मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का अर्थ व परिभाषा
(Meaning and Definition of Mental Hygiene)

सफल समायोजन के लिये व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य का अच्छा होना परमावश्यक है। अच्छे मानसिक स्वास्थ्य वाला व्यक्ति ही अपने पर्यावरण से भली प्रकार समायोजन करके अपने जीवन को सुखी और सम्पन्न बना सकता है। व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को अच्छा बनाये रखने, उसके मानसिक रोगों को दूर करने और इन रोगों की रोकथाम के उपाय बतलाने वाला विज्ञान ही मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान कहलाता है। जिस प्रकार शारीरिक स्वास्थ्य विज्ञान का सम्बन्ध शरीर से है, उसी प्रकार मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का सम्बन्ध मस्तिष्क से है। मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान में ऐसे मनोवैज्ञानिक नियमों का अध्ययन किया जाता है, जो व्यक्ति को पर्यावरण के साथ समायोजन करना सिखाते हैं और उसको मानसिक, संवेगात्मक तथा शारीरिक रोगों व दोषों से बचाते हैं। विभिन्न मनोवैज्ञानिकों ने अपने-अपने विचारानुसार मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान की परिभाषाएँ दी हैं, जिनमें से कुछ इस प्रकार हैं—

हैडफील्ड (Hadfield)— *"मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का कार्य मानसिक स्वास्थ्य का रख-रखाव तथा व्यक्तियों को मानसिक अव्यवस्था से बचाना है।"*

"Mental Hygiene is concerned with the maintenance of mental health and prevention of mental disorders."

ड्रेवर (Drever)— *"मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का अर्थ है—मानसिक स्वास्थ्य के नियमों की खोज करना और उसके संरक्षण के उपाय करना।"*

"Mental Hygiene means investigation of the laws of mental health and the taking of measures for its prevention."

वालेन (Wallan)— *"मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के अन्दर मनोविज्ञान, बाल-अध्ययन, शिक्षा शास्त्र, समाज शास्त्र, मनोविकृति, चिकित्सा तथा जीव-विज्ञान से प्राप्त ज्ञान एवं प्रविधियों का इस प्रयोजन से व*

Scanned with CamScanner

व्यवहार किया जाता है कि (अ) व्यक्ति एवं समाज के मानसिक स्वास्थ्य की रक्षा तथा विकास किया जा सके, और (ब) सामान्य एवं गम्भीर मानसिक रोगों तथा मानसिक और शैक्षिक समायोजन दोषों की रोकथाम और उपचार हो सके।"

"Mental Hygiene represents the application of a body of hygienic information and technique, pulled from the sciences of psychology, child-study, education, Sociology, for the purpuse of (a) of prevention and imporvement of the mental health of the individual and of the community, and (b) for the prevention and cure of minor and major mental diseases and defects of mental, educational maladjustment."

शेफर (Shaffer)—"मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान व्यापक रूप से सभी व्यक्तियों के लिए कुछ-न-कुछ अर्थ रखता है। मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का उद्देश्य प्रत्येक व्यक्ति को एक अधिक पूर्ण, सुखी समायोजित और प्रभावकारी अस्तित्व प्राप्त करने में सहायता करना है।"

"Mental Hygiene has implication for all persons in the broad sense, the aim of mental Hygiene is to assist every individual in the attainment of a fuller, happier, more harmonious and more effective existence."

लैण्डिस एवं बोल्स (Landis and Bolies)—"मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान, मानसिक स्वास्थ्य की रोकथाम या आरोग्य अथवा दोनों के उपायों का क्रमबद्ध प्रयोग है।"

"Mental hygiene is the systematic practice of measures for the prevention and or restoration of mental health."

जे०डी० पेज (J.D. Page)—"मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान एक शिक्षा आन्दोलन है जिसका सम्बन्ध स्नायुविक तथा मानसिक विकृतियों के निरोग और निराकरण तथा स्वास्थ्य व्यक्तित्व विकास से है जिससे अधिकाधिक कार्यक्षमता और सुख की प्राप्ति हो।

"Mental hygiene is an educational movement concerned with the prevention and treatment of nervous and mental disoders, and the development of wholesome, personalities for maximum efficiency and happiness."

डब्ल्यू०आई० कोवाइल (W.I. Couvile)—"मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान में वे सभी साधन आते हैं जिनकी सहायता से उपयुक्त रोकथाम और प्रारम्भिक उपचार के द्वारा मानसिक रोग की घटनाओं को कम किया जाता है तथा लोगों के स्वास्थ्य को बढ़ाया जाता है।"

"Mental hygiene consists of measures to reduce, the incidences of mental illness through prevention and early treatment and to promote mental health."

क्रो एवं क्रो (Crow & Crow)—"मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान वह विज्ञान है, जिसका सम्बन्ध मानव-कल्याण से है और जो मानव-सम्बन्धों के सभी क्षेत्रों को प्रभावित करता है।"

"Mental hygiene is a science that deals with the human welfare and pervades all fields of human relationships."

Scanned with CamScanner