S.R.A.P COLLEGE (e Content)

MJC 5 & MIC 5 **ABNORMAL PSYCHOLOGY**

UNIT 1- INTRODUCTION by Dilip baitha

(Department of Psychology)

1.1 Defination and Nature of Abnormal Behaviour

🔍 1. असामान्य व्यवहार की परिभाषा (Definition of Abnormal Behaviour)

1. Carson & Butcher के अनुसार "Abnormal behavior is behavior that is deviant, maladaptive, or personally distressful over a relatively long period of time."
(असामान्य व्यवहार वह है जो सामाजिक मानकों से अलग हो, अनुकूल न हो और व्यक्ति को लंबे समय तक मानसिक पीड़ा दे।)

2. Brown के अनुसार, असामान्य व्यवहार वह होता है जो “goal-directed activity” (लक्ष्य केंद्रित कार्य) में बाधा डालता है।

> 📌 जैसे: कोई व्यक्ति नौकरी पाना चाहता है लेकिन डिप्रेशन के कारण वह इंटरव्यू तक नहीं जा पाता।

3. H. J. Eysenck के अनुसार, असामान्य मनोविज्ञान, असामान्य व्यक्तित्व के व्यवहार का अध्ययन करता है।

> 📌 जैसे: antisocial personality disorder में व्यक्ति समाज विरोधी कार्य करता है।

4. James Drever के अनुसार, यह मनोविज्ञान मस्तिष्क से जुड़ी विचलित मानसिक प्रक्रियाओं का अध्ययन करता है।

> 📌 जैसे: Hallucination (ऐसी चीजें देखना या सुनना जो असल में नहीं हैं)।

5.Comer (2001) "Psychological abnormality is usually defined by the four D's: Deviance, Distress, Dysfunction, and Danger."

🧩 सरल शब्दों में:

जब कोई व्यवहार:

*समाज की सामान्य अपेक्षाओं से हटकर हो (Deviance)
जैसे-कोई व्यक्ति खुले में बात-बात पर रोने लगे

*व्यक्ति को तकलीफ़ दे (Distress)
जैसे-मानसिक पीड़ा या तनाव,नींद न आना, उदासी, बेचैनी

*कामकाज में रुकावट लाए (Dysfunction)
जैसे-सामान्य जीवन प्रभावित होना पढ़ाई, नौकरी या रिश्तों में परेशानी

*खुद या दूसरों के लिए खतरा बने (Danger)
जैसे-आत्महत्या की कोशिश या आक्रामकता

तो उसे असामान्य माना जाता है।

🎨 : सामान्य बनाम असामान्य व्यवहार

सामान्य	असामान्य
अनुकूल (Adaptive)	बाधक (Maladaptive)
सामाजिक रूप से स्वीकृत	समाज से हटकर
नियंत्रित भावना	अनियंत्रित भावना
संतुलित दिनचर्या	टूटी-फूटी दिनचर्या

✍️ असामान्य मनोविज्ञान की प्रकृति (Nature of Abnormal Psychology)

✅ (i) असामान्य मनोविज्ञान, मनोविज्ञान की एक विशिष्ट शाखा है।
जैसे-जैसे मनोविज्ञान का क्षेत्र बढ़ा, वैसे-वैसे मनोविकारों और विचलित व्यवहारों का अध्ययन एक स्वतंत्र विषय बन गया।

अब यह एक विशेष शाखा बन गई है, जिसमें केवल असामान्य व्यवहारों का अध्ययन किया जाता है।

✅ (ii) यह शाखा असामान्य व्यवहार, प्रतिक्रियाओं और मानसिक प्रक्रियाओं का अध्ययन करती है।

असामान्य मनोविज्ञान उन व्यक्तियों के व्यवहारों का अध्ययन करता है, जो सामान्य से अलग होते हैं।

इसमें यह देखा जाता है कि वे कैसे सोचते हैं, कैसा महसूस करते हैं और कैसे व्यवहार करते हैं।

📌 उदाहरण:

कोई व्यक्ति बिना कारण बहुत अधिक डरता है (फोबिया)।

कोई बार-बार अपने ताले को चेक करता है (OCD)।

कोई व्यक्ति हकीकत से कट जाता है और अपने ही संसार में जीता है (स्किजोफ्रेनिया)।
इन सभी स्थितियों का अध्ययन असामान्य मनोविज्ञान के अंतर्गत आता है।

✅ (iii) इसका मुख्य फोकस कुप्रयोजित व्यवहार (maladaptive behaviour) और मानसिक रोगों का अध्ययन है।

कुप्रयोजित व्यवहार वह होता है जो व्यक्ति की जिंदगी में बाधा डालता है।

ऐसे व्यवहार जो न तो व्यक्ति के लिए, न ही समाज के लिए लाभकारी होते हैं, उन्हें समझना और सुधारना ही इसका उद्देश्य होता है।

📌 उदाहरण:

कोई विद्यार्थी परीक्षा के तनाव में इतना घबरा जाता है कि वह बेहोश हो जाता है या परीक्षा में बैठने से इंकार कर देता है।

UNIT 1.2 HISTORICAL BACKGROUND OF ABNORMAL PSYCHOLOGY

असामान्य व्यवहार को समझना समय के साथ विकसित हुआ है, जिसमें इसकी प्रकृति, कारण और उपचार के बारे में विभिन्न दृष्टिकोण शामिल हैं। प्राचीन मान्यताओं से लेकर आधुनिक वैज्ञानिक मॉडलों तक, मानव व्यवहार की जटिलताओं को समझने का प्रयास निरंतर जारी रहा है।

A. प्राचीन और अलौकिक दृष्टिकोण (Ancient and Supernatural Views)

- **अवधि:** प्राचीन काल से मध्यकाल तक (लगभग 500 ईसा पूर्व से 17वीं सदी तक)।
- **मान्यता:** माना जाता था कि असामान्य व्यवहार भूत-प्रेत, बुरी आत्माओं के कब्ज़े, देवी-देवताओं के क्रोध या जादू-टोना (witchcraft) का परिणाम है।
- **उपचार:**
- **त्रेफिनेशन (Trephination):** खोपड़ी में छेद करना ताकि बुरी आत्माएं बाहर निकल सकें।
- **एक्सोरसिज़्म (Exorcism):** झाड़-फूँक, प्रार्थनाएँ, व्रत और यातनाएँ (जैसे पिटाई, भूख) आत्माओं को भगाने के लिए।
- **डायन शिकार (Witch Hunts):** मध्यकाल में, मानसिक रूप से बीमार व्यक्तियों को अक्सर डायन या जादूगर मानकर प्रताड़ित किया जाता था या मार दिया जाता था।

B. जैविक/प्राकृतिक दृष्टिकोण (Biological/Natural Views - ग्रीक और रोमन)

- **अवधि:** लगभग 500 ईसा पूर्व से 500 ईस्वी तक।
- **मान्यता:** हिप्पोक्रेट्स (Hippocrates) जैसे ग्रीक चिकित्सकों ने असामान्य व्यवहार को शारीरिक रोगों का परिणाम माना। उन्होंने 'चार हास्य' या 'तरल पदार्थों' (four humors – रक्त, काला पित्त, पीला पित्त और कफ) के असंतुलन को इसका कारण बताया।
- **उपचार:** उचित आहार, व्यायाम, आराम और रक्तपात (bloodletting) जैसे प्राकृतिक तरीकों पर जोर दिया गया।
- **योगदान:** मानसिक बीमारियों को अंधविश्वास से अलग करके वैज्ञानिक अवलोकन की नींव रखी।

C. मध्यकाल में वापसी और पुनर्जागरण (Return to Supernatural in Middle Ages & Renaissance)

- **अवधि:** 500 ईस्वी से 17वीं सदी तक।

- **मान्यता:** चर्च के प्रभुत्व के साथ, अलौकिक व्याख्याओं की वापसी हुई। मानसिक बीमारी को शैतानी कब्ज़े या पाप का दंड माना गया।
- **असाइलम का उदय (Rise of Asylums):** 16वीं सदी से, मानसिक रूप से बीमार व्यक्तियों को बड़े संस्थानों (असाइलम) में कैद किया जाने लगा, जहाँ उन्हें अमानवीय परिस्थितियों में रखा जाता था (जैसे लंदन का बेडलम - Bethlem Royal Hospital)।

D. नैतिक उपचार आंदोलन (Moral Treatment Movement - 18वीं-19वीं सदी)

- **अवधि:** 18वीं सदी के अंत से 19वीं सदी के मध्य तक।
- **मुख्य विचारक:**
- **फिलिप पिनेल (Philippe Pinel - फ्रांस):** पेरिस के ला बिसेट्रे (La Bicêtre) असाइलम में रोगियों की बेड़ियाँ हटाईं और उनके साथ मानवीय व्यवहार किया।
- **विलियम टुके (William Tuke - इंग्लैंड):** यार्क रिट्रीट (York Retreat) की स्थापना की, जहाँ रोगियों को सम्मान और नैतिक उपचार दिया गया।
- **बेंजामिन रश (Benjamin Rush - अमेरिका):** अमेरिकी मनश्चिकित्सा के जनक माने जाते हैं, हालांकि उनके कुछ तरीके आज विवादास्पद हैं।
- **मान्यता:** मानसिक रूप से बीमार व्यक्ति भी मनुष्य हैं और उन्हें दया, सम्मान और रचनात्मक गतिविधियों के माध्यम से ठीक किया जा सकता है।
- **परिणाम:** कुछ समय के लिए स्थिति में सुधार हुआ, लेकिन भीड़ और धन की कमी के कारण यह आंदोलन 19वीं सदी के अंत तक विफल हो गया।

E. 20वीं सदी की शुरुआत: जैविक और मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण का पुनरुत्थान (Early 20th Century: Resurgence of Biological & Psychological Views)

- **जैविक दृष्टिकोण (Biological Perspective):**
- **एमील क्रेपेलिन (Emil Kraepelin):** आधुनिक मनश्चिकित्सा के जनक माने जाते हैं। उन्होंने विभिन्न मानसिक विकारों को व्यवस्थित रूप से वर्गीकृत किया (जैसे डिमेंशिया प्रिकोक्स - अब सिज़ोफ्रेनिया)।
- **अनुसंधान:** सिफिलिस और सामान्य पक्षाघात (General Paresis) के

बीच संबंध की खोज ने जैविक कारणों के महत्व को और मजबूत किया।

- **उपचार:** सर्जरी (lobotomy), विद्युत-आक्षेपी चिकित्सा (ECT), और प्रारंभिक दवाएं।
- **मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण (Psychological Perspective):**
- **सिगमंड फ्रायड (Sigmund Freud):** मनोविश्लेषण (Psychoanalysis) की शुरुआत की। उन्होंने असामान्य व्यवहार को अचेतन (unconscious) संघर्षों, बचपन के अनुभवों और अप्रयुक्त यौन/आक्रामक इच्छाओं का परिणाम बताया।
- **व्यवहारवाद (Behaviorism):** इवान पावलोव (Ivan Pavlov), जॉन बी. वॉटसन (John B. Watson) और बी.एफ. स्किनर (B.F. Skinner) ने प्रस्तावित किया कि असामान्य व्यवहार भी सीखने के सिद्धांतों (क्लासिकल और ऑपरेंट कंडीशनिंग) के माध्यम से सीखा जाता है।

F. आधुनिक युग आजकल, मनोवैज्ञानिक और चिकित्सक अक्सर असामान्य व्यवहार को समझने के लिए एक एकीकृत दृष्टिकोण अपनाते हैं:

A. जैव-मनोसामाजिक मॉडल (Biopsychosocial Model)

- **अवधारणा:** यह मॉडल मानता है कि असामान्य व्यवहार जैविक (biological), मनोवैज्ञानिक (psychological) और सामाजिक (social) कारकों के जटिल अंतर्संबंध का परिणाम है। ये सभी कारक मिलकर किसी व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।
- **उदाहरण:** अवसाद केवल मस्तिष्क रसायन में असंतुलन नहीं है, बल्कि यह नकारात्मक सोच पैटर्न, सामाजिक अलगाव और तनावपूर्ण जीवन की घटनाओं से भी प्रभावित हो सकता है।

B. प्रवृत्त-तनाव मॉडल (Diathesis-Stress Model)

- **अवधारणा:** यह मॉडल बताता है कि व्यक्ति में किसी विशेष मानसिक विकार के प्रति एक जन्मजात या अर्जित **प्रवृत्ति (diathesis)** (जैसे आनुवंशिक भेद्यता, मस्तिष्क संरचना में अंतर, कुछ व्यक्तित्व लक्षण) हो सकती है। जब यह प्रवृत्ति **तनाव (stress)** (जैसे आघात, हानि,

सामाजिक दबाव) के साथ मिलती है, तो विकार विकसित होने की संभावना बढ़ जाती है।

- **उदाहरण:** एक व्यक्ति जिसमें सिज़ोफ्रेनिया की आनुवंशिक प्रवृत्ति है, यदि उसे बचपन में अत्यधिक तनाव या दुर्व्यवहार का सामना करना पड़ता है, तो उसे सिज़ोफ्रेनिया विकसित होने का अधिक जोखिम हो सकता है।

UNIT 1.3 असामान्यता के मापदंड (Criteria of Abnormal Behaviour)

🟢 1. सांख्यिकीय अपवर्जन (Statistical Deviation)

यदि कोई व्यवहार सामान्य जनसंख्या में बहुत कम या बहुत अधिक पाया जाता है, तो उसे असामान्य माना जाता है।

📊 उदाहरण:

IQ का सामान्य औसत 90–110 होता है।

अगर किसी का IQ 145 है (बहुत अधिक), तो असामान्य रूप से प्रतिभाशाली।

अगर किसी का IQ 60 है, तो बुद्धिलब्धि में कमी

(Intellectual Disability)।

> ✅ यह मापदंड मात्रात्मक व्यवहार के लिए उपयोगी है।

🟢 2. सामाजिक अपवर्जन (Social Deviation)

कोई व्यवहार अगर समाज की मान्यताओं, परंपराओं या सांस्कृतिक नियमों से हटकर हो, तो उसे असामान्य माना जाता है।

📍 उदाहरण:

खुलेआम गालियां देना या नग्न घूमना – समाज में अस्वीकार्य व्यवहार।

> ⚠️ लेकिन यह मापदंड संस्कृति पर निर्भर है – जो एक समाज में सामान्य है, वह दूसरे में असामान्य हो

सकता है।

🟢 3. व्यक्तिगत परेशानी (Personal Distress)

यदि व्यक्ति खुद अपने व्यवहार या अनुभव से कष्ट महसूस करता है, तो वह असामान्य हो सकता है।

📍 उदाहरण:

कोई व्यक्ति अत्यधिक उदासी, डर, या चिंता से परेशान है – भले ही वह बाहर से सामान्य दिखता हो।

> ✅ यह मापदंड डिप्रेशन, एंग्जायटी जैसे रोगों में विशेष उपयोगी है।

🟢 4. दुष्क्रियात्मकता (Maladaptive Behaviour)

वह व्यवहार जो व्यक्ति की सामान्य दिनचर्या, कार्यक्षमता या संबंधों में बाधा डाले, उसे असामान्य माना जाता है।

📍 उदाहरण:

कोई छात्र परीक्षा के डर से स्कूल ही न जाए।

कोई व्यक्ति इतना शर्मीला हो कि किसी से बात न कर पाए।

> ⚠️ यह सामाजिक कार्यप्रदर्शन के आधार पर जाँचता है।

🟢 5. अवास्तविक अनुभव (Irrational or Incomprehensible Behaviour)

ऐसा व्यवहार जो तर्कहीन हो या जिसे समझना कठिन हो, वह भी असामान्य माना जाता है।

📍 उदाहरण:

बिना कारण हँसना या रोना।

अपने ही बाल नोचना या दीवार से सिर मारना।

🟢 6. खतरा उत्पन्न करना (Dangerousness)

यदि कोई व्यक्ति अपने लिए या दूसरों के लिए खतरा पैदा करता है, तो उसका व्यवहार असामान्य है।

📍 उदाहरण:

आत्महत्या की कोशिश।

बिना उकसावे के हिंसा करना।

UNIT 1.4 वर्गीकरण प्रणाली: DSM-5 और ICD-11

DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – 5th Edition)

ICD-11 (International Classification of Diseases – 11th Edition)

यूनिट 1.4: असामान्य व्यवहार का वर्गीकरण – DSM-5 और ICD-11

(Unit 1.4: Classification of Abnormal Behaviour – DSM-5 and ICD-11)

असामान्य व्यवहार को समझना और उसका प्रभावी ढंग से प्रबंधन करना, उसके सटीक वर्गीकरण (Classification) पर निर्भर करता है। वर्गीकरण का अर्थ है विभिन्न मानसिक विकारों को विशिष्ट श्रेणियों में व्यवस्थित करना, ताकि उनके लक्षणों, कारणों और उपचारों को समझा जा सके। इस क्षेत्र में मुख्य रूप से दो प्रमुख, विश्व-स्तर पर मान्यता प्राप्त वर्गीकरण प्रणालियों का उपयोग किया जाता है: **मानसिक विकारों का नैदानिक और सांख्यिकीय मैनुअल, 5वां संस्करण (DSM-5)** और **रोगों का अंतर्राष्ट्रीय वर्गीकरण, 11वां संस्करण (ICD-11)**।

I. असामान्य व्यवहार के वर्गीकरण का महत्व (Importance of Classification):

- **संचार सुविधा (Facilitates Communication):** मानसिक स्वास्थ्य पेशेवरों के बीच एक समान भाषा प्रदान करता है, जिससे वे प्रभावी ढंग से संवाद कर सकें।
- **अनुसंधान को बढ़ावा (Promotes Research):** समान विशेषताओं वाले व्यक्तियों के समूहों को व्यवस्थित करने में मदद करता है, जिससे विकारों के कारणों, लक्षणों, प्रसार और उपचारों पर व्यवस्थित शोध करना आसान हो जाता है।
- **उपचार योजना का मार्गदर्शन (Guides Treatment Planning):** विशिष्ट निदान के आधार पर सबसे उपयुक्त उपचार विधियों (दवा, मनोचिकित्सा) का चयन करने में मदद करता है।
- **पूर्वानुमान और पाठ्यक्रम (Prognosis & Course):** निदान के आधार

पर विकार के संभावित पाठ्यक्रम और परिणाम का अनुमान लगाने में मदद करता है।

- **कानूनी और प्रशासनिक उपयोग (Legal & Administrative Use):** बीमा प्रतिपूर्ति, विकलांगता दावों और स्वास्थ्य सेवा प्रणालियों में प्रबंधन के लिए अक्सर निदान आवश्यक होता है।
- **कलंक में कमी और वैधता (Reduces Stigma & Legitimization):** मानसिक समस्याओं को पहचानने योग्य चिकित्सा स्थितियों के रूप में स्वीकार करने में मदद करता है, हालांकि लेबलिंग का कलंक एक चिंता का विषय बना हुआ है।

II. प्रमुख वर्गीकरण प्रणालियाँ: DSM-5 और ICD-11 (Major Classification Systems: DSM-5 & ICD-11)

A. मानसिक विकारों का नैदानिक और सांख्यिकीय मैनुअल (DSM-5 - Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition):

- **प्रकाशक:** अमेरिकन साइकियाट्रिक एसोसिएशन (American Psychiatric Association - APA) द्वारा प्रकाशित।
- **नवीनतम संस्करण: DSM-5** (मई 2013 में जारी)। इसका एक पाठ्य संशोधन (Text Revision), **DSM-5-TR**, मार्च 2022 में जारी किया गया है, जिसमें छोटे-मोटे स्पष्टीकरण और अपडेट शामिल हैं।
- **प्रमुख विशेषताएँ और परिवर्तन (Key Characteristics & Changes in DSM-5):**
- **नैदानिक मानदंड (Diagnostic Criteria):** प्रत्येक विकार के लिए विशिष्ट, विस्तार से परिभाषित नैदानिक मानदंड (लक्षणों, अवधि, तीव्रता, कार्यकाज पर प्रभाव) सूचीबद्ध करता है।
- **वर्णनात्मक और सैद्धांतिक रूप से अकारण (Descriptive and Atheoretical):** यह विकारों के कारणों या ईटियोलॉजी (etiology) पर कोई विशेष सिद्धांत प्रस्तुत नहीं करता। इसका मुख्य उद्देश्य लक्षणों का

वर्णन करना है ताकि पेशेवर एक साझा आधार पर निदान कर सकें।

- **बहु-अक्षीय प्रणाली का उन्मूलन (Elimination of Multiaxial System):** DSM-IV में मौजूद 5-अक्षीय (multiaxial) निदान प्रणाली को DSM-5 से हटा दिया गया है। अब सभी मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य स्थितियाँ, मनोसामाजिक और प्रासंगिक कारक, और विकलांगता के स्तर को एक ही गैर-अक्षीय प्रणाली में सूचीबद्ध किया जाता है।
- **आयामी दृष्टिकोण का परिचय (Introduction of Dimensional Aspects):** हालाँकि यह अभी भी एक श्रेणीबद्ध प्रणाली (categorical system) है, DSM-5 ने कुछ विकारों (जैसे ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर, पदार्थ उपयोग विकार) में आयामी मूल्यांकन (dimensional assessment) के तत्वों को शामिल किया है। यह लक्षणों की तीव्रता या गंभीरता को मापने में मदद करता है।
- **नए विकारों का समावेश और पुनर्वर्गीकरण (Inclusion of New Disorders & Reclassification):**
- उदाहरण: विघटनकारी मनोदशा डिस्फंक्शन विकार (Disruptive Mood Dysregulation Disorder), संचय विकार (Hoarding Disorder), कैनाबिस विदड्रॉल (Cannabis Withdrawal)।
- ओ.सी.डी. (OCD) और आघात-संबंधी विकारों (Trauma- and Stressor-Related Disorders) को अलग अध्यायों में पुनर्वर्गीकृत किया गया है।
- **विकासवादी परिप्रेक्ष्य (Developmental Perspective):** विकारों को अक्सर उनके विकासात्मक पथ के अनुसार समूहीकृत किया जाता है।
- **उपयोग:** यह संयुक्त राज्य अमेरिका और उत्तरी अमेरिका में मानसिक स्वास्थ्य पेशेवरों द्वारा नैदानिक और अनुसंधान उद्देश्यों के लिए प्राथमिक वर्गीकरण प्रणाली है।

B. रोगों का अंतर्राष्ट्रीय वर्गीकरण (ICD-11 - International Classification of Diseases, 11th Edition):

- **प्रकाशक:** विश्व स्वास्थ्य संगठन (World Health Organization - WHO) द्वारा प्रकाशित, जो संयुक्त राष्ट्र की एक विशेष एजेंसी है।
- **नवीनतम संस्करण: ICD-11** (2019 में अपनाया गया, 2022 में लागू

हुआ)। यह ICD-10 का स्थान लेता है, जिसका दशकों से उपयोग किया जा रहा था।

- **प्रमुख विशेषताएँ और परिवर्तन (Key Characteristics & Changes in ICD-11):**
- **व्यापक दायरा (Broader Scope):** DSM के विपरीत, ICD में सभी ज्ञात बीमारियाँ और स्वास्थ्य संबंधी स्थितियाँ (शारीरिक और मानसिक दोनों) शामिल हैं। मानसिक, व्यवहारिक और तंत्रिका विकास संबंधी विकारों को अध्याय 6 में सूचीबद्ध किया गया है।
- **विश्वव्यापी उपयोग (Global Use):** इसका उपयोग दुनिया भर में स्वास्थ्य आंकड़ों, नैदानिक उद्देश्यों, महामारी विज्ञान अनुसंधान और स्वास्थ्य प्रबंधन के लिए किया जाता है। यह WHO के सदस्य देशों के लिए नैदानिक वर्गीकरण का मानक है।
- **DSM-5 के साथ सामंजस्य (Harmonization with DSM-5):** WHO और APA ने ICD-11 और DSM-5 के बीच अधिक सामंजस्य बनाने के लिए मिलकर काम किया है, ताकि वे एक दूसरे के साथ संगत हों और निदान में विश्वव्यापी एकरूपता बढ़ सके।
- **आधुनिक और डिजिटल-तैयार (Modern & Digital-Ready):** ICD-11 को डिजिटल वातावरण के लिए डिज़ाइन किया गया है, जो इलेक्ट्रॉनिक स्वास्थ्य रिकॉर्ड और डेटा विश्लेषण के लिए बेहतर अनुकूल है।
- **मुख्य परिवर्तन (Key Changes in ICD-11):**
- **नये विकार:** जटिल आघात-संबंधी तनाव विकार (Complex PTSD), गेमिंग विकार (Gaming Disorder)।
- **पुनर्वर्गीकरण:** "लिंग पहचान असंगति" (Gender Incongruence) को मानसिक विकारों के अध्याय से हटाकर यौन स्वास्थ्य से संबंधित स्थितियों के अध्याय में स्थानांतरित कर दिया गया है।
- **सिज़ोफ्रेनिया के उप-प्रकारों का उन्मूलन:** DSM-5 की तरह ही, ICD-11 ने सिज़ोफ्रेनिया के उप-प्रकारों को हटा दिया है।
- **उपयोग:** यह यूरोप, एशिया और अन्य कई देशों में प्राथमिक वर्गीकरण प्रणाली है।

III. तुलना और संबंध (Comparison and Relationship):

- **उद्देश्य में समानता (Similarities in Purpose):** दोनों प्रणालियों का प्राथमिक उद्देश्य मानसिक स्वास्थ्य विकारों का सटीक, विश्वसनीय और वैध वर्गीकरण प्रदान करना है ताकि पेशेवरों के बीच संचार और उपचार में सुधार हो सके।
- **सामंजस्य का प्रयास (Efforts for Harmonization):** DSM-5 के विकास में ICD-11 के साथ जितना संभव हो उतना सामंजस्य स्थापित करने का प्रयास किया गया था, ताकि निदान में वैश्विक संगति सुनिश्चित हो सके। हालांकि, अभी भी कुछ अंतर मौजूद हैं।
- **दर्शकों और उपयोग में अंतर (Differences in Audience & Use):** DSM-5 मुख्य रूप से अमेरिकी शोधकर्ताओं और चिकित्सकों के लिए एक नैदानिक उपकरण है, जबकि ICD-11 एक वैश्विक सार्वजनिक स्वास्थ्य और सांख्यिकीय उपकरण है जिसका व्यापक उपयोग होता है।

IV. वर्गीकरण प्रणालियों की सीमाएँ/आलोचनाएँ (Limitations/Criticisms of Classification Systems):

यद्यपि ये प्रणालियाँ आवश्यक हैं, उनकी कई आलोचनाएँ भी हैं:

- **लेबलिंग और कलंक (Labeling and Stigma):** निदान एक 'लेबल' लगा सकता है, जिससे व्यक्ति को समाज में कलंक और भेदभाव का सामना करना पड़ सकता है।
- **श्रेणीबद्ध बनाम आयामी दृष्टिकोण (Categorical vs. Dimensional Approach):** दोनों प्रणालियाँ मुख्य रूप से श्रेणीबद्ध हैं, जबकि कई मनोवैज्ञानिक मानते हैं कि मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ एक सततता (continuum) पर मौजूद होती हैं। हालांकि, DSM-5 और ICD-11 दोनों ने आयामी पहलुओं को शामिल करने का प्रयास किया है।
- **सह-रुग्णता (Comorbidity):** एक ही व्यक्ति में एक से अधिक मानसिक विकार का सह-अस्तित्व आम है, जिससे निदान और उपचार जटिल हो

जाता है।

- **विश्वसनीयता और वैधता के मुद्दे (Reliability and Validity Issues):** हालांकि विश्वसनीयता में सुधार हुआ है, फिर भी कुछ विकारों के लिए विभिन्न चिकित्सकों के बीच निदान की संगति (consistency) एक चुनौती बनी हुई है।
- **अत्यधिक निदान और चिकित्साकरण (Over-Diagnosis and Medicalization):** आलोचक तर्क देते हैं कि ये मैनुअल सामान्य मानवीय समस्याओं या दुखों को भी विकारों के रूप में वर्गीकृत करके 'चिकित्साकृत' (medicalize) करते हैं, जिससे अनावश्यक उपचार हो सकता है।
- **सांस्कृतिक पूर्वाग्रह (Cultural Bias):** मुख्य रूप से पश्चिमी परिप्रेक्ष्य में विकसित होने के कारण, ये प्रणालियाँ अन्य संस्कृतियों के लिए पूरी तरह से उपयुक्त नहीं हो सकती हैं, हालांकि ICD-11 ने वैश्विक उपयोग को ध्यान में रखा है।

निष्कर्ष (Conclusion)

DSM-5 और ICD-11 दोनों आधुनिक मानसिक स्वास्थ्य देखभाल के आधार स्तंभ हैं। वे पेशेवरों को असामान्य व्यवहार को व्यवस्थित रूप से समझने, संवाद करने और उसका उपचार करने के लिए एक ढाँचा प्रदान करते हैं। हालाँकि उनकी अपनी सीमाएँ हैं, विशेषकर लेबलिंग और श्रेणीबद्ध प्रकृति के संबंध में, उनके निरंतर विकास और सामंजस्य के प्रयास इस क्षेत्र में एक अधिक सटीक, विश्वसनीय और विश्व स्तर पर प्रासंगिक वर्गीकरण प्रणाली की ओर ले जा रहे हैं।

🔄 **DSM-5 और ICD-11 में अंतर (Difference Between DSM-5 and ICD-11)**

विशेषता	DSM-5	ICD-11
प्रकाशक	अमेरिकन साइकियाट्रिक एसोसिएशन (APA)	विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO)
उद्देश्य	मानसिक विकारों का निदान	सभी रोगों का वैश्विक वर्गीकरण

क्षेत्र	मुख्यतः अमेरिका	वैश्विक (भारत सहित)
मानसिक विकारों की सीमा	केवल मानसिक विकार	मानसिक + शारीरिक दोनों बीमारियाँ
नवीनतम संस्करण	DSM-5 (2013)	ICD-11 (2022)
व्यावहारिक उपयोग	क्लीनिकल सेटिंग, साइकोथेरेपी	मेडिकल रिकॉर्ड, अस्पताल, स्वास्थ्य रिपोर्टिंग

MULTIPLE CHOICE Questions MCQ

यूनिट 1.1: असामान्य व्यवहार की परिभाषा और प्रकृति (Definition and Nature of Abnormal Behavior)

- 1.असामान्य व्यवहार को मुख्य रूप से किस विशेषता के आधार पर परिभाषित किया जाता है?

a) केवल सांख्यिकीय रूप से दुर्लभ व्यवहार
b) केवल सामाजिक मानदंडों से विचलन
c) व्यक्ति के लिए या दूसरों के लिए **संकट (distress)**, **दुष्क्रिया (dysfunction)** या **खतरा (danger)** पैदा करना
d) केवल ऐसी हरकतें जो समझ से बाहर हों
सही उत्तर: c

- 2.सामान्य और असामान्य व्यवहार के बीच संबंध को अक्सर किस रूप में वर्णित किया जाता है?

a) एक स्पष्ट द्विआधारी विभाजन (binary division)
b) एक **सततता (continuum)** या स्पेक्ट्रम
c) स्थिर और अपरिवर्तनीय श्रेणियां
d) एक-दूसरे से पूरी तरह से स्वतंत्र अवधारणाएं
सही उत्तर: b

- 3.असामान्य व्यवहार की प्रकृति को समझना क्यों जटिल है?

a) क्योंकि यह केवल जैविक कारकों पर निर्भर करता है।
b) क्योंकि इसकी परिभाषा **सांस्कृतिक संदर्भ** और **व्यक्तिपरकता** पर निर्भर करती है।
c) क्योंकि सभी असामान्य व्यवहार खतरनाक होते हैं।
d) क्योंकि सामान्य और असामान्य व्यवहार एक ही होते हैं।
सही उत्तर: b

यूनिट 1.2: असामान्य मनोविज्ञान की ऐतिहासिक पृष्ठभूमि (Historical Background of Abnormal Psychology)

- **1.**प्राचीन और मध्यकालीन समय में असामान्य व्यवहार के लिए मुख्य रूप से किस कारण को जिम्मेदार ठहराया जाता था?

a) मस्तिष्क की शिथिलता
b) **बुरी आत्माओं का कब्ज़ा या दैवीय क्रोध**
c) व्यक्तिगत संकट
d) सामाजिक अलगाव
सही उत्तर: b

- **2.**हिप्पोक्रेट्स (Hippocrates) ने असामान्य व्यवहार के कारण को किससे जोड़ा?

a) डायन विद्या (witchcraft)
b) अचेतन संघर्ष
c) **चार तरल पदार्थों (humors) का असंतुलन**
d) सामाजिक दबाव
सही उत्तर: c

- **3.**नैतिक उपचार आंदोलन (Moral Treatment Movement) का मुख्य जोर किस पर था?

a) मानसिक रोगियों को चेन में बांधना

b) मानसिक विकारों के जैविक कारणों पर शोध
c) **मानसिक रूप से बीमार व्यक्तियों के साथ मानवीय और सम्मानजनक व्यवहार**
d) असाइलम में भीड़ बढ़ाना
सही उत्तर: c

- **4.**20वीं सदी की शुरुआत में मनोविश्लेषण (Psychoanalysis) दृष्टिकोण किसने प्रस्तुत किया, जिसने अचेतन संघर्षों पर जोर दिया?

a) बी.एफ. स्किनर
b) **सिगमंड फ्रायड**
c) जॉन बी. वॉटसन
d) एरॉन टी. बेक
सही उत्तर: b

यूनिट 1.3: असामान्य व्यवहार के मापदंड (Criteria of Abnormality)

- 1.निम्नलिखित में से कौन असामान्य व्यवहार के "4 D" मापदंडों में से एक है?

a) सुसंगतता (Consistency)
b) संतोष (Contentment)
c) **दुष्क्रिया (Dysfunction)**
d) सह-कार्य (Cooperation)
सही उत्तर: c

- **2.**केवल "संकट/व्यक्तिगत व्यथा" को असामान्य व्यवहार का एकमात्र मापदंड क्यों नहीं माना जा सकता?

a) क्योंकि सभी असामान्य व्यवहार संकट पैदा नहीं करते (जैसे उन्माद)।
b) क्योंकि सामान्य जीवन की घटनाओं (जैसे शोक) में भी संकट होता है।
c) **a और b दोनों**
d) क्योंकि संकट को मापना असंभव है।

सही उत्तर: c

- 3.सांख्यिकीय विचलन (Statistical Deviance) को असामान्य व्यवहार का एकमात्र मापदंड मानने में क्या समस्या है?

a) सभी दुर्लभ व्यवहार असामान्य नहीं होते (जैसे असाधारण प्रतिभा)।
b) यह मापदंड सांस्कृतिक संदर्भ की उपेक्षा करता है।
c) यह मापदंड व्यक्तिपरक होता है।
d) **a और b दोनों।**
सही उत्तर: d

- 4."4 D" मापदंडों के अलावा, असामान्य व्यवहार का आकलन करते समय किस अतिरिक्त कारक पर विचार करना महत्वपूर्ण है?

a) व्यक्ति की ऊंचाई
b) **व्यवहार की विकासात्मक उपयुक्तता (developmental appropriateness)**
c) व्यक्ति की पसंदीदा रंग
d) व्यक्ति की जन्मतिथि
सही उत्तर: b

यूनिट 1.4: वर्गीकरण प्रणाली: DSM-5 और ICD-11 (Classification Systems: DSM-5 & ICD-11)

- 1.मानसिक विकारों का नैदानिक और सांख्यिकीय मैनुअल (DSM-5) किसके द्वारा प्रकाशित किया जाता है?

a) विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO)
b) **अमेरिकन साइकियाट्रिक एसोसिएशन (APA)**
c) अमेरिकन मेडिकल एसोसिएशन (AMA)
d) सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल (CDC)
सही उत्तर: b

- **2.**रोगों का अंतर्राष्ट्रीय वर्गीकरण (ICD-11) किसके द्वारा प्रकाशित किया जाता है और इसमें क्या शामिल है?

a) अमेरिकन साइकियाट्रिक एसोसिएशन (APA); केवल मानसिक विकार
b) **विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO); सभी ज्ञात बीमारियाँ और स्वास्थ्य संबंधी स्थितियाँ**
c) संयुक्त राष्ट्र; केवल शारीरिक बीमारियाँ
d) रेड क्रॉस; केवल महामारी संबंधी डेटा
सही उत्तर: b

- **3.**वर्गीकरण प्रणालियों (जैसे DSM-5 और ICD-11) की एक सामान्य आलोचना क्या है?

a) वे मानसिक बीमारियों से जुड़े कलंक को पूरी तरह से हटा देती हैं।
b) वे व्यक्ति की विशिष्टता को अनदेखा करके "**लेबलिंग**" को बढ़ावा देती हैं।
c) वे बहुत कम विकारों को वर्गीकृत करती हैं।
d) वे उपचार योजना को जटिल बनाती हैं।
सही उत्तर: b

- **4.**DSM-5 में DSM-IV की तुलना में एक महत्वपूर्ण बदलाव क्या था?

a) नैदानिक मानदंडों को हटाना
b) **बहु-अक्षीय (multiaxial) निदान प्रणाली का उन्मूलन**
c) केवल जैविक कारणों पर ध्यान केंद्रित करना
d) सभी विकारों को केवल आयामी रूप में प्रस्तुत करना
सही उत्तर: b
****

✅ Unit 1.1: असामान्य व्यवहार की परिभाषा एवं स्वरूप (Definition and Nature of Abnormal Behaviour)

1. असामान्य व्यवहार की सबसे सटीक परिभाषा क्या है?

A. जो समाज में आम हो
B. जो व्यवहार सांख्यिकीय दृष्टिकोण से सामान्य सीमा में हो
C. जो व्यक्ति की कार्यक्षमता में बाधा डाले और उसे मानसिक कष्ट दे
D. जो मजाकिया हो
उत्तर: C
2. "Maladaptive Behaviour" का अर्थ है —
A. समाज के अनुसार अच्छा व्यवहार
B. ऐसा व्यवहार जो समाज को लाभ पहुँचाए
C. ऐसा व्यवहार जो व्यक्ति की दैनिक गतिविधियों में बाधा उत्पन्न करे
D. पढ़ाई से संबंधित व्यवहार
उत्तर: C
3. असामान्य व्यवहार का अध्ययन किस मनोविज्ञान शाखा से संबंधित है?
A. सामाजिक मनोविज्ञान
B. व्यक्तित्व मनोविज्ञान
C. विकृत मनोविज्ञान
D. संगठनात्मक मनोविज्ञान
उत्तर: C (विकृत/Abnormal Psychology)

✅ Unit 1.2: ऐतिहासिक दृष्टिकोण (Historical Views of Abnormal Behaviour)

4. मध्यकालीन युग में असामान्य व्यवहार को क्या माना जाता था?
A. जैविक दोष
B. सामाजिक समस्या
C. दैवी शक्ति या राक्षसी प्रभाव
D. शिक्षा की कमी
उत्तर: C
5. हिप्पोक्रेटीज़ (Hippocrates) ने असामान्य व्यवहार को किस आधार पर समझाया था?

A. धार्मिक आधार पर
B. आत्मा दोष के रूप में
C. शरीर के चार तरल पदार्थों (humors) के असंतुलन के रूप में
D. ब्रह्म दोष के रूप में
उत्तर: C
6. "Moral Treatment Movement" का संबंध किससे है?
A. दंडात्मक उपचार से
B. नैतिक और मानवीय दृष्टिकोण से उपचार
C. तंत्र-मंत्र से इलाज
D. केवल औषधि से इलाज
उत्तर: B

✅ Unit 1.3: असामान्यता के मापदंड (Criteria of Abnormality)

7. निम्न में से कौन-सा मापदंड असामान्यता की पहचान के लिए उपयुक्त है?
A. सांख्यिकीय अपवर्जन
B. सामाजिक अपवर्जन
C. व्यक्तिगत परेशानी
D. उपरोक्त सभी
उत्तर: D
8. कोई व्यक्ति बिना कारण अपने बाल नोच रहा है, यह किस मापदंड से असामान्य कहा जा सकता है?
A. सामाजिक अपवर्जन
B. तर्कहीन व्यवहार
C. सांख्यिकीय अपवर्जन
D. व्यक्तिगत सुविधा
उत्तर: B
9. बहुत ऊँचा IQ (जैसे 145) किस मापदंड में आता है?
A. दुष्क्रियात्मकता
B. व्यक्तिगत परेशानी

C. सांख्यिकीय अपवर्जन
D. खतरा उत्पन्न करना
उत्तर: C

✅ Unit 1.4: वर्गीकरण प्रणाली (Classification Systems – DSM-5 & ICD-11)

10. DSM-5 का प्रकाशक कौन है?
A. विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO)
B. अमेरिकन साइकियाट्रिक एसोसिएशन (APA)
C. यूनिसेफ
D. नासा
उत्तर: B

11. ICD-11 किस संस्था द्वारा प्रकाशित किया गया है?
A. WHO
B. APA
C. UNICEF
D. NIMH
उत्तर: A

12. भारत में मुख्यतः किस प्रणाली का उपयोग होता है?
A. DSM-5
B. ICD-10
C. ICD-11
D. WISC
उत्तर: C

13. DSM-5 किस वर्ष प्रकाशित हुआ था?
A. 2010
B. 2013
C. 2015

D. 2022

उत्तर: B

14. ICD-11 में "Internet Gaming Disorder" को किसमें शामिल किया गया है?

A. मूड विकार

B. व्यक्तित्व विकार

C. व्यवहारिक व्यसनों में

D. संज्ञानात्मक विकार

उत्तर: C

****