1. ડિસ્લેક્ષીયાનાં લક્ષણો વર્ણવો ?

- શીખવાની ક્રિયા સંબંધી મનોવિકૃતિઓ બાલ્યાવસ્થામાં જોવા મળે છે.
- શીખવાની ક્રિયા-સંબંધી મનોવિકૃતિઓમાં બાળક શીખવાની, સ્નાયુઓની શારીરિક ક્રિયાઓ વચ્ચે સંકલન સ્થાપવાની, તેમજ અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે સંદેશાવ્યવહારમાં વિક્ષેપ અનુભવતો હોય છે.
- ડિસ્લેક્ષીયા (Dyslexia) : DSM-IV વર્ગીકરણમાં ડિસ્લેક્ષીયાનો સમાવેશ શીખવાની ક્રિયા-સંબંધી મનોવિકૃતિમાં કરવામાં આવ્યો હતો.
- DSM - V વર્ગીકરણમાં તેનો સમાવેશ 'શીખવાની। ક્રિયા-સંબંધી વિશિષ્ટ વિકૃતિ(Specific Learning Disorder)માં કરવામાં આવ્યો છે.
- એક સર્વે અનુસાર અમેરિકામાં શાળામાં અભ્યાસ કરતાં બાળકોમાંથી 17 ટકા બાળકોમાં ડિસ્લેક્સીયાની સમસ્યા હતી.
- ઈ. સ. 2012માં થયેલા સર્વેક્ષણ અનુસાર ભારતમાં। ડિસ્લેક્ષીયાનું પ્રમાણ 9,87 ટકા હતું. છોકરીઓ કરતાં છોકરાઓમાં ડિલેશીયાને પ્રમાણ વધુ હતું.
- ડિસ્લેક્ષીયાનાં લક્ષણો : ઉંમરના જુદા જુદા તબક્કામાં ડિસ્લેક્ષીયાનાં અલગ અલગ લક્ષણો હોય છે. બાળકમાં સામાન્ય રીતે નીચે મુજબનાં લક્ષણો જોવા મળે છે :
- બાળપણમાં બોલવાની ક્ષમતાનો વિકાસ અન્ય બાળકોની સરખામણીમાં સવિસ મોડો થાય છે.
- બાળકોને શબ્દોના ઉચ્ચારણની સ્પષ્ટતામાં મુશ્કેલી પડે છે.
- નવા શબ્દો શીખવાની બાબતમાં ઝડપ ઓછી હોય છે અને શીખાયેલા અવસ્થ શબ્દોને પુનઃ યાદ કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે. કહે છે.
- શબ્દોને સમજવાની ક્ષમતા ઓછી હોય છે.
- બાળક સરખા ઉચ્ચારણવાળા શબ્દો વચ્ચે ભેદ પારખવામાં નિષ્ફળ જાય છે.
- ભાષાના લખાણનાં કૌશલ્યમાં મુશ્કેલી અનુભવે છે. દા. ત., 'કના બદલે '7' લખવું, 'ટ અને ડે' વચ્ચેનો તફાવત ન સમજવો, 'w', 'm', 'p', 'B' વગેરે મૂળાક્ષરોના લખાણમાં ભૂલો થવી વગેરે.
- એક જ શબ્દને જુદી જુદી જોડણીઓ દ્વારા લખવું. દા. ત., 'સીડી'ને' 'સિડી', 'સીડિ'', 'સિડિ'વગેરે.
- કારક અવયવોના સંકલનમાં મુશ્કેલી અનુભવે છે. દા. ત., 'દડાને પકડવામાં', 'સોયમાં દોરો પરોવવામાં' 'મણકા પરોવવામાં', 'બૂટની દોરી બાંધવામાં' વગેરે.
- બાળકને વાચનમાં મુશ્કેલી પડતી હોવાથી તે વર્ગખંડમાં બધાં બાળકોની વચ્ચે ઊભા થઈને બોલવામાં ખચકાટ અનુભવે છે. બાળકમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ મેળવવાની પ્રેરણાનો અભાવ હોય છે.
- વારસાગત કે ચેતાતંત્રની ખામીના કારણે થતી ડિસ્લેક્ષીયાની। વિકૃતિને 'વિકૃતિ'કહેવા કરતાં 'અક્ષમતા' કહેવું વધુ યોગ્ય છે.
- આ પ્રકારની અક્ષમતા ધરાવતા બાળકને યોગ્ય તાલીમ આપવામાં આવે અને બાળકમાં રહેલી ક્ષમતાને ઓળખીને વિકસાવવામાં આવે તો બાળક જીવનમાં પ્રગતિ સાધી શકે છે.

- ફિલ્મ તારે જમી પર આનું ઉત્તમ ઉદાહરણ છે.
- થૉમસ આલ્વા એડિસન, જ્યૉર્જ વોશિંગ્ટન, આલ્બર્ટ આઈનસ્ટાઈન, લિયો નાર્ડો દ વિન્ચી, બિલ ગેટ્સ વગેરે મહાનુભાવો બાળપણમાં ડિસ્લેક્ષીયાનાં લક્ષણો ધરાવતા હતા.

2. ફ્રૉઈડે દર્શાવેલ મનોજાતીય વિકાસની અવસ્થાઓની સવિસ્તર સમજૂતી આપો ?

- ફ્રૉઈડે વ્યક્તિત્વના વિકાસ માટે મનોજાતીય વિકાસની આ પાંચ અવસ્થાઓ દર્શાવી છે :
  - ✓ (1) મુખાવસ્થા,
  - ✓ (2) ગુદાવસ્થા,
  - ✓ (3) લિંગ અવસ્થા,
  - ✓ (4) સુષુપ્તાવસ્થા અને
  - ✓ (5) જનેન્દ્રિયાવસ્થા.
- 1. મુખાવસ્થા : જન્મથી બે વર્ષ સુધીના સમયગાળાને 'મુખાવસ્થા' કહે છે.
- આ અવસ્થામાં બાળકની કામુકતાનું મુખ્ય કેન્દ્ર મુખ (મો) હોય છે.
- બાળક સ્તનપાન દ્વારા ખોરાક મેળવીને સંતોષનો અનુભવ કરે છે.
- આ તબક્કામાં બાળક ચૂસવાની ક્રિયા દ્વારા અને દરેક વસ્તુ મોંમાં મૂકીને આનંદ મેળવે છે.
- 2. ગુદાવસ્થા : બેથી ત્રણ વર્ષ સુધીના સમયગાળાને 'ગુદાવસ્થા' કહે છે.
- આ અવસ્થામાં બાળકની કામુકતાનું મુખ્ય કેન્દ્ર ગુદા હોય છે.
- બાળ ક મળમૂત્ર વિસર્જનની ક્રિયા દ્વારા આનંદ મેળવે છે.
- આ અવસ્થામાં બાળકને મળમૂત્ર વિસર્જનની તાલીમ (ટોયલેટ ટ્રેનિંગ) આપવાની શરૂઆત થાય છે.
- આ અવસ્થામાં બાળકને સ્વચ્છતાના નિયમો શીખવવામાં આવે છે, જેથી બાળકને નિયંત્રણનો અનુભવ આ અવસ્થાથી થાય છે.
- 3. લિંગ અવસ્થા : ત્રણથી છ વર્ષ સુધીના સમયગાળાને 'લિંગ અવસ્થા' કહે છે.
- આ અવસ્થામાં બાળકની કામુકતાનું મુખ્ય કેન્દ્ર તેની પોતાની જનેન્દ્રિયો હોય છે.
- આ અવસ્થામાં પુરુષ -બાળકમાં 'ઓડિયસ ગ્રંથિ' જોવા મળે છે.
- જેમાં પુરુષ બાળક પોતાની માતાને ચાહે છે અને પિતાને પોતાના પ્રતિસ્પર્ધી માની ધિક્કારે છે.
- આ અવસ્થામાં મહિલા-બાળકમાં 'ઇલેક્ટા ગ્રંથિ'જોવા મળે છે.
- જેમાં મહિલા બાળક પોતાના પિતાને ચાહે છે અને માતાને પોતાની પ્રતિસ્પર્ધી માની ધિક્કારે છે.
- 4. સુષુપ્તાવસ્થા : 6થી 12 વર્ષ સુધીના સમયગાળાને 'સુષુપ્તાવસ્થા' કહે છે.
- આ અવસ્થામાં બાળકનું કામુકતાનું ક્ષેત્ર વિકસિત થયું હોતું નથી.
- આ અવસ્થામાં બાળક પોતાનાં નવાં કૌશલ્યો અને આવડતના વિકાસમાં વધુ રસ ધરાવતા હોય છે.
- 5.જનેન્દ્રિયાવસ્થા : 13 વર્ષથી આજીવન સુધીના સમયગાળાને જનેન્દ્રિયાવસ્થા' કહે છે.

- આ અવસ્થામાં વ્યક્તિ વિજાતીય વ્યક્તિ સાથેના સંબંધથી મહત્તમ સંતોષ અને આનંદ મેળવે છે.
- ફ્રૉઇડના મત મુજબ આ અવસ્થાઓમાંથી કોઈ પણ એક અવસ્થામાં જો અવરોધ આવે તો વ્યક્તિમાં અસાધારણ વર્તન જોવા મળે છે. દા. ત., મુખાવસ્થામાં અવરોધ આવે તો પુખ્તાવસ્થામાં ધૂમ્રપાન કે મદ્યપાનની વિકૃતિ અથવા ખાઉધરાપણાંની વિકૃતિ વ્યક્તિમાં જોવા મળે છે.

3. અસાધારણ વર્તન અંગેનું 'વાર્તનિક પ્રતિમાન' સમજાવો ?

- વર્તનવાદના પ્રણેતા જે. બી. વૉટ્સન દ્વારા 'વાર્તનિક પ્રતિમાન'ની રજૂઆત કરવામાં આવી છે.
- તેમના મતે વ્યક્તિના વર્તનની સાધારણતા અને અસાધારણતાનો આધાર વાતાવરણ પર છે. વાતાવરણ સાથેની આંતરક્રિયામાંથી અનુભવ અને મહાવરાના કારણે તથા પ્રતિક્રિયાને મળતા પ્રબલનના આધારે વ્યક્તિ વર્તન શીખે છે.
- લાંબા સમય સુધીની એકસરખી વર્તનભાત ટેવમાં પરિણમે છે.'
- વ્યક્તિ જો પોતાના વાતાવરણમાંથી કસમાયોજિત વર્તનભાત શીખે વિસ્થી છે, તો તેનામાં અસાધારણ વર્તન ઉદ્ભવે છે.
- જો શીખેલી વર્તનભાતોનું સ્વરૂપ બદલવામાં આવે, તો કુસમાયોજિત વર્તનને સુસમાયોજિત વર્તનમાં ફેરવી શકાય છે
- અને વ્યક્તિમાં સાધારણ વર્તન જન્માવી શકાય છે.
- વર્તનવાદી પ્રતિમાનની સમજૂતી મુજબ નીચેની બે પ્રક્રિયાઓના આધારે વ્યક્તિ વાતાવરણમાંથી વર્તનભાત શીખે છે :
- 1. શાસ્ત્રીય અભિસંધાન (classical conditioning) : શાસ્ત્રીય અભિસંધાનનો સિદ્ધાંત રશિયન શરીરશાસ્ત્રી ઈવાન પેટ્રોવિચ પાવલૉવે આપ્યો છે.
- શાસ્ત્રીય અભિસંધાન ઉદ્દીપક અને પ્રતિક્રિયા વચ્ચેના સાહચર્ય પર, ભાર મૂકે છે.
- શાસ્ત્રીય અભિસંધાન મુજબ કુદરતી ઉદ્દીપકની સાથે વારંવાર તટસ્થ ઉદ્દીપકને રજૂ કરવાથી કુદરતી ઉદ્દીપક સાથે જોડાયેલી પ્રતિક્રિયા તટસ્થ ઉદ્દીપક રજૂ કરવાથી થાય છે.
- અસાધારણ મનોવિજ્ઞાનમાં શાસ્ત્રીય અભિસંધાનનું ખાસ મહત્ત્વ છે.
- કારણ કે ચિંતા, ભય, જાતીય ઉત્તેજના, મદ્યપાન કે દ્રવ્ય સંબંધી આધિનતા વગેરે જેવી શારીરિક અને આવેગાત્મક પ્રતિક્રિયાઓ મોટે ભાગે અભિસંધાનથી શીખાયેલી પ્રતિક્રિયાઓ હોય છે.
- આ પ્રકારની માનસિક વિકૃતિઓ એ અભિસંધાનનું પરિણામ છે. દા. ત., ભય ઉત્પન્ન કરે તેવો વિચાર, ભયાનક સ્વપ્ન કે કલ્પના વગેરે કેટલીક પરિસ્થિતિઓ પહેલા વ્યક્તિના મનમાં ભય ઉત્પન્ન કરે છે. જે અંધારા કે અજાણી વ્યક્તિ સાથે જોડાય છે. આથી ભય કે ચિંતાની વિકૃતિ જન્માવનારા ઉદ્દીપકો એટલા ભયજનક હોતા નથી જેટલા પ્રમાણમાં વ્યક્તિ ભય કે ચિંતા અનુભવતી હોય છે.

- શાસ્ત્રીય અભિસંધાનમાં કુદરતી ઉદ્દીપક અને તટસ્થ ઉદ્દીપકને એકસાથે રજૂ કરવામાં આવે તો અભિસંધાન દઢ બને છે. પરંત જો તટ ઉદ્દીપક સાથે કુદરતી ઉદ્દીપકની રજૂઆત કરવામાં ન આવે તો શીખેલી ક્રિયાનું 'વિલોપન' થાય છે.
- ભય અને ચિંતાની વિકૃતિઓની સારવાર માટે 'વિલોપન પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. 2.
- ક્રિયાત્મક અભિસંધાન (Operant conditioning) : I ક્રિયાત્મક અભિસંધાન સાથે બી. એફ. સ્કિનરનું નામ જોડાયે છે.
- તેમણે બાળકોના વર્તનભાતના ઘડતરમાં મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવી છે. - ક્રિયાત્મક અભિસંધાનમાં પ્રબલન અને પ્રબલનના ઉપક્રમો કેન્દ્ર સ્થાને છે.
- સામાન્ય સંજોગોમાં વ્યક્તિ વિધાયક પ્રબલન મેળવવાનો અને શિક્ષાથી દૂર રહેવાનો પ્રયત્ન કરે છે.
- પ્રબલન વ્યક્તિની વર્તનભાતો ઘડે છે. જે વર્તનને પ્રબલન મળે છે, તે વર્તનભાવો વ્યક્તિમાં દઢ થાય છે અને તે જ પ્રકારનું વતન વ્યક્તિ કરે છે.
- કિનારે 'પ્રબલન' અને 'ઉદ્દીપક વિભેદન'ના સંકલ્પના દ્વારા ડે સમાયોજિત અને કુસમાયોજિત વર્તનને સમજાવ્યું છે. વ્યક્તિ જો. પોતાની સમો રજૂ થયેલા બે ઉદ્દીપકો વચ્ચેનો ભેદ સમજી શકે છે. તો તે પરિસ્થિતિ સાથે સમાયોજિત થઈ શકે છે.
- જે વ્યક્તિ સમાયોજિત થઈ શકતી નથી તે સમાયોજનનો ભોગ બને છે, જે લાંબા ગાળે અસાધારણ વર્તન પેદા કરે છે.
- જ્યારે વ્યક્તિ બે ઉદ્દીપકોમાંથી ઉપયોગી ઉદ્દીપકને સમજી તેના પ્રત્યે યોગ્ય પ્રતિક્રિયા આપવામાં વારંવાર નિષ્ફળ જાય છે ત્યારે વ્યક્તિ ખિન્નતાની લાગણી અનુભવે છે. આમ, વર્તનવાદી પ્રતિમાન એ માનવીના વર્તનમાં શિક્ષણનું કેન્દ્રમાં રાખી વાતાવરણ અને પ્રબલનના આધારે સાધારણ અને અસાધારણ વર્તનની સમજતી આપે છે.

4. અસાધારણ વર્તન અંગેનાં મનોસામાજિક કારણો ચર્ચો ?

- અસાધારણ વર્તન માટેનાં કારણોને મુખ્યત્વે ત્રણ ભાગમાંવહેંચવામાં આવે છે :
  - ✓ (1) જૈવીય કારણો,
  - ✓ (2) મનોસામાજિક કારણો અને
  - ✓ (3) સામાજિક-સાંસ્કૃતિક કારણો.
- મનોસામાજિક કારણોની સમજૂતી નીચે પ્રમાણે છે : મનોસામાજિક કારણો (Psychosocial causes) : અસાધારણ વર્તન માટે મનોસામાજિક કારણો પણ જવાબદાર વ્યક્તિને જીવનમાં થતા અનુભવો, સમસ્યાઓ, પડકારો, મુશ્કેલીઓ વગેરે તેના વર્તનને ઘડવામાં મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે.
- મનોસામાજિક કારણોમાં પ્રારંભિક વંચિતતા, આઘાત, લગ્નજીવનમાં કંકાસ, ભગ્ન કુટુંબ, માતાપિતાની અયોગ્ય વર્તણૂક અને દોષયુક્ત સમાજીકરણનો સમાવેશ થાય છે.

- બાળપણના અનુભવોની અસર વ્યક્તિના માનસપટ પર આજીવન માતાપિતા બાળકોની જરૂરિયાતોને સંતોષી પ્રેમ, સલામતી અને હૂંફ આપવામાં અસમર્થ બને ત્યારે અસાધારણ વર્તનની શરૂઆત થાય છે.
- માતાપિતાથી વંચિતતા અનુભવેલ બાળકોમાં અસાધારણ વર્તનનું પ્રમાણ વધુ હોય છે.
- માતાપિતાથી વંચિતતાનાં અનેક કારણો હોઈ શકે. દા. ત., માતાપિતા બંને વ્યવસાય કે નોકરીમાં જોડાયેલા હોય અને બાળકને પૂરતો સમય આપી શકતા ન હોય, માતા અથવા પિતા માનસિક રોગનો ભોગ બન્યા હોય, માતા કે પિતા અથવા બંનેનું મૃત્યુ થયું હોય, બાળકે અનાથાશ્રમ કે અન્ય સંસ્થામાં જીવનની શરૂઆત થઈ હોય વગેરે.
- નીચતતાની અસર બાળકની શારીરિક પરિપક્વતાની સાથે સમાજીકરણ અને સાધારણ વર્તન પર થાય છે.
- બાળપણમાં જાતીય શોષણ કે આક્રમકતાનો ભોગ બનેલાં બાળકોમાં એસાધારણ વર્તનનું પ્રમાણ વધુ હોય છે .
- ઘરમાં વારંવાર થતા ઝઘડા, કંકાસ અને મારઝૂડ, માતાપિતાના બાળક પરનો વારંવારનો ગુસ્સો, માતાપિતાની બાળક પ્રત્યેની બેદરકારી, માતાપિતાના વધુ પડતા લાડ, પ્રેમ અને સંભાળ વગેરે કુટુંબના સંતાનોમાં અસાધારણ વર્તનની સંભાવના વધુ હોય છે.
- છૂટાછેડા લીધેલા માતાપિતાનાં બાળકોની સાધારણતા જોખમાતી હોય છે.
- કુટુંબ એ સમાજી કરણનો પાયો છે. બાળકને સામાજિક
- વ્યક્તિ બનાવવા સમાજીકરણની પ્રક્રિયા અગત્યની છે.
- અન્ય વ્યક્તિઓ સાથેની આંતરક્રિયાની શરૂઆત કટુંબથી થાય
- કુટુંબના સભ્યો અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે સંતોષકારક સમાયોજન સાધી શકતા ન હોય, અન્ય વ્યક્તિઓ પ્રત્યે સંવેદનશીલતા ધરાવનારા ન હોય, અન્ય વ્યક્તિઓનો લાભ ઉઠાવવામાં માનનારા હોય તેવા કુટુંબના સભ્યોના વર્તનની અસર બાળકના વર્તન પર થાય છે.
- કૌટુંબિક વાતાવરણ, રહેઠાણનું સ્થળ, કુટુંબમાં સભ્યોની સંખ્યા વગેરે પરિબળો બાળકના વર્તનની સાધારણતાને અસર કરે છે. આમ, વ્યક્તિની સાધારણતાનો આધાર માતા, પિતા, કુટુંબ, ભાઈભાડું, મિત્રો, રહેઠાણ , કાર્યનું સ્થળ અને અન્ય વ્યક્તિઓ સાથેની આંતરક્રિયા પર છે.

5. સામાન્યીકૃત વિકૃત ચિંતા ની સમજૂતી આપો ?

- ચિંતાસંબંધી વિકૃતિને ‘સૌમ્ય મનોવિકૃતિ’ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આ વિકૃતિમાં વ્યક્તિની વિચારક્રિયા, લાગણી અને મનોવ્યાપારો તથા સામાજિક વ્યવહારો થોડા પ્રમાણમાં અને થોડા સમય માટે ખોરવાઈ જાય છે. ચિંતાસંબંધી વિકૃતિઓ (Anxiety Disorders) : ચિતાની વિકૃતિઓ આ પ્રમાણે છે :
  - ✓ (1) સામાન્યીક્ત વિત ચિંતા,

- ✓ (2) । વિકૃતભય,
- ✓ (3) અનિવાર્ય વિચાર દબાણ અને
- ✓ (4) અનિવાર્ય ક્રિયા દબાણ.

➢ આ વિકૃતિઓમાં ચિંતાનાં સ્પષ્ટ લક્ષણો જોવા મળે છે. સામાન્યીકૃત વિકૃત ચિંતા (Generalised Anxiety Disorder) : ચિંતા સૌથી વ્યાપક વિકૃતિ છે. દરેક માનસિક રોગના મૂળમાં કોઈ ને કોઈ સ્વરૂપે ચિંતા હોય છે.

➢ કોલમેન વિકૃત ચિંતાની વ્યાખ્યા આપતાં જણાવે છે કે, 'તે અત્યંત અસ્પષ્ટ અને મુક્ત રીતે કર્યા કરતી હોય તેવી હોય છે.

➢ આ વિકૃતિમાં અવાસ્તવિક અને વધુ પડતી ચિંતાનાં લક્ષણો જોવા મળે છે.

➢ આ પ્રકારની ચિંતામાં વ્યક્તિને કોઈ ચોક્કસ બાબત કે ચોક્કસ પરિસ્થિતિ સાથે સંબંધ હોતો નથી.

➢ આ પ્રકારની ચિંતા વ્યક્તિમાં લાંબા સમય સુધી રહે છે.

➢ આ પ્રકારના દર્દીનાં શારીરિક લક્ષણોમાં થાક, આળસ, વારંવાર પેશાબની ઈચ્છા, પરસેવો થવો, ગળું સુકાવું, આંખની પાંપણો વારંવાર પટપટાવવી, હૃદયના ધબકારામાં અનિયમિતતા વગેરે જોવા મળે છે.

➢ આ દર્દીનાં માનસિક લક્ષણોમાં અસ્વસ્થતા, તણાવ, શંકા,ચિંતા, ઊંઘ ન આવવી, ધ્યાન કે એકાગ્રતામાં મુશ્કેલી જોવા મળે છે.

➢ વિકૃત ચિંતા લાંબો સમય રહેવાને પરિણામે વ્યક્તિની સ્મૃતિ અને બૌદ્ધિક કાર્યક્ષમતા પર વિપરીત અસર પડે છે. તે અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે સમાયોજન સાધવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે.

➢ ભયભીત વિકૃતિમાં આઘાતજનક ભયનો હુમલો આકસ્મિક રીતે થાય છે અને થોડા સમયમાં જ તે તીવ્ર કક્ષાએ પહોંચે છે. હુમલા સમયે વ્યક્તિના શ્વાસોચ્છવાસ ખૂબ જ ઝડપી થાય છે. વ્યક્તિને છાતીમાં ગભરામણ થાય છે. શરીરમાંથી પરસેવો છૂટવા લાગે છે. શરીર ધ્રુજવા લાગે છે અને વ્યક્તિ અસહાયતાની લાગણી અનુભવે છે.

➢ હુમલામાં થોડા સમય પછી વ્યક્તિ પોતાની મળ સામાન્ય સ્થિતિમાં આવી જાય છે. અચાનક હુમલો આવવાની શક્યતાને કારણે વ્યક્તિને વધારે મુશ્કેલી પડે છે.

➢ વિકૃત ચિંતા ધરાવનાર વ્યક્તિ દરેક સમયે ભયભીત હોતી નથી પરંતુ આવા હુમલાના સમયે તેમની આવી સ્થિતિ જોવા મળે છે.

6. મનોદશાની વિકૃતિ એટલે શું? તેના પ્રકારોની સમજૂતી આપો ?

➢ મનોદશાની વિકૃતિ (Mood Disorder) આવેગાત્મક મનોવિકૃતિ છે. તેની તીવ્રતા વધુ હોય છે અને તેની અસર લાંબા સમય સુધી રહે છે. આવા દર્દીઓને તાત્કાલિક મનોવૈજ્ઞાનિક અને વૈદકીય (તબીબી) સારવાર આપવી પડે છે.

- સમાજમાં એવું જોવા મળે છે કે કેટલીક વાર કોઈ વ્યક્તિ ખૂબ વ્યવસ્થિત અને સુખી જીવન પસાર કરતા હોય છે અને અચાનક તે આવેગોમાં પરિવર્તન અનુભવે છે. તેને પોતાના જીવનનો અંત લાવવાના (આત્મહત્યાના) વિચારો આવવા લાગે છે, આત્મહત્યા કરવાના વિચારો આવવા અને અત્યંત ગુસ્સે થઈ જવું એ કોઈ ક્ષેત્રમાં વ્યક્તિને મળેલી નિષ્ફળતાનું પરિણામ છે. આવી વ્યક્તિ 'આવેગાત્મક દષ્ટિએ અસ્વસ્થ' વ્યક્તિ ગણાય
- મનોવિજ્ઞાનમાં તેને 'મનોદશાની વિકૃતિ' તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.
- મનોદશાની વિકૃતિના પ્રકારો : મનોદશાની વિકૃતિના મુખ્ય બે પ્રકાર છે :
  - ✓ 1. એકધ્રુવીય વિકૃતિ અને
  - ✓ 2. દ્વિધ્રુવી વિકૃતિ.
- 1. એકધ્રુવીય વિકૃતિ : એકધ્રુવીય મનોવિકૃતિને 'ખિન્નતાની વિકૃતિ' તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. ખિન્નતાની લાગણી અને । ખિન્નતાસંબંધી વિકૃતિ વચ્ચે તફાવત છે. સામાન્ય રીતે દરેક વ્યક્તિ કોઈ ને કોઈ પ્રસંગે દુઃખી , ખિન્ન, નિરાશ અને હતોત્સાહી બને છે.
- ખિન્નતાની લાગણી થવાનાં મુખ્ય કારણોમાં વાદળાંવાળું વાતાવરણ , ઋતુમાં પરિવર્તન, સ્વજનનું અવસાન, વ્યવસાય કે નોકરીમાં સમસ્યા વગેરે કારણો જવાબદાર હોય છે. આ પ્રકારની લાગણી થોડો સમય રહે છે. એ સમય દરમિયાન વ્યક્તિ મનોભાર અનુભવે છે. પરંતુ આ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિ બહુ જ થોડા સમયમાં બહાર આવી જાય છે. ખિન્નતાની લાગણીનો અનુભવ લગભગ દરેક વ્યક્તિને હોય છે.
- ખિન્નતાસંબંધી વિકૃતિ ખિન્નતાની લાગણી કરતાં વધુ તીવ્ર છે.
- લાંબા ગાળાનાં લક્ષણો ધરાવે છે.
- આવી વ્યક્તિ નિરાશા કે ઉદાસીનતાની લાગણી અનુભવે છે.
- આવી વ્યક્તિને રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓમાંથી રસ ઊડી જાય છે.
- આવી વ્યક્તિને ખાવાપીવામાં અરુચિ થઈ જાય છે.
- આવી વ્યક્તિને મોડે સુધી ઊંઘ આવતી નથી અને તેને ઊંઘમાં સતત ખલેલ પડે છે. જાગ્રત અવસ્થામાં તે નિરાશા અને ચિંતાના વિચારોથી ઘેરાયેલ રહે છે.
- તેની શારીરિક ક્ષમતામાં નોંધપાત્ર ઘટાડો થાય છે.
- આવી વ્યક્તિને એમ લાગે છે કે પોતે તદ્દન નકામો છે, જીવન સાવ નિરર્થક છે અને પોતાનું કોઈ મૂલ્ય નથી એમ પાપની લાગણી અનુભવે છે.
- આવી વ્યક્તિને પોતાની સ્થિતિ એટલી બધી અસહ્ય લાગે છે કે તેને મૃત્યુ સિવાયનો કોઈ માર્ગ દેખાતો નથી.
- આ પ્રકારના દર્દીની તીવ્રતા વધતાં વ્યક્તિમાં આનંદ અને રસનો અભાવ જણાય છે તથા તે પ્રવૃત્તિઓથી દૂર રહેવાનો પ્રયત્ન કરે છે. વ્યક્તિના શરીરના વજનમાં ઘટાડો થાય છે. વર્તનમાં ધીમાપણું, થાક, સ્પષ્ટ વિચારવાની અશક્તિ વગેરે જોવા મળે છે.

- 2. દ્વિધ્રુવી વિકૃતિ : દ્વિધ્રુવી વિકૃતિમાં ખિન્ન 2492411(Depressive State) HGH BLURAL (Manic State) એમ બંને જોવા મળે છે.
- ખિન્નતામાં ખિન્ન અવસ્થાનાં લક્ષણો જોવા મળે છે, જયારે ઉન્મત્તતામાં વ્યક્તિ અત્યંત આનંદ, શારીરિક હલનચલનમાં વધારો તથા મોટા મોટા અને વધારે પડતા વિચારો જોવા મળે છે.
- આ પ્રકારની વ્યક્તિ ઉન્મત્તતા અને ખિન્નતાની અવસ્થા વચ્ચે ઝોલાં ખાય છે. આથી તેને 'ચક્રીય પ્રતિક્રિયા' પણ કહે છે.
- કેટલીક વ્યક્તિઓમાં ઉન્મત્ત ખિન્નતાનાં ચક્રીય પરિવર્તનો ઝડપી હોય છે, તો કેટલાકમાં અનિયમિત હોય છે. આમ, ઉન્મત્તતા અને ખિન્નતાની પરિસ્થિતિઓ વારાફરતી જોવા મળે છે.

7. અસાધારણ વર્તન અંગેનું 'જેવીય પ્રતિમાન' સમજાવો. ?

- જેવીય પ્રતિમાન (Biological Models) અસાધારણ વર્તન માટે કેન્દ્રીય ચેતાતંત્ર' (Central Nervous system), વારસો, મસ્તિષ્ક વિકાર (Brain Pathology) અને શરીરની જેવ-રાસાયણિક અસમતુલાને જવાબદાર ગણે છે.

- જેવીય પ્રતિમાને મેડિકલ પ્રતિમાન (Medical Model) અથવા 'રોગ પ્રતિમાન (ઙૈજીફ્જી ર્સ્ઙીજ્ઞ)' પણ કહે છે.
- કેન્દ્રીય ચેતાતંત્રના મગજ અને કરોડરજ્જુની પ્રબળતા અને સામાન્ય કાર્યક્ષમતા વ્યક્તિના વર્તનને અસર કરે છે.
- વ્યક્તિની દરેક બોધાત્મક (જ્ઞાનાત્મક) અને માનસિક ક્રિયાઓનો આધારે મગજ છે. મગજમાં ગંભીર ઈજા થાય છે.
- અસાધારણ વર્તન માટે ચેતાકોષ અને ચેતાપ્રવાહના વહનની । દિશા પણ જવાબદાર છે.
- ચેતાપ્રવાહ એક ચેતાકોષમાંથી બીજા ચેતાકોષમાં વહે છે. પરંતુ ચેતાપ્રવાહ એક ચેતાકોષમાંથી બીજા ચેતાકોષમાં વહન કરવાના બદલે તે જ ચેતાકોષમાં પરત ફરે તો તેને Reuptake પ્રક્રિયા કહે છે. જે અસાધારણ વર્તનને જન્મ આપે છે.
- અસાધારણ વર્તન માટે 'વારસો' પણ જવાબદાર છે. માતાપિતા દ્વારા મળતાં જનીનતત્ત્વો વારસાનું વહન કરે છે. વારસામાં શારીરિક ગુણલક્ષણો સાથે માનસિક વિકૃતિઓ અને અસાધારણતાન પગ વહન થાય છે.
- નીલ અને ઓલ્સામાન્સસના મતે 'છિન્ન મનોવિકૃતિ' એ વારસાગત વર્તન વિકૃતિ છે.
- પેકલના મતે ખિન્નતા' માટે વારસાના ઘટકની મહત્ત્વતા દર્શાવી છે અને મનોદુર્બળતા એ વારસાગત જોવા મળતી માનસિક ક્ષમતા છે.

- કોલમેનના અભ્યાસો દર્શાવે છે કે, માતાપિતામાં અસાધારણ વર્તનકે વિકૃતિઓ હોય તો વારસાની સામ્યતાના કારણે રોગ થવાની શક્યતા વધે છે.
- એકદળ જોડિયાં બાળકોમાં અસાધારણ વર્તનની સંભાવના દ્વિદળજોડિયાં બાળકો અથવા ભાઈ-બહેનની સરખામણીમાં વધુ હોય છે.
- અભ્યાસો દર્શાવે છે કે એકદળ જોડિયાં બાળકોમાંથી એક બાળક 'ઉન્મત્ત ખિન્ન મનોવિકૃતિ ધરાવતો હોય તો બીજા બાળકને આ રોગ થવાની સંભાવના આશરે 95.7 ટકા છે. આ બાબત વારસાની પ્રબળતા દર્શાવે છે.
- ખામીયુક્ત જનીનતત્ત્વોની અસર અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓ, ચયાપચયની પ્રક્રિયા અને ઉત્સચકો પર થાય છે.
- આધુનિક જૈવિક અભિગમ અસાધારણ વર્તન માટે જેવ-રાસાયણિક પ્રક્રિયા અને મસ્તિષ્ક વિકારને મહત્ત્વ આપે છે.
- પક્ષીઘાત (Paralysis), વિભ્રમ (Delusion), અલઝાઈમરના રોગ (Alzheimer's Disease) જેવા કે સ્મૃતિભ્રંશ અને અન્ય બુદ્ધિગમ્ય ક્ષમતાઓનો વાસ વગેરે માટે મસ્તિષ્ક વિકાર જવાબદાર છે.
- માનવીના શરીરમાં ડોપામાઈન, નોરએપીનેફ્રીન, સીરોટોનીન, ગાબા વગેરે જૈવ-રસાયણો આવેલાં છે. આ રસાયણોની અનિયમિતતા કેટલાંક અસાધારણ વર્તનો અને મનોવિકૃતિઓ જન્માવે છે.
- ડોપામાઈનની માત્રામાં ફેરફાર થવાથી છિન્ન મનોવિકૃતિ (સ્કીઝોફેનિયા) ઉદભવે છે અને ચિંતાની વિકૃતિ માટે પ્રમાણમાં થયેલા ફેરફારો જવાબદાર છે.
- સીરોટોનીન આઘાતજન્ય અને આવેગાત્મક વિકૃતિઓમાં અગત્યની ભૂમિકા ભજવે છે.
- આમ, અસાધારણ વર્તનના ઉદ્દભવ માટે (યછમ્છ) જવાબદાર રીરિક પરિબળોનો અભ્યાસ જૈવીય પ્રતિમાનમાં કરવામાં આવે છે.

8. સાધારણ વર્તન અંગેનાં “જૈવીય કારણો”ની સમજૂતી આપો ?

- અસાધારણ વર્તન માટેનાં કારણોને મુખ્યત્વે ત્રણ ભાગમાં વહેંચવામાં આવે છે :
  - ✓ (1) જેવીય કારણો,
  - ✓ (2) મનોસામાજિક કારણો અને
  - ✓ (3) સામાજિક-સાંસ્કૃતિક કારણો.
- જેવીય કારણોની સમજૂતી નીચે પ્રમાણે છે : -
- જેવીય કારણો (Biological causes) : અસાધારણ વર્તન માટે ચેતાપ્રવાહ, ચેતાપગમ (બે ચેતાકોષ વચ્ચે રહેલી જગ્યા), અતઃસાવી ગ્રંથિઓની અસમતુલા, ખામીયુક્ત જનીનતત્ત્વો, શારીરિક બાંધો, મસ્તિષ્કની શિથિલતા અને શારીરિક તંદુરસ્તીનો અભાવ વગેરે જેવીય કારણો જવાબદાર છે.
- મગજ અને કારક અવયવોના કાર્યના સંકલન માટે ચેતાતંત્ર મહત્ત્વનું છે. ચેતાતંત્ર જે કોષોનું બનેલું છે, તેને ‘ચેતાકોષ’ કહે છે.

- ચેતાકોષ દ્વારા ચેતાપ્રવાહો કારક અવયવોથી મગજ તરફ અને મગજના આદેશો કારક અવયવો તરફ પહોંચે છે.
- સંદેશા અને આદેશો ચેતાપ્રવાહ દ્વારા એક ચેતાકોષમાંથી બીજા ચેતાકોષમાં જાય છે. ચેતાપ્રવાહ એ વિદ્યુતરાસાયણિક પ્રક્રિયા છે.
- એક ચેતાકોષ અને બીજો ચેતાકોષ સળંગ એકબીજા સાથે જોડાયેલા નથી. તે બંને વચ્ચે રહેલી જગ્યાને 'ચેતાપગમ' કહે છે.
- અસાધારણ વર્તન માટે ચેતાપ્રવાહ, ચેતાપગમ અને તેમાં રહેલાં રસાયણોની અસમતુલા મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે.
- ચેતાપ્રવાહની અસમતુલા માનસિક તાણ અને અસાધારણ વર્તન માટે જવાબદાર છે.
- ચેતાપ્રવાહની વધુ પડતી ક્રિયાશીલતાના કારણે ચેતાતંત(અંતિમ તંતુ)માંથી વિશિષ્ટ પ્રકારનું રસાયણ ચેતાપગમમાં પ્રવેશે છે. જેથી અસાધારણ વર્તન પેદા થાય છે.
- એક ચેતાકોષમાંથી ચેતાપ્રવાહ તે જ ચેતાકોષમાં પાછો ફરે તેને 'Reuptake' પ્રક્રિયા કહે છે. આના કારણે ખિન્નતા જેવી મનોવિકૃતિ થવાની સંભાવના રહે છે.
- ચેતાપગમમાં રહેલા ડોપામાઇન નોરએપીનેફ્રીન, સીરોટોનીન (GABA) જેવ-રસાયણોની અસમતલા અસાધારણ વતન પેદા કરે છે.
- અંતઃસ્રાવી ગ્રંથિની અસમતલા વર્તન વિકૃતિઓ, મનોદુર્બળતા અને મનોદૈહિક રોગો માટે જવાબદાર છે. - જનીનતત્ત્વો શારીરિક અને માનસિક લક્ષણોના વારસાનું વહન કરે છે.
- બુદ્ધિ અને કેટલીક માનસિક વિકૃતિઓનો આધાર 'જનીનતત્ત્વો' છે. - સામાન્ય સંજોગોમાં શરીરમાં 46 રંગસૂત્રો હોય છે, પરંતુ જો 46ના બદલે 47 રંગસૂત્રો પ્રાપ્ત થાય, તો 'Docon Syndroms' નામની મનોદુર્બળતા આવે છે.
- છિન્ન મનોવિકૃતિ, મદ્યપાન, દ્રવ્યસંબંધી આધીનતા, ખિન્નતા વગેરે મનોવિકૃતિઓમાં વાતાવરણની સાથે વારસો પણ મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે.
- તમામ માનસિક અને બૌદ્ધિક ક્ષમતાઓનાં કેન્દ્રો મગજમાં આવેલાં છે. મગજના ચોક્કસ ભાગને ઈજા થવાથી અથવા મગજના કોષોને ઘસારો પહોંચવાથી સ્મૃતિહાસ, વિકૃત પલાયન, અલઝાઈમર જેવી વર્તન વિકૃતિઓ ઉદ્ભવે છે.