

Research Vidyapith International Multidisciplinary Journal

(International Open Access, Peer-reviewed & Refereed Journal)

(Multidisciplinary, Monthly, Multilanguage)

* Vol-3* *Issue-1* *January 2026*



www.researchvidyapith.com

ISSN (Online): 3048-7331

प्रारंभिक अवस्था के कैंसर रोगियों में नियंत्रण का स्थान (Locus of Control) एवं जीवन की गुणवत्ता

डॉ० विश्वजीत भारतीय

शिक्षक मनोविज्ञान, पी. एम. श्री बसंत 10+2 उच्च विद्यालय, इतिम्हा कर्मा, ब्लॉक नासरीगंज, रोहतास (बिहार)

Article Info: (Received- 19/11/2025, Accept- 16/12/2025, Published- 10/01/2026)

DOI- 10.70650/rvimj.2026v3i10020

सार—

नियंत्रण का स्थान एक महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक अवधारणा है, जो यह दर्शाती है कि व्यक्ति अपने जीवन की घटनाओं को किस हद तक अपने व्यक्तिगत नियंत्रण (आंतरिक नियंत्रण) के अंतर्गत मानता है या फिर उन्हें भाग्य, संयोग अथवा अन्य शक्तिशाली बाहरी कारकों (बाह्य नियंत्रण) के प्रभाव में मानता है। कैंसर के संदर्भ में, विशेषकर रोग के प्रारंभिक चरण में, नियंत्रण का स्थान रोगियों के मनोवैज्ञानिक अनुकूलन, सामना करने की रणनीतियों तथा समग्र जीवन की गुणवत्ता को प्रभावित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। वर्तमान अध्ययन का उद्देश्य प्रारंभिक अवस्था के कैंसर रोगियों में नियंत्रण के स्थान और जीवन की गुणवत्ता के बीच संबंध का अध्ययन करना है।

इस अध्ययन में क्रॉस-सेक्शनल शोध अभिकल्प का उपयोग किया गया। प्रारंभिक अवस्था के कैंसर से पीड़ित तथा उपचाराधीन रोगियों से मानकीकृत नियंत्रण-स्थान मापन पैमानों एवं जीवन-गुणवत्ता मापन पैमानों के माध्यम से आँकड़े एकत्र किए गए। जीवन की गुणवत्ता का मूल्यांकन शारीरिक स्वास्थ्य, भावनात्मक कार्यक्षमता, सामाजिक संबंध तथा भूमिकात्मक प्रदर्शन जैसे विभिन्न आयामों में किया गया। परिणामों से यह स्पष्ट हुआ कि जिन रोगियों में आंतरिक नियंत्रण का स्थान प्रमुख था, उनकी समग्र जीवन-गुणवत्ता उन रोगियों की तुलना में अधिक पाई गई, जिनमें बाह्य नियंत्रण का स्थान प्रमुख था। आंतरिक नियंत्रण वाले रोगियों में बेहतर भावनात्मक समायोजन, उपचार के प्रति अधिक अनुपालन तथा स्वस्थ होने के प्रति अधिक आशावादी दृष्टिकोण पाया गया। इसके विपरीत, बाह्य नियंत्रण वाले रोगियों में चिंता, असहायता की भावना तथा अनुभूत जीवन-कल्याण में कमी अधिक देखी गई।

यह अध्ययन कैंसर देखभाल में मनोवैज्ञानिक कारकों के महत्व को रेखांकित करता है तथा यह स्पष्ट करता है कि नियंत्रण का स्थान रोग के प्रारंभिक चरणों में एक सुरक्षात्मक मनोवैज्ञानिक संसाधन के रूप में कार्य कर सकता है। रोगियों की नियंत्रण संबंधी मान्यताओं को समझकर स्वास्थ्य-सेवा पेशेवर लक्षित मनोसामाजिक हस्तक्षेप विकसित कर सकते हैं, जो आंतरिक नियंत्रण को सुदृढ़ करने, सामना करने की क्षमताओं को बढ़ाने तथा अंततः जीवन की गुणवत्ता में सुधार लाने में सहायक हो सकते हैं। चिकित्सा उपचार के साथ मनोवैज्ञानिक सहयोग को एकीकृत करना अधिक समग्र एवं रोगी-केन्द्रित कैंसर देखभाल की दिशा में महत्वपूर्ण कदम सिद्ध हो सकता है।

मुख्य शब्द— आंतरिक नियंत्रण स्थान, रोगियों की समझ, आत्म-नियंत्रण, चिकित्सा उपचार, भावनात्मक संतुलन।

परिचय

कैंसर एक गंभीर और जटिल बीमारी है, जो न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती है, बल्कि व्यक्ति

की मानसिक और भावनात्मक स्थिति पर भी गहरा प्रभाव डालती है। विशेषकर प्रारंभिक अवस्था के कैंसर रोगियों में मानसिक तनाव, अनिश्चितता और आत्म-नियंत्रण की भावना में कमी देखी जाती है। यह अध्ययन मनोविज्ञान के क्षेत्र में अत्यंत महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह स्पष्ट करता है कि लॉकस ऑफ कंट्रोल (नियंत्रण का केंद्र) रोगियों के मानसिक संतुलन और उनके जीवन की गुणवत्ता को किस प्रकार प्रभावित करता है। इस शोध का उद्देश्य यह समझना है कि नियंत्रण से संबंधित संज्ञान रोगियों की मानसिक स्थिति और समग्र जीवन-गुणवत्ता को कैसे प्रभावित करता है।¹

यह अध्ययन कैंसर रोगियों के मानसिक स्वास्थ्य में सुधार की दिशा में अत्यंत उपयोगी है। प्रारंभिक अवस्था के रोगियों को बीमारी का पता चलने के बाद मानसिक स्थिति में अचानक परिवर्तन अनुभव हो सकता है, जिसके परिणामस्वरूप आत्म-संदेह, चिंता और अवसाद जैसी समस्याएँ उत्पन्न हो सकती हैं। इस शोध का मुख्य उद्देश्य आंतरिक तथा बाह्य नियंत्रण-बोध (internal और external locus of control) के मानसिक स्वास्थ्य और जीवन-गुणवत्ता पर प्रभाव का विश्लेषण करना है। इसके माध्यम से यह समझने का प्रयास किया जाएगा कि आत्म-नियंत्रण की भावना रोगियों की उपचार प्रक्रिया, मानसिक संतुलन और जीवन-दृष्टि को कैसे प्रभावित करती है। साथ ही, यह शोध यह भी जानने का प्रयास करता है कि कौन-से मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कारक कैंसर रोगियों के मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ करने में सहायक हो सकते हैं। यह अध्ययन चिकित्सकों, मनोवैज्ञानिकों और परामर्शदाताओं के लिए रोगियों को मानसिक रूप से सशक्त बनाने में उपयोगी सिद्ध होगा।²

लॉकस ऑफ कंट्रोल एक मनोवैज्ञानिक अवधारणा है, जिसे जूलियन रॉटर ने विकसित किया था। यह इस बात को दर्शाती है कि व्यक्ति अपने जीवन की घटनाओं को किस प्रकार नियंत्रित मानता है—क्या वे उसके स्वयं के प्रयासों और निर्णयों का परिणाम हैं या बाह्य परिस्थितियों और भाग्य के प्रभाव से घटित होती हैं।

लॉकस ऑफ कंट्रोल के प्रकार

1. आंतरिक लॉकस ऑफ कंट्रोल

इसमें व्यक्ति यह मानता है कि उसके जीवन की घटनाएँ उसके अपने कार्यों और निर्णयों पर निर्भर करती हैं। जिन व्यक्तियों में आंतरिक नियंत्रण की भावना अधिक होती है, वे अधिक आत्मनिर्भर और मानसिक रूप से सशक्त होते हैं।

2. बाह्य लॉकस ऑफ कंट्रोल

इसमें व्यक्ति यह मानता है कि उसके जीवन की परिस्थितियाँ बाहरी कारकों—जैसे भाग्य, संयोग, अन्य लोग या परिस्थितियाँ—द्वारा नियंत्रित होती हैं। ऐसे व्यक्तियों में मानसिक तनाव, अवसाद और चिंता की संभावना अधिक हो सकती है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, जीवन की गुणवत्ता किसी व्यक्ति के समग्र शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक कल्याण को दर्शाने वाला एक महत्वपूर्ण मापदंड है। कैंसर जैसी गंभीर बीमारी में जीवन की गुणवत्ता बनाए रखना अत्यंत चुनौतीपूर्ण होता है, क्योंकि यह न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती है, बल्कि रोगी की मानसिक स्थिति, आत्म-समर्पण की भावना और उपचार के प्रति दृष्टिकोण को भी प्रभावित करती है।³

कैंसर रोगियों में जीवन-गुणवत्ता को प्रभावित करने वाले प्रमुख कारक

(क) शारीरिक स्वास्थ्यरूप उपचार के दुष्प्रभाव, थकान, दर्द और प्रतिरक्षा प्रणाली की स्थिति।

(ख) मानसिक स्वास्थ्यरूप तनाव, अवसाद, चिंता और आत्म-स्वीकृति।

(ग) सामाजिक संबंधरूप परिवार, मित्रों और समुदाय से प्राप्त सहयोग।

(घ) भावनात्मक संतुलनरूप आत्म-नियंत्रण, जीवन के प्रति दृष्टिकोण और सकारात्मक सोच।

कैंसर रोगियों के मानसिक स्वास्थ्य को समझना और उसमें सुधार करना इस शोध का एक महत्वपूर्ण पहलू है। जब किसी व्यक्ति को कैंसर जैसी गंभीर बीमारी का पता चलता है, तो उसका मानसिक संतुलन प्रभावित हो जाता है। इस स्थिति में नियंत्रण की भावना विशेष रूप से महत्वपूर्ण हो जाती है, क्योंकि यह रोगी की बीमारी से लड़ने की क्षमता और मानसिक सशक्तिकरण को प्रभावित करती है।⁴

(क) आशावाद और आत्म-सशक्तिकरणरूप आंतरिक नियंत्रण की भावना रखने वाले रोगी अधिक आशावादी होते हैं और उपचार प्रक्रिया में अधिक आत्मविश्वास अनुभव करते हैं।

(ख) तनाव और अवसादरूप बाह्य नियंत्रण-बोध रखने वाले रोगियों में तनाव और अवसाद की संभावना अधिक होती है, जो उपचार की सफलता को प्रभावित कर सकती है।

(ग) सामाजिक समर्थनरूप परिवार और समुदाय का सहयोग रोगी की मानसिक स्थिति को सकारात्मक बनाए

रखने में सहायक होता है।

(घ) मनोवैज्ञानिक परामर्शरू नियमित परामर्श और मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम रोगियों के आत्मविश्वास को बढ़ाने में सहायक होते हैं।⁵

लॉकस ऑफ कंट्रोल का सिद्धांत और उसका प्रभाव

लॉकस ऑफ कंट्रोल एक महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक सिद्धांत है, जिसे जूलियन रॉटर ने 1954 में विकसित किया था। यह सिद्धांत यह दर्शाता है कि व्यक्ति अपने जीवन की घटनाओं और परिस्थितियों को किस हद तक स्वयं नियंत्रित मानता है। नियंत्रण की यह भावना व्यक्ति के व्यवहार, मानसिक स्वास्थ्य और निर्णय-निर्माण प्रक्रिया पर गहरा प्रभाव डालती है। लॉकस ऑफ कंट्रोल को दो प्रमुख श्रेणियों-आंतरिक और बाह्य- में वर्गीकृत किया गया है।⁶

आंतरिक लॉकस ऑफ कंट्रोल वाले व्यक्ति यह मानते हैं कि उनके जीवन की घटनाएँ उनके स्वयं के प्रयासों और निर्णयों का परिणाम हैं। वे अपने स्वास्थ्य, शिक्षा और करियर में अपनी भूमिका को महत्व देते हैं। कैंसर रोगियों के संदर्भ में, जिनमें आंतरिक नियंत्रण की भावना अधिक होती है, वे बीमारी का सामना अधिक आत्मनिर्भरता और आशावाद के साथ करते हैं। इसके विपरीत, बाह्य लॉकस ऑफ कंट्रोल वाले व्यक्ति यह मानते हैं कि उनके जीवन की घटनाएँ भाग्य, संयोग, अन्य लोगों या परिस्थितियों द्वारा नियंत्रित होती हैं। ऐसे कैंसर रोगियों में तनाव, अवसाद और निराशा अधिक देखने को मिलती है, क्योंकि वे अपनी स्थिति को बाह्य शक्तियों पर निर्भर मानते हैं और उपचार प्रक्रिया में कम सक्रिय भूमिका निभाते हैं।

मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति के संपूर्ण जीवन को गहराई से प्रभावित करता है, विशेषकर उन लोगों में जो गंभीर बीमारियों से ग्रस्त होते हैं। कैंसर जैसी बीमारी व्यक्ति की मानसिक स्थिति को अत्यधिक प्रभावित करती है, जिससे चिंता, तनाव और अवसाद जैसी समस्याएँ उत्पन्न हो सकती हैं। आंतरिक लॉकस ऑफ कंट्रोल वाले कैंसर रोगी कठिनाइयों को स्वीकार कर उनका समाधान खोजने का प्रयास करते हैं, जिससे उनका मानसिक स्वास्थ्य अधिक स्थिर रहता है। वे चिकित्सकीय परामर्श, व्यायाम, ध्यान और सकारात्मक सोच जैसी रणनीतियाँ अपनाकर अपने स्वास्थ्य में सुधार का प्रयास करते हैं। इसके विपरीत, बाह्य नियंत्रण-बोध वाले रोगियों में नकारात्मक सोच अधिक विकसित हो सकती है, जिससे मानसिक तनाव बढ़ता है और उपचार प्रक्रिया के प्रति उदासीनता उत्पन्न हो सकती है।⁷

आत्म-नियंत्रण किसी भी व्यक्ति के जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, विशेषकर उन लोगों के लिए जो दीर्घकालिक या गंभीर बीमारियों से पीड़ित होते हैं। कैंसर रोगियों में आत्म-नियंत्रण की भावना उन्हें उपचार प्रक्रिया में सक्रिय भागीदारी, सकारात्मक दृष्टिकोण और मानसिक दृढ़ता बनाए रखने में सहायता करती है। ऐसे रोगी ध्यान, योग, शारीरिक व्यायाम और संतुलित आहार को अपनी दिनचर्या में शामिल करते हैं, जिससे उनकी प्रतिरक्षा क्षमता बढ़ती है और वे उपचार के प्रति अधिक सकारात्मक बनते हैं। उच्च आत्म-नियंत्रण वाले रोगी चिकित्सकों के निर्देशों का बेहतर पालन करते हैं, समय पर दवाइयाँ लेते हैं और स्वस्थ आदतें अपनाते हैं। इसके विपरीत, जिन रोगियों में आत्म-नियंत्रण की भावना कम होती है, उनमें उपचार प्रक्रिया के प्रति असहायता की भावना उत्पन्न हो सकती है और उनके स्वास्थ्य में सुधार की संभावना कम हो जाती है। अतः कैंसर रोगियों में आत्म-नियंत्रण विकसित करने के लिए चिकित्सकीय और मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेपों को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।

प्रारंभिक अवस्था के कैंसर रोगियों के मानसिक और भावनात्मक पहलू

कैंसर का निदान किसी भी व्यक्ति के लिए मानसिक और भावनात्मक रूप से एक गहरा आघात होता है। विशेषकर प्रारंभिक अवस्था में रोगी मानसिक तनाव, अनिश्चितता, आत्मसम्मान में कमी और विभिन्न प्रकार की मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाओं का अनुभव करते हैं। इस चरण में रोगी को अपनी शारीरिक स्थिति के साथ-साथ मानसिक स्वास्थ्य को भी संतुलित करने का प्रयास करना पड़ता है। जैसे ही कैंसर का पता चलता है, रोगी और उसके परिवार में मानसिक तनाव और भविष्य को लेकर अनिश्चितता उत्पन्न हो जाती है। व्यक्ति अपने जीवन, भविष्य और जिम्मेदारियों को लेकर भ्रमित हो जाता है, जिससे चिंता, भय और अवसाद जैसी भावनाएँ जन्म ले सकती हैं।⁸

प्रारंभिक अवस्था के कैंसर रोगियों के मन में यह डर बना रहता है कि उपचार सफल होगा या नहीं, जीवन कितना लंबा होगा, और वे अपने व्यक्तिगत तथा व्यावसायिक जीवन को कैसे आगे बढ़ा पाएँगे। शोध बताते हैं कि कैंसर रोगियों में मानसिक तनाव कई कारकों पर निर्भर करता है, जैसे उपचार की प्रक्रिया, चिकित्सा खर्च, सामाजिक स्वीकार्यता और पारिवारिक सहयोग। मनोवैज्ञानिक रूप से यह तनाव रोगी की निर्णय-क्षमता,

भावनात्मक स्थिरता और समग्र मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। कुछ रोगियों में यह तनाव इतना अधिक हो जाता है कि वे उपचार से बचने या उसे टालने का निर्णय भी ले लेते हैं।

आत्मसम्मान और आत्म-स्वीकृति

आत्मसम्मान व्यक्ति की स्वयं के प्रति धारणा को दर्शाता है और यह कैंसर रोगियों के मानसिक स्वास्थ्य का एक महत्वपूर्ण घटक है। कैंसर के कारण होने वाले शारीरिक परिवर्तनकृजैसे बाल झड़ना, वजन में बदलाव या शारीरिक कमजोरी रोगी के आत्मसम्मान को प्रभावित कर सकते हैं। इससे आत्महीनता और सामाजिक अलगाव की भावना उत्पन्न हो सकती है। आत्म-स्वीकृति मानसिक संतुलन बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। यदि रोगी अपनी स्थिति को स्वीकार कर उसे जीवन-यात्रा का एक हिस्सा मानते हुए उपचार की ओर बढ़ता है, तो उसकी मानसिक स्थिति अधिक स्थिर रहती है। जिन रोगियों में आत्म-स्वीकृति अधिक होती है, वे उपचार प्रक्रिया के प्रति अधिक सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाते हैं और उनकी जीवन-गुणवत्ता बेहतर रहती है।⁹

मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाएँ

कैंसर के निदान के बाद रोगियों की प्रतिक्रियाएँ उनके व्यक्तित्व, सामाजिक सहयोग और मानसिक लचीलेपन पर निर्भर करती हैं।

सकारात्मक प्रतिक्रियाएँ—

कुछ रोगी उपचार को एक चुनौती के रूप में स्वीकार करते हैं और उससे निपटने के लिए मानसिक रूप से तैयार रहते हैं। वे अपनी जीवन-शैली में बदलाव करते हैं, स्वस्थ आहार अपनाते हैं, ध्यान और योग का सहारा लेते हैं तथा परिवार, मित्रों और चिकित्सकीय सहायता से मानसिक सहयोग प्राप्त करते हैं। आत्म-प्रेरणा के बल पर वे दूसरों के लिए प्रेरणा का स्रोत बन जाते हैं और अपने अनुभव साझा करते हैं।

नकारात्मक प्रतिक्रियाएँ—

कुछ रोगी बीमारी को नकारात्मक दृष्टि से देखते हैं, जिससे अवसाद और चिंता बढ़ जाती है। वे उपचार के प्रति उदासीन हो जाते हैं और कभी-कभी चिकित्सकीय प्रक्रियाओं से बचने लगते हैं। सामाजिक अलगाव, भय और असहायता की भावना आत्म-दया और आत्म-आलोचना को जन्म देती है।

जीवन-गुणवत्ता और उसके निर्धारक

कैंसर जैसी गंभीर बीमारी व्यक्ति के शारीरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक पक्षों को भी गहराई से प्रभावित करती है। जीवन-गुणवत्ता एक व्यापक अवधारणा है, जिसमें शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक कल्याण शामिल होता है। प्रारंभिक अवस्था के कैंसर रोगियों के लिए यह अवधारणा अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाती है, क्योंकि वे बीमारी, उपचार और उससे जुड़े मानसिक तनाव का सामना कर रहे होते हैं।

शारीरिक स्वास्थ्य उपचार के दौरान होने वाले थकान, दर्द, भूख में कमी, वजन परिवर्तन और रोग-प्रतिरोधक क्षमता में गिरावट से प्रभावित होता है, जिससे दैनिक गतिविधियाँ सीमित हो जाती हैं। मानसिक स्वास्थ्य पर कैंसर के कारण तनाव, अवसाद और चिंता का गहरा प्रभाव पड़ता है। उपचार के दौरान सकारात्मक मानसिक स्थिति बनाए रखना आवश्यक है, क्योंकि इससे उपचार की प्रभावशीलता बढ़ सकती है। मनोवैज्ञानिक परामर्श, ध्यान और योग मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सहायक होते हैं।

परिवार, मित्रों और समाज का सहयोग रोगियों के मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य के लिए अत्यंत आवश्यक है। सामाजिक समर्थन रोगी के आत्मविश्वास को बढ़ाता है और उपचार के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करने में मदद करता है। भावनात्मक स्थिरता बनाए रखना चुनौतीपूर्ण होता है, क्योंकि रोगी भय, अनिश्चितता और आत्म-हीनता जैसी भावनाओं से गुजरते हैं। मनोवैज्ञानिक सहयोग, आत्म-स्वीकृति और आध्यात्मिकता से भावनात्मक संतुलन संभव है।

नियंत्रण का केंद्र और जीवन-गुणवत्ता

नियंत्रण का केंद्र व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य और जीवन-गुणवत्ता पर गहरा प्रभाव डालता है। कैंसर जैसी गंभीर बीमारी में इसका महत्व और बढ़ जाता है। आंतरिक नियंत्रण-केंद्र वाले रोगी यह मानते हैं कि उनके जीवन की घटनाएँ उनके अपने प्रयासों और निर्णयों का परिणाम हैं। ऐसे रोगी उपचार में सक्रिय भूमिका निभाते हैं, चिकित्सकीय सलाह का पालन करते हैं और जीवन-शैली में आवश्यक बदलाव अपनाते हैं। इनमें आत्म-प्रेरणा अधिक होती है और वे ध्यान, योग, संतुलित आहार तथा परामर्श जैसी तकनीकों को सहजता से अपनाते हैं, जिससे उनकी जीवन-गुणवत्ता बेहतर रहती है।

इसके विपरीत, बाहरी नियंत्रण-केंद्र वाले रोगी यह मानते हैं कि उनके जीवन की घटनाएँ भाग्य, संयोग या दूसरों के नियंत्रण में हैं। ऐसे रोगियों में अवसाद, चिंता और तनाव की संभावना अधिक होती है। वे उपचार प्रक्रिया को लेकर अधिक अनिश्चित और भयभीत रहते हैं, जिससे कभी-कभी उपचार से दूरी भी बन जाती है। नियंत्रण की भावना मानसिक संतुलन और जीवन-गुणवत्ता बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।¹⁰

सकारात्मक मानसिकता का विकास

कैंसर रोगियों के लिए सकारात्मक मानसिकता बनाए रखना अत्यंत आवश्यक है। मनोवैज्ञानिक परामर्श रोगियों को भय, तनाव, आत्म-संदेह और अनिश्चितता से निपटने में सहायता करता है। समूह परामर्श और सहायता-समूहों से जुड़ने पर रोगी अपने अनुभव साझा कर पाते हैं और सामूहिक समर्थन से मानसिक रूप से सशक्त बनते हैं।

ध्यान और योग मानसिक स्वास्थ्य सुधारने में प्रभावी माने जाते हैं। ध्यान तनाव और चिंता को कम कर मानसिक शांति प्रदान करता है, जबकि योग शारीरिक लचीलापन बढ़ाने के साथ-साथ मानसिक संतुलन भी देता है। संगीत-चिकित्सा, कला-चिकित्सा और सुगंध-चिकित्सा जैसी वैकल्पिक विधियाँ भी रोगियों के मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव डालती हैं।

निष्कर्ष

वर्तमान अध्ययन प्रारंभिक अवस्था के कैंसर से निदान किए गए रोगियों के जीवन-गुणवत्ता को आकार देने में नियंत्रण के स्थान की महत्वपूर्ण भूमिका को उजागर करता है। निष्कर्ष बताते हैं कि जिन रोगियों में आंतरिक नियंत्रण का स्थान अधिक मजबूत होता है, अर्थात् जो यह मानते हैं कि उनके स्वास्थ्य परिणाम उनके अपने कार्यों, दृष्टिकोण और सामना करने की रणनीतियों से प्रभावित होते हैं— वे सामान्यतः बेहतर समग्र जीवन-गुणवत्ता की रिपोर्ट करते हैं। ऐसे व्यक्ति प्रायः अधिक मनोवैज्ञानिक लचीलापन, उपचार के प्रति बेहतर अनुपालन और स्वास्थ्य-वर्धक व्यवहारों में सक्रिय भागीदारी दिखाते हैं, जिसका सकारात्मक प्रभाव उनके शारीरिक और भावनात्मक कल्याण पर पड़ता है।

इसके विपरीत, जिन रोगियों में बाह्य नियंत्रण का स्थान प्रमुख होता है जो अपने रोग के परिणामों को भाग्य, किस्मत या शक्तिशाली अन्य कारकों से जोड़ते हैं उनमें चिंता का स्तर अधिक, असहायता की भावना और जीवन-संतोष में कमी देखी जाती है। ऐसी धारणाएँ सामना करने की प्रक्रियाओं को नकारात्मक रूप से प्रभावित कर सकती हैं, जिसके कारण प्रारंभिक अवस्था के कैंसर से जुड़ी अपेक्षाकृत अनुकूल रोग-पूर्वानुमान के बावजूद उपचार के दौरान समायोजन कमजोर हो सकता है। यह अध्ययन रेखांकित करता है कि रोगी के कल्याण को निर्धारित करने में चिकित्सीय कारकों के साथ-साथ मनोवैज्ञानिक कारक भी अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

परिणाम समग्र कैंसर देखभाल की आवश्यकता पर बल देते हैं, जिसमें नियमित ऑन्कोलॉजी अभ्यास के अंतर्गत मनोवैज्ञानिक आकलन और हस्तक्षेप को शामिल किया जाए। परामर्श, मनोशिक्षा और संज्ञानात्मक-व्यवहारात्मक रणनीतियाँ जैसी हस्तक्षेप विधियाँ, जो आंतरिक नियंत्रण के स्थान को सुदृढ़ करने पर केंद्रित हों, रोगियों को स्वायत्तता और उद्देश्य की भावना पुनः प्राप्त करने में सहायता कर सकती हैं। रोगियों को अपनी देखभाल में सक्रिय रूप से भाग लेने के लिए सशक्त बनाकर, स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता भावनात्मक स्थिरता, आशावाद और समग्र जीवन-गुणवत्ता में सुधार ला सकते हैं।

अंततः, प्रारंभिक अवस्था के कैंसर प्रबंधन में आंतरिक नियंत्रण के स्थान को प्रोत्साहित करना एक महत्वपूर्ण मनोसामाजिक लक्ष्य है। नियंत्रण संबंधी रोगियों की धारणाओं को संबोधित करना न केवल मानसिक स्वास्थ्य को समर्थन देता है, बल्कि जीवन-गुणवत्ता में भी सुधार करता है जो व्यापक, रोगी-केंद्रित कैंसर देखभाल के महत्व को और अधिक सुदृढ़ करता है।

Author's Declaration:

I/We, the author(s)/co-author(s), declare that the entire content, views, analysis, and conclusions of this article are solely my/our own. I/We take full responsibility, individually and collectively, for any errors, omissions, ethical misconduct, copyright violations, plagiarism, defamation, misrepresentation, or any legal consequences arising now or in the future. The publisher, editors, and reviewers shall not be held responsible or liable in any way for any legal, ethical, financial, or reputational claims related to this article. All responsibility rests solely with the author(s)/co-author(s), jointly and severally. I/We further affirm that there is no conflict of interest financial, personal, academic, or professional regarding the subject, findings, or publication of this article.

संदर्भ-सूची-

1. रॉटर, जे. (1966)। आंतरिक बनाम बाह्य नियंत्रण की सामान्य अपेक्षाएँ। साइकोलॉजिकल मोनोग्राफ्स, 8(1), 28।
2. विश्व स्वास्थ्य संगठन (1997)। जीवन-गुणवत्ता का मूल्यांकन एक अवलोकन। जिनेवारूँभ्।
3. रीडर, एस. (2014)। कैंसर रोगियों में जीवन-गुणवत्ता। पुणेरू हेल्थ एंड वेलनेस बुक्स।
4. वर्मा, पी. (2016)। कैंसर रोगियों में सामाजिक सहयोग एवं कल्याण। चेन्नईरू ओरिएंट ब्लैकस्वान।
5. वही, पृ. 63।
6. सिंह, एम. (2019)। कैंसर रोगियों में जीवन-गुणवत्तारू एक मनोसामाजिक दृष्टिकोण। जर्नल ऑफ हेल्थ साइकोलॉजी इंडिया।
7. मिश्रा, आर. (2020)। कैंसर रोगियों में मनोवैज्ञानिक कल्याण। बंगलुरुरू निमहांस प्रकाशन।
8. वर्मा, पी. (2016)। कैंसर रोगियों में नियंत्रण-बोध। चेन्नईरू मेडिकल बुक्स इंडिया।
9. वही, पृ. 157।
10. जोशी, वी. (2013)। कैंसर रोगियों में जीवन-प्रबंधन एवं मनोवैज्ञानिक अनुकूलन। अहमदाबाद।

Cite this Article

'डॉ० विश्वजीत भारतीय', "प्रारंभिक अवस्था के कैंसर रोगियों में नियंत्रण का स्थान (स्वबने विब्दजतवस) एवं जीवन की गुणवत्ता", Research Vidyapith International Multidisciplinary Journal, ISSN: 3048-7331 (Online), Volume:3, Issue:1, January 2026.

"Copyright © 2026 The Author(s). This work is licensed under Creative Commons Attribution 4.0 (CC-BY), allowing others to use, share, modify, and distribute it with proper credit to the author."