چاپو پيون

خلل

(انساني عادتن، روين
۽ مختلف مزاجن جي نفسياتي ڇاڻ)



مدهوش مير

خلل

(انساني عادتن ، روين ۽ مختلف مزاجن جي نفسياتي چاڻ)

مدهوش مير

وديا

پبليڪيشن2025ع

سمورا حق ۽ واسطا اداري وٽ محفوظ

Book No: 05

خلل

(انساني عادتن ، روين ۽ مختلف مزاجن جي نفسياتي ڇاڻ)

ليکڪ: مدهوش مير

موضوع: نفسيات

ڇاپو پهريون: 2024ع

ڇاپو ٻيو: 2025

لي آئوٽ ڊزائن: سردار بُرڙو

ٽائيٽل ڊزائين: پرڪاش ڪرمواڻي

ڇپيندڙ: وديا پبليڪيشن، حيدرآباد

ISBN-978-627-7800-27-2

KHALAL
(Psyshology)
Written by: MADOSH MIR
1st Edition: 2024
2nd Edition: 2025
Layout Design: Sardar Buriro
Title Design: Parkash karmwani
Printed by: Vidya Publication Hyderabad

For more information or order, please contact on whatsapp:
0305-2356233

ارپنا

رسول ميمڙ ۽ غفور ميمڙ جي نانءِ

ستاءُ

مهاڳ : **زندگي ۽ خلل پروفيسر ڊاڪٽر غفور ميمڻ** 10

باب پهريون :
نفسيات ڇا آهي ۽ نفسياتي علم جو تاريخي پسمنظر 26

باب ٻيون:
شخصي خرابيون 32

- شڪي مزاج شخصي خرابي 33
- سماجي دلچسپي جو رجحان گھٽجڻ 37
- غير رسمي شخصي خرابي 42
- غير سماجي نفسياتي خرابي 46
- تيزي سان بدلجندڙ مزاجي خرابي 48
- بي پي ڊي جون 9 علامتون 49
- ڊرامائي انداز اپنائيندڙ شخصي خرابي 53
- صرف 'مان ئي مان' جو اقراري شخصي خرابي 55
- بيحد پرهيزگاري شخصي خرابي 59
- ٻين جي آسري وقت وجائڻ واري نفسياتي خرابي 62
- جنوني مجبوري شخصي خرابي 65

باب ٽيون:
نفسياتي طور جنسي بيڙائپ جون بيماريون 68

- شهوت انگيز نفسياتي رجحان جو مجموعو 71
- ساڃي صنف سان جسماني ميلاپ جي نفسياتي ڪشش 76

- لڪي ڪنهن بي لباس ڪي ڏسڻ 83
- ٽئين جنس ڏانهن جسماني ڪشش محسوس ڪرڻ 86
- زبردستي جنسي عمل زنا 89
- حيوانيت/ جانور زني 92
- ننڍي عمر جي ٻارن ڏانهن جسماني لاڙو 95
- نابالغ ٻارن ڏانهن ڇڪجڻ 96
- ڪچن ٻارڙن ڏانهن جنسي ڇڪ 96
- معذورن ڏانهن جنسي ڪشش 98
- لاشن سان زنا 99
- زنا بعد قتل ڪرڻ 100
- وڏي عمر جي عورتن ڏانهن جنسي لاڙو 101
- استيج يا ڪيمرا اڳيان جسماني نمائش 101
- ڇهڻ گسائڻ ۾ جنسي لذت وٺڻ 102

باب چوٽون:

مختلف قسم جا خوف ۽ نفسيات 104

- جانورن کان خوف 106
- غير ملڪين کان خوف 106
- گندگيءَ جو خوف 106
- اوچائي کان خوف 107
- اڏام کان خوف 107
- متيءَ کان خوف 108
- شرمائڻ کان خوف 109
- ماڻهن جي ميڙ کان خوف 109
- عوام اڳيان ڳالهائڻ جو خوف 110
- عزم /معاهدي/ شادي جو خوف 110
- ڪتابن جو خوف 110
- آوازن کان نفرت 111

باب پنجون

عادتون رويا ۽ نفسياتي بيمارين جو چارت 112

- انا پرستي ۾ قاتل انسان 112
- شهرت پويان ڊوڙندڙ انسان 113
- گمان تي بہ غصو اچڻ 114
- موت جي خوف واري نفسياتي بيماري 114
- مزاجن جو هڪجئي پٽيان متجڻ 115
- وسوسن ۽ وهم سان گڏ غير منظم رهڻ 115
- گهٽي جنسي خواهش 116
- عادت 118
- رويا 118
- نفسياتي بيماري 119

:

زندگيءِ خلل

(مهاڳ)

علم نفسيات جو موضوع ڏاڍو پراسرار رهيو آهي جو مادي ۽ آهي ته روحاني ۽ آهي، روح جو مطلب انساني سياڻ، جذبا، احساس، ڪلچر وارو وهنوار آهي، جيڪو فطرتي ۽ آهي ، اختيارءِ شعور وارو ۽ آهي. معنيٰ من جي روح جي سائنس علم نفسيات آهي، پر انهيءَ کي سمجهڻ جو طريقو ڏيانءِ غور فڪر وارو آهي. اسان وٽ روحانيت مان مراد مذهب يا وري پراسرار قوتن مان ورتي ويندي آهي. سڄو مونجهارو اتان شروع ٿئي ٿو. نفسيات جو علم انسان تي ڏيان ڏي ٿو. ڪنهن حد تائين جيت جانور تي ۽.

انسان ڇو ته سماجي جانور آهي تنهن ڪري سماج جي ساختياتي نفسيات الڳ ٿيندي آهي. طبقاتي نفسيات، ڪرداري نفسيات، مذهبي نفسيات سڀ سماجي نفسيات جو حصو آهن. پر روحانيت مان مراد ڪو روح ناهي جيڪو ماڻهو جي جسم ۾ سرايت ڪري ويٺو آهي. انسان جي زندگي جا ۽ پاسا آهن مادي ءِ روحاني، ٻئي هڪٻئي سان ڳنڍيل آهن ءِ هڪ ٻئي تي اثر انداز آهن. مثال جيڪڏهن ماڻهو کي ڊپريشن آهي ته ان جا نشان مادي طور موجود هوندا آهن اهي چار ڪيميڪل دماغ ۾ پيدا ٿيندا آهن 1. ڊپامائن، 2، اندروفن، 3، آڪسوٽسن، 4، سيروٽنن، اهي ڪيميڪل دماغ ۾ گهٽ وڌ ٿين ٿا ته ماڻهو ڊپريشن جو شڪار ٿئي ٿو. پر وري اهي ڪيميڪل گهٽ وڌ ڇو ٿين ٿا. جن جو نفسيات سان ۽ تعلق آهي. جي ماڻهو کي پريشاني ٿيندي، دٻاءُ ٿيندو ، گهبراهٽ ٿيندي، ته خود ۽ خود انهن ڪيميڪلز جو گهٽ وڌ ٿيڻ شروع ٿيندو. مطلب جسمءِ نفسيات الڳ الڳ ڪري نٿا سگهجن.

سنڌي ۾ علم نفسيات ، فلسفي ۽ سائنس تي تمام گهٽ ڪم ٿيو آهي. سنڌي ماڻهو جي نفسيات هڪ الڳ بحث آهي جنهن تي الڳ ڪم ڪرڻ جي ضرورت آهي. پر مدهوش مير جو هي پهرين نوعيت جو ڪتاب آهي. جيڪو منهنجي نظر مان گذريو آهي سچ پچ ته اسان کي اهڙن ڪتابن جي ضرورت آهي، جيڪي اڃڪلهه جي دور جي ۽ ماڻهن جي نفسياتي استيبدي ڪن ۽ علم نفسيات جو شعور اجاگر ڪن.

16صدي عيسوي ۾ جڏهن رينيِ ڊيڪارٽ چيو هو ته ’ آئون سوچيان ٿو انهيءَ ڪري آهيان‘ ته پهريون دفعو ذهن ۽ جسم جو نظريو تعامل (Dualism) وجود ۾ آيو. جنهن جو مقصد هو جسم الڳ آهي ته ذهن الڳ آهي، بنيادي طور علم حاصل ڪرڻ جا جيڪي طريقا مقرر ٿيا. انهن ۾ عقل، (Rationalisms) ٻيو تجربو (Empiricism) ۽ ٽيون وجدان (Intuitionism) هئا. جسم ۾ ترقي ڪندي بائلاجي، باٽني، ڪيمسٽري، فزڪس، معاشيات وغيره ڪيترا علم متعارف ٿيندا ويا. عمليات ۾ نفسيات ، خيال پسنديِ (Solipsism) پر ذهن جي بنياد تي ايتري ترقي نه ٿي. ذهن جي بنيادي نظرين مان علم نفسيات اهم آهي. يورپ ته ذهن جي بنياد تي وجوديت ڊيڪارٽ کي چئلينج ڪيو ته انسان سوچي ٿو. انهيءَ ڪري ناهي پر موجود آهي انهيءَ ڪري سوچي ٿو.

اوڻهين صدي ۾ جڏهن دنيا علمي طور سجاڳ ٿي سائنسي رستو اختيار ڪري رهي هئي. ان وقت وليم وندٽ وليم جيمز جي استينلي هال نفسيات جي علم ۾ واڌارو ڪيو. وليم وندٽ (Wilhelm wundt) علم نفسيات کي 1879ع ۾ فلسفي کان الڳ ڪري هڪ ادراڪي ۽ سائنسي حيثيت ڏني. پر نفسيات جي دنيا ۾ ان وقت انقلاب آيو جڏهن سگمنڊ فرائيڊ، ڊاڪٽر جنگ، ڊاڪٽر ايڊلر جهڙا اهم نفسياتدان پيدا ٿيا. انهن نفسيات جي دنيا ۾ انقلاب آندو.

اڄڪلي هلي نفسيات ٻن اهم شعبن ۾ ورهائجي ويئي.

Psychology

Psychiatry

پهريون شعبو ڪردار ۾ رويي جي استيڊي ڪندو آهي، ڪا خرابي آهي تہ مشوراتي ٽيراپي ڪري علاج ڪندو آهي. ٻيو شعبو ڪردار ۾ رويي جي استيڊي سان گڏ ان جو دوائن سان علاج ڪندو آهي. يعنيٰ هڪ شعبو ذهني طور ماڻهو کي مونجهاري مان ڪيڙ جا مشورا ڏيئي، ان کي آٽت ڏيندو آهي. ٻيو ان جي وکريل ڪيميڪل جي ترتيب نيڪ ڪندو آهي.

J.A.C Brown پنهنجي مشهور ڪتاب The Distressed Mind ۾ لکيو آهي تہ نفسياتي بيمارين جا ٻہ قسم ٽيندا آهن. هڪ نيورو سز (Neurosis) ٻيو سائڪوسز (Psychosis). نيروسز بيماريون وقتي طور ڪجهہ ڪميڪلز جي گهٽجڻ يا مختلف سببن جي ڪري ذهني دباءَ جي ڪري پيدا ٽيندیون آهن. جن ۾ ڊپريشن، انگزائٽي، هيسٽيريا، دغلي شخصيت، ذهني مونجهارا، شيزوفرينا، وهم وغيره پيدا ٽيندا آهن. انهن بيمارين جو جيڪڏهن علاج نہ ٿئي تہ اهي سائڪوسز ۾ تبديل ٿي سگهن ٽيون. سائڪوسز بيمارين ۾ ۽ نيوروسز ۾ فرق اهو آهي تہ نفسياتي بيماريون جيڪي ايان پيٽالوجيڪل نہ ٻڌيون آهن. مثال دماغي طور ايان انهن ۾ عضوياتي تبديلي نہ ڪئي اٽن. عضوياتي تبديلي ماڻهو کي سائڪوسز ڪري ڇڏيندي آهي. جنهن کي اسان چريائپ چوندا آهيون. ان کان علاوه دماغي مرض الڳ آهن. ڪي پيدائشي آهن يا اڳتي هلي دماغي نقص يا منشيات جو عادي ٽيڻ ڪري ٻہ چريائپ جهڙا مرض جنم وٺن ٿا.

هاڻي اچون ٿا مدهوش مير جي ڪتاب "خلل" تي هي ڪتاب زياده تر سماجي بيمارين تي مشتمل آهي، جن جو تعلق نيروسز سان آهي.

اصل ۾ گهڻيون نيروسز بيماريون سائڪوسز ۾ تبديل ٿي ويندیون آهن. پر ايان خطرناڪ مسئلو اهو ٽيندو آهي جو نيروسز جون بيماريون پيٽالوجيڪل مسئلا پيدا ڪنديون آهن مثال: پيٽ جو خراب رهڻ، السر، بلڊ پريشر جو وڌڻ يا گهٽجڻ، متي جو سور، اکين ۾ ڏنڊ، بک جو ختم ٽيڻ،جلدي پوڙهو ٽيڻ، اصل ۾ ڊپريشن جون سئو صورتون آهن. ڪڏهن اوچتو گهبراهٽ ٽيندي ماڻهو سمجهندو دل جو مسئلو آهي پر ڊپريشن ۾

گئس جو مسئلو هوندو. جسم ۾ سور، گلي جو خراب رهڻ ، گوشت جو ڦڙڪڻ، وغيره ڪيترائي مسئلا پيدا ٿيندا آهن.

مدهوش مير جو هي ڪتاب سماجي نفسياتي خللن تي لکيل آهي، جيڪو عام فهم ٻولي ۾ لکيل آهي. ڪجھ انگريزي اصطلاح اهڙا هن ڪتاب ۾ شامل آهن جن جو ترجمو ڪري نٿو سگھجي يا وري اهو ترجمو عام ماڻھو کي انگريزي کان بہ ڏکيو لڳندو. پر هن دوست انهن نفسياتي خلل تي ڪم ڪري انهن جي نشانين کي ظاهر ڪري هڪ پھريون پٿر اڇلايو آهي تہ سنڌي سماج هن شعبي کي سمجھي.

اسان صدين کان وهمن، وسوسن، جنن، پيرن، ڪرامتن، نظر ۽ پاڻ يا نياڻ جا عادي آهيون. اسان جي لاشعور ۾ صدين جو پڙاڏو موجود آهي. تنهن ڪري اسان نفسياتي بيماري جو علاج نہ ڪرائيندا آهيون. بلڪ نفسيات مان مراد چريائپ ونندا آهيون. ڊاڪٽر جنگ خاص طور سان جبلي لاشعور جنهن کي اجتماعي لاشعور بہ چيو وڃي ٿو متعارف ڪرايو. ان مطابق لاشعور صرف فردي ۽ وقتي ناهي اهو تہ نسل در نسل هلي ٿو.

اسان وٽ نفسياتي بيمارين کي تہ ليکي ۾ نٿو آندو وڃي. اسان جي سماجي روش ميڊيڪل سائنس کان اڳان ڪوهين پري آهي. جو اسان توکل تي زندگي گذارينداآهيون. گھٽا ماڻھو جڏهن کٽ تي ڪرندا آهن پوءِ ڊاڪٽر وٽ ويندا آهن.

مدهوش مير اهڙين بيمارين جي بہ نشاندهي ڪئي آهي، جيڪي صدين کان تاريخ ۾ موجود آهن. مثال: پاڻ وڻائڻ (Narcissism) جي بيماري، هيسٽيريا، مختلف وهم، دوغلي شخصيت (Bi-polar Disorder) وغيره. ڪي بيماريون ساختياتي آهن، هر نئون دور گھٽيون نيون بيماريون بہ کڻي ايندو آهي. زرعي سماج ۾ پھراڻين ۾ شخصيتي بحران (Identity Crises) جو مسئلو ايترو نہ هو. هيسٽريا جو مسئلو وڏيڪ هو جيڪو اڄ جي دور ۾ گھڻجي ويو آهي. انهيءَ ڪري تہ جديد دور، سڌ سماع جي ذريعن گھٽ

پوست جو گھٽو مسئلو حل ڪيو آهي. انهيءَ ڪري اڇلهه هيسٽيريا جي بجاءِ ٻيا نفسياتي مسئلا وڌيا آهن.

ننڍپڻ ۾ اسان جي گهر ۾ هڪ پوڙهي پنهنجي منهن ڳالهائيندي هئي. رات جو ننڊ نه ايندي هئس پنهنجي منهن ماضي جون ڳالهيون ڪردارن سان ائين ڪندي هئي جڻ سندس سامهون ڪير ڪچهري وينو ڪري. ڊاڪٽرن کي ڏيکاريو ويو ته هنن چيو ته جيستائين پوڙهي ڳالهائيندي رهندي زنده رهندي، رات جو پي ڳالهائي ٿي ته بي ڪٽڪو آرام سان سمهي پئو، جنهن ڏينهن ڳالهائڻ ڇڏي ڏي ته سمجهو ختم آهي.

اڄ مان سوچيان ٿو ڪيٿارسزم جو ڪيڏو نه قدرتي طريقو هو پنهنجي اوطاق پاڻ مچائڻ ۽ خود ڪلامي ڪرڻ، خاص طور تي عمر جي آخري حد زوال واري آهي، ان وقت ماڻهو چاهيندو آهي هن کي ڪير ٻڌي ڪيس اهميت ڏي، ڪيس پنهنجو ڪري ان عمر ۾ هو چاهيندو آهي هن سان ڪير ڳالهائي. ڇو ته ان وقت هو Borderline Personality Disorder جو شڪار هوندو آهي. توهان اڇلهه ڏسندا آهيو ته فيس بڪ تي هر وقت ماڻهو موجود رهي ٿو، هر وقت جنهن سان ملي ٿو، ان سان گڏ فوٽو فيس بڪ تي رکي ٿو. شادي هجي يا بيماري، مهمان هجي يا دوست فيس بڪ تي فوٽو اچيو وڃي. هاڻي ته عورتون پنهنجا ويس وڳا، انداز جلوه سپ ٽڪ ٽوڪ تي پريو رکن. جيڪو رڙين پچائن اهو به فيس بڪ يا استيٽس تي. ان جو مطلب ته اهو شخصي مقابلي بازي جو سلسلو آهي، جنهن ۾ ماڻهو ٻن بيمارين جو شڪار آهي، هڪ Borderline Personality Disorder ٻيو چرڪڻ (Paranoid) جو شڪار آهن. بار بار فيس بڪ تي پنهنجو استيٽس رکي ماڻهو هڪ ٻئي تي دهونس جمائڻ ۽ مقابلي جي بيماري جو شڪار ٿي رهيا آهن. اها ڪارپوريٽ مارڪيٽ جي بيماري آهي.

ڪڏهن ڪڏهن ائبنارملٽي به نارمل ٿيڻ لاءِ هوندي آهي. جنهن لاءِ هائيڊيگر چيو هو ته انسان جو اصل مسئلو وجود ۾ اچڻ ناهي پر نابود ۾ وڃڻ آهي، تنهن ڪري انسان سڄي زندگي موت کان ڊڄندي ڊڄندي وري موت ۾

وجي پناھ ونندو آھي. تنھن ڪري ھڪ ٿيوري اھا بہ آھي تہ انسان جڏھن حالتن کي منھن نہ ڏيئي سگھندو آھي تہ چريائپ ۾ پناھ ونندو آھي. چريائپ معنيٰ شعور مان جان ڇڏائي آزاد ٿيڻ، ھتي سائڪوسز ۽ نيوروسز ۾ فرق صاف ظاھر ٿئي ٿو تہ ھڪ اھو نفسياتي مريض جنھن کي زمان و مڪان جو شعور آھي. رشتن جي سجاڻپ آھي. تحفظ جو احساس آھي، ٻيو اھو جنھن کي حواس پنھنجي زمان و مڪان جي سجاڻپ کان ٻاھر ڪڍي ڇڏين ٿا. کيس نفعي نقصان جي خبر ناھي. ائين چئجي تہ نيوروسز پھريون چريائپ جو ڏاھاڪو آھي جنھن ۾ شعور ٻڏندو ترندو آھي، اڇي ڊپ ورائيندو آھي تہ ڪٿي مان ھي نارملتي وڃائي نہ ويھان.

مدھوش ميز شخصي خرابين ۾ (Personality Disorder) جا مختلف قسم بيان ڪيا آھن. ھڪ اھم بيماري Paranoid Disorder تي لکيو آھي جنھن ۾ شخص کي لڳندو آھي تہ سڀ ھن جا دشمن آھن. اھا بيماري سڄي دنيا ۾ ايتري ڦھليل آھي جو ھر ماڻھو ٻي کي دشمن سمجھي ٿو. ٻي جي گلا ڪري ٿو. ھر ماڻھو ۾ شڪ اٿس. تنھن ڪري رشتا ناتا ٽٽي رھيا آھن. نفسياتي طور ماڻھن شين ۾ پناھ ورتي آھي. ھنن جي سجاڻپ صرف شيون آھن. جن جي ڏيکاءَ ذريعي ماڻھو ٻئي تي دھونس ڄمائي ٿو. پاڻ ڀڏائي ٿو. اھا بيماري احساس عدم تحفظ مان پيدا ٿيندي آھي. يا وري احساس ڪمتري مان پيدا ٿئي ٿي. توھان کي روڊ تي رستي تي ، پاڙي ۾ ماڻھو چرڪيل ملندا ھر وقت ٻئي تي غصو ڪرڻ وارا ٻئي جي خلاف ڳالھائڻ وارا ملندا ڇو تہ ماڻھو ھڪٻئي کي دشمن سمجھن ٿا. گلوبل ڪارپوريٽ ڪلچر جي بنيادي نفسيات بہ انوکي آھي.

تاريخ ۾ نفسياتي فلسفي جي بنياد ۾ ڪجھ جملا ھر دور جي ۽ شخصيتن جي سجاڻپ رھيا مثال ''سروم دڪم دڪم،'' معنيٰ ٻُڌ جو فلسفو جنھن زندگيءَ کي ھڪ عظيم ڏک قرار ڏنو. ڊيڪارٽ جو جملو ''مان سوچيان ٿو انھيءَ ڪري مان آھيان.'' سجاڳي واري دور جو نعرو، معنيٰ عقل جو بنياد، وري وجوديت اھو نعرو ڏنو تہ ''وجود جوھر کان اڳ آھي، وجود جو

بنياد سوچ کان ناهي بلڪ سوچ جو بنياد وجود جي ڪري آهي. معنيٰ ''بي معنويت جو جياپو'' سنڌ ۾ سيني صوفين زندگي کي هڪ سفر ۽ جدوجهد قرار ڏنو. ساختيات پڃاڻان وارن چيو ته معنيٰ آهي ئي ڪونہ. تنهن ڪري ضد ۾ ڪونهي هر شيءَ پنهنجي جڳهہ تي علحده اڪيلي اهميت جي حامل آهي. پر گلوبل ڪارپوريٽ جو نعرو آهي ته جيون جو بنياد مادر وطن ناهي، متي ناهي قوم ناهي، خاندان ناهي، سوچ ويچار ناهي، عقل ۽ تجربو ناهي، صرف مارڪيٽ آهي، جيڪو مارڪيٽ ۾ جيئي ٿو خريداري ڪري ٿو ۽ اپ ڊيٽ خريدار آهي. رات جو پيزا گهرائي ٿو ڪي ايف سي وڃي ٿو سالگره 5 اسٽار هوٽل ۾ وڃي ملهائي ٿو. شاپنگ مال ۾ پنهنجي ٻارن کان وڌي محبوبہ کي شاپنگ ڪرائي ٿو. مخصوص ڪارپوريٽ پڪنڪ ملهائي ٿو. دنيا جا ٽوئر ڪري ٿو. نئين ماڊل جي ڪار، موبائل ۽ برانڊيڊ ڪپڑا وڌي ٿو (ايتري قدر ته هاڻي گهٽا مذهبي فرض ۽ انهيءَ ۾ شامل آهن) اهو زنده آهي. باقي مرده آهن يا ڪت خلق آهن. اچو ته انهن کان جيئڻ جو حق کسيون. اها روش لاشعوري يا شعوري طور ماڻهو سمجهي ويا آهن. تنهن ڪري سڀ جيئڻ لاءِ دولت ميڙڻ جي پٺيان لڳي پيا آهن. جائز يا ناجائز جو ته سوال ئي ڪونهي. سنڌ انهيءَ ڪري هڪڙا بدترين چاپلوس، چمچا، وڪائو گهوڙا، سازشي عناصر پيدا ڪيا آهن، هي سڀ پيرانوئڊ (Paranoid) بيماري آهي. ڪير ڪنهن جو ناهي. ڪير مري ٿو يا ڪير جيئي ٿو ڪنهن جو ڪنهن سان ڪو تعلق ناهي، وقتي جذبا آهن. هر ڪو مفاد تي ڦري پيو. ڏٺو وڃي ته مُردن جي جنگ آهي. جيڪي مشيني ماڻهو وڙهن پيا. ڇا انهيءَ سماج کي اسان نارمل چئي سگهون ٿا. ڪيتري اڪيلائي آهي! ڪيترو ماڻهو ائبسرڈ زندگي گذاري ٿو. ڇا اها شيزو فرينيا ناهي ته اسان کي جيڪو نظر اچي ٿو، اهو آهي ئي ڪونہ. بظاهر ڏنل ٿهڪن ۾ اڪيلن سڏڪن جو پڙاڏو ناهي؟ ميٽرڪس جي دنيا، سائبورگ جي دنيا ۽ اينڊرائڊ سروگيٽ جي دنيا هڪ ورچوئل دنيا آهي. ان ۾ زمان و مڪان غائب ٿيو وڃي. آمريڪا ۾ ويٺل ماڻهو پاڪستاني سان سيڪنڊن ۾ روح رهاڻ وينو ڪري پر ورچوئل،

اهڙي طرح گڏ ويندل زال مڙس، والدين ٻار پاڻ ۾ گڏ پلي ويندل هجن پر هنن جو من، دماغ، ڪتي مشغول آهي، ته ڇا اسان شيزوفرينڪ ناهيون؟ گهٽو اڳ ته اسان کي ويدن ۾ هيءُ فڪر مليو ته هيءَ مايا آهي، حقيقت ڪجهه ٻه ناهي ته پوءِ اسان جيڪي ڏسون ٿا، ٻڌون ٿا، سونگهيون ٿا اها ڪٿي قدرتي شيزوفرينيا آهي. جيڪا پيدائشي ورثي ۾ ملي ٿي. ڇا زندگي هڪ شيزوفرينڪ عمل آهي. هي هڪ وڏو سائنسي بحث آهي ته جيڪو نظر اچي ٿو اهو ٻه حقيقي آهي يا نه، يا دنيا جو ڪيترو حصو اسان اڃان نٿا ڏسي سگهون.

انهيءَ ڪري فرائيڊ چيو هو ته دنيا ۾ نارملتي جهڙي ڪا شيءَ آهي ئي ڪانه. نارمل ۽ ائبنارمل ته ٻه عمودي ليڪون آهن. جن جي وچ مان ماڻهو گذري ٿو. شاهه لطيف چيو هو:

ڪين ڏرتتي ماءِ ، ڪين ڇر سندي سڇٽين
هلي ۽ واجهاءِ، ٻنهي ڇيرن وچ ۾.
(سر حسيني)

جيڪڏهن نارملتي ناهي معنيٰ اسان مان ڪوبه نارمل ناهي بلڪ نارمل ڪا شيءَ ٿيندي ناهي. ته ڇا اسان چريا آهيون. بلڪل ٻه نه اسان ائبنارملتي ۾ نارمل آهيون. تنهن ڪري خبر ناهي ته فطرت ۾ نارملتي صحيح آهي يا ائبنارملتي صحيح آهي.

مدهوش مير جن نفسياتي بيمارين جي نشاندهي ڪئي آهي. اهي سڀ گڏ ڪري انهن جون علامتون جاچيون ويون ته سڄو سماج نفسياتي مريض نظر ايندو. ڪو سماج ڪان ڇرڪيل آهي، ڪو سماجي عدم تحفظ جو شڪار آهي، ڪنهن کي خوف (Phobia) جون مختلف شڪليون آهن. جيڪي تقريبن 70 شڪليون آهن. ڪنهن کي پاڻ پڏائڻ جو شوق آهي ، ڪنهن کي ٻئي سان دشمني جو شوق آهي ، ڪو ماڻهن مان بيزار آهي، ڪو معاشي دٻاءَ جو شڪار آهي. ڪو بيماري جي ڪري ڊپريس آهي ته ڪو بي روزگاري جي ڪري ڊپريس آهي. ڪو رڳو ڏيکاءَ پرستي جو شڪار آهي ،

ڪو وري ظالم بڻجي رشتن ناتن کان ڪتجي زندگي ۾ فرعون بڻجي گذاري ٿو. ڪو ٻئي کي اذيت ڏيڻ ۾ خوشي ماڻي ٿو. ڪو پنڻ جو عادي ته ڪو ڪنجوس دولت گڏ ڪرڻ جو عادي. ڪنهن کي پنهنجي طاقت جو نشو ڪنهن کي اقتدار جو نشو، غرور ۽ تڪبر ته خطرناڪ حد تائين وڌيو آهي، ماڻهو جڏهن کان شين جو دلده ٿيو آهي، استيتس ۽ طاقت جو پوجاري ٿيو آهي. ماڻهو مان ماڻهپو موڪلائي ويو آهي، پر خبر ڪانه اٿس ته ماڻهو ۾ ڪلهي مڱي آهي اوچتو ڦوڪ نڪريو وڃيس.

ڪهڙي ستين سار، وچ کونديءَ ويسارا
تو جيڏا تو يار، لهرن لهوارا ڪيا.

مطلب ته سڄو سماج نفسياتي بيمار آهي. تنهن ڪري شايد فرائيڊ چيو هو ته ماڻهو مجرم نه پر بيمار آهي. معني ماڻهو رحم جوڳو آهي. پر ماڻهو ظالم به آهي، بي رحم به آهي. قاتل به آهي. انهيءَ کي فرائيڊ لاشعور جو ڪاڪ محل قرار ڏنو. مطلب ته انسان جبريت جو شڪار آهي. ارادي جي آزادي به جبريت جي پيداوار آهي.

شيخ ايياز چيو هو : هي ڏوهه نه آ ماڻهو جو، مون متي ٻيهر ڳوهي آهي.
شاهه لطيف چيو هو: موڪي چوڪي نه ٽئي، اصل اوڇي ذات

اها اوڇي ذات لاشعور ۾ صدين کان انسان جو جينز آهي. جيڪو ردعمل ظاهر ڪري ٿو.

پر حقيقت ڇا آهي؟. انسان جي تربيت به ٽئي ٽي، شعوري عمل جو رد عمل به ڏي ٿو. انسان کي ڊپ ڏيئي قانون تي عمل به ڪرائي سگهجي ٿو. انسان کي سڌارڻ جو پريوگ به ٽئي ٿو. ته ڇا انسان کي بيروني قوت بدلائي سگهي ٿي؟ انسان کي پاڻ کي سنيالڻ ۽ ڀلائڻ يا پرچائڻ جو ڪم ڪرڻو آهي. جي هو پاڻ کي پرچائي سگهي ٿو ته پوءِ نارمل آهي. ٻاهريون قوتون ڪيس اخلاقي قدرن يا Sublimation جي ذريعي ماڻهو کي انسان ٺاهڻ جا جتن ڪن ٿيون. صوفي موت جي ڊپ سان ۽ دنيا مايا جو مه قرار ڏيئي انسان کي پنهنجي وحشياڻي فطرت کان ٻاهر ڪڍن ٿا. ترقي پسندي انسان کي

سماج تبديل ڪرڻ جو جوهر ڏي ٿي. وجوديت پاڻ مڃرائڻ لاءِ بغاوت لاءِ اتساهي ٿي. پر زندگي کي رومانسزم جي قوت بچائي ٿي. جيڪا قدرتي قوت انسان ۾ آهي جيڪڏهن اها قوت گهٽجي وڃي تہ ماڻهو نفسياتي بيمارين جي ور چڙهي ويندو پاڻ سنياليءِ پرچائي نہ سگهندو. حقيقت ۾ انسان پاڻ مان اڇي ڦاٽو آهي ڇا ڪري ڪو گس ڪونهي. هاڻي پاڻ کي فريب ڏيئي جيئاري نہ تہ رڙيون ڪري مري ويندو. معنيٰ هڪ بهترين پليسيبو پاڻ کي ڏيڻ وارو نارمل رهي سگهي ٿو.

نارمل زندگي هر روپ کي بيلنس ڪرڻ جو نالو آهي. درد ءِ لذت کي، ميلاپ ءِ جدائي کي، پيار ءِ نفرت کي، طاقت ءِ ڪمزوري کي، هٺ ءِ عاجزي کي، عروج ءِ زوال کي، بک ءِ ڏئو کي، غريبي ءِ اميري کي، جواني ءِ پيري کي، محرومي ءِ عنايت کي. سيني شين کي جيترو بيلنس ڪري سگهندو پاڻ نارمل رهندو. جي ڪنهن شيءَ کي پاڻ تي زياده طاري ڪري ڇڏيائين تہ ائبنارملتي ڏانهن ويندو. سنا سماج انسان کي نارمل ٿيڻ جا موقعا فراهم ڪندا آهن. سنو سماج ان کي چئي سگهجي ٿو. جيڪو ماڻهو کي مهذب بنائڻ جو موقعو ڏي کيس وحشت کان بچائي سندس بنيادي ضرورتون پوريون ڪري. اسان جو طبقاتي ءِ ڪمرشل سماج غير انساني آهي، جنهن ڪري ڪير بہ نارمل ناهي. بلڪ ائين چئي سگهجي ٿو تہ انسان واپس جانور ٿيڻ کان بہ اڳتي ڪهڙي جيوت بڻجندو ڪجهہ چئي نٿو سگهجي. مدهوش مير انهن سيني نفسياتي بيمارين جي نشاندهي ڪري ٿو. گهٽ ۾ گهٽ اسان جي سماج جي هر ماڻهو کي اهو ڪتاب پڙهي پنهنجي نفسياتي حالت کي سمجهڻ گهرجي.

هاڻي اسان اچون ٿا مدهوش جي ڪتاب خلل جي باب ٽئين تي، جيڪو نفسياتي طور جنسي بيمارين تي لکيل آهي.

جنس دنيا جو پراڻو موضوع آهي. جنسي بيماريون هڪ پيٿالوجيڪل ٿيندیون آهن، ٻيون نفسياتي. گهڻن ڏاهن جو خيال آهي تہ جنس جو 70 سيڪڙو تعلق نفسيات سان آهي. نفسيات جا سوين روپ آهن جيڪي

جنس ۾ ظاهر ٿين ٿا. جنس (Sex) آهي ڇا؟ علم نفسيات ۾ فرائيڊ انسان ۾ جنس جي پيشوائي ڪرڻ واري قوت کي لبيڊو (Libido) چيو آهي. لبيڊو بنيادي طرح جانور جي جنس کان مختلف آهي، ڇو ته خالي پيٽ جو صرف هڪڙو مسئلو آهي، پر پريل پيٽ جا هزارين مسئلا آهن. انسان جا هزارين مسئلا آهن. ڇو ته ان جي جنس جانور وانگر ناهي. هڪ ته دنيا جي جانورن ، پکين جيتن جٽن، ڪيڙن ماکوڙن جي مادي جي جنس موسمي ٿيندي آهي. پر انسان جي جنس ڪل وقتي آهي. ان کان پوءِ تبديلي پسند آهي. ڇو ته انسان جي جنس جي لذت شعوري طور ياداشت ۾ وڌيڪ کان وڌيڪ مزي ڏانهن ويندي آهي. انسان جي دماغ ۾ جيڪي ڪيميڪل مزو يا سرور ڏيندڙ آهن انهن کي هڪ مزي کي ايترو زم ڪندا آهن جو وري ٻئي دفعي انهن ڪيميڪل کان وڌيڪ مقدار ئي انهن کي سرور ڏيئي سگهن ٿا. انهيءَ ڪري وڌ کان وڌ لذت تبديلي ۾ انسان کي مزو ڏيئي سگهي ٿي.

جنس زندگي جو روح آهي، اها طاقت آهي جنهن کي ٻاهر ڪيڻ سان انسان جي بقا جاري رهي ٿي.. جنس ڪائنات کي دريافت ڪرڻ جو نالو آهي. انسان جيترو پاڻ کي کپائي ٿو اوترو نوبنو رهي ٿو. پر ان کپائڻ واري نفسيات ۾ اذيت پسندي جو عنصر موجود آهي. ياڪر پائي زور ڏيڻ، چڪ هڻڻ، يا مردانگي جو زور ڏيکارڻ سڀ نارمل جنسي لقاءَ آهن. مدهوش مير صاحب هتي جنسي نفسيات جون ائبنارمل صورتون بيان ڪيون آهن.

مان سمجهان ٿو ته انسان ۾ اهي سيئي نفسياتي جنسي ڪجرويون (Repression) موجود رهيون آهن. هم جنس پسندي، اذيت پسند جنسي خواهش، متي ۾ لت پت ٿي جنسي مزو ونڻ، يا وري جانورن سان جنسي عمل ڪرڻ، اگهاڙا فوٽو ڏسڻ، اگهاڙو ٿي پاڻ کي ڏسڻ، يا ٻئي کي ڏسڻ، ٻئي جو جنسي مزو ڏسڻ، ڇهاءَ جو مزو ونڻ، سيئي قسم انسان ۾ هڪ ئي وقت موجود هوندا آهن، جيڪي ڪڏهن بہ ائبنارملتي جي شڪل اختيار ڪري ونندا آهن. هن وقت دنيا ۾ ائبنارملتي کي نارملتي سمجهيو ويندو آهي مثال هم جنس پسندي قانوني طور جائز تسليم ڪئي ويئي. گي هجي يا لزبن ٻنهي

کي حق آهي تہ هو پاڻ ۾ گڏ رهن. وري ائنل سيڪس بہ نارمل سيڪس ۾ شامل ٿي ويو آهي. انهن جو چوڻ آهي تہ انسان کي مزو کپي. اهو هن ريت ملي ٿو تہ حرج کهڙو آهي. پر هن وقت جيڪو نئون جنسي مسئلو پيدا ٿيو آهي اهو سائبر سيڪس جو آهي. دنيا ۾ پهريون نمبر معشيت جنس جي آهي. هن وقت لکين نوجوان تصوراتي (Virtual) جنس جا عادي ٿي چڪا آهن. سوشل ميڊيا تي جنسي نمائش جي وڊيو ڪلپ ذريعي ڪروڙين ڊالر جي ڪمائي ٿئي ٿي. ان کان پوءِ جنس کي ڪيش ڪرائڻ جو رجحان عام ٿي ويو آهي. خاص طور تي غريب ۽ ڪرپٽ ملڪن ۾ بيروڪريسي. سياستدان ۽ ٻيا وڏيرا. ٺيڪيدار. ايجنسيون اڇڪلهہ پنهنجا فارم ٿهرائي چڪا آهن. جيڪي عياشي جا اڏا آهن. انهيءَ جنس تي گهڻي معشيت هلي ٿي.

مدهوش ميز جنسي بيمارين ۾ BDSM جو ذڪر ڪيو آهي. جنهن جو مطلب آهي تہ جنس ۾ هڪ جبر ٻيو زير ٿيون اذيت پسندي جو عنصر شامل آهي جنهن جو پورو نالو آهي:

``Bondage & Discipline, Dominance & Submission, or Sadism & Masochism``

هي جنسي رجحان انساني تهذيب ۾ جنس جي مختلف رجحانن جي تاريخ آهي. ڏاڪٽر جنگ انهيءَ کي انيمس ۽ اينيما جو نالو ڏنو هو. اينيما معنيٰ مرد ۾ عورت جو هئڻ ۽ اينيمس معنيٰ عورت ۾ مرد جو هئڻ.

فطرت ۾ مرد جي جنس جو رجحان غالب (Dominance) هئڻ آهي. تنهن ڪري جيڪڏهن ڪنهن عورت ۾ اينيمس جو حصو وڌيڪ آهي تہ اها عورت جنس ۾ غالب رهڻ جي ڪوشش ڪندي بلڪ ان ۾ sex sadism وڌيڪ ٿي سگهي ٿو. ساڳئي طرح جيڪڏهن اها عورت ان مرد کي وڌيڪ پسند ڪندي جنهن ۾ اينيما جو تناسب وڌيڪ هجي. جيڪڏهن عورت ۾ اينيمس گهٽ هجي تہ اها Masochist جو شڪار ٿي سگهي ٿي. معنيٰ اها عورت چاهيندي تہ ان سان زبردستي ڪئي وڃي. ان کي جنسي مزو تڏهن ئي ملندو جڏهن ان سان ريپ ٿئي. پر اهو سڀ لاشعوري هوندو آهي. عورت

اڪثر مرد سان جهيڙو ڪندي، گهر ۾ جهيڙو ڪندي، وري صلح ڪندي ڪيس پرچايو ويندو. اهو عمل بار بار ٿيندو. پاڻ اذيتي عورت وڏو مسئلو بڻجي سگهي ٿي. ساڳئي طرح پاڻ اذيتي مرد به اوترو ئي مسئلو ڪري سگهي ٿو. اهڙو مرد بار بار شڪ ڪندو زال کي طعنا ڏيندو، زال کي ماريندو وري پرچائيندو. آهستي آهستي اهڙن ماڻهن ۾ ٻيا به ڪيترائي نفسياتي مسئلا پيدا ٿي ويندا آهن.

جنسي بيمارين ۾ هڪ جانورن ڏانهن رغبت به آهي جيڪا هن ڪتاب ۾ شامل آهي. جانورن سان جنسي رغبت، مشت زني يا وري شين سان جنسي ڇڪ رکڻ هڪ ئي رخ ۾موجود آهن. پر انهيءَ جو بنيادي سبب انساني فطرت جا عجيب راز آهن. مثال ليڪڪ فرانس جي راڻي سلاگيت جو مثال ڏيندي چيو آهي ته اها راڻي پنهنجي توهين سمجهندي هئي ته ساڻس ڪير سيڪس ڪري. اها جانورن سان سيڪس ڪندي هئي. اڄ جي دور ۾ جنس ۽ جانور جو سيڪس عام آهي. شايد انسان انسان مان بيزار ٿي چڪو آهي يا وري تبديلي انسان کي تجريدي سيڪس ڏانهن وٺي ويئي آهي. اڄ تائين توهان تجريدي آرٽ، تجريدي شاعري ٻڌي هوندي پر تجريدي سيڪس به هن ڪارپوريٽ دور جي پيداوار آهي. جنهن ۾ هيٽرو سيڪس، اورل سيڪس، اينل سيڪس، اينيمل سيڪس کان علاوه پاڻ کي اذيت ڏيئي جنسي مزو ونڊ يا ٻئي کي اذيت ڏيئي جنسي تسڪين حاصل ڪرڻ سڀ تجريدي سيڪس جا نمونا آهن، مدهوش مير هن ڪتاب ۾ سيني جو ٿورو ٿورو ذڪر ڪيو آهي. مان سمجهان ٿو انهن تي تفصيل سان تحقيق ڪرڻ جي ايجان ضرورت آهي.

هن ڪتاب جو چوٿون باب مختلف خوفن جي نفسيات تي مشتمل آهي. انهيءَ ۾ اوچائي جو خوف، ميڙ جو خوف، اڪيلائي جو خوف ، موت جو خوف، وغيره موجود آهن. مون ڪٿي پڙهيو هو ته اصل ۾ هر نفسياتي بيماري ۾ ڪو نه ڪو خوف شامل هوندو آهي. مثال ڊپريشن ۾ موت جو خوف وڏي ويندو آهي. ايتري حد تائين جو ماڻهو خودڪشي ڪري سگهي ٿو. هائيڊگر

واري ڳالهه هتي سئو فيصد صحيح آهي ته ماڻهو موت کان ڀڄندي ڀڄندي وري موت ۾ پناهه وڃندو آهي جيئن هن ڪتاب ۾ انطول جو بادشاهه زهر جي خوف کان ڀڄندي ڀڄندي آخر زهر سان مرڻ کي ئي چونڊيندو آهي. منهنجي خيال ۾ ته هن خوف تي هڪ الڳ باب هئڻ گهرجي ها.

هڪ ٻيو به خيال آهي ته پيار ڪرڻ جو بنياد فطرت ۾ ضم ٿيڻ جو ٻيو نالو آهي. هڪ مشهور ڪتاب "The road Less Travelled" جيڪو ايم اسڪاٽ پيڪ جو لکيل آهي انهيءَ ۾ پيار ۾ ٻئي تي آڌار هئڻ کي به هڪ بيماري قرار ڏنو آهي. جيڪو چوي ٿو توکان سواءِ نڻو جيئي سگهان معنيٰ بيمار آهي. هو اڳتي هلي چوي ٿو ته پيار واپس ماءُ جي گرپ ۾ ضم ٿيڻ جي لاشعوري خواهش آهي. هن جو خيال آهي ته انسان جمڻ کان وٺي فطرت کان پري ٿيڻ شروع ڪندو آهي. تنهن ڪري پيار Infancy گرپ جي لاشعوري خواهش آهي.

اڪثر توهان ڏٺو هوندو ته ڇوڪريون ڪاڪروچن يا ڪرڙي کي ڏسي وٺي رڙيون ڪنديون آهن. ڊاڪٽر سليم اختر هن تي تحقيق ڪندي چيو هو ته مرچن مثالن واريون شيون کائڻ ۽ سسڪارا ڪرڻ، ڪرڙي ڏسي رڙ ڪرڻ، يا خوف واريون فلمون (Horror movie) ڏسڻ سپ سيڪس جون علامتون آهن. سيڪس جا انوکا روپ ۽ اظهار آهن. اڪثر يورپ ۾ ڊپ واريون فلمون ڏسي ڇوڪريون پنهنجي بواءِ فرينڈ کي چهٽي ويندیون آهن. سنڊن سيڪس اپري ايندو آهي.

هن ڪتاب کي نفسياتي بيمارين جي تعارف طور سمجهڻ جي ضرورت آهي. انهيءَ ڪري ته هي ڪتاب مختلف بيمارين جي تعارف طور ڪجهه علامتون پيش ڪري ٿو. انهن جو علاج يا انهن کان بچاءَ ڪيئن ڪري سگهجي ٿو؟ اهو ايجان الڳ ۽ تفصيلي بحث آهي. پر ان کان به وڌيڪ سماج کي سمجهي ان جي مسئلن سان پيدا ٿيندڙ نفسياتي بيمارين کي سمجهڻ جي ضرورت آهي.

مجموعي طور ڪتاب ''خلل'' ڪجھ نفسياتي بيمارين کي سنو سمجھائڻ ۾ ڪامياب ويو آھي. اسان جي سماج ۾ نفسياتي بيمارين متعلق شعور اجاگر ڪرڻ جي ضرورت آھي. مان ائين چوندس تہ اسان مان ھر ماڻھو نفسياتي طور ڪٿي نہ ڪٿي بيماريءَ جو شڪار آھي پر نظرانداز ڪري ٿو يا وري شعور ئي ناھي جو ان کي سمجھي. نہ تہ ٻئي صورت ۾ نفسياتي مريضن سان اسپتالون پرجي ويجن. بدقسمتي اھا آھي تہ ھن کي بيماري ئي نٿو سمجھيو ويجي، نہ وري اسان وٽ ايترا سائڪولوجسٽ ۽ سائڪاٽرسٽ آھن.

پروفيسر ڊاڪٽر غفور ميمڻ

ڪراچي

نفسيات ڇا آهي
۽ نفسياتي علم جو تاريخي پسمنظر

نفسيات دماغ ۽ رويي جو سائنسي مطالعو آهي. اهو سمجهڻ ۽ وضاحت ڪرڻ جي ڪوشش ڪري ٿو ته ماڻهو ڪيئن سوچيندا، محسوس ڪندا ۽ عمل ڪندا آهن، انفرادي طور تي ۽ گروهه ۾ نفسيات جا ماهر مختلف طريقا ۽ نظريا استعمال ڪن ٿا عنوانن کي ڳولڻ لاءِ جيئن ته سنجيدگي واري عمل، جذبات، شخصيت، ترقي، سماجي رابطي ۽ ذهني صحت جي نفسيات واري شعبي ۾ ڏيلي شعبن جو وسيع سلسلو شامل آهي، جنهن ۾ ڪلينڪل نفسيات، تجرباتي نفسيات، سنجيدگي واري نفسيات ۽ ٻيا ڪيترائي تجربا شامل آهن، هر هڪ انساني رويي ۽ ذهني عملن جي مختلف پهلوئن تي ڌيان ڏيڻ شامل آهي.

نفسيات نفس مان ورتل آهي، جنهن جي معنيٰ آهي، ساهه جيڪو هڪ بت کي روح جي صورت ۾ جان بخشي ٿو ۽ نفسيات اهڙو علم آهي، جيڪو انسان کي پنهنجي اڌمن، امنگن، مطلبن، خيالن ۽ چالن جي ورن وکڙن کان واقف ڪري، پنهنجي ۽ ٻين جي رمزن ۽ رازن کي سمجهڻ ۽ سڃاڻڻ سيکارڻ سميت ماڻهن جي خواهشن، لاڙن، لڇڻن ۽ لياقتن کي پرکي فرق ڏيکاري نفسيات جي وسيع علم کي سولائي سان سمجهڻ لاءِ ان کي ائين چئي سگهجي ٿو ته نفسيات جي معنيٰ آهي انساني خيالن ۽ روين جو گهرائي سان مطالعو ڪرڻ. (1)

اڄ کان صديون اڳ سائنسي مضبوطي نه هئي پر ان وقت جي اهم دماغن انساني عادتن روين اٿڻ ويهڻ جي الڳ اندازن سوچن جي فرقن کي

پنهنجي فڪرمند نگاهہ سان ڏسي پتو لڳايو ۽ نفسيات جي علم تي ڳالهائي ماڻهن جي جبلتن خصلتن سميت نندين وڌين حرڪتن کي سمجهي ۽ انهن کي سيکاريو. موجوده دور ۾ نفسيات جي علم کي اڳتي وڌائيندي مواد جي معلومات فراهم ڪرڻ لاءِ Neuroscience بشريات Anthropology ۽ حياتيات physiology جهڙن شعبن کان مدد ورتي ويجي ٿي پر اڄ کان هزارين سال اڳ پراڻي مصر مان دريافت ٿيل Ebers Papyrus جون شاهديون موجود آهن. جنهن ۾ ڊپريشن ۽ ذهني خلل جي خرابي جو ذڪر موجود آهي، ويدن جي پراڻن جلدن مان به ساڳيون شاهديون مليون آهن.

مورک لکن ٿا تہ يوناني فلسفين ٿاليس، بقراط، افلاطون ۽ ارسطو جي سهيڙيل مڪالمن مان دماغي ڪمن کي چونڊيو ويو آهي. هزارين سال اڳ يوناني فلسفي، ماهر نفسيات Hippocrates (460-370 BC) ٻڌايو تہ ''نفسياتي بيماريون قدرت ۽ فطرت بجاءِ هن معاشري جي بي راهہ روين سبب ٿين ٿيون.'' 387 ق م ۾ افلاطون مشورو ڏنو تہ ''دماغ اها جڳهہ آهي جتي ذهني تسڪين وارو عمل جسماني فرحت ڏيندو آهي.'' 335 ق م ارسطو ٻڌايو تہ ''اهو دماغ جو حساس حصو آهي، جتان خوبصورت خيال ايرن ٿا ۽ اسان ان کي دل جي ڳالهہ ڪري ڇون ٿا، دل جو ڪم سوچڻ ناهي دل صرف رت جي پمپنگ جو ڪم ڪري ٿي.'' (3)

نفسيات جي پرک جا پاسا گهڻا آهن ۽ هر ملڪ ۽ سوسائٽي جي ماڻهن جا طور طريقا ريتون رسمون، احساس ،جذبا ۽ ڪيفيتن سميت تمام توازن پنهنجي سطح جي جاگرافي حدن اندر منفرد ۽ تمام گهڻو متيل آهن، بوٽان جو ماڻهو سوچي ٿو تہ پکي جانور مارڻ زبح ڪرڻ پاپ آهي پر هو گوشت کائڻ جو گهڻو شوقين آهي. سنڌ جي اتر ۽ لاڙ واري پٽين ۾ رهندڙ ماڻهن جي نفسيات ۾ موسمي فرق آهي، اهو پاسو بہ اعليٰ سطح جي نفسياتي پاسن تي سوچڻ تي مجبور ڪري ٿو.

سماجي، مذهبي، علمي، ثقافتي، ذهني، جسماني سيني عملن روين اٿڻ ويهڻ واري عادت توڙي ڏيان ڇڪائيندڙ ڳالهين کي سمجهڻ لاءِ نفسيات جي علم جي ضرورت پوي ٿي. مذهبي طور تي انسان دور اول کان هن وقت تائين

ارتقاء پذير عمل هيٺ تبديل ٿيندو اچي پيو. روسي مفڪر اسڪالر ۽ عالم انساني صحت بابت غور فڪر ڪندڙ عورت Helena Blavatsky جنهن پوري اڌ دنيا جو دورو ڪيو. ماڻهن جي مفلسي تنگدستيءَ تي روئي ڏنائين. هن پنهنجي علم جي زور تي پرکڻ پئي چاهيو ته هن عوام جي دلين ۾ بي چيني ۽ ايتري سوڙهه جو سبب ڇاهي؟ اها ڄاڻ حاصل ڪرڻ بعد هن خطاب ڪيو ته پنهنجي قومي اباڻي ٻولي نه وساريو. مذهبن جي نالي تي ماڻهن جا ذهن يرغمال نه ڪيو. مذهب سڀ هڪجهڙائين کي ٻيست جي رجحان جو تسلسل آهن. انڪري اچو ته سڀني مذهبن ۾ هڪجهڙائين کي قبولي انهن تي آمده ٿيون. پنهنجون ٻوليون پنهنجين زبانن جو تحفظ ڪيون ۽ ٻين جي فڪر ۾ انهن کي مسمار نه ڪيون.

مذهبن مان خوف واري نفسيات تي هن ويچارن بعد Theosophy نالي نئين مذهب جو بنياد رکيو ۽ هن جي فڪر جو ڦهلاءُ ڪندي، ٻين ساڻين سميت Annie Besant ان جوڙايل اداري theosophical society ۾ پنهنجون سرگرميون سرانجام ڏنيون. جنهن جو ذڪر سائين جي ايم سيد ٻه پنهنجي ڪتاب 'جديد سياست جي نو رتن' ۾ ڪيو آهي. جيڪو مڪمل طور نفسيات جي دائري ۾ ماڻهن کي خوف مان ٻاهر ڪڍڻ وارو درس هيو. چين ۾ ڪنفيوشس ٻڌمت ٻه فلسفيانه نظرين قائدن تائين نفسياتي سمجهه ۾ اضافو پيدا ٿيو. نفسيات جي علم کي جسم جو درجو ڏئي خودشناسائي ۽ مشاهدي مان حاصل ڪيل بصيرت سان گڏوگڏ توجهه جو مرڪز سوچ ۽ عمل ڪرڻ واري طريقن کي شامل ڪيو ويو. مذهبي نفسيات ۾ انسان اندر خوف پرئي خيالن کي ٻين صورتن ۾ تبديل ڪري انساني ٻلائي ڏانهن رخ موڙڻ ۾ مدد ڪئي.

سورهين صدي ۾ rene descartes هڪ سگهاري ٿيوري I think therefore I am پيش ڪئي. جنهن ۾ دماغ جون مختلف سرگرميون بيان ڪيون ته سوچ تصور حالتون ۽ احساسن جي ڪهڙي مرحلن مان ذهن گذري ٿو. هن اهو ٻه بيان ڪيو ته نفسيات فلاسافي جو حصو آهي. نفسيات تي باضابطا طور تجرباتي مطالعي جو آغاز 1854ع ڌاري ليپزنگ اداري پاران

جرمني ۾ ٿيو جتي پهريون پيرو Gustav Fechner اهو فيصلو ڪيو تہ نفسيات تي تجربو ڪيئن ڪرڻو آهي، ان لاءِ هن ڪيترن ئي ماڻهن تي هزارين تجربا ڪري ڪارائتا طريقا پيش ڪيا جنهن کي هن وقت Signal Detection Theory سان سڃاتو ويجي ٿو يعني آوازن وسيلي موجودگي جي احساس جو اندازو جيڪو گستاو جي ڪم سان منسوب آهي.

اڳتي هلي ان ڪم کي وڌائيندي Wilhelm Wundt وسيع پيماني تي چندڇاڻ بعد ان نتيجي تي پهتو تہ فرد تي تجربا ڪرڻ کان بهتر آهي تہ ان فرد جي احساس جذبات کي سمجهي هن جو introspection ڪرڻ ممڪن آهي. وندٽ جو چوڻ هيو تہ انسان پاڻ پنهنجي دماغي نقشي ۾ گردش ڪندڙ ڪيفيتن کي پنهنجي زباني ٻڌائي سگهڻ وارو مرحلو طئي ڪري، وندٽ اهو پهريون ماڻهو هو جنهن فلاسافي کي سائيڪالاجي کان ڌار ڪري الڳ سبجيڪٽ قرار ڏنو جنهن کي Structuralism واري ٿيوري ۾ بيان ڪيو ويو آهي، جيڪو نفسيات جو نهايتي اهم حصو آهي، فرد جيڪو محسوس ڪري هر ان پاسي تي الڳ نشاندهي جو مزڪر هيٺ اها ٿيوري وجود ۾ آئي Wilhelm Wundt کي جديد نفسيات جو ابو سڏيو ويجي ٿو.

ساڳئي وقت هڪ ٻئي آمريڪن ماهر نفسيات مشهور استاد William James جنهن چارلس ڊارون جي ارتقائي ٿيوري کي اڳتي وڌائيندي انساني رويي ورتاءُ human behaviour کي سمجهائڻ لاءِ انسانن ۽ جانورن جي وچ ۾ نفسياتي تجربا ڪيا. اهي انساني عادتون جيڪي جانورن سان مشابهت رکن ٿيون يا اهي جانور جيڪي انساني سڪيا بعد روين ۾ تبديل ٿي وڃن ٿا، اهڙو تجربو آمريڪن استاد ماهر نفسيات Winthrop Kellogg وينٽروپ ۽ 1930ع ۾ ڪيو. هن پنهنجي معصوم پٽ ڊونلڊ Donlad سان هڪ پولي Chimpanzee کي گڏ پالي. ان تجربي مان معلوم ڪرڻ ٻئي چاهيو تہ پولي ننڍپڻ کان انسان سان گڏ رهندي تہ ڇا هو انساني ورتائن ۽ انساني قدرن کي اپنائي سگهندي. نون مهينن تائين 'ڊونلڊ ۽ بيبي پولي' کي گڏ رهائڻ ڪانپوءِ وينٽرپ ان تجربي کي روڪي ڇڏيو. ڇو تہ ڊونلڊ ٻارڙو پولي جيان ڳالهائڻ ۽ ان کي فالو ڪرڻ لڳو. يعني سکڻ جو عمل جانور کان وڌيڪ نفسياتي طور

انسان جو مضبوط آ. سکڻ جو علم ٻنهي پاسي آ، ان کي functionalism واري اصطلاح ۾ پيش ڪيو ويو آ ۽ ان کي Evolutionary psychology ٻه چيو وڃي ٿو. مٿي بيان ٿيل سيني ماهرن جو ڪم انساني شعور جي تجربن conscious experience تي هيو.

سائنسي سهولتون وڌنديون ويون ۽ اٽويهين صدي ۾ نفسيات جي سڃي عمل جو وايو منڊل تبديل ٿي ويو. جڏهن Sigmund Freud پنهنجي علم جي جوهر ۾ شعور واري ڪيل ڪم جو ٻيو پاسو يعني لاشعور واري موضوع تي زبردست بحث ڪيا تہ unconscious ٻہ نفسيات جي سبجيڪٽ ۾ تمام اهم آهي. فرائيڊ جي لاجواب دليلن ماضي جي ڪيترين ئي ٿيوريز کي رد ڪري ڇڏيو. شعور ۽ لاشعور conscious and unconscious واري جاکوڙ ۾ هن ڪيترائي ڪارائتا نقطا پيش ڪيا جنهن ۾ هن انساني خوابن ان جي خيالن کي ميڙيو تہ ''هي جڳهہ، هي ماڻهو، هي ماحول، ڪٿي اڳ ٻہ ڏٺو هو.'' اهڙو منظر يقينن هر انسان پنهنجي زندگي ۾ ڏٺو هوندو. يعني موجوده صورتحال جو پهرين تجربي وارو احساس جنهن کي نفسياتي اصطلاح ۾ deja vu چيو وڃي ٿو سگمنڈ فرائيڊ جي انهي لاشعور واري نفسياتي تجربي psychoanalysis ڪيترن ئي ماهر نفسياتن کي متاثر ڪيو.

ان سفر تي هڪ ٻئي روسي ماهر نفسيات Ivan Pavlov جڏهن ماڻهن جي ورتائن تي ڪم ڪرڻ شروع ڪيو ۽ نفسيات جي هڪ نئين برانچ کي جنم ڏنائين، جنهن کي behaviourism چيو وڃي ٿو يعني طرز عمل روين جي نفسيات، محسوس ڪرڻ واري سڃاڻپ ۽ آواز تي ڏيان ڇڪڻ وارو عمل جنهن کي classical conditioning چيو وڃي ٿو جيڪو تجربو پاولوف ڪتن تي ڪيو هو. ماني جي ٽائيم تي گهنٽي وڄي تہ ڪتو گگ ڳاڙيندو اچي پيو. هن ڪتي کي گهنٽي جي آواز ۾ مانيءَ جو سڌ محسوس ڪرايو. انسان کا شيءَ کاڌي ۽ پيٽ خراب ٿي پيو وري جڏهن ان کاڌي جي خوشبو ايندي تہ پاڻمرادو ان انسان جو ماضيءَ ۾ ٿيل پيٽ جي خرابي وارو احساس جاڳي ٿو ۽ هو ان کاڌي کان دوري ڪندو.

وقت گذرڻ سان گڏ سائنسي ترقي نفسيات ۾ نوان لاڙا متعارف ڪرايا. ماهرن نفسيات جي ماضي واري ڪمن کي ترڪ ڪري humanistic psychology جهڙن اصطلاحن سان زبردست قدم کڻي انساني منجهارن کي بحيثيت فرد جي مختلف علامتن کي ڏسي تجربن مان ٻاهر ڪڍي نون خيالن جا جائزا پيش ڪيا. جنهن جو هڪ نمونو اڄ بہ اسڪولن ۾ نصاب طور پڙهايو ويجي ٿو Maslow's hierarchy of needs جنهن ۾ ماسلوز ماڻهن جي ان ضرورتن کي گڏ ڪيو آهي، جيڪي فطري طور انسان کي الڳ الڳ ۽ ماحول کي سمجهي موٽيويٽ ڪرڻ ۾ مددگار آهي اهو هڪ اهڙو نفسياتي نمونو آهي جيڪو انسان جي زندگي جي هر عمل تي فوڪس ڪري ٿو. اڄڪلهي نفسيات جي عمل کي سمجهڻ لاءِ هڪ نئين اصطلاح کي ڪتب آندو ويو جنهن کي Cognitive psychology چيو ويجي ٿو جنهن جي تشريح علمي نفسيات جي تعريف انفرادي سطح جي ذهني عمل جي مطالعي سان ڪئي وئي آهي جيئن معلومات جي ڪاروائي توجهہ طلب، زبان جو استعمال، ياداشت ،گهرائي، مسئلا حل ڪرڻ، فيصلي جي صلاحيت ۽ سوچن جي تبديلي واري عمل کي جديد سائنسي تجربن ۾ نفسيات جي ان پاسن تي تحقيق ڪرڻ تہ ڪهڙي روين سان فرد ۾ اهي علامتون جاڳن ٿيون، يا رهجي وڃن ٿيون، يا وري مڪمل ختم ٿي وڃن ٿيون، ان لاءِ دماغي ٽيسٽون MRI وغيره کان پوءِ انساني دماغ کي سمجهڻ ايجان وڌيڪ سولو ٿي پيو آهي، دور قديم کان جديد دور تائين نفسيات جي شعبي ۾ مسلسل واڌارو ايندو رهيو. ويجهڙائي ۾ ان تحقيقن جي نتيجي ۾ Human Experience مان ڪافي الڳ الڳ معاملن تي نظرثاني ڪئي وئي، جنهن ۾ ڪلچر، معاشرو، رشتا، مذهب، ٻاراڻا ورتاءَ سوشل ميڊيا سميت آرٽيفيشل انٽيليجس کي فرد جي سوچن خيالن جي اثر هيٺ ڪم آندو آهي، انسان کي سمجهڻ لاءِ نفسيات جي علم تي ايترو ڪم ٿيو آهي جو موجود وقت ۾ ڪنهن کي ڏسي فيصلو ڪري سگهجي ٿو تہ اهو فرد ڪهڙي ذهني خرابي ۾ مبتلا آهي، ان جي علاج جا طريقا بہ نفسيات جي علم مان ورتا ويا آهن، جيڪي اڄڪلهي پڙهنداسين.

باب ٻيو

شخصي خرابيون Personality disorder

عام طور تي هر شخص وٽ پنهنجا رويا، احساس، جذبا ۽ ڪيفيتون هونديون آهن، جن تحت هو پنهنجي سڪون مند زندگي بسر ڪري ٿو. پر جڏهن اهي رويا ۽ ورتاءَ ٻين لاءِ مشڪلاتن جو سبب بڻجن يا ان سان لاڳاپيل تعلقات ڪمزور ٿين تہ ان کي خرابي چئبو آهي. اهڙين شخصي خرابين (Personality disorder) جي عادتن روين خيالن ۽ خامين جو نفسياتي جائزو ونندي American Psychiatric Association پاران اها دعويٰ ڪئي وئي آهي تہ پوري دنيا جي ماڻهن جا فطري توڙي معاشرتي حوالي سان مختلف مزاج آهن، ڪن ماڻهن وٽ گهٽي ڪاوڙ ڏک، حساسيت، ڪروڌ، سميت مختلف نفسياتي پريشانيون عام آهن، جن لاءِ الڳ نفسياتي اصطلاح موجود آهن، پر پوري دنيا جي ماڻهن جي نفسياتي روشني APA طرفان ترتيب ڏنل هن ڪتاب Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders ۾ انهن مڙني سوچن وارن ماڻهن کي مجموعي طور تن گروپن ۾ ورهايو ويو آهي، جن ۾ هڪ ئي فرد اندر مختلف علامتون شامل آهن، تن مان personality diagnose ڪرڻ لاءِ سڀ کان پهريان عمر 18 سال کان مٿي هجي، گهٽ عمر وارا ڪيس بہ شامل آهن جيڪي قانوني بحثن هيٺ اچن ٿا، ٻيو شخص جي خراب عادتن، روين جو وقت ڏسڻ گهرجي جيڪو ڇهن مهينن کان مٿي هجي. ڪن جو پيرائ مختلف بہ آهي. ٽيون ڇاڪاڻ علامتن جي سيٽ مان نشاندهي ٿيل علامتن جو هجڻ لازمي هوندو. مثال غير سماجي شخصي خرابي آهي تہ ان ۾ ستن مان چار علامتون فرد ۾ موجود هجن، تڏهن اسان ان کي APD چئي سگهون ٿا. عام نفسياتي بيمارين ۾ هڪ علامت هوندي آهي پر شخصي خرابي جي نفسيات ۾ علامتن جو مجموعو هوندو آهي، هر گروپ جي حصن جو هيٺ مفصل ذڪر پڙهنداسين.

شخصي خرابي جو نالو اصل ۾ نفسياتي خرابي جي ڪري پيل آهي. ٻيو ته عمومن نفسياتي بيمار ڪنهن کي چوڻ سان اڳئين ماڻهو ۾ چڙ جو جزو جاڳائڻ آهي. انڪري هتي دنيا جي وڏن ماڻهن کي به ڳنڍيو ويو آهي. ڪن ته خوشي منجهان اقرار به ڪيو آهي. اهو لکڻ انڪري ضروري لڳو ته جيئن ڪو به نفسياتي مريض آر يا عيب محسوس نه ڪري. نفسياتي بيمارين جو جسماني بيمارين جيان علاج آهي. تنهن ڪري بروقت ان ڏي ڌيان ڏيڻ گهرجي.

پهريون. Cluster A ۾ شامل آهن

paranoid personality disorder
schizoid personality disorder
schizotypal personality disorder

ٻيو Cluster B شامل آهن

antisocial personality disorder
borderline personality disorder
histrionic personality disorder
narcissistic personality disorder

ٽيون Cluster C ۾ شامل آهن

avoidant personality disorder
dependent personality disorder
obsessive-compulsive personality disorder

. ...

شڪي مزاج شخصي خرابي

هن Paranoid personality disorder نفسياتي خرابي جون ست علامتون آهن. جن مان اگر چار ڪنهن ماڻهو ۾ گهٽي وقت کان موجود آهن ۽ ''مان ٺيڪ آهيان مون کي ڪجهه ناهي. ٻين کي تبديل ٿيڻ جي ضرورت آهي.''جهڙي سوچ سان گڏ فرد جي عمر 18 سالن کان مٿي آهي ته ان کي PPD ۾ شمار ڪيو ويجي ٿو يعني اهو شخص هن نفسيات جو شڪار آهي.

پهرين علامت: هيءُ فرد هر ڳالهه کي پاڻ ڏانهن منسوب ڪري ٿو ۽ پرائي ڳالهه کي سمجهي ٿو ته ماڻهو indirectway ۾ منهنجي ڳالهه کن ٿا ۽ ان جون الڳ الڳ معنائون. مطلب تلاش ڪري ٿو. انهن ڳالهين تي ڪڏهن ڪڏهن فوري طور تي ايڪشن به ڪٽي ٿو. جنهن ڪري ڳالهه ڪندڙ ماڻهو

پنهنجي صفائي ڏئي ٿڪجي ٿو پوي پر هيءُ فرد ان ڳالهه تان هٿي نٿو ته کا واقعي هيءَ ڳالهه اوهان کنهن ٻئي جي لاءِ کئي آهي، انکري لاڳاپيل ماڻهو اهڙي رويي تي پاسيرو ٿي وڃي ٿو.

ٻئي علامت: اجايو کنهن تي شڪ ڪرڻ. کنهن محفل، مجلس، ميڙاڪي ۾ ٻن ماڻهن کي پاڻ ۾ ڳالهائيندي ڏسندي فرد ذهني طور ڳالهيون گهڙڻ ۾ شروع ٿي وڃي ٿو ته هي منهنجي مخالفت ڪري رهيا آهن کنهن جي عام عمل کي پاڻ ڏانهن منسوب ڪري ۽ شڪ ۾ پاڻ کي ڪمزور ڪري ٿو. هن فرد جو کنهن تي ڀروسو ناهي هوندو. تاريخ ساز سياسي شخصيت Josef Stalin متعلق صحافي ۽ صحت جي عالمي اداري جي عهديدار Samantha Gluck پنهنجي بلاگ ۾ بيان ڪري ٿي ته ''استالن جي زندگيءَ جو مڪمل جائزو ونڊ بعد مان ان نتيجي تي پهتي آهيان ته استالن بہ اعتبار جي لحاظ کان مشڪوڪ اندازن ۾ بلڪل شڪي ۽ واضح طور هن نفسيات جو متاثر هيو.''

ٽئين علامت: پنهنجي گهر ڀاتين سميت پنهنجي دوستن کي بہ شڪ جي نگاهه سان ڏسڻ. اهڙن ماڻهن جا دوست گهٽ ٿيندا آهن، ڇو ته کين دوستي نيائڻ يا رکڻ ايندي ناهي. سندن اهڙن روين سان رشتا خراب ٿيندا آهن. اهي شڪ جي دائري ۾ پنهنجي زال، ماءُ، ڏيءَ تي بہ مختلف قسمن جا شڪ ڪن ٿا. جي مائي آهي ته اها مڙس، پاءُ، پيءُ، ڏير، پٽ مٽان شڪ ڪري ٿي ته هنن جو کنهن ڏارئي ماڻهو سان ڪو نياءُ آهي. ان حرڪت ۾ هي فرد نقصان بہ ڪندا آهن. پلي ڪجهه بہ نہ هجي پر تنهن باوجود بہ فرد شڪ ۾ رهي ٿو. سوئيزرلينڊ ۾ 2010ع ڏاري مشهور واقعي ۾ Bogart H نامي شخص مسلسل فون ڪال بزي هجڻ ڪري پنهنجي زال کي چاڪو هڻي ماريو. ڪيس هليو. پڇا ٿي ته چيائين 'منهنجي زال جو نمبر مسلسل مصروف پيو ملي، مون کي شڪ ٿيو ته هوءَ پنهنجي اڳئين بواءِ فرينڊ سان ڳالهائيندي هوندي. جڏهن مان بواءِ فرينڊ جو نمبر هنيو ته اهو بہ مصروف هيو. پڪ ٿي وئي ته هو ٻئي مونکان لڪي هڪٻئي سان ملندا هئا انکري مون زال جو قتل ڪيو.' اسان وٽ اهڙا واقعا روز جو معمول آهن، جڏهن ڪورٽ ان

ڪيس جي تصديق ڪئي ته اها عورت مسلسل پنهنجي ماءُ سان ڳالهائيندي هئي.

چوٿين علامت: فرد لاءِ اندر جي ڳالهه پلي عام هجي يا خاص پر ڪنهن کي ٻڌائي نه ٿو. هيءُ فرد سمجهندو آهي ته متان مان ڪنهن سان ڳالهه ڪيان ۽ پوءِ هو وري ان ڳالهه کي منهنجي مخالفت ۾ نه پيش ڪري. حقيقت ۾ ائين عام طور تي ممڪن هوندو آهي ته وقت گذرڻ کان پوءِ اهو راز اسان جو فاش ٿي ويندو آهي پر ان هوندي به هر ماڻهوءَ جو هڪ رازدار هوندو آهي ۽ عام ماڻهو پنهنجي رازدار اڃيان يقين سان ڳالهيون رکندو آهي پر هيءُ فرد نه رکندو. Saddam Hussein جي انٽرويو بعد عراقي صحافي ۽ ليڪڪ پنهنجي استوري ۾ واضح ڪيو ته ''صدام حسين به ان پيچيده ڪيفيت ۾ ورتل هيو جنهن کي پاڻ هن نفسيات ۾ پيش ڪري سگهون ٿا پر ان تي ڪافي اعتراض ٿيا ته هڪ سياستدان ضروري ناهي ته صحافي کي هر سوال جو جواب ڏئي. پوءِ ان صحافي مخالف جوابن ۾ لکيو ته هي ڪا سائيڪالاجيڪل پروپيگنڊه ناهي پر مون وٽ ان ڳالهه جا ثبوت آهن جن جي بنياد تي مون لکيو آهي. صدام حسين سان ڪا دشمني ناهي مان هن سان زندگيءَ جا ڪيترا سال گذ رهيو آهيان.''

پنجين علامت: فرد سان اگر اوهان کا ڳالهه ڪئي ته هو تاحيات ان کي پاڻ وٽ محفوظ ڪري ڇڏيندو ۽ ڪڇ وقت گذرڻ کان پوءِ به چوندو ته اوهان فلاڻي وقت مون کي هيئن چيو هو طعنو هنيو هو وغيره وغيره. مطلب هيءُ فرد ڪنهن هڪ ڳالهه تي بينو ته ان کي وساريندو نه. پلي اڃيون شخص مري ڇو نه ويو، پر هن جي دل ۾ اها ڳالهه زنده رهندي آهي. نفسياتي ماهر سائيڪاٽرسٽ Rajeev Sharma هڪ ڪيس متعلق ٻڌائي ٿو ته ''مون وٽ وڏي عمر جي عورت آئي، جيڪا PPD جو شڪار هئي. بيماري ٻڌائڻ کان پهريان هن چيو ته 'مون سان منهنجي سس وڏا ظلم ڪندي هئي، جڏهن منهنجي شادي ٿي آئي ته پهرين ڏينهن سس چيو هن گهر جا برا ڏينهن شروع ٿي ويا ، ان ڪري هوءَ مون سان نه ڳهندي هئي.' ڊاڪٽر پڇيس: 'هاڻي اوهان جي سس جو اوهان سان ورتاءُ ڪيئن آهي؟' چيائين، 'اها مري وئي 15 سال اڳ.''

ڇهين علامت: فرد سمورو وقت اجايو پرائي پنهنجي، هُن هِن جي ڀالهين تي گهرائي سان سوچيندو رهي ٿو تہ فلاڻي ماڻهن فلاڻي وقت ۾ هيئن چيو هو مطلب اهو ماڻهو چاهي ٿو تہ منهنجي ڪردارڪشي ٿئي، مون تي ماڻهو آڳريون ڪٽن. جڏهن هيءُ فرد ڪنهن ڪم ڪار کان آجو هوندو آهي تہ هو هن ڇهين علامت جي گردش ۾ هوندو آهي تہ ماڻهو مون لاءِ خراب ٿا سوچين. ننڍڙين ڀالهين کي وڏي گهرائي ۾ ڪٽي ويندو. ذهن جي خلا ۾ پيو انهن ڀالهين کي ولوڙيندو. آمريڪن شاعره ايملي ڊيڪيسن Emily Dickinson لاءِ چيو ويجي ٿو تہ اها بہ PPD جو شڪار هئي. اهڙيون گهرايون، شڪ، وسوسا، خيال هن جي نظمن ۾ بہ ملن ٿا. هن لوڪ کان پري رهي اڌ زندگي بند ڪمري ۾ گذاري.

ستين علامت : بنا ڪنهن ثبوت جي هيءُ فرد ويهي ويچار ڪندو آهي تہ فلاڻي هيئن چيو هو. اُها اجائي ڀالهہ ٻئي فرد کي سمجهائڻ جي ڪوشش ڪندو تہ تون ڇئہ تہ فلاڻي منهنجي نالي ان ڏينهن هيئن چيو هو. پلي ڪجهہ هجي بہ نہ پر هيءُ پيو ڀالهيون ناهيندو آهي پروف هٿ ڪرڻ لاءِ جنهن جو ڪو فائدو بہ ناهي هوندو. مشهور ايڪٽر Richard Madden ڪافي وقت ان ڪنڊيشن ۾ رهيو ۽ هو اسڪرين جي دنيا بہ ڇڏي ويو. بعد ۾ ٽيڪ ٽي وري ساڳي دنيا ۾ نالو ڪمايائين.

صحت جي عالمي اداري ورلڊ هيلٿ آرگنائيزيشن ICD-10 جي تحت غير معمولي شخصيت جي خرابي کي ترتيب ڏنو آهي، جنهن ۾ PPD بہ شامل آهي، جنهن مان ڪجهہ فردن ۾ چئن ۽ ڪنهن ۾ ستن ئي علامتن جو رجحان متحرڪ هوندو آهي. ان سان گڏ ان ڀالهہ جو بہ خيال رکيو ويو آهي تہ عام طور تي سماجي رهڻي ڪهڻي جي اصولن يا ٻين ذميدارين جي حوالي سان اهڙي سوچ جو هڪ بہ علامت جو هجڻ جائز ۽ ضروري هوندو آهي جنهن کي هن نفسياتي خرابي واري دائري ۾ شمار نہ ڪجي.

ماهر نفسيات پروفيسر Robert J. Waldinger انهن علامتن جي روشني ۾ لکي ٿو تہ ''عام فرد وٽ پي پي ڊي مان ڪا هڪ عادت بہ ٽي سگهي ٽي. مزاجن هو صرف شڪ ڪري ٿو يا ڪا ٻئي روين جي خرابي جيڪا

نفسياتي طور بيچين ڪندڙ آهي. اهو پي پي ڊي جو حصو آهي مڪمل پي پي ڊي ناهي.

صحت جي عالمي اداري جي رپورٽ موجب پوري دنيا ۾ 0.5٪ ۽ 2.5٪ جي وچ ۾ ماڻهو هن جو شڪار آهن جن مان اڪثريت عورتن جي آهي.

References:

https://www.healthyplace.com

Waldinger, Robert J. (1 August 1997). Psychiatry for Medical Students. American Psychiatric.

Aaron T. Beck, Arthur Freeman (1990). Cognitive Therapy of Personality Disorders (1st ed.). The Guilford Press.

Kendler KS, Czajkowski N, Tambs K, et al. (2006). "Dimensional representations of DSM-IV cluster A personality disorders in a population-based sample of Norwegian twins: a multivariate study". Psychological Medicine. 36 (11(

Famous People with Paranoid Personality Disorder Dr Samantha Gluck Blogger

. .. ..

سماجي دلچسپي جو رجحان گھٽجڻ:

هي Schizoid personality disorder ستن علامتن سان جڙيل آهي. جن مان اگر چار علامتون فرد ۾ موجود آهن تہ اهو هن نفسيات جو شڪار آهي. هن ۾ اڪثر فرد سماجي ريتن، رسمن کان پري، ڪو پروگرام گڏجاڻي شادي غمي ۾ عدم دلچسپي جو مظاهرو ڪري ٿو تنهائي پناهگاهہ اکيلائي واري جڳهہ تي ماڻهن جي گهٽي اچ وچ نہ هجي، اتي رهڻ پسند ڪري ٿو ڪنهن سان تعلق رکڻ ۾ ڪيهائي ٿو هن ۾ شخص پنهنجي تصوراتي دنيا جو مالڪ هوندو آهي ۽ لاڳاپيل سرگرمين ۾ گم رهي ٿو برداشت ڪرڻ يا نہ ڪرڻ واري عمل کي درگذر ڪري پنهنجي مشق ۾ مصروف رهي ٿو ڪنهن تنقيد ڪئي ڪنهن تعريف ڪئي ان سان هن فرد جي صحت دل ۽ دماغ تي ڪو بہ فرق نٿو پوي.

پهرين علامت: فرد تنهائي کي پسند ڪري ٿو جتي ماڻهن جي گهٽي اڇ وچ نہ هجي ان جڳهہ کي پنهنجي پناهگاهہ سمجهي اتي سڪون محسوس ڪري ٿو. عام طور تي وڏن تخليقارن ۾ سائنسدانن جي زندگي ۾ هي علامت اسان کي گهٽي قدر نظر ٿي، جتي هو ويهي پنهنجي سوچن جي جهان ۾ دنيا کي ڪجهہ ڏيڻ لاءِ گم ٿي ويندا هئا ۽ عملي طور تي بظاهر اهي ماڻهو سماج ۾ بيڪار هئا. مشهور بلاگر Robert Chaen پنهنجي ريسرچ پيپر ۾ هن نفسيات جو شڪار ٿيل ماڻهن جي فهرست ۾ پهرين نمبر تي نفسيات جي ماهر سگمنڊ فرائيڊ جو نالو ڏنو آهي ۽ فرائيڊ پنهنجي ڪيترن ئي نوٽس ۾ ان جي وضاحت ڪري اعتراف قبوليو آهي.

ٻئي علامت: هن ۾ فرد ڪنهن سان ڪو بہ ذاتي دلي يا روحاني رشتو رکڻ کان ڪيڻائي ٿو. هن کي ماڻهن جي عام ڳالهين ۽ عملن سان ڪو بہ لڳاءُ نہ هوندو آهي. بس ها ۾ ها ڪري ڪم هلائيندو آهي، ماڻهو چا ٿا ڪن سياڻي چا ٿيڻ وارو آهي؟ اهڙين ڳالهين تي هن فرد وٽ ڳالهائڻ لاءِ ڪجهہ بہ نہ هوندو آهي، هو انهن بحثن کي فضول سمجهي ٿو. هن وٽ خواهشون، خوشيون، ناٽ باٽ ڪا بہ معنيٰ ناهن رکندا. Robert Chaen پاران هن نفسيات جو شڪار ٿيل وڏن ماڻهن جي نالن ۾ مشهور سياسي شخصيت ليڪڪ ڪارل مارڪس Karl Marx جو نالو بہ شامل ڪيو آهي، جنهن پنهنجي ذات فڪر ۽ فهم ۾ گم ٿي دنيا جون رونقون ڇڏي ڇڻ کي بہ پيارو نہ ڪيائين. جڏهن 'داس ڪيپيٽل' لکندي سندس ڏيءَ گذاري وئي ، تڏهن بہ بہ هيءُ ان ڪم ۾ مصروف رهيو.فڪر ڏيڻ لاءِ زندگي ترڪ ڪري ڇڏيائين.

ٽئين علامت: هيءُ شخص ڪنهن جنسي تعلق ۾ ڪا خاص دلچسپي نہ ٿو رکي، عام طور تي جوان ٿيڻ سان انساني سوچ ۾ جنسي ڪشش جو اپار ٿيندو آهي، پر هن فرد وٽ اهڙا خيال، سوچون گهٽو گردش ناهن ڪنديون، هو مخصوص وقتن ۾ ڪنهن لاءِ رومانوي خيال جوڙي ٿو ۽ رومانوي لحاظ کان تمام گهٽ ماڻهن مان متاثر ٿئي ٿو ساڳي چهري جي ڳولا يا ان سان مشابهت رکڻ وارن ڏانهن خيال جاڳيس ٿو ۽ ان طرف لڳاءُ رکي ٿو. جنهن جو وقت تمام گهٽ هوندو آهي، جنهن کي Sexual abstinence چيو وڃي ٿو.

عام طور تي شادي کان پهريان جنسي لذت، ڪن معاشرن ۾ سماجي اصولن جي مطابق قانوني، اخلاقي خلاف ورزي آهي، پر هن ڪيس ۾ هي فرد سماجي رکن بڻجڻ لاءِ ٻين خاطر شادي جي عمل هيٺ اچي وڃي ٿو. ۽ پوءِ ان جو حق ادا ڪري ٿو، جنهن ۾ هن جي پنهنجي رضا گهٽ هوندي آهي. فزڪس جو تمام وڏو نالو Albert Einstein ٻه انهي نفسيات جو شڪار هيو. هن جي زندگي ۾ ڪيترائي نالا شامل آهن، جن سان شاديون ۽ طلاقون ٿيون. خاص وجهه هئي هن جي اها عادت، جنهن ڪري هن پهرين زال کي رضا خوشي سان اجازت ڏني ته اوهان کي مان دل سان اجازت ڏيان ٿو اوهان ٻلي پنهنجي جنسي خواهش ڪٽان ٻه پوري ڪيو پر منهنجي ڪم ۾ دخل اندازي نه ٿئي. هن کي زال Mileva Marić مان هڪ ڌيءَ ٻه پيدا ٿي هئي پر هو سيني لذتن کي ترڪ ڪري پنهنجي ڪم ۾ مصروف ٿي ويو.

چوٿين علامت: هن ۾ فرد وٽ خوشيءَ، لطف جو ٻه گهرو احساس ناهي، بس ان وقت مصنوعي مرڪ زوري ٻين جي زور تي شريڪ ٿيل Events ۾ ظاهر ڪري ٿو. اندروني طور تي هو ان ماحول مان بيزار هوندو آهي هن کي رش گوڙ گهٽن ماڻهن جو شور ذهني طور تي پريشان ڪري ٿو ڇو ته هن وٽ اهڙي ڪنهن احساس جي پختگي ناهي هوندي، هو ماڻهن جي انهي عملن کي اجايو سمجهي ٿو. Robert Chaen جي ترتيب ڏنل SPD واري فهرست ۾ هڪ ٻيو تمام وڏو ذهن جنهن کي ارتقا جو ابو سڏيو وڃي ٿو، ان مهان شخصيت Charles Darwin کي ٻه هن نفسيات جي ليپٽ ۾ لکيو آهي. ڏٺو وڃي ته واقعي ٻين تخليقڪارن جيان چارلس جي زندگي ٻه بلڪل ائين ئي گذري، هن سماج کان پري رهي ارتقا جهڙي عظيم ٿيوري ڏني.

پنجين علامت: هن ۾ اهو فرد پنهنجي احساس يا جذبات تي ڪو ٻه رد عمل ظاهر نٿو ڪري، ٻلي ڪير ڇا ٻه چوي ڪو ٻه فرق نه ٿو پوي، ڪنهن تنقيد ڪئي يا ابتو سبتو ڪو تبصرو ڪيو ته ان سان هن فرد کي ڪجهه ٻه محسوس نٿو ٿئي، وار وڏا ٿي ويا، ڏاڙهي وڏي وئي پر ان سان هن فرد تي ڇڻ فرق نٿو پوي. هي پنهنجا احساس انهن ڳالهين تي خرچ ناهي ڪندو، هن فرد وٽ پنهنجي دنيا جا الڳ احساس هوندا آهن، جيڪي معاشري کان

گھٹو مختلف هوندا آهن. هو سماج کي جنهن نظر سان ڏسندو آهي عام ماڻهو ائين ناهي ڏسندو. هن فرد وٽ پنهنجا الڳ جذبا هوندا آهن. هو دنيا جا ڪم ڪار وقتي ضرورتن لاءِ ڪندو آهي ۽ سماج سان گڏ ٻيهندو آهي پر هن جو دماغ انهن ڳالهين کي قبول ناهي ڪندو تنهن باوجود هو پنهنجي سماجي ڪمن کي صحيح انجام تي پهچائي ٿو. روزگار، نوڪري، ڪري جاڻي پر هن وٽ انهن ڳالهين لاءِ اندر ۾ هڪ ٻيو آرٽ به هوندو آهي. هن فرد وٽ اهي اسڪلز به هوندا آهن جيڪي ٻين عام ماڻهن ۾ ناهن هوندا، ايس پي ڊي جي فهرست ۾ جيڪي وڏا نالا شمار ڪيا ويا آهن، انهن ۾ Stephen Hawking جو نالو به زبر فهرست آهي، استيفين جي زندگي پڙهندي اسان کي بلڪل اهو معلوم ٿي ويندو ته هو هن نفسيات جي اثر هيٺ هيو.

ڇهين علامت: هن ۾ فرد وٽ خاموشي آهي، ڪنهن سان مذاق ڪرڻ يا مذاق ۾ ڪا دلچسپي رکڻ هيءُ فضول ٿو سمجهي. هن وٽ اجايو ڳالهين لاءِ ڪجهه به ناهي هوندو انڪري هو خاموشيءَ جو مظاهرو ڪري ٿو. ها، ان کي پنهنجي طبيعت موجب موضوع مليو ته اتي ڳالهائيندو اهڙو جو ٻڌڻ وارا حيران رهجي ويندا. هي شخص انهن ڳالهين کي پسند نٿو ڪري جنهن سان سماج ان کي ٻئي رخ سان ڏسي ٿو. جديد دور جو وڏو نالو Bill Gates به انهي ايس پي ڊي جو شڪار لکيو ويو آهي. اهو اعتراف هن BBC جي انٽرويو ۾ به ڪيو ته 'هي فطرتي طور تي انسان ۾ عادتون آهن ۽ بلڪل مان انهن مزاجن جو ماڻهو آهيان ۽ مون لاءِ هي شخصي خرابي بلڪل وڏي مقصد واري آهي پر يقينن مون سان جڙيل ماڻهن کي ضرور ڪڏهن منهنجي انهي روين تي ڪا تڪليف پهچندي هوندي.'

ستين علامت: هن ۾ فرد بلڪل بي پرواهه آهي انهن ڳالهين کان ته ڪنهن هن جي تعريف ڪئي يا ڪنهن هن جي حوصلا افزائي ڪئي پر هن کي ان سان ڪا به دلچسپي ناهي. عمومن نارمل انسان پنهنجي تعريف ٻڌڻ کي ڪنهن حد تائين پسند ڪري ۽ خوشي محسوس ڪري ٿو جنهن سان هن کي هڪ حوصلو به ملي ٿو اڳتي وڌڻ جو پر هن فرد وٽ اهي تعريفون بي معنيٰ آهن، جڙ هو بلڪل ٽئين دنيا ۾ رهي ٿو. جيئن جڳ

مشهور شطرنج جو راندیگر Bobby Fisher هیو، جنهن کي شطرنج راند جو ڏاڏو سڏيو وڃي ٿو. ان سان گڏ آمريڪن ليکڪ فلمسازي جي دنيا جو هڪ ٻيو وڏو نالو، جنهن ٿوري ٿائيم ۾ پاڻ مڃايو Isaac Asimov جڏهن ايس پي ڊي واري ڪيفيتن ۾ اچي ويو تہ هو بہ لڏتن کي پڻي ڏٺي هڪ الڳ زندگي گذارڻ لڳو. اهڙن نالن ۾ هڪ ٻيو منفرد نالو Peter Green جو آهي، جنهن صرف پاڻ لاءِ ڳايو. 2020ع ۾ گذاري ويو. دنيا هن کي ڳايو. هي سنگر ءِ شاعر هيو.

ماهر نفسياتدانن APA پاران ءِ صحت جي عالمي اداري WHO موجب پوري دنيا ۾ هن Schizoid personality disorder جي متاثر ڏهن مان ڪو هڪ ماڻهو ٿيندو آهي، جنهن ۾ اڪثريت مردن جي هوندي آهي. ماهر نفسيات Sigmund Freud ان متعلق لکي ٿو تہ 'ضروري ناهي تہ ايس پي ڊي جو شڪار ٿيل ڪجهہ وڏو ڪم ڪري وجهي، اها عام ماڻهن جي زندگي سان بہ سلهاڙيل آهي، جيڪي هن مجموعي ڪيفيتن ۾ گهرائي سان هليا وڃن ٿا، اهي سماج کان بلڪل مختلف هوندا آهن. هي فطرتي طور تي انسان ۾ پيدا ٿيندڙ آهي، ٻيو سماجي ورتائن جي ڪري فرد هن لپيٽ ۾ اچي وڃي ٿو.'

References:

MedlinePlus (2014). "Schizoid Personality Disorder". National Library of Medicine

https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/schizoid-personality-disorder/symptoms-causes/syc-20354414

Arthur S. Reber (2009) [1985]. The Penguin Dictionary of Psychology (4th ed.). London; New York: Penguin Books. p. 706.

Salman Akhtar (1987). Schizoid Personality Disorder: A Synthesis of Developmental, Dynamic, and Descriptive Features. American Journal of Psychotherapy. Vol. 41. pp. 499–518.

Millon, Theodore; Millon, Carrie M.; Meagher, Sarah E. (2012). "The Schizoid Personality (Chapter 11)". Personality Disorders in Modern Life. Seth D. Grossman, Rowena Ramnath (2nd ed.). John Wiley & Sons. pp. 371–374.

https://www.healthyplace.com/personality-disorders

. .. ..

غير رسمي شخصي خرابي:

هي Schizotypal personality disorder اهڙي شخصي خرابي آهي، جنهن جون 9 نفسياتي علامتون آهن. خيالي شڪ، توهم پرستي، جادوئي سوچ، لٹو لباس، ڳالهائڻ ٻولهائڻ جو الڳ انداز خيالي گمشدگي، رشتن جي ڪوٽ، لاپرواهي، ساڳي سوچ ۾ رهڻ، خيالي خرابي، اگر ڪنهن فرد ۾ پنج علامتون موجود آهن ۽ ان جي عمر 18 سالن کان مٿي آهي تہ اهو SPD جو شڪار آهي. ماهر نفسيات D.R Fogelson لکي ٿو تہ هي هڪ عام انسان پنهنجي روين جو خود مالڪ هوندو آهي، پر شخصي خرابي ۾ ذڪر ان فرد پويان نفسيات جو آهي، جنهن ڪري ان شخص کي پنهنجي مزاجن ۾ خراب چيو وڃي ٿو جيڪو معاشري لاءِ مثبت ناهي. هن ۾ گهٽو ڪري سوچن جي خرابي Thought disorder جنهن ۾ فرد سنسار کان الڳ آهي اهو Schizophrenia جي دائري ۾ اچي ٿو. هن شخصي خرابي جو انگ ڏهن مان ڪنهن هڪ ماڻهو ۾ ملي ٿو جيڪو مڪمل چريائپ ۾ شامل ڪيو ويندو آهي صرف پنهنجي ان سوچ عمل ۽ روين جي ڪري.

پهرين علامت، خيالي خرابي:

هن ۾ فرد وٽ پنهنجو خيال انتهائي گهٽيا ۽ بيڪار آهي. مثال آمريڪا واسي رونلڊ بيڪن بيروزگار آوارا هيو ڪٽي ڪم نہ پيو مليس ڪنهن مالدار رحم کائي هن کي ڪم تي لڳايو ۽ رونلڊ بيڪن اتان چوري ڪري غريبن ۾ خيراتون ڪندو رهيو ۽ پنهنجي پگهار پنهنجي ڪيسي ۾. ڪجهہ وقت ڪانپوءِ پڪتو. ڪيس هليو. ڊس آڊر هيو آزاد ٿي ويو. هن علامت ۾ فرد جا خيال جيڪي هو سمجهي ٿو بين لاءِ فائديمند آهن، انهن تي عمل ڪري ٿو جڏهن تہ اهو ڪم خود معاشري لاءِ نقصانڪار هوندو آهي.

ٻئي علامت، ساڳي سوچ ۾ رهڻ:

هن ۾ فرد سالن کان ڪنهن هڪ سوچ کي سانڍيون اچي ٿو. مثال، فرد کي خيال اچي ٿو تہ مان وڏو سياستدان ٿيندس، بس سياستدان ٿيندس. ان پويان جيڪو ڪم يا جدوجهد آهي، ان تي ڪڏهن بہ عملي طور ڪم نٿو ڪري. بس صرف خيال آهي تہ مان سياستدان ٿيندس. اها سوچ يا خيال فرد

اندر ڪيترن سالن تائين رهي ٿو ڪي وري خيالي طور سياستدان ٿي ويندا آهن، ڪي شاعر، اديب ۽ آفيسر ٿي ويندا آهن. هو سمجهندا آهن ته بس مان آفيسر آهيان، سو آهيان.

ٽئين علامت. لاپرواهي جي انتها:

ڪير هن اڳيان مري پوي مجال آ جو هن وٽ ڪو اهڙو احساس جاڳي، هو پنهنجي خيالي سوچ ۾ وڏو شاعر، وڏو سياستدان، رئيس، پوتار، سردار، آفيسر هوندو آهي. ان ڪري ڪنهن جي پرواهه هن فرد وٽ ناهي. ڊچ مصور Vincent Van Gogh جي سڄي زندگي ائين گذري، هُو مڪمل طور هن نفسيات جو شڪار هيو. سندس زندگيءَ ۾ اهي علامتون موجود رهيون .

چوٿين علامت. رشتن جي ڪوٽ:

هن ۾ فرد جون لاڳاپيل عادتون، رويا گهٽو وقت رهن ٿا ته ان سان فرد جا رشتا هليا وڃن ٿا ۽ پوءِ وري ڪڏهن ڪڏهن رشتن جي ڪوٽ جو احساس جاڳي ٿو ۽ وقتي طور وري ان بيوسي واري عالم ۾ هليو وڃي ٿو. هن فرد وٽ دوست ناهن هوندا، جيڪي هن جي عملن جي ڪري هن کان پري ٿي ويندا آهن. پوءِ ڪير به هن فرد جو خيال نٿو رکي ۽ اڃا وڌيڪ هي ان ڪيفيت ۾ وڃجي وڃي ٿو.

پنجين علامت. خيالي گمشدگي:

هن ۾ فرد خيالن ۾ گم هوندو آهي ته منهنجا خيال ڪاڏي گم ٿي ويا آهن؟ اها هڪ عجيب علامت آهي. ڪنهن وقت فرد سيني جي خيالن کي ترڪ ڪري پنهنجي اڻ ڏنگي ڳالهه ڪري ٿو ۽ ان ڳالهه جو منطق به پنهنجي لفظن ۾ بيان ڪري ٿو. جيڪو بلڪل عام ماڻهن لاءِ ڪنهن به صورت ۾ فائديمند ناهي هوندو پر هن فرد لاءِ اهو خيال وڏو ڪارائتو هوندو آهي. ڪڏهن ڪڏهن ويهي اهڙا وسريل خيال ٻيهر تلاشي ٿو ۽ سوچ ۾ گم ٿي وڃي ٿو. نارٿ ڪوريا جو Kim Jong-il به هن نفسيات جو شڪار هيو.

ڇهين علامت. لٽو لباس ڳالهائڻ ٻولهائڻ جو الڳ انداز:

هن ۾ فرد ڪڏهن ڪڏهن پنهنجي منهن سان ڳائيندو وڄائيندو پيلي ڪو ٻيو پريشان ٿئي پر هي پنهنجي ڪم سان لڳو پيو هوندو. ڪا ڳالهه ڪندو ڳالهه ٻڌڻ واري جو ڌيان پيلي ڪنهن ٻئي پاسي هجي پر هي پيو

پنهنجي ڳالهه ڪندو. ايستائين چپ نه ڪندو جيسين ڳالهه پوري نه ڪري يا وري ڪڏهن ڪڏهن عام عوام کان هٿي هڪ عجيب ڏريس پائي فخر محسوس ڪندو ته مان ڏس هاڻي سيني کان منفرد هان، پلي اها ڏريس هن کي نه ڏهي. چوندا آهن جهڙو ديس تهڙو ويس. پر عجيب غريب نواڻ محسوس ڪندو آهي، ڪنهن ماڻهوءَ کي ريمارڪس ڏنو ته ان کي مطمئن ڪرڻ لاءِ عجيب قسم جا منطق ويهي گهڙيندو.

ستين علامت. جادوئي سوچ:

هن ۾ فرد اهڙين سوچن تي ڪم ڪري ٿو. جنهن تي عام ماڻهو ڪڏهن به ڌيان نه ڏيندا آهن. مثال نيوٽن سوچيو ته وڻ مان صوف هيٺ زمين تي ڪري ٿو مٿي چو نٿو وڃي، فرد هن علامت ۾ عجيب ڳالهيون ڪري ٿو ته هي عمل ڪرڻ سان هيئن ٿي پوندو. اهڙي ڳالهه جنهن سان عوام پهرين چڑڪجي وڃي. آمريڪن ميوزيشن آرٽليز هڪ دفعو روئڻ جو آواز ٻڌي سوچيو ته هن روئڻ واري آواز کي ساز ۾ تبديل ڪرڻ سان ماڻهو ڏاڍو خوش ٿيندا مطلب هو نئين شيءِ ڪرڻ ۾ هڪ جادوئي سوچ وانگر سوچي ٿو.

اٺين علامت. توهم پرستي:

هن ۾ فرد حد کان وڌيڪ هڪ عجيب وهم ۾ ڦاٽل هوندو آهي، مثال ڪنهن بيمار کي دوائن سان گڏ صوف کائيندي ڏٺائين، ته هي فرد پاڻ به صوف کائيندو ۽ سيني کي صلاح ڏيندو ته صوف کائڻ سان بيماريون ختم ٿي ويندیون آهن صوف کائڻ سڻي ڳالهه آهي. پر هن ۾ فرد صوف ۾ بيمارين جو چوٽڪارو سمجهندو آهي، ڪنهن جي اچڻ سان هن فرد کي ڪو نقصان پيو ته سڄي عمر سيني کي پيو چوندو. فلاڻي ماڻهوءَ کي پنهنجي گهر يا دڪان تي نه ويهاريو. منحوس آهي مون وٽ وينو منهنجو هيئن نقصان ٿي ويو.

نائين علامت. خيالي شڪ:

هن ۾ فرد جا عجيب الجهن ۾ سڄا سڄا ڏينهن گم ٿي ويندا آهن. مثال، ڪنهن ماڻهو هن سان ڪا عام ڳالهه ئي ڪئي پر هيءُ پيو ان کي ذهن ۾ ولوڙيندو . هيءُ ماڻهو ائين چئي ته ويو پر هن جو مقصد چا هيو ائين چو

چئي ويو. مثال، ماهر نفسيات لاردِ ڊيڪن کي جرمني واسي ٿامس ڪٽ چيو ’هلون ٿا گھمڻ، ڪار ڊرائيو ڪيو.‘ ٿامس چيو ’مان ڪار ناهيان هلائيندو.‘ دوست چيس ’ڪار سکي ونو.‘ خير هيءُ گھمي ته آيا پر ٿامس ڪٽ ڇھ سال ان ڳالھ تي سوچيو ته مان ڪار چو سکان؟ منھنجو ڪار سکڻ ۾ منھنجي دوست کي ڪھڙو فائدو؟

هن ۾ فرد وٽ سني خيال جا بہ شڪ جاڳندا آهن.

References:

Schacter, Daniel L., Daniel T. Gilbert, and Daniel M. Wegner. Psychology. Worth Publishers, 2010.

Famous People with Schizotypal Personality Disorder SAMANTHA GLUCK

Pulay, AJ; Stinson, FS; Dawson, DA; Goldstein, RB; Chou, SP; et al. (2009). "Prevalence, Correlates, Disability, and Comorbidity of DSM-IV Schizotypal Personality Disorder: Results From the Wave 2 National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions". Primary Care Companion to the Journal of Clinical Psychiatry. 11 (2): 53–67

Fogelson, D.L; Nuechterlein, K.H.; Asarnow, R.A.; Payne, D.L.; Subotnik, K.L.; Jacobson, K.C.; Neale, M.C.; Kendler, K.S. (15 February 2007

Comer, Ronald; Comer, Gregory. "Personality Disorders" (PDF). Worth Publishers. Princeton University. Archived (PDF) from the original on 2017-05-17. Retrieved 30 April 2017.

Deidre M. Anglina, Patricia R. Cohenab, Henian Chena (2008) Duration of early maternal separation and prediction of schizotypal symptoms from early adolescence to midlife, Schizophrenia Research Volume 103, Issue 1, Pages 143–150 (August 2008

Mayo Clinic Staff. "Schizotypal personality disorder". Mayo Clinic. Archived from the original on 9 March 2012. Retrieved 21 February 2012

Roitman, SE; Cornblatt, BA; Bergman, A; Obuchowski, M; Mitropoulou, V; Keefe, RS; Silverman, JM; Siever, LJ (1997). "Attentional functioning in schizotypal personality disorder [published erratum appears in Am J Psychiatry 1997 Aug;154(8):1180]". The American Journal of Psychiatry. 154 (5): 655–660.

. ....

غير سماجي نفسياتي خرابي:

پاڪستان ۾ 15 ڪروڙ ماڻهو هن مرض ۾ مبتلا آهن. ڪوڙ، چوري، تشدد، خلاف ورزي، دوکو ڪاوڙ، بداخلاقي هي علامتون هن بيماري جو مک حصو آهن. هن ۾ مبتلا فرد کي Antisocial personality disorder چيو وڃي ٿو. بيماري جو وڏو سبب آهي ڪنهن کي نظرانداز ڪرڻ، صحت جي عالمي اداري WHO اهڙي نشاندهي ڪندي چيو ته عام طور تي نفسياتي بيماري 18 سال کان مٿي عمر ۾ ٿيندي آهي پر CD هن بيماري جو اهڙو نفسياتي پاسو آهي جيڪو 8 سال جي عمر کان شروع ٿئي ٿي. جنهن ۾ ٻار بہ متاثر ٿيندا آهن.

هن نفسيات جو شڪار ٿيل فرد بلڪل ڇڙواڳي ۽ غير ذميداري هيٺ زندگي گذاري ٿو. ماهر نفسيات Alois Alzheimer لکي ٿو عام طور تي سماج پاران ستم ظرفي لاقانونيت، جڙيل رشتن جي بي ڏياني سبب هڪ عام فرد اهڙي بيماري ۾ ونجي وڃي ٿو جنهن جون علامتون هي آهن تہ. فرد صحيح يا غلط واري عمل کي مڪمل طور نظرانداز ڪري ٿو. هن کي اهو ٺيڪ ٿو لڳي جيڪو هو ڪري رهيو آهي، پلي اها چوري ڇو نہ هجي! ٻئي علامت ۾ فرد ٻين جو استحصال ڪري ٿو. جنهن ۾ ڪوڙ دوکو شامل آهي، ٽئين علامت آهي، بدتميزي ڪرڻ، گهٽيا پٽو ڏيکارڻ ۽ ٻين جي تذليل ڪرڻ جنهن سان هن فرد اندر ڪنهن بہ همدردي جو ڪو رجحان ناهي.

ماهر نفسيات George E. Partridge پنهنجي ريسرچ پيپرن جي سهيڙيل جلدن ۾ ان ڳالهہ جي نشاندهي ڪري ٿو. هن نفيسات سان لاڳاپيل فرد گهٽو ڪري مختلف قسم جا وڏا ڏوهہ ڪندا آهن، جن جي پويان سبب هنن علامتن جو هوندو آهي. هن تي ڪافي ساريون مويز بہ آهن جن جي مثال ۾ پروفيسر لکي ٿو تہ عام طور هڪ فرد فلمي سين ۾ شراب جي بوتل، اڌ ڳلو ڪليل، سگريٽ هٿ ۾، ور ۾ پستول رکيل، هڪ ويلن جي روپ ۾ جڏهن فلمي سسپينس کان پوءِ ايندو آهي تہ ڏسڻ وارا تقريبن ان ڪردار کي پسند ڪري تاڙيون وڄائيندا آهن جنهن مان معلوم ٿئي ٿو تہ هي سماج اهڙن

ڪردارن کي پسند ڪري ٿو. انهن جي نفسيات ۾ هي علامت موجود هوندي آهي، جنهن ڪري هو خوشيءَ جو اظهار ڪندا آهن.

هن بيماري جي **چوٿين علامت** آهي، ذاتي فائدي يا ذاتي خوشي لاءِ ٻين جي جذبن احساسن سان کيڏڻ جتي مريض ان حاصلات لاءِ عقلمند ٿي وڃي ٿو. مطلب ڪنهن کي وقتي طور فريب ۾ رکڻ لاءِ هڪ مهارت واري منصوبي سان ان کي دوکو ڏيندو آهي، عام طور تي جنسي ڏوهن ۾ بہ اهڙن مريضن جي هن علامت جو اثر هوندو آهي.

پنجين علامت آهي جنهن ۾ فرد تڪبر وڏائي، واري برتر جذبي ۾ ونجي انتهائي ڪريل حرڪتون ڪري خوشي محسوس ڪري ٿو. مثال سرعام ڪنهن جي توهين ڪرڻ ڪنهن عزتدار جو پٽڪو لاهڻ بہ هن عمل جو حصو آهي.

ڇهين علامت ۾ فرد سماج پاران طئي ڪيل اصولن ضابطن جي خلاف ورزي ڪرڻ سان گڏ نهيل قانون جي مجرماٽي لتاڙ ڪري ٿو چوريون ڏوهہ ڦرون ڌاڙا قتل ڪرڻ جهڙا ڏوهہ ڪري جيل وڃڻ بعد وري واپس اچي ساڳي ڪرت ۾ لڳي ويندو. دنيا جي خوشحال ملڪن ۾ انهن ڏوهارين جي پهريان ٽراپي وسيلي جانچ وارو رڪن شامل هوندو آهي.

ستين علامت ۾ فرد ڪنهن کي ڏيڃاري ڏمڪائي ۽ بي ايماني ڪري بار بار انساني حقن کي پامال ڪري ٿو. دشمني تي لهي اچڻ، ڪاوڙ جو مظاهرو ڪرڻ، ٻين سان ناگوار سلوڪ رکڻ، تشدد پسندي کي صحيح سمجهي ٿو.

References:

WHO (2010)ICD-10: Clinical descriptions and diagnostic guidelines: Disorders of adult personality and behavior

Raine A, Lee L, Yang Y, Colletti P (September 2010). "Neurodevelopmental marker for limbic maldevelopment in antisocial personality disorder and psychopathy". The British Journal of Psychiatry. 197 (3): 186–92.

Aromäki A, Lindman R, Erikson C (12 February 1999). "Testosterone, aggressiveness, and antisocial personality. Hormone Sensitivity and Bone Mineral Metabolism". Aggressive Behavior

Aluja A, Garcia LF, Blanch A, De Lorenzo D, Fibla J (July 2009). "Impulsive-disinhibited personality and serotonin transporter gene polymorphisms: association study in an inmate's sample". Journal of Psychiatric Research. 43 (10): 906–14

Ficks CA, Waldman ID (September 2014). "Candidate genes for aggression and antisocial behavior: a meta-analysis of association studies of the 5HTTLPR and MAOA-uVNTR". Behavior Genetics. 44 (5): 427–44.

Baker LA, Bezdjian S, Raine A (1 January 2006). "Behavioral Genetics: The Science of Antisocial Behavior". Law and Contemporary Problems. 69 (1–2): 7–46

Diagnostic and Statistical Manual: Mental Disorders. American Psychiatric Association (APA). 1952. p. 38.

Hinshaw, S. P.; Lee, S. S. (2003). Conduct and oppositional defiant disorders: Child psychopathology (E. J. Mash & R. A. Barkley ed.). New York: Guilford Press. pp. 144–198

تيزي سان بدلجندڙ مزاجي خرابي:

هي Borderline personality disorder هڪ اهڙي خرابي آهي، جنهن کي جذباتي طور غير سنجيده پرسنالٽي EUPD به چيو ويندو آهي. هي هڪ ئي وقت ۾ بدلجندڙ مزاجن جو مجموعو آهي جنهن ۾ ڪاوڙ، خوف، خوشي، حساسيت، اڪيلائي، جذبات، ڏک، لاتعلقي جهڙيون گهريون ۽ شديد 9 علامتون شامل آهن.

ماهر نفسيات اسپيشلسٽ Daniel Amen لکي ٿو ته عام مجموعي علامتن واري نفسياتي بيمارين ۾ ڪجهه علامتن جو موجود هجڻ ضروري هوندو آهي، پر BPD ۾ تقريبن 9 ئي علامتون گردش ڪنديون آهن. پر پوءِ به هن ۾ اگر 7 علامتون فرد ۾ موجود رهن ۽ عمر 18 سالن کان مٿي هجي ته ان کي هن بيماري جو شڪار چئي سگهجي ٿو Franco Basaglia ان متعلق لکي ٿو ته هن بيماري جو گهٽو ڪري شڪار عورتون ٿيندیون آهن، جيڪي اڳ ئي مرد جي پيٽ ۾ حساس هوندیون آهن.

هن ڪيس ۾ فرد جون يڪدم ڪيفيتون تبديل ٿيندیون رهنديون آهن، ٿوري ڳالهه تي خوش ٿيڻ، ته ڪٽي مذاق ۾ به مبتلا فرد ٻئي فرد کي مارڻ تي اچي ويندو آهي، يڪدم پيار جو اظهار ڪرڻ بعد ڪاوڙ ۽ سخت

نفرت ڪرڻ تي لهي اچي ٿو ڪنهن عام ڳالهه تي به روئڻ رڙيون ڪرڻ، پاڻ کي نقصان ڏيڻ، تيز ڊرائيو ڪرڻ، منشيات جو سهارو وٺڻ، خودڪشي ڪرڻ يا ان جا خيال اچڻ BPD جو حصو آهن. صحت جي عالمي اداري جي دعويٰ آهي ته 2018 ۾ پاڪستان جي 50 سيڪڙو آبادي هن نفسياتي بيماري جو شڪار رهي.

بي پي ڊي جون 9 علامتون:

ترڪ ڪرڻ جو خوف Fear of abandonment هن علامت ۾ Autophobia جيان فرد کي اڪيلو ڇڏي ويڃڻ جو اڪثر خوف رهي ٿو. جنهن ۾ والدين جي جدائي، طلاق يا ويڇوڙي بعد پار کي هڪ ناگوار سلوڪ کي منهن ڏيڻو پوي ٿو. جنهن سان ان پار جي ذهن تي سڄي عمر برا اثر پون ٿا. بالغ فرد جواني جي جوش ۾ محبت جي جذبي هيٺ ڪثرت سان ان ليپيٽ ۾ اچي وڃي ٿو. جنهن ڪري مرد يا عورت کي اهو خوف ستائي ٿو ته ڪٽي منهنجي اها پسند مون کي اڪيلو ڪري ڇڏي نه ويجي، انڪري هو سخت پهريداري ۽ هڪ عجيب الجهن ۾ رهجي وڃي ٿو. هن ۾ ائين به ٿيندو آهي ته اوهان پنهنجي جڙيل رشتيدار کي هفتي مهيني جي ڊيوٽي بعد موڪل پوري ٿيڻ تي ان کي ڇڏڻ وقت به اهو خوف رهي ٿو ته هي موٽي اچي الائي نه ان ڪري چنبڙي روئڻ. ترسي پوڻ جي خيرات گهرڻ، بيوسي واري عالم ۾ مبتلا ٿي ويڃڻ، ايتري قدر جو ڪڏهن ڪڏهن فرد پاڻ کان پري ٿيندڙ سان وڙهي به پوي ٿو. اها هڪ محبت به ٿي سگهي ٿي پر هتي فرد وٽ اهو خوف آهي جنهن جو فرد اظهار به ناهي ڪري سگهندو. اهڙي رويي سان جڙيل فرد رهندو پري ٿي وڃي ٿو.

تعلقاتن ۾ مشڪلات Unstable relationships هن علامت ۾ فرد وٽ تعلقات نيائڻ ۾ مشڪلاتون درپيش هونديون آهن. هو رشتا ناهي نيائي سگهندو. هي فرد جيڏا تڪڙا واسطا رکي ٿو اهي ايڏا وڏيڪ شدت پريا ۽ عارضي هوندا آهن. فرد جلدي ڪنهن کان متاثر ٿي ۽ يڪدم محبت جو اظهار ڪري ٿو. اڳيو فرد هن جي ان ڪيفيت کي ڏسي هڪدم پري هٽي وڃي ٿو. جيڪو هڪ عام معاملو آهي پر هنن فردن کي گهرو صدمو رسي ٿو

۾ جلدي مايوس ٿي وڃن ٿا. ان عمل سان هن فرد وٽ هڪ اندروني ڪروڌ جاڳي پوي ٿو ۽ هي نفرت انگيز گفتگو ٻہ ڪري ٿو. جلدي ڪاوڙ ۾ نفرت جو زهر اوڳاڻي ٿو. صبح جو ڪنهن کي چوڻ تہ توهان جو منهنجي زندگي ۾ اچڻ، مون لاءِ اعزاز آهي توهان جي اچڻ سان منهنجون سڀ مشڪلاتون حل ٿي ويون آهن، توهان مون لاءِ مسيحا آهيو ٻئي طرف شام جو وري ساڳي شخص لاءِ 'ياخدا تنهنجي اچڻ سان منهنجي زندگي تباهہ ٿي وئي آهي، مان ڇا ڪيان، اوهان جي ڪري مان ڪيترين مشڪلاتن سان ٿو وڙهان اوهان مون کي تباهہ ڪري ڇڏيو آهي.' جنهن کي Idealization and devaluation ٻہ چيو وڃي ٿو.

ٽئين علامت Unclear or shifting self-image جنهن ۾ فرد پاڻ کان ٻہ واقف ناهي، ڪنهن وقت پاڻ کي حد کان وڌيڪ بهتر سمجهي ٿو ٻئي جي پيٽ ۾ جيتوڻيڪ اهو بهتر ڪنهن ٻہ حوالي سان ناهي هوندو پر وري ڪڏهن پاڻ کي صفا ڪريل ماڻهو سمجهي اندر ئي اندر ۾ پاڻ تي اجايو ملامت ڪري ٿو. ٻين کان پاڻ کي گهٽ سمجهڻ واري شدت ۾ فرد ڪڏهن پنهنجي سڃاڻپ ٻہ وڃائي ويهي ٿو هن کي ان ڳالهہ جو احساس ناهي هوندو تہ مان ڇا آهيان، مون کي ڪرٽو ڇا آهي، هن وٽ فيصلا ڪن صلاحيت بلڪل ختم ٿي چڪي هوندي آهي، ڪڏهن ڪڏهن ان سوچ جي ضد ۾ بيپرواهہ ٿي اڪثر نوڪري، دوست، محبت ڪرڻ وارا سڀ ڪجهہ وڃائي ڇڏيندو آهي، ايتري قدر پنهنجي جنسي سڃاڻپ ٻہ تبديل ڪري ڇڏيندو آهي.

چوٿين علامت هن ۾ Impulsive, self-destructive behaviors فرد پاڻ کي نقصان ڏيڻ واري عمل تي اڇي وڃي ٿو. ڪڏهن نشو ڪري تيز گاڏي هلائڻ، يا زبردستي ڪنهن سان زنا ڪرڻ، حد کان وڌيڪ پيسو خرچ ڪري پنهنجي حاصلات کي پهچڻ پريشاني جي ڪري آپي مان نڪري وڃڻ، اهي خطرناڪ رويا ان وقت تہ فرد کي بهتر لڳن ٿا پر نتيجو ڏاڍو خراب نڪرندو آهي تنهن ڪري معاشرو ٻہ اهڙي فرد کان نفرت ڪري ٿو.

پنجين علامت ۾ فرد Self-harm پاڻ کي نقصان پهچائڻ سان گڏ خودڪشي ڪرڻ واري خيال کي بهتر سمجهي ٿو. خودڪشي بابت سوچڻ، خودڪشي جا اشارا يا ڏمڪيون ڏيڻ به شامل آهي. هن علامت وارا فرد بليڊ سان پاڻ کي ٻانهن ۽ جسم جي مختلف حصن تي جهير ڏئي پنهنجو رت وهندي ڏسي اطمينان حاصل ڪن ٿا. يا لوهين شين سان پاڻ کي ڏنپ ڏي ذهني خيالن کي سيکت ڏين ٿا. ايئن هُو پنهنجي جان جا دشمن بڻجي پون ٿا. emotional ڪرڻ ۾ کين اهي خيال وڌيڪ ايندا آهن. پريميڪا کي چوندا 'نہ ڳالهائيندا تہ مان خودڪشي ڪندس.' پي ماڻُ کي چوندو تہ 'خرچ نٿا ڪيو مون تي. مان پاڻ ماريندس.' ڏمڪين سان گڏ اهو فرد ائين ڪري به ٿو.

چهين علامت ۾ شامل آهي Extreme emotional swings فرد انتهائي جذباتي احساس ۽ يڪدم هڪ ڪيفيت ۾ تبديل ٿي وڃي ٿو. مطلب هن جو هڪڙو موڊ ناهي هوندو. ڪيڏي مهل جذباتي تہ ٻئي لمحي ۾ صفا مايوس تہ وري ٽئين لمحي ۾ خوشي خوشي محسوس ڪري ٿو. ننڍيون ننڍيون ڳالهيون جنهن سان عام فرد مذاق ۽ تفريح ڪندا آهن هي فرد انهن ڳالهين تي ڪاوڙجي مارڻ تائين پهچي وڃي ٿو. جيڏو جلدي هي جذباتي ٽيندو آهي ايڏو جلدي هن جا موڊ ۽ ڪيفيتون تبديل ٽيندڙون رهنديون آهن. اوهان مون سان نہ ڳالهائيندا. يڪدم فيصلو ڪري ڇڏي ٿو تہ جڏهن اڳئين ماڻهو ايجان هن کي ان ڳالهہ جو جواب ئي ناهي ڏنو.

ستين علامت ۾ Chronic feelings of emptiness فرد پاڻ کي اڌورو اڌورو ڪٽل ۽ خالي پڻو محسوس ڪري ٿو. صفا مايوس ۽ من جي مونجهاري ۾ انتهائي حساس ٽي وڃي ٿو. هي سوچيندو آهي منهنجو اندر صفا خالي آهي. مان ڪجهہ به ناهيان. منهنجي ڪا به حيثيت ناهي. منهنجو ڪير به ناهي. وقتي طور پراٽن ڏکن کي ياد ڪري رڙيون ڪري روئي به سگهي ٿو. ان ڪيفيت کان نجات لاءِ فرد منشيات. موسيقي يا جنسي لذت وٺڻ جون مختلف سرگرميون ڪري ٿو. تنهن باوجود هو وقتي طور انهن مان سڪون وٺي ۽ وري ان ساڳي ڪيفيت ۾ وڃي وجي ٿو.

اٹين علامت ۾ Explosive anger فرد شديد ڪاوڙ ۾ مختصر مزاج سان جدوجهد ڪري ٿو ننڍي ڳالهه تي ڪاوڙ ۾ اچي دانهون ڪري شين جي ٽوڙ ڦوڙ ڪري ٿو يا وري مڪمل طور ڪاوڙ کي ڪائي سن ٿي وڃي ٿو.

نائين علامت ۾ Feeling suspicious or out of touch with reality فرد حقيقت کان دور رهي ڳجهي نموني ڏسي ۾ محسوس ڪري ٿو اڪثر ماڻهو ٻين جي مقصدن لاءِ چريا ٿي جدوجهد ڪندا آهن. دنيا ۾ رهي حقيقت کان بہ اڻواقف هوندا آهن ۾ پنهنجا رابطا واسطا وڃائي ويهندا آهن.

References:

Borderline personality disorder NICE Clinical Guidelines, No. 78. British Psychological Society. 2009. Archived from the original on 12 November 2020. Retrieved 11 September 2017

"Borderline Personality Disorder". NIMH. Archived from the original on 22 March 2016. Retrieved 16 March 2016

Chapman AL (August 2019). "Borderline personality disorder and emotion dysregulation". Development and Psychopathology. Cambridge, England: Cambridge University Press. Archived from the original on 4 December 2020. Retrieved 5 April 2020.

Bozzatello P, Rocca P, Baldassarri L, Bosia M, Bellino S. The Role of Trauma in Early Onset Borderline Personality Disorder: A Biopsychosocial Perspective Frontiers in Psychiatry. 2021 Jan;12. PMCID

Borderline Personality Disorder". The National Institute of Mental Health. December 2017. Retrieved 25

Bozzatello P, Rocca P, Baldassarri L, Bosia M ,

Hooley, Jill; Butcher, James M.; Nock, Matthew K. (2017). Abnormal Psychology (17th ed.). London, England: Pearson Education. p. 359.

Bellino S. The Role of Trauma in Early Onset Borderline Personality Disorder: A Biopsychosocial Perspective Frontiers

Aviram RB, Brodsky BS, Stanley B (2006). "Borderline personality disorder, stigma, and treatment implications". Harvard Review of Psychiatry. 14 (5): 249–56.

American Psychiatric Association 2013

ڊرامائي انداز اپنائيندڙ شخصي خرابي:

هن Histrionic personality disorder کي آمريڪن سائيڪاٽرسٽ ايسوسي ايشن APA پاران شخصي خرابي جي لحاظ کان بيان ڪيو آهي، جنهن جون نشانيون، ضرورت کان وڌيڪ توجهه طلب، روين جي نمائندگي، نامناسب لالچ، ڪنن جو ڪچو. ڊرامائي سرگرمي، پرجوش رشتا، رومانوي دلچسپي، چهري جا تاثرات ماحول کان الڳ، هي پرسنالٽي ڊس آڊر مردن جي مقابلي ۾ عورتن ۾ گهٽي ٿيندي آهي.

پهرين علامت: چهري تي ان تاثر جي گهٽتائي جنهن سان اڳيون فرد هن جي ڀالهه کي معمولي سمجهي ويهي ٿو مطلب ڪا به پريشاني، موت، خوشيءَ جي ڀالهه ڪرڻ وقت هن فرد جي چهري تي اهو خوشيءَ ۽ غميءَ وارو تاثر ناهي هوندو.

ٻئي علامت: جنسي معاملن ۾ ڀالهين جي حد تائين ايڪسپرٽ رهڻ، پر عملي طور تي فرد جسماني ميلاپ وقت مخالف جنس کي اها تسڪين نٿو ڏئي سگهي، جيڪا هو پنهنجي ڀالهين ۾ ڪري ويهندو آهي. ان جا کوڙ سارا مثال موجود آهن.

ٽئين علامت: روين جي نمائندگي هن ۾ فرد رڳو اجايو پاڻ کان وڌيڪ پنهنجي ان روپي جي نمائندگي ڪري ٿو جنهن سان اڳيون فرد هن تي حيرت کائي ٿو، مثال منڊي، گهڙي، موبائيل وغيره اگر نئين هوندي ته ڀالهه ڀالهه ۾ اهو فرد پيو پنهنجي انهن شين کي اڳيان رکندو جڏ دنيا ۾ اهي شيون ڪنهن ڏنيون ئي ناهن، جيڪي صرف آهن ئي هن شخص وٽ.

چوٿين علامت: توجهه طلب centre of attention هن ۾ فرد سوچي ٿو ته مون کي اها موت نٿي ملي، ماڻهو مون ڏي توجهه نٿا ڏين. هڪڙا ماڻهو هر محفل ۾ هوندا ئي توجهه جو مرڪز آهن، پنهنجي اهليت جي ڪري ۽ انهن کي اها عزت ملڻ ۾ گهرجي، عام ماڻهو ان ڀالهه کي سمجهي سگهي ٿو پر هن ۾ فرد ان بيچيني ۾ ونجي وڃي ٿو ته مون کي اها موت عزت ڇونه ٿي ملي، هن علامت جو اثر توجهه طلبي فرد جو مرڪز هوندي آهي.

پنجين علامت: هن ۾ فرد ڳالهائڻ جو استائل اهڙو رکي ٿو جو ڪٿي ڪٿي ان جي ڳالهائڻ واري اهڙي عمل تي مذاق ٻه ڪئي ويندي آهي، پر ان مذاق سان هن فرد کي ڪاوڙ لڳي ٿي، ڳالهائڻ وقت سڄو جسم پيو گهمائيندو هڪ ئي وقت هن جون اکيون، چپ، هٿ، منهن، پيرون، ٻانهون، ٽنگون سڀ زبان سان گڏ پيون ڳالهائيندیون هلنديون.

ڇهين علامت: هن ۾ فرد جون بيان بازيون ٻه ماڻهو جو ڏيان ڇڪائيندیون آهن، هن ۾ فرد ڪنهن ٻه معاملي تي اهڙي بيتڪي رايي رکي ٿو جو اڳيون ماڻهو پاڻ مرادو حيران پريشان ٿي ويندو ته هي ڪهڙيون ڳالهيون ٿو ڪري، ان جي پويان ٻه هن فرد جو مقصد هوندو آهي ته مان پنهنجو موقف سيني کان الڳ رکان ان الڳ موقف رکڻ جي چڪر ۾ هي فرد ناممڪن يا لطيفي جهڙي ڳالهه ٻه ڪري وجهندو آهي، جيڪا بلڪل ان منطق جي ابتڙ هوندي آهي، جيئن ڪتن جي ڏاڙهجڻ واريون خبرون ميڊيا تي هليون ته صحت جي منسٽر عزرا پيچوهو بيان ڏنو هو ته ٻارن کي ٻاهر نه ڪيو ته انهن کي ڪتا ڇو کائيندا؟ انهن ۾ والدين جو ڏوهه آهي.

ستين علامت: هن ۾ فرد بلڪل ان ڳالهه کان غافل آهي هن کي ڪنهن ٻه ماڻهو ڪجهه چيو ته فوري طور ان تي رد عمل ظاهر ڪري ٿو، ان تصديق کان پهريان ته ڇا جيڪا ڳالهه مون ٻڌي آهي اها صحيح ٻه آهي يا غلط، مطلب هن ۾ فرد ڪنن جو ڪچو پرائي ٻڌي ڳالهه تي بنا جانچ جي پنهنجو ردعمل ظاهر ڪري ويهي ٿو.

اٺين علامت: ۾ فرد پنهنجن واسطن کي وڏي پيماني تي قبول ڪري ٿو، مثال ڪو شخص هن فرد کي پلي نه سڃاڻي پر جڏهن ڳالهه نڪرندي ته هي فرد وڏي حامر هٽي چوندو آهي ته ها ان سان منهنجو گهرو رشتو آهي هو مون کي بلڪل ويجهو کان سڃاڻي، جڏهن ته اڳيو شخص پلي هن کي سڃاڻيندو ٻه نه هجي.

هن پرسنالٽي ڊس آڊر جي اٺن علامتن مان اگر پنج علامتون فرد اندر سالن کان موجود آهن ۽ ان جي عمر 18 سالن کان مٿي آهي ته اهو HPD جو شڪار آهي، ماهر نفسيات ۽ انساني روين تي ڪيئي ڪتاب لکندڙ

پروفيسر لارڊ جين ڊڊائي ٿو ته خاص ڪري ميڊيا پرسنالٽي يا پوليٽيڪس پرسنالٽي ۾ گهڻي قدر اسان کي اهڙا انسان نظر ايندا جنهن ۾ مشهور آمريڪن ايڪٽر مادل Megan Fox يا Jessica Simpson جهڙيون مشهور شخصيون به HPD جي شڪار هيٺ ملن ٿيون.

References:

Bienenfeld, David (2006). "Personality Disorders". Medscape Reference. WebMD. Archived from the original on 2007-02-08. Retrieved 10 January 2007.

Lumen Learning. "Histrionic Personality Disorder". Lumen Learning. Archived from the original on 2018-03-16. Retrieved 2018-03-13

Barlow, H.D. & Durand, V.M. (2005). Personality Disorders. (pp. 443–444). Abnormal Psychology: An Integrative Approach (4th ed.). Belmont, CA: Thomas Wadsworth.

Fancher, R.E. & Rutherford, A. (2012). Pioneers of psychology. New York, NY: W.W. Norton & Company.

Nickert, J. (n.d.) Histrionic Personality Disorder.

صرف 'مان ئي مان' جو اقراري شخصي خرابي:

هي Narcissistic personality disorder اوائلي قصي نرگسيت Narcissism واري اصطلاح مان ورتل آهي. نارڪيسس هڪ ديوتا جو پٽ هيو. تمام سهڻو حسين ڇيرو هيو. ڪنهن ڇوڪريءَ هن کي شادي جي آڇ ڪئي. نارڪيسس اهو ڏڻي بتال ٿي ويو. پاڻ تي حيرت ڪرڻ لڳو مون جهڙو دنيا ۾ ڪير آهي ئي ڪو نه. سوچيندي سوچيندي پنهنجي اندر جي ان گرفت ۾ اچي ويو جو پنهنجو پاڻ مٽان فدا ٿي پيو. تلاءُ جي پاڻي ۾ پنهنجو عڪس ڏسي پاڻ تي عاشق ٿي پيو ۽ پاڻ کي ڏسندو رهيو ۽ مري هڪ گل ۾ تبديل ٿي ويو. جنهن کي نرگس چئجي ٿو. اها ڏند ڪٿا 'اوڊس ناسو' جي شاعري ۾ ملي ٿي. اهو رومن شاعر (BC -17AD43) ساڳي وقت پيدا ٿيو. جڏهن حضرت عيسيٰ ڏرتي تي آيو. نرگسيت انساني اڪيلائي ۽ خود ثنائيءَ جو خاڪو آهي. نارڪسزم Narcissism بيماري ۾ مبتلا فرد جون ڇهه criteria

آهن، انهن مان اگر چار علامتون فرد ۾ موجود هجن ۽ ان جي عمر 18 سالن کان مٿي هجي تہ NPD جو شڪار آهي.

پهرين علامت: Sense of Entitlement يعني اهو فرد جڏهن پاڻ کي اعليٰ ۽ ٻين کان وڌيڪ بالاتر سمجهي ٿو تہ يقينن ان کي هڪ وڏي ٽائيٽل لقب جي ٻہ ضرورت پوي ٿي. مثال مان سردار، رئيس، پوتار، آفيسر، اديب، وڏو سياستدان، اسڪالر، شاعر وغيره وغيره پٽي اهو فرد ڪنهن ٻہ ڪارنر تي پورو نہ هجي، جيئن آمريڪي واسي 'بوڊيس' دفتر ۾ اچي سيني ساڻين کي چوندو هو تہ مون کي 'پرنس بوڊيس' چئو جڏهن تہ هو هڪ غريب گهراٽي سان تعلق رکندڙ هيو ۽ نہ وري دفتر ۾ هو هوشيار يا ڪنهن ٻي خوبي سان نوازيل هيو. پر هي پاڻ کي شهزادو سڏائڻ ۾ فخر محسوس ڪندو هو. پر هن وٽ شهزادن واري هڪ ٻہ خوبي نہ هئي پر جڏهن ڪير هن کي پرنس بوڊيس چئي سڏ ڪندو هو تہ هي همراهہ هوا ۾ پرواز ڪرڻ واري جوش ۾ اچي ويندو هو. چاهي پٽي ڪير اهو سڏ هن کي چڙ يا بيوقوف سمجهي چو نہ ڪري. پر هي خوش ٿي ويندو هو. بس ڪجهہ ٻہ هجي پر مون کي شهزادو سڏيو. اهو آهي پاڻ لاءِ ڪو وڏي لقب جي چوند ڪرڻ وارو اثر. مطلب مان جيڪو چوان ٿو هاٽي اهو سڀ ڪجهہ صحيح هوندو چو تہ مان رئيس آهيان هاٽي مان آهيان ئي سردار تہ بس ڳالهہ ختم.

ٻئي علامت: Need for Admiration يعني تعريف جي سخت ضرورت. ان فرد کي اگر ماکي چٽرائي وجي پوءِ ٻہ اها ڦڪي لڳندس. اجايو هام هڻندو. ڪچهري ۾ اهڙي ڳالهہ ڪندو جنهن سان ڪو ماڻهو متفق نہ ٿيندو تہ اها ڳالهہ ٻہ هن فرد کي بري لڳندي. اگر ان محفل ۾ ڪنهن پنهنجي ٿوري ٻہ ڳالهہ ڪئي تہ تعريف جي فقدان ۾ جڪڙيل هن علامت وارو فرد پنهنجين ناڪامين کي ٻہ هٿ ٽوڪيو ڪاميابين جو لباس پهرائي پنهنجي واهہ واهہ ٻڌڻ پسند ڪري ٿو. پنهنجي ڳالهين کي وڌائي چاڙهي پيش ڪري ٿو. پٽي مباحثو ٿي وجي پر هي ان گوڙ ۾ پنهنجي سورهيائي محسوس ڪري خوش ٿئي ٿو تہ هي چرچا منهنجي هوشياري ۽ تعريف تي هلي رهيا آهن هن کي صرف پنهنجي تعريف پسند آهي.

ٽئين علامت: Lack of Empathy يعني همدردي جي کوٽ. ٻين سان هن فرد جو ڪجهه به نه وڃي، ڇو جو هو ايترو مهان آهي، ٻين جي تڪليف يا ڏکي وقت سان هن جو ڪو به تعلق ناهي. هي سمجهندو آهي ته مون سان جڙيل ماڻهن لاءِ بس اهو وڏو اعزاز آهي ته هو قابل ۽ لائق آهن جو مان انهن جو دوست آهيان، مان انهن جو پاءُ آهيان، هي پيءُ ماءُ جي گهر کي به ان اک سان ڏسي ٿو ته ان گهر جي اها خوشبختي گهٽي آهي جو مون جهڙو داناهه ڏاهو سياڻو اٽيل وينل شخصيت جو جنم ان گهر ۾ ٿيو آهي، گهر وارن کي بس اها خوشي ڪافي آهي. هوڏانهن پلي گهر وارا ان مان بيزار ڇو نه هجن. هو ڪنهن به قسم جي ڪنهن سان همدردي نه ٿو ڪري بس چاهي ٿو ته مان آهيان اهو ئي مون سان جڙيل ماڻهن لاءِ ڪافي آهي ته هو مون سان لاڳاپيل آهن ۽ هو سڀ لائق آهن مون جهڙي شخصيت انهن سان گڏ آهي.

چوٽين علامت: Often being envious of others or believing that others are envious of them فرد اڪثر ماڻهن سان حسد ڪري ٿو يا اهو مڃي ٿو ته ٻيا ماڻهو مون سان حسد ٿا ڪن، دراصل اهو حسد فرد جي اندر هوندو آهي، پر هو نفسياتي طور ان کي ائين گردش ڪرائيندو آهي ته هي ماڻهو مون سان حسد ٿا ڪن ڇو ته مان سردار آهيان، منهنجو ايڏو وڏو مرتبو آهي، سڀ مون کي سڃاڻن ٿا منهنجا هيترا دوست سيئي وڏا ماڻهو مون سان صلاح مشورو ڪن ٿا، انڪري هي ماڻهو مون کي برداشت نٿا ڪن، Narcissism ڪامياب ماڻهن ۾ به ٽيندي آهي انهن جي ليول به اهڙي قسم جي هوندي آهي پر ٽورو مختلف، مٽين سطح جي يا ٽوري اپريل معاشي سياسي يا سماجي سطح تي اٽيل ماڻهن ۾ ٽيندي آهي، پوءِ به اهو اگر ڪنهن هڪ فيلڊ ۾ بهتر ڪم ڪري سگهي ٿو ته هن کي لڳندو آهي مان سيني ڪمن ۾ ماهر آهيان، گهر ۾ اگر صفائي جو ڪم هلندو ته هو اتي باشن ڏيڻ ۾ شروع ٿي ويندو مستري وايو. ليڪڪ ، شاعر سياستدان ڪنهن کي به ڏسندو سيني کي سمجهائڻ ۽ اجايو هدايتن ۾ شروع ٿي ويندو پلي خبر نه هجيس پر هي فرد وڏو هوشيار چالاڪ هوندو آهي هن کي سيني جي خبر هوندي آهي، دنيا جي هر ڪاروهنوار کي چڱي ريت ڄاڻڻ جي دعويٰ فخر

سان ڪري ٿو. جڏهن ته هن کي ٽڪي جي خبر ناهي هوندي. هُو بس پنهنجي فيلڊ ۾ ئي ڪامياب هوندو آهي، جنهن ڪري هن کي اتان ٽوري مليل عزت آبرو هن جي بيماري جي شدت کي وڌائي ٿي، ٻيو ان شخصيت جي خرابي ۾ خاص معاملو ته مان آهيان ئي خاص مون کي عام ماڻهو ڪاٿي ٿا سمجهي سگهن. مون کي سمجهڻ لاءِ اعليٰ پائي جي دماغن وڏي مرتبي وارن ماڻهن يا وڏا ادارا ئي مون کي سمجهي سگهن ٿا هي هيٺيان عام ماڻهو مون کي ڇا سمجهندا هنن جي حيثيت ئي ناهي.

پنجين علامت ۾ وري **Preoccupation with fantasies of unlimited success, power, brilliance, beauty, or ideal love** فرد سوچي ٿو ته مون کي ايڏي ڪامياب ملندي جو هي سڀ ماڻهو قطار ۾ بيهي مونکان آٽوگراف ونندا، يا فرد محسوس ڪري ٿو منهنجي محبت جنهن کي ملي اهو مالا مال ٿي ويندو پلي ڪير ڪنگهيس به نه پر پوءِ به هي اهڙين جاين تي ماڻهن کي ڏسي ٻيو اجايو ايٽيٽيوڊ ڏسيندو پاڻ کي ناهڻ ۾ مصروف هوندو. هن وٽ پيار خوبصورتي تصوراتي خيال سڀ پنهنجي لاءِ هوندا آهن ڪنهن کي به شريڪ ڪرڻ کان لوائيندو يا جنهن کي شريڪ ڪيائين ٻيو ان کي ولوڙيندو ته بس توهان جي زندگي سڪل ٿي وئي مون جهڙي شخصيت جو اوهان سان ساڻ آهي. Frederick Redlich پنهنجي ڪتاب ۾ Diagnosis of a Destructive Prophet ۾ هٽلر متعلق لکي ٿو ته مان هٽلر جي زندگي جي جائزي بابت ان نتيجي تي پهتو آهيان ته هلٽر به NPD جو شڪار هيو. ليڪ وڏيڪ اهي شاهديون گڏ ڪري ثابتي سان پڙ اهو لکيو آهي.

ڇهين علامت يعني **Being interpersonally exploitative taking advantage of others to achieve their own ends** فرد صرف پنهنجي مفاد کي اڃيان رکندو. مثال، ڪنهن جي بنا پڇا گاڏي ڪاهي ويو ۽ سوچيندو ته فلاڻو خوش ٿيندو. هن جي گاڏي مان سردار، وڏو ڪردار، ڪاهي ويو آهيان. پل پويان گاڏي مالڪ پريشان وينو هجي. گاڏي پنچر ٿي يا ڪو ڏڪ لڳس پوءِ به ان سان هن فرد کي فرق نه پوندو. ڇو ته هو وڏو ماڻهو آهي. جنهن گاڏي تي وينو. ان گاڏي ۽ گاڏي واري جو نصيب سنو هيو جو مون

جهڙي عظيم شخصيت ان جي گاڏي تي سوار ٿي. پنهنجي مفاد خاطر ٻين جو استحصال ٿي ويندو. هن علامت ۾ فرد ان تي بہ فخر محسوس ڪندو خودغرضي ۾ ورتل هيءُ شخص ڪنهن ڏي بہ ڏيان نہ ڏيندو صرف پاڻ کي پيارو ڪري ٿو.

ماهر نفسيات ڊاڪٽر Theodore Millon لکي ٿو تہ هن شخصي نفسياتي خرابي جون توٽل 9 criteria آهن. انهن مان اگر چار علامتون فرد ۾ acctive آهن تہ اهو Narcissistic personality disorder جو شڪار آهي، جڏهن تہ ٻين ماهرن ڇهہ علامتون لکيون آهن.

References:

Caligor, Eve; Levy, Kenneth N.; Yeomans, Frank E. (May 2015). "Narcissistic personality disorder: diagnostic and clinical challenges". The American Journal of Psychiatry. 172 (5): 415–22

American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Fifth ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing. pp. 646

Theodore Millon; Roger D. Davis (1996). Disorders of Personality: DSM-IV and Beyond. New York: John Wiley & Sons, Inc. p. 226 Dr Arjeev sharma, Rasool Memon article Narcissism

بيحد پرهيزگاري شخصي خرابي:

هن بيماري کي Avoidant personality disorder چيو وڃي ٿو جنهن ۾ مبتلا فرد حد کان وڌيڪ پرهيزگاري ۾ رهي ٿو جنهن ڪري ان عمل هيٺ فرد وٽ سماجي روڪ ٽام، ناڪافي، منفي تنقيد، خارج ڪرڻ، پرهيز ڪرڻ، شرمندگي، خوف وارا احساس جاڳن ٿا. هن ۾ فرد شرميلو ۽ معاشراتي لحاظ کان پاڻ کي عجيب غريب نهرائي ٿو، جنهن سان فرد ۾ انهي روين عادتن جي ڪري روز مرهہ واري زندگي ۾ ڪافي مسئلا پيدا ٿي وڃن ٿا جنهن سان هن جا تعلقات خراب ٿيندا رهن ٿا هن نفسياتي بيماري جون ست علامتون آهن انهن مان اگر چار علامتون فرد ۾ موجود آهن تہ اهو APD جو شڪار آهي،

پهرين علامت: هن ۾ فرد تنقيد برداشت ڪرڻ جي خوف ۾ پنهنجي سرگرمين تان هٿ کڻي وڃي ٿو. هو چاهي ٿو ته مان ڪو اهڙو ڪم نه ڪيان متان ڪٿي منهنجي ان ڪم کي پڪڙي مون کي تنقيد جو نشانو بڻايو وڃي. هو جنهن ڪم سان لاڳاپيل آهي، تنهن کي ڏڃي پورو ڪري ٿو.

ٻئي علامت: هن ۾ فرد ڪنهن سان ملڻ کان لهرائي ٿو هن کي ڇرڪ هوندو آهي ته متان ڪو مون کي ڏسي ناپسنديگي جو اظهار ڪري. نون ماڻهن سان تيسين نٿو ملي جيسين کيس ڪير پسنديگي جو يقين نٿو ڏياري.

ٽين علامت: ۾ فرد ايتري شرمندگي ۾ ورتل هوندو آهي، جو ڪو به ڪم ڪرڻ کان ايڏو خوفزده هوندو ته متان ڪٿي مان ناڪام نه ٿيان. ان سوچ ۾ هي ڪنهن به نئين ڪم ۾ هٿ نه وجهندو. متان مان نه ڪري سگهان جڏهن اهو من ئي من ۾ قبول ڪري ويهي ٿو مان هي نه ڪري سگهندس.

چوٿين علامت: هن ۾ فرد سماجي حالتن ۾ گهٽو ڪري ان سوچ ۾ مصروف رهي ٿو ته مون کي ڪير به ڪجهه نه چوي ۽ هي ان وقت جنهن ڪم سان لاڳاپيل آهي، ان ڪم کي وقتي طور منفي تنقيد واري خوف ۾ نيائي ٿو.

پنجين علامت: اهڙيون حالتون پنهنجي رويي سبب پيدا ڪري پوءِ انهن مان پريشان ٿي وڃي ٿو جيڪر ڪجهه ڪيان پر ڪري نه سگهندس هو اندر ئي اندر ۾ گهٽجندو رهي ٿو خراب حالتون مريض کي ڪٽ پيڙو ڪن ٿيون هي ان ڪيفيت ۾ صفا ٻڏي وڃي ٿو.

ڇهين علامت: ۾ پاڻ کي سماجي طور صفا ناڪاره سمجهي ٿو اهليت هوندي به ان احساس جي ڪمتري ۾ هليو وڃي ٿو ته بس شيون هٿن مان ويون. ذاتي طور فرد پاڻ کي نٿو وٽي ٻين کان پاڻ کي گهٽ ترجيح ڏئي ٿو. هو سدائين پاڻ کي ڪتل ڪتل محسوس ڪري ٿو. مونکان وڌيڪ خراب هن جهان ۾ ٻيو ڪير به ناهي. فرد پنهنجي رويي ۽ پنهنجي عمل ۾ پنهنجي چهري ۽ پنهنجي ڪردار ۾ پاڻ کي خراب سمجهي ٿو.

ستين علامت: هو ڪنهن بہ خطري ۾ پوڻ نڻو چاهي.هن جي وضاحت عام لکيل لفظن ۾ هن ريت بيان ڪئي ويجي ٿي تہ سماجي طور پيدا ٿيل نفسياتي معاملن ۾ هي علامتون انسان مٿان پنهنجا گهرا اثر ڇڏن ٿيون، جنهن سان هن وقت ان شخص جا مزاج اهڙا نظرن اچن ٿا ٻيو سبب هي بہ آهي تہ اهڙي ذهني خرابي اڻ وٽندڙ مزاج انسان ۾ موروثي خانداني طور بہ طبيعت ۾ شامل هوندا آهن، خاص ڪري ننڍپڻ ۽ جواني ۾ مختلف سبب جي خرابي جو تعلق انساني رويي جو رجحان هوندو آهي جنهن ڪري اهو شخص هن مرض ۾ مبتلا ٿي ويندو آهي. ماهر نفسيات Theodore Millon لکي ٿو تہ جنهن ماڻهو ۾ اهڙيون اجتمائي علامتون موجود آهن اهي هن نفسياتي بيماري جو شڪار آهن، عام طور تي ڪجھ ڪجھ علامتون ڪنهن نہ ڪنهن فرد ۾ رهن ٿيون پر گهڻائي مان مراد ڪا شخصي خرابي آهي، جنهن ۾ پرسنالٽي ڊس آڊر APD بہ انهن منجهان هڪ خطرناڪ مرض آهي.

References:

Anxious avoidant personality disorder in ICD-10: Diagnostic Criteria Archived 2016-06-18 at the Wayback Machine and Clinical descriptions and guidelines. Archived 2014-03-23 at the Wayback Machine

Alternative DSM-5 Model for Personality Disorders". Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Fifth ed.). American Psychiatric Association. 2013. pp. 234–236

American Psychiatric Association, ed. (2013). "Avoidant Personality Disorder, 301.82 (F60.6)". Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition. American Psychiatric Publishing. pp. 672–675.

Hoeksema, Nolen (2014). Abnormal Psychology (6th ed.). McGraw Education. p. 275.

Avoidant Personality Disorder – Environmental Factors". Archived from the original on 2014-10-28. Retrieved 2013-07-22.

Millon, Theodore; Martinez, Alexandra (1995). "Avoidant Personality Disorder". In Livesley, W. John (ed.). The DSM-IV Personality Disorders. Guilford Press. pp. 218

ٻين جي آسري وقت وڃائڻ واري نفسياتي خرابي:

هن dependent personality disorder جون اٺ علامتون آهن، جن مان اگر پنج علامتون فرد ۾ موجود آهن ۽ عمر 18 سال کان مٿي آهي تہ اهو DPD جو شڪار آهي.

پهرين علامت: روز جي معمول موجب سرگرمي ۾ فرد پاڻ سان گڏ ٻين کي پريشان ڪري ٿو هن علامت ۾ فرد پنهنجي روز جي ڪم لاءِ ٻين کي انڪري پريشان ڪري ٿو تہ مثال مون کي پاڻي ڏيو. پلي پاڻي هن جي پاسي ۾ پيو هجي هٿ وڌائي پاڻ پاڻي پيئڻ بجاءِ ٻي کي منٿ ڪندو تہ پاڻي پري ڏيو. ٻاهر وڃڻو آهي تہ هي فرد چاهيندو هڪ ئي وقت گاڏي صاف هجي ڪپڑا استري هجن، وهنجڻ لاءِ پاڻي پريل هجي انهن ڪمن مان ڪو ٻہ هڪ ڪم رهيل هوندو تہ ٻين مٿان شامت ٿي ڪڙڪي پوي ٿو يا ڪنهن ٻہ ڪم ۾ ٿوري دير ڏسي ٻهانو ڪري ٻاهر وڃڻ کان ئي انڪار ڪري ٿو.

ٻئي علامت: هن ۾ فرد پنهنجو ڏوهہ ٻين مٿان هڻي ٿو. مثال گهر، گاڏي يا ڪا پراپرٽي وغيره خريد ڪرڻي آهي تہ هن علامت وارو فرد زوري ڪنهن ٻئي کي اڳيان ڪندو پاڻ اها ذميواري نہ قبولينڊو. ان ۾ اگر اڳتي هلي ڪو نفعو نقصان پيو تہ هي فرد ٻئي مٿان اهو ڏوهہ ڏينڊو تہ هي سڀ ڪجهہ اوهان جي ڪري ٿيو آهي مطلب هن ۾ فرد وٽ فيصلا ڪن صلاحيت گهٽ هوندي آهي انڪري هر ڳالهہ ۾ ٻين کي اڳيان ڪندو.

ٽئين علامت. هن ۾ فرد وٽ انڪار جي ڪوٽ آهي. هر ڳالهہ ۾ هائوڪار آهي، هن علامت ۾ فرد انڪار ۾ جواب ڏيڻ لاءِ وڏو پريشان ٿي وڃي ٿو مان ڪنهن کي جواب ڏيان شايد ڪاوڙجي وڃي يا مون کي ڇڏي وڃي يا مون کي غلط سمجهي انڪري هر ڳالهہ ۾ ها ڪري ڇڏيندو پوءِ پلي اهو ڪم ڪري سگهي يا نہ پر ٻئي کي اهڙو آسرو ڏيندو جو اڳيون فرد هن جي آسري خوش ٿي وڃي ٿو ۽ وقت سر اهو ڪم نہ ٿيڻ جي صورت ۾ حقيقي طور رشتو خراب ٿي وڃي ٿو. ان لاءِ سنڌي ۾ هڪ چوٽي ٻہ آهي، سکي کان شوم پلو جيڪو ترت ڏئي جواب، پر هن ۾ فرد وٽ جواب جي ڪمي آهي.

چوٿين علامت: هن علامت ۾ فرد ڪنهن بہ ڪم جي پاڻ کان شروعات ڪرڻ لاءِ تيار ناهي هوندو. اگر صحت خراب آهي، ڊاڪٽر علاج لاءِ دوا ڏني پوءِ بہ ٻين کان پڇا ڪندو سيني کي ٻڌائيندو تہ ڊاڪٽر هي دوا ڏني آهي، ڇا مان کائي سگهان ٿو. جيڪا تمام سادي ڀڳالهہ آهي ڊاڪٽر جي مشوري بعد جيڪا دوا ملي، ان جو ذڪر يا اجازت وٺڻ جي ڪهڙي ضرورت آهي؟ فرد هن علامت ۾ پنهنجي صحت گهر ڪاروبار يا آرگنائيزشين جي اڳواڻي قبولڻ لاءِ تيار ناهي هوندو. گهر ۾ پيءُ هجڻ باوجود بہ ٻار کي ماءُ جي اڳيان ڪري ڇڏيندو ، هو سمجهي ٿو تہ مونکان وڌيڪ سار ٻار جي ماءُ ڪري سگهي ٿي، اها هڪ عام ۽ سادي ڀڳالهہ ناهي ان پويان ڪيترائي منفي سبب پيدا ٿي پوندا آهن.

پنجين علامت: هن ۾ فرد وٽ وڏي مهربان سوچ هوندي آهي، صرف ان فرد لاءِ مطلب هي فرد ڪنهن جي مدد ڪرڻ لاءِ پاڻ کي نقصان يا پنهنجي ڪم کي بہ اڏورو ڇڏي ٻئي جي ممڪن مدد کان اڳتي ٽپي وڃي ٿو. مثال اسڪول ڪاليج يا دفتر ۾ ٻئي ڪنهن هن فرد کان سوال ڪيو تہ منهنجو هي ڪم تہ ڪري ڏيو پاڻ آفيس ٽائيم کي ڇڏي ٻئي جي ڪم لاءِ مارڪيٽ هليو ويندو. پويان پلي پنهنجو ڪم رلي وڃي ان سان هن فرد کي ڪا بہ پرواهہ ناهي هوندي ، بس سوچيندو آهي جنهن مون کي ڪم چيو آهي مان هن مٽان ڪڪر ٻڌجي هن مٽان ڇانورو ڪري هلان، پرايو ڪم پاڻ نہ ڪري سگهيو تہ ٻئي کي سوال ڪري بہ ان ڪم جي پورائي لاءِ پيو سوچيندو. اها ڪا پلي عادت يا علامت ناهي ان سان آس پاس جا رشتا ۽ ڪم اڏورا رهجي وڃن ٿا.

ڇهين علامت: هن ۾ فرد اڪيلو نٿو رهي سگهي هن وٽ خوف هوندو آهي گهر ۾ پيل روز جون ڏٽل شيون هن کي جن پوت يا ڪنهن ٻئي پوائتي شڪل ۾ ڏسڻ ايندیون، ان خوف ۾ هي فرد ڪنهن بہ اڪيلائي واري جاءِ تي ناهي رهي سگهندو چاهيندو آهي تہ مون سان ڪير گڏ هجي. چاهي پوءِ اها پارٽي هجي يا ميٽيگ پر هي فرد پاڻ سان گڏ ٻئي فرد کي رهائڻ لازمي سمجهي ٿو مشهور اسپورٽ مين David Beckham هن نفسيات جو شڪار

هو هن اڪيلي زندگي گذارڻ جي خوف ۾ سڄو گهر ٻين ماڻهن حوالي ڪري ڇڏيو.

ستين علامت: هن ۾ فرد رشتن جي ٽوڙ ڦوڙ ۾ وڌو جذباتي ۽ تڪڙو هوندو آهي، پنهنجي غلطي کي نظرانداز ڪري ٻين مٿان ڏوهه ڏيڻ واري مٿين علامت جيان هن ۾ فرد جلدي هڪڙو رشتو ٽوڙي ان جي بدلي ۾ ٻئي رشتي کي جوڙڻ جي جستجو ڪري ٿو. هن علامت ۾ فرد اجايو قريبي رشتا ڪاوڙائي متبادل طور ٻيا رشتا جوڙي ٿو.

اٺين علامت: ضرورت کان وڌيڪ خوفزده رهڻ رشتن جي ڇڏي ويڃ جو خوف پنهنجي غلطي تي ڪنهن وڌي نقصان جو خوف، معاشرتي لحاظ کان عزت احترام جو خوف، مطلب هن علامت ۾ فرد وٽ عارضي خوف رهن ٿا جيڪي هڪٻئي پٽيان گردش ڪندا رهن ٿا، پر هن علامت ۾ هڪ ڳالهه اها آهي ته فرد هن ۾ ٻين کان مدد جي گهر ڪري ٿو نفسياتي بيمارين ۾ گهٽو ڪري اهڙا ڪيس ناهن ملندا پر هن پرسنالٽي ۾س آڏر ۾ فرد وٽ اها گنجائش هوندي آهي ته هو ٻين سان خوف جو اظهار ڪري ٿو.

References:

Simonelli, Alessandra; Parolin, Micol (2017). "Dependent Personality Disorder". Encyclopedia of Personality and Individual Differences. Springer, Cham. pp. 1–11.

" Dependent Personality Disorder". www.mentalhealth.com. Archived from the original on 2015-02-16. Retrieved 2018-08-09.

" What are Cluster C Personality Disorders? - Online Psychology Degree Guide". Online Psychology Degree Guide. Archived from the original on 2018-08-09. Retrieved 2018-08-09.

Beitz, Kendra (2006). "Dependent Personality Disorder". Practitioner's Guide to Evidence-Based Psychotherapy (Practitioner's Guide to Evidence-Based Psychotherapy. ed.). Springer, Boston, MA. pp. 230–237.

. ....

جنوني مجبوري شخصي خرابي:

هن جنوني مجبوري شخصي خرابي کي Obsessive–compulsive personality disorder چيو وڃي ٿو جنهن جون 8 علامتون آهن، اگر ڪنهن بالغ فرد ۾ 4 علامتون موجود رهن ۽ عمر 18 سال کان مٿي هجي تہ اهو OCPD جو شڪار آهي، حد کان وڌيڪ سوچڻ، ترتيب بي ترتيب، نا سمجهي، غلطي نہ تسليم ڪرڻ، جهڙا خيال معاشري لاءِ وڏا منفي اثر ثابت ٿين ٿا ۽ ماهر نفسيات سگمنڊ فرائيڊ ان متعلق لکي ٿو تہ اهي اثر ۽ علامتون گهٽو ڪري فرد ۾ معاشري مان داخل ٿين ٿيون.

پهرين علامت: Analysis paralysis هن ۾ فرد ڪنهن بہ ڪم کان پهريان ان متعلق ايترو سوچي ٿو جو صحيح غلط جي فيصلي ڪرڻ کان معذور ٿي وڃي ٿو يا جنهن ڪم ۾ رڌل آهي تہ ان جي پورائي کي وڌيڪ خوبصورت ۽ ڪامياب بڻائڻ لاءِ هن ڪم تي ايتري محنت ڪري ٿو جو اهو ڪم حقيقي خوبصورتي بجاءِ ڪا ٻئين شڪل اختيار ڪري وڃي ٿو هن ۾ فرد پنهنجو ڪو بہ ڪم بهتر ۽ مڪمل ڪرڻ لاءِ پريشان رهجي وڃي ٿو يا اهو ڪم ئي بهتري جي چڪر ۾ اڌورو رهجي وڃي ٿو. هن علامت ۾ ڪافي جينئس دماغن جا مثال بہ ملن ٿا، جيئن اٽلي جي مهان ڪردار Leonardo زندگي جا ڪيترائي ڪم اڌورا رهائي ڇڏيا رڳو مونالیزا جي تصوير تي 15 سال لڳائي ڇڏيا پر اج بہ اها تصوير هڪ مبهم سوال بڻيل آهي. هن ۾ فرد حد کان وڌيڪ سوچي ٿو ۽ ان ڪم يا تخليق فن ۾ ايتري گهرائي سان لهي وڃي ٿو جو انهي ۾ پاڻ کي منجهيل ۽ بيچين ڪري ڇڏي ٿو.

ٻئي علامت: هن ۾ فرد پنهنجي ڪم کي ترتيب ڏيڻ جي چڪر ۾ پاڻ بي ترتيب ٿي وڃي ٿو. جڏهن تہ نارمل انسان هر ڪم کي نارمل ئي رکي ٿو پر هن ۾ فرد ننڍن ننڍن عام ڪمن مصروفيتن کي ترتيب ۾ رکڻ لاءِ پريشان ٿي وڃي ٿو. پهريان هي ڪم ڪريان، پوءِ هي، پوءِ هو. جڏهن تہ اهي ڪم کي ايترا خاص بہ ناهن هوندا پلي پهريان هو ٿئي يا هي ٿي پر هن ۾ فرد ان ننڍن ڪمن جي ذهني لسٽ ترتيب ڏيڻ لاءِ اجايو مغزخوري ۾ مصروف رهي ٿو.

ٽئين علامت. هن ۾ فرد پنهنجي ڪم سان ايترو پختو رهي ٿو جو ان ڪم سان جڙيل ٻيا فرد هن مان بيزار ٿي وڃن ٿا. هن علامت ۾ فرد نارمل انسان جيان ڪم جي وقت ڪم تہ ڪري ٿو. پر ان سان گڏ هي فرد ان ڪم کي ايترو گهرائي سان ونڊي ٿو جو ان ڪم سان جڙيل ٻيا فرد هن مان بيزار ٿي وڃن ٿا. ڇو تہ هن ۾ فرد ڏينهن، رات، صبح، منجهند، شام پيو ان ڪم کي ولوڙبندو. پنهنجي پروفيشن سان سچائي رکڻ سڀ ڳالهہ آهي پر ان کي حد کان وڌيڪ پيو گهلجي اها علامت هن ڊس آڊر جو حصو آهي.

چوٽين علامت: هن ۾ فرد پنهنجا قانون اخلاق ضابطہ جوڙي ويهي ٿو. گهر دفتر يا دوستن ۾ پنهنجي قانون موجب هلي ٿو. ان سان هن جا ڪافي رشتا خراب ٿين ٿا پروموشن آفيس معاملن ۾ پريشانيون پيدا ٿي پون ٿيون پر ان سان هن فرد جو ڪو بہ سروڪار ناهي هن کي پنهنجي جوڙيل ذهني قانون جي بالادستي ۾ بهتري محسوس ٿئي ٿي. ان سان هن کي جيڪر نقصان بہ پيو تہ هي ان کي سڪون سان قبول ڪري ٿو. پر جيڪڏهن ڪٽي هن جي جوڙيل قانون جي خلاف ورزي ٿي تہ هن فرد جو سڪ چين ڦٽي وڃي ٿو ۽ عجيب بيچيني محسوس ڪري.

پنجين علامت: هن ۾ فرد پنهنجي ڪيل ڪم، ڳالهين، فن يا تخليق تي ڪنهن بہ قسم جو سمجهوتو نٿو ڪري. مثال هن بہ مهينا هڪ ڪم تي لڳايا ۽ اهو ڪم بلڪل اهڙو نہ ٿي سگهيو جيڪو هن چاهيو پئي پر هن علامت واري فرد ذهني طور تي ان ڪم کي مڪمل ڪري ڇڏيو آهي. اگر ڪنهن ماڻهو هن کي چيو تہ بلڪل اوهان وقت، پيسو ۽ پگهر هن ڪم تي خرچ ڪيو آهي پر بهتري ٿيندي اگر هي ڪم فن تخليق اهڙي ريت بيهي ان تي بہ هي فرد ڪاوڙجي پوي ٿو ڇو تہ هن محنت ڪئي آهي ۽ پنهنجي ڪم کي روح سان نوازيو آهي پلي ڪيتري بہ ڪمي هجي ان ۾ پر اها ڪمي هن فرد کي نظر نہ ايندي هن ۾ فرد جي اها پختي راءِ هوندي آهي تہ مان جيڪو ڪيو آهي اها ئي هن جي تڪميل آهي.

ڇهين علامت: هن ۾ فرد صلاح ونڊ جي خلاف آهي، هو پاڻ مهارت رکي ٿو پنهنجي الڳ اک سان پنهنجي ڪم کي ڏسي ٿو. هن ۾ فرد پاڻ کي

مڪمل سمجهي ٿو ۽ سماج کي ڪٽل، مثال آمريڪي ماڊل مينا بي لباس ٿي مارڪيٽ ۾ نڪري پئي خبرون هليون ميڊيا ٽرائيل ٿيو مينا چيو جيڪو مون کي صحيح لڳي ٿو جيڪا منهنجي دماغ جي خواهش آهي اها پوري ڪرڻ ۾ حرج ناهي، جيڪر مان معاشري کي نٽي وڃان ته پوءِ مون کي منهنجي جسم کي ڏسن ڇو پيا، معنيٰ معاشرو منهنجي خواهش جي خلاف آهي پوءِ مان ان ماڻهن کان پنهنجي خيالن جي صلاح ڇو ونان.

ستين علامت: ڪنجوسپائي. هن ۾ فرد پنهنجي اثاثن مان فائدو نٿو وٺي سگهي، موٽر سائيڪل گهر ۾ بيٺي آهي ته مارڪيٽ ايمرجنسي ڪم سان نه ڪاهي ويندو ڪارڻ اُهو ته تيل خرچ ٿي ويندو. انڪري پنڌ هلڻ سٺي ڳالهه آهي پنڌ ڪرڻ انساني صحت لاءِ فائديمند آهي مائينرل گارڊ انهن ماڻهن لاءِ چيو ته جيڪي دولت هوندي به خرچ نٿا ڪن اهي غريب آهن جيڪا ڇوڪري دولت جي ڪري ڪنهن سان شادي ڪري ٿي ته اها به غريب آهي.

اٺين علامت: سختي سان پنهنجي rigidly پاڻ کي سچو ۽ صحيح ثابت ڪرڻ، پلي خون به ڪري پر ان تي پشيمان يا شرمندگي نه قبولينڊو هن علامت ۾ فرد کي ماهر نفسيات Williams bron وحشي جانور ڪري بيان ڪيو آهي، هن ۾ تر برابر به فرد کي احساس ناهي ٿيندو هن وٽ اهو خيال مضبوط هوندو آهي ته مان جيڪو ڪيو آهي اهو بهتر هيو.

References:

Samuels J, Costa PT (2012). "Obsessive–Compulsive Personality Disorder". In Widiger T (ed.). The Oxford Handbook of Personality Disorders. Oxford University Press. p. 568. ISBN 978-0-19-973501-3.

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5) (5th ed.). United States: American Psychiatric Association. May 18, 2013. pp. 681–682.

Young S, Rhodes P, Touyz S, Hay P (2013-05-02). "The relationship between obsessive–compulsive personality disorder traits, obsessive–compulsive disorder and excessive exercise in patients with anorexia nervosa: a systematic review

Torgersen, Svenn; Lygren, Sissel; Øien, Per Anders; Skre, Ingunn; Onstad, Sidsel; Edvardsen, Jack; Tambs, Kristian; Kringlen, Einar (2000-11-01)

باب ٹيون

نفسياتي طور جنسي بيڑائپ جون بيماريون

انساني تاريخ ۾ شهوت جو جذبو دور اول کان هيل تائين ارتقائي طور شڪليون تبديل ڪندو هن ماڊرن دور ۾ نون طور طريقن سان هر ڏهن تي ڇانيل آهي. انساني جنس ۾ شهوت جو رجحان ڪيترين شڪلين ۾ ظاهر ٿئي ٿو. ان لاءِ ماهر نفسياتدان انساني ذهن اندر گردش ڪندڙ ان سوچن کي مختلف ڪيفيتن ۾ ورهايو آهي. تنهن ۾ غير فطري جنسي طريقا (Perverted sex) جنهن سان جنس بگڙيل (Atypical) شڪلين، حالتن، روين ۽ ڪن خاص شين (Objects) کي ڏسي جاڳي پوي ٿي.

جڏهن بي جان شين ۽ غير فطري جنسي عمل لاءِ اهڙي خواهش شدت سان جاڳي ته ان کي فيٽيشيزم (Fetishism) چيو ويندو آهي. هڪ ذريعي موجب پيرافليا لاءِ استعمال ٿيندڙ غير فطري جنس جا 549 طريقا آهن هتي اهڙن ڪجهه جنسي طريقن جي نفسيات کي ترتيب ڏجي ٿي.

Classification of Paraphilia انساني خيال ۾ جنسي ڪشش جي قوت کي بيان ڪندي فلاسفرن ۽ ماهر نفسيات کين ذهني مريض ڪوٺين ٿا جيڪي ميلاپ ڪرڻ مهل نارمل ناهن هوندا. انهن وٽ جسني ميلاپ جي پوراءَ لاءِ هڪ الڳ عملي سوچ هوندي آهي. جيڪا نارمل ماڻهو کان گهڻو مختلف هوندي آهي.

سيلروفيليا **Salirophilia** نفسياتي طور هڪ اهڙي جنسي ڪشش آهي جنهن ۾ شخص هڪ ٻئي کي گپ، ڪريم، تيل، غلاظت کان ويندي ڪپڑا ڦاڙڻ، وار بگاڙڻ يا ميڪ اپ خراب ڪري جسم سان چمبڙي پرڪشش شخص کي گندو ڪري شهوت انگيز لذت حاصل ڪري ٿو. ان ۾ ڪنهن کي زخمي ڪرڻ ناهي بس ظاهري شڪل خراب ڪري جنسي تسڪين وارو سرور حاصل ڪرڻ آهي. ان ۾ فرد هڪٻئي متان فارغ ٿيڻ وقت غلاظت هڪٻئي جي جسم، چاتي، منهن، ٽنگن، هٿن يا پيرن تي ڦٽي

ڪري يا پيشاب ڪري وڌيڪ پرجوش ٿي خوشي محسوس ڪري ٿو. سيلروفيليا واري تسڪين ۾ ٻنهي فردن جي رضامندي سان ٿئي ٿي. ان جو هڪ پاسو تصوراتي ۾ آهي جنهن ۾ پرڪشش ماڻهن جي تصويرن مشهور شخصيتن جي مجسمن، فيس پينٽنگ facepainting فون، ٽيبليٽ، ڪمپيوٽر، اسڪرين يا ڪنهن جي نيڪر، بادي، مٿان فارغ ٿي غلاظت ان مٿان هاري سرهائي محسوس ڪري ٿو. fetishist محض جنسي طور پاڻ کي خوش ڪرڻ لاءِ ائين ڪري ٿو.

جرمن ليکڪ Charlotte Roche جو پهريون ناول Wetlands جيڪو 2008ع ۾ ڇپيو ۽ ان تي فلم ۾ ٺهي ان ناول ۾ ليکڪ خود پرستي هيٺ آيل ماڻهن جي شهوت جا مختلف رخ ڏسيا آهن، جيڪي سڀ عمل نفسياتي بيمارين جو مظهر آهن جنهن ناول تي سخت تنقيد ٿي ۽ ان کي محض شهوت انگيز ادب جو ٽڪرو سمجهيو ٿي ويو. هن جي ناول تي ٺهيل مووي پوٽريٽ ۾ Mysophilia ۽ Salirophilia جي بيمارين جا عڪس ناهيا ويا، جيڪي بعد ۾ ختم ڪيا ويا. جنسي تسڪين جي اهڙي بچڑي عمل ۾ هڪ ٻيو اصطلاح جنهن کي جسماني بدبو مان شهواني لطف ملي ٿو جنهن نفسياتي رخ کي ميسوفيليا Mysophilia چيو وڃي ٿو جنهن ۾ شخص جسماني طور گندگيءَ کي پسند ڪري ٿو. ناپاڪ جڳهين تي رهڻ، گندين گهٽين، فحاشي جي اڈن، باٿ روم يا خراب بدبو کي سنگهي سڪون وٺي ٿو. جنهن ۾ گهٽي وقت تائين ڪير غسل نه ڪري ڪپڑن ۽ جسم مان ڏپ اچي ۽ جنسي لذت وقت بغل سنگهڻ يا جسم جي گهٽي پگهر يا ٿوري پسيل جاءِ، جورابا لٽل پيرن مان حوس سنگهي چمي ۽ نمڪيني چکي محسوس ڪري وڌيڪ لذت ۽ فرحت حاصل ڪري ٿو. اهڙين نفسياتي بيمارين تي مختلف وقتن تي ليکڪن پنهنجي آرٽ وسيلي قلم کڻي انهن عملن جي نشاندهي ڪئي آهي هي هاڻي جي ڳالهه ناهي پر پراڻي دور کان اهو عمل هلندڙ آهي. سعادت حسن منٽو سماج جي نفسيات تي قلم جي نب رکي لکندو هو هي صرف هڪ افسانگار نه پر ماهر نفسيات ۾ هيو هن جي افساني 'بُوءِ' ۾ اهڙي قسم جي نفسيات جي جهلڪ نظر اچي ٿي. مٿين ٻنهي جنسي ۽ نفسياتي

عملن كي American Psychiatric Association نمڪين شين سان تشبيهه ڏئي بيان ڪيو آهي.

References.

American psychiatric association.
(June 2000) “Diagnostic and statistical manual of mental disorders’’
–IV – Arlington , VA , USA. American psychiatric publishing , Inc - p-566-76.
The journal of sexual medicine. Volume – 12 , issue , 2 Feb:2015.
Aggrawal , Anil (2009)
“Forensic and Medico - Legal aspect of sexual crimes and unusual sexual practices”.
Boca Raton: CRC press.
Spintzer , R.L (1981)
“The diagnostic status of homosexuality in DMS - III. A reformulation of the issues”.
The American journal of psychiatry- 138(2):210-15.
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Salirophilia
Fetishistic disorder refers to recurrent, intense sexual arousal from use of an inanimate object or from a very specific focus on a nongenital body part (or parts) that causes significant distress or functional impairment,
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Sexual. attraction
Butcher, Nancy (2003). The Strange Case of the Walking Corpse: A Chronicle of Medical Mysteries, Curious Remedies, and Bizarre but True Healing Folklore. New York: Avery. p. 133
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Partialism
MerckEngage® - Healthy Living Tips and Health Information". Archived from the original on 24 August 2010. Retrieved 26 May 2016
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Urination

شهوت انگيز نفسياتي رجحان جو مجموعو:

بي ڊي ايم ايس جو پهريون پيرو اصطلاح 1991ع ۾ Usenet post ۾ شامل ڪيو ويو. BDSM جو مفهوم نفسياتي طور جسماني ميلاپن جي مختلف طريقن، ريتن ۽ رسمن ۾ شمار ڪيو ويجي ٿو. جنهن جو ڪليل ذڪر هن ريت رسول ميمڻ پنهنجي ڪتاب نوسيبو ۾ جنس واري باب ۾ ڪيو آهي، جيڪو اوائلي دور کان ارتقائي طور پنهنجون شڪليون تبديل ڪندي موجوده جديد دور ۾ نون رخن سان قائم آهي.

اڄ کان هزارين سال اڳ ميسوپوٽيميا mesopotamia تهذيب جي شروعاتي اوج وقت اتان جي راڻي Inanna جيڪا پيار جي رومانوي جذبن جي ديوي مڃي ويندي هئي ۽ هو پنهنجي دل وندرائڻ لاءِ رقص جون محفلون، شراب، گڏجي جنسي عمل ڪرائڻ Group sex واريون رنگين گڏجاڻيون ڪرائي، سڪون محسوس ڪندي هئي. ڪڏهن هوءَ نفسياتي طور جنسي عمل ڪرائڻ لاءِ جسماني پڪڙ ۾ وڌيڪ لطف اندوز ٿيندي هئي، جنهن کي هن وقت Bondage چيو ويجي ٿو.

يعني اهو عمل جنهن ۾ عورت يا مرد جي رضامنديءَ سان، جنهن ۾ زور زبردستيءَ جو ڪو عمل داخل نہ آهي. هڪ ٻئي کي رسن، چمڙي جي پٽن، ٽيپ يا ٻين طريقن سان جسم کي ويڑهي، ٻڌي سوگهو ڪري جنسي تسڪين حاصل ڪئي ويجي ٿي. ائين ٻڌڻ يا سوگهو ڪرڻ سان انهن ۾ نفسياتي طور سونهن (Aesthetic) جو تاثر گهرو ٿئي ٿو ۽ بدني نسون (Sometosensory) فرحت محسوس ڪن ٿيون. مرد عوت کي رسن يا چمر جي پٽين سان ويڑهي ٿو تہ کيس پنهنجي طاقتور جنسي سگهہ جو احساس راحت پهچائي ٿو. جڏهن تہ عورت کي هيٺائيءَ جو احساس جنسي تسڪين پهچائي ٿو. ساڳيو تاثر تڏهن ايري ٿو جڏهن عورت مرد کي ويڑهي سوگهو ڪري ٿي ۽ پاڻ کي جنسي طور آزاد محسوس ڪري ٿي. اوائلي دور کان وٺي BDSM هڪ قسم جو لائيف اسٽائيل آهي، جنهن جا پنهنجا رولز

ريگيوليشن آهن جنهن ۾ سور، لذت، تڪليف شده، مشق، ذلت خواري، رسوائي جهڙا عمل ڪري انسان جنسي تسڪين وٺي ٿو.

اها سندرتا جي ديوي Inanna ڪڏهن ڪڏهن رقص ڪندڙن مٿان رسي مان ٺهيل ڪوڙا وسائيندي هئي، جنهن سان هو هلڪي سور ۾ هڪ سرور واري دانهن، رقص سان چيرن ۾ ساز جي آواز جيان ڪندا هئا، جنهن سان راڻي کي لطف ملندو هو ۽ هو ان درباري غلامن کان پنهنجي جسم جي انگ انگ کي نوڪدار چهنپ نما شين سان هلڪي سور واري رومانس کي پسند ڪندي هئي. جنهن عمل کي جسماني قبضو Discipline ضبط چيو وڃي ٿو. جيڪو جنسي بي راهرويءَ ۾ تسڪين جو اهڙو وسيلو آهي، جنهن ۾ عورت يا مرد ڪي بہ جنسي قائدا يا قانون ٽوڙي ٿو تہ ڪيس سزا ڏني وڃي ٿي ان سزا ۾ بيد جي ڇهبڪ سان مخصوص جاين تي هلڪا ڏڪ هنيا وڃن ٿا ۽ اهڙا ڏڪ انهن جي جنسي تسڪين جو سبب بڻجن ٿا. ڪڏهن جنسي قائدا ۽ قانون ٽوڙڻ جي ڏوهہ ۾ هڪ ٻئي کي سرعام خوار ۽ خراب (Humiliation) ڪري بہ جنسي طور پاڻ کي مطمئن ڪيو وڃي ٿو. جيئن خاص ڪري عورت کي چمڙي جي پٽن سان ويڙهي اگهاڙو ڪري ماڻهن جي سامهون آڻڻ يا سيني جي سامهون ڪا اگهاڙي عورت حرڪت ڪري لڄ، فخر يا برتريءَ جي احساس کي خاڪ ۾ ملائي ٿي.

ان محل اندر هر روز شام جو راڻي اهڙيون محفلون سجائڻ سان گڏ ڪڏهن وري پاڻ مهربان ٿي پنهنجي جسم کي ڪنهن غلام مرد اڇيان نيازمندي سان فحاشي لباس پائي اچي پاڻ ڦٽو ڪندي هئي. هڪ غلام ڪيئن ٿو راڻي سان جسماني ميلاپ ڪري سگهي؟ خوف، ڏيا، هراس جون حدون غلام ڪيئن ٿو پار ڪري سگهي؟ اها بہ هڪ قسم جي نفسياتي مونجهاري واري حالت آهي. راڻي جسماني ميلاپ لاءِ منٿ ميڙ يا اهڙو رويو رکندي هئي جيئن اهو راضي ٿي پوي ان کي نفسياتي ماهرن Female submission جو نالو ڏنو آهي. ايئن مرد Male submission بہ ٿيندو آهي ۽ ڪڏهن وري راڻي علائقي جي سيني رياستن جي مردن کي گهرائي ناچ گاني ڪانپوءِ هو جنهن ۾ جنسي ڪشش محسوس ڪندي هئي ان مٿان زوري

حاوي ٿي ويندي هئي ان کي جنسي ميلاپ لاءِ ڊاميٽيت ٿي زبردستي سان پاڻ ڏانهن متوجهه ڪندي هئي.

ان عمل کي حاوي ۽ نيازمندي Dominance Submission چيو وڃي ٿو جيڪو ٻنهي جنسن ۾ موجود رهي ٿو جنهن جو خلاصو آهي هڪ اهڙو نفسياتي پاسو جنهن ۾ جنسي روين جو اهڙو احساس جاڳي ٿو جنهن ۾ مخالف جنس جو ڪو بہ فرد ٻئي تي مسلط يا حاوي ٿي پنهنجي جنسي تسڪين جو پورائو ڪري ٿو ۽ ٻيو اطاعت نيازمنديءَ واري احساس هيٺ ساڳي لذت حاصل ڪري ٿو. مخالف جنس کي منٽ ڪرڻ پيار سان مجائڻ ويجهي ٽيڙ وارن انهن خيالن جي گردش ۾ جنسي تسڪين کي وڌيڪ بهتر سمجهي ٿو پر اهو بہ ضروري نہ آهي تہ اهڙو رويو آمهون سامهون هجي اهو فون ڪال، ويڊيو ڪال، ايميل يا ميسيجن وسيلي بہ ٿي سگهي ٿو. جنهن کي Sexting چيو وڃي ٿو. جنهن ۾ هڪٻئي کي پورن ويڊيوز، فحش تصويرون ۽ رومانوي ڳالهيون ڪري جسماني ميلاپ لاءِ اتساهڻ آهي، جنهن کي Sexual roleplay سان ڳنڍيو وڃي ٿو جيڪو خود Cybersex آهي.

جنهن ۾ فرد ڊجيٽلائيز طور جنسي جذبن جي اپار هيٺ رومانوي ڪچهريون ڪري وقتي طور جنسي سکون وٺي ٿو. هڪ رپورٽ موجب مغربي ملڪن سميت پوري دنيا ۾ 85 سيڪڙو عورتون ۽ 95 سيڪڙو مرد Cybersex واري مشغولي ۾ ڦاٽل آهن اها نفسياتي بيماري اڄ ڪالهه انٽرنيٽ تي عام آهي جنهن کي Virtual sex چيو وڃي ٿو جيڪا گهٽو ڪري هن موجوده جدت واري دور ۾ Internet addiction disorder مان ٽئي ٽي. يا Internet sex addiction جنهن ۾ فرد خيالي گرفت ۾ اچي پاڻ کي تصوراتي دنيا ۾ ان سوچ سان مصروف رکي ٿو جنهن ۾ وڏين پرسنالٽيز، ايڪٽرز، ماڊل، سياستدانن سميت پنهنجي پسند واري جسماني فگر رکندڙ شخص مان خيالي طور جنسي لذت جو مزو وٺي ٿو. جنسي تسڪين جي حاصلات ۾ نفسياتي ۽ جنسي ماهرن سيڊو ميسو ڪيزم Sadomasochism کي بہ بيان ڪيو آهي لفظ سيڊو ميسوڪيزم فرانسيسي اديب مارڪس ڊي سيڊ Marquis de Sade سان منسوب ٿيل آهي.

اهو جنسي لذت جو اهڙو طريقو آهي جنهن ۾ مرد يا عورت هڪ ٻئي کي سور (Pain) پهچائي جنسي سکون ماڻين ٿا يا سور کائي جنسي حِس مان لطف اندوز ٿين ٿا. اهو ٻنهي جنسن جي رضامنديءَ سان ٿئي ٿو. مارڪيوئيز ڊي سيڊ جي ڪتابن مان جستائين Justine کي اهميت حاصل آهي. جيڪو هن 1791ع ۾ لکيو. اهو ناول هن جيل ۾ فرانس جي انقلاب کان ڪجهه وقت پهريان لکيو ۽ 187 صفحن تي مشتمل آهي اهو ناول گمنام اديب جي نالي سان ڇپيو. نيپولين بوناپارٽ ان ڪتاب تي بندش وڌي ۽ گمنام اديب کي گرفتار ڪرڻ جو حڪم ڏنو. ان کانپوءِ ڊي سيڊ کي ڳولي لڌو ويو ۽ ان ناول لکڻ جي ڏوهه ۾ ڪيس تيرهن سال قيد ڪاٽڻو پيو. ڊي سيڊ پنهنجين لکڻين ڪري ٻتيهه سال قيدخانن ۽ پاگل خانن ۾ گذاريا. جستائين ناول ۾ هڪ عورت جو مرڪزي ڪردار آهي، جيڪا پنهنجن ڏوهن جي بچاءَ ۾ دليل ڏئي ٿي. ان ناول ۾ تشدد ذريعي جنسي تسڪين حاصل ڪرڻ جا طريقا بہ ڏنل آهن. سور ۽ تذليل ذريعي ڪردارن کي جنسي حِض ونندي ڏيکاريو ويو آهي.

نفسياتي ۽ جنسياتي جسماني رجحانن ۾ BDSM جو اصطلاح مٿئين مڙني ڪيفيتن جذبن کي بيان ڪري ٿو جنهن ۾ جنس غير فطري جنسي رجحان جي خواهش (Fetishism) کي جاڳائي وجهي ٿي. ماڻهو جنسي بي راهرويءَ ۾ ديوانو ٿي پوي ٿو گناهه سندس جنسي حِس جاڳائي وجهن ٿا. اهو ايروٽڪ (Erotic) ٿي تسڪين جي تلاش ۾ دوزخ جي باهه ۾ وهنجي سرور حاصل ڪري ٿو. جنس غير فطري انداز ۾ فطرت کان پري پنهنجي ذات ۾ وجود ونندڙ لاشعوري خواهش جي پورائي ۾ حجاب ۽ شرم جون ليڪون لتاڙي شهوت جو اظهار ڪري ٿو. سوگهائپ ضبط حاوي نيازمندي ۾ پيار منٿ دهمان کان ويندي چمڙي جي شين جن ۾ جيڪيٽيون، ڊگها ڪهين وارا بوٽ، بادِيون، چدا، دستانا، پٽا ۽ ٻيا چمڙي پوش شامل آهن. اهي پائي پاڻ کي قيد يا آزاد ڪرڻ جو احساس، غير فطري نماڻ جا طريقا، سرعام توهين ۽ ذلت مان جنسي گهرجن جو پورائو. ڏاڍائي ۽ نوڙت جي نفسياتي طريقن سان هڪ ٻئي کي زير ۽ زبر ڪري تسڪين وٺڻ. انسان تراوت ۽ تسڪين جي تلاش ۾ پاڻ کي ڏنپ

ڏئي لطف اندوز ٿئي ٿو. غير فطرت هن جي فطرت کي مڪمل ڪري ٿي. اهي سڀ جنسي رويا جا نفسياتي پاسا آهن عام زندگي ۾ نارمل ماڻهن جسماني ميلاپ لاءِ اهڙو رويو اختيار نٿو ڪري جنهن کي نفسياتي بيمار چئجي اهو شدت سان اهڙي رجحان کي خوشي ۾ قبول ڪري ٿو.

References:

BDSM n. (in entry B, n.)". Oxford English Dictionary Online (draft ed.). Oxford University Press. June 2013. Archived from the original on 31 December 2015. Retrieved 29 November 2015

https://en.m.wikipedia.org/wiki/Inanna

Richters, Juliet; De Visser, Richard O.; Rissel, Chris E.; Grulich, Andrew E.; Smith, Anthony M. A. (July 2008). "Demographic and Psychosocial Features of Participants in Bondage and Discipline, "Sadomasochism" or Dominance and Submission (BDSM): Data from a National Survey". The Journal of Sexual Medicine.

https://en.m.wikipedia.org/wiki/Human. penis

Breslow, Norman; Evans, Linda; Langley, Jill (1985). "On the prevalence and roles of females in the sadomasochistic subculture: Report of an empirical study". Archives of Sexual Behavior.

https://en.m.wikipedia.org/wiki/Human. sexual. response. cycle

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

https://en.m.wikipedia.org/wiki/Signs. and. symptoms

Freund, K., & Blanchard, R. (1986). The concept of courtship disorder. Journal of Sex & Marital Therapy, 12, 79-92.

https://en.m.wikipedia.org/wiki/Sadomasochism

Freund, K., & Blanchard, R. (1986). The concept of courtship disorder. Journal of Sex & Marital Therapy, 12, 79-92.

https://en.m.wikipedia.org/wiki/Bondage. (BDSM(

Jozifkova, Eva (September 2013). "Consensual Sadomasochistic Sex (BDSM): The Roots, the Risks, and the Distinctions Between BDSM and Violence". Current Psychiatry Reports https://en.m.wikipedia.org/wiki/The. Dominant. Sex

Dunkley, Cara R.; Brotto, Lori A. (22 April 2019). "The Role of Consent in the Context of BDSM". Sexual Abuse. 32 (6.(

https://en.m.wikipedia.org/wiki/Lifestyle. (social. sciences(

Nitschke, Joachim; Mokros, Andreas; Osterheider, Michael; Marshall, William L. (December 2013). "Sexual Sadism: Current Diagnostic Vagueness and the Benefit of Behavioral Definitions" (PDF). International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology. 57 (12): 1441–1453

https://en.m.wikipedia.org/wiki/Orgasm

Aron, Lewis; Starr, Karen (2013). A Psychotherapy for the People: Toward a Progressive Psychoanalysis. New York: Routledge. p. 3.

.....

ساڳي صنف سان جسماني ميلاپ جي نفسياتي ڪشش:

هم جنس پرستي Homosexuality هڪ اهڙو رومانوي جذبو آهي جنهن سان فرد ساڳي جنس ۾ جنسي ڪشش وٺي لطف اندوز ٿئي ٿو. هم جنس پرستي واري عمل کي 1952ع ۾ American Psychiatric Association پاران شايع ٿيل ڪتاب Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders جي پهرين ڇاپي ۾ هم جنس پرستي کي نفسياتي بيماري ۾ شمار ڪيو آهي.

جڏهن اهڙي خبر هم جنس پرستن کي پئي ته هنن وڏو هل هنگامو ڪندي پنهنجي حقن جي خلاف ورزي تي هڪ تحريڪ شروع ڪئي جنهن کي Stonewall riots چيو وڃي ٿو جنهن ۾ هم جنسپرستن جي گروپن انتظاميہ سان فساد ۽ احتجاج ڪيا ۽ ان وقت DSM ڪتاب کي چيلينج ڪيو ويو ۽ آخرڪار 1973 ۾ APA بورڊ مجبور ٿي ان ڪتاب ۾ ترميم ڪئي ته Homosexual Obsessive Compulsive Disorder جنهن سان هڪ فرد کي هڪ جهڙي جنس سان جنسي ميلاپ جا خيال اچن ٿا ۽ هو پريشان ٿي وڃي ٿو ته ڇا مان Gay ته ناهيان ؟ يا مان lesbian ته ناهيان؟ هم جنس پرست عورتن کي لسبين (Lesbian) ۽ مردن کي گي (Gay) چيو وڃي ٿو. جڏهن ته 'گي' لفظ مرد ۽ عورت ٻنهي لاءِ پڻ استعمال ٿئي ٿو. اهڙي خيال سان فرد ڇرڪي ۽ ٿو ۽ ڪنهن وقت ان خيالي رومانس ۾ هليو وڃي ٿو پر اها صورت صرف تصوراتي imagination آهي.

ان کي HOCD چيو وڃي ٿو جيڪا هڪ نفسياتي بيماري آهي، ساڳي جنس سان جسماني ميلاپ جي خيالن جو بار بار اچڻ. ان ترميم کانپوءِ ۽ اها جدوجهد مختلف وقتن تي مختلف نعرن ۽ نالن سان سڄي يورپ ۾ 20 سال 1960 کان 1980 تائين جاري رهي. جيڪا پهريان Gay liberation movement جي اتحاد سان اڳيان وڌي ۽ هم جنس پرستن پنهنجي آزادي جي تحريڪ ۽ حق گهرڻ خاطر شروع ڪئي هئي. جنهن جو نعرو هيو 'اسان کي شرمندگي ناهي،اسان کي فخر آهي.'

هم جنس پرستي پوري يورپ آمريڪا ۾ ڪجھ ٻين ملڪن ۾ مذهب ۽ قانون جي حد تائين هم جنس پرستي جائز عمل آهي ۽ قانون ان کي تحفظ ڏئي ٿو ۽ پادري هم جنس پرست جوڙن جا نڪاح پڙهائي شادي ڪرائن ٿا. هم جنس پرست شخص جي جين (Gene)، رتوبتن (Hormones) ۽ ماحول تي مدار رکي ٿو. Iceland آئيس لينڊ جي عورت وزيراعظم جوهانا Johanna Sigurdardottir جنهن 2009ع ۾ پنهنجي عهدي جو قسم کنيو سرعام ان ڳالهه جو اقرار ڪيو ته مان هم جنس پرست آهيان. اهڙي اقرار کانپوءِ به جهموري طريقي سان اقتدار ۾ اچي وئي. اينسي پارڪر جيڪا پڻ هم جنس پرست عورت هئي، اها 2010ع کان 2016ع تائين هوسٽن ٽيڪساس جي ميئر رهي.

هم جنس پرستي قديم دور کان هلندڙ آهي. عورت جو عورت سان جنسي ميلاپ جنهن کي 'ليسبين' چيو وڃي ٿو ۽ مرد جو مرد سان ميلاپ جنهن کي 'گي' چيو وڃي ٿو لفظ 'گي' جيڪو هم جنس پرستن لاءِ استعمال ٿئي ٿو، ان جي اصل معني، بي فڪر، لاپرواهه، خوش، سهڻو ۽ شوباز آهي، اهو لفظ اٺويهين صديءَ جي آخر ۾ هم جنس پرستن لاءِ استعمال ٿيو. ۽ لفظ لسبين يونان جي هڪ ٻيٽ ليسبوس تان ورتل آهي جيڪو يونان جي اتر اوپر ۾ واقع آهي ۽ پکيڙ جي لحاظ کان ملڪ جو ٽيون وڏو ٻيٽ آهي. سمنڊ جي هڪ سنهي ليڪ ان کي ترڪيءَ کان الڳ ڪري ٿي ۽ اهو ڪڏهن بازنطائين سلطنت جو حصو هيو مشهور شاعرا سيفو Sappho جي پيدائش ان ٻيٽ تي ٿي جنهن لاءِ محققن لکيو آهي ته تاريخ جي پراڻن ورقن مان ملي ٿو ته سيفو جا ڏينهن نوجوان عورتن جي صحبت ۾ گذريا. سندس شاعريءَ ۾ ساڳي جنس جي ڪشش جا اشارا ملن ٿا.

هم جنس پرستي پوري دنيا ۾ آهي. پوري دنيا جيان مسلمان بادشاهن جو به انهي هم جنس پرستي ۾ وڏو انگ رهيو آهي. تاريخي حوالن موجب ۽ ڪاوش ۾ هڪ تحرير اندر "غلمانن جا غلام بادشاهه ۽ انهن جا شوق" جي عنوان سان ڪافي ڏگهيون ڳالهيون بيان ٿيل آهن. سهڻن ڇوڪرو ڇوڪرن جي چڪر ۾ مسلمان بادشاهن جنگ جي اعلان جو ذڪر به تاريخ ۾ آندو آهي. علاوالدين خلجي حسين ڇوڪرن جو شوقين هوندو هو سندس اڳيان

پويان حسين چوڪرن جا ٽولا هوندا هئا 50 هزار حسين چوڪرا غلامن طور مقرر ٿيل هئا. جيڪي ٿورا وڌا ٿيندا هئا جن جون ڏاڙهيون لهي ايندیون هيون انهن کي صوبن جي حڪمرانن جي حوالي ڪيو ويندو هو. صوبائي حڪمران انهن تيار ٿيل چوڪرن لاءِ جنگين جي تربيت ڏيندا هئا ۽ محمود غزنوي به چوڪرن جي محبت ۾ سدائين چڪنا چور رهندو هو. شل نه ڪٿي حسين چوڪرو ڏسي، سندس وزيرن سان وڙهي ۽ ان چوڪري کي حاصل ڪرڻ جي ڪوشش ڪندو هو. محمود غزنوي وٽ 4 چار هزار حسين جوان چوڪرا غلامن طور مقرر هوندا هئا جن جو ڪم صرف اهو هوندو هيو ته هو عطر مشڪ عنبير لڳائي، پشم پٽ لباس پهريل پاڻ کي سينگاريون وتن. رسول بخش پليجي صاحب جي ڪتاب انڈا اونڌا ويج ۾ بيان ٿيل آهي ته محمود غزنوي چيو ته 'جڏهن مان مري ويجان ته منهنجو منهن ڪعبي ڏي ڪرڻ بجاءِ منهنجي محبوب ايياز ڏانهن ڪري مون کي دفنائجو.'

ليڪڪ شمس سراج عفيف لکي ٿو: ته دهلي جي حڪمرانن ۾ فيروز شاهه نوجوان خوبصورت چوڪرا رکڻ ۾ سينې کان اڳتي رهيو هن حڪم ڪيو ته جنهن به جنگ تي ويجو خاص ڪري خوبصورت چوڪرن کي ڪٽي اچو بادشاهه جو قرب حاصل ڪرڻ لاءِ جنگي لٽيرا وس ڪري سهڻا چوڪرا ڪٽي ايندا هئا جن کي بادشاهه فيروز شاهه ڏسي خوش ٿيندو هو ۽ چوڪرو آڻيندڙ کي وڏا وڏا انعام اڪرام پڻ ڏيندو هو. سندس جاگير ۾ هڪ لک 80 هزار ترڪ خوبصورت جوان رکيل هوندا هئا. اهڙي ئي رٽا سان اسان وٽ اڄ به ميلن ملاکڙن ۾ حسين چوڪرن جي رقص تي ڪيترائي مرد پنهنجا گهر ٻار لٽائي چوڪرو حاصل ڪن ٿا، هم جنس پرستي به سيڪس جو هڪ وڏو بحث آهي.

عام طور تي اسان وٽ هم جنس پرستي بابت کليل ذڪر نه ڪيو ويو آهي ته هم جنس پرستي ڇو ۽ ڇا لاءِ آهي ؟ جنهن جو کليل ذڪر غير اخلاقي ۾ شمار ٿئي پيو لکڻ مناسب نه سمجهيو ويجي ٿو. دراصل هم جنس پرست پنهنجي فطرت هٿان مجبور آهن. هڪ بين الاقوامي جرنل موجب انهن ۾ اهڙي جين (Gene) موجود آهي. جيڪا کين فطري طور ان غير فطري

عمل ڏانهن راغب ڪري ٿي. اهي مجبور آهن ڇو جو فطرت اهڙو عمل ڪرائي ٿي. هم جنس پرستي جانورن ۾ بہ ٿئي ٿي. وحداني مذهبن ۾ هم جنس پرستيءَ کي سودومي لفظ سان لکيو ويو آهي جيڪو مذهبي ڪتابن ۾ موجود شهر سدوم مان ورتل آهي. بوڪ آف جينيس ۾ سدوم ۽ گمراهہ (Sodom and Gomorrah) جو قصو آهي. توريت موجب سدوم ۽ گمراهہ نالي بہ شهر اردن نديءَ ڪناري ڪنعان (Cannan) جي علائقي ۾ موجود هيا. اڄڪلهہ اتي بحرالمردار (Dead Sea) آهي. مذهبي ڪتابن موجب شهر گمراهہ ۽ سدوم هم جنس پرستيءَ ڪري مشهور هيا. خدا پنهنجي پيغمبر ابراهيم کي ارشاد فرمايو تہ اهو پنهنجي پائٽي لوط کي اوڏانهن موڪلي جيئن اهو ماڻهن کي تاڪيد ڪري تہ ان برائيءَ کان پاسو ڪن. انهن شهرن جا ماڻهو لوط جي چوڻ ۾ نہ آيا. الاهي عذاب نازل ٿيو جنهن جي نتيجي ۾ جنهن جاءِ تي اهي شهر غرق ٿيا، اتي بحرالمردار واقع آهي. دنيا جا وڏا وڏا بادشاهہ، اسڪالر، فلاسفر، صحافي ، سياستدان، شاعر، اديب، استاد ، ڏاها ، موسيقار، ڊانسر بہ هم جنس پرست هئا.

جن ۾ سڪندر اعظم Uranga ملڪ جي پهرين سياستدان اسيمبلي رڪن عورت Enoé Uranga جنهن کلي عام هم جنس پرستي جي حمايت ڪئي ۽ سرڪاري ادارا قائم ڪرايا. اسرائيلي صحافي مشهور پرسنالٽي Gal Uchovsky خود هم جنس پرست هو ۽ هن دنيا جي مختلف ملڪن ۾ هم جنس پرستي جا سينٽر کولرايا. برطانوي استاد ليڪڪ Nicholas Udall جنهن شاگردن جي نصاب ۾ هم جنس پرستي وارو سبجيڪٽ رکرائڻ ۾ ڪاميابي حاصل ڪئي. سورهين صدي جي آخر ۾ ڪاليجن مان اهو سبجيڪٽ ڀيهر ختم ڪيو ويو. روس جو Sergey Uvarov حڪومتي نمائندو Ministry of National Education پاڻ هم جنس پرستي لاءِ مسلسل جاکوڙ بعد Homosexual تعليمي ادارو قائم ڪرايو پاڻ gay هيو هن اعلان ڪرايو تہ هم جنس پرستي ڪو ڏوهہ ناهي، اوهان جي مرضي دل دماغ جي رضامندي لاءِ آهي هن ۾ شرم حياءُ جي گنجائش ناهي. نالي وارو ليڪڪ Oscar Wilde. Thornton Wilder ۽ ٻيا ڪيترائي نالا شامل آهن

James Baldwin بہ هم جنس پرستي ۾ مقبول ترين بڌجي ويو. جڏهن هن تلخ لکڻين جي ڪري عوامي تاءُ جي ملال ۾ رهيو پر مڙيو ڪڏهن بہ نہ. هن جي ناولن جو مظهر جنس، شراب ۽ نفسيات آهن. بالڊون ان ڳالهہ جو قائل هو تہ شادي صرف جسماني تعلق جو نالو ناهي. خوشحال خيالي ۽ سجاڳ سنسار تڏهن اڏبو جڏهن شادي جو فڪر ذهني هم آهنگي هجي. 1955ع جي سياسي اٿل پٿل واري دور ۾ هن جي لکڻين Notes of a Native Son ٽرٽلو مچائي ڇڏيو. ان وقت آمريڪا ۾ هم جنس پرستي واريون تحريڪون هلي رهيون هيون، جيڪي مٿي بيان ڪري آيا آهيون. ريلي جي اڳواڻن بہ هٿن ۾ اهو ناول کڻي ورتو جڏهن بالڊون جنس متعلق Giovanni's Room ناول لکيو تہ سوين مرد هڪ ٻئي سان جڙي ويا ۽ ڪيتريون ئي عورتون اڪيليون ٿيون ويون. آمريڪا نيشن ريڪارڊ موجب ان وقت بالڊون کي چاهيندڙ عورتن پاران 46 ڪلاڪن ۾ شادي جون 53 درخواستون مليون پر هن ڪنهن سان بہ شادي نہ ڪئي 63 سالن جي عمر ۾ ڇڙهو مري ويو. پويان پنهنجو نسل ناولن جي روپ ۾ ڇڏي ويو.

جيئن مردن جنسي حقن لاءِ جدوجهد ڪئي، ائين لسبين عورتن پنهنجي حقن لاءِ مردن وانگر جدوجهد ڪئي. آمريڪا جي پهرين فيمينزام تحريڪ ۾ اهو بہ مطالبو واضح هيو تہ اسان کي جسماني طور پنهنجي جان جي آزادي جو حق ملڻ گهرجي ۽ مسلسل سوشل ايڪٽيوسٽ عورتن پنهنجي حاصلات ۾ ڪاميابي ماڻي ۽ سلسلو شروع ٿيو. عورتن هڪ ٻئي سان شاديون ڪرڻ شروع ڪيون، جن ۾ مشهور ايڪٽر Fernanda Urrejola نالي واري ليکڪ Virginia Woolf نالي واري موٽيويشنل عورت Ireen Wüst پارليامينٽ رڪن عورت Kathleen Wynne بہ لسبين هئي. ان کان علاوه دنيا جا مجيل 10 لسبين جوڙا جن ۾ پهريون Kate McKinnon ۽ Jackie Abbott جو آهي، جنهن پنهنجي زندگيءَ جو مڪمل احوال ٽي وي شو کي ٻڌائي سرهائي محسوس ڪئي تہ اسان پاڻ ۾ ازدواجي زندگي سکي گذاري رهيا آهيون، اسان پنهنجي شادي ۾ خوش آهيون. Samira Wiley ۽ Lauren Morelli ڪورٽ ۾ هڪ بيان قلم بند ڪرايو تہ اسان مردن مان

خوش ناهيون اسان ۾نهي کي قانوني حق ڏنو ويڃي ته اسان پنهنجي الڳ زندگي گذاريون. هاڻي هي ٻئي عورتون پاڻ ۾ گڏ رهن ٿيون ۽ هنن لسبين ڪلب قائم ڪرايو آهي JoJo Siwa ۽ Kylie Prew جي جوڙي دنيا کي حيران تڏهن ڪيو جڏهن هنن پاڻ ۾ شادي ڪئي ۽ اولاد لاءِ مرد جو اسپرم ميڊيڪل آپريشن وسيلي ٻار کي ٻه جنم ڏنو آهي. جنهن تي ڪافي اعتراض ٻه سامهون نظر اچن ٿا پر JoJo Siwa ٻڌائي ٿي ته مرد جو لطفو ميڊيڪل ذريعي عورت رکي سگهي ٿي. ٻنا ميلاپ جي ٻار ممڪن آهي. جنهن تي اعتراض جاري آهي ته هڪ لسبين آهي ته مرد مان اولاد جي آس نه رکي. Brandi Carlile ۽ Catherine Shepherd هنن ۾نهي عورتن جرمني ۾ 56 ليسيبن ڪلب قائم ڪرايا آهن ۽ هي قانوني طور تي شادي ڪري چڪيون آهن. Ellen DeGeneres ٻه سال Portia de Rossi جي ڪري زندگيءَ جون لذتون وڃائي، پاڻ کي هڪ عليل عاشق جيان تڙپايو. بيمار ٿي پئي. اسپتال داخل ٿئي، ڊاڪٽر دوائون، علاج پر صحت تي ڪو ٻه اثر نه پيو. بچڻ جي اميد نه هئي، هن آخري گذارش ڪئي ته هڪ دفعو مون کي Portia de Rossi جو ديدار ڪرايو. هن جي اچڻ کان پوءِ هوءَ بلڪل چڱي پلي ٿي وئي. هاڻي هوءَ گڏ زندگي گذارين ٿيون.

ماهر نفسيات سگمنڊ فرائڊ Homosexuality تي نظر رکندي چوي ٿو هيءُ هڪ فطري عمل آهي، جيڪو انسان جي جين ۾ شمار آهي. انسان، ناخوش، ناراض، باغي ۽ ناشڪريو آهي، انسان جو ڪروڙ حاصل شين مان بيزار. ناحاصل شين جي کوج ۾ کيس ڇڪائي ٿو. هن جون حسرتون، خواهشون ۽ ڪوڙ جو احساس جين (Gene) جي حد تائين اثرانگيز ٿي نسل درنسل هڪ نئين خاصيت (Trait) جي صورت ۾ ظاهر ٿئي ٿو. انسان جو ڪردار انسان ۾ قيد آهي. فطرت ساهواري کي آزاد ڇڏيو آهي ته اهو پنهنجين خواهشن جي آڌار بدلجي وجودي اطمينان حاصل ڪري. خواهشون نسل در نسل جسماني ڦير ڪانسواءِ عادتون ٻه بدلائي وجهن ٿيون.

References:

About APA". psychiatry.org. Retrieved March 26, 2020. APA has more than 38,800 members involved in psychiatric practice, research, and academia
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Diagnostic.
and. Statistical. Manual. of. Mental. Disorders
Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-5 Full Text Online". Archive.Today. Archived from the original on 2022-01-11. Retrieved 10 January 2022
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Gay. Liberation. Front
Gay Liberation Front at Alternate U. - NYC LGBT Historic Sites Project". Nyclgbtsites.org

Petterson, Lanna J.; Science, University of Lethbridge Faculty of Arts and (2020). Male sexual orientation: a cross-cultural perspective (Thesis(
Hsu, K. J.; Rosenthal, A. M.; Miller, D. I.; Bailey, J. M. (March 2016). "Who are gynandromorphophilic men? Characterizing men with sexual interest in transgender women". Psychological Medicine. 46 (4): 819–827.
Blanchard, R; Collins PI (1993). "Men with sexual interest in transvestites, transsexuals, and she-males". Journal of Nervous and Mental Disease. 181 (9): 570–575
Objectum sexuality: A sexual
orientation linked with autism and
synaesthesia
Julia Simner1*, James E.A. Hughes1 & Noam Sagiv2
Objectophilia or object sexuality refers to individuals, who tend to develop strong romantic attachments or bonds with objects or structures
Caffrey, Dan (2012-12-12). "Big Boi's Vicious Lies and Dangerous Rumors is Visionary Hip-Hop". Music Section. Time. Retrieved December 12, 2012.
Matthew Meadow (3 August 2015). "Keys N Krates - Save Me". YourEDM. Retrieved 5 September 2015.
Armistead, Claire (9 July 2021). "'I know it's weird' – Jumbo: the film about a woman who falls in love with a funfair ride". the Guardian. Retrieved 12 July 2021.
Barber, Nicholas. "Titane: The most shocking film of 2021". www.bbc.com. Retrieved 2021-07-26.
Rasool Memon Paraphilia and Nocebo

لڪي ڪنهن بي لباس ڪي ڏسڻ Voyeurism

اهڙي Voyeuristic disorder-voyeurism نفسياتي بيماري، جنهن ۾ تقريبن سوشل ميڊيا سان جڙيل 80 سيڪڙو فرد ورتل آهن، جيڪا سيڪسيوئل ايڪٽ ۾ اچي ٿي ۽ 'فيميل' ان جون وڌيڪ متاثر آهن، يعني هڪ اهڙو عمل جنهن ۾ ڪپڙا لاهيندي، جنسي ميلاپ ڪندي، يا عام طور تي ڪنهن کي اهڙي جنسي عمل دوران لڪي ڏسڻ واري مشق ۾ دلچسپي رکڻ آهي.

اهو اصطلاح فرانسيسي Voyeur مان ورتل آهي جنهن جو مطلب 'لڪي جنسي سرگرمي ڏسڻ' . اهڙي مرد کي ماهر نفسيات فلاسفر Magnus Hirschfeld پنهنجي لکڻين ۾ يارهين صدي جي پراڻي قصن مان ليڊي گوڊيوا Lady Godiva جي زندگي سان مشابهت ڏني آهي. جيڪا انتهائي خوبصورت حسين قداور ۽ وڏا وارن سان، بت ۾ پريل، سراپا سونهن هئي. جنهن جي جهلڪ ڏسڻ لاءِ حڪمران ترسندا هئا ۽ راڻي ليڊي گوڊيوا جيڪا هڪ بي رحم بادشاهه ليوفريڪ Leofric جي زال هئي ۽ اهو بادشاهه پنهنجي رعيت مٿان بي پناهه ظلم ڪرڻ سان گڏ ناجائز ٽيڪس اوڳاڙيندو هو ۽ سندس زال عوام جي تڪليفن کي ڏسي مڙس سان جهيڙو ڪندي هئي ته 'انسانيت ڏار، اجايو ظلم ڏيڪ ناهي. عوام اڀوجهه مسڪين ۽ حياءُ وارو آهي انهن مٿان اوهان جو ظلم بي حيائي آهي.' عوام ليڊي گوڊيوا جي انهي همدردي مان ڪافي خوش هيو. زال مڙس جي وچ ۾ روز جو جهيڙو هڪ معمول بڻجي ويو ۽ بادشاهه هڪ ڏينهن ڪاوڙ ۾ زال کي چيو ته 'جنهن عوام جي تون ايتري خاطر خواهه آهين ته هڪ ڏينهن اگهاڙي ٿي هن عوام ۾ وڃي ڏس ته هو تنهنجو نظرن سان جيئرو ماس کائيندا ۽ تنهنجو جسم ڏسي هو بگهڙ جيان تنهنجون ڪکون ڪيڏي ڇڏيندا.' اهڙي چيلينج تي راڻي ليڊي گوڊيوا مڙس سان اهو عهد ڪيو ته مان ضرور اوهان جي ان ڳالهه تي پوري لهنديس. اها خبر آخرڪار عوام تائين پهتي پر وڏو امتحان هيو جو ايڏي حسين عورت جنهن جي حسن جا چرچا ملڪن ۾ مشهور هئا، اها اهڙي ٿي

نڪري ۽ ان کي ڪير ڏسي نہ عوام جي دل ۾ همدردي ضرور هئي پر تنهن باوجود هي اندر جي وحشت کي ڪير ٿو قابو ڪري سگهي.

آخرڪار راڻي هڪ ڏينهن بي لباس ٿي اڇي گهوڙي تي سوار ٿي پنهنجي ڪير جهڙي جسم کي وارن جو اوڍر ڏئي ڪليل Coventry جي عوامي بازارن جا گشت ڪندي رهي هن کي ڪير به ڏسڻ لاءِ تيار نہ هو صبح کان شام تائين هن شهر جي هر گلي چوراهي تي سفر ڪيو پر ڪنهن به هن ڏانهن نظر کڻي نہ نهاريو. رات جو هوءَ پنهنجي محل ۾ پهتي ۽ راڻي جي گهوڙي پويان ٿوري مفاصلي تي هلندڙ وزيرن اها شاهدي ڏني تہ هن کي سڄي رعيت مان ڪنهن به نہ ڏنو ۽ راڻي پنهنجي مقصد ۾ ڪامياب وئي. بادشاهہ شرط هارائي ويو ۽ عوامي ڀلائي لاءِ راڻي جي سوپ ٿي. اهي سڀ معاهدا محل اندر رات پيٽ ۾ طئي ٿيا ۽ ٻاهر ڇا ٿيو هيو جو راڻي جي گشت واري ڏينهن هڪ Thomas نامي شخص هڪ سوراخ مان لکي راڻي کي ڏنو هو ۽ عوامي شاهدين ثابت ٿيڻ تي عوامي ميڙاڪي هن شخص جون اکيون ڪيڍي ڇڏيون. ان ڏينهن کان لکي ڏسڻ واري اصطلاح کي انساني مجبوري ڏهني پکڙ سمجهي ان افساني ۾ Thomas ڏهني مريض قرار ڏنو ويو ۽ ان پسمنظر تي ڪيترائي ڪتاب، ڪهاڻيون، ناول پڻ لکيا ويا آهن ۽ ڪيترائي اعتراض بہ ٿيل آهن.

2015 ۾ رليز ٿيندڙ Drishyam فلم جي ڪهاڻي هن بيماري جو شروعاتي مثال آهي. اگهاڙيون تصويرون وائرل ٿيڻ جي خوف ۾ هڪ خاندان برباد ٿي وڃي ٿو. مريض جنسي عمل نٿو ڪري صرف پورن موويز فحش تصويرون ڏسي ٿو ۽ راهہ ويندڙ عورت کي لکي ڏسي جنسي جذبن جي اٽل پٽل ۾ ايندي. خيالي تصور ۾ عورت جي نگاهن سان لڇالڻ ڪري ٿو. هن بيماري ۾ مبتلا مريض جو جسماني اثر ۽ حرڪتن جو ڪارو چٽو. 2002ع ۾ رليز ٿيل Ek Chhotisi Love Story مووي ۾ بہ ملي ٿو جنهن ۾ Manisha Koirala کي 15 سالن جو ڇوڪرو Aditya Seal ڪيمرا سان چوري چوري ڏسي ٿو. موجود دور ۾ سوشل ميڊيا تي تقريبن ڏهني نابالغ معصوم نياڻين جون اهڙيون تصويرون ''پيار جي نالي ۾ اڇي بدنامي جي

بازار ۾ وڪامجن ٿيون ۽ بدلي ۾ سڃي زندگي ان نياڻي شاگرديائي کي رسوائي ۽ ذلت جو منهن ڏسڻو پوي ٿو.''

هن بيماري ۾ ورتل مرض جنسياتي طور تي ميلاپ ڪرڻ کي ترجيح ڏيڻ بجاءِ پنهنجي خيالن ۾ اهي عڪس ناهي ۽ هٿ سان نفسياتي خواهش پوري ڪري ٿو. ٻيو اهڙي فوٽو گرافي فلم سازي ڪري بليڪ ميل ڪري ٿو هي بيماري مريض کي لوڙائڻ سان گڏ ٻين جي زندگي سان کيڏڻ واري ڏوهہ ۾ بہ شمار ٿئي ٿي. جنهن جي سزا دنيا جي مختلف ملڪن ۾ الڳ الڳ حيثيت رکي ٿي. دنيا جي ڪيترن ملڪن ۾ قانون مطابق سزا جو بل پاس ٿيل آهن پر انهن تي عمل ناهي ڪٿي وري ان عمل جي سخت سزا آهي جيئن سزا موت عمر قيد.

Reference.

Voyeurism is the sexual interest in or practiceof watching other people engaged in intimate behaviors, such as undressing, sexual activity, or other actions usually considered to be of a private nature.[1#
https://youtu.be/vPrgcqFwsss
https://youtu.be/udCFbqXjrZE
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Voyeurism
Hirschfeld, M. (1938). Sexual anomalies and perversions: Physical and psychological development, diagnosis and treatment (new and revised edition). London: Encyclopaedic Pres

. .. ..

ٽئين جنس ڏانهن جسماني ڪشش محسوس ڪرڻ

gynandromorphophilia

گوگل طرفان Lanna J. Petterson جي ريسرچ پيپرن کي ڏسي 2019ع ۾ هن کي گوگل ريسرچ اسڪالرن ۾ شامل ڪيو آهي. لينا پنهنجي گهڻي ڳولا واري لکت ۾ ٽرانس جينڊر transgender واري موضوع تي بهتر مواد فراهم ڪيو آهي. جنس ۾ ٽرانس مين، ٽرانس وومين، شي ميل، ڪراس ڊريسنگ، انٽر سيڪس، Androgyny جهڙا اصطلاح شامل ڪيا ويا آهن، جن کي مختلف ملڪن ۾ مختلف اصطلاحن سان منسوب ڪيو ويو آهي، جيئن عام طور اسان ليڊي بواءِ کي پڙهون ٿا، ان کي ٿائيليند ۾ Kathoey ۽ چيو وڃي ٿو. ٽرانس جينڊر پاڻ جنهن کي ٽئين جنس خواجہ سرا يا کدڙا سڏيون ٿا، انهن جي جسماني بيهڪ کان ميڊيڪلي طور اهڙا جزا جيڪي عام جنس عورت يا مرد کان مختلف آهن، جيڪي روين سان نمايان ٿيندا آهن. ٽرانس جينڊر فردن ۾ جنسي ڪشش ميڊيڪل سائنسي مطالعو ۽ سماجي تبصرن جو هڪ دلچسپ موضوع رهيو آهي.

ماهر نفسياتدانن ٽرانس عورت Trans woman يعني هڪ اهڙي عورت جنهن کي پيدائش وقت مرد سمجهو وڃي ۽ ٽرانس مين Trans man يعني هڪ اهڙو مرد جنهن کي پيدائشي طور عورت سمجهيو وڃي. جن جي هڪ زناني مرداڻي سڃاڻپ هوندي آهي ۽ بعد ۾ هي اندريون روپ عورتاڻو يا مرداڻو ڏارين ٿا. ترقي يافته ملڪن ۾ انهي کي Sex reassignment surgery جهڙي اصطلاحن ۾ شمار ڪيو ويو آهي يعني جنس جي ٻيهر سڃاڻپ ڪرائڻ واري سرجري يا gender reassignment surgery ۽ سڏيو وڃي ٿو.

عالمي ادب ان ڳالهہ جي نشاندهي ڪري ٿو تہ گهڻو ڪري ٽرانس مرد عام عورت ۾ جنسي تسڪين محسوس ڪري ٿو. پر تنهن باوجود ۽ اهڙي سرجري ڪانپوءِ ان کي شي ميل she-males ۽ چيو وڃي ٿو. جنهن جي ڳالهہ ٻولهہ اٺڻ ويهڻ جو رنگ ڍنگ بظاهر مرد ۾ عورت جو لهجو ۽ عورت ۾ مرد جو لهجو ڏسي سرجري ذريعي انهن کي پنهنجي ظاهري جنس ۾ تبديل ڪيو

ويندو آهي پر جنسي جزن جي مقدار موجب هو جنس متجڙ بعد ۾ پنهنجي جنسي روپن ۾ تبديلي رکن ٿا. هٽرادو ڇاتيون وڌائي ۽ جنسي عضوي جو مڪمل علاج ٽيڙ بعد هو ليڊي بواءِ Ladyboy طور ۾ شمار ڪيا وڃن ٿا. دنيا جي يورپي ملڪن کان ويندي انڊيا يا پاڪستان ۾ ان جو ريشو خاص ملي ٿو هڪڙا وڏي پائي جا ماڻهو جيڪي gay آهن انهن ۾ هڪ خاص هلڪو جنسي تسڪين لاءِ ليڊي بواءِ مان ورتو وڃي ٿو. هن عورتاڻي جسم ۾ Gay مرد کي جنسي لذت وڌيڪ سرور پهچائي ٿي.

ان ۾ ڪراس ڊريسنگ Cross-dressing ۾ شامل آهي جديد دور کان ويندي پوري تاريخ ۾ ان کي رڳو جنسي سرور جي تسڪين لاءِ چونڊ ڪيو ويو آهي، اهڙو شوق نفسياتي طور جنس جي رومانوي جذبن سان جڙيل آهي، جن ملڪن ۾ انساني حقن جي مثبت پاسداري ناهي اتي بغير ڪنهن سرجري جي ٻاهريون چهرو ڪراس ڊريسنگ ذريعي يعني لٽو لباس هار سينگار سان پنهنجو اظهار خيال ڪري خوشي محسوس ڪري ٿي يا تنگ نظر ملڪن ۾ اهو عمل غلط سمجهيو وڃي ٿو. جنهن ڪري اتي بنا ڪنهن سرجري جي فرد Cross-dressing ڪري جنسي تسڪين واري عمل ۾ ڪاهي پوي ٿو. اهو اڄ ڪالهه فيشن ۾ ۽ شمار ٿي ويو آهي، هڪ مرد زنانو لباس پائي، پاڻ کي عورتاڻي ناز انداز واري احساس ۾ رکي خوشي محسوس ڪري ٿو. اها نفسياتي بيماري آهي، جيڪا هڪ مڪمل مرد ۾ ٿئي ٿي، جنهن کي Transvestic fetishism چيو وڃي ٿو.

ان کانپوءِ نه مرد واري ڪشش نه عورت وارو جذبو. Non-binary اهڙي فرد کي چيو وڃي ٿو. جيڪو وقتن ۽ وقتن ۾ هن خيالن ۾ رهي ٿو ڪڏهن عورت ته ڪڏهن مرد يا وري ڪڏهن ٻنهي خيالن کان آجو. اهڙي جنس متجندي رهي ٿي. رياست متحده جو رٽائرڊ فوجي James Clifford Shupe جيڪو پيدائشي طور Non-binary هيو ۽ 2019ع ۾ بيان جاري ڪيائين ته مان پنهنجي ساڳي جنس مرد ۾ واپس اچي ويو آهيان. Non-binary جنسي خيال ڏاڍو پيچيده هوندو آهي، اهو نفسياتي طور هڪ ڪيفيت ۾ نٿو رهي.

مٿي بيان ٿيل جنس جي مختلف نمونن ۾ جنسي تسڪين ونڊ واري
ڪي gynandromorphophilia چيو وڃي ٿو جنهن جا ٻيا بہ ڪوڙ سارا
اصطلاح ڏنل آهن ۽ اهڙي سوچ رکندڙ ڪي هم جنس پرست بہ سڏيو وڃي ٿو.

Reference.

Milner, JS; Dopke CA (2008). "Paraphilia Not Otherwise Specified: Psychopathology and theory". In Laws DR & O'Donohue WT (ed.). Sexual Deviance, Second Edition: Theory, Assessment, and Treatment. New York: The Guilford Press. pp. 384–418. ISBN 978-1-59385-605-2.

Winter, Sam (2003). Research and discussion paper: Language and identity in transgender: gender wars and the case of the Thai kathoey. Paper presented at the Hawaii conference on Social Sciences, Waikiki, June 2003. Article online Archived 29 March 2012 at the

research arena is objectum-sexuality (OS; also known as objectophilia). OS individuals describe experiencing emotional, romantic and/or sexual feelings towards inanimate objects or structures.

Snow, Kate; Brady, Janann (2009-04-08). "Woman Proves Love for Eiffel Tower With Commitment Ceremony"

Erika "Aya" Eiffel (née Erika LaBrie), is an American competitive archer and advocate for object sexuality. She married the Eiffel Tower in a commitment ceremony in 2007.

"A Man in a Relationship with His Car". Anderson. February 10, 2012. Archived from the original on 2012-02-14.

Man sues Utah County clerk for refusing to issue license to marry computer". 29 June 2016.

https://en.m.wikipedia.org/wiki/Object. sexuality

زبردستي جنسي عمل زنا Rape

پوري دنيا اندر هڪ اهڙو ڏوهه ٿئي ٿو جنهن کي ريپ Rape چيو وڃي ٿو يعني ڪنهن جي رضامنديءَ جي خلاف ان سان جنسي عمل زبردستي جي بنياد تي ڪرڻ، قديم کان جديد سائنسي دور ۾ به اهو عمل ساڳي طرح سان قائم آهي. 2011ع ۾ نيشنل جيوگرافڪ چينل شو (Taboo) پروگرام ۾ نفسياتي ڊاڪٽرن جي ٽيم پوري دنيا جي الڳ الڳ ملڪن جا ريپسٽ هٿ ڪري انهن جي دماغي ۽ جسماني ٽيسٽ ورتي، جنهن بعد هو ان نتيجي تي پهتا ته ريپيسٽ دماغي ۽ نفسياتي مريض آهن.

هر ملڪ جي ماحولياتي معاشي توڙي ٻين سرگرمين جي حوالي سان اتان جي ماڻهن جي نفسيات به الڳ الڳ ٿئي ٿي. جتي ترقي يافته سيڪس فري ملڪ آهن اتي به جسماني ڏاڍائي ٿئي ٿي ۽ مذهبي ملڪن ۾ يا جتي اهو عمل غيرقانوني ڏوهه آهي سيڪس تي پابنديون آهن اتي به جنسي زيادتيون ٽين ٽيون. 2021ع ۾ گهٽي ۾ گهٽي جبري زنا Sweden ۾ ٿي. جنسي زيادتي ڪرڻ وارو نفسياتي مريض آسٽريا جو serial rapist هارڊگيسن ٻڌائي ٿو ته آسٽريا ۾ سيڪس تي ڪا به پابندي ناهي، اتي هر قسم جي سهولت آهي ساڳي جنس سان سيڪس ڪرڻ سميت مخالف جنس جي هر عمر واري عورت به موجود آهي، پر اتي رضا سان سيڪس ڪرڻ ۾ مون کي اها لذت نٿي ملي جيڪا زبردستي ۾ حاصل ٿئي ٿي. انڪري مان هن وقت تائين 8 عورتن سان جبري زيادتي ڪري چڪو آهيان.

انهن مريضن کي نظر ۾ رکندي جرمني، ڊينمارڪ، بنگلاديش، آسٽريا ۽ فرانس جي گڏيل سهڪار سان اهڙي ڏوهه کان ماحول کي بچائڻ لاءِ هنن اهڙا ادارا قائم ڪيا جيڪي صرف ريپيسٽن لاءِ هئا. هو اتي وڃي مخالف يا ساڳي جنس واري سان زبردستي زنا وارو عمل ڪن. انهن ادارن ۾ ويٺل ماڻهن کي سرڪاري معاوضو ڏنو ويندو هو. ڪافي وقت تائين اهي ادارا سرڪاري توڙي غير سرڪاري حڪمت عملي سان نهندا رهيا ان لاءِ مشهور پورن انڊسٽري بليڪ ڊاٽ ڪام ۽ بريزر به سهڪار ڪيو ۽ ريپ ٽيڻ واري

عمل ۾ ڪافي گهٽتائي آئي ۽ ٻارن سان جبري زنا جا واقعا بلڪل ختم ٿي ويا پر تنهن باوجود به ڪجهه ريپ ڪيس مليا.

هڪ نئين تحقيق ۾ ماهر نفسيات ڊاڪٽر Adolf Meyer پڌ اهو اقرار ڪيو ته ريپ ڪندڙ جنهن ۾ ٻئي جي رضامنديءَ کان سواءِ جنسي عمل ڪيو وڃي. پل اهڙي عمل ۾ انگ (Penis) کانسواءِ ڪنهن ٻيءَ شيءِ جو استعمال ڇو نه ڪيو ويو هجي. اهڙو عمل جيڪو طاقت، زوراوري (Coercion)، اختيارن جي غلط استعمال يا اهڙي شخص خلاف ڪيو وڃي جيڪو رضامندي ڏيڻ جي قابل نه هجي، جيئن ڪو بي هوش، لاچار، ذهني معذور ۽ قانوني لحاظ کان گهٽ عمر وارو، جنهن جي عمر ارڙهن سال نه هجي. پوءِ سختي سان ان ڏوهه جون پيائڪ سزائون تجويز ڪيون ويون جيئن اوائلي دور ۾ پراڻي روم، مصر ، يونان ۾ آتش زني، غداري، قتل غارت سميت ريپ به اهڙو ڏوهه هيو جنهن جي سزا ڪنن هئي. ٻارنهين صدي ۾ انگلينڊ اندر ريپ ڪندڙ کي عوامي هجوم ۾ متاثر حوالي ڪيو ويندو هو ۽ هو ان کي پنهنجي مرضي سان ڪا به سزا ڏئي، اهو اختيار متاثر وٽ هيو. جنهن سان اهڙي ڏوهه ۾ گهٽائي ٿي. يوناني چوڏهين صدي ۾ ريپ ڪندڙ سفاڪ مجرم جون اکيون ڪڍي ڇڏيندا هئا. چندر گپت واري دور ۾ جبري زنا ڪندڙ مجرم جي ان سان شادي ڪرائي ويندي هئي، ٻيواهه سان زيادتي ٿي ته اها مجرم جي ساڃي ٽنگ ۽ ڪاپي ٻانهن پاڻ ڪٽيندي جيڪڏهن شادي شده عورت سان جبري زنا ٿي ته اها مجرم جي جنسي عضوي مٿان تتل لوهه رکندي.

اهڙيون ڪيتريون سزائون ماضي ۾ نظر اچن ٿيون پر مڪمل طور تي جنسي زيادتي کي روڪڻ لاءِ ڪارآمد نه ٿيون. 2008ع جي رپورٽ موجب زوريءَ جنسي عمل کي هڪ لک ماڻهن جي تناسب سان پيٽيو ويو ته سڀ کان گهٽ زوريءَ جا واقعا آذربائيجان ۾ ٿيا، جيڪي هڪ لک ۾ ڏهائي ٻه (100000/0.2) هيا. زوري گهٽو ڪري مردن طرفان ٿي ۽ اها غيرن کان گهٽ، پنهنجن کان وڌيڪ ٿي. زوريءَ جي عمل ۾ مردن هٿان مرد ۽ عورتن مٿان عورتن جا واقعا پڌ ٿيا. جبري زنا ۾ رڳو مرد عورت کي نٿو ڇڪي پر

عورت مرد سان بہ جبري زنا ڪري ٿي. عورت عورت سان بہ جبري زنا ڪري ٿي ان جون مختلف ڪيٽيگريون آهن.

جنگ دوران مخالفن سان زوريءَ کي نسل ڪشي (Genocide) چيو ويجي ٿو. خاص ڪري جڏهن اهڙي زوري مذهب، فرقي ۽ نسل جي نالي تي ڪئي ويجي. زوريءَ جو شڪار ٿيل اهڙي لڳل ضرب کانپوءِ ذهني گَرب (Post traumatic stress disorder) ۾ مبتلا رهي ٿو. عورت حاملا (Pregnant) ٿي سگهي ٿي ۽ جنسي بيماريون پڻ منتقل ٿين ٿيون، هڪ انوکو انڪشاف اهو بہ ٿيو تہ جبري زنا وارو ڏوهاري هڪ ڪان وڌيڪ فردن سان هڪ ئي ٽائيم بہ اهو جرم ڪري ٿو. برازيلي ڊاڪٽر John Schneeberger جنهن پنهنجي ڏيءَ ۽ نرس کي نشي آور دوا ڏئي ٻنهي سان هڪ ئي وقت جنسي زيادتي ڪئي ۽ گرفتاري کان بچڻ لاءِ پاڻ کي بيمار قرار ڏئي بستر حوالي ڪري ڇڏيو. ريپ ڪندڙ مريض جون مختلف ڪيٽيگريون آهن، جنهن ۾ آمريڪي ليکڪ صحافي ۽ نفسياتي معاملن تي ريسرچ ڪندڙ ڊاڪٽر Keith Ablow لکي ٿو تہ عام طور تي مريض زبردستي زنا مان جنسي تسڪين وٺي ٿو. جنسي تشدد ڪري ٿو. شدت وڌڻ کان پوءِ هو ٻار کي پنهنجي وحشت جو نشانو بنائي ٿو. انڪري اهڙي مريض جي خاتمي لاءِ انهن کي سزا موت ڏني ويجي. هن وقت بہ دنيا جي ڪيترن ئي ملڪن ۾ جبري جسماني زيادتين جون خطرناڪ سزائون آهن، ان جي ٻيٽ ۾ اسان جي ملڪ جو ريشو بہ ريپ ڪنٽريز جو حصو آهي ۽ قانون جي ڪمزوري جي ڪري اهو ڏوهہ وڌيو آهي، جيڪا دنيا جي عالمي اداري WHO جي رپورٽ آهي.

References:

https://mainweb-v.musc.edu/vawprevention/research/mentalimpact.shtml
The Mental Health Impact of Rape
Dean G. Kilpatrick, Ph.D.
National Violence Against Women Prevention Research Center
Medical University of South Carolina
Petrak, Jenny; Hedge, Barbara, eds. (2003). The Trauma of Sexual Assault Treatment, Prevention and Practice. Chichester: John Wiley & Sons

Violence against women". World Health Organization. Retrieved 2017-09-08
https://www.top10about.com/sex-free-countries-in-the-world/
Lutnick, Alexandra; Cohan, Deborah (November 2009). "Criminalization, legalization or decriminalization of sex work: What female sex workers say in San Francisco, USA". Reproductive Health Matters. 17 (34): 38–46
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Sex. tourism
Marina Diotallevi, ed. (October 1995). WTO Statement on the Prevention of Organized Sex Tourism. Cairo (Egypt): World Tourism Organization. Archived from the original on 14 August 2003. Retrieved 24 December 2014. Adopted by the General Assembly of the World Tourism Organization at its eleventh session - Cairo (Egypt), 17–22 October 1995 (Resolution A/RES/338 (XI)

. ....

حيوانيت/ جانور زني. Bestiality

ماهر نفسيات ڊاڪٽر Daniel Amen پنهنجي ڪتاب انساني جنس ۾ حيوانيت واري نفسيات جو ذڪر ڪندي Bestiality کي ہن اصطلاحن ۾ ورهايو آهي، پهريون جنهن ۾ انسان جنسي ميلاپ وقت مڪمل طور تي ٻي جنس سان وحشياڻو سلوڪ رکي ٿو. انسان جي وحشت جو ظالماڻو رويو جنسي ميلاپ وقت اينل سيڪس (Anal Sex) ۽ مائوٿ سيڪس (Mouth Sex) وارو طريقو اپنائي ٿو ۽ مخالف جنس کي جانور جيان چيڇاڙي بدسلوڪي وارو طريقو اختيار ڪري ٿو. ٻيو جڏهن ڪو انسان جانور سان جنسي ميلاپ ڪري ٿو اهو سوڊاميءَ جو حصو آهي ۽ اهڙي فعل کي جانور زني (Bestiality) چيو وڃي ٿو.

ماهر نفسيات برطانوي ڊاڪٽر Susan Bailey جانور واري روش تي وڌيڪ روشني وجهندي لکي ٿو ته جانور زني اوائلي دور کان هلندڙ آهي، جنهن جا کوڙ سارا مثال موجود آهن. يارهين صدي ۾ فرانسي راڻي سلاگيٿ جنهن مردن کان پاڻ کي پري رکيو ته عام مرد مون سان جنسي عمل ڪري اها منهنجي شاهي گهراڻي جي توهين هوندي، هن پاڻ سان گڏ 12 ڪتا رکي ڇڏيا. جڳ مشهور مصري ملڪ قلوپطرا جنهن وٽ ڪنهن بہ قسم جي روڪ ٽوڪ نہ هئي، هن سيئي عياشيون ڪيون پچاڙيءَ ۾ هن هڪ شينهن

بہ پاليو جنهن کي پاڪر ۾ پري لٽا لاهي پاڻ مٽان سمهاري جنسي جذبي جي رجحان مان مزو وٺندي هئي. طلاق يافتہ خاتون amanda rodgers dog جنهن پنهنجي پالیل ڪتي Sheba سان شادي ڪري ڇڏي ۽ خوشيءَ ۾ هڪ ٽنگ تي ناچ ڪندي زخمي ٿي پئي. هن اعتراف ڪيو تہ پهرين مڙس کان وڌيڪ عزيز مون کي هي ڪتو آهي. اهڙن لاتعداد ڪيسن منجهان Elizabeth Hoad بہ ڪتي سان شادي ڪري دنيا کي حيران ڪندڙ پيغام ڏنو تہ وفا پيار محبت رومانس انسان کان وڌيڪ جانور ۾ آهي، جنهن شو ٿي وي چينل تي ڏوم مچائي ڇڏي. جانورن ۽ انسانن جي شادي جيڪو تمام ڏند ڪٿائي قصن ۾ گهڙيل آهي پر تنهن باوجود 21هين صدي اندر سڄي دنيا ۾ انسانن پاران پالیل جانورن سان شادي جون رپورٽون سامهون آيون آهن. انڊيا سميت ڪيترن ئي ٻين ملڪن جي ٻهراڙي واري علائقن ۾ مرد گڏهين، ڪتين ۽ ٻين جانورن سان جنسي عمل ڪن ٿا. اهڙي عمل جي روڪٿام لاءِ پهريان قدم نيوزيلنڊ ڪنيو. هن ملڪ پنهنجي قانون موجب اهڙي مواد کي پابندي هيٺ آڻي انٽرنيٽ تان بہ ان مواد کي ختم ڪرايو. جيڪو تمام ويب سائيٽس تي بلاڪ آهي. نيوزيلنڊ حڪومت جو چوڻ آهي تہ (حيوانيت يا ٻارن سان جنسي تعلقات واري عڪاسي ڏسڻ بہ قانوني جرم آهي) 2010ع ۾ نيوزيلينڊ 5 فردن کي گرفتار ڪري ورتو جن انٽرنيٽ جي بلاڪ واري پرائيوسي ٽوڙي اهڙو مواد ڊائون لوڊ ڪيو ۽ انهن کي حڪومت سخت سزا ڏني. ترڪي ۾ ANKARA - Hürriyet Daily News مطابق هن وقت تائين جانورن جي تحفظ واري اداري اهڙي عمل کي ڏوهہ قرار ڏيندي لاڳاپيل ڏوهارين لاءِ جيل جي سزا جو قانون رکيو آهي. جانور زني ڪجهہ يورپي ملڪن ۾ جائز قرار ڏنل آهي جنهن ۾ سوئيڊن ۽ ڊينمارڪ 2013ع ۾ جرمني جيان ان عمل کي غيرقانوني ٺهرايو.

جانورن طرف راغب ٿيڻ جا ڪجهہ ٻيا بہ سبب آهن، جنهن لاءِ ضروري ناهي تہ جيڪو جانور پالي اهو جانور ۾ جنسي ڪشش محسوس ڪري ٿو. ان لاءِ سمجهڻو پوندو تہ Zoophilia ۽ paraphilia ۾ فرق آهي، ضروري ناهي تہ جانورن سان فطري محبت ۾ جنسي ڪشش هجي نفسيات ۽ سماجيات ۾

انسان کڏهن کڏهن مونجهاري هيٺ اچي ويڃي ٿو. پر عام طور تي انسان جانورن سان پيار ڪري ٿو. انهن کي پالي ٿو ۽ مغربي معاشري ۾ ان عمل کي پيار جي نگاهه سان ڏٺو. پر ڪيو ۽ احترام سان قبول ڪيو ويڃي ٿو. ان لاءِ محققن ائين به لکيو آهي ته اڄڪلهه ڪي ممڪن آهي جنسي تسڪين لاءِ انسان کي paraphilia ۾ مبتلا ڪري ڇڏي ۽ اهو به چيو ويڃي ٿو ته ڇڙيا گهر ۾ ڪيترن ئي جانورن سان مالڪن جو رومانوي رشتو هوندو آهي جيڪو ڪڏهن به جنسي تسڪين جو خيال نٿو آڻي.

جانورن سان بدفعلي ڪرڻ، انهن کي نظرانداز ڪرڻ حد کان وڌيڪ انهن کان ڪم وٺڻ، يا جانورن تي تشدد ڪرڻ اهو جانورن جي حقن جي خلاف ورزي آهي جنهن سان جانور کي تڪليف پهچي ٿي. هڪ تفريح جادو ۽ تماشي دوران به جانور مٿان انسان جبر ڪري ٿو ۽ ان مان هو خوشي محسوس ڪري ٿو جيڪا خود هڪ نفسياتي بيماري آهي، جنهن کي zoosadism چيو ويڃي ٿو. جانور تي ظلم ڪري خوشي محسوس ڪرڻ.

جانور سان پيار ڪرڻ انهن کي پالڻ انساني تاريخ اندر ان جي عبادت به ڪئي وئي آهي، جانورن جي هڪ فلسفياڻي فڪر ۾ محققن جانورن جي محبت ۽ دِيا کي وڌيڪ ساراهيو به آهي، جيڪو اڄڪلهه ڪي انسانن ان کي پنهنجي هر جذبي ۾ شمار ڪرڻ وارو قدم ڪنيو. زرعي دور جي شروعات ۾ مدرشاهي نظام جو به عروج ٿيو ۽ ان دور بابت ڊاڪٽر مبارڪ علي پنهنجي تحرير دور معيشت ۾ لکي ٿو ته مدرشاهي وقت مردن جو گهڻو ٽڻو حصو جانورن سان صحبت ڪندي گذريو. مرد ان وقت جانور زني تي گهڻو روز ڏٺو. جيڪو سلسلو اڄ به هن جديد دور جو حصو آهي، نفسياتي ماهرن جي گڏيل راءِ سان جانور زني ڪرڻ وارو انسان ذهني مرض جو شڪار آهي، جنهن سبب هو ماڻهن کان هٽي جانورن سان ميلاپ ڪري ٿو. پوئلينڊ جو استاد Gareth's جيڪو ٻن شادين سان گڏ ٽن ٻارن جو پيءُ هيو ۽ ان سان گڏ هو جانور زني به ڪندو رهيو. مختلف سوچن جا مرحلا پوڳڻ بعد انسان ان ڪيفيت ۾ مبتلا ٿي ويڃي ٿو. جنهن سان هُو صرف جانورن ۾ جنسي تسڪين کي وڌيڪ بهتر سمجهي ٿو.

References:

Bestiality is a word describing sex between a human and an animal. There are few things stranger or more repulsive than bestiality. When you say bestiality, you can hear the word beast, which is a good clue to the meaning. People who are into bestiality like having sex with animals
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Non-human
Jackman, Myles (21 September 2015). "Is it illegal to have sex with a dead pig? Here's what the law says about the allegations surrounding David Cameron's biography". The Independent. Retrieved 23 September 2015
https://www.the-sun.com/news/4115116/woman-marries-pet-dog-this-morning/
Ranger, R.; Fedoroff, P. (2014). "Commentary: Zoophilia and the Law". Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law Online
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Animal. welfare
Human–animal marriage
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Animal
" Section 63 – Possession of extreme pornographic images". Criminal Justice and Immigration Act 2008. 2008.
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Animal. rights
Extreme Pornography". Crown Prosecution Service. Retrieved 23 September 2015

ننڍي عمر جي ٻارن ڏانهن جسماني لاڙو:

هي اصطلاح chronophilia نفسيات جي ماهر جان مني پاران استعمال ڪيو ويو جنهن جي معنيٰ آهي مختلف قسم جي رومانوي ترجيحن جي وضاحت ڪرڻ ۾/يا جنسي اصطلاح جي مخصوص عمر جي حدن جي ماڻهن تائين محدود ڪجهه اهڙيون اصطلاحون، خاص طور تي جيڪي ٻارن لاءِ ۾ وڏي عمر وارن لاءِ آهن، اهي پارفيليا جا قسم آهن. هن اصطلاح کي وڏي پيماني تي اختيار نه ڪيو ويو آهي جنسي ماهرن، جيڪي ان جي بدران اصطلاحن کي استعمال ڪن ٿا جيڪي سوال ۾ مخصوص عمر جي حد ڏانهن اشارو ڪن ٿا. پر رچرڊ وون ڪرافٽ_ايبنگ جو تصور ”عمر جي فتوحات“ جو هڪ معقول تاريخي دستاويز آهي، خاص طور تي،

ڪرونوفيليا ٽيڪنيڪل طور تي عمر جي لحاظ کان طئي ٿيل نہ آهن، پر انساني جنسي پختگي جي مرحلن جي ذريعي جهڙوڪ جسماني قسم، ثانوي جنسي خاصيتون ۽ شامل آهن.

نابالغ ٻارن ڏانهن ڇڪجڻ Pedophilia

ٻار بازي Pedophilia نفسياتي بيماري آهي. جنهن ۾ نابالغ ٻارن کي جنسي تسڪين لاءِ نشانو بنايو وڃي ٿو. ڇوڪرين ۾ بلوغت ڏهن ۽ يارهن سالن جي وچ ۾ اچي ٿي جڏهن تہ ڇوڪرا يارهن کان ٻارهن سالن جي عمر ۾ بلوغت کي پهچن ٿا. انڪري ٻار بازيءَ جو شڪار ٿيندڙن جي عدالتي ۽ قانوني حد تيرهن سالن کان مٿي نہ آهي.

ٻار بازيءَ جي عدالتي وصف اها آهي تہ ٻار باز جي عمر گهٽ ۾ گهٽ سورهن سال هجي ۽ اهو جنسي طور شڪار ٿيندڙ نابالغ ٻار کان عمر ۾ پنج سال وڏو هجي. اهو ضروري نہ آهي تہ ٻار باز جنسي عمل مان تسڪين حاصل ڪن پر ائين بہ آهي تہ اهي ٻار جي موهہ مان اهڙو سرور حاصل ڪن.

ڪچن ٻارڙن ڏانهن جنسي ڇڪ Infantophilia

ابهہ بازي Infantophilia ۾ نفسياتي مريض پنجن کان گهٽ عمر وارن ٻارن ۾ جنسي ڪشش محسوس ڪندا آهن. پنجن سالن کان گهٽ عمر ۾ ابهہ (Infants) ۽ طفل (Toddlers) شامل آهن. لفظ 'انفينٽ' لاطينيءَ ۾ 'ٻالهائي نہ سگهندڙ' لاءِ استعمال ٿيندو آهي ۽ 'ٽوڊلرز' انگريزي زبان جو لفظ آهي جنهن جي معنيٰ آهي هلڻ وقت 'لڙ کڙائيندڙ' انهن ٻارن جي عمر هڪ سال کان ٽن سالن تائين ٿئي ٿي. اهڙا مريض انهن ڪچن ٻارن مان جنسي تسڪين ونڊندا آهن.

جيڪڏهن ڪنهن نفسياتي مريض لاءِ تيرهن چوڏهن سالن جا نوجوان جنسي ڪشش جو باعث آهن تہ انهن کي لونڊي باز (Hebephilus) چئجي ٿو. ڪرافٽ ايبنگ ٻار باز کي ذهني مفلوج ڪوٺيو آهي، سندس

چوڻ موجب انهن ۾ اهو رجحان موروثي گناهه جي صورت ۾ موجود هوندو آهي.(20) جڏهن اهڙن فردن جي مغز جو ايم. آر. آءِ (MRI) ڪيو ويو ته خبر پئي انهن جي مغز جو اڇو مواد (White matter) مقدار ۾ انهن فردن جي مقابلي ۾ گهٽ آهي جن جو رجحان ان پاسي نه آهي. ٻار بازي مذهبي لاڙو رکندڙن ۾ وڌيڪ ٽئي ٽي. مسجد جي حجري کان ونئي ويندي ويٽيڪن ۽ دنيا جي ٻين گرجا گهرن جي پادرين تائين اهو رجحان ڏسڻ ۾ اچي ٿو. پادرين ته ٻار بازيءَ ۾ حد ڪري ڇڏي آهي. ڪيترا پادري ان عمل کي گناهه نه ٿا سمجهن ۽ ڪوشش ۾ آهن ته ان عمل کي فطري عمل ثابت ڪري سگهن. دراصل وجود اهڙو آئينو آهي جنهن سان روشني ٽڪرائجي موٽ کائي ان وجود جو بگڙيل يا سنواريل عڪس ناهي ٽي. جهڙو وجود تهڙو عڪس. ٻارن سان جنسي بي راهروي اهڙوئي ناڻتائي عڪس آهي. جنس جي فطري چونڊ جو غير فطري نتيجو آهي.

References:

Paraphilic Disorders". Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Fifth ed.). Philadelphia, Pennsylvania

Martijn, F.M; Babchishin, K; Pullman, L.; Seto, M. (2020). "Sexual Attraction and Falling in Love in Persons with Pedohebephilia". Arch Sex Behav. 49 (2): 1305–1318.

Gavin, Helen (2014). Criminological and Forensic Psychology. SAGE Publications. p. 155

Seto, Michael C. (2008). Pedophilia and Sexual Offending Against Children. Washington, D.C.: American Psychological Association. pp. vii–viii, 4, 47–48, 64, 66, 72–74, 101, 123, 171, 175, 177

. ...

معذورن ڏانهن جنسي ڪشش Abasiophilia

نفسياتي ماهر ڊاڪٽر John Money پنهنجي مقالي ۾ 1990ع ڏاري هي اصطلاح پيش ڪيو هو. جنهن جي معنيٰ آهي، معذور فرد ۾ جنسي دلچسپي رکڻ، جنهن کي اسان Attraction to disability ۾ سمجهي سگهون ٿا. پر نفسياتي نصاب اندر ان کي Abasiophilia چيو وڃي ٿو. جنهن ۾ معذوريءَ ڏانهن جنسي ڪشش معذوريءَ جي ظاهر احساس ۽ تجربي ۾ هڪ جنسي دلچسپي رکڻ آهي، اهو ٿي سگهي ٿو عام انساني جنسيت کان هڪ قسم جي جنسي فيشنزم آهي جنسي طور تي، ڪشش جي pathological پيچاڙيءَ کي پارفيليا جي طور تي درجہ بندي ڪيو وڃي ٿو ۽ ٻين محققن ان کي سيڃاڻپ جي خرابي جي طور تي منظور ڪيو آهي، هن ۾ فرد معذور ماڻهن ڏانهن موهجي ٿو. جيڪي Orthotics يا ويل چيئر سميت Orthopedic cast سهاري هوندا آهن، مبتلا مريض انهن معذورن ۾ جنسي تسڪين واري عمل لاءِ بيتاب هوندو آهي، يا اهي فرد جيڪي جسماني ۽ ذهني طور ايبنارمل هوندا آهن. چرين سان زنا بہ هن نفسيات جي ڪڙي آهي، ان جا مثال کوڙسارا آهن، ميڊيا جون خبرون ۽ اسان جي ارد گرد اکين ڏنا ڪيس موجود آهن. هڪ sorority چوڪري هڪ معذور مرد ڏانهن ڇڪجيو وڃي ٿي. آمريڪي خوفناڪ ڪهاڻي: فريڪ شو جي خصوصيت ايلسا مارس (جيسيڪا لينج) آهي، هڪ جرمن عورت، جنهن جا پير ڪٽيا ويا هئا، هڪ ايڪوتوموفيلڪ فلم ۾ جڏهن ويمار جرمني ۾ طوائف طور ڪم ڪيو. هڪ بصري ناول Katawa Shoujo جيڪو معذور چوڪرين سان زنا تي ٻڌل آهي.

References:

Butcher, Nancy (2003). The Strange Case of the Walking Corpse: A Chronicle of Medical Mysteries, Curious Remedies, and Bizarre but True Healing Folklore. New York: Avery. p. 132. ISBN 1-58333-160-3.

Connelly, Michael (2009). The Scarecrow. New York: Little, Brown and Company. p. 419

لاشن سان زنا Necrophilia

هي اصطلاح نفسيات ۾ انهن ماڻهن لاءِ پيش ڪيو ويندو آهي، جيڪي لاشن سان زنا ڪن. انهن کي Necrophilia چيو ويجي ٿو. جنهن جا مختلف نالا ٻيا به آهن. اهو سلسلو تاريخي طور پراڻو آهي. قديم دور ۾ ملاح پنهنجي ملڪ ڏانهن لاشن کي واپس آڻيندا هئا. اڪثر ڪري انهن تي necrophilia جو الزام هو. تاريخ ۾ necrophilia جا پيرا به ملن ٿا. جيتوڻيڪ لکيل رڪارڊ ٻڌائي ٿو ته اهو رواج قديم مصر ۾ موجود هو. هيروڊوٽس (The Histories) ۾ لکي ٿو ته هڪ لاش سان صحبت جي حوصلا افزائي ڪرڻ لاءِ. قديم مصري مئل سهڻين عورتن کي "تي يا چار ڏينهن" لاءِ سڙي وڃڻ لاءِ ڇڏي ڏيندا هئا. ان کان اڳ انهن کي سفيد ڏاندن جي حوالي ڪندا هئا. هيروڊوٽس پڻ تجويزن ڏانهن اشارو ڪيو ته يوناني ظالم پيريندر پنهنجي زال جي لاش کي ناپاڪ ڪري ڇڏيو هو. هن هڪ استعارا استعمال ڪيو: 'پيريندر پنهنجي ماني کي ٽڏي تندور ۾ پچايو.' نيڪروفيليا جي عملن کي موچي ثقافت جي سيرامڪس تي ظاهر ڪيو ويو آهي. اتر پيرو ۾ پهرين کان اڻين صدي عيسوي تائين. انهن آثارن ۾ هڪ عام موضوع هڪ زنده عورت پاران مرد کي مشت زني ڪرڻ به ملي ٿو. اتان جي قانون 16هين صدي قبل مسيح کان 13هين صدي قبل مسيح تائين واضح طور تي مئل سان جنسي تعلقات جي اجازت ڏني هئي. هاڻ اتر اوپر چين ۾ بعد ۾ يان رياست جي قومي شهنشاهه مورونگ زي (385_407) پنهنجي پياري شهنشاهه فو زوينگ جي لاش سان جنسي تعلق ڪيو هو ڪافي وقت کان پوءِ جڏهن لاش ٽڏو ٿي ويو ته ان کي تابوت ۾ رکيو ويو. لاش سان زنا جا پيرا تاريخ ۾ گهڻو ڪري ملن ٿا پهرين مهاپاري جنگ ۾ فوجن پاران لاشن سان زنا جو ريڪارڊ به تاريخ ۾ درج ٿيل آهن. عالمي صحت جي تنظيم (ڊبليو ايڇ او) پاران ان جي بين الاقوامي درجه بندي جي بيمارين (ICD) جي تشخيصي دستور ۽ گڏوگڏ آمريڪي نفسياتي ايسوسيئيشن پاران ان جي تشخيصي ۽ شمارياتي دستيابي (DSM) ۾ درجه بندي ڪئي وئي آهي. ته اهڙا مريض جنسي تسڪين لاءِ لاش سان زنا ڪن ٿا.

References:

Aggrawal 2010, pp. 6–7, The primary source is Histories, Book V, 92.

Goodwin, Robin; Cranmer, Duncan, eds. (2002). Inappropriate Relationships: The Unconventional, the Disapproved, and the Forbidden. London, England: Psychology Press. pp. 174–176.

Herodotus (c. 440 BC) (July 2001). The Histories (Book 2). Archived from the original on 7 October 2019. Retrieved 27 February 2015. The wives of men of rank when they die are not given at once to be embalmed, nor such women as are gorgeous or of greater regard than others, but on the third or fourth day after their death (and not before) they are delivered to the embalmers. They do so about this matter so that the embalmers may not abuse their women, for they say that one of them was taken once doing so to the corpse of a woman lately dead, and his fellow craftsman gave information.

. ..

زنا بعد قتل ڪرڻ Anthropophagolagnia

هي هڪ اهڙو اصطلاح آهي جنهن جي معنيٰ آهي، نفسياتي مريض زنا ڪرڻ بعد ان فرد کي قتل ڪري ٿو. هي هڪ شديد قسم جي ڀيانڪ نفسياتي بيماري آهي، هن ۾ مريض ٻن قسم جو هوندو آهي هڪ صاف شفاف، شڪ گمان کان آجو انسان پر هو زنا ڪري قتل ڪرڻ جهڙي سنگين ڏوهہ جو جوابدار هوندو آهي، پر اهو ڏوهہ ڪري لاش کي لڪائڻ ۾ ڪامياب هوندو آهي. ٻيو مڪمل طور چريو ماڻهو نظر ايندو آهي، اهو بہ ساڳي نموني سان زنا ڪري ۽ قتل ڪري لاش کي لڪائڻ بجاءِ جتي آيو اتي اڇلايو ويندو. Raping and then cannibalizing another person وارو نفسياتي بيمار معاشري لاءِ انتهائي هاڃيڪار هوندو آهي جيڪو بنسبت ٻين نفسياتي مريضن کان وڌيڪ خطرناڪ هوندو آهي،

References:

Theroux, Alexander (2008). Laura Warholic. Fantagraphics Books. p. 135. ISBN 978-1-56097-798-8.

وڏي عمر جي عورتن ڏانهن جنسي لاڙو anililagnia

پاڻ کان وڏي عمر وارين عورتن ۾ جنسي ڪشش محسوس ڪرڻ کي anililagnia چيو ويجي ٿو جيڪو Paraphilia جو هڪ قسم آهي. ان ۾ وڏي عمر جي عورت کي جنسي تسڪين لاءِ پسند ڪيو وجي ٿو. اهڙو ذڪر آمريڪن ناولسٽ Alexander Theroux پنهنجي شاندار 800 صفحن واري ناول Laura Warholic ۾ اهڙي منظر ڪشي بيان ڪئي آهي، جيڪو هڪ سچي ڪهاڻي تي ٻڌل تاريخي دستاويز بہ مجيو وجي ٿو تہ ڪٿي وري بي رحماڻي تنقيد هيٺ آيل آهي. 2008ع ۾ شايع ٿيل ان ناول جون هڪ هفتي اندر لکين ڪاپيون وڪرو ٿيون.

References:

Theroux Alexander (2008). Laura Warholic. Fantagraphics Books. p. 135.

An attraction to women much older than oneself

. . .

استيج يا ڪيمرا اڳيان جسماني نمائش
Autagonistophilia

رابرٽ جي ڪيمبل پنهنجي نفسياتي لغت ۾ Autagonistophilia کي ان طرح سان بيان ڪيو آهي تہ هي بہ Paraphilia جو قسم آهي، جنهن ۾ جنسي جوش خروش ڪنهن سرعام لائيو شو يا ڪنهن استيج يا ڪيمرا تي اچي ڪرڻ ۾ ملي ٿو. هن نفسياتي مريض کي سرعام جنسي پرفامنس ۾ وڌيڪ جنسي سکون محسوس ٿئي ٿو جيڪو دنيا جي مختلف ملڪن ۾ آهي، جتي سيڪس جا اهڙا ڪلب موجود آهن. ٻئي ڳالهہ جيڪا Joel Dor پنهنجي 1999ع ۾ شايع ٿيل ڪتاب The Clinical Lacan ۾ بيان ڪئي آهي. ڪليل سيڪس ڪرڻ، ڪيمرا يا عوام جي اڳيان استيج تي جنسي ميلاپ ڪرڻ واري خواهش رکندڙ جو انگ، انهن کان گهٽو آهي، جيڪي اهو عمل ڪن سرعام ڪن ٿا. خواهش رکڻ وارا گهٽا آهن جيڪي ان جو خيالي سرور ونندا آهن. اها هڪ سروي رپورٽ آهي، جيڪا هن ڪتاب ۾

ڏنل آهي. ان سان گڏ Exhibitionism بہ اهڙو اصطلاح آهي جنهن ۾ مبتلا فرد اگهاڙو ٿي سرعام اچڻ ۾ فخر محسوس ڪري ٿو.

References:

Baunach, Dawn Michelle (2010). "Exhibitionism". Sex and Society. New York: Marshall Cavendish. p. 220. ISBN 978-0-7614-7906-2. Archived from the original on 2 May 2019. Retrieved 22 May 2017.

Exhibitionism involves exposing the genitals to become sexually excited or having a strong desire to be observed by other people during sexual activity. Exhibitionistic disorder involves acting on exhibitionistic urges or fantasies or being distressed by or unable to function because of those urges and fantasies

. ..

چهڻ گسائڻ ۾ جنسي لذت وٺڻ Toucherism

هي جنسي نفسيات جو اهو اصطلاح آهي جنهن جي معنيٰ آهي، ڪنهن کي بنا اجازت جي چهڻ، يا ڪنهن سان پاڻ گسائڻ Frotteuristic عملن کي پهريون پيرو هڪ نفسياتي خرابي جي نشانين طور تي تشريح ڪيو ويو. جنهن کي فرانسيسي نفسياتي ماهر Valentin Magnan سال 1890ع جي هڪ مطالعي ۾ 'فروٽج' جي ٽن عملن کي بيان ڪيو آهي Frottage فرانسيسي فعل frotter مان نڪتل آهي، جنهن جي معنيٰ آهي 'رگڙڻ' Frotteur هڪ فرانسيسي اسم آهي، جنهن جي لفظي معنيٰ آهي 'رڱڻ.' جرمن جنسي ماهر رچرڊ وون ڪرافٽ_ايبنگ پنهنجي ڪتاب سائيڪوپيٿيا سيڪسوئلس ۾ مئگنن جي فرانسيسي اصطلاحن مان هن کي پيش ڪيو آهي. ڪلفورڊ ايلن بعد ۾ پنهنجي 1969 جي درسي ڪتاب ۾ جنسي خرابين جي باري ۾ فروٽوريزم جو ذڪر ڪيو آهي، نفسياتي خرابي جي تشخيص ۾ شمارياتي دستيابي هن کي جنسي نفسياتي خرابي جي نالي سان سڏيو ويندو آهي. فروٽج ٽين ايڊيشن تائين (DSM III-R)، پر چوٿين ايڊيشن ۾ فروٽوريزم ۾ تبديل ٿي ويو ۽ هاڻي پنجين ايڊيشن ۾ frotteuristic Disorder استعمال ڪري ٿو. تنهن هوندي بہ، اصطلاح فروٽج ايجا تائين ڪجهہ قانون جي ڪوڊن ۾ رهي ٿو جتي اهو اصطلاح فروٽزم سان مترادف آهي. فروٽوريزم هڪ غير رضامندي شخص جي خلاف جنسي

خوشي لاءِ استعمال ڪيو ويو آهي، عام طور تي ڪنهن جي pelvic واري حصي يا عضون کي ٺهڪندڙ ڇڪڻ يا رگڙ ۾ هڪ پيرافيلڪ دلچسپي آهي، ان ۾ جسم جي ڪنهن به حصي کي ڇهڻ شامل ٿي سگهي ٿو جن ۾ جينياتي حصو شامل آهي، اهو هڪ فروٽر طور سڃاتو وڃي ٿو. هن ۾ Toucherism وارو اصطلاح به ساڳئي معنيٰ رکي ٿو جنهن ۾ مبتلا مريض بازارن، مارڪيٽن، گاڏين يا عوامي ميڙاڪن واري جڳهين تي شوق سان وڃي ٿو ۽ اتي مخالف جنس جي ڇاتي، ٻانهن، پٺو ران، ڪلهو ۽ جسم جي پوئين حصي تي هٿ ڦيري جنسي لذت وٺي ٿو. اسان وٽ عام طور تہ ريشم ڳلين، گاڏين، بازارن ۾ عورتن هٿان مار کائيندا اهڙا مريض ڏٺا هوندا ۽ سوڊان ۾ اهڙيون عورتون مردن هٿان مار کائيندي ملنديون آهن، اهو به DSM III-R ۾ هڪ خطرناڪ نفسياتي مرض ڄاڻايل آهي.

References:

Cantor, J. M., Blanchard, R., & Barbaree, H. E. (2009). Sexual disorders. In P. H. Blaney & T. Millon (Eds.), Oxford textbook of psychopathology (2nd ed.) (pp. 527–548). New York: Oxford University Press.

Lussier, Patrick and Piché, Lyne (2008). "Frotteurism: Psychopathology and Theory". In Laws, D. Richard (ed.). Sexual Deviance: Theory, Assessment, and Treatment, 2nd edition. The Guilford Press. pp. 131–132, 145.

....

باب چوٽون

مختلف قسم جا خوف ۽ نفسيات

نفسيات انسان کي سمجھڻ لاءِ اهم موضوع آهي، پر اهو ايترو پيچيده آهي، جو اسان اهڙي مرض ۾ ڦاٽل انسان کي پيرن، فقيرن ، دم ، درود ، درگاهن حوالي ڪري ڇڏيندا آهيون، يا وري ان کي چريو قرار ڏئي، ان مرض ۾ ڦاٽل مريض مان فراريت حاصل ڪري ونندا آهيون، سمورن نفسياتي بيمارين ۾ مرض جي بي چينيءَ سان گڏ هڪ قسم جو خوف بہ پيدا ٿيندو آهي ۽ ڪن ڪيسن ۾ وري صرف خوف ئي هوندو آهي، عمومن هر انسان کي ڪنهن نہ ڪنهن منجهان نارمل خوف يا ڪرپ، بچان هوندي آهي، پر نفسياتي بيماري وارو خوف ڏاڍو پيانڪ هوندو آهي، جنهن خوف کان بچڻ لاءِ انسان زندگي تان هٿ ڏوئي ويهندا آهن.

هتي انهن خوفن منجهان ڪجهہ اصطلاحن تي روشني وجهنداسين جن کي نفسياتي نصاب منجهہ فوبيا phobia چيو ويندو آهي، فوبيا جي تاريخ يوناني ڏند ڪٿائن مان ملي ٿي، ٻئي صورت آهي تہ پاڻ وٽ سگهارن فڪرن جي پاڙ خوف تي بينل آهي، فوبيا فوبس phobos نالي هڪ ديوتا جي نالي سان منسوب آهي، جنهن ديوتا جو ڪم صرف ساهوارن مٿان مختلف قسم جون سزائون، اذيتون ۽ پيانڪ سور ڏيڻ هو. انڪري فوبس جو نالو صرف خوف جي علامت هو. جنهن مان لفظ فوبيا کي جنم ڏنو ويو.

فوبيا ڪيس کي سمجھڻ لاءِ هي اکين ڏٺو واقعو اوهان سان وندڪجي ٿو. اسان وٽ لاڙ سائيڊ هڪ بيوروڪريٽ کي نفسياتي بيماري هئي، جيڪو ڪنهن عالم وٽ حاضر ٿيو پر ان کي وارث لاش وانگر گهليندا ڪلهن کان ونڊي سهارو ڏئي اچي ان عالم اڳيان ويهاريو ويو. عالم پڇا ڪئي، ان همراهہ کان تہ ڇا ٿيو آهي؟ بيمار همراهہ جي هٿ ۾ هڪ ننڍڙو رومال هو جيڪو (نڪ ۽ وات) تي ڏنل هئس، هو ڳالهائڻ ۾ ڏاڍي پيو. وارثن ڳالهائڻ جي ڪوشش ڪئي تہ ان بيمار همراهہ يڪدم ان عالم کان چيو سائين خدا جي

واسطي منهنجو علاج ڪيو منهنجي هن مصيبت مان جان آجي ڪرايو مان سنڌ جي ڪا اسپتال نہ ڇڏي آهي جتي مان علاج ناهي ڪرايو ڪروڙين رپيا خرچ ڪيون ويٺو آهيان پر مان هن (مک) مان جند نہ ڇڏائي سگهيو آهيان. ان بيمار همراهہ ڀالهائيندي هٿ جو اشارو ڪندي ان عالم کي چيو سائين! هيءَ جيڪا مک ڏسو ٿا نہ ان ۾ ايڏي بدبو ڏپ آهي جو منهنجو جيئڻ حرام ڪيو اٿس. جي مان رومال لاهيندس تہ هي منهنجي نڪ يا وات ۾ هلي ويندي، مان مري ويندس هن مک مان منهنجي جان ڇڏايو. هن مک رات ڏينهن منهنجو جيئڻ حرام ڪيو آهي.

جڏهن تہ اتي ڪا بہ مک نہ هئي. اهو هن بيمار ماڻهو جو خوف هيو. ائين خوف وڏي موتمار ثابت ٿيندو آهي، اهو خوف عام خوف ناهي هوندو اهو خوف انسان کان سڪ سلامتي جيئڻ کسي ونندو آهي. هڪ همراهہ کي ڪيول مان خوف ٿيو اهو پنڌ ڪرڻ ڇڏي ويو. ڏهہ سال ڪٽ کان هيٺ پير نہ لاٽائين چوندو هو، هيٺ لهندس ڪا ڪيول لتاڙجي پوندي نتيجي ۾ اهي ڪيوليون مون تي حملو ڪنديون مون کي مارينديون. اهڙن خوفن منجهان پاڻ هيٺ فهرست ۾ فوبيا جا ڪجهہ قسم پڙهنداسين. پر ان سان گڏ نفسياتي پاسن بابت وڌيڪ معلومات لاءِ، بشمول ڪئين نفسياتي گروپن جا الڳ فوبيا آهن.

جيئن تہ ايورفوبيا، سماجي فوبيا، يا سادي فوبيا، ڏسو فوبيا، ڪجهہ حالتن ۾ فوبيا جو نالو هڪ لفظي راند ٻڌجي ويو آهي، جنهن جو قابل ذڪر مثال 1998 ۾ بي بي سي نيوز پاران شايع ٿيل مزاحيہ مضمون هيو. ڪجهہ حالتن ۾ فوبيا ختم ٿيڻ واري لفظ جو لافاني تضاد آهي.

ان کان علاوہ ڪيتريون ئي فوبيا لسٽون انٽرنيٽ تي گردش ڪن ٿيون، لفظن سان گڏ اڻ سڌي ذريعن کان گڏ ڪيل. اڪثر هڪ ٻئي کي نقل ڪندي ڏيکاريل آهي، انهي سان گڏ ڪيتريون ئي نفسياتي ويب سائيٽون موجود آهن جيڪي پهرين نظر ۾ وڏي تعداد ۾ فوبيا کي ٻئي فارم ۾ بيان ڪيو اٿن، پر حقيقت ۾ ڪنهن بہ فوبيا کي پورو ڪرڻ لاءِ هڪ معياري متن استعمال ٿيڻ کپي صرف نالو تبديل ڪندي سيني غير معمولي فوبيا لاءِ

ٻيهر استعمال ڪيو ويو آهي. ڪڏهن ڪڏهن اهو پڙهندڙ کي عجيب نتيجن ڏانهن وٺي ويڃي ٿو. فوبيا جا اٽڪل 570 قسم آهن.

جانورن کان خوف: Zoo Phobia

هن فوبيا ۾ جڪڙيل فرد جانورن کان خوفزده رهندو آهي. هن کي بيحد خوف رهندو آهي ته ڪٽي حيوان بي قابو ٿي مٽس حملو نه ڪري. يا وري ڪٽي ڇڪ هڻي چيري ڦاڙي نه ڇڏي. ڪافي سارا اهڙا ڪيس به ملن ٿا جيڪي حيران ڪن آهن. زوفوبيا جي هڪ مريض هٿيارن جي زور تي جهنگ ۾ ڪاهي پيو الاهي جانور ماريائين. واٽيلڊ لائيف اداري تحرڪ ورتو همراهه گرفتار ٿيو جانچ بعد خبر پئي هو زوفوبيا جو شڪار هو.

(سارس ڊي: بي بي سي)

غير ملڪين کان خوف: Xeno Phobia

هن فوبيا ۾ ورتل مريض وٽ اجنبي ماڻهو کان خوف رهندو آهي. هو اهڙن اٽڇاڙ ماڻهن مان خوف محسوس ڪري ٿو ته ڪٽي اهو غير ملڪي منهنجي جان جو دشمن نه ٿي پوي ان خوف ۾ هو غير ملڪين يا اجنبي ماڻهن جي اهڙي ڪا به سرگرمي ڏسي ۽ ٻڌي آپي مان نڪري ويندو آهي ۽ خوف منجهان رڙيون دانهون به ڪندو آهي. هو هر وقت مشڪوڪ ماڻهن کان ڊڄندو رهندو آهي. ايتري قدر ڪڏهن ڪڏهن اهو ماڻهو انهن غير ملڪين تي حملو به ڪندو آهي. ڏاريائپ هن مرض جي خوف جو سبب آهي.

گندگيءَ جو خوف: Micro Phobia

اڪثر ماڻهن کي توهان ڏٺو هوندو ته هو هر وقت هٿ ڌوئيندا رهندا آهن ۽ هو ڪنهن سان هٿ ملائڻ يا ملڻ تي به اعتراض ڪندا آهن. ان وقت سندن خيال هوندو آهي. ته ڪنهن منجهان اسان کي بيمارين وارا جراثيم نه لڳي وڃن. عام طور تي هن فوبيا جي مريض کي اها به خبر هوندي آهي ته اهي جيڪي ڪجهه آهن. اهي منطقي طور تي درست نه آهن پر انهن جي

خوف جي قوت کي متاثر ڪن ٿا. اهڙا مريض ڏينهن ۾ ڪوڙا دفعا وهنجندا به آهن. صفائي رکڻ سڻي ڳالهه آهي. پر هتي اها صفائي حد کان وڌيڪ آهي جيڪا زندگيءَ جي معمول ۾ مشڪلاتون درپيش ڪري ٿي.

اوچائي کان خوف: Acrophobia

هن فوبيا ۾ مبتلا ماڻهو ڪنهن به جڳهه جي اوچائي ۽ اوچائي جي خوف ۾ مبتلا آهن. اهڙا ماڻهو اوچن هنڌن جهڙوڪ ڏگهين عمارتن ۽ اوچين ٽڪرين کان پري پري ٿيندا آهن ڇو ته انهن کي هيٺ ڪرڻ جو خوف هوندو آهي. جيڪڏهن اهي ڪنهن اوچي جاءِ تي وڃن ٿا ته سخت ڏهني دٻاءُ محسوس ڪن ٿا ۽ محفوظ طور هيٺ لهڻ جي ڪوشش ڪن ٿا. عام طور تي، به کان پنج سيڪڙو ماڻهن کي هي فوبيا آهي ۽ اها شرح عورتن ۾ به پيرا وڌيڪ آهي جيئن مردن ۾. هن فوبيا ۾ مبتلا ماڻهن کي اکثر پنهنجي يا ڪنهن ٻئي جي ماضيءَ ۾ ڪنهن اونچي جاءِ تان ڪرڻ جي اڻ وٽندڙ يادگيري هوندي آهي ۽ خوف هوندو آهي ته جيڪڏهن هو ڪنهن اونچي جاءِ تي ويندا ته ٻيهر ڪرندا. جيڪڏهن ڪنهن کي اها بيماري سخت ٿي وڃي ته هو ڏاڪڻ تي چڙهڻ يا ڪرسي تي بيهڻ کان به ڊڄي ٿو. اهڙي شخص کي چڪر ۽ توازن جي نقصان جي شڪايت آهي.

اڏام کان خوف: Aerophobia

هوائي جهاز. هيلي ڪاپٽر يا اهڙي ڪنهن به اڏامندڙ شيءِ ۾ سفر ڪرڻ جي خوف کي "ايرو فوبيا" يا "ايبيو فوبيا" چئبو آهي. هن فوبيا ۾ مبتلا ماڻهو جڏهن به هوائي جهاز وغيره ۾ ويهڻ جو تصور ڪندا آهن ته سخت خوف ۽ ڊپ محسوس ڪندا آهن ۽ هو ممڪن حد تائين هوائي سفر ڪرڻ کان پاسو ڪرڻ جي ڪوشش ڪندا آهن. خوف جي هن حالت جي ڪري، انهن جي روزاني ڪارڪردگي تي خراب اثر پوي ٿو. هن فوبيا ۾ مبتلا ماڻهو پنهنجي شروعاتي مرحلن ۾ هوائي سفر جو خطرو ڪٽندا آهن. پر حالت افسوسناڪ ٿي ويندي آهي ۽ ذهني دٻاءُ جي ڪري بيچيني جي حالت محسوس ٿيندي آهي.

60 سيڪڙو ماڻهن کي هر فوبيا سان گڏ ٻين نفسياتي مسئلن کي منهن ڏيڻو پوي ٿو هن فوبيا جا سبب ايا تائين معلوم نہ ڪيا وبا آهن. هوائي سفر جو هي خوف اڪثر ڪري بند ٿيل جڳهن جي خوف جيان پريشان ڪري ٿو (جنهن جو ذڪر اڳتي ڪيو ويندو)، پر اهو ياد رکڻ گهرجي تہ اهي بہ الڳ فوبيا آهن ها اهو ممڪن آهي تہ ڪو ماڻهو هڪ ئي وقت انهن ٻنهي 'فوبيا' ۾ مبتلا هجي. ايائي کان چاليهہ سيڪڙو ماڻهو ڪنهن نہ ڪنهن حد تائين ان خوف جو شڪار آهن. هڪ برطانوي ڊاڪٽر پهريون پيرو پهرين عالمي جنگ کانپوءِ پنهنجي تحقيقي مقالي ۾ فوبيا تي بحث ڪيو جڏهن هن فوبيا جون علامتون جنگي جهاز جي پائلٽس ۽ عملي جي ٻين ميمبرن ۾ ظاهر ڪيون. 1950ع واري ڏهاڪي ۾ فوبيا کي ايتري اهميت نہ ڏني وئي، پر 1970ع واري ڏهاڪي ۾ تجارتي هوائي سفر عام ٿيڻ کان پوءِ ان کي باضابطہ طور تي هڪ نفسياتي بيماري طور تسليم ڪيو ويو آهي. آمريڪا ۾ ورلڊ ٽريڊ سينٽر تي 11/9 جي حملن کان پوءِ ماڻهن هوائي سفر جي ٻيٽ ۾ زميني سفر کي ترجيح ڏيڻ شروع ڪئي، جڏهن تہ ان جي نتيجي ۾ ٽريفڪ وڌڻ سبب حادثن ۾ مارجي ويل ماڻهن جي تعداد ۾ بہ اضافو آيو.

متيءَ کان خوف: Amathophobia

متيءَ جي خوف کي 'ايماتوفوبيا' سڏيو ويندو آهي. ياد رهي تہ اها متي الرجي کان مختلف آهي، جيتوڻيڪ هن فوبيا ۾ مبتلا ماڻهو ڇاڻن ٽا تہ متي پاڻ نقصانڪار ناهي. تڏهن بہ، اهي متيءَ جي خوف ۾ مبتلا آهن. اونهاري ۾ جڏهن بہ طوفان يا هوائون ايندڙون آهن تہ اهڙن ماڻهن جي حالت عجيب هوندي آهي ۽ هو گهرن ۾ ويهندا آهن. جيڪڏهن اهي گهر کان ٻاهر آهن، اهي پنهنجن ڪارن يا ٻين هنڌن تي پناهہ وٺڻ جي ڪوشش ڪندا آهن. جڏهن واءُ يا طوفان گهٽجي ٿو، تڏهن انهن جي زندگي بچي ٿي. لفظ 'ايمٿ' جي اصليت يوناني آهي، جنهن جي معنيٰ آهي 'رڻي يا متي.' هن فوبيا ۾ مبتلا ماڻهو ڏاڍا صاف ستڙا هوندا آهن ۽ پنهنجي چوڌاري متيءَ يا متيءَ جو ذرو بہ برداشت نہ ڪندا آهن. ڪين خدشو هوندو آهي تہ متيءَ ۾ اهڙا جراثيم

موجود آهن. جيڪي صحت لاءِ نقصانڪار ٿي سگهن ٿا. هن فوبيا جي علامتن ۾ دل جو تيز ڌڙڪڻ، ساهه کڻڻ ۾ تڪليف، ڊپريشن ۽ منهن جو پيلو ۽ خشڪ وات ۽ خوف جو احساس وغيره شامل آهن.

شرمائڻ کان خوف: Eruthophobia

هن خوف کي اسان شرمائڻ جي فوبيا محسوس ڪري سگهون ٿا. ان ۾ هي ماڻهو عوام جي سامهون بي اعتماديءَ جو شڪار ٿي ويندا آهن. ڇو ته هو سوچيندا آهن ته جڏهن عوام جي وچ ۾ اسان جي چهري جو رنگ ڦاڙهو ٿي ويندو ته پوءِ ماڻهو اسان لاءِ ڪهڙو خيال جوڙيندا. هن فوبيا ۾ قاتل ماڻهو شرمساري ۾ هوندو آهي. اهو شرمائڻ جي چڪر ۾ پريشان هوندو آهي. جنهن کي هر جڳهه تي شرمساري محسوس ٿئي ٿي. انڪري هو پنهنجي شرمائڻ مان خوفزده ٿي پوندو آهي.

ماڻهن جي ميڙ کان خوف: Ochlophobia .

ڪيترائي ماڻهو مجموعي ۽ هجوم واري جاءِ تي وڃڻ کان گهبرائيندا آهن. هن فوبيا جي متاثرن کي هي خوف هوندو آهي ته هو هجوم ۾ ڦاسي ڪري مري نه وڃن. يا ماڻهن جي ميڙ ۾ گم نه ٿي وڃن. انهن ماڻهن کي ڪنهن بيماريءَ جي جراثيم جو خوف به ٿئي ٿو ته متان ڪنهن مان ڪا بيماري نه لڳي ۽ هو هجومي هنڌن تي بي چيني ۽ بي اختياري محسوس ڪندا آهن. ان فوبيا ۾ ورتل ماڻهو جون رنگينيون آهستي آهستي ختم ٿي وڃن ٿيون ڇو ته هو پارٽيون، خير خوشامند ڪرڻ، يا سينيما ڏسڻ ۽ اسٽيڊيم ۾ ويڇهڙائيءَ واري هنڌن يا ميلا ملاکڙا توڙي جو دوستن جون گڏجاڻيون، ڏسڻ گهمڻ وڃڻ کان گهبرائن ٿا.

عوام اڳيان ڳالهائڻ جو خوف: Glossophobia

عوام اڳيان ڳالهائڻ ۾ هي فرد خوف محسوس ڪري ٿو. تنهن ڪري هو عوامي جڳهين، ميڙاڪن، يا ڪنهن محفل ۾ نٿو وڃي ۽ ان سان هن فرد جي واسطن ۽ رابطن ۾ رڪاوٽ اچي ٿي ۽ بيماري جي وڌڻ سان آهستي

آهستي اهو ماڻهن کنهن بند جڳهه تي محدود ٿي وڃي ٿو. اهڙو خوف انسان کي لاچار ڪري ڇڏي ٿو.

عزم / معاهدي/ شادي جو خوف: gamophobia

هن فوبيا ۾ ڦاٽل اڪثر مريض اڪيلائي پسند هوندا آهن، هو ڪنهن سان زندگي ناهن گذاري سگهندا، يا ڪو به ڪم ڪاروبار ناهن ڪري سگهندا، ڇو ته هن ۾ جيڪو خوف آهي، اهو تمام گهڻو اذيت ناڪ آهي، هن ۾ مريض معاهدو 'ڪمينٽمنٽ' کان خوفزده هوندو آهي، شادي به هڪ قسم جو معاهدو آهي، هيءُ فرد شادي واري ان جذبي کان به محروم هوندو آهي. هن فوبيا جا اڪثر مريض خودڪشي ڪري ڇڏيندا آهن.

ڪتابن جو خوف: Bibliophobia

هن فوبيا ۾ ورتل مريض ڪتابن کان خوف کائي ٿو ۽ نفرت ڪري ٿو. هن ۾ جڙيل ذهن ڪتابن تي سخت ڪاوڙ نفرت ۽ خوف جي احساس ۾ هوندو آهي، هي تاريخي طور ڏاڍو دلچسپ ۽ وڏو بحث آهي، عمومن اسان کي پڙهڻ منجهان لڳي ٿو ته ڪهڙو فرد آخر ڪتابن کان نفرت يا خوف ڪري سگهي ٿو ان لاءِ تاريخ ۾ اهڙا لاتعداد ڪيس آهن جن ۾ ڪتابن جو ساڙڻ، ڪتابن تي پابندي، ڪتابن کي پاڻي ۾ لوڙهڻ جهڙا واقعا ملندا ان پويان اهو عمل ڪندڙ انسان جو نفسياتي پاسو هن فوبيا سان منسلڪ آهي.

آوازن کان نفرت: Phonophobia

هي هڪ اهڙو خوف آهي، جنهن ۾ ڦاٽل فرد کي آوازن کان خوف ٿئي ٿو. هو ميوزڪ کان سخت نفرت ڪري ٿو. ايتري قدر جو هي بيماري جڏهن شدت ۾ اچي ٿي ته موبائل فون جي رنگ به ان ماڻهو کي پريشان ڪري ٿي. هن فوبيا جا شڪار ٿيل ماڻهو نقصانڪار به هوندا آهن، هو خوف جي ڪري نقصان به ڪندا آهن، جنهن ۾ شين جي ڇڄ ڀاڃ شامل آهي، هن فرد کي ڪڏهن ڪڏهن تيز آواز ڀڳالهائيندڙ ماڻهن منجهان به خوف ٿيندو آهي ۽ بچاءَ ۾ هي فرد فورن اڳئين ماڻهوءَ تي حملو ڪرڻ ۾ دير ناهي ڪندو.

References:

American Psychiatric Association (2013), Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.), Arlington: American Psychiatric Publishing, pp. 190, 197–202,

Hamm AO (September 2009). "Specific phobias". The Psychiatric Clinics of North America. 32 (3): 577–591.

Anxiety Disorders". NIMH. March 2016. Archived from the original on 27 July 2016. Retrieved 27 July 2016.

Garcia, René (2017-09-01). "Neurobiology of fear and specific phobias". Learning & Memory. 24 (9): 462–471. doi:10.1101/lm.044115.116

Penninx BW, Pine DS, Holmes EA, Reif A (March 2021). "Anxiety disorders". Lancet. 397 (10277): 914–927. doi:10.1016/S0140_

باب پنجون

عادتون رويا ۽ نفسياتي بيمارين جو چارٽ

نفسياتي بيماري dissociative identity disorders جيڪا معاشري جي ستم ظرفي گھر، پاڙي ، شھر ، ڳلي ۾ تنگدستيءَ جو ماحول مريض کي بيماري جي آخري اسٽيج تي پھچائي ٿو. جيڪو ھڪ ڪلاڪ کان پورو ڏينھن ۾ ھلي ٿو. ان ۾ مريض ايتري قدر بيوس ٿي وڃي ٿو جو پنھنجي وجود مان ھڪ الڳ حيثيت کي جنم ڏئي ٿو ۽ پنھنجي اڻپورين خواھشن، خيالن ۽ خوابن جو آواز بڻجي پنھنجي زندگي سان جڙيل فردن شخصيتن جھڙو ڳالھائي ۽ ايڪٽ ڪري ٿو ايتري قدر جو مرد مائي ۽ مائي مرد جو آواز ۾ ڪڍي سگھي ٿي. اھا بيماري پوري دنيا ۾ آھي ۽ ان سان گڏ ان جو علاج ۾ آھي. اسان وٽ ان مريض کي اھو چئي پوپن، پيرن، فقيرن جي حوالي ڪيو وڃي ٿو تہ ھن کي جن، پوت، پري، ديوَ يا ڪنھن غيبي طاقت جو اثر آھي.

آناپرستي ۾ قاتل انسان narcissism

نرگسيت ، ھڪ خطرناڪ نفسياتي مرض آھي، جنھن ۾ مبتلا شخص صرف پنھنجي ذات ۾ گم رھي ٿو. مون جھڙو ڪو ٻيو ناھي، مان پلو. سڀ ڪم منھنجي ھٿ. مون کان سواءِ اوندھ آھي. جيڪو مان چيو اھو سچ باقي سڀ ڪوڙ. مطلب حددرجي جي اناپرستيءَ ۾ جڪڙيل اھو مريض ڪڏھن ۾ پنھنجي خامين ڪوتاھين کي ڏسڻ تہ پري پر انھن تي سوچي ۾ نٿو سگھي، پاڻ تي ايتري قدر بانوَر ڪري ٿو جو 1898ع ۾ 'ھيوڪ ايلس' نالي ھڪ انگريز نفسياتدان نارڪيسس جھڙو لفظ استعمال ڪيو. جنھن ۾ اھو مريض شخص پاڻ تي ان حد تائين عاشق آھي، جو جنسياتي لاڳاپي وقت ۾ ڪنھن کي برابر جو نٿو سمجھي ۽ آئيني ۾ پنھنجو عڪس ڏسي مشتزني ڪري ٿو. نرگسيت انساني اڪيلائي جو ناڻٽائي الميو آھي. ھيءُ ھڪ نفسياتي مرض آھي، جنھن ۾ انسان کي پنھنجي وجود کان سواءِ ڪا شيءِ نظر نہ ٿي اچي. نرگسيت تي رسول ميمڻ پنھنجي ڪتاب 'نوسيبو' ۾ وڌيڪ تفصيلي ذڪر ڪيو آھي.

شهرت پويان ٻوڑندڙ انسان

The psychology of fame is variously described

گھٹي شهرت جي طلب بہ ھڪ بيماري آھي البتہ ڪم کان ڪردار ٽيڙ واري اڙانگي پيچري جي منزل جو نالو آھي شهرت . پر هن ڏرتيءَ تي شهرت حاصل ڪرڻ لاءِ جن ماڻھن عجيب غريب حرڪتون ڪيون انهن کي سگمنڈ فرائيڊ sigmund freud نفسياتي مريض چئي ٿو. اهڙي نفسيات جا مريض شهرت جي بلندين تي پهتلن سان گھٽ پر شهرت ڏي وڌندڙ ماڻھن سان حسد ساڙ ڪندا آھن ايتري قدر دشمنيون بہ ڪندا آھن. ان جي رستا روڪ لاءِ پنھنجا ڪم ڪار ڇڏئي صرف ان ڪم جو پورائو ڪندا آھن تہ ڪامياب ڏي ويندڙَ جي رستا روڪ ڪجي. ان مرض ۾ مبتلا شخص احساس ڪمتري ۾ ورتل هوندا آھن ۽ پاڻ کي دنيا ۾ منفرد ۽ ڪامياب پيش ڪرڻ لاءِ نقصان ڏيندڙ رستا بہ طئ ڪندا آھن . اهڙن لاتعداد مثالن مان تاريخ ۾ ھڪ مثال هيروڊيسسٽ ـ Herostratus جو بہ ملي ٿو جنهن مشهور ٽيڙ لاءِ ھڪ وڏي مجرماڻي حرڪت ڪئي، هن مشهور جاءِ ٽيمپل آف آرٽمينس ـ temple of artemis جنهن کي دنيا جي ستن عجوبن ۾ شمار ڪيو ويجي ٿو تنهن کي باھہ ڏئي ڇڏيائين! جنهن ڏوھہ جي سزا ۾ هن کي ڦاسي اچي وئي . ھڪ وڏي تاريخي اثاثي کي تباھہ ڪندڙ هيروڊيسسٽ کان وقت جي ماڻھن سخت نفرت جو اظهار ڪيو. هن جي نالي ونڍ تي بہ پابندي لڳي وئي . جنهن جو ذڪر يوناني سياح تاريخدان اسڪاليٽري ئي ڪيو آھي / وڏي ڳالھہ تہ جنهن تاريخ تي temple of artemis جو سانحو ٽيو هو ان ئي ڏينهن سڪندر اعظم ـ Great Alexander جو جنم ٽيو هو.

گمان تي بہ غصو اچڻ

نفسياتي بيمارين ۾ delusion ھڪ اهڙو قسم آھي، جنهن ۾ انسان حدکان وڌيڪ ڪاوڙ ۾ اچي پنھنجو ۽ ٻين جو نقصان ڪري ٿو. يا ڪوڙ ڳچي وھمن ۾ اچي عجيب غريب ڪارناما سرانجام ڏئي ٿو. مختلف نفسياتي بيمارين ۾ هيءُ خلل ايتري قدر خطرناڪ آھي جو آرٽسٽ

Emmanuel خواب ۾ ڏٺو ته سندس گرل فرينڊ سان هڪ دوست نازيبا حرڪت ڪئي آهي. ڇرڪ پري ننڊ مان اٿيو ۽ وڃي ڪاوڙ مان ان دوست کي قتل ڪري ڇڏيائين. اهڙي مرض ۾ مبتلا شخص کي محسوس ٿيندو آهي ته هي ماڻهو، خاص طور تي مون کي سمجهي ڪري ٻ چيڙائن ٿا جنهن تي اهو شخص ڪنهن سان گفتگو دوران اچانڪ سامهون واري شخص جي ڳالهه کي چٽر سمجهي ڪاوڙ تي ڪنٽرول نه ڪري سگهندو ۽ نتيجي ۾ جهيڙي سبب نقصان جو خطرو هوندو آهي / وقت سان گڏ پنهنجي ڪاوڙ جي ردِ عمل ۾ اهو ذهني بيمار شخص سمجهندو آهي ته هاڻي ماڻهو مون کي مارينڊا يا ڪڏهن وري موت جو خطرو محسوس ڪري رڙيون ڪندو آهي ته ڪير مون کي ماري ٿو پر هوندو ڪجهه ٻ ناهي. ان موت جي خوف واري ڪيفيت (Paranoid Schizophrenia) سبب ٻيون جسماني بيماريون جهڙوڪ مٿي جو سور، ننڊ نه اچڻ ،شگر ،ٿائيرائيڊ هارمون جي گهٽتائي اچي ويندي آهي.

موت جي خوف واري نفسياتي بيماري thanatophobia

موت جي خوف واري بيماري ٻ نفسياتي مسئلو آهي، جنهن جو مثال ماهر لکن ٿا ته اناطوليه Anatolia نارٿ ترڪي تي بينڪي راج جو بي رحم بادشاهه ميتريڊيٽس ـ Mithridates VI جنهن رومن جي جمهوري نظام جي سخت مخالفت ڪرڻ سان گڏ ناڪام جنگيون ڪري عمر گذاري. ميتريڊيٽس کي (اندر ۾ هڪ خوف اچي وينو) ته متان ڪير مون کي زهر ڏئي ماري ان ڪري هو پنهنجي هر کاڌي ۾ زهر ڏرو ملائي مختلف طعامن ۾ کائيندو رهيو. هڪ ڏينهن دشمنن جي هٿ لڳي پڪڙجي ڀيو. بيدردي کان ويندي خوفناڪ قسم جي تارچر سيلن کي ڏسڻ بعد هن کان پڇا ٿي ته ڪهڙي طريقي جو موت قبول اٿي؟ ميتريڊيٽس دهمان ۾ اچي ويو. موت جا ايڏا ڀيانڪ هٿيار ڏسي چيائين، ٻلا مون کي 'زهر ڏئي ماريو'. جنهن خوف کان سدائين ڀڳو آخر ۾ اهو ئي موت گهريائين. ترت تيار ڪري کيس زهر

جو پيالو ڏنو ويو پر هن گهٽي ٽائيم کان زهر واپرايو هو. تنهن ڪري هن تي زهر اثر نہ ڪيو ۽ پوءِ زهر جي علالت ۾ ئي هن کي ماريو ويو.

مزاجن جو هڪپئي پٽيان متجڻ Bipolar disorder

نفسياتي بيماريون معاشري جي المين ۽ عبرتناڪ واقعن جون پيداوار آهن، جن کي ماهرن پنهنجي الڳ اک سان ڏٺو آهي. اٽلي جي ناليواري ليکڪ سيبيلا اليرامو _ Sibilla Aleramo سورنهن سالن جي عمر ۾ نوجوان ميڪاولس سان بي انتها عشق ڪيو. ميڪاولس نشي جو عادي هو ۽ سيبيلا به نشي تي لهي آئي. پابنديون لڳي ويس. سختي ۽ پهريداري کي ڏسي لکيائين تہ عشق سميت دنيا جون جيڪي به رڪاوٽون آهن، اهي تسليم ڪرڻ لاءِ نہ پر ٽوڙڻ لاءِ هونديون آهن. ميڪاولس بدبخت کي معلوم ئي نہ هو تہ ڪو مون جهڙي ناڪاره کي سيبيلا جهڙي چاهت ملندي. ميڪاولس ميخاني ۾اهران نشي جي حالت ۾ مري ويو پر سيبيلا جي رومانوي لکڻين ۽ ناولن ۾ ايجا زنده آهي. صدمي سبب سيبيلا bipolar disorder جي مرض ۾ مبتلا ٿي 83 سالن جي عمر ۾ دنيا ڇڏي وئي.

وسوسن ۽ وهم سان گڏ غير منظم رهڻ Schizophrenia

اجايو سوچڻ به هڪ نفسياتي بيماري آهي. توهان جي زندگي ۾ ڪو اهڙو واقعو ٿيو هجي، جنهن ۾ اوهان گهڻو سوچيو ۽ پوءِيو هجي! اها صورتحال دماغ کي تباهہ ڪري ڇڏيندي آهي. جيئن ڦٽ ڦُٽي ويڻ بعد به جسم تي پنهنجو نشان ڇڏي ويندو آهي. ائين ئي پوءِنائون الميا ۽ تڪليف ڏيندڙ واقعا انساني دماغ تي پنهنجا گهرا اثر ڇڏي ويندا آهن. جسماني طور صحيح سلامت نظر ايندڙ اهو انسان ذهني طور بيمار هوندو آهي. جنهن جون عام علامتون انسان هن ريت محسوس ڪري ٿو. پنهنجو پاڻ کي ڪمزور ۽ ڪٽل محسوس ڪرڻ / اجايو سوچ وسوسا معمولي ڳالهين تي سوچن جا پنهنجي مٿان پهاڙ ڪيرائڻ. ڪا ڳالهہ نہ به هجي تہ ان کي هٿ ٽوڪيو مونجهاري جو وجود ڏئي ان جا ويهي مختلف طريقن سان حل ڪڍڻ جي ناڪام ڪوشش ۾ بيچيني واري ڪيفيت ۾ مبتلا ٿي ويڻ بعد ڪڏهن چڙ

غصو شديد ڪاوڙ تہ ڪڏهن وري پنهنجو پاڻ ۾ مري وڃڻ جهڙي بي انتها مايوسي. رات جو ننڊ ۾ بي سڪوني. ڪڏهن ڪڏهن عجيب غريب شڪلن جا منظر اڳيان اچڻ.اهي علامتون هڪ ذهني بيمار انسان جون آهن. اهو ذهني مرض انسان کي ايترو مفلوج ڪري ٿو جو انسان هر وقت تنگدستيءَ واري عالم ۾ بيقرار رهي ٿو.

Delusions are a specific symptom of psychosis Delusional disorder is a generally rare mental illness in which a person presents delusions, but with no accompanying prominent hallucinations, thought disorder, mood disorder, or significant flattening of affect

گهڻي جنسي خواهش excessive sexual desire

هي هڪ اهڙي تصوراتي بيماري آهي، جنهن ۾ مريض خيالي رومانس جي گردشن ۾ گرفتار رهي ٿو . هي مرض Delusion جي ابتي شڪل مان نڪتل Erotomania آهي، هن بيماري ۾ مريض پنهنجي تصور ۾ اهو فرد پيدا ڪري ٿو جيڪو مريض چاهيندو هو ائين ڪندو. بس الادين جي چراغ ۾ بند پيل جن مثل . اهڙي حڪم جي تعبيداري ڏسي مريض ايجان ان بيماري جي قريب اچي ٿو. مطلب بيماري وڌي ٿي جنهن جو تعلق صرف خيال سان آهي حقيقت ۾ ڪجهہ بہ ناهي يا اڪثر وس کان پري، لاحاصل شين جو خيال، جيڪو انسان کي بيتاب ڪري ۽ اهڙيون شيون جنهن کي عقل جي ميٽاميٽڪ مان ڪو بہ ڪوڙو نہ لڳي سگهي. وس نہ هلي انسان ڪجهہ ڪري نہ سگهي بس ان شيءِ جي حاصلات لاءِ ذهني ذلت واري بيماري جو نالو آهي. خيالي جنسياتي سڪون واري موضوع تي ڳالهائيندي سنڊيپ مهيشوري Sandeep Maheshwari انديا جي مشهور ايڪٽر ريکا Rekha بابت چيو تہ ريکا پنهنجي پهرين پيار اميتاب بچن Amitabh Bacchan سان عشق جي انتها تي هر ان پيچيدگي واري پنڊ تي ذهني طور هلڻ لاءِ تيار ٿي بيٺي پر اميتاب جو ريکا ڏانهن لاڙو گهٽ هيو پر پوءِ بہ ايتري قدر جو ريکا جو پهريون مڙس Mukesh Aggarwal جنهن سان ريکا جي شادي کي سال بہ نہ گذريو ۽ مڪيش اگريوال ڇڪيءَ ۾ ريکا جو "رئو" ٻڌي خودڪشي ڪري ڇڏي. وڌي

ڳالهه ته ان رئي تي سرخي lipstick سان ريکا جو نالو لکيل هو 1990ع وارو هي واقعو ريکا جي پيار جي موسم مٽائي نه سگهيو ۽ اڄ به ريکا 66 سالن جي عمر ۾ بيواهه هجڻ بجاءِ سينڊَورُ لڳائي شادي شده عورتن جي لباس ۾ اميتاپ سان خيالي عشق Erotomania واري بيماري جي صف ۾ ڳڻي وڃي ٿي. 2004ع ۾ رليز ٿيندڙ مدهوشي madhoshi فلم ۾ هيروئن بپاشا باسو به ان مرض جي گرفت ۾ نظر اچي ٿي هن فلم جي پوبان ڀيون به ڪيتريون ئي فلمون انساني Delusion متعلق رليز ٿيون. پروفيسر ڪارل جيپريس Karl Jaspers چوي ٿو ته هي نفسياتي مريض اڪثر عورتون ملن ٿيون. ايتري قدر اهڙو خلل، جنهن ۾ ڪو محسوس ڪري ته ٻيو ڪو سندس تصور ۾ اچي نازيبا حرڪت ڪري ٿو ۽ اهڙو خلل اڪثر اهڙين عورتن ۾ ٿيندو آهي، جيڪي نازڪ مزاج شرميليون هونديون آهن. اها وهمي خرابي اڪثر اهڙي مزاجن جي عورتن ۾ ٿئي ٿي. اهڙو ڪيس اتلي جي سرمائيدار عورت مس لوزا جو ملي ٿو. جنهن خيالي عشق سان شادي واري محفل مچائي دنيا کي حيران ڪري ڇڏيو. وڏا بحث مباحثا ٿيا. ماڻهو شادي جي ڪاج ۾ گهوٽ ڏسڻ لاءِ پريشان، هيڏانهن لوزا سموريون رسمون ادا ڪري ڇڏيون . لوزا هڪ صحافي کي بيان ڏيندي چيو ته 'جنهن کي مان ايترو چاهيان ٿي اهو به مون سان ايتري قدر سچو آهي جو ڪنهن کي نظر ئي نٿو اچي، متان ڪو ان کي مونکان چورائي وڃي.' ان ڪيس تي انگلش موويز ٻ ٺهيون پر حقيقت ۾ هيو ڪجهه به نه. ذهن سان تعلق رکندڙ انيڪ بيماريون آهن، جنهن ۾ معاشري جو هر فرد ورتل آهي پر پروفيسر Edmund Husserl جيان ته "ذهني مريض جي پهرين نشاني ته هو پاڻ لاءِ لفظ ذهني مريض ٻڌڻ برداشت نه ڪندو آهي."

عادت _ habit

عادت آهي ته ڪو به شعوري رويو جيڪو توهان معمول جي بنياد تي ڪندا آهيو. علت، ساڳئي وقت، مطلب ته توهان رويي کي تمام گهڻي حد تائين ڪندا آهيو ۽ ان کي روڪڻ يا ڪنٽرول ڪرڻ جي قابل ناهيو. مثال

طور، ورزش جي عادت سان ڪو ماڻهو هفتي ۾ ٽي ڀيرا ڪم ڪري سگهي ٿو هڪ عادت هڪ معمولي رويو يا عمل آهي جيڪو باقاعده بار بار ڪيو ويندو آهي. اڪثر ڪري شعوري سوچ کان سواءِ عادتون مثبت ۽ منفي ٿي سگهن ٿيون ۽ اهي عام طور تي ورهاڱي ۽ تقويٰ ذريعي نٿي ويندیون آهن مثبت عادتون، جهڙوڪ باقاعدي ورزش يا صحتمند کاڌو، ڪنهن جي زندگيءَ تي فائديمند اثر پيدا ڪري سگهجن ٿا، جڏهن ته منفي عادتون، جهڙوڪ تماڪ چڪڻ يا اسڪرين تي گهڻو وقت ڏيڻ، نقصانڪار ٿي سگهي ٿو. عادتون انساني رويي جو هڪ بنيادي پاسو آهن ۽ اسان جي روزاني زندگي کي ترتيب ڏيڻ ۾ اهم ڪردار ادا ڪن ٿيون.

رويا _ behavior

رويو اهو آهي ته ڪيئن ڪو ماڻهو عمل ڪري ٿو. اهو آهي جيڪو هڪڙو ماڻهو ڪجهه ٿيڻ، ڪجهه تبديل ڪرڻ يا شين کي ساڻيو رکڻ لاءِ ڪندو آهي. رويو شين عملن ڪمن جو جواب آهي جيڪو ٽي رهيو آهي اندروني طور تي. سوچون ۽ احساسات. خارجي ماحول، ٻين ماڻهن سميت رويي مان مراد مختلف محرڪن، حالتن يا حالتن جي جواب ۾ هڪ شخص، عضوي، يا سسٽم جي عملن، رد عملن، يا عمل کي اهو عملن جي وسيع رينج تي مشتمل آهي، باشعور ۽ غير شعوري طور تي، جيڪي فرد يا ادارا پنهنجي ماحول سان لهه وچڑ ڪرڻ يا مخصوص مقصد حاصل ڪرڻ ۾ مشغول آهن. رويي جو مشاهدو، ماپو ۽ تجزيو ڪري سگهجي ٿو مختلف حوالن ۾، بشمول انساني رويو، جانورن جو رويو ۽ ڪمپيوٽرن وانگر پيچيده سسٽم جو رويو. اهو نفسيات، سماجيات، حياتيات ۽ مطالعي جي ٻين ڪيترن ئي شعبن جو هڪ بنيادي پاسو آهي. اهو ماحول ۾ هڪ محرڪ يا اندروني تبديلي جو نتيجو آهي. رويا سادا يا پيچيده ظاهر يا ڳجها ٿي سگهن ٿا. اوچتو رويي جا مثال. (i) اکين جو چمڪڻ جڏهن ڪنهن شخص تي پٽر اڇلايو وڃي. (ii) گرم پاڻي کي ڇهڻ کان پوءِ فوري طور هٿ ڪيڻ.

نفسياتي بيماري _ Psychiatric illness

خرابي ـ هڪ بيماري جيڪا عام جسماني يا ذهني ڪمن کي خراب ڪري ٿي. *(آڪسفورڊ انگريزي ڊڪشنري)* هڪ خرابي جي وضاحت ڪري سگهجي ٿي مسئلن جي هڪ سيٽ جي طور تي، جنهن جي نتيجي ۾ هڪ شخص جي روزاني زندگي ۾ اهم مشڪلات، پريشاني، خرابي يا مصيبت پيدا ٿئي ٿي. نفسياتي بيماري، جنهن کي ذهني بيماري يا ذهني خرابي جي نالي سان پڻ سڃاتو وڃي ٿو، انهن حالتن جي وسيع رينج ڏانهن اشارو ڪري ٿو جيڪي هڪ شخص جي سوچن، جذبات، رويي، يا انهن جي ميلاپ کي متاثر ڪن ٿا. اهي حالتون خاص طور تي روزاني ڪم، رشتا ۽ مجموعي خوشحالي تي اثر انداز ٿي سگهن ٿيون. مثالن ۾ شامل آهن ڊپريشن، پريشاني جي خرابين، schizophrenia، بائيپولر ڊسڪٽر ۽ ٻيا. علاج ۾ عام طور تي علاج، دوا ۽ علامات کي منظم ڪرڻ ۽ زندگي جي معيار کي بهتر ڪرڻ لاءِ مدد جو ميلاپ شامل آهي. نفسياتي بيمارين ۾ اهي حالتون شامل آهن جيڪي هڪ شخص جي ذهني صحت کي متاثر ڪن ٿيون. ۽ عادتون ضروري ناهي اهي نفسياتي بيمارين جو حصو هجن، عادتون مثبت ۽ منفي ٿي سگهن ٿيون. مثبت عادتون بهتري ۾ مدد ڪن ٿيون، جڏهن ته منفي عادتون صحت يا سماجي مسئلن جو سبب بڻجن ٿيون،

References:

ICD-11: 6A20 Schizophrenia". World Health Organization. Retrieved 23 August 2022

Owen MJ, Sawa A, Mortensen PB (July 2016). "Schizophrenia". The Lancet. 388 (10039): 86

Owen MJ, Sawa A, Mortensen PB (July 2016(.

Lawrence RE, First MB, Lieberman JA (2015). "Chapter 48: Other Psychoses". In Tasman A, Kay J, Lieberman JA, First MB, Riba MB (eds.). Psychiatry (fourth ed.). John Wiley & Sons, Ltd. pp. 798, 816, 819.

Sandeep Maheshwari lecture Vedio. 2016

Delusion movie 1981 Delusion Rasool Memon

National Geography Erotomania

Delusion documentary hidi

The Imposing (2018) mov

Delusion (I) (2016) mov

[30Narayan KK, Kumar DS (January 2012). "Disability in a Group of Long-stay Patients with: Experience from a Mental Hospital". Indian Journal of Psychological

Becker T, Kilian R (2006). "Psychiatric services for people with severe mental illness across western Europe: what can be generalized from current knowledge about differences in provision, costs and outcomes of mental health care?". Acta Psychiatrica Scandinavica. Supplementum. 113

باب ڇهون

نفسياتي بيمارين لاءِ ٿراپيز جي اهميت

نفسياتي بيمارين جي علاج لاءِ مختلف ٿراپيون استعمال ٿيندیون آهن، جيڪي مريض جي نفسياتي، جذباتي، ۽ سماجي بهتريءَ لاءِ مددگار ثابت ٿيندیون آهن .هي ٿراپيون دوائن کانسواءِ يا دوائن سان گڏ لاڳو ڪيون ويندیون آهن ته جيئن مريض جي ذهني صحت کي بهتر بڻائي سگهجي. جئين ٻين جسماني بيمارين جا علاج هوندا آهن ائين نفسياتي بيمارين لاءِ مختلف قسمن جون ٿراپيز هوندیون آهن. ٿراپيز نفسياتي بيماري جي علاج لاءِ ڪتب آندل آهن، تقريبن پنج سئو کان مٿي ٿراپيز آهن، پر پاڻ هتي ڪجهه مختصر ۽ گهٽو استعمال ڪيون ويندڙ ٿراپين جو مختصر احوال ڪنداسين.

نفسيات ۾ ٿراپيز (Therapies) جو بنيادي مقصد ذهني صحت کي بهتر بنائڻ، نفسياتي مسئلن کي حل ڪرڻ، ۽ فرد جي شخصي اوسر کي يقيني بڻائڻ آهي. مختلف نفسياتي مسئلن، جهڙوڪ ڊپريشن، اينگزائٽي، ٽراما، ۽ ٻين ذهني بيمارين جي علاج لاءِ مختلف قسمن جون ٿراپيون استعمال ڪيون ويندیون آهن. جديد تحقيق موجب، ٿراپيون نه رڳو فرد جي نفسياتي صحت لاءِ ضروري آهن، پر سماجي تعلقات، پيشوراڻي زندگي، ۽ مجموعي طور تي خوشحال زندگي لاءِ به اهم ڪردار ادا ڪن ٿيون.

ٿراپيز جا قسم ۽ اهي ڪهڙي طرح مدد ڪن ٿيون؟

نفسيات ۾ مختلف قسمن جون ٿراپيون استعمال ٿيندیون آهن، جن مان ڪجهه اهم قسم هيٺ ڏجن ٿا:

1. ڪانگنيٽو بيهيويرل ٿراپي (CBT)

هيءَ ٿراپي فرد جي منفي سوچن، احساسن، ۽ روين کي تبديل ڪرڻ ۾ مدد ڪري ٿي. مطالعي موجب، بيڪ ۽ ايلس CBT (1976) کي خاص طور تي ڊپريشن، پريشاني، ۽ اوبسيشنل ڪمپلسوِ ڊس آرڊر (OCD) جي علاج لاءِ ڪارائتو قرار ڏنو.

2. سائيڪوڊينامڪ ٿراپي

هيءَ ٿراپي فرد جي لاشعوري خيالن ۽ بالڪپڻ جي تجربي کي سمجھڻ تي ڌيان ڏئي ٿي .فرائيڊ (1915) موجب، اسان جا ماضي جا تجربا اسان جي هاڻوڪي نفسياتي حالت تي اثرانداز ٿين ٿا، ۽ انهن کي سمجھڻ سان ذهني صحت بهتر ٿي سگهي ٿي.

3. همانسٽڪ ٿراپي

هيءَ ٿراپي فرد جي ذاتي واڌاري ۽ اندروني صلاحيتن کي نکارڻ تي ڌيان ڏئي ٿي .ڪارل راجرز (1951) مطابق، غير مشروط مثبت رويو ۽ همدردي سان فرد جي نفسياتي واڌاري کي وڌائي سگهجي ٿو.

4. گيسٽالٽ ٿراپي

هن طريقي جي ٿراپي ۾ فرد کي هاڻوڪي لمحي ۾ رهڻ ۽ پنهنجي احساسن کي سمجھڻ جي ترغيب ڏني ويجي ٿي. پرلز (1969) موجب، هي ٿراپي خود شناسي ۽ ذاتي ذميواري کي بهتر بڻائي ٿي.

5. بيهيوري ٿراپي

هي ٿراپي خاص طور تي ماديءَ جي واپرائڻ، فوبيا، ۽ روين جي مسئلن لاءِ اثرائتي آهي. واٽسن ۽ اسڪنر (1950_1920) موجب، سکيا ۽ حالتن جي تبديليءَ سان فرد جي روين کي بهتر ڪري سگهجي ٿو.

نفسياتي ٿراپيز جي اهميت

ٿراپيز جي اهميت ڪيترن ئي پاسن کان نظر اچي ٿي، جن مان ڪجھ اهم اهي آهن:

1. ذهني صحت کي بهتر بڻائڻ

ٿراپي فرد کي پنهنجن مسئلن کي سمجھڻ ۽ انهن جو حل ڳولڻ ۾ مدد ڪري ٿي .مطالعي موجب، وَرلي ۽ جانسن (2018) ٿراپي ونڊرڊ ماڻهن ۾ ڊپريشن ۽ پريشاني جون علامتون نمايان طور تي گهٽ ٿيون.

2. سماجي تعلقات کي مضبوط بنائڻ

ٿراپيز فرد کي بهتر انداز سان پنهنجي احساسن جو اظهار ڪرڻ، اختلافن کي سنيالڻ، ۽ سماجي تعلقات کي مضبوط ڪرڻ ۾ مدد ڏين ٿيون. گٽمين (1999) موجب، نفسياتي ٿراپيز جو اثر جوڙن جي رشتن کي بهتر ڪرڻ ۾ مددگار ثابت ٿئي ٿو.

3. پريشر ۽ ٽينشن کي گهٽائڻ

جديد دور ۾ ذهني دٻاءُ عام ٿي ويو آهي، ۽ ٿراپي ان کي گهٽائڻ ۾ مدد ڪري ٿي. ڪپلان (2010) موجب، ٿراپي ذريعي فرد دٻاءُ کي سنيالڻ لاءِ بهتر طريقا اختيار ڪري سگهي ٿو.

4. ذهني بيمارين جي روڪٿام

ٿراپي نه رڳو موجوده نفسياتي مسئلن کي حل ڪري ٿي، پر مستقبل ۾ به ذهني بيمارين جي روڪٿام لاءِ فائديمند ثابت ٿي سگهي ٿي. نيشنل انسٽيٽيوٽ آف مينٽل هيلٿ (NIMH, 2019) جي رپورٽ مطابق، نفسياتي ٿراپي ذريعي ڊگهي مدي تائين ذهني بيمارين جي امڪان کي گهٽائي سگهجي ٿو. نفسياتي ٿراپيز جديد دنيا ۾ ذهني صحت کي بهتر بڻائڻ، نفسياتي مسئلن کي گهٽ ڪرڻ، ۽ فرد جي مجموعي بهبود لاءِ تمام ضروري آهن. اهي نه رڳو فرد جي اندروني جذباتي مسئلن کي حل ڪرڻ ۾ مدد ڏين ٿيون، پر سندن سماجي ۽ پيشوراڻ زندگيءَ ۾ به مثبت تبديلي آڻي سگهن ٿيون. تحقيقي حوالن موجب، ٿراپيز ڊگهي مدي واري ذهني صحت لاءِ مؤثر، محفوظ، ۽ ڪارائتيون ثابت ٿيون آهن. ان ڪري، ٿراپي کي ذهني صحت جي سنيال جو هڪ لازمي حصو سمجهڻ گهرجي.

1. ورتائن واري ٿراپي (Cognitive Behavioral Therapy _ CBT)

سنجيدگي واري ورتائن جي ٿراپي (CBT) سڀ کان وڌيڪ استعمال ٿيندڙ نفسياتي علاج آهي، جيڪو مريض جي سوچن، احساسن، ۽ روين تي ڌيان ڏيڻ آهي. هي ٿراپي خاص طور تي ڊپريشن، بيچيني، ۽ نفسياتي دٻاءُ لاءِ اثرائتي سمجهي وڃي ٿي CBT. ڪيئن ڪم ڪري ٿي؟ مريض کي منفي

سوچن کي سڃاڻڻ ۽ انهن کي مثبت سوچن ذريعي متائڻ سيکاريو ويندو آهي. هي ٿراپي غلط عقيدن (Cognitive Distortions) کي درست ڪرڻ ۾ مدد ڏئي ٿي. هن ٿراپي ۾ مريض کي مسئلا حل ڪرڻ ۽ پنهنجي روين کي بهتر بنائڻ جو طريقو سيکاريو ويندو آهي.CBT هيٺين بيمارين لاءِ مفيد آهي: ڊپريشن (Depression) بيچيني (Anxiety) پوسٽ_ٽراميٽڪ اسٽريس ڊس آرڊر (PTSD) اوبسيشنل ڪمپلسوِ ڊس آرڊر(OCD) . هي ٿراپي تمام ڪارائتي ڪوٺي ويندي آهي هن ٿراپي جو خالق بيڪ ۽ ايلس آهن.

2. نفسياتي ٿراپي(Psychodynamic Therapy)

نفسياتي ٿراپي (Psychodynamic Therapy) جو بنياد سگمنڊ فرائيڊ جي نظريي تي آهي، جيڪو چوي ٿو تہ: ماضيءَ جا تجربا، بالڪپڻ جون يادون، ۽ لاشعوري خيال فرد جي نفسياتي صحت تي اثر وجهن ٿا. Psychodynamic Therapy ڪيئن ڪم ڪري ٿي مريض جي لاشعوري مسئلن کي ظاهر ڪري، مريض کي پنهنجي احساسن کي سمجهڻ ۽ انهن تي ڪنٽرول حاصل ڪرڻ سيکاري ٿي. بالڪپڻ جي تجربن کي نفسياتي مسئلن سان ڳنڍي، انهن جو حل پيش ڪري ٿي. هي ٿراپي هيٺين بيمارين لاءِ مفيد آهي: ڊپريشن ۽ بيچيني، شخصيت جون بيماريون (Personality Disorders) صدمن کانپوءِ ٿيندڙ نفسياتي مسئلا وغيره.

3. انسان دوستي تي ٻڌل ٿراپي(Humanistic Therapy)

هي ٿراپي ڪارل راجرز (Carl Rogers) جي نظريي تي ٻڌل آهي، جنهن جو خيال آهي تہ هر فرد ۾ ذاتي ترقي ۽ نفسياتي بهتري لاءِ قدرتي صلاحيت هوندي آهي.Humanistic Therapy ڪيئن ڪم ڪري ٿي؟ مريض کي پاڻ کي بهتر سمجهڻ ۽ پنهنجين صلاحيتن تي اعتماد حاصل ڪرڻ ۾ مدد ڏئي ٿي، علاج ڪندڙ ماهر، مريض کي بنا ڪنهن جهجهڪ جي ٻُڌي، ان جي جذباتي اظهار جي همٿ افزائي ڪندو آهي. هي طريقو خاص طور تي انهن ماڻهن لاءِ فائديمند آهي، جيڪي ذاتي سڃاڻپ (Self_identity) يا زندگي جي مقصد بابت مونجهاري جو شڪار هجن. هي ٿراپي هيٺين بيمارين لاءِ

مفيد آهي. ذاتي سڃاڻپ جا مسئلا ڊپريشن ۽ جذباتي عدم استحڪام، خوداعتمادي جي ڪوٽ وغيره.

4. **گروپ ٿراپي**(Group Therapy)

گروپ ٿراپي ۾ مريضن کي هڪ گروپ جي صورت ۾ گڏ ڪيو ويندو آهي، جتي اهي پنهنجا تجربا ونڊ ڪندا آهن ۽ هڪ ٻئي کان سکڻ جو موقعو ملندو آهي. Group Therapy ڪيئن ڪم ڪري ٿي؟ ماڻهو پاڻ کي اڪيلو محسوس نه ڪندا آهن، چو ته انهن سان ملندڙ جلندڙ مسئلا ٻين مريضن وٽ به هوندا آهن، مريض هڪ ٻئي جي تجربن مان سبق حاصل ڪندا آهن. نفسياتي ماهر گروپ سيشن دوران مثبت تبديليون آڻڻ لاءِ هدايت ڪندو آهي. هي ٿراپي هيٺين بيمارين لاءِ مفيد آهي، منشيات جي عادتن جو علاج PTSD (Substance Abuse) ۽ ڊپريشن، سماجي بيچيني (Social Anxiety) وغيره.

5. **فيملي ٿراپي**(Family Therapy)

ڪڏهن ڪڏهن نفسياتي مسئلا فرد کان وڌيڪ، پوري خاندان جي لاڳاپن سان جڙيل هوندا آهن. فيملي ٿراپي ۾ خاندان جي سمورن ميمبرن کي علاج جو حصو بڻايو ويندو آهي. Family Therapy ڪيئن ڪم ڪري ٿي؟ خاندان جي فردن جي وچ ۾ مواصلات کي بهتر بڻائي، گهر جي مسئلن کي حل ڪرڻ لاءِ گڏيل ڪوشش کي هٿي ڏئي، خاص طور تي انهن ڪيسن ۾ ڪارائتي آهي، جتي مريض جي نفسياتي حالت خاندان جي لاڳاپن سبب متاثر ٿي رهي هجي. هي ٿراپي هيٺين بيمارين لاءِ مفيد آهي: شادي ۽ خاندان جا مسئلا، ٻارن جا نفسياتي مسئلا، منشيات جي عادت وارن لاءِ سپورٽ سسٽم طور ڪم ڪري ٿي.

6. **ميوزڪ ٿراپي**(Music Therapy)

ميوزڪ ٿراپي موسيقي کي استعمال ڪندي نفسياتي بهتري لاءِ مدد ڏئي ٿي. هي ٿراپي خاص طور تي انهن ماڻهن لاءِ مفيد آهي، جيڪي جذباتي يا ذهني دٻاءُ جو شڪار آهن. Music Therapy ڪيئن ڪم ڪري ٿي؟

موسيقي ٻڌڻ، وڄائڻ يا ڳائڻ سان جذباتي استحڪام پيدا ٿئي ٿو. مريض جي احساسن کي اظهار ڪرڻ ۾ مدد ملي ٿي. ذهني سڪون ۽ پرسڪون ماحول فراهم ڪري ٿي. هي ٿراپي هينئن نفسياتي بيمارين لاءِ مفيد آهي PTSD ۽ ڊپريشن، نفسياتي دٻاءُ ۽ بيچيني، الزائمر ۽ ڊيمينشيا وغيره.

7. آرٽ ٿراپي (Art Therapy)

آرٽ ٿراپي ۾ رنگن، تصويرون، ۽ تخليقي سرگرمين کي استعمال ڪري مريض جي نفسياتي بهتري تي ڪم ڪيو ويندو آهي. Art Therapy ڪيئن ڪم ڪري ٿي؟ مريض کي جذباتي اظهار جو موقعو ڏئي ٿي، نفسياتي دٻاءُ ۽ پريشاني گهٽائي ٿي. تخليقي صلاحيتن کي وڌائڻ سان پاڻ تي اعتماد وڌائي ٿي .هينئن بيمارين لاءِ مفيد آهي PTSD ۽ جذباتي صدمو، نفسياتي بيچيني، مختلف شخصي بي ترتيبي جي خرابي وغيره.

8. رائيٽنگ ٿراپي (Writing Therapy)

رائيٽنگ ٿراپي هڪ نفسياتي ۽ جذباتي علاج جو طريقو آهي، جنهن ۾ ماڻهو پنهنجي احساسن، خيالن ۽ تجربن کي لکڻ ذريعي ظاهر ڪندو آهي. هي ٿراپي خاص طور تي انهن ماڻهن لاءِ ڪارآمد ثابت ٿيندي آهي، جيڪي ذهني دٻاءُ، پريشاني، اداسي، صدمو يا ٻين نفسياتي مسئلن سان وڙهي رهيا هوندا آهن. لکڻ جو عمل هڪ محفوظ جاءِ فراهم ڪندو آهي، جتي ماڻهو پنهنجي اندر جي ڳالهين کي سمجهي سگهي ٿو ۽ پنهنجي احساسن کي ترتيب ڏئي لکي سگهي ٿو. رائيٽنگ ٿراپي جي اهميت احساسن کي سمجهڻ ۽ ظاهر ڪرڻ، لکڻ سان ماڻهو پنهنجي اندر جي انتشار، خوف، ۽ خوشيءَ کي واضح طريقي سان بيان ڪري سگهي ٿو، جيڪو زباني اظهار کان وڌيڪ مؤثر ٿي سگهي ٿو. لکڻ سان ذهني دٻاءُ ۽ پريشاني ۾ گهٽتائي اچي ٿي، لکڻ سان منفي احساسن جي شدت گهٽجي ٿي، ڇو ته ماڻهو انهن کي ٻاهر ڪڍي ٿو ۽ انهن تي سوچڻ جو موقعو ملندو آهي. خود دريافت ۽ خود سمجهه رائيٽنگ ٿراپي سان ماڻهو پنهنجي سوچن کي بهتر سمجهي سگهي ٿو، جنهن سان خوداعتمادي وڌي ٿي ۽ فيصلن ڪرڻ ۾ آساني ٿيندي آهي. صدمن (Trauma) کان نجات، ماضي جي ڏکين حالتن، جهڙوڪ ڪنهن ويجهي

ماڻهو جي وچوڙي، ڪنهن سان ناانصافي ٿيڻ، يا ڪنهن صدمو ڏيندڙ واقعي ڪانپوءِ، لکڻ سان انهن جذبن کي بيان ڪرڻ ۾ مدد ملي ٿي، جنهن سان دل جو بار هلڪو ٿيندو آهي. جڏهن ماڻهو پنهنجي مسئلن کي لکڻ شروع ڪندو آهي، تہ انهن جا مختلف پاسا سامهون ايندا آهن، جنهن سان نوان حل ۽ متبادل طريقا نظر ايندا آهن. لکڻ جو عمل يادگيري بهتر ڪرڻ ۽ ذهن کي ترتيب ڏيڻ ۾ مدد ڏيندو آهي، جنهن سان ياداشت بهتر ٿيندي آهي. ذهني ۽ جذباتي نشونما پڻ ٿيندي آهي. ماڻهو لکڻ دوران پنهنجي سوچن جو تجزيو ڪندو آهي، جنهن سان هو پنهنجي نفسياتي ۽ جذباتي واڌاري لاءِ نيون راهون ڳولي سگهي ٿو. رائيٽنگ ٿراپي جا طريقا جرنل لکڻ (Journal Writing)، روزانو پنهنجي خيالن، احساسن ۽ ڏينهن جي واقعن کي لکڻ، پاڻ ڏانهن، خط لکڻ (Letter Writing) ، ڪنهن پيار واري ماڻهو ڏانهن يا ڪنهن سان ڳالهائڻ بنا لکيل خط، شاعري ۽ کهاڻيون (Poetry & Story Writing): تخليقي انداز ۾ پنهنجن احساسن کي شاعري يا کهاڻين جي شڪل ۾ بيان ڪرڻ، لسٽون ٺاهڻ (Making Lists): شڪرگذاري جي لسٽ، مقصدن جي لسٽ يا انهن شين جي لسٽ جيڪي خوشي ڏين ٿيون Guided Writing . Prompts: اهڙن سوالن تي لکڻ جيڪي نفسياتي سڌاري ۾ مدد ڏين.

9. سيڪس ٿراپي اهميت، تاريخ، ۽ اثرات

سيڪس ٿراپي (Sex Therapy) هڪ خاص نفسياتي ۽ طبي علاج جو طريقو آهي، جيڪو فردن ۽ جوڙن کي سندن جنسي مسئلا سمجهڻ ۽ حل ڪرڻ ۾ مدد لاءِ تيار ڪيو ويو آهي. ان جو بنيادي مقصد فرد جي نفسياتي، جسماني، ۽ جذباتي صحت کي بهتر بڻائڻ آهي تہ جيئن هوءَ يا هو پنهنجي جنسي زندگي مان مطمئن رهي سگهي. سيڪس ٿراپي جي اهميت، نفسياتي دباءُ ۽ پريشاني گهٽائڻ ڪيترين ئي نفسياتي حالتون، جهڙوڪ اينزائٽي (Anxiety)۽ ڊپريشن(Depression) ، فرد جي جنسي زندگيءَ تي اثر وجهن ٿيون. سيڪس ٿراپي انهن مسئلن کي حل ڪرڻ ۾ مدد ڪري ٿي، ۽ اعتماد کي وڌائيندي آهي. رشتي ۾ بهتري آڻڻ، ڪيترا جوڙا جنسي ناهمواري، لاپرواهي يا غلط فهميءَ سبب رشتي ۾ تڪرار جو شڪار ٿين ٿا. سيڪس

ٿراپي ذريعي جوڙا هڪٻئي جي ضرورتن کي بهتر سمجهي سگهن ٿا، جيڪا رشتي کي مضبوط ڪرڻ ۾ مدد ڏئي ٿي. جسماني مسئلن جو حل، ڪيترا ئي جسماني مسئلا، جهڙوڪ مردن ۾ نامردي (Erectile Dysfunction) ۽ عورتن ۾ واگينزمس (Vaginismus)، جي علاج سيڪس ٿراپي ذريعي ٿي سگهي ٿو. هن ٿراپي ۾ ماهر نفسيات طبي نقطہ نظر سان بہ مسئلا حل ڪن ٿا، جنسي تعليم ۽ ڄاڻ وڌائڻ، ڪيترا ماڻهو جنسي مسئلن تي ڳالهائڻ ۾ شرمائيندا آهن، سيڪس ٿراپي هڪڙو محفوظ ماحول مهيا ڪري ٿي، جتي فرد پنهنجي مسئلن تي آزادانہ ڳالهائي سگهن ٿا ۽ صحيح ڄاڻ حاصل ڪري سگهن ٿا. ٽراما (Trauma) ۽ جنسي بدسلوڪي جا اثر گهٽائڻ، مثال: ڪجهہ ماڻهو ننڍپڻ جي جنسي بدسلوڪي، جنسي حملن، يا زبردستي جي تجربي مان گذريا هوندا آهن. سيڪس ٿراپي اهڙن ماڻهن کي جذباتي طور تي شفا ڏيڻ ۾ مدد ڪندي آهي.

سيڪس ٿراپي جي تاريخ ۽ ايجاد:

سيڪس ٿراپي جي موجوده شڪل 20 هين صديءَ ۾ ترقي ڪئي، پر ان جا بنياد قديم نفسياتي ۽ طبي علاج جي تاريخ ۾ ملن ٿا. جنسي نفسيات سيڪس ٿراپي جو بنياد 19 هين صديءَ ۾ سگمنڊ فرائيڊ (1939_1856) جي نظرين تي رکيو ويو. هن جنسي خواهشن، جنسي دٻاءُ، ۽ نفسياتي مسئلن جي لاڳاپن تي بحث ڪيو. ماسترز ۽ جانسن (Masters & Johnson) جي تحقيق 1950ع 1960 ع ۾ ڊاڪٽر وليم ماسترز (William Masters) ۽ ورجينا جانسن (Virginia Johnson) سيڪس ٿراپي کي جديد سائنسي بنيادن تي پيش ڪيو. انهن جنسي ردعمل (Sexual Response Cycle) تي تحقيق ڪئي ۽ جوڙن لاءِ مختلف ٿراپين جا طريقا تيار ڪيا. انهن جي ڪم سبب سيڪس ٿراپي هڪ باقاعدي علاج بڻجي ويو. هيلين سينگر ڪيپلن 1970 (Helen Singer Kaplan) ع ۾، هيلين سينگر ڪيپلن سيڪس ٿراپي کي وڌيڪ جديد طريقي سان پيش ڪيو. هن جنسي علاج ۾ نفسياتي علاج (Psychotherapy) ۽ طبي علاج (Medical Treatment) کي گڏ ڪيو. جنهن سان ٿراپي وڌيڪ اثرائتي بڻجي وئي. جديد دور جي سيڪس ٿراپي، اڄڪلهہ سيڪس ٿراپي نفسياتي، طبي، ۽ سماجي نقطہ نظر سان ترقي

ڪري چڪي آهي. ان ۾ سائڪولوجسٽ، سيڪس ٿراپسٽ، ۽ طبي ماهر گڏجي ڪم ڪن ٿا. ان کان علاوه، آن لائن سيڪس ٿراپي به مقبول ٿي رهي آهي، جيڪا ماڻهو گهر ويٺي حاصل ڪري سگهن ٿا

سيڪس ٿراپي جا طريقا:

سيڪس ٿراپي ۾ مختلف طريقا استعمال ڪيا وڃن ٿا، جن مان ڪجھ مشهور طريقا هي آهن، ڪائونسلنگ (Counseling) فردن يا جوڙن سان ڳالھ ٻولھ ذريعي مسئلن کي سمجھڻ ۽ حل ڪرڻ، سنسيشن فوڪسڊ ٿراپي (Sensate Focus Therapy) ، جسماني رابطي ۽ اعتماد کي وڌائڻ لاءِ خاص مشقون، ذهني مشقون (Mindfulness & Relaxation Techniques) ذهني دٻاءُ گھٽائڻ ۽ جنسي اطمينان وڌائڻ لاءِ طريقا، دوائن جو استعمال (Medication & Hormonal Therapy)جيڪڏهن ضرورت پوي تہ طبي علاج ۾ شامل ڪيو وڃي ٿو. سيڪس ٿراپي فردن ۽ جوڙن جي جنسي صحت ۽ ذهني سکون لاءِ انتهائي اهم آهي. جديد دور ۾، جنسي مسئلن تي کليل نموني ڳالهائڻ ۽ پيشورانہ مدد ونڻ قبوليت حاصل ڪري رهي آهي. سيڪس ٿراپي نہ رڳو جنسي صحت کي بهتر بڻائي ٿي، پر نفسياتي ۽ جذباتي خوشحالي لاءِ ۾ ضروري آهي. اڇڪلھ، جنسي صحت بابت ڄاڻ حاصل ڪرڻ ۽ ماهرن سان صلاح مشورا ڪرڻ عام ٿي رهيو آهي، جيڪو سماج لاءِ هڪ مثبت تبديلي آهي.

10. نفسيات ۾ سائڪو ٿراپي جي اهميت

سائڪو ٿراپي (Psychotherapy) هڪ علمي ۽ طبي طريقو آهي، جيڪو فرد جي ذهني، جذباتي، ۽ روحاني صحت کي بهتر بڻائڻ لاءِ استعمال ڪيو ويندو آهي. هي طريقو نفسياتي مسئلن کي حل ڪرڻ، جذباتي توازن برقرار رکڻ، ۽ شخصيت جي ترقي ۾ اهم ڪردار ادا ڪندو آهي. سائڪو ٿراپي مختلف نفسياتي حالتن جهڙوڪ ڊپريشن، پريشاني، ٽراما ۽ شخصيت جي خرابين جي علاج لاءِ استعمال ٿيندي آهي. سائڪو ٿراپي ڇا آهي سائڪو ٿراپي جو مطلب آهي "نفسياتي علاج" يا "ذهني علاج"، جنهن ۾ هڪ تربيت يافتہ معالج (Therapist) مريض سان ڳالھ ٻولھ ڪري ان جي

نفسياتي مسئلن کي سمجهي ٿو ۽ ان کي حل ڪرڻ لاءِ مناسب طريقا مهيا ڪري ٿو. هي طريقو دوا کان سواءِ، صرف ٻالهائڻ، مشقون ڪرڻ، ۽ سوچڻ جي انداز کي تبديل ڪرڻ جي مدد سان فرد جي بهتري تي ڌيان ڏيئي ٿو. سائڪو ٿراپي ماڻهن جي ذهني صحت کي بهتر بڻائي ٿي. جيڪي ماڻهو ڊپريشن، پريشاني، يا ٻين نفسياتي مسئلن ۾ مبتلا هوندا آهن، اهي هن ٿراپي ذريعي پنهنجي مسئلن کي سمجهي سگهن ٿا ۽ انهن کي منهن ڏيڻ جا بهتر طريقا اختيار ڪري سگهن ٿا.

جذباتي توازن حاصل ڪرڻ:

ڪڏهن ڪڏهن ماڻهو پنهنجا احساس صحيح طريقي سان ظاهر نٿا ڪري سگهن، جنهن سبب انهن منجهه بيچيني، غصو يا اداسي وڌي ويندي آهي. سائڪو ٿراپي ذريعي ماڻهو پنهنجي جذبن کي سمجهي سگهن ٿا ۽ انهن کي بهتر طريقي سان ظاهر ڪرڻ سکي سگهن ٿا. دٻاءُ ۽ پريشاني کي گهٽائڻ گهٽي محنت، تعلقات جا مسئلا، مالي پريشانيون، يا ٻين سببن جي ڪري ماڻهو دٻاءُ جو شڪار ٿي سگهن ٿا. سائڪو ٿراپي ماڻهن کي سيکاري ٿي ته هو دٻاءُ کي ڪيئن سنيالي سگهن ٿا ۽ پنهنجي زندگي ۾ توازن ڪيئن آڻي سگهن ٿا. ڪيترن ئي ماڻهن کي سندن ماضي ۾ ڪنهن تڪليف ڏينڌڙ واقعي جو اثر ٿيو هوندو، جيڪو سندن زندگي تي اثرانداز ٿيندو آهي. سائڪو ٿراپي اهڙن ماڻهن جي مدد ڪري ٿي ته هو پنهنجن تجربن کي سمجهن، انهن سان منهن ڏين، ۽ اڳتي وڌن. سائڪو ٿراپي جو هڪ اهم فائدو اهو آهي ته اها ماڻهن کي سيکاري ٿي ته هو ٻين سان بهتر لاڳاپا ڪيئن جوڙي سگهن ٿا. خاص طور تي شادي شده جوڙن، خاندان جي فردن، ۽ دوستن جي وچ ۾ لاڳاپن کي مضبوط ڪرڻ لاءِ ٿراپي هڪ اهم ڪردار ادا ڪري سگهي ٿي.

نفسياتي بيمارين جي علاج لاءِ مختلف قسم جون ٿراپيون موجود آهن، ۽ هر مريض جي ضرورت مطابق مختلف طريقا اختيار ڪيا ويندا آهن. CBT ۽ Psychodynamic Therapy سڀ کان عام ۽ مؤثر طريقا آهن، جڏهن ته Art Therapy ، Music Therapy ۽ Family Therapy خاص حالتن ۾ وڌيڪ اثرائتيون ثابت ٿين ٿيون. جيڪڏهن ڪو ماڻهو نفسياتي بيماري جو

شڪار هجي، ته ڪنهن ماهر نفسيات کان مناسب ٿراپي لاءِ مشورو ونڊ بهتر رهندو.

Reference

Minkel, Jared D.; Krystal, Andrew D.; Benca, Ruth M. (2017). "Unipolar Major Depression". In Kryger, Meir; Roth, Thomas; Dement, William C. (eds.). Principles and Practice of Sleep Medicine (6th ed.). Philadelphia, PA: Elsevier. pp. 1352–1362. ISBN 978-0-323-24288-2. Retrieved 12 May 2021.

Shorter, Edward (January 1996). "The beginning of psychopharmacology: Deep-sleep therapies". European Psychiatry. 11: 236s. doi:10.1016/0924-9338(96)88707-4. S2CID 144323687.

Schwartz, Jeremy. "5 Reasons to Consider Group Therapy". U.S. News & World Report. Archived from the original on 22 July 2017. Retrieved 12 April 2021.

Hansoti, B., Aluisio, A. R., Barry, M. A., Davey, K., Lentz, B. A., Modi, P., ... & Global Emergency Medicine Think Tank Clinical Research Working Group. (2017). Global health and emergency care: defining clinical research priorities. Academic Emergency Medicine, 24(6), 742-753.

"therapy | Search Online Etymology Dictionary". www.etymonline.com

Buttorff, C., Heins, S.E. & Al-Ibrahim, H. Comparison of definitions for identifying urgent care centers in health insurance claims. Health Serv Outcomes Res Method 21, 229–237 (2021).

ChetGbt through trophies definition 1.3

Friedlander, David F. MD, MPH∗,†; Krimphove, Marieke J. MD; Cole, Alexander P. MD∗; Marchese, Maya MS∗; Lipsitz, Stuart R. ScD; Weissman, Joel S. PhD; Schoenfeld, Andrew J. MD, MSc; Ortega, Gezzer MD, MPH; Trinh, Quoc-Dien MD. Where Is the Value in Ambulatory Versus Inpatient Surgery?. Annals of Surgery 273(5):p 909-916, May 2021. | DOI: 10.1097/SLA.0000000000003578

مدهوش ميرَ چا آهي؟ سا ڳالهه به هڪ نفسياتي موضوع آهي ته صحيح! منهنجي عادت رهي آهي ته نندپڻ ۾ رئيس آمروهي جي ڪتابن جي زيرِ اثر رهڻ ڪري، هپناٽزم، ٽيلي پيٿي، شمع بيني وغيره جون مَشقون ڪرڻ سبب هر نئين ملاقاتيءَ جو نفسياتي تجزيو ڪرڻ، ان کي سمجهڻ ۽ ذهني پهچ جو اندازو ڪرڻ منهنجي عادت رهي آهي. مدهوش سان پهرين ملاقات سنگتي جنيد ميراڻي معرفت ٿي ۽ پوءِ دل جا دروازا ۽ حجاب کلندا ويا. مدهوش نالي جو مدهوش ۽ دراصل هڪ ذي هوش ۽ حساس ماڻهو آهي. گنهيرتا ۽ سنجيدگي سندس طبيعت جو حصو آهي. شعور جي ان بلند سطح تي پهتل هي اسان جو دوست مون کي ڪڏهن ڪڏهن ٽالسٽائي جيان ڳوڙهو ۽ سماج ساز لڳندو آهي جنهن جي ناولن ۾ ان دور جي روسي سماج جو سماجي معاشي ۽ نفسياتي تجزيو حيران ڪندڙ آهي. بطور هڪ روشن خيال انسان مدهوش ميرَ سماج ڏانهن ذميوار رويو رکندڙ ماڻهو آهي. ادب دوستي ۽ انسان دوستي سندس فطرت جو حصو آهي. جيئندو رهي، پيئندو رهي مدهوش ٿئي ڪٽي، ليڪن دوش ڏيندو رهي.

ڊاڪٽر سڪندر نائچ

Parkash Karmwani

Rs: 400.00

VIDYA PUBLICATION