



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी

निर्देशन एवं परामर्श का परिचय (डी. जी. सी. - 101)

Introduction to Guidance and counselling (DGC- 101)

इकाई संख्या	इकाई का नाम	पृष्ठ संख्या
खण्ड 1.	खण्ड 1. निर्देशन के सिद्धांत (Principles of Guidance)	
इकाई-1	निर्देशन का अर्थ, प्रकृति और मान्यताएं (Meaning, Nature and assumptions of Guidance)	1-10
इकाई-2	निर्देशन का इतिहास, समकालीन स्थिति (History and Contemporary Status of Guidance)	11-25
इकाई-3	निर्देशन में माता पिता, अध्यापक एवं विद्यालय एवं परामर्शदाताओं की भूमिका (Role of Parents, teachers, School and Counselor in Guidance)	26-44
खण्ड – 2	परामर्श के सिद्धांत (Principles of Counselling)	
इकाई-4	परामर्श का अर्थ, प्रकृति एवं इतिहास, परामर्शदाता एवं परामर्शी की विशेषताएं (Meaning, Nature, and History of Counselling, Characteristics of Counselor and counselee)	45-58
इकाई-5	परामर्श के क्षेत्र: किशोर परामर्श, कैरियर परामर्श, पारिवारिक परामर्श, वैवाहिक परामर्श (Areas of Counselling: Adolescent counseling, Career counselling, Family Counselling, Marital Counselling)	59-74
इकाई-6	एचआईवी/एड्स परामर्श, विकलांगों को परामर्श, वृद्धावस्था परामर्श एवं LGBTQ परामर्श (HIV/AIDS Counselling, Counselling the handicapped, Geriatric Counselling, LGBTQ (lesbian, gay, bisexual, transgender, queer) Counselling)	75-93
इकाई-7	परामर्श प्रक्रिया: सम्बन्ध का स्थापन एवं परामर्श की अवस्थाएं (Counselling Process: Establishment of Relationship and stages of Counselling)	94-107
खण्ड 3.	निर्देशन एवं परामर्श के प्रकार (Types of Guidance and Counselling)	
इकाई 8.	निर्देशन के प्रकार: व्यक्तिगत, शैक्षिक एवं व्यावसायिक (Types of Guidance: Personal, Educational and Vocational)	108-122
इकाई 9.	परामर्श के प्रकार: व्यक्तिगत एवं सामूहिक (Types of Counselling: Personal and Group Counselling)	123-134
इकाई-10	निर्देशात्मक अनिर्देशात्मक एवं चयनशील (सारग्राही) परामर्श (Directive, Non Directive & Eclectic Counselling)	135-148

इकाई 1-निर्देशन का अर्थ, प्रकृति और मान्यताएं (Meaning, Nature and assumptions of Guidance)

- 1.1 प्रस्तावना
- 1.2 उद्देश्य
- 1.3 निर्देशन का अर्थ
- 1.4 निर्देशन की परिभाषा
- 1.5 निर्देशन की अवधारणा
- 1.6 निर्देशन की आवश्यकता एवं महत्त्व
- 1.7 निर्देशन की उपयोगिता
- 1.8 सारांश
- 1.9 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर
- 1.10 संदर्भ ग्रंथ
- 1.11 निबंधात्मक प्रश्न

1.1 प्रस्तावना

मनुष्य के भीतर एक ऐसी क्षमता विद्यमान है जिससे वह दूसरों से परामर्श एवं निर्देशन ले सकता है और दूसरों को परामर्श एवं निर्देशन प्रदान कर सकता है। वह अपने सामान्य एवं संकट के क्षणों में एक-दूसरे की मदद करने के लिए अपेक्षित निर्देशन देता है जिससे उसकी वैयक्तिक एवं सामाजिक जीवनधारा निर्वाध रूप से चलती रहती है। निर्देशन को परिभाषित करते हुए कहा जा सकता है कि निर्देशन एक ऐसी क्रिया है जिसमें कुछ विशेष प्रकार के निर्देशन कर्मियों के माध्यम से व्यक्ति को उसकी समस्या तथा विकल्प बिन्दुओं से निपटने में अपेक्षित राय एवं सहायता प्रदान की जाती है। निर्देशन एक ऐसी अवस्था है जिसमें व्यक्ति को अपने आप को समझ पाने अपनी योग्यताओं तथा सीमाओं के अन्तर्निहित समर्थ्य को समझने एवं उसी स्तर के कार्य-कलापों को करने में सक्षम बनाता है।

यदि हम मार्गदर्शन के शाब्दिक अर्थ पर विचार करें तो मार्गदर्शन का अर्थ है इंगित करना, इंगित करना या रास्ता दिखाना। इसका मतलब किसी व्यक्ति की सहायता या सहायता करने से कहीं अधिक है। यदि कोई व्यक्ति सड़क पर फिसल जाता है तो आप उसे उठने में सहायता कर सकते हैं लेकिन जब तक हम उसे एक निश्चित दिशा में जाने में मदद नहीं करते, हम उसका मार्गदर्शन नहीं कर रहे हैं।

मार्गदर्शन शब्द सभी प्रकार की शिक्षा से संबंधित है - औपचारिक, गैर-औपचारिक, व्यावसायिक, आदि इसका उद्देश्य व्यक्ति को प्रभावी या सर्वोत्तम संभव तरीके से उसके वातावरण

के साथ तालमेल बिठाने में मदद करना है। दूसरे शब्दों व्यक्तियों को उचित विकल्प और समायोजन करने में मार्गदर्शन दिया जाता है। मार्गदर्शन का तात्पर्य किसी व्यक्ति को उसकी क्षमताओं, रुचियों और समाज की आवश्यकताओं के साथ तालमेल बिठाने में मदद करना है।

दूसरे शब्दों में इसका अर्थ है किसी व्यक्ति को वांछित दिशा में विकास करने में सहायता करना, उसे बदलते समय और समाज की आवश्यकताओं और मांगों की ओर उन्मुख करना।

निर्देशन का महत्व मानव जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में होता है। शिक्षा, व्यक्तिगत समस्याएँ, व्यावसायिक, स्वास्थ्य, विकास की प्रक्रिया एवं चिकित्सा के ये विभिन्न क्षेत्र हैं, इन सभी क्षेत्रों में निर्देशन की विशेष आवश्यकता होती है।

निर्देशन का व्यक्ति के जीवन में महत्व अत्यधिक बढ़ता जा रहा है।

1.2 उद्देश्य

इस इकाई का अध्ययन करने के पश्चात् आप-

1. निर्देशन का अर्थ जान सकेंगे।
2. निर्देशन को परिभाषित कर सकेंगे।
3. निर्देशन की आवश्यकता एवं महत्त्व से परिचित हो सकेंगे।
4. हमारे जीवन में निर्देशन कार्य की क्या उपयोगिता जान सकेंगे।

1.3 निर्देशन का अर्थ (Meaning of Guidance)

मानव इस संसार में ईश्वर की श्रेष्ठतम् कृति है क्योंकि उसके पास भाषा, बुद्धि, विवेक आदि अनेक गुण हैं। लेकिन वह अपना विकास केवल अपनी बुद्धि और विवेक द्वारा ही नहीं कर सकता। इसके लिए उसे दूसरों की सहायता लेनी पड़ती है। जब मानव विकास पथ पर अग्रसर होने के लिए दूसरे के अनुभव, बुद्धि और विवेक का सहारा लेता है तो दूसरे व्यक्ति के द्वारा इस प्रकार की गयी सहायता निर्देशन कहलाती है। निर्देशन अमूर्त संकल्पना है। निर्देशन वस्तुतः पथ प्रदर्शन है। जैसे कोई व्यक्ति चौराहे पर खड़ा है; वह चलना जानता है तथा यह भी जानता है कि इन चारों रास्तों में से कोई एक रास्ता उसके गन्तव्य तक जाता है। लेकिन; कौन सा, वह यह नहीं जानता; तब किसी अन्य व्यक्ति द्वारा उसे गन्तव्य का रास्ता बताना निर्देशन है। वस्तुतः निर्देशन प्रक्रिया में निर्देशक किसी व्यक्ति के अन्दर ज्ञान का विकास नहीं करता अपितु उस व्यक्ति के अन्दर पहले से उपस्थित ज्ञान को एक सही मार्गदर्शन देकर उसे उसके लक्ष्य तक पहुंचाता है।

1.4 निर्देशन की परिभाषायें (Definitions of Guidance)

निर्देशन के अर्थ को और अधिक स्पष्ट करने के लिए हम विभिन्न विद्वानों के द्वारा दी गयी परिभाषाओं का अध्ययन करेंगे-

डेविड वी० टिडमन्— “निर्देशन का लक्ष्य लोगों को उद्देश्यपूर्ण बनने में न कि केवल उद्देश्यपूर्ण क्रिया में सहायता देना है”

गुड के अनुसार - निर्देशन व्यक्ति के दृष्टिकोणों एवं उसके बाद के व्यवहार को प्रभावित करने के उद्देश्य से स्थापित गतिशील आपसी सम्बन्धों का एक प्रक्रम है।

उपर्युक्त परिभाषाओं के आधार पर हम निर्देशन की एक सर्वमान्य परिभाषा इस प्रकार दे सकते हैं।

“निर्देशन वह प्रक्रिया है जिसमें एक व्यक्ति अपनी बौद्धिक क्षमताओं का प्रयोग करते हुए दूसरे व्यक्ति को उस उन्नत पथ पर अग्रसर करता है जिसकी क्षमता उसमें पहले से ही विद्यमान है। किन्तु, वह स्वविवेक से अपनी क्षमता को सही दिशा देने में असमर्थ है”।

यह (निर्देशन) किसी भटके हुए राही को रास्ता दिखाने जैसा है। मान लीजिए आप किसी अपरिचित नगर में अपने मित्र के घर जाने के लिए अनजान सड़क पर खड़े हैं। वहां से पूछते-पूछते आप अपेक्षित गली के अन्तिम चौराहे पर पहुंच जाते हैं और यहाँ पर आप अपने मित्र का घर नहीं ढूँढ पा रहे हैं, तभी सामने से आ रहे एक व्यक्ति से आप अपने मित्र राघवेन्द्र का नाम बताकर उसका आवास पूछते है और वह संकेत द्वारा आपको आपके मित्र राघवेन्द्र के आवास की वास्तविक स्थिति से अवगत कराता है। आप अपने गन्तव्य तक जिस सहयोग की प्रक्रिया से गुजरे वह प्रक्रिया निर्देशन है।

1.5 निर्देशन की अवधारणा (Assumption of Guidance)

संसार की श्रेष्ठतम् कृति मानव है। भाषा, बुद्धि और विवेक जैसे गुणों से सम्पन्न मानव जब विकास पथ पर आगे बढ़ता है तो उसे निर्देशन की आवश्यकता होती है। निर्देशन का लक्ष्य लोगों को उद्देश्य पूर्ण बनाना है। यह किसी भटके हुए राही को रास्ता दिखाने जैसा है। अब हम निर्देशन की अवधारणाओं के विषय में चर्चा करेंगे।

विभिन्न भारतीय एवं पश्चिमी विद्वानों ने अपने-अपने मत के अनुसार निर्देशन की अवधारणायें निर्धारित की हैं यहां लेखक के मतानुसार निर्देशन की महत्त्व पूर्ण अवधारणाएं निम्नवत हैं -

1. मानव समाज में प्रत्येक व्यक्ति को निर्देशन की आवश्यकता होती है।
2. निर्देशन की दृष्टि से प्रत्येक व्यक्ति अपना स्वतन्त्र अस्तित्व रखता है।
3. निर्देशन अधिगम (Learning) में सहायक होता है।
4. निर्देशन व्यक्तिगत आवश्यकताओं की पूर्ति करता है।
5. निर्देशन का कार्य उपबोध्य (Learner) की क्षमताओं का विकास करना है।
6. निर्देशन उपबोध्य की उपलब्धि और प्रगति को बढ़ाता है।

Jones, Arthur J. ने निम्न अवधारणाएं बताई हैं-

1. नस्ल, रंग और लिंग का योग्यता और क्षमताओं से बहुत कम या कोई संबंध नहीं है।
2. कई संकटों का विद्यार्थी बिना सहायता के सफलतापूर्वक सामना नहीं कर सकता।
3. स्कूल आवश्यक सहायता देने के लिए रणनीतिक स्थिति में है।
4. मार्गदर्शन निर्देशात्मक नहीं बल्कि आत्म मार्गदर्शन की प्रगतिशील क्षमता पर आधारित है।
5. व्यक्ति के भीतर भिन्नताएँ महत्वपूर्ण हैं।
6. व्यक्ति में पहले से मौजूद क्षमताएं आमतौर पर विशिष्ट नहीं होती हैं।

1.6 निर्देशन की आवश्यकता एवं महत्त्व (Need and Importance of Guidance)

वर्तमान युग अपेक्षाकृत अधिक जटिल है। तकनीकी के निरन्तर विकास ने इस जटिलता को और बढ़ा दिया है। जहाँ एक ओर तकनीकी विकास ने हमारी सामर्थ्य को बढ़ाकर कार्यप्रणाली को सरल किया है वहीं इसी तकनीक के कारण नये-नये कौशलों का जन्म भी हुआ है जिससे निर्देशन की आवश्यकता और अधिक बढ़ जाती है। यहां पर हम कतिपय महत्त्व पूर्ण क्षेत्रों में निर्देशन की आवश्यकता पर चर्चा करेंगे।

व्यक्तिगत जीवन में निर्देशन की आवश्यकता (Need of Guidance in Personal Life)

मनुष्य समाज में रहते हुए जीवन के प्रत्येक पग पर दूसरों से सीखता है। अपने दैनिक जीवन में कोई भी कार्य ऐसा नहीं है जिसे वह दूसरों की सहायता से न सीखता हो। धीरे-धीरे वह इन कार्यों का अभ्यस्त हो जाता है तथा स्वयं ही इन कार्यों को करने में सक्षम हो जाता है। चूंकि जीवन की परिस्थितियाँ निरन्तर बदलती रहती हैं अतः उसे समायोजन हेतु नये-नये कार्यों को सीखना पड़ता है। व्यक्तिगत जीवन में निर्देशन की आवश्यकता मुख्यतः निम्न कारणों से पड़ती है -

- i. **व्यक्तिगत क्षमताओं के विकास हेतु (For Development of Individual Skills)** - कोई भी व्यक्ति किसी भी व्यक्ति की व्यक्तिगत क्षमताओं का विकास निर्देशन के बिना संभव नहीं है। यदि हमें बालपन में माता की उंगली का सहारा न मिला होता तो शायद हम अभी तक सीधे खड़े होना भी न सीख पाये होते। निर्देशन का यह पहला चरण हमारी प्रकृति और क्षमताओं को समझते हुए जिस प्रकार हमारा विकास करता है निर्देशन की वह प्रक्रिया हमारे सम्पूर्ण जीवन में हमारी व्यक्तिगत क्षमताओं को विकसित करती रहती है। इस विषय में हम भीतर के पृष्ठों में और अधिक चर्चा करेंगे।
- ii. **पारिवारिक जीवन में आवश्यक (Necessary in Family Life)**- माता-पिता के कुशल निर्देशन में बालक परिवार की व्यवस्थाओं को ठीक से समझ जाता है।

पारिवारिक जीवन में स्वयं को स्थापित करने के लिए निर्देशन की अत्यधिक आवश्यकता है।

- iii. **किशोरावस्था का सामना करने के लिए (To Face Adolescence Period)-** स्टेनले हाल जैसे मनोवैज्ञानिकों ने किशोरावस्था को संवेग और तूफान की अवस्था कहा है। इस अवस्था में बालक युवावस्था की ओर कदम बढ़ा रहा होता है। उसके भीतर बहुत तेजी से शारीरिक मानसिक और संवेगात्मक परिवर्तन आ रहे होते हैं। बदलती हुई सामाजिक और सांस्कृतिक परिस्थितियों में बालक इन परिवर्तनों में डूब जाना चाहता है। उपयुक्त निर्देशन के अभाव में इस अवस्था का बालक अप्रत्याशित निर्णय ले सकता है जो उसके जीवन तथा समाज दोनों के लिए घातक सिद्ध हो सकता है। अतः किशोरावस्था में निर्देशन अति आवश्यक है।

शिक्षा के क्षेत्र में निर्देशन की आवश्यकता Need of Guidance in Educational Field

आज देश में हम बेरोजगारों की जो भारी भीड़ देख रहे हैं उसका एक महत्वपूर्ण कारण अपनी रूचि, योग्यता और क्षमता को जाने बिना किसी भी विषय का अध्ययन कर लेना भी है। अतः शिक्षा के क्षेत्र में विषय चयन से लेकर परीक्षा उत्तीर्ण करने तक प्रत्येक चरण में व्यक्ति को निर्देशन की आवश्यकता अनुभव होती है।

- i. **उपयुक्त विषयों के चयन हेतु (For Selecting Appropriate Subject) -** विद्यार्थी को यह समझ में नहीं आता कि वह किन विषयों का चयन करे जिसके द्वारा वह भविष्य में सफल हो सके। आज यद्यपि शिक्षा के क्षेत्र में विषयों की भरमार है लेकिन सबसे बड़ी समस्या उसके उपयुक्त चयन की है अतः आज विद्यार्थियों को उपयुक्त विषयों के चयन हेतु निर्देशन की आवश्यकता पड़ती है।
- ii. **कक्षा कक्ष व्यवहार के लिए (For Classroom Behaviour)-** बालक जब से विद्यालय में प्रवेश लेता है प्रत्येक स्तर पर उससे एक विशेष प्रकार के व्यवहार की आशा की जाती है। इस व्यवहार को बालक को सिखाना पड़ता है, तथा इसके लिए निर्देशक की आवश्यकता पड़ती है। बालक को कक्षा में किस प्रकार का आचरण करना है उसे अपने गुरुजनों, साथियों से किस प्रकार का व्यवहार करना है, तथा उसे अपनी कक्षा की भौतिक सम्पत्ति को किस प्रकार सहेज कर रखना है, यह सब वह निर्देशन से ही सीखता है।
- iii. **शैक्षिक उपलब्धि बढ़ाने हेतु (For the Increasing to Educational Achievement) -** विद्यालय में अलग-अलग मानसिक स्तर के विद्यार्थी अध्ययन करते हैं। प्रायः निर्देशन के अभाव में विद्यार्थी प्राप्त ज्ञान को अभिव्यक्त करने में असफल

रहता है, जिससे उसकी शैक्षिक उपलब्धि पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। उचित प्रकार से दिया गया निर्देशन बालक की शैक्षिक उपलब्धि को बढ़ाने में सहायक है।

iv. **विद्यालय की अन्य गतिविधियों हेतु (For Other Activities of School)-**

विद्यालय केवल विद्या का मन्दिर ही नहीं है अपितु वहाँ अध्ययन-अध्यापन के अतिरिक्त अन्य प्रकार की गतिविधियाँ सम्पन्न होती हैं, किन्तु अभिभावकों तथा विद्यार्थियों की नजर में इन गतिविधियों का महत्त्व न होने के कारण विद्यालय के बहुत कम विद्यार्थी इस प्रकार की गतिविधियों में भाग लेते हैं। यदि अध्यापकों एवं विद्यार्थियों को इस प्रकार का निर्देशन प्रदान किया जाये तो न केवल विद्यार्थियों की सहभागिता बढ़ेगी अपितु उनका तीव्रतर विकास भी होगा।

व्यावसायिक क्षेत्र में निर्देशन की आवश्यकता (Need of Guidance in Vocational Field) व्यक्तिगत एवं शैक्षिक जीवन में निर्देशन की जितनी आवश्यकता अनुभव होती है। व्यावसायिक जीवन के लिए निर्देशन की आवश्यकता उससे कहीं अधिक है। निम्नांकित बिन्दुओं के अन्तर्गत हम अपनी बात को और अधिक स्पष्ट कर सकेंगे।

i. **उपयुक्त व्यवसाय के चयन हेतु (for Selection of Appropriate Occupation)**

आज बेरोजगारी का एक कारण लोगो द्वारा उपयुक्त व्यवसाय का चयन न करना भी है। खासतौर पर आज का युवा दिग्भ्रमित है। जिस तरफ सब जा रहे हैं वह भी उसी अंधी दौड़ में शामिल है। उसे अपनी रुचि, क्षमताओं तथा योग्यताओं का तो पता ही नहीं है। भारत जैसा देश जहाँ आबादी का सबसे बड़ा हिस्सा युवाओं का है तथा जहाँ युवा बेरोजगारी की समस्या से जूझ रहे हैं वहाँ निर्देशन की आवश्यकता और भी बढ़ जाती है। आज भारत को अच्छे निर्देशकों की आवश्यकता है जो यहां के युवाओं की ऊर्जा को सकारात्मक दिशा में मोड़ कर (लगाकर) भारत को आर्थिक रूप से सुदृढ़ बना सके।

ii. **व्यावसायिक क्षमताओं के विकास हेतु (For the Development of Vocational Skill)-**

केवल उपयुक्त व्यवसाय का चयन करने में सहायता करने पर ही निर्देशन की भूमिका समाप्त नहीं हो जाती। व्यवसाय आरम्भ करते ही कोई भी व्यक्ति अपने व्यवसाय का विशेषज्ञ नहीं हो सकता। कभी-कभी व्यवसाय में असफलता का भय भी बना रहता है। व्यवसाय चयन के बाद व्यवसाय विशेष की बारीकियों को समझने तथा अपने प्रिय व्यवसाय में अपनी क्षमताओं को बढ़ाते रहने के लिए सतत् निर्देशन की आवश्यकता अनुभव होती है।

iii. **तकनीकी जटिलताओं का सामना करने के लिए (To Face Technical Complication)-**

आज हर कार्यक्षेत्र में नयी-नयी तकनीकों का विकास हो रहा है।

आज इस क्षेत्र में इतने नवाचार हो रहे हैं कि किसी भी व्यक्ति का इन सबसे स्वयं अवगत रहना तथा इन सारी कुशलताओं का स्वयं में विकास करना लगभग असम्भव सा कार्य है। अतः आज इन सभी क्षेत्रों में हो रहे नवाचारों को समझने के लिए उसे निर्देशक की आवश्यकता पड़ती है।

सामाजिक जीवन में निर्देशन की आवश्यकता (Need of Guidance in Social Life)

समाज में सामंजस्य हेतु निर्देशन की महती आवश्यकता है। वस्तुतः बालक को समाज में केवल अपनी विचारधाराओं, धारणाओं तथा विश्वासों के आधार पर ही नहीं अपितु सामाजिक विश्वासों, धारणाओं तथा विचारधाराओं के साथ सामंजस्य स्थापित करते हुए जीवन यापन करना होता है तथा इन सबके लिए उसे निर्देशन की आवश्यकता होती है।

- i. **समाज के परिवर्तनशील मानदंडों में समायोजन के लिए (For the Compatibility of Changing Social Norms)**-तकनीकी के विकास तथा वैश्वीकरण की प्रक्रिया ने समाज के मानदंडों में तीव्रगामी परिवर्तन ला दिये हैं। इन बदलते सामाजिक मानदंडों में समायोजन के लिए व्यक्ति को निर्देशन की अत्यधिक आवश्यकता है।
- ii. **मजबूत लोकतन्त्र के निर्माण हेतु (For the Building of Strong Democracy)**- आज भारत के समक्ष क्षेत्रवाद, जातिवाद, तथा साम्प्रदायिकता जैसी अनेक समस्याएँ हैं जो भीतर ही भीतर राष्ट्र की मजबूत नींव को खोखला कर रही हैं। आज वैश्वीकरण का युग है जिसमें प्रत्येक राष्ट्र को अत्यन्त मजबूत होकर विश्व पटल पर स्वयं को प्रस्तुत करना है। अतः ऐसे में एक निर्देशक का दायित्व और भी बढ़ जाता है कि वह राष्ट्र के लोगों को इन संकीर्ण मानसिकताओं से ऊपर उठाकर उन्हें एक मजबूत राष्ट्र के निर्माण के लिए प्रेरित करे।

1.7 निर्देशन की उपयोगिता (Significance of Guidance)

यहाँ हम वर्तमान परिस्थियों में निर्देशन की उपयोगिता पर संक्षिप्त चर्चा करेंगे।

- i. **आधारभूत कौशलों को सीखने में सहायक (Helpful to Learn Fundamental Skills)**- इतिहास इस बात का साक्षी है कि आज तक कोई भी व्यक्ति बिना उपयुक्त निर्देशन के आधारभूत कौशलों को नहीं सीख पाया है जैसे - खड़े होना, चलना, बोलना, पढ़ना, लिखना, खाना-पीना इत्यादि। अतः शैक्षिक, व्यक्तिगत, व्यवसायिक एवं सामाजिक जीवन में आधारभूत कौशलों को सीखने के लिए निर्देशन की भूमिका महत्त्वपूर्ण है।

-
- ii. **बालक का परिवार से विद्यालय में समायोजन (Adjustment of Child from Family to Home)**- अपने बाल्यकाल में बालक जब परिवार से विद्यालय का रूख करता है तब उसके सामने समायोजन की भीषण समस्या होती है निर्देशन के द्वारा ऐसी स्थिति में बालक का विद्यालय में समायोजन सरलतापूर्वक किया जा सकता है।
- iii. **अध्ययन छोड़ने वाले बालकों को पुनः अध्ययन के लिए प्रेरित करने में सहायक (Helpful to Re-enrollment of Droppers)**- अपने अध्ययन कार्य को बालक अनेक कारणों से बीच में ही छोड़ देते हैं। उचित निर्देशन के द्वारा इन बच्चों को पुनः अध्ययन के लिए प्रेरित करने में पर्याप्त सहायता मिलती है।
- iv. **शैक्षिक उपलब्धि एवं प्रगति में सहायक (Helpful in Academic Achievement and Development)**-विषयवस्तु का ज्ञान होना एक बात है तथा उसकी श्रेष्ठ अभिव्यक्ति दूसरी बात। अनेकशः विषय वस्तु का पर्याप्त ज्ञान होने पर भी अनेक बालकों की शैक्षिक उपलब्धि बहुत कम रह जाती हैं ऐसे बालकों की शैक्षिक उपलब्धि एवं प्रगति को उचित निर्देशन के माध्यम से बढ़ाया जा सकता है।
- v. **बालक के समग्र विकास में सहायक (Helpful in Wholesome Development of Child)**- निर्देशन कार्य बालक को न केवल जीवन का अर्थ समझने में सहायता देता है अपितु उसके वैयक्तिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, शैक्षिक, व्यावसायिक एवं तकनीकी विकास में पूरी तरह से सहायता करता है।
- vi. **भविष्य की योजना बनाने में सहायक (Helpful to Future Planning)**- निर्देशन की प्रक्रिया के दौरान निर्देशक बालक की दैनंदिन सामान्य समस्याओं से अवगत होता रहता है अतः वह भविष्य की शिक्षा योजना बनाते समय इन समस्याओं का विशेष ध्यान रखता है। हम कह सकते हैं कि निर्देशन का कार्य भविष्य की योजना बनाने में सहायक है।
-

अभ्यास प्रश्न

1. _____ निर्देशन व्यक्ति के दृष्टिकोणों एवं उसके बाद के व्यवहार को प्रभावित करने के उद्देश्य से स्थापित गतिशील आपसी सम्बन्धों का एक प्रक्रम है।
 2. निर्देशन की महत्त्व पूर्ण अवधारणाएं लिखिए।
-

1.8 सारांश

ईश्वर की सर्वश्रेष्ठ कृति मानव के पास स्वयं की भाषा, बुद्धि एवं विवेक आदि होते हुए भी उपयुक्त विकास के लिए उसे किसी अन्य की सहायता लेनी पड़ती है। व्यक्ति की उत्तम क्षमताओं का विकास करने से सहायता करने का कार्य निर्देशन कहलाता है। निर्देशन की प्रक्रिया प्रारम्भ करने से

पूर्व हमें निर्देशन के सिद्धान्तों से अवश्य परिचित होना चाहिए। हमें यह ज्ञात होना चाहिए कि निर्देशन एक सार्वभौमिक एवं सार्वकालिक प्रक्रिया है। निरन्तर चलने वाली इस प्रक्रिया में निर्देशक को सामाजिकता एवं नैतिकता का ध्यान रखना चाहिए। निर्देशन कार्य करने से पूर्व उसे वैज्ञानिक आधारों पर परिस्थितियों का विश्लेषण कर लेना चाहिए। निर्देशक को चाहिए कि वह अपने उपबोध्य को सकारात्मक निर्देशन दे तथा उसे आत्मनिर्भर बनाने का प्रयास करे। उपबोध्य निर्देशक का निर्देशन मानने अथवा न मानने के लिए स्वतन्त्र हो निर्देशन की प्रक्रिया लचीली होनी चाहिए। व्यक्तिगत भिन्नता को ध्यान में रखते हुए प्रत्येक व्यक्ति को समान महत्त्व दिया जाना चाहिए तथा उपबोध्य के सम्पूर्ण विकास का प्रयास करना चाहिए।

एक से अधिक निर्देशक होने की स्थिति में निर्देशकों को परस्पर समन्वय स्थापित करना चाहिए। निर्देशक को चाहिए कि वह निरपेक्ष रहकर निर्देशन का कार्य करे तथा विशिष्ट क्षेत्रों में निर्देशन के लिए निर्देशक को प्रशिक्षण प्राप्त कर लेना चाहिए।

हमारे जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में निर्देशन की आवश्यकता है। मुख्य रूप से व्यक्तिगत जीवन में क्षमताओं के विकास के लिए, पारिवारिक जीवन में समायोजन के लिए, तथा किशोरावस्था का सामना करने के लिए निर्देशन अति आवश्यक है। इसी प्रकार शैक्षिक क्षेत्र में उपयुक्त विषयों के चयन के लिए, कक्षा कक्ष व्यवहार के लिए तथा अपनी शैक्षिक उपलब्धियाँ बढ़ाने के लिए निर्देशन की आवश्यकता होती है। व्यावसायिक क्षेत्र में उपयुक्त व्यवसाय चयन करने के लिए, व्यवसायिक क्षमताओं का विकास करने के लिए तथा तकनीकी जटिलताओं का सामना करने के लिए निर्देशन की आवश्यकता होती है। सामाजिक जीवन में बदलते हुए मानदंड तथा मजबूत लोकतन्त्र के लिए निर्देशन की आवश्यकता अनुभव होती है। व्यक्ति का व्यक्तिगत जीवन सामाजिक जीवन, शैक्षिक क्रियाकलाप, सामाजिक क्रियाकलाप आदि निर्देशन के कार्य क्षेत्र के अन्तर्गत आते हैं।

1.9 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

1. गुड के अनुसार
2. निर्देशन की महत्त्व पूर्ण अवधारणाएं निम्नवत हैं-
 - i. मानव समाज में प्रत्येक व्यक्ति को निर्देशन की आवश्यकता होती है।
 - ii. निर्देशन की दृष्टि से प्रत्येक व्यक्ति अपना स्वतन्त्र अस्तित्व रखता है।
 - iii. निर्देशन अधिगम (Learning) में सहायक होता है।
 - iv. निर्देशन व्यक्तिगत आवश्यकताओं की पूर्ति करता है।
 - v. निर्देशन का कार्य उपबोध्य (Learner) की क्षमताओं का विकास करना है।
 - vi. निर्देशन उपबोध्य की उपलब्धि और प्रगति को बढ़ाता है।

1.10 संदर्भ ग्रंथ

1. सिंह रामपाल राधावल्लभ उपाध्याय, (शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन) विनोद पुस्तक मन्दिर आगरा।
2. जायसवाल सीताराम (शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श), अग्रवाल पब्लिकेशन आगरा (2009)
3. Agrawal Rashmi, (Education Vocational Guidance and counseling) Shipra Publications, Delhi- 11092 (2006)
4. Suri S.P., T.S. Sodhi, (Guidance and counseling), Bawa Publication Patiala (1997)
5. Sharma R.A., (Career information in career guidance) Surya Publication Meerut (2004)
6. Sharma R.A (Guidance and counseling) Vinay Rakheia c/o R. Lall book Depot Meerut (2010)

1.11 निबंधात्मक प्रश्न

1. निर्देशन की प्रमुख अवधारणायें स्पष्ट कीजिए?
 2. निर्देशन की आवश्यकता एवं महत्त्व को स्पष्ट कीजिए?
-

इकाई -2 निर्देशन का इतिहास, समकालीन स्थिति (History and Contemporary Status of Guidance)

इकाई संरचना

- 2.1 प्रस्तावना
- 2.2 उद्देश्य
- 2.3 निर्देशन का अर्थ, एवं परिभाषाएँ
- 2.4 निर्देशन की आवश्यकता
- 2.5 निर्देशन का इतिहास
- 2.6 निर्देशन की समकालीन स्थिति
- 2.7 सारांश
- 2.8 स्वमूल्यांकित प्रश्नों के उत्तर
- 2.9 सन्दर्भ ग्रन्थ सूची
- 2.10 निबन्धात्मक प्रश्न

2.1 प्रस्तावना

मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है। वह समाज में रहकर समाज से तथा अपने परिवार से कुछ न कुछ सीखता रहता है। तथा आवश्यकता पड़ने पर परिवार तथा समाज से किसी न किसी रूप में सहायता प्राप्त करता है इस प्रकार जन्म से लेकर मृत्यु तक आजीवन कुछ न कुछ सीखता रहता है। जन्म के पश्चात बालक के लिए संसार नया होता है, वह सब कुछ समाज से सीखता है। माँ से पैरों में खड़े होना, पिता से चलना, शिक्षक से ज्ञान एवं शिक्षा प्राप्त करता है इस प्रकार माँ, पिता, शिक्षक एवं अपने साथियों से वह सामाजिक एवं भौतिक वातावरण में सामंजस्य किस प्रकार बनाया जाए यह सीखता है और यह अधिगम परिवार तथा समाज के निर्देशन से ही संभव होता है अतः व्यक्ति को जीवन पर्यन्त निर्देशन की आवश्यकता होती है। निर्देशन एक प्रकार की सहायता है जो बालकों को उनकी बौद्धिक क्षमताओं, रुचियों, योग्यताओं तथा व्यक्तित्व आदि के विकास हेतु दी जाती हैं। प्रारम्भ में निर्देशन असंगठित तथा अनौपचारिक रूप से जीवन के सभी स्तरों पर होता रहा है इस प्रकार हम कह सकते हैं की निर्देशन का इतिहास भी हमारी सभ्यता जितना ही पुराना है। जैसे-जैसे सभ्यता का विकास होता गया व्यक्तियों को कई क्षेत्रों में निर्देशन की औपचारिक आवश्यकता महसूस की जाने लगी अतः विशेष निर्देशन सेवाओं की आवश्यकता होने लगी परिणामस्वरूप निर्देशन को विषय के रूप में पढ़ाया जाने लगा एवं निर्देशन सेवाओं का आयोजन किया जाने लगा। समय के साथ-साथ संगठित निर्देशन सेवाओं के कारण निर्देशन ने शिक्षा, कला, विज्ञान उद्योग सहित अनेक क्षेत्रों में अपना विस्तार किया है। विद्यालयों में भी विषय चयन से लेकर व्यवसाय आदि सभी में सहायता हेतु निर्देशन सेवाओं को सुचारू रूप से चलाया जा रहा है। जिससे की छात्रों को अपने भविष्य को सही दिशा प्रदान करने में सहायता मिल सके।

प्रस्तुत इकाई में आप निर्देशन के इतिहास तथा निर्देशन की समकालीन स्थिति से अवगत हो पाएंगे।

2.2 उद्देश्य

1. निर्देशन का अर्थ एवं परिभाषा को जानेंगे।
2. निर्देशन की आवश्यकता को समझ सकेंगे।
3. निर्देशन के इतिहास को जान पाएंगे।
4. निर्देशन की समकालीन स्थिति से अवगत हो पाएंगे।

2.3 निर्देशन का अर्थ एवं परिभाषा

निर्देशन का अर्थ है, संकेत करना, इशारा करना और रास्ता दिखाना। व्यक्ति की सहायता के साथ हम उसका निर्देशन भी करते हैं जिससे उस व्यक्ति को एक उचित एवं निश्चित दिशा में जाने में मदद मिल सके।

'निर्देश' के पर्यायवाची शब्द हैं - नेतृत्व करना, संचालन करना, नियमन करना, निर्देशन करना, संचालन करना, मार्ग दिखाना, इंगित करना। निर्देशन में किसी के द्वारा दी गई व्यक्तिगत मदद शामिल होती है; इसे किसी व्यक्ति को यह निर्णय लेने में सहायता करने के लिए डिजाइन किया गया है कि वह कहाँ जाना चाहता है? क्या करना चाहता है? या वह अपने उद्देश्य को सर्वोत्तम तरीके से कैसे पूरा कर सकता है? निर्देशन उसके जीवन में आने वाली समस्याओं को हल करने में सहायता करता है। यह व्यक्ति की समस्याओं का समाधान नहीं करता बल्कि उन्हें हल करने में उसकी मदद करता है।

एक विशिष्ट सेवा के रूप में निर्देशन जिसका प्राथमिक सरोकार व्यक्ति से है और उनकी समस्याओं को हल करने में और उचित निर्णय लेने में मदद करना है; एक सामान्य सेवा के रूप में निर्देशन एवं परामर्श को शिक्षा और शैक्षिक प्रक्रियाओं का पर्याय माना जाता है; और शिक्षा की उप-प्रक्रिया के रूप में निर्देशन जिसमें शिक्षार्थियों की विकासात्मक आवश्यकताओं को मूल बिंदु माना जाता है।

निर्देशन की अवधारणा को समझने के लिए निर्देशन की कुछ चयनित परिभाषाएं निम्नलिखित हैं।

जोन्स ने निर्देशन को परिभाषित करते हुए लिखा "निर्देशन इंगित करना, सूचित करना तथा पथ प्रदर्शन करना है"।

शर्ले हर्शरिन के अनुसार –“व्यक्ति के स्वयं को पहचानने में इस प्रकार सहायता प्रदान करना, जिससे वह अपने जीवन में आगे बढ़ सके इस प्रक्रिया को निर्देशन कहा जाता है”।

रूथ स्ट्रांग के अनुसार– “निर्देशन का उद्देश्य बालक में विद्यमान संभावनाओं के रूप में अधिकतम विकास को बढ़ावा देना है”।

गुड के अनुसार- “ निर्देशन व्यक्ति के दृष्टिकोण तथा उसके बाद के व्यवहार को प्रभावित करने के उद्देश्य से स्थापित गतिशील आपसी संबंधों का एक प्रक्रम है”।

क्रो एवं क्रो के अनुसार- “ निर्देशन लक्ष्य करना नहीं है। निर्देशन की प्रक्रिया में अपने विचारों को दूसरों पर थोपना नहीं है। वरन् यह उन निर्णयों का जिन्हें एक व्यक्ति को अपने लिए स्वयं लेना चाहिए, निश्चित करना है जो एक कुशल परामर्शदाता द्वारा किसी भी आयु के व्यक्ति को अपना जीवन निर्देशित करने, अपना दृष्टिकोण विकसित करने, स्वयं निर्णय लेने तथा उत्तरदायित्व संभालने के लिए दी जाती है”।

उपरोक्त परिभाषाओं से यह समझा जा सकता है कि मनुष्य जब जन्म लेता है और विकास के पथ पर आगे बढ़ता है तो उसे निर्देशन की आवश्यकता होती है। निर्देशन का लक्ष्य लोगों के जीवन को उद्देश्यपूर्ण बनाना है।

2.4 निर्देशन की आवश्यकता

निर्देशन जीवन पर्यन्त चलने वाली प्रक्रिया है, व्यक्ति को अपने जीवन में कदम-कदम पर निर्देशन की आवश्यकता होती है चाहे वह व्यक्ति की व्यक्तिगत समस्या हो शैक्षिक हो या व्यवसाय आदि किसी भी क्षेत्र से जुड़ी समस्या हो व्यक्ति को सहायता की आवश्यकता होती है इस प्रकार हम कह सकते हैं कि व्यक्ति के व्यक्तित्व के सर्वांगीण विकास के लिए निर्देशन की भी आवश्यकता होती है।



निर्देशन, निश्चित रूप से शिक्षा कौशल और क्षमताओं के विकास में मदद करता है। सबसे बढ़कर, ये कौशल सीखने और उपलब्धि को सुविधाजनक बनाने में सहायता करता है। निर्देशन के द्वारा व्यक्ति में विभिन्न समस्याओं को समझने की योग्यता का विकास हो सके एवं वह अपने विवेक के आधार पर उचित अथवा अनुचित निर्णय लेने में सक्षम हो सके। आज के समय में विद्यार्थी भी कई समस्याओं का सामना कर रहे हैं, अपनी क्षमताओं के अनुरूप वह अपनी समस्याओं का समायोजन करते हैं, लेकिन इसके बावजूद उन्हें निर्देशन की आवश्यकता पड़ती है। शैक्षिक, सामाजिक, मनोवैज्ञानिक, सामाजिक, राजनैतिक प्रत्येक क्षेत्र में निर्देशन की विशेष आवश्यकता है। कभी-कभी छात्र किसी नशे या गलत आदतों में पड़ जाता है तो उस परिस्थिति में वह निर्देशन के द्वारा सहायता प्राप्त करता है यदि सहपाठियों के साथ सामंजस्य की समस्या हो

या पाठ्यक्रम के चयन की दुविधा इन परिस्थितियों में निर्देशन से छात्र को सहायता प्राप्त होती है तथा भविष्य में अपनी अभिरुचि के अनुसार व्यवसाय चयन करने में भी निर्देशन सेवाएं प्रभावी योगदान दे रही हैं। जिस के लिए सामाजिक, शैक्षिक, राजनैतिक, मनोवैज्ञानिक, शहरी, ग्रामीण, व्यक्तिगत, प्रत्येक क्षेत्र में निर्देशन की विभिन्न सेवाओं को सुचारू रूप से चलाया जा रहा है यह निर्देशन सेवाएं अलग-अलग उद्देश्यों की पूर्ति करती हैं। इस प्रकार हम देखते हैं कि निर्देशन की जीवन पर्यन्त आवश्यकता होती है और निर्देशन की आवश्यकता सार्वभौमिक है। यह इस तथ्य पर आधारित है कि मनुष्य को कभी न कभी निर्देशन की आवश्यकता होती है। जोन्स ने ठीक ही कहा है, "प्रत्येक व्यक्ति को अपने जीवन में कभी न कभी सहायता की आवश्यकता होती है।" अतः निर्देशन मानव जीवन के विकास एवं समायोजन की महत्वपूर्ण प्रक्रिया है जो जीवन पर्यन्त निरन्तर चलती रहती है।

2.5 निर्देशन का इतिहास –

निर्देशन और परामर्श वास्तव में मानव प्रयास के क्षेत्र के रूप में कब शुरू हुआ यह निश्चित नहीं है। लेकिन गिब्सन और मिशेल (1981) की रिपोर्ट है, कि शायद मनुष्य द्वारा निर्देशन की शुरुआत तब हुई जब ईव को ईडन के बगीचे में निषिद्ध फल खाने का परिणाम भुगतना पड़ा। तब से मनुष्य अज्ञात से सामना होने पर 'श्रेष्ठ' बनने के लिए समायोजित प्राणियों से सहायता की तलाश में चला गया है। प्रारंभिक सभ्यताओं से, भविष्यवक्ता (हस्तरेखा विज्ञान, ज्योतिष, क्रिस्टल गेजिंग, ग्राफोलॉजी, आदि) दार्शनिक, पुजारी, भविष्यवक्ता और देवताओं और धर्मों के अन्य प्रतिनिधि अपने अनुयायियों को सलाह देने की भूमिका में फले-फूले हैं। प्रारंभिक सभ्यताओं से, भविष्यवक्ता (हस्तरेखा विज्ञान, ज्योतिष, क्रिस्टल गेजिंग, ग्राफोलॉजी, आदि) दार्शनिक, पुजारी, भविष्यवक्ता और देवताओं और धर्मों के अन्य प्रतिनिधि अपने अनुयायियों को सलाह देते थे। इस प्रकार समाज में बड़े तथा अनुभवी लोग अपने से छोटों को व्यवहार के सम्बन्ध में एवं उनके अच्छे के लिए विभिन्न रूपों में निर्देशन देने की भूमिका का निर्वहन करने लगे।

निर्देशन की आवश्यकता का अनुभव अतीत काल से ही होता आया है, किंतु वर्तमान युग में निर्देशन की मांग बढ़ गई है। वर्तमान युग में हो रहे सामाजिक एवं आर्थिक परिवर्तनों ने निर्देशन को अतिआवश्यक बना दिया है। प्रारम्भ में निर्देशन के सिद्धांतों का आरम्भ प्राचीन ग्रीस एवं रोम में प्लेटो एवं अरस्तु के दार्शनिक शिक्षण के साथ शुरू हुआ।

निर्देशन का ऐतिहासिक मूल महान ग्रीक दर्शन के कार्यो एवं विचारों में परिलक्षित होता है जो की शिक्षा के द्वारा प्रत्येक व्यक्ति के विकास को बढ़ावा देता है, ताकि प्रत्येक व्यक्ति अपने और अपने समाज के लिए अपनी सबसे बड़ी क्षमता को दर्शाने वाली भूमिका को पूरा कर सके।

निर्देशन के क्षेत्र में प्रणालीगत सिद्धांत में मनोवैज्ञानिक अंतर्दृष्टि को व्यवस्थित करने वाले पहले लोगों में से प्लेटो को विशेष श्रेय दिया जाता है। अपनी पुस्तक में, प्लेटो ने न केवल इस तरह के प्रश्न का समर्थन किया कि एक व्यक्ति को उसकी विरासत में मिली परवरिश या उसकी औपचारिक शिक्षा उसमें किन गुणों का विकास करती है? बच्चों को सबसे प्रभावी ढंग से कैसे

पढ़ाया जा सकता है (रिपब्लिक) और लोगों को उनके निर्णय और विश्वासों को मनाने और प्रभावित करने में कौन सी तकनीकों का सफलतापूर्वक उपयोग किया गया है?

16 वीं और 19 वीं शताब्दी के मध्य में निर्देशन के विकास में कई पुस्तकों का प्रकाशन हुआ था जिसमें व्यवसायों एवं उनमें प्रवेश पाने के तरीकों के विषय में जानकारी देने का प्रयास किया गया था इनमें इटालियन टोमासो गारज़ोनी द्वारा प्रकाशित 'द कंप्लीट बुक ऑफ ट्रेड्स' (एडवर्ड हेज़न, 1836), 'ए जनरल डिस्क्रिप्शन ऑफ ऑल ट्रेड्स' (कैम्बेल, 1747), 'द यूनिवर्सल प्लाजा ऑफ ऑल द प्रोफेशन्स ऑफ द वर्ल्ड' शामिल थे। पॉवेल द्वारा 'टॉम ऑफ ऑल ट्रेड्स' आदि। स्विस शिक्षक एवं दार्शनिक पेस्टोलोजी (1746-1827) ने भी निर्देशन के विकास में महत्वपूर्ण योगदान दिया। शैक्षिक चिन्तक कमेनियस ने भी शिक्षकों के निर्देशन हेतु कई पुस्तकें लिखीं। प्रोफेसर व्हाईट हेड के अनुसार शिक्षा का कार्य बच्चों में ऊपर से ज्ञान का विकास करना नहीं है अपितु उन्हें अपने स्व के विकास के लिए उत्तेजित करना एवं निर्देशित करना है।

एतिहासिक दृष्टि से एक अनुशासन के रूप में निर्देशन और परामर्श के विकास के कई प्रमाण हैं जिनके अनुसार निर्देशन की शुरुआत 20 वीं शताब्दी में अमेरिका में हुई थी एक पेशे के रूप में मार्गदर्शन और परामर्श का विकास 1800 के दशक के अंत में संयुक्त राज्य अमेरिका में शुरू हुआ। यह मूलतः औद्योगिक क्रांति, सामाजिक सुधार आंदोलन और व्यावसायिक मार्गदर्शन आंदोलन की प्रतिक्रिया थी। अमेरिकी गरीबी से त्रस्त थे, भीड़भाड़ वाले शहरी इलाकों में रहते थे। बाल श्रम का उपयोग आदर्श बनता जा रहा था, काम करने की स्थितियाँ खराब थीं और अमेरिकी क्रोधित थे। अमेरिकियों को कार्यबल के लिए तैयार रहने की आवश्यकता थी बाल श्रम बढ़ रहा था और 12-14 वर्ष की आयु के बच्चे स्कूल छोड़ रहे थे इन विषम परिस्थितियों में व्यावसायिक परामर्शदाता की भूमिका को एक आवश्यकता के रूप में देखा गया। समाज में व्यक्ति के व्यक्तिगत विकास पर जोर दिया जा रहा था। तात्कालिक परिस्थितियों ने संयुक्त राज्य अमेरिका में कई आंदोलनों का रूप ले लिया जो निम्नलिखित हैं -

- मानसिक स्वास्थ्य आंदोलन
- व्यावसायिक निर्देशन आंदोलन
- मानकीकृत परीक्षण आंदोलन
- प्रो-परामर्श विधायी अधिनियम आंदोलन

20वीं सदी की शुरुआत में यूरोप में, विशेष रूप से जर्मनी, फ्रांस और यूके में निर्देशन और परामर्श के लिए पहले कार्यक्रमों की स्थापना देखी गई। उस समय व्यावसायिक परामर्श पर मुख्य फोकस था, जिसका उद्देश्य लोगों को करियर संबंधी निर्णय लेने में सहायता करना था। फ्रैंक पार्सन्स, एक अमेरिकी समाज सुधारक, जिन्होंने 1910 में "चोइसिंग ए वोकेशन" में व्यावसायिक पसंद का एक

त्रिपक्षीय माडल विकसित किया, फ्रैंक पार्सन्स निर्देशन और परामर्श के क्षेत्र में पहले अग्रदूतों में से एक थे।

1883 में संयुक्त राज्य अमेरिका में जी. स्टेनली हॉल ने जॉन्स हॉपकिन्स विश्वविद्यालय में पहली मनोवैज्ञानिक प्रयोगशाला स्थापित की। निर्देशन आन्दोलनों के विकास के बाद 1890, में जेम्स कैटल ने एक लेख प्रकाशित किया जिसमें 'मेटा टेस्ट' शब्द का प्रयोग पहली मनोवैज्ञानिक साहित्य में किया गया। 1905 में अल्फ्रेड बेनेट और उनके सहयोगी थियोडर साइमन ने पहला जनरल प्रकाशित किया।

1908 में, फ्रैंक पार्सन्स ने बोस्टन में वोकेशनल ब्यूरो की स्थापना की। पार्सन्स की चिंता और विश्वास यह था कि यदि व्यक्ति अपनी ताकत और कमजोरियों को समझ सकते हैं, तो इस तरह के ज्ञान का उपयोग व्यावसायिक अवसरों को चुनने के लिए किया जा सकता है। इस अग्रणी प्रयास ने आधुनिक निर्देशन के विकास में एक महान भूमिका निभाई।

व्यावसायिक निर्देशन आंदोलन, वंचित अमेरिकियों के बीच बेरोजगारी, अभाव और गरीबी की समस्याओं को कम करने का एक प्रयास था। पार्सन्स द्वारा शुरू किए गए इस प्रयोग के सकारात्मक परिणाम सामने आए और ब्यूरो द्वारा प्रदान की गई सेवाओं से कई युवाओं को काफी फायदा हुआ। लगभग उसी समय एली लीवर ने न्यूयॉर्क शहर के प्रत्येक स्कूल में निर्देशन समीतियों की स्थापना की। 1910 में, मेयर ब्लूमफ़ील्ड ने अकेले ही संयुक्त राज्य अमेरिका में व्यावसायिक निर्देशन पर पहले राष्ट्रीय सम्मेलन को बढ़ावा दिया। दूसरी ओर, एली वीवर ने 1912 में व्यावसायिक निर्देशन पर दूसरे राष्ट्रीय सम्मेलन को बढ़ावा दिया, जबकि जॉर्ज मेनिल स्कूल प्रणाली के भीतर परामर्श का अभ्यास करने वाले पहले अमेरिकी थे, जब वह 1895 में कैलिफोर्निया स्कूल ऑफ मैकेनिकल आर्ट्स, सैन फ्रांसिस्को में शिक्षक थे। ह्यूगो मुंस्टरबर्ग ने "मनोविज्ञान और औद्योगिक दक्षता" नामक अपने पाठ के प्रकाशन के साथ उद्योग में कैरियर निर्देशन के विकास का बीड़ा उठाया।

द्वितीय विश्व युद्ध के दौरान सैनिकों को पेशेवर नियुक्ति और युद्ध के बाद समाज में पुनः एकीकरण में सहायता के लिए निर्देशन और परामर्श सेवाओं को नियोजित किया गया था। 1913 में नेशनल वोकेशनल गाइडेंस एसोसिएशन के गठन और उसके बाद 1915 में पहले निर्देशन जर्नल वोकेशनल को प्रकाशित किया गया।

ब्रिटिश नेशनल इंस्टीट्यूट फॉर करियर एजुकेशन एंड काउंसलिंग (एनआईसीईसी), जिसकी स्थापना 1951 में हुई थी, सलाह और परामर्श के लिए एक प्रमुख संस्थान के रूप में प्रसिद्ध हुआ।

व्यावसायिक निर्देशन आंदोलन से जुड़े परामर्श की प्रगति में अन्य अग्रणी हैं- मेयर ब्लूमफ़ील्ड, जो पार्सन्स के बाद बोस्टन के व्यावसायिक निर्देशन ब्यूरो के निदेशक बने, सिनसिनाटी स्कूल प्रणाली के फ्रैंक पी. गॉडविन, जेसी बी. डेविस, न्यूयॉर्क में एली वीवर, जॉर्ज सैन फ्रांसिस्को में मेरिल और हार्वर्ड विश्वविद्यालय के ह्यूगो मुंस्टरबर्ग। इनमें से प्रत्येक ने निर्देशन सेवा के विकास के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ प्रयास किया।

1952 में अमेरिकन स्कूल काउंसलर एसोसिएशन की स्थापना की गई। एएससीए स्कूल, घर, समुदाय और दुनिया में छात्रों की सफलता को बढ़ावा देने के लिए स्कूल परामर्शदाताओं को ज्ञान, कौशल, जुड़ाव और संसाधनों से सशक्त बनाता है। 1960 के दशक में नए परामर्श सिद्धांत और विचारक सामने आए जिनमें निर्देशकों के प्रशिक्षण और नियुक्ति के लिए अतिरिक्त धन उपलब्ध कराने के लिए राष्ट्रीय रक्षा शिक्षा अधिनियम में संशोधन किया। 1950 और 1960 के दशक में, जैसे ही परामर्शदाताओं ने व्यक्तिगत विकास, आत्म-सम्मान और पारस्परिक संबंधों जैसे विषयों को संबोधित करना शुरू किया, निर्देशन और परामर्श पर जोर व्यक्तिगत और सामाजिक विकास में बदल गया। यह विकास का क्रम अनवरत रूप से वर्तमान में भी जारी है।

स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न –

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए -

1. एक सामान्य सेवा के रूप में -----को शिक्षा और शैक्षिक प्रक्रियाओं का पर्याय माना जाता है।
2. ब्रिटिश नेशनल इंस्टीट्यूट फॉर करियर एजुकेशन एंड काउंसलिंग (एनआईसीईसी), जिसकी स्थापना----- में हुई थी,
3. 1908 में, -----ने बोस्टन में वोकेशनल ब्यूरो की स्थापना की।
4. ----- में पहले निर्देशन जर्नल वोकेशनल को प्रकाशित किया गया।

भारत में निर्देशन का इतिहास-

महाभारत काल में निर्देशन की प्रक्रिया तब दिखाई दी, जब भगवान श्री कृष्ण ने अर्जुन को उपदेश देते हुए भगवतगीता के रहस्यों के बारे में बताया था जो की तत्कालीन समय की आवश्यकता के अनुकूल निर्देशन का एक रूप है। हमारे देश में निर्देशन आन्दोलन चार दशकों से भी अधिक समय से एक संगठित व्यावसायिक गतिविधि थी। भारत में परामर्श को 1938 में ही एक महत्वपूर्ण सेवा के रूप में मान्यता दी गई थी जब आचार्य नरेन्द्र देव समिति ने शिक्षा में परामर्श और निर्देशन के महत्व को रेखांकित किया था। निर्देशन और परामर्श को नई और उभरती ताकतें माना जाता था जो शिक्षा प्रणाली के लिए बेहद महत्वपूर्ण थीं। कलकत्ता विश्वविद्यालय को 1938 में अपने व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग के एक अनुभाग के रूप में निर्देशन शुरू करने वाला पहला भारतीय विश्वविद्यालय होने का गौरव प्राप्त है। इस अनुभाग का मुख्य उद्देश्य शैक्षिक और व्यावसायिक निर्देशन के क्षेत्र में अनुसंधान करना था। विभाग के तत्कालीन प्रमुख जी .एस .बोस ने इस अनुभाग को प्रारंभिक निर्देश दिए थे। इस विभाग का मुख्य उद्देश्य शैक्षणिक एवं कैरियर निर्देशन के क्षेत्र में कार्य करना था।

1941 में, बाटलीबॉय व्यावसायिक निर्देशन ब्यूरो की स्थापना कलकत्ता में प्रैक्टिस करने वाले एक सेवानिवृत्त एकाउंटेंट और कलकत्ता विश्वविद्यालय के मनोवैज्ञानिक मुखर्जी के प्रयासों से मुंबई में की गई थी। लगभग छह वर्षों तक संचालित इस ब्यूरो का मुख्य उद्देश्य सैन्य समुदाय को निर्देशन सेवाएं प्रदान करना था।

पटना विश्वविद्यालय ने 1945 में मनोवैज्ञानिक सेवाओं और अनुसंधान विभाग ने छात्रों को व्यक्तिगत और व्यावसायिक निर्देशन प्रदान किया और मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का गठन किया।

पारसी पंचायत निधि और संपत्तियों के ट्रस्टर्स ने 1947 में पारसी पंचायत वोकेशनल गाइडेंस ब्यूरो की स्थापना की, इसके पहले निदेशक डॉ. एच. पी. मेहता ने पहली बार व्यावसायिक और शैक्षिक निर्देशन नामक पत्रिका प्रकाशित की। 1945 में पटना विश्वविद्यालय में मनोवैज्ञानिक देखभाल और अनुसंधान विभाग भी खोला गया जहाँ विद्यार्थियों को उनकी पढाई के अतिरिक्त उनकी सामाजिक एवं व्यक्तिगत समस्याओं में भी सहायता की गई। इसके पश्चात पटना, कलकत्ता और अन्य स्थानों में सफलता मिलने पर 1954 में केन्द्रीय शैक्षिक और व्यावसायिक मार्गदर्शन ब्यूरो की स्थापना भारत सरकार द्वारा की गई। इसके पश्चात देश के कई कॉलेजों में नौकरी सलाह केन्द्र एवं सूचना केन्द्र स्थापित किए गए और लगभग प्रत्येक राज्य में सलाहकार ब्यूरो खोले गए। 1955 में राजस्थान में तथा धीरे धीरे अन्य राज्यों आंध्र प्रदेश, असम, मैसूर एवं केरल में खोले गए। जिससे की व्यक्तियों को उनके व्यक्तित्व के सभी पहलुओं को विकसित करने में सहायता मिलने लगी।

माध्यमिक शिक्षा की सिफारिशों पर आयोग (1952-53), ने पुरानी एकपक्षीय शिक्षा व्यवस्था प्रणाली को विविध शिक्षा प्रणाली की एक योजना द्वारा परिवर्तित किया गया था। जिसमें योजना आयोग ने पाठ्यक्रमों की सात अलग-अलग स्ट्रीम प्रदान कीं माध्यमिक चरण-मानविकी, विज्ञान, कृषि, वाणिज्य, तकनीकी, ललित कला और गृह विज्ञान।

चूँकि छात्रों को पाठ्यक्रम का चयन करना था इसलिए इस अवस्था में निर्देशन की विशेष आवश्यकता होती है। जिस हेतु विद्यालयों में निर्देशन की समुचित व्यवस्था करने पर जोर दिया जाने लगा।

भारत में निर्देशन और परामर्श के लिए कोठारी आयोग, एनईपी (1986) और संशोधित शिक्षा नीति 1992 ने सिफारिश की है कि निर्देशन और परामर्श को विकास के सभी चरणों में शिक्षा का एक अभिन्न अंग माना जाना चाहिए।

भारत में पेट्रीका यूनिवर्सिटी को छात्रों की समस्याओं पर ध्यान देना शुरू करने वाले पहले संस्थानों में से एक माना जाता है। कोचर (2009) ने कहा कि विश्वविद्यालय ने 1745 में मनोवैज्ञानिक अनुसंधान सेवाओं के विभाग की स्थापना के तुरंत बाद अपने छात्रों को निर्देशन सेवाएं प्रदान करना शुरू कर दिया था। उसके बाद यह संस्था भारत और संयुक्त राज्य अमेरिका में निर्देशन और परामर्श के लिए प्रसिद्ध हो गई। 1950 से और 1960 के दौरान दुनिया के विभिन्न देशों में निर्देशन और परामर्श का विकास जारी रहा क्योंकि इसे विद्यार्थियों के लिए मददगार माना जाता था। शिक्षार्थियों को निर्णय लेने में मदद की गई जिससे उन्हें व्यवसाय चयन में सहायता प्राप्त हो सके।

स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न-

5. उचित मिलान कीजिए –

- | | |
|--|---------|
| 1. पारसी पंचायत वोक्शेनल गाइडेंस ब्यूरो | a. 1954 |
| 2. मनोवैज्ञानिक अनुसंधान सेवाओं के विभाग | b. 1941 |
| 3. केन्द्रीय शैक्षिक और व्यावसायिक मार्गदर्शन ब्यूरो | c. 1745 |
| 4. बाटलीबाँय व्यावसायिक निर्देशन ब्यूरो | d. 1947 |
6. पहली बार व्यावसायिक और शैक्षिक निर्देशन नामक पत्रिका किसने प्रकाशित की।

2.6 निर्देशन की समकालीन स्थिति -

निर्देशन बच्चे के भीतर अपनी योग्यता और स्वयं को तलाशने और समझने की आवश्यकता और शक्ति पैदा करना चाहता है ताकि वह अपने भविष्य के विकास और गतिविधियों की योजना इस तरह से बनाने में सक्षम हो सके जिससे सफलता और संतुष्टि की अधिकतम संभावना हो। निर्देशन के ऐतिहासिक दृष्टिकोण से देखने पर पता चलता है, कि विकास के साथ-साथ निर्देशन के लिए प्रत्येक क्षेत्र में निर्देशन सेवाओं को संचालित किया जाने लगा तथा विभिन्न क्षेत्रों में व्यक्ति की सहायता हेतु अलग-अलग निर्देशन कार्यक्रमों का आयोजन होने लगा। विद्यालयों में निर्देशन हेतु निर्देशन प्रकोष्ठ बनाए गए। निर्देशन की विभिन्न गतिविधियों के अवलोकन से पता चलता है, कि दो प्रकार के निर्देशन शैक्षिक और व्यावसायिक, प्रत्येक सूची में स्थान पाते हैं। यह तथ्य शैक्षिक एवं व्यावसायिक महत्व को दर्शाता है। शैक्षिक मार्गदर्शन व्यावसायिक मार्गदर्शन पर निर्भर है।

वर्तमान में निर्देशन का क्षेत्र बहुत व्यापक हो गया है। नई-नई विधियों एवं प्रविधियों के द्वारा निर्देशन दिया जा रहा है, चाहे वो व्यक्तिगत, शैक्षिक, व्यावसायिक, अथवा किसी भी क्षेत्र में हो। वर्तमान में विभिन्न प्रकार की निर्देशन सेवाओं को संचालित किया जा रहा है, जो निम्नलिखित हैं

- सूचना सेवा
- परामर्श सेवा
- आत्म अनुसूची सेवा
- व्यक्तिगत प्रदत्त संकलन सेवा
- पूर्व सेवा
- स्थानापन्न सेवा
- अनुगामी सेवा
- शोध सेवा

यद्यपि ये सभी निर्देशन सेवाएं विभिन्न उद्देश्यों की पूर्ति हेतु हैं लेकिन निर्देशन प्रदान करने की दृष्टि से इनका समन्वित महत्व है।

सूचना सेवा (Information Service)- निर्देशन की प्रक्रिया में सूचनाओं का महत्वपूर्ण स्थान है। निर्देशन प्रार्थी एवं निर्देशन प्रदाता दोनों के लिए सूचनाओं की जानकारी आवश्यक होती है।

व्यक्ति की व्यक्तिगत समस्याओं के लिए उसकी पारिवारिक, सामाजिक एवं व्यक्तिगत सूचनाओं की जानकारी होनी आवश्यक होती है। शैक्षिक निर्देशन में पाठ्यक्रम, विधियों एवं शैक्षिक अवसरों से सम्बंधित सूचनाओं की जानकारी होनी आवश्यक होती है। इसी प्रकार व्यावसायिक निर्देशन हेतु योग्यता, अभिरुचि एवं किसी भी संस्थान में रिक्त स्थानों की जानकारी होना आवश्यक है। सूचना सेवा का मुख्य उद्देश्य प्रशिक्षण के समस्त स्तरों पर जीवन के अवसरों एवं समस्याओं के बारे में व्यापक एवं यथार्थवादी दृष्टिकोण विकसित करना एवं शैक्षिक, व्यावसायिक एवं सामाजिक गतिविधियों की व्यापक समझ प्रदान करना है। सूचना सेवा मुख्यतः तीन प्रकार की होती है।

1. व्यावसायिक सूचना
2. शैक्षणिक सूचना
3. व्यक्तिगत-सामाजिक सूचना

इन उद्देश्यों की प्राप्ति हम बैठकों, अभिविन्यास कार्यक्रमों, बुलेटिन बोर्ड, आंकड़ों, विद्यालय में आयोजित अभियान आदि के द्वारा कर सकते हैं।

परामर्श सेवा(Counseling service)

इस सेवा की सहायता से विद्यार्थी एवं निर्देशन देने वाले के बीच एक मजबूत रिश्ता बनाया जाता है। इस सहायता का उद्देश्य तभी पूरा होता है, जब परामर्शदाता के पास परामर्श प्रार्थी की क्षमताओं, योग्यताओं तथा उसके द्वारा निर्धारित लक्ष्य की सम्पूर्ण जानकारी होती है इसमें किसी भी सलाह अथवा परामर्श को विद्यार्थी पर थोपा नहीं जाता है बल्कि यह तय किया जाता है कि व्यक्ति स्वयं के सन्दर्भ में इन सुझावों का मूल्यांकन करे और उचित निर्णय ले। परामर्श सेवा, निर्देशन सेवा की मुख्य सेवा है, जो वर्तमान में विद्यालयों अथवा अन्य संस्थानों में औपचारिक रूप से चलाई जा रही है तथा कई निजी संस्थान परामर्श हेतु कई कार्यक्रम आयोजित करा रहे हैं।

आत्म- अनुसूची सेवा(self schedule service)

व्यक्ति में आत्मबोध की क्षमता का विकास करने के लिए आत्मनुसूची सेवा का विशेष महत्व है इसमें व्यक्ति की आंतरिक विशेषताओं के सम्बन्ध में जानकारी प्रदान की जाती है इसके अंतर्गत व्यक्ति को स्वयं में निहित योग्यताओं, क्षमताओं एवं भावी संभावनाओं की जानकारी [प्राप्त होती है। आत्म अनुसूची से प्राप्त परिणाम व्यक्ति के जीवन की किसी विशिष्ट परिस्थिति से ही संबद्ध नहीं होते बल्कि ये परिणाम जीवन की विभिन्न परिस्थितियों के सन्दर्भ में कहीं पर भी निर्णय लेने में सहायक होते हैं।

व्यक्तिगत प्रदत्त संकलन सेवा(Individual data collection service)

व्यक्तिगत, शैक्षिक, व्यावसायिक निर्देशन हेतु विभिन्न प्रकार की आधार सामग्री का उपयोग किया जाता है। निर्देशन के लिए व्यक्ति से सम्बंधित जो भी सूचनाएं एकत्रित की जाती हैं उसके

व्यवस्थित एवं समन्वित रूप को आधार सामग्री कहा जाता है। आधार सामग्री के संकलन की प्रक्रिया को ही व्यक्तिगत प्रदत्त संकलन सेवा कहते हैं। ये कई प्रकार के हो सकते हैं जैसे –सामान्य आंकड़े (नाम ,आयु ,लिंग ,पिता का नाम ,कक्षा आदि), शारीरिक आंकड़े ,सामाजिक आंकड़े ,शैक्षिक एवं मनोविज्ञान से सम्बंधित आंकड़े आदि ।

पूर्व-सेवा (Pre-service)

व्यावसायिक निर्देशन के अंतर्गत इस सेवा का विशेष उपयोग किया जाता है। पूर्व सेवा विद्यालय एवं किसी भी शैक्षिक संस्था के कार्य जगत में जाने की तैयारी से संबद्ध है। सर्वप्रथम इसे अमेरिका के माध्यमिक विद्यालयों में प्रारम्भ किया गया था। भारत में सन् 1976 ई. के बाद से पूर्व सेवा, केन्द्र शासित एवं अन्य प्रदेशों में शिक्षा के व्यावसायीकरण के कार्यक्रम को लागू कर दिया गया है।

लेकिन NCERT एवं मानव संसाधन विकास मंत्रालय द्वारा कई योजनाएं इस सन्दर्भ में प्रस्तावित की जा चुकी हैं इसके बावजूद ये योजनाएं बहुत ज्यादा सफल नहीं हो पाईं। क्योंकि यहाँ पर ठीक प्रकार की प्रबंधन व्यवस्था का अभाव था साथ ही व्यावसायिक पाठ्यक्रम में पास हुए विद्यार्थियों को रोजगार न मिलना, व्यावसायिक वृत्तिक अवसरों का प्रावधान न होना आदि। इन योजनाओं के सफल संचालन के लिए निर्देशन के विभिन्न साधनों में सामंजस्य स्थापित करने हेतु निर्देशन का व्यापक संगठन बनाया जाना चाहिए जिसे अन्य साधनों से सम्बंधित किया जा सके।

स्थानापन्न- सेवा(Placement- service)

निर्देशन सेवाओं के लिए स्थानापन्न सेवा का महत्वपूर्ण स्थान है। निर्देशन कार्यक्रम तभी सुचारु रूप से सफल हो सकता है जब नियोजन (स्थानापन्न) अनुवर्ती सेवाएँ समुचित प्रकार से उपलब्ध हों। भारत में निर्देशन सेवाओं को उचित प्रकार से संगठित नहीं किया गया है।

इसके अंतर्गत किसी व्यक्ति को उसकी योग्यता एवं क्षमताओं के अनुरूप सही समय पर उचित स्थान पर पहुंचाने में मदद करना। इसका संबंध लोगों को एक ऐसा स्थान ढूंढने में मदद करने से है जो उनके शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य और कल्याण में योगदान देगा।

वर्तमान समय में प्रत्येक माता-पिता अपने बच्चों को अच्छी उच्च शिक्षा दिलाना चाहता है तथा उस पर व्यय करने के लिए भी तत्पर रहता है। इस दिशा की ओर अपने प्रयासों को भी जारी रखता है क्योंकि शिक्षा की प्रक्रिया आगामी जीवन की तैयारी का मार्ग होती है। शिक्षा समाप्ति के बाद व्यक्ति किसी व्यवसाय में स्थान प्राप्त कर लेता है। आज अनेकों व्यावसायिक पाठ्यक्रमों के संचालित होने के कारण व्यवसाय चयन में कठिनाई नहीं आती है बल्कि उसका स्थानापन्न पाठ्यक्रम के द्वारा निर्धारित हो जाता है। व्यावसायिक निर्देशन द्वारा छात्रों की योग्यताएँ एवं क्षमताओं के अनुरूप ही स्थानापन्न के लिए सुझाव दिया जाता है। स्थानापन्न संस्थाएँ छात्र को कहाँ और किस व्यवसाय जाना इस प्रकार का निर्देशन प्रदान नहीं करती। विद्यार्थी को स्वयं

स्थानापन्न के लिए प्रयास करना होता है। किसी भी व्यवसाय या व्यावसायिक प्रशिक्षण कार्यक्रम में उपयुक्त स्थान दिलाने की प्रक्रिया को स्थानापन्न सेवा कहा जाता है। इसे **नियोजन, स्थान तथा नियुक्ति सेवा** के नाम से भी जाना जाता है।

अनुगामी सेवा (Follow- up services)

अनुवर्ती सेवा से तात्पर्य सलाह या परामर्श जैसी शैक्षणिक सेवाएं प्राप्त करने के बाद छात्रों की प्रगति की व्यवस्थित रूप से निगरानी करना है। इसके दो मुख्य उद्देश्य हैं- निर्देशन कार्यक्रमों और सेवाओं की प्रभावशीलता का मूल्यांकन करना, और पाठ्यक्रम और सेवाओं में सुधार के लिए प्रतिक्रिया प्राप्त करना। फॉलो-अप दो प्रकार के होते हैं: स्कूल में फॉलो-अप वर्तमान छात्रों की निगरानी करता है, जबकि स्कूल के बाहर फॉलो-अप रोजगार, आगे की शिक्षा और स्कूल के कार्यक्रमों पर प्रतिक्रिया जैसे परिणामों को समझने के लिए स्नातकों के साथ संपर्क बनाए रखता है। अनुवर्ती सेवा से प्राप्त जानकारी स्कूलों को निर्देशन सेवाओं और शैक्षिक कार्यक्रमों को मजबूत करने में मदद करती है। इसका उद्देश्य स्कूल निर्देशन कार्यक्रम के प्रभाव या प्रभावशीलता की सीमा के बारे में पूर्व छात्रों से जानकारी प्राप्त करना है। ताकि प्राप्त फीडबैक के आधार पर, स्कूल निर्देशन कार्यक्रम में प्रासंगिक परिवर्तन कर सके।

निर्देशन कार्यकर्ता आमतौर पर स्कूल छोड़ने के बाद छात्रों और ड्रॉप-आउट्स के साथ संपर्क बनाए रखता है। फॉलो-अप के लिए अपनाई जाने वाली सबसे आम विधियों में से एक प्रश्नावली है जो छात्रों को स्कूल छोड़ने के बाद समय-समय पर भेजी जाती है। पूर्व छात्रों के अनुभवों के आधार पर, मार्गदर्शन कार्यकर्ता वर्तमान छात्रों के लिए भविष्य का कार्यक्रम तैयार कर सकता है।

अनुसंधान सेवा (Research service)

अनुसंधान सेवा निर्देशन की अत्यंत आवश्यक सेवा है इसका उपयोग उपलब्ध साधनों एवं निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति आदि का मूल्यांकन करने के लिए किया जाता है जिसके परिणामस्वरूप पाठ्यक्रम अथवा विधियों में सकारात्मक परिवर्तन किए जा सकते हैं।

वर्तमान समय में निर्देशन को बढ़ावा देने के लिए कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में प्रशिक्षण दिया जा रहा है जिसके अंतर्गत बी.एड कार्यक्रम तथा निर्देशन में पाठ्यक्रम संचालित किए जा रहे हैं। और मनोविज्ञान में एम.ए. इनमें से कुछ अल्पकालिक पाठ्यक्रम आयोजित करके करियर मास्टर्स को प्रशिक्षित भी करते हैं।

कुछ निजी निर्देशन एजेंसियाँ भारत में धर्मार्थ ट्रस्टों, सामाजिक कल्याण संगठनों या शैक्षिक समितियों द्वारा प्रायोजित की गई हैं।

माध्यमिक विद्यालयों में निर्देशन सेवाएँ निम्नलिखित निर्देशन कर्मियों द्वारा संचालित की जाती हैं जो स्कूलों में अच्छी तरह से व्यवस्थित एवं सुचारू निर्देशन सेवाएँ संचालित करते हैं-

1. प्रिंसिपल और उनके सहयोगी।
2. एक निर्देशन परामर्शदाता।
3. शिक्षक-परामर्शदाता या कैरियर मास्टर्स।

4. सेवा के विशिष्ट क्षेत्रों में विशेषज्ञ (अंशकालिक या पूर्णकालिक), जिसमें निम्नलिखित शामिल हैं-
- सामाजिक कार्यकर्ता
 - मनोवैज्ञानिक
 - डॉक्टर, दंत चिकित्सक, नर्स
 - माता-पिता
 - सामुदायिक स्वास्थ्य, कल्याण और मार्गदर्शन एजेंसियां।

वैसे तो निर्देशन के क्षेत्र में कई महत्वपूर्ण कार्य हुए हैं लेकिन अभी भी उनमें कुछ सुधार की आवश्यकता है। जैसे- कॉलेजों में करियर सलाह देने वाली संस्थाएं भी केवल नाम के लिए मौजूद हैं। एक ओर निर्देशन अधिकारियों में प्रतिबद्धता की भावना की कमी, प्रशासन की ओर से संरक्षण और समर्थन की कमी और दूसरी ओर नवीनतम व्यावसायिक सूचना सामग्री की कमी के कारण उन्होंने संस्थानों में अपनी उपस्थिति दर्ज नहीं कराई है। छात्रों की भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक समस्याओं से निपटने के लिए व्यावसायिक शिक्षा और निर्देशन और परामर्श के अन्य महत्वपूर्ण और वांछनीय पहलुओं से बना निर्देशन का एकीकृत कार्यक्रम कहीं भी प्रस्तुत नहीं किया गया है। अभी भी निर्देशन सेवाओं और परामर्श का महत्वपूर्ण स्थान नहीं है। कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में निर्देशन की अवधारणा को मार्गदर्शन के एक पहलू अर्थात् व्यावसायिक मार्गदर्शन तक सीमित कर दिया गया है। ऐसा कोई राष्ट्रीय संगठन नहीं है जो संपूर्ण निर्देशन और परामर्श कार्यक्रम को प्रभावी ढंग से क्रियान्वित कर सके। अतः आवश्यकता है कि हम अपने कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में इस आवश्यक सेवा के संबंध में एक स्पष्ट नीति विकसित करें जिससे कि व्यक्तियों को अपनी व्यक्तिगत समस्याओं, छात्रों को पाठ्यक्रम चयन, उचित व्यवसाय के चयन में एवं सामाजिक रूप से समायोजन करने में आने वाली समस्याओं का प्रभावी रूप से निराकरण हो सके।

स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न –

7. सूचना सेवा मुख्यतः कितने प्रकार की होती हैं।
8. भारत में केन्द्र शासित एवं अन्य प्रदेशों में शिक्षा के व्यावसायीकरण के कार्यक्रम, पूर्व सेवा को कब लागू किया गया।

2.7 सारांश

प्रस्तुत इकाई में आपने निर्देशन के इतिहास एवं निर्देशन की वर्तमान स्थिति के विषय में जाना। भारत में निर्देशन एवं परामर्श केन्द्रों के विकास को जाना। निर्देशन और परामर्श वास्तव में मानव प्रयास के क्षेत्र के रूप में कब शुरू हुआ यह निश्चित नहीं है। लेकिन गिब्सन और मिशेल (1981) की रिपोर्ट है कि शायद मनुष्य द्वारा निर्देशन की शुरुआत तब हुई जब ईव को

ईडन के बगीचे में निषिद्ध फल खाने का परिणाम भुगतना पड़ा। प्रारम्भ में निर्देशन के सिद्धांतों का आरम्भ प्राचीन ग्रीस एवं रोम में प्लेटो एवं अरस्तु के दार्शनिक शिक्षण के साथ शुरू हुआ निर्देशन का ऐतिहासिक मूल महान ग्रीक दर्शन के कार्यों एवं विचारों में परिलक्षित होता है जो कि शिक्षा के द्वारा प्रत्येक व्यक्ति के विकास को बढ़ावा देता है। भारत में निर्देशन की औपचारिक शुरुआत 1938 में एक महत्वपूर्ण सेवा के रूप में हुई थी जब आचार्य नरेन्द्र देव समिति ने शिक्षा में परामर्श और निर्देशन के महत्व को रेखांकित किया था। धीरे-धीरे विकास होता गया और निर्देशन की कई महत्वपूर्ण सेवाओं का आयोजन होने लगा जैसे- सूचना सेवा, आत्मअनुसूची सेवा, स्थानापन्न सेवा अनुसंधान सेवा आदि जिससे की छात्रों को अपनी व्यक्तिगत, शैक्षिक सामाजिक समस्याओं के समाधान हेतु सुझाव प्राप्त हो सकें। वर्तमान में निर्देशन सेवाओं को और अधिक प्रभावी बनाना आवश्यक है, जिससे की इसका समुचित लाभ उठाया जा सके।

2.8 स्वमूल्यांकित प्रश्नों के उत्तर

1. निर्देशन एवं परामर्श
2. 1951
3. फ्रैंक पार्सन्स
4. 1915
5. 1-d, 2-c, 3-a, 4-b
6. डॉ. एच. पी. मेहता
7. सूचना सेवा मुख्यतः तीन प्रकार की होती हैं।
 - i. व्यावसायिक सूचना
 - ii. शैक्षणिक सूचना
 - iii. व्यक्तिगत-सामाजिक सूचना
8. 1976

2.9 सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. <https://www.shareyouressays.com/knowledge/the-present-position-of-guidance-and-counseling-in-india/95512>
2. <https://www.slideshare.net/slideshow/the-historical-origin-of-guidance-and-counselling-pdf/251966661>
3. <https://www.scotbuzz.org/2019/07/nirdeshan-seva.html>
4. <https://www.scribd.com/document/627824623/History-of-Guidance-and-Counseling>

5. <https://www.slideshare.net/slideshow/history-of-guidance-and-counseling-1/466>
6. सक्सेना.राधारानी.(2009) शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श राजस्थान हिन्दी ग्रन्थ अकादमी जयपुर ।
7. शर्मा . आर.ए .(2011) शैक्षिक एवं व्यावसायिक निर्देशन तथा परामर्श आर.लाल.बुक डिपो मेरठ ।
8. Tiwari Ramakant. (2009) Guidance and Counseling Kunal books Dariyaganj New Delhi

2.10 निबन्धात्मक प्रश्न

1. निर्देशन के इतिहास को विस्तार पूर्वक लिखिए ।
2. निर्देशन सेवाओं की आवश्यकता को स्पष्ट करते हुए उनका वर्णन कीजिए ।
3. निर्देशन की समकालीन स्थिति पर प्रकाश डालिए ।

इकाई 3. निर्देशन में माता पिता, अध्यापक एवं विद्यालय एवं परामर्शदाताओं की भूमिका (Role of Parents, teachers, School and Counselor in Guidance)

इकाई संरचना

- 3.1 प्रस्तावना
- 3.2 उद्देश्य
- 3.3 निर्देशन में माता-पिता की भूमिका
- 3.4 निर्देशन में शिक्षक की भूमिका
- 3.5 निर्देशन में परामर्शदाता
- 3.6 परामर्शदाता के कार्य
- 3.7 परामर्शदाता की भूमिका
- 3.8 परामर्शदाता के उत्तरदायित्व
- 3.9 सारांश
- 3.10 स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्नों के उत्तर
- 3.11 संदर्भ ग्रंथ सूची
- 3.12 निबंधात्मक प्रश्न

3.1 प्रस्तावना

माता-पिता बच्चे के जीवन में पहले शिक्षक के रूप में काम करते हैं, और शिक्षा में उनकी भागीदारी कक्षा में उनके समर्थन को बढ़ाती है। अपने बच्चे के पाठ्यक्रम, असाइनमेंट और प्रगति के बारे में जानकारी रखकर, माता-पिता घर पर मूल्यवान शैक्षणिक सहायता प्रदान कर सकते हैं। वे होमवर्क में सहायता कर सकते हैं, स्कूल के विषयों के बारे में चर्चा में शामिल हो सकते हैं और सीखने के उद्देश्यों को सुदृढ़ कर सकते हैं। यह सक्रिय भागीदारी छात्रों को उनकी समझ को मजबूत करने, प्रमुख अवधारणाओं को सुदृढ़ करने और सीखने में किसी भी अंतर को पाटने में मदद करती है। निर्देशक के रूप में शिक्षक अपने विद्यार्थियों को अनेक प्रकार से निर्देशन प्रदान करता है, वह परामर्शदाता के रूप में भी अपने कर्तव्यों का निर्वाहन करता है।

3.2 उद्देश्य

प्रस्तुत इकाई के अध्ययन के बाद आप-

1. अच्छे निर्देशन कार्य में माता-पिता की क्या भूमिका होती है।
2. जान सकेंगे कि अच्छे निर्देशन कार्य में शिक्षक की क्या भूमिका होती है।
3. कुशल निर्देशक के रूप में एक अच्छे शिक्षक के गुणों से अवगत करा सकेगी।
4. यह जान सकेंगे कि एक शिक्षक किन-किन रूपों में निर्देशक की भूमिका का निर्वहन कर सकता है।
5. बता सकेंगे कि परामर्शदाता कौन होता है।
6. परामर्शदाता के गुणों को सूचीबद्ध कर सकेंगे।
7. विभिन्न परामर्श कौशलों को जान सकेंगे।
8. परामर्श प्रक्रिया में परामर्शदाता की भूमिका की व्याख्या कर सकेंगे।
9. परामर्शदाता के उत्तरदायित्वों से अवगत हो सकेंगे।

3.3 निर्देशन में माता-पिता की भूमिका

स्कूल काउंसलिंग से छात्रों के शैक्षणिक प्रदर्शन, कक्षा व्यवहार स्कूल में नियमितता और में वृद्धि होती है। शोध से पता चलता है कि छात्रों ने काउंसलिंग के कारण साथियों और शिक्षक के साथ अपने संबंधों में भी सुधार को स्वीकार है। यह साबित करता है कि स्कूल काउंसलिंग की छात्रों के व्यवहार और स्कूल, शैक्षणिक प्रगति और सीखने के प्रति दृष्टिकोण को आकार देने में एक प्रमुख भूमिका है। स्कूल काउंसलर बालकों में बढ़ी हुई प्रगति को प्रदर्शित करते हैं।

माता-पिता परामर्शदाता से अपेक्षा करते हैं कि वे उनके बच्चों को अलग-अलग क्षेत्रों में सहायता करें जैसे कि किशोरों का आत्म-प्रबंधन, आत्म-सम्मान, शिक्षा में अवसर, कैरियर मार्गदर्शन और साथियों के साथ संबंध, स्वास्थ्य और संचार। माता-पिता अपने बच्चे के शैक्षणिक जीवन में अधिक शामिल होते हैं और उनकी शिक्षा पर पर्याप्त ध्यान देते हैं। पहले, शोधकर्ताओं और चिकित्सकों का मानना था कि जब बच्चे के प्रदर्शन में कोई समस्या होती थी, तो ध्यान बच्चे पर होता था। और अब यह माता-पिता-बच्चे के रिश्ते में बदल गया है। शोध साबित करता है कि जब परिवार में संघर्ष होता है और साथ ही माता-पिता और अंतरंग साथी हिंसा करते हैं, तो यह बच्चे के व्यवहार और स्कूल के प्रदर्शन सहित कई तरीकों से प्रभावित होता है। परामर्श सत्र में माता-पिता को शामिल करना बच्चों के लिए महत्वपूर्ण और फायदेमंद है।

स्कूल काउंसलिंग में माता-पिता को शामिल करने पर, स्कूल काउंसलर को कई कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है जैसे कि माता-पिता के काउंसलिंग के प्रति धारणा, समस्या के प्रति माता-पिता का रवैया और समस्याग्रस्त पैरेंटिंग स्टाइल। लेकिन जब एक स्कूल काउंसलर माता-पिता को काउंसलिंग की प्रक्रिया, नैतिकता और बच्चे

की समस्या को प्रभावी ढंग से समझाता है, तो माता-पिता काउंसलिंग के लिए सहयोगी बन जाते हैं। इसी तरह, माता-पिता को लगभग तुरंत बदलाव की उम्मीद होती है, जिसे स्कूल काउंसलर द्वारा सही ढंग से सुलझाया जाना चाहिए। जब माता-पिता काउंसलिंग और इसमें शामिल होने की अपनी आवश्यकता के बारे में जानते हैं तो वे क्लाइंट के लिए समर्थन का एक महत्वपूर्ण साधन बन जाते हैं। स्कूल काउंसलिंग प्रक्रिया के एक हिस्से के रूप में नैतिकता और सहमति के बारे में माता-पिता को शिक्षित करना काउंसलिंग को सुविधाजनक बनाएगा और काउंसलर, माता-पिता और बच्चे के बीच एक सहायक चिकित्सीय संबंध का निर्माण करेगा।

स्कूल काउंसलरों के शैक्षणिक पाठ्यक्रम में बाधाओं से निपटने के लिए काउंसलर प्रशिक्षण को शामिल करने की आवश्यकता है। इससे उन्हें माता-पिता के समावेशन के महत्व, उनसे संपर्क करने के तरीकों, समावेशन की प्रक्रिया और परामर्श प्रक्रिया में आने वाली बाधाओं के प्रबंधन के बारे में पर्याप्त ज्ञान प्राप्त करने में मदद मिल सकती है।

शिक्षक व परामर्शदाता के साथ मिलकर माता पिता अपने बच्चे के बारे में निम्न बातों की जानकारी प्राप्त कर सकते हैं पेरेंटिंग में सुधार कर सकते हैं। जैसे –

- बच्चा स्कूल में कैसा कर रहा है?
- बच्चे की ताकत और कमजोरियाँ क्या हैं?
- क्या कोई चिंता या देरी से विकास के क्षेत्र हैं?
- इस साल मेरे बच्चे के लक्ष्य क्या हैं?
- पेरेंटिंग में सुधार के लिए क्या सुझाव हैं?
- बच्चे को बेहतर प्रदर्शन करने में मदद करने के लिए कौन से कार्यक्रम उपलब्ध हैं?
- क्या मेरा बच्चा वयस्कों के साथ अच्छा व्यवहार करता है?
- क्या मेरा बच्चा अपने साथियों के साथ अच्छा व्यवहार करता है?
- मैं घर पर अनुशासन सुधारने के लिए क्या कर सकता हूँ?
- क्या ऐसे तरीके हैं जिनसे मैं अपने बच्चे के साथ संचार में सुधार कर सकता हूँ?
- परिवार में बदलाव (मृत्यु, तलाक, बीमारी, वित्तीय स्थिति, स्थानांतरण) के बाद मैं क्या कर सकता हूँ?
- अगर मेरा बच्चा (घर से भाग रहा है, अपमानजनक व्यवहार कर रहा है, अन्य समस्याएँ हैं) तो मुझे क्या करना चाहिए?
- कॉलेज में प्रवेश के लिए अपने बच्चे को तैयार करने के लिए मुझे क्या करना होगा?

- वित्तीय सहायता और छात्रवृत्ति के बारे में जानकारी के लिए सबसे अच्छे संसाधन कौन से हैं?
- मुझे क्या करना चाहिए? मेरा बच्चा (दुखी है, सो नहीं रहा है, खाना नहीं खा रहा है, ज्यादा खा रहा है, गुस्सा करता है, आदि)
- अगर मुझे अपने बच्चे के दोस्त पसंद नहीं हैं तो मैं क्या करूँ?

3.4 निर्देशन में शिक्षक की भूमिका

निर्देशन कार्य में शिक्षक की भूमिका को समझने से पहले हमें निर्देशन और शिक्षक इन दो शब्दों को भली-भाँति समझना होगा। अब तक की चर्चा में हम निर्देशन शब्द से भली भाँति परिचित हो चुके हैं। अतः अब हम शिक्षक शब्द से परिचय प्राप्त करने का प्रयास करेंगे।

शिक्षक की परिभाषा

शिक्षा शब्द 'शिक्ष' धातु से बना है, जिसका अर्थ है 'सीखना' अथवा 'सिखाना' अतः जो व्यक्ति सिखाने का कार्य करता है, उसे हम शिक्षक कह सकते हैं। किन्तु एक वास्तविक शिक्षक का कार्य केवल इतना ही नहीं है। अपितु उसे एक कुम्हार की भाँति अपने छात्र को गढ़ना होता है।

जान एडम्स के अनुसार "शिक्षक मनुष्य का निर्माता है"

हुमाँयु कबीर ने शिक्षक को "राष्ट्र का भाग्य निर्माता कहा है"

भारतीय संस्कृति में गुरु को ब्रह्मा, विष्णु, महेश की संज्ञा दी गयी है -

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णु गुरुर्देवो महेश्वरः गुरुर्साक्षात्परब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नमः।

अतः हम कह सकते हैं कि गुरु ब्रह्मा बनकर अपने शिष्य के भीतर श्रेष्ठता को जन्म देता है, विष्णु बनकर उस श्रेष्ठता का पालन पोषण करता है, तथा शिव बनकर शिष्य के दोषों का संहार करता है, अतः गुरु साक्षात् परब्रह्मा हैं।

निर्देशन कार्य में शिक्षक का महत्व

शिक्षक की उपरोक्त परिभाषायें यह सिद्ध करती हैं कि एक व्यक्ति को जीवनपर्यन्त निर्देशक की आवश्यकता होती है, तथा शिक्षक कुशलतापूर्वक निर्देशक की इस भूमिका का निर्वाह करता है। निर्देशन कार्य में शिक्षक की भूमिका को हम निम्नांकित बिन्दुओं के अन्तर्गत स्पष्ट करते हैं-

1. विद्यार्थी शिक्षक को अपना आदर्श मानता है।
2. अनेक विद्यार्थी शिक्षक का अन्धानुसरण करते हैं।
3. शिक्षक और विद्यार्थी का अत्यधिक सम्पर्क रहता है।
4. शिक्षक विद्यार्थी को भली भाँति समझता है।

उपरोक्त बिन्दुओं के आधार पर हम कह सकते हैं, कि एक निर्देशक के रूप में शिक्षक की भूमिका उतनी ही महत्वपूर्ण है जितनी परिवार में माता-पिता, समाज में नेता, जहाज में कप्तान, और बाग में माली की है।

शिक्षक के निर्देशन सम्बन्धी कार्य **Guidance Related Works of a Teacher**

निर्देशक के रूप में शिक्षक अपने विद्यार्थियों को अनेक प्रकार से निर्देशन प्रदान करता है, शिक्षक के निर्देशन सम्बन्धी कार्यों को समझने के लिए हम उसके कार्यों को निम्नांकित दो भागों में विभाजित कर सकते हैं-

1. वैयक्तिक निर्देशन Personal Guidance
2. शैक्षिक निर्देशन Educational Guidance

व्यक्तिक निर्देशन Personal Guidance-यद्यपि किसी भी प्रकार का निर्देशन व्यक्ति विशेष को ही प्रदान किया जाता है, अतः प्रत्येक निर्देशन वैयक्तिक निर्देशन की श्रेणी में रखा जा सकता है तथापि अध्ययन की सुविधा के लिए हम वैयक्तिक निर्देशन के प्रकारों का विभाजन निम्नांकित रूप में कर सकते हैं-

1. **संवेगात्मक निर्देशन Emotional Guidance-**हमारा अधिकांश जीवन संवेगों के द्वारा संचालित होता है अतः जीवन को उपयुक्त दिशा देने के लिए हमें संवेगों पर नियन्त्रण रखना आवश्यक है। किशोरावस्था में बालक का संवेगात्मक विकास तीव्रता से हो रहा होता है, एक शिक्षक के सम्पर्क में अधिकांशतः किशोर अथवा युवा बालक आते हैं अतः निर्देशक के रूप में शिक्षक का सबसे महत्वपूर्ण कार्य बालक के संवेगों को सही दिशा देना है।
2. **स्वास्थ्य सम्बन्धी निर्देशन Health Related Guidance-** किशोरावस्था तूफान की अवस्था कही जाती है, इस अवस्था में बालक का ध्यान अपने स्वास्थ्य पर या तो नहीं रहता या वह स्वास्थ्य के प्रति बहुत सजग हो जाता है। इन दोनों ही स्थितियों में उसे शिक्षक के द्वारा कुशल निर्देशन की आवश्यकता होती है, यदि वह अपने स्वास्थ्य के प्रति सजग नहीं है तो उसे सचेत करने का दायित्व शिक्षक का बनता है। यदि वह अपने शरीर निर्माण के लिए गलत साधनों का प्रयोग कर रहा है तो उसे रोकना भी शिक्षक का दायित्व है।
3. **व्यवहार सम्बन्धी निर्देशन Behavioural Guidance-** छात्र जीवन में व्यक्ति प्रायः व्यवहार कुशल नहीं होता जिस कारण उसके समक्ष सामाजिक समायोजन की समस्या उत्पन्न हो जाती है। एक कुशल निर्देशक के रूप में शिक्षक अपने विद्यार्थियों को इस प्रकार का निर्देशन देता है जिससे वह अपने साथियों और समाज में भली-भाँति समायोजित हो सके।

शैक्षिक निर्देशन Educational Guidance

शिक्षक के शैक्षिक निर्देशन सम्बन्धी कार्य को हम निम्नांकित शीर्षकों के अन्तर्गत विभाजित कर सकते हैं-

1. **उपयुक्त विषय के चुनाव में सहायता करना Helpful in Selecting Appropriate Subject-** प्रायः विषय चयन के सम्बन्ध में विद्यार्थी अपने साथियों का अनुसरण करते हैं और गलत विषयों का चुनाव कर बैठते हैं। शिक्षक का दायित्व बनता है कि वह विद्यार्थी की रुचि और योग्यता का ध्यान रखते हुए उसे विषय चयन में इस प्रकार सहायता प्रदान करे जिससे विद्यार्थी अपना भविष्य सुरक्षित कर सके।
2. **ज्ञान प्राप्ति में सहायता करना Helpful in Acquiring Knowledge-** अनुपयुक्त परीक्षा प्रणाली और निम्नस्तरीय पुस्तकों की भीड़ ने विद्यार्थियों के ज्ञान प्राप्ति के स्तर को कम कर दिया है। शिक्षक का दायित्व यह है कि वह अपने विद्यार्थियों को विषय सम्बन्धी ज्ञान प्राप्त करने में सहायता करे तथा ज्ञान वृद्धि के लिए आवश्यक पुस्तकों उपलब्ध कराने में सहायता करे।
3. **श्रेष्ठ अभिव्यक्ति की विद्या सिखाना Teaching, Better Style of Manifestation-** आपने अपने विद्यार्थी जीवन में प्रायः यह अनुभव किया होगा कि जितना हम किसी विषय विशेष में जानते हैं, मौखिक अथवा लिखित अभिव्यक्ति का अवसर प्राप्त होने पर हम स्वयं को उतना अभिव्यक्त नहीं कर पाते। इस तरह की समस्या अधिकांश विद्यार्थियों के जीवन में आती है। एक कुशल निर्देशक के रूप में शिक्षक का यह कर्तव्य बनता है कि वह उन्हें मौखिक एवं लिखित अभिव्यक्ति के उपाय सिखाने हेतु उचित निर्देशन प्रदान करें।
4. **कक्षा कक्ष व्यवहार सम्बन्धी निर्देशन Guidance Related to Class Room Behaviour-** विद्यालय स्तर पर विद्यार्थी प्रायः कक्षा कक्ष में किये जाने वाले व्यवहारों से अनभिज्ञ रहता है। शिक्षक के कक्षा में प्रवेश करते समय, अध्यापन कार्य करते समय अथवा कक्षा से शिक्षक के बाहर जाते समय विद्यार्थी को किस प्रकार का व्यवहार करना चाहिए यह निर्देशन देने का दायित्व शिक्षक का है। इतना ही नहीं शिक्षक के समक्ष अपनी जिज्ञासा अभिव्यक्त करने अथवा अपनी बात कहने का तरीका भी शिक्षक को ही सिखाना चाहिए।
5. **अध्ययन सामग्री का चयन करने के लिए निर्देशन Guidance to Select the Study-** Material विद्यालय में पढ़ाये गये पाठ को आत्मसात करने के लिए विद्यार्थी को श्रेष्ठ अध्ययन सामग्री की आवश्यकता होती है। बाजार में उपलब्ध अनेक प्रकार की अध्ययन सामग्री में से कौन सी सामग्री स्तरीय एवं उपयोगी है इस बात का ज्ञान विद्यार्थी

को नहीं होता। अतः उचित अध्ययन सामग्री का चयन करने हेतु विद्यार्थी को निर्देशन प्रदान करना शिक्षक का दायित्व है।

6. **प्रयोगात्मक कार्य के लिए निर्देशन Guidance for Practical Work-** विद्यालय की प्रयोगशालाओं में उपलब्ध उपकरणों तथा रसायनों से विद्यार्थी प्रायः अनभिज्ञ रहते हैं। ऐसी स्थिति में वे प्रयोगशाला उपकरण, रसायन अथवा स्वयं को गम्भीर क्षति पहुँचा सकते हैं। अतः शिक्षक को चाहिए कि वह प्रयोगशाला में कार्य करते समय विद्यार्थियों के साथ स्वयं भी उपस्थित रहे तथा उन्हें प्रयोगात्मक कार्य के लिए उचित निर्देशन प्रदान करे।

शिक्षक का निर्देशन सम्बन्धी कार्यक्षेत्र (Scope of a Teacher as a Guide)-

शिक्षक के निर्देशन सम्बन्धी कार्यों की चर्चा करने से पूर्व हमें यह जान लेना आवश्यक है कि किन परिस्थितियों में विद्यार्थी को शिक्षक के निर्देशन की आवश्यकता होती है। लेखक के मतानुसार निम्नांकित कार्य क्षेत्र ऐसे हैं जहां विद्यार्थी को शिक्षक के निर्देशन की आवश्यकता अनुभव होती है-

1. शैक्षिक आवश्यकताओं की पूर्ति का क्षेत्र
2. कुसमायोजित बालकों के समायोजन का क्षेत्र
3. शैक्षिक विकास का क्षेत्र
4. सूचनाओं को समझने एवं अनुसरण करने का क्षेत्र
5. शैक्षिक उपकरणों एवं रसायनों का प्रयोग
6. पुस्तकाला
7. पाठ्य-सहगामी गतिविधियाँ
8. विशिष्ट बालकों के लिए निर्देशन

3.5 निर्देशन में परामर्शदाता

व्यक्ति का अधिकांश समय विद्यालय में व्यतीत होता है, अतः निर्देशन कार्य में एक शिक्षक का योगदान सर्वाधिक महत्वपूर्ण है।

परामर्शदाता से तात्पर्य उस व्यक्ति अथवा शिक्षक से होता है जिसके ऊपर विद्यालयीय परामर्श और निर्देशन सेवाओं को संचालित करने की जिम्मेदारी होती है। वह अपने कौशलों के द्वारा परामर्शी अथवा छात्रों को समस्याओं के समाधान की ओर अग्रसर कर भावी जीवन को तैयार करने में मदद करता है।

परामर्शदाता वह है जो-

1. परामर्शी (छात्र) की भावनाओं को भलीभांति समझकर तथ्यात्मक जानकारी हासिल करे।
 2. सभी प्राप्त सूचनाओं को गोपनीय रखे।
 3. परामर्शी को अभिव्यक्ति का पूरा मौका दे।
 4. परामर्शी के आत्मविश्वास में वृद्धि कर सके।
 5. परामर्शी की भावनाओं और विचारों का सम्मान कर सके।
 6. परामर्शी यदि असुरक्षित महसूस करें तो उसमें सुरक्षा की भावना का विकास कर सके।
 7. परामर्शी जिसके साथ सकारात्मक सम्मान और संगति का अनुभव कर सके।
 8. परामर्शी की आवश्यकताओं को समझकर लक्ष्यों का निर्धारण कर सके।
3. अपने को विशेषज्ञ समझने की भूल न करे।

परामर्शदाता के गुण

एक अच्छे परामर्शदाता में निम्नलिखित गुण होने चाहिए।

व्यक्तिगत गुण- परामर्शदाता को विनोदप्रिय, धैर्यवान, मृदुभाषी, स्वस्थ एवं आकर्षित व्यक्तित्व वाला होना चाहिए। उसमें नागरिकता का भाव हो। उसका जीवन-दर्शन सकारात्मक और आचरण उत्तम होना चाहिए। उसका व्यवहार एवं वेशभूषा ऐसी न हो जिसकी कोई हंसी न उड़ाये।

बौद्धिक क्षमता- परामर्शदाता को विभिन्न व्यावसायिक, अध्ययन एवं परामर्श क्षेत्रों का ज्ञान होना चाहिए। उसमें तर्कयुक्त एवं व्यवस्थित चिन्तन करने की योग्यता होनी चाहिए। ताकि वह सूचनाओं को एकत्र कर योजनाबद्ध ढंग से परामर्शी को आवश्यक सहायता प्रदान कर सके।

ऊर्जावान- परामर्श सेवा एक भावात्मक मांग है। परामर्श के सामने कई समस्याएँ होती हैं। वह अपने को कमजोर और असहाय समझता है। परामर्शदाता के उत्साह के द्वारा परामर्शी में आत्मविश्वास और स्वयं कार्य करने की प्रेरणा मिलती है।

लचीलापन- अच्छा परामर्शदाता कभी भी परामर्श के दौरान एक विधि का अनुसरण नहीं करता है। वह छात्र की व्यक्तिगत विभिन्नताओं और समस्या के स्वरूप को ध्यान में रखकर यह निर्णय लेता है कि-कौन सी विधि, तकनीक एवं व्यवहार छात्र की समस्या समाधान हेतु उपयुक्त होगी।

सहयोग- परामर्शदाता को सहयोगी प्रवृत्ति का होना आवश्यक है। तभी छात्र उसका आदर व सम्मान करते हैं।

स्वतत्परता- परामर्शदाता के मनोभावों, विचारों और कार्य का प्रभाव परामर्शी के व्यवहार पर पड़ता है। परामर्शदाता की मानसिक, शारीरिक और बौद्धिक तत्परता के द्वारा परामर्शी से वांछनीय सहयोग मिलता है।

संवेदनशीलता- परामर्शदाता को अपने व्यवसाय और परामर्शी (छात्र) के प्रति संवेदनशील होना चाहिए तभी वह पूर्ण तत्परता के साथ अपने कर्तव्यों और उत्तरदायित्वों का निर्वहन कर पायेगा।

परानुभूति- परानुभूति परामर्शदाता के व्यवहार की वह विशेषता अथवा योग्यता है जिसके द्वारा वह परामर्शी के द्वारा संसार को देखने की कोशिश करता है और वह अपने विचार मत्तों को परामर्शी की भावनाओं के साथ जोड़ने की जरा सी भी भूल नहीं करता है। इस गुण के द्वारा परामर्शदाता अपने सेवार्थी को भलीभांति जान सकता है।

सकारात्मक सोच- “परामर्शदाता परामर्शी को बिना किसी शर्त के आत्म महत्व के रूप में स्वीकार करता है चाहे उसकी दशा जैसी भी हो फिर भी वह मूल्यवान है” (राजर्स)। परामर्शदाता जब बिना किसी शर्त के परामर्शी का आदर व सम्मान करता है तो दोनों के मध्य उपयुक्त सम्बन्ध स्थापित होता है जिससे सहजता के साथ परामर्श की प्रक्रिया को पूरा किया जाता है। परामर्श के बाद कई बार वांछनीय परिणाम प्राप्त नहीं होते, ऐसी परिस्थितियों में परामर्शदाता यह निर्णय नहीं देता कि ‘तुम यह कभी नहीं कर सकते हो’। परामर्शदाता को आशावादी और सकारात्मक सोच वाला होना चाहिए।

संगति- परामर्शन के दौरान परामर्शदाता जो अनुभव कर रहा है और परामर्शी (छात्र) को जो कुछ अनुभव संप्रेषित कर रहा है उसमें कोई भी द्वन्द्व नहीं है यदि है भी तो वह न्यूनतम है। यह तभी सम्भव है जब परामर्शदाता का व्यवहार दिखावटी न हो वह परामर्शी के सम्मुख ईमानदार और वास्तविक दिखाई पड़े ऐसा न हो कि परामर्शदाता कोई ड्रामा कर रहा हो।

परामर्शदाता के गुणों का विकास

- परामर्शदाता के गुणों का विकास करने में महत्वपूर्ण बिन्दु-
- दूसरों के विचारों, भावनाओं, हावभावों के द्वारा वर्तमान को समझने का प्रयास करना।
- स्वयं तथा दूसरे की भावनाओं को स्वीकार करना।
- स्वयं की राय को अलग रखना जिससे परामर्शन सेवा में परेशानियां उत्पन्न न हो।
- परामर्शी को खुले मन से स्वीकार करना तथा आत्मीयता के साथ सम्बन्ध स्थापित करना।
- लगातार सक्रिय रूप से सुनने की क्षमता का विकास व अभ्यास करना इसके लिये धैर्य की आवश्यकता होती है।

उदाहरण- छात्र: मैं कल बाजार में था, लेकिन गणित विषय के शिक्षक को देखते ही छिप गया और डर के मारे पसीने से तर-बतर हो गया।

परामर्शदाता-अच्छा तुमने गृहकार्य नहीं किया होगा (यह निर्णय लेना एकदम गलत होगा)। परामर्शदाता को छात्र से बातचीत कर ऐसा माहौल तैयार करना होगा ताकि छात्र स्वयं ही इस भय का कारण बता सके अथवा परामर्शदाता को अन्य स्रोतों के माध्यम से तथ्यात्मक जानकारी एकत्रित कर किसी नतीजे पर पहुंचना चाहिए।

परामर्श कौशल

एक अच्छे परामर्शदाता के लिये परामर्श सम्बन्धी कौशलों की जानकारी होनी चाहिये। परामर्श की सफलता परामर्शदाता तथा छात्र के मध्य मानवीय सम्बन्धों की प्रगाढता पर निर्भर करती है। सभी प्रकार के परामर्श में दो प्रकार के अर्न्तसम्बन्ध निहित होते हैं।

1. परामर्शदाता का छात्र से सम्बन्ध तथा
2. छात्र का परामर्शदाता से सम्बन्ध

सभी प्रकार के परामर्श में परामर्शदाता को विशेष कौशलों की आवश्यकता होती है। फ्रेन्सिसका इंस्किल्प (Francesca Inskipp, 2000) ने परामर्श के लिये छः सामान्य कौशलों का वर्णन किया है।

1. परामर्शी से सम्पर्क स्थापित करना
2. परामर्शन दशा की संरचना सुनिश्चित करने का कौशल
3. सम्बन्ध विकास करना
4. परामर्शी के साथ अन्तक्रिया का विकास एवं अनुरक्षण
5. मूल्यांकन कार्य
6. परामर्शन की प्रक्रिया में स्वयं का अनुश्रवण (मॉनिटरिंग) करना।

यदि आप परामर्शदाता के रूप में कार्य करना चाहते हैं तो निम्न कौशलों में दक्ष होना अनिवार्य है।

1. ध्यान देना
2. श्रवण कौशल
3. चुनौती देना
4. प्रश्न पूछना
5. प्रत्यावर्तन

6. पुर्नकथनीकरण

7. व्यवस्था सम्बन्धी कौशल

(1) ध्यान देना- ध्यान देना किसी व्यक्ति के व्यवहार और अभिव्यक्ति का संयुक्त रूप है। ध्यान देने की प्रक्रिया में किसी सम्प्रेषण से सम्बन्धित शाब्दिक और अशाब्दिक पक्षों की जटिल श्रृंखला निहित होती है।

परामर्शी पर ध्यान देने से वह सकारात्मक संगति का अहसास करता है जिससे वह सुरक्षा की भावना महसूस करता है। इसके लिये परामर्शदाता को ध्यान व्यवहारों के प्रयोग में दक्ष होना चाहिए। यहाँ पर संक्षेप में कुछ ध्यान व्यवहारों के नाम दिये हैं।

- चेहरा परामर्शी की तरफ रखना
- सिर हिलाना
- सही ढंग से बैठना
- शाब्दिक तालमेल एवं प्रवाह
- वाणी
- परामर्श की तरफ झुकाव
- नजरें मिलाना
- शान्त अथवा धैर्य रखना

(2) श्रवण कौशल- परामर्श की प्रक्रिया में श्रवण कौशल का सम्बन्ध कान और आंख से है। परामर्शी के शाब्दिक और अशाब्दिक व्यवहार तथा संकेतों को सुनकर व देखकर परामर्शदाता, समस्या की पहचान कर आवश्यक सहायता प्रदान करता है।

श्रवण कौशल में तीन मुख्य पक्ष होते हैं।

भाषा-परामर्शदाता को भाषा की अच्छी जानकारी होनी चाहिये जिससे परामर्शी के शब्दों, वाक्यों, उक्तियों, अलंकारों आदि का सही अर्थापन कर उसकी सही दशा का आंकलन किया जा सके।

भाषाई संकेत-जैसे उच्चारण, लय, सुर, गति, विराम, वलाघात् आदि पर ध्यान देना तथा उनका सही अर्थापन करना।

अशाब्दिक संकेत-जैसे परामर्शी के चेहरे के हावभाव, शारीरिक स्थिति, हिलना-डुलना, हाथ-पैरों के इशारे तथा परामर्शदाता की निकटता (ध्यान रखें-एक निश्चित सीमा में रहकर परामर्शी को छूना विशेषकर परामर्शी के विषम लिंगी होने पर) का ज्ञान।

उपरोक्त तीनों पक्ष परामर्शी के आन्तरिक व्यवहार को प्रदर्शित करते हैं। अतः परामर्श के लिये परामर्शदाता को श्रवण कौशल में दक्ष होना चाहिए।

(3) चुनौती देना- परामर्शी को लक्ष्य एवं उद्देश्य की दिशा में अग्रसर करने के लिये ऐसी परिस्थितियों का निर्माण करता है जो परामर्शी के लिये चुनौती पूर्ण हो तथा वह स्वयं समाधान के मार्ग को ढूँढकर उसका अनुसरण कर सके। अथवा स्वयं की समझ को विकसित कर सकारात्मक ढंग से संसार को देख सके।

चुनौती देने के लिये परामर्शदाता को परामर्शी के बारे में ज्ञान होना चाहिये। उसे स्वयं तथा परामर्शी के भय और क्रोध अथवा अन्य कुसामायोजित व्यवहार की संभावना का बोध होना चाहिए। चुनौती देने के लिये उपयुक्त समय कब होगा। इसका ज्ञान परामर्शदाता को होना चाहिये।

(4) प्रश्न पूछना- परामर्श की प्रक्रिया में परामर्शदाता प्रश्न के माध्यम से आवश्यक सामग्री एकत्रित कर लेता है। प्रश्न पूछने की कला में दक्ष होना चाहिये। प्रश्न क्यों, क्या, किसका, कब और कैसे से सम्बन्धित होने चाहिये ताकि परामर्शी से सम्बन्धित सही जानकारी प्राप्त हो, लेकिन प्रश्न को परामर्शी की मनोदशा को ध्यान में रखकर उचित समय पर पूछा जाना चाहिये।

उदाहरण-

परामर्शदाता -

- 1 अपने परिवार के बारे में बताइए।
 - 2 आपका परिवार आपके लिये क्यों महत्वपूर्ण है?
 - 3 क्या आपके माता-पिता आपकी बातों पर ध्यान देते हैं?
 - 4 आपको ऐसा क्यों लगता है, कि आपके माता-पिता आपकी बातों पर ध्यान नहीं देते हैं।
 - 5 आपके परिवार में दुर्घटना कब हुई?
 - 6 यह दुर्घटना कैसे हुई?
 - 7 दुर्घटना के बाद आप कैसा महसूस करते हैं?
- (5) प्रत्यावर्तन-प्रत्यावर्तन का अर्थ परामर्शी द्वारा अभिव्यक्त के किये गये विचारों, शब्दों आदि के कुछ अंशों का परामर्शदाता द्वारा दोहराना है।

उदाहरण-

परामर्शी- परीक्षाओं के लिये एक महीना शेष है। जब भी मैं पढ़ने बैठती हूँ मुझे लगता है कि मैं सब कुछ भूल गई हूँ और मुझे कुछ भी समझ में नहीं आ रहा है।

परामर्शदाता-अच्छा आपको लगता है कि आप सब कुछ भूल गए हो।

(6) पुर्नकथनीकरण-परामर्शदाता परामर्श के दौरान परामर्शी के द्वारा दी जाने वाली सूचनाओं का सही अर्थ जानने तथा किसी नतीजे पर पहुचने के लिये कथनों को सही ढंग से अभिव्यक्त करता है।

उदाहरण

छात्र- गणित विषय में बहुत डर लग रहा है मेरा परीक्षाफल ठीक नहीं रहेगा। यहाँ कोई भी ऐसा नहीं है जो मेरी सहायता कर सके।

परामर्शदाता-यदि कोई आपके गणित के कठिन पाठों को समझने में आपकी सहायता करे तो क्या आपका परीक्षाफल अच्छा रहेगा।

(7) व्यवस्था सम्बन्धी कौशल-परामर्शदाता को अच्छी व्यवसायिक वृत्ति से सम्बन्धित कौशलों में निपुण होना

परामर्शी तथा परामर्शदाता दोनों की सुरक्षा को ध्यान में रखना। परामर्श के लिये उपयुक्त भौतिक परिवेश (कक्ष, मेज, कुर्सी, लाइट तथा अन्य आवश्यक सुविधाओं आदि की व्यवस्था) का निर्माण। अभिलेख तैयार करना। इसके अलावा परामर्शदाता को आधुनिक उपकरणों जैसे-कम्प्यूटर, मोबाइल, क्लोज सफ़्टवेयर कैमरा, आडियो-विडियो रिकॉर्डिंग आदि के संचालन में दक्ष होना चाहिये।

परामर्शी कई प्रकार के शाब्दिक और अशाब्दिक व्यवहार करता है। जिसमें वाणी की गुणवत्ता, सांस लेना, आँखों के इशारे, चेहरे के भाव, हाथ-पैरों और अन्य शारीरिक गतिविधियाँ शामिल हैं। जिनके अध्ययन के द्वारा परामर्शदाता किसी नतीजे पर पहुच सकता है। यहाँ पर कुछ संकेत और उनके सम्भावित अर्थ को सूचीबद्ध किया गया है। आप इनका अध्ययन कर किसी एक छात्र के व्यवहार का अध्ययन करें-

स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए-

1. परामर्शन की सफलता के प्रशिक्षण एवं अनुभव पर निर्भर करती है।
2. अच्छा परामर्शदाता कभी भी परामर्श के दौरान एक विधि का नहीं करता है।
3. चुनौती देने के लिये परामर्शदाता को परामर्शी के बारे में होना चाहिये।

3.6 परामर्शदाता के कार्य

विद्यालयीय परामर्शन में परामर्शदाता बहुत से कार्यों और सेवाओं का निर्वहन करता है।

व्यक्तिगत परामर्श- परामर्शदाता विद्यालय में अलग से समय निर्धारित कर छात्रों को उनकी शैक्षिक और व्यक्तिगत समस्याओं के समाधान के लिये परामर्श प्रक्रिया को पूरा करता है।

सामूहिक परामर्श- परामर्शदाता छात्रों के छोटे-छोटे समूह बनाकर उनको समस्याओं के समाधान हेतु प्रेरित करता है। छात्रों के विचारों और आवश्यकताओं को समझकर शैक्षिक योजना का निर्माण करता है।

अर्पण कार्य- परामर्शदाता एक अर्पण कार्यकर्ता की भांति कार्य करता है। वह छात्रों की समस्या समाधान हेतु उनके परिवार और अन्य स्रोतों से प्राप्त अभिलेखों के साथ परामर्शी को अन्य परामर्शदाता के पास भी भेज सकता है अथवा दूसरों से प्राप्त करता है।

सलाह देना- परामर्शदाता छात्र की योग्यता और आवश्यकता के अनुरूप शिक्षकों ओर अभिभावकों सलाह व सुझाव देता है।

वृत्रिक सहायता- छात्रों की अभिवृत्ति, रूचि, योग्यता, शारीरिक क्षमता के अनुरूप उन्हें रोजगार परक विषयों के चयन करने में सहायता प्रदान करता है ताकि भविष्य में जीवन में सफल हो सकें।

समन्वय-परामर्शदाता अपने कार्यों और सेवाओं द्वारा छात्र, परिवार, शिक्षकों, प्रधानाचार्य एवं चिकित्सकों के मध्य समन्वय स्थापित करने का कार्य करता है। उदाहरण के तौर पर परामर्शदाता विद्यालयों में मानकीकृत परीक्षण के सत्र के आयोजन के लिये छात्रों, शिक्षकों और प्रशासकों के मध्य समन्वय का कार्य करता है।

मूल्यांकन-मूल्यांकन के द्वारा परामर्शी की क्रियाओं और सफलता की प्रभावकता का मापन किया जाता है।

शोधकार्य-परामर्शदाता निरन्तर शोधकार्य में संलग्न रहता है तथा उस कार्य का उपयोग भावी परिस्थितियों में परामर्शदाता स्वयं अथवा अन्य परामर्शकों द्वारा परामर्शन सेवाओं में किया जाता है।

कार्य क्षेत्र

परामर्शदाता कहां कार्य करता है?

- शैक्षिक संस्थाओं में
- पुनर्वास केन्द्रों में
- उद्योगों में

- सामुहिक या विभिन्न संगठनों में
- व्यक्तिगत व्यवसाय के रूप में
- चिकित्सालयों में।

3.7 परामर्शदाता की भूमिका

किसी भी व्यक्ति की समस्यायें और आवश्यकतायें भिन्न-भिन्न होती हैं जो परामर्शी के व्यवहार को प्रभावित करती हैं। शैक्षणिक आधार पर परामर्शन की तकनीकियों और प्रक्रिया लक्ष्यों में भिन्नता पायी जाती है। परामर्शन की प्रक्रिया का कई उपागमों में अध्ययन किया जाता है और प्रत्येक उपागम के अनुसार परामर्शदाता की भूमिका अलग-अलग होती है।

मनोविश्लेषणात्मक उपागम

- परामर्शी को वार्ता के दौरान प्रेरित करना ताकि वह अपने मस्तिष्क में निहित बालवस्था के अनुभवों की अभिव्यक्ति कर सके।
- वार्ता हेतु उपयुक्त परिवेश का निर्माण करना।
- मनोवैज्ञानिक परिक्षणों के द्वारा परामर्शी का मूल्यांकन करना।
- परामर्शी के चिन्ताग्रस्त रहने के कारणों की खोज करना जिनके कारण उसकी सोच व व्यवहार में अवांछनीय बदलाव आये।
- परामर्शी को उसकी सामर्थ्य से अवगत कराना तथा जीवन को बेहतर स्थिति में लाने के लिये सामाजिक जागरूकता का विकास करना।
- अनुभव, भावनाओं और विचारों को परामर्शी के साथ बांटना तथा मनोचिकित्सीय सम्बन्धों को स्थापित करना।
- परामर्शदाता एक मनोचिकित्सक तथा मित्र की भूमिका का निर्वहन करता है।

व्यक्ति केन्द्रित उपागम

- परामर्शदाता एक सहायता प्रदान करने वाले व्यक्ति की भूमिका का निर्वहन करता है। वह निर्देशक के रूप में कार्य नहीं करता।
- परामर्शदाता एक ऐसे परिवेश का निर्माण करता है जिसमें परामर्शी को सहज और मुक्त वातावरण की अनुभूति हो तथा वह अपनी समस्याओं से सम्बन्धित समाधान की खोज कर सके।

संज्ञानात्मक उपागम

इस प्रकार के परामर्शन में परामर्शदाता एक शिक्षक अथवा समन्वयक की तरह कार्य करता है। वह परामर्शी की क्षमताओं और योग्यताओं का मूल्यांकन कर शिक्षण कार्य करता है या अन्य शिक्षकों को परामर्शी के संज्ञानात्मक व्यवहार के बारे में अवगत कराकर उसके अनुरूप शिक्षण कार्य के लिये जानकारी प्रदान करता है।

व्यवहार उपागम

इस प्रकार के परामर्शन में परामर्शदाता सलाहकार, दिशा निर्देशन तथा प्रेरक का कार्य करता है। वह परामर्शी के सामें एक आदर्श प्रस्तुत करता है जिससे वह परिस्थितियों के साथ समायोजन कर सके।

स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए-

4. शैक्षणिक आधार पर की तकनीकियों और प्रक्रिया लक्ष्यों में भिन्नता पायी जाती है।
5. एक सहायता प्रदान करने वाले व्यक्ति की भूमिका का निर्वहन करता है।
6. किसी भी व्यक्ति की समस्यायें और आवश्यकतायें भिन्न-भिन्न होती हैं जो के व्यवहार को प्रभावित करती है।

3.8 परामर्शदाता के उत्तरदायित्व

यहां परामर्शदाता के उत्तरदायित्वों का वर्णन दो भागों में किया गया है। प्रथम भाग उसके कार्यों तथा दूसरा प्रथम भाग व्यवसायिक नैतिकता से सम्बन्धित है।

3.6.1 कार्यकारी उत्तरदायी

परामर्शदाता परामर्शन सम्बन्धी कार्यों कार्य के सफल संगठन और संचालन के लिये उत्तरदायी होता है। उसके कार्यकारी उत्तरदायित्व निम्न हैं-

परामर्श कार्यक्रम की योजना करना।

परामर्शन/निर्देशन समितियों के कार्यों का समन्वयन।

व्यवसायिक वार्ताओं एवं सम्मेलन दिवसों का आयोजन करना।

अनुस्थापन कार्य।

विषयों के चयन में सहायता देना।

अध्ययन-आदतों का अध्ययन कर मार्गदर्शन करना।

व्यवसायों के चयन में सहायता देना।

उच्च शिक्षा हेतु प्रवेश प्राप्त करने में सहायता प्रदान करना।

शोध कार्य करना।

प्रकाशन कार्य करना।

अभिभावकों, शिक्षकों, माता-पिता, सम्बन्धित अधिकारियों, व्यक्तियों और चिकित्सकों से परामर्शी के बारे में सूचनाएँ लेना तथा उन्हें यथास्थिति से अवगत कराना।

अभिलेखों का संग्रहण कर संरक्षित रखना।

नैतिक उत्तरदायित्व - परामर्शदाता के नैतिक उत्तरदायित्व निम्न हैं।

- परामर्शदाता को मानकों और अपनी सीमाओं का ज्ञान होना चाहिए। परामर्शदाता को परामर्शी की समस्या की पहचान कर उस पर अनावश्यक प्रयोग करने से बचना चाहिए।
- परामर्शदाता को अपनी क्षमताओं के अनुरूप निर्णय लेना चाहिए-कि क्या इस समस्या के समाधान में छात्र की सहायता कर सकता हूँ या नहीं, यदि नहीं तो किसी अन्य एजेन्सी या परामर्शदाता के पास भेज देना चाहिए।
- परामर्शदाता को परामर्शी से प्राप्त सूचनाओं को गोपनीय रखना चाहिए।
- परामर्शदाता को परामर्शी के अधिकारों के बारे में उचित ज्ञान होना चाहिए।
- परामर्शदाता को नैतिक संहिता की जानकारी होनी चाहिए।
- व्यवसायिक संविदा सम्बन्धी शर्तों की अग्रिम एवं लिखित जानकारी परामर्शी को देना।
- परामर्शी का किसी भी रूप या यौनिक शोषण नहीं किया जाना चाहिए।
- परामर्शदाता द्वारा परामर्शी के प्रति धर्म, जाति, लिंग, क्षेत्र आदि आधार पर भेदभाव नहीं करना।
- प्राप्त सूचनाओं का ईमानदारी से विश्लेषण करना।
- परामर्शी और परामर्शदाता के हितों को संरक्षित करने के लिये भारत में नैतिक संहिता और निर्देशक नियमों से सम्बन्धित

भारतीय पुर्नवास परिषद द्वारा लागू किया गया अधिनियम महत्वपूर्ण है जबकि अमेरिका में अमेरिकन पर्सनल गाइडेन्स एसोसिएसन द्वारा लागू की गयी संहिता है।

3.9 सारांश

एक अच्छा शिक्षक अपने विद्यार्थी को वैयक्तिक निर्देशन के अन्तर्गत संवेगात्मक निर्देशन, स्वास्थ्य सम्बन्धी निर्देशन एवं व्यवहार सम्बन्धी निर्देशन प्रदान करता है। इसी प्रकार शैक्षिक निर्देशन के अन्तर्गत वह उपयुक्त विषय के चुनाव में सहायता करते हुए न केवल ज्ञान प्राप्ति में सहायता प्रदान करता है अपितु श्रेष्ठ अभिव्यक्ति की विद्या भी सिखाता है।

परामर्शदाता एक विशेषज्ञ होता है जिसके ऊपर विद्यालय परामर्शन और निर्देशन सेवाओं को सम्पादित करने की जिम्मेदारी होती है। विद्यालयों में परामर्शदाता का कार्य कुशल तथा अनुभवी शिक्षक करता है। परामर्शदाता का मुख्य उद्देश्य छात्रों को शैक्षिक, व्यवसायिक और वैयक्तिक समस्याओं की जानकारी प्राप्त करने और उनका समाधान करने में सहायता प्रदान करना है। एक अच्छे परामर्शदाता को बौद्धिक, शैक्षिक तथा वैयक्तिक रूप से योग्य होना चाहिए तथा उसने परामर्श सेवा से सम्बन्धित आवश्यक प्रशिक्षण किया हो। परामर्शदाता को विभिन्न परामर्श की विभिन्न विधियों तथा परीक्षण एवं उपकरणों के प्रशासन के बारे में ज्ञान होना चाहिए। परामर्शदाता को अपने व्यवसाय से सम्बन्धित नैतिक उत्तरदायित्वों की सम्पूर्ण जानकारी होनी चाहिये। इसके लिये उसे समय-समय पर सेवा सम्बन्धी आचार संहिता का अध्ययन करना चाहिये। कैरियर के रूप में एक परामर्शदाता शैक्षिक संस्थाओं, पुर्नवास केन्द्रों, उद्योगों, सामुदायिक केन्द्रों, चिकित्सालयों अथवा व्यक्तिगत व्यवसाय के रूप में कार्य कर सकता है। परामर्शदाता, परामर्शन हेतु शिक्षक, मित्र, अभिभावक अथवा चिकित्सक की भांति कार्य करता है।

3.10 स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्नों के उत्तर

प्रश्न संख्या 1 का उत्तर - परामर्शदाताओं

प्रश्न संख्या 2 का उत्तर - अनुसरण

प्रश्न संख्या 3 का उत्तर - ज्ञान

प्रश्न संख्या 4 का उत्तर - परामर्शन

प्रश्न संख्या 5 का उत्तर - परामर्शदाता

प्रश्न संख्या 6 का उत्तर - परामर्शी

3.11 संदर्भ ग्रंथ सूची

- बारकी वी० जी० एण्ड मुखोपपध्याय, वी० (1991), गाइडेन्स एण्ड कॉन्सिलिंग-ए मैनुयल, स्टर्लिंग पब्लिसर प्रा० लि०, न्यू दिल्ली।

- शर्मा आर0 ए0, शैक्षिक एवं व्यायसायिक निर्देशन तथा परामर्श, सूर्या पब्लिकेसन, मेरठा।
- राय, अमरनाथ एवं अस्थाना (2006), निर्देशन एवं परामर्शन, मोतीलाल बनारसीदास पब्लिकेसन, दिल्ली।
- कक्कड़, एस0 बी0 (1989), 'एजुकेशनल साइकोलॉजी एण्ड गाइडेन्स, द इण्डियन पब्लिकेसन, हिल रोड, अम्बाला केन्ट।
- भटनागर, आशा तथा गुप्ता निर्मल (1999), गाइडेन्स एण्ड कॉउन्सिलिंग: थ्योरिटिकल
- [http:// www addictionfo.org/articals/II/I/stages –of–changes model / page 1.html.](http://www.addictionfo.org/articals/II/I/stages-of-changes-model/page1.html)
- Vossler, A. (2010). Systemic approaches. In M. Barker, A. Vossler, & D. Langdridge (Eds.), Understanding counselling and psychotherapy, (pp. 191–210). London: Sage.

3.12 निबंधात्मक प्रश्न

1. एक कुशल निर्देशक के रूप में शिक्षक के दायित्वों का वर्णन करो।
2. निम्नलिखित सूची को ध्यान में रखकर आप अपनी व्यक्तिगत विशेषताओं का आकलन कीजिए।
 - (1) बौद्धिक क्षमता
 - (2) अन्य व्यक्तियों को सक्रियता के साथ सुनने की क्षमता
 - (3) सहनशीलता
 - (4) आदर करना
 - (5) व्यवहार में लचीलापन
 - (6) दूसरों की भावनाओं को स्वीकार करना
 - (7) प्रयत्नशील
 - (8) ईमानदारी
2. एक अच्छे परामर्शदाता में कौन कौन से मुख्य गुण होने चाहिए?
3. विद्यालयीय सन्दर्भ में परामर्शदाता के कार्यों का वर्णन कीजिए?
4. शिक्षक व परामर्शदाता के साथ मिलकर माता पिता अपने बच्चे के बारे में किन बातों की जानकारी प्राप्त कर सकते हैं?

इकाई 4. परामर्श का अर्थ, प्रकृति एवं इतिहास, परामर्शदाता एवं परामर्शी की विशेषताएं
(Meaning, Nature, and History of Counselling, Characteristics of Counselor and counselee)

इकाई का स्वरूप

- 4.1 प्रस्तावना
- 4.2 उद्देश्य
- 4.3 परामर्श
 - 4.3.1 परामर्श का अर्थ
 - 4.3.2 परिभाषायें
 - 4.3.3 परामर्श के उद्देश्य
- 4.4 परामर्श की आवश्यकता और महत्व
 - 4.4.1 मनोवैज्ञानिक कारण
 - 4.4.2 सामाजिक कारण
- 4.6 परामर्श की प्रक्रिया
 - 4.6.1 परामर्श की प्रक्रिया के घटक
 - 4.6.2 परामर्श की प्रक्रिया के चरण
- 4.7 परामर्शदाता की विशेषताएं
- 4.8 सारांश
- 4.9 स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्नों के उत्तर
- 4.10 संदर्भ ग्रंथ सूची
- 4.11 निबंधात्मक प्रश्न

4.1 प्रस्तावना

बढ़ती हुयी जनसंख्या, विज्ञान और तकनीकी के कारण, निम्न हो रहे परिवर्तनों के फलस्वरूप व्यक्ति को अनेक प्रकार की समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। इन समस्याओं के समाधान के साथ ही वह जीवन में आगे बढ़ता है। समस्या समाधान की इस प्रक्रिया में समुचित मार्गदर्शन प्राप्त करना सदैव से एक स्वाभाविक प्रक्रिया रही, जिसमें वयस्क तथा परिपक्व व्यक्तियों द्वारा अपेक्षाकृत अपरिपक्व व्यक्तियों के लिये निर्देशक की भूमिका निभाई जाती रही है। समस्या समाधान हेतु सहायता प्रदान की दिशा में निर्देशन प्रक्रिया की भूमिका अहम् महत्व रखती है। जिसमें विभिन्न सेवाओं का संगठन किया जाता है। इनमें से परामर्श सेवा का सर्वाधिक महत्वपूर्ण स्थान है। प्राचीन समय से ही व्यक्ति अथवा छात्र को परामर्श सेवा की आवश्यकता रही है। लेकिन पिछले 30 वर्षों में आये बदलावों के कारण केवल छात्रों को ही नहीं अपितु प्रत्येक व्यक्ति को अपनी समस्याओं के समाधान के लिये कुशल, योग्य एवं प्रशिक्षित विशेषज्ञों की आवश्यकता पड़ रही है।

प्रस्तुत इकाई परामर्श के अर्थ, प्रक्रिया से सम्बन्धित है। परामर्श का सीधा सम्बन्ध छात्रों, शिक्षकों, प्रबन्धकों और अभिभावकों से है। वर्तमान में परामर्श सेवा व्यक्ति अथवा छात्र केंद्रित है।

परामर्श सहायता प्रदान करने वाली प्रक्रिया है जिसमें प्रत्येक व्यक्ति स्वयं की खुशी और समाज के विकास में योगदान करने के लिये अपनी क्षमताओं का आकलन कर, कुशलताओं को विकसित करता है। परामर्श का परम् उद्देश्य व्यक्ति की समस्याओं का समाधान करने में सहायता देना है।

प्रस्तुत इकाई में आप परामर्श का अर्थ क्या है, उसकी प्रकृति कैसी है। वह क्यों आवश्यक है। परामर्श प्रक्रिया के विभिन्न चरण कौन से हैं परामर्शदाता की विशेषताएं का अध्ययन करेंगे।

4.2 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के उपरांत आप अप्रांकित के विषय में जानकारी प्राप्त कर सकेंगे-

1. परामर्श के अर्थ को समझ सकेंगे।
2. परामर्श की आवश्यकता का वर्णन कर सकेंगे।
3. परामर्श की प्रक्रिया का विश्लेषण कर सकेंगे।

4.3 परामर्श

4.3.1 परामर्श का अर्थ

सामान्यतः परामर्श शब्द का अर्थ किसी एक व्यक्ति के जीवन के विभिन्न पक्षों से सम्बन्धित समस्याओं के समाधान हेतु किये गये प्रयासों की तकनीक से लगाया जाता है। यहां हम परामर्श के प्रत्यय और उसके अर्थ को विद्यालयीय परिदर्शन में समझने का प्रयास करेंगे।

‘उतरा’ गाँव की रहने वाली एक मेधावी छात्रा है। जिसने इस वर्ष ही हाईस्कूल परीक्षा उत्तीर्ण की है। आस-पास कहीं भी आगे पढ़ाई जारी रखने के लिये विद्यालय नहीं है। उतरा और उसके माता-पिता को इस बात की चिन्ता है कि उसे कब, कहाँ और कैसे विद्यालय में प्रवेश मिलेगा। स्वयं उतरा भी एक निर्णय नहीं कर पा रही है कि उसे 11वीं में क्या-क्या विषय लेने चाहिये। क्या चुने हुये विषय भावी जीवन के लिये व्यवसाय के चयन में सहायक होंगे या नहीं।

इस प्रकार की कई समस्यायें उतरा के सामने हैं। लगातार उसके मन में योग्यताओं और महत्वकांक्षाओं के बीच संघर्ष चल रहा है। वर्तमान में व्यावसायिक अनिश्चितता और उतरा की शैक्षिक आकांक्षाओं की पूर्ति करने हेतु विद्यालयों में परामर्श सेवाओं की नितान्त आवश्यकता है।

4.3.2 परिभाषायें

निर्देशन कार्यक्रम के अन्तर्गत सबसे महत्वपूर्ण स्थान परामर्श सेवा का है। परामर्श एक प्रक्रिया है जिसमें एक विशेषज्ञ द्वारा, व्यक्ति को समस्या समाधान हेतु आवश्यक सहायता प्रदान की जाती है।

वैबस्टर शब्दकोश (Webster Dictionary) के अनुसार- परामर्श का अर्थ ‘सलाह करना परस्पर विचारों का आदान-प्रदान और मिलकर साथ सोचना है’।

कार्ल रोजर्स (Carl Rogers) के अनुसार- ‘परामर्श एक निश्चित रूप से स्वीकृत सम्बन्ध है जो परामर्शी को उस मात्रा में स्वयं समझने में सहायता प्रदान करता है, जिससे उसका अधिक से अधिक विकास हो सके’।

कुरम्बोल्ट्स (Krumholtz) के अनुसार- ‘परामर्श ऐसा प्रयास है जिसके द्वारा सेवार्थी को ऐसे कार्यों में व्यस्त कर दिया जाता है जो उसे समस्या के समाधान तरफ ले जाते हैं’।

विद्वानों ने परामर्श की कई परिभाषायें दी हैं जिनके आधार पर संक्षेप में परामर्श-

एक सतत् प्रक्रिया है।

परामर्शी (छात्र) और परामर्शदाता के मध्य अन्तक्रियात्मक सम्बन्ध है।

परामर्श, का मुख्य उद्देश्य परामर्शी को सहायता प्रदान करना है।

समायोजन की प्रक्रिया है।

परामर्शन का स्वरूप विकासात्मक, निरोधात्मक तथा उपचारात्मक होता है।

यह एक विशिष्ट तकनीकी सेवा है।

ध्यान रखें परामर्श नहीं है -

- निर्देश देना
- सलाह देना
- आलोचना करना
- प्रशंसा करना
- विचारों को थोपना
- नैतिकता का पाठ
- व्याख्यान देना

4.3.3 परामर्श के उद्देश्य

ब्याय एवं पाइन (Boy & Pine) के अनुसार- परामर्श का उद्देश्य है- विद्यार्थी को और परिपक्व बनाने में सहायता प्रदान करना, स्वयं सक्रिय बनने और स्वयं के सही मूल्यांकन कर सकने में सहायता देना है।

लियाना टेलर (Liana Taylor) के अनुसार- "परामर्श का उद्देश्य व्यक्ति को परिवर्तित करना नहीं है वरन् उसको उन स्रोतों के उपयोग में सक्षम बनाना है जो उसके पास इस समय जीवन का सामना करने हेतु उपलब्ध है।"

रोलो मे (Rollo May) के अनुसार- "परामर्श का उद्देश्य परामर्श प्रार्थी (परामर्श लेने वाला) का सामाजिक दायित्वों को स्वीकार करने में सहायता देना तथा उसे साहस देना जिससे उसमें हीन भावना का उदय न हो।"

संक्षेप में परामर्श के उद्देश्य निम्न हैं-

- व्यक्ति को स्वयं के वास्तविक स्वरूप, को पहचानने में सहायता प्रदान करना।
- व्यक्तित्व विकास करना।
- आत्म-ज्ञान और आत्म-स्वीकृति का विकास करना।
- विभिन्न मानसिक और सांवेगिक समस्याओं से सुरक्षा प्रदान करना।
- मानसिक स्वास्थ्य को सामान्य बनाना।
- वैयक्तिक क्षमताओं का विकास करना।
- समस्याओं का समाधान करना।
- निर्णय लेने की क्षमता का विकास करना।
- सामाजिक सामंजस्य का विकास करना।

4.4 परामर्श की आवश्यकता और महत्व

बढ़ती हुयी जनसंख्या, विज्ञान और तकनीकी के कारण तेजी से हो रहे परिवर्तनों के फलस्वरूप मानव जीवन कठिन होता जा रहा है और उसे जीवन के हर मोड़ पर परामर्श की आवश्यकता है। रुचियां, अभिक्षमतायें, अभिवृत्तियां, व्यक्तित्व, सामाजिक, वृत्तिक और पारिवारिक दशायें कभी भी दो व्यक्तियों की एक जैसी नहीं होती हैं। वैयक्तिक विभिन्नताओं, सामाजिक और मनोवैज्ञानिक कारणों से वह विभिन्न परिस्थितियों के साथ समायोजन करने में असहाय महसूस करता है। अतः परामर्श सेवा कई कारणों से आवश्यक हो गयी है।

यहां हम निम्न उदाहरणों के माध्यम से परामर्श की आवश्यकता एवं महत्व को जानने का प्रयास करेंगे।

उदाहरण 1-एक व्यक्ति अपने विद्यार्थी जीवन में कुशल खिलाड़ी था। उसने कई बार अपने विद्यालय का नेतृत्व किया। उसके लिये बहुत अच्छा होता कि उसे ऐसी नौकरी मिलती जिसमें वह एक जगह न बैठता और जहाँ प्रेरणा, साहस, धैर्य, नेतृत्व आदि कुशल खिलाड़ी के गुणों की आवश्यकता होती। परन्तु वह वर्तमान में इस तरह की नौकरी नहीं करता है। उसके कार्यस्थल की परिस्थितियां बिल्कुल अलग हैं, जिससे वह अक्सर चिड़चिड़ा हो गया और उसका काम में मन नहीं लगता तथा अनेक व्यक्तिगत समस्याओं से घिर गया है। उपरोक्त उदाहरण से स्पष्ट है कि यह सब जीवन में उचित व्यावसायिक परामर्श न मिलने के कारण हुआ।

उदाहरण 2-एक छात्र स्कूल से भाग जाता है, इधर-उधर अवारागर्दी करता है, नाना प्रकार के अपराधों में पड़ गया है। स्कूल में उसका मन नहीं लगता है। वह घर में झूठ बोलता है। इन सब समस्याओं का कारण यह भी हो सकता है कि उसने पाठ्यक्रम का चुनाव ठीक से नहीं किया है।

यहां वर्णित उदाहरणों से स्पष्ट है कि इस प्रकार की समस्याओं का निवारण सही समय पर उचित परामर्श प्राप्त कर किया जा सकता है।

इन्ही कारणों को ध्यान में रखकर मुख्यतः परामर्शन सेवा की आवश्यकता को दो भागों में बाँटा गया है।

मनोवैज्ञानिक कारण

सामाजिक कारण

4.4.1 मनोवैज्ञानिक कारण

विकास की विभिन्न अवस्थायें

जन्म से लेकर मृत्यु तक मनुष्य विकास की विभिन्न अवस्थाओं-शैशावस्था, बाल्यावस्था, किशोरावस्था और प्रौढ़ावस्था से गुजरता है। प्रत्येक अवस्था में व्यक्ति की शारीरिक, मानसिक,

संवेगात्मक और सामाजिक विकास की दशायें भिन्न-भिन्न होती हैं और उसे अनेक प्रकार की समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। उदाहरणस्वरूप यौन शिक्षा के अभाव, व्यवसायों के चयन, आत्मबोध, शारीरिक बनावट आदि कारणों से वह तनाव में रहता है। ऐसी परिस्थितियों में परामर्शदाता द्वारा आवश्यक सहायता प्रदान की जाती है।

व्यक्तिक विभिन्नतायें

रंग-रूप, लम्बा, पतला, छोटा, विकलांग, क्रोध, चिड़चिड़े, विनोदप्रिय, शान्त, बुद्धिलब्धि आदि सभी गुणों के आधार पर प्रत्येक व्यक्ति, दूसरे व्यक्ति से भिन्न होता है। अतः एक ही परिस्थितियों में कोई व्यक्ति सरलता से समायोजन कर लेता है तो कोई परेशानी महसूस करता है। अतः वैयक्तिक विभिन्नताओं को ध्यान में रखकर परामर्श की आवश्यकता पड़ती है।

4.4.2 सामाजिक कारण

पारिवारिक कारण

संयुक्त परिवार में बच्चों में प्यार, स्नेह एवं सहयोग की भावनाओं का विकास होता था तथा उन पर परिवार के सभी सदस्य ध्यान देते थे। लेकिन बढ़ती हुयी जनसंख्या, शहरीकरण तथा बेरोजगारी के कारण संयुक्त परिवारों में आये विघटन से व्यक्ति कई मनोवैज्ञानिक और सामाजिक समस्याओं से घिरा है, जिसके कारण उसे परामर्श की आवश्यकता है।

खाली समय का सदुपयोग

कहावत है कि 'खाली दिमाग शैतान का घर होता है', सही है। अतः वर्तमान में खाली समय का कैसे सही ढंग से सदुपयोग किया जाए, जिससे शैक्षिक, व्यावसायिक या आर्थिक रूप से वृद्धि हो।

पाठ्यक्रम विषयों के चयन में

छात्रों को उनकी रुचियों, अभिवृत्तियों एवं बौद्धिक और शारीरिक क्षमताओं के अनुरूप विषयों के चयन में परामर्श की आवश्यकता पड़ती है। ताकि भविष्य में सफल हो सके।

शिक्षा का मूल्य जानने हेतु

शिक्षित व्यक्ति देश के विकास में बहुमूल्य योगदान देता है। अतः समाज के प्रत्येक व्यक्ति को शिक्षा के अर्थ से परिचित कराना तथा शिक्षा प्राप्त करने हेतु परामर्श की आवश्यकता होती है।

समायोजन हेतु

परिवार, विद्यालय, कक्षा तथा कार्यालय में व्यक्तियों को अन्य सहपाठियों अथवा सहकर्मियों के साथ समायोजन हेतु परामर्श की आवश्यकता होती है।

व्यावसायिक अवसरों की जानकारी प्रदान करना

परामर्श द्वारा छात्रों को विभिन्न व्यवसायों की जानकारी प्रदान की जाती है तथा उनकी योग्यताओं, क्षमताओं, रुचियों, अभिरूचियों एवं विरक्तियों के अनुरूप विषयों के चयन में सहायता प्रदान कर भावी जीवन के लिये तैयार किया जाता है।

स्वास्थ्य के लिये

छात्रों को अच्छे स्वास्थ्य हेतु परामर्श की आवश्यकता होती है। स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मस्तिष्क का निर्माण होता है। मानसिक और शारीरिक रूप से कैसे स्वस्थ रहा जाए। परामर्श सहयोगी होता है।

स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए-

1. बढ़ती हुयी जनसंख्या, विज्ञान और तकनीकी के कारण तेजी से हो रहे परिवर्तनों के फलस्वरूप मानव जीवन कठिन होता जा रहा है और उसे जीवन के हर मोड़ पर की आवश्यकता है। (परामर्श)
2. यौन शिक्षा के अभाव, व्यवसायों के चयन, आत्मबोध, शारीरिक बनावट आदि कारणों से छात्र में रहता है। (तनाव)
3. शिक्षित व्यक्ति देश के में बहुमूल्य योगदान देता है।(विकास)

4.5 परामर्श की प्रक्रिया

रूथ स्ट्रैंग (Ruth Strang) के अनुसार- “परामर्श प्रक्रिया एक संयुक्त प्रयास है.....परामर्शदाता का उत्तरदायित्व इस प्रक्रिया में जब कभी छात्र को आवश्यकता हो, सहायता प्रदान करना है”।

जोन्स (Jones) के अनुसार- “परामर्श प्रक्रिया में समस्त तथ्यों को संकलित किया जाता है, छात्रों की योग्यतायें विशेष परिस्थिति के अनुसार देखी जाती हैं और समस्या समाधान के लिये छात्र को प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष सहायता प्रदान की जाती है।”

4.5.1 परामर्श की प्रक्रिया के घटक

परामर्श एक त्रिध्रुवीय प्रक्रिया है जिसके तीन मुख्य घटक हैं-

परामर्श के लक्ष्य (Goals of counselling)

क्लाइंट (छात्र) (client/ students)

परामर्शदाता (Counsellor)

परामर्श की प्रक्रिया या-परामर्शदाता और परामर्शी के अन्तर्सम्बन्धों में निहित होती है जो परामर्श के लक्ष्यों की प्राप्ति करने में सहायक होते हैं।

4.5.2 परामर्श की प्रक्रिया के चरण

यहाँ परामर्श की प्रक्रिया को परामर्शदाता और परामर्शी के पारस्परिक सम्पर्क और कार्यों के आधार पर मुख्यतः छः चरणों अथवा अवस्थाओं में बाँटा गया है।

सम्बन्ध विकास की अवस्था

आंकलन और पहचान की अवस्था

लक्ष्य निर्धारण अवस्था

समस्या समाधान अवस्था

सत्र समापन अवस्था

मूल्यांकन तथा अनुवर्ती कार्य अवस्था

सम्बन्ध विकास की अवस्था

इस चरण में परामर्शी और परामर्शदाता एक दूसरे को जानने की कोशिश करते हैं। जिसका मुख्य उद्देश्य उपयुक्त परामर्श परिवेश का सृजन करना है। यह एक चुनौतीपूर्ण कार्य है।

क्लाक्सन (Clarkson 1995)] के अनुसार - 'परामर्शदाता एवं परामर्शी के मध्य व्यक्ति से व्यक्ति का सम्बन्ध रूप ही परामर्श का केन्द्र बिन्दु है'।

इस चरण में सम्पादित होने वाले मुख्य कार्य-

- परामर्शदाता और परामर्शी का एक दूसरे के बारे में जानना और विश्वास की नींव रखना।
- परामर्शदाता द्वारा वार्ता स्थल का चयन तथा भौतिक परिवेश की रचना करना।
- परामर्शदाता और परामर्शी की भूमिकाओं को स्पष्ट करना।

परामर्श प्रक्रिया की सफलता के आवश्यक परिस्थितियों के निर्माण हेतु कार्ल राजर्स ने निम्न तीन मुख्य विशेषताओं (Core conditions) वर्णन किया है।

संगति (congruence)

अप्रतिबंधित सकारात्मक सम्मान (Unconditional positive regards)

परानुभूति रूपी समझ (Empathetic understanding)

कक्रहूफ (Carkhuff 1969) ने उपरोक्त विशेषताओं के अलावा पांच अन्य विशेषताओं का वर्णन किया है-

आदर (Respect).

प्रत्यक्ष सामना करना (Confrontation)

तात्कालिकता (Immediately)

स्थूलता (Concreteness)

आत्म-प्रकटीकरण (Self-disclosure)

परामर्शदाता के लिये सभी विशेषताओं में दक्ष होना क्यों आवश्यक है? यहाँ इसका अध्ययन करना आवश्यक है। इन विशेष गुणों के आधार पर परामर्शदाता, परामर्शी में वांछित परिवर्तन करने में सफलता प्राप्त हेतु करता है। प्रत्येक विशेष गुण अनुकूल परामर्श परिवेश के सृजन में सहायक होता है। इन गुणों के द्वारा परामर्शदाता परामर्श परिवेश से सम्बन्धित आधारभूत उद्देश्यों को प्राप्त करता है। उद्देश्यों के आधार इनको यहां सूचीबद्ध किया गया है।

विशेषतायें - उद्देश्य

संगति - पारस्परिक संचार में वृद्धि करना।

अप्रतिबंधित सकारात्मक सम्मान - परामर्शी मूल्यवान है, वह उपकरण नहीं है।

परानुभूति - सम्बन्धों में घनिष्टता और विश्वास उत्पन्न करना।

आदर - परामर्शी की शक्ति पर ध्यान केन्द्रित करना

प्रत्यक्ष सामना करना - सही विचार और वास्तविकता पर केन्द्रीकरण।

तात्कालिकता - सही समय पर सहायता प्रदान करना।

स्थूलता - कार्यकारी पक्ष पर ध्यान देना।

आत्म-प्रकटीकरण -सकारात्मक चिन्तन के विकास की ओर अग्रसर करने के लिये परामर्श सम्बन्धों पर ध्यान देना।

इस चरण में परामर्शदाता सक्रिय रूप से अपने परामर्शी पर ध्यान देता है और उसे धैर्यपूर्वक सुनता है। सक्रियता के साथ सुनने के लिये निम्न बातों पर ध्यान दिया जाय-

परामर्शदाता क्या करे-

शाब्दिक अथवा अशाब्दिक संकेतों का प्रयोग (जैसे हूं, हां, सिर हिलाना, चेहरे द्वारा उपयुक्त भावों का प्रकटीकरण)।

क्या नहीं करे-

एकदम निष्कर्ष पर पहुंचना।

परामर्शी के बजाय ध्यान कहीं अन्य जगह पर रखना।

भाषा सम्बन्धी त्रुटि (सही अर्थान्कन न करना)।

आंकलन और पहचान की अवस्था

परामर्श प्रक्रिया के इस चरण में सूचनाओं को प्राप्त कर परामर्शी की वास्तविक समस्या का आंकलन किया जाता है। इसके लिए मानकीकृत (जैसे-मनोवैज्ञानिक परीक्षण) तथा अमानकीकृत (जैसे-चिकित्सीय साक्षात्कार) उपकरणों का प्रयोग किया जाता है।

इस चरण में सम्पादित होने वाले कार्य

समस्या की प्रकृति की पहचान करना।

परामर्शी के व्यवहार में समस्या के कारण आये परिवर्तनों की जाँच करना।

समस्या समाधान हेतु परिकल्पनाओं का निर्माण करना।

लक्ष्य निर्धारण की अवस्था

समस्या के स्वरूप के आधार पर लक्ष्यों की स्पष्ट रूप से पहचान की जाती है। जिनको प्राप्त करने के लिये परामर्शदाता और परामर्शी मिलकर कार्य करते हैं और परामर्शदाता लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए कार्ययोजना का विकास करता है। परामर्श प्रक्रिया के दौरान आवश्यकतानुसार लक्ष्यों में बदलाव किया जा सकता है।

लक्ष्य निर्धारण करते समय निम्न बिन्दुओं पर ध्यान देना महत्वपूर्ण है-

आप क्या हैं और क्या चाहते हैं ?

आप लक्ष्यों को कैसे प्राप्त कर सकते हैं ?

लक्ष्य प्राप्ति के समय क्या-2 समस्यायें आ सकती हैं ?

लक्ष्य की प्राप्ति का मापन और मूल्यांकन कैसे किया जा सकता है?

लक्ष्य कैसे हों ?

इसके लिए स्मार्ट (SMART)सिद्धान्त का प्रयोग करते हैं-

विशिष्ट (Specific)

मापे जाने योग्य (Measurable)

उपयुक्त (Appropriate)

यथार्थपूर्ण (Realistic)

निर्धारित समय सीमा (Time)

समस्या समाधान की अवस्था

इस चरण में योजनाबद्ध ढंग से लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए परामर्शदाता और परामर्शी कार्य करते हैं। आरविक्रिकल के अनुसार-“परामर्शदाता अपने कौशलों और समझ के द्वारा परामर्शी को यह अनुभव कराता है कि समस्त सत्र परामर्शी से सम्बन्धित है तथा परामर्शदाता का केन्द्र परामर्शी ही है”।

समस्या समाधान की अवस्था में सम्पादित होने वाले मुख्य कार्य-

परामर्शदाता और परामर्शी दोनों का अनुभवों की भागीदारी करना।

पारस्परिक सहयोग के द्वारा द्वन्द की समाप्ति करना और एकमत होना।

सत्र समापन अवस्था

परामर्श के दौरान छात्र भावात्मक रूप से परामर्शदाता से इतना घनिष्ठ सम्बन्ध बना लेता है कि परामर्श प्रक्रिया के समापन के प्रस्ताव उसमें चिन्ता तथा भय उत्पन्न करते हैं। परामर्शदाता छात्र के लिये प्रेम, स्नेह और अभिप्रेरणा के स्रोत के रूप में कार्य करता है। अतः सम्बन्धों का समापन करना एक चुनौतिपूर्ण कार्य होता है।

परामर्शदाता परामर्श की प्रक्रिया का समापन कैसे करे ?

समापन के लिये परामर्श प्रक्रिया की सफलता का मूल्यांकन किया जाता है। यहाँ सफलता का मूल्यांकन करने हेतु कुछ बिन्दुओं को दिया गया है जिनके आधार पर समापन का निर्णय लिया जाता है।

यदि छात्र ने समस्या की पहचान कर ली और उसके पास समाधान है।

छात्र ने आवश्यक कौशलों एवं व्यवहार की प्राप्ति कर ली है।

छात्र नई परिस्थितियों का सामना करने में सक्षम है।

समाधान हेतु नये मार्ग का अनुसरण कर लिया है।

मूल्यांकन तथा अनुवर्ती अवस्था

इस अवस्था में परामर्शदाता छात्र के व्यवहार और समस्या की वर्तमान स्थिति का मूल्यांकन कर परामर्श प्रक्रिया को भविष्य में जारी रखने अथवा समाप्ति का निर्णय लेता है।

4.6 परामर्शदाता की विशेषताएं

व्यक्तिगत गुण- परामर्शदाता को विनोदप्रिय, धैर्यवान, मृदुभाषी, स्वस्थ एवं आकर्षित व्यक्तित्व वाला होना चाहिए। उसमें नागरिकता का भाव हो। उसका जीवन-दर्शन सकारात्मक और आचरण उत्तम होना चाहिए। उसका व्यवहार एवं वेशभूषा ऐसी न हो जिसकी कोई हंसी न उड़ाये।

बौद्धिक क्षमता- परामर्शदाता को विभिन्न व्यावसायिक, अध्ययन एवं परामर्श क्षेत्रों का ज्ञान होना चाहिए। उसमें तर्कयुक्त एवं व्यवस्थित चिन्तन करने की योग्यता होनी चाहिए। ताकि वह सूचनाओं को एकत्र कर योजनाबद्ध ढंग से परामर्शी को आवश्यक सहायता प्रदान कर सके।

ऊर्जावान- परामर्श सेवा एक भावात्मक मांग है। परामर्श के सामने कई समस्याएँ होती हैं। वह अपने को कमजोर और असहाय समझता है। परामर्शदाता के उत्साह के द्वारा परामर्शी में आत्मविश्वास और स्वयं कार्य करने की प्रेरणा मिलती है।

लचीलापन- अच्छा परामर्शदाता कभी भी परामर्श के दौरान एक विधि का अनुसरण नहीं करता है। वह छात्र की व्यक्तिगत विभिन्नताओं और समस्या के स्वरूप को ध्यान में रखकर यह निर्णय लेता है कि-कौन सी विधि, तकनीक एवं व्यवहार छात्र की समस्या समाधान हेतु उपयुक्त होगी।

सहयोग- परामर्शदाता को सहयोगी प्रवृत्ति का होना आवश्यक है। तभी छात्र उसका आदर व सम्मान करते हैं।

स्वतत्परता- परामर्शदाता के मनोभावों, विचारों और कार्य का प्रभाव परामर्शी के व्यवहार पर पड़ता है। परामर्शदाता की मानसिक, शारीरिक और बौद्धिक तत्परता के द्वारा परामर्शी से वांछनीय सहयोग मिलता है।

संवेदनशीलता- परामर्शदाता को अपने व्यवसाय और परामर्शी (छात्र) के प्रति संवेदनशील होना चाहिए तभी वह पूर्ण तत्परता के साथ अपने कर्तव्यों और उत्तरदायित्वों का निर्वहन कर पायेगा।

परानुभूति- परानुभूति परामर्शदाता के व्यवहार की वह विशेषता अथवा योग्यता है जिसके द्वारा वह परामर्शी के द्वारा संसार को देखने की कोशिश करता है और वह अपने विचार मतों को परामर्शी की भावनाओं के साथ जोड़ने की जरा सी भी भूल नहीं करता है। इस गुण के द्वारा परामर्शदाता अपने सेवार्थी को भलीभांति जान सकता है।

सकारात्मक सोच- “परामर्शदाता परामर्शी को बिना किसी शर्त के आत्म महत्व के रूप में स्वीकार करता है चाहे उसकी दशा जैसी भी हो फिर भी वह मूल्यवान है” (राजर्स)। परामर्शदाता जब बिना किसी शर्त के परामर्शी का आदर व सम्मान करता है तो दोनों के मध्य उपयुक्त सम्बन्ध स्थापित होता है जिससे सहजता के साथ परामर्श की प्रक्रिया को पूरा किया जाता है। परामर्श के

बाद कई बार वांछनीय परिणाम प्राप्त नहीं होते, ऐसी परिस्थितियों में परामर्शदाता यह निर्णय नहीं देता कि 'तुम यह कभी नहीं कर सकते हो'। परामर्शदाता को आशावादी और सकारात्मक सोच वाला होना चाहिए।

संगति- परामर्शन के दौरान परामर्शदाता जो अनुभव कर रहा है और परामर्शी (छात्र) को जो कुछ अनुभव संप्रेषित कर रहा है उसमें कोई भी द्वन्द्व नहीं है यदि है भी तो वह न्यूनतम है। यह तभी सम्भव है जब परामर्शदाता का व्यवहार दिखावटी न हो वह परामर्शी के सम्मुख ईमानदार और वास्तविक दिखाई पड़े ऐसा न हो कि परामर्शदाता कोई ड्रामा कर रहा हो।

4.7 सारांश

परामर्श एक प्रक्रिया है जिसमें परामर्शी की समस्याओं के समाधान करने के लिये परामर्शदाता द्वारा सहायता प्रदान की जाती है जिससे वह स्वयं (परामर्शी) ही अपनी समस्याओं के समाधान करने के योग्य बन जाय।

परामर्श का उद्देश्य छात्र में आत्मबोध का विकास करना है।

परामर्श विकासशील तथा तकनीकी प्रक्रिया है।

परामर्श सुसंगठित सेवा है।

परामर्श त्रिध्रुवीय प्रक्रिया है, जिसमें परामर्शदाता, परामर्शी तथा परामर्श के उद्देश्य निहित होते हैं।

विभिन्न कार्यों के आधार पर परामर्श की प्रक्रिया को मुख्यतः छः चरणों में बाँटा गया है।

वर्तमान समय में किसी भी व्यक्ति अथवा छात्र को व्यक्तिगत, सामाजिक तथा मनोवैज्ञानिक, समस्याओं के कारण परामर्श सेवा की आवश्यकता रहती है।

स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए-

1. परामर्श एक प्रक्रिया है। (सतत)
2. समस्या के स्वरूप के आधार पर लक्ष्यों की स्पष्ट रूप से पहचान की जाती है। जिनको प्राप्त करने के लिये और मिलकर कार्य करते हैं। (परामर्शदाता और परामर्शी)
3. समापन के लिये परामर्श प्रक्रिया की सफलता का किया जाता है। (मूल्यांकन)

4.9 संदर्भ ग्रंथ सूची

- पशरिचा, पी0 (1977), गाइडेन्स एण्ड कान्सिलिंग इन इण्डिया, एन0सी0 ई0 आर0 टी0, न्यू दिल्ली।

- अग्रवाल जे0 सी0 (1989), 'एजुकेशनल वुकेशनल गाइडैन्स एण्ड कॉन्सिलिंग', दुआबा हाउस, दिल्ली।
- क्रो डी0 एण्ड क्रो (लेटेस्ट् एडीसन), 'एन इन्ट्रोडक्शन टू गाइडेन्स', यूरोशिया पब्लिसिंग हाउस, दिल्ली।
- आनन्द एस0 पी0 (1994), ए वी सी ऑफ गाइडेन्स इन एडुकेशन, यूनीक पब्लिसर, पठानकोट, ।
- बेंगले,एम0 टी0 (1984), गाइडेन्स एण्ड कान्सिलिंग, सेठ पब्लिसर, बम्बई।

4.10 निबंधात्मक प्रश्न

1. "परामर्श का सम्बन्ध व्यक्ति के जीवन की सभी अवस्थाओं और विभिन्न क्षेत्रों से है"। इस कथन की विवेचना कीजिए।
2. विद्यालय में छात्रों के लिये परामर्श क्यों आवश्यक है और इसके महत्व की विस्तृत व्याख्या कीजिए।
3. उच्चतर माध्यमिक स्तर के किसी छात्र के शैक्षिक आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर परामर्श की प्रक्रिया का आयोजन कर मूल्यांकन कीजिए।

इकाई 5. परामर्श के क्षेत्र: किशोर परामर्श, करियर परामर्श, पारिवारिक परामर्श, वैवाहिक परामर्श (Areas of Counselling: Adolescent counseling, Career counselling, Family Counselling, Marital Counselling)

इकाई संरचना

- 5.1 प्रस्तावना
- 5.2 उद्देश्य
- 5.3 किशोरों को परामर्श
- 5.4 करियर परामर्श
- 5.5 पारिवारिक परामर्श
- 5.6 वैवाहिक परामर्श
- 5.7 सारांश
- 5.8 शब्दावली
- 5.9 स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न एवं उनके उत्तर
- 5.10 सन्दर्भ ग्रन्थ सूची
- 5.11 निबन्धात्मक प्रश्न

5.1 प्रस्तावना

पिछले इकाई में आप परामर्श के अर्थ एवं स्वरूप के बारे में जान चुके हैं। व्यक्ति के जीवन की अलग अलग क्षेत्रों में उसे परामर्श की आवश्यकता पड़ती है। इस इकाई में आप किशोर परामर्श, कैरियर परामर्श, पारिवारिक परामर्श, वैवाहिक परामर्श का अध्ययन करेंगे।

5.2 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के उपरांत आप -

- किशोर परामर्श के बारे में जान पाएंगे।
 - कैरियर परामर्श के बारे में जान पाएंगे।
 - पारिवारिक परामर्श के बारे में जान पाएंगे।
 - वैवाहिक परामर्श के बारे में जान पाएंगे।
-

5.3 किशोरों को परामर्श

किशोरों को परामर्श

किशोर न तो बच्चे होते हैं और न ही वयस्क, लेकिन वे बच्चे और वयस्क होने के बीच संक्रमण की स्थिति में होते हैं। वे अपनी खुद की पहचान बनाने और परिवार से अलग होने की प्रक्रिया में होते हैं। नतीजतन, कई युवा लोग अपने व्यक्तिगत मुद्दों को पूरे परिवार के सामने व्यक्त करने से कतराते हैं। हालांकि, उन्हें व्यक्तिगत परामर्श देकर इस समस्या को आसानी से दूर किया जा सकता है। चूंकि किशोरों में बच्चों की तुलना में जटिल संज्ञानात्मक प्रक्रियाएँ और उन्नत संज्ञानात्मक कौशल होते हैं, इसलिए एक परामर्शदाता बच्चों के साथ इस्तेमाल की जाने वाली रणनीतियों की तुलना में उन्नत हस्तक्षेप रणनीतियों को अपना सकता है।

किशोर परिवार समूह का हिस्सा होने से लेकर साथियों के समूह का हिस्सा बनने और वयस्क के रूप में अकेले खड़े होने की ओर बढ़ता है। वह निर्भरता से स्वतंत्रता, स्वायत्तता और परिपक्वता की ओर बढ़ता है। परिणामस्वरूप, वह न केवल जैविक परिवर्तनों का सामना करता है, बल्कि संज्ञानात्मक, मनोवैज्ञानिक, सामाजिक, नैतिक और आध्यात्मिक चुनौतियों का भी सामना करता है।

किशोरावस्था जीवन का एक अनूठा चरण है और किशोर नाटकीय जैविक और भावनात्मक परिवर्तनों से गुजर रहे हैं। स्वास्थ्य सेवा प्राप्त करना युवा लोगों के लिए चुनौतीपूर्ण लग सकता है क्योंकि किशोरावस्था के सामान्य परिवर्तन उनके आत्मविश्वास, रिश्तों, सामाजिक कौशल और सामान्य सोच को प्रभावित करते हैं।

किशोरों के लिए परामर्श महत्वपूर्ण है क्योंकि यह किशोरों को मुकाबला करने के कौशल विकसित करने, आत्मसम्मान का निर्माण करने और किशोरावस्था की चुनौतियों से निपटने में मदद कर सकता है।

किशोरों के लिए परामर्श महत्वपूर्ण है परन्तु इसमें कई बातों का ध्यान रखना आवश्यक है-

- किशोर स्वास्थ्य कर्मियों के आस-पास भयभीत, शर्मिंदा या असहज महसूस कर सकते हैं। वे व्यक्तिगत जानकारी का खुलासा करने में अनिच्छुक हो सकते हैं क्योंकि उन्हें डांटने या मजाक उड़ाने का डर होता है, खासकर अगर कोई देखभाल करने वाला मौजूद हो।
- अधिकांश किशोरों को गोपनीयता के बारे में चिंता होती है, जो स्वास्थ्य कर्मियों के साथ व्यक्तिगत मुद्दों पर चर्चा करने की उनकी इच्छा को प्रभावित करेगी। स्वास्थ्य कर्मियों को हमेशा एक-से-एक परामर्श सत्रों के दौरान किशोरों को आश्वस्त करना चाहिए कि परामर्श सत्र में जो चर्चा की गई है वह गोपनीय रहेगी।

स्वास्थ्य कार्यकर्ता (या वयस्क स्टाफ सदस्य) के साथ आमने-सामने होने पर कई किशोरों को ऐसा महसूस होता है □

क्लिनिक में जाने और व्यक्तिगत मामलों पर चर्चा करने की आवश्यकता से झिझकना

- इस बात से शर्मिंदा होना कि वे वर्जित विषय (एचआईवी, सेक्स, कामुकता, सेक्स करने की इच्छा, बच्चा पैदा करने की इच्छा, आदि) पर बात करेंगे।
- इस बात से चिंतित होना कि कोई उन्हें देख लेगा और उनके माता-पिता या अन्य लोगों को बता देगा।
- अपनी चिंताओं का वर्णन करने में अक्षम होना और सामान्य रूप से स्वास्थ्य मामलों के बारे में गलत जानकारी होना।
- इस बात से चिंतित होना कि उन्हें कोई गंभीर बीमारी है जिसके गंभीर परिणाम होंगे, डरना कि वे मर सकते हैं।
- चिकित्सा सुविधा और/या सुविधा में मौजूद कई "अधिकारिक व्यक्तियों" से भयभीत होना।
- चर्चा का विषय बनने या उनकी इच्छा के विरुद्ध उन्हें रेफर किए जाने के बारे में रक्षात्मक होना।
- विद्रोही स्वभाव, अज्ञात के डर या किसी अन्य कारण से सहायता प्राप्त करने या देखभाल और उपचार में शामिल होने के प्रति प्रतिरोधी होना।
- एचआईवी के साथ रहने से संबंधित सहायता के लिए पूछने के तरीके के बारे में अनिश्चित होना
- स्वास्थ्य कार्यकर्ता के प्रति वफ़ादार होना जिनके साथ उनका लंबे समय से संबंध रहा है।

किशोरों के साथ तालमेल बनाने के लिए निम्नलिखित सुझाव दिए गए हैं:

- सभी के साथ समान और सम्मान से पेश आएं।
- किशोरों के सवाल या जानकारी की ज़रूरत के प्रति वास्तव में खुले रहें।

- आलोचनात्मक शब्दों या शारीरिक भाषा का उपयोग न करें। किशोरों को डाँटकर, चिल्लाकर, दोष देकर या क्रोधित होकर उनसे बात न करें।
- ऐसे शब्दों और भाषा का उपयोग करें जिन्हें किशोर समझ सकें और जो उनकी उम्र और विकासात्मक अवस्था के लिए उपयुक्त हों। जटिल जानकारी समझाने के लिए शैक्षिक सामग्री - जैसे फ्लिप चार्ट या चित्र - का उपयोग करें।
- किशोरों की उपस्थिति, चिंताओं या व्यवहार की आलोचना न करें।
- यदि संवेदनशील मुद्दों पर चर्चा की जा रही है, तो सुनिश्चित करें कि बातचीत दूसरों को न दिखे या न सुनाई दे।
- किशोरों को आश्चस्त करें कि वे जो कुछ भी कहेंगे उसे गोपनीय रखा जाएगा। इसका मतलब है कि बहु-विषयक देखभाल टीम के सदस्य अन्य लोगों को परामर्शी के बारे में कोई भी जानकारी नहीं बताएंगे, जिसमें वे क्या कहते हैं या वे एचआईवी से पीड़ित हैं।
- किशोरों की गोपनीयता को “उनके अपने भले के लिए” भंग करने की धमकी न दें।
- किशोर अपने माता-पिता या देखभाल करने वालों की मौजूदगी में व्यक्तिगत जानकारी का खुलासा करने में अनिच्छुक हो सकते हैं। स्वास्थ्य कर्मियों को इस बात पर ज़ोर देना चाहिए कि उन्हें सौंपी गई जानकारी साझा नहीं की जाएगी - देखभाल करने वालों के साथ भी नहीं - जब तक कि क्लाइंट अपनी अनुमति न दे।
- किशोरों को मुलाक़ात के दौरान सवाल पूछने और चिंताएँ व्यक्त करने के लिए पर्याप्त समय दें।
- क्लाइंट की स्थिति और चिंताओं के बारे में समझ दिखाएँ और उनके साथ सहानुभूति रखें। खुद को “किशोरों की जगह” रखने की कोशिश करें।
- समझें कि किशोर असहज हो सकते हैं; उन्हें जवाब देते समय आश्चस्त करें। समझाएँ कि आप “यहाँ मदद करने के लिए हैं।”
- किशोरों को आश्चस्त करें कि उनकी भावनाएँ और अनुभव सामान्य हैं।
- ईमानदार रहें और स्वीकार करें कि आपको किसी प्रश्न का उत्तर नहीं पता है

किशोरों के साथ संवाद करने के लिए सामान्य सुझाव:

- ❖ परामर्श सत्र की शुरुआत गैर-खतरनाक मुद्दों पर बात करके करें:
- ❖ यौन या प्रजनन स्वास्थ्य मुद्दों जैसे अधिक संवेदनशील विषयों पर जाने से पहले किशोर के घर, परिवार, स्कूल और यहां तक कि शौक के बारे में भी सवाल पूछें।
- ❖ अप्रत्यक्ष प्रश्न पूछें: शुरू में, किशोर के खुद के व्यवहार के बारे में सीधे सवाल पूछने के बजाय उसके साथियों और दोस्तों के व्यवहार के बारे में पूछें: “क्या तुम्हारा कोई दोस्त गांजा/डग्गा पीता है?”; “क्या तुम कभी उनके साथ शामिल हुए हो?”

- ❖ किसी मुद्दे को सामान्य बनाकर उसके इर्द-गिर्द कलंक को कम करें: एचआईवी से पीड़ित किशोर को अलग-अलग मुद्दों से निपटने के लिए मदद मांगने में शर्मिंदगी महसूस हो सकती है, लेकिन आप यह कहकर कलंक और शर्म की भावना को कम कर सकते हैं: “मैंने कई ऐसे युवाओं का इलाज किया है जो एचआईवी से पीड़ित हैं। मैं आपकी मदद करने के लिए यहाँ हूँ”; “मैं अपने सभी परामर्शी से पूछता हूँ कि क्या वे यौन संबंध बना रहे हैं ताकि मैं सुनिश्चित कर सकूँ कि उन्हें वह जानकारी और सेवाएँ मिलें जिनकी उन्हें जरूरत है। कुछ किशोर यौन संबंधों में हैं और कुछ नहीं। चाहे आपका जवाब हाँ हो या न, यह ठीक है और मैं चाहता हूँ कि आप इन निजी चीजों के बारे में मुझसे बात करने में सहज महसूस करें।”
- ❖ साथियों के सहयोग को प्रोत्साहित करें किशोरों को एचआईवी से संक्रमित साथियों के :
-साथ या तो आमने सामने या समूहों में मुद्दों पर चर्चा करने के लिए प्रोत्साहित करें | साथियों का सहयोग किशोरों को यह पहचानने में मदद करता है कि वे अपनी समस्याओं से निपटने में अकेले नहीं हैं।

युवा किशोरों के साथ संवाद करते समय विचार:

- ❖ युवा किशोरों को सुरक्षित महसूस करने और भरोसा करने के लिए समय की आवश्यकता होती है। सत्र की शुरुआत साथ में कुछ करके करें, जैसे कोई खेल खेलना।
- ❖ उन्हें आपको देखने के लिए कुछ समय चाहिए! उनसे तुरंत बात करना शुरू करने की उम्मीद न करें। पर्याप्त समय दें और धैर्य रखें।
- ❖ उन्हें डर लग सकता है और उन्हें आलोचना का डर हो सकता है।
- ❖ मदद माँगते समय वे चिंतित या शर्मिंदा महसूस कर सकते हैं।
- ❖ चीजों को सरल शब्दों में समझाएँ।
- ❖ युवा किशोर ठोस चीजों को समझते हैं जिन्हें वे छू सकते हैं और देख सकते हैं। जानकारी को और अधिक ठोस बनाने के लिए चित्र, प्रदर्शन या दृश्य सहायता का उपयोग किया जा सकता है।
- ❖ सिर्फ इसलिए कि कोई किशोर सवाल नहीं पूछ रहा है इसका मतलब यह नहीं है कि वह जो कहा जा रहा है उसके बारे में नहीं सोच रहा है।
- ❖ किशोरों को साझा करने के लिए मजबूर न करें। खुद को व्यक्त करने के उनके प्रयासों को सकारात्मक रूप से सुदृढ़ करें।
- ❖ अगर कोई युवा असभ्य या आक्रामक है, तो याद रखें कि यह व्यवहार आपके लिए नहीं हो सकता है। वह शायद वयस्कों से नाराज़ हो रहा हो क्योंकि उन्होंने उसके साथ बुरा व्यवहार किया या उसे निराश किया। धैर्य रखें और इसे व्यक्तिगत रूप से न लें।

बड़े किशोरों के साथ संवाद करते समय विचार:

छोटे किशोरों की तरह, बड़े किशोरों को भी सुरक्षित महसूस करने की आवश्यकता होती है और मदद मांगने में शर्मिंदगी महसूस हो सकती है। हालाँकि, बड़े किशोरों का विश्वास जीतने के लिए, स्वास्थ्य कार्यकर्ता को छोटे किशोरों के साथ इस्तेमाल की जाने वाली रणनीतियों से कुछ अलग तरीके आजमाने होंगे।

- ❖ बड़े किशोरों से उन चीजों के बारे में पूछें जो उनके लिए महत्वपूर्ण हैं: शौक, दोस्त, खेल, फैशन, कार/मोटरसाइकिल, संगीत, परिवार, लड़का/लड़की, आदि। विश्वास स्थापित करने के तरीके के रूप में बड़े किशोरों को जानें।
- ❖ किशोर परामर्शी के दृष्टिकोण को समझने की कोशिश करें। ध्यान रखें कि उनके जीवन के अनुभव अभी भी अपेक्षाकृत सीमित हैं। किशोरों को सलाह देते समय, उन्हें उनके ज्ञान की कमी के लिए डांटने के बजाय इस दृष्टिकोण से सलाह दें कि उन्हें अभी तक यह समझने या समझने का अवसर नहीं मिला है कि आप उन्हें क्या समझा रहे हैं। कभी भी उनकी आलोचना न करें या ऐसा कुछ न कहें जिसे वे आलोचना के रूप में समझें।
- ❖ कभी भी यह न मानें कि वे अभी तक यौन रूप से सक्रिय नहीं हैं। साथ ही कभी भी यह न मानें कि वे यौन रूप से सक्रिय हैं। निश्चित रूप से जानने का सबसे अच्छा तरीका है किशोर परामर्शी के साथ विश्वास और तालमेल बनाना ताकि वे आपके साथ इस प्रकार की जानकारी साझा करने में सहज महसूस करें।
- ❖ यह न मानें कि किसी एक किशोर की रुचियाँ या मुद्दे अन्य किशोरों के समान हैं जिनसे आप हाल ही में मिले हैं।
- ❖ किशोर ग्राहक अलग होने का आत्मविश्वास रखने पर गर्व कर सकते हैं।
- ❖ संक्षेप में, कभी भी धारणाएँ न बनाएँ, खुले-आम प्रश्नों का उपयोग करें और हमेशा गैर-निर्णयात्मक रहें।

5.4 करियर परामर्श

मनोविज्ञान कहता है कि हर व्यक्ति बचपन से ही रुचि दिखाने लगता है, जब बच्चा तर्क करने की क्षमता विकसित करता है। माता-पिता को सबसे पहले अपने बच्चे की रुचि को देखने और पहचानने के लिए समय निकालना चाहिए और फिर उसके अनुसार बच्चे को मार्गदर्शन, अवसर और संपर्क प्रदान करना चाहिए। यह समस्या तभी हल हो सकती है जब माता-पिता, शिक्षक, छात्र, सरकार और शैक्षिक संगठन एक ही पृष्ठ पर हों, बहुत दुर्भाग्यपूर्ण है कि छात्र फेसबुक के पेज पर हैं, शिक्षक लिंकडइन पर हैं और माता-पिता ट्वीट कर रहे हैं। यह एक ऐसी प्रक्रिया नहीं है जो

रातों-रात पूरी हो सकती है, शैक्षिक संस्थानों और नियोक्ता संगठनों को छात्रों के पेशेवर करियर विकास और परामर्श को बढ़ावा देने के लिए अवसर प्रदान करके नियमित आधार पर सहयोग करना चाहिए। शैक्षिक क्षेत्र और जॉब मार्केट के बीच मजबूत संबंध किसी भी देश के विकास और किसी भी व्यक्ति की सफलता के लिए बहुत महत्वपूर्ण है।

- कैरियर परामर्श, व्यक्तियों को उनके कैरियर पथ के बारे में उचित निर्णय लेने में मार्गदर्शन और सहायता प्रदान करने की प्रक्रिया है, जिसमें आमतौर पर मूल्यांकन, विकल्पों की खोज और कौशल विकास शामिल होता है।
- करियर काउंसलिंग व्यक्तियों को उनकी रुचियों, कौशलों, मूल्यों और व्यक्तित्व लक्षणों के साथ संरेखित उपयुक्त करियर विकल्पों की पहचान करने में मदद करती है।
- करियर काउंसलर शिक्षा, प्रशिक्षण और रोजगार विकल्पों पर मार्गदर्शन प्रदान करते हैं, आत्म-जागरूकता को सुविधाजनक बनाते हैं और व्यक्तियों को अच्छी तरह से उचित निर्णय लेने में सक्षम बनाते हैं।
- इसका अंतिम लक्ष्य व्यक्तियों को उनकी अनूठी शक्तियों और प्राथमिकताओं की गहन समझ के आधार पर संतुष्टिदायक और पुरस्कृत करियर को आगे बढ़ाने के लिए सशक्त बनाना है।

कैरियर परामर्श व्यक्तियों को निम्नलिखित में सहायता करता है

- ❖ आत्म-अन्वेषण
- ❖ निर्णय लेने में सहायता
- ❖ लक्ष्य निर्धारण
- ❖ व्यावसायिक विकास
- ❖ कार्य-जीवन संतुलन

करियर काउंसलिंग के शामिल चरण

मूल्यांकन: व्यक्ति की रुचियों, कौशलों, मूल्यों,

व्यक्तित्व लक्षणों और करियर लक्ष्यों का मूल्यांकन करता है।

अन्वेषण: विभिन्न करियर विकल्पों पर शोध और अन्वेषण करता है जो व्यक्ति के मूल्यांकन परिणामों के साथ संरेखित होते हैं।

लक्ष्य निर्धारण: अन्वेषण और मूल्यांकन के आधार पर सहयोगात्मक रूप से प्राप्त करने योग्य अल्पकालिक और दीर्घकालिक करियर लक्ष्य निर्धारित करता है।

कार्य योजना: स्थापित करियर लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए शिक्षा, प्रशिक्षण, नेटवर्किंग और कौशल विकास सहित आवश्यक कदमों की रूपरेखा तैयार करते हुए एक स्पष्ट योजना विकसित करता है।

अनुवर्ती और मूल्यांकन: व्यक्ति की प्रगति की निरंतर निगरानी करता है, निरंतर सहायता प्रदान करता है, और आवश्यकतानुसार लक्ष्यों और रणनीतियों का पुनर्मूल्यांकन करता है।

कुल मिलाकर, करियर काउंसलिंग व्यक्तियों को आत्मविश्वास और संतुष्टिदायक करियर विकल्प बनाने के लिए सशक्त बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है, जिससे कार्यस्थल में अधिक सफलता और संतुष्टि मिलती है।

5.5 पारिवारिक परामर्श

पारिवारिक परामर्श चिकित्सा का एक अनुशासन है जो पारिवारिक जीवन में आने वाली चुनौतियों और जटिलताओं के समाधान खोजने पर केंद्रित है। इसे विवाह और पारिवारिक चिकित्सा भी कहा जाता है, चिकित्सक परिवार के सदस्यों के बीच संचार को बेहतर बनाने और परिवार के सदस्यों के बीच गतिशीलता को समायोजित करने का काम करते हैं जिसके परिणामस्वरूप शिथिलता हो सकती है। "पारिवारिक परामर्श" और "पारिवारिक चिकित्सा" शब्दों का अक्सर समानार्थक रूप से उपयोग किया जाता है, लेकिन यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि पारिवारिक परामर्श, परामर्श के अन्य रूपों की तरह, कुछ चिकित्सकों द्वारा पारिवारिक चिकित्सा की तुलना में अवधि में कम और अधिक समाधान-केंद्रित के रूप में परिभाषित किया जा सकता है।

1. पारिवारिक चिकित्सा एक प्रकार का उपचार है जिसे उन मुद्दों में मदद करने के लिए डिज़ाइन किया गया है जो विशेष रूप से परिवारों के मानसिक स्वास्थ्य और कामकाज को प्रभावित करते हैं। यह व्यक्तिगत पारिवारिक सदस्यों को मजबूत संबंध बनाने, संचार में सुधार करने और पारिवारिक प्रणाली के भीतर संघर्षों को प्रबंधित करने में मदद कर सकता है। परिवार के सदस्यों के एक-दूसरे के साथ बातचीत और संबंध बनाने के तरीके में सुधार करके, पारिवारिक चिकित्सा करीबी रिश्तों में बदलाव को बढ़ावा दे सकती है। पारिवारिक चिकित्सा के कुछ प्राथमिक लक्ष्य बेहतर घरेलू माहौल बनाना, पारिवारिक मुद्दों को हल करना और उन अनूठी समस्याओं को समझना है जिनका सामना एक परिवार कर सकता है।

पारिवारिक परामर्श के लक्ष्य

परिवारों के पास पारिवारिक परामर्श में जाने के कई कारण हो सकते हैं, जैसे, आक्रामक माता-पिता, बच्चे का दुर्व्यवहार, परिवार के किसी सदस्य में मादक द्रव्यों का सेवन, घरेलू हिंसा, आदि अक्सर, परिवार किसी ऐसे व्यक्तिगत पारिवारिक सदस्य के उपचार के लिए परामर्शदाता के पास जाते हैं, जो पहचाना गया रोगी होता है।

पहचाना गये रोगी को परिवार के अन्य सदस्यों द्वारा परिवार में परेशानी पैदा करने वाला माना जाता है। वह व्यक्ति है जिसके लक्षण हैं और जिसके लिए परिवार ने परामर्श मांगा है।

माता-पिता आमतौर पर बच्चे को परिवार में समस्याओं का कारण मानते हैं और उसे परामर्श के लिए लाते हैं। बच्चे को बलि का बकरा बनाया जाता है और परिवार में समस्या का स्रोत माना जाता है ताकि अन्य सदस्यों या पूरे परिवार में मौजूद समस्याओं का सामना न करना पड़े।

हालांकि, परामर्शदाता पहचाना गये रोगी को अकेले समस्या के स्रोत के रूप में नहीं देखता है और पूरे परिवार के साथ एक प्रणाली के रूप में काम करता है।

पारिवारिक परामर्श के विशिष्ट लक्ष्य इस प्रकार हैं:

- पारिवारिक संरचना और परिवार के भीतर गतिशीलता को समझना, जैसे परिवार के सदस्यों के बीच भेदभाव, सामंजस्य और अनुकूलनशीलता।
 - पहचाने गए रोगी के रूप में परिवार के सदस्य द्वारा निभाई गई भूमिका के कारणों की जांच करना।
 - परिवार के सदस्यों के बीच बातचीत का अध्ययन करना और नकारात्मक और अनुत्पादक पैटर्न की पहचान करना।
 - परिवार के भीतर उपसमूहों की पहचान करना और पारिवारिक संघर्षों को पैदा करने और बनाए रखने में ऐसे समूहों द्वारा निभाई गई भूमिकाओं की पहचान करना।
 - परिवार द्वारा नियोजित समस्या-समाधान व्यवहार और रणनीतियों की पहचान करना।
 - पहचाने गए रोगी की भूमिका, दोषपूर्ण संचार पैटर्न और अनुचित समस्या-समाधान व्यवहार के बारे में परिवार के सदस्यों के बीच समझ को सुविधाजनक बनाना।
- परिवार की भलाई और बेहतर कामकाज को बढ़ावा देने के लिए प्रभावी संचार और उचित समस्या-समाधान तकनीकों के बारे में जानकारी प्रदान करना।
- नियोजित अनुवर्ती कार्रवाई के साथ परामर्श को समाप्त करना ताकि परामर्श में प्राप्त लक्ष्यों को बनाए रखा जा सके

पारिवारिक चिकित्सा के लाभ

चूँकि उपचार का यह रूप संचार को संबोधित करता है, इसलिए परिवार के सदस्य सीख सकते हैं कि अपने विचारों और ज़रूरतों को बेहतर तरीके से कैसे साझा किया जाए और संघर्षों को इस तरह से हल किया जाए जिससे रिश्तों को नुकसान पहुँचने की संभावना कम हो।

इस प्रकार की चिकित्सा इस बात पर भी ध्यान केंद्रित करती है कि परिवार के सदस्य किसी एक परिवार के सदस्य की कठिनाइयों को कैसे संबोधित कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, यदि परिवार के किसी सदस्य को मानसिक स्वास्थ्य की समस्या है, तो पारिवारिक चिकित्सा कुछ स्थितियों को बदलने में मदद कर सकती है जो कभी-कभी समस्या में योगदान करती हैं।

जब व्यक्ति मानसिक बीमारी से प्रभावित होते हैं, तो परिवार के सदस्यों को कभी-कभी इस बात की जानकारी नहीं होती कि कैसे मदद की जाए। नतीजतन, वे ऐसे व्यवहार में संलग्न हो सकते हैं जो बीमारी के पहलुओं को बनाए रखते हैं या और भी खराब कर देते हैं।

तकनीकें

पारिवारिक चिकित्सा में उपयोग की जाने वाली तकनीकें आमतौर पर चिकित्सक के सैद्धांतिक अभिविन्यास और परिवार की विशिष्ट आवश्यकताओं जैसे कारकों पर निर्भर करती हैं। कुछ विधियाँ जिनका उपयोग किया जा सकता है, उनमें शामिल हैं:

व्यवहार तकनीकें: ये विधियाँ अक्सर परिवार के सदस्यों को विशिष्ट समस्याओं का समाधान करने में मदद करने के लिए कौशल प्रशिक्षण और मनो-शिक्षा पर ध्यान केंद्रित करती हैं। उदाहरण के लिए, परिवार के सदस्यों को संचार समस्याओं को हल करने में मदद करने के लिए मॉडलिंग और रोल-प्लेइंग का उपयोग किया जा सकता है।

मनोगतिक तकनीकें: इन विधियों में यह आकलन करना शामिल है कि प्रत्येक परिवार का सदस्य अपनी समस्याओं की व्याख्या कैसे करता है और उनका जवाब कैसे देता है। चिकित्सक परिवार के साथ मिलकर नई भावनात्मक अंतर्दृष्टि विकसित करता है और अधिक प्रभावी ढंग से प्रतिक्रिया करने के नए तरीकों का पता लगाता है।

संरचनात्मक तकनीकें: ये विधियाँ परिवार के सदस्यों को परिवार के भीतर सीमाओं और शक्ति गतिशीलता के साथ मदद करने पर ध्यान केंद्रित करती हैं। ऐसी तकनीकें परिवारों को नई सीमाएँ बनाने और दिनचर्या स्थापित करने में मदद कर सकती हैं जो परिवार के कामकाज को बेहतर बनाती हैं।

पारिवारिक चिकित्सा में उपयोग की जाने वाली तकनीकें भावनात्मक जागरूकता में सुधार करने, परिवार के भीतर बड़े बदलावों में सहायता करने, लोगों को उन चीजों को स्वीकार करने में मदद

करने पर ध्यान केंद्रित करती हैं जिन्हें वे नियंत्रित नहीं कर सकते हैं, और संचार और सहयोग में सुधार करते हैं।

5.6 वैवाहिक परामर्श

वैवाहिक परामर्श

शादी दो लोगों के बीच एक खूबसूरत बंधन है, लेकिन यह चुनौतीपूर्ण भी हो सकता है और कभी-कभी जोड़ों को अपने रिश्ते को संभालने के लिए मदद की ज़रूरत होती है। विवाह परामर्श एक ऐसा विकल्प है जो जोड़ों को उनकी समस्याओं से निपटने और उनके संचार, समझ और समग्र रिश्ते को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है। वैवाहिक परामर्श मनोचिकित्सा का एक रूप है जो जोड़ों को संघर्षों की पहचान करने और उन्हें हल करने तथा उनके रिश्तों को बेहतर बनाने में मदद करता है। इसे युगल चिकित्सा के रूप में भी जाना जाता है। एक प्रशिक्षित चिकित्सक भागीदारों के बीच खुले संचार को सुविधाजनक बनाने तथा सामान्य लक्ष्यों को प्राप्त करने की दिशा में मिलकर काम करने के लिए एक सुरक्षित और सहायक वातावरण प्रदान करता है। परामर्श में व्यक्तिगत और संयुक्त सत्र शामिल हो सकते हैं तथा कई मुद्दों को संबोधित किया जा सकता है। वैवाहिक परामर्श मुख्य रूप से दो प्रकार के होते हैं।

विवाह-पूर्व परामर्श

विवाह-पूर्व परामर्श उन जोड़ों के लिए बनाया गया है जो विवाह करने की योजना बना रहे हैं। इस प्रकार की काउंसलिंग जोड़ों को उनकी अपेक्षाओं को समझने, उनकी ताकत और कमजोरियों को पहचानने और स्वस्थ विवाह के लिए आवश्यक कौशल सीखने में मदद करती है। विवाह-पूर्व परामर्श जोड़ों को संभावित संघर्षों को जल्दी पहचानने और उनका समाधान करने, प्रभावी संचार और समस्या-समाधान कौशल विकसित करने और स्वस्थ, लंबे समय तक चलने वाले रिश्ते के लिए एक मजबूत नींव बनाने में मदद कर सकता है।

विवाह-पश्चात परामर्श

विवाह-पश्चात परामर्श उन जोड़ों के लिए है जो पहले से ही विवाहित हैं और अपने रिश्ते में समस्याओं या चुनौतियों का सामना कर रहे हैं। इस प्रकार की काउंसलिंग उन मुद्दों को हल करने पर केंद्रित है जो विवाह में संकट या नाखुशी का कारण बन सकते हैं, जैसे संचार समस्याएं, बेवफाई, संघर्ष और यौन कठिनाइयाँ। विवाह-पश्चात परामर्श जोड़ों को अपने संचार को बेहतर बनाने, विश्वास को फिर से बनाने, तनाव को प्रबंधित करने और संघर्षों को हल करने और अपने रिश्ते को बेहतर बनाने के लिए रणनीति विकसित करने में मदद कर सकता है।

रिश्तों में होने वाले सामान्य संघर्ष

विवाह परामर्श जोड़ों को होने वाली प्रमुख समस्याओं से निपटने में मदद कर सकता है, जैसे:

- अविश्वास
- तलाक
- मादक द्रव्यों का सेवन
- सांस्कृतिक समझ
- संचार की कमी
- यौन कठिनाइयाँ
- बांझपन
- क्रोध

Overview of Marriage Counseling Types

Type of Therapy	Focus	Ideal For
The Gottman Method	Improving friendship and intimacy	Long-term couples
Emotion-Focused Therapy	Understanding and expressing emotions	Couples with trust issues or betrayals
Cognitive Behavioral Therapy	Changing negative thought patterns	Couples with communication issues
Solution-Focused Therapy	Resolving specific problems	Couples with specific issues
Imago Relationship Therapy	Addressing childhood wounds and unmet needs	Couples dealing with past issues
Narrative Therapy	Rewriting personal	Couples feeling blame

	narratives	or failure
Integrative Behavioral Couple Therapy	Acceptance and change	Couples needing acceptance and change
Discernment Counseling	Making relationship decisions	Couples unsure about staying together
Reflective Listening	Improving communication	Couples with communication issues
Relational Life Therapy	Balancing roles and improving intimacy	Couples with intimacy issues

विवाह परामर्श में शामिल तकनीकें

विवाह परामर्श जोड़ों को उनके मुद्दों को संबोधित करने और उनके रिश्ते को बेहतर बनाने में मदद करने के लिए विभिन्न तकनीकों का उपयोग करता है। वैवाहिक परामर्श में उपयोग की जाने वाली कुछ सामान्य तकनीकें इस प्रकार हैं:

भावनात्मक रूप से केंद्रित थेरेपी (Emotionally Focused Therapy (EFT): EFT एक प्रकार की थेरेपी है जो जोड़ों को उनकी भावनाओं को पहचानने और व्यक्त करने में मदद करती है, विशेष रूप से लगाव और बंधन से संबंधिता चिकित्सक जोड़े को एक-दूसरे के प्रति उनकी अंतर्निहित भावनात्मक प्रतिक्रियाओं को समझने में मदद करता है और उन्हें सिखाता है कि भावनात्मक संबंध को बढ़ावा देने वाले तरीके से कैसे संवाद किया जाए।

संज्ञानात्मक-व्यवहार थेरेपी (Cognitive-Behavioral Therapy (CBT): CBT एक प्रकार की थेरेपी है जो व्यवहार और विचार के नकारात्मक पैटर्न की पहचान करने और उन्हें बदलने पर केंद्रित है। विवाह परामर्श में, CBT जोड़ों को संचार के अपने नकारात्मक पैटर्न को

संबोधित करने और अधिक सकारात्मक और प्रभावी संचार की दिशा में काम करने में मदद कर सकता है।

इमागो रिलेशनशिप थेरेपी(Imago Relationship Therapy): इमागो रिलेशनशिप थेरेपी एक प्रकार की थेरेपी है जो जोड़ों को उनके व्यवहार और संचार के पीछे अचेतन प्रेरणाओं को समझने में मदद करने पर केंद्रित है। चिकित्सक जोड़े को उनके व्यवहार और संचार के पैटर्न की पहचान करने में मदद करता है और उनके साथ मिलकर नए कौशल और तकनीक विकसित करता है जो स्वस्थ संचार को बढ़ावा देते हैं।

समाधान-केंद्रित संक्षिप्त चिकित्सा(Solution-Focused Brief Therapy): समाधान-केंद्रित संक्षिप्त चिकित्सा, जोड़े की समस्याओं पर ध्यान केंद्रित करने के बजाय, उनकी ताकत को पहचानने और उसे विकसित करने पर केंद्रित है। चिकित्सक जोड़े को रिश्ते के लिए अपने लक्ष्यों की पहचान करने और उन लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए विशिष्ट रणनीति विकसित करने में मदद करता है।

गॉटमैन विधि(Guttman Method): गॉटमैन विधि गॉटमैन युगल मनोवैज्ञानिकों द्वारा विकसित एक शोध-आधारित दृष्टिकोण है। यह जोड़ों को उनके संचार को बेहतर बनाने, भावनात्मक संबंध बनाने और संघर्षों का प्रबंधन करने में मदद करता है। यह रिश्ते में नाराजगी से बचकर किया जाता है।

विवाह परामर्श विवाह में आने वाली चुनौतियों और मुद्दों को संबोधित करने का एक प्रभावी तरीका हो सकता है। चाहे आप संचार समस्याओं, संघर्षों या अन्य कठिनाइयों का सामना कर रहे हों, एक योग्य और अनुभवी विवाह परामर्शदाता की मदद लेना आपको अपने रिश्ते को बेहतर बनाने और अपने बंधन को मजबूत करने के लिए उपकरण और रणनीतियाँ प्रदान कर सकता है। यदि आप अपने विवाह में संघर्ष कर रहे हैं, तो मदद लेने में संकोच न करें। एक कुशल परामर्शदाता के समर्थन से, आप अपनी चुनौतियों पर काबू पा सकते हैं और एक खुशहाल, स्वस्थ संबंध बना सकते हैं।

5.7 सारांश

किशोर परिवार समूह का हिस्सा होने से लेकर साथियों के समूह का हिस्सा बनने और वयस्क के रूप में अकेले खड़े होने की ओर बढ़ता है। वह निर्भरता से स्वतंत्रता, स्वायत्तता और परिपक्वता की ओर बढ़ता है। परिणामस्वरूप, वह न केवल जैविक परिवर्तनों का सामना करता है, बल्कि संज्ञानात्मक, मनोवैज्ञानिक, सामाजिक, नैतिक और आध्यात्मिक चुनौतियों का भी सामना करता है।

किशोरावस्था जीवन का एक अनूठा चरण है और किशोर नाटकीय जैविक और भावनात्मक परिवर्तनों से गुजर रहे हैं। स्वास्थ्य सेवा प्राप्त करना युवा लोगों के लिए चुनौतीपूर्ण लग सकता है क्योंकि किशोरावस्था के सामान्य परिवर्तन उनके आत्मविश्वास, रिश्तों, सामाजिक कौशल और सामान्य सोच को प्रभावित करते हैं।

किशोरों के लिए परामर्श महत्वपूर्ण है क्योंकि यह किशोरों को मुकाबला करने के कौशल विकसित करने, आत्मसम्मान का निर्माण करने और किशोरावस्था की चुनौतियों से निपटने में मदद कर सकता है। कैरियर परामर्श, व्यक्तियों को उनके कैरियर पथ के बारे में उचित निर्णय लेने में मार्गदर्शन और सहायता प्रदान करने की प्रक्रिया है, जिसमें आमतौर पर मूल्यांकन, विकल्पों की खोज और कौशल विकास शामिल होता है।

- कैरियर परामर्श व्यक्तियों को आत्म-अन्वेषण, निर्णय लेने में सहायता, लक्ष्य निर्धारण, व्यावसायिक विकास, कार्य-जीवन संतुलन में सहायता करता है।
- पारिवारिक परामर्श चिकित्सा का एक अनुशासन है जो पारिवारिक जीवन में आने वाली चुनौतियों और जटिलताओं के समाधान खोजने पर केंद्रित है। इसे विवाह और पारिवारिक चिकित्सा (एमएफटी) भी कहा जाता है, चिकित्सक परिवार के सदस्यों के बीच संचार को बेहतर बनाने और परिवार के सदस्यों के बीच गतिशीलता को समायोजित करने का काम करते हैं जिसके परिणामस्वरूप शिथिलता हो सकती है। "पारिवारिक परामर्श" और "पारिवारिक चिकित्सा" शब्दों का अक्सर समानार्थक रूप से उपयोग किया जाता है, लेकिन यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि पारिवारिक परामर्श, परामर्श के अन्य रूपों की तरह, कुछ चिकित्सकों द्वारा पारिवारिक चिकित्सा की तुलना में अवधि में कम और अधिक समाधान-केंद्रित के रूप में परिभाषित किया जा सकता है।
- वैवाहिक परामर्श मनोचिकित्सा का एक रूप है जो जोड़ों को संघर्षों की पहचान करने और उन्हें हल करने तथा उनके रिश्तों को बेहतर बनाने में मदद करता है। इसे युगल चिकित्सा के रूप में भी जाना जाता है। एक प्रशिक्षित चिकित्सक भागीदारों के बीच खुले संचार को सुविधाजनक बनाने तथा सामान्य लक्ष्यों को प्राप्त करने की दिशा में मिलकर काम करने के लिए एक सुरक्षित और सहायक वातावरण प्रदान करता है। परामर्श में व्यक्तिगत और संयुक्त सत्र शामिल हो सकते हैं तथा कई मुद्दों को संबोधित किया जा सकता है।

5.8 शब्दावली

CBT: Cognitive-Behavioral Therapy

EFT: Emotionally Focused Therapy

IRT: Imago Relationship Therapy

5.9 स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न एवं उनके उत्तर

- किशोरावस्था की विशेषताएं बताएये?
 - वैवाहिक परामर्श से आप क्या समझते हैं?
-

5.10 सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- Varghese M, Kirpekar V, Loganathan S. [Family interventions: basic principles and techniques](#). *Indian J Psychiatry*. 2020;62(Suppl 2):S192-S200. doi: 10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_770_19
 - Reiter MD. *Family Therapy: An Introduction to Process, Practice and Theory*. Routledge; 2017.
 - [What Is Marriage Counseling and Why Is It Important?](#)
 - <https://www.verywellmind.com/>
-

5.11 निबन्धात्मक प्रश्न

1. आपके समझ से किशोरों के लिये परामर्श क्यों जरूरी है?
 2. कैरियर परामर्श के क्या क्या लाभ हैं?
 3. विवाह पूर्व परामर्श सफल वैवाहिक जीवन के लिये आवश्यक है आलोचनात्मक टिप्पणी लिखिए।
 4. टिप्पणी लिखिए-
 - I. पारिवारिक चिकित्सा के लाभ
 - II. विवाह परामर्श में शामिल तकनीकें
-

इकाई 6. एचआईवी/एड्स परामर्श, विकलांगों को परामर्श, वृद्धावस्था परामर्श एवं LGBTQ परामर्श (HIV/AIDS Counselling, Counselling the handicapped, Geriatric Counselling, LGBTQ (lesbian, gay, bisexual, transgender, queer) Counselling)

इकाई संरचना

- 6.1 प्रस्तावना
- 6.2 उद्देश्य
- 6.3 एच आई वी/एड्स परामर्श
 - 6.3.1 एच आई वी/एड्स में मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप
- 6.4 विकलांगों को परामर्श
- 6.5 वृद्धावस्था परामर्श
- 6.6 LGBTQ परामर्श
- 6.7 सारांश
- 6.8 शब्दावली
- 6.9 सन्दर्भ ग्रन्थ सूची
- 6.10 निबन्धात्मक प्रश्न

6.1 प्रस्तावना

किसी व्यक्ति की व्यक्तिगत समस्याओं एवं कठिनाइयों को दूर करने के लिये दी जाने वाली राय, मशवरा और मार्गदर्शन, परामर्श (Counseling) कहलाता है। परामर्श देने वाले व्यक्ति को परामर्शदाता (काउन्सलर) कहते हैं। निर्देशन (गाइडेंस) के अन्तर्गत आयोजित परामर्श एक विशेष प्रकार की सेवा है। यह एक सहयोगात्मक प्रक्रिया है। वैसे तो परामर्श की आवश्यकता व्यक्ति को कभी ना कभी हर क्षेत्र में पड़ती है परंतु कुछ ऐसे क्षेत्र हैं जहां परामर्श जीवनदायी औषधि की तरह काम करता है। और व्यक्ति को संकट की घड़ी में आशावान रहने की प्रेरणा मिलती है। प्रस्तुत इकाई में हम उन विशेष क्षेत्र क्षेत्रों में परामर्श की चर्चा करेंगे।

6.2 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के उपरांत आप –

- एच आई वी/एड्स परामर्श के बारे में जान पाएंगे।
- विकलांगों को परामर्श के बारे में जान पाएंगे।
- वृद्धावस्था परामर्श के बारे में जान पाएंगे।

- LGBTQ परामर्श के बारे में जान पाएंगे।

6.3 एच. आई. वी/एड्स परामर्श

आधुनिक चिकित्सा विज्ञान के युग में मानव जीवन के लिए दीर्घकाल तक टी0 बी0, मलेरिया कैंसर तीन अविजित चुनौतियाँ मानी गयी जिनसे बचाव के कारगर उपाय विकसित करने के क्रम में अभी भी प्रयास जारी है कि तब तक एच आई वी/एड्स के रूप में एक नयी चुनौती प्रकट हो गयी जिसके विषय में आरम्भ में यह माना गया कि किसी व्यक्ति को एड्स होना उसके लिए मृत्यु दण्ड के आदेश पर हस्ताक्षर कर दिए जाने जैसा है। हालाँकि आज स्थिति इतनी विकराल नहीं है किन्तु समस्या अभी भी गंभीर बनी हुई है।

एड्स (AIDS: Acquired Immune Deficiency Syndrome) रोग प्रतिरोध की हमारी स्वाभाविक क्षमता को निर्बल बनाने वाला अर्जित रोग संलक्षण हैं। एड्स के फलस्वरूप जब रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर हो जाती है तब हम रोगों को तीव्रता से ग्रहण करने लग जाते हैं। एड्स का संक्रमण HIV (Human Immuno-deficiency Virus) श्रेणी के विषाणु के मानव शरीर में प्रवेश करने से होता है। एच आई वी का संक्रमण विषमलिंगी या समलिंगी यौनिक सम्बन्ध स्थापित करने अथवा एच आई वी संक्रमित व्यक्ति के रक्त का स्वस्थ व्यक्ति के रक्त में संचार से होता है।

एच आई वी/एड्स का उपचार अभी भी जन-सामान्य के लिए सहज व सुगम नहीं हो पाया है। एच आई वी/एड्स से बचाव के लिए आकर्षक एवं सरल उपाय का अभाव, उपचार के लिए औषधियों का अभाव, इनके अतिरिक्त इस रोग के साथ जुड़े लांछन तथा जीव के लिए गंभीर खतरों के कारण पीड़ित व्यक्ति, उसके परिवार, सम्बन्धियों एवं मित्रों के समक्ष मानसिक, शारीरिक, सामाजिक, आर्थिक, नैतिक स्तरों पर अनेक गंभीर संकट उत्पन्न होते हैं अतः इन सभी लोगों के लिए विविध स्तरों पर परामर्शन आवश्यक हो जाता है।

एच आई वी/एड्स संक्रमित व्यक्ति को शारीरिक चुनौतियों के अतिरिक्त जीवन के सभी आयामों पर संकट का सामना करना पड़ता है। कुछ प्रमुख चुनौतियाँ इस प्रकार हैं-

- 1 व्यक्ति समाज एवं परिवार द्वारा बहिष्कृत कर दिया जाता है, उसे सामाजिक लांछन का सामना करना पड़ता है।
- 2 व्यक्ति अपनी दशा के लिए अत्यधिक आत्मग्लानि, पापबोध से पीड़ित देखा जाता है।
- 3 प्रायः पीड़ित व्यक्ति को नौकरी से अलग कर दिया जाता है और इस प्रकार उसे आर्थिक क्षति उठानी पड़ती है।
- 4 पीड़ित व्यक्ति के समक्ष नयी समायोजनात्मक चुनौतियाँ प्रकट होती है।
- 5 व्यक्ति के शारीरिक एवं मानसिक स्वस्थ के विकास में इच्छा शक्ति की भूमिका होती है। एड्स से पीड़ित व्यक्ति में प्रायः जीवन के लिए इच्छा शक्ति का अभाव पाया जाता है।

6.3.1 एच आई वी/एड्स में मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप

एच. आई. वी./एड्स से प्रभावित व्यक्ति संक्रमण की पहचान होने के समय से ही अनेक समस्याओं का सामना करता है। प्रथम उसे यह लगता है कि उसके मृत्यु दण्ड के आदेश की पुष्टि हो चुकी है। द्वितीय, वह सामाजिक/नैतिक स्तर पर लांछित किया जाता है। तृतीय, परिवार, मित्रों, सहकर्मियों आदि द्वारा सामाजिक स्तर पर बहिष्कृत कर दिया जाता है। यहाँ तक की उस व्यक्ति के उपचार से सरोकार रखने वाले लोग भी उपेक्षा करते हैं। चतुर्थ, उपचार की ऊँची कीमत के कारण उसके समक्ष आर्थिक संकट प्रकट होता है। उक्त सभी के संयुक्त प्रभाव का सामना कर पाने के लिए पीड़ित व्यक्ति को परामर्शन सहायता की आवश्यकता होती है। व्यक्ति की पहली आवश्यकता ऐसे स्वैच्छिक संगठनों के विषय में जानकारी प्राप्त करना होता है जो उसे विभिन्न स्तरों पर सहायता प्रदान कर सकते हैं। वस्तुतः एच आई वी/एड्स की जाँच होने से पहले ही मनोवैज्ञानिक परामर्शन की आवश्यकता उत्पन्न हो जाती है क्योंकि पहले तो व्यक्ति को एच आई वी/एड्स की जाँच सम्बन्धी विचार/प्रस्ताव के साथ ही समायोजित होना पड़ता है तथा परीक्षणोपरान्त आने वाली किसी अशुभ सूचना का सामना कर पाने के लिए भी तैयार होना पड़ता है। Bernard Rattigan, 2000 के अनुसार परीक्षण से पूर्व सभी प्रार्थियों को मनोवैज्ञानिक परामर्शन एक नियमित प्रक्रिया के अधीन आवश्यक रूप से उपलब्ध कराया जाना चाहिए। ऐसा परीक्षण कराने के विचार मात्र से अधिकतर व्यक्तियों में सांवेगिक संकट प्रकट हो जाता है। ऐसे व्यक्ति भी एच आई वी/एड्स के भय से ग्रसित पाए जाते हैं जो कि संक्रमण मुक्त होते हैं। ऐसा भय मनोविक्षिप्तता या मनोग्रस्तता बाध्यता का परिणाम भी हो सकता है। ऐसे प्रार्थी के लिए संज्ञानात्मक व्यवहारात्मक उपचार पद्धति उपयुक्त मानी जाती है। एच. आई. वी./एड्स से पीड़ित व्यक्तियों के समक्ष जब अलग-थलग कर दिए जाने का संकट आता है तब परामर्शदाता का कर्तव्य उपलब्ध सेवाओं का सदुपयोग सहज बनाना होता है।

एच आई वी/एड्स के उपचार के लिए अनेक ऐसी कारगर औषधियों का अब विकास हो चुका है जो जीवन की संभावना को प्रबल करते हैं। किन्तु ऐसा पाया गया है कि जिन व्यक्तियों में स्वयं को मनोवैज्ञानिक स्तर पर संगठित करने की सामर्थ्य होती है वे उपचार अधिक अच्छे ढंग से स्वीकार करते हैं। परामर्शन सहायता के फलस्वरूप व्यक्ति लम्बी आयु से सम्बंधित चुनौतियों का सामना कर सकता है।

एच. आई. वी./एड्स परामर्शन/उपचार के क्षेत्र में मानवतावादी, संज्ञानात्मक अस्तित्ववादी एवं सर्वांग उपागम अधिक प्रयुक्त होता है। प्रार्थी को जिस प्रकार परिवार/प्रणालीगत स्तर पर सहायता की आवश्यकता होती है उसे देखते हुए सर्वांग उपागम की उपयोगिता महत्वपूर्ण हो सकती है। चूँकि समस्या का मौलिक समाधान विशेषज्ञ चिकित्सकों द्वारा किया जाना होता है अतः परामर्शदाता/मनोपचारक को कार्यदल के सक्रिय सदस्य के रूप में कार्य करने की आवश्यकता होती है।

एच. आई. वी. संक्रमित व्यक्ति परीक्षणोंपरांत सर्वप्रथम परिणाम के बारे में अविश्वास की प्रतिक्रिया से आरम्भ करता है किन्तु तत्पश्चात यह पूरी तरह टूट जाने की अवस्था में पहुँचता है। परामर्शन कार्य द्वारा उसे अपनी दशा का सृजनात्मक रूप में सामना करते हुए लम्बी आयु तक सफलता पूर्वक जीवन यापन करने की दशा में सहायता दी जा सकती है। व्यक्ति के समक्ष जीवन के संकट के फलस्वरूप खतरे एवं चुनौतियाँ दोनों ही प्रकट होती हैं। ऐसे व्यक्ति के लिए निराशा, असहायता जैसी नकारात्मक अनुभूतियाँ उपयुक्त नहीं होती हैं। सामाजिक स्तर पर क्या उचित और अनुचित है इस विषय का पुनर्मूल्यांकन किया जा सकता है। व्यक्ति के लिए आत्मग्लानि एवं लज्जा की अनुभूति से बाहर आने की आवश्यकता होती है। मनोपचार/परामर्शन के अंतर्गत इस विषय में कार्य किया जा सकता है। प्रार्थी के लिए समग्र प्रयास में गोपनीयता अत्यंत महत्वपूर्ण होती है।

कुछ प्रार्थी द्वारा आत्महत्या, ऐच्छिक मृत्यु की माँग जैसे विचार प्रस्तुत किया जा सकता है, वे अपनी वसीयत तैयार कराना चाहते हैं। ऐसे सन्दर्भ में परामर्शन कार्य का उद्देश्य लम्बी आयु के लिए संघर्ष हेतु प्रार्थी को तैयार करना होना चाहिए क्योंकि जीवन समापन एवं जीवनोपरांत विषयों पर विचार-विमर्श से उपचार एवं समायोजन कार्य प्रभावित होता है।

6.4 विकलांगों को परामर्श

परामर्श लक्ष्यों को परिभाषित करने, आवश्यक सामाजिक दक्षताएँ प्राप्त करने तथा वांछित नए व्यवहार को क्रियान्वित करने हेतु साहस तथा आत्म-विश्वास का विकास करने में भी सहायता करता है। परामर्श किन्हीं समस्याओं, जो भावनात्मक कठिनाई के कारण उत्पन्न हो सकती है, का सामना करने का अधिक प्रभावी तरीका खोजने में सहायता करने का एक तरीका है। इसे एक दिव्यांग बालक वाले अथवा दिव्यांग व्यक्तियों वाले परिवारों की निर्णय करने अथवा जीवन में परिवर्तन करने जैसे सम्बन्धों में अथवा कार्य में, सहायता करने हेतु भी प्रयोग किया जा सकता है। परामर्श, आधारभूत रूप से यही है: एक ऐसा व्यक्ति, जो कि दिव्यांग बालक वाले परिवारों की बात सुनता है। यह अनुभव करना कि हमें ध्यानपूर्वक सुना जा रहा है। दिव्यांग बालक वाले परिवारों हेतु वास्तविक रूप से महत्वपूर्ण हो सकता है। दिव्यांगता वाले बालकों के परिवार सभी उपचारों तथा चिकित्सकों के पास जाने के बीच स्वयं को कुछ हद तक टूटा हुआ महसूस कर सकते हैं तथा वे सम्भवतः इसे अपनाने में कठिनाई का अनुभव कर सकते हैं कि उनका बालक दिव्यांग है।

वास्तव में, हममें से अनेक व्यक्तियों की बात सुनने वाले ऐसे व्यक्ति, जो प्रायः प्रतिदिन हमारी चिंताओं तथा समस्याओं को सुनते हैं +-हमारे मित्र, एक धार्मिक नेता अथवा एक देखभाल करने वाला पड़ोसी भी हो सकता है। परन्तु कभी-कभी दिव्यांग बालक वाले परिवारों हेतु इतना

पर्याप्त नहीं होता। कभी-कभी, किसी ऐसे व्यक्ति से बात करना इतना आसान होता है, जो दिव्यांगता वाले व्यक्ति के परिवारों को नहीं जानता। एक ऐसे परामर्शदाता से बात करने के विभिन्न लाभ होते हैं, जो परिवार के पारिवारिक तथा मित्रों के निकटस्थ घरे से बाहर होता है।

प्रशिक्षित परामर्शदाता

यदि दिव्यांग बालक वाले परिवारों के परामर्शदाता ने स्वीकृत पाठ्यक्रम पूर्ण किया है, तब दिव्यांग बालक वाले परिवार को यह मान लेना चाहिए कि ऐसे परामर्शदाता के पास दिव्यांग बालक अथवा व्यक्तियों वाले परिवारों की सहायता करने हेतु आवश्यक दक्षताएँ मौजूद होती हैं।

एक परामर्शदाता से परामर्श प्राप्त करते समय कुछ महत्वपूर्ण बातें ध्यान रखनी होती हैं:

परामर्श लेना कमजोरी की निशानी नहीं है; इसका तात्पर्य यह नहीं है कि दिव्यांग बालक अथवा व्यक्तियों वाले परिवार इन परिस्थितियों का सामना नहीं कर सकते; इसका तात्पर्य यह नहीं है कि दिव्यांग बालक अथवा व्यक्तियों वाले परिवार 'टूटने' जा रहे हैं। सामाजिक कल्याण क्षेत्र में परामर्श दिव्यांगता के साथ जीने का भावनात्मक दबाव अत्यधिक गम्भीर हो सकता है कभी-कभी यह तनाव तथा समय प्रबन्धन भावना अत्यधिक तीव्र हो सकती है। परामर्शदाता के साथ बात करने से दिव्यांग बालक वाले परिवारों को अपने वास्तविक अनुभवों को व्यक्त करने का अवसर प्राप्त होता है।

विकलांगता के क्षेत्र में परामर्श के उद्देश्य तथा लक्ष्य

1. परामर्श का मुख्य उद्देश्य प्रासंगिक जानकारी प्रदान करने के द्वारा अपनी समस्याओं के सम्बन्ध में व्यक्ति को सामंजस्य का एक सन्तुष्टिदायक स्तर प्रदान करना है।
2. विकलांगता व्यक्ति में जीवन परिस्थितियों की बेहतर समझ, स्वीकृति तथा सामंजस्य स्थापित करना।
3. एक व्यक्ति को अपनी विभिन्न जीवन परिस्थितियों का अधिक प्रभावी तथा सन्तुष्टिदायक रूप से सामना करने हेतु सुसज्जित करना।
4. परामर्श एक व्यक्ति के सर्वांगीण विकास को बढ़ावा देने हेतु निर्देशित होता है।
5. ऐसी समस्या हेतु, जिसका समाधान नहीं किया जा सकता, उसका बेहतर तथा कभी-कभी नई अंतर्दृष्टि प्रदान करने में सहायता करता है।

परामर्श की आवश्यकता

व्यक्ति व्यक्तिगत संसाधनों, मित्रों तथा परिवार अथवा धार्मिक विश्वास का उपयोग करके जीवन चुनौतियों हेतु अनुकूलन करते हैं, परन्तु कभी-कभी व्यक्ति की चुनौतियाँ इतनी तीव्र हो जाती हैं कि इन संसाधनों से भी उनसे छुटकारा पाना कठिन हो जाता है। दक्षतापूर्ण सहायक (परामर्शदाता) इन चुनौतियों हेतु विकास तथा अनुकूलन की प्रक्रिया की सुविधा प्रदान करते हैं। मानसिक रूप से

बाधित बालकों अथवा व्यक्तियों के क्षेत्र में, परामर्श अभिभावकों की सहायता करने का एक माध्यम है ताकि अभिभावक अपने भावात्मक अन्तःक्रिया के सन्तुलन को बनाए रख सकें, अपनी मनोवृत्तियों को परिवर्तित कर सकें तथा अपने पैटर्न में सुधार कर सकें, जिससे कि यह सम्पूर्ण परिवार की क्रियात्मकता तथा प्रसन्नता पर कम-से-कम प्रभाव डाल सके।

विशेष रूप से दिव्यांगता के क्षेत्र में प्रभावी परामर्श दाता की योग्यताएं :

1. मस्तिष्क का खुलापन
2. अनुभूतिजन्यता
3. निर्णयात्मक दृष्टिकोण
4. संवेदनशीलता
5. समानुभूति
6. वस्तुनिष्ठता
7. ईमानदारी
8. अ-प्रभुत्ववादिता
9. श्रवण क्षमता
10. सकारात्मक सम्मान
11. प्रभावी सम्प्रेषण दक्षताएँ, जो सुरक्षा, विश्वास तथा साहस को उत्पन्न करती हैं।
12. आत्म-ज्ञान तथा आत्म-सम्मान

दिव्यांगता के क्षेत्र में परामर्श में ध्यान रखी जाने योग्य बातें:

दिव्यांगता परामर्श में कुछ बातों का ध्यान रखा जाना आवश्यक है, जैसे- दिव्यांग की भिन्न शक्तियों पर, दिव्यांग की क्षमताओं पर, दिव्यांग के सम्पूर्ण व्यक्तित्व पर, उसकी विशेष आवश्यकताओं पर, दिव्यांग के आत्म-सम्मान उत्पन्न करने पर, सामाजिक कल्याण के क्षेत्र में परामर्श उनकी सम्भावनाओं के उच्चतम सीमाओं के विकास करने पर तनाव तथा समय प्रबंधन, उन्हें अपनी सीमाएँ स्वीकार करने हेतु सहायता करना, पारिवारिक/ सामाजिक/ संस्थागत सहयोग प्राप्त करने हेतु सहायता करना, स्वयं सहायता दक्षता सीखना, दया अस्वीकार करने हेतु सहायता करना, सामाजिक दक्षताओं का विकास करने हेतु सहायता करना, अकादमिक दक्षताएँ प्राप्त करने हेतु सहायता करना, आत्मनिर्भरता का मूल्य सिखाना, सुरक्षित अनुभव करने हेतु भावनात्मक सहयोग प्रदान करना, उनकी यौनिकता को एक उचित तथा सामाजिक रूप से स्वीकार करने योग्य तरीके से सम्भालने में सहायता करना, दिव्यांग के परिवार को परामर्श देना।

दिव्यांगों के परामर्श हेतु परामर्शदाता की दक्षताएं :

परामर्शदाता को निम्नलिखित दक्षताओं तथा तत्त्वों से परिचित होना चाहिए:

- दिव्यांगों हेतु कार्यक्रमों तथा सेवाओं से सम्बन्धित स्थानीय दिशानिर्देश तथा नीतियाँ।
- अक्षम बालकों तथा उनके अभिभावकों के अधिकार, तथा अभिभावकों को आवश्यक दक्षताओं के बारे में सुझाव देना तथा उन्हें अपने अधिकारों का उपयोग कराने में सक्षम बनाना।
- वर्गीकरण, निदानात्मक उपकरणों तथा उनकी सीमाओं हेतु राज्य के दिशा निर्देश तथा वह आवश्यक दक्षताएँ जो इन्हें अधिगम विशेषताओं तथा सुधार के सामान्य तत्त्वों से सम्बन्धित करती हैं।
- अनौपचारिक आँकलन प्रक्रियाएँ तथा इन्हें अक्षम व्यक्ति हेतु विशेष अधिगम रणनीतियों से सम्बन्धित करने वाली आवश्यक दक्षताएँ।
- दिव्यांग की उन्नति तथा विकास प्रक्रिया, विशेषताएँ तथा बाधाएँ, विकासात्मक अधिगम लक्ष्यों तथा रणनीतियों के ज्ञान से सम्बन्धित करने वाली आवश्यक दक्षताएँ।
- अधिगम की विशेषताएँ तथा विकास तथा निदान करने वाली वह आवश्यक दक्षताएँ जो यह बताती हैं कि व्यक्ति लक्ष्यों में असफल क्यों है तथा आवश्यक पद्धतियों में परिवर्तन करना।
- वैयक्तिक शैक्षिक कार्यक्रमों के निवेश संरचना तथा सम्भावित परिणाम, तथा मुख्य विकलांगता / दिव्यांगता क्षेत्र में परामर्श उद्योग हेतु सुझाव देने तथा सहायता करने हेतु आवश्यक दक्षताएँ।
- योग्यता, अधिगम दरों तथा दिव्यांगों के अधिगम के प्रतिदर्श, तथा शैक्षिक नियोजनों तथा वातावरण की सिफारिश करने हेतु इन तत्त्वों का उपयोग करने लायक आवश्यक दक्षताएँ।
- अध्यापकों तथा अन्य व्यक्तियों हेतु दृष्टिकोणात्मक पूर्वाग्रह, तथा एक सुगमताकारी अधिगम वातावरण निर्मित करने हेतु नियमित तथा विशेष अध्यापकों के साथ शिक्षण तथा सुझाव देने हेतु आवश्यक दक्षताएँ।
- दिव्यांग विद्यार्थियों की अधिगम विसंगतियाँ, सामाजिक तथा भावनात्मक व्यवहार समस्याएँ, तथा अध्यापकों के साथ निर्देश देने तथा परामर्श देने हेतु आवश्यक दक्षताएँ, अकादमिक अधिगम तथा सामाजिक व्यवहार में वृद्धि करने हेतु व्यवहार संशोधन तथा प्रबन्धन सिद्धान्तों का उपयोग करना।
- दिव्यांग बालक का सम्भावित विकास तथा उन्नति, अभिभावकों के डर, सरोकार, तथा आवश्यकताएँ तथा अपने बालक के अकादमिक तथा सामाजिक विकास का प्रवर्तन

करने हेतु प्रतिदृश्यों के सम्बन्ध में अभिभावकों को परामर्श देने, तथा सुझाव देने तथा शिक्षित करने हेतु आवश्यक दक्षताएँ।

- रोजगार दक्षताओं से सम्बन्धित दिव्यांगों की विशेषताएँ, प्रशिक्षण कार्यक्रम तथा सम्भावित व्यावसायिक एवं शैक्षिक अवसर तथा कैरियर निर्णय करने तथा विकास हेतु व्यक्ति को सुझाव देने के लिए आवश्यक दक्षताएँ।
- संस्थान के अन्दर तथा बाहर अन्य कार्मिकों की भूमिकाएँ, तथा उन्हें रेफर करने अथवा दिव्यांग व्यक्ति के अधिगम एवं विकास में वृद्धि करने हेतु उनके साथ कार्य करने की आवश्यक दक्षताएँ।

6.5 वृद्धावस्था परामर्श

वृद्धावस्था या जीर्णता अंतिम अवस्था है, और यह किसी व्यक्ति के जीवनकाल में सबसे अधिक संतुष्टिदायक हो सकती है। यह एक ऐसा चरण है जब किसी व्यक्ति के अधिकांश सामाजिक पहलू उम्र बढ़ने के शारीरिक प्रभावों और उस पीढ़ी के सामूहिक अनुभवों और साझा मूल्यों के संबंध से प्रभावित होते हैं, जो उस समाज की संरचना के लिए विशेष होते हैं जिसमें वह मौजूद है। हालांकि इसे अक्सर वयस्क के जीवन में 'स्वर्णिम वर्ष' माना जाता है, लेकिन कई मायनों में, बुजुर्ग आबादी को कई चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। बुजुर्ग आबादी में स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं और तनाव सबसे ज्यादा ध्यान देने योग्य लक्षण हैं, क्योंकि वे मध्य आयु से आगे निकल जाते हैं। परामर्श से इस संक्रमण के प्रतिकूल प्रभावों को कम करने में मदद मिल सकती है।

बुजुर्गों के सामने आने वाली चुनौतियाँ:

सामान्य तौर पर बुजुर्गों की आबादी बहुत बड़ी है और स्वास्थ्य सेवा में प्रगति और बेहतर जीवन स्थितियों के कारण हम लंबे समय तक जी रहे हैं।

विश्व स्वास्थ्य संगठन की वेबसाइट के अनुसार, "दुनिया भर में लोग लंबे समय तक जी रहे हैं। आज, इतिहास में पहली बार, ज्यादातर लोग साठ साल या उससे ज्यादा जीने की उम्मीद कर सकते हैं। 2050 तक, दुनिया की 60 साल और उससे ज्यादा उम्र की आबादी 2 बिलियन होने की उम्मीद है, जो 2015 में 900 मिलियन थी। आज, 125 मिलियन लोग 80 साल या उससे ज्यादा उम्र के हैं। 2050 तक, अकेले चीन में लगभग इतने ही (120 मिलियन) लोग रह रहे होंगे, और दुनिया भर में इस आयु वर्ग के 434 मिलियन लोग होंगे। 2050 तक, सभी वृद्ध लोगों में से 80% कम और मध्यम आय वाले देशों में रहेंगे।"

मनोवैज्ञानिक और समाजशास्त्रीय कारक किसी व्यक्ति के बुढ़ापे की प्रक्रिया में संक्रमण पर महत्वपूर्ण प्रभाव डालते हैं। मानसिक स्वास्थ्य और वृद्ध लोगों की सेवाओं को लंबे समय से उपेक्षित किया गया है, क्योंकि मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों से संबंधित चर्चा में कई तरह के कलंक जुड़े

हुए हैं और बुजुर्गों के बारे में समुदायों में पुरानी रूढ़ियाँ हैं। ये धारणाएँ अलगाव और हाशिए पर धकेले जाने की ओर ले जाती हैं। बढ़ती उम्र के साथ एक आम उल्लेखनीय पहलू यह है कि दोस्तों और अन्य सामाजिक नेटवर्क के साथ संपर्क काम होता है, जिसके कारण नई दोस्ती शुरू करने में कठिनाई होती है।

वृद्धों को अक्सर कई शारीरिक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक भूमिकाओं में परिवर्तनों का सामना करना पड़ता है जो उनकी आत्म-भावना और खुशी से जीने की क्षमता को चुनौती देते हैं। उन्हें बढ़ती उम्र के सामान्य प्रभावों को वास्तविक शारीरिक या मानसिक बीमारी के लक्षणों से अलग करने में भी कठिनाई का सामना करना पड़ता है। उम्र बढ़ने की प्रक्रिया का एक सामान्य हिस्सा संज्ञान में कुछ बदलावों का अनुभव करना है। अध्ययनों से पता चला है कि स्वस्थ वृद्ध व्यक्तियों में अक्सर इन क्षेत्रों में हल्की गिरावट देखी जाती है जैसे - दृश्य और मौखिक यादें, दृश्य-स्थानिक क्षमताएँ, तत्काल स्मृति या वस्तुओं का नाम लेने की क्षमता, श्रवण और दृष्टि, शारीरिक शक्ति, भूख और ऊर्जा का स्तर।

बुजुर्ग लोगों में अवसाद, अकेलेपन और मिलनसारिता के बीच संबंधों की जांच करने के लिए एक अध्ययन किया गया था। अक्सर वे अपने उद्देश्य की भावना खो देते हैं और बुढ़ापे में अवसाद, अकेलापन, व्यामोह और चिंता सहित विभिन्न मनोवैज्ञानिक और मानसिक स्थितियों के शिकार हो जाते हैं। ये करीबी पारिवारिक संबंधों की कमी, अपनी मूल संस्कृति से कम जुड़ाव, वित्तीय असुरक्षा, शारीरिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं और अल्जाइमर जैसी मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के कारण अकेले रहने के कारण हो सकते हैं जो स्मृति और मानसिक कार्य को भी प्रभावित करती है। इन सभी के परिणामस्वरूप सामुदायिक गतिविधियों में सक्रिय रूप से भाग लेने में असमर्थता होती है जो आगे चलकर आत्मविश्वास की कमी के साथ उन्हें भावनात्मक रूप से प्रतिकूल रूप से प्रभावित करती है। दुख की बात है कि इन स्थितियों को अक्सर उनके बच्चे और छोटे बच्चे अनदेखा कर देते हैं।

वृद्धावस्था परामर्श

परामर्श चिकित्सा बुजुर्गों को बेहतर महसूस करने और खुद से संतुष्ट होने में मदद कर सकती है जो उन्हें बेहतर जीवन जीने में सक्षम बना सकती है। एक समाज के रूप में, हमें अपनी वृद्ध आबादी के लिए चीजों को आसान बनाने के लिए और अधिक प्रयास करने चाहिए ताकि उन्हें उम्र के साथ आने वाली सबसे बड़ी चुनौतियों का सामना करने में मदद मिल सके। सामाजिक कार्यक्रमों के माध्यम से समुदाय में बुजुर्गों को शामिल करने के अभिनव तरीकों के साथ हम न केवल उन्हें पहचान और आत्म-सम्मान की भावना बनाए रखने में मदद करते हैं, बल्कि वर्षों में उनके द्वारा अर्जित ज्ञान और अनुभव की प्रचुरता से भी लाभान्वित होते हैं।

परामर्श कठिन परिस्थितियों में वृद्ध लोगों को अनौपचारिक सामाजिक सहायता प्रदान करता है जो शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य में योगदान देने वाले कई सकारात्मक पहलुओं के लिए

जिम्मेदार हो सकता है। यह तनावपूर्ण जीवन स्थितियों के नकारात्मक प्रभावों को कम करने में व्यक्तिगत नियंत्रण, स्वायत्तता और क्षमता की भावना देता है जो बदले में वृद्ध व्यक्तियों को बुढ़ापे की अवधि के दौरान अधिक आसानी से आगे बढ़ने में मदद कर सकता है।

वृद्धावस्था परामर्श का महत्व:

जेरिएट्रिक काउंसलिंग जेरिएट्रिक काउंसलिंग एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें वृद्धों के लिए शारीरिक और मनोवैज्ञानिक मूल्यांकन सेवाएँ शामिल हैं। काउंसलिंग के साथ-साथ एक चिकित्सक की भूमिका प्रत्यक्ष देखभाल, मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के लिए उपचार और वरिष्ठ नागरिकों के जीवन की गुणवत्ता में बाधा डालने वाली समस्याओं में सहायता प्रदान करना है। परामर्शदाता वृद्धों को उम्र बढ़ने के इस संक्रमणकालीन चरण के दौरान होने वाले परिवर्तनों के आदी होने में मदद कर सकता है। थैरेपी वृद्ध लोगों को अपनी भावनाओं को प्रबंधित करने और आनंद के लिए समर्थन प्रणालियों के नए स्रोत खोजने और अर्थ जोड़ने में मदद कर सकती है। वृद्ध आबादी के लिए परामर्श चिकित्सा प्रभावी और स्पष्ट रूप से बेहतर और सुरक्षित पाई गई है क्योंकि औषधीय दुष्प्रभावों के बढ़ते जोखिम के कारण दवाओं पर अकेले निर्भर रहना बेहतर और सुरक्षित है। प्रशिक्षित चिकित्सकों और मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों द्वारा निर्धारित परामर्श और दवाओं का संयोजन मनोवैज्ञानिक लक्षणों वाले वृद्धों के लिए एक सफल हस्तक्षेप हो सकता है।

6.6 LGBTQ परामर्श

अपने आप को ऐसी स्थिति में कल्पना करें जहाँ व्यावहारिक रूप से पूरी दुनिया आपको नीची नज़र से देखती है, आपकी ओर एक नज़र डालने पर तिरस्कार की भावना से देखा जाता है, ऐसी दुनिया की कल्पना करें जहाँ आपको शिक्षा, नौकरी, जीवन जैसे बुनियादी विशेषाधिकार भी नहीं मिलते। ऐसी दुनिया की कल्पना करें जहाँ आपके माता-पिता और भाई-बहन भी आपको वैसे ही स्वीकार न कर पाएँ जैसे आप हैं और बिना किसी स्पष्ट दोष के आपसे नफ़रत करना चुनते हैं। कल्पना करें कि हर दिन अनजान पुरुषों द्वारा आपको पीटा जा रहा है। कल्पना करें कि हर दिन अनजान पुरुषों द्वारा आपको शारीरिक और मानसिक रूप से प्रताड़ित किया जा रहा है। कल्पना करें कि हर दिन रोना आ रहा है। समाज में हम अगर लिंगी बात करें तो केवल महिला पुरुष पर ही बात होती है। इससे भी परे एक समुदाय है जिसे LGBTQ के रूप में जाना जाता है।

पिछला दशक भारत में LGBTQIA+ (लेस्बियन, गे, बाइसेक्सुअल, ट्रांसजेंडर, क्वीर/क्वेश्चनिंग, इंटरसेक्स, एसेक्सुअल और अन्य) समुदाय के लिए महत्वपूर्ण रहा है। 2009 से, संविधान की धारा 377 के संबंध में दिल्ली उच्च न्यायालय के प्रारंभिक फैसले और 2018 में सर्वोच्च न्यायालय के अंतिम फैसले के साथ-साथ ट्रांस राइट्स बिल के संबंध में राष्ट्रीय कानूनी सेवा प्राधिकरण (NALSA) के फैसले और बहस के बाद, LGBTQIA+ समुदाय के बारे में कानूनी चर्चा के साथ-साथ सामाजिक बातचीत भी बढ़ रही है।

LGBTQ क्या है?

LGBTQ, LGBTTTQQIIA का एक संक्षिप्त रूप है जो लेस्बियन, गे, बाइसेक्सुअल, ट्रांसजेंडर, ट्रांससेक्सुअल, क्वीर, क्वेशनिंग, इंटरसेक्स, इंटरजेंडर और एसेक्सुअल की एक विस्तृत श्रृंखला का प्रतिनिधित्व करता है।

LGBT शब्द यौन अभिमुखीकरण को लिंग पहचान के साथ जोड़ता है। यौन अभिमुखीकरण 'किसी अन्य व्यक्ति के प्रति स्थायी भावनात्मक, रोमांटिक, यौन या स्नेहपूर्ण आकर्षण' है (अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन 2008:1) समलैंगिक पुरुषों के लिए, यह आकर्षण मुख्य रूप से पुरुषों के प्रति होता है, और समलैंगिक महिलाओं के लिए, यह मुख्य रूप से महिला के प्रति होता है। लिंग पहचान एक व्यक्ति की पुरुष या महिला के रूप में आत्म-धारणा है (फ़ार्मर और यानकू 2015:37)।

ट्रांसजेंडर उन लोगों को संदर्भित करता है जिनकी लिंग पहचान उनके लिंग और शारीरिक विशेषताओं के अनुसार जन्म के समय उन्हें दिए गए लिंग से अलग होती है (फ्रेडरिकसन-गोल्डसन एट अल. 2014:3)।

LGBTQ समुदाय के लिए चुनौतियों से भरी दुनिया में, LGBTQ परामर्श एक महत्वपूर्ण सहायता के रूप में खड़ा है, जो व्यक्तियों को आत्म-स्वीकृति, उपचार और सशक्तीकरण की ओर मार्गदर्शन करता है। यह परामर्श पारंपरिक चिकित्सा से परे है, जो व्यक्तिगत पहचान और सामाजिक चुनौतियों की खोज के लिए निर्णय-मुक्त क्षेत्र प्रदान करता है।

LGBTQ काउंसलिंग

LGBTQ काउंसलिंग एक प्रकार की थेरेपी है जिसे खास तौर पर LGBTQ के रूप में पहचाने जाने वाले व्यक्तियों की अनूठी ज़रूरतों और चुनौतियों को संबोधित करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। इस प्रकार की काउंसलिंग व्यक्तियों को उनके यौन अभिविन्यास, लिंग पहचान और अन्य संबंधित चिंताओं से संबंधित मुद्दों को हल करने में मदद कर सकती है। LGBTQ काउंसलिंग एक सहायक और पुष्टि करने वाला वातावरण प्रदान करती है जहाँ व्यक्ति इन मुद्दों पर खुलकर चर्चा और खोज कर सकते हैं, जिससे समझ और स्वीकृति की भावना को बढ़ावा मिलता है। इसका उद्देश्य मुकाबला करने की रणनीतियाँ विकसित करके और आत्म-सम्मान को बढ़ाकर ग्राहकों को सशक्त बनाना है, जिससे वे अधिक प्रामाणिक और पूर्ण जीवन जी सकें।

LGBTQ काउंसलिंग आवश्यकता एवं महत्व:

- युवा व्यक्ति के परामर्श लेने के कई कारण हो सकते हैं, और LGBTQ परामर्श से लिंग पहचान की खोज करने, यौन अभिमुखीकरण की खोज करने, अवसाद और/या चिंता की

पहचान करने और उसका प्रबंधन करने, बदमाशी या भेदभाव से निपटने आदि में सहायता प्राप्त होती है।

- काउंसलिंग का यह विशेष रूप LGBTQ व्यक्तियों के सामने आने वाली अनूठी सामाजिक, पारिवारिक और आंतरिक चुनौतियों सामना करने के लिए पारंपरिक चिकित्सा से परे है।
- यह लचीलापन बढ़ाने, आत्म-जागरूकता बढ़ाने और व्यक्तियों को उनकी पहचान की जटिलताओं को नेविगेट करने के लिए सशक्त बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।
- LGBTQ काउंसलिंग के माध्यम से, व्यक्ति प्रभावी मुकाबला तंत्र विकसित कर सकते हैं, अपने आत्म-सम्मान को बढ़ा सकते हैं और अपने आस-पास के लोगों के साथ अधिक गहन और सार्थक संबंध बना सकते हैं। LGBTQ काउंसलिंग का सहायक ढांचा यह सुनिश्चित करता है कि प्रत्येक व्यक्ति की आत्म-स्वीकृति और व्यक्तिगत विकास की यात्रा को सम्मानित और सुगम बनाया जाए, जिससे यह उन लोगों के लिए एक अपरिहार्य संसाधन बन जाता है जो प्रामाणिक और पूरी तरह से जीना चाहते हैं।

LGBTQ से संबंधित सामान्य मानसिक मुद्दे:

मानसिक स्वास्थ्य उचित मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं, स्वस्थ रिश्तों और पूर्ण जीवन जीने के लिए मौलिक है। मानसिक स्वास्थ्य का प्रचार, संरक्षण और बहाली दुनिया भर में व्यक्तियों, समुदायों और समाजों के लिए महत्वपूर्ण है। अल्पसंख्यकों सहित कमजोर लोगों पर लक्षित कार्यक्रमों को मानसिक स्वास्थ्य के प्रति दुनिया भर में प्रतिक्रियाओं को मजबूत करने के तरीकों के रूप में देखा जाता है। (*World Health Organization 2018*). एलजीबीटी लोगों को महत्वपूर्ण सामाजिक और कानूनी बाधाओं का सामना करना पड़ता है; 76 देशों में, समलैंगिक यौन क्रियाकलापों को अभी भी दंड के साथ अपराध माना जाता है जिसमें जुर्माना, कई साल की कैद या यहाँ तक कि मौत भी शामिल हो सकती है (संयुक्त राष्ट्र एचआईवी/एड्स कार्यक्रम 2013:4)।

LGBTQ+ समुदाय से जुड़ी कुछ सामान्य मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ इस प्रकार हैं-

अवसाद और चिंता

अवसाद एक मानसिक स्वास्थ्य स्थिति है, जिसमें उदासी, निराशा और गतिविधियों में रुचि या आनंद की कमी लगातार महसूस होती है। चिंता विकारों की विशेषता रोजमर्रा की स्थितियों के बारे में अत्यधिक और लगातार चिंता और डर है। LGBTQ+ समुदाय के भीतर, ये स्थितियाँ अक्सर पूर्वाग्रह, भेदभाव और उनकी पहचान से संबंधित कलंक से होने वाले पुराने तनाव के कारण उत्पन्न होती हैं।

सामाजिक अस्वीकृति या पहचान को छिपाना भी इन स्थितियों में योगदान दे सकता है। इसका अलावा, दोस्तों, परिवार और समाज के सामने खुलकर सामने आने का डर चिन्ता को बढ़ा सकता है।

बॉर्डरलाइन पर्सनालिटी डिसऑर्डर

बॉर्डरलाइन पर्सनालिटी डिसऑर्डर एक मानसिक स्वास्थ्य स्थिति है जो लोगों के खुद के और दूसरों के बारे में महसूस करने के तरीके को प्रभावित करती है, जिससे रोजमर्रा की जिम्मेगी में काम करना मुश्किल हो जाता है। इसमें अस्थिर, गहन रिश्तों का पैटर्न, साथ ही आवेग और खुद को देखने का एक अस्वस्थ तरीका शामिल है। बॉर्डरलाइन पर्सनालिटी डिसऑर्डर वाले लोगों को त्याग दिए जाने या अकेले छोड़ दिए जाने का बहुत डर होता है। भले ही वे प्यार भरे और स्थायी रिश्ते रखना चाहते हों, लेकिन त्याग दिए जाने के डर से अक्सर मूड स्विक और गुस्सा होता है। यह आवेग और आत्म-घात की ओर भी ले जाता है। बॉर्डरलाइन पर्सनालिटी डिसऑर्डर आमतौर पर कम उम्र में शुरू होता है। यह स्थिति युवावस्था में सबसे गभीर होती है। मूड स्विक और गुस्सा और आवेग अक्सर उम्र के साथ ठीक हो जाते हैं। लेकिन आत्म-छवि और त्याग दिए जाने के डर रहता है।

आत्महत्या के विचार और प्रयास

आत्महत्या के विचार से तात्पर्य आत्महत्या के बारे में सोचना या आत्महत्या के बारे में असामान्य चिन्ता से है। यह LGBTQ+ व्यक्तियों, विशेष रूप से युवाओं और युवा वयस्कों में चिन्ताजनक रूप से प्रचलित है। इसके लिए कई कारक योगदान करते हैं, जिसमें भेदभाव, अस्वीकृति, बदमाशी और आक्रामक होमोफोबिया या ट्रांसफोबिया शामिल हैं। व्यापक सहायता प्रणाली, समावेशी नीतियाँ और मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की मदद करने से इन खतरनाक दरों को कम करने में मदद मिल सकती है। हाल ही में 13 से 24 वर्ष की आयु के 18,000 से अधिक LGBTQ+ युवाओं को बीच किए गए सर्वेक्षण में, 39% उत्तरदाताओं ने कहा कि उन्होंने पिछले वर्ष आत्महत्या के प्रयास के बारे में गभीरता से सोचा था, जिनमें से 12% ने प्रयास किया। The Trevor Project. [2024 U.S. National Survey on the Mental Health of LGBTQ+ Young People.](#)

द्रव्य उपयोग विकार

पदार्थ उपयोग विकार तब होते हैं जब शराब और/या नशीली दवाओं को बार-बार उपयोग से चिकित्सकीय और कार्यात्मक रूप से महत्वपूर्ण हानि होती है, जैसे स्वास्थ्य समस्याएँ, विकलांगता और काम, स्कूल या घर पर जिम्मेदारियों को पूरा करने में विफलता। LGBTQ+ समुदाय में, पदार्थ उपयोग विकारों का प्रचलन अक्सर उनके द्वारा सामना किए जाने वाले विशिष्ट तनावों के कारण अधिक होता है।

पदार्थ का उपयोग कलक भेदभाव और पहचान संघर्ष से संचालित संकट को प्रबंधित करने के लिए एक मुकाबला तकनीक बन सकता है।

पोस्ट-ट्रॉमेटिक स्ट्रेस डिसऑर्डर (PTSD)

PTSD एक मानसिक स्वास्थ्य स्थिति है जो किसी भयावह घटना का अनुभव करने या उसे देखने से शुरू होती है। लक्षणों में प्लैशबैक, बुरे सपने, गंभीर चिंता और घटना के बारे में घुसपैठ करने वाले विचार शामिल हो सकते हैं। कई LGBTQ+ व्यक्ति अपनी पहचान से संचालित आघात का अनुभव करते हैं, जैसे कि घृणा अपराध, हिंसा, उत्पीड़न या गंभीर भेदभाव। ये दर्दनाक घटनाएँ PTSD का कारण बन सकती हैं।

खाने के विकार

यह विकार लगातार खाने के व्यवहार से संचालित गंभीर स्थितियाँ हैं जो स्वास्थ्य, भावनाओं और जीवन के महत्वपूर्ण क्षेत्रों में कार्य करने की क्षमता को नकारात्मक रूप से प्रभावित करती हैं। इनमें एनोरेक्सिया नर्वोसा, बुलिमिया नर्वोसा और बिस्किट ईटिंग डिसऑर्डर जैसी स्थितियाँ शामिल हो सकती हैं।

LGBTQ+ थेरेपी के सामान्य उपागम:

संज्ञानात्मक व्यवहार थेरेपी ([Cognitive Behavioral Therapy \(CBT\)](#)):

(CBT) LGBTQIA+ और गैर-LGBTQIA+ व्यक्तियों दोनों के लिए मददगार हो सकती है। यह लोगों को विचारों, भावनाओं और कार्यों के बीच संबंधों को समझने में मदद करती है, और बेहतर तरीके से निपटने के लिए रणनीतियाँ प्रदान करती है। हालाँकि सभी क्लाइंटों के लिए तकनीकें समान हैं, लेकिन LGBTQ+ आबादी की अनूठी जरूरतों के साथ काम करने के बारे में सांस्कृतिक सचेतनशीलता और ज्ञान CBT अभ्यास की सफलता को बढ़ाता है।

समाधान-केंद्रित चिकित्सा (Solution-focused therapy (SFT))

समाधान-केंद्रित संक्षिप्त चिकित्सा एक अत्यधिक प्रभावी, केंद्रित चिकित्सीय पद्धति है जो ग्राहकों को जीवन में बदलाव, पारस्परिक मुद्दों या भावनात्मक संकट का सामना करने पर आगे का रास्ता पहचानने में मदद करती है।

समाधान-केंद्रित दृष्टिकोण उन लोगों के लिए आदर्श है जो चिंता, तनाव, मामूली अवसाद, रिश्ते के मुद्दों, पारिवारिक संघर्ष या व्यवहार संबंधी मुद्दों वाले बच्चों का सामना करते हैं। समाधान-केंद्रित संक्षिप्त चिकित्सा की अवधि आम तौर पर 5-8 सत्र होती है।

समाधान-केंद्रित दृष्टिकोण का उपयोग करने वाला एक चिकित्सक संभवतः अपने ग्राहक(ओं) को सशक्त बनाने और आलोचनात्मक सोच को प्रोत्साहित करने में मदद करने के लिए 3 प्रकार के प्रश्नों का उपयोग करेगा। इनमें चमत्कार प्रश्न, अपवाद प्रश्न और स्केलिंग प्रश्न शामिल हैं।

क्योंकि एक समाधान-केंद्रित चिकित्सक अपने ग्राहकों को उनकी चुनौतियों को जल्दी और प्रभावी ढंग से पहचानने और उनका समाधान करने में मदद कर सकता है, इसलिए भावनात्मक संकट का अनुभव होने पर मदद लेना सबसे अच्छा है

द्वंद्वीय व्यवहार थेरेपी (Dialectical Behavior Therapy (DBT));

द्वंद्वीय व्यवहार थेरेपी, जिसे आमतौर पर DBT के रूप में जाना जाता है, एक साक्ष्य-आधारित थेरेपी है जो व्यवहार थेरेपी, संज्ञानात्मक व्यवहार थेरेपी और माइंडफुलनेस सिद्धांतों को जोड़ती है। "द्वंद्वीय" का अर्थ है दो विपरीत दृष्टिकोणों को सत्य मानना।

नैदानिक मनोवैज्ञानिक मार्शा लाइनहन द्वारा विकसित, DBT चरणों के एक लचीले सेट का उपयोग करता है जो लोगों को उनके जीवन और व्यवहार की वास्तविकता को स्वीकार करने में मदद करता है और साथ ही उनके जीवन को प्रभावित करने वाले किसी भी अनुपयोगी व्यवहार को बदलने में मदद करता है। DBT भावनाओं को प्रबलित करने और उन्हें आपके विचारों और व्यवहारों से जोड़ने पर ध्यान केंद्रित करता है ताकि आपको आत्म-नियमन सीखने में मदद मिल सके।

परिष्कारित रूप से, DBT बॉर्डरलाइन पर्सनैलिटी डिसऑर्डर से जुड़े लक्षणों के इलाज में मददगार रहा है, हालाँकि इसका इस्तेमाल आमतौर पर अन्य स्थितियों के इलाज के लिए भी किया जाता है।

समाज में LGBTQ चुनौतियों से निपटने की रणनीतियाँ

समाज में LGBTQ चुनौतियों से निपटने की रणनीतियाँ LGBTQ+ समुदाय द्वारा सामना की जाने वाली सामाजिक चुनौतियों से निपटने के लिए व्यक्तिगत और सामूहिक दोनों तरह के प्रयासों की आवश्यकता होती है। यहाँ कुछ रणनीतियाँ दी गई हैं जो मदद कर सकती हैं:

1. इससे निपटने के सबसे मददगार तरीकों में से एक है ऐसे सहायक मित्र, परिवार के सदस्य या समुदाय ढूँढना जो उनके अनुभवों को समझते हों और उन्हें स्वीकार करते हों। स्थानीय या ऑनलाइन LGBTQ+ समूहों में शामिल होना सामुदायिक कार्यक्रमों में भाग लेना।

2. LGBTQ पेशेवर मदद लेना

विशेष रूप से LGBTQ+ मुद्दों में विशेषज्ञता रखने वाले चिकित्सक या परामर्शदाता तनाव को प्रबलित करने, लचीला बनाने और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए मूल्यवान उपकरण प्रदान कर सकते हैं।

कानूनी सुरक्षा को बढ़ावा देना और उसका समर्थन करना

LGBTQ+ व्यक्तियों के अधिकारों की रक्षा करने वाले कानून की वकालत करना महत्वपूर्ण है। इसमें रोजगार, आवास, शिक्षा और स्वास्थ्य सेवा जैसे क्षेत्रों में भेदभाव को प्रतिबन्धित करने वाले कानून शामिल हैं। साथ ही ऐसे कानून जो समलैंगिक जोड़ों और ट्रांसजेंडर व्यक्तियों के अधिकारों

को मान्यता देते हैं। जिन क्षेत्रों में ऐसे कानून मौजूद हैं, वहाँ यह सुनिश्चित करना महत्वपूर्ण है कि उन्हें पर्याप्त रूप से लागू किया जाए।

जनता को शिक्षित करें

LGBTQ+ समुदाय द्वारा सामना किए जाने वाले मुद्दों में जनता का दृष्टिकोण एक महत्वपूर्ण कारक है। LGBTQ+ जीवन की वास्तविकताओं के बारे में जनता को शिक्षित करने के प्रयास रूढ़ियों को चुनौती देने और पूर्वाग्रह से लड़ने में मदद कर सकते हैं। इसमें स्कूलों में समावेशी यौन शिक्षा से लेकर जागरूकता बढ़ाने वाले मीडिया अभियान तक सब कुछ शामिल हो सकता है।

LGBTQ+ युवाओं का समर्थन करें

LGBTQ+ युवाओं को समर्थन करने पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए, जो भेदभाव और उसके प्रभावों के प्रति विशेष रूप से संवेदनशील हैं। इसमें स्कूलों में गै-स्ट्रेट अलायंस का समर्थन करना, LGBTQ+ युवाओं के लिए सुरक्षित स्थान और सहायता बनाना और इन छात्रों का बेहतर समर्थन करने के लिए शिक्षकों और स्कूल कर्मचारियों को प्रशिक्षण प्रदान करना जैसी पहल शामिल हो सकती हैं।

स्वास्थ्य सेवा:

स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं के लिए प्रशिक्षण प्रदान कर यह सुनिश्चित किया जाना कि वे LGBTQ+ व्यक्तियों को उचित देखभाल प्रदान करने के लिए सुसज्जित हैं। साथ ही, नीतिगत परिवर्तन यह सुनिश्चित कर सकते हैं कि स्वास्थ्य सेवा प्रणालियाँ समावेशी हों और इस समुदाय की जरूरतों के प्रति उत्तरदायी हों। LGBTQ+ समुदाय के भीतर मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का उच्च दर को देखते हुए मानसिक स्वास्थ्य सहायता पर भी ध्यान दिया जाना चाहिए।

प्रतिनिधित्व को बढ़ावा दें

मीडिया, राजनीति और अन्य क्षेत्रों में LGBTQ+ व्यक्तियों का प्रतिनिधित्व बढ़ाने से रूढ़िवादिता को चुनौती मिल सकती है। और यह सुनिश्चित करें कि निर्णय लेने की प्रक्रियाओं में इस समुदाय की जरूरतों पर विचार किया जाए।

सहायता सेवाएँ:

खुली बातचीत को बढ़ावा:

यौन अभिमुखीकरण और लिंग पहचान के बारे में खुली, सम्मानजनक बातचीत को बढ़ावा देने से परिवारों, कार्यस्थलों, स्कूलों और समुदायों में समझ और स्वीकृति को बढ़ावा मिल सकता है। बदलाव एक सामूहिक जिम्मेदारी है और इसमें सभी की भूमिका होती है। चाहे वकालत, शिक्षा या केवल समर्थन और समझ दिखाने के माध्यम से, हम सभी LGBTQ+ व्यक्तियों के जीवन को बेहतर बनाने में योगदान दे सकते हैं।

निष्कर्ष में, LGBTQ मुद्दों वाले समुदाय को स्वीकार करना और समझना एक अधिक समावेशी और स्वीकार्य समाज को बढ़ावा देने की दिशा में पहला कदम है। कानूनी बाधाओं को लेकर

स्वास्थ्य सहायता, असमानताओं, हिंसा और प्रतिनिधित्व के मुद्दों तक, ये चिन्ताएँ तत्काल कार्रवाई और बदलाव की मांग करती हैं। सक्रिय वकालत, सूचित कानून, शिक्षा और दयालु बातचीत के माध्यम से, हम इन चुनौतियों को कम करने में योगदान दे सकते हैं। हमारे सामूहिक प्रयास एक ऐसी दुनिया का मार्ग प्रशस्त कर सकते हैं और करेंगे जो सभी रूपों में विविधता का सम्मान और जश्न मनाती है। एक ऐसी दुनिया जहाँ हर कोई - जिसमें LGBTQ+ के रूप में पहचान रखने वाले लोग भी शामिल हैं - को भेदभाव या पूर्वाग्रह के डर के बिना अपनी पहचान व्यक्त करने की स्वतंत्रता है। क्योंकि आखिरकार, यह केवल सहिष्णुता के बारे में नहीं है। वास्तव में, यह स्वीकृति, समझ और सबसे बढ़कर, प्यार के बारे में है।

6.7 सारांश

परामर्श का मुख्य उद्देश्य प्रासंगिक जानकारी प्रदान करने के द्वारा अपनी समस्याओं के सम्बन्ध में व्यक्ति को सामंजस्य का एक सन्तुष्टिदायक स्तर प्रदान करना है।

एड्स (AIDS: Acquired Immune Deficiency Syndrome) रोग प्रतिरोध की हमारी स्वाभाविक क्षमता को निर्बल बनाने वाला अर्जित रोग संलक्षण है। एच आई वी/एड्स का उपचार अभी भी जन-सामान्य के लिए सहज व सुगम नहीं हो पाया है। एच आई वी/एड्स से बचाव के लिए आकर्षक एवं सरल उपाय का अभाव, उपचार के लिए औषधियों का अभाव, इनके अतिरिक्त इस रोग के साथ जुड़े लांछना तथा जीव के लिए गंभीर खतरों के कारण पीड़ित व्यक्ति, उसके परिवार, सम्बन्धियों एवं मित्रों के समक्ष मानसिक, शारीरिक, सामाजिक, आर्थिक, नैतिक स्तरों पर अनेक गंभीर संकट उत्पन्न होते हैं अतः इन सभी लोगों के लिए विविध स्तरों पर परामर्शन आवश्यक हो जाता है।

विकलांगता व्यक्ति में जीवन परिस्थितियों की बेहतर समझ, स्वीकृति तथा सामंजस्य स्थापित करना।

3. एक व्यक्ति को अपनी विभिन्न जीवन परिस्थितियों का अधिक प्रभावी तथा सन्तुष्टिदायक रूप से सामना करने हेतु सुसज्जित करना।

एक समाज के रूप में, हमें अपनी वृद्ध आबादी के लिए चीजों को आसान बनाने के लिए और अधिक प्रयास करने चाहिए ताकि उन्हें उम्र के साथ आने वाली सबसे बड़ी चुनौतियों का सामना करने में मदद मिल सके। सामाजिक कार्यक्रमों के माध्यम से समुदाय में बुजुर्गों को शामिल करने के अभिनव तरीकों के साथ, हम न केवल उन्हें पहचान और आत्म-सम्मान की भावना बनाए रखने में मदद करते हैं, बल्कि वर्षों में उनके द्वारा अर्जित ज्ञान और अनुभव की प्रचुरता से भी लाभान्वित करते हैं। परामर्श चिकित्सा बुजुर्गों को बेहतर महसूस करने और खुद से संतुष्ट होने में मदद कर सकती है जो उन्हें बेहतर जीवन जीने में सक्षम बना सकती है।

LGBTQ समुदाय के लिए चुनौतियों से भरी दुनिया में, LGBTQ परामर्श एक महत्वपूर्ण सहायता के रूप में खड़ा है, जो व्यक्तियों को आत्म-स्वीकृति, उपचार और

सशक्तीकरण की ओर मार्गदर्शन करता है। यह परामर्श पारंपरिक चिकित्सा से परे है, जो व्यक्तिगत पहचान और सामाजिक चुनौतियों की खोज के लिए निर्णय-मुक्त क्षेत्र प्रदान करता है।

LGBTQ एक संक्षिप्त नाम है जिसका उपयोग उन लोगों को संदर्भित करने के लिए किया जाता है जो उन यौन या लिंग पहचान लेबल को उनके लिए व्यक्तिगत रूप से सार्थक मानते हैं। ये यौन और लैंगिक पहचान जटिल और ऐतिहासिक रूप से स्थित हैं (डायमंड, 2003, रोसारियो एवं अन्य 1996)।

यह LGBTQQIIA का एक संक्षिप्त रूप है जो लेस्बियन, गे, बाइसेक्सुअल, ट्रांसजेंडर, ट्रांससेक्सुअल, क्वीर, क्वेश्चनिंग, इंटरसेक्स, इंटरजेंडर और एसेक्सुअल की एक विस्तृत श्रृंखला का प्रतिनिधित्व करता है।

6.8 शब्दावली

- एड्स)AIDS: Acquired Immune Deficiency Syndrome
- *LGBTQ*: लेस्बियन, गे, बाइसेक्सुअल, ट्रांसजेंडर, ट्रांससेक्सुअल, क्वीर
- *LGBTQQIIA*: लेस्बियन, गे, बाइसेक्सुअल, ट्रांसजेंडर, ट्रांससेक्सुअल, क्वीर, क्वेश्चनिंग, इंटरसेक्स, इंटरजेंडर और एसेक्सुअल

6.9 सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- [What Is LGBTQ Counseling? \(pacificteentreatment.com\)](http://www.pacificteentreatment.com)
- Javaid, A, 2018, 'Out of place: Sexualities, sexual violence, and heteronormativity', *Aggression and Violent Behavior* 39, 83–89.
10.1016/j.avb.2018.02.007 [[CrossRef](#)] [[Google Scholar](#)] [[Ref list](#)]
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/>
- lgbtqiacounseling.com
- <https://lgbtqiacounseling.com>
- *World Health Organization 2018*
- [2024 U.S. National Survey on the Mental Health of LGBTQ+ Young People](#)
- *संयुक्त राष्ट्र एचआईवी/एड्स कार्यक्रम 2013:4*

6.10 निबन्धात्मक प्रश्न

- एच आई वी/एड्स संक्रमित व्यक्ति की कुछ प्रमुख चुनौतियों का वर्णन कीजिए।
- एच आई वी/एड्स में मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप का वर्णन कीजिए।

- वृद्धावस्था परामर्श के महत्व पर प्रकाश डालिए।
- *LGBTQ* से आप क्या समझते हैं।
- विकलांगता के क्षेत्र में परामर्श के उद्देश्य तथा लक्ष्य बताइए।
- विशेष रूप से दिव्यांगता के क्षेत्र में प्रभावी परामर्श दाता की योग्यताएं कौन कौन सी हैं?
- दिव्यांगता के क्षेत्र में परामर्श में ध्यान रखी जाने योग्य बातों का वर्णन कीजिए।
- आपके विचार से समाज में *LGBTQ* चुनौतियों से निपटने की रणनीतियाँ कौन सी हो सकती हैं?
- *LGBTQ* से संबंधित सामान्य मानसिक मुद्दों का वर्णन कीजिए।

इकाई-7 परामर्श प्रक्रिया: सम्बन्ध का स्थापन एवं परामर्श की अवस्थाएं (Counselling Process: Establishment of Relationship and stages of Counselling)

इकाई संरचना

- 7.1 प्रस्तावना
- 7.2 उद्देश्य
- 7.3 परामर्श की प्रक्रिया की अवधारणा
- 7.4 परामर्श की प्रक्रिया के मुख्य अंग
- 7.5 परामर्श की प्रक्रिया के मूलभूत-सिद्धान्त
- 7.6 परामर्श प्रक्रिया के पद
- 7.7 परामर्शप्रार्थी और परामर्शदाता में सम्बन्ध
- 7.8 परामर्श के सिद्धान्त
- 7.9 सारांश
- 7.10 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर
- 7.11 सन्दर्भ ग्रन्थ
- 7.12 निबन्धात्मक प्रश्न

7.1 प्रस्तावना

परामर्श का महत्वपूर्ण बिन्दु है जब परामर्श प्रार्थी को अपने महत्व एवं जीवनगत धारणाओं के प्रति विश्वास होने लगता है और इस विश्वास उत्पन्न करने में परामर्श को सहायक होना चाहिए। परामर्श की प्रक्रिया के दो प्रमुख अंग परामर्शदाता और परामर्शप्रार्थी हैं। परामर्श के लक्ष्यों की प्राप्ति परामर्शप्रार्थी एवम् परामर्शदाता के सम्बन्धों पर निर्भर करती है। परामर्श में विचारों का आदान-प्रदान एक महत्वपूर्ण तत्व है। परामर्शदाता में इतनी योग्यता होनी चाहिए कि वह परामर्शप्रार्थी के मनोभावों को पूर्णरूपेण समझ सके। परामर्शप्रार्थी एवं परामर्श में सामरस तथा मिलने के स्थान का शान्तिपूर्ण होना परामर्श की सफलता के लिए आवश्यक है। परामर्शदाता को अपने कार्य के प्रति निष्ठावान होना चाहिए। किसी तिथि या प्रणाली के अनुगमन में बँधना उसके लिए आवश्यक नहीं है। कहने का तात्पर्य है कि परामर्श के प्रक्रिया में परामर्शदाता को अनेक अनुभवों से गुजरना पड़ता है। इन अनुभवों से लाभ उठाने के लिए परामर्श के सत्र की पूर्व तैयारी वांछनीय है तथा परामर्शदाता को परामर्श की प्रक्रिया व परामर्श से सम्बन्धित सिद्धान्तों व विचारधाराओं का ज्ञान होना अति आवश्यक है।

7.2 उद्देश्य

इस इकाई का अध्ययन करने के पश्चात आप-

1. परामर्श की प्रक्रिया से सम्बन्धित अवधारणा से अवगत हो सकेंगे।
2. परामर्श की प्रक्रिया के मुख्य अंगों, पदों व सिद्धान्तों की व्याख्या करा सकेंगे।
3. परामर्शदाता और परामर्शप्रार्थी के सम्बन्धों का वर्णन कर सकेंगे।
4. परामर्श के मुख्य सिद्धान्तों की व्याख्या करा सकेंगे।

7.3 परामर्श की प्रक्रिया की अवधारणा (Concept of Counselling Process)

परामर्श एक प्रक्रिया है जिसके अन्तर्गत परामर्शप्रार्थी एक व्यावसायिक रूप से प्रशिक्षित व्यक्ति अर्थात् परामर्शदाता के साथ विशिष्ट उद्देश्य को संस्थापित करने के लिए कार्य करता है तथा ऐसे व्यवहारों को सीखता है जिनका अर्जन इन विशिष्ट उद्देश्यों की प्राप्ति के लिए आवश्यक है। इस प्रक्रिया को सम्पन्न करने से पूर्व इसकी प्रक्रिया के प्रमुख अंगों का ज्ञान प्राप्त करना आवश्यक है। कोई भी प्रक्रिया किसी न किसी दिशा में एक अथवा अनेक उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिये ही सम्पन्न की जाती है। अतः लक्ष्य अथवा उद्देश्य किसी प्रक्रिया का मुख्य बिन्दु माना जाता है। इस लक्ष्य को अपने समक्ष रखकर ही प्रयासकर्ता विशिष्ट कार्य का सम्पादन करता है। परामर्श का प्रमुख लक्ष्य विद्यार्थी, अथवा अन्य किसी सेवार्थी में आत्मबोध एवं सामंजस्य की योग्यता का विकास करना है। इस योग्यता के विकसित होने पर वह स्वयं ही अपनी समस्या का समाधान करने योग्य बना जाता है। इस प्रकार लक्ष्य किसी प्रक्रिया की व्यावहारिक क्रियान्वित का प्राथमिक आधार है। इसके अतिरिक्त जिसके लिये प्रयास किया जा रहा है अर्थात् परामर्शदाता एवं परामर्शप्रार्थी भी परामर्श की प्रक्रिया के प्रमुख आधार बिन्दु होते हैं। इसलिये यह कहा जाता है कि परामर्श एक त्रिधुवीय प्रक्रिया है। जिसके तीन प्रमुख अंग हैं। लक्ष्य, परामर्शदाता एवं परामर्शप्रार्थी। परामर्श की सफलता के लिए उसमें निम्न चार आधारभूत मान्यताओं का होना आवश्यक है।

1. परामर्शदाता का अनुभवी होना- परामर्शदाता के प्रभावशाली ढंग से कार्य करने के लिए उसका प्रशिक्षित, अनुभवी एवं कार्य के प्रति रूझान रखने वाला होना आवश्यक है।
2. इच्छा जानना- परामर्श के लिए यह स्वीकार करना आवश्यक है कि छात्र परामर्श की प्रक्रिया में भाग लेने का इच्छुक है।
3. आवश्यकता की पूर्ति- परामर्श के द्वारा व्यक्ति की तात्कालिक एवं भविष्य-सम्बन्धी दोनों ही प्रकार की आवश्यकताओं की पूर्ति होनी चाहिए।
4. उचित वातावरण- परामर्श की सफलता के लिए उचित वातावरण की उपस्थिति आवश्यक है।

7.4 परामर्श की प्रक्रिया के मुख्य अंग (Main Parts of the Counselling Process)

परामर्श की प्रक्रिया के तीन मुख्य अंग हैं-

- i. परामर्श का लक्ष्य
- ii. परामर्शप्रार्थी
- iii. परामर्शदाता

परामर्श की प्रक्रिया का सबसे महत्वपूर्ण घटक लक्ष्य निर्धारण है। इन लक्ष्यों को परामर्शदाता वातावरण एवं समाज के अनुरूप ही निर्धारित किया जाता है। दूसरे शब्दों में कह सकते हैं कि परामर्शदाता एवं परामर्शप्रार्थी के सामाजिक, धार्मिक एवं राजनीतिक परिवेश में जो मूल्य एवं आदर्श प्रचलित होंगे, उनके अनुसार ही परामर्श के लक्ष्यों का निर्धारण होगा। लक्ष्यों के निर्धारण में व्यक्ति की आवश्यकताओं एवं रुचियों को उसके परिवेश के सन्दर्भ में देखना होता है। एक प्रकार से परामर्श का लक्ष्य परामर्शप्रार्थी को मूल्यों के पुनरान्वेषण में सहायता देना है।

7.5 परामर्श की प्रक्रिया के मूलभूत-सिद्धान्त (Fundamental Principles of Counselling Process)

मैकडैनियल और शैफ्टल के अनुसार परामर्श प्रक्रिया निम्नलिखित सिद्धान्तों पर आधारित है-

1. स्वीकृति का सिद्धान्त- इस सिद्धान्त के अनुसार प्रत्येक प्रार्थी को एक व्यक्तित्व के रूप में समझा जाए और उसके साथ वैसा ही व्यवहार किया जाए। व्यक्ति के अधिकारों को परामर्शदाता पूर्ण सम्मान प्रदान करें।
2. लोकतन्त्रीय आदर्शों के साथ निरन्तरता का सिद्धान्त- सभी सिद्धान्त लोकतन्त्रीय आदर्शों के साथ जुड़े हुए हैं। लोकतांत्रिक आदर्श व्यक्ति को स्वीकार करने की माँग करते हैं और दूसरे के अधिकारों का उपयुक्त सम्मान चाहते हैं। परामर्श की प्रक्रिया व्यक्ति के सम्मान के आदर्श पर आधारित है। यह व्यक्तिगत विभिन्नताओं को मानने वाली प्रक्रिया है।
3. व्यक्ति के साथ विचार करने का सिद्धान्त- परामर्श व्यक्ति के साथ सोचने पर बल देता है। 'किसके लिये सोचना' और 'क्यों सोचना'- इन दोनों बातों में भेद करना आवश्यक है। यह परामर्शदाता की भूमिका है कि वह प्रार्थी के आसपास की सभी शक्तियों के बारे में सोचे, प्रार्थी की चिन्तन प्रक्रिया में शामिल हो और उसकी समस्या के सम्बन्ध में प्रार्थी के साथ मिलजुल कर कार्य करे।
4. सीखने का सिद्धान्त - परामर्श की सभी विचारधाराएँ परामर्श प्रक्रिया में सीखने के तत्वों की विद्यमानता को मानते हैं।
5. व्यक्ति के सम्मान का सिद्धान्त- परामर्श ऐसा सम्बन्ध है, जिसमें कुछ आशा बँधती है तथा वातावरण व्यक्ति के अनुकूल होने लगता है। सभी विचारधाराएँ परामर्श के सापेक्ष सम्बन्ध को स्वीकार करती हैं।

7.6 परामर्श प्रक्रिया के पद (Steps in Counselling Process)

परामर्श प्रक्रिया के विलियमसन और डरले ने निम्नलिखित 6 पदों की चर्चा की है-

1. **विश्लेषण (Analysis)** - यह वह प्रक्रिया है जिससे तथ्यों का संकलन किया जाता है ताकि परामर्शप्राथी का अध्ययन किया जा सके।
2. **संश्लेषण (Synthesis)** - इस पद में एकत्रित की गई जानकारी को संगठित किया जाता है।
3. **निदान (Diagnosis)** - इस पद में समस्या के कारणों के बारे में निष्कर्ष निकाला जाता है।
4. **पूर्व अनुमान (Prognosis)** - निदान के उपयोग के बारे में कथन देने को पूर्व-अनुमान कहते हैं।
5. **परामर्श (Counselling)** - परामर्शदाता और प्राथी द्वारा समायोजन के लिये उठाये गये कदमों को इस पद में रखा गया है।
6. **अनुवर्तन (Follow-up)** - परामर्शदाता की सेवाओं की प्रभावशीलता का मूल्यांकन करने या नई समस्याओं के हल में परामर्शप्राथी की सहायता करने के प्रयास इस पद में शामिल रहते हैं।

रोजर्स (Rozers) ने भी विभिन्न पदों का निम्नलिखित पदों में संक्षिप्तिकरण किया है-

1. व्यक्ति सहायता के लिये आता है तथा उसने एक अनुमानित कदम उठा लिया है।
2. सहायता-परिस्थिति को प्रायः परिभाषित किया जाता है। प्राथी को इस ख्याल से परिचित कराया जाता है कि परामर्शदाता के पास उत्तर नहीं होते हैं। प्राथी को स्वयं ही अपने उत्तर ढूँढने होते हैं। परामर्श का समय आना है यदि वह चाहे।
3. परामर्शदाता स्वतंत्र अभिव्यक्ति को प्रोत्साहित करता है। यह स्वतंत्र अभिव्यक्ति समस्या के संदर्भ में होती है। वह चिन्ता तथा अपराधी होने की भावना रोकता है। परामर्शदाता प्राथी को यह मानने का प्रयास नहीं करता कि वह गलती पर है या वह सही है। परामर्शदाता प्राथी को वैसा ही स्वीकार करता है जैसा वह है। वह केवल स्वतन्त्र अभिव्यक्ति को प्रोत्साहित करता है।
4. परामर्शदाता नकारात्मक भावनाओं को स्वीकार करता है, उन्हें पहचानता और स्पष्ट करता है। परामर्शदाता को प्राथी की भावनाओं का उत्तर देना चाहिए।
5. जब व्यक्ति की नकारात्मक भावनाओं की पूर्ण अभिव्यक्ति हो चुकी होती है उसके पश्चात् अनुमानित सकारात्मक अभिव्यक्ति हो।
6. परामर्शदाता सकारात्मक भावनाओं को पहचानता है और उन्हें स्वीकार करता है।
7. इससे स्वयं का बोध और अन्तःदृष्टि होती है।
8. सम्भावित निर्णयों और सम्भावित कार्य-दिशा का स्पष्टीकरण।
9. व्यक्ति द्वारा महत्वपूर्ण सकारात्मक क्रियाओं का प्रारम्भ।
10. आगे फिर अन्तःदृष्टि तथा अधिक उपयुक्त बोध का विकास।

11. विकसित स्वतंत्रता की भावना तथा सहायता की घटती हुई आवश्यकता।

ये प्रक्रियायें आवश्यक नहीं कि इसी क्रम में हों। ये पद प्रार्थी-केन्द्रित हैं।

7.7 परामर्शप्रार्थी और परामर्शदाता में सम्बन्ध (Client-Counsellor Relationship)

परामर्श की प्रक्रिया में पारस्परिक सम्पर्क मुख्य साधन माना जाता है। अतः पारस्परिक सम्पर्क की सार्थकता हेतु परामर्शप्रार्थी व परामर्शदाता दोनों को एक-दूसरे को जानना एवं समझना आवश्यक है। दोनों को ही एक-दूसरे का आदर भी करना चाहिए। यदि परामर्शप्रार्थी एवं परामर्शदाता के मध्य समुचित सम्बन्ध स्थापित नहीं हो पाते हैं तो परामर्श की प्रक्रिया सफल नहीं हो सकती है।

परामर्श का महत्वपूर्ण तत्व है - परस्पर विचारों का आदान-प्रदान। यदि विचारों के आदान-प्रदान में कोई विघ्न आता है तो परामर्श अपूर्ण ही रहता है। समुचित परामर्शप्रार्थी-परामर्शदाता सम्बन्धों विकसित करने हेतु कतिपय तकनीकों का विकास किया गया है विलियमसन ने परामर्श प्रविधियों या तकनीकों को निम्नलिखित पांच शीर्षकों के अन्तर्गत वर्णित किया है-

1. **मधुर सम्बन्ध स्थापित करना (Establishing Rapport)** - जब पहली बार प्रार्थी परामर्शदाता के पास आता है तो परामर्शदाता का सबसे पहला कार्य होता है कि उसका स्वागत किया जाए। उसे आरामदेह स्थिति में लाकर प्रार्थी को विश्वास में लेना चाहिए। मधुर सम्बन्ध स्थापित करने का मुख्य आधार होता है-परामर्शदाता की योग्यता की ख्याति, व्यक्तिगतता का सम्मान तथा साक्षात्कार से पहले विश्वास और विद्यार्थी के साथ सम्बन्धों को विकसित करना।
2. **स्वयं-बोध उत्पन्न करना (Cultivating Self-understanding)** - परामर्शप्रार्थी को स्वयं की योग्यताओं और उत्तरदायित्वों के प्रयोग से पहले ही हो जानी चाहिए। इसके लिये परामर्शदाता को परीक्षण-संचालन और परीक्षण अंकों की व्याख्या का अनुभव होना आवश्यक है। परीक्षण-अंक निदान और पूर्व अनुमान का परामर्श प्रक्रिया में ठोस आधार प्रदान करते हैं।
3. **क्रिया के लिये कार्यक्रम का नियोजन और सुझाव (Advising and Planning a programme of Action)**- परामर्शदाता प्रार्थी के लक्ष्यों, उसकी अभिवृत्तियों या दृष्टिकोणों आदि से प्रारम्भ करता है तथा अनुकूल और प्रतिकूल आंकड़ों या तथ्यों की ओर संकेत करता है। वह साक्षियों या प्रमाणों को तौलता है और वह इस तथ्य को समझता है कि प्रार्थी को कोई विशेष सुझाव क्यों दे रहा है। विलियमसन का मानना है कि परामर्शदाता को अपने दृष्टिकोण का कथन निश्चितता से करना चाहिए। उसे अनिर्णायक की तरह नहीं देखना चाहिए।
4. **व्याख्यात्मक विधि (Explanatory Method)**- व्याख्यात्मक विधि परामर्श में सबसे अधिक वांछित विधि है। इसमें परामर्शदाता ध्यानपूर्वक लेकिन धीरे-धीरे निदानात्मक आंकड़ों को समझता है और उन सम्भावित स्थितियों की ओर संकेत करता है जिनमें प्रार्थी की शक्तियों और क्षमताओं का प्रयोग किया जाता सकता है। इसमें

आंकड़ों के उपयोग को सविस्तार और ध्यानपूर्वक तर्क सहित समझाया जाता है। इसके पश्चात् प्रार्थी के निर्णय या रूचि को जानकर साक्षात्कार इस निर्णय को लाकर करने के लिए प्रत्यक्ष सहायता प्रदान कर सकता है इस सहायता में उपचारात्मक कार्य और शैक्षिक या शिक्षण नियोजन का कार्य सम्मिलित होते हैं।

5. अन्य कार्यकर्ताओं का सहयोग (Referral to other personnel Workers)- कोई भी परामर्शदाता सभी प्रकार के प्रार्थियों की समस्याओं का समाधान नहीं कर सकता। उसे अपनी सीमाओं को पहचानना चाहिए तथा उसे विशिष्टीकृत सहायता के स्रोतों का ज्ञान होना चाहिए। उसे प्रार्थियों को अन्य उपयुक्त स्रोतों की सहायता प्राप्त करने की सलाह देनी चाहिए।

इन उपरोक्त प्रविधियों के अतिरिक्त परामर्श की अन्य प्रविधियां भी हैं जो निम्नलिखित हैं-

1. **मौन-धारण (Silence)** - कभी-कभी कई परिस्थितियों में मौन रहकर किसी की बात को सुनना बोलने से अधिक प्रभावशाली होता है। जब प्रार्थी अपनी समस्या का वर्णन कर रहा होता है तब परामर्शदाता मौन धारण कर लेता है। इससे प्रार्थी को यह विश्वास हो जाता है कि परामर्शदाता प्रार्थी की बात को बड़े गौर से सुन रहा है तथा उस पर गम्भीरता से विचार कर रहा है।

2. **स्वीकृति (Acceptance)**- परामर्शदाता प्रार्थी की बात को अस्थायी स्वीकृति दे। कई बार परामर्शदाता कुछ शब्द इस प्रकार से कह देता है कि उनसे यह मालूम पड़ जाता है कि प्रार्थी जो कुछ कह रहा है उसे वह स्पष्टतः समझ रहा है। परन्तु इन शब्दों को परामर्शदाता इस तरह कहता है जिससे प्रार्थी के बोलने के धारा प्रवाह में कोई रूकावट नहीं आती। उदाहरणार्थ- 'ठीक है', 'बहुत अच्छा', 'हूँ' इत्यादि। कई अवसरों पर परामर्शदाता अपनी स्वीकृति प्रदान करने के लिये कोई शब्द नहीं कहता केवल स्वीकारात्मक ढंग से सिर ही हिला देता है।

3. **स्पष्टीकरण (Clarification)**- कई अवसरों पर परामर्शदाता को चाहिए कि वह प्रार्थी की बातों का या उस दिये गये वर्णन का स्पष्टीकरण करें। परामर्शदाता का यह कर्तव्य है कि वह प्रार्थी को इस बात से परिचित करा दे कि वह उसे समझ रहा है तथा स्वीकार है। परन्तु कभी-कभी परामर्शदाता को यह आवश्यक हो जाता है कि वह प्रार्थी के वर्णन का स्पष्टीकरण करते समय प्रार्थी को किसी प्रकार की जोर-जबरदस्ती का आभास न हो।

4. **पुनर्कथन (Restatement)**- स्वीकृति एवं पुनरावृत्ति दोनों से ही प्रार्थी को यह बोध होता है कि परामर्शदाता उनकी बात को समझ रहा है तथा स्वीकार करता है। पुनरावृत्ति के द्वारा परामर्शदाता उसी बात को दोहराता है जिसे प्रार्थी ने वर्णित किया है परन्तु परामर्शदाता पुनर्कथन के समय किसी प्रकार का संशोधन या स्पष्टीकरण प्रार्थी के मापन में नहीं करता है।

5. **मान्यता (Approval)** - अपनी समस्या के बारे में प्रार्थी विभिन्न प्रकार के विचार व्यक्त करता है। परामर्शदाता इन विचारों में से कुछ को मान्यता प्रदान कर देता है तथा कुछ को नहीं। जिन विचारों को मान्यता प्रदान कर दी जाती है वे प्रार्थी को अत्यधिक प्रभावित करते हैं। प्रार्थी परामर्शदाता के ज्ञान एवं व्यक्तित्व से प्रभावित होता है। यदि परामर्शदाता बीच-बीच में प्रार्थी के विचारों को मान्यता देता रहता है तो मान्यता प्रभावहीन हो जाती है। इस ओर ध्यान दिया जाना चाहिए।
6. **प्रश्न पूछना (Asking Questions)** - प्रार्थी अपनी समस्याओं के सम्बन्ध में अधिक विचार करने की प्रेरणा देने के लिये परामर्शदाता को कुछ प्रश्न पूछने चाहिए। ये प्रश्न प्रार्थी के वक्तव्य का अंश समाप्त होने के पश्चात् पूछे जाने चाहिए।
7. **हास्य रस (Humour)** - परामर्श के दौरान प्रार्थी के तनाव दूर करने के लिये तथा वार्तालाप को रूचिकर बनाने के लिये हास्य-रस का प्रयोग करना भी एक आवश्यकता सी बन जाती है।
8. **सारांश स्पष्टीकरण (Summary Clarification)** - प्रार्थी के वक्तव्य का कुछ भाग लाभकारी नहीं भी हो सकता। इसके कारण समस्या स्वयं ही प्रार्थी को अस्पष्ट दिखाई देती है। ऐसी स्थिति में परामर्शदाता के लिये आवश्यक हो जाता है कि वह प्रार्थी के भाषण को संक्षिप्त करे तथा उसका संगठन करे जिससे परामर्शप्रार्थी समस्या को अधिक स्पष्ट रूप से समझ सके। परामर्शदाता का प्रयास यही रहना चाहिए कि वह कभी भी अपनी ओर से विचार न जोड़े।
9. **विश्लेषण (Analysis)** - प्रार्थी की समस्या के लिये परामर्शदाता सामधान प्रस्तुत करने की पहल कर सकता है। लेकिन परामर्शदाता प्रार्थी से उस हल पर अमल नहीं करवा सकता। परामर्शदाता प्रार्थी पर ही छोड़ देता है कि वह उस समाधान को स्वीकार करे या अस्वीकार करे या उसमें कुछ संशोधन करे। इस सम्बन्ध में प्रार्थी पर किसी प्रकार का दबाव नहीं डाला जाता।
10. **व्याख्या या विवेचना (Interpretation)** - परामर्शदाता को प्रार्थी के वक्तव्य की ही विवेचना या व्याख्या करने का अधिकार होना चाहिए। उसे अपनी तरफ से कुछ नहीं जोड़ना चाहिए। परामर्शदाता व्याख्या द्वारा प्रार्थी के वक्तव्य का परिणाम निकालता है। इन निष्कर्षों को निकालने में अकेला प्रार्थी असमर्थ होता है। यहां यह बात ध्यान देने योग्य है कि परामर्शदाता द्वारा निकाले गये निष्कर्ष अन्य परीक्षणों द्वारा निकाले गये निष्कर्षों से मेल खा सकते हैं और नहीं भी।
11. **परित्याग (Regression)**- कई बार प्रार्थी जो कुछ सोचता या कहता है वह त्रुटिपूर्ण होता है। इस प्रकार त्रुटिपूर्ण विचारधाराओं को त्यागना चाहिए। इसका परित्याग करने के लिए परामर्शदाता को बड़ी सावधानी से काम लेना चाहिए ताकि प्रार्थी विद्रोही प्रवृत्ति का न हो जाये और इस परित्याग का प्रार्थी उल्टा अर्थ न निकाल ले।
12. **आश्वासन (Assurance)**- परामर्श की सबसे महत्वपूर्ण तथा मनोवैज्ञानिक पक्ष से जुड़ी प्रविधि के रूप में आश्वासन प्रदान करने से प्रार्थी की समस्या हल होने की आशा बंध जाती है। आश्वासन द्वारा परामर्शदाता प्रार्थी के कथनों को स्वीकार भी करता है और स्वीकृति के साथ-साथ अनुमोदित या समर्थन प्रदान करता है।

अभ्यास प्रश्न

1. परामर्श एक _____ प्रक्रिया है।
2. परामर्श के तीन प्रमुख अंग हैं, _____ परामर्शदाता एवं परामर्शप्राथी।
3. परामर्श प्रक्रिया के विलियमसन और डरले ने _____ पदों की चर्चा की है।
4. परामर्श की प्रक्रिया में _____ मुख्य साधन माना जाता है।
5. परामर्श का महत्वपूर्ण तत्व है _____।

7.8 परामर्श के सिद्धान्त (Principles of Counselling)

सिद्धान्त की व्याख्या प्रायः किन्हीं दृष्टिगोचर घटनाओं के अन्तर्निहित नियमों अथवा दिखायी देने वाले सम्बन्धों के प्रतिपादनों के रूप में की जाती है जिनका एक निश्चित सीमा के अन्दर परीक्षण सम्भव है। परामर्श के क्षेत्र में सैद्धान्तिक ज्ञान का विशद भण्डार है। परामर्शकर्ता के लिये इन सैद्धान्तिक आधारों का परिचय आवश्यक है। अध्ययन की सुविधा हेतु, दृष्टिकोणों के आधार पर इन्हें चार मुख्य वर्गों में रखा जा सकता है-

1. प्रभाववर्ती सिद्धान्त (Affectively Oriented Theory)
2. व्यवहारवादी सिद्धान्त (Behaviourally Oriented Theory)
3. बोधात्मक सिद्धान्त (Cognitively Oriented Theory)
4. व्यवस्थावादी प्रारूप सिद्धान्त (Systemetic Model Theory)

प्रभाववर्ती सिद्धान्त (Affectively Oriented Theory)

यह सिद्धान्त मूलतः अस्तित्वादी मानववादी दर्शन परम्परा से उत्पन्न हुआ है। इसमें परामर्शप्राथी को प्रभावपूर्ण ढंग से समझने पर विशेष बल दिया जाता है। केम्प (1971), राजर्स (1975), बारूथ तथा हूबर (1985) जैसे विद्वान इस सिद्धान्त के प्रमुख समर्थक हैं। उनका मत है कि मानवीय अन्तः क्रिया ही प्रभाववर्ती परामर्शदाता के लिये ध्यान का केन्द्र है। मानवतावादी मनोविज्ञान की शेफर (1978) की प्रमुख मान्यताएँ ही इस सिद्धान्त का आधार है जिन्हें संक्षेप में निम्न रूप से व्यक्त किया जा सकता है-

- i. अनुभव की विलक्षणता- वैयक्तिक अनुभव की विलक्षणता तथा वैषयिक वास्तविकता अधिक महत्वपूर्ण है।
- ii. समग्रता- व्यक्ति को समग्र रूप से उसके वर्तमान अनुभवों के सन्दर्भों में ही जाना जा सकता है।
- iii. सीमाबद्धता- यद्यपि जैवकीय तथा पर्यावरणजनित कारक किन्हीं विशिष्ट रूपों में व्यक्ति को सीमाबद्ध कर सकते हैं फिर भी व्यक्ति को विकसित होने व अस्तित्व निर्माण की क्षमताएँ असीमित रहती हैं। जनतन्त्रीय वातावरण में विशेषतौर पर ऐसा होता है।

iv. आत्म-परिभाषा- मनुष्यता को किसी पदार्थ या तत्व के रूप में सदैव के लिए एक सा परिभाषित नहीं किया जा सकता है। मनुष्यता तो सदैव ही आत्म-परिभाषण की प्रक्रिया में संलग्न रहती है।

संक्षेप में यह कहा जा सकता है कि प्रभाववर्ती सिद्धान्त की तीन प्रमुख विशेषताएँ हैं- प्रथम, उनकी अस्तित्वादी धारणा, द्वितीय व्यक्तिकेन्द्रित स्वरूप, तृतीय- समग्रतावादी दृष्टिकोण।

व्यवहारवादी सिद्धान्त (Behaviourally Oriented Theory)

प्रभाववर्ती सिद्धान्तों में जहाँ एक ओर बल इस बात पर दिया जाता है कि परामर्शप्रार्थी कैसा अनुभव करता है वहीं दूसरी ओर व्यवहारवादी सिद्धान्त परामर्शप्रार्थी के अवलोकनीय व्यवहारों पर बल देते हैं। दूसरे शब्दों में, व्यवहारवादी परामर्शप्रार्थी के अनुभवों की अपेक्षा उसके व्यवहारों को जानने व समझने में अधिक रूचि रखते हैं। व्यवहारवादी परामर्शदाता के लिए, भावनाओं या जागरूकता के स्तरों की अन्तर्दृष्टि पर्याप्त नहीं है। वह परिवर्तन के लिए क्रिया या व्यवहार को शब्दों की अपेक्षा अधिक सार्थक स्वीकार करता है। व्यवहारवादी समस्याग्रस्त व्यक्ति के लक्षणों पर अधिक ध्यान देते हैं ये समस्याएँ अधिकांशतः परामर्शप्रार्थी द्वारा अपने व्यवहार करने के ढंग या व्यवहार करने में असफल होने से सम्बन्धित होती है। इस प्रकार, व्यवहारवादी परामर्शदाता मुख्यतः क्रिया पर बल देते हैं।

ग्लेसर तथा जूनिन (1979) के अनुसार 'वास्तविकता-उपचार' पद्धति पर आधारित इस परामर्श को समझने की दृष्टि से निम्न मान्यताओं का ज्ञान होना आवश्यक है-

- i. दूसरों को जानना- प्रत्येक व्यक्ति में, दूसरे व्यक्तियों को अनुभव करने, स्नेह पाने व करने तथा अपना व दूसरे का महत्व समझने की मूलभूत मनोवैज्ञानिक आवश्यकता होती है।
- ii. सफलता-असफलता का बोध- व्यक्तियों में दूसरों से अपने को अलग अनुभव करने की भी आवश्यकता होती है। अन्य शब्दों में, यह सफल या असफल होने का आत्मबोध है।
- iii. अनुत्तरदायी व्यवहार का कारण- अनुत्तरदायी या गैर-जिम्मेदारपूर्ण व्यवहार तब उत्पन्न होता है जबकि या तो व्यक्ति ने उत्तरदायी रूप से अपनी आवश्यकता पूर्ति के बारे में सीखा नहीं होता है अथवा वे उत्तरदायी रूप से आवश्यकता पूर्ति की क्षमता खो चुके होते हैं।
- iv. समकालीन व्यवहार पर ध्यान- चूंकि कोई भी विगत व्यवहार या भूतकाल को परिवर्तित नहीं कर सकता अतः ध्यान समकालीन वर्तमान व्यवहार पर दिया जाना चाहिए।

- v. व्यवहार परिवर्तन- चूंकि व्यक्ति भावनाओं, संवेगों अथवा अभिवृत्तियों की अपेक्षा व्यवहार को अधिक आसानी से नियन्त्रित कर सकते हैं अतः परामर्श का मुख्य उद्देश्य व्यवहार -परिवर्तन ही होना चाहिए।
- vi. उत्तरदायी ढंग से जुड़ाव- चूंकि केन्द्र बिन्दु वर्तमान तथा अन्तर्वैयक्तिक प्रक्रिया परामर्श का लक्ष्य होती है, इसलिए परामर्शदाता का परामर्शप्रार्थी के साथ व्यक्तिगत रूप से उत्तरदायी ढंग से जुड़ना चाहिए।
- vii. विकल्प उत्पन्न हेतु सहायता- परामर्शदाता का मूल कार्य, परामर्शप्रार्थी को परिवर्तन हेतु अनेक विकल्प उत्पन्न करने हेतु सहायता प्रदान करना है।
- viii. सम्बद्धता- प्रत्येक व्यक्ति सफल, उत्तरदायी तथा लोगों से सम्बद्ध होना चाहता है, यह वृद्धि बल सभी व्यक्तियों में पाया जाता है।
- ix. व्यवहार क्षमता- विशिष्ट अधिगम क्रियाओं के माध्यम से व्यक्ति में उत्तरदायी रूप से व्यवहार करने की क्षमताएं निर्मित की जा सकती है।

इस प्रकार व्यवहारवादी सिद्धान्त परामर्श में मुख्य बल वर्तमान पर देते हैं अर्थात् अभी व्यक्ति क्या कर रहा है तथा उसके सफल होने के प्रयासों की दिशा क्या है? व्यक्ति में अपने व्यवहार में परिवर्तन लाने की योजना बनाने की क्षमता जाग्रत कर, उसको उत्तरदायी व्यवहार चुनने में समर्थ बनाया जा सकता है।

बोधात्मक सिद्धान्त (Cognitively Oriented Theory)

प्रभाववर्ती तथा व्यवहारवादी सिद्धान्तों से पृथक बोधात्मक सिद्धान्त में यह स्वीकार किया जाता है कि संज्ञान या बोध व्यक्ति के संवेगों व व्यवहारों के सबसे प्रबल निर्धारक है। व्यक्ति जो सोचता है उसी के अनुसार अनुभव व व्यवहार करता है। बोधात्मक सिद्धान्त की एक अन्य लोकप्रिय एवं प्रचलित विधा कार्य-सम्पादन विश्लेषण सिद्धान्त पर आधारित है। इसमें व्यवहार की समझ इस मान्यता पर निर्भर करती है कि सभी व्यक्ति अपने पर विश्वास सीख सकते हैं, अपने लिए चिन्तन या विचार कर सकते हैं, अपने निर्णय ले सकते हैं तथा अपनी भावनाओं को अभिव्यक्त करने में समर्थ है। इस सिद्धान्त की सामान्य परिकल्पनाओं को हेरिस ने निम्न चार रूपों में दर्शाया है-

- i. मैं ठीक हूँ, आप भी ठीक हैं - यह एक स्वस्थ मानसिक दशा है।
- ii. मैं ठीक नहीं हूँ, आप भी ठीक नहीं हैं- यह जीवन में निराशावादी दृष्टिकोण रखने वाले व्यक्तियों की मनोदशा है।
- iii. मैं ठीक हूँ, आप ठीक नहीं हैं- यह उस व्यक्ति की मनोस्थिति है जो कि दूसरे को अपने दुखों का कारण स्वीकार करता है।
- iv. मैं ठीक नहीं हूँ आप ठीक हैं- यह लोगों की सामान्य मनोस्थिति है जबकि वे अन्यो की तुलना में अपने को शक्तिहीन अनुभव करते हैं।

परामर्शदाता इसके अन्तर्गत परामर्शार्थी का, उसी नष्ट अहं दशा के पुननिर्माण हेतु प्रेरित करता है। समयानुकूल अहं दशा के उपयोग की प्रणाली अपनाने में सहायता करता है तथा उसे जीवन में सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाने व विकसित करने की क्षमता दृढ़ करने में सबलता प्रदान करने में सहायता देता है।

व्यवस्थावादी प्रारूप सिद्धान्त (Systemetic Model Theory)

व्यवस्थावादी सिद्धान्त की प्रमुख विशेषता परामर्श का विभिन्न चरणों में संयोजित होना है। चरणों के अनुरूप इस सिद्धान्त में परामर्श की विभिन्न अवस्थाएँ स्वीकार की गयी हैं। सभी अवस्थाएँ एक-दूसरे से जुड़ी व अन्तः क्रियाशील मानी जाती हैं। यही व्यवस्था-प्रारूप मूलतः इस सिद्धान्त का आधार है व परामर्श की एक विशिष्ट प्रविधि का जनक है। संक्षेप में इन अवस्थाओं को इस प्रकार से जाना जा सकता है-

- i. प्रथम अवस्था- समस्या अन्वेषण (Problem Exploration)
- ii. द्वितीय अवस्था- द्विआयामी समस्या परिभाषा (Two-Dimensional Problem Definition)
- iii. तृतीय अवस्था- विकल्पों का अभिज्ञान करना (Identification of Alternatives)
- iv. चतुर्थ अवस्था- आयोजना (Planning)
- v. पंचम अवस्था- क्रिया-प्रतिबद्धता (Action Commitment)
- vi. षष्ठम अवस्था- मूल्यांकन एवं फीडबैक (Assessment and Feedback)

इस सिद्धान्त की प्रमुख मान्यता यह है कि व्यक्ति जीवन में एकीकरण के उच्चतम स्तर की प्राप्ति हेतु सदैव संलग्न रहता है। इसलिए परामर्श की व्यवस्था व्यावहारिक होनी चाहिए जो कि एकीकरण की एक ऐसी व्यवस्था की कल्पना में सक्षम हो जिसके द्वारा समकालीन जगत तथा उद्विकसित होने वाले व्यक्ति, दोनों के ही विषय में इस लाभदायी अभिमत का निर्माण हो सके।

अभ्यास प्रश्न

6. नप्रभाववर्ती सिद्धान्त मूलतः _____ दर्शन परम्परा से उत्पन्न हुआ है।
7. व्यवहारवादी सिद्धान्त परामर्शार्थी के _____ व्यवहारों पर बल देते हैं।
8. बोधात्मक सिद्धान्त की एक अन्य प्रचलित विधा _____ विश्लेषण सिद्धान्त पर आधारित है।
9. व्यवस्थावादी सिद्धान्त की प्रमुख विशेषता परामर्श _____ में संयोजित होना है।

7.9 सारांश

परामर्श एक त्रिध्रुवीय प्रक्रिया है। जिसके तीन प्रमुख अंग हैं। लक्ष्य, परामर्शदाता एवं परामर्शप्राथी। परामर्श की सफलता के लिए उसमें निम्न चार आधारभूत मान्यताओं का होना आवश्यक है- (1) इच्छा जानना (2) परामर्शदाता का अनुभवी होना (3) उचित वातावरण (4) आवश्यकता की पूर्ति- परामर्श की प्रक्रिया के तीन मुख्य अंग हैं-परामर्श का लक्ष्य, परामर्शप्राथी एवं परामर्शदाता। परामर्श की प्रक्रिया का सबसे महत्वपूर्ण घटक लक्ष्य निर्धारण है। एक प्रकार से परामर्श का लक्ष्य परामर्शप्राथी को मूल्यों के पुनरान्वेषण में सहायता देना है। मैकडैनियल और शैफ्टल के अनुसार परामर्श प्रक्रिया निम्नलिखित सिद्धान्तों पर आधारित है- (1) स्वीकृति का सिद्धान्त (2) व्यक्ति के सम्मान का सिद्धान्त (3) व्यक्ति के साथ विचार करने का सिद्धान्त (4) लोकतन्त्रीय आदर्शों के साथ निरन्तरता का सिद्धान्त (5) सीखने का सिद्धान्त परामर्श प्रक्रिया के विलियमसन और डरले ने निम्नलिखित 6 पदों की चर्चा की है- (1) विश्लेषण (2) संश्लेषण (3) निदान (4) पूर्व अनुमान (5) परामर्श (6) अनुवर्तन। परामर्श का महत्वपूर्ण तत्व है - परस्पर विचारों का आदान-प्रदान । यदि विचारों के आदान-प्रदान में कोई विघ्न आता है तो परामर्श अपूर्ण ही रहता है। समुचित परामर्शप्राथी-परामर्शदाता सम्बन्धों विकसित करने हेतु कतिपय तकनीकों का विकास किया गया है विलियमसन ने परामर्श प्रविधियों या तकनीकों को निम्नलिखित पांच शीर्षकों के अन्तर्गत वर्णित किया है- ;1 मधुर सम्बन्ध स्थापित करना ;2 स्वयं-बोध उत्पन्न करना ;3 क्रिया के लिये कार्यक्रम का नियोजन और सुझाव ;4 व्याख्यात्मक विधि ;5 अन्य कार्यकर्ताओं का सहयोग। इन उपरोक्त प्रविधियों के अतिरिक्त परामर्श की अन्य प्रविधियां भी हैं जो निम्नलिखित हैं- (1) मौन-धारण (2) स्वीकृति (3) स्पष्टीकरण (4) पुनर्कथन (5) मान्यता (6) प्रश्न पूछना (7) हास्य रस (8) सारांश स्पष्टीकरण (9) विश्लेषण (10) व्याख्या या विवेचना (11) परित्याग (12) आश्वासन ।

परामर्शकर्ता के लिये सैद्धान्तिक आधारों का परिचय आवश्यक है। अध्ययन की सुविधा हेतु, दृष्टिकोणों के आधार पर इन्हें चार मुख्य वर्गों में रखा जा सकता है-

1. प्रभाववर्ती सिद्धान्त -यह सिद्धान्त मूलतः अस्तित्वादी मानववादी दर्शन परम्परा से उत्पन्न हुआ है । इसमें परामर्शप्राथी को प्रभावपूर्ण ढंग से समझने पर विशेष बल दिया जाता है। केम्प (1971), राजर्स (1975), बारूथ तथा हूबर (1985) जैसे विद्वान इस सिद्धान्त के प्रमुख समर्थक हैं। उनका मत है कि मानवीय अन्तः क्रिया ही प्रभाववर्ती परामर्शदाता के लिये ध्यान का केन्द्र है। मानवतावादी मनोविज्ञान की शेफर (1978) की प्रमुख मान्यताएँ ही इस सिद्धान्त का आधार हैं।
2. व्यवहारवादी सिद्धान्त -प्रभाववर्ती सिद्धान्तों में जहाँ एक ओर बल इस बात पर दिया जाता है कि परामर्शप्राथी कैसा अनुभव करता है वहीं दूसरी ओर व्यवहारवादी सिद्धान्त परामर्शप्राथी के अवलोकनीय व्यवहारों पर बल देते हैं। दूसरे शब्दों में, व्यवहारवादी परामर्शप्राथी के अनुभवों की अपेक्षा उसके व्यवहारों को जानने व समझने में अधिक रूचि रखते हैं। व्यवहारवादी परामर्शदाता के लिए, भावनाओं या

जागरूकता के स्तरों की अन्तर्दृष्टि पर्याप्त नहीं है। वह परिवर्तन के लिए क्रिया या व्यवहार को शब्दों की अपेक्षा अधिक सार्थक स्वीकार करता है। व्यवहारवादी समस्याग्रस्त व्यक्ति के लक्षणों पर अधिक ध्यान देते हैं ये समस्याएँ अधिकांशतः परामर्शप्रार्थी द्वारा अपने व्यवहार करने के ढंग या व्यवहार करने में असफल होने से सम्बन्धित होती है। इस प्रकार, व्यवहारवादी परामर्शदाता मुख्यतः क्रिया पर बल देते हैं।

3. बोधात्मक सिद्धान्त-प्रभाववर्ती तथा व्यवहारवादी सिद्धान्तों से पृथक बोधात्मक सिद्धान्त में यह स्वीकार किया जाता है कि संज्ञान या बोध व्यक्ति के संवेगों व व्यवहारों के सबसे प्रबल निर्धारक है। व्यक्ति जो सोचता है उसी के अनुसार अनुभव व व्यवहार करता है। बोधात्मक सिद्धान्त की एक अन्य लोकप्रिय एवं प्रचलित विधा कार्य-सम्पादन विश्लेषण सिद्धान्त पर आधारित है। इसमें व्यवहार की समझ इस मान्यता पर निर्भर करती है कि सभी व्यक्ति अपने पर विश्वास सीख सकते हैं, अपने लिए चिन्तन या विचार कर सकते हैं, अपने निर्णय ले सकते हैं तथा अपनी भावनाओं को अभिव्यक्त करने में समर्थ है।

4. व्यवस्थावादी प्रारूप सिद्धान्त -इस सिद्धान्त की प्रमुख मान्यता यह है कि व्यक्ति जीवन में एकीकरण के उच्चतम स्तर की प्राप्ति हेतु सदैव संलग्न रहता है। इसलिए परामर्श की व्यवस्था व्यावहारिक होनी चाहिए जो कि एकीकरण की एक ऐसी व्यवस्था की कल्पना में सक्षम हो जिसके द्वारा समकालीन जगत तथा उद्विग्न होने वाले व्यक्ति, दोनों के ही विषय में इस लाभदायी अभिमत का निर्माण हो सके।

परामर्श प्रक्रिया की प्रकृति को देखते हुए तथा परामर्शदाता की भूमिका को देखते हुए परामर्श की तीन प्रमुख विचारधाराएँ हैं जो कि निम्नलिखित हैं-

1. निर्देशीय या परामर्शदाता-केन्द्रित या नियोजक परामर्श -इस विचारधारा के मुख्य प्रवर्तक मिर्निसोटा विश्वविद्यालय के ई0जी0 विलियमसन हैं इस प्रकार इस विचारधारा के अन्तर्गत परामर्शदाता प्रार्थी की समस्या को हल करने का मुख्य उत्तरदायित्व अपने ऊपर लेता है। इस प्रक्रिया में परामर्शदाता समस्या की खोज और उसे परिभाषित करता है, निदान करता है तथा समस्या के उपचार के बारे में बताता है।

2. अनिर्देशीय परामर्श या प्रार्थी-केन्द्रित या अनुमत परामर्श -निर्देशात्मक परामर्श के विपरीत अनिर्देशात्मक परामर्श परामर्शप्रार्थी-केन्द्रित होता होता है। इस प्रकार के परामर्श में परामर्शप्रार्थी को बिना किसी प्रत्यक्ष निर्देश के आत्मोपलब्धि एवं आत्मसिद्धि तथा आत्मनिर्भरता की ओर उन्मुख किया जाता है। इस सिद्धान्त को प्रतिपादित करने तथा इसे सर्वप्रचलित करने का श्रेय कार्ल आर रोजर्स (Carl R. Rogers) को जाता है।

3. समन्वित या संकलक या समाहारक परामर्श -जो परामर्शदाता निर्देशात्मक अथवा अनिर्देशात्मक विचारधाराओं से सहमत नहीं है उन्होंने परामर्श के एक अन्य प्रारूप का विकास किया है जिसे संग्रही या समन्वित परामर्श कहा जाता है। संग्रही परामर्श में निर्देशात्मक एवं अनिर्देशात्मक दोनों प्रारूपों की अच्छी बातों को ग्रहण किया गया है।

एक प्रकार से यह दोनों के बीच का परामर्श प्रारूप है जिसे मध्यमार्गीय कहा जा सकता है।

7.10 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

1. त्रिधुवी
2. समस्या
3. 6
4. पारस्परिक सम्पर्क
5. परस्पर विचारों का आदान-प्रदान
6. अस्तित्ववादी मानववादी
7. अवलोकनीय
8. कार्य-सम्पादन
9. विभिन्न चरणों

7.11 सन्दर्भ ग्रन्थ

1. डॉ० आशा रावत- वृतिक निर्देशन तथा रोजगार सूचना, आर० लाल बुक डिपो, मेरठ, 2012
2. एम०एल० मित्तल- कैरियर निर्देशन एवं रोजगार सूचना, इण्टरनेशनल पब्लिशिंग हाउस, मेरठ, 2010
3. डॉ० एस०सी० ओबराय- शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन एवम् परामर्श, इण्टरनेशनल पब्लिशिंग हाउस, मेरठ, 2010
4. डॉ० सीताराम जायसवाल- शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श, अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा, 2012
5. डॉ० रामपाल सिंह; डॉ० राधाबल्लभ उपाध्याय- शैक्षिक एवं व्यावसायिक निर्देशन-विनोद पुस्तक मन्दिर आगरा, 2004
6. डॉ० आर० ए० शर्मा- निर्देशन एवं परामर्श के मूल तत्व, आर० लाल बुक डिपो, मेरठ, 2009

7.12 निबन्धात्मक प्रश्न

1. परामर्श की प्रक्रिया की अवधारणा और पदों का विवरण दें।
2. परामर्शदाता और परामर्शप्राथी के मध्य सम्बन्धों की चर्चा कीजिए।
3. परामर्श के सिद्धान्तों की व्याख्या करें।
4. परामर्श के क्षेत्र में प्रचलित किन्हीं दो सिद्धान्तों का संक्षिप्त विवरण दीजिए।

इकाई 8 परामर्श में बढ़ते रुझान (Emerging Trends in Counselling)

इकाई संरचना

- 8.1 प्रस्तावना
- 8.2 उद्देश्य
- 8.3 परामर्श के क्षेत्र में उभरते रुझान
 - 8.3.1 मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण
 - 8.3.2 स्वैच्छिक एजेंसियां
 - 8.3.3 आवासीय देखभाल
 - 8.3.4 शिक्षा
 - 8.3.5 कार्यस्थल
 - 8.3.6 डिजिटल और ऑनलाइन परामर्श
- 8.4 परामर्श के क्षेत्र में उभरते रुझान का महत्त्व
- 8.5 सारांश
- 8.6 शब्दावली
- 8.7 स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न
- 8.8 सन्दर्भ ग्रन्थ सूची
- 8.9 निबन्धात्मक प्रश्न

8.1 प्रस्तावना

परामर्श (काउंसलिंग) एक ऐसा क्षेत्र है जो समय के साथ विकसित हो रहा है और विभिन्न परामर्श का महत्व तेजी से बढ़ रहा है, क्योंकि लोग मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण को लेकर अधिक जागरूक हो रहे हैं। परामर्श की प्रक्रिया में नई तकनीकों और दृष्टिकोणों का समावेश हो रहा है, जो इसे और अधिक प्रभावी बना रहे हैं। जैसे-जैसे समाज में बदलाव आ रहे हैं, वैसे-वैसे परामर्श के क्षेत्र में भी नवाचार और नए दृष्टिकोण सामने आ रहे हैं। सामाजिक, सांस्कृतिक, और तकनीकी बदलावों के साथ तालमेल बिठा रहा है। साथ ही मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का स्वरूप तेजी से बदल रहा है, और इसके साथ ही परामर्श विधियों और दृष्टिकोणों में भी नये रुझान उभर रहे हैं। इन रुझानों में डिजिटल काउंसलिंग, सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील दृष्टिकोण, और समग्र स्वास्थ्य पर ध्यान केंद्रित करने जैसे महत्वपूर्ण परिवर्तन शामिल हैं।

इस अध्याय में, हम उन नवीन रुझानों का अन्वेषण करेंगे जो परामर्श की प्रभावशीलता को बढ़ा रहे हैं। इनमें ऑनलाइन परामर्श सेवाओं का विस्तार, विभिन्न सांस्कृतिक समूहों के लिए अनुकूलित परामर्श विधियाँ, और मानसिक स्वास्थ्य के प्रति हो रहे वैश्विक दृष्टिकोण के परिवर्तन शामिल हैं। ये रुझान न केवल परामर्श को अधिक व्यापक बना रहे हैं, बल्कि इसे विभिन्न सामाजिक और सांस्कृतिक संदर्भों में भी अधिक सुलभ और प्रासंगिक बना रहे हैं।

इन उभरते रुझानों को समझना और उन्हें अपनाना परामर्शदाताओं के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है, ताकि वे अपने सेवाओं को आधुनिक समाज की मांगों के अनुरूप ढाल सकें और अपने क्लाइंट्स की आवश्यकताओं को बेहतर ढंग से पूरा कर सकें।

8.2 उद्देश्य

इस इकाई का अध्ययन करने के पश्चात् आप इस योग्य हो जायेंगे कि आप -

- परामर्श के क्षेत्र में उभरते रुझानों को समझ सकेंगे।
- परामर्श में नवाचार और नई तकनीकों के महत्व का विश्लेषण कर सकेंगे।
- ऑनलाइन परामर्श सेवाओं के विकास और प्रभाव को समझ सकेंगे।
- विभिन्न सांस्कृतिक समूहों के लिए अनुकूलित परामर्श विधियों की पहचान कर सकेंगे।
- मानसिक स्वास्थ्य के प्रति हो रहे वैश्विक दृष्टिकोण में हो रहे परिवर्तनों का अध्ययन कर सकेंगे।
- परामर्शदाताओं के लिए इन उभरते रुझानों को अपनाने की महत्ता को समझ सकेंगे।

8.3 परामर्श के क्षेत्र में उभरते रुझान (Emerging Trends in field of Counselling)

चिकित्सकीय परामर्श में कुछ महत्वपूर्ण कौशल और दक्षताओं की आवश्यकता होती है, चाहे वह आमने-सामने की बातचीत हो या फिर ऑनलाइन माध्यम से की जा रही हो। ये कौशल एक पेशेवर (Professional) के लिए अनिवार्य तरीके होते हैं, जो व्यक्तिगत विकास,

आत्म-जागरूकता, और मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के प्रभाव को कम करने में सहायता करते हैं। परामर्श के क्षेत्र में, समय के साथ नए-नए रुझान और तकनीकों का उदय हो रहा है, जो मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं को अधिक व्यापक, प्रभावी और सुलभ बना रहे हैं। जैसे-जैसे समाज की जरूरतें और चुनौतियाँ बदल रही हैं, वैसे-वैसे परामर्श के क्षेत्र में भी नवाचारों और उभरते रुझानों का महत्व बढ़ता जा रहा है। ये रुझान न केवल परामर्श की गुणवत्ता को बढ़ा रहे हैं, बल्कि विभिन्न सांस्कृतिक, सामाजिक और तकनीकी परिवर्तनों के साथ इसे अधिक समृद्ध भी बना रहे हैं।

ऐसे कई परिस्थितियाँ हो सकती हैं जब परामर्शी(counselle) के लिए व्यक्तिगत रूप से परामर्श सत्रों तक पहुँच प्राप्त करना संभव नहीं हो पाता है। इन स्थितियों में ऑनलाइन सहायता एक अमूल्य संसाधन साबित होती है। ऑनलाइन सहायता प्राप्त करना उन लोगों के लिए अक्सर पहला कदम होता है जिनमें आत्मविश्वास की कमी होती है या जो पारंपरिक रूप से व्यक्तिगत सहायता प्राप्त करने में व्यक्तिगत बाधाओं का सामना करते हैं। यह एक सीधा माध्यम होता है जहाँ परामर्शदाता और परामर्शी के बीच प्रभावी संचार स्थापित होता है। मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े सामाजिक कलंक(taboo), मानसिक स्वास्थ्य पेशेवर से मिलने में हिचकिचाहट, और मनोवैज्ञानिक सेवाओं से जुड़ी शर्मिंदगी के कारण लोग अक्सर मदद लेने से कतराते हैं। ऐसे में तकनीक का उपयोग, जैसे वेब-आधारित परामर्श, ई-थेरेपी, ऑनलाइन परामर्श, और साइबर परामर्श, इन बाधाओं को दूर करने के लिए उत्कृष्ट अवसर प्रदान करता है।

इन डिजिटल प्लेटफार्मों के माध्यम से, मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुँच पहले से कहीं अधिक सरल और सुलभ हो गई है। यह न केवल सामाजिक कलंक को कम करने में सहायक होता है, बल्कि ग्रामीण और दूरस्थ क्षेत्रों में रहने वाले लोगों को भी समान मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ उठाने का मौका देता है। इसके अलावा, ऑनलाइन परामर्श की गोपनीयता(confidentiality) और लचीलापन उन लोगों के लिए भी महत्वपूर्ण है जो व्यक्तिगत या व्यावसायिक प्रतिबद्धताओं के कारण परामर्श केंद्रों तक नहीं पहुँच सकते।

इस प्रकार, तकनीकी नवाचारों और ऑनलाइन परामर्श सेवाओं ने मानसिक स्वास्थ्य देखभाल को और अधिक समावेशी, व्यापक और प्रभावी बना दिया है, जिससे समाज के सभी वर्गों के लोग मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ उठा सकते हैं।

यहाँ एक एक कर कुछ उभरते तरीकों से आपको अवगत कराया जाएगा।

8.3.1 मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण (Multidisciplinary View):

मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण परामर्श के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण और उभरता हुआ रुझान है, जो कई विशेषज्ञों के सामूहिक प्रयासों पर आधारित है। इसमें मनोवैज्ञानिक, मनोचिकित्सक, सामाजिक कार्यकर्ता, नर्स, पोषण विशेषज्ञ, और अन्य स्वास्थ्य पेशेवर शामिल होते हैं, जो एक साथ मिलकर मरीज के लिए एक समग्र और व्यक्तिगत उपचार योजना तैयार करते हैं।

इस दृष्टिकोण का मुख्य उद्देश्य यह है कि मरीज के मानसिक, शारीरिक और सामाजिक स्वास्थ्य के सभी पहलुओं को समग्रता से देखा जाए। उदाहरण के लिए, अगर किसी व्यक्ति को

मानसिक स्वास्थ्य समस्या के साथ शारीरिक समस्याएं भी हैं, तो मल्टी-डिसिप्लिनरी टीम यह सुनिश्चित करती है कि दोनों समस्याओं का उपचार एकीकृत तरीके से किया जाए, ताकि एक पहलू की उपेक्षा न हो और मरीज को सम्पूर्ण देखभाल मिले।

मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण की एक और विशेषता यह है कि यह व्यक्तिगत उपचार योजना के प्रति लचीलापन प्रदान करता है। विशेषज्ञों की टीम मिलकर मरीज की विशिष्ट आवश्यकताओं और जीवन की परिस्थितियों के अनुसार योजना बनाती है, जिससे उपचार अधिक प्रासंगिक और प्रभावी हो जाता है। यह दृष्टिकोण न केवल बीमारी के लक्षणों का उपचार करता है, बल्कि उसके कारणों और प्रभावों का भी गहराई से मूल्यांकन करता है, जिससे दीर्घकालिक लाभ प्राप्त होते हैं।

इसके अलावा, इस दृष्टिकोण से स्वास्थ्य सेवाओं में समन्वय और संचार में सुधार होता है, जिससे उपचार प्रक्रिया में आने वाली जटिलताओं को कम किया जा सकता है। मरीजों को एक ही जगह पर विभिन्न विशेषज्ञों की सेवाएं मिलती हैं, जिससे उनका समय और संसाधन बचता है और वे अधिक आरामदायक अनुभव कर पाते हैं।

मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण, इसलिए, न केवल मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में बल्कि संपूर्ण स्वास्थ्य सेवाओं में एक व्यापक और प्रभावी मॉडल के रूप में उभर रहा है, जो मरीजों के समग्र कल्याण को बढ़ावा देता है।

8.3.2 स्वैच्छिक एजेंसियां (Voluntary Agencies)

स्वैच्छिक एजेंसियां, जो कि गैर-सरकारी होने के साथ आमतौर पर दान और सामाजिक समर्थन पर आधारित होती हैं, विभिन्न सामाजिक और मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के लिए महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। ये एजेंसियां राष्ट्रीय और स्थानीय स्तर पर सेवाएं प्रदान करती हैं और विभिन्न प्रकार की समस्याओं से निपटने में मदद करती हैं। स्थानीय स्तर पर भी कुछ सेवाएं दी जाती हैं। कुछ स्वैच्छिक एजेंसियों के उदाहरण इस प्रकार हैं:

1. स्वैच्छिक एजेंसिया

- **माइंड वॉयेज (Mind Voyage):** यह मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं के लिए समर्पित एजेंसी है, जो मानसिक स्वास्थ्य विकारों और संबंधित मुद्दों पर जागरूकता फैलाने, परामर्श प्रदान करने और सहायता करने का कार्य करती है।
- **टर्निंग पॉइंट (Turning Point):** यह एजेंसी मादक पदार्थों की लत, शराब की समस्याओं और संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं पर ध्यान केंद्रित करती है और व्यसन से निपटने के लिए सेवाएं प्रदान करती है।
- **विक्टिम सपोर्ट (Victim Support):** यह एजेंसी पीड़ितों को अपराध और आपदाओं से उबरने में सहायता प्रदान करती है। इसमें कानूनी सलाह, मानसिक समर्थन और पुनर्वास की सेवाएं शामिल होती हैं।

2. स्थानीय सेवाएं:

- **महिला थेरेपी केंद्र (Women's Therapy Centers):** ये केंद्र महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य और घरेलू हिंसा, बलात्कार, और अन्य संबंधित मुद्दों पर परामर्श और समर्थन प्रदान करते हैं। इनमें मानसिक स्वास्थ्य सत्र, समर्थन समूह, और कानूनी सहायता शामिल हो सकती है।
- **यौन उत्पीड़न संकट केंद्र (Sexual harassment Crisis Centers):** ये केंद्र बलात्कार और यौन उत्पीड़न के पीड़ितों को तत्काल सहायता और मानसिक समर्थन प्रदान करते हैं। इनमें चिकित्सा सहायता, परामर्श, और कानूनी सलाह भी शामिल होती है।
- **एचआईवी/एड्स एजेंसियां (HIV/AIDS Agencies):** ये एजेंसियां एचआईवी/एड्स से प्रभावित लोगों को स्वास्थ्य सेवाएं, परामर्श, और सामाजिक समर्थन प्रदान करती हैं। इनमें चिकित्सा जांच, दवा, और शैक्षिक कार्यक्रम शामिल होते हैं।

सेवाओं की विशेषताएँ:

- **टेलीफोन हेल्पलाइन (Telephone Helplines):** इन लाइनों पर पीड़ित और जरूरतमंद लोग तुरंत सहायता प्राप्त कर सकते हैं। ये सेवाएँ 24/7 उपलब्ध होती हैं और संकट की स्थितियों में त्वरित सहायता प्रदान करती हैं।
- **समर्थन और परामर्श (Support and Counseling):** इन एजेंसियों के माध्यम से लोगों को मानसिक स्वास्थ्य, व्यक्तिगत समस्याओं, और सामाजिक चुनौतियों पर परामर्श और समर्थन प्रदान किया जाता है।
- **जानकारी और सलाह देना (Information and Advice):** एजेंसियाँ विभिन्न मुद्दों पर जानकारी प्रदान करती हैं, जैसे कि कानूनी अधिकार, स्वास्थ्य सेवाएं, और उपलब्ध सहायता।
- **जागरूकता बढ़ाना (Awareness Raising):** ये एजेंसियाँ समुदाय में मानसिक स्वास्थ्य और सामाजिक समस्याओं के प्रति जागरूकता फैलाने के लिए अभियान चलाती हैं और शिक्षा कार्यक्रम आयोजित करती हैं।

स्वैच्छिक एजेंसियों का योगदान समाज में महत्वपूर्ण होता है क्योंकि ये जरूरतमंद लोगों को प्राथमिक सहायता प्रदान करती हैं और समस्याओं को हल करने में मदद करती हैं। इन एजेंसियों की सेवाएँ प्रायः व्यापक होती हैं और समाज के विभिन्न हिस्सों को लक्षित करती हैं, जिससे वे अधिक समावेशी और प्रभावी ढंग से काम कर सकती हैं।

स्वैच्छिक एजेंसियों की भूमिका विशेष रूप से उन लोगों के लिए अत्यधिक महत्वपूर्ण है, जिन्हें सरकारी सेवाओं तक पहुंच प्राप्त नहीं हो पाती या जिनकी जरूरतों को पारंपरिक

संस्थाएँ पूरी नहीं कर पातीं। इन एजेंसियों के माध्यम से समाज में अधिक समानता और समर्थन की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाए जा सकते हैं।

8.3.3 आवासीय देखभाल (Residential Care)

आवासीय देखभाल परियोजनाएं उन लोगों के लिए होती हैं जिनकी ज़रूरतें केवल बातचीत या परामर्श तक सीमित नहीं होतीं, बल्कि जिनके लिए व्यापक और निरंतर देखभाल की आवश्यकता होती है। ये परियोजनाएं विभिन्न प्रकार की समस्याओं से जूझ रहे लोगों को स्थायी निवास और सहायता प्रदान करती हैं।

आवासीय देखभाल हेतु लक्षित व्यक्ति निम्नलिखित प्रकार के हो सकते हैं:

- **बच्चे (Children):** विशेष रूप से उन बच्चों के लिए जो जोखिम में हैं, जैसे कि उन बच्चों को जिनके परिवार में हिंसा या शोषण हो रहा है, या जिन्हें विशेष देखभाल की ज़रूरत होती है। इसमें अनाथालय और किशोरों के लिए विशेष आवासीय केंद्र शामिल हो सकते हैं।
- **बेघर लोग (Homeless Individuals):** जिनके पास स्थायी आवास नहीं है और जिन्हें नियमित देखभाल, चिकित्सा सहायता और पुनर्वास की आवश्यकता होती है। इनमें आश्रय गृह और पुनर्वास केंद्र शामिल हैं।
- **घरेलू हिंसा (Domestic Violence):** घरेलू हिंसा से प्रभावित महिलाओं और बच्चों के लिए सुरक्षित आवास और समर्थन प्रदान किया जाता है, जिसमें मानसिक स्वास्थ्य सेवाएं, कानूनी सलाह और पुनर्वास योजनाएं शामिल होती हैं।
- **मादक द्रव्यों का सेवन (Substance Abuse):** नशे की लत से प्रभावित लोगों के लिए पुनर्वास केंद्र, जिसमें चिकित्सा, परामर्श, और व्यसन उपचार कार्यक्रम शामिल होते हैं।
- **आपराधिक व्यवहार (Criminal Behavior):** जिन व्यक्तियों ने अपराध किया है और जिन्हें पुनर्वास, शिक्षा और सामाजिक पुनरावास की आवश्यकता होती है। इसमें पुनर्वास केंद्र और युवा सुधार गृह शामिल हो सकते हैं।
- **मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं (Mental Health Issues):** मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं वाले लोगों के लिए विशेष आवासीय सुविधाएं, जो इलाज और देखभाल के लिए समर्पित होती हैं।
- **विकलांगता और विशेष आवश्यकताएं (Disabilities and Special Needs):** शारीरिक और मानसिक विकलांगता वाले व्यक्तियों के लिए विशेष आवास और समर्थन, जिसमें सहायक उपकरण और विशेष देखभाल की सेवाएं शामिल होती हैं।

- **बीमारी और वृद्धावस्था (Illness and Aging):** वृद्ध व्यक्तियों और गंभीर बीमारियों से ग्रस्त लोगों के लिए दीर्घकालिक देखभाल और चिकित्सा सुविधाएं, जैसे कि वृद्धाश्रम और विशेष चिकित्सा देखभाल केंद्र।

2. सेवाएं और समर्थन:

- **की वर्कर्स (Key Workers):** ये वे पेशेवर होते हैं जो आवासीय देखभाल के दौरान क्लाइट्स की प्राथमिक देखभाल और समर्थन प्रदान करते हैं। वे परामर्श, चिकित्सा सहायता, और अन्य आवश्यक सेवाओं के लिए मार्गदर्शन करते हैं या क्लाइट्स को अन्य विशेषज्ञों के पास भेजते हैं।
- **पारिवारिक और सामाजिक समर्थन (Family and Social Support):** क्लाइट्स के परिवार और समुदाय के साथ संपर्क बनाए रखना, जिससे सामाजिक समर्थन और पुनरावास प्रक्रिया को मजबूत किया जा सके।
- **चिकित्सा और व्यक्तिगत देखभाल (Medical and Personal Care):** दैनिक जीवन की गतिविधियों में सहायता, चिकित्सा देखभाल, और व्यक्तिगत स्वच्छता सुनिश्चित करने के लिए नियमित देखभाल।
- **शिक्षा और प्रशिक्षण (Education and Training):** क्लाइट्स को कौशल विकास, शिक्षा, और रोजगार के अवसर प्रदान करने के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रम।

इनके लिए विशेष चुनौती होती है विभिन्न एजेंसियों और सेवाओं के साथ समन्वय बनाए रखना, जैसे कि सामाजिक सेवाएं, चिकित्सा सेवाएं, और कानूनी सेवाएं। उन क्लाइट्स के लिए संवेदनशील और सांस्कृतिक रूप से अनुकूल देखभाल प्रदान करना, जिनके अनुभव और पृष्ठभूमि विविध हो सकते हैं। तथा लंबे समय तक देखभाल की आवश्यकता वाले क्लाइट्स के लिए स्थिरता और निरंतरता सुनिश्चित करना।

आवासीय देखभाल परियोजनाओं का उद्देश्य ऐसे लोगों को एक सुरक्षित और सहायक वातावरण प्रदान करना है, जहाँ वे अपनी समस्याओं और चुनौतियों का सामना कर सकें और अपनी जिंदगी में सुधार कर सकें। ये परियोजनाएं व्यापक सेवाओं और समर्थन के माध्यम से क्लाइट्स की समग्र भलाई और पुनर्वास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं।

8.3.4 शिक्षा (Education)

स्कूल, उच्च शिक्षा और विशेष शैक्षिक परियोजनाओं में परामर्श और थेरेपी के रूप को देखा जाता है। कुछ स्कूल विशेष काउंसलिंग सेवाएं प्रदान करते हैं, जबकि अन्य स्थानों में शैक्षिक मनोवैज्ञानिक, व्यवहार समर्थन कार्यकर्ता, मेंटर्स और शिक्षक थेरेपी प्रदान करते हैं। कॉलेज और विश्वविद्यालय भी छात्रों के लिए परामर्श प्रदान करते हैं।

स्कूल:

- **काउंसलिंग सेवाएँ:** कुछ स्कूलों में विशेष काउंसलिंग सेवाएँ उपलब्ध होती हैं, जो छात्रों के व्यक्तिगत और शैक्षिक मुद्दों से निपटने में मदद करती हैं। ये सेवाएँ मानसिक स्वास्थ्य, शैक्षिक समस्याओं, सामाजिक चुनौतियों, और व्यक्तिगत विकास पर ध्यान केंद्रित करती हैं।
- **शैक्षिक मनोवैज्ञानिक:** शैक्षिक मनोवैज्ञानिक विद्यार्थियों की मानसिक और शैक्षिक आवश्यकताओं को समझने में मदद करते हैं और उनका मूल्यांकन करते हैं। वे शैक्षिक प्रदर्शन को सुधारने के लिए रणनीतियाँ और योजनाएँ तैयार करते हैं।
- **मेंटर्स और शिक्षक:** शिक्षक और मेंटर्स व्यक्तिगत सलाह और सहायता प्रदान करते हैं, शैक्षिक प्रगति को ट्रैक करते हैं और छात्रों की व्यक्तिगत समस्याओं पर ध्यान देते हैं।

2. उच्च शिक्षा:

- **काउंसलिंग सेवाएँ:** कॉलेज और विश्वविद्यालय में भी काउंसलिंग सेवाएँ प्रदान की जाती हैं। ये सेवाएँ शैक्षिक दबाव, करियर मार्गदर्शन, व्यक्तिगत मुद्दों, और मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से निपटने में मदद करती हैं।
- **करियर काउंसलिंग सेल :** आजकल कॉलेजों में छात्रों को ट्रांसिशन, करियर चयन, प्लेसमेंट, जॉब सम्बन्धी और जीवन की जटिलताओं से निपटने में मदद करने के लिए विशेष सहायता और मनोवैज्ञानिक परीक्षण जैसे संसाधन के द्वारा मार्गदर्शन दिए जाते हैं।

3. विशेष शैक्षिक परियोजनाएँ:

- **विशेष जरूरतों वाले छात्रों के लिए सेवाएँ:** विशेष शैक्षिक परियोजनाएँ और कार्यक्रम उन छात्रों के लिए होते हैं जिनके पास शैक्षिक या व्यक्तिगत विशेष आवश्यकताएँ होती हैं। ये कार्यक्रम व्यक्तिगत और शैक्षिक समर्थन प्रदान करते हैं, जैसे विशेष शिक्षा और मनोवैज्ञानिक परामर्श।

8.3.5 कार्यस्थल (The Workplace)

आजकल, कार्यस्थल पर परामर्श एक सामान्य सेवा बन गई है, जिसे मानव संसाधन विभाग या कर्मचारी सहायता कार्यक्रमों (Employee Assistance Programs) के माध्यम से प्रदान किया जाता है। इसके माध्यम से कर्मचारियों को कार्यस्थल पर उत्पन्न होने वाली समस्याओं, जैसे मादक द्रव्यों का सेवन, कार्यस्थल में तनाव, और अन्य मुद्दों पर सहायता प्रदान की जाती है।

कार्यस्थल पर काउंसलिंग के रूप :

मानव संसाधन विभाग (HR Department): कई कंपनियों में मानव संसाधन विभाग कर्मचारियों के मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण को बनाए रखने के लिए काउंसलिंग सेवाएँ प्रदान

करता है। ये सेवाएँ तनाव प्रबंधन, कार्य-जीवन संतुलन, और अन्य पेशेवर मुद्दों से निपटने में मदद करती हैं।

कर्मचारी सहायता कार्यक्रम (Employee Assistance Programs - EAPs): EAPs एक प्रकार की सेवाएँ हैं जो कर्मचारियों को व्यक्तिगत और पेशेवर समस्याओं को सुलझाने में मदद करती हैं। ये कार्यक्रम मानसिक स्वास्थ्य परामर्श, कानूनी सलाह, और वित्तीय सलाह जैसे विविध सेवाएँ प्रदान करते हैं।

कार्यस्थल में तनाव (Workplace Stress): तनाव प्रबंधन और मानसिक स्वास्थ्य सेवाएँ प्रदान की जाती हैं ताकि कर्मचारियों को तनावपूर्ण परिस्थितियों में समर्थन प्राप्त हो सके और उनकी कार्यक्षमता बनी रहे।

अन्य मुद्दे (Other Issues): कार्यस्थल पर उत्पन्न होने वाली अन्य समस्याएँ जैसे कि सहकर्मियों के साथ विवाद, जेंडर इशू, जैसी समस्याएँ, और कार्यस्थल की चुनौतियों से निपटने के लिए विभिन्न परामर्श सेवाएँ उपलब्ध होती हैं।

8.3.6 प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल (Primary Health Care)

काउंसलर और मनोचिकित्सक अस्पतालों में भी विशिष्ट भूमिकाओं में काम कर रहे हैं, जैसे सड़क दुर्घटनाओं के बाद परामर्श प्रदान करना, प्रसूति में, महिला सेल में, जेल में परामर्श देना, आदि।

1. अस्पतालों में काउंसलिंग:

- **सड़क दुर्घटनाओं के बाद परामर्श (Post-Accident Counseling):** अस्पतालों में सड़क दुर्घटनाओं के बाद पीड़ितों को परामर्श प्रदान किया जाता है। यह परामर्श शारीरिक और मानसिक आघात को समझने और निपटने में मदद करता है।
- **प्रसूति में काउंसलिंग (Obstetric Counseling):** प्रसव के दौरान और बाद में महिलाओं को मानसिक और शारीरिक समर्थन प्रदान करने के लिए काउंसलिंग सेवाएँ उपलब्ध होती हैं।

2. महिला सेल में परामर्श देना:

महिला सेल में परामर्श देना एक विशेष प्रकार की मानसिक स्वास्थ्य सेवा है, जिसका उद्देश्य महिला मुद्दों से पीड़ित जैसे घरेलू शोषण, दहेज उत्पीड़न, शारीरिक शोषण तथा जेल में बंद महिलाओं को भावनात्मक और मानसिक समर्थन प्रदान करना है। इस परामर्श का मुख्य फोकस उन समस्याओं पर होता है, जिनका सामना महिला करती हैं, जैसे कि अवसाद, चिंता, और सामाजिक अलगाव।

व्यक्तिगत परामर्श सत्र और समूह परामर्श सत्रों के माध्यम से अपनी भावनाओं को व्यक्त करने और समझने का मौका मिलता है। यह उन्हें आत्ममूल्य, आत्मविश्वास, और मानसिक संतुलन प्राप्त करने में मदद करता है।

3. जेल में परामर्श देना:

जेल में परामर्श देना विशेष रूप से उन कैदियों के लिए आवश्यक होता है जो अपनी आजादी की कमी और जेल के कठोर माहौल के कारण मानसिक तनाव का सामना कर रहे हैं। यह परामर्श उन्हें भावनात्मक समर्थन और मानसिक स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करता है, जिससे वे अपनी समस्याओं और कठिनाइयों का सामना कर सकें।

परामर्श सत्र में कैदियों के व्यक्तिगत मुद्दों पर ध्यान केंद्रित किया जाता है और उन्हें भावनात्मक समर्थन, आत्ममूल्य वृद्धि, और सामाजिक पुनर्निर्माण के लिए सहायता प्रदान की जाती है। जेल में परामर्श के दौरान, पेशेवरों को विशेष रूप से कैदियों की मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं और जेल के वातावरण की समझ के साथ प्रशिक्षित किया जाता है, जिससे कैदियों को प्रभावी और संवेदनशील समर्थन प्राप्त हो सके।

8.3.6 डिजिटल और ऑनलाइन परामर्श:

डिजिटल और ऑनलाइन परामर्श ने परामर्श सेवाओं के क्षेत्र में एक नई क्रांति ला दी है। इस नवीनतम युग में, विभिन्न डिजिटल माध्यमों के उपयोग से परामर्शदाता और क्लाइंट्स एक दूसरे से जुड़ सकते हैं। यहाँ पर विभिन्न प्रकार के डिजिटल और ऑनलाइन परामर्श प्लेटफॉर्म और उनके उदाहरण विस्तार से प्रस्तुत किए जा रहे हैं:

ऑनलाइन परामर्श प्लेटफॉर्म:

टेलीथेरेपी प्लेटफॉर्म (जैसे BetterHelp, Talkspace): ये प्लेटफॉर्म पेशेवर परामर्शदाताओं के साथ एक सुरक्षित और गोपनीय डिजिटल संपर्क प्रदान करते हैं। क्लाइंट्स यहां वीडियो कॉल, टेक्स्ट चैट, और ऑडियो कॉल के माध्यम से परामर्श प्राप्त कर सकते हैं। ये प्लेटफॉर्म विशेष रूप से उन लोगों के लिए उपयोगी हैं जो शारीरिक रूप से परामर्श केंद्रों तक नहीं पहुँच सकते या समय की कमी के कारण व्यक्तिगत रूप से परामर्श नहीं ले सकते।

वीडियो कॉल: जूम, गूगल मीट, व्हाट्सएप्प कॉल आदि सामान्य वीडियो कॉलिंग एप्लिकेशन भी परामर्श के लिए उपयोग किए जा रहे हैं। इन प्लेटफॉर्म पर वीडियो सेशन के दौरान परामर्शदाता और क्लाइंट आपसी संवाद कर सकते हैं, जो परामर्श सत्र को अधिक व्यक्तिगत और प्रभावी बनाता है। ये विशेष रूप से उपयोगी होते हैं जब व्यक्ति घर से बाहर नहीं जा सकते या किसी कारणवश व्यक्तिगत बैठक संभव नहीं है।

चैटबॉट्स: Woebot, Wysa जैसे ये एआई आधारित चैटबॉट्स मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित सवालों के जवाब देने और सहायक सुझाव देने में सक्षम हैं। वे 24/7 उपलब्ध रहते हैं और उपयोगकर्ताओं को तत्काल सहायता प्रदान कर सकते हैं। इनके द्वारा व्यक्ति अपने दिल की बात शेयर कर पाते हैं जो उन्हें लगता है वे किसी इंसान से शेयर नहीं कर पा रहे हैं। चैटबॉट्स उन लोगों के लिए सहायक हो सकते हैं जो तत्काल मदद चाहते हैं लेकिन किसी विशेष समय पर परामर्शदाता से संपर्क नहीं कर सकते।

मोबाइल ऐप्स: Headspace, Calm जैसे ऐप्स ध्यान, तनाव प्रबंधन, और मानसिक कल्याण में मदद करने के लिए डिज़ाइन किए गए हैं। ये ऐप्स उपयोगकर्ताओं को मानसिक स्वास्थ्य में सुधार लाने के लिए दैनिक अभ्यास, ध्यान और विश्राम तकनीकें प्रदान करते हैं। यह ऐप्स लोगों को मानसिक स्वास्थ्य की निगरानी और प्रबंधन के लिए एक सुविधाजनक और सुलभ तरीका प्रदान करते हैं।

ईमेल परामर्श: ईमेल परामर्श का भी क्षेत्र उभर रहा है जहां, क्लाइंट्स परामर्शदाता को अपनी समस्याएं और सवाल ईमेल के माध्यम से भेज सकते हैं और विस्तृत उत्तर प्राप्त कर सकते हैं। यह उन लोगों के लिए उपयोगी हो सकता है जो गोपनीयता की चिंता के साथ-साथ तत्काल उत्तर की अपेक्षा नहीं करते हैं।

डिजिटल और ऑनलाइन परामर्श की इन विविध विधियों ने परामर्श सेवाओं को अधिक सुलभ, लचीला, और उपयोगकर्ता-अनुकूल बना दिया है। ये तरीके न केवल भौगोलिक और समय की बाधाओं को समाप्त करते हैं, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की पहुंच को भी व्यापक बनाते हैं।

8.4 परामर्श के क्षेत्र में उभरते रुझान का महत्व

परामर्श के क्षेत्र में उभरते रुझानों का महत्व कई कारणों से अत्यधिक महत्वपूर्ण है।

1. **तकनीकी प्रगति:** जैसे-जैसे तकनीक में प्रगति हो रही है, परामर्श सेवाएं अधिक सुलभ और प्रभावी हो रही हैं। ऑनलाइन परामर्श और टेलीथेरेपी के माध्यम से, मानसिक स्वास्थ्य सेवाएं उन लोगों तक भी पहुंच रही हैं जो पारंपरिक रूप से इन सेवाओं तक नहीं पहुंच सकते थे, जैसे कि ग्रामीण या दूरस्थ क्षेत्रों में रहने वाले लोग।
2. **व्यक्तिगत अनुकूलन:** उभरते रुझानों में मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण, व्यक्तिगत जरूरतों के अनुसार अनुकूलित उपचार योजनाएं, और सांस्कृतिक संवेदनशीलता जैसे पहलुओं पर जोर दिया जा रहा है। यह व्यक्तिगत स्तर पर मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का बेहतर समाधान सुनिश्चित करता है।
3. **सामाजिक स्वीकार्यता:** उभरते रुझान मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े सामाजिक कलंक को कम करने में सहायक हैं। जैसे-जैसे समाज में मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता बढ़ रही है, वैसे-वैसे मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं का उपयोग करने वालों की संख्या भी बढ़ रही है।
4. **आवश्यक सेवाओं की पहुंच:** स्वैच्छिक एजेंसियां, आवासीय देखभाल, और कार्यस्थल पर परामर्श जैसी सेवाएं समाज के विभिन्न वर्गों को लक्षित करती हैं, जिससे अधिक समावेशी और प्रभावी सेवाओं का प्रावधान संभव हो पा रहा है। इससे जरूरतमंद लोगों तक आवश्यक सेवाओं की पहुंच सुनिश्चित हो रही है।
5. **नवाचार और अनुसंधान:** परामर्श के क्षेत्र में नए रुझान और तकनीकें न केवल उपचार की गुणवत्ता को बढ़ा रही हैं, बल्कि अनुसंधान के नए आयाम भी खोल रही हैं। यह मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं में निरंतर सुधार और विकास को प्रोत्साहित करता है।

6. **व्यावसायिक विकास:** परामर्शदाताओं के लिए उभरते रुझान महत्वपूर्ण हैं क्योंकि यह उन्हें नए कौशल और दक्षताओं को विकसित करने का अवसर प्रदान करते हैं। इससे न केवल उनकी पेशेवर क्षमता में वृद्धि होती है, बल्कि उनकी सेवाओं की मांग भी बढ़ती है।
7. **मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं का विस्तार:** उभरते रुझानों के माध्यम से, मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं का विस्तार हो रहा है और यह विभिन्न प्रकार के मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों को कवर कर रहा है, जो पहले पारंपरिक सेवाओं में शामिल नहीं होते थे।
8. **सामाजिक और सांस्कृतिक बदलावों के साथ तालमेल:** परामर्श के क्षेत्र में उभरते रुझान समाज में हो रहे सामाजिक और सांस्कृतिक बदलावों के साथ तालमेल बनाए रखने में मदद करते हैं। इससे सेवाओं की प्रासंगिकता और प्रभावशीलता बढ़ती है।

8.5 सारांश

परामर्श (काउंसलिंग) के क्षेत्र में उभरते हुए रुझान तेजी से विकसित हो रहे हैं, जो मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण के प्रति बढ़ती जागरूकता को दर्शाते हैं। इस क्षेत्र में नई तकनीकों और दृष्टिकोणों का समावेश हो रहा है, जो इसे और अधिक प्रभावी बना रहे हैं। डिजिटल काउंसलिंग, सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील दृष्टिकोण, और समग्र स्वास्थ्य पर ध्यान केंद्रित करने जैसे नवाचार परामर्श को अधिक व्यापक और सुलभ बना रहे हैं। इसके अलावा, मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण, स्वैच्छिक एजेंसियों की भूमिका, आवासीय देखभाल, शिक्षा, कार्यस्थल, और प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल में परामर्श सेवाओं का विस्तार समाज के विभिन्न क्षेत्रों में मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की पहुंच को और बढ़ा रहा है।

ऑनलाइन परामर्श सेवाएं, विशेष रूप से, मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुंच को पहले से कहीं अधिक सरल और सुलभ बना रही हैं। ये सेवाएं न केवल सामाजिक कलंक को कम करती हैं, बल्कि ग्रामीण और दूरस्थ क्षेत्रों में रहने वाले लोगों को भी मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ उठाने का अवसर प्रदान करती हैं। मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण से मानसिक, शारीरिक और सामाजिक स्वास्थ्य के सभी पहलुओं पर समग्र ध्यान दिया जाता है, जबकि स्वैच्छिक एजेंसियां और आवासीय देखभाल जैसी सेवाएं उन लोगों को व्यापक समर्थन और देखभाल प्रदान करती हैं जिन्हें अधिक विशेष ध्यान की आवश्यकता होती है। कार्यस्थल और शिक्षा के क्षेत्र में भी परामर्श सेवाओं की बढ़ती मांग इस बात का प्रमाण है कि मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण को आज समाज में अत्यधिक महत्व दिया जा रहा है।

8.6 शब्दावली

मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण: मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के लिए विभिन्न विशेषज्ञताओं जैसे मनोविज्ञान, समाजशास्त्र, और चिकित्सा का समन्वित उपयोग।

आवासीय देखभाल (Residential care): मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से पीड़ित व्यक्तियों के लिए विशेष आवासीय सुविधाओं में दी जाने वाली दीर्घकालिक देखभाल।

डिजिटल परामर्श: मानसिक स्वास्थ्य परामर्श सेवाओं का ऑनलाइन प्लेटफॉर्म या तकनीक के माध्यम से प्रदान किया जाना।

परिवार-व्यवसाय थेरेपी : परिवार को एक इकाई के रूप में समझना और परिवार के भीतर संबंधों को सुधारने पर काम करना।

बर्नआउट प्रबंधन (Burnout Management): परामर्शदाताओं और अन्य पेशेवरों के बीच कार्यस्थल तनाव और बर्नआउट को पहचानने और उसे प्रबंधित करने की तकनीकें।

सहानुभूति प्रशिक्षण (Empathy Training): परामर्शदाता द्वारा सहानुभूति विकसित करने और इसका प्रभावी ढंग से उपयोग करने का प्रशिक्षण।

8.7 स्वमूल्यांकन हेतु प्रश्न

1. मल्टी-डिसिप्लिनरी दृष्टिकोण के संदर्भ में कौन सी बात सही है? a) केवल मनोवैज्ञानिक द्वारा प्रदान किया गया उपचार
 - b) केवल मनोचिकित्सक द्वारा प्रदान किया गया उपचार
 - c) विभिन्न स्वास्थ्य पेशेवरों द्वारा एकीकृत और समग्र उपचार
 - d) केवल पोषण विशेषज्ञ द्वारा प्रदान किया गया उपचार
2. स्वैच्छिक एजेंसियों का मुख्य कार्य क्या है?
 - a) केवल सरकारी सेवाएं प्रदान करना
 - b) सामाजिक और मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान में सहायता करना
 - c) केवल कानूनी सेवाएं प्रदान करना
 - d) केवल आर्थिक सहायता प्रदान करना
3. ऑनलाइन परामर्श की प्रमुख विशेषता क्या है?
 - a) यह केवल शारीरिक रूप से उपस्थित व्यक्तियों के लिए उपलब्ध है
 - b) यह केवल ग्रामीण क्षेत्रों में उपलब्ध है
 - c) यह व्यक्ति को गोपनीय और लचीली सेवाएं प्रदान करता है
 - d) यह केवल कार्यालय समय में उपलब्ध है
4. शैक्षिक क्षेत्र में परामर्श का कौन सा रूप प्राथमिक है?
 - a) केवल मानसिक स्वास्थ्य के लिए
 - b) केवल शारीरिक स्वास्थ्य के लिए

- c) शैक्षिक समस्याओं, व्यक्तिगत विकास और मानसिक स्वास्थ्य के लिए
- d) केवल सामाजिक समस्याओं के लिए

उत्तर: 1-c, 2-b, 3-c, 4-c

8.8 सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- American Psychological Association. (2020). *The role of counseling in modern healthcare: An interdisciplinary approach*. Washington, DC: APA Publishing.
- Bennett, B., & Barrow, M. (2018). *Online counseling: Challenges and opportunities in a digital age*. *Journal of Counseling Psychology*, 65(3), 180-192. <https://doi.org/10.1037/cou0000292>
- Davis, M., & Roberts, R. (2019). *The rise of e-therapy: Implications for mental health practice*. *Journal of Mental Health Counseling*, 81(2), 123-138. <https://doi.org/10.17788/mehc.81.2.03>
- Jackson, A. & Johnson, P. (2017). *Multidisciplinary care in counseling: Integrating mental and physical health services*. *Health Psychology*, 36(8), 385-352. <https://doi.org/10.1037/hea0000856>
- Kessler, R. C., & Stafford, D. (2019). *Counseling in the age of digital health: Innovations and trends*. *Digital Health Journal*, 5(1), 23-31. <https://doi.org/10.1177/2055207619878771>
- Martin, P. R., & Scully, A. (2021). *Residential care and counseling: Addressing the needs of vulnerable populations*. *Journal of Community Psychology*, 49(6), 1720-1732. <https://doi.org/10.1002/jcop.22882>
- National Alliance on Mental Illness. (2020). *The impact of voluntary agencies on mental health care services*. NAMI Publishing. <https://www.nami.org>
- Smith, L., & Brown, K. (2018). *Counseling in primary health care: A focus on interdisciplinary collaboration*. *Journal of Integrated Care*, 26(3), 201-210. <https://doi.org/10.1108/JICA-01-2018-0001>
- Taylor, J., & Thompson, M. (2022). *Workplace counseling programs: Enhancing employee well-being and productivity*. *Journal of Occupational Health Psychology*, 27(2), 112-128. <https://doi.org/10.1037/ocp0000238>

-
- World Health Organization. (2021). *Guidelines on digital health interventions: Improving counseling and mental health services*. Geneva: WHO Press.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789280012507>
-

8.9 निबन्धात्मक प्रश्न

1. परामर्श के उभरते रुझानों पर विस्तार से चर्चा करें। इसके लाभ और चुनौतियों का उल्लेख करें।
2. स्वैच्छिक एजेंसियों की भूमिका और उनके कार्यों को विस्तार से समझाते हुए बताएं कि कैसे ये एजेंसियां सामाजिक और मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान में योगदान देती हैं।
3. ऑनलाइन परामर्श के उभरते रुझानों पर विस्तार से चर्चा करें। इसके लाभ, सीमाओं और भविष्य की संभावनाओं का विश्लेषण करें।

इकाई 9. परामर्श के प्रकार: व्यक्तिगत एवं सामूहिक परामर्श (Types of Counselling: Personal and Group Counselling)

इकाई संरचना

- 9.1 प्रस्तावना
- 9.2 उद्देश्य
- 9.3 व्यक्तिगत परामर्श अर्थ, उद्देश्य, चरण
- 9.4 व्यक्तिगत परामर्श के लाभ एवं सीमाएँ
- 9.5 समूह परामर्श अर्थ, अवधारणाएँ, उद्देश्य, चरण, अवस्थाएँ
- 9.6 समूह परामर्श के लाभ और सीमाएँ
- 9.7 सारांश
- 9.8 शब्दावली
- 9.9 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर
- 9.10 संदर्भ ग्रन्थ
- 9.11 निबंधात्मक प्रश्न

9.1 प्रस्तावना

अब तक आप परामर्श की अवधारणा को भली भाँति समझ चुके हैं। यह जान चुके हैं कि परामर्श की प्रक्रिया में परामर्शदाता द्वारा परामर्श सेवा प्रदान कर परामर्शी में आत्मसमझ के विकास, अन्तःदृष्टि के विकास व समायोजन की क्षमता के विकास में सहायता किया जाता है।

अब आपको यह समझना है कि सहायता प्रदान करने की यह प्रक्रिया दो विधियों द्वारा सम्पन्न की जाती है। प्रथम विधि में, परामर्शदाता केवल एक व्यक्ति को सहायता प्रदान करने के लिए परामर्श कार्य सम्पन्न करता है, इसे व्यक्तिगत परामर्श कहते हैं व द्वितीय विधि में, परामर्शदाता परामर्श की क्रिया को समूह में सम्पन्न करता है जिसे समूह परामर्श कहते हैं। वास्तव में परामर्श की क्रिया को सदैव से व्यक्ति या परामर्शी केन्द्रित माना जाता रहा है। परन्तु बदलते समय व परिस्थितियों के अनुसार परामर्श में भी नवीन तरीकों का प्रयोग बढ़ा है इस क्रम में परामर्श के क्षेत्र में समूह परामर्श की अवधारणा का प्रयोग भी बढ़ चला है। अतः इस इकाई में आपको समूह परामर्श व व्यक्तिगत परामर्श को स्पष्ट रूप से समझाने का प्रयास कराया जाएगा। पुनः आपको यह समझना भी आवश्यक है कि परामर्श के लक्ष्यों को तभी प्राप्त किया जा सकता है जब परामर्श अच्छे व प्रभावशाली ढंग से सम्पन्न हो। अतः इस इकाई में आपको एक अच्छे

परामर्श की विशेषताओं से परिचित कराया जाएगा। इसके अतिरिक्त इस इकाई में समायोजन के लिए परामर्श की आवश्यकता को भी समझाने का प्रयास भी किया जाएगा।

9.2 उद्देश्य:

इस इकाई के अध्ययन के बाद आप समूह परामर्श एवं व्यक्तिगत परामर्श के महत्त्व को समझा सकेंगे।

1. व्यक्तिगत परामर्श की अवधारणा, आवश्यकता एवं उद्देश्यों को व्यक्त कर सकेंगे।
2. समूह परामर्श की अवधारणाएँ, आवश्यकता एवं उद्देश्यों को व्यक्त कर सकेंगे।
3. व्यक्तिगत परामर्श व समूह परामर्श की तुलना कर सकेंगे।

9.3 व्यक्तिगत परामर्श: अर्थ, उद्देश्य व चरण

बहुत सारी परिस्थितियाँ ऐसी होती हैं जहाँ परामर्श व्यक्तिगत रूप में देना अधिक श्रेयस्कर है। व्यक्ति की कुछ समस्याएँ अत्यंत निजी होती हैं। इसके समाधान के लिए उसे व्यक्तिगत परामर्श की आवश्यकता होती है। जैसे- शारीरिक स्वास्थ्य रोग (संबंधी) की समस्याएँ, मानसिक एवं सांवेगिक समस्याएँ (चिंता, अवसाद, क्रोध आदि संबंधी), घरेलु समस्याएँ (घरेलु हिंसा, पति-पत्नी के बीच मतभेद) वैवाहिक व पूर्व वैवाहिक समस्याएँ, आर्थिक व व्यावसायिक समस्याएँ, शिक्षा संबंधी समस्याएँ (विषय चयन, समायोजन आदि से संबंधी समस्याएँ) आदि।

व्यक्तिगत परामर्श का अर्थ

व्यक्तिगत परामर्श वह प्रक्रिया है जिसमें परामर्शदाता परामर्शी के साथ आमने-सामने बैठकर अधिक सक्रिय, प्रत्यक्ष, वैयक्तिक व फोकस होकर परामर्शी में स्वयं को पहचानने व स्वयं को समझने की शक्ति व समायोजन करने की क्षमता के विकास में सहायता प्रदान करता है।

यह एक परस्पर साझी प्रक्रिया है जिसमें परामर्शदाता व इच्छित परामर्शी के बीच अनूठा व गोपनीय सहायतार्थ संबंध का विकास होता है। व्यक्तिगत परामर्श की प्रक्रिया में परामर्श की शुरूआत परामर्शदाता सहायता की ईच्छा रखने वाले परामर्शी की समस्याओं को समझने व उन समस्याओं का परामर्शी के जीवन पर पड़ने वाले भावी प्रभावों को पहचानने से करता है। तत्पश्चात् परामर्शदाता व परामर्शी मिलकर लक्ष्यों को निर्धारित करते हैं तथा लक्ष्यों को प्राप्त करने की दिशा में कार्य प्रारम्भ करते हैं। इस क्रम में परामर्शदाता प्रयासरत रहता है कि परामर्शी में अंतःदृष्टि का विकास हो और वह अपनी समस्या का समाधान स्वयं बहतर ढंग से कर सके। परामर्श सत्र समाप्त होने के कुछ समय पश्चात् परामर्शदाता अनुगमन द्वारा परामर्श की सफलता व असफलता की भी जाँच करता है।

व्यक्तिगत परामर्श के उद्देश्य

- i. व्यक्ति में आत्म समझ का विकास करना।
- ii. व्यक्ति में समायोजन की योग्यता का विकास करना।
- iii. व्यक्तिगत जीवन से संबंधित समस्याओं के सन्दर्भ में निर्णय लेने की क्षमता का विकास करना।
- iv. व्यक्ति को अपने अंतःद्वन्दों व नकारात्मक भावनाओं पर विजय प्राप्त करने हेतु तैयार करना।
- v. व्यक्ति में सकारात्मक मनोवृत्ति का विकास करना।
- vi. व्यक्ति में समाजिक, सांवेगिक व आध्यात्मिक लब्धि का विकास करना।

व्यक्तिगत परामर्श के चरण

1. परामर्शदाता सौहार्दपूर्ण वातावरण का निर्माण करता है, जिसमें परामर्शी अपने विचारों को खुलकर अभिव्यक्त करता है।
2. परामर्शदाता समस्याजन्य दशाओं को परिभाषित करता है।
3. परामर्शी को अपने विचारों व भावनाओं की अभिव्यक्ति हेतु स्वतंत्रता प्रदान करता है।
4. परामर्शदाता परामर्शी के सकारात्मक व नकारात्मक भावों का वर्गीकरण करता है।
5. परामर्शदाता तकनीकों की सहायता से आँकड़ों का संग्रहण करता है।
6. आँकड़ों के संग्रहण के पश्चात् परामर्शदाता संबंधित समस्याओं का अध्ययन एवं मूल्यांकन करता है।
7. अध्ययन एवं मूल्यांकन के उपरान्त वास्तविक समस्या के समाधान की दिशा में व्यक्ति को परामर्श प्रदान करता है।
8. परामर्शी में अन्तःदृष्टि का विकास होता है।
9. परामर्शदाता अनुगमन का कार्य करता है।

9.4 व्यक्तिगत परामर्श के लाभ एवं सीमाएँ

लाभ-

1. इसमें परामर्शदाता को सिर्फ एक परामर्शी को सहायता देनी होती है अतः परामर्शी, अधिक सरोकार व अवधान प्राप्त करता है।
2. परामर्शदाता को सूचना एकत्रित करने में आसानी होता है तथा वह अधिक प्रभावी ढंग से परामर्शी को सहायता प्रदान करता है।
3. निजी व अधिक संवेदनशील समस्याओं का समाधान हो पाता है।
4. परामर्शी के विचारों एवं व्यवहारों को परामर्शदाता अधिक बंहतर ढंग से समझ पाता है।
5. इसमें परामर्शी अपने पसंद के अनुसार अपनी जीवन में परिवर्तन लाने की शक्ति को प्राप्त कर पाता है।

6. इसमें परामर्शदाता को अनुगमन एक परामर्शी का करना होता है तो यह कार्य भी परामर्शदाता अधिक आसानी से व प्रभावपूर्ण ढंग से करता है।

सीमाएँ-

1. व्यक्तिगत परामर्श में परामर्शी बहुत सारे अधिगम अनुभवों को प्राप्त करने से वंचित रह जाता है जो वह समूह में वह बेहतर ढंग से करता है
2. इसमें परामर्शी में बहुत सारे सामाजिक कौशलों एवं मानवीय गुणों का विकास नहीं हो पाता है।
3. इसमें संसाधन, समय व शक्ति अधिक व्यय होता है
4. इसमें परामर्शी अंतर्व्यक्तिगत संबंधों को बेहतर ढंग से नहीं समझ पाते हैं।

9.5 समूह परामर्श अर्थ, अवधारणाएँ, उद्देश्य, चरण, अवस्थाएँ

समूह परामर्श का अर्थ

समूह परामर्श में एक छोटे समूह के सदस्य सम्मिलित होते हैं जो अपने विशिष्ट लक्ष्यों को लेकर एकत्रित होते हैं, आपस में अपनी समस्याओं को बाँटते हैं, तदनुभूति पूर्ण व्यवहार का अदान-प्रदान करते हैं। एक दूसरे को सहारा देते हैं और अपने व्यवहार के परिवर्तन हेतु व अंतर्व्यक्तिक समस्याओं के समाधान हेतु उपयोगी कौशलों के विकास करने में सहायता प्राप्त करते हैं।

इस प्रकार समूह परामर्श वह प्रक्रिया है जिसके अन्तर्गत व्यक्तियों का समूह परामर्शदाता के साथ मिलजुल कर वैयक्तिक और अंतर्व्यक्तिक समस्याओं को दूर करने की कला सीखते हैं। इस प्रक्रिया में कुछ परामर्शी अपनी समस्याओं की मिलजुल कर खोजबीन करते हैं और उनका विश्लेषण भी करते हैं जिससे समस्याओं को वे बेहतर तरीके से समझ सकें; समस्याओं का सामना करना सीख सकें और उपलब्ध विकल्पों में से सही विकल्प का चयन कर सकें और अंतिम निर्णय भी ले सकें। समूह परामर्श उपबोध्यों को एक-दूसरे के निकट लाने में सहायता प्रदान करता है और उन्हें संवेगात्मक सहयोग प्रदान करता है, ताकि वे अपने-आप को और अन्य व्यक्तियों को समझ सकें। जैसे-जैसे समूह संबंध सुदृढ़ बनते हैं, समान निर्देश के अंतर्गत सामूहिक उद्देश्यों की प्राप्ति पर आधारित भावना विकसित होती चली जाती है।

इस क्रम में **डिंकमायर एवं काल्डवेल** के विचार भी उल्लेखनीय हैं जो समूह परामर्श को छात्र के स्वाभाविक विकास की प्रक्रिया को तीव्र व प्रभावशाली बनाने का साधन मानते हैं। उनके अनुसार “यह प्रत्येक छात्र को ऐसी अन्तर्व्यक्तिक प्रक्रिया में सम्मिलित होने का अवसर देता है जिसके द्वारा वह अपने सम-समूह के साथ कार्य करते हुए, अपनी विकासात्मक समस्याओं से अधिक सामर्थ्य से समाधान हेतु तैयार होता है।”

समूह परामर्श की अवधारणाएँ

समूह परामर्श कुछ विशेष अवधारणाओं पर आधारित है-

1. व्यक्तियों में समूह के सदस्यों में परस्पर विश्वास रखने और उनके विश्वास को प्राप्त करने की आवश्यक प्रतिभा क्षमता होनी चाहिए।
2. सदस्यों का एक-दूसरे के साथ सरोकार होना चाहिए।
3. प्रत्येक व्यक्ति में यह स्वाभाविक क्षमता होनी चाहिए कि वह आत्म परिवर्तन का उत्तरदायित्व ले सके।
4. समूह के सदस्यों में समूह गतिशीलता को समझने व ग्रहण करने की योग्यता होनी चाहिए।
5. सदस्यों में समस्या के स्व-समाधान करने की योग्यता का विकास होना चाहिए।
6. समूह परामर्श में कुछ नैतिक मूल्यों का भी विशेष रूप से धन रखा जाना चाहिए। जैसे-

समूह परामर्श में अधिक गोपनीय व अत्यंत व्यक्तिगत समस्याओं को नहीं रखा जाना चाहिए। समूह में केवल उन्हीं समस्याओं पर विचार विमर्श होना चाहिए जो प्रकृति में कम संवेदनशील व सामाजिक रूप में स्वीकृति योग्य हों।

समूह के सदस्यों में नैतिक जिम्मेवारियां होनी चाहिए जैसे सदस्यों के प्रति ईमानदारी व सम्मानपूर्ण भावना, नियमितता, समयबद्धता, विचारों की स्पष्टता, दूसरों को पृष्ठपोषण देना, गोपनीयता को बनाए रखना आदि।

समूह का कोई सदस्य बिना पूर्व सूचना दिए व समूह छोड़ने का वैद्य कारण दिए बिना समूह नहीं छोड़ सकता है।

समूह परामर्श का उद्देश्य

समूह परामर्श की प्रक्रिया के कुछ महत्वपूर्ण उद्देश्य हैं जिनकी प्राप्ति हेतु परामर्शदाता प्रयासरत रहते हैं। ये उद्देश्य निम्नलिखित हैं-

1. व्यक्ति में सामूहिक निर्णय लेने की क्षमता का विकास करना।
2. आत्म निर्देशन द्वारा सीखने के अवसर प्रदान करना।
3. व्यक्ति में आवश्यकताओं एवं समस्याओं को पहचानने की शक्ति का विकास करना।
4. व्यक्ति को दूसरे व्यक्तियों एवं उनकी समस्याओं को समझने हेतु तैयार करना।
5. व्यक्ति में सामाजिक कौशलों का विकास करना।
6. संसाधनों के मितव्ययी एवं कुशलता पूर्वक उपयोग करने की क्षमता को प्रोत्साहित करना।
7. व्यक्ति में सहयोग व सद्भाव की भावना का विकास करना।
8. एक समय में एक साथ अधिक-से-अधिक छात्रों को लाभ पहुँचाना।
9. विद्यार्थियों के अनैतिक व्यवहारों, दृष्टियों एवं प्रवृत्तियों में परिष्करण कर उन्हें वांछनीय मान्यताओं एवं मानकों की ओर अग्रसरित करना।
10. व्यक्ति को सामाजिक समायोजन हेतु सहायता प्रदान करना।
11. व्यक्ति को शैक्षिक व व्यावसायिक चयन संबंधी निर्णय लेने में सहायता प्रदान करना।

12. व्यक्ति में आत्मविश्वास, विचारों को अभिव्यक्त करने व श्रवण की कला का विकास करना।
13. वैयक्तिक व अंतर्वैयक्तिक समस्याओं को सामूहिक प्रयास से दूर करने की क्षमता का विकास करना।

समूह परामर्श के चरण

समूह परामर्श की क्रिया को क्रमिक चरणों में सम्पन्न करने पर यह अधिक उपयोगी व सफल साबित होती है। ये चरण निम्नलिखित हैं-

- समय व स्थान का निर्धारण
 - सदस्यों को आपस में परिचित कराना
 - उद्देश्यों एवं लक्ष्यों का स्पष्टीकरण
 - परामर्शदाता द्वारा वार्तालाप के शीर्षक की प्रस्तावना
 - सदस्यों द्वारा अपने-अपने विचारों को रखना
 - विचार-विमर्ष करना
 - निष्कर्ष
 - अगली सभा के संबंध में निर्णय
1. समय व स्थान का निर्धारण-इस चरण में परामर्शदाता परामर्श हेतु समय व स्थान का निर्धारण करता है और सभी सदस्यों को इसकी सूचना प्रदान करता है।
 2. सदस्यों का परिचय- इस चरण में परामर्शदाता मुख्य रूप से दो कार्य करता है-
 - सभी सदस्यों का स्वागत करना
 - सभी सदस्यों का परिचय करवाना
 - उद्देश्यों एवं लक्ष्यों का स्पष्टीकरण-
 3. इस चरण में परामर्शदाता परामर्श के उद्देश्यों एवं लक्ष्यों के संबंध में सभी सदस्यों से स्पष्ट रूप से बातचीत करता है।
 4. वार्तालाप के शीर्षक की प्रस्तावना-इस चरण में परामर्शदाता वार्तालाप के शीर्षक की प्रस्तावना देता है।
 5. समूह सहभागिता- इस चरण में सदस्यगण अपने-अपने विचारों का आदान-प्रदान करते हैं। सभी सदस्यों के सक्रिय सहभागिता हेतु समूह का आकार अपेक्षाकृत छोटा होना चाहिए। लगभग छह से दस सदस्यों को ही किसी एक समूह में शामिल करना चाहिए। बड़े समूहों को नियंत्रित करना कठिन होता है।
 6. विचार-विमर्ष- इस चरण में समूह के सभी सदस्यों को अपनी-अपनी शंकाओं के निवारण हेतु संबंधित विषय पर वाद-विवाद कराया जाता है तथा यह अवसर प्रदान कराया जाता है कि वे अपने संदेहों को दूर करें।

7. निष्कर्ष-अंत में अपबोधक बातचीत का सारांशीकरण करता है एवं संभावित नतीजे पर पहुँचता है। यह निष्कर्ष अगले बातचीत (आवश्यकता महसूस किए जाने पर) के लिए आधार का काम करता है।
8. अगले सभा के संबंध में निर्णय- इस चरण में समूह परामर्श हेतु अगले मुलाकात के संबंध में निर्णय लिया जाता है तथा इसके लिए समय एवं स्थान का भी चयन कर लिया जाता है।

समूह परामर्श की अवस्थाएँ

समूह परामर्श प्रक्रिया को विभिन्न अवस्थाओं में विभाजित किया जा सकता है। ये अवस्थाएँ हैं:

निर्माण की अवस्था- इस अवस्था में निम्नलिखित कार्य सम्पन्न किए जाते हैं-

- सूचना, विज्ञापन व पोस्टर आदि का प्रयोग कर व्यक्तियों को समूह के बारे में जागरूक बनाना व सदस्य बनने हेतु तैयार करना।
- परामर्शदाता द्वारा उपयुक्त समूह का चयन करना
- समूह के सदस्यों को एक दूसरे से परिचित करवाना
- समूह क्रियाशीलता के उद्देश्यों एवं लक्ष्यों का स्पष्टीकरण करना
- क्रियाशीलता हेतु समय सारणी की रूपरेखा तैयार करना व स्थान तय करना

प्रारंभिक अन्वेषण अवस्था- इस अवस्था में परामर्शदाता समूह के सदस्यों को जो अभी तक एक दूसरे से अपरिचित होते हैं, आपस में खुलकर घुलने-मिलने के लिए तैयार करने हेतु अनुकूल वातावरण का निर्माण करता है। परामर्शदाता अपनी भूमिका की व्याख्या के साथ-साथ समूह के सदस्यों की भूमिका का वर्णन करता है। सौहार्दपूर्ण वातावरण का निर्माण कर व सदस्यों के विश्वास को जीतकर उन्हें खुलकर अभिव्यक्त करने हेतु प्रेरित करता है। सदस्यों के अपेक्षाओं के बारे में पता लगाता है।

अवस्थान अवस्था- इस अवस्था को अपेक्षाकृत कठिन माना जाता है। इस अवस्था में परामर्शी समूह के प्रति व परामर्शदाता के प्रति अपने नकारात्मक सोचों व प्रवृत्तियों का खुलकर प्रदर्शन करते हैं। ऐसी अवस्था में परामर्शदाता अपने परामर्श कौशल का परिचय देते हुए बुद्धिमतापूर्ण ढंग से सदस्यों को अपने द्वंद्वों का समाधान करने हेतु प्रेरित करता है।

कार्यकारी अवस्था- इस अवस्था में सदस्य समूह से घनिष्ठ रूप से जुड़ जाते हैं। दूसरे सदस्यों की समस्याओं के प्रति अधिक जागरूक हो जाते हैं। इस अवस्था में समूह उत्पादक रूप धारण कर लेता है और महत्वपूर्ण समस्याओं के गूढ़ अध्ययन के प्रति वचनबद्ध हो जाता है और समूह में होने वाली अंतःपरिवर्तनों पर पूरा ध्यान देता है। इस अवस्था में सदस्य परामर्शदाता पर कम निर्भर करते हैं और विशिष्ट व्यक्तिगत लक्ष्यों व समूह लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए ध्यान केंद्रित करना शुरू कर देते हैं। समूह व सदस्य एक दूसरे से आसानी से

तर्क-वितर्क कर सकते हैं और चुनौतियों को बदलाव लाने के ठोस साधनों के रूप में स्वीकार करना पसंद करते हैं।

समेकन और समाप्ति की अवस्था- यह अवस्था सारांशीकरण व समूह अनुभवों के समन्वयीकरण का होता है। इस अवस्था में सदस्यगण अपने-अपने अनुभवों को आपस में बाँटते हैं। समूह परामर्श के द्वारा प्राप्त अधिगम व स्वयं में विकसित अंतःदृष्टि के बारे में दूसरों को सूचना प्रदान करते हैं। साथ ही इनका प्रयोग वे अपने व्यावहारिक जीवन में किस प्रकार करेंगे, इनकी जानकारी प्रदान करते हैं। सदस्य समूह परामर्श के दौरान प्राप्त अनुभव व अधिगम का प्रयोग अपने-अपने क्षेत्रों में कार्य, करने के अवधारणात्मक रूपरेखा को विकसित करने में किस प्रकार करेंगे, इसके लिए परामर्शदाता उन्हें सहायता प्रदान करता है।

अनुगमन सत्र- परामर्श सत्र के समाप्त होने के कुछ समय पश्चात् परामर्शदाता उपबोध्यों का अनुगमन कर यह जाँच करने का प्रयास करता है कि उपबोध्यों के व्यवहार में वांछनीय परिवर्तन हुआ है या नहीं अर्थात् परामर्श प्रदान करने में उसे सफलता प्राप्त हुई है या नहीं।

9.6 समूह परामर्श के लाभ और सीमाएँ

लाभ

- यह विविध रूपों से कम खर्चीला है क्योंकि समूह परामर्श के अन्तर्गत एक साथ व्यक्तियों की बड़ी संख्या को परामर्शदाता द्वारा लाभान्वित किया जा सकता है। इससे समय की भी बचत होती है।
- इससे व्यक्तियों को अपनी अभिवृत्तियों, आदतों तथा निर्णयन को समाजीकृत करने में सहायता मिलती है।
- इसमें दूसरे सदस्यों के साथ अधिगम व अनुभव को बाँटने हेतु स्वस्थ वातावरण प्राप्त होता है जिससे कि छात्रों में आत्मविश्वास बढ़ता है।
- समूह परामर्श में व्यक्ति को हर कार्य एवं व्यवहार को ऐसे सीखने की प्रेरणा मिलती है जैसे वह वास्तविक जीवन में कोई कार्य कर रहा है।
- इसमें अच्छे मानवीय संबंध स्थापित करने व सामूहिक निर्णय लेने की भावना का विकास होता है।

सीमाएँ

- समूह परामर्श में अत्यंत व्यक्तिगत और निजी समस्याओं को उजागर नहीं किया जा सकता है।
- समूह परामर्श के दौरान स्थिति को नियंत्रित करना परामर्शदाता के लिए कठिन कार्य है।
- इसमें सदस्यों के अवधान को प्राप्त करने हेतु सृजनात्मक तकनीकों का उपयोग नहीं किया जाता है।

- iv. समूह परामर्श सभी के लिए उपयुक्त नहीं है। कुछ व्यक्ति समूह में भय महसूस करते हैं व कुछ व्यक्तियों में सहनशक्ति का स्तर अत्यंत निम्न होता है और वे समूह की मांगों के अनुरूप व्यवहार बदलने में सक्षम नहीं होते।

कुछ बिन्दुओं को नजरअंदाज कर दिया जाए तो समूह परामर्श वास्तव में अधिगम अनुभव प्राप्त करने का प्रभावशाली रूप है जो व्यक्तियों कोई महत्वपूर्ण मानवीय गुणों का विकास करता है। इसमें सदस्य अपने अनुभवों को बाँटते हैं व दूसरों से सीख सकते हैं। व्यक्ति यह जान पाता है कि बहुत सारे लोग हैं जो समान समस्याओं का सामना कर रहे हैं, वह ही अकेला संघर्ष नहीं कर रहा है। समूह परामर्श विशेषकर विद्यालय एवं महाविद्यालय के वातावरण में अधिक सफलतापूर्वक सम्पन्न किया जा सकता है जहाँ छात्र समूह में सीखने में सहजता व आनंद की अनुभूति करते हैं।

अभ्यास प्रश्न

1. समूह परामर्श से क्या अभिप्राय है?
2. समूह परामर्श प्रक्रिया के कौन-कौन से चरण हैं?
3. समूह परामर्श के दो लाभ बताइए?
4. व्यक्तिगत परामर्श के क्या-क्या उद्देश्य हैं?
5. व्यक्तिगत परामर्श व समूह परामर्श के मध्य दो अंतर बताइए?
6. समूह परामर्श में कौन-कौन से दो नैतिक मूल्यों का ध्यान रखा जाना चाहिए?
7. समूह परामर्श की सीमाएँ कौन सी हैं।
8. परामर्श केवल एकैकी स्थिति में ही दिया जा सकता है।(सत्य/असत्य)
9. समूह परामर्श में परामर्शी की सहायतार्थ व्यावसायिक विशेषज्ञों का समूह होता है।(सत्य/असत्य)
10. समूह परामर्श मदिरापान करने वालों के लिए उपयुक्त है। (सत्य/असत्य)
11. समूह परामर्श में समूह के सदस्य एक दूसरे के प्रति सरोकार नहीं रखते हैं।(सत्य/असत्य)
12. व्यक्तिगत परामर्श में एक परामर्शी परामर्शदाता के साथ आमने-सामने बैठकर परामर्श प्राप्त करता है।(सत्य/असत्य)
13. व्यक्तिगत परामर्श में धन व समय की बचत होती है। (सत्य/असत्य)

9.7 सारांश

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप यह जान चुके हैं कि समूह परामर्श व व्यक्तिगत परामर्श की दो महत्वपूर्ण विधियाँ हैं। परामर्श को सदैव से 'परामर्शी केन्द्रित' प्रक्रिया माना जाता रहा है। व्यक्तिगत परामर्श इसी अवधारणा पर आधारित है। इसमें परामर्शी परामर्शदाता के सामने बैठकर अधिक सक्रिय होकर अपने व्यक्तिगत जीवन से संबंधित निजी समस्याओं के समाधान हेतु सहायता प्राप्त करता है। समूह परामर्श एक नवीन अवधारणा है, जिसमें व्यक्तियों का समूह परामर्शदाता के साथ मिलकर अंतर्वैयक्तिक समस्याओं को दूर करने की कला सीखते हैं। व्यक्तिगत परामर्श व समूह परामर्श के

अपने-अपने लाभ व सीमाएँ हैं। दोनों में कुछ समानताएँ व कुछ विभिन्नताएँ हैं। वास्तव में कुछ परिस्थितियों में समूह परामर्श अधिक प्रभावशाली होता है, वहीं कुछ परिस्थितियों में व्यक्तिगत परामर्श अधिक उपयोगी माना जाता है।

9.8 शब्दावली

- 8 **समूह परामर्श** : परामर्श की वह विधि जिसमें व्यक्तियों का एक छोटा समूह परामर्शदाता के साथ मिलकर समस्या का समाधान करना सीखता है, समूह परामर्श कहते हैं।
- 9 **समूह गतिकी**: समूह के सदस्यों के द्वारा परस्पर एक दूसरे से अन्तःक्रिया के फलस्वरूप उनके व्यवहार में होने वाले परिवर्तन को समूह गतिकी कहते हैं।
- 10 **व्यक्तिगत उबोधन**: परामर्श की वह विधि जिसमें परामर्शदाता केवल एक परामर्शी को परामर्श प्रदान करता है, व्यक्तिगत परामर्श कहते हैं।
- 11 **समूह परामर्श** : परामर्श की वह विधि जिसमें व्यक्तियों का एक छोटा समूह परामर्शदाता के साथ मिलकर समस्या का समाधान करना सीखता है, समूह परामर्श कहते हैं।

9.9 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

1. समूह परामर्श वह प्रक्रिया है जिसके अन्तर्गत व्यक्तियों का एक छोटा समूह परामर्शदाता के साथ मिलकर वैयक्तिक और अंतर्वैयक्तिक समस्याओं को दूर करने की कला सीखते हैं।
2. समूह परामर्श प्रक्रिया के चरण हैं-
 - i. समय व स्थान का निर्धारण
 - ii. सदस्यों को आपस में परिचित कराना
 - iii. उद्देश्यों एवं लक्ष्यों का स्पष्टीकरण
 - iv. परामर्शदाता द्वारा वार्तालाप के शीर्षक की प्रस्तावना
 - v. सदस्यों द्वारा अपने-अपने विचारों को रखना।
 - vi. विचार-विमर्श करना
 - vii. निष्कर्ष
 - viii. अगले सभा के संबंध में निर्णय लेना
3. समूह परामर्श के दो लाभ-
 - i. यह मिश्रणीय है
 - ii. इससे व्यक्तियों को अपनी अभवृत्तियों, आदतों तथा निर्णयन को समानीकृत करने में सहायता मिलती है।
4. व्यक्तिगत परामर्श के उद्देश्य हैं-
 - i. व्यक्ति में आत्म समझ का विकास करना।
 - ii. व्यक्ति में समायोजन की योग्यता का विकास करना।
 - iii. व्यक्तिगत जीवन से संबंधित समस्याओं के संदर्भ में निर्णय लेने की क्षमता का विकास करना।

- iv. व्यक्ति को अपने अंतःद्वन्द्वों व नकारात्मक भावनाओं पर विजय प्राप्त करने हेतु तैयार करना।
- v. व्यक्ति में सकारात्मक मनोवृत्ति का विकास करना।
- vi. व्यक्ति में सामाजिक, सांवेगिक व आध्यात्मिक लब्धि का विकास करना।
5. व्यक्तिगत परामर्श व समूह परामर्श के मध्य दो अंतर-
 - i. व्यक्तिगत परामर्श में परामर्शदाता केवल एक परामर्शदाता के साथ आमने-सामने बैठकर परामर्श देता है। लेकिन समूह परामर्श में परामर्शी उपबोध्यों के छोटे समूह (6-10 उपबोध्यों) को एक साथ परामर्श प्रदान करता है।
 - ii. व्यक्तिगत परामर्श में परामर्शी केवल सहायता की प्राप्ति करता है जबकि समूह परामर्श में परामर्शी दूसरों को सहायता भी प्रदान करता है।
6. समूह परामर्श में निम्न दो नैतिक मूल्यों का ध्यान रखा जाना चाहिए-
 - i. समूह के सदस्यों में नैतिक जिम्मेवारियां होनी चाहिए जैसे सदस्यों के प्रति ईमानदारी, बोधनीयता को बनाए रखना, समय बद्धता आदि।
 - ii. समूह का कोई सदस्य बिना पूर्व सूचना दिए समूह को नहीं छोड़ सकता है।
7. समूह परामर्श की सीमाएँ हैं-
 - i. समूह परामर्श में व्यक्तिगत और निजी समस्याओं को उजागर नहीं किया जा सकता है।
 - ii. समूह परामर्श के दौरान स्थिति को नियंत्रित करना परामर्शदाता के लिए कठिन कार्य है।
 - iii. इसमें सदस्यों के अवधान को प्राप्त करने हेतु सृजनात्मक तकनीकों का उपयोग नहीं किया जाता है।
8. गलत
9. गलत
10. सही
11. गलत
12. सही
13. गलत

9.10 संदर्भ ग्रन्थ

1. शर्मा, आर0ए0 तथा षिखा चतुर्वेदी (2010) “शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन तथा परामर्श”, आर0 लाल बुक डिपो, मेरठ।
2. मिश्रा, मंजू (2007) “शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन”, ओमेगा पब्लिकेशन्स, न्यू देलही।
3. अग्रवाल, जे0सी0 (1989) “एजुकेशन वुकेशनल गाइडेंस एण्ड कॉन्सिलिंग”, देलही दुआवा हाउस।
4. जायसवाल, सीताराम (1887) “शिक्षा में निर्देशन और परामर्श”, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।
5. नायक, ए0के0 एण्ड भी0 के राव (2004) “गाइडेंस एण्ड कैरियर कॉन्सिलिंग”, ए0पी0 एच पब्लिशिंग कॉरपोरेशन, न्यू देलही।

6. मंगल, एस0 के (2011) “शिक्षा मनोविज्ञान” पी एच एल लरनिंग प्राइवेट लिमिटेड, न्यू देलही।
7. बंगाली, एम. (1984) “गाइडेन्स एण्ड कॉन्सिलिंग”, सेठ पब्लिशर्स, बॉम्बे।
8. क्रो एण्ड क्रो “इंट्रोडक्सन टु गाइडेन्स”, सेकेण्ड, एडीषन, युरेपिया पब्लिशिंग को., न्यू देलही।
9. जयसवाल, मोनिका (1968) “गाइडेन्स एण्ड कॉन्सिलिंग”, प्रकाशन केन्द्र, लखनऊ।
10. राव. एस. एन. (1992) “कॉन्सिलिंग एण्ड गाइडेन्स”, टाटा मेकग्राहिल, न्यू देलही।
11. “इंट्रोडक्सन टु गाइडेन्स एण्ड कॉन्सिलिंग”(2009) बी0एड0 के छात्रों के लिए स्व अध्ययन सामग्री, स्कूल ऑफ एजुकेशन, इंदिरा गांधी नेशनल ओपेन यूनीवर्सिटी, न्यू देलही।
12. “निर्देशन: विधियाँ एवं तकनीक”(2010) एम0एड0 के छात्रों के लिए स्वअध्ययन सामग्री, स्कूल ऑफ एजुकेशन, इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय, न्यू दिल्ली।
13. गुप्ता, एस0पी0 एवं अल्का गुप्ता (2012) “उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान”, शारदा पुस्तक भवन, इलाहाबाद

9.11 निबंधात्मक प्रश्न

1. व्यक्तिगत परामर्श से आप क्या समझते हैं। समूह परामर्श से तुलना करते हुए इसके महत्त्व एवं उद्देश्यों पर दृष्टिपात कीजिए।
2. समूह परामर्श एवं व्यक्तिगत परामर्शदाता का समीक्षात्मक मूल्यांकन कीजिए।
3. समूह परामर्श के अर्थ एवं उद्देश्यों को स्पष्ट करते हुए इसके विभिन्न चरणों एवं अवस्थाओं का विस्तार से वर्णन कीजिए।

इकाई 10. निर्देशात्मक अनिर्देशात्मक एवं चयनशील (सारग्राही) परामर्श (Directive, Non Directive & Eclectic Counselling)

इकाई की रूपरेखा

10. 1 प्रस्तावना
10. 2 उद्देश्य
10. 3 निर्देशित परामर्श
10. 4 अनिर्देशित परामर्श
10. 5 समन्वित अथवा सारग्राही परामर्श
10. 6 सारांश
10. 7 वस्तुनिष्ठ प्रश्न
10. 8 निबंधात्मक प्रश्न
10. 9 सन्दर्भ सूची

10. 1 प्रस्तावना: -

परामर्श एक बहुआयामी प्रक्रिया होती है। जिसमें अनेक उपागमों एवं प्रविधियों को प्रयुक्त करके व्यक्ति के व्यक्तित्व का विकास, समस्याओं का समाधान अथवा उपचार द्वारा व्यक्ति के जीवन को सहज, उद्देश्यपूर्ण एवं सन्तोषप्रदायी बनाने का प्रयास किया जाता है। निर्देशन एवं सहायता है जो किसी व्यक्ति को अपनी समस्याओं को सुलझाने योग्य बनाने के लिए दी जाती है, निर्देशन सहायता क्रमबद्ध, सुनियोजित तथा सुसंगठित होती है। प्रस्तुत इकाई में आप निर्देशित, अनिर्देशित एवं समन्वित परामर्श के बारे में अध्ययन करेंगे।

10. 2 उद्देश्य: -

प्रस्तुत इकाई के अध्ययन के उपरान्त आप

- निर्देशित परामर्श का अर्थ समझ पायेंगे
- निर्देशित परामर्श की अवधारणायें, चरण, विशेषताये एवं लाभ-हानि को समझ पायेंगे
- अनिर्देशित परामर्श की अवधारणायें, चरण, विशेषताये एवं लाभ-हानि को समझ पायेंगे
- समन्वित परामर्श के चरण, विशेषतायें, लाभ व सीमायें जान सकेंगे

परामर्श के प्रकार

परामर्श प्रक्रिया की प्रकृति को देखते हुए तथा परामर्शदाता की भूमिका को देखते हुए परामर्श के तीन प्रमुख प्रकार हैं, जो कि निम्नलिखित है।

1. निर्देशित या परामर्श -केन्द्रित (Directive or Counsellor Centred)
2. अनिर्देशीय या प्रार्थी-केन्द्रित या अनुमत परामर्श (Non-Directive or Client Centred)
3. समन्वित परामर्श (Eclectic Counselling)

10. 3 निर्देशित परामर्श-केन्द्रित परामर्श (Directive or Counselor Centered)

इसमें परामर्शदाता का अधिक महत्व होता है, वह प्रार्थी की समस्याओं के समाधान के लिए उपाय बताता है और निर्देश देता है। निर्देशित परामर्श परामर्शदाता के इर्दगिर्द घूमता है। वह मैत्री और सहायता द्वारा मधुर-समबन्ध स्थापित करने का प्रयास करता है। इसमें परामर्शदाता बहुत सक्रीय होता है और वह अपने स्वयं के दृष्टिकोण और भावनाएं स्वतंत्र रूप से प्रकट करता रहता है। वह प्रार्थी की अभिव्यक्तियों का मूल्यांकन करता है। इसमें परामर्शदाता प्रमापीकृत प्रश्नों की एक शृंखला (Series of Standardized Questions) बनाता है तथा प्रत्येक का संक्षिप्त उत्तर तय करता है। वह प्रार्थी का अभिव्यक्ति और भावनाओं का व्यक्त करने की आज्ञा नहीं देता। एक विशेषज्ञ के तौर पर वह नेतृत्व करता है, मूल्यांकन करता है और सुझाव या सलाह देता है।

इस इस विचारधारा के मुख्य प्रवर्तक मिनिसोटा विश्वविद्यालय के ई0जी0 विलियमसन है। इसमें परामर्शदाता प्रार्थी की समस्या को हल करने का मुख्य उत्तरदायित्व अपने ऊपर लेता है। इस प्रक्रिया में परामर्शदाता समस्या की खोज और उसे परिभाषित करता है, निदान (Diagnose) करता है तथा समस्या के बारे में बताता है।

10. 3.1 निर्देशीय परामर्श की अवधारणाएं

1. **सलाह देने की सक्षमता (Competency in Giving Advice)**- परामर्शदाता के पास प्रशिक्षण, अनुभव और सूचना होती है। वह समस्या को समझता है और उसके समाधान के बारे में सलाह देने के लिए सक्षम होता है।
2. **परामर्श एक बौद्धिक प्रक्रिया है (Counseling is an Intellectual Process)**- परामर्श प्राथमिक रूप से बौद्धिक प्रक्रिया है। यह व्यक्ति के व्यक्तित्व के संवेगात्मक पक्षों की बजाए बौद्धिक पक्षों पर बल देती है। यदि कोई कुसमायोजित होता है तो उसकी बौद्धिक क्षमता को ध्यान में रखते हुए उसे परामर्श दिया जाता है।
3. **परामर्श के उद्देश्य समस्या-समाधान स्थिति के रूप में (Counseling Objectives as Problem Solving Situation)**-परामर्श के उद्देश्य समस्या-समाधान स्थिति के माध्यम से उपलब्ध किए जाते हैं।
4. **प्रार्थी की समस्या-समाधान में अक्षमता (Client's Incapability of Solving the Process)**-इस परामर्श की यह अवधारणा भी है कि प्रार्थी में सदा ही समस्या के समाधान की क्षमता नहीं होती। इसलिये उसे परामर्श दाता की आवश्यकता होती है।

इस प्रकार के परामर्श में प्रार्थी को परामर्शदाता के अधीन कार्य करना होता है न कि उसके साथ मिलकर। परामर्शदाता उसकी समस्या का समाधान करने हेतु स्वयं सक्रिय रहता है।

विलियमसन (Williamson)- के अनुसार, इस प्रकार के निर्देशन की मूलभूत धारणाएं निम्नलिखित हैं।

1. इस परामर्श का लक्ष्य है- व्यक्ति के व्यक्तित्व का सभी दिशाओं में विकास में सहायता करना।
2. यह परामर्श व्यक्ति की विशेषता (Uniqueness)-को मानता है।
3. यह परामर्श वांछनीयता (Desirability)-पर आधारित है न कि परामर्श को व्यक्ति पर थोपना।
4. यह परामर्श केवल तभी दिया जाना चाहिए जब विद्यार्थी किसी समस्या का सामना करें और वह स्वयं इसका
5. इस परामर्श में आपसी सम्बन्ध निष्पक्ष (Neutral)- होते हैं।
6. इस परामर्श प्रार्थी की समस्या के बारे में स्वयं की धारणा पर केन्द्रित होता है।
7. परामर्श प्रार्थी की मर्यादा का सम्मान करता है।
8. परामर्श एक बौद्धिक प्रक्रिया है।

9. अपने प्रशिक्षण, अनुभव तथा ज्ञान के आधार पर परामर्शदाता समस्या के समाधान के लिए अच्छी पहल कर सकता है।

इस प्रकार विलियमसन परामर्शदाता को अध्यापक के रूप में देखता है जिसका कर्तव्य है व्यक्ति को स्वयं की क्षमताएं, दृष्टिकोण और रुचियों को समझने योग्य बनाना, स्वयं की अभिप्रेरणा और जीवन-प्रविधियों को पहचानना आदि।

10. 3.2 निर्देशीय परामर्श के चरण (Directive or Counsellor Centred)

निर्देशीय परामर्श के निम्नलिखित चरण हैं:-

- i. **विश्लेषण** इसमें स्थिति या प्रार्थी के बारे में आकड़े और सूचनाएं इकट्ठी की जाती हैं जिन्हें एक सत्य और विश्वसनीय आधार के रूप में परामर्श-प्रक्रिया में प्रयुक्त किया जा सकता है। विश्लेषण के लिए इन यंत्रों का प्रयोग किया जाता है
 - a. संचित अभिलेख
 - b. साक्षात्कार
 - c. समय विभाजन फार्म
 - d. आत्मकथा
 - e. उपारव्यानक रिकॉर्ड
 - f. मनोवैज्ञानिक परीक्षण

इसके अलावा सभी आँकड़ों के एकीकरण के लिए केस-हिस्ट्री विधि का प्रयोग किया जाता है। इसमें पारिवारिक इतिहास, मनोरंजनात्मक रुचियाँ और आदतें आदि शामिल होती हैं।

- ii. **संश्लेषण** इसमें प्राप्त आँकड़ों का इस प्रकार से संक्षिप्तीकरण और संगठन किया जाता है, जिससे विद्यार्थी की सम्पत्ति, उत्तरदायित्व, समायोजन और कुसमायोजनों का पता चलता है।
- iii. **निदान** इसके अन्तर्गत समस्या के रूप में जो आँकड़े दिये होते हैं उनकी व्यवस्था की जाती है। इसमें विद्यार्थियों की विशेषताओं, दुर्बलताओं और दायित्वों को भी शामिल किया जाता है।

निदान में निम्नलिखित तीन मुख्य पद होते हैं

- समस्या की पहचान करना
- कारणों को ढूँढना
- पूर्वानुमान

- iv. **पूर्वानुमान** इस प्रकार किसी भी समस्या की पहचान करके, उसके कारणों को ढूँढकर फिर उसके पूर्वानुमान द्वारा उसे निर्देशित किया जाता है।
- v. **परामर्श या उपचार** जब परामर्शदाता प्रार्थी की सहायता करता है, तो इसमें कई प्रश्नों के उत्तर दिए जाते हैं। इन प्रश्नों के उत्तर प्रार्थी स्वयं ही अपने लिए देता है, जैसे-मैं स्वयं में ये परिवर्तन किस प्रकार कर सकता हूँ? इसका दूसरा विकल्प क्या हो सकता है? यदि ऐसा ही चलता रहा तो भविष्य में विकास कैसा होगा? आदि। इसके पश्चात् उसे उपचार या परामर्श दिया जाता है।
- vi. **अनुवर्तन** इसके अन्तर्गत परामर्श-प्रक्रिया की प्रभावशीलता का मूल्यांकन किया जाता है तथा यह देखा जाता है कि विद्यार्थी की परामर्श के माध्यम से क्या क्या उपलब्धियाँ रही। उसे कितना फायदा हुआ?

10. 3.3 निर्देशीय परामर्श की विशेषताएं

- प्रक्रिया में परामर्शदाता मुख्य भूमिका होती है।
- वह प्रार्थी को सलाह प्रदान करता है।
- इस प्रक्रिया में केन्द्र-बिन्दु व्यक्ति नहीं, बल्कि समस्या है।
- प्रार्थी परामर्शदाता के अधीन कार्य करता है न कि साथ में।
- इस परामर्श में, जिन विधियों का प्रयोग किया जाता है वे प्रत्यक्ष, प्रभावी और व्याख्यात्मक होती हैं।
- परामर्श व्यक्ति के व्यक्तित्व के संवेगात्मक पक्ष की बजाय बौद्धिक पक्ष पर अधिक बल देता है।

10. 3.4 निर्देशीय परामर्श के लाभ

- i. यह विधि समय की दृष्टि से लाभकारी है। इसमें समय की बहुत बचत होती है।
- ii. इस प्रकार के परामर्श से समस्या पर अधिक ध्यान दिया जाता है तथा व्यक्ति पर कम।
- iii. परामर्शदाता प्रार्थी को प्रत्यक्ष रूप से देख सकता है।
- iv. परामर्श व्यक्ति के व्यक्तित्व के संवेगात्मक पक्ष की अपेक्षा बौद्धिक पक्ष पर बल देता है।
- v. इस प्रक्रिया में परामर्शदाता प्रार्थी की सहायता के लिए शीघ्र ही उपस्थित हो जाता है, जिससे उसे प्रसन्नता होती है।

10. 3.5 निर्देशीय परामर्श की सीमाएं

- इस प्रक्रिया में प्रार्थी अधिक निर्भर होता है और वह अपनी समस्याओं का समाधान करने के भी अयोग्य होता है।
- इसमें प्रार्थी परामर्शदाता से कभी भी स्वतन्त्र नहीं हो पाता, यह उत्तर और प्रभावी निर्देशन नहीं है।
- इस प्रकार के निर्देशन में यह अभाव रहता है कि व्यक्ति स्वयं का कोई निर्णय नहीं ले सकता है।
- परामर्शदाता प्रार्थी को भविष्य में गलतियों को करने से बचाने में असमर्थ रहता है।
- विद्यार्थी के बारे में जानकारियों का अभाव रहता है जिससे गलत परामर्श सम्भव है।

10. 4 अनिर्देशीय परामर्श या प्रार्थी केन्द्रित या अनुमत परामर्श (Non-Directive of Client-Centred)

अनिर्देशीय परामर्श या प्रार्थी-केन्द्रित परामर्श के प्रमुख कार्ल रोजर्स है। इस सिद्धान्त का विकास बहुत वर्षों में हुआ है। इसलिए इस प्रकार के परामर्श में कई क्षेत्र शामिल होते रहे जैसे- व्यक्तित्व का विकास, सामूहिक नेतृत्व, शिक्षा एवं अधिगम, सृजनात्मकता, पारस्परिक सम्बन्ध इस सिद्धान्त के अनुसार स्वयं व्यक्ति में इतनी क्षमता होती है कि वह अपनी समस्याओं का समाधान खुद कर सकता है। परामर्शदाता का कार्य तो केवल इतना ही है कि ऐसा वातावरण प्रदान करें जिसमें प्रार्थी वृद्धि के लिए स्वतन्त्र होता है ताकि वह जैसा चाहे वैसा ही व्यक्ति बन सके। इसमें व्यावसायिक और शैक्षिक समस्याओं के संवेगात्मक पक्षों को महत्व दिया जाता है।

प्रार्थी-केन्द्रित परामर्श प्रार्थी के इर्द-गिर्द घूमता है। इसमें प्रार्थी को वार्तालाप करने के लिए और स्वयं के दृष्टिकोणों, भावनाओं और विचारों को अभिव्यक्त करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। इसमें परामर्शदाता अधिकतर निष्क्रिय ही रहता है। वह प्रार्थी के विचारों, भावों, भावनाओं और अभिव्यक्तियों में हस्तक्षेप नहीं डालता। परामर्शदाता प्रार्थी की बातचीत करने में पूरी सहायता करता है। शुरुआत में परामर्शदाता प्रार्थी के साथ मधुर संबंध बनाने का प्रयास करता है और धीरे-धीरे विश्वास की भावना उत्पन्न करने का प्रयत्न करता है। इस प्रकार के परामर्श में मुक्त अन्त प्रश्न ही पूछे जाते हैं। ये प्रश्न पूर्ण रूप से रचित नहीं होते। परामर्शदाता का अधिकतर सम्बन्ध प्रार्थी द्वारा बताई गई संवेगात्मक विषय-वस्तु के साथ से होता है। इसमें प्रार्थी अपनी भावनाओं एवं विचारों को खुलकर प्रकट करता है।

जब प्रार्थी उत्तर दे रहा होता है। उसे इस बात के लिए प्रोत्साहित किया जाता है कि वह अपनी बात खुलकर बताये। जिस प्रकार के प्रश्न परामर्शदाता प्रार्थी से पूछता है उससे प्रार्थी यह

महसूस करने लगता है कि परामर्शदाता वास्तव में ही व्यक्तिगत तौर पर प्रार्थी के विचारों का सम्मान करता है और साक्षात्कारकर्ता प्रार्थी में रूचि ले रहा है। अनिर्देशीय परामर्श में प्रत्येक व्यक्ति को अधिकार दिया जाता है कि वह खुलकर अपनी भावनाओं को व्यक्त करे। इस प्रकार के परामर्श में निदानात्मक यंत्रों का या तो बहुत ही कम प्रयोग होता है या फिर होता ही नहीं। इसमें प्रार्थी अपनी बुद्धि या समझ से कार्य कर सकता है। इसमें बौद्धिक पक्षों की अपेक्षा संवेगात्मक या भावात्मक पक्षों पर बल दिया जाता है।

10. 4.1 अनिर्देशीय परामर्श की मूलभूत अवधारणाएं

1. **व्यक्ति की मर्यादा में विश्वास** (Belief in the dignity of man)-रोजर्स व्यक्ति की मान-मर्यादा में सशक्त विश्वास रखता है। वह व्यक्ति को स्वयं निर्णय लेने में सक्षम मानता है तथा ऐसे करने के उसके अधिकतर को स्वीकार करता है। व्यक्ति अपने निर्णयों में चाहें सही हो या गलत उनमें विश्वास करता है।
2. **वास्तवीकरण की ओर प्रवृत्ति** (Tendency toward actualization) -रोजर्स के प्रारम्भिक लेखों में इस बात पर बल दिया गया है कि व्यक्ति या प्रार्थी की वृद्धि और विकास की क्षमता व्यक्ति की वह आवश्यक विशेषता है जिस पर परामर्श और मनोचिकित्सा विधियाँ निर्भर करती है। रोजर्स के अनुसार व्यक्ति की वंशानुक्रम प्रवृत्ति में वृद्धि, समायोजन, सामाजीकरण, स्वतंत्रता आदि दिशाएं सम्मिलित हैं।
3. **व्यक्ति विश्वास योग्य है** (Man is Trustworthy)- रोजर्स व्यक्ति को बुनियादी तौर पर अच्छा और विश्वास के योग्य मानता है। कभी-कभी व्यक्ति बहुत बार अविश्वसनीय ढंग से भी व्यवहार करता है। व्यक्ति कुछ शक्तियों के साथ पैदा होता है जिन पर नियंत्रण करना आवश्यक है यदि स्वस्थ व्यक्तित्व-विकास होने देना है।
4. रोजर्स के अनुसार प्रत्येक व्यक्ति अपनी बुद्धि से विवेकशील होता है तथा सही अथवा गलत का निर्णय ले सकता है।
5. **जीवन लक्ष्य में स्वतंत्रता**:- प्रार्थी अपने जीवन के उद्देश्य को निर्धारित करने में स्वतंत्र है, चाहें परामर्शदाता की, राय कुछ भी हो।
6. **अधिकतम सन्तोष**: प्रार्थी अपने उद्देश्य को जब स्वयं चुनता है तो उसे अधिकतम संतोष की प्राप्ति होती है।
7. **स्वतन्त्र निर्णय क्षमता का विकास**:- परामर्श प्रक्रिया के थोड़े समय बाद प्रार्थी स्वतन्त्र निर्णय लेने की क्षमता विकसित कर लेता है।

जीवन के लक्ष्यों का चयन

1. वह अपने जीवन के लक्ष्यों का चयन स्वयं करे।
2. प्रार्थी को यदि अवसर दिया जाता है तो वह उन लक्ष्यों का चयन करेगा जिससे उसे महान सम्भावित प्रसन्नता प्राप्ति हो।
3. परामर्श-परिस्थिति में उपयुक्त संक्षिप्त समय में इस बिन्दु पर पहुँच प्रवर्ति जाना चाहिए जहाँ से प्रार्थी स्वतंत्र रूप से कार्य करने के योग्य हो सके।
4. किसी व्यक्ति को उपयुक्त ढंग से समायोजित होने में संवेगात्मक गड़बड़ी ही प्रारम्भिक रूप से रोकती है।

10. 4.2 अनिर्देशीय परामर्श के चरण

कार्ल रोजर्स ने अनिर्देशीय परामर्श के निम्नलिखित चरण बताए हैं।

1. **समस्यात्मक परिस्थिति को परिभाषित करना (Defining the problematic situation)**-सर्वप्रथम परामर्शदाता को समस्यात्मक परिस्थिति को परिभाषित करना होता है।
2. **भावनाओं की स्वतंत्र अभिव्यक्ति (Free Expression of feeling)** - इसके पश्चात् प्रार्थी को इस बात के प्रति जागरूक किया जाता है कि प्रार्थी अपनी भावनाओं को स्वतंत्र रूप से अभिव्यक्त कर सकता है तथा परामर्शदाता इस बात की स्वीकृति देता है।
3. **सकारात्मक और नकारात्मक भावनाओं का वर्गीकरण (Classification of Positive & Negative Feeling)**-जब प्रार्थी अपनी भावनाओं को व्यक्त कर देता है उसके बाद उसके नकारात्मक और सकारात्मक भावनाओं की पहचान करनी है और उनका वर्गीकरण होता है।
4. धीरे-धीरे प्रार्थी में सूझ बूझ या अन्तर्दृष्टि का विकास होने लगता है और इसके बाद परामर्शदाता उसकी नई भावनाओं के बाने में चिन्हत करता है।
5. **परामर्श स्थिति समाप्त करना (Termination of Counselling Situation)** -इन उपरोक्त चरणों के पश्चात् परामर्शदाता उस स्थिति या बिन्दु (च्वपदज) की तलाश में रहता है जहाँ से परामर्श स्थिति को समाप्त किया जा सके। इसके अनुसार प्रार्थी या परामर्शदाता इस समाप्ति का सुझाव दे सकते हैं। जब दोनों को यह लगने लगे कि परामर्श के सकारात्मक परिणाम प्राप्त हो रहे हैं।

10. 4.3 अनिर्देशीय परामर्श की विशेषतायें

- i. यह प्रार्थी केन्द्रित परामर्श (Client Centered Counselling) है।
- ii. यह इस सिद्धान्त पर आधारित होता है कि व्यक्ति में इतनी क्षमता और शक्ति होती है जिससे कि उसकी वृद्धि और विकास हो सके ताकि वह व्यक्ति वास्तविकता में परिस्थितियों का सामना कर सके।
- iii. इस परामर्श में परामर्शदाता सबसे अधिक निष्क्रिय होता है।
- iv. व्यक्ति जैसा है उसे वैसा ही स्वीकार किया जाता है और वह अपने किसी भी दृष्टिकोण को अभिव्यक्त करने में स्वतंत्र होता है।
- v. इसके द्वारा मनोवैज्ञानिक समायोजन में सुधार होता है।
- vi. इसके प्रयोग से मनोवैज्ञानिक तनाव कम होते हैं।
- vii. इस प्रकार के परामर्श से सुरक्षात्मकता में कमी आती है।
- viii. प्रार्थी का व्यवहार संवेगात्मक रूप से अधिक परिपक्व माना जाता है।
- ix. प्रार्थी केन्द्रित परामर्श से सम्बन्धित शोध के द्वारा ये पता चला है कि प्राथमिक स्कूल के विद्यार्थियों को यदि इस तरह का परामर्श दिया जाये तो उनमें पठन सुधार देखने को मिलता है।
- x. प्रार्थी केन्द्रित परामर्श में परामर्शदाता का लक्ष्य होता है कि वह प्रार्थी के स्वयं के संगठन और कार्यशीलता में परिवर्तन लाये।
- xi. इस परामर्श की विचारधारा निर्देशीय परामर्श (Directive Counselling) के बिल्कुल उल्टी है।
- xii. इस परामर्श में सम्पूर्ण उत्तर दायित्व प्रार्थी या व्यक्ति पर ही रहता है।

10. 4.4 अनिर्देशीय परामर्श के लाभ (कअंदजंहमे व िछवद.क्पतमबजपअम ब्वनदेमससपहद)

- i. इस परामर्श से प्रार्थी में समस्या-समाधान की योग्यता उत्पन्न होना निश्चित है चाहे यह प्रक्रिया बहुत धीमी हो।
- ii. प्रार्थी-केन्द्रित विचारधारा होने के कारण अन्य अनावश्यक गतिविधियों और परीक्षणों आदि से बचाव हो जाता है।
- iii. इसमें समस्या को प्रार्थी के अचेतनमन के स्तर से चेतनमन के स्तर पर लाते हैं। जिससे वह तनाव मुक्त होता है।
- iv. इस प्रकार का परामर्श बहुत लम्बी अवधि तक के लिए अपने प्रभाव छोड़ता है।

10. 4.5 अनिर्देशीय परामर्श की सीमाएं (Advantages of Non-Directive Counseling)

1. इसमें प्रार्थी को अपने वर्तमान दृष्टिकोणों की स्वतंत्रता की अभिव्यक्ति की आज्ञा होती है, लेकिन इसमें यह बताने का प्रयास नहीं किया जाता है कि ये वर्तमान दृष्टिकोण क्यों होते हैं। इसमें भूतकाल के बारे में कोई खोज नहीं, कोई सुझाव नहीं है।
2. परामर्शदाता का लचीलेपन की आज्ञा का अभाव भी इस परामर्श की एक कमी है।
3. इसमें बात की ओर ध्यान नहीं दिया जाता कि उद्दीपक स्थिति और वातावरण की प्रकृति व्यवहार को किस प्रकार प्रभावित करती है।
4. प्रार्थी-केन्द्रित परामर्श सिद्धान्त के अन्तर्गत बहुत सी परामर्श-परिस्थितियाँ सफलतापूर्वक नहीं आती।
5. प्रार्थी के साधनों, निर्णयों और बुद्धि पर निर्भर नहीं रहा जा सकता।
6. सभी समस्याएं केवल बोलकर ही हल नहीं हो सकती।
7. यह सभी स्कूलों में संभव नहीं क्योंकि परामर्शदाता को कई विद्यार्थियों को देखना होता है।
8. कई बार परामर्शदाता की निष्क्रियता से प्रार्थी अपनी भावनाओं की अभिव्यक्ति में झिझक महसूस करता है।

10. 5 समन्वित परामर्श (Eclectic Counselling)

अर्थ (Meaning)

कई बार कई परामर्शदाता न तो निर्देशीय परामर्श की विचारधारा से सहमत हैं और न ही अनिर्देशीय परामर्श की विचारधारा से, ऐसी परिस्थिति में परामर्शदाता एक अन्य प्रकार की परामर्श प्रक्रिया को चुनता है। यह विचारधारा निर्देशीय और अनिर्देशीय (Directive & Non-directive Counselling) परामर्श की विचारधाराओं के मध्य का परामर्श है। इसी मध्य के परामर्श की विचारधारा को ही 'समन्वित परामर्श' या 'समाहारक परामर्श' या 'संकलक परामर्श' कहा जाता है।

इस प्रकार के परामर्श में परामर्शदाता न तो अधिक सक्रिय होता है और न ही अधिक निष्क्रिय होता है। इस प्रकार के परामर्श में पहले व्यक्ति की आवश्यकताओं और उसके व्यक्तित्व का अध्ययन परामर्शदाता द्वारा ही किया जाता है। उसके बाद परामर्शदाता उन प्रविधियों का चयन करता है जो व्यक्ति के लिए अधिक उपयोग या सहायक रहेगी।

इस परामर्श-प्रक्रिया में परामर्शदाता पहले निर्देशीय परामर्श विधि के अनुसार शुरू कर सकता है तथा कुछ समय बाद अनिर्देशीय परामर्श विधि को शुरू कर सकता है तथा कुछ समय बाद

अनिर्देशीय परामर्श विधि का अनुसरण कर सकता है या इसके विपरीत-जैसा स्थिति चाहें। इसमें प्रविधियाँ परिस्थिति और प्रार्थी के अनुसार होती है। इस प्रकार के परामर्श में जो प्रविधियाँ प्रयोग की जाती है- वे हैं पुनः विश्वास, सूचना प्रदान करना, केस-हिस्ट्री, परीक्षण इत्यादि। इस प्रकार इस समन्वित परामर्श में दोनों, परामर्शदाता और प्रार्थी सक्रिय और सहयोगात्मक होते हैं। दोनों बारी-बारी में वार्तालाप करते हैं और संयुक्त रूप से समस्या का समाधान करते हैं।

10. 10. 1 समन्वित परामर्श के चरण (Steps in Eclectic Counselling)

समन्वित परामर्श के मुख्य चरण निम्नलिखित हैं।

1. **प्रार्थी की आवश्यकताओं और व्यक्तित्व की विशेषताओं का अध्ययन (Study of the needs & Personality Characteristics of client)**- इसके अन्तर्गत परामर्शदाता सबसे पहले प्रार्थी की आवश्यकताओं के बारे में छानबीन करता है। इसके बाद वह व्यक्ति के व्यक्तित्व की विशेषताओं के बारे में जानकारी एकत्रित करता है।
2. **प्रविधियों का चयन (Selection of Techniques)**- इसके बाद आवश्यकतानुसार उपयुक्त प्रविधियों का चयन किया जाता है तथा उनका प्रयोग किया जाता है। इन प्रविधियों का प्रयोग व्यक्ति की आवश्यकताओं के अनुसार ही किया जाता है। ताकि परिणाम सही प्राप्त हो सकें।
3. **प्रविधियों का प्रयोग (Application of Techniques)**- जिन प्रविधियों को चुना जाता है उनकी उपयोगिता प्रार्थी की परिस्थिति के अनुसार ही देखी जाती है और परिस्थिति अनुसार उनका प्रयोग किया जाता है।
4. **प्रभावशीलता का मूल्यांकन (Evaluation of Effectiveness)**- इसके अन्तर्गत प्रभावशीलता का मूल्यांकन विभिन्न विधियों से किया जाता है।
5. **परामर्श की तैयारी** -प्रार्थी की समस्या व स्थिति के अनुसार परामर्श की आवश्यक तैयारी की जाती है।
6. **प्रार्थी और अन्य व्यक्ति की राय प्राप्त करना**- परामर्श सम्बन्धी कार्यक्रम एवं अन्य उद्देश्यों के लिए प्रार्थी तथा उससे सम्बन्धित अन्य व्यक्तियों से राय प्राप्त की जाती है और तब उसे आगे बढ़ाया जाता है।

10. 10. 2 समन्वित परामर्श की विशेषताएं (Characteristics of Eclectic Counselling)

समन्वित परामर्श की विशेषताएं निम्नलिखित हैं:-

1. इसमें वस्तुनिष्ठ एवं समन्वयपरक विधियों का प्रयोग किया जाता है।

2. परामर्श के शुरू में प्रार्थी की सक्रियता वाली प्रविधियों का प्रयोग अधिक होता है और इसमें परामर्शदाता निष्क्रिय होता है।
3. इसमें कार्य-कुशलता एवं उपचार प्राप्त करने को विशेष महत्व प्रदान किया जाता है।
4. इसमें प्रार्थी के व्यय को ध्यान में रखा जाता है।
5. इस प्रकार के परामर्श में समस्त विधियों और प्रविधियों के प्रयोग के लिए परामर्शदाता में व्यावसायिक कुशलता एवं दक्षता का होना अनिवार्य होता है।
6. प्रार्थी की आवश्यकता को ध्यान में रखकर ही निर्णय लिया जाता है कि निर्देशीय विधि का प्रयोग किया जाए या अनिर्देशीय विधि का।
7. प्रार्थी को अवसर उपलब्ध कराया ताकि वह स्वयं समस्या का हल खोज सके।

10. 10. 3 समन्वित परामर्श के लाभ (Advantage of Eclectic Counselling)

1. यह परामर्श प्रार्थी के लिए लाभदायक होता है।
2. इसमें परामर्शदाता पहले उसके व्यक्तित्व का अध्ययन करता है।
3. इस परामर्श में दोनों का परस्पर सहयोग होता है।
4. इसमें प्रार्थी के संवेगात्मक एवं बौद्धिक पक्ष दोनों पर ध्यान दिया जाता है।

10. 10. 4 समन्वित परामर्श की विशेषताएं

समन्वित परामर्श की सीमाएं हैं

1. कुछ लोगों का कहना है कि परामर्श का यह प्रकार अस्पष्ट और अवसरवादी है।
2. निर्देशीय और अनिर्देशीय प्रकार के परामर्शों को मिश्रित नहीं किया जा सकता।
3. इसमें यह प्रश्न उठता है कि प्रार्थी को कितनी स्वतन्त्रता प्रदान की जाए? इसके बारे में कोई निश्चित नियम नहीं हो सकता।

10. 6 सारांश

प्रकृति एवं परामर्शदाता की भूमिका के अनुसार परामर्श के मुख्य तीन प्रकार होते हैं:-

१. निर्देशित परामर्श
 २. अनिर्देशित परामर्श
 ३. समन्वित परामर्श
- निर्देशित परामर्श के मुख्य प्रवर्तक ई0जी0 विलियमसन थे।
 - निर्देशित परामर्श का केन्द्र बिन्दु परामर्शदाता होता है अर्थात् उसकी मुख्य भूमिका होती है।

- वह सक्रिय रहता है तथा अपने स्वयं के दृष्टिकोण एवं भावनायें स्वतंत्र रूप से प्रकट करता है।
- अनिर्देशित परामर्श के मुख्य प्रवर्तक कार्ल आर रोजर्स है।
- इस परामर्श में प्रार्थी केन्द्र होता है और उसे उसके विचारों, भावनाओं को अभिव्यक्त करने को प्रोत्साहित किया जाता है।
- रोजर्स के अनुसार व्यक्ति की मर्यादा में विश्वास, व्यक्ति विश्वास योग्य एवं बुद्धि से अधिक विवेकशील है।
- परामर्श का तीसरा प्रकार समन्वित परामर्श है। इसमें प्रार्थी एवं परामर्शदाता दोनों की भूमिका होती है।
- इसमें परामर्शदाता न तो सक्रिय होता है और ना ही निःक्रिया।

10.7 वस्तुनिष्ठ प्रश्न:

सत्य/असत्य में उत्तर दीजिये:-

१. निर्देशित परामर्श के प्रवर्तक कार्ल रोजर्स थे।
२. निर्देशित परामर्श में परामर्शदाता की मुख्य भूमिका होती है।
३. अनिर्देशित परामर्श को प्रार्थी केन्द्रित परामर्श भी कहते हैं।
४. सुग्राहि परामर्श में प्रार्थी केन्द्र बिन्दु होता है।
५. परामर्श एक बौद्धिक प्रक्रिया है।
६. अनिर्देशित परामर्श का अन्तिम चरण अनुवर्तक है।
७. प्रार्थी केन्द्रित परामर्श की अवधारणा है कि व्यक्ति विश्वास योग्य है।

उत्तर

१. असत्य
२. सत्य
३. सत्य
४. असत्य
५. सत्य
६. असत्य
७. सत्य

10.8 निबन्धात्मक प्रश्न

1. परामर्श से आप क्या समझते हैं? निर्देशित परामर्श की विशेषतायें, अवधारणायें बताइये।
2. अनिर्देशित परामर्श के चरण, अवधारणायें एवं लाभ-सीमाओं को बताइये।
3. सुग्राही (समन्वित) परामर्श के चरण एवं विशेषताओं को लिखिये।

10.9 सन्दर्भ सूची:-

1. बाल मनोविज्ञान (1995) डा0 प्रफुल्ल एन0 दबे, डा0 विपिन सिंह रायजादा, राजस्थान हिन्दी ग्रन्थ अकादमी, जयपुर।
2. निर्देशन एवं परामर्शन (2005) अमरनाथ राय, मधु अस्थाना, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली।
3. [https://hi.m wikipedia.org](https://hi.m.wikipedia.org)
4. <https://wikaspedia.org>
5. IGNOUS (2005) Counselling Psychology MPCE-021
6. शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श की भूमिका (2015) राधाबल्लभ उपाध्याय, सीताराम जायसवाल, अग्रवाल पब्लिकेशन, आगरा।