत्मन् (real self) या जैवकि आत्मन् (organismic self) से भिन्न होता है। आत्मन् संप्रत्यय से तात्पर्य मात्र उन अनुभूतियों से होता है जिससे व्यक्ति अवगत होता है। परन्तु जैविक आत्मन् में वैसी अनुभूतियाँ होती हैं जो व्यक्ति के चेतना से परे होती है। उदाहरणस्वरूप, एड्रीनल ग्रन्थि (adrenal gland) जैविक आत्मन् का हिस्सा है परन्तु जबतक इस ग्रन्थि के कार्य में आसामान्यता नहीं आती है अर्थात् यह अतिक्रिया (oversecretion) या न्यूनक्रिया (undersecretion) नहीं करता है, यानी व्यक्ति को उसके कार्य की गड़बड़ी का अंदाज नहीं होती है, वह आत्म-संप्रत्यय का हिस्सा नहीं होता है।

(ii) आदर्शवादी आत्मन् (Ideal self) :- आत्मन् का दूसरा उपतंत्र (subsystem) आदर्शवादी आत्मन् है जिसमें वैसी सभी अनुभूतियाँ होती हैं जो व्यक्ति की भविष्य की इच्छाओं से सम्बन्धित होता है। व्यक्ति भविष्य में क्या होना चाहता है या उसे क्या करना चाहिए या क्या नहीं करना चाहिए आदि से संबंधित विचार आदर्शवादी आत्मन् में संकलित होते हैं। आदर्शवादी आत्मन् तथा प्रत्यक्षात्मक आत्मन् (perceived self) में अधिक भेद या अन्तर होने से व्यक्ति मानसिक रूप से अस्वस्थ हो जाता है।

3. प्राणी तथा आत्मन् में सम्बन्ध (Relationship between organism and self) :- अब प्रश्न उठता है कि आत्मन् तथा प्राणी के बीच क्या सम्बन्ध होता है?जैसा कि ऊपर कहा जा चुका है, व्यक्ति के आत्मन् की उत्पत्ति प्राणी की अनुभूतियों से होती है। मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में वैसी अनुभूतियाँ जिससे आत्मन् का निर्माण होता है, प्राणी की अनुभूतियों के अनुकूल होती है। अगर, इन दोनों तरह की अनुभूतियों में ताल-मेल या संगठन नहीं होता है, दुश्चिंता (anxiety) उत्पन्न होता है। तथा व्यक्ति का व्यवहार रक्षात्मक हो जाता है। दो प्रमुख रक्षात्मक व्यवहार है- विकृति (distortions) तथा नकार (denial)। विकृति में व्यक्ति अपनी अनुभूतियों की व्याख्या गलत करता है ताकि यह आत्म-संप्रत्यय के विभिन्न पहलुओं के साथ ठीक बैठ सके। नकार के व्यवहार में प्राणी अनुभूति से अवगत नहीं होना चाहता है। इन दोनों में, विकृति नकार से अधिक सामान्य है। अगर व्यक्ति में चिन्ता का मात्रा अधिक होती है, तो ऐसी स्थिति में इन रक्षात्मक युक्तियाँ अधिक कार्य नहीं करती है और उसका व्यक्तित्व विघटित (disorganized) हो जाता है। इस तरह के विसंगति की स्थिति में व्यक्ति को मनश्चिकित्सा (psychotherapy) दी जाती है।

रोजर्स ने यह भी सुझाव दिया है कि आत्म-संप्रत्यय तथा आदर्शवादी आत्मन् का सक्रियात्मक रूप से (operationally) क्यू-सार्ट (Q-Sort) तथा विषय-विशेषण (content analysis) द्वारा मापन किया जा सकता है।

4. आत्म-सिद्ध (Self-actualization) :- आत्म-सिद्धि एक सामान्य संप्रत्यय है जिसपर बहुत सारे मानवतावादी मनोवैज्ञानिकों ने प्रकाश डाला है। रोजर्स का मत है कि प्रत्येक व्यक्ति में अपने अनोखे अन्तःशक्ति (unique Potential) की पहचान की जन्मजात प्रवृत्ति (inherent tendency) होती है। इनका मत है कि आत्म-सिद्धि एक ऐसा वर्द्धन बल (growth force) है जो व्यक्ति की आनुवंशिकता (heredity) का एक हिस्सा होता है। इसमें ने केवल जैविक अन्तःशक्ति (biolgical growth) निहित होता है बल्कि इसमें मनोवैज्ञानिक वर्द्धन (psychological growth) तथा

संपोषण (maintenance) एवं उन्नति की प्रवृत्ति भी सम्मिलित होती है। रोजर्स के अनुसार आत्म-सिद्धि की कई विशेषताएँ हैं जिनमें निम्नांकित प्रमुख हैं :-

(i) आत्म-सिद्ध धीरे-धीरे सरलता से जटिलता की स्थिति में विकसित होते जाती है। जैसे-जैसे व्यक्ति की अनुभूतियाँ मजबूत होते जाती है उसका आत्मन अधिक पुष्ट एवं सिद्ध होते जाता है और इनसे अन्ततोगत्वा सर्जानात्मकता (creativity) का विकास होता है। इसका मतलब यह हुआ कि ऐसी अनुभूतियों से व्यक्ति अधिक सर्जनात्मक (creative) हो जाता है।

(ii) दूसरा आत्म-सिद्धि एक गत्यात्मक बल (dynamic force) है। वैसे व्यक्ति जिसमें आत्म-सिद्धि पर्याप्त मात्रा में होती है, में हमेशा आगे बढ़ने की प्रवृत्ति होती है। ऐसे व्यक्ति जिन्दगी के किसी मोड़ पर रूकना नहीं चाहते हैं। सामाजिक रूप से अनुमोदित तरीके के अनुसार वे अपने आत्म-अन्त:शक्ति (self & potential) को पूरा करने में काफी विश्वास रखते हैं। रोजर्स ने दो मौलिक आवश्यकताओं का वर्णन किया है जो आत्म-सिद्धि से घनिष्ठ रूप से सम्बन्धित होती है। ये आवश्यकताएँ हैं- दूसरों के लिए स्वीकारात्मक स्नेह (positive regard for others) तथा आत्म-सम्मान (self-regard) की आवश्यकता। ये दोनों आवश्यकताओं को प्राणी बचपनावस्था में माँ के स्नेह एवं प्यार से सीख लेता है।

रोजर्स के आत्मन्-सिद्धान्त (self & theory) की कुछ आलोचना की गयी है। ऐसा कहा जाता है कि उसके सिद्धान्त में अचेतन का महत्त्व नहीं दिया गया है जो मानव व्यवहार को नियंत्रित करने में एक अहम भूमिका निभाता है। स्मिथ (Smith) ने यह बतलाया है कि रोजर्स का यह सिद्धान्त बिलकुल नये ढंग का घटना क्रिया विज्ञान (Phenomenology) पर आधारित है। इन आलोचनाओं के बावजूद रोजर्स द्वारा आत्मन् (self) पर दिया गया बल ने कई तरह के शोधों एवं आनुभाविक तथ्यों को प्रोत्साहित किया हालाँकि यह बात जरूर है कि उन सभी तरह के शोधों के परिणाम उनके पक्ष में नहीं गये हैं।