पीजीडीजीसी - 02

वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा

परामर्श : व्यापक परिप्रेक्ष्य

पाठ्यक्रम अभिकल्प समिति

अध्यक्ष

प्रो. विनय कुमार पाठक

कुलपति

वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

संयोजक/ समन्वयक एवं सदस्य

संयोजक

डॉ. रजनी रंजन सिंह

निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ

वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

समन्वयक

डॉ. कीर्ति सिंह

सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ

वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

सदस्य

1. प्रो. जे. के. जोशी
निदेशक, शिक्षा विद्या शाखा
उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी

2. प्रो. दिव्य प्रभा नागर
पूर्व कुलपति
ज.रा. नागर राजस्थान विद्यापीठ
विश्वविद्यालय, उदयपुर

3. प्रो. (डॉ) एल.आर. गुर्जर
निदेशक (अकादमिक)
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

4. प्रो. एच. बी. नंदवाना
निदेशक, सतत शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

5. प्रो. दामिना चौधरी
आचार्य,शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

6. डॉ. रजनी रंजन सिंह
निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

7. डॉ. अनिल कुमार जैन
सह आचार्य,शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

8. डॉ. कीर्ति सिंह
सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

9. **डॉ. पतंजलि मिश्र**
सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

10. **डॉ. अखिलेश कुमार**
सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

संपादन एवं पाठ्यक्रम लेखन

सम्पादक

डॉ. पतंजलि मिश्र

सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ

वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

पाठ्यक्रम लेखन

1 **डॉ. सारिका मोहता(इकाई 5 एवं 10)**
सहायक आचार्य, मनोविज्ञान विभाग
एम.आई.टी.एस., लक्ष्मणगढ़ (सीकर) राजस्थान

2 **डॉ. प्रीति सिंह (इकाई 1 एवं 2)**
वरिष्ठ व्याख्याता, एस.ओ.ई.,
जे.एन.यू., जयपुर

3 **श्रीमती अंजलि सक्सेना (इकाई 3 एवं 8)**

4 **डॉ. पी.एस. पांडे (इकाई-4)**

गैस्ट फैकैल्टी,
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

निदेशक, ज्ञानदेव
इंस्टीटूयूटऑफ मेनेजमेन्ट एंड साइंस
सागर, मध्य प्रदेश

5 **श्री गिरीश तिवारी (इकाई-6)**
शिक्षा विभाग,
काशी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी, उत्तर प्रदेश

6 **डॉ. एस.सी. पाचौरी(इकाई -7)**
सहायक आचार्य,
श्रीगुरू राय पी.जी. कॉलेज, पथरी बाग, देहरादुन, उत्तराखंड

7 **डॉ. गरिमा चौधरी (इकाई 9,11 एवं 12)**
टी.टी. कॉलेज, आई.पी. विश्वविद्यालय,
दिल्ली

8 **डॉ. नीता पांडे(इकाई -11)**
प्राचार्य, कॉलेज ऑफ एजुकेशन,
सागर, मध्य प्रदेश

9 **डॉ. रीना जैन(इकाई -12)**
व्याख्याता, एस.ओ.ई.,
जे.एन.यु. जयपुर

10. **डॉ. कीर्ति सिंह (इकाई-17)**
सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

11. **डॉ. रजनी रंजन सिंह(इकाई-13)**
निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

12. **डॉ. पतंजलि मिश्र (इकाई-16)**
सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

13. **डॉ. अखिलेश कुमार (इकाई-15)**
सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

14. **डॉ. अनिल कुमार जैन (इकाई-14)**
सह आचार्य,शिक्षा विद्यापीठ
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

अकादमिक एवं प्रशासनिक व्यवस्था

प्रो. विनय कुमार पाठक
कुलपति
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

प्रो. एल.आर. गुर्जर
निदेशक (अकादमिक)
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

प्रो. करण सिंह
निदेशक
पाठ्य सामग्री उत्पादन
एवं वितरण प्रभाग
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

डॉ. अनिल कुमार जैन
अतिरिक्त निदेशक
पाठ्य सामग्री उत्पादन
एवं वितरण प्रभाग
वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय,कोटा

उत्पादन ISBN

इस सामग्री के किसी भी अंश को व.म.खु.वि.वि., कोटा ,की लिखित अनुमति के बिना किसी भी रूप में अन्यत्र पुनः प्रस्तुत करने की अनुमति नहीं है। व.म.खु.वि.वि., कोटा के लिए कुलसचिव, व.म.खु.वि.वि., कोटा (राजस्थान) द्वारा मुद्रित एवं प्रकाशित।

पीजीडीजीसी - 02

वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा

अनुक्रमणिका

इकाई सं.	इकाई का नाम	पृ.सं.
इकाई - 1	परामर्श : अवधारणा	5
इकाई -2	परामर्श के प्रकार	15
इकाई -3	परामर्श में कौशल और चरण	23
इकाई -4	तादात्मीयकरण एवं संबंध	39
इकाई -5	समस्या निर्धारण	52
इकाई -6	परामर्शन के लक्ष्यों का विकास	65
इकाई -7	परामर्शी प्रविधियां (व्यूहरचना) का चयन तथा हस्तक्षेप	77
इकाई -8	समाप्ति और अनुवर्ती सेवाएं	84
इकाई -9	सामूहिक परामर्श	89
इकाई - 10	मनोविश्लेषण सिद्धान्त	103
इकाई -11	मूल्यांकन एवं अनुसंधान	116
इकाई - 12	निर्देशन एवं परामर्श में मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का उपयोग एवं मूल्यांकन	134
इकाई - 13	संज्ञानात्मक हस्तक्षेप	167
इकाई - 14	निर्देशन एवं परामर्श में भावात्मक मध्यस्थता	184
इकाई - 15	परामर्श की व्यवहारवादी उपागम पर आधारित तकनीकें	203
इकाई - 16	परामर्शन एवं निर्देशन का अस्तित्वावादी एवं मानवतावादी दृष्टिकोण	221
इकाई - 17	परामर्श में मुद्दे एवं समस्याएं	241

इकाई 1

परामर्श : अवधारणा

इकाई की रूपरेखा

1.0 उद्देश्य
1.1 प्रस्तावना
1.3 परामर्श का अर्थ
1.4 परामर्श की परिभाषाएँ
1.5 परामर्श की मूलभूत अवधारणाएँ
1.6 परामर्श की आवश्यकता
1.7 परामर्श के प्रकार
1.8 परामर्शदाता की भूमिका
1.9 परामर्शदाता की विशेषताएँ
1.10 सारांश
1.11 अभ्यास प्रश्न
1.12 संदर्भ सूची

1.0 उद्देश्य

1. इस इकाई के अध्ययन पश्चात् विद्यार्थी परामर्श का अर्थ एवं अवधारणायें बता सकेंगे।
2. परामर्श की आवश्यकता एवं प्रमुख प्रकारों का विश्लेषण कर सकेंगे।
3. परामर्श की मूलभूत अवधारणाऐं जान सकेंगे।
4. निर्देशन एवं परामर्श में अन्त्तसंबंध समझ सकेंगे।
5. परामर्शदाता की भूमिका का विश्लेषण कर सकेंगे।
6. एक अच्छे परामर्शदाता के गुणों एवं विशेषताओं की जानकारी प्राप्त कर सकेंगे।

1.1 प्रस्तावना

मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है और समाज में रहकर व्यक्ति के समक्ष किसी न किसी प्रकार की समस्या का उत्पन्न होना स्वभाविक है। इन्हीं समस्याओं के समाधान में सहायता प्रदान करने की दिशा में निर्देशन प्रक्रिया से संबंधित विभिन्न प्रकार की सेवाओं को संगठित किया जाता है। निर्देशन से संबंधित सेवाओं के अन्तर्गत परामर्श सेवा सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण सेवा है। इसलिये परामर्श सेवाओं को निर्देशन सेवाओं का ह्दय कहा जाता है। अत: परामर्श के अभाव में निर्देशन का कार्य सम्भव नहीं हो सकता है।

पुरातन समय से ही परामर्श किसी न किसी रूप में मानव समाज से जुड़ा हुआ है। प्राचीन समय में परामर्श का कार्य सरल एवं सहज था इसलिये शिक्षालयों में शिक्षकों एवं समाज के अन्य लोगों द्वारा परामर्श

प्रदान किया जाता था परन्तु इसके विपरीत वर्तमान समय जटिल हो गया है। समस्याओं का अध्ययन व निदान कठिन हो गया है। अत: परामर्श प्रक्रिया में परिवर्तन स्वाभाविक है।

1.3 परामर्श का अर्थ

परामर्श एक प्राचीन शब्द है परामर्श शब्द को परिभाषित करने के लिए अनेक विद्वानों ने अपने-अपने विचार प्रस्तुत किये है। सन् 1954 में गुड ने कहा है - परामर्श अकेले और व्यक्तिगत शैक्षिक, व्यावसायिक समस्याओं में सहायता प्रदान करना है जिसमें सभी सम्बन्धित तथ्यों का अध्ययन व विश्लेषण किया जाता है।

परामर्श के संबंध में महत्वपूर्ण तथ्य यह है कि यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके आधार पर सेवार्थी द्वारा प्रार्थी को सहायता प्रदान की जाती है एवं समस्या समाधान के योग्य बनाया जाता है।

1.4 परामर्श की परिभाषाएँ

- **शोस्टार्म और ब्रैमर -** ''परामर्श दो व्यक्तियों के बीच उद्देश्यपूर्ण सम्बन्ध है, जिसमें एक व्यक्ति जो प्रशिक्षित होता है, वह दूसरे व्यक्ति को परामर्श देता हैं।
- **हेमाईन और एरिक्सन के अनुसार -** ''परामर्श प्रार्थी द्वारा समस्या के बारे में सोचने और हल करने का प्रयास है। जिसका वह सामना करता है इसमें परामर्शदाता और प्रार्थी सोच-विचार कर समस्या का समाधान करते हैं।
- **रूथ स्ट्रेग** (Ruth Strang) - ''परामर्श (उपबोधन) में आमने सामने का सम्बन्ध होता है जिसमें परामर्श लेने वाला और देने वाला दोनों ही उन्नति की ओर अग्रसर होते हैं।''
- **मायर्स** (Myers) - ''परामर्श से अभिप्राय: दो व्यक्तियों के मध्य सम्बन्ध है, जिसमें एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति को एक विशेष प्रकार की सहायता करता है।''
- **वैबस्टर शब्दकोष** (Webster's Dictionary) - ''विचारों का आदान प्रदान, पारस्परिक तर्क-वितर्क तथा मार्गदर्शन ही परामर्श है।
- **टेक्सलर** (Traxler) - परामर्श को एक व्यक्ति द्वारा दूसरे व्यक्ति की समस्या के समाधान के लिए किया गया प्रयास मानते हैं।
- **गस्टेड** (Gusted) के अनुसार परामर्श एक शिक्षण प्रक्रिया है जो दो व्यक्तियों के बीच सामाजिक वातावरण में होती है। इसका उद्देश्य प्रार्थी को उसके सम्बन्ध में अधिक जानकारी देना और उसे समाज के लिए अधिक उपयोगी बनाना है।
- **जी.ई. स्मिथ -** परामर्श एक प्रक्रिया है जिसमें परामर्शक, परामर्श प्राप्त करने वाले व्यक्ति को उसकी रूचि, योजना एवं समायोजन के संबंध में प्राप्त तथ्यों की सारगर्भित व्याख्या करने में सहायता देता है।

परामर्श का शाब्दिक अर्थ है, पूछताछ या विचारों का पारस्परिक आदान-प्रदान करना। परामर्श और निर्देशन एक सिक्के के दो पहलू है। परामर्श के बिना निर्देशन व्यर्थ है। 'परामर्श एक ऐसा सम्बन्ध है जिससे एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति की समस्याओं के समाधान और उन्हें समझने में सहायता करता है।''

परामर्श, निर्देशन की एक केन्द्रीय प्रक्रिया है परामर्श को निर्देशन का हृदय कहा जाता है। निर्देशन के अनेक कार्यों में परामर्श की मुख्य भूमिका है इसके अतिरिक्त सूचना सेवा, व्यक्तिगत प्रपत्र, स्थानापन्न एवं शोध आदि निर्देशन के अन्य भाग है।

परामर्शदाता व्यक्ति को स्वयं निर्णय लेने में सक्षम बनाता है। किसी भी व्यक्ति के अपने वातावरण में समायोजित कर सामंजस्य स्थापित करने में मदद करता है।

परामर्श, निर्देशन के अन्य कार्यों से भिन्न है इसकी प्रकृति के मुख्य लक्षण निम्न हैं। परामर्श की प्रकृति मूलत: समस्या के समाधान हेतु एक प्रयास है -

1- यह एक उद्देश्यपूर्ण क्रिया है, परामर्श प्राप्त करना एक उद्देश्यपूर्ण अधिगम अनुभव है।

2- परामर्श पारस्परिक सीखने की प्रक्रिया है इसके अन्तर्गत दो व्यक्ति शामिल होते है - एक सहायता मांगता है और दूसरा व्यवसायिक रूप से प्रशिक्षित होता है और पहले व्यक्ति को लक्ष्य की ओर निर्देशित करने में मदद करता है, जिससे उसके वातावरण में उसका अधिकतम विकास हो सके।

3- परामर्श को साक्षात्कार रूप बताते हुए बोलवर्ग ने कहा है कि ''परामर्श साक्षात्कार की वह किस्म है जिसमें प्रार्थी की स्वयं को अधिक पूर्णरूप से समझने में सहायता की जाती है।

4- परामर्श दो व्यक्तियों में उद्देश्यपूर्ण एवं गतिशील संबंध है। जिसमें विद्यार्थियों की आवश्यकताओं की प्रकृति के साथ प्रक्रियाओं में भिन्नता होती है, परन्तु इसमें परामर्शदाता और विद्यार्थी की पारस्परिक संभागिता विद्यार्थी को स्वयं स्पष्टता और स्वयं निर्धारण पर बल देती है।

5- परामर्श मनो-उपचारात्मक संबंध है जिसमें नकारात्मक भावनाओं को कम करने का अवसर और व्यक्तित्व में सकारात्मक वृद्धि के लिए मार्ग साफ हो जाता है।

6- यह परामर्शदाता केन्द्रित प्रक्रिया है क्योंकि वही प्रार्थी को साहस देने में तथा सामाजिक, व्यवहारिक उद्देश्यों की प्राप्ति में सहायक सिद्ध होता है।

1.5 परामर्श की मूलभूत अवधारणाएँ

परामर्श दो व्यक्तियों के बीच, जिसमें एक कुशल और अनुभवी होता है और दूसरा समस्याग्रसित होता है प्रगतिशील पारस्परिक सहयोगात्मक संबंध है। जिसमें दूसरा व्यक्ति अपनी समस्या का स्वयं विश्लेषण करने और निदानात्मक उपाय ढूंढने में सक्षम हो जाता है।

परामर्श की प्रक्रिया में ''समस्या से ग्रसित व्यक्ति'' अपने असंतोष या कमी के भाव को समझने का प्रयास करता है और समय, परिस्थिति एवं आवश्यकता के अनुसार अपने विचारों, कार्यशैली एवं व्यवहार में परिवर्तन करने के योग्य बन जाता है। परामर्श दो व्यक्तियों के बीच एक प्रकार का सहयोग है, जिसमें एक सहयोग देता है और दूसरा सहयोग प्राप्त करता है।

परामर्श एक ऐसी विद्या है जिसमें समस्याग्रस्त व्यक्ति को धीरे-धीरे निडरतापूर्वक संवाद, सक्षमता एवं आत्मविश्वास के साथ निर्णय लेने की क्षमता व समस्या समाधान की योग्यता विकसित की जाती है। परामर्शदाता, परामर्श प्राप्तकर्ता में इस प्रकार की समझ विकसित करने का प्रयास करता है जिससे वह स्वयं को, अपनी समस्या को समझकर स्वयं निर्णय लेने के योग्य बन सके।

अर्थर जे. जोन्स ने परामर्श की प्रमुख अवधारणाएँ बताई है-

1- यह समझा जाता है कि विद्यार्थी इस प्रक्रिया में भाग लेने की इच्छा रखता है। विद्यार्थी के पूर्णरूप से भाग लेने पर परामर्श सफल होगा।

2- परामर्शदाता के पास अनुकूल प्रशिक्षण, अनुभव व व्यक्तिगत दृष्टिकोण प्रभावशाली कार्य के लिये हो।

3. परामर्श प्रक्रिया को संचालित करने के लिए सर्वप्रथम अनुकूलित परिवेश का होना आवश्यक है तथा इस परिवेश में गोपनीयता व विश्वास होना जरूरी है।

4. परामर्शदाता के पास प्रभावशाली कार्य करने के लिए उपयुक्त प्रशिक्षण, अनुभव, व्यक्तिगत दृष्टिकोण का होना आवश्यक है तथा विद्यार्थी के साथ सामजंस्य करने की योग्यता हो जिससे उद्देश्यों और लक्ष्यों को निर्धारित करने में सेवार्थी की सहायता कर सके।

5. परामर्श इस प्रकार का सम्बन्ध प्रदान करे, जो तात्कालिक एवं दीर्घकालिक आवश्यकताओं की पूर्ति कर सके। परामर्शदाता उस समय उपलब्ध हो जब सेवार्थी को किसी विशिष्ट सहायता के लिए आवश्यकता हो।

जी.डब्ल्यू आलपोर्ट के अनुसार परामर्श की दो अवधारणा है-

(i) व्यक्ति व्यवहार को सीखता है और वह सुधार के योग्य होता है। परामर्श व्यक्ति में परिवर्तन का उत्तरदायित्व लेता है और उसमें परिवर्तनों के आधार पर समायोजन करने की क्षमता उत्पन्न करता है।

(ii) परामर्श सीखने की परिस्थिति है, जिसमें व्यक्ति जीवन में समायोजन करने की नई-नई विधियों को सीखता है।

1.6 परामर्श की आवश्यकता

परामर्श की आवश्यकता एवं महत्व को निम्नलिखित बिन्दुओं के अन्तर्गत स्पष्ट किया जा सकता है -

1. आत्म ज्ञान

व्यक्ति को स्वयं के मूल्यांकन में सहायता प्रदान करना परामर्श का प्रथम एवं महत्वपूर्ण उद्देश्य है। व्यक्ति को अपने विषय में जानने अपनी स्वयं की शक्ति योग्यता एवं संभावनाओं के पहचानने हेतु परामर्श की आवश्यकता होती है।

व्यक्ति के आत्मज्ञान के लिए तथा उसके मूल्यांकन हेतु परामर्श की अनेक विधियें का सहारा लिया जाता है यथा - अनिदेशात्मक परामर्श, साक्षात्कार परामर्श, सेवार्थी केन्द्रित परामर्श इत्यादि।

2. आत्म स्वीकृति

आत्म स्वीकृति परामर्श का दूसरा प्रमुख उद्देश्य है। आत्म स्वीकृति का अर्थ है व्यक्ति द्वारा स्वयं के व्यक्तित्व या प्रतिबिम्ब को स्वीकारना है। कई बार लोग अपने विषय में उचित दृष्टिकोण नहीं बना पाते हैं। कोई निर्णय लेने में असमर्थ होते हैं। ऐसे व्यक्तियों को दूसरे व्यक्ति जिस रूप में स्वीकार लेते है वह उसे ही अपना वास्तविक स्वरूप मानने लगते है। किन्तु व्यक्ति का जहां एक-दूसरे व्यक्ति द्वारा स्वीकृत रूप होता है वहां उसको अपने स्वरूप को स्वयं भी स्वीकार करना पड़ता है। अत व्यक्ति स्वयं के वास्तविक मूल्यांकन के रूप में अपने यथार्थ स्वरूप को ही स्वीकृति प्रदान करें। इस प्रकार के कार्य में परामर्श की आवश्यकता होती है।

3. सामाजिक सामंजस्य

परामर्श का एक अन्य महत्वपूर्ण उद्देश्य अथवा कार्य व्यक्ति को सामाजिक जीवन में समायोजन के योग्य बनाना भी है। व्यक्ति के समक्ष समाज में उचित समायोजन न कर पाने के कारण अनेक समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं। इन समस्याओं से निजात दिलाने में परामर्श की महत्वपूर्ण भूमिका होती है।

1.7 परामर्श के प्रकार

परामर्श के विभिन्न क्षेत्रों, लक्ष्यों को ध्यान में रखकर परामर्श के विभिन्न प्रकारों का वर्णन निम्न प्रकार किया जा सकता है -

1. शैक्षिक परामर्श

शैक्षिक परामर्श का सम्बन्ध छात्रों की शिक्षा संबंधी समस्याओं के निराकरण से सम्बन्धित होता है। जैसे - शिक्षण संस्थाओं को चयन करने सम्बन्धी समस्या, अध्ययन विधियों, समायोजन एवं पाठ्यक्रम के चुनाव सम्बन्धी समस्याएँ। शैक्षिक परामर्श छात्रों के समग्र शैक्षिक वातावरण की समस्याओं से जुड़ा हुआ है। विभिन्न प्रकार की क्षमताओं, विभिन्न अभिरुचियों तथा प्राकृतिक प्रवृत्तियों के कारण तथा इनके सन्दर्भ में विद्यार्थियों की सहायता शैक्षिक परामर्श द्वारा की जा सकती है।

2. व्यावसायिक परामर्श

व्यावसायिक परामर्श के अन्तर्गत व्यक्ति को उपयुक्त व्यवसाय चयन हेतु तैयारी में सहायता प्रदान की जाती है।

''व्यावसायिक परामर्श उन क्रियाओं से सम्बन्धित होता है, जो सेवार्थी द्वारा किसी व्यवसाय के चयन तथा उसकी तैयारी की समस्याओं पर केन्द्रित होती है। व्यवसाय चयन सम्बन्धी निर्णय लेना बहुत गम्भीर मामला होता है। इसमें विशेष ध्यान देने की आवश्यकता इसलिए होती है ताकि व्यक्ति अपनी क्षमताओं और रूचि के अनुरूप उपयुक्त व्यवसाय के चयन का निर्णय ले सकें।

3. व्यक्तिगत परामर्श

व्यक्तिगत और संवेगात्मक समस्याओं का निराकरण करना, व्यक्तिगत परामर्श का कार्य क्षेत्र है। उदाहरणार्थ - अकेलापन, हीनता की भावना, मित्रों का अभाव आदि। इस प्रकार की समस्याओं का निराकरण करना अति आवश्यक होता है। वरना इनका विपरीत प्रभाव विद्यार्थी की स्कूली शिक्षा के साथ-साथ जीवन पर भी पड़ता है।

उपर्युक्त वर्णित प्रकारों के अलावा मनोवैज्ञानिक परामर्श, नैदानिक परामर्श, मनोचिकित्सात्मक परामर्श, वैवाहिक परामर्श, स्थानापन्न परामर्श आदि परामर्श के अन्य प्रकार हैं।

निर्देशन और परामर्श में अन्तर्सम्बन्ध

निर्देशन और परामर्श दोनों देखने में समानार्थी लगते हैं और पहले निर्देशन के लिए परामर्श शब्द का प्रयोग किया जाता था, परन्तु निर्देशन व्यक्ति में ऐसी योग्यताओं का विकास करना है कि वह स्वयं निर्णय लेकर अपनी समस्या का समाधान खोज सके। निर्देशन का मुख्य उद्देश्य व्यक्ति को स्वनिर्देशन और आत्म निर्देशन की दिशाएं प्रेरित करना है। विभिन्न प्रकार की निर्देशन सेवाओं के संचालन का यही उद्देश्य है। इन सेवाओं में सूचना सेवा अनुवर्ती सेवा, व्यक्ति अध्ययन आदि आते है।

परामर्श सेवा को भी निर्देशन सेवाओं में ही सम्मिलित किया जाता है। परामर्श का अर्थ है राय देना। परामर्श की प्रक्रिया में एक परामर्श देने वाला होता है। दूसरा परामर्श प्राप्त करने वाला होता है। इसे परामर्श प्रार्थी के नाम से भी जाना जाता है। परामर्श दाता एक प्रशिक्षित व्यक्ति होना चाहिए।

अगर निर्देशन और परामर्श की प्रक्रियाओं का विश्लेषण किया जाए तो ज्ञात होता है कि परामर्श निर्देशन का ही एक महत्वपूर्ण अंग है। दोनों का उद्देश्य भी एक ही होता है। निर्देशन में व्यक्ति को समस्या समाधान के योग्य बनाया जाता है। परामर्श के माध्यम से व्यक्ति को आत्म निर्देशन हेतु सक्षम बनाया जाता है। परन्तु फिर भी दोनों में पर्याप्त अन्तर है। निर्देशन किसी भी व्यक्ति द्वारा प्रदान किया जा सकता है। यह आवश्यक नहीं कि वह पूर्व प्रशिक्षित हो परन्तु परामर्शदाता का पूर्व प्रशिक्षित होना आवश्यक है।

दूसरे परामर्श एक समय में केवल एक ही व्यक्ति के लिए उपलब्ध होता है, जबकि निर्देशन सामूहिक व व्यक्तिगत दोनों ही प्रकार का हो सकता है।

निर्देशन एक व्यापक प्रक्रिया है और परामर्श उसका एक महत्त्वपूर्ण हिस्सा है। परामर्श के बिना निर्देशन का कार्य पूरा नहीं माना जा सकता है।

1.8 परामर्शदाता की भूमिका (The Role of Counsellor)

भूमिका

परामर्श की प्रक्रिया को उचित ढंग से संचालित करने में परामर्शदाता की सर्वाधिक महत्वपूर्ण भूमिका होती है। परामर्श की प्रक्रिया एक जटिल प्रक्रिया है। परामर्श की प्रक्रिया विशिष्ट परिस्थितियों में ही संचालित किया जाता है। किन्तु निर्देशन किन्ही भी परिस्थितियों में किसी भी व्यक्ति के द्वारा दिया जा सकता है। परामर्श प्रदान करने वाले व्यक्ति के लिए यह बात आवश्यक है कि वह पूर्ण रूप से प्रशिक्षित एवं विभिन्न योग्यता व कौशलों से परिपूर्ण हो।

ई.जी. विलियमसन (E.G. Williamson) बालक की समस्या को दूर करने में परामर्शदाताओं बहुत सहायक माना है, क्योंकि एक शिक्षक एक परामर्श दाता भी होता है। एक शिक्षक को परामर्शदाता होना चाहिए क्योंकि सभी छात्र शिक्षक को और शिक्षक छात्रों को ठीक प्रकार से जानते हैं।

परामर्शदाता की भूमिका निम्न प्रकार से है-

1. सूचनाओं को इकट्ठा करना और परीक्षण करना (To Assemble and Examine Information)

परामर्शदाता सेवार्थी के वातावरण से सम्बन्धी सभी प्रकार की सूचनायें एकत्र कर लेता है तथा सूचनाऐं एकत्र करने में वह सेवार्थी का सहयोग लेता है। परामर्शदाता सूचनायें एकत्र करके उन पर विचार करते हैं। परामर्शदाता जब प्रार्थी को समझना चाहता है तब वह प्रश्न पूछता है। वह प्रश्नों के द्वारा ही प्रार्थी से सूचनाएं एकत्र कर लेता है। प्रश्न बहुत संक्षिप्त होते है ताकिप्रार्थी उनका जवाब दे सके। परामर्शदाता प्रार्थी को समय-समय पर आवश्यकतानुसार सुझाव भी देता है। परामर्शदाता प्रश्नों के द्वारा ही प्रार्थी से संपूर्ण जानकारी धीरे-धीरे प्राप्त कर लेता है।

2. व्यवहार परिवर्तन में सहायक (Helps in Changing Behaviour)

परामर्शदाता का प्रमुख कार्य यह होता है कि वह इस बात का पता लगाये कि विद्यार्थी क्यों नहीं सीख पा रहा है तथा अधिगम की प्रक्रिया में सुधार करके उसके व्यवहार में परिवर्तन ला सकता है। परामर्शदाता विद्यार्थी की रूचि, योग्यता के बारे में जानकर भी उनके व्यवहार में परिवर्तन ला सकता है।

विद्यार्थियों में सीखने की प्रक्रिया से उसके व्यवहार में सुधार लाना परामर्शदाता का कार्य होता है। परामर्शदाता एक शिक्षक के रूप में अपने कर्त्तव्यों को निर्वाह करता है। अच्छा शिक्षण कार्य व प्रभावशाली परामर्श एक अच्छे शिक्षक के ऊपर ही निर्भर रहता है। परामर्शदाता अपने परामर्श के द्वारा विद्यार्थी के व्यवहार में सुधार ला देता है।

3. सेवार्थी **के सामाजिक वातावरण के विषय में सूचना देना** (To provide information about Counselle's Social Environment)

परामर्शदाता का प्रमुख लक्ष्य यह होता है कि वह विद्यार्थी को समाज के वातावरण के अनुसार रहना सिखायें। परामर्शदाता सामाजिक वातावरण से सम्बन्धित सूचनाएं एकत्र करता है कि कौन से प्रशिक्षण कार्यक्रम चल रहे है तथा फिर वह सेवार्थी को इसके बारे में बताता है।

4. निर्णय प्रक्रिया के विषय में सलाह एवं सूचना प्रदान करना (To provide Advise and Information about Decision Making Process)

परामर्शदाता प्रार्थी को निर्णय प्रक्रिया के विषय में भी सूचना प्रदान करता है। वह सेवार्थी के साथ मिलकर निर्णय भी लेता है तथा वह सेवार्थी को सही निर्णय के विषय में भी जानकारी देता है। सेवार्थी के सही निर्णय लेने में परामर्शदाता बहुत सहायक होता है। परामर्शदाता एक उत्तम सलाहकार भी होता है। वह सेवार्थी को उत्तम निर्णय लेने में, सूचनाओं को प्राप्त करने के विषय में तथा उचित निर्णय लेने के लिए प्रेरित करता है।

5. अन्य लोगों के साथ परामर्शदाता का वार्तालाप (Conversation of Counselors with Others)

परामर्शदाता सेवार्थी के बारे में जानकारी हासिल करने के लिए सेवार्थी के अतिरिक्त अन्य लोगों से भी वार्तालाप करता है। परामर्शदाता सेवार्थी के मित्रों, माता-पिता, रिश्तेदार, शिक्षकों आदि से विचार विमर्श करता है। यह विचार विमर्श इस उद्देश्य से किया जाता है कि सेवार्थी की समस्या का समाधान ठीक प्रकार से किया जा सके।

6. प्रार्थी का आदर (Respect for Counsellee / Client)

परामर्शदाता सेवार्थी के सभी गतिविधियों पर ध्यान रखता है। परामर्शदाता सेवार्थी द्वारा कही गई किसी भी बात का बुरा नहीं मानता बल्कि वह उसकी बातों पर सहानुभूतिपूर्वक विचार करता है। परामर्शदाता यह ध्यान रखता है कि सेवार्थी किससे कैसा व्यवहार करता है।

7. अन्य मनोवैज्ञानिक सिद्धान्त के विषय में सूचना देना (To provide information about other Psychological Principles)

परामर्शदाता सेवार्थी को अन्य मनोवैज्ञानिक सिद्धान्तों के विषय में सूचनाएँ प्रदान कर सेवार्थी की सहायता कर सकता है।

परामर्शदाता के प्रमुख कर्त्तव्यों की व्याख्या मायर्स ने निम्न प्रकार की है :-

(i) मुलाकात के लिए समय का निर्धारण करना।

(ii) मुलाकात के लिए उचित प्रबन्ध करना।

(iii) मुलाकात की तैयारी करना।

(iv) मुलाकात के रिकार्ड सुरक्षित रखना।

स्टीवर्ड (Stewart) ने परामर्शदाता के कर्त्तव्यों के विषय में निम्न बातें बताई है -

(i) विद्यार्थी से सम्बन्धित जानकारी एकत्र करना।

(ii) विद्यार्थी की समस्याओं को समझना।

(iii) सेवार्थी से मुलाकात करना।

(iv) सेवार्थी की समस्या पर विचार विमर्श करना।

(v) समूल में निर्देशन प्रदान करना।

1.9 परामर्शदाता की विशेषताएँ

विभिन्न मनोवैज्ञानिकों ने परामर्शदाता की अनेक विशेषताएँ बताई है। मुख्यत: इन विशेषताओं को तीन भागों में विभाजित किया है।

1. व्यक्ति विशेषक
2. प्रशिक्षण तथा तैयारी
3. अनुभव

1. व्यक्ति विशेषक

(i) सहयोग की भावना - परामर्शदाता के लिए यह आवश्यक है कि उसमें सहयोग की भावना निहित हो वह समस्त कर्मचारियों के साथ सहयोग करें तथा सभी का सहयोग अपने कार्य में लें।

(ii) विनम्र स्वभावता - परामर्शदाता का स्वभाव विनम्र होना चाहिए यदि परामर्शदाता का स्वभाव उत्तम नहीं होगा तो उसके विद्यार्थियों या अध्यापक ठीक प्रकार से वार्तालाप नहीं कर पायेंगे। वह अपनी समस्या को उनके सामने रखने में असमर्थ होगा। परामर्शदाता के स्वभाव का प्रार्थी पर बहुत प्रभाव पड़ता है।

(iii) रूचियों की व्यापका - परामर्शदाता की रूचियाँ व्यापक होनी चाहिए क्योंकि परामर्शदाता को विभिन्न प्रकार के लोगों से संपर्क रखना पड़ता है। अलग-अलग प्रकार के लोगों की समस्याएँ, नौकरियों से सम्बन्धित समस्याओं को समझना पड़ता है। यदि उसकी स्वयं की रूचि नहीं होगी तो उसे कार्य करने में कठिनाई होगी।

(iv) चुम्बकीय आकर्षण - परामर्शदाता के व्यक्तित्व में चुम्बकीय आकर्षण का होना आवश्यक है। ताकि वह दूसरों को अपने व्यक्तित्व से प्रभावित कर सकें।

(v) अच्छा श्रोता - एक अच्छे परामर्शदाता की विशेषता होती है कि वह पूरे मनोयोग एवं ध्यान से प्रार्थी को सुने।

2. प्रशिक्षण तथा तैयारी (Training and Preparation)

(i) परामर्शदाता विविध विषयों का ज्ञान होना चाहिए (समाजशास्त्र, भूगोल, मनोविज्ञान इत्यादि)।

(ii) परामर्शदाता को निर्देशन के नियमों की जानकारी होनी चाहिए।

(iii) परामर्शदाता को किसी मान्यता प्राप्त विश्वसनीय संस्था से अधिस्नातक की उपाधि प्राप्त करनी चाहिए। अधिस्नातक की उपाधि मनोविज्ञान विषय में वांछनीय है इसके अतिरिक्त गाइडेन्स एवं काउसिंलिंग का प्रमाण प्राप्त करना आवश्यक है।

3. अनुभव (Experiences)

उचित परामर्श प्रदान करने के लिए परामर्शदाता के लिए यह आवश्यक है कि वह जिस विषय में ज्ञान दे रहा है उसका पूरा गहन अनुभव हो क्योंकि कुछ कार्य अनुभव से ही अच्छे हो सकते है।

(i) सेवार्थी या विद्यार्थियों की समस्या को समझना।

(ii) सेवार्थी की समस्या समाधान में सहायता लेना।

(iii) सेवार्थी के साथ मधुर संबंध।

एडवर्ड सी. रोयबर ने परामर्शदाता की कुछ अन्य विशेषताएं भी बताई है-

(i) परस्पर संबंध - परामर्शदाता का व्यक्तित्व ऐसा होना चाहिए कि वह दूसरों को अपनी और आकर्षित कर सकें।

(ii) गोपनीयता का गुण - परामर्शदाता को नैतिक गुणों से परिपूर्ण होना चाहिए। उत्तम परामर्शदाता का कर्तव्य है कि वह प्रार्थी से प्राप्त सभी सूचनाओं की गोपनीयता बनाए रखे। प्रार्थी का विश्वास परामर्शदाता पर नहीं रहेगा और न वह स्वयं स्वतंत्र रूप से अपने विचारों को अभिव्यक्त करेगा।

(iii) उत्तम परामर्शदाता को सेवार्थी की उचित प्रकार से मदद करनी चाहिए।

(iv) एक उत्तम परामर्शदाता में सहयोग, सहानुभूति, संवेदनशील आदि गुणों का होना आवश्यक है।

भारतीय मतानुसार परामर्शदाता की कुछ निम्न विशेषताएँ और बताई है। भारतीय परिवेश में परामर्शदाता की विशेषताओं पर बहुत अधिक जोर नहीं दिया है। भारतीय संस्कृति में कुछ ऐसे गुणों को उल्लेखित किया है जो एक आदर्श व्यक्ति में होना चाहिए।

(i) एक शिक्षक को परामर्शदाता होना चाहिए क्योंकि सभी छात्र शिक्षक को और शिक्षक छात्रों को भली भाँति जानते है।

(ii) शिक्षक को छात्र की बात सुननी चाहिए।

(iii) परामर्शदाता में सहयोग की भावना होनी चाहिए।

(iv) परामर्शदाता को समस्या के प्रति संवेदनशील होना चाहिए।

1.10 सारांश

परामर्श सेवाएं निर्देशन सेवाओं के लिए एक अति आवश्यक तत्व है। परामर्श के आभाव में निर्देशन का कार्य कदापि संभव नहीं है। परामर्श के लिए परामर्शदाता को अनने कार्य में निपुण एवं ईमानदार होना अतिआवश्यक है। परामर्शदाता, परामर्शग्राही को स्वयं से निर्णय लेने में मदद प्रदान करता है। एक प्रशिक्षित परामर्शदाता ही अपनी भूमिका से न्याय करने में सक्षम हो पाता है।

1.11 बोध प्रश्न

1 परामर्शदाता की भूमिका पर प्रकाश डालियें ?

2 एक अच्छे परामर्शदाता में क्या विशेषतायें होनी चाहिए?

3 परामर्श का अर्थ एवं परिभाषा बताइये।

4 परामर्श की प्रमुख अवधारणायें बताइये।

5 परामर्श की क्या आवश्यकता है। विवरण दीजिए।

1.12 संदर्भ सूची

1 गुप्ता, महावीर प्रसाद (2008) शैक्षिक परामर्श एवं निर्देशन एच.पी. भार्गव, बुक हाउस, आगरा।

2 जायसवाल, सीताराम (2009) शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श, अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा।

3 ओबराय, एस.सी. (2009) ''शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन एवं परामर्श, इन्टरनेशनल पब्लिशिंग हाऊस, मेरठ।

4 उपाध्याय राधावल्लभ (2009) ''शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।

5 पाण्डेय, कामता प्रसाद (2008) शैक्षिक तथा व्यवसायिक निर्देशन, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।

6 सिंह, रामपाल (2009), शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।

7 हन्सन, जेम्स सी. (1978), काउंसलिंग प्रोसेस एंड प्रोसिजर्स, मैक्मिलन कम्पनी, न्यूयार्क।

8 मरफी, जी, (1970), एन इन्ट्रोडक्शन टू काउसिंलिंग इन स्कूल्स, हार्पर एंड रो, न्यूयार्क।

9 रॉव नारायणन (1981) काउंसिलिंग साइकोलोजी, मैकग्रो हिल पब्लिशिंग कम्पनी, नई दिल्ली।

10 दुबे एल.एन. (2006) परामर्श मनोविज्ञान, शिक्षा प्रकाशन, जयपुर।

इकाई 2

परामर्श के प्रकार

इकाई की रूपरेखा

1.0 इकाई के उद्देश्य
2.1 प्रस्तावना
2.2 परामर्श के प्रकार
2.2.1. निर्देशीय परामर्श
2.2.2. अनिर्देशीय परामर्श
2.2.3. समाहारक परामर्श
2.3. संग्रही परामर्श के सोपान
2.4 सारांश
2.5 बोध प्रश्न
2.6 संदर्भ सूची

1.0 उद्देश्य

इकाई के अध्ययन पश्चात् विद्यार्थी -

1. निर्देशीय परामर्श के विभिन्न नामों एवं अर्थ से परिचित हो सकेंगे।
2. निर्देशीय परामर्श की प्राथमिक मूलभूत अवधारणों को जान सकेंगे।
3. निर्देशीय परामर्श के सोपानों की जानकारी प्राप्त कर सकेंगे।
4. निर्देशीय परामर्श की विशेषताओं, लाभ एवं सीमाओं से परिचित हो सकेंगे।
5. अनिर्देशीय परामर्श की अवधारणाओं सोपानो एवं लाभ हानी का निर्देशीय परामर्श से तुलनात्मक अन्तर कर सकेंगे।
6. समाहारा परामर्श की विशेषताओं एवं सौपानों की जानकारी प्राप्त कर सकेंगे।

2.1 प्रस्तावना

पिछली इकाई में आपने परामर्श की मूल अवधारणा संप्रत्यय एवं महत्व के बारे में जानकारी प्राप्त की। प्रस्तुत इकाई में हम परामर्श के विभिन्न प्रकार (Types of counselling) के बारे में जानेगें।

2.3 परामर्श के प्रकार

परामर्श के प्रमुख प्रकार निम्नलिखित है -

1. निर्देशीय परामर्श (Directive Counselling)

2. अनिर्देशीय परामर्श (Non-Directive Counselling)

3. संग्रही परामर्श (Eclectic Counselling)

2.3.1. निर्देशीय परामर्श (Directive Counselling) - को अन्य नामों से भी जाना जाता है यथा - परामर्शदाता केन्द्रित परामर्श (Counsellor Centered Counselling), नियोजक परामर्श (Prescriptive Counselling)

निर्देशीय परामर्श के अन्तर्गत परामर्श का मुख्य उत्तरदायित्व विशिष्ट रूप से प्रशिक्षण प्राप्त परामर्शदाता का होता है। वह परामर्श देने से पूर्व प्रार्थी के साथ मधुर एवं मैत्रीपूर्ण सम्बन्ध स्थापित करता है। इस प्रकार के परामर्श में परामर्शदाता की भूमिका सक्रिय होती है और वह स्वयं की भावनाओं को स्वतंत्र रूप से प्रकट करता है। परामर्शदाता प्राय: प्रश्नों की एक श्रृंखला पूछता है, जिनके उत्तर संक्षिप्त हो सकते है तथा इस परामर्श में प्रार्थी उदासीन रूप से अपनी भूमिका अदा करता है।

प्राथमिक मूलभूत अवधारणायें (Basic Assumptions)

1. **परामर्श प्रक्रिया बौद्धिक प्रक्रिया है -** परामर्श प्राथमिक रूप से बौद्धिक प्रक्रिया है। यह बौद्धिक पक्ष पर अधिक बल देता है। यह व्यक्ति के वर्तमान की अपेक्षा भूतकाल में घटित घटनाओं को जानने व उनके अनुरूप समाधान खोजने पर बल देता है।
2. **सुझाव देने में सक्षमता -** परामर्शदाता एक उत्तम प्रशिक्षण प्राप्त एवं अनुभवी व्यक्ति होता है, उसके पास प्रार्थी से सम्बन्धित सूचनाएं होती है। अत: वह सुझाव देने में सक्षम होता है।
3. **परामर्श के उद्देश्य समस्या समाधान स्थिति के रूप में -** परामर्श के उद्देश्य समस्या समाधान स्थिति के माध्यम से प्राप्त किए जाते हैं। इसमें परामर्शदाता की मुख्य अभिवृत्ति समस्या समाधान के प्रति होती है। यह उद्देश्यपरक होता है तथा कम समय लेता है।
4. सेवार्थी **की समस्या समाधान में अक्षमता -** परामर्शदाता का यह मानना है कि सेवार्थी में अधिकतर समस्या समाधान करने की योग्यता नहीं होती है। अत: इस विधि में प्रत्यक्ष रूप से सलाह दी जाती है। इसमें व्यक्ति के अपेक्षा समस्या पर अधिक ध्यान केन्द्रित रहता है।

निर्देशीय परामर्श के सोपान (Steps in Directive Counselling)

1. **विश्लेषण** (Analysis) - विश्लेषण के अन्तर्गत प्रार्थी के बारे में सूचनाएँ एवं आँकड़े संचित अभिलेख, साक्षात्कार आदि के माध्यम से इकट्ठे किये जाते है। सभी तथ्यों व आँकड़ों को एकत्र करने के लिए केस हिस्ट्री विधि का प्रयोग किया जाता है।
2. **संश्लेषण** (Synthesis) - संश्लेषण के अन्तर्गत विश्लेषण से प्राप्त आँकड़ों का इस प्रकार से संक्षिप्तीकरण किया जाता है। जिससे विद्यार्थी के गुणों, न्यूनताओं, समायोजन और कुसमायोजन की स्थितियों का पता लगाया जा सकें।
3. **निदान** (Dignosis) - निदान के अन्तर्गत प्रार्थी द्वारा अभिव्यक्त समस्या के आँकड़ों की व्याख्या करना शामिल है - (1) समस्या की पहचान (2) समस्या के कारण (3) पूर्ण अनुमान।
4. **पूर्व अनुमान** (Prognosis) - इसके अन्तर्गत छात्रों की समस्या के संबंध में भविष्यवाणी की जाती है। पूर्ण अनुमान उपलब्ध सूचनाओं पर निर्भर होता है।

5. **परामर्श/उपचार** (Counselling/Treatment) - इस सोपान के अन्तर्गत परामर्शदाता प्रार्थी के समायोजन हेतु वांछित कदम उठाता है व परामर्श प्रदान करता है।

6. **अनुवर्तन** (Follow-up) - इस सोपान के अन्तर्गत परामर्श प्रक्रिया की प्रभावशीलता का मूल्यांकन किया जाता है कि विद्यार्थी की परामर्श के माध्यम से क्या-क्या उपलब्धियां रही।

निर्देशात्मक परामर्श की विशेषताएँ (Characteristics of Directive Counselling)

1. इस प्रक्रिया में परामर्शदाता सक्रिय भूमिका निभाता है।
2. इस प्रक्रिया में व्यक्ति की समस्या केन्द्र बिन्दु होती है न कि व्यक्ति।
3. इस प्रक्रिया में प्रत्यक्ष, प्रभावशाली विधियों का प्रयोग किया जाता है।
4. परामर्शदाता प्रार्थी को आवश्यक सूचनाओं से परिचित कराता है, सेवार्थी की परिस्थिति का वस्तुनिष्ठ वर्णन तथा व्याख्या करता है तथा उसे परामर्श प्रदान करता है।
5. परामर्श की इस प्रक्रिया में प्रार्थी के बौद्धिक पक्ष की ओर ध्यान दिया जाता है न कि संवेगात्मक पक्ष की ओर।

निर्देशीय परामर्श के लाभ (Advantages of Directive Counselling)

1. इसमें व्यक्ति की समस्या पर अधिक ध्यान दिया जाता है।
2. परामर्शदाता प्रार्थी को सामने प्रत्यक्ष रूप से देख सकता है।
3. इस विधि में परामर्शदाता प्रार्थी की सहायता के लिए तुरन्त ही उपस्थित हो जाता है।
4. यह प्रक्रिया समय की दृष्टि से उपयोगी है।

निर्देशीय परामर्श की सीमाएँ (Limitations of Directive Counselling)

निर्देशीय परामर्श के अन्तर्गत सेवार्थी स्वतंत्र रूप से कार्य नहीं कर सकता इस प्रकार का परामर्श उत्तम और प्रभावशाली नहीं होता है। इसमें सेवार्थी परामर्शदाता पर अधिक निर्भर होता है। इस प्रकार के परामर्श में सब कुछ परामर्शदाता ही करता है जिससे प्रार्थी में अन्तर्दृष्टि उत्पन्न नहीं होती है। वह समस्या समाधान के लिए सदैव Counsellor की ओर देखता है।

1 निर्देशीय परामर्श से क्या तात्पर्य है ? इसकी प्रमुख अवधारणायें बताइये।

2 निर्देशात्मक परामर्श की विशेषतायें बताते हुये विभिन्न सौपानों का विश्लेषण कीजिए ?

3 निर्देशीय परामर्श के प्रमुख लाभ एवं सीमायें बतायें?

2.3.2. अनिर्देशीय परामर्श (Non-Directive Counselling) इसे अन्य नामों से भी जाना जाता है यथा - प्रार्थी केन्द्रित परामर्श (Client Centered Counselling), अनुमत परामर्श (Permissive Counselling)

प्रमुख प्रवर्तक (कार्ल. रोजर्स)

अनिर्देशात्मक परामर्श निर्देशात्मक परामर्श के विपरीत होता है। यह परामर्श प्रार्थी केन्द्रित होता है। इस प्रकार के परामर्श में प्रार्थी को बिना किसी प्रत्यक्ष निर्देश के आत्मनिर्भरता, आत्म साक्षात्कार एवं

आत्मानुभूति की ओर अग्रसर किया जाता है। कार्ल रोजर्स ने परामर्श के इस प्रारूप का उपयोग शैक्षिक व्यावसायिक तथा वैवाहिक आदि अनेक समस्याओं के समाधान के लिए किया है। इसमें प्रार्थी को अपनी भावनायें, विचारों को अभिव्यक्त करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

अनिर्देशात्मक परामर्श की मूलभूत अवधारणाएँ(Basic Assumptions)

1. व्यक्ति की सक्षमता में विश्वास - रोजर्स व्यक्ति की क्षमता में

सशक्त विश्वास रखता है। उसका मानना है कि व्यक्ति में

समस्या समाधान की अपूर्व क्षमता होती है।

2. व्यक्ति विश्वास योग्य है - रोजर्स का मानना है कि व्यक्ति बुनियादी तौर पर अच्छा एवं विश्वास के योग्य होता है। अनेकों बार व्यक्ति का व्यवहार अविश्वसनीय होता है मगर व्यक्ति कुछ शक्तियों के साथ जन्म लेता है जिनको नियन्त्रण में रखना आवश्यक है। इसमें निर्णय तक पहुँचने में अधिक समय लगता है। यह विधि भूतकाल की अपेक्षा व्यक्ति के वर्तमान पर अधिक बल देती है।

3. स्वाभाविक प्रवृत्तियां - वंशानुक्रम प्रवृत्ति में वृद्धि समायोजन, समाणीकरण, स्वतंत्रता आदि दिशाएँ सम्मिलित है। ये दिशात्मक प्रवृत्ति ही स्वाभाविक प्रवृत्ति कहलाती है। इसमें व्यक्ति की भावनाओं और संवगों पर अधिक ध्यान दिया जाता है तथा व्यक्ति को अभिव्यक्ति की ओर प्रेरित किया जाता है। इसमें व्यक्ति को अधिक सफलता प्राप्त होती है।

अनिर्देशात्मक परामर्श के सोपान (Steps in non directive Counselling)

1. सत्र का प्रारम्भ (Opening Session) - अनिर्देशात्मक परामर्श का प्रथम सोपान है ''वार्तालाप''। इसमें परामर्शदाता तथा प्रार्थी परस्पर मिलते है तथा अनेक बैठकों में विभिन्न विषयों पर आपस में वार्तालाप करते है।

2. उत्तम तादात्म्य स्थापित करना (To Establish Good Report) - इसके अन्तर्गत परस्पर सौहार्द की भावना की स्थापना करना जिससे प्रार्थी निःसंकोच अपनी बात को परामर्श दाता से कह सके। परामर्शदाता द्वारा यह प्रयास रहता है कि वह प्रार्थी के साथ एक अच्छे मित्र के रूप में सम्बन्ध स्थापित कर लें।

3. भावनाओं की स्वतंत्र अभिव्यक्ति (Free expression of feeling) - उचित तादात्मय के पश्चात् प्रार्थी को इस बात के लिए तैयार किया जाता है कि वह अपनी भावनाओं को स्वतंत्र रूप से अभिव्यक्त कर सकें।

4. सकारात्मक और नकारात्मक भावनाओं का वर्गीकरण (Classification of Positive and Negative Feelings) - प्रार्थी की भावनाओं एवं संवेगों की स्वतंत्र अभिव्यक्ति के पश्चात् परामर्शदाता सेवार्थी के नकारात्मक एवं सकारात्मक भावनाओं को पहचानकर उनका वर्गीकरण करता है।

5. अर्न्तदृष्टि का विकास (Development of Insight) - समस्या समाधान के लिए प्रार्थी में सूझबुझ या अर्न्तदृष्टि का विकास होने पर परामर्श दाता प्रार्थी की नई भावनाओं के विषय में चिन्तन करना प्रारम्भ कर देता है और उनका वर्गीकरण भी करता रहता है।

6. परामर्श की स्थिति समाप्त करना (Termination of Counselling Situation) - इन सभी सौपानों के पश्चात् परामर्शदाता उस बिन्दु की तलाश में रहता है जहाँ परामर्श को समाप्त किया जा सके।

7. अनुवर्ती (Follow-up) - इस सोपान के अन्तर्गत परामर्शदाता को प्रार्थी का अनुगमन करना चाहिए जिससे समस्या दुलारा उत्पन्न न हो जाए।

अनिर्देशीय परामर्श की विशेषताएँ (Characteristics of Non Directive Counselling)

1. अनिर्देशीय परामर्श प्रार्थी केन्द्रित परामर्श है।
2. अनिर्देशीय परामर्श के अन्तर्गत सेवार्थी को अपनी समस्या का हल स्वयं खोजने हेतु प्रेरित किया जाता है।
3. इस प्रकार के परामर्श में परामर्शदाता निष्क्रिय होता है।
4. अनिर्देशात्मक परामर्श की विचारधारा निर्देशात्मक परामर्श के बिल्कुल विपरीत है।
5. अनिर्देशात्मक परामर्श में संपूर्ण उत्तरदायित्व प्रार्थी पर ही रहता है।

अनिर्देशात्मक परामर्श के लाभ (Advantages of Non-Directive Counselling)

1. इस परामर्श में परामर्शदाता प्रार्थी में समस्या समाधान की योग्यता को उत्पन्न करता है।
2. परामर्शदाता प्रार्थी को मैत्रीपूर्णयुक्त साहचर्य के लिए प्रोत्साहित करता है।
3. अनिर्देशात्मक परामर्श प्रार्थी को तनाव से रहित करता है।
4. प्रार्थी केन्द्रित विचारधारा होने के कारण अन्य अनावश्यक गतिविधियों और परीक्षण आदि से बचाव हो सकता है।
5. जब प्रार्थी में समस्या समाधान करने के लिए अन्तर्दृष्टि उत्पन्न हो जाती है उसमें अपना भला बुरा सोचने की क्षमता आ जाती है तब वह उसी का कार्य रह जाता है कि वह अपनी रुचि, योग्यतानुसार व्यवसायों, विषयों का चुनाव कर लें।

अनिर्देशीय परामर्श की सीमायें (Limitations of Non-Directive Counselling)

1. अनिर्देशीय परामर्श में समय अधिक लगता है अत: इस प्रकार के परामर्श का प्रयोग विद्यालयों, महाविद्यालयों में नहीं किया जा सकता है।
2. इस परामर्श में समय अधिक लगता है अत: प्रार्थी को अपनी आवश्यकताओं एवं सुविधाओं के अनुसार समय देना पड़ता है।
3. प्रार्थी केन्द्रीत परामर्श के अन्तर्गत बहुत सी परामर्श की परिस्थितियां सफलतापूर्वक नहीं आती।
4. सभी प्रकार की समस्याओं का समाधान मौखिक रूपों में नहीं किया जा सकता।

2.3.3. समाहारक परामर्श (Eclectic Counselling) - इसे अन्य नामों जैसे समन्वित परामर्श, मध्यमार्गीय या मिश्रित परामर्श, संग्रही परामर्श के नाम से भी जाना जाता है।

मुख्य प्रवर्तक - एफ.सी. थोर्न, ऐलन बोर्डिन परामर्श में किसी एक निर्देशित अथवा अनिर्देशीय विधि को अपनाना उचित नहीं है। परामर्शदाता कई बार न तो निर्देशीय परामर्श की विचारधारा से सहमत होता है न ही अनिर्देशीय परामर्श की विचारधारा से ऐसी स्थिति में परामर्श के अन्य प्रकार को विकसित किया

है जिसे समन्वित परामर्श या संग्रही परामर्श के नाम से जाना जा सकता है। यह परामर्श दोनों का ही मिश्रित रूप है इस प्रकार के परामर्श में परामर्शदाता न तो अधिक सक्रिय रहता है और न ही निष्क्रिय होता है। संग्रही परामर्श में प्रविधियाँ परिस्थिति एवं सेवार्थी की आवश्यकतानुसार ही प्रयुक्त की जाती है। इसमें दोनों ही सक्रिय रूप से कार्य कर समस्या का समाधान करते है।

2.3.3संग्रही परामर्श के सोपान (Steps in Eclectic Counselling)

1. प्रार्थी **की आवश्यकता एवं व्यक्ति की विशेषताओं का अध्ययन**

प्रथम सोपान में परामर्शदाता प्रार्थी की वास्तविक आवश्यकताओं के विषय में जानकारी एकत्रित करता है तथा व्यक्ति के व्यक्तित्व के विषय में जानकारी एकत्रित करता है।

2. प्रविधियों को चुनना (Selection of Techniques)

इस सोपान के अन्तर्गत प्रार्थी की आवश्यकतानुसार विधियों का चयन करके उनका उपयोग किया जाता है। इनका प्रयोग प्रार्थी की आवश्यकता के अनुरूप ही किया जाता है।

3. प्रविधियों का उपयोग करना (Application of Techniques)

चयनित प्रविधियों का उपयोग विशिष्ट परिस्थितियों में किया जाता है। जिन प्रविधियों को चुना जाता है। उनकी उपयोगिता प्रार्थी की परिस्थिति के अनुसार ही देखी जाती है।

4. प्रभावशीलता का मूल्यांकन(Evaluation of Effectiveness)

इसके अन्तर्गत उपयोग की गई प्रविधियों की प्रभावशीलता का मूल्यांकन विभिन्न विधियों द्वारा किया जाता है।

5. परामर्श की तैयारी (Preparation of Counselling)

इस चरण के अन्तर्गत प्रार्थी को यथोचित परामर्श तथा मार्गदर्शन के लिए वांछनीय तैयारी की जाती है।

6. सेवार्थी **या अन्य व्यक्ति की राय प्राप्त करना**

इसमें परामर्श संबंधी कार्यक्रम एवं अन्य आवश्यक उद्देश्यों एवं विषयों पर प्रार्थी एवं उससे संबंधित अन्य व्यक्तियों की राय प्राप्त की जाती है।

संग्रही परामर्श की विशेषताएं (Characteristics of Eclectic Counselling)

1. परामर्श के प्रारम्भ में सामान्य रूप से उन प्रविधियों का प्रयोग किया जाता है जिसमें प्रार्थी की भूमिका सक्रिय एवं परामर्शदाता की निष्क्रिय भूमिका होती है।
2. परामर्श की विधि का प्रयोग करते समय अल्प व्यय के सिद्धान्त का ध्यान रखा जाता है।
3. परामर्शदाता में समस्त प्रविधियों एवं विधियों का प्रयोग करने के लिए अपेक्षित रूप से कुशलता व दक्षता होनी चाहिए।
4. संग्रही परामर्श के अन्तर्गत प्रार्थी की आवश्यकता को ध्यान में रखकर निर्देशात्मक या अनिर्देशात्मक विधियों के प्रयोग करने का निर्णय लिया जाता है।
5. संग्रही परामर्श में किसी भी विधि का प्रयोग किया जाए लेकिन आवश्यक यह है कि प्रार्थी में अन्तर्दृष्टि उत्पन्न हो तथा वह स्वयं अपनी समस्या निवारण कर सके।

संग्रही / समाहारक परामर्श की सीमाएं (Limitations of Eclectic Counselling)

1. संग्रही परामर्श की युक्तियाँ अस्पष्ट होती है।
2. प्रार्थी को कितनी स्वतंत्रता प्रदान की जाए इसके विषय में कोई निश्चित नियम निर्धारित नहीं है।
3. परामर्शदाता में व्यावसायिक दक्षता तथा समायोजन की योग्यता का होना परम आवश्यक है।
4. परामर्शदाता का दृष्टिकोण सेवार्थी को अधिक से अधिक लाभ पहुँचाने का प्रयास करता है।

2.4 सारांश

परामर्श मूलत: तीन प्रकार के होते हैं। निर्देशीय परामर्श, उपनिर्देशिय परामर्श एवं समाहारक परामर्श परामर्श मुख्य परामर्श प्रकार के होते है। आवश्यकता एवं परिस्थितियों के अनुसार परामर्शग्राही को परामर्श दिया जाता है। किसी भी परामर्श तकनीक के प्रयोग में उसके सारे सोपानों का प्रयोग बेहर परामर्श के लिए आवश्यक होता है।

2.5 बोध प्रश्न

1 अनिर्देशीय परामर्श से क्या तात्पर्य है ? इसकी प्रमुख अवधारणायें बताइये।

2 अनिर्देशात्मक परामर्श की विशेषतायें बताते हुये विभिन्न सौपानों का विश्लेषण कीजिए ?

3 अनिर्देशीय परामर्श के प्रमुख लाभ एवं सीमायें बतायें?

4 समाहारक परामर्श अन्य दो परामर्श से किस प्रकार भिन्न है ?

5 संग्रही परामर्श की प्रमुख विशेषतायें बताते हुये लाभ लिखिये?

6 संग्रही परामर्श के विभिन्न सौपानों का परिचय दीजिये?

2.6 संदर्भ सूची

1. गुप्ता, महावीर प्रसाद (2008) शैक्षिक परामर्श एवं निर्देशन एच.पी. भार्गव, बुक हाउस, आगरा।
2. सिंह, रामपाल (2009), शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।
3. उपाध्याय राधावल्लभ (2009) ‘‘शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।
4. ओबराय, एस.सी. (2009) ‘‘शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन एवं परामर्श, इन्टरनेशनल पब्लिशिंग हाऊस, मेरठ।
5. पाण्डेय, कामता प्रसाद (2008) शैक्षिक तथा व्यवसायिक निर्देशन, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।
6. जायसवाल, सीताराम (2009) शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श, अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा।
7. हन्सन, जेम्स सी. (1978), काउंसलिंग प्रोसेस एंड प्रोसिजर्स, मैक्मिलन कम्पनी, न्यूयार्क।
8. मरफी, जी, (1970), एन इन्ट्रोडक्शन टू काउसिंलिंग इन स्कूल्स, हार्पर एंड रो, न्यूयार्क।

9. रॉव नारायणन (1981) काउंसिलिंग साइकोलोजी, मैकग्रो हिल पब्लिशिंग कम्पनी, नई दिल्ली।
10 वालिया जे.एस. 2008, फाउन्डेशन्स ऑफ गाइडेन्स एंड काउंसिलिंग, अहिम पॉल पब्लिशर्स, पंजाब
11 सफाया बी.एन. 2002, गाइडेन्स एंड काउन्सिलिंग, अभिषेक प्रकाशन, चण्डीगढ।

इकाई 3

परामर्श में कौशल और चरण

इकाई की रूपरेखा

3.1 उद्देश्य
3.2 प्रस्तावना
3.3 कौशल की परिभाषा
3.4 मूल परामर्श कौशल
3.5 कौशल का विकास
3.6 कौशल में सुधार
3.7 बोध प्रश्न
3.8 संदर्भ सूची

3.1 उद्देश्य

इस प्रकार के अध्ययन के पश्चात आप जान सकेंगे कि-

- कौशल का संप्रत्यय समझ पायेगे।
- कौशल क्यों आवश्यक है, समझ पायेंगे।
- कौशल की प्रकृति से परिचित हो सकेंगे
- कौशल किन क्षेत्रों में आवश्यक होता है यह जान पायेंगे।

3.2 प्रस्तावना

परामर्शदाता विद्यार्थी के तनावपूर्ण या भावनात्मक भावनाओं में शामिल हो सकते हैं जो कठिनाइयों का पता लगाने के क्रम में निर्धारित समय तब होता है जब कि प्रक्रिया में विद्यार्थी भाग ले रहा हो संभवतः दृष्टिकोण एक अलग से, और अधिक स्पष्ट रूप से चीजों को देखने के लिए विद्यार्थी की मदद करने का काम करते हैं। इस विद्यार्थी सकारात्मक बदलाव को सुविधाजनक बनाने के लक्ष्य के साथ, भावनाओं, अनुभवों या व्यवहार पर ध्यान केंद्रित करने के लिए सक्षम कर सकते हैं गोपनीयता सफल परामर्श के लिए सर्वोपरि है। पेशेवर सलाहकारों आमतौर पर गोपनीयता पर अपनी नीति की व्याख्या करेगा, अगर जानकारी का खुलासा करने के लिए कानून द्वारा आवश्यक सहायता हो सकती है.

3.3 कौशल की परिभाषा

काउंसिलिंग लोगों को परामर्श कौशल परामर्श, या एक परामर्शदाता के रूप में होने के लिए अधिकारी होना चाहिए कि कौशल के लिए यह आवश्यक हैं कि वे कौशल क्र रहे हैं, जबकि वे कैसे लग रहा है बदलने के लिए और बेहतर जीने का मौका प्रदान करता है कि मनोवैज्ञानिक या बात कर चिकित्सा का एक रूप है प्रभावी ढंग से काम करने में सक्षम। इन परामर्श कौशल के कुछ प्रतिभागियों को अपनी गति

से काम करने की अनुमति , कौशल सुनने और जवाब देने के सक्रिय उपयोग कर रहा है, और भी लोग हैं उनके लिए सबसे अच्छा काम करता है पता क्या दे रहे हैं काउंसिलिंग आत्म - ज्ञान , भावनात्मक सुविधा प्रदान करने के संबंध में कुशल और सैद्धांतिक इस्तेमाल होता है परामर्श का कार्य स्वीकृति और विकास और निजी संसाधनों का इष्टतम विकास समग्र लक्ष्य प्रदान करना है

अधिक तसल्ली और समझ - बूझ से रहने की दिशा में काम करने का अवसर परामर्श संबंधों में होगा जरूरत के हिसाब से अलग अलग है लेकिन विकास के मुद्दों के साथ संबंध हो सकता है , को संबोधित करने और हल विशिष्ट समस्याओं, निर्णय लेने के संकट के साथ मुकाबला करने , व्यक्तिगत अंतर्दृष्टि और ज्ञान के विकास ,आंतरिक संघर्ष की भावनाओं के माध्यम से काम कर रहा है या अन्य लोगों के साथ संबंधों में सुधार करना है

3.4 मूल परामर्श कौशल

परामर्श दाता प्रभावी ढंग से कार्य करने के क्रम में बुनियादी परामर्श कौशल का एक ठोस प्रदर्शनों की सूची का विकास करना चाहिए . ये कौशल काउंसलर और विद्यार्थी के बीच बुनियादी संचार पैटर्न फार्म और रिश्ते (रखरखाव) और साक्षात्कार की सामग्री (कार्य) के कार्यों दोनों की सुविधा देना है अधिकांश छात्रों को एक उचित प्रवेश करने के लिए मध्यम स्तर पर इन कौशल के साथ उन्नत व्यावहारिक के लिए आते हैं । निम्न कौशल अच्छा व्यावसायिक परामर्श के लिए , आवश्यक है, लेकिन पर्याप्त नहीं हैं:

व्यवहार में भाग लेने पर :-व्यवहार दो प्रकार का होता है

1 . मौखिक

यह विषय पर रहता है तथा विद्यार्थी पर केंद्रित होता है

2 . गैर मौखिक

यह चौकस रवैया रखता है तथा यह उचित मौन रखकर अक्सर आँख से संपर्क बनाता है

कौशल जानने और ट्रैकिंग करने के लिए

1. ओपन एंडेड सवाल पूछते है
2. चिंतनशील प्रतिक्रियाओं बनाता है
3. पुन: कथन प्रतिक्रियाओं बनाता है
4. टीका का उपयोग करता है

इन सब में निम्न किर्या की जाती है

1. समय पर सत्र समाप्त और शुरू होता है
2. प्रशिक्षु परामर्श प्रक्रिया और काउंसलर योग्यता का वर्णन करता है
3. संक्षिप्तीकरण का उपयोग करता है
4. जानकारी के उपचार , टेप , और रिलीज के लिए उपयुक्त विद्यार्थी से सहमति प्राप्त करता है

- काउंसेलर ऐसी व्याख्या , टकराव , आत्म प्रकटीकरण , साक्षात्कार व्यवहार प्रसंस्करण (तुरंत्ता) के रूप में साक्षात्कार में ठोस बुनियादी परामर्श कौशल , उपयोग करने की क्षमता को दर्शाता है .
- मूलभूत कौशल को लागू करने के अलावा, परामर्शदाता विद्यार्थी के मुद्दों के अपने या अपने खुद के प्रति जागरूकता बढ़ रही है और अपने या अपने खुद की शैली के अनुरूप सैद्धांतिक रूपरेखा (यानी , परिवर्तन कैसे होता है के बारे में विश्वास) में यह जानकारी शामिल करने में प्रभावी हो जाएगा। काउंसलर चल रहे विद्यार्थी के साथ लगातार आवेदन सैद्धांतिक दृष्टिकोण और प्रथाओं " पर की कोशिश करता है”
- परामर्शदाता सैद्धांतिक दृष्टिकोण और प्रथाओं चल रहे विद्यार्थी के साथ लगातार आवेदन की कोशिश करता है

स्प्रिंग सेमेस्टर :

- काउंसेलर अपने या अपने स्वयं के विकास और अनुभव के अनुरूप विद्यार्थी के मुद्दों की अवधारणा के साथ पर्याप्त आराम को दर्शाता है .
- परामर्शदाता ऐसे सैद्धांतिक रुख और परिवर्तन के सिद्धांत के रूप में पेशेवर पहचान मुद्दों प्रथाओं उन्नत कौशल का उपयोग , परामर्श में सिद्धांत के इस्तेमाल को बनाए रखता है , और जाँच पड़ताल करता है
- काउंसेलर भी विद्यार्थी के मुद्दों का एक व्यापक रेंज के साथ तकनीक की पड़ताल और इच्छा और उचित विद्यार्थी के मुद्दों के लिए उपायों की एक किस्म का चयन करें और उचित आंतरिक और बाहरी रेफरल बनाने की क्षमता को दर्शाता है।

बुनियादी परामर्श कौशल

चिकित्सा क्षेत्र में निरंतर अनुसन्धान किया जा रहा है कि किस तरह विद्यार्थी का उत्साह विश्वास बदलकर विद्यार्थी में नयी क्षमता का विकास किया जाये परामर्श दाता विद्यार्थी में होने वाले परिवर्तन सुनिश्चित करेंगे कि जो कुछ भी है, यह विद्यार्थी को एक अच्छे और सकारात्मक संबंध उन्हें और उनके चिकित्सक के बीच मौजूद है जब अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने की संभावना है कि प्रतीत होता. संक्षेप में विद्यार्थी के साथ काउंसलर की बातचीत में मदद करने के संबंध में एक शक्तिशाली उपकरण है।

1 . सुनना

इस किर्या में परामर्शदाता भाग ले और मरीज के बारे में पता लगाये और , वास्तव में , विद्यार्थी अपने पूरे अविभाजित ध्यान रखे कि आप देखभाल संकेत मिलता है कि रोगी के लिए शारीरिक रूप से अपने आप को orienting . सिर हिला देते हैं , verbalizations प्रोत्साहित , विचलित किया जा रहा है , आंख से संपर्क के आसपास घूम नहीं, मिरर आसन और भाषा (तरीके आँख से संपर्क में शामिल आगे झुकाव , आदि शोधकर्ताओं संचार के बारे में 80 प्रतिशत गैर मौखिक रूप से जगह लेता है कि अनुमान है।

बी . सुनकर / को देख - कि विद्यार्थी द्वारा भेजी मौखिक और अमौखिक जानकारी पर कब्जा करने और समझने की कोशिश करता है ।

सूचना के दो प्राथमिक सूत्रोंका कहना है :

- कंटेंट - विशेष रूप से क्या कहा है आप एक गहरी अंतर्दृष्टि दे सकते हैं , जो न केवल एक व्यक्ति को क्या कहते हैं , लेकिन यह भी शब्द, भाव और पैटर्न व्यक्ति उपयोग कर रहा है , के लिए ध्यान से सुनो . परामर्शदाताओं क्या कहा था याद करने के लिए , साथ ही कहा या नहीं कहा था क्या पता लग गया था कि क्या स्पष्ट करने के लिए अपनी क्षमता का विकास करना चाहिए ।
- प्रक्रिया - विषयों , शरीर की भाषा , बातचीत , आदि मुस्कुरा, सामग्री अवगत करा दिया है कि कैसे सभी अमौखिक घटना भी असर करती है ।

2 . सहानुभूति

दूसरे के अनुभव को देखती है और फिर अनुभव और अर्थ को स्पष्ट करने और अपने स्वयं बढ़ाना व्यक्ति को वापस धारणा है कि संवाद करने की क्षमता . यह इसी तरह के अनुभवों को साझा करने के साथ की पहचान नहीं है - " मैं तुम्हें कैसे लग रहा है पता है," नहीं ।

सहानुभूति के संचार केसाथ जुड़े प्राथमिक कौशल शामिल हैं:

एक . अमोखिक और मौखिक

बी . विद्यार्थी संचार की सामग्री का उपयोग करेंगे

सी. विद्यार्थी की भावनाओं और निहित संदेशों को दर्शाती है

१. भाग लेने – विद्यार्थी के लिए एक को स्वीकार करने और सहायक रास्ता में हमारे भुगतान पूराध्यान दर्शाते हैं जो हमारे व्यवहार शामिल है ।

बी . टीका - चयनित संदेश के संज्ञानात्मक भाग पर ध्यान केंद्रित- ग्राहक की कुंजी शब्दों और एक rephrased , और संक्षिप्त रूप में विद्यार्थी को वापस भेजी जा रही विचारों के साथ . प्रभावी टीका में चार चरण हैं:

मेरे को सुनो और याद करते हैं. आप यह सुनिश्चित करने के लिए पूरे विद्यार्थी संदेश अपनी संपूर्णता में यह चर्चा की और किसी भी महत्वपूर्ण भागों चूकना नहीं चाहता ।

द्वितीय . विद्यार्थी के बारे में बात कर रही है कि क्या घटना , स्थिति , विचार , या व्यक्ति निर्णय लेने से संदेश की सामग्री के भाग को पहचानें।

तृतीय . Rephrase , संभव के रूप में संक्षिप्त एक तरह से, कुंजी शब्दों और विचारों के रूप में ग्राहक एक ताजा या अलग परिप्रेक्ष्य में अपनी चिंताओं को बातचीत करने के लिए इस्तेमाल किया गया है .

चतुर्थ । बोध की जांच एक संक्षिप्त प्रश्न , के रूप में आमतौर पर है , " ऐसा लगता है ... "," विद्यार्थी सहमत या अपनी टिप्पणी की सटीकता के साथ असहमत के लिए अनुमति देता है ," ।

सी . विद्यार्थी मौखिक रूप से और nonverbally संप्रेषण कर रहा है एक ओपन एंडेड, सम्मानजनक ढंग से विद्यार्थी की भावनाओं - उत्तेजित प्रतिबिंब को दर्शाती है , सीधे शब्दों और अमौखिक व्यवहार

के साथ ही विद्यार्थी का सामना किया जा सकता है के बारे में उचित अनुमान के माध्यम से दोनों को भावनात्मक रूप से यह सहायक के लिए महत्वपूर्ण है के बारे में जो शब्द वह वापस विद्यार्थी के लिए इन भावनाओं को बातचीत करने के लिए चुनता है ध्यान से सोचना . कौशल एक या समान हूं कि विभिन्न शब्दों का प्रयोग जो शब्दों के चयन में निहित है . उदाहरण के लिए , एक खराब कुशल सहायक वह " बहुत नाराज और निराश , " ग्राहक केवल वे एक निश्चित घटना से चिढ़ गया और कहा था कि जब एक परिवार के पालतू जानवर की मौत पर बहुत दुख हुआ था था कि विद्यार्थी को परिलक्षित अगर , परिणाम परिवर्तन की प्रक्रिया को उल्टा हो सकता है।

3 . Genuiness

स्वतंत्र रूप से खुद को होना परामर्शदाता की क्षमता . Nondefensiveness , गैर भूमिका खेल , और सरल किया जा रहा बाहरी शब्दों व्यवहार और भीतर की भावनाओं के बीच अनुरूपता शामिल है. सहायक वे एक विद्यार्थी एक दवा या यौन मुद्दा तलाशने की मदद आराम कर रहे हैं , लेकिन उनके व्यवहार (मौखिक रूप से और nonverbally) विषय के साथ परेशानी के संकेत से पता चलता है का दावा है कि यदि उदाहरण के लिए , इस प्रगति और अक्सर के बारे में विद्यार्थी भ्रम की स्थिति पैदा करने के लिए एक बाधा बन जाएगा और अपने प्रति अविश्वास उत्पन्न करेगा

4 . बिना शर्त सकारात्मक संबंध देखभाल और nurturance के साथ ही स्वीकृति की अभिव्यक्ति के माध्यम से संदेश शामिल हैं:

- इसके अलावा nonjudgmental या noncritical मौखिक और अमौखिक प्रतिक्रियाओं के साथ विद्यार्थी के संदेश (मौखिक और अमौखिक) का जवाब देने से स्वीकृति का पता चलता है।
- आदर – विद्यार्थी में हर व्यक्ति निहित शक्ति और क्षमता है कि यह जीवन में बनाने के लिए , और प्रत्येक व्यक्ति को अपने स्वयं के लिए विकल्प चुन सकते हैं और अपने निर्णय करने का अधिकार है कि पास काउंसलर ईमानदार विश्वास संवाद करने की क्षमता होती है

5 . स्थूलता

संचार विशिष्ट रखते हुए - उभयनिष्ठ , सामान्यीकरण , अमूर्त विचार विमर्श , या न तो काउंसलर ग्राहक के बारे में बात कर से बचने , जबकि प्रासंगिक चिंताओं के तथ्यों और भावनाओं पर ध्यान केंद्रित किया जाता है।

निम्नलिखित कार्य शामिल हैं:

एक . पहचान और प्रस्तुत विभिन्न लोगों से एक विशिष्ट समस्या पर काम करने के लिए विद्यार्थी की सहायता करना।

बी . कार्य के विद्यार्थी को याद दिलाते और इरादे और सत्र की संरचना redescribing .

सी . विद्यार्थी के तथ्यों , शब्दों , भावनाओं , और लक्ष्यों को स्पष्ट करने में मदद करने के लिए सवालों और सुझावों का उपयोग करना।

घ . विद्यार्थी की समस्या पर काम किया है या समस्या को सुलझाने की प्रक्रिया में सुधार किया जा रहा है स्पष्ट करने के लिए मदद मिल सकती है जो प्रक्रिया और मौजूदा सत्र में होने वाली सामग्री , जोर देना ध्यान केंद्रित आज और अब एक प्रयोग करें।

6 . ओपन प्रश्न - विचार या भावनाओं को स्पष्ट करने या तलाश में ग्राहक की सहायता के लिए एक पूछताछ की प्रक्रिया . काउंसेलर आईडी विशिष्ट जानकारी का अनुरोध नहीं और purposively केवल हां या नहीं, या बहुत संक्षिप्त जवाब के जवाब की प्रकृति को सीमित नहीं।

बी . आप से पूछना हर सवाल के लिए एक इरादा या चिकित्सीय उद्देश्य है।

सी . विद्यार्थी भी कई सवाल पूछ रहा है, या एक प्रश्नमाला भूमिका संभालने से बचें।

घ . सबसे अच्छा तरीका ग्राहक अधिक साझा करने के लिए प्रोत्साहित करती है और प्रश्न / उत्तर / प्रश्न / उत्तर का दोहराव पैटर्न , आदि से बचा जाता है , जो एक संक्षिप्त व्याख्या या प्रतिबिंब के साथ एक खुले समाप्त सवाल करने के लिए एक प्रतिक्रिया पालन करने के लिए है

8 . काउंसेलर स्व प्रकटीकरण

काउंसलर व्यक्तिगत भावनाओं , अनुभवों , या ग्राहक के लिए प्रतिक्रियाओं के शेयरों. उन्हें मदद करने के उद्देश्य से प्रासंगिक सामग्री को शामिल करना चाहिए . किसी भी अन्य तरीके से नहीं किया जा सकता है, जो एक दबाने नैदानिक की जरूरत है जब तक कि वहाँ एक नियम के रूप में , यह स्वयं का खुलासा नहीं करने के लिए बेहतर है . सहानुभूति इसी तरह के अनुभवों को बांटे , लेकिन ग्राहक लग रहा है और क्या सोच रही है एक देखभाल और समझ ढंग से संदेश नहीं है याद रखें।

9 . व्याख्या

उन्होंने कहा या किया है परे चला जाता है , जो ग्राहक को कोई भी बयान के बारे में पता कर रहे हैं . पीटी एक नई तरह की समस्याओं को देख सकते हैं कि इतनी व्याख्या में काउंसलर नया अर्थ , कारण , या व्यवहार , विचारों , या भावनाओं के लिए स्पष्टीकरण प्रदान कर रहा है . व्याख्याओं ग्राहक घटनाओं का प्रतीत होता है अलग बयानों के बीच संबंध बनाने में मदद कर सकते हैं , विषयों या पैटर्न बाहर बात कर सकते हैं , या समझने के लिए एक नया ढांचा प्रदान कर सकते हैं . एक व्याख्या उनकी समस्या का एक विशिष्ट पहलू पर एक पीटी ध्यान केंद्रित करने में मदद , या एक लक्ष्य प्रदान करने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है।

- (स्थूलता देखें) ठोस , व्याख्याओं कम रखें , और अंतरिम रूप से और सहानुभूति के साथ उन्हें वितरित।
- संयम व्याख्याओं का उपयोग करें और अपनी अंतर्दृष्टि का एक पीटी की अस्वीकृति मान नहीं है कि वे प्रतिरोधी रहे हैं या आप सही कह रहे हैं कि इसका मतलब है।

10 . परिवर्तित करने के लिए सूचना देने और निकाल रहा बाधाओं

आपूर्ति डेटा , राय , तथ्यों , संसाधनों या सवालों के जवाब . उनके परिवर्तन की प्रक्रिया में देरी या रोक सकता है जो ग्राहक संभावित समस्याओं के साथ अन्वेषण करें. ग्राहक के सहयोग से संभव समाधान और विकल्प की पहचान।

1.5 विकसित होने के लिए कौशल

1. बौद्धिक कौशल - मानसिक कार्य के कौशल, विशिष्ट प्रशिक्षण और ज्ञान की स्वतंत्र

- महत्वपूर्ण अवधारणाओं की पहचान करना और आवश्यक भागों सारांश और सार संक्षेप
- ज्ञान और बुद्धि के लिए फार्म अवधारणाओं और तथ्यों का घालमेल कार्य सोच और स्वतंत्र रूप से निर्णय लेने से एक पेशेवर ढंग से देखते हुए स्थितियों को तेजी से और प्रभावी ढंग से
- समस्याओं को सुलझाने का कार्य करे
- बहस और तार्किक बहस
- शोध और व्याख्या निष्कर्ष का आयोजन
- भविष्य परिदृश्यों देखना

2. संचार कौशल - कौशल व्यक्तिगत रूप से भेजने और जानकारी प्राप्त करने के साथ संबंध स्थापित करना

- स्पष्ट रूप से और persuasively बात कर रहे
- दर्शकों की शब्दावली मिलान करने के लिए एक लधु और सूचनात्मक तरीके से लेखन
- चित्रमय और इलेक्ट्रॉनिक एड्स के उपयोग के माध्यम से प्रभावी रूप से जानकारी पेश
- प्रभावी रूप से इस तरह के ई - मेल , कंप्यूटर और वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के रूप में संचार प्रौद्योगिकियों का उपयोग
- संचार के सभी रूपों से सामग्री सुनकर समझने की कोशिश करे

3. पारस्परिक कौशल - बड़े संगठनों में छोटे समूहों में अन्य लोगों के साथ एक पर एक के संचालन के साथ संबंध

- अन्य लोगों के साथ कारगर ढंग से निपटने
- सांस्कृतिक और बौद्धिक रूप से विभिन्न लोगों के साथ बातचीत
- वैकल्पिक दृष्टिकोण और व्याख्याओं का सम्मान
- फैसले का व्यवहार निहितार्थ को समझना लोगों की
- अग्रणी समूह
- प्रभावी ढंग से समझौता वार्ता
- प्रबंध संघर्ष
- परिवर्तन प्रबंध

4. संगठनात्मक कौशल - व्यवहार की macropatterns पहचानने के साथ संबंध कौशल और उन्हें प्रभावित कारक हैं जो

- एक संगठन में भूमिका और सेवाओं की प्रकृति को जानने का
- संगठन की संस्कृति पर वित्तीय लेखांकन नीतियों के प्रभाव के बारे में जागरूकता

5. व्यावसायिक कौशल / मान - हमारे समाज में एक पेशेवर एकाउंटेंट की उम्मीद कौशल या मान

- नैतिक व्यवहार की एक बुनियादी कोड के अनुसार नैतिकता की दृष्टि से बर्ताव
- आचरण की एक विशिष्ट पेशेवर कोड का पालन
- गुणवत्ता और प्रक्रिया के पेशेवर मानकों को पूरा करने वाले ग्राहकों को सेवाएं प्रदान करना विधार्थियों के साथ
- विकास सेवा रिश्तों
- प्रबंध परियोजनाओं और व्यक्तिगत समय
- आजीवन सीखने के लिए एक प्रतिबद्धता बनाने

3.6 कौशल संचार कौशल में सुधार का सुधार

सभी लोगों को हर समय संवाद हालांकि, सबसे अधिक कठिनाई संघर्ष स्थितियों में प्रभावी ढंग से संवाद स्थापित किया है. संचार कौशल का अभ्यास संघर्ष प्रबंधन और संकल्प की प्रक्रिया पर एक बहुत ही लाभकारी प्रभाव हो सकता है।.

रोजर फिशर और विलियम सूची संघर्ष स्थितियों में संचार में सुधार होगा, जो सीखा जा सकता है कि चार कौशल. पहले सक्रिय सुन है. सक्रिय सुन के लक्ष्य, वे कहते हैं, आप प्रतिद्वंद्वी के रूप में अच्छी तरह के रूप में आप अपने आप को समझ में समझने के लिए है. दूसरी तरफ क्या कह रहा है पर ध्यान दें। (शायद यह नहीं है, लेकिन आप इसे गलत व्याख्या कर रहे हैं) यह स्पष्ट नहीं है या अनुचित लगता है कि कुछ भी स्पष्ट करने या दोहराने की प्रतिद्वंद्वी से पूछो। वे उन्हें वापस करने के लिए, इसे प्रस्तुत किया है, के रूप में उनके मामले को दोहराने का प्रयास. यह आप सुन (जो आप वे क्या कहना है परवाह पता चलता है कि) और आप वे क्या कहा है कि समझ में कर रहे हैं कि पता चलता है. यह आप वे कहा और न ही क्या आप के लिए क्या है के साथ सहमत हैं कि संकेत नहीं है. तुम बस आप उन्हें समझ में नहीं आता कि संकेत की जरूरत है।

फिशर के दूसरे नियम के अपने प्रतिद्वंद्वी को सीधे बात करने के लिए है. यह कुछ संस्कृतियों में उपयुक्त माना जाता है, लेकिन अनुमति दी है, यह समझ बढ़ाने में मदद करता है. बाहर के दलों या एक ही कमरे में चल रहा है अन्य बातों से विचलित होने से बचें. आप क्या कहना है और अपने प्रतिद्वंद्वी को समझ सकते हैं कि यह एक तरह से कह रही है पर ध्यान दें।

अपने तीसरे नियम नहीं अपने प्रतिद्वंद्वी के बारे में, अपने बारे में बात करने के लिए है. बल्कि अपने प्रतिद्वंद्वी के इरादों, दुष्कर्म, या असफल रहने पर ध्यान केंद्रित से, अपनी भावनाओं और विचारों का वर्णन करें. कह कर के बजाय, "मैं नीचे जाने लगा " "तुम अपना वादा तोड़ दिया, " आप एक ही जानकारी देना होगा. लेकिन अगर आप अपने प्रतिद्वंद्वी से एक रक्षात्मक या प्रतिकूल प्रतिक्रिया भड़काने नहीं है कि एक तरह से ऐसा करेंगे. (यह अक्सर " मैं बयान " या " मैं संदेश, " के बजाय का उपयोग कर के रूप में जाना जाता है " आप संदेश है." आप संदेशों दोष सुझाव है, और प्राप्तकर्ता गलत कर इनकार करते हैं या वापस दोष करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं. मैं संदेश केवल एक राज्य इसके लिए किसी को दोष देने के बिना समस्या, यह आसान दूसरी तरफ वे गलत थे स्वीकार करने के लिए बिना, समस्या को सुलझाने में मदद करने के लिए बनाता है।

फिशर का चौथा नियम " एक उद्देश्य के लिए बात है." बहुत ज्यादा संचार काउंटर उत्पादक हो सकता है , वे चेतावनी दी है . आप एक महत्वपूर्ण बयान है, ठहराव बनाने और आप बातचीत करना चाहते हैं पर विचार करने से पहले, तुम क्यों कि बातचीत करना चाहते हैं , और आप स्पष्ट संभव तरीके से कैसे कर सकते हैं।

अन्य नियमों का एक संख्या में इन करने के लिए जोड़ा जा सकता है। एक दूसरी तरफ लोगों के साथ काम कर जब भड़काऊ भाषा के रूप में जितना संभव से बचने के लिए है। भड़काऊ भाषा सिर्फ दुश्मनी बढ़ जाती है और बचाव , यह शायद ही कभी वक्ता सही है लोगों को मना। भड़काऊ टिप्पणी एक संघर्ष में लोगों की रुचि जगाना और एक ही पक्ष के लिए समर्थन उत्पन्न कर सकते हैं (वास्तव में, यह आमतौर पर सिर्फ विपरीत है.) , कि अक्सर सामान्य संघर्ष वृद्धि की लागत के साथ आता है . एक भड़काऊ बयानों के बिना प्रभावी ढंग से एक की बात कर सकते हैं कि हद तक बेहतर है।

इसी तरह, सभी विरोधियों को सम्मान के साथ व्यवहार किया जाना चाहिए . यह एक संघर्ष की स्थिति अभद्रतापूर्वक , यह सिर्फ उन्हें गुस्सा और तुम क्या चाहते हो जाने की संभावना कम करता है लोगों को इलाज के लिए मदद नहीं करता है . एक दूसरे व्यक्ति का मानना है कि कोई फर्क नहीं पड़ता , वे सम्मान और गरिमा से भी आप वे यह संचार बहुत अधिक सफल हो जाएगा , और संघर्ष को अधिक आसानी से प्रबंधित या हल हो जाएगा लायक नहीं है अगर आपको लगता है. के साथ व्यवहार कर रहे हैं यह एक अन्य पक्ष की उपेक्षा का मौखिक या अमौखिक सुराग है चाहिए के रूप में व्यक्तिगत हमलों और अपमान से बचा जाना चाहिए कि इसका मतलब है।

अपने नेतृत्व कौशल में सुधार करने के लिए कैसे

नेतृत्व कौशल कैरियर के विकास में एक बड़ी भूमिका निभा सकते हैं. अक्सर, अपने तकनीकी कौशल सिर्फ तुम इतनी दूर ले जा सकते हैं . आप अपने कैरियर में आगे बढ़ने में मदद करने के लिए, आप इस तरह के एक अच्छे नेता होने की क्षमता के रूप में नरम कौशल की जरूरत है . इसलिए, नेतृत्व कौशल आप अपने कैरियर के क्षेत्र के ऊपर तक लाने में मदद कर सकते हैं जो महत्वपूर्ण लक्षण माना जाता है. आप काम पर रखा होने की संभावना हो या आप अपने व्यावसायिक या निजी जीवन में नेतृत्व की भूमिका निभाने में सफल रहा हूँ अगर एक पदोन्नति पाने के लिए. कुछ लोगों का नेता बनने के लिए पैदा कर रहे हैं . हम में से अधिकांश एक अच्छे नेता होने के अभ्यास की जरूरत है , और नेतृत्व विकास बहुत महत्वपूर्ण है कि क्यों. नेतृत्व के कई अलग अलग प्रकार के होते हैं , और आप एक सफल नेता बनने में मदद कर सकते हैं कि कई skillsets रहे हैं।

पहल लेते हुए हाल मालिकों को अपने कर्मचारियों के कर्मचारियों में माहिर होना सिद्ध कर दिया है कि कार्य आवंटित करेगा . इसलिए, अधिक जिम्मेदारी लेने के लिए इंतजार नहीं है. अपनी वर्तमान स्थिति में और ऊपर से परे जाओ . अपने कौशल का विकास करने के लिए एक अच्छा तरीका है अपनी नौकरी विवरण के बाहर अतिरिक्त परियोजनाओं पर ले रहा है. याद रखें कि आप क्या करना अधिक काम है, और अधिक आप सीख रहे हैं . अधिक सीखना और अधिक जिम्मेदारी पर ले अपने कार्यस्थल में एक नेतृत्व की भूमिका में आप को स्थानांतरित कर सकते हैं।

गंभीर सोच

एक उच्च प्रोफ़ाइल नौकरी के लिए काम पर रखा जा करने के लिए, आप एक महत्वपूर्ण विचारक होने की आवश्यकता होगी . अच्छे नेता होने से पहले वे संभावित समस्याओं की उम्मीद कर रहे हैं. वे फिर से होने से समस्याओं को रोकने के तरीके विकसित कर सकते हैं . अच्छे नेता भी संभावित अवसरों के बारे में पता कर रहे हैं और कंपनी और कर्मचारियों के लाभ के लिए उन्हें का लाभ ले।

प्रभावी ढंग से सुनकर

एक नेता के लिए सबसे महत्वपूर्ण कौशल में से एक को सुन रहा है . सुनने के कौशल के बिना, आप दूसरों से राय ले और क्या टीम के सदस्यों वे पर काम परियोजनाओं के बारे में तरह की भावना को प्राप्त करने में सक्षम नहीं हैं . प्रतिक्रिया की कुंजी है. प्रभावी रूप से सुनने के लिए, आप , आंख से संपर्क बनाए रखने के distractions से बचने और सही प्रतिक्रिया की जरूरत है. ध्यान रखें , संचार के बारे में मौखिक संचार में ही नहीं है . शरीर की भाषा और लोगों को वास्तव में क्या कह रहे हैं यह निर्धारित करने के इशारों से अवगत रहें।

दूसरों को प्रेरित

" अपने कार्यों को और अधिक सपना करने के लिए दूसरों को प्रेरित करते हैं, , और अधिक जानने के लिए और अधिक करने के लिए और अधिक हो जाते हैं , तो आप एक नेता हैं , " जॉन एडम्स ने कहा . एक सच्चे नेता सकारात्मक लोगों को प्रभावित करना चाहिए . कर्मचारियों या सह कार्यकर्ताओं को अपनी महत्वाकांक्षा और जुनून खो, एक सच्चे नेता उन्हें प्रेरित कर सकते हैं . कैसे नेताओं ने लोगों को प्रेरित करते हैं? पहला, वे लोगों की जरूरत है और क्या चाहते हैं. वह या वह अपने या उसकी कड़ी मेहनत मान्यता प्राप्त नहीं किया जा रहा है सोचता है क्योंकि एक कर्मचारी प्रेरणा खो देता है , उदाहरण के लिए , एक अच्छे नेता उस व्यक्ति से बात करने और लायक है कि मान्यता प्रदान करेगी।

वे कठिनाइयों , वे शामिल करने के लिए कहा जा रहा नहीं कर रहे हैं एक ही दोहराव कार्य कर के थक गए हैं या निराश सामना कर रहे हैं क्योंकि कभी कभी, लोगों को अपनी प्रेरणा खो देते हैं. एक नेता के रूप में, आप उससे बात करनी चाहिए या उसे , पर क्या हो रहा है उसे पूछने या उसे , और उसे या उसे शामिल करने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए उसे या उसके साथ अपनी व्यक्तिगत कहानियों का हिस्सा है।

अनुशासन

अनुशासन लक्ष्य को निष्पादित करने के लिए आवश्यक है। आप एक दृष्टि या एक अच्छा विचार है , भले ही यह अनुशासन के बिना बेकार है . आप प्रभावी रूप से निष्पादित करने के लिए चाहते हैं, तो आप अनुशासन की जरूरत है. उदाहरण के लिए , आप और आपकी टीम के निवेशकों को आकर्षित करने के लिए एक व्यापार की योजना बनाना चाहता था । आप व्यापार की योजना के लिए विचारों के बहुत सारे थे , लेकिन प्रस्तुति अभ्यास किया गया था सुनिश्चित करने के लिए जगह में कोई अनुशासन नहीं था. यह प्रस्ताव पेश करने के लिए समय आ गया है, जब आप ठीक से निवेशकों को अपने उद्देश्य के लिए संवाद करने में सक्षम नहीं थे . यह अपने प्रस्ताव में गिरावट निवेशकों में हुई. एक अच्छे नेता होने के लिए आपको खुद को अनुशासित हो और अनुशासित हैं, अपनी टीम पर यकीन है कि दूसरों को बनाने की जरूरत है।

लगातार सीखना

"नेतृत्व और सीखने की एक दूसरे के लिए अपरिहार्य हैं , " जॉन एफ कैनेडी ने कहा . चीजें तेजी से बदल रहे हैं, यह लगातार सीखते हैं और अपने आप को चुनौती देने के लिए महत्वपूर्ण है।

प्रतिनिधि कैसे पता

" सबसे अच्छा कार्यकारी वे यह करते हैं , जबकि उनके साथ दखल से रखने के लिए उन्होंने किया क्या चाहता अच्छे लोग लेने के लिए पर्याप्त भावना है जो एक , और आत्म - संयम है , " थियोडोर रूजवेल्ट ने कहा . एक सफल नेता सूक्ष्म प्रबंधन नहीं करेगा। अपने कर्मचारियों के लिए काम करते हैं और उन्हें सशक्त महसूस करते हैं प्रतिनिधि । यदि आप ऐसा करते हैं, तो वे अधिक शामिल लगता है और नए कौशल विकसित करने के लिए और अधिक अवसर होगा . Delegating आप बेहतर आप अपने आप को प्राप्त करने की जरूरत है लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करने की अनुमति देगा . आप एक परियोजना के नेता कर रहे हैं , तो आप अभी भी अंत में काम करने के लिए जिम्मेदार हैं . यह delegating जब परियोजना की निगरानी करने के लिए महत्वपूर्ण है, यही कारण है।

संघर्ष से निपटने

नेताओं ने किन लोगों को संभालने और विरोधों को हल करने के लिए कैसे पता है. एक कर्मचारी को अपने या उसकी क्षमता के अनुसार काम करते हैं और काम करने के लिए एक नकारात्मक रवैया लाता नहीं होता है, नेताओं के लिए कदम है और निजी क्षेत्र में उस व्यक्ति से बात करने के लिए है। नेताओं को ईमानदार और सीधे मुद्दे पर होना है। इस साहस की बहुत आवश्यकता है . यह एक समस्या है या आग किसी को बाहर बात करने के लिए आसान नहीं है । आप किसी निष्कर्ष पर पहुँचने से पहले हमेशा कहानी के कर्मचारी के पक्ष को सुनने के .

एक अनुयायी बनो

नेताओं , टीम के सदस्यों के मूल्य पहचान उन लोगों से जानने के लिए और टीम के अन्य सदस्यों के उन लोगों से जानने के लिए प्रोत्साहित करना सीखना चाहिए. आप उस क्षेत्र में माहिर हैं , जो एक व्यक्ति से नहीं पता था कि चीजों को जानें

अच्छा नेतृत्व कौशल कैरियर के विकास के लिए आवश्यक हैं . " सफल नेतृत्व की कुंजी आज प्रभाव , नहीं अधिकार है , " केन Blanchard कहा . आप अपने नेतृत्व कौशल में सुधार करना चाहते हैं, तो आप अधिक प्रभावशाली होने के लिए ले जा सकते हैं क्या कार्रवाई के बारे में सोचते हैं. आप पहले से ही एक नेता हैं, तो आप दूसरों को प्रभावित कर सकते हैं के बारे में सोचते हैं ।

कौशल के चरण

एक कौशल क्या है

" कौशल अधिकतम निश्चितता और कम से कम ऊर्जा का परिव्यय , या समय और ऊर्जा के साथ कुछ अंतिम परिणाम के बारे में लाने के लिए एक खिलाड़ी की क्षमता से मिलकर बनता है ।"

1 . उपलब्धि निश्चितता अधिकतम।

2 . शारीरिक और मानसिक ऊर्जा की लागत को कम करना।

3 . निष्पादन के लिये समय कम करना।

कौशल श्रेणियाँ

परिसर को सरल आंदोलन की जटिलता या कौशल का प्रदर्शन करने के लिए आवश्यक आंदोलनों के पैटर्न का जिक्र करते हुए ओपन के लिए बंद कौशल अभ्यास किया है , जिसमें वातावरण का जिक्र करते हुए।

सरल कौशल

कुछ घटकों और इन घटकों है जो एक कौशल बुनियादी और सीधी आंदोलनों की आवश्यकता होती है।

उदाहरण .

- लघु , स्थिर फेंक

परिसर कौशल जटिल और कई क्षेत्रों है और जो एक कौशल जटिल आंदोलन पैटर्न शामिल होगी।

उदाहरण .

- रनिंग लेने और लक्ष्य को फेंक देते हैं।

बंद कौशल (बंद वातावरण) एक स्थिर और उम्मीद के मुताबिक वातावरण में प्रदर्शन किया।

बाहरी वातावरण से कुछ संकेत है।

यह स्वत: हो जाता है जब तक आसानी से एक आंदोलन पैटर्न के साथ और अधिक से अधिक अभ्यास किया जा सकता है . दोहराव बहुत कम , कोई भी निर्णय लेने अगर शामिल

उदाहरण .

- बार बार एक स्थिर लक्ष्य को गेंद फेंकने।

ओपन कौशल

एक लगातार बदलते माहौल में प्रदर्शन किया।

एथलीट इन परिवर्तनों के बारे में पता होना चाहिए और कौशल के लिए समायोजन करने के लिए सक्षम होना चाहिए।

कुछ निर्णय शामिल कर रही है।

उदाहरण .

- एक रक्षक तीसरे आधार बनाने के प्रयास में एक धावक देख रही है और पूरी गति से तीसरे आधार को फेंक गेंद क्षेत्ररक्षण।

सीखना कौशल के तीन चरण

संज्ञानात्मक स्टेज

एथलीट पहली कौशल का मानसिक छवि हासिल करना चाहिए (

आंदोलनों के अनुक्रम को समझें

साहचर्य स्टेज

खिलाड़ी की आवश्यकता है क्या समझता है एक बार हो सकता है

अभ्यास कौशल के आंदोलनों को सही करने की कोशिश कर खर्च किया जाता है

स्वायत्त स्टेज

अब वे खेल की स्थिति में कौशल को लागू करने के लिए पता करने की आवश्यकता के बजाय कौशल का प्रदर्शन करने के साथ संबंध।

शिक्षण कौशल - मुख्य कारक

स्टेज से स्टेज

संज्ञानात्मक स्टेज दौरान शिक्षण

कोच चाहिए:

- ☐ कौशल / तकनीक का प्रदर्शन करें।
- ☐ आवश्यक जानकारी के लिए विवरण को सीमित करें।
- ☐ कौशल का अभ्यास करने के लिए पर्याप्त अवसर प्रदान करें. 1:10 के अनुपात

राय के साथ प्रदान एथलीट

साहचर्य स्टेज दौरान शिक्षण

कोच चाहिए:

- खिलाड़ी अपने प्रदर्शन का आकलन असिस्ट
- एथलीट सुधार के संकेतों के विकास में मदद करें
- वे सुधार की जरूरत महसूस क्या एथलीट पूछें

स्वायत्त स्टेज दौरान शिक्षण कोच चाहिए:

- कुछ स्थितियों में कौशल का उचित उपयोग पर ध्यान लगाओ
- कौशल की विशिष्टता पर ध्यान दें।

एक कौशल का प्रदर्शन

1. सही ढंग से कौशल का प्रदर्शन करके और पूरी गति से शुरू करो
2. बुनियादी घटकों / तकनीक में कौशल टूट।
3. एक घटक / तकनीक का प्रदर्शन करें।
4. खिलाड़ियों घटक / तकनीक का अभ्यास करने की अनुमति दें।
5. प्रदर्शन और कौशल शिक्षा पर प्रतिक्रिया दें।
6. अगले घटक के लिए आगे बढ़ना है और उसी प्रक्रिया का पालन करें . इस ' कौशल श्रृंखलन "कहा जाता है।
7. कौशल और उनके अनुप्रयोगों को विकसित करने के लिए संशोधित खेल का उपयोग करने के लिए याद रखें तकनीक बदल रहा है

एक तकनीक को बदलने के लिए आपको एक नया तरीका / क्रम में आग की तंत्रिका रास्ते को प्रशिक्षित करने की जरूरत है।

नया मार्ग बनाया गया है और पर्याप्त रूप से दोहराया गया है जब तक खिलाड़ी सीखा मोटर पैटर्न पर लौट जाएगा . लगभग 30 000 पुनरावृत्ति एथलीट बाह्य सीखने से आंतरिक प्रतिक्रिया के लिए प्रगति.कौशल को सही करते समय कुछ बातों पर विचार करने के लिए " अगर इसे तोड़ा नहीं है, तो यह ठीक नहीं है। "

यह विंग नहीं है . आप को सही करने के लिए पता नहीं है, तो एक तकनीक है जो करता है पूछना . उदाहरणार्थ आकाओं या एक अधिक अनुभवी कोच के द्वारा सीखे

कौशल सीखने के तीन चरणों के माध्यम से शिक्षार्थियों प्रगति कुछ शिक्षार्थियों कौशल के अपने निष्पादन में अंतिम चरण तक नहीं पहुँच सकते।

- संज्ञानात्मक चरण व्यक्तिगत कौशल प्रदर्शन करने के लिए किया जाना चाहिए क्या बाहर काम कर रहा है जहां शुरुआत मंच है।
- साहचर्य मंच व्यक्तिगत कौशल प्रथाओं और खेल सेटिंग्स में उन्हें लागू करने के लिए शुरू होता है , जहां है स्वायत्त चरण के आंदोलन को आसानी से आते हैं और व्यक्तियों के कौशलउत्पन्न कर रहे हैं , जिसमें पर्यावरण पर ध्यान केंद्रित कर सकते हैं जहाँ है , अनुभव जानने के लिए और मोटर कौशल को निखारने के लिए व्यक्तियों की क्षमता बहुत किसी भी शारीरिक गतिविधि प्रदर्शन करने की क्षमता को प्रभावित करता है . यह खंड एक नए कौशल और कैसे इन प्रक्रियाओं व्यक्तियों और अधिक आसानी से और जल्दी से इन कौशल सीखने में मदद करने के लिए अनुकूलित किया जा सकता है जब सीखने व्यक्तियों का कार्य है कि प्रक्रियाओं की पड़ताल की जा सकती है

नई मोटर कौशल सीखने की प्रक्रिया तीन चरणों में आयोजित किया जा सकता है शिक्षार्थी कौशल का एक बेहतर समझ के लाभ , और वे कौशल अधिग्रहण के इन चरणों के माध्यम से कदम के रूप में कौशल पर अमल करने की क्षमता में सुधार।

संज्ञानात्मक

कौशल अधिग्रहण के संज्ञानात्मक चरण सीखा जा कौशल की जल्दी पहचान और समझ है . व्यक्तियों क्या करना है पर ध्यान देते हैं, कि इस चरण के दौरान learnerâ € ™ की गतिविधियों के सबसे मन में होगा एक " देख , सोच , विश्लेषण , तर्क , पहचानने और visualizing , बल्कि अभ्यास के बहुत से . इस चरण के दौरान शिक्षार्थी हासिल करने के लिए कौशल का एक में गहराई से समझ विकसित करता है।

संबद्ध कौशल अधिग्रहण का साहचर्य मंच वास्तव में यह कैसे करना सीखने शिक्षार्थी के साथ अभ्यास करने के विचार पर केंद्रित है. इस स्तर पर अभ्यास कौशल या कार्य को करने learnerâ ™ की क्षमता बढ़ जाती है. वे आवश्यक रूप से अच्छी तरह से कौशल है लेकिन यह कैसे करना है की समझ नहीं हो सकता है . हाल शिक्षार्थियों के सबसे अगले चरण के लिए प्रगति के साथ नहीं , समय की एक लंबी अवधि के लिए इस चरण में रहते हैं।

स्वायत्त कौशल अधिग्रहण के स्वायत्त चरण बंद करो और अगले या कैसे यह करने के लिए क्या करना है के बारे में लगता है कि बिना स्वचालित रूप से एक कौशल को क्रियान्वित करने के इर्दगिर्द घूमती है . यह व्यक्ति धाराप्रवाह और सहज कौशल प्रदर्शन कर सकते हैं और जहाँ बाहर के प्रभावों परिणाम को प्रभावित नहीं है, जहां प्रदर्शन के एक उन्नत स्तर पर है. यह कई इसे तक पहुँचने कभी नहीं के साथ इस स्तर प्राप्त करने के लिए एक लंबा समय लग सकता है . इस प्रशिक्षण की मांग, कार्य की जटिलता या प्रेरणा की कमी के कारण हो सकता है

एक लाइफटाइम के लिए स्व सुधार कौशल

आत्मसुधार एक बहुत ही सामान्य शब्द की तरह लग सकता है , लेकिन यह अक्सर एक बड़ा मनोवैज्ञानिक आधार के साथ , अर्थशास्त्र , खुफिया या भावनाओं के क्षेत्रों में खुद को निर्देशित सुधार के रूप में परिभाषित किया गया है . यह बहुत महत्वपूर्ण है कि क्यों हम अपने आप को याद दिलाना चाहिए - हम अपने आप में क्षेत्रों में सुधार है, इसलिए हम सकारात्मक हमारे आसपास दूसरों को प्रभावित करने , अधिक उत्पादक और खुश हो जाते हैं।

की हम खुद को बेहतर बनाने के लिए कर सकता है कुछ बातों पर नजर डालते हैं :

- अपने ज्ञान गहरा - हर दिन कुछ मिनट के लिए , तुम हितों कि किसी भी विषय क्षेत्र का अध्ययन करें. यह आपकी बुद्धि और आत्मविश्वास में वृद्धि होगी .
- आप के लिए सम्मान और परवाह महसूस करते हैं , जो सकारात्मक लोगों के साथ खुद को चारों ओर।
- अपनी सुविधा क्षेत्र के बाहर कदम - लगातार अपने जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में प्रगति करने के लिए चुनें . यह आपको स्थिर बनने से बचने में मदद मिलेगी।
- आपकी सोच पर नियंत्रण रखें - नकारात्मक लोगों को दूर करने और सकारात्मक लोगों के साथ उन की जगह , अपने विचारों को व्यवस्थित करें.जब वे सफल दूसरों के लिए खुश रहो ।
- अपने आप को समझो - इस समय अकेले या किसी भी अवकाश गतिविधि हो सकती है।
- लक्ष्य निर्धारित करें ताकि आप निरंतर विकास के लिए तत्पर कर सकते हैं।
- आभारी रहो - हम पर लौटने के लिए जारी रखने के लिए "आभार टेस्ट . " बंद करो और वास्तव में आप प्रत्येक और हर दिन के लिए आभारी हैं के बारे में क्या सोचते हैं. इन बातों को नीचे लेखन बहुत सशक्त हो सकता है।
- माफ कर दो - यह है कि हम दूसरों के लिए और ज्यादातर खुद के लिए कर सकते हैं सबसे उत्थान चीजों में से एक है।

3.7 बोध प्रशन

1 कौशल किसे कहते है ?

2 कौशलो का विकास कैसे किया जा सकता है ?

3 कौशल के विकास में परामर्शदाता की भूमिका का वर्णन कीजिये ?

4 कौशल कितने प्रकार के होते हैं ?

3.8 संदर्भ सूची

1 पाण्ड़े के.पी. (1987) शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन के आधार अमिताश प्रकाशन, दिल्ली

2 शर्मा आर.ए. (2004) शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन तथा परामर्श आर लाल बुक डिपो, मेरठ

3 ओबराय एस.सी. (1996) शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन एवं परामर्श लायल बुक डिपो, मेरठ

4 अग्रवाल एजेण्सी (1989द्ध एजुकेशन बुकेशनल गाइडैंस एंड काउंसलिंग एदेहली एदुआवा हॉउस

इकाई 4

तादात्मीयकरण एवं संबंध

इकाई की रूपरेखा

4.0 प्रस्तावना

4.1 निर्देशन एवं परामर्शन : संबंध एवं अंतर

4.3 व्यवहार उपागम

4.4 संज्ञानात्मक उपागम

4.5 सारांश

4.6 बोध प्रश्न

4.1 प्रस्तावना

सिद्धान्त और अभिग्रह लोकतांत्रिक जीवन प्रणाली है। निर्देशन में व्यक्ति के समक्ष विकल्प होते है, विकल्प का चयन व्यक्ति स्वयं करता है, निर्देशक उपयुक्त चयन हेतु सहयोग प्रदान करता है। पर्यवेक्षण एवं नियंत्रण में व्यक्ति के सामने विकल्प उपलब्ध नहीं होते हैं। व्यवहार की दिशा निर्धारित करने का अधिकार व्यक्ति के पास नही रह जाता है पर्यवेक्षक या नियन्त्रक ही व्यक्ति के व्यवहार की दिशा निर्धारित करता है। निर्देशन व्यक्ति तथा समाज के हित में व्यक्ति को अपना विकास करने में सहयोग प्रदान करता है। निर्देशन सतत् कार्य करता है, जबकि पर्यवेक्षण और नियन्त्रण सीमित तथा सीमित समय के उद्देश्य के लिए होता है।

4.2 निर्देशन एवं परामर्शन : सम्बन्ध एवं अन्तर

निर्देशन के अर्थ, विशेषताओं, उद्देश्यों आदि का इस अध्याय से स्पष्टीकरण किया जा चुका है। निर्देशन के लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु अनेक सेवाएँ प्रदान की जाती है। जिनका वर्णन अध्यायों में किया जाएगा। परामर्शन निर्देशन सेवाओं का एक अंग है, इसके अतिरिक्त नैदानिक परामर्शन का भी एक अलग अस्तित्व है। परामर्शन के विविध पक्षों का सम्बन्धित खण्ड में वर्णन एवं विश्लेषण किया जायेगा लेकिन निर्देशन के साथ परामर्शन के सम्बन्धों की संक्षिप्त व्याख्या हेत परामर्शन को यहाँ परिभाषित किया जाना उपयोगी होगा।

रूथ स्ट्रैंग (Ruth Strang) के अनुसार परामर्श एक संयुक्त प्रत्यत्न है। इस प्रक्रिया का सार तत्व यह है कि परामर्श प्राप्त करने वाला व्यक्ति स्वयं को पूर्णत: अभिव्यक्त करने, तथा अपने लक्ष्यों के बारे में स्पष्टीकरण प्राप्त करने, लक्ष्यों के बारे में स्पष्टीकरण प्राप्त करने, लक्ष्यों का प्राप्त करने हेतु अपनी क्षमताओं के विषय में आत्मविश्वास अर्जित करने एवं समस्याओं के प्रकट होने पर उनके समाधान हेतु संसाधनों और विधियों के बारे में जानने हेतु अनुभव करता है।

क्रो एवं को (Crow & Crow) के अनुसार साक्षात्कार परामर्शन का केन्द्रीय बिंदु होता है।

जार्ज एफ0 मायर्स (George F. Myers) के अनुसार, ''परामर्श साक्षात्कार वस्तुत: एक व्यक्ति को अपनी उन योग्यताओं एवं सीमाओं के बारे में विचार करने का अवसर प्रदान करता है जो उसके शैक्षिक, व्यावसायिक, मनोरंजनात्मक या अन्य योजनाओं को प्रभावित करने की संभावना प्रकट करती हैं तथा व्यक्ति के चिन्तन को उसकी योग्यताओं को विकसित करने एवं कमियों को घटाने के लिए संभव उपाय की ओर निर्देशित करता है।''

उपरोक्त व्याख्या से स्पष्ट है कि परामर्शन मूलत: परामर्श प्राप्त करने वाले के मध्य मुक्त परिवेश की रचना करता है। जिसमें परामर्श प्राप्त करने वाला व्यक्ति व्यक्ति साक्षात्कार की प्रक्रिया में स्वतंत्रतापूर्वक अपने आप को अभिव्यक्त करने, लक्ष्यों को निर्धारित करने, आत्मविश्वास अर्जित करने, योग्यताओं को विकसित करने एवं कमियों को दूर करने का अवसर प्राप्त करना है। इस रूप में परामर्शन या के माध्यम से व्यक्ति को प्रदान की जाने वाली विविध सेवाओं (जिनका अभीष्ट लक्ष्य व्यक्ति का अधिकतम विकास करना होता है) का एक भाग है। परामर्शन के बिना निर्देशन के लक्ष्यों की प्राप्ति नहीं की जा सकती है लेकिन निर्देशन सेवाओं के अन्य बिंदुओं से पृथक परामर्शन अपने आप लक्ष्य की प्राप्ति में सहायक नही हो सकता है। यहॉ यह तथ्य भी जोड़ना आवश्यक है कि नैदानिक मनोविज्ञान के क्षेत्र में या व्यवहार सम्बन्धी समस्याओं के समाधान के क्षेत्र में परामर्शन की प्रक्रिया का योगदान और भी अधिक व्यापक होता है। परामर्शन की प्रक्रिया को निर्देशन के अन्तर्निहित अंग तक सीमित नही समझा जाना चाहिए लेकिन जहाँ तक निर्देशन मनोविज्ञान के अन्तर्गत निर्देशन और परामर्शन के मध्य के सम्बन्ध का प्रश्न है वहाँ निर्देशन एक व्यापक प्रक्रिया है और परामर्शन उसका एक अंग है। दोनों एक ही लक्ष्य की प्राप्ति की दिशा में उन्मुख होते हैं लेकिन निर्देशन अनेक सेवाएं प्रदान करता है जिसमें से परामर्शन एक सेवा है।

अवरोध का कारण व्यक्ति की अचेतन सुरक्षा प्रणालियाँ होती हैं। प्रतिरोध की अभिव्यक्ति अनेक रूपों में होती है। परामर्शता/मनोचिकित्सक इन प्रतिरोधों की पहचान करता है तथा उनकी व्याख्या प्रस्तुत करके व्यक्ति के लिए अचेतन प्रक्रमों को समझने का मार्ग प्रशस्त करता है।

(4) अन्तरण की व्याख्या (Analysis of transference)- अन्तरण का अर्थ ऊपर स्पष्ट किया जा चुका है। मनोविश्लेषणात्मक उपागम में अन्तरण का उपयोग परिवर्तन/उपचार की तकनीक के रूप में किया जाता है।

परामर्शदाता अन्तरण की तकनीक का उपयोग करते हुए क्लायंट की भावनाओं (सकरात्मक एवं नकारात्मक दोनों प्रकार की) को अपनी ओर अन्तरिक होने देता है। इस प्रकार लक्षणों में निहित लिबिडो का अन्तरण हो जाता है। लक्षणों/रोग/समस्या के स्थान पर परमार्शदाता का साथ उसी प्रकार के सम्बन्ध स्थापित हो जाता है जैसा कि पूर्व में महत्तपूर्ण व्यक्तियों के साथ था। नये सम्बन्धों में व्याप्त द्वन्द्व का सामान्य व्यक्ति की शैली में समाधान किया जाता है। फ्रायड ने इस तकनीक की दो अवस्थाएँ बताया हैं। प्रथम अवस्था में लिबिडो का परामर्शदाता तक अन्तरण होता है और दूसरी अवस्था में लिबिडो को इस सम्बन्ध से मुक्त कराया जाता है जिससे कि पुन: इसका अवदमन अचेतन की दिशा में नहीं होने पाये। परामर्शी के जीवन में आरम्भिक सम्बन्धों के द्वन्द्वों के मनोविकारी प्रभाव को दूर करने के लिए परामर्शदाता के साथ वैसे ही सम्बन्धों की स्थापना को अन्तरण मनस्ताप कहते हैं। परामर्शदाता के साथ सम्बन्धों में पुनर्सृजित पुरानी समस्याओं का प्रत्यक्ष समाधान किया जाता है।

परामर्शी के साथ सम्बन्धों में परामर्शदाता के अन्दर भी अन्तरण की प्रक्रिया सक्रिय रूप धारण कर सकती है। इस दशा को प्रति-अन्तरण (countertransference) कहते हैं। परामर्शदाता के लिए यह आवश्यक होता है कि वह अपनी अभिप्रेरणाओं, द्वन्द्वों और कमियो को पहचाने तथा प्रति अन्तरण की दशा को पहचान करके उसका समाधान कर लें। मनोविश्लेषणात्मक उपागम अपनाने वाले परामर्शदाता का भी मनोविश्लेषण कर लिया जाना उपयोगी होता है।

जैसा कि उपरोक्त वर्णित तकनीकों में कई बार बताया गया है परामर्शी को अपने व्यवहार की पुनव्र्याख्या करने की दिशा में इस उपागम में सहायता दी जाती है, फ्रायड कहते हैं कि 'मनोविश्लेषणात्मक उचार पुनर्शिक्षा का एक प्रकार है' ('........psychoanalytic treatments is a kind of re-education' -S. Frud, 459.)

व्यवहार उपागम (Behavioural Approach)

व्यवहार उपागम का सम्बन्ध किसी एक व्यक्ति के द्वारा प्रतिपादित व्यक्तित्व सिद्धान्त या उपचार पद्धति के साथ नहीं है। अनुबन्धन, पुनर्बलन और अधिगम के क्षेत्र में सम्पन्न किये गये प्रायोगिक अध्ययनों का लोगों की व्यवहार सम्बन्धी समस्याओं के समाधान के लिए विविध रूप में उपयोग किये जाने के प्रक्रिया में व्यवहार उपागम की अनेक तकनीकों का विकास कार्य सम्पन्न हुआ है। पावलव, स्किमर और माउटर (भय एवं परिहार अधिगम का द्वि-कारक सिद्धान्त) के अध्ययनों से उत्साहित होकर व्यवहार को वांछित दिशा में परिमार्जित करने के लिए पुर्नबलन की उपयुक्त दशाओं को विकसित करने का विचार प्रकट हुआ।

व्यवहार उपागम का अधिक सार्थक विकास वोल्प (Joseph Wolpe, 1958) द्वारा व्यवस्थित विसंवेदीकरण (systematic desensitization) तकनीक प्रस्तुत किये जाने के फलस्वरूप हुआ। 1960 और 1970 के दशक में अनेक व्यवहार परिमार्जन तकनीकों का विकास हुआ। बण्डूरा का प्रतिरूप सिद्धान्त और प्रतिरूप अधिगम विधि ने परामर्शदाताओं का ध्यान आकृष्ट किया।

व्यवहार परिमार्जन के क्षेत्र का जिस अविध में विकास हुआ, उसी अवधि में संज्ञानात्मक परामर्शन/उपचार उपागम का भी विकास हुआ है। संज्ञानात्मक उपागम और संज्ञानात्मक -व्यवहार उपागम में अनेक व्यवहार परिवर्तन/परिमार्जन तकनीकों को सम्मिलित किया गया है किन्तु इस उपागम में व्यक्ति के आन्तरिक अनुभवों (जैसे -विचार, अनुभूति, इच्छा, दिवास्वप्न, और अभिव्यक्तियों पर, अधिक बल दिया जाता है। पिछले एक दो दशको में परामर्शदाताओं ने व्यवहार और संज्ञान के क्षेत्र में हस्तक्षेप की प्रणाली का अपने उपागम में प्राय: एक साथ उपयोग किया है जिसके कारण संज्ञानात्मक व्यवहार उपागम (Cognitive- behavioural therapy-CBT) का विकास हुआ है। आज कुछ ही परामर्शदाता अपनी वृत्ति (प्रैक्टिस) में विषुद्ध रूप में संज्ञानात्मक या व्यवहार तकनीक का उपयोग करते हैं। बहुधा परामर्शदाता दोनों तकनीकों का उपयोग करते हुए देखे जाते है। हम यहाँ पर दोनों उपागमों का परिचय पृथक रूप में से समझने का प्रयास करेगें।

4.3.1 व्यवहार उपागम के मूलभूत अभिग्रह

1- व्यक्ति की समस्त अनक्रियाएँ अर्जित होती है। अनुक्रियाओं का अधिगम परिवेष में व्याप्त पुनर्बलन (पुरस्कार एवं दण्ड) की व्यवस्था के अनुरूप होता है।

2- अधिगम के लिए व्यक्ति के व्यवहार का प्रत्यक्ष पुनर्बलन आवश्यक नही होता है, स्थानापन्न पुनर्बलन की प्रक्रिया में सम्पन्न होने वाले अधिगम के लिए पर्याप्त उपयुक्त होती है।

3- समस्या व्यवहार का विकास आवश्यक एवं उचित अनुक्रिया के अधिगम की विफलता के कारण अथवा अनुचित अनुक्रिया प्रणाली का अधिगम होने के कारण होता है।

4- समस्या व्यवहार को ऐसी अनुक्रियाओं के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जिनका अवलोकन किया जा सकता है।

5- समस्या का स्वरूप वर्तमान होता है तथा उसका भविष्यकथन संभव है।

6- परिवेश में उपयुक्त अनुभव, पुरस्कार /दण्ड पुनर्बलन की व्यवस्था करके व्यवहार में आवश्यक परिवर्तन या परिमार्जन किया जा सकता है। इस प्रकार समस्या व्यवहार का समाधान किया जा सकता है।

परिवर्तन सम्बन्धी व्यवहार उपागम के लक्ष्य

1. परिवर्तन व्यवहार के लिए आवश्यक अनुक्रियाओं का सकारात्मक पुनर्बलन के माध्यम से अधिगम,
2. कुसमयोजनात्मक अनुक्रिया का दण्ड के माध्यम से विलोप,
3. कुसुमयोजनात्मक व्यवहार के अनुरक्षण में सहायक सिद्ध हो रहे पुनर्बलक को हटाना
4. भय जैसी असंगत अनुक्रिया को दूर करने के लिए सुरक्षित परिवेश में उस दशा का अनुभव करने के लिए अवसर उपलब्ध कराना जिसके अन्तर्गत क्लायंट को भय का अनुभव हो रहा है।
5. अधिगम की गयी अनुक्रियाओं की उपयोगिता का परामर्शन के सुरक्षित परिवेश में परीक्षण के लिए परामर्शी के अवसर सुलभ कराना।
6. प्रतिकूल परिस्थितियों (चिन्ता एवं तनाव की दशा) में संतुलन बनाये रखने के लिए व्यक्ति में शिथिलीकरण सम्बन्धी क्षमता का विकास करना।

4.3.2 व्यवहार उपागम में प्रयुक्त तकनीकें

व्यवहार उपागम व्यक्ति की समयोजनात्मक समस्याओं का समाधान करने के लिए उसके व्यवहार के स्तर पर हस्तक्षेप की नीति का अनेक तकनीकों की सूची में प्रतिरूप अधिगम, विसंवेदीकरण, अनावृत्ति, अनुक्रिया परिहार, शिथिलीकरण, गृहकार्य, डायरी रखना, एसर्टिव ट्रेनिंग को सम्मिलित किया जाता है।

1. प्रतिरूप अधिगम, अभ्यास एवं पुनर्बलन - प्रतिरूप अधिगम की तकनीकी अनुकरण द्वारा अधिगम के सिद्धान्त के आधार पर कार्य करती है। इस विधि के लिए एक प्रतिरूप (मॉडल) का होना, व्यक्ति के लिए उसके व्यवहार का अवलोकन करने के लिए अवसर की उपलब्धता तथा अवलोकितन व्यवहार की अपने व्यवहार में क्रियान्वित करने के अवसर की आवश्यकता होती है। अधिगम के इस रूप में सर्वथा नवीन व्यवहारों का अधिगम सम्भव है और अधिगम की क्रिया पूरी होनें के लिए अर्थात किसी नयी अनुक्रिया को अर्जित करने के लिए पुनर्बलन आवश्यक नहीं होता है। पुनर्बलन की भूमिका अधिगम और अधिगम की नयी अनुक्रिया के व्यवहार में प्रकट/कार्यरूप में सम्मिलित होने के लिए सहजीकरण के

रूप में होती है। यहां पुनर्बलन व्यक्ति के व्यवहार का या प्रेषित मॉडल के व्यवहार के प्रतिफल (परिणाम) के रूप में हो सकता है। कई बार ऐसा भी हो सकता है कि व्यक्ति को पुनर्बलन स्वयें अपने अन्दर से (सफलतापूर्वक कोई व्यवहार/अनुक्रिया अर्जित एवं क्रियान्वित कर पाने का बोध) ही प्राप्त हो सकता है। अब प्रश्न यह है कि प्रतिरूप अधिगम की इस तकनीक का परामर्शन या उपचार के क्षेत्र में परामर्शी के व्यवहार में परिवर्तन या परिमार्जन स्थापित करनें के लिए किस प्रकार किया जा सका है, और किस प्रकार की अनुक्रियाओं के अधिगम के लिए यह तकनीक अधिक उपयुक्त है।

परामर्शदाता और परामर्शी संयुक्त रूप मेंपरामर्शी के व्यवहार के बारे में विचार करके यह निर्धारित करते हैं। किस प्रकार के व्यवहार की अर्जित किया जाना है। अपने मित्रों एवं सहकर्मियों के बीच में अधिक प्रभावशाली ढंग से व्यवहार करने, अपनी कह पानें, अपने विचारों एवं अनुभूतियों पर अडिग रहने द्वन्द्व या आक्रामकता का समाधान करके जैसे व्यवहारों के अधिगम के लिए यह प्रविधि उपयुक्त मानी जाती है।

अधिगम के लक्ष्य और उसके स्तर का स्पष्ट निर्धारण कर चुकने के पश्चात, प्रतिरूपण, रिहर्सल और पुनर्बलनकी श्रृंखला का क्लायंट को नये वांछित व्यवहार का अधिगम कराने के लिए उपयोग किया जाता है। सर्वप्रथम एक उपयुक्त प्रतिरूप (मॉडल) का चयन किया जाता है। उपयुक्त प्रतिरूप का चयन करने में व्यक्ति की सहायता ली जा सकती है। व्यक्ति के लिए उपयुक्त प्रतिरूप वह व्यक्ति हो सकता है जिसका वह सम्मान करता है, जो विश्वसनीय है और योग्य/सक्षम व्यक्ति के रूप में उसका प्रत्यक्षण हो रहा है। मॉडल के व्यक्तित्व /व्यवहार का स्तर यदि अर्जित किये जा सकने योग्य है। यह मॉडल की भूमिका में प्रवेश कर सकता है और अपने व्यवहार भण्डार में उस व्यवहार को प्रदर्शित कर सकता है जिसको क्लायंट अर्जित करना चाहता है। क्लयांट को प्रतिरूप के व्यवहार का अवलोकन करने के लिए कहा जाता है।

प्रतिरूप के व्यवहार का अवलोकन करने के पश्चात परामर्शी से वैसा ही व्यवहार करने के लिए कहा जाता है। यह रिहर्सल किया उस समय तक जारी रखी जाती है जब तक कि परामर्शी अपने अधिगम के बारे में संतुष्ट नही हो जाता है। प्रत्येक रिहर्सल के बाद परामर्श को अपनी सफलता पर ध्यान केन्द्रित नहीं किया जाता हैं परामर्शदाता परामर्श के व्यवहार में सफलता की संगतिपूर्ण प्रशंसा करता है। अगले रिहर्सल या अभ्यास के समय अर्जित व्यवहार को भली प्रकार दुहराने के अतिरिक्त अन्य पक्षों पर भी ध्यान देता हैं इस क्रिया को व्यवहार सफलता पर इस रूप में ध्यान केन्द्रित करते हुए कि एक सुनिश्चित सीमा तक उसे सफलता प्राप्त हो चुकी है शेष व्यवहार, योग्यता, क्षमता, विशेषता को अपने व्यवहार भण्डार में सम्मिलित करने के लिए व्यक्ति प्रयत्न करता है।

व्यवहार अर्जित करने की प्रक्रिया में परिवेश की विशेषताओं का महत्व होता है। परामर्शी की सक्रिय भागीदारी, हंसी -मजाक का पुट, परामर्शदाता की परानुभूति और उसका सम्प्रेषण, सहयोग तथा समर्थन देने एवं चुनौती प्रस्तुत करने की क्रियाओं के मध्य का संतुलन परामर्शी द्वारा लक्ष्य अर्जित करने मे सहायक होता हैं

अर्जित व्यवहार का वास्तविक जीवन की दशाओं में कार्यान्वयन के लिए सजग योजना से लाभ मिलता है। कुछ परामर्शियों के लिए लक्ष्य अर्जित करने हेतु समय-सारिणी भी उपयोगी हो सकती है। व्यक्ति के

परिवेश में पहले से उपलब्ध सामाजिक पुनर्बलन के महत्व पर ध्यान दिया जाना चाहिए। परामर्शी द्वारा नये व्यवहार या परिमार्जित व्यवहार के महत्व का मूल्यांकन लाभकरी होता है।

(2) विसंवेदीकरण- विसंवेदीकरण चिन्ता एवं भय उत्पन्न करने वाले उद्दीपकों केप्रति चरणबद्ध रूप में क्रमशः व्यक्ति की संवेदनशीलता घटाने और चिन्ता के प्रतिरोध वाली सुसंरचित प्रविधि है। सर्वप्रथम व्यक्ति को शिथिलीकरण की तकनीक के लिए प्रशिक्षित किया जाता हैं तत्पश्चात चिन्ता या भय उत्पन्न करने वाले उद्दीपक को अल्प मात्रा में प्रस्तुत किया जाता है। व्यक्ति इस उद्दीपक के द्वारा पहले उत्पन्न होने वाली चिन्ता का अब सामना कर सकता है। चिन्ता उत्पन्न करने वाले उद्दीपक की मात्रा को अगले प्रयासों पर क्रमशः इस प्रकार बढ़ाते इस प्रकार बढ़ाते हैं कि पिछले प्रयासों पर अर्जित चिन्ता मुक्ति और शिथिलता या आराम की दशा को क्षति नहीं पहुंचे। वस्तुतः व्यक्ति चिन्ता का अनुभव कर सकता है लेकिन उसे नियन्त्रित करने में सक्षम होने का बोध भी अनुभव करता हैं इस प्रकार समय के साथ चिन्ता भी समाप्त हो जाती हैं

इस प्रविधि को प्रयुक्त करते समय परामर्शदाता प्रत्येक चरण के लिए उद्दीपक की मात्रा का निर्धारण करता है, प्रत्येक सत्र में परामर्शी को समर्थन और प्रोत्साहन देता है तथा प्रगति का मूल्यांकन करता है। परामर्शदाता द्वारा प्रक्रिया के मध्य अनुरक्षण (मॉनीटरिंग) और मूल्यांकन करते रहने से प्रक्रिया के प्रत्येक चरण में आवश्यक संशोधन किया जा सकना संभव होता है इस प्रकार दो सत्रों या चरणों को एक में संक्षिप्त, संयुक्त एवं समाहित कर सकता है अथवा किसी बिन्दु को आवश्यकतानुसार विस्तृत कर सकता हैं

विसंवेदीकरण की प्रविधि प्रयुक्त करते समय यह भी ध्यान दिया जाता है कि प्रक्रिया के प्रत्येक चरण में उद्दीपक की मात्रा परामर्शी की सामान्य क्षमता से थोड़ी अधिक हो जिससे कि उसके समक्ष चुनौती प्रस्तुत हो अर्तः क्लायंट के लिए कुछ और दूरी तय किया जाना वांछित हो जाये। व्यवहार परिमार्जन की अधिकतर प्रविधियों के लिए चरणबद्धता उपयोगी होती है।

(3) अनावृत्ति- अनावृत्ति तकनीक इस सिद्धान्त का उपयोग करती है कि यदि कोई व्यक्ति चिन्ता या भय उत्पन्न करने वाली किसी परिस्थिति में टिका रहे, वहां से वापस नहीं लौटे और उस परिस्थिति में उसे किसी प्रकार की क्षति नहीं होती है तो धीरे-धीरे व्यक्ति के चिन्ता भय का लोप हो जायेगा। शारीरिक स्तर पर व्यक्ति को भय उत्पन्न करने वाली परिस्थितियों से उतना उद्दीपन बाद में प्राप्त नही होता है जितना कि प्रथम प्रस्तुतिकरण के समय था एवं मनोवैज्ञानिक स्तर पर व्यक्ति को यह बोध प्राप्त हो पाता है कि उसे जैसी आशंका थी उस प्रकार से कोई क्षति उसे वस्तुतः पहुंचने वाली नहीं है। इस प्रकार उस परिस्थिति में बने रहने के लिए उसका व्यवहार पुनर्बलित होता है। चिन्ता में कमी उसी परिस्थिति का सामना करने के लिए उसे प्रोत्साहित करती है जिससे उसे भय लगता था।

इस प्रविधि का एक रूपान्तरण अन्तर्विस्टोटय् तकनीक में देखा जा सकता है जहॉ भय या चिन्ता उत्पन्न करने वाली परिस्थिति की भरमार कर दी जाती है, बाढ़ जैसी देशा उत्पनन कर दी जाती है तथा व्यक्ति ऐसी ही चुनौती भरी सर्वाधिक विपरीत परिस्थिति का तब तक सामना करता रहता है जब तक कि चिन्ता की मात्रा का बोध सीमित स्तर पर नहीं आ जाता है। इस तकनीक द्वारा परामर्शन में लाभ की दृष्टि से खतरा सम्मिलित है इसलिए परामर्शदाता इस प्रविधि का उपयोग अत्यन्त सतर्कता के साथ करते है।

एक अन्य रूपान्तरण में परामर्शदाता परामर्शी को भय उत्पन्न करने वाली परिस्थितियों का मात्रा के आधार श्रेणीयन (ग्रेडिंग) करने के लिए कहता हैं इसके पश्चात प्रत्येक परिस्थिति का सामना कर सकने के लिए और उस परिस्थिति में भयमुक्त या चिन्तामुक्त होने के लिए विधियों का चयन करता हैं इन विधियों मे शिथिलीकरण विधियों का सम्मिलित किया जा सकता है या व्यक्ति अपने लिए यह संदेश दुहराता रहता है कि चिन्ता की कोई बात नहीं है। भारतीय संदर्भों में लोग प्राय: हनुमान चालीसा या किसी श्लोक का पाठ करके अपने आप को भय से मुक्त करने का प्रयास करते हुए देखे जा सकते हैं व्यक्ति इस प्रकार का अभ्यास काल्पनिक परिस्थितियों में भी कर सकता है पहले अवलोकनकर्ता के रूप में, तत्पश्चात सहभागी और अन्त में वास्तविक जीवन दशा में। इस प्रकार की संरचना में परामर्शदाता होमवर्क जैसी प्रणाली का सहायक प्रविधि के रूप में उपयोग करते हैं।

(4) अनुक्रिया परिहार- यह तकनीक विशेषतया मनोग्रस्तता बाध्यतामूलक अनुक्रियाओं की समस्या का समाधान करने के लिए प्रयुक्त की जाती है। धूम्रपान, बार-बार खाने, खर्च करने, दूसरों से आश्वासन पाने, अपनी आलोचना करते रहने, आघात पहुचाने जैसे अनुक्रियाओं का परिहार करनेकी आवश्यकता की पूर्ति में यह तकनीक सहायक होती है। इस प्रविधि का विकास इस रूप में किया गया है कि व्यक्ति प्रगतिशील क्रम में अनुक्रिया को विलम्बित करता है और इस प्रकार यह क्रम तब तक चलता रहता है जब तक कि अनुक्रिया का पूर्ण रूपेण परिहार नही हो जाता है। यदि कोई व्यक्ति धूम्रपान की आदत छोड़ना चाहता है तो सिगरेट पीने की इच्छा जागृत होने पर पहले एक-दो मिनट, फिरप पॉच-दस मिनट, तत्पश्चात आधा घंटा, इसी क्रम में अनुक्रिया करने में विलम्ब करते हुए, तथा मध्यवर्ती अवधि में उत्पन्न होने वाली चिन्ता या बेचैनी का सामना करने के लिए शिथिलीकरण व्यायाम अथवा वैकल्पिक तकनीक प्रयुक्त करके, उस समय तक अनुक्रिया परिहार का प्रयत्न करते रहते हैं जब तक कि व्यक्ति पूरी सफलता के साथ, चिन्ता से मुक्त रहते हुए, अनुक्रिया को रोक लेने में सफल नहीं हो जाता है।

(5) गृहकार्य - यह प्रविधि उपरोक्त विधियों के संसर्ग में प्रयुक्त की जाती हैं परामर्शन सत्र सप्ताह में एक या दो दिन अथवा साप्ताहिक अन्तराल पर सम्पन्न होते हैं। आधुनिक परामर्शन शैली में कार्याविधि कम सत्र संख के रूप में ही पसन्द की जाती है। आधुनिक परामर्शन शैली में कार्याविधि कम सत्र संख्या के रूप में ही पसन्द की जाती है। ऐसे में दो सत्रों के मध्य परामर्शी क्या करें? परामर्शदाता और परामर्शी के मध्य वार्ता, सहमति, विचार-विमर्श द्वारा कुछ गृहकार्य निर्धारित किया जा सकता है। इस क्रिया द्वारा परामर्शी की परामर्शन प्रक्रिया में सहभागिता में वृद्धि हो जाती है, उसे प्रक्रिया पर निजी आधिपत्य का बोध होता है पूरी प्रक्रिया वांछित प्रतीत होती है। गृह कार्य के अनेक लक्ष्य हो सकते हैं, कठिन परिस्थिति का सामना करना, नये व्यवहार का अभ्यास करना या उसका परीक्षण करना। गृहकार्य का सामना करना, नये व्यवहार का अभ्यास करना या उसका परीक्षण करना। गृहकार्य का उद्देश्य सम्पन्न हो चुके सत्र के बारे में प्रत्यावर्तन करने, विचारों की सूची तैयार करने, अन्य व्यक्तियों से सूचनाएं प्राप्त करने या अपने संसाधन जुटाने के रूप में भी हो सकता है।

गृहकार्य निर्धारण करते समय परामर्शदाता व्यक्ति की अभिप्रेरणाओं के प्रति संवेदनशील होता है। यदि परामर्शी एक प्रकार का गृहकार्य करने के लिए अनिच्छुक है तो विचार-विमर्श करके ऐसे गृहकार्य पर सहमति विकसित की जाती है जिसे पूरा करने के लिए परामर्शी तत्पर प्रतीत होता है। गृह कार्य के

अन्तर्गत डायरी लिखने, स्वप्न का पुन: स्मरण करने, विशिष्ट व्यक्तियों की सूची तैयार करने, एसर्टिवनेस क्लासेज में जाने, सृजनात्मक या आत्मकथा लेखन का कार्य, विसंवेदीकरण का अभ्यास करने जैसे विविध कार्यों को भी सम्मिलित किया जा सकता है।

(5) डायरी तैयार करना - परामर्शन कार्य में व्यवहारात्मक दृष्टि से परामर्शी द्वारा डायरी तैयार किया जाना उद्दीपकों, व्यवहारों और पुनर्बलकों के मध्य के सम्बन्धों के अन्वेषण हेतु उपयोगी होता है। व्यक्ति के मद्यपन, क्रोध, बाजार जाने, बाहर जाना नापसंद होने, लोगों से मिलना अच्छा न लगने, गीत-संगीत अच्छा नहीं लगने आदि अनेक व्यवहारों के पहले घटित हुई घटनाओं का ब्यौरा उन परिस्थितियों और पुनर्बलकों के बारे में महत्त्वपूर्ण अन्तर्दृष्टियां प्रदान करता है जिनके प्रभाव में व्यक्ति उक्त अनुक्रियाएँ करता है। डायरी की सूचना पूर्वगामी दशा-व्यवहार परिणाम (antecedent-behaviour-consequent : A-B-C) पर ध्यान केन्द्रित करके अन्तदर्ृष्टि प्राप्त करने में सहायक सिद्ध हो सकती है।

डायरी का उपयोग परामर्शन सत्रों में सम्पन्न हुई अनुक्रियाओं के बारे में प्रत्यावर्तन (reflection) के लिए भी किया जा सकता है।

(6) शिथिलीकरण या विश्रांति (Relaxation) **-** विश्रांति या शिथिलीकरण अर्जित करने की अनेक तकनीकें प्रचलन में है। मांसपेशियों को शिथिलिता प्रदान करने वाली क्रियाएँ, योग, श्वसन नियमन क्रियाएँ उपयोगी मानी जाती है। अनेक माध्यमों से व्यक्ति को इन संसाधनों के बारे में प्रशिक्षण या सूचनाएँ प्राप्त हो सकती हैं किन्तु परामर्शदाता के पास भी ऐसी प्रविधियों का भण्डार होना उपयोगी माना जाता है। किसी परामर्शन सत्र के मध्य चिन्ता की परिस्थिति का सामन करने के लिए विश्रांति तकनीकों को उपयोगी माना जाता है। इसके अतिरिक्त परामर्शी परामर्शदाता से सीधे तौर पर इस विषय में जानकारी और प्रशिक्षण प्राप्त करना चाहते है। परामर्शी के लिए अनेक विश्रांति प्रविधियों में से परीक्षण के आधार पर उपयुक्त प्रतीत हुए तकनीक का उपयोग किया जाता है। ऐसा देखा गया है कि विश्रांति प्रविधियों का नियमित एक आदत के रूप में उपयोग किये जाने पर चिन्ता और तनाव का प्रभाव कम हो जाता है तथा व्यक्ति तकनीक के इस्तेमाल में निपुणता प्राप्त कर लेता है।

विश्रांति प्रविधियाँ मन और शरीर के मध्य अन्तर्सम्बन्धों के सिद्धान्त के आधार पर कार्य करती है। इस प्रकार यदि शरीर की मांसपेशियाँ पूरे शरीर में खिंचाव और ढीलापन के सम्मिश्रण द्वारा या श्वसन क्रिया के नियन्त्रण द्वारा शिथिल हो जाती है तो मन पर विश्रांतक प्रभाव उत्पन्न होता है।

विश्रांति अर्जित करने के लिए मनोवैज्ञानिक प्रविधियाँ भी प्रयुक्त की जा सकती है। कल्पना के माध्यम से सुखद एवं विश्रांतक प्रतीत होने वाली परिस्थितियों का अनुभव करके भी व्यक्ति विश्रांति का अनुभव कर सकता है। (गार्डन जिंक्स, 2000) किन्तु इस प्रणाली को सतर्कतापूर्वक प्रयुक्त किया जाना चाहिए क्योंकि तनाव उत्पन्न करने वाला कोई विम्ब उल्टा प्रभाव डाल सकता है।

संगीत सुनना (विशेषकर हल्की धुन) सैर-सपाटा, समुद्र तट का भ्रमण, फुलवारी और ऐसी अन्य अनेक परिस्थितियों का अनुभव लोगों के लिए लाभकारी होता है। जीवन की भाग-दौड़ में प्राय: लोगों के लिए अपना शौक (hobby) पूरा करना सम्भव नहीं हो पाता है किन्तु समझदारी के साथ उपयुक्त शौक को पूरा करके व्यक्ति चिन्ता और तनाव का सामना कर सकता है। सामाजिक, सांस्कृतिक संदर्भ भी शौक के चयन के लिए महत्त्वपूर्ण होते हैं। हमारा विचार है कि भारतीय सामाजिक-सांस्कृतिक परिवेश में अनेक

पुराने तत्त्व से हैं जो हमारे जीवन क्षेत्र का इस प्रकार विस्तार करते हैं कि हमें अपनी चिन्ताओं से मुक्ति पाने में सहायता मिल सकती है। उदाहरण के लिए श्रम दान, विद्या दान जैसी क्रियाओं से जहाँ तक एक तरफ समाज की समस्याओं का समाधान होता है वहीं कुछ योगदान करने का और कार्य की सफलता का बोध हमें सुख और सन्तुष्टि की अनुभूति प्रदान करता है। इसके अतिरिक्त अन्य लोगों (जो हम से अधिक जरूरतमंद हैं, पिछड़े हैं, कमजोर हैं, दु:खी हैं) के साथ होने पर हमें समूह/परामर्शन मनोचिकित्सा की प्राकृतिक प्रणाली/व्यवस्था के माध्यम से लाभ मिलता है।

4-4 संज्ञानात्मक उपागम

परामर्शन एवं मनोचिकित्सा की मनोविश्लेषणात्मक प्रणाली का आरम्भ में व्यापक प्रभाव क्षेत्र विकसित हो गया किन्तु शीघ्र ही उक्त प्रणाली के समर्थकों एवं अनुयायियों में बीच उपागम के अभिग्रहों के बारे में मतभेद उभरने लगा। मनोविश्लेषणात्मक उपागम से असंतुष्ट होकर संज्ञानात्मक उपागम विकसित किया। बेक के विचारों पर तार्किक-संवेगात्मक उपागत के प्रणेता अल्बर्ट एलिस की भॉति ही ग्रीक, रोमन और पूर्वी दार्शनिकों के विचारों का प्रभाव दृष्टिगोचर होता है। दर्शन के इस क्षेत्र में यह सोच प्रभावशाली पायी गयी है कि हम अपने विश्व और स्वयं के बारे में जैसा चिन्तन करते हैं उसका हमारे संवेग और व्यवहार पर गहरा प्रभाव पड़ता है। गौतम बुद्ध ने कहा, ''हम जैसा सोचते हैं वैसे ही होते हैं। हम जो कुछ है उसका उद्भव हमारे विचारों में होता है, अपने विचारों से हम संसार की रचना करते हैं।''

बेक (Aaron Beck) ने 1963 और 1964 में चिन्तन और विषाद के सम्बन्धों पर शोधपत्र प्रस्तुत करके विषाद में नकारात्मक संज्ञान विश्व, भविष्य तथा स्वयं के बारे में नकारात्मक दृष्टिकोण को अभिव्यक्त करते हैं। विषाद चिन्तन का विकास है। बाद में अन्य मानसिक समस्याओं में भी संज्ञानात्मक विकार प्रदर्शित किया जा सका इसलिए उपचार हेतु संज्ञान के स्तर पर हस्तक्षेप की प्रणाली विकसित की गयी। संज्ञानात्मक उपागम में अनेक व्यवहार हस्तक्षेप तकनीकों को भी सम्मिलित किया गया है। इसलिए इस उपागत का प्रमुख रूप संज्ञानात्मकव्यवहार उपागत (cognitive-behavioural approach) का होता है।

बेक ने 1976 में कॉगनिटिवथेरेपी एण्ड द इमोशनल डिसआर्ड्स (Cognitive Therapy and the Emotional Disorders) प्रकाशित किया। उनकी पुत्री जे.एस. बेक ने इस उपागत को अमेरिका में मजबूती प्रदान किया तथा 1995 में कॉगनिटिव थिरेपी : बेसिक्स एण्ड वियॉण्ड (Cognitive Therapy: Basics and Beyond) प्रकाशित किया। पी.एम. साल्कोवकिंस ने 1996 में फ्रांटियर्स ऑफ कॉगनिटिव थिरेपी (Frontiers of Cognitive Therapy) का सम्पादन किया। 1998 में संज्ञानात्क-व्यवहार परामर्शन के विषय में एक पुस्तक (Cognitive Behavioural Counselling in Action- P. Trower, A. Casey and W. Dryden) का प्रकाशन इस उपागत की आधुनिक महत्ता और प्रचलन का संकेत देता है।

4.4.1 संज्ञानात्मक उपागम के मूलभूत अभिग्रह

हम सभी लोगों को परिवेश के साथ समायोजन स्थापित करने की आवश्यकता होती है। उपयुक्त समायोजन स्थापित करने के लिए परिवेश, स्वयं अपने बारे में एवं अन्य लोगों के बारे में यथार्थपूर्ण सूचना की आवश्यकता है। हमारी ज्ञानेन्द्रियाँ (आँख, कान, नाक, जिह्वा और त्वचा) परिवेश के साथ

मध्यस्थता स्थापित करके मौलिक सूचनाएँ अर्जित करती हैं। ज्ञानेन्द्रियों के स्तर पर प्राप्त सूचनाओं के साथ चिन्तन, तर्क, कल्पना की प्रणालियाँ सम्मिलित होकर हमारे अन्दर व्यक्तियों, परिवेश और घटनाओं के बारे में बोध के जिस स्वरूप में विकास करती हैं उसमें घटना का वस्तुनिष्ठ वर्णन ही नहीं अपितु हमारी व्याख्या, मूल्यांकन और निष्कर्ष का समावेश होता है।

संज्ञानों की हमारी अनुभूतियों, व्यवहार और दैहिक अवस्था के साथ सम्बन्ध के बारे में विश्वास इस सिद्धान्त का मूलभूत अभिग्रह है। इस प्रकार यदि सामने उपस्थित व्यक्ति का प्रत्यक्षण/संज्ञान एक आतंकवादी के रूप में हो रहा है तो व्यक्ति की दैहिक अवस्था प्रभावित होगी, उसकी श्वसन क्रिया और हृदयगति तीव्र हो जायेगी, व्यक्ति को भय/क्रोध की अनुभूति होगी तथा हमारा व्यवहार पलायन/आक्रमण के रूप में होगा। व्यक्ति उत्पन्न हुए संज्ञान के औचित्य का मूल्यांकन कर सकता है और उसमें संशोधन कर सकता है।

बेक ने व्यक्ति की अनुभूतियों और व्यवहार को प्रभावित करने वाले तीन प्रकार के संज्ञान का वर्णन किया है।

(1) सूचना संसूचन (Information processing) - व्यक्ति को निरन्तर बाहरी परिवेश और आन्तरिक संरचना से सूचनाएँ प्राप्त होती रहती हैं जिसको आधार बनाकर हमारा मस्तिष्क उसे संज्ञानात्मक अर्थपूर्णता के रूप में प्रस्तुत करता है।

(2) स्वचालित विचार (Automatic thoughts)- व्यक्ति के अनेक संज्ञान स्वतः स्फूर्त होते हैं, इनकी उत्पत्ति आन्तरिक संवाद द्वारा होती है तथा व्यक्ति के लिए ऐसे संज्ञानों का चेतन बोध प्राप्त होना आवश्यक नहीं होता है।

(2) स्कीमा (Schema)- स्कीमा ऐसी काल्पनिक संज्ञानात्मक संरचनाएँ होती हैं जो वर्तमान प्रसंग में आवश्यक सूचनाओं पर ध्यान केन्द्रित करने और अनावश्यक सूचनाओं की उपेक्षा करने के लिए अवछ्éé प्रणाली की भाँति हमारी सहायता करती हैं। स्कीमा अनकहा नियम या अन्तर्निहित विश्वास होता है जिसका आरम्भिक अनुभवों के माध्यम से विकास होता है।

4.4.2संज्ञानात्मक उपागम में समस्या की उत्पत्ति और अनुरक्षण की व्याख्या

बेक के संज्ञानात्मक प्रतिरूप की अवधारण यह है कि व्यक्ति की मनोवैज्ञानिक या सांवेगिक समस्याओं का कारण परिस्थतियों और अनुभव में नहीं(व्यक्ति के विकृत चिन्तन की प्रणाली में निहित होता है।

जब अस्वस्थ या कुसमायोजनात्मक स्कीमा(जो कि नकारात्मक, दृढ़ (वेलोच) और निरपेक्ष होता है, विकसित और सक्रिय हो जाता है तब सूचना संसूचन (information processing) में विकृति आ जाती है- सूचना को व्यक्ति के अन्तर्निहित विश्वासों के अनुरूप परिवर्तित कर लिया जाता है या प्रतिकूल सूचनाओं (जिनकी विश्वास के साथ अनुरूपता नहीं होती है) की उपेक्षा कर दी जाती है। बेक ने विकृत सूचना संसूचना के तीन रूपों का वर्णन किया है-

(1) मनमाना निष्कर्ष (Arbitrary inference)- चिन्तन की ऐसी शैली जिसमें व्यक्ति सदैव द्विध्रुवीय मूल्यांकन में किसी एक छोर पर पाया जाता है, मध्यवर्ती मूल्यांकन का स्वरूप नहीं पाया जाता है(

(3) उच्चिष्ठीकरण एवं अल्पिकष्ठीकरण (Maximization and minimization) - इस प्रकार का विकार आने पर संज्ञानात्मक प्रक्रिया घटनाओं का मूल्यांकन या तो बढ़ा-चढ़ाकर या अत्यन्त घटाकर प्रस्तुत करता है।

अस्वस्थ स्कीमा का प्रभाव सूचना संसूचना प्रक्रिया पर उपरोक्त विकारी रूप में उत्पन्न होने के अतिरिक्त स्वत: स्फूर्त विचार प्रणाली पर भी नकरात्मक के रूप में देखा जाता है। व्यक्ति अपने समथ्र्य, महत्त्व, सार्थकता आदि का मूल्यांकन ऋणात्मक रूप में करता है।

बेक कुसमायोजनात्मक संज्ञानात्मक स्कीमा, संज्ञानात्मक विकृति और स्वत: स्फूर्त स्कीमा जो कि व्यक्ति को संवेगात्मक विकार की दिशा में ले जाते हैं, को अर्जित प्रक्रम मानते हैं। बेक बहुकारक सिद्धान्त में मनोवैज्ञानिक समस्याओं को जेनेटिक, बाल्यकालीन अनुभवों और सामाजिक अधिगत की अनुक्रिया के माध्यम से उत्पन्न रोग उन्मुखता (vulnerability) की प्रतिफल मानते हैं। तात्कालिक परिवेश के कारक अस्वस्थ संज्ञानात्मतक प्रक्रिया के लिए सक्रियकरण कारक का कार्य करते हैं।

संज्ञानात्मक विकृति के माध्यम से मनोवैज्ञानिक समस्याओं का रूप यथावत बना रहता है। एक बार अस्वस्थ स्कीमा सक्रिय हो जाती है तो व्यक्ति सूचनाओं का अवछ्ेद करके उसे इस रूप में ही संसूचित करता है कि प्राप्त सूचना व्यक्ति की स्वयं अपने बारे में, अन्य लोगों, परिवेश एवं घटनाओं के बारे में विश्वास/व्याख्या के अनुरूप हो। इस कारण उसकी सत्र,मस्या का स्वरूप यथावत् अनुरक्षित रहता है। पूर्वाग्रहपूर्ण सूचना संसूचन का प्रभाव स्वतस्फूर्त/ स्वचालित विचार पर भी पड़ता है। अंतत: व्यक्ति का अस्वस्थ संज्ञान पुनर्बलित होता है और संवेगात्मक समस्याओं की निरन्तरता/अतिजीविता बनी रहती है।

4.4.3संज्ञानात्मक उपागम में परिवर्तन सम्बन्धी लक्ष्य

संज्ञानात्मक उपागत का लक्ष्य सुव्यवस्थित प्रक्रिया के माध्यम से सांवेगिक समस्याओं का उपचार और व्यवहार में परिवर्तन स्थापित करना होता है। संज्ञान में परिवर्तन स्थापित करना इस उपागत का प्रथम लक्ष्य होता है। इस कार्य के लिए क्लायंट की सक्रिय सहभागिता आवश्यक होती है। परिवर्तन के लक्ष्य और प्रक्रिया की निम्न अवस्थाएँ होती हैं-

(1) क्लायंट को संज्ञानात्मक प्रतिरूप और संवेग एवं व्यवहार में विचार की भूमिका के बारे में शिक्षित करना, क्लायंट में समस्या का सम्प्रत्ययन विकसित करना

(2) परामर्शदाता क्लायंट को संज्ञानात्मक त्रुटियों, स्वत: स्फूर्त विचार और स्कीमा को चुनौती देने एवं व्यवहार में परिवर्तन की योजना बनाने तथा लक्ष्य निर्धारित करने के लिए सहायता देता है

(3) क्लायंट को स्वयं के लिए परामर्शदाता/उपचारक बनने हेतु सहायता दी जाती है

(4) क्लायंट के विकृत विचारों में दीर्घकालिक लाभ के लिए परिमार्जन उत्पन्न किया जाता है।

(5) क्लायंट में उसकी समस्याओं की उत्पत्ति और अनुरक्षण के विषय में अंतरिम परिकल्पनाओं के रूप में विश्लेषण का प्रतिपादन किया जाता है। यह विश्लेषणात्मक प्रतिपादन (i) संज्ञानात्मक विकृति, स्वत: स्फूर्त विचार(स्कीमा((ii) पूर्वनिहित कारकों (जेनेटिक, बाल्यकालीन अनुभव एवं सामाजिक अधिगम(और (iii) तात्कालिक कारकों (घर, परिवार, मित्र कार्यस्थल आदि की वर्तमान समस्याओं) के पदों के रूप में तैयार किया जाता है।

4.4.4 संज्ञानात्मक उपागम में परिवर्तन अर्जित करने की प्रविधियाँ

जिल्ल-मिट्टन (Jill Mytton, 2000) के अनुसार संज्ञानात्मक परामर्शदाता/ उपचारक सक्रिय-निर्देशात्मक परामर्शन पद्धति (active-directive counselling style) अपनाते हैं। परामर्शदाता द्वारा संज्ञानात्मक एवं व्यवहार प्रविधियों (कुछ व्यवहार प्रविधियों का भी संज्ञानात्मक उपागम में उपयोग प्रचलन में है) को प्रयुक्त करने के लिए अच्छे परामर्शन सम्बन्ध की आवश्यकता होती है। संज्ञानात्मक उपागम में उपयोग प्रचलन में है) को प्रयुक्त करने के लिए अच्छे परामर्शन सम्बन्ध की आवश्यकता होती है।

संज्ञानात्मक परामर्शदाता का कार्य शिक्षक जैसा होता है अत: उसमें अच्छे शिक्षक के गुण होने चाहिए जिससे कि वह परामर्शी को संज्ञान, संवेग, शरीर क्रिया और व्यवहार के सम्बन्धों के बारे में शिक्षित कर सके। परामर्शदाता में परामर्शी को अपने विचार एवं व्यवहार का प्रबोधक (मॉनीटर) बनाने, उसके औचित्य का परीक्षण करने तथा विकृत एवं गलत ढंग से कार्य कर रहे विश्वास की प्रणाली का परिमार्जन करने के लिए शिक्षित करने का सामथ्र्य होना चाहिए।

जिल्ल मिट्टन ने संज्ञानात्मक उपागत के प्रयुक्त होने वाली संज्ञानात्मक श्रेणी की तकनीकों छ: तथा पाँच व्यवहार तकनीकों को सूचीबद्ध किया है-

(1) साकरेटिक प्रश्न पृच्छा (Sacratic questioning) - चुनौती देने वाला संवाद(

(2) लागत-लाभ विश्लेषण (Cost-benefit analysis)- किसी प्रकार के विश्वास से लाभ-हानि का आकलन करना((शक्ति क्षेत्र विश्लेषण जैसी प्रविधि)

(3) क्लायंट को स्वत: स्फूर्त विचारों की पहचान करने, एवं संवेग तथा व्यवहार पर उसके प्रभाव को समझने में सहायता करना(

(4) वैकल्पिक परिप्रेक्ष्यों का विकास (Alternative perspectives)

(5) वास्तविकता परीक्षण (Reality testing) विचारों के लिए साक्ष्य की खोज(

(6) संज्ञानात्मक अभ्यास (Cognitive rehearsal)

उक्त के अतिरिक्त व्यवहार प्रविधियाँ भी प्रयुक्त की जाती है-

(1) क्रमिक अनावृत्ति (graded exposure),

(2) गतिविधियों का प्रवोधन (monitoring activities) - प्रतिदिन की गतिविधि की रिकार्डिंग और मूल्यांकन की क्रिया(

(3) गतिविधियों की अनुसूची तैयार करना (scheduling activities)(

(4) व्यवहार परीक्षण-भय, चिन्ता का परीक्षण (विसंवेदीकरण तकनीक)

(5) विश्रांति प्रविधियाँ।

4.5 सारांश

निर्देशन या परामर्श का गुणक्तापरक होना परामर्शग्राही एंवं परामर्शदाता के बेहतर तादात्मीकरण पर ही निर्भर होता है। व्यवहार उपागम एवं सज्ञानात्मक उपागम का उपयोग करके बेहतर तादात्मीयकरण या आत्मीय संबंध स्थापित किया जा सकता है। इससे बेहतर निर्देशन एवं परामर्श देने में मदद मिलती है।

4.6 बोध प्रश्न

1 निर्देशन एवं परामर्श में संबंध एवं अंतर स्पष्ट कीजिए।
2 व्यवहार उपागम को स्पष्ट कीजिए।
3 व्यवहार उपागम के मूलभूत अभिग्रह को समझाइए।
4 परिवर्तन संबंधी व्यवहार उपागम के लक्ष्यों को लिखिए।
5 व्यवहार उपागम में प्रयुक्त तकनीक कौन कौन सी होती हैं?
6 संज्ञानात्मक उपागम को स्पष्ट कीजिए।
7 संज्ञानात्मक उपागम में समस्या की उत्पत्ति और अनुरक्षक की व्याख्या कीजिए।
8 संज्ञानात्मक उपागम में परिवर्तन अर्जित करने की प्रविधियां लिखिए।
9 संज्ञानात्मक उपागम में परिर्वतन संबंधी लक्ष्य को स्पष्ट कीजिए।

इकाई 5

समस्या निर्धारण

इकाई की रूपरेखा

5.0 उद्देश्य
5.1 प्रस्तावना
5.3 समस्या के प्रकार
5.4 समस्या का मूल्यांकन
5.4.1 इतिहास साक्षात्कार
5.4.2 समस्या निर्धारित साक्षात्कार
5.4.3 मूल्यांकन से प्राप्त सूचनाओं का उपयोग
5.5 समस्या निर्धारण के लाभ
5.6 समस्या निर्धारण व हस्तकक्षेप
5.7 मूल्यांकन से संबंधित योग्यताएं
(1) स्पष्टीकरण प्रश्न
(2) खुले प्रश्न
(3) बंद प्रश्न
5.8 परामर्शग्राही पर मूल्यांकन का प्रभाव
5.9 सारांश
5.10 बोध प्रश्न
5.11 संदर्भ ग्रंथ

5..0 उद्देश्य

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप -

- परामर्श प्रक्रम की द्वितीय अवस्था 'समस्या की पहचान' को स्पष्ट कर सकेंगे।
- समस्या के प्रकारों को स्पष्ट कर सकेंगे।
- समस्या को जानने की आवश्यकता को स्पष्ट कर सकेंगे।
- समस्या को जानने के लिए प्रयुक्त विधियों को समझ उनका उपयोग करने में समर्थ हो सकेंगे।
- समस्या निर्धारण के लिए आवश्यक योग्यताओं को जान उन्हें स्वयं को विकसित कर सकेगे।
- सामान्य परामर्शग्राही प्रतिक्रियाओं को जान सकेंगे।

- समस्या की विशेषता तथा हस्तकक्षेप प्रविधि के मध्य संबंधों को जान सकेंगे।

5.1 प्रस्तावना

परामर्श एक सहायता करने का तरीका है इसमें परामर्शदाता परामर्शग्राही की इस प्रकार सहायता करता है कि वह स्वयं अपनी सहायता कर सकें। परामर्शदाता, ग्राही को उसकी शक्तियों का अहसास दिला, अलग तरह से घटनाओं को देखने व सोचने में मदद कर उसे परिवर्तित होने, अपने निर्णय स्वयं लेने, समस्याओं का हल करने में सहयता प्रदान करता है।

स्वयं लेने, परामर्श एक प्रक्रम है जिसमें परामर्शदाआ व ग्राही लगातार प्रगति करते हुए अन्तिम परिणामों पर पहुंचते है उन्नतिशील प्रक्रम को अवस्थाओं की एक श्रंखला के रूप में वर्णित किया जाता है ये अवस्थाएं है -

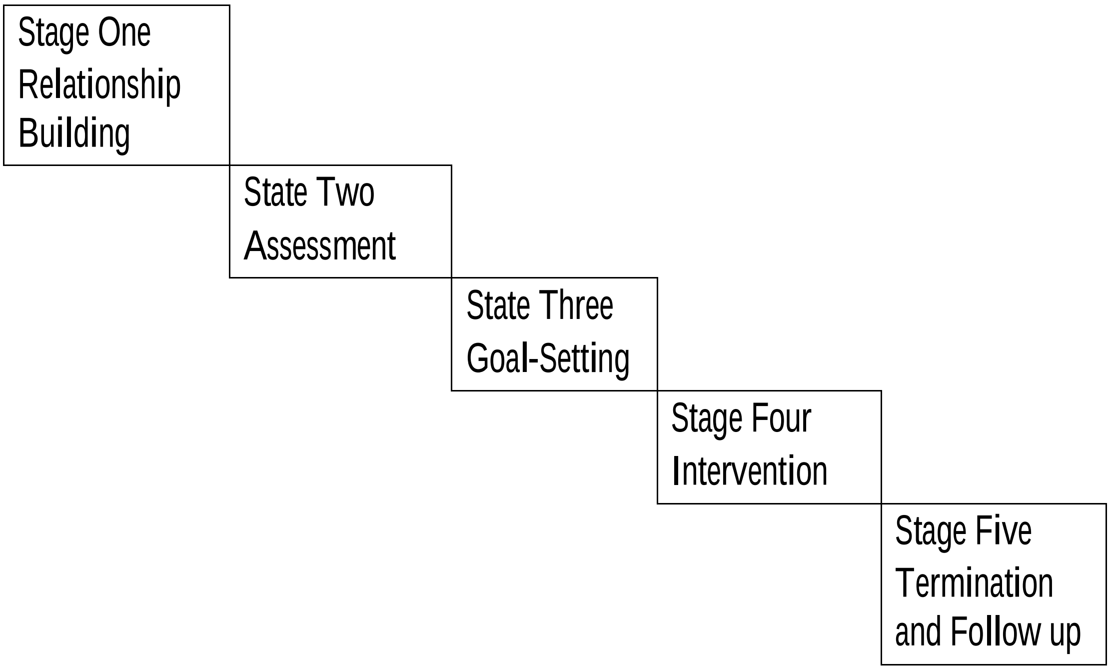
1 रिश्ता निर्माण

2 समस्या की पहचान

3 लक्ष्य निर्धारण

4 हस्तक्षेप

5 समापन व आगे की जानकारी लेना



समस्या निर्धारण, परामर्श प्रक्रम दूसरी अवस्था है। यह रिश्ता निर्माण के बाद परामर्श प्रक्रम की सबसे महत्वपूर्ण अवस्था समस्या की पहचान है। समस्या की पहचान का कार्य रिश्ता निर्माण की अवस्था के दौरान ही प्रारूप है जाता है सभी अवस्थाएं एक दूसरे को आच्छादित करती है अर्थात् एक अवस्था के

दौरान दूसरी अवस्था प्रारम्भ हो जाती है ये अवस्थाएं अन्तिम परिणाम प्राप्ति तक अनवरत क्रियाशील परामर्शदाता के लिए समस्या को ठीक से जानना व समझना लक्ष्यों के निर्धारण में सहायक होगा साथ ही सफल हस्तक्षेप में भी। एक सफल हस्तक्षेप हमेशा समस्या की प्रकृति व विशेषताओं से सीधे सम्बन्धित होता है सबसे अच्छे परिणाम परामर्श प्रक्रम से तभी प्राप्त होते है जब उपयोग के लिए निर्धारित हस्तक्षेप समस्या के तत्वों के अनुरूप हो।

3 समस्या के प्रकार

समस्या चार प्रकार की होती है -

1 संज्ञानात्मक समस्या - जब समस्या संज्ञानात्मक तत्वों से संबंधित होती है तो उसका कारण हमारी गलत सोच, विश्वास, अभिवृत्ति, प्रलकशण, चीजों को देखने व उन्हें अपने अनुसार अर्थ निकालने का गलत तरीका होता है। जब हमारे सोचने का तरीका गलत नकारात्मक या दोषपूर्ण होता है तो हमारी गलत सोच के कारण हमारे भाव व कृत्य भी गलत व दोषपूर्ण होते है।

Thinking –feeling- action

सेचना - भावना - क्रिया

यह एक क्रम है हम जैसा सोचते है वैसा ही महसूस करते है व उसी अनुसार हमारे कार्ये होते है। अत: जब हम वास्तविकता को विकृत करके देखते है, घटनाओं का अती सामान्यीकरण कर देते है, चीजों को सीधे सही या गलत, केवल दो नजरियों से ही सोचते हैं, सभी को हर समय खुश रखना चाहते है, हमारे चितंन के दोषपूर्ण होने के कारण हमें अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ता है।

क्योंकि उन सभी परिस्थितियों में चितंन में वास्तविकता के स्थान पर अवास्तविकता अधिक होती है। यहां इन समस्याओं को हमारे विश्वासों, अभिवृत्तियों व प्रत्यक्षण में परिवर्तन समाधान किया जा सकता है। साथी ही अगर हमारा स्वत: से वार्तालाप व आन्तरिक बातचीत नकारात्मक या दोषपूर्ण हो तब भी यह संज्ञान से संबंधित समस्या है जैसे - मैं ये कभी नहीं कर पाउगा, यहां पर परामर्शदाता नकारात्मक सोच सकारात्मक में बदले में सहयोग करना है। संज्ञानात्मक समस्या समाधान के लिए संज्ञानात्मक हस्तक्षेप प्रविधि का उपयोग होता है।

2 भावनात्मक समस्या

जब समस्याएं हमारे भावनात्मक पक्ष में संबंधित होती है तो उन्हें भावनात्मक समस्याएं कहते है, अधिकतर लोग परामर्श प्रक्रम में इसलिए आते है क्योंकि वे अपने संवेग अभिश्यक्त नहीं कर पाते है लोगों से हमारा अधिकांश व्यवहार व सोच भी भावनात्मक पक्ष रखते है समस्याएं भावनात्मक होने पर व्यक्ति अपने भावों संवेगों के आधार पर अपनी आन्तरिक दुनिया बना लेता है वह वास्तविकता में घटनाओं को देखने के स्थान पर अपने भावों के परिप्रेक्ष्य में घटना व व्यक्तियों का मूल्यांकन करता है जो समस्या के कारण बनते है।

समस्याएं भावनात्मक होने पर परामर्शदाता संवेगों को समझने व संवेगों की अभिव्यक्ति को प्रोत्साहित करता है साथ ही जीवन की वास्तविकता को स्वीकार करने में जीवन आवश्यकताओं को पुरा कर पाने में परामर्शग्राही की मदद करता है।

3 व्यवहारात्मक समस्या -

जब समस्याएं हमारे गलत समायोजी व्यवहार के कारण होती है तो ये व्यवहारात्मक समस्याओं की श्रेणी में आती है यहां पर हमारे व्यवहार अर्थात् हमारे व्यवहार अर्थात् हमारे प्रतिक्रिया करने के तरीकों, हमारी क्रियाओं, आदतों के कारण समस्याएं उत्पन्न होती है। व्यवहारात्मक समस्याओं के समाधान हेतु व्यवहारात्मक प्रविधियां उपयोग में लायी जाती है। इसमें अनेक प्रविधियां सम्मिलित है जैसे योग्यता प्रशिक्षण (Skill training), क्रिया प्रसूत अनुबंधन (Operant conditioning), शिथिलता प्रशिक्षण (Relaxation training), क्रमबद्ध अजागरूकता (Systematic Desnsitization), स्वयं नियोजन उपागम (Self-Management appraches) इत्यादि।

4 पारस्परिक समस्याएं -

इसमें हमारी अंतक्रियाओं व रिश्तों से संबंधित कारकों से संबंधित समस्याएं आती है जब हमारी संचार की अयोग्यता या ढंग से अपनी बात ना कह पाने, ना रख पाने या रिश्ते या ढंग से अपनी बात ना कह पाने, ना रख पाने या रिश्ते बनाने उन्हें निभाने संबंधी समस्याएं होती है तो वे इस श्रेणी में आती है इसमें हमारे सभी प्रकार के रिश्तों से संबंधित समस्याएं आती है। चाहे वो परिवारिक हो कार्य या विद्यालय से संबंधित या दोस्तों व सहपाठियों के साथ अंतवैयक्तिव योजना (Interpersonal stateriges), का उपयोग किया जाता है।

सामान्यत: समस्याएं जो परामर्शग्राही लेकर आते है वे पूर्णत: एक श्रेणी में नहीं आती अनेक तत्व सम्मिलित होते है।

4 समस्या का मूल्यांकन

प्रत्येक परामर्श प्रक्रम का प्रारंभ किसी ना किसी समस्या से होता है जो या तो परामर्शग्राही, परामर्शदाता के पास कोई समस्या लेकर आता है जो या तो व्यक्ति के दैनिक जीवन को अत्यधिक प्रभावित कर रही होती है या परामर्शग्राही उसकी वजह से बहुत बुरा महसूस करता है व यही उम्मीद लेकर परामर्श हेतु आता है कि परामर्श के पश्चात वह बेहतर महसुस करेंगा जिससे उसकी जीवन पस्थितियां बेहतर होगी पर सामान्यत: पहली बार जो समस्या परामर्शग्राही लेकर आते है वह वास्तविक समस्या नहीं होती है वह अत्यन्त सतही होती है, वास्तविक समस्या जो परामर्शग्राही को अत्यन्त परेशान कर रही होती है वह गहराई में कुछ और ही होती है परामर्शदाता जितनी अच्छी तरह से परामर्शग्राही की समस्या को समझता है उसकी समस्या के परिपेक्ष्य में बातें करता है परामर्श दाता पर बड़ता है अच्छा महसुस करता है जिससे उसका विश्वास परामर्शग्राही पर बड़ता है व अच्छे तथा मजबूत रिश्ते का निर्माण होता है साथ ही परामर्शदाता समस्या को पूर्णत: समझ ही आगे के प्रक्रम को दिशा दे सकता है। लक्ष्य निर्धारित कर समस्या समाधान की और प्रक्रम को अग्रसर कर सकता है। इस प्रकार परामर्श प्रक्रम की यह द्वितीय अवस्था अत्यन्त महत्वपूर्ण है। इसलिए परामर्शदाता के लिए समस्या को समझना अत्यन्त आवश्यक है ताकि वह महत्वपूर्ण जानकारियां प्राप्त कर सके जो उसे समस्या व उसके निवारण हेतु हस्तक्षेप प्रविधि चुनने में सहायक हो, समस्या पहचान के लिए मूल्यांकन आवश्यक है समस्या पहचानने के लिए मूल्यांकन बहुत आवश्यक है।

मूल्यांकन के दो प्राथमिक कारण है -

1 यह परामर्शग्राही की समस्याओं व उसकी जरूरतों को जानने का एक क्रमबद्ध तरीका है।

2 यह उन कारणों को पहचानने में महत्वपूर्ण है जिनके कारण समस्या उदाहरणार्थ दो अलग अलग परामर्शग्राही एक समान समस्या लेकर आते हे कि ''मैं अवसादित हूं। इस अवसाद के लिए परामर्शग्राहियों के कारण, समस्या व उसके लिए जिम्मेदार परिस्थितियां अलग अलग होगी। इस लिए समस्या का मूल्यांकन कर उसे व उसके कारणों को समझना अत्यन्त आवश्यक है,।

कई बार जब परामर्षाग्राही अपनी समस्या बताता है तो बताने से, अपनी समस्या के बारे में बात करने से वह उसके बारे में स्व जागरूक हो जाता है जिससे समस्या की गंभीरता में कमी आ जाती है। मूल्यांकन में वे सबकुछ सम्मिलित है जो भी परामर्शदाता जानकारी करने व उनसे निष्कर्ष निकालने हेतु उपयोग करता है। यद्यपि मूल्यांकन सबसे प्रारंभिक मुलाकातों में ही हो जाता है पर कुछ मात्रा में पुरे प्रक्रम में चलता रहता है।

मूल्यांकन के तत्व

4.1 इतिहास साक्षात्कार

मूल्यांकन हेतु इतिहास साक्षात्कार ही महत्वपूर्ण भूमिका होती है इसमें परामर्शदाता परामर्शग्राही से सूचनाएं प्राप्त करने में रूचि रखता है तो कि वह इन सूचनाओं के माध्यम से परामर्शग्राही की समस्या, उस समस्या का क्षेत्र, प्रभाव उससे संबंधित कारक, परामषकर्ता का जीवन वृत, वर्तमान परिस्थितियां आदि जान सकें जो समस्या को बेहतर तरीके से समझने में सहयोग करें।

यह इतिहास साक्षात्मकार, परामर्श के अन्य प्रक्रमों से भिन्न होता है इसमें परामर्शदाता, परामर्शग्राही से उसकी मूलभूत जानकारियां प्राप्त करना चाहता है। जैसे पता, टेलीफोन, नंबर, समस्या, उससे संबंधित कारण, घटनाएं व व्यक्ति। इस साक्षात्कार पर परामर्शदाता का पूर्णत नियंत्रण होता है सामान्यत: इसे उपचारात्मक प्रक्रम बनाने की कोशिश नहीं की जाती हे सिर्फ आधारभूत सूचनाएं ली जाती है ताकि भविष्य में प्रक्रम को आगे बढ़ाने के लिए सम्पर्क किया जा सके। समस्या व उससे संबंधित कारकों को समझ उनके संबंधों को जाना जा सकें। प्रारंभिक साक्षात्मकार में क्या क्या बाते बतायी जा सकती है उसके लिए कुछ बिन्दु दिये गये है -

1 सामान्य व्यक्तिगत पहचान सम्बन्धित जानकारी -

(अ) Client का नाम, पता, टेलीफोन व मोबाइल नम्बर। जिससे परामर्शदाता आवश्यकता पड़ने पर परामर्शग्राही से सम्पर्क कर सके। साथ ही परामर्शग्राही का पता जो इस बात की भी जानकारी देता कि Client किन अवस्थाओं में किस प्रकार की जगह पर रहता है।

(ब) आयू, लिंग, शादि शुदा है या नहीं, व्यव्साय क्या है यदि विद्यार्थी है तो कक्षा व विद्यालय (ये सामान्य जानकारियां आगे के Session में Client को समझने में मददगार होती है।

2 समस्या जो Client द्वारा बतायी जाती है, क्या है? वह समस्या परामर्शग्राही की दिनचर्या को किस प्रकार प्रभावित करती है। समस्या कितने समय तक रहती है समस्या समान्यत: कैसे

उत्पन्न होती है समस्या से किस प्रकार के भावनात्मक या संघनात्मक तत्व सम्बन्धित है अब किस बात के कारण परामर्शग्राही को परामर्श के लिए आने का निश्चित किया है ये सभी बातें पता लगाने की कोशिश की जाती है।

3 परामर्शग्राही का वर्तमान दैनिक जीवन कैसा है।

अर्थात् किस तरह वह अपना पुरा दिन व्यतीत करता है परामर्शग्राही की दैनिक दिनचर्या क्या है उसकी व्यवसायिक या शैक्षणिक- परिस्थितियां क्या है उसकी सामाजिक, धार्मिक, मनोरंजन क्रियाकलाप क्या है।

4 पारिवारिक विवरण -

अ माता-पिता या जीवनसाथी की आयू, व्यवसाय, उनका व्यक्तित्व उनके साथ परामर्शग्राही के सम्बन्ध कैसे है।

ब भाई बहन कितने है उनका जन्म क्रम क्या है उनके साथ परामर्शग्राही का रिश्ता कैसा है।

स क्या परिवार में किसी को किसी प्रकार के मानसिक असंतुलन का इतिहास रहा है।

द क्या परिवार में किसी प्रकार की आनुवांषिकबिमारियों का इतिहास रहा है।

5 व्यक्तिगत इतिहास

अ चिकित्सकीय इतिहास - मॉ के गर्भ से तब मॉ का मानसिक व संवेगात्मक स्तर, परिस्थितियां, जन्म कैसे हुआ सामान्य या ऑपरेशन।

ब शैक्षणिक- इतिहास - शैक्षणिक- उन्नति शुद्ध से अब तक कैसी रही। विद्यालय में किन गतिविधियों में भाग लिया करते थे, सहपाठीयों से रिश्ता।

स व्यवसायिक इतिहास - अगर व्यवसाय में है तो कहां कहां काम किया, किस प्रकार का काम कितने समय के के लिए किया, सहकर्मियों व बॉस से सम्बन्ध कैसे रहे।

द वैवाहिक स्थिति - वैवाहिक साथी के साथ सैक्सयुअल रिश्ते कैसे है, सैक्सयुअल जानकारी क्या से मिलती है। साथी का व्यक्तित्व, सोच, व्यवहार कैसा है। क्या किसी प्रकार का अन्य गहरा संवेगात्मक रिश्ता भी रहा है। साथी के साथ विवाह से अब तक रिश्ता कैसा है बच्चे कितने है।

घ क्या किसी प्रकार के नषे का इस्तेमाल करते है।

ड. कोई पुराना परामर्श अनुभव।

च जिंदगी के लिए व्यक्तिगत लक्ष्य क्या है।

6 इंटरव्यु के समय परामर्शग्राही का वर्णन

परामर्शग्राही की वेषभुशा, बाल, कपड़े, चेहरे की हाव-भाव, आवाज, तनाव, कितना बोलता है, किस तरह का प्रत्युतर देता है, भाषा-ज्ञान कैसा है, क्या सोच तर्कपूर्ण है, परामर्शदाता के साथ कैसा व्यवहार, जुड़ाव या प्रतिक्रिया आदि।

5.7 सारांश

परामर्शग्राही द्वारा बतायी गयी समस्या व प्राप्त सूचनाओं में क्या सम्बन्ध है। समस्या किस प्रकार की है। परामर्शग्राही के लिए स्वयं उपयुक्त परामर्शदाता है या उसे किसी अन्य के पास भेंजने की आवश्यकता है। अगर स्वयं उसके लिए उपयुक्त परामर्श कितने समय तक चलेगा? क्या परामर्शग्राही की अपेक्षाएं वास्तविक है?

समस्या वर्णन साक्षात्कार

मूल्यांकन हेतु दूसरा महत्वपूर्ण तत्व समस्या वर्णन साक्षात्कार है। यह इतिहास साक्षात्कार के पश्चात होता है पर आवश्यक नहीं की तुरंत बाद ही हो। समस्या वर्णन, साक्षात्कार में परामर्शग्राही की समस्याओं, आवश्यकताओं, समस्या के लिए जिम्मेदार कारकों को जानने के लिए विशिष्ट सूचनाएं (Specific information) प्राप्त की जाती है। यह प्राप्त सूचनाओं (intake history) की तरह सामान्य प्रकृति की नहीं होती है।

सामान्यत: जब पहली बार परामर्शग्राही, परामर्शदाता से मिल कर समस्या बताता है, कुछ सेशनस के बाद पता चलता है कि वास्तविक समस्या जो परामर्शग्राही को ज्यादा परेशान करती है वह कुछ और ही है इस प्रकार परामर्शदाता का परामर्शग्राही द्वारा इम्तिहान लिया जाता है कि वह कितनी अच्छी तरह उसे, उसकी समस्या को समझता है व उस समस्या को किस प्रकार लेता है इसलिए विशेष रूप से समस्या को परामर्शग्राही के समक्ष रखने से पहले कई सेशनस लेकर स्पष्ट रूप से समस्या व उसके कारणों को जानने के पश्चात ही परामर्शदाता को उन्हें ग्राही के समक्ष रखना चाहिए। यहां नीचे कुछ सुझाव दिये गये है जीनक उपयोग आप समस्या वर्णन साक्षात्कार के दौरान कर सकते है।

1 समस्या के तत्व - (समस्या किस तरह प्रकट होती है।द्ध

(अ) समस्या से संबंधित संवेग, अहसास जैसे - ड़र, गुस्सा,

((अ) संज्ञनात्मक तत्व (समस्या से संबंधित - सोच, विश्वास नजरियाद्ध

(स) समस्या से संबंधित व्यवहार

(द) दूसरे लोगों का समस्या में योगदान - अर्थात् परामर्शग्राही का परिवार मित्र सा जिन भी लोगों को वह महत्वपूर्ण समझता है कि समस्या को किस प्रकार प्रभावित करता है।

2 क्या समस्या में परामर्शग्राही कोई पैटन देखता है? जैसे -

- समस्या कब होती है
- कहाँ होती है।
- किन लोगों के साथ होती है।
- अभी क्या हो रहा है।
- समस्या के होने के पहले क्या होता है?
- समस्या होने के बाद क्या होता है।

- क्या चीजें समस्या को और खराब कर देते है।
- क्या चीजें समस्या में ठीक होने में सहयोग देती है।

3 समस्या की तीव्रता कितनी है

1 समस्या कितने समय तक रहती है।

2 प्राय: कितनी बार होती है?

3 जब समस्या होती है तो कितनी देर तक रहती है।

4 किन कारणों की वजह से उसने परामर्शदाता के पास आने का निर्णय लिया।

5 समस्या परामर्शग्राही की दैनिक दिनचर्या को किस प्रकार प्रभावित करती है।

4 समस्या से निपटने के लिए परामर्शग्राही को ताकत, संसाधन व Coping Skills क्या है।

1 परामर्शग्राही समस्या से किस प्रकार निपटता है क्या चीजें काम करती है क्या नहीं करती है?

2 परामर्शग्राही ने अन्य समस्याओं का किस प्रकार सफलतापूर्वक सामना किया है।

3 परामर्शग्राही अपने प्रयासों के बदलने के लिए अपने पास किस प्रकार का सहयोग तंत्र, ताकत रखता है।

4. मूल्यांकन से प्राप्त सूचनाओं का उपयोग -

निर्धारण साक्षात्कार से प्राप्त जानकारी के अतिरिक्त भी परामर्शदाता मानकीकृत मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का उपयोग कर सकता है। परीक्षणों का उपयोग प्राप्त जानकारी की सत्यता को जानने व समझने परामर्शदाता की सहायता करता है। इस प्रकार परामर्शदाता इतिहास साक्षात्कार, समस्या वर्णन साक्षात्कार तथा मानकीकृत परिक्षणों के उपयोग से प्राप्त जानकारी के आधार पर समस्या से संबंधित उपकल्पनाएं बनाता है तथा एक एक करके प्रत्येक उपकल्पना की जांच करते हुए वास्तविक समस्या की पहचान करता है।

5 समस्या निर्धारण के लाभ

- समस्या का निर्धारण परामर्श प्रक्रम को आगे दिशा व गति देता है।
- समस्याओं को जानना ही परामर्शदाता व ग्राही के लक्ष्य निर्धारण कर सकते है।
- समस्या की प्रकृति या प्रकार, हस्तक्षेप प्रविधि के निर्धारण में सहायक होता है।
- परामर्श दाता समस्या को समझना, परामर्शग्राही के मन में परामर्शदाता के बारे में विश्वास पैदा करता है जो अच्छे संबंधों के लिए आवश्यक है।
- समस्या के निर्धारण से ही अंत: में मूल्यांकन किया जा सकता है। जिससे परामर्श प्रक्रम की सफलता या असफलता का पता चलता है।
- समस्या निर्धारण परामर्शग्राही व परामर्शदाता को अभिप्रेरित करता है।

- परामर्शदाता द्वारा समस्या का निर्धारण होने से परामर्शग्राही भविष्य के प्रति आशान्वित व चिंतामुक्तमहसुस करता है।

6 समस्या निर्धारण तथा हस्तरक्षेप

अगर एक परामर्शगीं बताता हे कि ''मैं हमेशाखुद से कहता रहता हूं कि मैं अच्छा नहीं हूं'' तो हस्तक्षेप संज्ञानात्मक तत्वों से संबंधित होना चाहिए । अगर परामर्शग्राही की समस्या यह है कि वह स्वयं को दूसरों के सामने अभिव्यक्त नहीं कर पाता है तो हस्तक्षेप व्यवहार में परिवर्तन हेतु होगा। इसी प्रकार यदि परामर्शग्राही की समस्या दोस्तों, पारिवारिक सदस्यों के साथ ढंग से रिश्ता ना निभा पाने के कारण है तो हस्तक्षेप पारस्परिक तत्वों से संबंधित होगा।

अगर समस्या में एक से अधिक तत्व सम्मिलित हो तो समाधान हेतु एक प्रविधि का उपयोग ना करके अनेक हस्तक्षेप प्रविधियों को मिलाकर उनका उपयोग करना पड़ेगा जैसे अवसाद का अनुभव, संज्ञानात्मक, व्यवहारात्मक व शारीरिक रूप से हो सकता है अत: यहां केवल एक हस्तक्षेप प्रविधि का उपयोग पर्याप्त नहीं होगा, अनेक प्रविधियों को मिलाकर समस्या के सम्पूर्ण स्वरूप पर कार्य करना पड़ेगा। और वह भली प्रकार तभी संभव है जब हम पहले समस्या के स्वरूप को अच्छे से समझ पाएं

7 मूल्यांकन से संबंधित योग्यताएं -

एक अच्छे उपचारात्मक संबंध की स्थापना की लिए परामर्शदाता को अनेक योग्यताओं की आवश्यकता हाती है। कुछ योग्यतएं जैसे भावानुवाद, भावनाओं का परावर्तन (Refecting feeling) रिश्ता निर्माण के साथ समस्या निर्धारण हेत भी आवश्यक होती है साथ ही समस्या निर्धारण हेतु भी आवश्यक होती है साथ ही समस्या निर्धारण साक्षात्मकार व इतिहास साक्षात्मकार में प्रश्नों का उपयोग होता है, सही प्रकार के प्रश्नों का चयन प्रक्रम को सुगम बनता है मूल्यांकन हेतु इन तीन प्रकार के प्रश्नों का उपयोग अत्यधिक उपयोगी होता है -

(1) स्पष्टीकरण प्रश्न
(2) खुले प्रश्न
(3) बंद प्रश्न

1 स्पष्टीकरण प्रश्न - कई बार परामर्शग्राही की बाते एवं जवाब स्पष्ट नहीं होते है उनमें अस्पष्टता का अंश अधिक होता है उस समय किसी भी प्रकार की भ्रय की स्थिति से बचने के लिए परामर्शदाता के लिए आवश्यक हो जाता है कि वह ऐसे प्रश्न पूछे जिसमें बातें स्पष्ट हो। इस प्रकार के प्रश्नों को स्पष्टीकरण प्रश्न कहतेहै।

स्पष्टीकरण प्रश्नों के कुछ उदाहरण निम्न है -

क्या आप अपने मनोभावों को अलग तरीके से व्यक्त करेंग, मुझे लगता है मैं आपको नहीं समझ पाता हूं।

जब आप कहते है कि अच्छा मैं पागल हो गया हूं तब आप वास्तव में अंदर से कैसा महसूस करते है?

स्पष्टीकरण प्रश्नों का पूछा जाना आवश्यकहै अगर परामर्शदाता बातें को गलत समझेगा, उनहें ठीक से नहीं समझ पाएगा या उन्हें महत्व नहीं देगा तो वह समस्या के बारे में गलत समझ सकता है जो प्रक्रम के लिए अच्छा नहीं।

- क्या आप एक बार फिर से इस घटना को मेरे लिए बताएगे।

- क्या आप अपनी बात को अलग तरह से कह सकते है?

- आपके अभिभावक औरों से अलग है इसका क्या अभिप्राय है?

(ii) खूले प्रश्न

खुले प्रश्न वह प्रश्न होते है जिसका उत्तर देने के लिए आपको एक शब्द से अधिक बोलना पड़ता है ये क्या, कहां, कौन, कैसे से प्रारंभ होते है ये शब्द अत्यन्त आवश्यकहै। क्योंकि इस प्रत्येक शब्द सेहमें अलग अलग प्रकार की जानकारी परामर्शदाता से प्राप्त होती है जैसे ''क्या'' पूछने पर हमें तथ्य व सूचनाएं प्राप्त होती है। ''कैसे'' पूछने पर घटना के घटित होने का क्रम पता चलता है। कहां पूछने से समय व स्थान के बारे में जानकारी मिलती है। कौन से वाक्य शुरू कर पूछने पर लोगों के बारे में जानकारी मिलती है।

यहां पर क्यों का उपयोग नहीं किया गया है परामर्श प्रक्रम में क्यों का उपयोग सीमित रूप से किया जाता है क्योंकि क्यों का उपयोग कारण जानने में किया जाता है जिसमें Reasoing सर्व का उपयोग होता है अत: प्रारंभिक चरण में क्यों का उपयोग नहीं किया जाता है। क्योंकि क्यों के उपयोग से परामर्श ग्राही डरा हुआ एवं अपने को बचाने का प्रयास करता है जिससे प्रक्रम पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

खुले अंत वाले प्रश्न के उदाहरण -

1 तुम्हें इसके बारे में क्या अच्छा लगता है?

2 तुम इस तरह कब महसूस करते हो?

3 यह आपके साथ कहां हुआ?

4 तुम इसके बारे में कैसा महसूस करते हो?

खुले अंत वाले प्रश्नों का उपयोग तीन जगह अत्यधिक उपयोगी होता है

(i) साक्षात्कार प्रारंभ करते समय

जब परामर्शदाता, परामर्श प्रक्रम का प्रारंभ करता है उस समय खुले अंत वाले प्रश्नों का उपयोग, उसे परामर्शग्राही, से अधिक से अधिक सूचनाएं प्राप्त करवाने में परामर्शग्राही को सहज महसूस करवाने, बोलने का मात्रा देने में महत्वपूर्ण होता है।

जैसे - आज आप कहां सेबात करना चाहेगें?

क्या आप अपने बारे में कुछ बताना चाहेगें।

(ii) जब विस्तार की आवश्यकता हो

जब परामर्शग्राही द्वारा किसी बात को ज्यादा अच्छे से विस्तृता से समझना होता है,घटना को समझने के लिए ज्यादा वर्णन की आवश्यकता होती है तब इन प्रश्नों का उपयोग उपयोगी होता है।

जैसे -

- आपने ऐसा कब देखा?
- आपके लिए चीजें कैसे बेहतर हो सकती है।
- क्या होता है जब आप गुस्से में अपनाआपा खो देते है?
- आपके साथ और कौन लोगों ने यह कार्य किया?

3 जब कुछ विशेष जानना हो -

जब परामर्शग्राही के व्यवहार, भावनाओं के बारे में विशेष रूप से जानकारी प्राप्त करनी हो तो

- जब ऐसा होता है तब आप क्या करते हो?
- आप वास्तव में इसके बारे में कैसा महसुस करते है?
- कब और कहां आप खुद को कमजोर महसूस करते है?

(iii) बंद प्रश्न

जब हम सूचनाएं प्राप्त करना चाहते है, किसी बात को विस्तार से जानना चाहते है तो बंद प्रश्न पूछना ठीक नहीं होता पर जब हम कुछ विशेष सूचनाएं चाहते है, कुछ बातों का निर्धारण करना चाहते है तो बंद प्रश्न पूछे जा सकते है। बंद प्रश्न मे परामर्शग्राही बस एक ही शब्द में अपनी बात का जवाब दे सकता है उसे एक शब्द से ज्यादा बोलने की आवश्यकता नहीं होती है उदाहरणार्थ - कुछ बंद प्रश्न

- जब आपके साथ में घटना घटित हुई उस समय आपकी आयु कितनी थी?
- क्या आप अकेले है, या आपका कोई भाई-बहन है?
- क्या आप अभी कोई दवाई ले रहे हैं?
- क्या आपने इससे पहले कभी किसी परामर्शदाता की सेवाएं ली है?

अत्यधिक बंद प्रश्न पूछने से परामर्श सेशन पूर्णत परामर्शदाता द्वारा नियंत्रित प्रतीत होता है। अत: परामर्श प्रक्रम में अत्यावष्यक होने पर ही बंद प्रश्न पूछे जाने चाहिए, अत्यधिक बंद प्रश्न पूछने से परामर्शग्राही अपनी बात ठीक से नहीं रख पाता है, कई संवेदनशील बाते छूट जाती है।

8 परामर्शग्राही पर मूल्यांकन का प्रभाव -

जब हम परामर्श प्रक्रम में समस्या जानने हेतु मूल्यांकन करते हैं इसका प्रत्येक परामर्शग्राही पर अलग अलग प्रभाव हो सकता है यहां कुछ सामान्य प्रतिक्रियाएं दी गई है ताकि जब आप कार्य करें पहले से आपको इनकी जानकारी होता की समाधान हेतु तैयार रहे।

सकारात्मक प्रतिक्रिया

1 समझना - परामर्शग्राही महसूस करता है कि किसी ने तो अंतत: उसे समझा कि यह (कोई विशेष) घटना मेरे लिए कितना परेशान करने वाली थी।

2 चिंतामुक्त- परामर्शग्राही अपनी बात कह खुद को हलका महसूस करता है, सीने का दर्द व भार कुछ कम हो जाता है।

3 आदर्शवाद - परामर्शग्राही समस्या के निराकरण व जीवन में बदलाव हेतु खुद से आशान्वित महसूस करताहै उसको लगता है वाकई अब कुछ हो सकता है।

4 अभिप्रेरित - वह कुछ करने के लिए, अपनी बात कहने के लिए उर्जावन व अभिप्रेरित महसूस करता है जैसे परामर्शग्राही कह सकता है - वायु अब में किसी से इस बात में बात कर सकता हूं, लगता है अब में अवश्य कुछ कर पाउंगा।

पर कई बार नकारात्मक प्रतिक्रियाएं भी होती है जैसे परामर्शग्राही चिन्तित, मूल्यांकित, असुरक्षित व कमजोर,पूछताछ किया हुआ महसूस करता है।

परामर्श प्रक्रम की सफलता के लिए आवश्यक है कि परामर्शग्राही की चिंताओं को ध्यानपूर्वक व संवेदनशील तरीके से समझा जाए, आदर्श परिणाम तब प्राप्त होते है जब मूल्यांकन के परिणामस्वरूप सकारात्मक प्रतिक्रियाएं प्राप्त होती है, प्रश्न जितने अधिक परामर्शग्राही की समस्या से संबंधित होते है परामर्शग्राही की प्रतिक्रिया उतनी सकारात्मक होती है।

5.9 सारांश

परामर्शग्राही की समस्या को जानने व समझने के लिए मूल्यांकन आवश्यक है मूल्यांकन साक्षात्कार (Intake History interview) से प्रारंभ होता है जिसमें परामर्शदाता परामर्शग्राही से उसके वर्तमान व भविष्य के बारे में सामान्य जानकारियां जैसे पता, टेलीफोन नंबर, व्यवसाय, शिक्षा, वैवाहिक स्थिति, बच्चे आदि जानने की कोशिश करता है तथा ताकि परामर्शग्राही को समझ, उसकी समस्या से परिस्थितियों व व्यक्तियों से संबंध को समझ सकें तथा आगे के सम्पर्क के लिए व्यवस्था कर सकें। समस्या वर्णन साक्षात्मकार में परामर्शदाता, समस्या की तीव्रता, ग्राही का व्यवहार समस्या के निबटने का तरीका आदि जानकारी प्राप्त करेन की कोशिश करता है। इन सब सूचनाओं के आधार पर परामर्शदाता, परामर्शग्राही की संभावित सूचनाओं के विषय में उपकल्पनाएं बनाता है यह प्रक्रम वास्तविक समस्या की पहचान तक चलता रहता है। वास्तविक समस्या के जानने के पश्चात परामर्शदाता उस सम्सया को दूर करने के लिए आवश्यक परिवर्तनों के निर्धारण की ओर बड़ता है।

5.10 बोध प्रश्न

1 परामर्श प्रक्रम में समस्या को जानने की क्या आवश्यकता है?

2 समस्या जानने हेतु ''मूल्यांकन'' प्रक्रम का क्या योगदान है?

3 इतिहास साक्षात्कार (Intake or history interview) क्या होता है?

4 समस्या वर्णन साक्षात्मकार (Problem defining interview) को स्पष्ट करें।

5 समस्या की सही पहचान, हस्तक्षेप प्रविधि (interview Strategy) को किस प्रकार के प्रभावित करती है?

6 समस्या जानने हेतु किस प्रकार के प्रश्नों का उपयोग किया जाता है प्रत्येक प्रकार के प्रश्न को उदाहरण सहित स्पष्ट करो।

7 मूल्यांकन के प्रति परामर्शग्राही का क्या सकारात्मक व नकारात्मक परामर्श परामर्श प्रतिक्रिया हो सकती है?

8 परामर्श प्रक्रम में ''क्यों'' से प्रारंभ होने वाले प्रश्नों का उपयोग क्यों सीमित है?

9 परामर्श प्रक्रम में परामर्शदाता को किन किन सावधानियों का विशेष ध्यान रखना चाहिए?

5.11 संदर्भ ग्रंथ

1 Counseling strategies and interventions: Harold Hacknoy and L. Sherilyn cornier.

2 Counselling A comprehensive profession: Samuel T. Gladding

3 Practical Counselling & Helping skills- Richard nelson Jones

4 Interviwing statergies for helpers: foundom ental skills and cognitive-behavaiouir interventions – w.h. cormier & L.S. Cormier

5 Counselling A problem solving Approach – Dixon & Glover

6 International interviewing and couselling: A.E. Ivey

7 Questioning: Skills for the helping process – Long & paraoise

इकाई 6

परामर्शन के लक्ष्यों का विकास

इकाई की रूपररेखा

6.1 उद्देश्य
6.2 प्रस्तावना
6.3 परामर्शन के लक्ष्य का अर्थ
6.4 परामर्शन के लक्ष्य के विकास के आधार
परामर्शी की आयु 6.4.1
परामर्शी का व्यवसाय 6.4.2
परामर्शन का प्रकार या परामर्शी की समस्या का स्वरुप 6.4.3
परामर्शी का 6.4.4व्यवहार
6.5 परामर्शन के लक्ष्य के विकास में आनेवाली कठिनाई
6.6 परामर्शन के लक्ष्य
6.7 सारांश
6.8 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर
6.9 शब्दावली
6.10 संदर्भ ग्रंथ
6.11 बोध प्रश्न
6.12 संदर्भ ग्रंथ

प्रस्तावना 6.1

जन्म से लेकर मृत्यु तक विकास की हर अवस्था में मानव का मुख्य उद्देश्य कुछ सुनिश्चित लक्ष्यों की प्राप्ति होती है। प्रारंभ में ये उद्देश्य सरल होते थे और व्यक्ति इनको स्वयं हीं प्राप्त करने में सक्षम होता था। लेकिन आज इस आधुनिक युग में जीवन की जटिलताएँ बढ़ी हैं। वर्तमान परिवेश में व्यक्ति नित नए समस्याओं से घिरा रहता है। इन समस्याओं का स्वरुप इतना जटिल होता है कि व्यक्ति इन समस्याओं का समाधान स्वयं नहीं कर पाता है। ऐसे में उसे परामर्श की आवश्यकता पड़ती है ताकि वह समस्याओं का समाधान करने में सक्षम हो जाए। इतिहास भी इस बात की गवाही देता है कि जबप जब विषम-रिस्थिति आई है तबलक्ष्मण को मेघनाद की ,तब परामर्श की आवश्यकता पड़ी है। फिर चाहे वो विभीषण द्वारा-गुप्त एवं तांत्रिक शक्तियों को नष्ट करने के संबंध में दिया गया परामर्श हो या श्रीकृष्ण द्वारा अर्जुन को नयुद्धभूमि में। बिना परामर्श के न तो लक्ष्मण द्वारा मेघ◌ाद का वध संभव था और नहीं अर्जुन का कुरुक्षेत्र में युद्ध करना।। यदि इन उदाहरणों को गहनता से समझा जाए तो एक बात स्पष्ट रुप से सामने आती है कि इन दोनों हीं परिस्थितियों में परामर्शन की प्रक्रिया सोद्देश्य की गई थी और ये उद्देश्य सुनिश्चित एवं सुपरिभाषित थे। विभीषण द्वारा लक्ष्मण को मेघनाद वध के समय रावण की शक्ति के विषय में

परामर्श नहीं दिया गया था। उपर्युक्त विवेचन का आशय यह है कि आज परिस्थितियाँ अति जटिल हो गई हैं और मनुष्य को जीवन के हर एक पक्ष में परामर्श की आवश्यकता है। अतःपरामर्शन की प्रक्रिया , सोद्देश्य होनी चाहिए ताकि सही समय पर सही समाधान प्राप्त हो सके। ऐसे में परामर्शन के उद्देश्यों का विकास एक महत्त्वपूर्ण कार्य हो जाता है। प्रस्तुत इकाई में परामर्शन के उद्देश्यों के विकास एवं उसके विविध पक्षों की चर्चा की गई है।

उद्देश्य 6.2

प्रस्तुत इकाई के अध्ययन के बाद अध्येता इस योग्य हो जाएँगे कि

- परामर्शन के लक्ष्य के विकास के विभिन्न आधारों का वर्णन कर सकेंगे
- परामर्शन के लक्ष्य के विकास में आनेवाली कठिनाइयों को जान सकेंगे
- परामर्शन के लक्ष्य के विभिन्न वर्गों का उल्लेख कर सकेंगे
- परामर्शन के तात्कालिक लक्ष्यों का वर्णन कर सकेंगे
- परामर्शन के अभीष्ट लक्ष्यों का वर्णन कर सकेंगे

एक परिचय : परामर्शन के लक्ष्यों का विकास 6.3

जीवन की जटिलताओं से मानव मस्तिष्क में आए असंतुलन की स्थिति को वापस संतुलन में लाने के लिए परामर्शन की प्रक्रिया का सहारा लिया जाता है। साम्य की पुनर्स्थापना इस प्रक्रिया का प्रमुख उद्देश्य होता है। इस उद्देश्य की प्राप्ति के लिए लक्ष्यों का निर्धारण किया जाता है। ये लक्ष्य यूँ हीं नहीं निर्धारित किए जाते हैं। इसके पीछे एक पूरी प्रक्रिया होती है जिसमें अनेक कारक जैसे ,?परामर्शन किसे देना है - आदि कार्य करते हैं। इन सारे तथ्यों ?परामर्शन कितनी अवधि के लिए है ,?परामर्शन का स्वरुप कैसा है परामर्शन के लक्ष्यों' के आधार पर परामर्शन प्रक्रिया के लक्ष्य निर्धारित होते हैं और इसी को के विकास ' की संज्ञा दी जाती है।

परामर्शन के लक्ष्य के विकास का आधार 6.4

प्रभावपूर्ण परामर्शन के लिए यह आवश्यक है कि इसके लक्ष्य स्पष्ट एवं सुपरिभाषित हो। स्पष्ट एवं सुपरिभाषित लक्ष्यों का निर्धारण कई कारकों पर निर्भर करता है। इन्हीं कारकों को परामर्शन के लक्ष्य के विकास के आधार के रुप में भी जाना जा सकता है। ये कारक या आधार निम्नलिखित है:

परामर्शी की आयु .1 (
.2 परामर्शी का व्यवसाय(
.3 परामर्शन का प्रकार या परामर्शी की समस्या का स्वरुप(तथा
.4 परामर्शी का व्यवहार

एक-बारी से एक-अब आप बारी का अध्ययन करेंगे।

-परामर्शी की आयु 6.4.1परामर्शी की आयु से आशय उस व्यक्ति की आयु से हैजिसे परामर्श प्रदान ,

अलग -करना है। यह बात सर्वविदित है कि विकास की विभिन्न अवस्था में मनुष्य की समस्याएँ अलग अपने खेल समू ,बाल्यावस्था में बालक की समस्या-होती हैं। जैसेह के सदस्यों के साथ समायोजन या छोटे भाईबहनों के साथ समायोजन या विद्यालय के मित्रों के साथ समायोजन की हो सकती है। - किशोरावस्था में इन समस्याओं का स्वरुप बदलकर विपरीत लिंग के प्रति आकर्षण के समुचित विद् ,अध्ययन के विषयों के चयन की समस्या ,निस्तारण की समस्यायालय के शिक्षकों के साथ समायोजन की समस्या आदि हो जाता है। वयस्क होने पर वृत्तिककी समस्या मुख्य समस्या हो (करियर) रोजगार एवं व्यवसाय प्राप्ति तथा उसमें उन्नति आदि ,जाती है। इसके पश्चात वैवाहिक जीवन की समस्या जैसे शिशु-की समस्या सामने आती है। इस प्रकार जैसेकी आयु बढ़ती जाती हैसमस्याओं के स्वरुप भी , अलग समस्याओं के लिए परामर्शन की प्रक्रिया भी अलग हो जाती है और -बदलते जाते हैं। अलग परामर्शन के लक्ष्यों के ,परामर्शन की प्रक्रिया नियोजन करने के उद्देश्य भी। इस प्रकार परामर्शी की आयु निर्धारण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

1.4.2 परामर्शी का व्यवसाय- परामर्शी के व्यवसाय से आशयपरामर्श दिए जानेवाले , ,व्यक्ति के व्यवसाय से है। दूसरे शब्दों में कहा जाए तो परामर्शी के व्यवसाय से आशय भिन्न -इस बात से है कि जिस व्यक्ति को परामर्श देना है वो क्या करता है। भिन्न व्यवसाय में कार्यरत व्यक्तियों के समस्याओं का स्वरुप भी भिन्नभिन्न होता है। जैसे - ,विद्यालय ,शिक्षक ,विद्यार्थी की समस्याएँ शैक्षिक स्वरुप की होती हैं। वो विद्यार्थी रोजगार ,विषयों के चयन आदि से संबंधित होती है। रोजगारर प्राप्त व्यक्ति की समस्या में तरक्की एवं वैवाहिकजीवन से संबंधित होती है। बेरोजगार युवक की समस्या रोजगार प्राप्ति की होती है। इन विभिन्न प्रकार की समस्याओं के समाधान के लिए परामर्शन प्रक्रिया के उद्देश्य भी भिन्न ,भिन्न हो जाते हैं। उद्देश्यों में अंतर का कारण-परामर्शी का व्यवसाय है। इस प्रकार परामर्शी का व्यवसाय भी परामर्शन के लक्ष्यों के विकास का एक आधार है।

-परामर्शन का प्रकार या परामर्शी के समस्या का स्वरुप 6.4.3 परामर्शी के समस्या के स्वरुप से आशय इस बात से होता है कि समस्या के केन्द्र में मुख्य रुप से कौन सी बात कार्य कर रही है। जैसेयदि समस्या के - केन्द्र में शिक्षा है तो समस्या शैक्षिक स्वरुप की होगी। यदि व्यक्ति का व्यवहार समस्या के केन्द्र में है तो समस्या व्यवहारगत होगी। इस प्रकार समस्याओं के अनेक स्वरुप हो सकते हैं। जैसेस्वास्थ्य - वृत्तिक संबंधी समस्या आदि। अब इन विभिन्न स्वरुप ,संबंधी समस्या की समस्याओं के समाधान में व्यक्ति को सक्षम बनाने के लिए परामर्शन का आयोजन किया जाता है। अब चूँकि समस्याओं का स्वरुप अलगपरामर्शन प्रक्रिया के ,अलग होता है। अतः-लक्ष्यों का विकास करने से पहले समस्या के प्रकार या समस्या के स्वरुप पर ध्यान देना चाहिए। परामर्शन के लक्ष्यों के विकास का यह एक महत्वपूर्ण आधार है।

-परामर्शी का व्यवहार 6.4.4 परामर्शी का व्यवहार हमें समस्या की गंभीरता से अवगत कराता है। समस्या की गंभीरतापरामर्शन के लक्ष्यों को। जैसे यदि समस्या , अति गंभीर है एवं परामर्शी के व्यवहार को निरंतर विकृत कर रही है तो परामर्शन के

लक्ष्यों में प्रथम, परामर्शी को तुरंत राहत पहुँचाना होता है। इस प्रकार परामर्शी का व्यवहार अप्रत्यक्ष रुप से परामर्शन के लक्ष्यों के विकास में सहायक होता है।

अभ्यास प्रश्न

टिप्पणी इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर :मिलाइए।

नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तरों को लिखें।

.1 रिक्त स्थानों की पूर्ति करें

---------------- जिसे ,की आयु से आशय उस व्यक्ति की आयु से है ,परामर्शी (अ) प्रदान करना है।

है। ---------------- परामर्शन के लक्ष्य के विकास के आधारों की संख्या (ब)

-- --- - -- - - - - विभिन्न प्रकार की समस्याओं के लिए परामर्शन प्रक्रिया के उद्देश्य भी (स) होते हैं।

की गंभीरता से अवगत कराता है। - - - -- - - - - - परामर्शन का व्यवहार हमें (द)

.2 परामर्शन के लक्ष्य के विकास के आधारों को सूचीबद्ध करें।

6.5 परामर्शन के लक्ष्य के विकास में आनेवाली कठिनाई

परामर्शन प्रक्रिया प्रत्यक्ष रुप से व्यक्ति के जीवन के विभिन्न क्षेत्रोंआदि से ,अनुभव ,रुचि ,जैसे कि आयु , इस बात को लेकर स्पष्ट नहीं ,अर्थात जिसे परामर्श की आवश्यकता है ,संबंधित होती है लेकिन परामर्शी होता ह ै कि उसे परामर्श किस लिए चाहिए अर्थात परामर्शन का उद्देश्य क्या होगा। ऐसी स्थिति में परामर्शदाता का यह कर्तव्य होना चाहिए कि वह सर्वप्रथम परामर्शन के उद्देश्यों को सुनिश्चित एवं सुपरिभाषित करे ताकि परामर्शी एवं स्वयं परामर्शदाता दोनों को कोई शंका न रहे। दोनों को यह बात स्पष्ट हो जाए कि परामर्शन प्रक्रिया द्वारा उन्हें क्या पाना है। लेकिन यह एक अति जटिल कार्य है एवं इसमें अनेक कठिनाइयाँ सामने आती है। उन कठिनाइयों में से कुछ प्रमुख कठिनाइयों का वर्णन आगे किया गया है:

.1समस्या का परामर्शी को छोड़कर किसी अन्य व्यक्ति से संबंधित होना -समस्या परामर्शी से हीं संबंधित होयह आवश्यक नहीं है। समस्या किसी अन्य व्यक्ति के व्यवहार से भी संबंधित हो सकती है। , पिता द्वारा अपने पुत्र के व्यवहार संबंधी समस्या के विषय में लिया गया परामर्श या फिर-माता -जैसे अभिभावक द्वारा अपनेपाल्य के विषय में लिया गया परामर्श आदि। ऐसी परिस्थिति परामर्शन प्रक्रिया के लक्ष्यों के विकास में बाधा पहुँचाती है क्योंकि ऐसी परिस्थिति मेंजो व्यक्ति परामर्शदाता के सामने , उसे ही क्लाइंट मान लिया जाता है। अब चूँकि वास्तविक परा ,समस्या को प्रस्तुत करता हैमर्शी का परामर्शदाता से साक्षात्कार नहीं हो पाता है इसलिए समस्या सही स्वरुप में सामने नहीं आ पाती है। परामर्शदाता भी यह मानकर कार्य करता है कि मध्यस्थ अर्थात जो व्यक्ति समस्या प्रस्तुत कर रहा है वो पूरी जिम्मेवारी के साथ अपना कार्य करेगा। इस परिकल्पना के कारण परामर्शन के लक्ष्य का उचित निर्धारण नहीं हो पाता है।

-या भावानुभूति के रुप में अभिव्यक्त समस्या 'अवांछित अनुभूति' .2 कभीकभी परामर्शदाता के -

या भावानुभूति से संबंधित होती है। अवांछित 'अवांछित अनुभूति' सामने ऐसी समस्या आती है जो अनुभूति या भावानुभूति सेसंबंधित समस्याओं से आशय उन समस्याओं से है जो क्षमता से पर जाकर लक्ष्य निर्धारण करने के कारन उत्पन्न होता है। परामर्शी यह समझने लग्ता है कि उसके पास आवश्यक निपुणता या दक्षता नहीं है। ऐसी परिस्थिति में परामर्शन का उद्देश्य निर्धारण कठिन हो जाता है क्योंकि समस्या का मूल कारण स्पष्ट नहीं हो पाता है या बहुत देर से स्पष्ट होता है। अर्थात यह पता लगाने में कि परामर्शी वास्तव में स्वयं के लिए निर्धारित लक्ष्य की प्राप्ति में अक्षम है या वह भ्रमवश ऐसा कह रहा है।

.3अस्पष्ट समस्या- जब परामर्शदाता के सामने समस्या का अस्पष्ट स्वरुप सामने आता है तब भी परामर्शन के लक्ष्य के विकास में कठिनाई आती है क्योंकि समस्या ही अस्पष्ट है तो अन्य चीजें सुपरिभाषित एवं स्पष्ट नहीं हो सकती है।

परामर्शन के लक्ष्य का वर्गीकरण 6.6

परामर्शन एक अति व्यापक प्रक्रिया है। यह व्यक्ति के तात्कालिक जीवन एवं भावी जीवन दोनों से संबंधित होता है। प्रक्रिया की व्यापकता एवं जीवन की विभिन्न अवस्थाओं से इसके संबंध के कारण इसके लक्ष्य भी व्यापक होते हैं। फलस्वरुप परामर्शन के लक्ष्यों को वर्गीकृत करना एक दुष्कर कार्य है। फिर भी विद्वानों ने इस दिशा में अनेक प्रयास किए हैं। जैसे कि पैटर्सन ,ने लक्ष्यों को (1970) धमध्यवर्ती लक्ष्य और अभीष्ट लक्ष्य में विभाजित किया है। हम इस अ ,मध्यस्थकारी लक्ष्य्ाय में राय एवं अस्थाना द्वारा उनकी पुस्तक निर्देशन एवं परामर्शनमें वर्णित (क्षेत्र एवं उपागम ,संप्रत्यय) -लक्ष्यों को दो भागों में विभाजित किया है। ये दो भाग है ,पारलॉफ्फ के वर्गीकरण की चर्चा करेंगे। इन्होंने तात्कालिक लक्ष्य एवं अभीष्ट लक्ष्य।

तात्क .1ालिक लक्ष्य -इसे विद्वानों ने समकालिक लक्ष्य भी कहा है। परामर्शन के तात्कालिक या समकालिक लक्ष्य से आशयउन लक्ष्यों से है जो व्यक्ति के तात्कालिक समस्याओं के समाधान से , द संबंधित होते हैं। इन लक्ष्यों की प्राप्ति के द्वारा हीं अभीष्ट लक्ष्यों की प्राप्ति के्वार खुलते हैं। तात्कालिक लक्ष्य को मध्यस्थकारी लक्ष्य के रुप में भी जाना जाता है।

.2अभीष्ट लक्ष्य- अभीष्ट लक्ष्य व्यक्ति के भावी जीवन से संबंधित होते हैं एवं दीर्घकालिक होते हैं।

अभ्यास प्रश्न

टिप्पणी : इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाइए।
नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तरों को लिखें।

.3 निम्नलिखित कथन सही है अथवा गलतका चिन्ह लगाकर बताइए। (V) उपयुक्त शब्द पर ,
समस्या परामर्शी को छोड़कर किसी अन्य व्यक्ति से भी संबंधित हो सकती है। (अ)
(असत्य/सत्य)
या अवांछित अनुभूति(ब) भावानुभूति से संबंधित समस्याओं से आशय उन समस्याओं से है जो क्षमता से परे जाकर लक्ष्य निर्धारण करने के कारण उत्पन्न होता है। (असत्य/सत्य)
समस्या के अस्पष्ट स्वरुप से परामर्शन के लक्ष्य के विकास में बाधा नहीं उत्पन्न होती है। (स)

(असत्य/सत्य)

र्शपराम (द)न व्यक्ति के जीवन के विभिन्न क्षेत्रों से प्रत्यक्ष रुप से संबंधित है। (असत्य/सत्य)

पैटर्सन ने परामर्शन के लक्ष्यों को दो भागों में बाँटा है। (य) (असत्य /सत्य)

तात्कालि परामर्शन के 6.7क लक्ष्य

हालाँकि परमार्शन के लक्ष्यों को सूचीबद्ध करना एक जटिल कार्य है फिर भी इस क्षेत्र में अनेक प्रयास किए गए हैं। इन प्रयासों में रॉव काफी सराहनी द्वारा किया गया प्रयास (2000) एवं फेल्हन (1982)य रहा है। तात्कालिक लक्ष्यों की सूची निम्नवत है:

.1अवलंबन- अवलंबन कोस्वावलंबन की ओर उन्मुख करने एवं ,परामर्शी को कठिन समय में , परामर्शन के जटिल आयामों के लिए तैयार करने के उद्देश्य से दिए जानेवाले सहयोग के रुप में परिभाषित न यह सहयोगकिया जा सकता है। लेकि शारीरिक न होकर मानसिक स्वरुप का होता है। अवलंबन की तकनीकों में परामर्शदाता द्वारा व्यक्ति को उसके ,उसकी आलोचना न करने ,स्वीकार करने 'जैसा है वैसा' को सौहार्द पूर्ण व्यवहार ,जैसी परामर्शदाता के सद्भाव ,प्रतिक्रियाओं पर निर्णय न लेने ,मतों ,विचारों शामिल किया जाता है। जब परामर्शदाता द्वारा उपर्युक्त तकनीकों का सहारा लिया जाता है तो व्यक्ति यह समझता है कि परमार्शदाता को मुझमें वास्तविक रुचि है और इस प्रकार व्यक्ति एवं परामर्शदाता के मध्य विश्वास का एक दृढ़ बंधन बनता है जो परामर्शन के लिए अति आवश्यक है। अवलंबन अल्पकालिक या दीर्घकालिक हो सकता है।

.2मनो-शैक्षिक निर्देशन- परामर्शन निर्देशन के अंतर्गत प्रदान किए जानेवाले विभिन्न सेवाओं में से एक है। अब चूँकि निर्देशन अपने मूल स्वरुप में एक शैक्षिक प्रक्रिया है इसलिए परामर्शन का लक्ष्य भी मनो-निर्देशन प्रदान करना होता है। परामर्शी को विभिन्न प्रकार की सूचनाओं से सुसज शैक्षिक्ि्जित करना , तनाव ,सामाजिक दक्षता का विकास करना ,मूल्यांकन सेवा प्रदान करना ,प्रशिक्षण प्रदान करना-शिक्षण श्रेणी में रखा गया द्वारा इसी (2000) प्रतिरोध के लिए प्रशिक्षण प्रदान करना आदि क्रियाओं को फेल्हन है। उपर्युक्त सारी क्रियाओं को परामर्शन के लक्ष्यों के अंतर्गत रखा जाता है। अतःशैक्षिक -इन्हें मनो , निर्देशन की श्रेणी में रखा जाता है।

.3निर्णयन क्षमता का विकास- परामर्शन का एक महत्वपूर्ण लक्ष्य व्यक्ति के निर्णयन क्षमता के विकास में सहायता प्रदान करना होता है। इस संदर्भ में राय एवं अस्थाना ने रेव्स एवं रेव्स के केअ कथन को उद्धृत किया है" -परामर्शन का मूल उद्देशय व्यक्ति को लक्ष्य का चयन करने ,उसका मूल्यांकन करने , । निर्णयन क्षमता "ता हैउसे स्वीकार करने और अपने चयन का क्रियान्वयन करने के लिए प्रेरित करना हो उसके ,के विकास के लिए परामर्शदाता द्वारा व्यक्ति कोकमजोरियों एवं क्षमताओं के बारे में तथा परिवेश के बारे में पर्याप्त एवं वस्तुनिष्ठ सूचना प्रदान करता है ताकि व्यक्ति अपने जीवन लक्ष्यों के विषय में उपयुक्त निर्णय लेने में सक्षम हो सके।

.4समस्या समाधान- समस्या समाधान का आशय व्यक्ति की समस्या के तत्काल समाधान से होता है। अधिकांशतःघर और ,धन ज्यादा महत्वपूर्ण है या ज्ञान -ये समस्याएँ द्वंद के कारण उत्पन्न होती हैं। जैसे ,

समाधान से व्यक्ति को संतोष आदि। इन समयाओं के तात्कालिक ?समाज में से कौन ज़्यादा महत्वपूर्ण है प्राप्त होता है।

.5समायोजन- इसके तहत व्यक्ति की क्षमताओं एवं विशेषताओं को विकसित किया जाता है ताकि वह भविष्य में आनेवाली समस्याओं का सामना कर अपने आप को उस नवीन परिस्थिति में समायोजित कर सके। नवीन तथ्यों का जानकारी प्रदान करना भी समायोजन की प्रक्रिया में सहायक होता है। जैसे किसी कम्पनी के कर्मचारियों को कम्पनी के कर्मचारी कल्याण योजना के नवीन तथ्यों की जानकारी देकरतकनीक का भी (ब्रेन स्टोर्मिंग) समायोजनात्मक लक्ष्यों को प्राप्त किया जा सकता है। विचार मंथन , प्ति के लिए किया जाता है।प्रयोग इस लक्ष्य की प्रा

.6आपात्कालीन हस्तक्षेप एवं आपात्काल प्रबंधन -आपात्काल से अप्रत्याशित एवं विषम परिस्थिति से है। कई बार समाज में या व्यक्ति के समक्ष ऐसी विषम परिस्थितियाँ सामने आती हैं कि एक सामान्य व्यक्ति या समाजका इन ,कोई पूर्व अनुभव नहीं होता है जिनके पास आपात्काल के बारे में , परिस्थितियों का सामना करना मुश्किल हो जाता है। इस परिस्थिति म्रें प्रशिक्षित एवं व्यावसायिक परामर्शदाताओं के सहायता की आवश्यकता होती है। इसी सहायता को आपात्कालीन हस्तक्षेप कहते हैं। इस हस्तक्षेप के बाद परिस्थिति को नियंत्रित करने एवं भुक्तभोगी को मनोघात से बाहर निकालने की प्रक्रिया को आपतकालीन प्रबंधन कहते हैं। परामर्शन प्रक्रिया का एक मह्त्वपूर्ण उद्देश्य होता है। फेल्हन संकटकाल आने से पहले की " ने परामर्शन के इस उद्देश्य के संबंध में कहा है कि इसके द्वारा(2000) ।"तियों के समतुल्य कार्यस्तर को पुनर्स्थापित करना होता हैपरिस्थि

.7लक्षणान्मूलन या सुधार– कभीकभी सामान्य श्रेणी के व्यक्तियों में भी मनोविकृत व्यक्तियों की तरह - के लक्षण प्रकट हो जाते हैं जिसका कारण तात्कालिक समस्याएँ होती हैं। परामर्शन का एक उद्देश्य को इन लक्षणों के विषय में बताकर उन्हें दूर करना होता है।परामर्शी

.8सूझ या अंतर्दृष्टि का विकास- कुछ परामर्शी ऐसे होते हैं जो निरंतर समस्या से ग्रसित रहते हैं। इसका कारण उनकी प्रतिक्रिया शैली होती है। ये समस्या को और बढ़ा देती है या नवीन समस्याओं को जन्म देती है। ऐसे हीं परामर्शियों के लिए परामर्शदाता अंतर्दृष्टि के विकास का लक्ष्य स्थापित करता है। इसके द्वारा परामर्शी को समस्याओं के कारणों को समझनेउसके समाधान की तकनीकों को ढूँढने एवं इन सबमें , अपनी प्रतिक्रिया शैली की भूमिका को समझने में सहायता मिलती है।

.9आत्मबोध का विकास- आत्मबोध से आशय स्वयं के बारे में अंतर्दृष्टि के विकास से है। परामर्शदाता द्वारा परामरर्शन के इस उद्देश्य की स्थापना व्यक्ति को स्व की पहचान करने में अर्थात अपनी खूबियों , लिए की जाती है। सक्षम बनाने के ,रुचियों आदि की पहचान करने में ,अभिप्रेरणाओं ,कमियों

.10परिवेश एवं स्वयं के प्रति सकारात्मक दृष्टि का विकास – बढ़ती हुई भौतिकवादिता के कारण वर्तमान परिवेश जटिलताओं से भरा पड़ा है। इससे व्यक्ति में परिवेश एवं स्वयं के प्रति कुंठा एवं नकारात्मक दृष्टिकोण का निरंतर विकास हो रहा है। मानव समाज के लिए यह प्रवृत्ति अति घातक है। व्यक्ति को इस प्रवृत्ति से बचाकर उसमें परिवेश एवं स्वयं के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण का विकास करने के लिए परामर्शन प्रक्रिया में इस उद्देश्य की स्थापना की जाती है।

.11अपरिहार्य को स्वीकारने हेतु तत्परता का विकास- अप्रिहार्य से आशय आवश्यक से है। दूसरे शब्दों में कहें तो जिसका कोई विकल्प न हो उसे अपरिहार्य कहा जाता है। जीवन में अनेक परिस्थितियाँ

ऐसी होती हैं जिनका हमारे पास कोई विकल्प मौजूद नहीं होता है। उदाहरणस्वरुप परिजनों या आत्मीय जनों का बिछड़ना या मृत्यु को प्राप्त होनाव्यक्ति का एक परिवार या समुदाय में जन्म लेना आदि। ये , परिस्थितियाँ अनुकूल भी हो सकती हैं एवं प्रतिकूल भी। इन परिस्थितियों का मानव जीवन पर बहुत गहरा प्रभाव पड़ता है और ये परिस्थितियाँ बदली भी नहीं जा सकती हैं क्योंकि ये एक साधारण मनुष्य के वश की बात नहीं है। ऐसे में हम इन परिस्थितियों को यथावत स्वीकार करना पड़ता है। परामर्शन के इस लक्ष्य की स्थापना परामर्शी में इन परिस्थितियों को स्वीकार करने की क्षमता एवं तत्परता का विकास करने के लिए किया जाता है ताकि परामर्शी उन परिस्थितियों को यथाशीघ्र एवं सहर्ष स्वीकार कर इनके प्रतिकूल प्रभाव से बच सके।

.12उपयुक्त स्वास्थ्य व्यवहार का विकास- व्यक्ति के भावी जीवन को सुखी एवं सम्पन्न बनाने के लिए उनमें स्वास्थय संबंधी उचित आदतों का विकास करना अत्यंत आवश्यक होता है। किशोरों के लिए तो यह अत्यंत महत्वपूर्ण है। इस लिए परामर्शन प्रक्रिया के उद्देश्यों की सूचि में इसे भी स्थान दिया गया है।

अभ्यास प्रश्न

टिप्पणी इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाइए। :

नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तरों को लिखें।

.4स्तंभ से मिलाएँ 'ख' को स्तंभ 'क'

स्तंभ क	स्तंभ ख
.1 अवलंबन	अंतर्द्वंद को समाप्त करने से संबंधित (अ)
.2 निर्णयन क्षमता का विकास	स्वावलंबन की ओर उनमुख (ब) करने के लिए दी जानेवाली सहायता
अवलंबन की तकन .3ीक	परामर्शन का एक महत्वपूर्ण (स) लक्ष्य
.4 समायोजन	व्यक्ति को जैसा है वैसा स्वीकार (द) करना उसकी आलोचना न , करना
.5 समस्या समाधान	स्वयं के बारे में अंतर्दृष्टि (य)
.6 आपात्कालीन हस्तक्षेप एवं आपात्काल प्रबंधन	भविष्य में आनेवाली समस्या (र) समस्याओं के समाधान के लिए व्यक्ति की क्षमताओं एवं योग्यताओं का विकास
.7 आत्मबोध का विकास	संकट्काल आने से पहले की (ल) परिस्थितियों के समतुल्य कार्यस्तर को पुनर्स्थापित

परामर्शन के अभीष्ट लक्ष्य 6.8

परामर्शन के अभी लक्ष्यों से आशय यह है कि परामर्शन के द्वारा अंतिम रुप से क्या परिणाम मिलता है। राय एवं अस्थाना ने अपनी पुस्तक निर्देशन एवं परामर्शन 0ई 2006 के सन (क्षेत्र एवं उपागम ,संप्रत्यय) में प्रकाशित चतुर्थ संस्करण में परामर्शन के पाँच अभीष्ट लक्ष्यो ं को सूचीबद्ध किया है। ये पाँच लक्ष्य निम्नलिखित हैं:

.1मानसिक स्वास्थ्य- परामर्शन के अभीष्ट लक्ष्यों की सूची में मानसिक स्वास्थ्य को प्रथम वरीयता प्राप्त है। प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रुप परामर्शन के लगभग सारे तात्कालिक उद्देश्य मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित है क्योंकि परामर्शन का कर्य हीं मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत करना है। ऊपर वर्णित तात्कालिक लक्ष्यों की सूची में भी अनेक ऐसे लक्ष्यों का वर्णन किया गया है जिनका संबंध मानसिक स्वास्थ्य से है।

.2व्यक्ति के संसाधन का संवर्धन- जब परामर्शन के द्वारा व्यक्ति को परिवेश के बारे में नवीन सूचना प्रदान किया जाता है ,व्यक्ति को उसकी खूबियों एवं कमियों को जानने में सहायता की जाती है , बूझ का विकास करने में सहायता प्रदान किया जाता है तो -निर्णयन क्षमता एवं सूझ,तत्परता ,अभिप्रेरणा उसके संसाधन का विकास होता है। इससे जीवन क े लक्ष्यों को प्राप्त करने में उसे सहायता मिलती है। अतःपरामर्शन के अभीष्ट उद्देश्यों में से एक ये भी है। ,

.3प्रकार्यात्मक दृष्टि से संपूर्ण व्यक्ति का विकास सहज बनाना- व्यक्ति पर ,घर ,समाज ,परिवार , संस्कृति और स्वयं व्यक्ति द्वारा ही अनेक प्रतिबन्ध आरोपित किए गए रहते हैं जिसके कारण उसकी कार्य क्षमता प्रभावित होती है एवं प्रकार्यात्मक रुप से एक संम्पूर्ण व्यक्ति का विकास नहीं हो पाता है। परामर्शन द्वारा एक ऐसा परिवेश बनाने का प्रयास किया जाता है जिसमें व्यक्ति इन प्रतिबंधों एवं बाधाओं से मुक्त होकर अपनी संपूर्ण कार्य क्षमता का प्रयोग कर सके। ऐसे परिवेश में हीं प्रकार्यात्मक दृष्टि से संपूर्ण मनुष्य का विकास संभव है।

.4स्व-आत्मीकरण– रॉजर्स " ,के अनुसार (1959 ,1951)प्राणीके अंदर अनुभवशील व्यक्ति (व्यक्ति) "आत्मीकरण की मूल प्रवृत्ति होती है/ के स्व के उन्नयन। प्रत्येक व्यक्ति स्व के उन्नयन या आत्मीकरण का प्रयास करता है किंतु जब समाज के विभिन्न सदस्यों के द्वारा व्यक्ति का कमतर या नकारात्मक मूल्यांकन किया जाता है तो स्वआत्मीकरण की प्रक्रिया में बाधा पहुँचती है। परामर्शन द्वारा व्यक्ति की - सहायता इस उद्देश्य के साथ की जाती है कि व्यक्ति बिना किसी शर्त के सकारात्मक सम्मान का अनुभव कर सके ताकि स्वआत्मीकरण संभंव हो सके।

.5आत्म-सिद्धि- आत्मसिद्धि का आशय अपनी क्षमताओं को किसी भी संभंव मार्ग के द्वारा जानकर- उसे सिद्ध करने से होता है। प्रत्येक व्यक्ति इस कार्य को करना चाहता है। लेकिन प्रत्येक व्यक्ति की क्षमताएँ अलगप्रत्येक व्यक्ति की अंतर्निहित ,अलग होती है। इसलिए परामर्शन की प्रक्रिया का उद्देश्य- व्यक्ति को उसकी क्षमताओं का विकास करने में सहायता प्रदान करना है। ,क्षमताओं का ध्यान रखते हुए

अभ्यास प्रश्न

: टिप्पणी इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाइए।

नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तरों को लिखें।

.5 परामर्शन के अभीष्ट लक्ष्यों को सूचिबद्ध करें।

सारांश 6.9

प्रस्तुत इकाई में हमने परामर्शन के लक्ष्यों के विकास के विभिन्न पहलुओं की चर्चा की। इसके तहत हमनें जाना कि परामर्शन के लक्ष्यों का विकास एक अति जटिल प्रक्रिया है। यह प्रक्रिया मुख्य रुप से चार आधारों पर संपादित होती है। इसके अलावा हमनें परामर्शन के लक्ष्यों के विकास के मार्ग में आनेवाली कठिनाइयों की भी चर्चा की। विभिन्न विद्वानों द्वारा किए गए परामर्शन के लक्ष्यों के वर्गीकरण की भी चर्चा की गई है। परामर्शन के लक्ष्य शीर्षक के अंतर्गत परामर्शन के तात्कालिक एवं अभीष्ट लक्ष्यों की अति सरल व्याख्या की गई है। इस व्याख्या के अंतर्गत हमलोग ने ये जाना कि परामर्शन का अभीष्ट उद्देश्य व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को बनाए रखते हुए उसे स्वसिद्धि की ओर -आत्मीकरण एवं आत्म-अग्रसर करना है। इस प्रकार इस इकाई में परामर्शन के लक्ष्य के विकास से संबंधित विभिन्न पहलुओं की शिक्षकों एवं नवोदित परामर्शनकर्मियों के लिए अत ,अति सुंदर व्याख्या की गई है जो विद्यार्थियोंि उपयोगी है।

अभ्यास प्रश्नों के उत्तर 6.10

.1 परामर्श (अ)
4 (ब)
भिन्न-भिन्न (स)
समस्या (द)

.3 सत्य (अ)
सत्य (ब)
असत्य (स)
सत्य (द)
असत्य (य)

.4 ब - (1)
स - (2)
द - (3)
र - (4)
अ - (5)
ल - (6)
य - (7)

शब्दावली 6.11

परामर्शन	=	कॉनसेलिंग
लक्ष्य	=	गोल्स
जटिलताएँ	=	कॉम्प्लेक्सिटिज्स
पक्ष	=	एस्पेक्ट
स्वरुप	=	नेचर
परामर्शी	=	परामर्शी
समायोजन	=	ऐडजस्टमेंट
वृत्तिक	=	करियर
वर्गीकरण	=	क्लासीफिकेशन
अवलंबन	=	सपोर्ट
स्वालंबन	=	सेल्फ सपोर्ट
द्वंद	=	कनफ्लिक्ट
अपरिहार्य	=	इनएविटेबल
आत्मीकरण-स्व	=	सेल्फऐक्चुअलाइजेशन
सिद-आत्मृधि	=	सेल्फ रियलाइजेशन
प्रकार्यात्मक	=	फंग्शनल

6.12 बोध प्रश्न

.1परामर्शन के लक्ष्यों के विकास के विभिन्न आधारों का विस्तृत वर्णन करें।

परामर्शन के लक्ष्य के विकास में आनेवाली कठिनाइयों का वर्णन करें । .2

.3परामर्शन के लक्ष्यों के वर्गीकरण की संक्षिप्त चर्चा करें।

परामर्शन के तात्कालिक लक्ष्यों का वर्णन करें। .4

.5परामर्शन के अभीष्ट लक्ष्यों की व्याख्या करें।

6.13संदर्भ ग्रंथ

1. Fellhan, C. (2000) ***Handbook of Counseling and Pyschotherapy.*** London : Sage Publications Ltd.
2. Patterson, C.H. (1973) ***Theories of Counselling and Psychotherapy .*** New York: Harper and Row.
3. Rao, S. Narayana (1982) ***Counselling Psychology.*** New Delhi: Tata MCGraw Hill Publishing Co. Ltd.
4. Ray, A. and Asthana, M. (2006) **Guidance *And Counselling (Concepts, Areas and Approaches),*** Banaras, Motilal Banarsidas Publishing co.

5. Rojers, C. R. (1931) ***Client Centered Therapy.*** Boston (Houghton Miffin Co.
6. Rojers, C. R. (1959) ***A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client centered frame work***. In S.
7. Koch(Ed.) Psychology : A study of Science. N. Y. : McGraw- Hill.
8. Ray, A. and Asthana, M. (2006) ***Guidance And Counselling (Concepts, Areas and Approaches),*** Banaras, Motilal Banarsidas Publishing co.
9. Sharma, R.A. (2006) ***Fundamentals Of Guidance & Counselling.*** Merrut (U.P.) R. Lal Book Depot.
10. Gysber, Normana see., and Patricia Henderson**. *Developing and Managing your School Guidance Program.*** 4th ed. Alexandria, VA: Americana Counseling Association, 2006.
11. Naik, D. ***Fundamentals of Guidance and Counseling.*** Delhi: Adhyayan Publishers and Distributers.

इकाई-7

परामर्शी प्रविधियां (व्यूहरचना) का चयन तथा हस्तक्षेप

इकाई की संरचना

7.0 उद्देश्य **तथा लक्ष्य**

7.1 **प्रस्तावना**

7.2 परामर्श **की प्रविधियां**

7.3 परामर्शी **हस्तक्षेप**

7.4 **हस्तक्षेपी व्यूह रचना**

7.6 सारांश

7.7 स्व मूल्यांकन प्रशन

7.8 संदर्भग्रंथ

7.0 उद्देश्य **तथा लक्ष्य**

इस इकाई का अध्ययन करने पर हमारे व्यवहार में निम्नलिखित परिवर्तन हो सकेंगे।

- परामर्श की प्रविधियों को समझ सकेंगे।
- परामर्शी हस्तक्षेप को समझ सकेंगे।
- हस्तक्षेपी व्यूह रचना के बारे में जान सकेंगे।

7.1 प्रस्तावना

परामर्श की प्रक्रिया तीन बिन्दुओं पर आधारित होती है। परामर्श का सर्वाधिक महत्वपूर्ण अंग है-लक्ष्य निर्धारण करना। लक्ष्यों का निर्धारण प्रार्थी/सेवार्थी के वातावरण एवं समाज को ध्यान में रखकर किया जाता है। सेवार्थी की रूचि, आवश्यकताओं, वातावरण का ध्यान रखकर लक्ष्यों का निर्धारण किया जाता है। समाज के अन्तर्गत सामाजिक अन्यताओं, मूल्यों व आदशोर् के अनुरूप लक्ष्यों को निर्धारित किया जाता है।

7.2 परामर्श की प्रविधियां

परामर्शदाता द्वारा परामर्श में प्रयुक्त प्रविधियां प्रार्थी/विद्यार्थी की विशेषता और व्यक्तित्व के अनुसार चयन होना चाहिए। विलियमसन ने परामर्श की प्रविधियों को पांच शीर्षकों के अन्तर्गत वर्णित किया है-

(1) मधुर सम्बंध बनाना- प्रथम बार प्रार्थी जब परामर्शदाता के सम्मुख आता है, तो परामर्शदाता का प्रथम कार्य होता है कि उसके साथ आदरपूर्ण ढंग से पेष आना चाहिए। मधुर सम्बंध स्थापित करके प्रार्थी को अपने विश्वास में लेकर ही वार्तालाप करनी चाहिए। यह सब परामर्शदाता को योग्यता, पर निर्भर करता है।

(2) आत्मबोध उत्पन्न करना-सेवार्थी या विद्यार्थी को स्वयं की योग्यताएं और उत्तरदायित्वों का ज्ञान होना चाहिए। इन सब बातों की जानकारी सेवार्थी को योग्यताओं एवं उत्तरदायित्वों के प्रयोग से पहले ही हो जानी चाहिए। इसके लिए परामर्शदाता को परीक्षण संचालन और परीक्षण अंकों की व्याख्या का अनुभव होना चाहिए।

(3) क्रिया के लिए कार्यक्रम का नियोजन और सुझाव- परामर्शदाता प्रार्थी के लक्ष्यों उसकी अभिवृत्तियों आदि से प्रारम्भ करता है तथा अनुकूल और प्रतिकूल ऑकड़ों या तथ्यों की ओर संकेत करता है। विलियमसन का मानना है कि परामर्शदाता को अपने दृष्टिकोण को कथन निश्चितता से करना चाहिए। उसे अनिर्णायक की तरह नहीं दिखना चाहिए।

परामर्शदाता को सुझाव या सलाह देने में डरना नहीं चाहिए क्योंकि सेवार्थी आंकड़ों का महत्व नहीं समझ सकता। विलियमसन के आंकड़े एकत्र करने के पश्चात सलाह देने की निम्नलिखित विधियां बताई हैं-

1 प्रत्यक्ष सलाह-परामर्शदाता निडर होकर अपना सुझाव या सलाह देता है। इस प्रकार की विधि बड़े कठोर मस्तिष्क वाले लोगों के लिए उपर्युक्त है, जो किसी भी क्रिया या गतिविधि का विरोध करते हैं।

2 विधि-जब आंकड़े स्पष्ट एवं निश्चित रूप से विकल्प की ओर संकेत करते हैं। परामर्शदाता प्रमाणों का विश्लेषण करता है और विकल्पित क्रियाओं के परिणामों को देखता है।

(4) व्याख्यात्मक विधि-व्याख्यात्मक विधि परामर्श में सबसे अधिक वांछनीय विधि है। परामर्शदाता धीरे-धीरे लेकिन ध्यानपूर्वक निदानात्मक आंकड़ों को समझा है तथा उन सम्भावित स्थितियों की ओर इंगित करता है जिनमें सेवार्थी की क्षमताओं या योग्यताओं का उपयोग किया जा सकता है।

अन्य कार्यकत्ताओं का सहयोग-परामर्शदाता सभी प्रकार की समस्याओं का समाधान नहीं कर सकता है उसे अपनी सीमाओं को पहिचान कर, विशिष्टीकृत सहायता के स्रोतों की जानकारी होनी चाहिए। उसे सेवार्थी को दूसरे अन्य उपर्युक्त तरीकों से मदद लेने की सलाह देनी चाहिए इसकी अन्य परामर्श प्रविधियां निम्नलिखित हैं-

1 **मौन धारण-**कई परिस्थितियां ऐसी भी आती हैं जब मौन धारण करके किसी की बात को सुनना प्रभावशाली होता है। प्रार्थी जब अपनी समस्या का वर्णन करता है तब परामर्शदाता मौन धारण कर लेता है।

2 **स्वीकृति-**कई बार परामर्शदाता कुछ शब्दों को कहकर अस्थायी रूप् से प्रार्थी को स्वीकृति दे देता है कि वह उसकी बात ध्यानपूर्वक सुन रहा है। परन्तु इन शब्दों का उपयोग परामर्शदाता इस प्रकार करता

है जिससे प्रार्थी के धरा प्रवाह बोलने में बाधा नहीं आती । यथा-हूं, अच्छा ठीक है, बहुत अच्छा आदि।

3 स्पष्टीकरण-कई अवसरों पर परामर्शदाता को प्रार्थी की बातों का या उसके द्वारा व्यक् किए गए वर्णन का स्पष्टीकरण करना चाहिए किन्तु स्पष्टीकरण करते समय प्रार्थी को किसी जोर जबरस्दस्ती का आभास नहीं होना चाहिए।

4 पुनर्कथन-प्रार्थी के द्वारा कही गई बातों की परामर्शदाता पुनरावृत्ति करता है। परन्तु परामर्शदाता पुनकर्थिन के समय किसी प्रकार का संषोधन या स्पष्टीकरण प्रार्थी के मापन में नहीं करता है। स्वीकृति एवं पुनरावृत्ति दोनों से ही प्रार्थी को यह बोध होता है कि परामर्शदाता उनकी बात को समझ व स्वीकार रहा है।

5 मान्यता-अपनी समस्या के विषय में प्रार्थी विभिन्न प्रकार के विचारों को व्यक्त करता है। परामर्शदाता कुछ विचारों को मान्यता प्रदान कर देता है। कुछ को नही। जिस विचारों को मान्यता दे दी जाती है वे सेवार्थी को प्रभावित करते हैं। प्रार्थी पर परामर्शदाता के व्यक्तित्व एवं ज्ञान का भी प्रभाव पड़ता है।

6 प्रश्न पूछना-सेवार्थी को अपनी समस्या से सम्बंधित विचारों को और अधिक प्रेरणा प्रदान करने के लिए परामर्शदाता को कुछ प्रश्न पूछने चाहिए। ये प्रश्न प्रार्थी के वक्तव्य का अंश समाप्त होने के पश्चात ही पूछे जाने चाहिए।

7 सारांश स्प"'टीकरण- सेवार्थी द्वारा कहे गए वक्तत्व का कुछ अंश ऐसा भी हो सकता है जो लाभप्रद न हो। इस कारण सेवार्थी स्वयं को अपनी समस्या को समझने में असमर्थ होता है। परामर्शदाता का कर्तव्य है कि वह प्रार्थी के वक्तव्य को संक्षिप्त कर उसे सुव्यवस्थिति करके समस्या को स्पष्ट रूप से समझ सके। परामर्शदाता की यह कोशिश रहनी चाहिए कि वह अपनी ओर से किसी भी प्रकार के विचारों को सम्मिलित करें।

8 हास्य रस-परामर्शदाता के लिए आवश्यक है कि परामर्श के दौरान प्रार्थी को तनाव रहित रखने के लिए बातचीत को मधुर बनाने के लिए हास्य-रस का प्रयोग करें।

9 विश्लेषण-प्रार्थी की समस्या को विश्लेशित कर परामर्शदाता समस्या समाधान को प्रस्तुत करने में पहल कर सकता है लेकिन यह आवश्यक नहीं है कि सेवार्थी उस हल पर अमल करें। इस सम्बंध में प्रार्थी पर किसी प्रकार का दबाव नहीं डाला जा सकता है।

10 विवेचना-परामर्शदाता सेवार्थी के व्यक्त की विवेचना करने का अधिकार रखता है उसेउसके व्यक्तव्य में अपनी तरफ से कुछ भी नहीं जोड़ना चाहिए। परामर्शदाता सेवार्थी निश्कशोर् को निकालने में समर्थ नहीं होता है।

11 आश्वासन- सेवार्थी को समस्या समाधान की आशा प्रदान करना परामर्शदाता का कार्य हे यह एक मनोवैज्ञानिक सत्य है कि आशा में जीवन का संचार होता है। परामर्श की सबसे महत्वपूर्ण एवं मनोवैज्ञानिक पक्ष जुड़ी प्रविधि के रूप में आश्वासन कार्य करता है। तथा सेवार्थी पर उचित प्रभाव डालता है।

12 परित्याग-कई बार सेवार्थी जो कुछ सोचता या कहता है। वह गलत होता है। इस प्रकार की विचारधाराओं का त्याग करना चाहिए। यह कार्य परामर्शदाता को बड़ी ही सावधानीपूर्वक करना चाहिए। जिससे सेवार्थी विद्रोह न कर सके और परित्याग का अर्थ ही विपरीत निकाल ले।

13 सामान्य नेतृत्व-यह विधि उस समय प्रयोग में आती है जब परामर्शदाता यह अनुभव करता है कि व्यक्ति अपने विचार प्रकट करना बंद करने वाला है। ऐसी स्थिति में कोई प्रश्न पूछकर व्यक्ति को अपने बारे में और बोलने के लिये प्रेरित किया जा सकता है। इस प्रकार बीच-बीच में बोलने के क्रम को जारी रखने के लिए परामर्शदाता नेतृत्व प्रदान करता है।

7.3 परामर्शी हस्तक्षेप

परामर्शी हस्तक्षेप- (Counselling Interventions) परामर्शी हस्तक्षेप को व्यावसायिक क्षेत्र में किसी परामर्शग्राही एवं परामर्शदाता के बीच अद्वितीय अंतसंबंध के रूप में परिभाषित किया जा सकता है। परामर्श द्वारा हस्तक्षेप का मुख्य उद्देश्य मुख्यत: तीन क्षेत्रों व्यक्तिगत विकास, सामाजिक समायोजन एवं व्यावसायिक विकास के क्षेत्र में परिमार्जन एवं विकास करना होता है।

परामर्श की सम्पूर्ण प्रक्रिया के दौरान परामर्शदाता का मुख्य उत्तरदायित्व यह है कि वह परामर्श प्रार्थी या परामर्श लेने वाले व्यक्ति के व्यक्तिगत विकास से सम्बंधित प्रत्येक पक्ष का सम्पूर्ण ध्यान रखें एवं उसके व्यक्तिगत विकास एवं व्यवहार परिमार्जन में हर सम्भव योगदान करें।

परामर्शी हस्तक्षेप द्वारा परामर्शग्राही के व्यवहार परिवर्तन एवं व्यक्तिगत विकास में निम्नलिखित व्यूह रचनाओं द्वारा योगदान किया जा सकता है।

परामर्शग्राही को खोज हेतु प्रोत्साहित करना:-

मनोविज्ञान एवं परामर्श के क्षेत्र में परामर्शग्राही या व्यक्ति के ज्ञान स्तर, अभिप्रेरणा स्तर एवं जागरूकता या सजगता आदि के विकास से सम्बंधित विभिन्न मान्यताओं एवं सिद्धांत उपागमों जैसे मनोविश्लेषण सिद्धांत, गेस्टाल्ट सिद्धांत, व्यवहारवादी उपागम आदि विभिन्न सिद्धांतों का प्रतिपादन किया गया जिनके द्वारा अधिगम, खोजपरकता, एवं समस्या समाधन के क्षेत्रा में महत्वपूर्ण योगान किया गया साथ ही व्यक्ति अपने अव्यक्त संसार के विषय में जान सका एवं ज्ञान प्राप्त कर सका। खोजपरकता हेतु व्यक्ति को प्रोत्साहित करने से व्यक्ति अपने अव्यक्त एवं अज्ञात संसार, सूक्ष्म प्रत्ययों, व्यवहार के नये आयामों एवं सूझ, सामाजिक मानसिक अनुभवों के विषय में जान सकता है एवं व्यवहार परिमार्जन कर सकता है।

सम्बंधों में सौम्यता स्थापित करना:-

परामर्शदाता द्वारा परामर्शग्राही के साथ सम्बंधों में सौम्यता स्थापित करने से दोनों के बीच नजदीकियां बढ़ती हैं जिससे दोनों अपने विचारों एवं भावनाओं का परस्पर आदान प्रदान कर सकते हैं। सौम्यतापूर्ण सम्बंधों से परामर्शग्राही को पूर्ण विश्वास होता है। कि उसकी हर एक बात परामर्शदाता द्वारा ध्यानपूर्वक सुनी जा रही है। जिससे वह निसंकोच होकर अपनी भावनाओं एवं विचारों को खुलकर प्रकट करता है जिससे व्यवहार का उचित परिमार्जन करने में सहायता मिलती है।

सरल एवं स्पष्ट शब्दों में विचार प्रकट करना

सरल एवं स्पष्ट शब्दों में परामर्शदाता द्वारा प्रकट किये गये विचारों एवं प्रश्नों या सलाह को परामर्शग्राही स्पष्टता के साथ समझता है एवं अपने शब्दों में किसी परामर्श का विश्लेषण कर सकता है। इससे परामर्शप्रार्थी के अन्तद्वंद्वों का भी समाधन हो जाता है। जब परामर्शदाता किसी परामर्श या सलाह को

परामर्शग्राही के शब्दों में समझाता हैं तो प्रार्थी द्वारा परामर्श एवं सलाह सरलता से स्वीकार किया जाता है जो वांछित व्यवहार परिवर्तन में सहायक होता है।

परामर्श के दौरान परामर्शदाता की हां या ना में सहमति:-

जब परामर्शदाता द्वारा परामर्श या सलाह देते समय परामर्शग्राही के प्रत्युत्तरों या अनुक्रियाओं के सम्बंध में हां या ना के रूप में सहमत प्रकट की जाती है तो परामर्शग्राही को विश्वास होता है कि परामर्शदाता उसकी क्षमता एवं योग्यता का आकलन सतत रूप में कर रहा है एवं उसके साथ समानुभूतिपूर्णएवं सहयोगात्मक व्यवहार कर रहा है। जिससे वह स्वतंत्र रूप से अपनी अनुक्रिया करता है एवं परामर्श या सलाह को सजगता के साथ स्वीकार करता है।

7.4 हस्तक्षेपी व्यूह रचना

हस्तक्षेपी व्यूह रचना (Intervention Strategies) परामर्श व्यूह रचनाओं में परामर्शदाता द्वारा प्राय: हस्तक्षेपी व्यूह रचना का प्रयोग किया जाता है। हस्तक्षेपी ब्यूह रचना को निम्न प्रकार समझा जा सकता है।

हस्तक्षेपी क्रियाएं वे सभी क्रियाएं या व्यूह रचनाएं हैं जो उस समय प्रयोग में लायी जाती हैं जब कठिन एवं असामान्य व्यवहार एक समस्या बन जाता है अर्थात जब परामर्शगा्रही का असामान्य या कठिन व्यवहार एक समस्या का रूप ले लेता है क्योंकि ऐसी स्थिति में परामर्श ब्यूह रचना व्यवहार को सामान्य दशा में लाने में असमर्थ रहती है। इसलिए ऐसी दशाओं में हस्तक्षेपी ब्यूह रचना का प्रयोग व्यवहार परिमार्जन हेतु बहुतायत किया जाता है।

हस्तक्षेपी व्यूहरचनाओं में मुख्यत: निम्नलिखित रणनतियों का प्रयोग किया जाता है।

पुनर्बलन कार्यक्रम - कुछ छात्रों के लिए अधिगम एवं व्यवहार परिमार्जन करने के लिए उपहार या पुरस्कार का अत्यध्कि महत्व होता है। जिससे वे सीखने या वांछित अनुक्रिया करने हेतु प्रोत्साहित होते हैं। इसमें छात्रा को सूची से एक पुरस्कार या टोकन का चयन करना होता है और लक्ष्य निर्देशित व्यवहार को निश्चित समय में पूर्ण करने पर उसे वह पुरस्कार दिया जाता है। ऐसी दशा में छात्रा पुरस्कार को दृष्टिगत रखते हुए अनुक्रिया करता है जो उसे प्रेरित करता है इस प्रकार व्यवहार का परिमार्जन किया जाता है। जब व्यवहार स्थायी रूप लेने लगता है उस दशा में शिक्षक बाह्य पुरस्कार को अन्त: पुरस्कार से जोड़ने का प्रयत्न करता है जैसे आन्तरिक संतोष, खुशी, आत्मगौरव प्रसन्नता आदि ताकि बिना वाहय पुरस्कार के भी छात्रा सीखने हेतु प्रोत्साहित हो सके।

खाली समय प्रदान करना:

जब शिक्षण अधिगम प्रक्रिया के दौरान कक्षा में थकान या किसी अन्य शारीरिक, मानसिक कारकों के कारण छात्रों का ध्यान भंग होता है तो ऐसी स्थिति में शिक्षक को चाहिए कि वह छात्रों को उस अवस्था से बाहर लेकर आए एवं उन्हें खाली समय प्रदान करें कुछ समय बाद पुन: कक्षा का वातावरण निर्मित करें एवं शिक्षण कार्य प्रारम्भ करें। ऐसा करने के लिए शिक्षक छात्रों को डेस्क पर सिर रखकर आराम करने, कक्षा के मनपसंद स्थान पर बैठने या थोड़ी देर कक्षा से बाहर घूमकर आने के लिए आदि कह सकता है। ऐसा करने से छात्रा पुन: सीखने हेतु पुनर्बलित एवं प्रोत्साहित होते हैं।

दैनिक संचार साधनों का प्रयोग- जब व्यक्ति का व्यवहार अधिक समस्यात्मक हो उस अवस्था में यह आवश्यक हो जाता है कि विद्यालय एवं छात्रा के अभिभावकों के बीच हमेशा सम्प्रेषण होता रहे जिसमें फोन संचार, सम्प्रेषण डायरी एवं ई-मेल आदि का प्रयोग किया जा सकता है। इस प्रकार सहयोगात्मक परिवेश में कार्य करने से व्यवहार की कठिनाइयों का प्रभावी तरीके से निदान एवं उपचार करके परिमार्जन किया जा सकता है।

अनुबंध निर्माण :-

छात्रों के व्यवहारों पर ध्यान आकर्षित करने के लिए आवश्यक अनुबंध बनाये जाने चाहिए जिसमें शिक्षक, छात्रा, अभिभावक एवं विद्यालय के अन्य कर्मचारी आदि शामिल हों। अनुबंध् व्यूह रचना में मुख्यत: वांछित व्यवहारों के सम्बंध् में कथनों पर सहमति बनाई जानी चाहिए। जिसमें एक निश्चित समय तक वांछित व्यवहार की प्राप्ति हेतु लक्ष्य निर्देशित व्यवहार या प्रयासों के सम्बंध में अनुबंध बनाया जाता हैं।

स्व निरीक्षण

इसमें छात्रा द्वारा स्वयं अपने व्यवहार का निरीक्षण किया जाता है। छात्रा को उसके व्यवहार को रिकार्ड करने को कहा जाता है एवं उसमें से विशिष्ट व्यवहार के चयन करने को कहा जाता है। फिर उसे वांछित व्यवहार को बार-बार करने के लिए कहा जाता है। स्वनिरीक्षण द्वारा छात्रा अवांछित व्यवहारों को कम करता है। एवं वांछित व्यवहार को बार-बार करता है जिससे व्यवहार परिमार्जन में सहायता मिलती है।

सहभागी समूह:-

परामर्शदाता द्वारा कभी-कभी छात्रों का एक छोटा समूह बना लिया जाता है। जिन्हें ज्वलंत समस्याओं से परिचित कराया जाता है। एवं अंतसम्बंधों के बारे में जानकारी दी जाती है। जिससे व्यवहार को परिमार्जित करने में सहायता मिलती है। वे समूह व्यवहार के सम्बंध में जानकारी प्राप्त करते हैं एवं वांछित एवं अवांछित व्यवहारों के सम्बंध में अपने व्यवहारों का परिमार्जन करते हैं।

निरीक्षण कार्यक्रम:-

कुछ विद्यालयों द्वारा विशेष निरीक्षण कार्यक्रम विकसित किये जाते हैं जिससे समुदाय का कोई सदस्य छात्रों के साथ विद्यालय में अपना कीमती समय व्यतीत करता है एवं उनसे जीवन के अनुभवों का आदान प्रदान करता है। छात्रों के व्यवहार की कठिनाइयों को समझने में सहायता करता है। निरीक्षण द्वारा सजगता एवं प्रशिक्षण सत्र के पश्चात अनुगामी कार्यक्रम किया जाता है जिसमें छात्रों के वांछित या परिमार्जित व्यवहारों के विषय में जानकारी मिलती है।

इस प्रकार विभिन्न व्यूह रचनाओं द्वारा हस्तक्षेपी परामर्श की प्रक्रिया पूर्ण की जाती है जिसमें आवश्यकताअनुसार उचित व्यूह रचना का चयन करके परामर्श प्रदान करने के साथ-साथ वांछित व्यवहार परिवर्तन को सुनिश्चित किया जा सकता है।

7.6 सारांश

उचित परामर्श के लिए उचित परामर्श प्रविधियों का चुनाव आवश्यक हैं। बिना उचित परामर्श प्रविधि या ब्यूह रचना एवं हस्तक्षेप के लिए उचित परामर्शन कदापि संभव नहीं हैं।

इस इकाई के सम्बन्ध में जो कुछ हमने अब तक सीखा है उस के सम्बन्ध में अपना स्वयं का मूल्यांकन कर ले ताकि सीखने में जो कमी रह गई है उससे परिचित हुआ जा सके।

7.7 बोध प्रश्न

1 **हस्तक्षेपी व्यूह की रचना लिखो**

2.परामर्शी हस्तक्षेप को स्पष्ट कीजिए।

7.8 संदर्भ ग्रंथ

1 एन.आर.स्वरूप सक्सेना, शिखा चतुर्वेदी (2008) उदीयमान भारतीय समाज में शिक्षक , मेरठ, आर.लाल बुक डिपो। पाठक एवं त्यागी, शिक्षा के सिद्वान्त, आगरा, विनोद पुस्तक मंन्दिर।

2 रमन बिहारी लाल **(2007):** शिक्षा के दार्शनिक एवं समाजशास्त्रीय आधार, मेरठ ,रस्तोगी पब्लिकेशन।

3 डां गिरीश पचौरी **(2007)** शिक्षा और समाज मेरठ, इण्टरनेशनल पब्लिशिंग हाउस।

4 डां रामशकल पाण्डेय **(2008)** उदीयमान भारतीय समाज में शिक्षक, आगरा,अग्रवाल पब्लिशिंग हाउस।

5 एन.आर.स्वरूप सक्सेना,डा के.पी. पाण्डेय, **(1993-94)** शिक्षा सिद्वान्त, मेरठ, आर.लाल. बुक डिपो।

6 डा0 सीताराम जायसवाल-शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श अग्रवाल पब्लिकेशन्सआगरा-2

7 डा0 आर0 ए0 शर्मा- वृतिक निर्देशन एवं रोजगार सूचना आर0 लाल बुक डिपो मेरठ-250001

8 डा0 आशा रावत- वृतिक निर्देशन एवं रोजगार सूचना आर0 लाल बुक डिपो मेरठ-250001

9 डा0 अमरनाथ राय- निर्देशन एवं परामर्शन

10 मधु अस्थाना - (संप्रत्यय, क्षेत्र एवं उपागम) मोतीलाल बनारसी दास चौक वाराणसी-221001

11 मधुसूदन त्रिपाठी - शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श ओमेगा पब्लिकेशन्स
नई दिल्ली – 110002

12 प्रेंटिस-हॉल आफ इण्डिया प्राईवेट लिमिटेड नई दिल्ली - 110001

इकाई 8

समाप्ति और अनुवर्ती सेवाएं

इकाई की रूपरेखा

8.1 उद्देश्य
8.2 प्रस्तावना
8.3 अनुवर्ती सेवा के उद्देश्य
8.4 अनुवर्ती अध्धयन के प्रकार
8.5 अनुवर्ती कार्य
8.6 अनुवर्ती किर्याओ की रीतियाँ
8.7 बोध प्रश्न
8.8 संदर्भ सूची

8.1 उद्देश्य

- अनुवर्ती सेवा का संप्रत्यय समझ पायेगे।
- अनुवर्ती सेवा क्यों आवश्यक है, समझ पायेंगे।
- अनुवर्ती सेवा की प्रकृति से परिचित हो सकेंगे
- अनुवर्ती सेवा किन क्षेत्रों में आवश्यक होता है यह जान पायेंगे

8.2 प्रस्तावना

अनुवर्ती सेवा निर्देशन कार्यक्रम का प्रमुख अंग है कुछ शिक्षाशास्त्री इसे अनुसन्धान व् मूल्यांकन सेवा का अंग मानते है अनुवर्ती सेवा विद्यालय के निर्देशन कार्यक्रम को प्रभावशाली बनाने में अत्यधिक सहयोग प्रदान करती है किन्तु इसको मूल्यांकन सेवा का अंग मन्ना तर्कसंगत प्रतीत नहीं होता है अनुवर्ती सेवा का गठन छात्रों को विधय्लाया ,व्यावसायिक प्रशिक्षण कार्यक्रम या जीविका में उत्तम समायोजन में सहायता प्रदान करने के लिए आवश्यक सुचनाये देने की दृष्टि से किया जाता है

अनुवर्ती प्रक्रिया ही विधालय कार्यक्रम को सुधारने के लिए प्रदान करती है इस सेवा के माध्यम से ही विधालय अपने पुराने छात्रों के साथ संपर्क करने सफल होता है उनके द्वारा अनुभव की जाने वाली समस्याओं के बारे मैं सुचनाये एकत्रित कर पाता है इसके साथ ही परामर्शदाता अपने द्वारा दी गयी परामर्श सहायता का मूल्यांकन करने में सफल होता है इस प्रकार अनुवर्ती द्वारा एकत्रित की गयी सुचना के आधार पर विधालय अपने कार्यक्रम में आवश्यकतानुसार परिवर्तन कर सकता है

8..3 अनुवर्ती सेवा के उद्देश्य

1. विभिन्न कक्षाओं पाठ्य विषयों एवं पाठ्य सहगामी किर्याओ में छात्रों की प्रगति एवं स्तर निश्चित करना

2. सुचनाये प्राप्त करना जिनका उपयोग ऐसे छात्रों की सहायता करने में किया जा सकता है जो भविष्य के बारे में योजना का निर्माण करते है
3. कुछ छात्र अतरिक्त समय मे किसि जिविका मे नियुकति p परापत कर लेते है अनुवरति सेवा क यह भी उददेशय है कि इस बात क पता लगाया जाये कि छात्र उस जिविका मे सनतोशपरद ढ़ंग से कारयरत है या नही
4. विधालय तयागने के बाद किसी जीविका मे प्रवेश प्राप्त करने वाले छात्रों के जीविका स्तर एवं प्रगति को निश्चित करना यदि कुछ वर्षों तक छात्रों को उनके व्यवसायिक लक्ष्यों के संभावित परिवर्तन और सुधार दिए जा सकते है
5. इस सेवा का उद्देश्य उन छात्रों की प्रगति का पता लगाना भी है जो कोलेज या व्यवसायिक प्रशिक्षण में अध्ययन करते है इनसे प्राप्त सुचना के आधार पर निर्देशन कार्यक्रम की सफलता का मूल्यांकन किया जा सकता है
6. अनुवर्ती अध्धयन से प्राप्त आकडे के आधार पर स्कुल कार्यक्रम की कमियों को ज्ञात किया जा सकता है

8..4 अनुवर्ती अध्धयन के प्रकार

अनुवर्ती सेवा विधालय में अध्धयन करने वाले छात्रों के साथ साथ उन छात्रों के लिए भी आवश्यक है जो स्नातक होने से पूर्व विधालय त्याग देते है या किसी जीविका में प्रवेश प्राप्त कर लेते है छात्रों के इन विभिन्न वर्गों के अनुसार अनुवर्ती अध्धयन के निम्न प्रकार होसकते है

1.विधालय छोड़ने वाले छात्रों की अनुवर्ती सेवाए

विधालय छोड़ने वाले छात्रों को दो श्रेणी में विभक्त किया जा सकता है –

एक तो ऐसे छात्र जो स्नातक होने से पूर्व विधालय छोड़ देते है और दूसरे वो जो अध्धयन की पूर्ण अवधि समाप्त करके विधालय छोड़ते है दोनों श्रेणियों के छात्र का अनुवर्ती अध्धयन शिक्षा का असंदिग्ध रूप है क्योंकि इस समीक्षा के आधार पर ही विधालय अपने पूर्व प्रयत्नों का मूल्यांकन कर पता है और तात्कालिक छात्रों की योग्यता के अनुकूल शिक्षा प्रणाली एवं पठान सामग्री के सम्बन्ध में नियोजन करने में सफल होते है

रौबर ,स्मिथ और एरिक्सन ने अनुवर्ती तथा निर्देशन समिति में पुनरवलोकन के लिए निम्नलिखित सुझाव दिए है

1.तत्परता – अनूवर्ती अध्धयन किसी एक व्यक्ति पर नहीं छोडना चाहिए सामान्यता प्रधानाध्यापक एवं एनी अध्यापक गण इस कार्य के प्रति उदासीन दृष्टिकोण रखते है इस सेवा को सफल बनाने के लिए यह आवश्यक है की सभी में अनुवर्ती अध्धयन के लिए तत्परता पैदा की जाये इस अध्धयन सेवा से प्रयोजन एवं मूल्यों से सहयोगियों को परिचित करना तत्परता उत्पन्न करने के लिए अति आवश्यक है

2. नेतृत्त्व –अनुवर्ती अध्धयन में रूचि रखने वाले सहयोगियों की एक समिति बनानी चाहिए इस समिति का नेतृत्त्व –भार परामर्शदाता पर डालना चाहिए क्योंकि वः इस क्षेत्र का तकनीकी व्यक्ति होता है

3.नियोजन प्रकिर्या की जटिलता –अनुवर्ती अध्धयन की उपयोगिता को प्रभावित करने वाले कारकों की जटिलता पर समिति तथा उसके प्रधान को विचार करना चाहिए ये कारक जैसे प्रयोजन विधि ,कर्मचारी

एवं धन आदि है ये कारक एक दूसरे पर ऐसे आधारित है कि समिति को इस पर सावधानीपूर्वक विचार करना चाहिए क्योंकि प्रभावशाली अनुवर्ती अध्धयन की प्रारम्भिक आवश्यकताए स्पष्ट ,लक्ष्य भली भांति सोची हुई विधि ,पर्याप्त कर्मचारी और पर्याप्त धन है

4.रीतियाँ –भूतपूर्व छात्रों के साथ संपर्क स्थापित करने की रीतियाँ ऐसी होनी चाहिए की अधिक से अधिक संख्या में प्रत्युत्तर प्राप्त हो सके कुछ दोषपूर्ण विधियाँ निम्नलिखित है जिनसे प्रत्युत्तर बहुत कम प्राप्त होते है

(अ) लम्बी प्रश्नावली

(ब) ऐसे प्रशन जो भूतपूर्व छात्रों से सम्बन्धित नहीं होते है

(स) ऐसे छात्रों से संपर्क ण स्थापित करना जो प्रश्नावली वापस नहीं लोटाते

(द) प्रश्नावली के माध्यम से अधिकांश छात्रों से संपर्क करने की भावना

5.अनुवर्ती किर्या का आलेख –अनुवर्ती अध्धयन का निर्देशन करने वाले व्यक्ति के लिए यह सिखने की परिस्थिति होती है इस कार्य को करते हुए सीखे जाने वाले नवीन अनुभव लिखने चाहिए भविष्य में इसके अधार पर इस सेवा में सुधार किये जा सके

6.अनुवर्ती अध्धयन कि निरंतरता– अनुवर्ती सेवा को प्रभावशाली बनाने के लिए आवश्यक है कि अनुवर्ती अध्धयन निरंतर चलते रहे भूतपूर्व छात्रों का एक बार ही अध्धयन करना पर्याप्त नहीं है बल्कि प्रतिवर्ष यह अध्धयन होना चाहिए जिससे छात्रों कि प्रतिकिर्या कि परवर्ती ज्ञात हो सके

2. विधालय में अध्धयन कर रहे छात्रों के लिए अनुवर्ती सेवा

एक कक्षा से दूसरी कक्षा या एक विधालय से दूसरे विधालय में जाने वाले छात्रों का निरंतर अनुवर्ती अध्धयन करने पर विशेष बल देना चाहिए क्योकि छात्रों को जो शेक्षिक ,व्येक्तिक या व्यवसायिक निर्देशन दिया जाता है उसके बारे में पता लगाना आवश्यक है कि वः छात्रों को उपयोगी सिद्ध हुआ या नहीं अनुवर्ती सेवा प्रदान करते समय परामर्शदाता को निम्नलिखित पर अपनी दृष्टि रखनी चाहिए

1. वर्तमान विधालय में नवीनीकरण कि किर्याये नवीन विधालय में अधिक से अधिक समायोजित होने में कहाँ तक छात्रों को तैयार करती है

2. छात्र अपनी योग्यता –स्तर के अनुसार किस सीमा तक वाचन करते है

3.अपनी वर्तमान परिस्थिति में छात्र अपने समायोजन में किस सीमा तक सफल हो सका है

4.छात्र किस सीमा तक परामर्श सेवा का उपयोग करते है

5.विधालय छोड़ने के छात्र से सम्बन्धित क्या कारण है

6.सामूहिक विधियाँ किस सीमा तक अपने लक्ष्यों में सफल हो रही है

7.उपबोध्य ने परामर्शदाता द्वारा दिए गए सुझाव पर कहाँ तक अमल किया है

इन छात्रों के अनुवर्ती अध्धयन के लिए भी वही विधि प्रयोग में लानी चाहिए जिसका वर्णन भूतपूर्व छात्रों कि अनुवर्ती सेवा में किया गया है यह आवश्यक है कि समिति के समान सदस्यों में उत्साह हो और वे सहयोग कि भावना से ओत-प्रोत हो

3. परामर्श और अन्य निर्देशन सेवाओं के लिए अनुवर्ती विधि – परामर्श प्रकिर्या कि प्रभावशीलता का मापन करने के लिए अनुवर्ती विधि कि आवश्यकता पडती है छात्र परामर्शदाता कि सहायता से अपने शेक्षिक ,व्यवसायिक या समायोजन लक्ष्य निर्धारित करते है किन्तु जीवन गतिशील है और छात्र

अध्धयन करते समय अनेक नवीन अनुभव अर्जित करता है परिणामस्वरूप अनेक नवीन चल छात्रों द्वारा निश्चित लक्ष्यों कि उपलब्धि को प्रभावित कर सकते है अतः छात्रों को अपने पूर्व निर्धारित लक्ष्यों पर पुनर्विचार करने कि आवश्यकता हो सकती है या उन लक्ष्यों की प्राप्ति की विधि में संशोधन की आवश्यकता हो सकती है छात्रों की इन आवश्यकताओं का ज्ञान अनुवर्ती अध्धयन द्वारा ही संभव है

8.5 कुछ अनुवर्ती कार्य

किसी विधालय में निर्देशन सेवाएं के अंतर्गत सेवा की कार्यविधि वहाँ की परिस्थितियों के उपयुक्त होनी चाहिए अतः यह स्वीकार करना कि एक ही प्रकार की कार्यविधि सभी विधालियो में प्रयोग में लायी जा सकती है दोषपूर्ण होगा

1. विधालय में अध्धयन करने वाले छात्रों का सर्वेक्षण –विधालय में अध्ययन करने वाले प्रत्येक छात्र के वर्तमान शेक्षिक स्तर के बारे में आकडे एकत्रित करने के लिए यदा कदा सर्वेक्षण करना चाहिए इस प्रकार प्राप्त आकडों के आधार पर यह निर्णय लिया जा सकता है कि छात्र के लिए कौन सा पाठ्यक्रम या पाठ्य सहगामी किर्याये सहायक हो सकती है

2.भूतपूर्व छात्रों का सर्वेक्षण–भूतपूर्व छात्रों के सर्वेक्षण के आधार पर प्राप्त सुचनाये विधालय को अपने कार्यक्रम में सुधार करने में बड़ी सहायक होती है क्योंकि भूतपूर्व छात्र उन विषयों या किर्याओं के बारे में अपना मत प्रकट कर सकते है जो उनके विकास में अधिक सहायक रहे है यहाँ यह सावधानी रखनी चाहिए कि स्नातकों के प्रत्युत्तर उन छात्रों के प्रत्युत्तर से प्रथक रखने चाहिए जो मध्य में ही सहायक विधालय छोड़ देते है ऐसे छात्रों के प्रत्युत्तर उन कारणों को ज्ञात करने में सहायक हो सकते है जिनके कारण छात्र स्नातक होने से पूर्व विधालय छोड़ देते है इन कारणों को ज्ञात करके विधालय में संभावित परिवर्तन करके तथा आवश्यक सुविधाएँ प्रदान करके मध्य में ही विधालय छोड़ने वालों कि संख्या में कमी करने का प्रयास किया जा सकता है

3.छात्रों के लिए सामूहिक सम्मलेन कि व्यवस्था करना –सामूहिक सम्मलेन भी अनुवर्ती अध्ययन में सहायक हो सकता है इस सम्मलेन में छात्रों को विधालय कार्यक्रम के बारे में अपनी भावनाओं एवं विचारों को स्वन्त्र रूप से प्रकट करने का अवसर प्राप्त होता है यहाँ पर छात्रों से मित्रतापूर्ण वातावरण में सुझाव एवं आलोचनायें आमंत्रित कि जाती है इन सम्मलेन में छात्रों कि भविष्य कि योजना बनाने में सहायता कि जा सकती है

4. सहयोगी अध्यापक का सम्मलेन छत्रपों के सर्वेक्षण एवं सम्मलेन में विचार विमर्श के उपरांत ज्ञात कि गयी समस्याओ पर विचार करने के लिए अध्यापकों के सम्मलेन कि व्यवस्था करन आवश्यक हो जाता है इस सम्मलेन कि व्यवस्था करना आवश्यक हो जाता है इस सम्मलेन में वर्तमान समस्याओं के समाधान ढूढ़ने एवं कार्यक्रम के सुधार के लिए सामूहिक प्रयत्न करने के लिए प्रोत्साहन मिल सकता है अनुवर्ती सेवा के सम्बन्ध में कम से कम वर्ष में दो बार अध्यापकों का सम्मेलन बुलाना चाहिये

8.6 अनुवर्ती किर्याओं कि रीतियाँ

1. साक्षात्कार – अनुवर्ती सुचनाये प्राप्त करने का साधन प्रत्येक छात्र के साथ व्यक्तिगत साक्षात्कार करना है साक्षात्कार में छात्र विधालय – कार्यक्रम परामर्शदाता एवं अध्यापको के बारे में अपने विचार प्रकट करते है इस अभिव्यक्ति के आधार पर छात्रों कि अभिव्रती निश्चित कि जा सकती है

साक्षात्कार के द्वारा दोनों प्रकार के छात्रों ,जेसे विधालय में पड़ने वाले भूतपूर्व के शेक्षिक एवं व्यवसायिक स्तर के बारे में जानकारी प्राप्त कि जा सकती है

2. प्रश्नावली –प्रश्नावली के प्रयोग द्वारा विशिष्ट प्रकार कि सुचानाये प्राप्त कि जा सकती है प्रश्नावली कि सहायता से भूतपूर्व छात्रों से संपर्क स्थापित किया जा सकता है और उनके विधालय कार्यक्रम एवं निर्देशन सेवाओं के बारे में अभिगत एवं निर्णय कि जानकारी प्राप्त कि जा सकती है प्रश्नावली के माध्यम से प्राप्त प्रत्युत्तरों को विधालय कार्यक्रम में सुधार करने का आधार बनाया जा सकता है

3. चेक लिस्ट –अनुवर्ती अध्ययन में चेक लिस्ट भी एक उपयोगी पद्धति है इनमे समस्त संभावित प्रत्युत्तर दिए रहते है और छात्र को अपनी रूचि के अनुसार उस पर चिन्ह लगाने होते है प्रश्नावली कि अपेक्षा चेक लिस्ट सरल होती है और कम समय लगता है परिणामस्वरूप प्रश्नावली कि अपेक्षा चेक लिस्ट पर प्रत्युत्तर देने वालो कि संख्या सदैव अधिक रहती है

4. लिखित कथन – अनुवर्ती अध्ययन में लिखित कथन पद्धति भी प्रयोग में लायी जा सकती है छात्रों में विधालय कार्यक्रम के बारे में अपनी प्रतिकिर्यायें लिखित रूप से अभिव्यक्त करने के लिए कहा जा सकता है यह अवश्य है कि इन कथनों में निष्पक्षता नहीं रह पाती है

8.7 बोध प्रश्न

1. अनुवर्ती सेवा से आपका क्या तात्पर्य है ?
2. निर्देशन कार्यक्रम में अनुवर्ती सेवाओं के महत्व पर प्रकाश डालिए?
3. अनुवर्ती सेवा के क्या उदेदश्य दिए है ?
4. निर्देशन के लिए कुछ उपयोगी अनुवर्ती कार्यों का परिचय दीजिए ?
5. अनुवर्ती अध्ययन कि विविध विधियों का संक्षिप्त परिचय दीजिए?
6. विधालय छोडकर जाने वाले छत्रों का अनुवर्ती अध्ययन आप किस प्रका करेंगे ?

8.8 संदर्भ सूची

1. प्रो . सुरेश भटनागर डॉ. रामपाल सिंह (२००७/२००८) वर्तिक सुचना एवं वर्तिक निर्देशन ,अग्रवाल प्रकाशन दिल्ली
2. पाण्ड़े के.पी. (1987) शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन के आधार अमिताश प्रकाशन, दिल्ली
3. शर्मा आर.ए. (2004) शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन तथा परामर्श आर लाल बुक डिपो, मेरठ
4. ओबराय एस.सी. (1996) शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन एवं परामर्श लायल बुक डिपो, मेरठ
5. अग्रवाल एजेण्सी (1989द्ध एजुकेशन बुकेशनल गाइडैंस एंड काउंसलिंग एदेहली एदुआवा हॉउस

इकाई - 9

सामूहिक परामर्श

इकाई की रूपरेखा

9.0 उद्देश्य
9.1 प्रस्तावना
9.2 सामूहिक परामर्श का अर्थ
9.3 सामूहिक परामर्श का महत्व
9.4 सामूहिक परामर्श के आधार
9.5 सामूहिक परामर्श के प्रतिमान
9.6 सामूहिक परामर्श के सोपान
9.7 सामूहिक परामर्श सत्र की तैयारी तथा आवश्यकताएँ
9.8 समूह में चर्चा योग्य कुछ विषय
9.9 सामूहिक परामर्श की प्रविधियाँ
9.10 सामूहिक परामर्श के लाभ
9.11 सामूहिक परामर्श में अपेक्षित सावधानियाँ
9.12 सारांश
9.13 बोध प्रश्न
9.14 संदर्भ ग्रन्थ

12.0 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के बाद आप जान सकेंगे कि :

- सामूहिक परामर्श का अर्थ
- सामूहिक परामर्श का महत्व
- सामूहिक परामर्श के आधार
- सामूहिक परामर्श के प्रतिमान
- सामूहिक परामर्श के सोपान
- सामूहिक परामर्श सत्र की तैयारी तथा आवश्यकताएँ
- समूह में चर्चा योग्य कुछ विषय
- सामूहिक परामर्श की प्रविधियाँ

- सामूहिक परामर्श के लाभ
- सामूहिक परामर्श में अपेक्षित सावधानियाँ

9.1 प्रस्तावना

व्यक्ति के समक्ष किसी न किसी प्रकार की समस्याओं उत्पन्न होना स्वाभाविक है। समस्याओं का स्वरुप अथवा उनकी गम्भीरता में भिन्नता हो सकती है, परन्तु प्रत्येक व्यक्ति समस्या सामाधान की प्रक्रिया के उपरान्त ही आगे बढ़ पाता है। इन समस्याओं के सामाधान मे सहायता प्रदान करने में परामर्श सेवा का सर्वाधिक महत्वपूर्ण स्थान है। परामर्श किसी समस्या ग्रसित व्यक्ति को दी जाने वालो व्यवसायिक सहायता है ताकि व्यक्ति समस्या को सुलझा सके। परामर्श की प्रक्रिया मूल रुप मे वैयक्तिक होती है, इस प्रक्रिया को सदैव ही वैयत्तिक रुप में आयोजित करना सम्भव है। यही कारण है कि गत तीन दशकों में, समूह निर्देशन अथवा समूह परामर्श विधि का प्रयोग प्रारम्भ हुआ है।

'समूह-निर्देशन' एंव 'समूह-परापर्श' दोनों शब्दों का अर्थ अलग-अलग है। समूह निर्देशन के अन्तर्गत अधिकांश छात्र निष्क्रिय रुप से सम्मिलित हो सकते है। जबकि समूह-परामर्श में स्थिति बिल्कुल भिन्न है। इसमें के छात्रों का सक्रिय सहभागिता के आधार पर परस्पर अन्त:क्रियात्मक सम्बन्ध स्थापित करना होता है। मनोवैज्ञानिक कैम्प ने **'सामूहिक परामर्श के आधार'** नामक पुस्तक में लिखा है कि 'व्यक्तियों को जीवन के सभी क्षेत्रों में अर्थपूर्ण सम्बन्धों की आवश्यकता होती है और अधिकांश को तो इन्ही सम्बन्धों के आधार पर जीवन के महत्व और उद्देश्य से सम्बन्धित ज्ञान प्राप्त होता है।'

9.2 सामूहिक परामर्श का अर्थ

सामूहिक परामर्श 'व्यक्तिगत परामर्श 'का ही विस्तार रुप है। सामुहिक परामर्श में एक से अधिक व्यक्ति पेशेवर परामर्शदाता के साथ मिलकर निजी और सामुहिक समस्याओं का हल निकालने का प्रयत्न करते है। सामूहिक परामर्श का प्राथमिक लक्ष्य ऐसे वातावरण का सृजन करना है जिससे प्रत्येक व्यक्ति को अपना आंतरिक व्यक्तित्व विकसित करने में सहासता मिले। यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिससे सदस्यों के बीच स्वतंत्र संवाद को प्रोत्साहन मिलता है जिससे वे एक दूसरे के नजरिए का मूल्यांकन आपसी समझ से कर सकते हैं। इसकी गणना व्यक्ति में तेजी से सुधार निर्दिष्ट और नियंत्रित समूह बातचीत के माध्यम से की जाती है। समूह परामर्श में सभी व्यक्ति अपनी समस्याओं का पता लगाने तथा उनका विश्लेषण करने का प्रयास करते है ताकि वे उन समस्याओं का अच्छे से समझ सके और उन समस्याओं को निपटा सकें और समायोजिन निर्णय लेने के काबिल बन सके। समूह में रहने का अनुभव उन्हे दूसरों के करीब जाने तथा भावात्मक रुप मे दूसरों को समझने में व स्वयं को उनके अनुसार ढ़ालने मे सहायक होता है। जैसे-जैसे सामान्य दिशा व विकास की भावनाओं का विकास होता है समूह मे सामंजस्य की भावना बढ़ती है। सामूहिक परामर्श में व्यक्तिगत परामर्श के सभी तीन आयाम आते है जैसे सुधारात्मक, विकासत्मक एंव निवारक। विद्यालयों मे विकासात्मक व निवारक आयाम पर जोर दिया जाता है क्योंकि विद्यालय एक ऐसी संख्या है जिसमें मार्गदर्शन व दिशा निर्देश पर ध्यान दिया जाता है। इसलिए विद्यालयों में सामूहिक परामर्श का मुख्य लक्ष्य साधारण समस्याओं को परेशानी बनाने से रोकना है तथा सामाजस्य पूर्ण विकास को स्हायता प्रदान करना है।

डिंकमायर एंव काल्डनेल ने 'समूह परामर्श को शैक्षिक प्रक्रिया का अंग माना है। उनके अनुसार यह प्रत्येक छात्र को एक ऐसी अन्तवैयक्तिक प्रक्रिया मे सम्मिलित होने का अवसर देता है, जिसके द्वारा वह अपने सम-समूह के साथ कार्य करते हुए, अपनी विकासात्मक समस्याओं से अधिक सामथ्र्य से सामाधान हेतु तैयार होता है।

कोहन के अनुसार-'समूह परामर्श छोटे समूह के अन्तर्गत अन्त: क्रिया पर आधारित अपेक्षाकृत अधिक गहन एंव वैक्तिक तरीके से सम्पन्न होता है। जबकि समूह-निर्देशन की क्रियाओं में अधिकांश बालक दर्शक होते है लकिन वे सीखने मे तत्पर होते हैं। समूह परामर्श के सन्दर्थ में दो से छ: छात्रों के छोटे समूह में समस्त छात्रों को सक्रिय रुप से सम्मिलित होना आवश्यक है। इसमें परस्पर सम्बन्ध परिवार के समान रहता है, जिसमें समस्त सूचनाये प्रकट नहीं होती है और व्यक्ति अपनी गम्घीर शंकाओं की भी अभिव्यक्ति करने हेतु स्वतन्त्र होता है। इस मामले मे व्यक्ति को अपनी गहनतम शंकाओं को भी अभिव्यक्त करने का अवसर मिलता है।'

हिल एंव लकी ने लिखा है-

'' समूह-परामर्श के माध्यम से अत्यन्त वैयक्तिक ढंग का अधिगम अनुझव प्राप्त होता है।

9.3 समूहिक परामर्श का महत्व

सीखने से सम्बन्धित अनुभवो की गहनता तथा बोध-क्षमता के समुचित विकास हेतु इस प्रविधि का विशेष महत्व है। समूह परामर्श द्वारा छात्रों में आत्म बोध का विकास होता है तथा इनसे छात्रों के परस्पर समबन्धों को मधुर एंव स्वस्थ बनाने में भी सहायता प्राप्त होती है।

1. आवश्यकताओं तथा समस्याओं को पहचानना-: छात्र समूह परामर्श द्वारा अपनी आवश्यकताओं एंव समस्याओं के साथ-साथ दूसरो की समस्याओं को भी पहचानने लग जाते हैं ।

2. अभिवृत्तियों व व्यवहारों में सुधार लाना- समूह उपबोधन के माध्यम से विद्यार्धियों के अनैतिक व्यवहारो, दृष्टियॉ एंव प्रवृतियों मे परिष्करण कर, उन्हें वांछनीय मान्यताओं एंव मानको और सहजता से अग्रसरित किया जा सकता है।

3. छात्रों मे सामूहिक निर्णय लेन की क्षमता विकसित करना- इस प्रविधि के माध्यम से छात्रों में स्वयं की समस्याओं का सामूहिक रुप मे विश्लेषण करने, समस्याओं को समझने एंव मूल्यांकन करने की योग्यता का विकास होता है। इससे छात्रों के समूह के अन्य सदस्यों के प्रति सहयोग की भावना विकसित होती है यह सहयोग भावना, सामूहिक जीवन हेतु अपेक्षित समायोजन की क्षमता का विकास करने मे भी सहायक होती है।

4. सामान्य वर्ग के विद्यार्थियों पर ध्यान देने के लिए- सामूहिक परामर्श प्रक्रिया मे मध्यम से सामान्य वर्ग के छात्रों हेतु विशिष्ट सुविधाये प्राप्त कराई जा सकती है। जो की निर्देशन की प्रक्रिया मे समान्यत: समय के अभाव के कारण ध्यान मे नहीं लाई जाती।

5.अधिक से अधिक विद्यार्थियों से सम्पर्क स्थपित करने के लिए- समूह परामर्श परामर्श में परामर्शदात एक साथ अधिक से अधिक छात्रों से मिल सकता है और उन छात्रों की समान्य कठिनाइयों के बारे में जानकारी प्राप्त कर सकता है।

6. परामर्शदाताओं एंव अध्यापकों को विद्यार्थी के व्यक्तित्व से सम्बन्धित विभिन्न पक्षों को स्पष्ट प्रस्तुत करना- छात्र के व्यक्तित्व से सम्बन्धित अनेक विशेषताएं, अपने सम-समूहो में अन्य:क्रिया के अन्तर्गत सामने आती है परामर्शदाता समूह परामर्श की प्रक्रिया के अन्तर्गत छात्र के व्यक्तित्व के इन गुणों को अवलोकन सहजता से कर सकने में सफल हो सकते है।

7. विचारो के आदान प्रदान में सहायक- समूह परामर्श पद्धति के माध्यम से शिक्षार्थी परस्पर विचार-विमर्श करने हेतु प्रोत्साहित होते है। परिणामस्वरुप उनमें सहयोग एंव सदभाव की भावना का विकास होता है।

8.मितव्ययी एंव कुशल

आवश्यक सुचनाओं एंव निर्देशन के सुझावों को अल्प समय में, अधिक छात्रों को समूह परामर्श द्वारा सम्प्रेषित किया जा जकता है इससे परामर्श दाता को अन्य महत्वपूर्ण पक्षों पर ध्यान देने तथा विचार करने हेतु समय प्राप्त हो जाता हैं।

9.4 सामूहिक परामर्श के आधार

सामूहिक परामर्श के कुछ ऐसे मूलभूत आधार है जिनकी ओर ध्यान देना आवश्यक है। ये आधार निम्नलिखित है-

(1) सामूहिक परामर्श का प्रथम आधार यह है कि व्यक्ति को अपनी क्षमताओं एंव सीमाओं का ज्ञान होना चाहिए। वास्तविकता तो यह है कि अनेक व्यक्तियों को अपनी वास्तविक क्षमताओं का ज्ञान नही होता। या तो वे अपनी क्षमताओं के बारे में बहुत ही कम जानते है या फिर उनके बारे में उनका अनुमान अयथार्थ पूर्ण होता है। सामूहिक परामर्श के द्वारा व्यक्ति को इस योग्य बनाया जाता है कि वह अपनी वास्तविक क्षमताओं को दूसरो के सन्दर्भ में जान सके और उसमे जो कमियॉ हैं उन्हे वह दूर कर सके।

(2) सामूहिक परामर्श का दूसरा आधार है व्यक्ति द्वारा अपनी सम्भावनाओं के अनुसार सफलता प्राप्त करना। इस कार्य में भी सामूहिक परामर्श की आवश्यकता होती है। व्यक्ति की जो छिपी हुई शक्तियाँ है उनके विकास की जो सम्झावनाएं है, इन सबका ज्ञान समूह मं कार्य करते हुए व्यक्ति को भली-भांति होता है।

(3) व्यक्ति एक सामाजिक प्राणी है। सामाजिक पर्यावरण में उसका विकास सुचारु रुप से होता है। सभा तथा समूह में वह ऐसे अन्तर्सम्बन्धों को विकसित करता है जो उसके सर्वागीक विकास में सहायक होते है। यही कारण है कि नवीन शिजा मे परिवर्तन करके अथवा आवश्यकतानुसार उसे अनुकूल बनाकर शिक्षण की व्यवस्था की जाती है।

(4) जब हम सामूहिक परामर्श की बात करते है तो इसका अर्थ यह कभी नहीं है कि व्यक्ति अथवा वैयम्तिक भिन्नता का कोई स्थान सामूहिक परामर्श मे नहीं है। समूह में रहते हुए प्रत्येक व्यक्ति अपनी विशेष प्रवृतियों के अनुसार कार्य कर सकते है

(5) सामूहिक परामर्श का प्रमुख आधार यह है कि व्यक्ति को ऐसे अनुभव प्रदान किये जाये कि वह अपने बारे मे सही धारणा बना सके। दूसरे शब्दों में उसका संप्रत्यय ऐसा हो जो कि सामूहिक

जीवन से प्रेरित हो और उसके फलस्वरुप व्यक्ति जीवन मे सहयोग तथा सामाजिक आदान-प्रदान के महत्व को समझता हो। यह उल्लेखनीय है कि यदि कोई व्यक्ति सामूहिक जीवन में भाग नहीं लेता तो उसका विकास एकांगी होता है इसलिए सामूहिक परामर्श द्वारा इस बात का प्रयास किया जाता है कि व्यक्ति अपने चारो ओर के पर्यावरण के प्रति सही दृष्टिकोण रखे और साथ ही अपने बारे मे भी उसकी जानकारी ठीक हो।

9.5 सामूहिक परामर्श के प्रतिमान

आजकल विद्यालय परामर्शदाता विभिन्न उदेश्यानुसार भिन्न-भिन्न परामर्श प्रतिरुपों को अपनाते है। इन विभिन्न प्रतिरुपों में से यहां पर तीन प्रमुख प्रतिमानों का चयन विवेचना हेतु किया गया है, जोकि सामूहिक अन्त: क्रिया पर आधारित है-

1. समूह निर्देशन प्रतिमान (Group Guidance Model)

इस प्रतिमान का विकास एंव प्रयोग 20 वी शताब्दी के प्रारम्भ में शिक्षाविदों द्वारा किया। यह प्रतिरुप आज भी उपयोगी है। इस प्रतिरुप में परामर्शदाता की अपेक्षाकृत छात्र समूह को भाषण विचार-विमर्श, प्रश्नोत्तर संचार पर आधारित अन्य: क्रिया में लगाना है। नेतृत्व के अनेक प्रतिरुप भी समूह निदेशन प्रदान करने के लिए इसमें अपनाये गए। जैसे नेता पर सभा, विचार विमर्श, वाद-विवाद, प्रश्नोत्तर इत्यादि करने का भार हो सकता है। इन सभी स्थितियों मे परामर्शदाता का कार्य प्रक्रिया को चलाये रखने एंव विशेषज्ञ के रुप में सुझाव या राय देने का है। इस प्रतिरुप का सबसे बड़ा लाभ यह है कि परामर्शदाता एक ही समय में बहत से लोगो से सम्मलित रुप मे अन्त: क्रिया करने मे सफल होता है।

2. समूह परामर्श प्रतिमान (Group Counselling Model)

यह अन्त: क्रिया पर आधारित सर्वाधिक जटिल प्रतिमान है। इसमें परामर्श पर उन सभी व्यक्तियों जो समूह में परामर्श कार्य में संलग्न है, से अन्त: क्रियात्मक सम्बन्ध स्थापित करने एंव उनके निर्देशन का दायित्व होता है। समूह-परामर्श का यह प्रतिरुप, समूह निर्देशन से प्राप्त भिन्नता रखता है। समूह परामर्श में व्यक्ति के सम्मुख उपस्थिति विभिन्न चयन रुपों में मनोवैज्ञानिक उपयोग तथा सही चयन की मनोवैज्ञानिक वास्तविकताओं के परीक्षण को प्रोत्साहन दिया जाता है वहीं समूह निर्देशन में सूचनायें प्रदान करने तथा व्यक्तिगत आवश्यकताओ को केन्द्रीय स्थान दिया जाता है। प्रक्रिया समूह तथा समूह-परामर्श के विचार मे भी अनेक समानतायें है। अन्तर केवल दोनों प्रतिरुपों में दी जाने वाली प्राथमिकता का है।

3. समूह प्रक्रिया प्रतिमान (Group Process Model)

यह अन्त: क्रिया पर आधारित एक अधिक विशिष्ट प्रतिमान है। इसका मूल उद्देश्य अन्त: किया के माध्यम से समूह को एक प्रकार्यात्मक इकाई में विकसित करना है। इस प्रतिमान मे केन्द्र बिन्द व्यक्ति का विकास न होकर समूह का विकास होता है। समूह विकास के प्रतीकों के रुप में सदस्यों के मध्य सहयोग, समूह लक्ष्य को प्राप्त करने की भावना, सामूहिक एकता का भाव इत्यादि को लिया जाता है। जहाँ परामर्शदात्री समूह में व्यक्तिगत आवश्यकताओं को पूर्ति पर बल दिया जाता है, वही प्रक्रियारत समूह में

समूह संशक्तिशीलता मे विकास पर अधिक बल दिया जाता है और इसी सन्दर्भ में व्यक्तिगत सदस्य को सहायता प्रदान की जाती है।

9.6 समूह-परामर्श के सोपान (क्रियाएं)

समूह परामर्श प्रणाली में कुछ विशिष्ट सोपानों का अनुसरण किया जाता है **आर्थरजोन्स** ने समूह परामर्श के आन्तर्गत प्रस्तुत किए जाने वाले निम्नलिखित सोपानों का उल्लेख किया है।

1. उद्देश्यों की पहचान:

प्रत्येक सदस्य के लक्ष्य या उदेश्यों की सम्यक जानकारी प्राप्त करने के उपरान्त ही परामर्शदाता, समूह-परामर्श को प्रभावशाली बनाने में सफल सिद्ध हो सकता है।

2. संगठनात्मक निर्णय लेना-:

परामर्श दाता यदि समूह के संगठनात्मक निर्णयों को परामर्श योजना में पर्याप्त महात्व दे तो परामर्श कार्य को अधिक प्रभावी बनाया जा सकता है

3. समूह गठन-:

परामर्शदाता को समूह संयोजन का निर्धारण करते समय इस बात पर ध्यान देना चाहिए की किस प्रकार के संयोजन से समूह के प्रत्येक सदस्य को अधिक से अधिक लाभ पहुंच सकता है।

4. आरम्भ करने की प्रविधि-:

समूह परामर्श आरम्भ करने के लिए परामर्शदाता को अपनी तथा अन्य सदस्यों की भूमिकाओं की स्पष्ट विवेचना करनी चाहिए। सभी सदस्यों के द्वारा परामर्श कार्य में व्यापक योगदान देने की प्रवृत्ति को परामर्शदाता द्वारा प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।

5. सम्बन्धों का निर्माण-:

जैसे-जैसे समूह समूह का विकास होता है एक सदस्य के लिए अपने मूल लक्ष्य से विपथगामी होने तथा अपने उदेश्यों के प्रति भ्रम उत्पन्न होने की सम्भावनाएं बढ़ जाती है। ऐसी स्थिति में परामर्शदाता का कर्तव्य है कि वह सदस्यों को उनके मूल लक्ष्य तथा उदेश्यों का पुन: स्मरण कराता रहे। परामर्शदाता की ईमानदारी व निष्पक्ष रुचि अन्य सदस्यों को यह विश्वास दिलाने में सफल होती है कि वह सदस्यों की सहायता के लिए पूर्ण व सदैव तत्पर है।

6. समूह सदस्यता की अवधि-

समूह सदस्यों के मध्य विकास की दर में गहरी असमानता पायी जाती है कुछ सदस्य एक लक्ष्य को प्राप्त कर लेते है तब दूसरे लक्ष्य को आत्मसात एवं प्राप्त करने में लग जाते हैं जबकि अन्य सदस्य काफी प्रगति कर चुके होते है। ऐसी परिस्थितियों में परामर्शदाता को प्राथमिक रुप से यह निर्णय लेना पडता है कि केवल कुछ सदस्य ही सदस्यता त्यागेंगे या समस्त समूह को समाप्त कर दिया जाए। अत: परामर्श दाता को समूह के सदस्यों के निष्कासन व नयी भर्ती के विषय में बचे हुए समूह सदस्यों की आवश्यकताओं को देखते हुए निर्णय लेना चाहिए समूह की पुर्नरचना उसी स्थिति में परामर्शदाता द्वारा की जानी चाहिए, ताकि यह नये व पुराने सदस्यों की सहायता के लिए पर्याप्त समय तक बना रहे और सभी सदस्य निर्धारित लक्ष्य को प्राप्त कर सके।

7. उपलब्धियों का मूल्यांकन-:

परामर्श के सन्दर्भ में अन्तिम सोपान परामर्श की प्रभावकता का मापन है। कार्य करते हुए परामर्श-समूह का अवलोकन या सदस्यों के दारा अपने साधियों की रेटिगं के द्वारा प्रभावशीलता का मूल्यांकन सम्भव नहीं है। मूल्यांकन उस स्थिति में कठिन नहीं होता है जब लक्ष्य मापनीय हों। अत: परामर्श दाता को लक्ष्यों की विवेचना इस रुप में करनी चाहिए जिससे उसका स्वरुप लक्ष्य मापनी बन जाये।

9.7 समूह परामर्श सत्र की तैयारी तथा आवश्यकताएं

1. समुचित व्यवस्था-:

वह कमरा जिसमें परामर्श सत्र आयोजित किया जाना है वह कमरा काफी एंकात स्थान पर होना चाहिए तथा आराम से बैठने की व्यवस्था का उचित ध्यान देना चाहिए

2. परिचित सेटिग्स:-

परामर्श सत्र के लिए चयनित स्थान बार बार परिवर्तन नही करना चाहिए क्योंकि बच्चे परिचित माहौव व स्थान मे सहज महसूस करते है।

3. बैठको की बारम्बारता-:

जिस समय अंनराल के बाद लगातार बैठक आयोजित की जपएगी उसका निर्णय भी किया जाना चहिए। परामर्श बैठक की लंबाई कितनी हो इसका निर्णय भी बैठक पूर्व निश्चित करना आवश्यक है। छोटे बच्चों के लिए समयावधि कम होनी चाहिए।

4. समूह का गठन -:

समूह का गठन सजातीय या विजातीय भी हो सकता है। समूह का गठन समान समस्याओं, लिंग, आयु के आधार पर भी किया जा सकता है।

5. समूह का आकार-:

समूह में सदस्यों की संख्या भिन्न हो सकती है। छ: या आठ सदस्यों को सख्या के आधार पर समूह पर समूह की कार्य प्रणाली निर्धारित की जाती है।

6. सदस्यों की जांच-:

समूह मे सदस्यों का चुनाव ध्यान पूर्वक करना चाहिए इसके लिए हो सके तो सभी सदस्यों का साक्षात्कार भी ले सकते है। एक समूह मे चार प्रकार के सदस्य वांछनीय है जो समूह के माहौल को निर्धारित करेंगे

(क) स्राव विरोधी लोग

(ख) उग्र लोग

(ग) मनौवैज्ञानिक परिष्कृत लोग

(घ) जो लोग अवास्तविक है

9.8 समूह में चर्चा योग्य विषय

(1) यौन शिक्षा

(2) अध्ययन कौशल

(3) मानवीय संबधो का महत्व

(4) शराब / मद्यपान

(5) मूल्यों का महत्व

(6) स्वास्थ्य समस्याएं

(7) धूम्रपान

(8) नशा

9.9 सामूहिक परामर्श की प्रविधियाँ

सामूहिक परामर्श प्रक्रिया के अन्तर्गत परामर्शदाता द्वारा जिन प्रविधियों का उपयोग किया जाता है वे निम्नलिखित हैं:-

1) **अन्त: क्रिया विश्लेषण प्रविधि: (Interaction Analysis)** डिकंमायर एवं काल्डवेल के अनुसार एमिडन, हण्टर एवं नैड ए. फ्लैण्डर्स द्वारा उपयोग की गई अन्त:क्रिया विश्लेषण की प्रविधियों को समूह परामर्श के अन्तर्गत प्रयुक्त किया जा सकता है। इन प्रविधियों के अन्तर्गत प्रशिक्षण के माध्यम से विद्यार्थियों की अन्तदर्ष्टि संवेदनशीलता की क्षमता में वृद्धि की जाती है तथा वृद्धि के परिणामों को भी सहजता से देखा जा सकता है।

2) **अधिगम क्रिया परामर्श प्रविधि:- (Learning Activity Counselling)** इस प्रविधि के अन्तर्गत प्रत्येक विद्यार्थी को विशेष प्रकार की क्रियाओं का चुनाव करके एक टोली के रूप में कार्य करना होता है। छात्रों के व्यवहार में परिवर्तन करना ही इस प्रविधि का उद्देश्य है। इस दृष्टि से छात्रों को अपनी क्रियाओं के चयन में पूर्ण स्वतंन्त्रता प्राप्त होती हे ओर वे अपने सहयोगी का चयन करने में भी स्वतन्त्र होते हैं।

3) **जादुई-वृत्त कार्यक्रम प्रविधि (Magic Circle Programme)** यह एक आधुनिक प्रविधि है। इस प्रविधि को किण्डरगार्टन बालको हेतु किया गया है। दस बालको अथवा दस से कम बालकों के समूह में, प्रत्यके बालक को दूसरे बलकों के प्रति सद्व्यवहार करने हेतु कहा जाता है। इस सद्व्यवहार का प्रदर्शन सफलतापूर्व करने से उस बालक को पुर्नबलन दिया जाता है तथा इसके साथ ही नकारात्मक व्यवहार से सम्बद्ध चित्रों को भी प्रत्येक बालक को दिखाया जाता है। इसके बाद इन चित्रों के बारे में चर्चा की जाती है तथा प्रत्येक बालक अपना विचार अभिव्यक्त करता है। इस प्रकार यह, क्रम गोले के रूप में चलता रहता है। इस प्रविधि के द्वारा समूह के सदस्यों में विभिन्न गुणो का विकास किया जा सकता है।

4) **अपेक्षित स्तर चयन (Identification Level Selection)** संयुक्त राष्ट्र अमेरिका के कैलिफोर्निया राज्य में इस प्रविधि का प्रयोग सर्वप्रथम किया गया । इस प्रविधि में सदस्यो का चयन, उसकी जीवन पद्धति एवं परिपक्वता की क्रियाओ द्वारा अभिव्यक्ति अपेक्षित स्तर के अनुसार ही किया जाता है। ऐसे व्यकित जो चालाक, आक्रामक अथवा गम्भीर प्रकृति के होते है, उन सभी को एक वर्ग में रखकर, अपने व्यवहार को व्यक्त करने का अवसर सुलभ कराया जाता है।

5) **व्याख्यान प्रविधि (Lecture Method)** यह सामूहिक परामर्श की सबसे वांछित विधि है इसमें परामर्शदाता ध्यानपूर्वक लेकिन धीर-धीर निदानात्मक आंकड़ों को समझता है और उन संभावित स्थितियों की ओर संकेत करता है जिनमें विद्यार्थी की शक्तियों या क्षमताओं का प्रयोग किया जा सकता है। इसके आंकड़ों के उपयोग को सविस्तार और ध्यानपूर्वक तर्क सहित समझाया जाता है। इसके पश्चात प्रार्थी के निर्णय या रूचि को जानकर परामर्शदाता प्रत्यक्ष सहायता प्रदान कर सकता है। इस विधि में विद्वानों अथवा विशेष व्यक्तियों द्वारा चयनित विषयों पर व्याख्यान कराये जाते हैं।

6) **समूह अधिगम प्रविधि (Team Learning Technique)** इस प्रविधि को विशिष्ट प्रविधि के रूप में बेलान वं अन्य शोध कर्त्ताओं ने प्रस्तुत किया है। इस प्रविधि में कक्षा को विभिन्न छोटे-छोटे उपवगोर्ं में, परिवार की इकाईयों के समान विभक्त कर दिया जाता है तथा प्रत्येक वर्ग का उपनेता बना दिया जाता है जिसमें अध्यापक को परामर्श के अवसर असानी से प्राप्त हो जाते हें। तथा यह अतयन्त प्रभावशाली सिद्ध होता है।

(7) **प्रश्न पेटी (Question Box)** इस प्रविधि में प्रत्येक विद्यार्थी अथवा सदस्य को अपनी रूचि के अनुसार प्रश्न पूछने हेतु कहा जाता है। इस प्रविधि में संकोची स्वभाव वाले सदस्यों को भी प्रश्न पूछने का अवसर प्राप्त होता है।

(8) **लघु-समूह प्रविवेदन (Small Groups Reports)** लघु समूह प्रतिवेदन में सदस्यों का लघु समूहों में विभक्त कर, उनके विशेष प्रश्नों पर प्रतिवेदन प्रस्तुत करने हेतु कहा जाता है तथा सामान्यत: इन वर्गों को समितियों के रूप में गठित कर दिया जाता है।

(9) **इकाई सम्मेलन प्रविधि (Case Conference Method)** इस प्रविधि को समूह परामर्श की एक प्रभावशाली प्रविधि के रूप में प्रयुक्त किया जाता है। इस विधि के अन्तर्गत अधिकांश विद्यार्थियों द्वारा अनुभूत की गई समस्या को अत्यन्त मूर्त तरीके से इकाई के रूप में प्रस्तुत किया जाता है ताकि प्रत्येक विद्यार्थी वैसी ही परिस्थिति में स्वयं के अनुभवों को बताता है। सदस्यों को स्वयं से पृथक कर स्थायी तथा अमूर्त मूल्यों के सम्बन्ध् में सोचने हेतू अभिमुख किया जाता है। इसके पश्चात् प्रस्तावित योजनाओं के सम्भवित परिणामों के सम्बन्ध् में विचार विमर्श किया जाता है। इसी क्रम में अन्तर्गत कमियों की एक सूची तैयार की जाती है।

(10) **आत्म प्रत्यय में परिवर्तन (Change in Self Concept)** इस प्रविधि में, समूह के सदस्यों में आत्म-अवबोध का विकास करने हेतु आत्मकथा वर्णनों से लिए आत्मपरक शब्दों को प्रयुक्त किया जाता हे। समूह के सदस्यों द्वारा उन पदों का चयन किया जाता है जो उनका वर्णन सही तरीके से करते है। इस प्रकार समूह के सदस्यों को स्वयं के आत्म प्रत्यय को परिवर्तित करने हेतु अवसर प्राप्त होता है।

(11) **परामर्शदाता द्वारा लघुगणक प्रस्तिका का निर्माण (Construction of Counsellor's log Book)** प्रत्येक परामर्शदाता, परामर्श तथा प्रत्येक निर्देशन सत्र का विवरण रखने हेतु एक लघुगणक पुस्तिका का निर्माण करता हैं इस पुस्तिका में परामर्शदाता सत्र की अवधि में आई कठिनाइयों एवं विशिष्ट प्रकार की बाधाओं का लेखा जोखा तैयार करता है।

(12) समाजमिति मापन (Sociometric Evaluation) सामाजिक विकास का मापन करने के लिए समाजिमिति, प्रविधि का प्रयोग किया जाता है।इस प्रविधि के द्वारा व्यक्तिगत संवेदनाओं का उचित रूप से मूल्यांकन किया जा सकता है।

(13) फिल्म प्रयोग प्रविधि (Use of Films) कुछ विशिष्ट समस्यायों के बारे में, विद्यार्थियों में चिन्तन को विकसित करने की दृष्टि से समूह परामर्श की एक सम्पूर्ण बैठक को चलचित्र के माध्यम से प्रस्तुत किया जाता है। आरम्भ में चलचित्र मात्र कुछ भाग को दिखाकर ही उसकी समस्याओं के सम्बन्ध में चर्चा की जाती है। सम्पूर्ण समस्या को चलचित्र के माध्यम से प्रस्तुत कर दिये जाने के उपरान्त उस समस्या के बोध एवं सामाधन के सम्बन्ध् में प्रश्न पूछे जाते हैं।

(14) अनुकरण तथा नाटक (Simulation and Drama) इस विधि में परामर्शदाता, विद्यार्थियों द्वारा पूर्व निश्चित शीर्षकों पर भूमिका का निर्वाह करता है और नाटक के पात्रों के रूप में सम्पूर्ण परिस्थिति में भाग लेता है। अनुकरण में परामर्शदाता द्वारा यह प्रयास किया जाता है कि विद्यार्थी तदनुमूति के द्वारा यधार्थ परिस्थितियों का अभ्यास करें। परिस्थितियों की कल्पना करके उसको ज्ञात करना उसके सम्बन्ध में समझ विकसित करना, परिस्थितियों में आने वाली घटनाओं तथा पत्रों के अनुसार भूमिका अभिनय संत्र समूह के विद्यार्थियों में इस प्रकार के अभ्यास के माध्यम से क्षमता का विकास कर, उस क्षमता की उपयोगिता का मूल्यांकन करना, इसके प्रमुख तत्व माने जाते हैं। नाटक में अन्तर्गत किसी समस्यात्मक स्थिति अथवा अन्तद्वन्द्व की मनोदशा को अभिव्यक्त करने के लिए छात्र की भूमिका अभिनय कराया जाता है तथा पूर्ण समूह की सहभामिता में वृद्धि की जाती है।

(15) परिवार-समूह कार्य प्रविधि (Family Group work) इस प्रविधि में परामर्शदाता, अध्यापक एवं मातापिता एक टोली के रूप में, अपना-अपना सहयोग देते हैं। इस प्रविधि का प्रयोग निदानात्मक रूप में अधिक किया जाता है।

(16) अनौपचारिक वार्ताएँ (Informal Talks) इन वार्ताओं को अध्यापक अथवा परामर्शदाता, छात्रों से अपने निरीक्षण में करवाता है। इसमें विद्यार्थियो को पूर्ण स्वतन्त्रता प्राप्त होती है कि वे कैसे एवं किन विषयों पर अपनी बात कहें।

(17) शाब्दिक सामूहिक मनो-उपचार प्रविधि (Verbal Group Therapy) इस प्रविधि में विशेषज्ञ समूह को क्रमश एक श्रेणीबद्ध व्याख्यान देता हे किस समायोजन की प्रक्रिया किस प्रकार सम्पादित होती है और व्यक्ति समस्याओं का भी उदाहरण देकर स्पष्टीकरण करता है। इससे समूह के सदस्यों को अपनी-अपनी समस्याओं को समझाने और उनसे मुक्ति पाने का उपाया भी मिल जाता है।

(18) सामूहिक मनो-उपचार प्रविधि (Group Psycho-Therapy) इस प्रविधि का विकास तथा उपयोग एस.आर.सतवसन ने न्यूयार्क में किया था। यह सामाजिक अनुभव प्रदान करती है। उपचारकर्ता व्यक्ति के सम्बन्धों का अध्ययन करता है तथा साक्षात्कार भी करता है कि आन्तरिक पक्षों को कौन से सामाजिक व्यवहार प्रभावित करते हैं। और उनसे मुक्ति में क्या

कठिनाई आती है, इससे निदान किया जाता है और उसी के अनुरूप उपचार किया जाता है। इस प्रविधि में समूह का आकार छोटा होता है इसमें 5 से 10 तक सदस्य ही रखे जाते हैं।

रथ स्ट्रैंग ने इसके चार लाभ बतायें हैं।

(1) व्यक्ति की मूल आवश्यकताओं को स्वीकार करके उनकी पूर्ति की जाती है।

(2) आवश्यकता की पूर्ति से अहम् की सम्नृष्टि की जाती है।

(3) आवश्यकता की पूर्ति सर्जनात्मक क्रियाओं से की जाती है।

(4) आवश्यकता की पूर्ति हेतु सामाजिक पुनशिक्षा भी दी जाती है।

(19) पर्यावरण मनो-उपचार प्रविधि (Environmental Therapy) किसी भी उपचार को अधिक प्रभावशाली बनाने के लिए पर्यावरण परिस्थितियों में सुधार की आवश्यकता होती है। कभी-कभी घर बदलने से विद्यालय बदलने से समूचित समायोजन परिस्थितियों को उत्पन्न करने से समस्या का समाधन हो जाता है। उपचार विशेषज्ञ को माता-पिता का सहयोग लेना नितान्त आवश्यक है।

इसके अतिरिक्त कुछ अन्य बातें है जिनपर परामर्श की सफल रणनीति निर्भर करती है, जैसे मौनधारण, स्वीकृति, स्पष्टीकरण, पुर्नकथन, मान्यता, प्रश्न पूछना, परित्याग, आश्वासन इत्यादि। इन सभी प्रविधियों को अपनाकर परामर्शदाता अपनी सेवा को अंजाम दे सकता है।

9.10 सामूहिक परामर्श के लाभ

सामूहिक परामर्श की प्रक्रिया अनेक दृष्टियों से लाभदायक हे। जिनमें से कुछ इस प्रकार हैं।

1) यह कई मायनों में सस्ता है। सामूहिक परामर्श में एक है समय में बहुत सारे व्यक्तियों को परामर्शदाता के द्वारा मदद दी जाती है। यह समय तथा धन की बचत करता है।

2) यह विशेष रूप से उन किशोरों के लिए अधिक उपयोगी है जो अपने साथी समूह के विचारों को अपने प्राधिकारी तथा व्यस्क व्यक्तियों से ज्यादा अहमियत देते हैं।

3) जब कोई समूह सदस्य समूह के अन्य सदस्यो के अनुभवों की सुनता है तो उसे अपनी समस्याओं के हल के बारे में भी सुझाव मिल सकते हैं।

4) परामर्शदात्री समूह में समूह के सदस्यों को समर्थनकारी वातावरण मिलता है जो अपने आप में रोगहारी प्रभाव डालता है।

5) यह एक सदस्य को दूसरो के विचारों को समझाने तथा महसूस करके अपनाने में जो उसके विचारों से भिन्न है, में मदद करता है

6) जब सदस्य को इस बात का अहसास होता है कि दूसरे सदस्यों की समस्याएँ उसकी समस्या से बढ़ी है तो वह अपनी समस्या के हल के लिए कम उत्युक हो जाता है।

7) इससे व्यक्ति को अपने दृष्टिकोण, निर्णयो तथा आदतों को सामाजिक वातावरण के अनुसार बनाने में सहायता मिलती है।

8) इसके अतिरिक्त यह विचार, विमर्श भावनाओं, विश्वासों व दृष्टिकोण को बदलने में भी सहायता करता है। सामूहिक परामर्श उन लोगों के लिए भी लाभदायक है जो शर्मिले या फिर आक्रमक स्वभाव के हैं। कुछ विशेष समूह जैसे मद्यपान, व असामाजिक व्यवहार वाले लोग इस प्रक्रिया से अधिक लाभ उठा सकते हें। कुछ व्यक्ति जो व्यक्तिगत परामर्श सेवाओं का लाभ नहीं उठा सकते, वो सामूहिक परामर्श में सहाजता से भाग ले सकते हें, सामूहिक परामर्श में चिंता, तनाव तथा अलगाव आदि जैसे भावनाएँ वार्तालाप के जरिए नियंत्रित की जा सकती है।

9.11 सामूहिक परामर्श में अपेक्षित सावधनियाँ

समूह परामर्श के सही संचालन के लिए निम्नलिखित बातों पर ध्यान देना आवश्यक है:-

(1) समूह परामर्श के अन्तर्गत पारस्परिक विश्वास का वातावरण बनाये रखना आवश्यक है, जिससे सदस्य स्वतंत्र रूप से अपनी भावनाओं एवं व्यवस्थाओं की अभिव्यक्ति कर सके।

(2) कभी-कभी सदस्यों के अभिभावकों को तथा अध्यापकों को भी आमन्त्रित करना चाहिए।

(3) समूह परामर्श की व्यवस्था लडके व लडकियों के लिए पृथक्-पृथक् समूहों में की जानी चाहिए।

(4) समूह परामर्श में, समूह के सदस्यों का चयन करने में विशिष्ट सावाधानी रखनी आवश्यक है। एक समूह के सदस्य प्राय: समान आयु वर्ग, समान योग्यता तथा एक समान आर्थिक एक सामाजिक पृष्ठभूमि वाले होने चाहिए कुछ विशिष्ट प्रकार के प्रश्नों के आधार पर ही सदस्यों का चयन किया जाना चाहिए।

(5) समूह में परिचर्चा के माध्यम से किसी व्यक्ति विशेष पर ही ध्यान नही देना चाहिए।

(6) परिचर्चा में भाग लेने सम्बन्धी नियमों तथा उपनियमों से समूह के सदस्यों का परिचित करा देना चाहिए।

(7) परामर्शदाता को इस प्रक्रियो में दोहरी भूमिका का निर्वाह करना चाहिए। एक ओर वह विद्यार्थियों में नेतृत्व प्रदान करके सम्बन्धों का निर्माण करता है तथा दूसरी ओर वह स्वयं को प्रौढ़ व्यक्ति के रूप में भी प्रस्तुत करता है।

(8) समूह परामर्श के नेता को परामर्श प्रक्रिया में विशेष रूप से तीन पक्षों का ध्यान रखना चाहिए।

(अ) निदानात्मक पक्ष:- इस पक्ष का उद्देश्य सदस्यों के तनाव को कम करना है

(ब) चिकित्सात्मक पक्ष- इसके अन्तर्गत विद्यार्थियों के तनावों को कम किया जाता है तथा उनमें परस्पर विश्वास को सुदृढ़ बनाया जाता है

(स) शिक्षण पक्ष - इसका उद्देश्य सूचनाओं को सम्प्रेषित करना तथा प्रत्यक्ष रूप में अधिगम के विकास पर बल देना है

(9) परामर्शदाता को समूह की गतिशीलता के सम्बन्ध में भी प्रर्याप्त जानकारी होनी चाहिए प्रत्यके समूह की गतिशीलता उस समूह की कार्याविधि का प्रतीक होती है। कांसिंनी एवं रोजनवर्ग ने समूह की कार्य-विधि पर प्रभाव डालने वाले तीन कारणों का उल्लेख किया है।

(अ) सावेगिक कारक

(ब) **बौद्धिक कारक**

(स) **क्रियात्मक कारक**

9.12 सारांश

जब हम सामूहिक परामर्श की बात करते हैं तो इसका अर्थ यह कभी नही है कि व्यक्ति या वैयक्तिगत विभिन्ता का कोई स्थान सामूहिक परामर्श में नही हैं। वही सामूहिक परामर्श उपयोगी होता है जो कि व्यक्तिगत भिन्ताओं को ध्यान में रखकर दिया जाता है। सामूहिक परामर्श में वही परामर्शदाता सफल हो सकता है जिसमें नेतृत्व के गुण हो। यह प्रक्रिया अनेक दृष्टियों से लाभदयक हे। यह व्यक्तित्व एवं सामायोजन सम्बन्धी कठिनाइयों को दूर करने में भी सहायक होती है। वास्तव में सामूहिक परामर्श की प्रक्रिया तभी सफल मानी जाती है जब वह व्यक्ति को समाज में अपना स्थान बनाने तथा आपसी तालमेल से अन्त: वैयक्तिगत सम्बन्धों की मधुर बनाने में सहायक सिद्ध होती है। समूह परामर्श में व्यक्ति की सहायता के लिए अन्य सदस्यों का सहयोग एक अतिरिक्त अनिवार्यता है समूह परामर्श, का प्रतिरूप, समूह निर्देशन से प्राप्त भिन्नता रखता है। समूह निर्देशन में जहां सूचनाएं प्रदान करने तथा व्यकितगत आवश्यकताओं की केन्द्रीय स्थान दिया जाता है वही समूह परामर्श में व्यक्ति के सम्मुख उपस्थित विभिन्न चयनरूपों के मनोवैज्ञानिक उपयोग तथा सही चयन की मनोवैज्ञानिक वास्तविकताओं के परीक्षण को प्रोत्साहन दिया जाता हैं आजकल विद्यालय परामर्शदाता विभिन्न उद्देशानुसार भिन्न-भिन्न परामर्श प्रतिरूपों को अपनाते हैं। परामर्श, व्यक्ति तथा समूह के सन्दर्भ में तभी प्रभावी हो सकता है जब तक उनका लक्ष्य, भली-भाँति परामर्शदाता तथा शिक्षार्थी दोनों के द्वारा समझा जाए और आत्मीकृत कर लिया जाए। समूह परामर्श में परामर्शदाता का दायित्व अत्यन्त महत्वपूर्ण हे। उसकी भूमिका है कि वह ऐसा वातावरण समूह में बनाए जिससे प्रत्येक सदस्य लक्ष्यों की प्राप्ति में सफल सिद्ध हो सके।

9.13 बोध प्रश्न

1. सामूहिक परामर्श का अर्थ तथा आवश्यकता बताइए।
2. सामूहिक परामर्श का महत्व तथा सामूहिक परामर्श के प्रतिमानों का आधार बताइऐ।
3. समूह परामर्श में परामर्श दाता की भूमिका बताते हुए विभिनन सोपानों का उल्लेख कीजिए।
4. सामूहिक परामर्श के उद्देश्य तथा सामूहिक परामर्श की विधियों को बताइऐ।
5. सामूहिक परामर्श प्रतिमान का विवरण दीजिए और समूह परामर्श के लाभ बताइऐ।
6. समूह परामर्श में परमार्शदाता की भूमिका बताइऐ।
7. समूह परामर्श में उपयोगी विभिन्न प्रविधियों का उल्लेख कीजिए।

9.14 संदर्भ ग्रन्थ

1. जायसवाल, सीताराम (1971) शिक्षा में निर्देशन और परमार्श, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा
2. शर्मा, आर.ए. एवं चतुर्वेदी, शिखा (2011) शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशनल तथा परामर्श, आर.लाल बुक डिपो, मेरठ

3. दुबे, रामाकांत (1982). शैक्षिक एवं व्यावसायिक निर्देशन के मूल आधर, राजेंश पब्लिशिंग हाउस, मेरठ.
4. पाण्डेय, के.पी. (1967) शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन के आधर, अमिताश प्रकाशन, दिल्ली.
5. जायसवाल, सीताराम (1987) शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन के आधर विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा.
6. वर्मा, रामपाल सिंह (1989) शैक्षिक एवं व्यावसायिक निर्देशन तथा परामर्श, विनोद पुस्तक मन्दिर आगरा
7. Aggarwal, J.C. (2000). Educational, Vocational Guidance and Counselling, Dooba House, Delhi.
8. Asha Bhatnagar and Nirmal Gupta (ed.) (2000). Guidance and Counselling: A Theoretical Perpsecitve, Vikas Publishing House Pvt. Ltd., Delhi.
9. Capuzzi, D. and Gross, Doughlas R. (2007). Counselling and Psychotherapy, Pearson Eudcation, India.
10. Kochhar, K. (2005). Guidance and Counselling in Colleges and Universities, Sterling Publishers Pvt. Ltd., New Delhi.
11. Walia, J.S. (2008). Foundations of Guidance, Ahim Paul Publishers, Jalandhar, Punjab.

इकाई - 10

मनोविश्लेषण सिद्धान्त

इकाई की रूपरेखा

10.1 उद्देश्य
10.2 प्रस्तावना
10.3 मन के स्तर
- चेतन, अर्द्धचेतन, अचेतन
10.4 व्यक्तित्व का निर्माण
(i) प्रवाह
(ii) अहं
(iii) पराहं
10.5 विकासात्मक अवस्थाएं
(i) मुखावस्था
(ii) गुदावस्था
(iii) लिंग प्रधानावस्था
(iv)अव्यक्तावस्था
(v)जननेन्द्रियावस्था
10.6 अहं रक्षात्मक प्रक्रम
(i) दमन
(ii) यौगिकीकरण
(iii) प्रतिक्रिया निर्माण
(iv) प्रक्षेपण
(v) विस्तारण
(vi) उदातीकरण
(viii)नकारना
(viii)क्षति पूर्ति
(ix) दिवास्वप्न
(x) रूपान्तरण
(xi) शमन
10.7 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की अनुप्रयोग विधियां
(i)मुक्त साहचर्य
(ii)स्वप्न विश्लेषण
(iii)अंतरण का विश्लेषण

(iv)अवरोध का विश्लेषण
(v)स्पष्टीकरण
10.8 मनोविश्लेषण के लक्ष्य
10.9 परामर्शदाता का कार्य
10.10 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की विशेषताएं
10.11 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की सीमाएं
10.12 सारांश
10.13 बोध प्रश्न
10.14 संदर्भ ग्रंथ

10.1 उद्देश्य

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप -

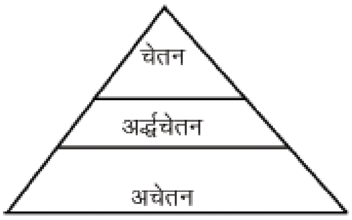
- मनोविश्लेषण का अर्थ समझ सकेगें।
- मनोलैंगिक अवस्थाओं को व उसके महत्व को समझ सकेंगे।
- व्यक्तित्व निमार्ण में उपांह, अहं, व पराहं की भूमिका को समझ पाएगें।
- रक्षात्मक युक्तियों को समझ पाएगे, जो मानव व्यवहार को एक परामर्शदाता की भांति समझन में आपकी सहायता करेगा।
- मस्तिष्क के भाग अचेतन,अवचेतन, चेतन के संप्रत्यय को समझ उनका महत्व जान पाएगे।
- एक परामर्शदाता के रूप में मनोविश्लेषण सिद्धान्त को आपको कैसे उपयोग करना है कि विधियों को जान पाएगें।
- मनोविश्लेषण सिद्धान्त को समझ इसके उपयोग, सीमाओं से भलीभांती परिचित हो जाएगें।

10. 2 प्रस्तावना

सिंगमण्ड फ्रायड (1856-1939) ने मनोविश्लेषणात्मक सिंद्धान्त का प्रतिपादन किया। ऐतिहासिक रूप से मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त अत्यन्त महत्वपूर्ण है। ये उन शरूआती अवधारणाओं मे से है जिन्हें जनता में पहचान मिली। सिंगमण्ड फ्रायड ने अपने अनुभवों, विचारो के तथा वर्षो के नैदानिक चिकित्सा के अनुभवों के आधार पर इस सिद्धान्त का प्रतिपादन किया। अनेकों मनोवैज्ञानिक उनके इस सिंद्धान्त से प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से प्रभावित है। या तो वे फ्रायड के सिंद्धान्त का समर्थन करते है जैसे रोलो मे, एल्बर्ट एलिस या फ्रायड के सिंद्धान्त के विपरित सिंद्धान्त का प्रतिपादन किया है जैसे रॉजर्स,स्कीनर आदि। तथा कुछ मनोवैज्ञानिकों जैसे अन्ना फ्रायड, एरिक्सन, कार्ले जुंग, सुल्लीवान ने फायड के सिद्धान्त में अपने समप्रत्यय, विचार जोड़ उसे विकसित कर अपने नये सिद्धान्त दिये।

10.3 मन के स्तर

फ्रायड के अनुसार मानव प्रकृति को उसके मन के तीन स्तरों के आधार पर समझा जा सकता है। ये तीन स्तर है -चेतन, अर्द्धचेतन, अचेतन



चेतन, अर्द्धचेतन, अचेतन का आरेखीय चित्रण

(i) **चेतन (Concious)** - से तात्पर्य मन के उस भाग से है जिसका सम्बन्ध वर्तमान से होता है अर्थात इसमें बाहरी वातावरण से सम्बन्धित तात्कालिक अनुभूतियां व संवेदनाएं होती है जो इस समय व्यक्ति के मन में चल रही होती है।

(ii) **अद्वचेतन** (Sub-Concious)**-** यह चेतन व अचेतन के मध्य का भाग है अर्थात न पूर्णत चेतन हे ना पूण्रत अचेतन। इसमें अनुभूति, इच्छाएं, विचार भाव होते है जो वर्तमान में तो चेतन में नही होते है पंरतु जरा से प्रयास से हमारे चेतन मन में आ जाते है। यह चेतन व अचेतन के मध्य पूल का कार्य करता है।

(iii) अचेतन (Unconcious)- फ्रॉयड के अनुसार हमारे व्यक्तित्व व व्यवहार पर अचेतन का प्रभाव अहचेतन की अनुभूतियां व विचारों की तुलना में अधिक होता है। इसका आकार सबसे बड़ा होता है। अचेतन का शाब्दिक अर्थ है चेतन से परे। अर्थात जो भाव, अनुभूतिया, इच्छाएं, आवश्यकताएं कर दी जाती है वे अचेतन मे संग्रहित हो जाती है। पर समाप्त नही होती है व अवसर मिलते ही चेतन में आकार हमारे व्यवहार व अनुभूतियोंको प्रभावित करती है।

4 व्यक्तित्व का निर्माण

फ्रायड के अनुसार व्यक्तित्व का निर्माण तीन भागों से होता है। उपाहं (id), अहं (ego) , पराहं (super ego)

1. **उपाहं (id) :-** उपाहं की प्रवृतिया जन्मजात होती है यह अनैतिक, अतार्किक, आक्रामक, कामुक, नियमों को ना मानने वाला होता है। उपाहं '' आनन्द सिंद्धान्त'' पर काम करता हैं छोटे बच्चों में उपांह की भरमार होती है। परिस्थितियों व नैतिकता को नही समझता व हर शर्त पर अपनी आवश्यकता की पूर्ति चाहता है। उपांह पूर्णत अचेतन होता है। इसका सम्बन्ध वास्तविकता से नहीं होता है।

अगर उपांह को नियंत्रित ना किया जाए व अपनी मर्जी से कार्य करने के लिए छोड़ दिया जाए तो उपांह व्यक्ति को खत्म कर सकता हैं या संकट में डाल सकता हैं क्योंकि उपांह अत्यधिक कामुक व अक्रामक है। जिन लोगो में उपांह की प्रधानता होती है। बडे होने पर भी उपांह नियंत्रित नही होता है वे कार्य करने से पहले उसके परिणामों का ढंग से चिंतन नही कर पाते है।

उपाहं में दो प्रकार की शक्तियां होती है।

1. जीवनी शक्ति '' इरोस'' नृत्यु मूलप्रवृति ''थैनाटोस'' पहले फ्रायड ने इरोस को कामुकता से सम्बन्धित किया पर बाद में अपने सिंद्धान्त में सुधार करते हुए इरोज को जीवन संवर्द्धन उर्जा के रूप में परिभाषित किया।

2 मृत्यु मूलप्रवृति व्यक्ति के आवश्यक खतरा लेने अक्रामक व्यवहार करने की प्रवृति में प्रदर्शित होती है। इन दोनों शक्तियों को फ्रायड ने ''लिबिडो'' नाम दिया। उपांह के सोचने के तरीकों को ''प्राथमिक प्रक्रम कहा जता है यह प्रणोद, मूलप्रवृति, तस्वीरों के रूप में कार्य करता है।

2. अहं (ego) :- बच्चा जन्म के बाद पूर्णित उपांह के अधीन होता है व अपनी हर इच्छा की पूर्ति चाहता हैं पर सामाजिक व नैतिक मूल्यों के कारण उसकी हर इच्छा की पूर्ति नही होती जिससे तनाव व निराशा उत्पन्न होती है व धीरे-धीरे बालक का सम्बन्ध वास्तविकता से स्थापित होता है। इस प्रकार बालक में अहं का विकास होता है। अहं ''वास्तविकता सिद्धान्त'' पर कार्य करता हैं अहं को सोचने के तरीकों को ''द्धितिय प्रक्रम'' के नाम से जाना जाता है। यह हमारे सोचने का तार्किक तरीका है जो कि परिस्थितियों द्वारा विकसित होता है, एक स्वस्थ व्यक्तित्व के लिए अहं का मजबूत होना अत्यन्त आवश्यक है।

3. परांह (super ego) :- पराहं को व्यक्तितत्व की ''नैतिक शाखा'' माना गया है। यह क्या आदर्श है उसके अनुरूप कार्य करता है। जैसे-जैसे बच्चा बड़ा होता है। सामाजीकरण के प्रकम्र में माता-पिता के साथ तादात्मीकरण स्थापित करता है। जिससे बालक अपने माता-पिता से सही व गलत सीखते है तथा माता-पिता व समाज के नियमों व शिक्षाओं के अनुसार कार्य करने पर बालक को धनात्मक पुनर्बलन अर्थात प्यार प्रशंसा मिलती है। नियमों के उल्लघंन से सजा मिलती है। जिससे बालक मे ''अपराध-भाव'' उत्पन्न होता है। इस प्रकार शनै-शनै बालक में परांहका विकास होता है।

परांह भी उपांह की तरह अवास्तविक होता है। यह वास्तविकता का ख्याल नहीं रखता है। पराहं, अहं को नैतिक आदेशो की पूर्णता के लिए बाध्य करता हैं। पराहं इस बात का ख्याल नहीं करता की इससे अहं केा वातावरण में उपस्थित किन-किन परेशानियों को सामना करना पड़ेगा।

6 विकासात्मक अवस्थाएं :-

इसे ''मनौलैंगिक विकास का सिंद्धान्त'' भी कहते हैं इसके अनुसार बच्चों में जन्म से ही लैंगिक उर्जा उपस्थित होती है जो विभिन्न मनोलैंगिक अवस्थाओं से होकर विकसित होती है। फ्रायड के अनुसार प्रत्येक अवस्था में एक स्वतंत्र ''कामुकता क्षेत्र'' होता हैं परामर्शदाता के लिए इन मनोलैंगिक अवस्थाओं का ज्ञान अत्यन्त आवश्यक है क्योंकि इन मनोलैंगिक अवस्थाओं का उपचार से सीधा सम्बन्ध है। फ्रायड ने अपने सिद्धान्त में पांच विकासात्मक अवस्थाओं का वर्णन किया जो निम्न प्रकार है-

(i) **मुखावस्था (Oral Stage) :-** यह मनोलैंगिक विकस की पहली अवस्था है। 1 वर्ष से कम आयु के बच्चे इन अवस्था में होते है। इस अवस्था में कामुकता क्षेत्र ''मुख'' होता हैं फलस्वरूप बच्चे मुख से की जाने वाली सभी क्रियाओं से जैसे चूसना, काटना, के द्वारा सुख

प्राप्त करते हैं इस अवस्था में कम या अधिक मात्रा में मुखवर्ती उतेजन प्राप्त होने से व्यस्कावस्था में दो तरह के व्यकितत्व विकसित होते है। मुखवर्ती नि'ि'क्रय व्यक्तित्व (Oral Passive persoality) तथा अनुवर्ती अक्रामक व्यक्तित्व (Oral Aggressive personality) । मुखवर्ती निष्क्रिय व्यक्तित्व वाले व्यक्तियों में आशावादिता, विश्वास तथा दुसरों पर अत्यधिक निर्भरता का शीलगुण पाया जाता है।

इसके विपरीत मुखवर्ती अकामक्र व्यक्तित्व वाले व्यक्तियों में अत्यधिक प्रभुत्व, शोषण, परपीड़न का शीलगुण पाया जाता है। व्यवस्था में पुरूषों द्वारा अत्यधिक धुम्रपान इसी अवस्था में कम मुखवर्ती उतेजना की प्राप्ति को दर्शाता है।

(ii). गुदावस्था (Anal Stage) यह अवस्था 1 से 2 साल के मध्य वाले बच्चों में पायी जाती हैं इसको कामुकता का क्षेत्र अब मुख के स्थान पर 'गुदा' होती हैं फलस्वरूप बच्चे मल-मुत्र त्यागने एवं उन्हें रोके रखने में आनन्द महसूस करते है। इस अवस्था में पहली बार बालक अंतद्वर्द्व का अनुभव करता है। यह अंतद्वर्द्व उसकी आन्तरिक मूल प्रवृति व वातावरण की मांगों के मध्य होता है। जैसे - मल मूत्र विसर्जन का प्रशिक्षण।

(iii). **लिंग प्रधानावस्था (Phalic Stage) :-** यह मनोलैंगिक विकास की तीसरी अवस्था है जो उसे 5 वर्षो की अवस्था में पायी जाती हैं इस अवस्था में कामुकता क्षेत्र जनेन्द्रिया होती हैं इस अवस्था में प्रत्येक बच्चे में मातृ-मनोग्रन्थि (oedipus complex) विकसित होती है। यह लड़कों में ज्यादा स्पष्ट व जटिल होता हैं दोनों लड़का व लडकी मॉ के प्रति आकर्षित होते हैं क्योंकि माँ आनन्द का स्त्रोत होती हैं दोनो ही मॉ का प्यार व दुलार पाने के लिए पिता को प्रतिद्वद्वी की तरह देखते है।

मातृ मनो -ग्रन्थि में लड़का अचेतन रूप से अपनी माता से लैंगिक प्रेम की इच्छा रखता हैं पर पिता से डरता है क्योंकि वह जानता है कि पिता उससे ज्यादा शक्तिशाली हैं व वे उसके लिंग को कटावा देगे। लड़का सोचता है कि ये लिंग उसके व उसके पिता के मध्य अंतद्वर्द्व का कारण है लड़का पिता के प्रति शत्रुता महसुस करता है पिता के प्रति अक्रामक व्यवहार प्रदर्शित करना चाहता हैं पर वह माता के प्रति अपनी इच्छा को दबा देता है। व धीरे-धीरे पिता के साथ अपनी तादात्मीकरण स्थापित करता है।

मातृ-मनोग्रन्थि को लड़कियों में पितृ-मनोग्रन्थि (electra complex) के नाम से जाना जाता हैं लड़कियां सोचती है कि उसके पास लिंग नही है जबकि लड़कों के पास है तो वह अपनी माता को इसके लिए दोषी महसुस करती हैं व पिता से उनके पास लिंग होने के कारण ईष्या महसुस करती है। इस प्रकार लड़कियों में माता व पिता दोनो के प्रति धनात्मक व ऋणातमक भाव होते है।

4. अव्यक्तावस्था (Latancy Stage) - यह अवस्था 6 से 12 वर्ष की आयु तक रहती है इस अवस्था में कोई कामुकता क्षेत्र नही होता है इस अवस्था में उर्जा का क्रेन्द दोस्तों के साथ खेलना तथा संज्ञानात्मक व शारिरिक कोशलों में प्रवीण होने मे होता है।

5. जननेन्द्रियावस्था (Genital Stage)- मनो लैंगिक विकास की पांचवी व अन्तिम अवस्था 12 वर्ष के पश्चात से निरन्तर चलती रहती है मगर प्रारम्भिक तीन अवस्थाओं जिन्हें एक साथ पूर्व-जननेन्द्रियवस्था (pre-genital stage) कहते है में सब अगर ठीक चलता है तो इस अवस्था में विषमलिंगकामुकता विकसित होने लगती हैं प्रत्येक लिंग अपने से विपरीत लिंग के प्रति अधिक आकर्षण महसुस करता है परन्तु यदि शुरूआती तीन अवस्थाओं अर्थात पूर्व-जननेन्द्रियवस्था में कुछ कठिनाई रही तो तो व्यक्ति एक व्यस्क की भांति अपनी जीम्मेदारियों को निभाने में कठिनाई महसुस करता है जो इस जननेन्द्रियावस्था से प्रारंभ होती है। वह या तो अवस्था में फंस जाता है या फिक्स हो जाता है। या वह अत्यधिक रक्षात्मक युक्तियों का सहारा लेता है।

5 **रक्षात्मक प्रक्रम -** का संप्रत्य मुलभूतरूप से सिगमण्ड फ्रायड ने दिया परन्तु उनकी पुत्री अन्ना फ्रायड व नव-फ्रायडिमन द्वारा फ्रायड के इस मुलभूत विचार को विस्तृत किया गया। रक्षात्मक प्रक्रम चाहे वातावरण के साथ समायोजन स्थापित कर या घटना के स्वरूप के प्रत्यक्षीकरण को विवृत कर या घटना के मानने से इंकार कर। रक्षात्मक प्रक्रम अचेतन स्तर पर होता है यह समस्या का समाधान नही करता है पर समस्या के स्वरूप को विकृत कर हमें चिंता से तुंरत राहत देता है रक्षात्मक प्रक्रम का ज्यादा उपयोग स्वस्थ व्यक्तित्व के विकास ने बाधा उपस्थित करता है।

प्रमुख रक्षात्मक प्रक्रम निम्न है:-

(i) दमन (Repression):- यह सबसे प्रांरम्भिक व मूलभूत रक्षायुक्ति है इसमें व्यक्ति में तनाव, चिन्ता, भय मानसिक संघर्ष उत्पन्न करने वाली असामाजिक व कामुक इच्छाओं को चेतन से हटा अचेतन में भेज दिया जाता है। यह प्रक्रम अचेतन होता है। अत: स्वयं व्यक्ति को भी इसका ज्ञान नहीं हाता है। व्यक्ति पहले कुछ भूलता हैं बाद में ये भी भूल जाता है कि वह क्या भुला हैं पर अचेतन में दबी दमित सामग्री पूर्णतया नष्ट नहीं होती हैं वह '' जिंदा कब्र'' के समान होती हैं अवसर मिलते ही दमित सामग्री ''जबान फिसलना'' या ''पेन फिसलना'' के रूप में बाहर अभिव्यक्त होती है।

(ii) युक्तिकरण (Rationalization):- युक्तिकरण अर्थात सामान्य अर्थ में ''बहाने बनाना''। किसी कार्य को करने का वह कारण बताना जो वास्तविकता से अलग है। इस प्रक्रम में व्यक्ति अपनी असफलताओं के लिए, सामाजिक रूप से अस्वीकारणीय व्यवहार के लिए, सामाजिक स्वीकार्य कारण देना। जैसे :- एक छात्र परीक्षा में कम अंक आने पर कहता है कि हॉस्टल का वातावरण पढ़ने मे सहयोगी नहीं था। एक परेशान पिता अपने बेटे की पिटाई कर कहता है कि उसने बेटे की भलाई के लिए उसे मारा।

युक्तिकरण झुठ बोलना नहीं हैं, बल्कि व्यक्ति वास्तव में उस कारण पर विश्वास करता है जो वह बताता है अर्थात यह प्रक्रम अपनी कमजोरियों को छुपाने मे एक कम्बल का कार्य करता है।

(iii) प्रतिक्रिया निर्माण (Reaction formation) :- इस प्रक्रम में व्यक्ति अपने किसी कष्टकर या अप्रिय इच्छा या प्रेरणा से ठीक विपरीत इच्छा या प्रेरण अभिव्यक्त करता है इसे प्रतिक्रिया

निर्माण कहते हैं जैसे:- एक महिला जो बच्चा नहीं चाहती है, गर्भपात की इच्छा रखती है, खुद को दोषी महसुस करती है तथा बच्चा होने के पश्चात अपने आप को एक अच्छी माँ साबित करने के लिए बच्चे की जरूरत से ज्यादा देखभाल करती हैं। एक व्यक्ति जो किसी को पंसद नहीं करता कहता है वह मुझे पंसद नहीं करता। एक नर्स डॉक्टर से उस मरीज की विशेष देखभाल करने को कहते है जिसे वह पंसद नहीं करती है।

इस प्रक्रम में प्रतिक्रिया मे दो चरण सम्मिलित होते है:-

(a). पहले चरण में व्यक्ति अप्रिय व कष्टकारो विचारों, भावों को अचेतन में दमन कर देता है।

(b दुसरे चरण में व्यक्ति दमित इच्छाओं व विचारों के ठीक विपरीत इच्छा चेतन स्तर पर व्यक्त करता है।

(iv). प्रतिगमन (Regression) :- प्रतिगमन अर्थात ''पीछे की और लौटना'' व्यवहार प्रतिगमन का तात्पर्य कम परिपक्व ढंग से व्यवहार करना है अगर एक व्यक्ति बालक की तरह व्यवहार करता है तो वह प्रतिगमन का प्रदर्शन करता हैं जब व्यक्ति जिंदगी में परेशानी व तनावपूर्ण अनुभवों से गुजरते है तो कम परिपक्व व्यवहार कर चिन्ता को कम करने का प्रयास करता है। किसी के कंधे पर सर रखकर रोना भी प्रतिगमन का ही उदारहण है।

(v) प्रक्षेपण (Projection) :- प्रक्षेपण अपनी कमियों, कमजोरियों को दुसरे व्यक्ति पर आरोपित करना हैं व स्वयं में उन कमियों के होने से इन्कार करना है अर्थात दुसरे लोगो या वातावरण के प्रति अपनी अमान्य प्रस्तुतियों , मनोवृतियों एवं व्यवहारों की अचेतन रूप से आरोपित करने की प्रक्रिया को प्रक्षेपण कहा जाता है। जैसे एक छात्र फेल हो जाने पर उसके लिए पेपर बनाने वाले को या कॉपी जांचने वाले को या कक्षा में अध्यापक के ना पढ़ाने को अपनी असफलता का कारण बता अपनी चिंता को दूर करता है।

(v) विस्थापन (Displacement) - इस रक्षात्मक प्रक्रम में व्यक्ति अपनी भावनाओं को किसी वस्तु विशेष से हटाकर दूसरे व्यक्ति या वस्तु से संबंधित कर लेता है सामान्यत: ये भावनाएं अक्रामता से संबंधित होती है जैसे एक व्यक्ति जो अपने ऑफिस में अपने बॉस से नाराज होने पर अपना गुस्सा बॉस पर नोकरी छूट जाने के भय से नहीं उतार पाता है तो वहां खुद को नियंत्रित कर लेता है पर घर पहुंचने पर अपना गुस्सा अपनी पत्नि, बच्चों या नौकर पर उतार देता है।

(vi) उद्वातीकरण (Sublimationद्ध - इस रक्षात्मक प्रक्रम में सामाजिक रूप से अस्वीकार्य इच्छाओं को सामाजिक रूप से स्वीकार्य कार्यों में परीवीत कर प्रकट किया जाता है ये इच्छाएं कामुकता, आक्रमता, लालच से संबंधित होती है।

समाज में जितने की कलात्मक व सांस्कृतिक उपलब्धियां देखने को मिलती है वह उद्वातीकरण का परिणाम है। उदाहरणार्थ एक लड़का किसी लड़की से अत्यधिक प्रेम करता है पर वह उस प्रेम को प्राप्त नहीं कर सकता तो वह उस प्रेम में उस लड़की के लिए कविताएं लिखकर अपनी भावनाओं की कलात्मक व सामाजिक रूप से स्वीकार्य अभिव्यक्ति करता है उद्वातीकरण - एक सकारात्मक रक्षात्मक प्रक्रम है ।

(vii) नकारना (Denial) - अगर कोई तथ्य या घटना हमारे लिए अत्यन्त अरूचिकर व कष्टप्रद होता है तो हम उसके अस्तित्व को ही मानने से इन्कार कर देते है इस प्रकार हम अपने को थोड़े समय के लिए तकलीफ से बचा लेते है मृत्यु, बीमारी की घटनाओं में अक्सर इस रक्षात्मक प्रक्रम का उपयोग होता है।

(viii) क्षतिपूर्ति (Compensation) - जब व्यक्ति किसी एक क्षेत्र में असफल होता है तो दूसरे क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर पहले क्षेत्र में अपने हार की क्षतिपूर्ति करता है इसे ही क्षतिपूर्ति रक्षात्मक युक्ति कहते है जैसे - अगर एक बच्चा पढ़ाई में अच्छा नहीं पर खेलों में अच्छा प्रदर्शन कर उसकी क्षतिपूर्र्ति करता है तो इसे एक सकारात्मक प्रतिरक्षा युक्ति कहते है।

(viii) दिवास्वप्न (Fantasy or Day dreaming) - जब व्यक्ति वास्तविक जीवन में अत्यधिक परेषानियों का सामना करता है अपनी इच्छाओं की पूर्ति नहीं कर पाता है तो वह अपनी काल्पनिक दुनिया बना जिसमें जब संभव है थोड़ा आराम पाता है उदाहरणार्थ - कोई व्यक्ति पैसे की तंगी से गुजर होता है तो वह काल्पनिक रूप से सोच आराम पाता है कि जब उसके पास बहुत सारा धन होगा तो वह उसे कैसे खर्च करेगा दिवास्वप्न की प्रवृति तरूणावस्था में अधिक देखने को मिलती है यह परेषानियों से थोड़ी देर पलायन का तरीका है।

(ix) रूपान्तीकरण (Conversion) - रूपान्तरण एक ऐसी प्रतिरक्षा युक्ति है जिसमें व्यक्ति अपना संवेगात्मक द्वंद्व,षारीरिक लक्षण के रूप में प्रकट करता है जबकि उन शारीरिक लक्षण के रूप में आधार नहीं होता है जैसे एक औरत जो किसी पार्टी में जाने से बचना चाहिती है तो पार्टी का वक्त पास आते ही तेज सरदर्द की षिकायत करती है जेसे ही पार्टी का समय खत्म होता है सरदर्द भी अपने आप खत्म हो जाता है रूपान्तरण तीव्र संवेगात्मक द्वंद्व को दर्षाता है।

(i) शमन (Supression) - जब हमें कुछ विचार, यादें, भावनाएं अच्छी नहीं लगती तब हम स्वयं ही उन्हें अपनी इच्छा से दबा देते है इसे शमन कहते हे दबायी हुई सामग्री हमारे अन्दर चेतन में होती है जो जरा से ध्यान से ही वापस चेतन में आ जाती है जब हम जानबूझ की किसी विषय पर बात नहीं करना चाहते है जो हमें ना पसंद है यह शमन का उदाहरण है।

दमन व शमन में अंतर यह है कि शमन हम स्वयं जानबूझ कर करते है दमन स्वयं होता है हमें उसके होने का पता नहीं कर चलता है।

7 मनोविश्लेषण **सिद्धान्त की अनुप्रयोग प्रविधियां**

(i) मुक्त साहचर्य (Free association):- अचेतन मन में दबी हुई पड़ी दमित सामग्री हमेशा बाहर आने के रास्ते ढूंढती रहती हैं हमार जीवन में अकामक्रता, कामुक मजाक व जबान फिसलना, पैन फीसलना आदि के माध्यम से ये दमित सामग्री बाहर निकलती रहती हैं मनो विश्लेषण में परामर्शदाता, परामर्शग्राही को शांत कर उसे अपने बाल्यकालीन यादों, भावनात्मक अनुभवों को बेहिचक याद कर, बताने को कहता है। कि वह बीना यह सोचे की जो वह बता रहा है वह अर्थहीन है या बेतुका या दुख: भरा बिना कुछ सोचे बस जो उसमें चल रहा है बताने को प्रेरित किया जाता है। इस तरह अहम् को शांत कर उपाहं को बोलने के लिये कहा जात है। इस प्रकार अचेतन सामग्री चेतन मन में प्रवेश करती है। व परार्षदाता इसे समझ उसके साथ कार्य करता है।

कई बार परामर्शग्राही सहयोग नही करते, खुद को दमित करते हैं वहॉं परामर्शदाता उन्हें प्रेरित करता है कि वह कुछ ना छुपाए, बोले, उनके द्वारा दी गई छोटी सी छोटी जानकारी भी बहुत महत्वपूर्ण हो सकती है।

(ii) स्वप्न विश्लेषण (dream analysis):- फ्रायड के अनुसार स्वप्न अचेतन को समझने का एक सशक्त माध्यम है मनोविश्लेषण ने परामर्शग्राही को रोजाना अपने स्वप्न परामर्शदाता को बताने को कहा जाता है। परामर्शदाता उनका विश्लेषण करते हैं विश्लेषण दो आधार पर किया जाता हैं परामर्शग्राही ने क्या बताया है व बताए गए तथ्यों में छुपा हुआ अर्थ क्या है। परामर्शग्राही द्वारा स्वप्न की सामग्रियों के चेतन वर्णन को ''व्यक्त विषय'' कहा जाता है। तथा इस प्रकार स्वप्न के द्वारा प्रतिकात्मक रूप से चेतन अभिव्यक्ति को ''अव्यक्त विषय'' कहा जाता है। इस प्रकार स्वप्न का विश्लेषण कर अचेतन को समझने की कोशिश की जाती है। फ्रायड के अनुसार स्वप्न बाल्यकालीन चाहतों, इच्छाओं को पूरा करने का माध्यम है। इसलिए मनोविश्लेषण में परामर्शग्राही को स्वप्न देखने व उन्हें याद रख बताने को प्रेरित किया जाता है।

(iii) अंतरण का विश्लेषण (Analysis of Tranference) :- अंतरण परामर्शग्राही का परामर्शदाता के प्रति धनात्मक प्रतिक्रिया है इसमें परामर्शग्राही, परामर्शदाता को अपने भूतकालीन जीवन के महत्वपूर्ण व्यक्ति सामान्यत: अभिभावक के रूप में देखता हैं व अपनी भावनाओं को व्यक्त करता हैं इन भावनाओं के व्यक्त होने का चिकित्सकीय प्रभाव होता है यह एक प्रकार से संवेगात्मक विसर्जन का कार्य करता है साथ ही व्यक्त भावनाओं का विश्लेषण कर परामर्शग्रही के स्व: ज्ञान में वृद्धि होती है वह समझ पाता है कि भूत में क्या हुआ था तथा वहाँ से वह अगली विकासात्मक अवस्था में आगे बढ़ जाता है।

(iv) अवरोध का विश्लेषण (Analysis of resistance) :- कई बार परामर्शग्राही शुरू में सुधार प्रदर्शित करता हैं पर बाद में गति अत्यधिक धीमी या कम हो जाती है। इस उपचारात्मक प्रक्रम में परामर्शग्रही के अवरोध को कई प्रकार से समझा जा सकता है जैसे :-नहीं आना, देर से आना, फीस नहीं देना, बाल्यकालीन अनुभवो को या स्वप्नो को ना बताना, विचारों को रोकना आदि जैसे ही अवरोध दिखे, परामर्शदाता को इसके प्रति तुंरत कार्य कर इसे दूर करना चाहिए।

(v) स्पष्टीकरण (Interpretation) :- मनोविश्लेषण प्रक्रम में स्पष्टीकरण का अर्थ है परामर्शग्राही की सोच, विचार, भाव अनुभवों, तथ्यों , को समझना व उसका विश्लेषण करना। हर चरण में परामर्शदाता, परामर्शग्राही के स्वप्नों, अनुभवों, अवरोधों को समझने व का कार्य करता है। इसके द्वारा परामर्शदाता, परामर्शग्राही को अपने भूत व वर्तमान के निजी जीवन के अनुभवो को स्वयं समझने में मदद करता हैं परन्तु स्पष्टीकरण का इस्तेमाल परामर्शदाता को बहुत ध्यान से करना चाहिए अगर परामर्शदाता इस उपचारात्मक प्रक्रम के पं ्रारभ में ही स्पष्टीकरण का उपयोग करेंगा तो परामर्शग्राही दूर हो जाएगा व नही करेंगा तो परामर्शग्राही में अंतर्ज्ञान उत्पन्न नहीं कर पाएगा। इसलिए स्पष्टीकरण का इस्तेमाल तब करें जब वह परामर्शग्राही के वृद्धि व विकास पर अनुचित प्रभाव न डालें।

8 मनोविश्लेषण का लक्ष्य :-

मनोविश्लेषण का लक्ष्य परामर्शग्राही के अनुसार बदलता रहता है पर विशेष रूप से मनो विश्लेषण के निम्न लक्ष्य है :-

1. व्यक्तिगत अभियोजन व समायोजन :- मनोविश्लेषण का प्राथमिक लक्ष्य परामर्शदाता केा अपने व्यक्तित्व के अचेतन भाग के प्रति जागरूक करना होता है। अचेतन में दमित इच्छाएं, विचार, अनुभव, होते है जो बहुत दर्द भरे या डरावने हाते है। दमित होने पर भी उनका प्रभाव खत्म नहीं होता, वे व्यक्तित्व को प्रभावित करते है दमित होने से उनका समझना अत्यन्त मुश्किल हो जाता है। मनोविश्लेषण परामर्शग्राही में अपने प्रति अंतर्ज्ञान पैदा कर व्यक्तिगत समायोजन में मदद करता है।
2. विकासात्मक अवस्था को पूर्ण करना :- दूसरा मनोविश्लेषण का महत्वपूर्ण लक्ष्य विकासात्मक अवस्था पर कार्य करना हे जो बाल्यावस्था में अच्छे से पूर्ण नहीं हो पाई थी। इसके लिए व्यक्तित्व के पुर्नगठन की आवश्यकता होती है। यह प्रक्रम लम्बा व खर्चीला है पर इससे व्यक्ति अवरोधित विकासात्मक अवस्था को पार कर अगली अवस्था मे प्रवेश करता है।
3. मनोविश्लेषण का उद्देश्य व्यक्तिगत समायोजन के साथ वातावरणीय समायोजन को भी सशक्त करना है विशेषकर कार्य व नजदीकी रिश्तों को। इसमें अहंम् पर कार्य कर इसे मजबूत बनाया जाता है ताकि व्यक्ति का प्रत्यक्षण व कार्य वास्तविक हो ताकि वातावरणीय समायोजन में मदद मिले।

9 परामर्शदाता का कार्य :-

परामर्शदाता सौहार्दपूर्ण वातावरण का निर्माण कर परामर्शग्राही को अपने को अभिव्यक्त करने को प्रेरित करता हैं विशेषकर बाल्याकालीन अनुभवो को जब परामर्श ग्राही अपने अनुभव बताता है तब परामर्शदाता चुपचाप सुनता है तथा परामर्शदाता इन बाल्यकालीन अनुभवों , भूतकालीन अनुभूतियों को विश्लेषण कर इसके माध्यम से परामर्शग्राही में अंतर्ज्ञान पैदा करने की कोशिश करता है। यहां पर परामर्शदाता सक्रिय व असक्रिय दोनों भूमिकाएं निभाता है तथा परामर्शग्राही के लिए विश्लेषण का कार्य करता है। यहां परामर्शदाता मूल्यांकन प्रविधियों विशेषकर प्रक्षेपण प्रविधियां (Projective techniques) जैसे स्याही धब्बा परीक्षण (Ink – blot test) का भी इस्तेमाल कर सकता है। मूल्यांकन के आधार पर व परामर्शग्राही को समस्या के अनुसार वर्ग्रीकृत करके इलाज के लिए योजना तैयार करता है।

10 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की विशेषताए :-

1. अचेतन मन के मानव व्यवहार पर महत्वपूर्ण प्रभाव को बताती है।
2. सेक्सुअलीटी के मानव व्यवहार पर प्रभाव को
3. यह विधि अनेकों विश्लेषणात्मक यंत्रों को आधार प्रदान करती है जैसे:- रोशा स्याही-धब्बा परीक्षण

4. ऐसे रोगियों के लिए अत्यधिक महत्वपूर्ण है जिन्हें अनेक प्रकार के डिसआर्डर है जैसे :- हीस्टीरीया, चिन्ता, फोबिया
5. विकासात्मक प्रक्रम की महत्ता पर बल देती है।
6. तीव्र समायोजन कठिनाईयों वाले मरीजों को ठीक करने का सशक्त माध्यम है।

11 मनोविश्लेषण सिद्धान्त की सीमाएं

1. मनोविश्लेषण प्रक्रम अत्यधिक खर्चिला व समय लेने वाला है इसमें परामर्शग्राही को सप्ताह में तीन से पॉच बार कई वर्षो तक परामर्शदाता के सम्पर्क में रहना पड़ता है।
2. इसका प्रयोग ज्यादा उम्र के व्यक्तियों के साथ नही किया जा सकता है।
3. महिलाओं को साथ इसका उपयोग सीमित है।
4. इस विधि का उपयोग नैदानिक मनोवैज्ञानिको द्वारा अधिक किया जाता है।
5. यह विधि समायोजन की अत्यधिक कठिनाईयों के साथ जुडी है। सामान्य परिस्थितियों में उपयोगी नही है।
6. इस प्रक्रम में ऐसे बहुत सारे सोपान है जिन्हे ना आसानी से समझा जा सकता हैं ना बताया जा सकता है जैसे :- SS, Etc.

10.12सारांश

मनोविश्लेषण का सिद्धान्त सिंगमण्ड फ्राड ने अपने नैदानिक चिकित्सा के 40 साल के अनुभवों के आधार पर दिया। उन्होंने अपने सिद्धान्त में अचेतन, लैगिंक उर्जा, मूल प्रवृतियों, बाल्य - कालिन परवरिष अनुभवों को व्यक्तित्व निमार्ण में अत्यधिक महत्वपूर्ण कारको के रूप में प्रस्तुत किया। उन्होंने मन को 3 स्तरों में विभाजित किया चेतन, अद्धचेतन, अचेतन साथ ही व्यक्तित्व निर्माण को तीन भागों में - उपाहं, अहं व पराहं में बांटा। उनके अनुसार उपाहं बच्चा, है जो सिर्फ आनन्द सिद्धान्त पर कार्य करता है व अपनी इच्छाओं की पूर्ति चाहता है पर सामाजिकरण के परिणास्वरूप बालक में अहम् विकसित होता है व वह स्वयं की इच्छाओं पर नियंत्रण रखना सीख वातावरण के साथ समायोजन स्थापित करता है पराहं नैतिक भाग है जो हमेशाआदर्श पूर्ण कार्यो की ओर हमें प्रवृत करता है।

फ्रायड के अनुसार मनुष्य में अत्यधिक लैंगिक उर्जा होती हैं जिसे उन्होंने ''लिबिडो'' कहा। व इसे दो भागों में विभाजित किया - जीवनी शक्ति - इरोस व मृत्यु मूल प्रवृति थैनाटोस। इरोस को सभी सृजनात्मक कार्यों में व थैनाटोस को अनावश्यक खतरा लेने की प्रवृति अक्रामता आदि व्यवहारों द्वारा समझा जा सकता है।

फ्रायड ने बताया कि लैंगिक उर्जा बच्चों में जन्म से ही उपस्थित होती है व विभिनन मनोलैंगिक अवस्थाओं से होकर विकसित होती है। प्रत्येक लैंगिक अवस्था में एक ''कामुकता क्षेत्र'' होता है जो उस अवस्था में आनन्द स्रोत होता है उन्होंने मनोलैंगिक विकास की पांच अवस्थाएं बतायी - मुखावस्था (मुखद्ध, गुदावस्था (गुदा), लिंग प्रधानावस्था (लिंग), अध्यक्तावस्था व जननेन्द्रिवस्था (जनन अंग)

लिंग प्रधानावस्था में उन्होंने लड़कों में मातृ मनोग्रन्थि व लड़कियों में पितृ मनोग्रंथि का होना बताया, जिससे दोनों मां के प्रति प्रेम व पिता के प्रति अक्रामक भाव रखते हैव आगे चलकर लडका पिता से व लड़किया माता से तादात्मीकरण स्थापित करता है।

फ्रायड ने स्पष्ट किया कि व्यक्ति, अत्यधिक तनाव की अवस्थाओं में अचेतन रूप से अपने प्रत्यख को परिवर्तित कर तनाव से थोडे समय के लिए राहत प्राप्त करता है जो समायोजन में सहायक होता है इसे उन्होंने रक्षात्मक युक्तियां कहा उन्होंने अनेक रक्षात्मक युक्तियों की व्याख्या की जैसे- दमन, प्रतिक्रिया निर्माण, प्रतिगमन, प्रक्षेपण, क्षतीपूर्ति, विस्थापन इत्यादि।

मनोविश्लेषण का उद्देश्य अचेतन को समझ व्यक्तिगत व वातावरणीय समायोजन मे सहायता प्रदान करना है जिसमें परामर्शदाता स्वप्न विश्लेषण, युक्त साहचर्य, अंतरण विश्लेषण, अवरोध विश्लेषण व स्पष्टीकरण विधियों की सहायता से प्राप्त सूचनाओं, अनुभवों, अनुभूतियोंका विश्लेषण कर परामर्शग्राही को स्वयं के प्रति अंतर्ज्ञान विकसित करने का प्रयास करता है इस प्रकार मनोविश्लेषण तीव्र समायोजन संबंधी कठिनाइयों, अनेकों मनोविकारों का ठीक करने की एक प्रभावशाली विधि है परन्तु यह अत्यन्त लम्बी व खर्चीली विधि है।

10.13बोध प्रश्न

1- रक्षात्मक युक्तियां क्या है मानव व्यवहार पर इनके उपयोग का क्या प्रभाव होता है?

2- फ्रायड के अनुसार विकासात्मक अवस्थाएं क्या व कितनी है? प्रत्येक अवस्था का वर्णन करते हुए उसका व्यक्तित्व निर्माण में प्रभाव को समझाइये?

3- मनोविश्लेषण सिद्धान्त की सीमाएं व विशेषताएं बताइये?

4- मनोविश्लेषण सिद्धान्त के उपयोग हेतु उपयुक्त प्रविधियों का वर्णन कीजिए।

5- मनोविश्लेषण सिद्धान्त का लक्ष्य क्या है? व उसे प्राप्त करने मे परामर्शदाता की भूमिका पर प्रकाश डालिए।

6- मजबूत व्यक्तित्व के निर्माण में अहं की भूमिका समझाइये।

1 मातृ मनोग्रंथि

2 अचेतन, चेतन, अद्धचेतन

3 पितृ मनोग्रंथि

4 उपाहं, अहं व पराहं

7 निम्न को समझाइये -

1 स्वप्नविश्लेषण

2 पूर्वजननेन्द्रियवस्था

3 विस्थापन अहं युक्ति

4 मुक्त साह्चर्य

1 फ्रायड के अनुसार व्यक्तित्व के निर्माण में अचेतन की भूमिका पर प्रकाश डालिए।

2 फ्रायड के सिद्धान्त की आलोचनात्मक व्याख्या कीजिए व इसमें ओर सुधार के लिए अपनी तरफ से सुझाव दीजिए।

10.14 संदर्भ ग्रंथ

1. Counseling A Comprehensive Profession _ Samuel T. Glading
2. Advanced Generalpsychology – Arun Kumar Singh
3. The interpretation of dream – freud
4. The ego and the much anisms of defence – freud
5. New introductory lectures on psychoanalysis – Siqmund frend
6. An introduction to theories of personality – B.R.Herqeshahn
7. The life and work of siqmund frend – Jones
8. Oiagnasis and treatment planning as is counseling – Seligman
9. Three psychologies: perspectives from freud, skinner – Rogess- R.D. Nye
10. Introduction to personality – Walter Mischel
11. Psychology for graduate Nurses – Jacob Anthkad

इकाई - 11

मूल्यांकन एवं अनुसंधान

इकाई की रूपरेखा

11.0 उद्देश्य

11.1 परामर्शन का स्वरूप एवं क्षेत्र विस्तार, परिभाषाएं

11.2 विविध परामर्शन उपागम एवं परामर्शन प्रक्रिया के प्रतिरूप

11.3 मूल्यांकन के लक्ष्य और आयाम

11.4 गुणवत्ता मूल्यांकन के लिए माप

11.5 कोर सिस्टम के संक्षिप्त तत्त्व और मापन लक्ष्य

11.6 मूल्यांकन प्रदत्त के उपयोग

11.7 अनुसन्धान या शीघ्र सेवाएँ

- **11.7.1** अनुसन्धान का अर्थ
- **11.7.2** अनुसन्धान की परिभाषा
- **11.7.3** अनुसन्धान के उद्देश्य
- **11.7.4** अनुसन्धान सेवा की विशेषताएँ
- **11.7.5** अनुसन्धान कार्य के प्रकार
- **11.7.6** अनुसन्धान सेवा का महत्व
- **11.7.7** अनुसन्धान प्रक्रिया के चरण
- **11.7.8** व्यक्तिगत-आधार सामग्री संकलन सेवा

11.8 सरांश

11.9 बोध प्रश्न

11.10 संदर्भ ग्रंथ

11.1 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के बाद आप जान सकेंगे कि :

- विविध परामर्शन उपागम एवं परामर्शन प्रक्रिया के प्रतिरूप
- मूल्यांकन के लक्ष्य और आयाम
- गुणवत्ता मूल्यांकन के लिए माप

- कोर सिस्टम के संक्षिप्त तत्त्व और मापन लक्ष्य
- मूल्यांकन प्रदत्त के उपयोग
- अनुसन्धान या शीघ्र सेवाएँ

11.1 परामर्शन का स्वरूप एवं क्षेत्र विस्तार, परिभाषाएं

प्रस्तावना

मनुष्य सभ्य समाज का प्राणी है। युगों से मानव स्वभाव की उन्मुखता पीड़ित व्यक्तियों की सहायता करने की दिशा में रही है। आधुनिक वैज्ञानिक विधाओं के विकास से पहले धर्मगुरू, झाड़-फूक विशेषज्ञ, अल्प शिक्षित एवं प्रशिक्षित लोग चिन्तित, भयभीत, मनोरोगग्रस्त व्यक्तियों की सहायता करते आए है। फ्रायड द्वारा मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त और तकनीक के विकास के पश्चात् इस क्षेत्र में क्रान्ति आयी। मानव व्यवहार की गहराई, इसकी मनोगत्यात्मक तथा व्यवहार के अचेतन निर्धारकों के बारे में मानवीय बोध में वृद्धि आने के फलस्वरूप लोगों की व्यक्तित्व एवं व्यवहार सम्बन्धी समस्याओं के समाधान हेतु, व्यक्तित्व के विकास के लिए, जीवन में उपयुक्त लक्ष्यों के चयन और सिद्धि के लिए अन्य व्यक्तियों के माध्यम से सहायता दिया जाना एक संगठित प्रक्रिया में रूपान्तरित हो गया। बीसवी शताब्दी में ससामान्य मनोविज्ञान, मनोरोग शास्त्र, नैदानिक मनोविज्ञान, स्वास्थ्य मनोविज्ञान, मनोचिकित्सा निर्देशन एवं परामर्शन मनोविज्ञान के रूपों में मनोविज्ञान की अनेक शाखाओं का विकास हुआ है।

परामर्श का स्वरूप एवं क्षेत्र विस्तार

बीसवी शताब्दी के मध्य में कार्ल रॉजर्स के व्यक्तित्व, मनोविज्ञान एवं परामर्शन सम्बन्धी सिद्धान्त और तकनीक के विकास के पश्चात् इस क्षेत्र में एक नई क्रान्ति आयी। अधिगम, संज्ञान एवं अनुभूति के क्षेत्र में शोध कार्यों और अस्तित्ववादी, मानवतावादी एवं दृश्य प्रपंचीय चिन्तन के प्रभाव में मनोचिकित्सा एवं परामर्शन की अनेक प्रविधियों और उपागमों का विकास हुआ।

परामर्शन मनोविज्ञान और मनोचिकित्सा दोनों ही क्षेत्रों का व्यक्तित्व के विभिन्न सिद्धान्तों से गहरा सम्बन्ध है। परामर्शन और मनोचिकित्सा के लक्ष्यों, प्रणालियों एवं प्रक्रियाओं में समानताएं अधिक है, अन्तर सूक्ष्म प्रकार के है। दोनों ही क्षेत्र व्यावसायिक/वृित्ायात्मक (Professional) है और स्वास्थ्य व्यवसाय/वृत्ति (health profession) के साथ बहुत गहराई के साथ जुड़े हुए है। परामर्शन मनोविज्ञान का निर्देशन के मनोविज्ञान (Psychology of guidance) और मनोचिकित्सा (psychotherapy) एवं नैदानिक मनोविज्ञान (Clinical Psychology) के साथ घनिष्ठ सम्बन्ध है। परामर्शन एक सेवा के रूप में निर्देशन से सम्बन्धित अनेक सेवाओं में से एक घटक है। परामर्शन सेवा व्यक्ति की अपनी विविध समस्याओं का अपने स्तर पर समाधान करने हेतु समर्थ बनाता है। परामर्शन व्यक्ति में आत्मबोध (Self-understanding), आत्म-निर्देशन (Self-direction) आत्म -सिद्धि (Self-realization) और आत्म-उन्नयन/स्व0-आत्मीकरण (Self-actualization) में सहायक होता है। परामर्शन कार्य अनेक प्रशिक्षित, अल्प-प्रशिक्षित, अप्रशिक्षित व्यक्तियों द्वारा अनेक प्रकार की

दशाओं में अपनी वृत्ति में सहायक घटक के रूप में प्रयुक्त किया जाता है। व्यावसायिक रूप में संगठित परामर्शन विद्यालय, परिवार, समुदाय, उद्योग, चिकित्सालय, विशिष्ट प्रशिक्षण केन्द्र, पुनर्वास योजना आदि अनेक परिस्थितियों में सक्रिय पाया जा सकता है। परामर्शन कार्य कर रहा व्यक्ति, अनेक समस्याओं के समाधान के लिए उपचारात्मक प्रणाली अपनाता है और मनोचिकित्सक अनेक रूपों में परामर्शन कार्य सम्पन्न करता है। इसलिए अनेक व्यावसायिक वृत्ति के मनोवैज्ञानिक एवं लेखक परामर्शन और मनोचिकित्सा को समानार्थक रूप में प्रयुक्त करते है।

इस पुस्तक में परामर्शन मनोविज्ञान के विभिन्न पक्षों को निर्देशित सेवाओं के अंग के रूप में प्रस्तुत करने के अतिरिक्त व्यक्तित्व विकास एवं सामान्य जीवन की ऐसी समस्याओं के समाधान की प्रक्रिया के रूप में प्रस्तुत किया जा रहा है जो कि मनोरोगों के श्रेणी में नहीं आते है। परामर्शन के उपागम एवं प्रविधियॉ उसी रूप में वर्णित है जैसे कि नैदानिक मनोविज्ञान अथवा मनोचिकित्सा की पुस्तकों में प्रस्तुत किया जाता है। परामर्शन की कुछ विशिष्ट समस्याओं का भी वर्णन किया गया है जिनके अध्ययन से उन क्षेत्रों का परिचय प्राप्त होता है जहॉ परामर्शन कार्य सम्पन्न किया जाता है किन्तु यह कार्य करने में परामर्शदाता सक्षम होता है, किसी मनोचिकित्सक की सेवा परिहार्य होती है। भारतवर्ष में परामर्शन आन्दोलन पृथक सामाजिक-सांस्कृतिक सन्दर्भ में कार्य करता है। इस क्षेत्र में भारतीय चिंतन का पृथक योगदान है अत: उसका रेखांकन उपयोगी माना गया ळें

परिभाषाएॅ (Definitions)-''परामर्शन प्रक्रिया एक संयुक्त प्रयास है। परामर्शन प्रक्रिया का सारतत्व ऐसा सम्बन्ध है जिसमें व्यक्ति जिसका परामर्शन हो रहा है, स्वयं को पूर्णत: अभिव्यक्त करने के लिए स्वतंत्रता का अनुभव करता है, तथा अपने लक्ष्यों, उनकी सिद्धि के बारे में स्पष्टीकरण व उनकी सिद्धि हेतु अपने सामथ्र्यो और समस्याओं के प्रकट होने पर उनके समाधान की विधियों या साधन के बारे में आत्मविश्वास अर्जित करता है।'' रूथ स्ट्रेंग (Ruth Strang[1]) **तथा** क्रो एवं क्रो[2] के अनुसार ''साक्षात्कार परामर्शन का केन्द्र बिन्दु है।'' मायर्स[1] (1947) के अनुसार ''वस्तुत: परामर्शन व्यक्ति के साथ उसके शैक्षिक, व्यावसायिक, मनोरंजन सम्बन्धी या अन्य योजनाओं को प्रभावित करने वाले उसके किन्ही व्यक्तिगत सामथ्र्यों और सीमाओं के बारे में विचार करने एवं सामथ्र्यों का विकास करने व सीमाओं को समाप्त करने की संभव विधियों की दिशा में चिन्तन को उन्मुख करने के लिए विचार करने का अवसर प्रदान करता है।''

परामर्शन प्रक्रिया में प्रक्रिया एवं परिणाम का मूल्यांकन पूरी प्रक्रिया का अभिन्न अंग माना जाता है। मूल्यांकन कार्य को परामर्शन प्रक्रिया का महत्त्वपूर्ण सोपान माना जाता है। बोर्डिन (Bordin, E.S. 1994) के अनुसार मूल्यांकन प्रक्रिया परामर्शदाता और परामर्शी के मध्य आरम्भिक संविदा के विकास में सहायक होता है(विलस (F.Wills, 1977) इसे क्लायंट की प्रगति में सहायक पाते हैं। अधिकतन

---

[1] "The counselling process is a joint quest. The essence of the counseling process is a relationship in which the individual being counseled feels free to express himself fully and gain clarification of his goals, self-confidence in his abilities to realize them and methods or means of solving difficulties as the arise."

-Ruth Strang, 1956

[2] "Interview is the focal point of counseling." -Crow and Crow, 1960.

[1] "In fact, the counseling interview affords an opportunity to discuss with individual any of his personal assets and liabilities that seem likely to affect his educational, vocational, recreational or other plans and to direct his thinking towards increasing the assets and decreasing the liabilities in any way possible."

-George, F. Myers, 1947.

परामर्शदाता (G.egan, 1994(J. Mellor-Clark and M. Barkham, 2000) परामर्शन के मूल्यांकन को परामर्शन/मनोचिकित्सा उपागमों की मांग और आपूर्ति में वृद्धि आयी है इसलिए विविध क्षेत्रों में मूल्यांकन प्रक्रिया द्वारा विभिन्न उपागमों के पुनरीक्षण (Scrutiny) की आवश्यकता का अनुभव किया जा रहा है।

बोर्डिन (1997) के अनुसार मूल्यांकन के विभिन्न उपागम परामर्शन सम्बन्ध की विभिन्न विमाओं को महत्व देते हें- कुछ उपागम क्लायंट और परामर्शदाता के मध्य कार्यात्मक सम्बन्धों को महत्व देते हैं(दूसरे उपागम परामर्शी और परामर्शदाता के बीच सहमति द्वारा निर्धारित लक्ष्यों का सिद्धि को ही महत्व देते हैं। मूल्यांकन संबंधी साहित्य में अनेक प्रकार के मूल्यांकनों का उल्लेख देखा जा सकता है। मूल्यांकन को पोषक अभिकरणों (funding agencies) द्वारा सम्परीक्षा (audit) के रूप देखा जाता है अर्थात् यह कि परामर्शन कार्यक्रम सफल अथवा प्रभावशाली रहा है या कि नहीं। इसी दृष्टिकोण से बारखम (M.Barkham, 1992) प्रबन्धकों के समक्ष प्रदत्तों को उचित रूप में प्रस्तुत करने के लिए विधियों का वर्णन करते हैं किन्तु पैरी (G.Parry, 1996) सम्परीक्षा और शोध में अंतर स्थापित करने का प्रयत्न करते हुए देखे जाते हैं। मैक्लीऑड (J. Mcleod, 1994) मूल्यांकन का वर्णन परिणाम मूल्यांकन (outcome assessment) के रूप में करते हैं। मेल्लर क्लार्क और बारखम (1996) ने मूल्यांकन चक्र (evaluation cycle) और प्रक्रिया प्रारूप (process model) का वर्णन किया है। अधिकतर उपागम परामर्शन मूल्यांकन का उद्देश्य गुणवत्ता सुधार/उन्नयन के रूप में स्थापित करते हैं किन्तु कुछ उपागमों में मूल्यांकन परामर्शन प्रक्रिया का अभिन्न अंग है जो परामर्शन प्रक्रिया के साथ निरन्तर चलता रहता है तथा परामर्शन लक्ष्यों की सिद्धि में सहायक होता है।

विविध परामर्शन उपागम एवं परामर्शन प्रक्रिया के प्रतिरूप(Different counselling Approaches and Models of Counselling Process Evalution)

पिछले अध्याय मे वर्णित विविध परामर्शन उपागमों के लिए परामर्शन प्रक्रिया के मूल्यांकन संबंधी विभिन्न रूप में प्रकट होते हैं। संज्ञानात्मक व्यवहारात्मक उपागमों और व्यवहार परिमार्जन उपागमों में मूल्यांकन कार्य मुख्यत: परामर्शन के लक्ष्यों का निर्धारण आरम्भिक चरण में ही विकसित कर लिया जाता है। परामर्शन लक्ष्यों और कार्य (task) के आधार पर मूल्यांकन करने के लिए सुन (C. Sutton, 1989) ने लक्ष्य प्राप्ति मॉडल (Goal-attaionment model) का वग्रन किया है जिसके बारे में उनका विचार है कि यह प्रतिरूप किसी भी परामर्शन उपागम के लिए उपयुक्त है।

तार्किक संवेगात्मक व्यवहार-उपचार (REBT) में मूल्यांकन कार्य परामर्शी द्वारा 'उपचार कार्य निष्पादन' (therapeutic task performance) में प्रगति के आधार पर सम्पन्न किया जाता है। आर ईबीटी में प्रयुक्त परामर्शन तकनीकों में क्लायंट को अतार्किक विश्वासों को चुनौती देने और गृहकार्य सम्पन्न करने जैसी प्रविधियां प्रयुक्त की जाती हैं अत: मूल्यांकन कार्य में यह आकलन किया जाता है कि क्लायंट आतार्किक विश्वासों को चुनौती देने एवं निर्धारित गृहकार्य सम्पन्न करने का कार्य कितनी सफलतापूर्वक पूरा कर रहा है।

कुछ उपागम प्रक्रिया (conselling process) और कार्यात्मक परामर्शन सम्बन्ध (working relationship) को महत्व देते हैं। पूरी परामर्शन प्रक्रिया में परामर्शदाता की मूल्यांकन दक्षता महत्वपूर्ण

मानी जाती है। दक्ष सहयोगी परामर्शन प्रक्रिया की अवधि में क्लायंट की प्रगति का अनुश्रवण (monitoring) करता है तथा परामर्शन सत्रों के मध्य में क्लायंट को अपना आत्म-मूल्यांकन करने के लिए प्रोत्साहित करता रहता है (Mary Connor, 2000)। मूल्यांकन कार्य परामर्शन की समाप्ति पर नहीं अपितु परामर्शन सत्रों के मध्य में नियमित अंतराल पर परामर्शन प्रक्रिया के अभिन्न पक्ष के रूप में घटित होता रहता है (Bond, Ared and Hughes, 2000)(मूल्यांकन परामर्शदाता और क्लायंट के मध्य सहयोगात्मक संबंध का महत्वूपर्ण और नियमित/प्रगतिशील पक्ष माना जाता है।

मनोगत्यात्मक उपागम में मूल्यांकन कार्य परामर्शन प्रक्रिया और संबंधों की प्रविधियों के साथ अंतर्गुम्फित (interwoven) होता है जो प्राय: परामर्शन प्रक्रिया के अंत में सम्पन्न होता है। क्लायंट को अंतदृष्टि के विकास और संवेगात्मक अनुभूति एवं व्यवहार में परिवर्तन का मूल्यांकन करने का अवसर प्रदान किया जाता है। इस मूल्यांकन के आधार पर ही मनोगत्यातक उपागम में परामर्शन संबंधों का समापन किया जाता है। परामर्शन संबंधों का समापन इस आधार पर ही संपन्न होता है कि क्लायंट को यह अनुभपव और आत्मविश्वास अर्जित होता है कि वह अपनी समस्याओं का समाधान कर सकता है, उसे चिकित्सक की सहायता की आवश्यकता नहीं है तथा उसने अपने सामथ्र्य का वास्तविकताओं के संदर्भ में परीक्षण कर लिया है। परामर्शन संबंधों का समापन मूल्यांकन के आधार पर संपन्न होने के कारण मूल्यांकन प्रक्रिया अनेक सत्रों तक विस्तृत पायी जाती है।

व्यक्ति-केन्द्रित उपागम में मूलयांकन परामर्शन प्रक्रिया और संबंधों के सामान्य प्रवाह के अंतर्गत सम्पन्न होता रहता है। उसके अतिरिक्त कुछ औपचारिक पुनर्मूल्यांकनसत्र भी आयोजित किये जाते हैं। मूल्यांकन कार्य के लिए समय निर्धारण की प्रक्रिया लचीली रखी जाती है क्योंकि कुछ अवधियां ऐसी होती है कि मूलयांकन प्रक्रिया उपादेय होने के स्थान पर प्रतिकूल प्रभाव उत्पन्न करती है। इस उपागम में मूल्यांकन का उद्देश्य क्लायंट को यह बताना नहीं होता कि उसकी कितनी प्रगति हुई है या यह कि उसमें क्या परिवर्तन हुए हैं क्योंकि यह माना जाता है कि ऐसी सूचना द्वारा परामर्शन प्रक्रिया में किसी प्रकार के लाभ की प्राप्ति नहीं होती है। व्यक्ति में जिस प्रक्रिया द्वारा परिवर्तन संपन्न होता है, उसकी विवेचना(परामर्शन में घटित हो रही क्रियाओं और क्लायंट में घटित हो रहे परिवर्तन के मध्य के सूत्र का बोध होना तथा जीवन में वांछित परविर्तनों को महत्वपूर्ण माना जाता है इसलिए व्यक्ति केन्द्रित उपागम में मूल्यांकन कार्य का परिणाम मूल्यांकन के रूप में नहीं अपितु संवर्धनशील प्रगति की प्रक्रिया के आकलन के रूप में देखा जाता है। व्यक्ति उपागम परामर्शदाता और परामर्शी के मध्य विचारों, अनुभूतियों, अुनभवों की सहभागिता को महत्व देता है अत: प्रगति के मूल्यांकन में भी सहभागिता को महत्व दिया जाता है, यह सहभागिता परामर्शन संबंध के विकास और उसके माध्यम से परामर्शन प्रक्रिया के विकास का अंतर्निहित तत्व है। यदि किसी बिंदु पर परामर्शी की प्रगति बाधित हो जाती है तो उपचारक उस बिन्दु पर क्लायंट के परामर्शन प्रक्रिया संबंधी अनुभव को समझने का प्रयास करता है या जब मनोपचारक को यह बोध होता है कि क्लायंट पहले की तुलना में स्वयं को अधिक स्वीकार कर रहा है तो अपने अनुभव को क्लायंट की ओर परावर्तित करते हुए उसके आत्ममूल्यांकन में सहयोग देता ळें

प्रश्नोत्तर-

1 **परामर्शन का स्वरूप एवं क्षेत्र विस्तार की व्याख्या कीजिए।**

2 **विविध परामर्शन उपागम एवं परामर्शन प्रक्रिया के प्रतिरूपों की चर्चा कीजिए।**

11.3 मूल्यांकनके लक्ष्य और आयाम

परामर्शन कार्य सम्पादित करने वाले परामर्शदाताओं को आजकल कार्यक्रम का आर्थिक पोषण करने वाली संस्थाओं और परामर्शियों के प्रति जवाबदेह (accountable) माना जाता है। परामर्शन कार्य में व्यय हुए समय, श्रम और अन्य संसाधनों की उपादेयता को प्रदर्शित करना एवं किये जाने वाले कायोर् के औचित्य को सिद्ध किया जाना आवश्यक माना जाता है। क्लार्क और बारखम (John Mellor-Clark and Michal Barkham, 2000) के अनुसार मूल्यांकन का मूल उद्देश्य प्रदत्त सेवा की गुणवत्ता के बारे में जानकारी देने वाली उपयुक्त विधियों और भावों का उपयोग करना, कमियों की पहचान करना तथा सेवा वितरण में सहयोग देना होता है।

गुणवत्ता मूल्यांकन के छ: प्रमुख व्यावहारिक उद्देश्यों का क्लार्क बारखम द्वारा वर्णन किया गया -

1. सेवा संरचना की उपयुक्तता (appropriatenss) का निर्देशन (demonstration)(
2. सेवा स्वास्थ्य की सुलभता (accessibility) में वृद्धि(
3. सेवा प्रक्रिया की स्वीकार्यता (acceptability) का अनुश्रवण (मॉनिटरिंग)(
4. समस्त सेवा पाने वालों के लिए समता (equity) सुनिश्चित करना(
5. सेवा प्रणालियों की प्रभावशीलता (effectiveness) का निदर्शन(
6. सेवा वितरण की सफलता (efficiency) का निर्देशन(

मूल्यांकन के उपरोक्त उद्देश्यों के अतिरिक्त परामर्शन प्रक्रिया के मूल्यांकन में रूचि लेने वाले उपागम क्लायंट की अंतर्दृष्टि, आत्म-बोध, आत्मविश्वास के विकास(क्लायंट की अपनी सहायता कर पाने संबंधी क्षमता में वृद्धि आदि का आकलन को (तथा हो रहे परिवर्तनों के मूल्यांकन का परामर्शी तक प्रत्यावर्तन) परामर्शन प्रक्रिया के अंतर्निहित घटक के रूप में सक्रिय देखा जाता है।

क्लार्क और बारखम का विचार है कि अधिकतर प्रचलित मूल्यांकन उपागम परामर्शन सेवा व्यवस्था का मूल्यांकन परामर्शी के उपभोक्ता दृष्टिकोण (consumer viewpoint) से करते हैं जिसके फलस्वरूप सेवा प्रदत्त करने वाले तथा पृष्ठभूमि और प्रक्रिया संबंधी निर्धारक तत्त्वों की उपेक्षा हो जाती है। इस संदर्भ में शोध, मूल्यांकन और सम्परीक्षा (research, evaluation and audit) के संबंधों को समझते हुए परामर्शन सिद्धान्त ओर पद्धति (प्रैक्टिस) के विकास के साथ इसे जोड़ा जाना चाहिए। *''गुणवत्ता मूल्यांकन को स्पष्टत: शोध, मूल्यांकन और सम्परीक्षा की सर्वोत्तम परम्परा में सेवा प्रदाता और उपभोक्ता दोनों से प्रदत्त प्राप्त करने सेवा संदर्भ और प्रक्रिया को परिणाम से जोड़ना चाहिए ताि ा अंतत: प्रैक्टिस के विकास और उन्नयन को सूचना आधार करना चाहिए''- (क्लार्क और बारखम)*

"Explicitly, quality evalution should borrow from the best traditions of research, evalution and adudit, collecting data from both provider and consumer to link service context and process to outcome-ultimately informing the develpment and enhancement of practice."- (John Mellor-Clark and Michael Barkham, 2000).

औपचारिक परामर्शन शोध के अनेक उद्देश्य बताये गए हैं। बार्कर, पिसट्रैंग और इलियट (C.Baker, N. Pistrang and R. Elliot, 1994) परामर्शन शोध का उद्देश्य नये ज्ञान का अन्वेषण बताते हैं, जबकि मिलन (Milne, D. 1987) इसका उद्देश्य प्रैक्टिस संबंधी सिद्धान्त का विकास और पैरी (Parry, G. 1986) इसका उद्देश्य सर्वोत्तम मनोपचार की व्यवस्था हेतु कारकों (indicators) की पहचान करना बताते हैं। शोध कार्य नियंत्रित वैज्ञानिक विधि का अनुसरण करता है, मानकीकृत मापनियों को प्रयुक्त करता है। शोध की तुलना में मूल्यांकन कार्य का सिद्धान्त के विकास और स्थापित ज्ञान-आधार के विस्तार के प्रति कम समर्पण देखा जाता है। अपनी इन सीमाओं के कारण अधिकतर परामर्शन मूल्यांकन कार्य अप्रकाशित साहित्य के रूप में दबे पड़े रह जाते हैं, (क्लार्क और बारखम) तथा मनोपचार/परामश्रन या मूल्यांकन के विकास में इसका उपयोग नही हो पाता है। क्लार्क और बारखम का मत है कि उपभोक्ता केन्द्रित प्रदत्तों पर निर्भरता के कारण मूल्यांकन परामर्शन की सफलता या विफलता के निर्धारकों का स्पष्टीकरण नहीं कर पाता है। परामर्शन मूल्यांकन की इस परम्परा के कारण मूल्यांकन प्रदत्त की प्रतिनिध्यात्मक सीमाएं प्रकट होती हैं तथा इस कार्य में लगा समय और संसाधन हमारे बोध को समृद्ध नहीं कर पाता है।

सम्परीक्षा (audit) भी पारम्परिक रूप में क्लायंट की संख्या, अर्पण सेवा (referal service), प्रतीक्षा काल, सत्र समय एवं संख्या आदि के रूप में किया जाता है किन्तु नैदानिक सम्परीक्षा का उद्देश्य और भी अधिक व्यापक होता है। सम्परीक्षा का उद्देश्य स्वीकृत मानदण्डों की तुलना में सेवा वितरण (service delivery) के घटकों का मूल्यांकन प्रदत्त के माध्यम से व्यवस्था की अनुपयुक्तता की परख करके उसे दूर करने की नीति अपनाती है, सुधार कार्यक्रम का अनवरण करती है और सेवा की गुणवत्ता सुधार लाया जाता है। यह सब कार्य एक चक्र के रूप में घटित होता रहता है।

मैल्लर-क्लार्क और बारखम का कथन है कि जहां शोध का केन्द्रीय उद्देश्य परामर्शन प्रैक्टिस के लिए ज्ञान-आधार को विस्तृत करना होता है और परम्परागत मूल्यांकन का उद्देश्क अभ्यास के दौरान प्राप्त हुए लक्ष्यों की प्रभावशीलता का अध्ययन करना होता है वहां सम्परीक्षा दोनों के मध्य के अन्तराल को पूरा करता है। इस प्रकार सम्परीक्षा कार्य यह देखता है कि क्या परामर्शन क्षेत्र का वास्तविक व्यवहार (प्रैक्टिस) वस्तुत: शोध साक्ष्यों द्वारा स्थापित स्तर तक पहुंच रहा है और क्या गुणवत्ता संबंधी आंतरिक मानकों की पूर्ति की जा रही है।

11..4 गुणवत्ता मूल्यांकन के लिए माप

परामर्श सेवा के क्षेत्र में मूल्यांकन कार्य के लिए प्रयुक्त मापों में विविधता पायी जाती है तथा तीन प्रकार के मानदण्डों (criterion) को प्रयुक्त किया जाता है(आत्मनिष्ठ मापदण्ड (subjective criterion), परामर्शदाता के मापदण्ड या निर्णय (counsellor judgement) और वस्तुनिष्ठ मापदण्ड (objective criterion)। इन मापदण्डों के अंतर्गत बहुसंख्यक मापों को प्रयुक्त होते हुए देखा जा सकता है। पिछले दशक में कुछ महत्त्वपूर्ण सर्वेक्षणों (Floyd et. al. 1996, Mellor-Clark et. al 1998) द्वारा यह ज्ञात हुआ कि प्रयुक्त मापों की संख्या हजार से अधिक है और बहुसंख्यक मापों का उपयोग कुछ एक मूल्यांकन अध्ययनों तक ही सीमित रह जाता है। 1998 में युनाइटेड किंगडम में कोर सिसटम ग्रुपव (Core System Group) का गठन हुआ। कोर सिस्टम ने सूचना प्रबंधन और गुणवत्ता मूल्यांकन के

लिए उपयुक्त विधियों और मापों की पहचान की है। इस प्रणाली के तत्त्वों का चयन परामर्शदाताओं के मध्य व्यापक सहयोग और सहमति के आधार पर किया गया है। इसके दो पक्ष हैं- कोर (सूचना प्रबंधन) प्रणाली और कोर परिणाम माप (Core Information Management System and Core Outcome Measures)।

कोर सूचना प्रबंधन प्रणाली में अनेक पद (items) हैं जिनके पृथक उद्देश्य हैं। मैल्लर-क्लार्क और बारखम ने 48 पदों का संक्षिप्त वर्णन किया है जिसमें 48वां पद कोर आउटकम मेजर्स के रूप में है। कोर आउटकम मेजर्स में 34 पद हैं। कोर आउटकम मेजर्स का 49 वां संक्षिप्त रूप भी वर्णित है जिसमें उपरोक्त 34 में से 18 पदों का वर्णन किया गया है। छात्रों के लिए उपयोगिता को ध्यान में रखकर निम्नांकित तालिका में मैल्लर-क्लार्क और बारखम (2000) की तालिका को संक्षिप्त एवं हिन्दी अनूदित रूप में प्रस्तुत किया जा रहा है।

11..4 कोर सिस्टम के संक्षिप्त तत्त्व और मापन लक्ष्य

(As presented by John Mellor-Clark and Michael Barkaham, (2000) in the paper quality evalution : Methods, Measures and Meaning, in Colin Fellham and Ian Horton, (2000), Handbook of counselling and psyhotherapy(London : Sage)

कोर माप और पद CORE measures and items	**कोर माप और पद उद्देश्य** CORE measures and item objectives
परामर्शन (मनोपचार) मूल्यांकन प्रपत्र (वी$_2$) Therapy Assessment Form (V_2)	प्रथम सत्र में परामर्शदाता क्लायंट के बार में जनांकिकीय सूचना, संदर्भ प्रदत्त संकलित करता है।
स्थान पहचान (Site ID)	अन्य कोर प्रपत्रो के साथ जुड़ाव में सहायता, संसूचन विश्लेषण और प्रस्तुतिकरण में सहायक।
क्लायंट पहचान (Client ID)	यथा ऊपर
उपचारक पहचान (Therapist ID)	यथा ऊपर
उपकोड (Subcodes)	उपयोगकर्ता द्वारा परिभाषित चरों को जोड़ना संभव
अर्पण करने वाले (Referrer (s))	अर्पण दर की सम्परीक्षा और अर्पण करने वाले से सूचना।

आयु (Age)	क्लायंट की जनांकिकीय सम्परीक्षा (audit)
लिंग (Gender)	यथा ऊपर
सेवायोजन दशा (Employment status)	यथा ऊपर
जातीय मूल (Ethmic origin)	यथा ऊपर
अपर्ूरण तिथि (referral date)	प्रदत्त संठन और प्रतीक्षा काल की सम्परीक्षा
मूल्यांकन तिथि/तिथियां (Assessment dates)	
मूल्यांकनों की संख्या (Total number of assessments)	मूल्यांकन सत्रों की संख्या और अवधि की सम्परीक्षा
स सेवा द्वारा पहले साक्षात्कार (Previously seen by service)	क्लायंट के प्रत्यर्पण दर की सम्परीक्षा
पिछले साक्षात्कार के पश्चात व्यतीत माह (Months since last seen)	अर्पण (referrals) के मध्य अंतराल की सम्परीक्षा
अनुवर्तन/पुनर्मूल्यांकन(Follow-up/Revioew appointment)	अन्य कोर प्रपत्रों की प्रोसेसिंग और प्रदत्त प्राप्ति में सहायक
सम्बन्ध/सहयोग (Relationship/Support)	संभावित रिस्क और वरीयता कारकों का मूल्यांकन

वर्तमान/पूर्ववर्ती मनोपचार (Current/previous therapy)	अर्पण के औचित्य और क्लायंट की अपेक्षाओं के मूल्यांकन में सहायता
वर्तमान औषधी सेवन (Current medication)	औषधी सेवन पर प्रभाव का मूल्यांकन
अर्पण का कारण और (Reasons for referral)	सेवा लाभार्थियों के मूल्यांकन में सहयोग उपचार परिणाम के साथ लिंक
प्रकट समस्याएं (Identified problems/concerns)	क्लायंट की समस्या की अवधि और तीव्रता के मूल्यांकन में सहयोग
रिस्क मूल्यांकन (Risk/hram assessment)	अर्पण के औचित्य और भर्ती संबंधी वरीयता कारकों के मूल्यांकन में सहायता
आई सी डी 10 विवरणी (ICD 10 profiles)	मानसिक स्वास्थ्य और सामाजिक समस्याओं की प्रोफाइलिंग में सहायता
समायोजनात्मक/परिहारात्मक व्यवहार (Coping/avoidiong behaviours)	रिस्क/भर्ती वरीयता कारकों और प्रतिफल कारकों के मूल्यांकन में सहायता
मूल्यांकन/प्रथम सत्र का प्रतिफल (Assessment/first session outcome)	अर्पण के औचित्य का मूल्यांकन
मनोपचार न लेने के कारण (Reasons for not entering therapy)	अनुपयुक्त क्लायंट समष्टि के मूल्यांकन में सहयोग तथा अर्पण का पीछा (tracking)
उपचार समापन प्रपत्र (V_2) (End of Therapy form-V_2)	परामर्शदाता प्रक्रिया और प्रतिफल संबंधी प्रदत्त अंकित करता है।

स्थान पहचान (Client ID)	अन्य कोर प्रपत्रों के साथ संलग्नता और प्रोसेसिंग, विश्लेषण और रिर्पोटिंग में सहायक
क्लायंट पहचान (Client ID)	यथा ऊपर
परामर्शदाता पहचान (Therapist ID)	यथा ऊपर
उपचार प्रारम्भन तिथि (Therapy Date commenced)	प्रतीक्षा अवधि की सम्परीक्षा में सहायता
उपचार समापन तिथि (Date therapy completed)	परामर्शन अवधि की सम्परीक्षा
नियोजित सत्र संख्या (Number of sessions planned)	परामर्शन अवधि की सम्परीक्षा
उपस्थिति सत्र संख्या (Number of sessions attended)	प्रदत्त सेवा के संख्या की सम्परीक्षा
सत्र की अनुपस्थिति संख्या (Sessions unattended)	उपस्थिति एवं अनुपस्थिति दर की सम्परीक्षा
उपचार का प्रकार (Type of therapy)	यथा ऊपर
उपचार का प्रारूप (Modality of therapy)	केश समापन के स्वरूप की सम्परीक्षा तथा उपचार प्रतिफल के साथ सम्बन्ध
समस्या/विषय का पुनरीक्षण (Problems/issues revisited)	परामर्शन के पश्चात के प्रतिफल का परामर्शन के पूर्व की विवरणी (profile) के मध्य संबंध की सम्परीक्षा
रिस्क मूल्यांकन (Risk/harm assessment)	परामर्शन पश्चात रिस्क प्रोफाइल के मूल्यांकन में सहायता
संदर्भ संबंधी कारक (Contextual factors)	क्लायंट संबंधी कारकों के प्रतिफल पर प्रभाव का मूल्यांकन
उपचार लाभ (Therapy benefits)	सेवा प्रभाव के मूल्यांकन में सहायता और प्रतिफल हेतु संदर्भ देना
औषधी सेवन में परिवर्तन (Changes to medication)	औषधि सेवन पर परामर्शन के प्रभाव का मूल्यांकन
अनुवर्तन व्यवस्था (Follow up	अनुवर्तन सेवा की व्यवस्था का मूल्यांकन

arrangements)	
कोर प्रतिफल माप (CORE outcome measures)	क्लायंट द्वारा परामर्शन के पूर्व तथा परामर्शन के पश्चात् पूरणीय 34 पद वाली मापनी, मूल्यांकन एवं प्रतिफल उपकरण
कोर संक्षिप्त प्रपत्र (CORE Short Form (s))	क्लायंट द्वारा परामर्शन के दौरान पूरणीय 18 पद (ऊपर वाले कोर फार्म में से चुने हुए) जिसका उद्देश्य सक्रिय परिवर्तन की मॉनीटरिंग (अनुश्रवण)

11.5 मूल्यांकन प्रदत्त के उपयोग

मूल्यांकन प्रदत्त की उपयोगिता के दो रूप होते हैं-

(i) परामर्शन के प्रभावशालीपन का प्रदर्शन (Demonstration of effectiveness)

(ii) सेवा व्यवस्था की गुणवत्ता का उन्नयन (Enhance the quality of service provisoin)

बहुधा परामर्शदाता क्लायंट संतुष्टि माप को परामर्शन के प्रभावशाली होने का माप मानते ह। किन्तु इस उपागम के चार दोष बताये जाते हैं- (i) तुष्टि के मापन के साथ असंतुष्टि का मापन नहीं किया जाता है, (ii) संतुष्ट होने पर भी असंतुष्टि की अभिव्यक्ति की संभावना कम होती है, तथा (iii) असंतुष्ट होने पर भी असंतुष्टि की अभिव्यक्ति की संभावना कम होती है, तथा (iv) व्याप्ति प्रभाव (halo-effect) के कारण आलोचन के स्थान पर आभार प्रकट किये जाने की संभावना होती है। इस परिप्रेक्ष्य में कोर प्रतिफल माप (CORE Outcome Measure) उपयोगी बताया गया है।

कोर प्रतिफल माप में 34 पद होते हे जिनपर क्लायंट परामर्श से पूर्व और परामर्श के पश्चात सूचना देता है जिससे क्लायंट को प्राप्त फल का मूल्यांकन सुविधापूर्वक संभव हो पाता है। कोर प्रतिफर माप के 34 पदों में से आत्मनिष्ठ अच्छी दशा (subjective wellbeing) सम्बन्धी 4 पद(लक्षण (symptons) सम्बन्धी 12 पद(घनिष्ठ, सामाजिक, जीवन सम्बन्धों की प्रकार्यात्मकता सम्बन्धी 12 पद(और रिस्क या क्षति (risk/harm) सम्बन्धी 6 पद हैं।

परामर्शन सेवा की गुणवत्ता का मूल्यांकन (quality evaluation) प्रतिफल मूल्यांकन (outcome evaluation) की तुलना में नया सप्रत्यय है। यह कार्य शोध, मूल्यांकन और सम्परीक्षा की सर्वोत्तम विधियों कें माध्यम से सम्पन्न किया जाना उचित होता है (मेल्लर, क्लार्क और बारखम) तथा उसके लिए संदर्भ, प्रक्रिया और प्रतिफल संबंधी आँकड़ा संकलित किया जाता है। इस प्रकार प्राप्त सूचना के आधार पर परामर्शन की गुणवत्ता का विकास किया जाता है। गुणवत्ता मूल्यांकन हेतु अर्पण की उपयुक्तता, सेवा वितरण की सुलभ उपलब्धता, उपचार/परामर्शन का प्रभावशालीपन और सेवा वितरण की कार्यकुशलता से संबंधित विविध प्रश्नों के उत्तर के माध्यम से प्राप्त सूचना को आधार बनाकर गुणवत्ता का विकास किया जाता है।

प्रष्नोत्तर-

1 परामर्शन में मूल्यांकन के लक्ष्यों और आयामों की व्याख्या कीजिए।

2 **कोर सिस्टम के संक्षिप्त तत्त्व और मापन लक्ष्य को स्पष्ट कीजिए।**

3 परामर्शन में **मूल्यांकनप्रदत्त के उपयोग को लिखिए।**

11.6 अनुसन्धान या शीघ्र सेवाएँ

अनुसन्धान सेवा निर्देशन की परिस्थितियों के सम्बन्ध में तथ्यों के एकत्रीकरण सिद्धान्तों के प्रतिपादन, निर्देशन सेवाओं के वस्तुनिष्ठ एवं व्यवथित मूल्यांकन से सम्बन्धित है। अनुसन्धान सेवा का कार्य व्यक्तिगत, शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन की परिस्थितियों का उल्लेख करना तथा उसमें सुधार लाने के लिए विभिन्न युक्तियों को ज्ञात करना है। इसके लिए फैंक डब्ल्यू. मिलर ने अनुसन्धान के लिए तीन बातों को प्रमुख बताया है-

(1) निर्देशन कार्यक्रम में निरन्तर सुधार के लिए।

(2) विद्यालय तथा समुदाय द्वारा निर्देशन कार्यक्रम के के लगातार समर्थन के लिए।

(3) विद्यालय स्टाफ के निर्देशन कार्य का शैक्षिक, कार्यक्रम अतिरिक्त विद्यालययी गतिविधियों एवं प्रशासनिक योगदान की सूझ-बूझ उत्पन्न करने के लिए। इस सेवा में पत्राचार विधि का भी उपयोग किया जा सकता है।

अनुसन्धान का अर्थ (Meaning of Research)

शोध विधि के माध्यम से उन मौलिक प्रश्नों के उत्तरों को देने का प्रयास किया जाता है जिनका उत्तर अभी तक उपलब्ध नहीं हो सका है। उन उत्तरों को प्राप्त करने के लिए मानवी प्रयास होते हैं।

अनुसन्धान (Research) का उद्गम (origin) एक ऐसे शब्द से हुआ है जिसका अर्थ है 'सब दिशाओं में जाना'- 'To go around' अथवा खोज करना। अनुसन्धान शब्द दो शब्दों के मेल से बना है।

अनु + सन्धान =

पीछे + लक्ष्य अर्थात् लक्ष्य के पीछे जाना।

Research शब्द भी Re + Search से मिलकर बना है। अत: सम्पूर्ण Research शब्द यह बोध कराता है जिसका उद्देश्य 'खोज की पुनरावृत्ति' अथवा अन्वेषण। अज्ञात विषयों एवं घटनाओं के प्रति अन्वेषण करना मानव स्वभाव का अभिन्न अंग रहा है। जिज्ञासा मानव का मूल स्वभाव है। आरम्भ से ही सूरज, चाँद, बादल, बिजली, पहाड़, समुद्र, अग्नि, तूफान, अकाल एवं भूचाल मनुष्य के लिए कौतूहल एवं विस्मय के विषय थे। मनुष्य इनके स्वरूप को जानने के लिए निरन्तर प्रयत्नशील रहा और अपनी जिज्ञासा को शान्त करने के लिए उसके प्रारम्भिक ज्ञान में शनै: शनै: वृद्धि हुई। इस प्रकार शोध कार्यो द्वारा उन प्रश्नों के उत्तरों को जानने का प्रयास किया जाता है जिनका उत्तर साहित्य में उपलब्ध नहीं है तथा मानव की जानकारी में नहीं है उन समस्याओं का हल खोजने का प्रयास किया जाता है। जिनका हल उपलब्ध नहीं है और न ही मानव की जानकारी में है।

अनुसन्धान की परिभाषा (Definition of Research)

मूल रूप से अनुसन्धान शब्द का अर्थ एक अन्वेषण से रहता है। परन्तु कालान्तर में अनुसन्धान का स्वरूप एवं अर्थ संशोधित तथा विकसित होता गया है। अनुसन्धान की परिभाषा हेतु वैज्ञानिकों ने लिखा है कि-

करलिंगर के अनुसार- ''अनुसन्धान एक ऐसा व्यवस्थित, नियन्त्रित, आनुभाविक तथा सूक्ष्म अन्वेषण है, जिससे प्राकृतिक घटनाओं में व्याप्त अनुमानित सम्बन्धों का अध्ययन परिकल्पनात्मक तर्क वाक्यों द्वारा किया जाता है।''

"Scientific research is systematic, controlled, empirical and critical investigation of hypothetical propositions about the presumed relations among natural phenomena." - Kerlinger

रेडमेनएवं मोरी- ''नवीन ज्ञान की प्राप्ति के लिए व्यवस्थित प्रयास ही अनुसन्धान है।''

"Research is systematised effort to gain new knowledge".

- Redman and Mori

पी. एम. कुक- ''अनुसन्धान किसी समस्या के प्रति ईमानदारी एवं व्यापक रूप में समझदारी के साथ की गई खोज है। जिसमें तथ्यों, सिद्धान्तों तथा अर्थों की जानकारी की जाती है। अनुसन्धान की उपलब्धि तथा निष्कर्ष प्रमाणिक तथा पुष्टयोग होते हैं जिससे ज्ञान में वृद्धि होती है।''

"Research is an honest, exhaustive intelligent searching for facts and their meanings or implications with reference to a given problem. The produce of findings of a given piece of research should be an authentic, verifiable contribution to knowledge in the field studied." - P.M. Cook

सी. सी. क्रोफोर्ड- ''अनुसन्धान चिन्तन की एक ऐसी क्रमबद्ध तथा विशुद्ध प्रविधि है, जिसमें विशिष्ट यन्त्रों, उपकरणों तथा प्रक्रियाओं का उपयोग इस उद्देश्य से किया जाता है, ताकि एक समस्या का अधिक समुचित समाधान उपलब्ध हो सके।''

"Research is simply a systematic and refined technique of thinking employing specialized tools, instruments and procedures in order to obtain a more adequate solution of a problem." -Crowford, C.C.

अनुसन्धान के उद्देश्य (Objectives of Research Service)

अनुसन्धान सेवा के निम्नलिखित उद्देश्य हैं-

(1) निर्देशन कार्यक्रमों में सुधार करना।

(2) व्यक्ति के व्यावसायिक विकास की प्रक्रिया को प्रोत्साहित करना।

(3) व्यावसायिक उत्तरदायित्वों की पूर्ति करना।

(4) अन्वेषण करने में सहायता करनां

(5) अन्य सूचना सेवाओं जैसे- परामर्श सेवा, उपक्रम सेवा, व्यक्तिगत संकलन सेवा, अनुवर्ती सेवा, स्थापना सेवा तथा आत्म तालिकासेवा की प्रभावशाली एवं उपयोगिता को बढ़ाने के लिए शोध कार्य आवश्यक है। इन सभी सेवाओं की प्रभावशीलता इनके मूल्यांकन पर आधारित है। इसके अलावा नई परिस्थितियों में निर्मित नई प्रविधियों को खोजने के लिए रूचियों का विकास करने के लिए अनुसन्धान कार्य आवश्यक है।

अनुसन्धान सेवा की विशेषताएँ (Characteristics of Research Services)

(1) अनुसन्धान सेवा एक वैज्ञानिक पद्धति है इस आधार पर अनुसन्धान सेवा एक व्यवस्थित, नियन्त्रित, निरपेक्ष, वस्तुनिष्ठ, गहन, आनुभाविक अध्ययन है।

(2) अनुसन्धान सेवा एक अत्यन्त उद्देश्यपूर्ण, धैर्यपूर्ण तथा विवेकपूर्ण प्रक्रिया है।

(3) सम्बन्धित आँकड़ों एवं तथ्यों का विश्लेषण वैज्ञानिक तथा सांख्यिकीय पद्धतियों के आधार पर किया जाता है। इस प्रकार शोध का स्वरूप कुशल, विशिष्ट तथा वस्तुनिष्ठ होता है।

(4) सुनिश्चित व सुसंगत निष्कर्षों को प्राप्त करने के लिए परिणामों तथा सम्बन्धों की पुनरावृत्ति बार-बार की जाती है।

(5) अनुसन्धान पर आधारित ज्ञान में क्रमबद्धता, निरन्तरता तथा एकता अन्तर्निहित रहती है। इस प्रकार का ज्ञान परिशुद्ध वैध तथा विश्वसनीय होता है।

अनुसन्धान कार्य के प्रकार (Types of Research Works)

अनुसन्धान कार्य मुख्यत: तीन प्रकार के हो सकते हैं-

(1) मौलिक अनुसन्धान (Basic or fundamental research)- मौलिक अनुसन्धान को बुनियादी शोध के नाम से भी जाना जाता है। इस प्रकार के शोध कार्यों के द्वारा नए ज्ञान की वृद्धि की जाती है यथा- नवीन तथ्यों की खोज करना, नवीन सिद्धान्तों का प्रतिपादन तथा नए सत्यों का प्रतिपादन करना।

(2) क्रियात्मक अनुसन्धान (Action research)- क्रियात्मक अनुसन्धान को प्रयोगात्मक अनुसन्धान भी कहा जाता है। इस प्रकार के शोध कार्यों से निर्देशन की प्रणाली, प्रयोग में लाई जाने वाली विधियों, प्रविधियों, युक्तियों तथा स्थानीय समस्याओं एवं शिक्षण की प्रक्रिया में सुधार तथा विकास किया जाता है।

(3) व्यावहारिक अनुसन्धान (Behavioural research)- व्यावहारिक शोधों में विभिन्न प्रकार के सिद्धान्तों को अनेक परिस्थितियों में लागू करके परीक्षण किए जाते हैं।

अनुसन्धान सेवा का महत्व (Importance of Research Service)

(1)अनुसन्धान सेवा व्यावहारिक समस्याओं के समाधान की एक सशक्त यंत्र है।

(2)अनुसन्धान सेवा प्रशासक/व्यक्ति के लिए मार्गदर्शक के रूप में कार्य करती है।

(3) अनुसन्धान सेवा मानव के ज्ञान के भण्डार को विस्तृत रूप प्रदान करती है।

(4) अनुसन्धान विभिन्न विज्ञानों की प्रगति की शक्तिशाली कुन्जी है।

(5) अनुसन्धान सेवा ने अनेक पूर्वाग्रहों के निदान तथा निवारण में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका अदा करती है।

(6) अनुसन्धान सेवा मानव व्यक्तित्व के अपार बौद्धिक विकास करने में सहायक होती है।

अनुसन्धान प्रक्रिया के चरण- वैज्ञानिक अनुसन्धानों की प्रक्रिया के मुख्यत: छ: चरण होते हैं।

प्रथम- समस्या की पहचान करना एवं अध्ययन के लिए समस्या को चयनित करना।

द्वितीय- समस्या हेतु सम्भावित समाधान अथवा परिकल्पना को निर्धारित करना।

तृतीय- अनुसन्धा के लिए प्रारूप तैयार करना।

चतुर्थ- प्रदत्तों का एकत्रीकरण करना।

पंचम- प्रदत्त् का विश्लेषण करना।

षष्ठम - निष्कर्षों का निकालना तथा सामान्यीकरण करना।

11.7 व्यक्तिगत-आधार सामग्री संकलन सेवा

निर्देशन शिक्षण की भाँति एक सेवा है जो एक व्यक्ति के द्वारा दूसरे व्यक्ति को प्रदान की जाती है। निर्देशन किसी भी प्रकार का हो, सीमित सूचनाओं के आधार पर असम्भव है। प्रत्येक प्रकार के निर्देशन में विभिन्न प्रकार की सूचनाओं को आधार बताया जाता है चाहे वह व्यावसायिक निर्देशन हो या शैक्षिक अथवा व्यक्तिगत निर्देशन हो। व्यावसायिक या अन्य प्रकार के निर्देशनों में व्यक्तिगत आधार की सामग्री को एकत्रित करना और उसे ठीक तरह से व्यवस्थित करना निर्देशन कार्यक्रम की सफलता के लिए अत्यन्त जरूरी है क्योंकि इसी के आधार पर निर्देशन में वस्तुनिष्ठता प्रभावशीलता आती है।

इसी प्रकार परामर्श निर्देशन की ही एक प्रक्रिया है जो हमें निर्देशन तक ले जाती है। परामर्श प्रदान किया जाता है लेकिन निर्देशन प्रदान नहीं किया जाता है निर्देशन एक तकनीक है। परामर्श की प्रक्रिया केवल दो व्यक्तियों के मध्य संचालित होती है।

(1) परामर्शदाता।

(2) परामर्श लेने वाला।

परामर्शदाता छात्रों के समूह से मिलता है उसका उद्देश्य समूह के प्रत्येक सदस्य की सहायता करना होता है लेकिन इस प्रकार की सहायता तब तक प्रभावपूर्ण नहीं हो सकती जब तक कि परामर्शदाता या शिक्षक छात्र की व्यक्तिगत समस्या, उसकी विशेषता तथा योग्यताओं से भली भाँति परिचित न हो। यही कारण है कि व्यक्त का अध्ययन महत्वपूर्ण हो जाता है। व्यक्ति के बारे में भी जितनी भी सूचनाएँ एकत्रित की जाती हैं उन्हें हम आधार सामग्री के नाम से जानते है। इन आधार सामग्रियों के संकलन की प्रक्रिया को व्यक्तिगत आधार सामग्री संकलन सेवा कहते हैं।

व्यक्ति के विषय में ज्ञान प्राप्त करने के महत्व को रीविस तथा जुड ने इस प्रकार व्यक्त किया है-

रीविस तथा जुड के अनुसार- ''छात्रों की पृष्ठभूमि तथा उनके अनुभवों के सम्बन्ध में ज्ञान प्राप्त किए बिना उनके विकास में पथ-प्रदर्शन करने का प्रयत्न असम्भव के लिए किया गया प्रयत्न के समान है।''

"To attempt to guide the development of the pupil without on intimate knowledge of his background and the sum total of his experience is to attempt.

- Reavis & Judd

जोन्स के अनुसार- ''चुनाव करने में जो सहायता प्रदान की जाए उसका आधार व्यक्ति से सम्बन्धित पूर्ण ज्ञान, उनकी प्रमुख आवश्यकताएँ तथा उनके निर्णय को प्रभावित करने वाली परिस्थितियों का ज्ञान होना चाहिए।''

व्यक्तिगत जानकारी (Personal Date)

संकलन सेवा के अन्तर्गत निम्नलिखित सूचनाओं को एकत्र किया जाता है।

(1) सामान्य आधार सामग्री

(2) शारीरिक आधार सामग्री

(3) सामाजिक पर्यावरण विषयक आधार सामग्री

(4) निष्पत्ति से सम्बन्धित आधार सामग्री

(5) शैक्षिक और व्यावसायिक योजनाओं से सम्बन्धित आधार सामग्री

(6) मनोवैज्ञानिक आधार सामग्री।

प्रत्येक व्यक्ति के सम्बन्ध में ये सभी जानकारी आवश्यक हैं। **मायर्स** ने भी व्यक्तिगत जानकारी को एकत्र करने पर बल दिया है।

(1) सामान्य सूचनाएँ (General information) - इसके अन्तर्गत छात्र या व्यक्ति के सम्बन्ध में व्यक्तिगत सूचनाओं को एकत्र किया जाता है। इसके अन्तर्गत व्यक्ति का नाम क्या है। उपनाम तथा घर का पता उसका लिंग क्या है, उसका जन्म स्थान जन्म तिथि आदि सामान्य बातों को एकत्रित किया जाता है।

सामान्य सूचनाओं में वे सभी तथ्य सम्मिलित हैं जो छात्र से सम्पर्क स्थापित करने के लिए आवश्यक हैं उन व्यक्तियों से भी सम्पर्क स्थापित किया जाता है जो व्यक्ति के निकट सम्बन्धी हैं।

(2) पारिवारिक तथा सामाजिक वातावरण (Family & social environment)- घर तथा सामाजिक वातावरण व्यक्ति के ऊपर अपना प्रभव डालता है और बालक ने शारीरिक तथा मानसिक विकास में सहयोग प्रदान करता है। अत: माता-पिता, व्यवसाय, शिक्षा, उनका धर्म, स्वास्थ्य, जन्म स्थान, नागरिकता, बोले जाने वाली बोली आदि सभी तथ्यों को एकत्रित करना भी आवश्यक है। उसके घर की घरेलू परिस्थितियाँ किस प्रकार की हैं? घर के अन्य सदस्य क्या कार्य करते हैं ? घर की आर्थिक दशा कैसी है ? आदि सूचनाओं को भी प्राप्त करना आवश्यक है। इसके साथ-साथ ही उस व्यक्ति विशेष का उस परिवार के अन्दर क्या स्थान है? उसके कितने भाई-बहिन हैं? भाई-बहिनों में उसका कौन-सा नम्बर है? माता-पिता जीवित हैं या मर गए? उसकी माँ सौतेली तो नहीं है ? भाई-बहिनों के मध्य कैसे सम्बन्ध है? यह सब बातें मनोवैज्ञानिक डाटा data में उसकी I.Q. को प्रभावित करेंगे। उसके आस-पास के वातावरण का ज्ञान भी आवश्यक है तथा बालक की मित्र-मण्डली के विषय में भी जानकारी प्राप्त करना आवश्यक है कि उसके संगी साथी कैसे हैं उनके साथ बालक का व्यवहार कैसा है।

(3) शारीरिक सूचनाएँ (Physical information) -शारीरिक-सूचनाओं के अन्तर्गत आता है कि व्यक्ति में कुछ शारीरिक कमी तो नहीं है, व्यक्ति विकलांग या अपंग तो नहीं है उसकी लम्बाई, वजन, व्यक्ति की दृष्टि, श्रवणेन्द्रिय दोष, स्वास्थ्य परीक्षण से सम्बन्धित सूचनाएँ इसके अन्तर्गत निहित रहती हैं तथा सम्पूर्ण आलेखों को सुरक्षित रखा जाता है।

(4) मानसिक सूचनाएँ (Mental information) - इसके अन्तर्गत व्यक्ति की बुद्धि-लब्धि (I.Q.) (P.Q.) आदि सूचनाएँ निहित होती हैं। बुद्धि परीक्षणों के द्वारा छात्र की बुद्धि मापी जाती है। उच्च शिक्षा या कुछ व्यवसायों में सफलता प्राप्त करने के लिए छात्रों की बुद्धि-लब्धि उच्च होनी चाहिए। मन्द बुद्धि बालकों को उच्च शिक्षा में सफलता प्राप्त करने की सम्भावना कम रहती है। मानसिक सूचना डेटा में व्यक्ति की अभियोग्यता, अभिक्षमता आदि सभी की सूचनाएँ होती हैं।

शैक्षिक तथा अन्य उपलब्धियाँ. (Educational and Other Achievements)

निर्देशन देने वाले व्यक्ति के पास विद्यार्थी की प्रत्येक पुकार की उपलब्धियों का रिकार्ड हर समय उपलब्ध रहना चाहिए।

11.9 सारांश

किसी भी क्षेत्र में मूल्यांकन एवं 'शोध का ज्ञान वृद्धि में महती भूमिका होती है। निर्देशन एवं परामर्श भी इसका अपवाद नही है। बेहतर सेवाओं के लिए लगातार मूल्यांकन एवं शोध की प्रक्रिया चलती रहती है।

11.10 बोध प्रश्न

1 अनुसन्धान के अर्थ को स्पष्ट करते हुए उसकी विषेताओं तथा महत्व को लिखिए।

2 निर्देशन सेवा में अनुसंधानकी सार्थकता को स्पष्ट कीजिए।

इकाई - 12

निर्देशन एवं परामर्श में मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का उपयोग एवं मूल्यांकन

इकाई की रूपरेखा

12.0 उद्देश्य

12.1 प्रस्तावना

12.2 मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का अर्थ, परिभाषा, उपयोग एवं मूल्यांकन

12.3 निर्देशन की तकनीकें तथा उपकरण

12.3.1 अमानकीकृत तकनीकें

- (i) प्रश्नावली
- (ii) प्रेक्षण
- (iii) समाजमिति
- (iv) आत्मकथा
- (v) निर्धारण मापनी
- (vi) व्यक्ति अध्ययन
- (vii) संचयी वृत्त
- (viii) साक्षात्कार

12.3.2 मानकीकृत तकनीकें

- (i) अभिक्षमता परीक्षण
- (ii) अभिरूचि परीक्षण
- (iii) बुद्धि परीक्षण
- (iv) सृजनात्मकता परीक्षण
- (v) व्यक्तित्व परीक्षण
- (vi) उपलब्धि परीक्षण

12.4 निर्देशन एवं परामर्श में मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का उपयोग

12.5 सारांश

12.6 शब्दावली

12.7 संदर्भग्रन्थ

12.0 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के पश्चात् छात्र इस योग्य हो जायेंगे कि वो

- मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का अर्थ समझ सकेंगे।
- मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का उपयोग एवं निर्धारण बता सकेंगे।
- निर्देशन की दो प्रमुख तकनीकों (मानकीकृत एवं अमानकीकृत तकनीक) की व्याख्या कर सकेंगे।
- निर्देशन एवं परामर्श में मनोवैज्ञानिक परीक्षणों के उपयोग को जान सकेंगे।
- विभिन्न मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का प्रशासन, अंकन एवं व्याख्या करना जान सकेंगे।

12.1 प्रस्तावना

प्रत्येक बालक संसार में कुछ गुणों के साथ जन्म लेता है। ये गुण आनुवांशिकहोते हैं जो उसे उसके माता-पिता से मिलते हैं। संसार में जन्म लेने के पश्चात् बालक का जिस वातावरण में पालन पोषण होता है उस वातावरण से भी वह विभिन्न योग्यताओं को अर्जित करता है जो उसके भावी जीवन के निर्माण में सहायक होती है। प्रत्येक व्यक्ति को अपने वातावरण में समायोजित होने के लिए एवं अपने लक्ष्य को अर्जित करने के लिए संघर्ष करना पड़ता है। अपने इस उद्देश्य की प्राप्ति में कभी-कभी व्यक्ति के सामने मार्ग स्पष्ट नहीं दिखाई देता अत: वह अपने प्रयासों एवं योग्यता के बावजूद भी वांछित उद्देश्य की प्राप्ति नहीं कर पाता। ऐसे में व्यक्ति को एक मार्गदर्शक की आवश्यकता होती है जो उसे उचित निर्देशन देकर उसका मार्गदर्शन करे। इस हेतु एक अच्छा निर्देशक विभिन्न तकनीकों की सहायता लेकर व्यक्ति के अन्दर निहित शक्तियों की पहचान करता है व उसे उचित मार्गदर्शन प्रदान करता है। निर्देशक निर्देशन कार्य हेतु जिन तकनीकों को उपयोग में लाता है उनमें कुछ मानकीकृत व अमानकीकृत दोनों ही हो सकती हैं। विश्वसनीय व प्रमाणिक सूचनाओं को प्राप्त करने के लिये एक कुशल निर्देशक द्वारा मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का भी प्रयोग किया जाता है जो उसके कार्य को सफल बनाने में सहायक होते हैं।

12.2 मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का अर्थ, परिभाषा, उपयोग एवं मूल्यांकन

मनोवैज्ञानिक परीक्षण आधुनिक विज्ञानों की नवीनतम शाखाओं में से एक हैं। इसका आधारभूत उद्देश्य व्यक्तियों की व्यक्तिगत भिन्नता का पता लगाना होता है। मनोवैज्ञानिक परीक्षण मनोवैज्ञानिक प्रयोगों के एक अंग माने जाते हैं। दोनों में उद्देश्यों का अन्तर है। प्रयोगों का उद्देश्य किसी सामान्य सिद्धान्त की खोज करना है जबकि परीक्षणों का उद्देश्य वैयक्तिक विभिन्नताओं को ज्ञात करना होता है। मरसैल (1950) ने लिखा है कि मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का उद्देश्य व्यक्तियों की विशेषताओं को ज्ञात करना है तथा मनोवैज्ञानिक प्रयोगों का उद्देश्य मानसिक प्रक्रियाओं की विशेषताओं को ज्ञात करना है। मनोविज्ञान तथा शिक्षा के शोधों में परीक्षण काफी अहमियत रखते हैं। सामान्त: परीक्षण का अर्थ होता है प्रश्नों की एक ऐसी श्रृंखला जिसके आधार पर कुछ सूचनाएँ इकट्टी की जाती हैं। परन्तु मनोवैज्ञानिकों ने मनोवैज्ञानिक परीक्षणों को अलग रूप से परिभाषित किया है। उनके अनुसार मनोवैज्ञानिक परीक्षण ऐसे मानकीकृत

परीक्षण है जिसके द्वारा व्यक्ति के एक या एक से अधिक मनोवैज्ञानिक गुणों का मापन गुणात्मक ढंग से या परिमाणात्मक ढंग से, कुछ शाब्दिक या अशाब्दिक प्रतिक्रियाओं के माध्यम से होता है। कुछ प्रमुख मनोवैज्ञानिकों ने इन्हें निम्न प्रकार परिभाषित किया है :-

1- **एनास्तासी** के अनुसार ''एक मनोवैज्ञानिक परिक्षण किसी प्रतिदर्श व्यवहार का आवश्यकीय वस्तुनिष्ठ एवं मानकीकृत माप है।''

2- **क्रानबेक** के अनुसार ''दो अथवा दो से अधिक व्यक्तियों के व्यवहार का तुलनात्मक अध्ययन करने की व्यवस्थित प्रक्रिया को परीक्षण कहते हैं।''

3- **मन** के अनुसार ''मनोवैज्ञानिक परीक्षण एक ऐसी परीक्षा है जो बुद्धि, व्यक्तित्व, अभियोग्यता या उपलब्धि के संदर्भ में समूह में किसी व्यक्ति की सापेक्षित स्थिति को स्पष्ट करती है।''

4- **फ्रीमेन** के अनुसार ''मनोवैज्ञानिक परीक्षण वह प्रमाणीकृत यंत्र है, जिसकी रचना वस्तुगत रूप से पूर्ण व्यक्तित्व के एक अथवा अधिक पक्षों का अध्ययन शाब्दिक अथवा अशाब्दिक प्रतिक्रियाओं के प्रतिदर्श के माध्यम से अथवा अन्य व्यवहारों के माध्यम से करने के लिए की गई हो।

इन परिभाषाओं के आधार पर कहा जा सकता है कि एक परीक्षण वह व्यवस्थित प्रक्रिया है जिसमें परीक्षित व्यक्ति के सम्मुख कुछ उददीपकों को प्रस्तुत किया जाता है, जिनके प्रति वह प्रतिक्रिया करता है। इन प्रतिक्रियाओं को संख्यात्मक रूप देकर जिस तथ्य का परीक्षण द्वारा मापन किया गया है उसके सम्बन्ध में परीक्षित व्यक्ति के विषय में भविष्यवाणी की जाती है।

17.2.2 मनोवैज्ञानिक परीक्षणों को मुख्य रूप से चार प्रकारों में बांटा जा सकता है :-

(i) क्लिनिकल साक्षात्कार

(ii) बुद्धि लब्धि का मूल्यांकन

(iii) व्यक्तित्व मूल्यांकन

(iv) व्यवहार मूल्यांकन

इन चार प्रकार के परीक्षणों के अतिरिक्त मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का प्रयोग कुछ मुख्य क्षेत्रों के मापन हेतु जैसे अभिक्षमता, विद्यालय उपलब्धि, व्यवसाय एवं कार्यक्षेत्र हेतु परामर्श एवं निर्देशन हेतु भी इनका प्रयोग किया जाता है।

इसके अतिरिक्त विभिन्न कसौटियों के आधार पर मनोवैज्ञानिक परीक्षण निम्न प्रकार के होते हैं :

1- क्रियान्वयन की अवस्थाओं की कसौटी के आधार पर (On the basis of administrative conditions)

   (i) वैयक्तिक परीक्षण (Individual test)

   (ii) समूह परीक्षण (Group test)

2- प्राप्तांकन्लेखन की कसौटी के आधार पर (On the basis of scoring)

   (i) वस्तुनिष्ठ परीक्षण (Objective test)

   (ii) आत्मनिष्ठ परीक्षण (Subjective test)

3- अनुक्रिया देने के समय सीमा की कसौटी के आधार पर (On the basis of time limit)

(i) क्षमता परीक्षण (Power test)

(ii) गति परीक्षण (Speed test)

4- एकांशों या प्रश्नों के स्वरूप की कसौटी के आधार पर (On the basis of the nature of items or content)

(i) शाब्दिक परीक्षण (Verbal test)

(ii) अशाब्दिक परीक्षण (Non verbal test)

(iii) क्रियात्मक परीक्षण (Performance test)

5- मानकीकरण की कसौटी के आधार पर (On the basis of standardization)

(i) शिक्षक निर्मित परीक्षण (Teacher made test)

(ii) मानकीकृत परीक्षण (Standardized test)

12.2.3 अच्छे परीक्षण की कसौटी (Criteria of Good Test)

एक अच्छे मनोवैज्ञानिक परीक्षण में निम्न गुण होना आवश्यक होता है :-

(1) विश्वसनीयता

परीक्षण की विश्वसनीयता से तात्पर्य है कि यदि किसी परीक्षण को समान व्यक्तियों के द्वारा विभिन्न अवसरों पर प्रशासित किया जाए तो एक ही प्रकार के फलांक प्राप्त होंगे। अत: विश्वसनीयता एक परीक्षण का वह गुण है जो न तो परिस्थिति से प्रभावित होता है न समय से।

(2) वैधता

एक परीक्षण की वैधता उस कार्य कुशलता पर निर्भर रहती है, जिससे वह परीक्षण के उस तथ्य का मापन करती है जिसके लिए उसे बनाया गया है अत: कोई परीक्षण जिस उद्देश्य के मापन के लिए निर्मित किया गया है उसी का मापन करे तो उस परीक्षण को वैध कहा जाता है।

(3) वस्तुनिष्ठता

परीक्षण के प्रशासन, फलांकन एवं व्याख्या में वस्तुनिष्ठता होनी आवश्यक है। इस प्रकार के परीक्षण परीक्षक की भावना, व्यक्तिगत मान्यताओं एवं पक्षपात के प्रभाव से प्रभावित नहीं होते। फलत: परीक्षार्थी के फलांक (प्राप्तांक) परीक्षक के परिवर्तन से परिवर्तित नहीं होते।

(4) मानक

परीक्षाओं के मानकीकरण में मानक का निर्धारण करना भी महत्त्वपूर्ण है। मानक से तात्पर्य ''सामान्य या औसत निष्पादन'' से है। कोई भी मनोवैज्ञानिक परीक्षण पूर्व-निर्धारित पास या फेल का स्तर प्रस्तुत नहीं करता है। किसी भी व्यक्ति के प्राप्तकों का मूल्यांकन दूसरे व्यक्तियों से तुलना करके किया जाता है। इसलिए मनोवैज्ञानिक परीक्षण को उस समय तक कोई अर्थ प्रदान नहीं किया जा सकता जब तक कि इसके सम्बन्ध में मानक न निर्धारित कर लिये जाऐं।

(5) व्यापकता

एक अच्छे परीक्षण में समग्र पाठ्य वस्तु से प्रश्न होने चाहिए। समग्रता या व्यापकता के अभाव में परीक्षण में वैधता नहीं आ सकती।

(6) प्रशासन, अंकन तथा व्याख्या

एक अच्छे परीक्षण का यह भी गुण है कि उसे आसानी से प्रयोग में लाया जा सके। परीक्षण व्यावहारिक हो, मूल्यांकन आसानी से किया जा सके तथा उसकी व्याख्या और विश्लेषण में कठिनाई नहीं आये।

12.2.4 मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का उपयोग

मनोवैज्ञानिक परीक्षणों को विभिन्न उद्देश्यों की पूर्ति हेतु उपयोग में लाया जाता है, जिन्हें मुख्य रूप से चार भागों में बांटा जा सकता है :-

(1) वर्गीकरण

वर्गीकरण का तात्पर्य है कि एक ऐसा निर्णय जिसमें व्यक्ति को एक निश्चित श्रेणीमें रखा जा सकता है।

(2) स्व-अवबोध

इसका तात्पर्य है कि परीक्षण से प्राप्त सूचनाओं को किसी व्यक्ति की व्यक्तिगत सूचनाओं के स्रोत के रूप में प्रयोग किया जाए।

(3) कार्यक्रम मूल्यांकन

इसका तात्पर्य है कि परीक्षण का उपयोग किसी कार्यक्रम की प्रभाविता का मूल्यांकन करने हेतु किया जाए।

(4) वैज्ञानिक जांच

इसका तात्पर्य किसी शोध अनुसंधानमें प्रयोग किये गये परीक्षण द्वारा व्यक्तिगत विभिन्नताओं एवं व्यवहारों का मापन करने से है।

(5) निर्देशन

मनोवैज्ञानिक परीक्षणों की सहायता से विभिन्न प्रकार के निर्देशन कार्य जैसे- शैक्षिक, निर्देशन, व्यावसायिक निर्देशन, व्यक्तिगत निर्देशन सम्भव हो पाते हैं।

(6) निदान

मनोवैज्ञानिक परीक्षणों की सहायता से व्यक्ति में होने वाली समायोजन सम्बन्धी समस्याओं या मानसिक रोग से ग्रसित व्यक्ति का पता लगाकर उसका उपचार करना संभव हो पाता है।

12.2.5 उचित परीक्षण का चुनाव (Selection of Appropriate test)

मानव व्यवहार अत्यन्त जटिल है। आयु विकास के साथ विभिन्न परिस्थितियों, क्षेत्रों तथा सन्दर्भों में मानव अपने व्यवहार का प्रदर्शन करता है। इन सभी व्यवहारों का अध्ययन विश्लेषणात्मक दृष्टिकोण से किया जाता है। जिससे मानव व्यवहार की व्याख्या, नियंत्रण तथा भविष्यवाणी की जा सके। इन तीनों उद्देश्यों की पूर्ति के लिए विभिन्न प्रकार के परीक्षणों की रचना की गई है। जब भी कोई परीक्षणकर्ता किसी

व्यक्ति अथवा समूह के किसी गुण का मापन करना चाहता है तब उसे यह निश्चित करना होता है कि उसे वैयक्तिक, सामूहिक, शाब्दिक या निष्पादन परीक्षण में से किसका चुनाव करना है। इसके उपरान्त यह जानना पड़ता है कि बुद्धि, व्यक्तित्व, अभियोग्यता, उपलब्धि आदि के परीक्षण के लिए कौनसे परीक्षण का चुनाव करें जो उसके प्रयोजन को सिद्ध करे। अत: उसे यह देखना होता है कि विभिन्न मनोवैज्ञानिक परीक्षणों में से कौनसा परीक्षण उसके उद्देश्य की पूर्ति अधिकतम सीमा तक करेगा।

12.2.6 मनोवैज्ञानिक परीक्षण का प्रशासन, अंकन एवं व्याख्या

मनोवैज्ञानिक परीक्षण के प्रशासन करने के लिए सबसे पहले परीक्षार्थी (विषयी) के साथ तादतम्य स्थापित किया जाता है व परीक्षण के ऊपर दिये गये निर्देशों को पूर्ण रूप से परीक्षार्थी को समझाया जाता है व उसके बाद व्यक्तिगत रूप से या सामूहिक रूप से परीक्षण का प्रशासन शांत वातावरण में किया जाता है।

परीक्षण के प्रशासन के पश्चात् उससे प्राप्त सूचनाओं का अंकन परीक्षा में दी गई विवरणिका में दिये गये निर्देशों के अनुरूप कर लिया जाता है। मानव विशेषताओं का मापन करने के लिए मनोवैज्ञानिक परीक्षणों से प्राप्त अंकों को आदर्श संदर्भित या कसौटी संदर्भित तरीके से विश्लेषित कर लिया जाता है। आदर्श या मानक किसी जनसंख्या के सांख्यिकी प्रस्तुतिकरण हैं। जब भी किसी मनोवैज्ञानिक परीक्षण के मानक निर्धारित करते हैं तो उसे उससे सम्बन्धित जनसंख्या मे से न्यादर्श का चुनाव कर उस पर प्रशासित करते हैं व उसके आधार पर पूर्ण जनसंख्या के लिए परीक्षा के मानक निर्धारित किये जाते हैं। इस प्रकार से तैयार मानकों के आधार पर व्यक्तिगत रूप से व्यक्ति के प्राप्तांकों का विश्लेषण कर व्याख्या की जाती है।

बोध प्रश्न

प्र. 1 एक अच्छे परीक्षण की कोई मुख्य चार विशेषताऐं बताइये।

प्र. 2 क्रियान्वयन की अवस्थाओं की कसौटी के आधार पर मनोवैज्ञानिक परीक्षण कितने प्रकार के होते है?

12.3 निर्देशन की तकनीकें तथा उपकरण

निर्देशन एक ऐसी सहायता है जो एक व्यक्ति द्वारा दूसरे व्यक्ति को रास्ता दिखाने, समयोजन करने तथा समस्याओं के समाधान करने में दी जाती है। निर्देशन का लक्ष्य निर्देशन प्राप्त करने वाले व्यक्ति में स्वावलम्बन तथा आत्मनिर्भरता की भावना का विकास करना है। जिससे वह अपने दायित्व का निर्वहन कर सके। यह एक सार्वभौम सेवा है। यह केवल विद्यालय या परिवार तक ही सीमित नहीं है। इसका विस्तार जीवन के प्रत्येक पक्ष तक है।

निर्देशन प्राप्त करने वाले व्यक्ति से संबंधित मूलभूत आंकड़ों/सूचनाओं के संकलन के लिए निर्देशक जो तकनीकें अपनाता है, उन्हें निर्देशन की तकनीकें कहा जाता है। ये तकनीकें या तो मानीकृत होती हैं या अमानकीकृत। अमानकीकृत तकनीकें-साक्षात्कार, निर्धारण मापनी, प्रश्नावली, प्रेक्षण, समाजमिति, आत्मकथा, संचयीवृत्त। मानकीकृत तकनीकें हैं - अभिरूचित परीक्षण, बुद्धि परीक्षण, अभिक्षमताओं तथा व्यक्तित्व परीक्षण आदि।।

निर्देशन देने के लिए निर्देशक इन दोनों ही प्रकार की तकनीकों का प्रयोग करता है। इन तकनीकों का प्रयोग करते समय निर्देशक को ध्यान रखना होता है कि उपयोग में ली गई तकनीकें विश्वसनीय और प्रमाणिक सूचनाएं देने में सक्षम हो। मानकीकृत परीक्षण तो वैध एवं विश्वसनीय होते ही हैं परन्तु कभी-कभी अमानकीकृत परीक्षण भी अपेक्षाकृत अधिक विश्वसनीय सूचनाऐं प्रदान करते हैं। उदाहरण के लिए, अमानकीकृत तकनीक के रूप में प्रयुक्त आत्मकथा व्यक्ति की आशाओं, आकांक्षाओं तथा उनकी संवेगात्मक समस्याओं को समझाने की अंतदृष्टि तथा अन्य उपयोगी सूत्र प्रदान करती है।

12.3.1 अमानकीकृत तकनीकें

निर्देशक अमानकीकृत प्रविधियों का उपयोग विभिन्न परिस्थितियों में व्यक्तिगत विश्लेषण करने के लिए सामान्यता किया करता है। यहाँ निर्देशन की कुछ अमानकीकृत तकनीकों की व्याख्या की जा रही है:-

(1) प्रश्नावली (Questionnaire)

प्रश्नावली एक ऐसे प्रश्नों की माला होती है जिसमें दी गई समस्या से सम्बन्धित प्रश्न होते हैं, परीक्षार्थी इन प्रश्नों को पढ़कर अपने अनुभव के आधार पर उनके उत्तर देता है और प्रयोगकर्ता या निर्देशक को लौटा देता है। गुडे तथा हाट्ट (Goode & Hatt, 1981) ने प्रश्नावली को परिभाषित करते हुए कहा है सामान्यत: प्रश्नावली से तात्पर्य एक ऐसे साधन से होता है जिसमें कागज में छपे हुए प्रश्न दिये होते हैं जिनके उत्तर परीक्षार्थी को स्वयं भरने होते हैं। प्रश्नों की संरचना के आधार पर प्रश्नावली दो प्रकार की हो सकती है। एक बंद या संरचित प्रश्न, दूसरी खुले या असंरचित प्रश्न। खुले रूप वाले प्रश्नों का उत्तर देते समय व्यक्ति सोचता है और लिखता है, जैसे आप के पसन्द का विषय कौनसा है। बंद रूप वाले प्रश्नों का उत्तर हाँ या ना अथवा दिये गये विकल्पों में से चुनकर दिये जाते हैं। जैसे क्या आप को लाल रंग पसन्द है-हाँ या नहीं। इस प्रकार प्रश्नावली के माध्यम से परीक्षार्थी के विषय में विभिन्न सूचनाऐं एकत्रित की जाती है।

(2) प्रेक्षण (Observation)

प्रेक्षण तकनीक के द्वारा प्रशिक्षित प्रेक्षक किसी के व्यवहार का प्रेक्षण करके उसका अध्ययन करता है। इस विधि में निर्देशक व्यक्ति के व्यवहारों तथा घटनाओं के दृश्य (visible) एवं श्रव्य (audible) पक्षों को क्रमबद्ध ढंग से देख-सुन कर उसका रिकार्ड तैयार करता है। प्रेक्षण विधि द्वारा आंकड़ा संग्रह करते समय शोधकर्ता यह प्रत्यक्षीकरण (perception) करता है कि लोग क्या कर रहे थे, और क्या कह रहे हैं तथा वह जो कुछ देखता व सुनता है उसे रिकार्ड कर लेता है जिसका बाद में विश्लेषण कर एक निश्चित निष्कर्ष पर पहुंचता है।

(3) समाजमिति (Sociometric)

इस तकनीक का प्रयोजन समूह में व्यक्ति विशेष के सामाजिक संबंधों का अध्ययन करना है। इस प्रविधि में समूह के सदस्यों का एक-दूसरे के प्रति स्वीकरण (acceptance) तथा अस्वीकरण (rejection) के सहारे समूह की संरचना, सामाजिक पद तथा व्यक्तित्वशील गुणों का अध्ययन किया जाता है। समाजमिति तकनीकों के प्राय: तीन प्रकार होते हैं (i) मनोनयन (ii) सामाजिक स्वीकरण (iii) कौन क्या या अनुमान लगाइए कौन? मनोनयन विधि में अपने पसन्द करने वालों का चयन करने को कहा जाता है जैसे आप अपने सबसे पंसदीदा मित्रों के नाम बताओ।

सामाजिक स्वीकरण के अन्तर्गत सामाजिक संबंधों के स्तरों का उल्लेख करते हैं अर्थात इसमें व्यक्ति अपनी पसन्द को व्यक्त करता है। 'अनुमान लगाओ' प्रविधि में कुछ लोगों के बारे में पहले बताया जाता है या विवरण दिया जाता है और उस विवरण के आधार पर उसे पहचानना होता है कि वो विवरण किस व्यक्ति से मेल खाता है। समाजमिति के आंकड़ों द्वारा समूह के अन्तर्गत उस व्यक्ति का कितना आकर्षण या अनाकर्षण है, यह ज्ञात होता है। इसके आधार पर निर्देशक को उस व्यक्ति की समस्याओं का समूह के संदर्भ में पता चलता है।

(4) आत्मकथा (Auto Biography)

आत्मकथा किसी व्यक्ति का अपने शब्दों में आत्म विवरण होता है। व्यक्ति का अध्ययन करने में प्रयुक्त निर्देशन तकनीक के रूप में आत्मकथा व्यक्ति विशेष की अभिरूचियों, योग्यताओं, व्यक्तिगत इतिहास, आशाओं, अभिलाषाओं, पसन्द-नापसन्द इत्यादि के संबंध में मूल्यवान सूचनायें प्रदान करती है।

(5) निर्धारण मापनी (Rating Scale)

निर्धारण मापनी अनुमति तथा स्थिति मापन के लिये प्रयुक्त की जाती है। निर्णय या निर्धारण किसी परिस्थिति, संस्था, वस्तु तथा व्यक्ति के सम्बन्ध में ज्ञात किया जाता है। निर्णय की अभिव्यक्ति मापनी पर की जाती है। यह मापनी द्वि-धुरवि (Bi-Polar) होती है। इसमें गुणात्मक रूप से मापन किया जाता है परन्तु विद्यार्थी को स्थिति प्रदान करने के लिये उनकी क्षमताओं के मापन हेतु निर्धारण मापनी का प्रयोग करते हैं। विद्यार्थी की विभिन्न क्षेत्रों में उपलब्धि जानने हेतु रेटिंग की जाती है और स्थिति को महत्व देकर अंकों में बदल दिया जाता है।

निर्धारण मापनी द्वारा गुणात्मक रूप में विभिन्न पक्षों का मापन किया जाता है। इसके अन्तर्गत तीन, पांच या सात बिन्दुओं का वर्गीकरण रहता है।

(i)	सहमत	तटस्थ	असहमत		
	1	3	3		
(ii)	अतिउत्तम	उत्तम	औसत	औसत से निम्न	निम्न
	1	2	3	4	5

इस प्रकार ये 3 बिन्दु या 5 या 7 बिन्दु मापनी हो सकती है। किसी विद्यार्थी का जिस क्षेत्र में स्थिति या निर्धारण का पता लगाना होता है उस क्षेत्र से सम्बन्धित कथन बनाये जाते हैं एवं विद्यार्थी से उन कथनों से सम्बन्धित बिन्दुओं पर अपनी धारणा व्यक्त करने को कहा जाता है एवं उसके आधार पर अंकन किया जाता है। उदाहरणार्थ, किसी व्यक्ति के लिए गणित विषय का अध्ययन एक समस्या है, दूसरे व्यक्ति को गणित पढ़ने में कोई समस्या नहीं होती। इन दो स्थितियों में एक व्यक्ति की दूसरे व्यक्ति से तुलना करें तो उनकी समस्या का स्तर भिन्न-भिन्न हो सकता है। इस स्तर का निर्धारण गुणात्मक एवं मात्रात्मक दोनों प्रकार से किया जा सकता है।

गुणात्मक मापन	मात्रात्मक मापन	श्रेणी / ग्रेड
समस्या कभी नहीं	0	E

समस्या कभी-कभी	1	D
समस्या किसी प्रकरण विशेष पर	2	C
गंभी समस्या	3	B
अति गंभीर समस्या	4	A

शैक्षिक एवं व्यावसायिक निर्देशन में निर्धारण मापनी का बहुत अधिक उपयोग किया जाता है। ऐसे क्षेत्र जिनका वस्तुनिष्ठ ढंग से मापन संभव न हो, निर्धारण मापनी प्रविधि से उनका मात्रात्मक मूल्यांकन आसानी से किया जा सकता है। एक निर्देशक बहुत सी चीजों के संबंध में तथा बहुत से छात्रों के संबंध में थोड़े समय में सूचनाएं एकत्र करना चाहे, तब निर्धारण मापनी का प्रयोग काफी लाभप्रद होता है।

निर्धारण मापनी के प्रकार

बहुधा प्रयुक्त होने वाली कुछ निर्धारण मापनियाँ हैं -

(i) **विवरणात्मक निर्धारण मापनी -** यह व्यक्तित्व के गुणों, अभिवृत्तियां अथवा व्यक्ति के व्यवहार मापन के लिए प्रयुक्त होती है।

(ii) **रेखाचित्रीय (ग्राफिक) निर्धारण मापनी -** इस मापनी में संक्षिप्त विवरण द्वारा किसी गुण की मात्राओं का निर्धारण करने का प्रयास किया जाता है।

(iii) **बाधितवरण विधि -** यह विधि मापनकर्ता को दो विकल्पों में से किसी एक का चयन करने के लिए बाध्य करती है। यद्यपि दोनों विकल्प लगभग एक जैसे प्रतीत होते हैं, तथापि केवल एक कथन किसी गुण के होने या न होने को परिलक्षित करता है। इस प्रकार कई युग्म कथनों को दर्शाया जाता है और मापनकर्ता प्रत्येक युग्म में से कोई एक या दो विकल्प चुनता है।

(iv) **युग्मित तुलनात्मक निर्धारण मापनी -** यह मापनी एक संदर्भ बिन्दु के रूप में प्रयुक्त होती है। मापन करने योग्य कुछ विशेष प्रकार के छात्रों को छांटकर उनमें परस्पर तुलना की जाती है।

(v) **कोटिक्रम विधि -** इस विधि के अन्तर्गत छात्रों को पढ़ाने वाले कई अध्यापकों द्वारा अलग-अलग करके छात्रों के समूह को किसी गुण विशेष के अनुसार श्रेणीबद्ध किया जाता है। इसके पश्चात् प्रत्येक छात्र की सामान्य श्रेणी निर्धारित कर ली जाती है।

(vi) **व्यक्ति अध्ययन (Case Study) -** व्यक्ति अध्ययन के अन्तर्गत उन सभी उपलब्ध सूचनाओं का संकलन होता है जिनके आधार पर किसी एक व्यक्ति की व्याख्या करने में सहायता मिलती है। ये सूचनाऐं हैं - सामाजिक, शारीरिक, जीवनगत, परिवेशगत, व्यावसायिक आदि। व्यक्ति अध्ययन में सामाजिक इकाई के रूप में किसी एक व्यक्ति, एक परिवार, एक संस्था, एक समुदाय या संगठन आदि को लिया जा सकता है। इस सामाजिक इकाई का अन्वेषण तथा विश्लेषण करके उससे सम्बन्धित निष्कर्ष निकाले जाते हैं। समग्र सामाजिक इकाई (केस) का अध्ययन करने के पीछे मूल उद्देश्य यही होता है कि उसे पूर्ण रूप से जाना जा सके अर्थात् उससे सम्बन्धित सूचनाओं के लिए क्या एवं क्यों जैसे प्रश्नों के उत्तर प्राप्त किये जा सके।

व्यक्ति अध्ययन के पीछे एक व्यापक विकासात्मक दृष्टिकोण होता है। निर्देशक या परामर्शदाता केवल समस्या के उपचार को जानने में ही रूचि न लेकर किसी व्यक्ति का विस्तृत अध्ययन इस उद्देश्य से करता है कि उसका समायोजन उचित हो सके। परामर्शदाता उसके गुण-दोष, योग्यता-न्यूनता, अच्छा-बुरा इन सभी तथ्यों का आकलन करके व्यक्ति के विकास एवं समायोजन के संभावित उपायों का पता लगाता है। व्यक्ति अध्ययन में निम्नलिखित आधारभूत सूचनाओं को एकत्र किया जाता है।

1- भौतिक, सामाजिक-आर्थिक तथा सांस्कृतिक परिवेश

2- परिवार की वर्तमान स्थिति तथा उसका इतिहास

3- व्यक्ति का स्वयं का विकास तथा उसकी वर्तमान स्थिति।

परिवेश, परिवार तथा उस व्यक्ति के स्वयं के विकास के संबंध में प्राप्त सभी प्रकार की सूचनाओं के परिप्रेक्ष्य में ही सम्पूर्ण व्यक्ति का विवेचन किया जाता है। वह जो कुछ है, वैसा उसे किन परिस्थितियों ने बनाया-इसके कारणों का विवरण दिया जाता है। इन निष्कर्षों के आधार पर ही उचित कार्यवाही करने की संस्तुति की जाती है।

(7) **संचयी** वृत्त **-** विद्यार्थी के मूल्यांकन की दृष्टि से संग्रहित सूचनाओं का अभिलेख संचयी-वृत्त कहलाता है। इसके अन्तर्गत किसी छात्र के सम्बन्ध में प्राप्त विभिन्न प्रविधियों द्वारा प्राप्त सूचनाओं का संग्रहण कर रख लिया जाता है। ताकि उस छात्र को आवश्यकता पड़ने पर उचित निर्देश या परामर्श दिया जा सके। संचयी वृत्त को निम्न रूप से परिभाषित किया जा सकता है ''संचयी-वृत्त अभिलेखन, संचयन तथा छात्रों के निर्देशन के लिए सूचनाओं का उपयोग करने की आवश्यक एक विधि है।''

निम्ननिखित बिन्दुओं के अन्तर्गत संचयी वृत्त में सूचनाओं को एकत्र किया जाता है :

i- व्यक्तिगत

- (i) नाम
- (ii) जन्म तिथि
- (iii) जन्म स्थान
- (iv) लिंग
- (v) निवास स्थान

ii- आवास/परिवार

- (i) माता-पिता का नाम
- (ii) माता-पिता का व्यवसाय
- (iii) माता-पिता जीवित हैं या दिवंगत हो गए हैं
- (iv) भाई-बहिनों की संख्या
- (v) आर्थिक स्थिति/माता-पिता की आय

iii- परीक्षण अंक

(i) सामान्य बुद्धि

(ii) उपलब्धि

(iii) शैक्षिक एवं सह-शैक्षिक गतिविधियों में उपलब्धि

iv- विद्यालय में उपस्थिति

(i) वर्ष भर में उपस्थित दिनों की संख्या

v- स्वास्थ्य

(i) शारीरिक अपंगता यदि है तो उसका अभिलेख

(ii) टीकाकरण का अभिलेख

(iii) कोई राग जिससे वह पीड़ित हो

vi- विविध

(i) व्यावसायिक योजना

(ii) पाठ्येत्तर क्रियाकलाप

(iii) अध्ययन के दौरान सेवा कार्य

(iv) परामर्शदाता की टिप्पणी

विद्यार्थी के बारे में निर्मित संचयी वृत्त का महत्त्व अध्यापकों, परामर्शदाताओं और प्रशासकों के लिए है। इन लोगों को विद्यार्थी के बारे में महत्त्वपूर्ण सूचनाऐं इसी संचयी वृत्त से प्राप्त होती है।

(8) साक्षात्कार (Interview)

मनोविज्ञान, समाजशास्त्र, मानवशास्त्र तथा शिक्षा में कुछ ऐसे प्रदत्तों या आंकड़ों की मांग होती है जो व्यक्ति के अपने अनुभव पर आधारित होते हैं तथा जिसे व्यक्ति स्वयं ही वर्णित करता है। ऐसे आंकड़ों के संग्रह के लिए साक्षात्कार विधि का प्रयोग किया जाता है। सामान्यत: दो या दो से अधिक व्यक्तियों द्वारा किसी विशेष उद्देश्य से आमने-सामने की गई बातचीत को साक्षात्कार कहा जाता है। जिन उद्देश्यों को ध्यान में रखकर साक्षात्कार किया जाता है उसके अनुरूप साक्षात्कार भिन्न-भिन्न प्रकार के होते हैं :-

(i) निदानात्मक साक्षात्कार (Diagnostic interview) – इस प्रकार के साक्षात्कार का उद्देश्य समस्या के निदान को खोजकर उसका उपचार करना होता है।

(ii) शोध साक्षात्कार (Research interview) – इस तरह के साक्षात्कार का मुख्य उद्देश्य शोध समस्याओं के प्रस्तावित समाधान के बारे में विस्तृत ब्यौरा तैयार करना होता है।

(iii) नैदानिक साक्षात्कार (Clinical interview) – नैदानिक साक्षात्कार का उद्देश्य व्यक्ति के व्यवहारों में असामान्यता के पीछे छिपे कारणों का पता लगाकर उपयुक्त उपचार का वातावरण तैयार करना होता है।

(iv) **चयन साक्षात्कार (Selection interview)** – इस तरह के साक्षात्कार का उद्देश्य यह पता लगाना होता है कि विषयी कहाँ तक अपनी मनोवृत्ति, अभिक्षमता, क्षमता, अनुभव एवं योग्यता के आधार पर अमुक पद या नौकरी के लिए कहाँ तक योग्य होगा।

(v) **केन्द्रित साक्षात्कार (Focused interview) –** केन्द्रित साक्षात्कार का सम्बन्ध ऐसे लोगों या विषयी से होता है जिसने स्वयं किसी घटना विशेष जैसे किसी दुर्घटना या कोई विशेष चलचित्र देखा हो या कोई विशेष कमेन्ट्री सुनी हो। इस प्रकार के साक्षात्कार में सिर्फ उन्ही परिस्थितियों पर प्रकाश डाला जाता है जिनका विश्लेषण साक्षात्कार के पहले किया जा चुका होता है।

साक्षात्कार सूचना के आधार पर निम्न दो प्रकार के हो सकते हैं -

(i) **संरचित साक्षात्कार (Structured interview) &** इस प्रकार के साक्षात्कार में साक्षात्कारकर्ता जिस उद्देश्य पर साक्षात्कार लिया जाना है उसके आधार पर पूर्व निर्मित प्रश्नों को विषयी से पूछता है एवं उसके उत्तरों को एक फार्म में रिकार्ड किया जाता है एवं इन उत्तरों के आधार पर एक खास निष्कर्ष पर पहुंचने का प्रयास किया जाता है।

(ii) **असंरचित साक्षात्कार (Unstructured interview)** - इस प्रकार के साक्षात्कार में साक्षात्कारकर्ता विषयी से प्रश्न किस आधार पर, किस क्रम में किस ढंग से पूछेगा यह पूर्व निर्धारित नहीं होता है। उस विशेष परिस्थिति में क्या और किस ढंग से पूछा जाना है यह साक्षात्कारकर्ता की मर्जी पर निर्भर करता है।

छात्रों को मार्गदर्शन देने में साक्षात्कार प्राय: उपयोगी होता है। इसके द्वारा विशेष परिस्थितियों में कमसमय में सूचनाऐं एकत्रित करके परामर्श देना संभव होता है।

बोध प्रश्न

प्र. 3 किसी व्यक्ति का अपने शब्दों में अपना स्वयं का विवरण क्या कहलाता है?

प्र. 4 रचना के आधार पर साक्षात्कार कितने प्रकार के होते हैं?

प्र. 5 समूह में व्यक्ति विशेष को सामाजिक संबंधों का पता लगाने हेतु किस तकनीक का प्रयोग किया जाता है।

12.3.2 मानकीकृत तकनीकें

निर्देशन एवं परामर्श के कार्य में यह निर्देशक या परामर्शदाता व्यक्ति के व्यक्तित्व, बुद्धि, सर्जनात्मकता, रूचि, अभिक्षमता, अभिवृत्ति आदि का पता लगाने हेतु विभिन्न प्रकार के मानकीकृत तकनीकों को प्रयोग में लाता है। ऐसे मनोवैज्ञानिक परीक्षण जिनकी विश्वसनीयता, वैधता एवं मानक निर्धारित होते हैं मानीकीकृत तकनीकों में शामिल किये जाते हैं। यहां हम कुछ ऐसे ही मानकीकृत मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का विवरण देखेंगे जिनकी सहायता से एक परामर्शदाता व्यक्ति के विभिन्न पक्षों का मापन कर सकता है।

(i) अभियोग्यता परीक्षण (Aptitude Test)

व्यक्तिगत विभिन्नताओं का एक मुख्य कारण अभियोग्यता में अन्तर होना भी है। अभियोग्यता से तात्पर्य है कि किसी विशेष कार्य को करने की किसी व्यक्ति में कितनी और किस स्तर की क्षमता है इसके अतिरिक्त उस जन्मजात आन्तरिक या स्वाभाविक योग्यता का अनुमान लगाया जाता है जिसका अधिकतम विकास अधिगम अथवा दूसरे अनुभवों द्वारा संभव है। अभियोग्यता का विकास अधिगम या प्रशिक्षण द्वारा किया जाना तो संभव है परन्तु एक निश्चित बिन्दु से आगे इसका विकास किया जाना संभव नहीं होता है। यही कारण है कि कोई व्यक्ति डॉक्टर बनने के लिए, तो कोई अध्यापक या नेता या अभिनेता बनने की योग्यता रखता है। मनोविज्ञान में इसी जन्म-जात मानसिक विशिष्ट योग्यता को अभियोग्यता या अभिक्षमता के नाम से जाना जाता है।

फ्रीमेन के अनुसार - ''अभियोग्यता एक योग्यता या विशेषताओं का समूह है, जो यह संकेत करता है कि व्यक्ति किस विशेष ज्ञान, योग्यता या प्रतिक्रियाओं के समूह जैसे-भाषा बोलने की योग्यता, संगीतज्ञ बनने, यांत्रिक कार्य करने की योग्यता का विकास करता है।''

बिंघम के शब्दों में - ''अभियोग्यता किसी एक व्यक्ति के प्रशिक्षण के उपरान्त उसके ज्ञान, दक्षता या प्रतिक्रियाओं को सीखने की योग्यता है।''

सुपर के अनुसार अभियोग्यता की निम्न चार विशेषताएं होती है :-

(1) विशिष्टता (Specificity)

(2) एकात्मक रचना (Unitary Composition)

(3) सीखने की सुविधा (Facilitation of Learning)

(4) स्थिरता (Constancy)

इस प्रकार हम कह सकते हैं कि अभियोग्यता एक योग्यता न होकर निश्चित योग्यताओं के सम्भावित विकास की भविष्यवाणी करने में सहायक है।

अभियोग्यता का मापन (Measurement of Aptitude)

अभियोग्यता के मापन द्वारा व्यक्ति की उस शक्ति का मापन किया जाता है जिससे निर्धारित क्रियाकलापों में सफलता उपलब्ध की जाती है अथवा उन क्रियाकलापों में निपुणता प्राप्त करना सीख जाता है। इस प्रकार हम अभियोग्यता परीक्षण द्वारा किसी व्यक्ति की वर्तमान उपलब्धियों के आधार पर उसके सम्बन्ध में अनुमान लगाते हैं ''कि इस विशेष क्षेत्र में उचित वातावरण एवं प्रशिक्षण मिलने पर उसे कितनी सफलता मिल सकती है।''

किसी भी क्षेत्र में अभियोग्यता परीक्षण का निर्माण करने के लिए उस विशेष क्षेत्र से सम्बन्धित तथ्यों का विश्लेषण करके विभिन्न तथ्यों के आधार पर प्रश्नों या कथनों का निर्माण किया जाता है। उदाहरण के तौर पर शिक्षक सम्बन्धी अभियोग्यता के मापन हेतु विभिन्न शिक्षण कौशलों को ध्यान में रखते हुए शिक्षक अभियोग्यता का मापन किया जा सकता है।

अभियोग्यता परीक्षण के प्रकार (Types of Aptitude Test)

(1) सामान्य अभियोग्यता परीक्षण (General Aptitude Test)

(2) विशेष अभियोग्यता परीक्षण (Specified Aptitude Test)

(3) विभेदी अभियोग्यता परीक्षण (Differential Aptitude Test)

(1) सामान्य अभियोग्यता परीक्षण (General Aptitude Test)

सामान्य अभियोग्यता परीक्षण वह है जो किसी सामान्य कार्य क्षमता का मापन करते हैं। इस वर्ग के अन्तर्गत सामान्य बुद्धि परीक्षण या सामान्य मानसिक योग्यता परीक्षण रखे जाते है क्योंकि ये किसी व्यक्ति की सामान्य भावी सफलता को बताते हैं। इनका प्रयोग शैक्षिक परिस्थितियों में व्यक्ति की निष्पादन क्षमता की संभाविता का मापन करने के लिए किया जाता है। इन परीक्षणों को शैक्षिक अभिक्षमता परीक्षण के नाम से भी जाना जाता है। इस प्रकार के परीक्षण में SAT तथा PSAT परीक्षण मालाऐं सम्मिलित है।

(2) विशेष अभियोग्यता परीक्षण (Specified Aptitude Test)

इस प्रकार के परीक्षण में किसी विशेष रोजगार से सम्बन्धित क्षमताओं का परीक्षण करते हैं। इन परीक्षणों का उपयोग उस समय किया जाता है जब किसी विशेष व्यवसाय अथवा किसी प्रकार के अन्य कार्य में व्यक्ति की कार्य करने अथवा दक्षता प्राप्त करने की जन्मजात योग्यता का मापन करना हमारा उद्देश्य होता है। जैसे लिपिक अभियोग्यता परीक्षण तथा संख्यात्मक योग्यता परीक्षण आदि।

(3) विभेदी अभियोग्यता परीक्षण (Differential Aptitude Test)

इस प्रकार के अभियोग्यता परीक्षण में अनेक प्रकार परीक्षणों का समूह या बैटरी होती है अर्थात इस प्रकार के परीक्षण में अनेक उप-परीक्षण शामिल होते हैं। इस प्रकार ये विभिन्न परीक्षण या उप-परीक्षण व्यक्ति की भिन्न-भिन्न क्षेत्रों में कुशलताओं का मापन करते हैं, क्योंकि इन परीक्षणों के द्वारा किसी व्यक्ति की विभिन्न प्रवणताओं में विभेद करना संभव होता है इसलिए ये परीक्षण विभेदी अभियोग्यता परीक्षण कहलाते हैं। इन परीक्षणों के अन्तर्गत शाब्दिक तर्क, सांख्यिक योग्यता, गहन तर्क, भाषा व्यवहार आदि के मापन से सम्बन्धित उप-परीक्षणों को शामिल किया जाता है।

मुख्य रूप से कुछ परीक्षण जैसे विभेदक अभियोग्यता परीक्षण (DAD), सामान्य अभियोग्यता परीक्षण बैटरी (GATB) अभिक्षमता सर्वेक्षण तथा अभिक्षमता वर्गीकरण परीक्षण (ACT) विदेशी अभियोग्यता परीक्षण हैं। इनमें से कुछ का भारतीय अनुशीलन (Adoptation) भी किया जा चुका है। इनमें से विभेदी अभियोग्यता परीक्षण का विवरण निम्न प्रकार है -

विभेदी अभियोग्यता परीक्षण (DAT)

विभेदी अभियोग्यता परीक्षण एक अत्यधिक प्रसिद्ध तथा बहुतायत से प्रयुक्त किया जाने वाला परीक्षण है। यह परीक्षण कक्षा 8 से 12 तक के लिए है तथा इसके दो प्रारुप उपलब्ध है। प्रत्येक खण्ड में आठ-आठ उप-परीक्षण हैं, जो निम्न प्रकार हैं -

- प्रथम परीक्षण पुस्तिका में चार परीक्षण होते हैं :-

(1) शाब्दिक तार्किक योग्यता (Verbal Ability – VA) - 30 मिनट

(2) संख्यात्मक योग्यता (Numerical Ability - NA) - 30 मिनट

(3) अमूर्त तार्किक योग्यता (Abstract Reasoning - AR) - 25 मिनट

(4) लिपिकीय गति तथा शुद्धता (Clerical Speed and Accuracy-CSA) - 6 मिनट

इस प्रकार ये चार उप-परीक्षण इसके प्रथम भाग में शामिल है, जिनके प्रशासन में कुल 91 मिनट का समय लगता है।

- द्वितीय परीक्षण पुस्तिका में भी चार परीक्षण होते हैं :-

(1) यांत्रिक तार्किक योग्यता (Mechanical Reasoning – MR) - 30 मिनट

(2) स्थानागत सम्बन्ध (Space Relation – SR) - 25 मिनट

(3) वर्तनी की क्षमता (Spelling Proficiency – SP) - 10 मिनट

(4) भाषा का उपयोग (Language Usage – LU) - 20 मिनट

इस प्रकार इसमें भी चार उप परीक्षण है, जिसमें कुल 85 मिनट का समय लगता है। इस विभेदी अभियोग्यता परीक्षण द्वारा किसी भी व्यक्ति या विद्यार्थी की इन आठ क्षेत्रों में अभियोग्यता का मापन कर निर्देशक उसे उस क्षेत्र विशेष हेतु उचित निर्देशन दे सकता है।

(ii) सृजनात्मकता परीक्षण

सृजनात्मकता का सामान्य अर्थ है किसी नई वस्तु का सृजन करना। समाज में कार्य करने वाले प्रत्येक व्यक्ति के कार्य या व्यवसाय में किसी न किसी रूप में सृजनात्मकता देखने को मिलती है। चित्रकार रंगों से मनचाही नवीन-कलाकृति की रचन करता है, कवि कविता रचते हैं, गीतकार गीत लिखता है। प्रत्येक व्यक्ति में सर्जन की संभावनाएं होती हैं और उनका विकास करना भी आवश्यक है।

विभिन्न विद्वानों ने सृजनात्मकता की परिभाषा भिन्न-भिन्न रूप से दी हैं -

1- **विल्सन, गिलफोर्ड एवं क्रिस्टेनसैन** के अनुसार - सृजनात्मकता एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा कोई नवीन उत्पत्ति हो एवं यह नवीन उत्पत्ति किसी समस्या के समाधान में सहयोगी हो।

2- **जेम्स ड्रेवन** के अनुसार - ''सृजनात्मकता अनिवार्य रूप से कोई नई वस्तु का सृजन करता है।''

3- **सी.बी. गुड** के अनुसार - ''सृजनात्मकता वह योग्यता है जो किसी समूह में विसतृत सत्यता का निर्माण करता है। सृजनात्मकता के कारक हैं - साहचर्य, आदर्शात्मक मौलिकता, सत्यता, लोच एवं तार्किक विकास की योग्यता।

इन परिभाषाओं पर विचार करने पर यह कहा जाता है कि सृजनात्मक का कार्य (1) उपयोगी होना चाहिए, (2) इस कार्य को समाज में मान्यता मिलनी चाहिए, (3) सृजनात्मक कार्य में दो या अधिक वस्तुओं के संयोग से नवीनता उत्पन्न की जानी चाहिये, (4) सृजनात्मकता से प्रतिभा का विकास होता है।

गिलफोर्ड ने सृजनात्मकता को शील गुणों के आधार पर परिभाषित किया है। उनके अनुसार व्यक्ति में वैयक्तिक भिन्नताओं को शील गुणों के आधार पर समझा जा सकता है। उसने सृजनात्मकता से सम्बन्धित निम्न शील गुणों की विवेचना की - समस्या के प्रति सामान्य संवेदना, चिन्तन प्रवाह, शब्द प्रवाह, साहचर्य प्रवाह, अभिव्यक्ति प्रवाह, वैचारिक क्षमता, मौलिकता आदि। इन गुणों को कारक

विश्लेषण (Factor analysis) के द्वारा समझा जा सकता है। गिलफोर्ड ने हमारी मानसिक प्रक्रिया या बौद्धिक कार्य को तीन आधारभूत आयामों (basic dimension) संक्रिया (operation), सूचना सामग्री या विषय-वस्तु (contents) तथा उत्पाद (products) में बांटा। संक्रिया से हमारा तात्पर्य उस मानसिक चेष्टा से होता है जिसकी मदद से हम किसी भी विषय वस्तु पर चिन्तन या मनन करते हैं एवं जिस भी सूचना सामग्री पर चिन्तन या मनन करते हैं उसे विषय-वस्तु कहा जाता है। इस प्रकार विषय-वस्तु को लेकर जिस प्रकार की चिन्तन या मनन की प्रक्रिया की जाती हैं एवं उसके फलस्वरूप जो कुछ हमें प्राप्त होता है उसे उत्पाद का नाम दिया जाता है। गिलफोर्ड के अनुसार विषय वस्तु (content) में - चित्रात्मक, प्रतीकात्मक, विचार तथा व्यवहार प्रक्रिया (operation) के अन्तर्गत - ज्ञानात्मक, स्मरण, विचलित उत्पादकर्ता तथा मूल्यांकन, उत्पाद (product) में इकाइयाँ, वर्ग, प्रणालियाँ, रूप परिवर्तन एवं व्यवहार आते हैं।

सृजनात्मकता का मापन (Measurement of Creativity)

सृजनात्मकता का पता करने के लिए मानकीकृत सृजनात्मक परीक्षणों का प्रयोग किया जाता है। इस कार्य के लिए विदेशों में तथा अपने देश में विभिन्न परीक्षण उपलब्ध हैं, जिनमें से कुछ का उल्लेख यहां किया गया है-

1- विदेशों में निर्मित मानीकृत परीक्षण
   - (i) मिनीसोटा सृजनात्मक चिन्तन परीक्षण (Minnesota Tests of Creative Thinking)
   - (ii) गिलफोर्ड का बहु-विध चिन्तन उपकरण (Guilford's Divergent Thinking Instruments)
   - (iii) रिमोट एसोशियेसन परीक्षा (Remote Association Test½
   - (iv) बालक एवं कॉरगन का सृजनात्मकता उपकरण (Wallach & Korgan Creativity Instrument)
   - (v) सृजनात्मक योग्यता का ए.सी. परीक्षण (A.C. Test of Creative Ability)
   - (vi) टौरैन्स का सृजनात्मक चिंतन परीक्षण (Torrance Tests of Creative Thinking)

2- भारत में निर्मित मानकीकृत परीक्षण
   - (i) बाकर मेंहदी सृजनात्मक चिंतन परीक्षण (Bager Mehdi's Tests of Creative Thinking)
   - (ii) पासी सृजनात्मक परीक्षण (Passi's Tests of Creativity)
   - (iii) शर्मा बहु-विध उत्पादन योग्यता परीक्षण (Sharma's Divergent Production Abilities Tests)
   - (iv) सक्सेना सृजनात्मक परीक्षण (Saxena's Tests of Creativity)

जैसा कि हम जानते हैं कि सृजनात्मकता बहुत सारी योग्यताओं और बौद्धिक कारकों एवं विभिन्न गुणों का एक जटिल सम्मिश्रण है। इन विशिष्ट गुणों का अध्ययन ऊपर वर्णित परीक्षणों द्वारा किया जा सकता

है। दूसरे शब्दों में सृजनात्मकता परीक्षण द्वारा शाब्दिक (verbal), अशाब्दिक (non-verbal) व्यवहार एवं कार्यात्मक व्यवहार को आधार बनाकर सृजनशील व्यक्तित्व तथा व्यवहार के लिए आवश्यक माने जाने वाले विशेष गुणों, कारकों तथा आयामों जैसे प्रवाहात्मकता (fluency), लचीलापन (flexibility), मौलिकता (originality), विस्तारीकरण (elaboration), असाधारण उत्तर (unusual responses) आदि का भलीभांति निदान एवं मापन किया जा सकता है।

सर्जनात्मक परीक्षणों द्वारा सृजनात्मकता की परीक्षा कैसे ली जाए इसे बाकर मेंहदी सृजनात्मकता परीक्षण द्वारा स्पष्ट किया गया है -

बाकर मेंहदी सृजनात्मकता परीक्षण (Baquar Mehandi Test of Creativity)

इस परीक्षण की रचना सन् 1973 में की गयी। डॉ. बाकर मेंहदी द्वारा निर्मित यह परीक्षण नेशनल साइकोलोजीकल कार्पोरेशन आगरा द्वारा प्रकाशित किया गया है। मेंहदी ने इस परीक्षण को दो रुपों - शाब्दिक तथा अशाब्दिक रूप में प्रमापीकृत किया है। यह परीक्षण शिक्षण की सभी अवस्थाओं पर सृजनात्मकता का परीक्षण करने हेतु निर्मित किया गया है लेकिन पूर्व-प्राथमिक एवं प्राथमिक स्तर पर अध्ययनरत् विद्यार्थियों की सृजनात्मकता का अध्ययन इसके द्वारा नहीं किया जा सकता है। इस परीक्षण में गिलफोर्ड द्वारा बताए गए बहु-विध चिंतन के 6 प्राथमिक कारकों में से चार कारकों प्रवाहात्मकता, लचीलापन, मौलिकता एवं विस्तारीकरण को सम्मिलित किया गया है। इसके अन्तर्गत चार शाब्दिक तथा तीन अशाब्दिक उप-परीक्षण शामिल हैं।

शाब्दिक परीक्षण में निम्न 4 उप-परीक्षण शामिल है-

(1) परिणाम सोचो परीक्षण (Consequency Test) - निम्न परिस्थितियों में सोचो कि क्या-क्या हो सकता है, जितने विकल्प सोच सकते हो सभी को लिखो।

(i) अगर हम सभी पक्षी का भांति उड़ सकते तो क्या होता?

(ii) अगर तुम्हारे विद्यालय के पहिये लग जायें तो क्या होगा?

(iii) अगर आदमी को भोजन की जरूरत न हो तो क्या होगा?

इन प्रश्नों के उत्तर निश्चित नहीं है, परिस्थितियों के काल्पनिक होने के कारण अभ्यार्थी को उत्तर देने में कल्पना जगत् में उड़ने एवं मौलिकता दर्शाने की पूर्ण छूट होती है।

(2) अप्रचलित उपयोग परीक्षण (Unusal Uses Test) - निम्न में से प्रत्येक पदार्थ को जितने नवीन और असाधारण ढंग से आप प्रयोग में ला सकते हो, लिखो-

(i) पत्थर का टुकडा (ii) लकड़ी की छड़ी (iii) पानी

(3) नवीन संबंध परीक्षण (New Relationship Test)- निर्धारित समय 15 मिनट में निम्न शब्द युग्मों में जिस प्रकार के जितने सम्बन्धों की आप कल्पना कर सकते हैं, लिखिये-

(i) पेड़ तथा घर (ii) कुर्सी तथा सीढ़ी (iii) वायु एवं जल

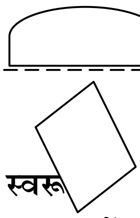
(4) वस्तु विशेष में सुधार (Product Improvement Test) - आपके पास एक खिलौना घोड़ा है सोचिये इसे किस प्रकार किन रूपों में अधिक उपयोगी, कारगार एवं समुन्नत किया जा सकता है।

इस पूरे परीक्षण में कुल 48 मिनट का समय दिया जाता है जिसमें पहले परीक्षण में 15 मिनट फिर दूसरे परीक्षण में 12 मिनट, तीसरे परीक्षण में 15 मिनट एवं अन्तिम परीक्षण के लिए 6 मिनट का समय निर्धारित किया गया है। परीक्षण द्वारा सृजनात्मकता के तीन कारकों - प्रवाह, लचीलापन तथा मोलिकता का मापन होता है। प्रवाह, लचीलापन एंव मौलिकता तीनों के निर्धारित मानकों के अनुरूप इनकी scoring की जाती है एवं शतांश मानक (percentile norms) ज्ञात करके परीक्षण का विश्लेषण (interpitation) एवं निष्कर्ष निकाले जाते हैं।

अशाब्दिक परीक्षण (Non-verbal Test of Creativity) - इन परीक्षण के अन्तर्गत तीन उप परीक्षण आते है-

(1) **चित्र बनाना (Draw a Figure) -** इस परीक्षण में दो साधारण रेखीय आकृतियां दी जाती है। प्रत्येक आकृति को अंग मानकर अभ्यार्थी को ऐसा चित्र बनाना होता है, जो कि अन्य कोई न सोच सके। चित्र बनाने के लिए कागज को किसी भी प्रकार घुमाया जा सकता है। चित्र को नवीन विचारों से अधिक से अधिक रोचक बनाना होता है। मौलिकता तथा विस्तारण पर अधिक बल दिया जाता है। चित्र का शीर्षक भी देना होता है। प्रत्येक चित्र बनाने के लिए 20 मिनट का समय दिया जाता है।

शीर्षक --



आकृति का स्वरू

(2) **चित्र पूर्ति (Picture Completion) -** इस परीक्षण में अपूर्ण आकृतियां दी होती हैं। प्रत्येक आकृति को रेखाओं की सहायता से पूर्ण करना होता है। इसमें भी अभ्यार्थी को एक नवीन चित्र बनाना होता है। चित्र ऐसा होना चाहिए जो परीक्षार्थी की मौलिकता को बताए। इस कार्य में 15 मिनट का समय दिया जाता है।

(3) **त्रिभुजाकार एवं अण्डाकार आकृति कार्य -** इस परीक्षण में सात त्रिभुजाकार तथा सात अण्डाकार आकृतियां दी गई है। प्रत्येक आकृति को अंक मानकर नवीन तथा रोचक चित्र बनाना होता है। प्रत्येक चित्र को अलग-अलग विचारों के आधार पर बनाया जाता है। इस परीक्षण के लिए भी 10 मिनट का समय दिया जाता है।

अगर दोनों परीक्षणों का प्रयोग किया जाना हो तो इसे दो बार में या अलग-अलग समय देकर प्रशासित करना चाहिये जिससे परीक्षार्थी में नीरसता न उत्पन्न हो और उसके द्वारा दिये गये जवाबों से नवीनता, मौलिकता एवं लचीलेपन की उचित जांच की जा सके। इस परीक्षण की विवरणिका में विद्यार्थी द्वारा दिये गये जवाबों का अंकन कैसे किया जाए एवं उन अंकों के आधार पर सृजनात्मकता की व्याख्या करने के उचित निर्देश दिये जाते हैं जिसके आधार पर परीक्षार्थी में सृजनात्मकता से सम्बन्धित विभिन्न योग्यताओं के लिए निष्कर्ष दिये जा सकते है।

व्यक्तित्व परीक्षण

व्यक्तित्व क्या है? इस विषय में प्रत्येक मनोवैज्ञानिक का अपना मत है।

- **आलपोर्ट (Allport)** के अनुसार - ''व्यक्तित्व व्यक्ति के भीतर उन मनोशारीरिक संस्थान का गत्यात्मक संगठन है जो वातावरण में उसके अपूर्ण समायोजन को निर्धारित करते हैं।
- **आर.बी. कैटल (R.B. Cattel)** - व्यक्तित्व वह है, जिसके द्वारा हम भविष्यवाणी कर सकते हैं कि कोई व्यक्ति किस परिस्थिति में क्या करेगा?
- **एच.जे. आईजनक (H.J. Eysenck)** - व्यक्तित्व व्यक्ति के शरीर, बुद्धि, ज्ञान एवं स्वभाव का कम या अधिक ऐसा स्थायी एवं स्थिर संगठन है जो वातावरण के साथ उसके समायोजन को निर्धारित करता है।

इस प्रकार इन सभी परिभाषाओं का विश्लेषण करें तो हम कह सकते हैं कि व्यक्तित्व व्यक्ति के भीतरी एवं बहारी गुणों का एक ऐसा पुंज है जिनके द्वारा व्यक्ति का वातावरण में व्यवहार प्रदर्शित होता है या वो अपने वातावरण में अपने आप को उन गुणों द्वारा समायोजित करता है। इन आन्तरिक एवं बाहरी गुणों के द्वारा हम व्यक्ति के व्यक्तित्व का मूल्यांकन कर सकते है। इस प्रकार व्यक्तिगत भिन्नताओं को जानने के लिए एवं व्यक्ति के व्यवहार में आने वाली विषमताओं को जानने के लिए विभिन्न प्रकार की मनोवैज्ञानिक तकनीकों का निर्माण किया गया।

व्यक्तित्व का मूल्यांकन (Assessment of Personality)

व्यक्तित्व के मूल्यांकन से तात्पर्य व्यक्ति में निहित शील गुणों के बारे में पता लगाकर यह निश्चित करना होता है कि वे किस सीमा तक संगठित या विसंगठित हैं। यदि ये संगठित होते हैं तो व्यक्ति का व्यवहार सामान्य होता है नहीं तो व्यक्ति असामान्य व्यवहार करता है। यदि इन गुणों के संगठन में कुछ असामान्यता है तो उसका प्रभाव व्यक्ति के समायोजन पर पड़ता है। व्यक्तित्व के मूल्यांकन की विभिन्न तकनीकों के द्वारा हम यह पता लगाने की कोशिश करते है कि कौन से गुणों का संगठन शक्तिशाली है व कौनसा गुणों की कमी के कारण व्यक्ति अपने वातावरण में समायोजन करने में असमर्थ है।

व्यक्तित्व का मूल्यांकन मुख्य रूप से तीन प्रकार की तकनीकों के द्वारा किया जा सकता है।

(1) आत्मनिष्ठ विधियाa (Subjective Methods)

(2) वस्तुनिष्ठ विधियां (Objective Methods)

(3) प्रक्षेपी विधियां (Projective Methods)

व्यक्तित्व मापन हेतु आत्मनिष्ठ विधियाँ जैसे अवलोकन, आत्मकथा, परिस्थिति परीक्षण, साक्षात्कार, जीवन कथा अथवा जीवन वृतांत, व्यक्ति इतिहास आदि का उपयोग किया जाता है जिनका विवरण हम पूर्व में पढ़ चुके हैं।

व्यक्तित्व के मूल्यांकन हेतु कुछ अनुसूची व प्रश्नावली निम्न प्रकार है -

1- बैल समायोजन नैदानिक अनुसूची

2- मिनीसोटा बहु-आयामी व्यक्तित्व अनुसूची

3- एडवड्र सव्यक्तिगत अभिव्यक्ति अनुसूची

4- कैटिल सोलह (16) व्यक्तित्व कारक प्रश्नावली (16PF)

इनमें से कुछ का विवरण निम्न प्रकार है :-

1. कैटिल सोलह (16)व्यक्तित्व कारक प्रश्नावली (16PF)(Cattle 16 Personal Factors Questionnaire)

इस परीक्षण का निर्माण कैटल ने कारक विश्लेषण (Factor analysis) के आधार पर किया है। ये प्रश्नावली न्यूनतम समय में व्यक्तित्व का सम्पूर्ण विवरण प्रस्तुत करती है। ये एक व्यापक प्रश्नावली है जो व्यक्तित्व के प्रत्येक कारक पर प्रकाश डालती है। इसका पहला प्रकाशन 1949 में हुआ था। उसके बाद इसमें कई सुधार किये गये। इसका नवीन प्रकाशन 1993 में किया गया जिसमें इसकी भाषा, प्रशासन, अंकन एवं व्याख्या को और सरल बनाने का प्रयास किया गया।

सोलह व्यक्तित्व कारक प्रश्नावली में व्यक्तित्व के 16 कारकों से सम्बन्धित 187 प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न एक वाक्यांश है। जैसे -

पद	अनुक्रिया
मैं टेबल देखन पसन्द करता हूँ	हाँ / कभी-कभी / नहीं

विषयी से प्रत्येक पद पर सत्यता से अनुक्रिया करने को कहा जाता है। यह परीक्षण व्यक्तित्व के 16 कारकों की विश्वसनीय सूचना प्रदान करता है। यह 16 कारक द्विधुरवीय (Bi-Polar) हैं। इस प्रश्नावली में इन 16 कारकों के उच्च प्राप्तांक व निम्न प्राप्तांकों का खास मतलब होता है, जिसे हम निम्न प्रकार बता सकते हैं।

	उच्च प्राप्तांक	अक्षर चिन्ह	निम्न प्राप्तांक
1.	प्रेमपूर्ण / हार्दिक	A (गर्म जोशी)	संकोची
2.	अधिक बुद्धिमान	B (तर्क)	कम बुद्धिमान
3.	स्थिर	C (भावात्मक स्थिरता)	भावुक
4.	दबंग	E (प्रभुत्व)	नम्र
5.	अधीर	F (सजीवता)	शांत या संयम
6.	विशिष्ट	G (चेतना)	तिकड़मी
7.	साहसी	H (सामाजिक साहस)	शर्मिला
8.	सौम्य	I (संवेदनशीलता)	सख्त
9.	संदिग्ध	L (सर्तकता)	भरोसेलायक
10.	काल्पनिक	M (विभिन्नता)	व्यावहारिक
11.	चतुर	N (निजी)	स्पष्टवादी

12.	संदेही/भययुक्त	O (शंका)	गंभीर
13.	प्रायोगिक	Q_1 (बदलने के लिए खुलापन)	प्रथावाला/परम्परागत
14.	आत्मनिर्भर	Q_2 (आत्मनिर्भरता)	समूह पर निर्भर
15.	नियंत्रित	Q_3 (पूर्णतावाद)	आकस्मिक
16.	तनाव / परेशान	Q_4 (तनाव)	आराम

16 PF प्रश्नावली का अंकन या तो कम्प्यूटर से किया जाता है या इसका अंकन हाथों की सहायता से भी कर सकते है। हाथ द्वारा अंकन करने के लिये स्टैनसिल का प्रयोग किया जाता है। हर उत्तर पर 0, 1, 2 के अंक प्रदान किये जाते हैं। लेकिन कारक (B) के उत्तर में सही पर 1 अंक व गलत पर 0 अंक प्रदान किया जाता है। प्रत्येक पद के प्राप्तांक उससे सम्बन्धित कारकों को प्रदर्शित करते हैं। परीक्षण के साथ दी गयी अंक कुंजी (स्कोरिंग की) द्वारा अंकन करके उन्हें प्रमाणित अंकों में परिवर्तित किया जाता है व किसी भी कारक के उच्च प्राप्तांक या निम्न प्राप्तांकों का विश्लेषण करके व्यक्तित्व की व्याख्या की जाती है।

(2) आइजिंग मोड़सले व्यक्तित्व अनुसूची (Eysenck Maudsely Personality Inventory)

यह अनुसूची व्यक्तित्व के दो पक्षों - स्नायुदौर्बल्य (neuroticism) तथा अन्तर्मुखी-बहिर्मुखी (Introversion-Extro-version) का मापन करती है। यह सामान्य एवं असामान्य दोनों ही प्रकार के व्यक्तियों के लिए उपयुक्त है। यद्यपि, परीक्षण प्रशासन की कोई निश्चित समय सीमा नहीं है फिर भी इसके लघु प्रारुप को पूरा करने में 3 से 5 मिनट का समय लगता है। बड़ी मापनी के लिए 15 से 20 मिनट का समय लगता है। लघु मापनी में 12 पद है व बड़ी मापनी में 48 पद है। उत्तर के लिए तीन विकल्प है हाँ, ?, नहीं। न्यूरो आयाम पर अधिकतम 48 अंक हो सकते हैं और एक्स्ट्रे (Extro) पर 48 हो सकते हैं। इसी प्रकार लघु मापनी में दोनों आयामों पर अधिकतम अंक 12-12 है। उन समस्त पदों का जिनका उत्तर हां में है 2 अंक प्रदान किये जाते है। इसके अतिरिक्त 14, 16, 18, 22, 24, 30, 36 और 40 आठ पदों के लिए जो एक्सट्रो आयाम से सम्बन्धित है और जिनके उत्तर नहीं में है, 2 अंक दिये जाते हैं। इस प्रकार प्राप्त आंकड़ों को मानक अंकों में परिवर्तित कर लिया जाता है एवं व्यक्तित्व के दोनों पक्षों की व्याख्या की जाती है।

बाद में आइजेन्क ने व्यक्तित्व की संरचना की व्याख्या करने के लिए एक और विमा को जोड़ा है, जिसका नाम मनोविक्षिप्तता (Psychoticism) है।

यह भी एक द्विध्रुवीय कारक है जिसे मनोविक्षिप्तता पराह की क्रियाएं कहा गया है। आइजेन्क व उनकी पत्नी जी.जी. आइजेन्क के अनुसार मनोविक्षिप्तता में क्षीण एकाग्रता, क्षीण स्मृति तथा क्रूररत का गुण पाया जाता है। ऐसे लोग समाज विरोधी, विद्वेषी तथा शंकालु प्रवृत्ति के होते हैं। इसके दूसरे छोर पर पराह की क्रियाएं होती है। इन तीनों विमाओं अर्थात् अर्तमुखता-बहिर्मुखता, स्नायु विकृति-स्थिरता तथा मनोविक्षिप्तता पराह की क्रियाओं को मापने के लिए आइजेन्क ने एक विशेष प्रश्नावली विकसित की

जिसे आइजेन्क व्यक्तित्व प्रश्नावली (Eysenck personality questionnaire or EPQ) कहा गया। इन तीनों विमाओं से सम्बन्धित कारक निम्न प्रकार है -

मनोविक्षिप्तता (Psychoticism)	बहिर्मुखता (Extroversion)	स्नायुविकृति (Neuroticism)
आक्रामक	अवसाद ग्रस्त	ला परवाह
दबंग	प्रमुख	दोषी भावना
अहंकार पूर्ण	प्रतिबिंब का अभाव	आत्मसम्मान की कमी
जोड़-तोड़	उत्तेजनापूर्ण	तनावग्रस्त
उपलब्धि उन्मुख	आवेगी	मूडी
सिद्धान्तवादी	जोखिम लेना	हाइपोकॉन्ड्रिक
मर्दाना	अर्थपूर्ण	स्वायत्ता की कमी
पदार्थ वादी	सक्रिय	जुनूनी

इस प्रश्नावली द्वारा किसी एक व्यक्ति के लिए इन तीनों विमाओं पर उच्च या निम्न प्राप्तांक प्राप्त करना संभव है और उस आधार पर व्यक्तित्व की व्याख्या की जा सकती है।

व्यक्तित्व मूल्यांकन हेतु प्रक्षेपण तकनीक

प्रक्षेपण तकनीकों से तात्पर्य है कि जिसमें व्यक्ति अपनी दबी हुई इच्छाओं को जो किसी परिस्थिति का सामना करने में असफलता के कारण अचेतन मन में संकलित हो जाती हैं, किसी नई वस्तु की ओर परिवर्तित करके प्रकट करता है। मुख्य विचार जिसके ऊपर प्रक्षेपी विधि आधारित हैं वह यह है कि कोई भी दो व्यक्ति किसी बाह्य वस्तु के लिए एक जैसे विचार प्रकट नहीं करते। उनके विचारों में अन्तर उनके व्यक्तित्व के कारण होता है। इस प्रकार किसी भी व्यक्ति के विचारों का प्रक्षेपण उसके व्यक्तित्व को समझने में सहायक होता है।

कुछ प्रमुख प्रक्षेपी विधियां निम्न है :-

(i) रोर्शाक का स्याही-धब्बा परीक्षण (Rorschack Ink-Blot Test)

(ii) प्रासंगिक अंतबेधि परीक्षण (Thematic Apperception Test or T.A.T.)

(iii) बालकों का अंतबेधि परीक्षण (Children Apperception Test or C.A.T.)

(iv) शब्द साहचर्य (Word Association Test)

(v) वाक्य पूर्ति परीक्षण (Sentence Completion Test)

इन तकनीकों के द्वारा व्यक्ति के अन्त:मन में छिपे विचारों एवं भावों को बाहर निकाल कर व्यक्तित्व का अययन किया जाता है।

अभिरूचि मापन (Measurement of Interest)

किसी भी व्यवसाय या कार्यक्षेत्र के चुनाव के लिए व्यक्ति की उस कार्य में रूचि होना अत्यन्त आवश्यक होता है। **बिंघम** ने रूचि को परिभाषित करते हुए कहा है कि ''रूचि किसी अनुभव में लिप्त हो जाने तथा उसे जारी रखने की प्रवृत्ति है। इस प्रकार हम कह सकते हैं कि यदि कोई विद्यार्थी अपनी रूचि के अनुरूप किसी व्यवसाय या कार्यक्षेत्र का चुनाव करता है तो उसे उस कार्य में सफलता एवं निष्पत्ति के अवसर ज्यादा होते हैं। इसलिए यह आवश्यक है कि व्यवसाय या विषय चुनाव से पूर्व रूचि के क्षेत्रों की जानकारी ले ली जाए। रूचि जानने के लिए विभिन्न मानकीकृत मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का निर्माण किया गया है, इनमें से कुछ निम्न प्रकार हैं -

(1) ई.के. स्ट्रांग की व्यावसायिक रूचि-अनुसूची (Strong's Vocational Interest's Blank)

स्टेनफोर्ड विश्वविद्यालय के ई.के. स्ट्रांग (1919) ने व्यावसायिक रूचि-अनुसूची का निर्माण तथा प्रमापीकरण किया। इनमें अनेक प्रकार के 420 पद है। यह पद विभिन्न व्यावसायिक, मनोरंजन क्रियाओं, विद्यालय-विषय एवं व्यक्तिगत विशेषताओं से सम्बन्धित हैं। इन अनुसूचियों को कई हजार लोगों, जो अनेक व्यवसाय में रूचि रखते हैं, जैसे वकील, इंजीनियर, डॉक्टर, शिक्षक, विक्रेता, किसान इत्यादि ने भरा है। इसके आधार पर स्ट्रांग ने पता लगाया कि इनमें किसी भी व्यवसाय में कार्य करने वाले व्यक्तियों की रूचियां अन्य व्यक्तियों की रूचियों से पृथक है। इस अनुसूची के पांच प्रतिरूप है- प्रथम पुरुषों को, द्वितीय स्त्रियों को (ये उन स्त्री-पुरुषों के लिए हैं जो अपना अध्ययन समाप्त कर चुके हैं), तृतीय पुरुषों के लिए, चतुर्थ स्त्रियों के लिए (ये उन स्त्री-पुरुषों के लिए हैं जो अध्ययन कर रहे हैं) एवं पंचम पुरुषों के लिए है, चाहे वे अध्ययन कर रहे अथवा नहीं।

यह अनुसूची17 वर्ष से अधिक आयु वाले व्यक्तियों के लिए उपयुक्त है। क्योंकि इस उम्र तक आते-आते व्यक्ति की रूचि स्थायी हो जाती है। इसके प्रशासन हेतु सम्पूर्ण निर्देश अनुसूची पर अंकित होते हैं। परीक्षार्थी को अनुसूची देते समय ये निर्देश समझा दिये जाते हैं जिससे वे समस्त पदों के सही-सही उत्तर दे सकें। इसे भरने हतु लगभग 50 मिनट का समय दिया जाता है। अनुसूची भरवाने के पश्चात् 420 पदों का अंकन स्टेंसिल द्वारा कर लिया जाता है और यह ध्यान रखा जाता है कि यह अनुसूची योग्यताओं का मापन न करके तुलनात्मक अध्ययन करती है। इसका विश्लेषण करते समय यह ध्यान दिया जाता है कि उसकी रूचि उन व्यक्तियों के समकक्ष है या नहीं जो उस व्यवसाय में सफलतापूर्वक कार्य करते हैं। अत: इस अनुसूचीके द्वारा केवल तुलनात्मक अध्ययन किया जाता है।

(2) हेपनर की व्यावसायिक रूचि-लब्धि (Hepner's Vocational Interest Quotient)

हेपनर ने चार प्रमुख कार्य क्षेत्रों की परख सूची बनायी है। इन चारों क्षेत्रों में प्रोफेशनल (24), वाणिज्य व्यवसाय (24), कौशल कार्य (20), तथा स्त्रियों के व्यवसाय (24) सम्मिलित है। एक व्यक्ति एक से अधिक क्षेत्रों से सम्बन्धित परीक्षा दे सकता है। इन चारों सूचियों की जांच करने को प्रत्येक में 167 पद हैं। इनके अंकन के आधार पर विश्लेषण करके व्यावसायिक रूचि का पता लगाया जाता है।

(3) कूडर अभिरूचि आलेख (Kudder's Preference Record)

इसके अन्तर्गत 10 अभिरूचि मापनियां तथा एक ऐसी पुष्टि करने वाली मापनी होती है, जिससे लापरवाही, गलतफहमी तथा सामाजिक रूप से तो वांछित पसन्द पर उत्तर नापसंदगी इत्यादि बातों का पता लगाया जाता है। इन अभिरूचि मापनियों के रूप में ये है : बाह्य मापनी, यांत्रिक मापनी, संगणनीय मापनी, वैज्ञानिक मापनी, प्रेरक मापनी, कला मापनी, साहित्य मापनी, संगीत मापनी, समाज सेवा मापनी तथा लिपिकीय योग्यता मापनी। इनमें दबावयुक्त पसन्द सूचक प्रश्नों का समावेश किया जाता है। इनमें उत्तरदाता यह बताते हैं कि वे तीन कार्य-कलापों में से किसको सर्वाधिक पसन्द करेंगे और किसको सबसे कम। प्राप्तांक विशिष्ट व्यवसायों के लिए न होकर 10 व्यापक अभिरूचि क्षेत्रों के लिए होते हैं।

बुद्धि परीक्षण

मनुष्य एक विवेकशील प्राणी है, वह सोच सकता है, तर्क कर सकता है, उसमें चिन्तन करने की क्षमता होती है, वह नवीन परिस्थितियों में समस्याओं के हल निकाल सकता है। मनुष्य की यह सभी विशेषताऐं उसे पशुओं से भिन्न एवं श्रेष्ठ साबित करती हैं। परन्तु ये सभी योग्यताऐं भी सभी में समान नहीं होती, हर व्यक्ति में भिन्नता पाई जाती है इसे व्यक्तिगत भिन्नता कहते हैं। इन भिन्नताओं का कोई न कोई कारण अवश्य होता है। सामान्य भाषा में इन कारणों को सम्मिलित रूप से विवेक कहा जाता है परन्तु मनोविज्ञान की भाषा में इसे बुद्धि कहा जाता है।

बुद्धि का अर्थ क्या है यह जानने के लिए विभिन्न मनोवैज्ञानिकों द्वारा दी गई परिभाषाओं पर यहाँ प्रकाश डालेंगे -

1- **स्टर्न (Stern)** के अनुसार ''बुद्धि व्यक्ति की वह सामान्य योग्यता है, जिसके द्वारा वह सचेत रूप से नवीन आवश्यकताओं के अनुसार चिन्तन करता है। जीवन की नई समस्याओं एवं स्थितियों के अनुसार अपने आपको ढालने की सामान्य मानसिक योग्यता 'बुद्धि कहलाती है।

2- **टरमैन (Terman)** के अनुसर ''व्यक्ति जिस अनुपात में अमूर्त चिन्तन करता है उसी अनुपात में वह बुद्धिमान कहलाता है।

3- **स्टॉडर्ड (Stoddard)** इन्होंने बुद्धि की व्यापक परिभाषा देते हुए कहा है ''बुद्धि में उन कार्यों को सम्पन्न करने की क्षमता होती है, जिसमें कठिनाई विषमता, अर्मूतता, मितव्ययता उद्देश्य के साथ, समायोजनशीलता, सामाजिक मूल्य तथा मौलिकता के गुणों का प्रयोग हो तथा जिन्हें सम्पादित करने में शक्ति की एकाग्रता तथा प्रत्यावर्त संवेगात्मक शक्तियों का सामना करना पड़े।

इन सभी परिभाषाओं का विश्लेषण किया जाए तो हम कह सकते हैं कि बुद्धि सीखने की योग्यता है, यह अमूर्त चिन्तन की योग्यता है, यह नवीन परिस्थितियों में समायोजन करने की योग्यता है या कह सकते हैं कि बुद्धि वह शक्ति है जिसके द्वारा व्यक्ति कठिनाइयों को दूर करके परिस्थिति के अनुसार अपने व्यवहार का संगठन करता है। इस प्रकार की योग्यता प्रत्येक व्यक्ति में भिन्न होती है जिसका निर्धारण करने हेतु मनोवैज्ञानिकों ने विभिन्न प्रकार के मानकीकृत परीक्षणों का निर्माण किया।

बुद्धि का मापन

बुद्धि परीक्षणों के एतिहासिक विकास के आधार पर इन्हें तीन भागों में विभक्त किया जा सकता है :

1- बिने पूर्व काल (Pre-Binet Period)

2- बिने काल (Binet Period)

3- बिने पश्च काल (Post-Binet Period)

1- बिने पूर्व काल - बुद्धि और उसके मापन का श्रेय व्यक्तिगत भिन्नताओं को जाता है। सन् 1796 में ग्रीनविच की ज्योतिष प्रयोगशाला में किनर बूूक नामक व्यक्ति सहायक पर्यवेक्षक नियुक्त हुआ। वह दूरदर्शी यन्त्रों की सहायता से ताराग्रहों की गति का अध्ययन तथा समय का लेखन करता था। उसकी गति धीमी थी। अत: उसे नौकरी से निकाल दिया गया। कालान्तर में ज्योतिषियों ने इस घटना पर विचार किया तथा निष्कर्ष निकाला कि प्रत्येक व्यक्ति में योग्यता व क्षमता भिन्न होती है। इसी घटना से व्यक्तिगत भिन्नताओं के आधार पर बुद्धि के अध्ययन का विचार विकसित हुआ। इस युग में शरीर की रचना, आकृति, सिर की बनावट आदि से बुद्धि के मापन का प्रयत्न किया जाता था। बुद्धि मापन का इतिहास फ्रांसिस गाल्टन के वैयक्तिक भेदों के अध्ययन से शुरू हुआ। गाल्टन ऐसे पहले मनोवैज्ञानिक थे जिन्होंने मानव में निहित विशेषताओं के एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी में स्थानान्तरित होने का अध्ययन किया। इन्होंने यह निष्कर्ष निकाला कि मानव में शारीरिक एवं मानसिक दोनों ही प्रकार की विशेषताएं आनुवांशिक होती हैं और इन्हीं आनुवांशिक विशेषताओं के मापन हेतु उन्होंने बहुत सारे परीक्षणों का निर्माण किया। उनके शिष्य कैटल ने उसके कार्य को आगे बढ़ाया। इस युग के परीक्षणों में कुछ दोष थे, जो इस प्रकार है :

(i) इस युग में निर्मित परीक्षण केवल बुद्धि को संवेदागों का पर्याय मानकर परीक्षण करते थे जो वास्तविक रूप से बुद्धि की प्रकृति की पहचान नहीं कर पाते थे।

(ii) जटिल क्रियाओं का मापन संभव नहीं था।

(iii) परीक्षण बहुत सरल एवं सीमित थे।

(iv) विशिष्ट मानसिक क्षमताओं का मापन संभव नहीं था।

2- **बिने काल -** बिने से पूर्व जितने बुद्धि-परीक्षण बने, उनकी प्रामाणिकता पर सन्देह होना स्वाभाविक था। 1904 ई. में पेरिस के विद्यालयों के छात्रों की असफलता का पता लगाने के लिए समिति का गठन किया गया था इस समिति का उद्देश्य छात्रों की असफलता के कारणों को जानकर उनकी शिक्षा की उचित व्यवस्था करना था। बिने एवं साइमन भी इस समिति के सदस्य थे। इन्होंने विभिन्न कागज-कलम परीक्षणों का निर्माण किया जिन्हें उन्होंने विभिन्न उम्र के बालकों पर प्रशासित किया। बिने ने अपने परीक्षणों द्वारा मानसिक योग्यता के जटिल कार्यों जैसे निर्णय, तर्क, स्मृति एंव अंकगणित तार्किक योग्यताओं का अध्ययन करने का प्रयास किया।

विभिन्न आयु स्तर वाले विद्यार्थियों पर परीक्षणों का प्रशासन करने से बिने एवं साइमन को एक विशेष आयु वर्ग हेतु प्रश्नों का चुनाव कर परीक्षण का निर्माण करने में सहायता मिली। जैसे उन्होंने देखा कि परीक्षण के किसी प्रश्न पर 8 वर्ष के बालकों में से अधिकांश ने सही उत्तर दिये परन्तु 7 वर्ष के ज्यादातर बालक उसका सही उत्तर देने में असमर्थ रहे तो उस प्रश्न को 8 वर्ष के

बालकों हेतु निर्मित परीक्षण में रख दिया गया, इस प्रकार बिने ने मानसिक आयु के सम्प्रत्यय का विकास किया। यदि कोई बालक 8 वर्ष के बालकों हेतु निर्मित परीक्षण को हल करने में समर्थ है तो उसकी मानसिक आयु 8 वर्ष मानी जाएगी।

(1) 1905 ई. में बिने एवं साइमन ने अपना पहला परीक्षण बनाया, जिसमें 30 प्रश्नों का निर्माण किया गया जो कि कठिनाई स्तर के अनुरूप व्यवस्थित किये गये, जिसके कुछ पद इस प्रकार है-

(i) दृष्टि सम्बन्ध

(ii) भोजन की पहचान

(iii) आकृति में बने प्रारूप का नाम देना

(iv) परिचित वस्तुओं की परिभाषा

(2) बिने साइमन ने 1908 में कुछ नए परीक्षण जोड़कर दूसरा परीक्षण बनाया। इसके अन्दर 3 से 13 वर्ष के बालकों हतु पद निर्मित किये गये थे। 3 साल के बालकों हेतु निम्न प्रकार के पद थे-

(i) नाक, आंख एवं मुख को चिन्हित करो

(ii) दो अंकों को दोहराओ - 3, 5

(iii) 6 शब्दों के वाक्य को दोहराओ

(iv) चित्रों की वस्तुओं का विवरण दो

(v) परिवार के नाम दो।

(3) 1911 ई. में बिने ने अपने परीक्षण में कई और सुधार किये जिसमें पुराने पदों को हटाकर नए पद जोड़े गए। 1911 में ही बिने की मृत्यु हो गई। उसके पश्चात् उसके आधार पर भी कई परीक्षणों का निर्माण हुआ। इस काल को बिने के पश्चात का काल कहा जाता है।

बिने-साइमन ने 1908 में मानसिक आयु का विचार दिया। मानसिक आयु से अभिप्राय उस आयु से है जो बुद्धि या मानसिक परीक्षण से निर्धारित होती है। किसी भी वास्तविक आयु का औसत मानसिक स्तर या मानसिक विकास की ओर संकेत करता है - उदाहरण के तौर पर आठ वर्ष का बालक यदि उस बुद्धि परीक्षण को हल कर लेता है तो उसकी मानसिक आयु 10 वर्ष होगी।

मानसिक आयु की गणना में त्रुटियां होने की संभावनाऐं होने के कारण मनोवैज्ञानिकों ने बुद्धिलब्धि का विचार प्रस्तुत किया। बुद्धि-लब्धि निकालने हेतु मनोवैज्ञानिकों ने निम्न सूत्र का प्रयोग किया -

$$\text{cf) \&yfC/k } (I.Q.) = \frac{\text{ekufld vk; } (Mental\ age)}{\text{okLrfod vk; } (Chronological\ age)} \times 100$$

माना कि एक बाल की वास्तविक आयु 12 वर्ष है वह 15 वर्ष के बालक के समान प्रश्नों को हल करता है तो उसकी मानसिक आयु 15 वर्ष होगी-

$$\text{cf) \&yfC/k} = \frac{\text{ekufld vk; } (15)}{\text{okLrfod vk; } (12)} \times 100$$

$$I.Q. = \frac{M.A.}{C.A.} \times 100 \qquad = \frac{15}{12} \times 100 = 125$$

इस प्रकार इस बालक की बुद्धि लब्धि 125 होगी। ये बालक औसत से उच्च बुद्धि की श्रेणी में रखा जाएगा। उन्होंने निम्न सारणी के अनुरूप बुद्धि-लब्धि का वितरण प्रस्तुत किया-

बुद्धि लब्धि वितरण सारणी

बुद्धि लब्धि	**वर्गीकरण**
160 - 169	अति श्रेष्ठ
150 - 159	
140 - 149	
130 - 139	श्रेष्ठ
120 - 129	औसत से उच्च
110 - 119	
100 - 109	औसत
90 - 99	
80 - 89	औसत से कम
70 - 79	
60 - 69	
50 - 59	मानसिक विक्षिप्त
40 - 49	
30 - 39	

बुद्धि परीक्षण के प्रकार : बुद्धि परीक्षणों को अलग-अलग आधार पर भिन्न-भिन्न प्रकारों में बांटा जा सकता है :

(1) प्रशासन के आधार पर
- (i) व्यक्तिगत परीक्षाएं (Individual Tests)
- (ii) सामूहिक परीक्षाएं (Group Tests)

(2) 'परीक्षा के रूप' के आधार पर
- (i) शाब्दिक परीक्षाएं (Verbal Tests)
- (ii) अशाब्दिक परीक्षाएं (Non-verbal Tests)

(3) कार्य की प्रकृति के आधार पर
- (i) कागज-कलम परीक्षण (Paper Pencil Tests)
- (ii) क्रियात्मक परीक्षण (Performance Tests)

इनमें से कुछ मुख्य परीक्षणों का विवरण निम्न प्रकार है :-

भाटिया बुद्धि परीक्षण (Bhatia's Intelligence Tests Battery)

यह एक निष्पादन बुद्धि परीक्षण (Performance Test) है। इस परीक्षण का निर्माण डॉ. सी.एम. भाटिया द्वारा भारतीय बालकों के बुद्धि मापन के लिए किया गया है। यह परीक्षण शिक्षित एवं अशिक्षित सभी बालकों के बुद्धि मापन के लिए उपयुक्त है। इस सम्पूर्ण बैटरी में पांच परीक्षण हैं जिन्हें पूरा करने हेतु भिन्न-भिन्न समय निर्धारित किया है-

(1) **कोह का काष्ठ प्रारुप परीक्षण** (Koh's Block Design Test) : कोह द्वारा निर्मित 17 अनुकृतियों में से इसमें 10 अनुकृतियों को शामिल किया गया है। इस परीक्षण में रंगीन लकड़ी के काष्ठ (Block) होते हैं। इनकी सहायता से विभिन्न प्रकार की अनुकृतियां बनाई जाती है। काष्ठ (Block) को देकर विषयी से इन अनुकृतियों को बनाने के लिए कहा जाता है। इसमें 1-5 अनुकृतियों हेतु 2 मिनट का एवं 6-10 अनुकृति बनाने हेतु 3 मिनट का समय निर्धारित किया गया है।

(2) **अलेक्जेंडर का स्थानान्तरण परीक्षण (Alexander's Pass Along Test) :** अलेक्जेंडर में 9 उप-परीक्षणों का प्रयोग किया गया था इनमें से 8 भाटिया बैटरी में लिए गए हैं। इसमें विषयी को 8 अनुकृतियां एक-एक करके दिखाई जाती हैं एवं विषयी को निर्देश दिये जाते हैं कि वो काष्ठों (Block) को उस अनुकृति के अनुरूप लगाए एवं यह ध्यान रखे कि लाल काष्ठ - नीले काष्ठ के अन्त में व नीला काष्ठ - लाल काष्ठ के अन्त में व्यवस्थित करे अत: लाल काष्ठ- लाल की तरफ एवं नीला काष्ठ नीली सतह की तरफ रहे। विषयी इन अनुकृतियों को निर्देशानुसार बनाता है। उसके सफल होने या असफल रहने के समय को अंकित कर लिया जाता है। इसके अन्तर्गत 1 से 4 प्रारुप में 2 मिनट एवं 5 से 8 प्रारुप के लिए 3 मिनट का समय निर्धारित है।

(3) **आकृति चित्रण परीक्षण (Figure Drawing Test) :** यह परीक्षण स्वयं सी.एम. भाटिया द्वारा निर्मित है। इस परीक्षण में बिना पेन्सिल उठाये कुछ आकृतियां बनानी पड़ती हैं। कुल 8 आकृतियां हैं प्रथम चार आकृतियों को बनाने के लिए 2 मिनट एवं अन्तिम चार में प्रत्येक के लिए 3 मिनट का समय निर्धारित किया गया है।

(4) **तत्काल ध्वनि स्मृति परीक्षण (Immediate Memory Test for Sounds) :** इसके अन्तर्गत दो परीक्षण है (i) तत्काल स्मृति सीधी (ii) तत्काल स्मृति उलटकर। सीधी ध्वनि में कम शब्दों से प्रारम्भ करके उसकी संख्या बढ़ाये जाते है जबकि उलटी ध्वनि में शब्दों का क्रम उलटा कर देते हैं एवं विषयी को ध्यान से सुनकर इन्हें दोहराना होता है।

(5) **चित्र रचना परीक्षण (Picture Construction Test) :** इस परीक्षण के अन्तर्गत किसी एक पूर्ण आकृति के टुकड़े दिये जाते हैं विषयी को उन टुकड़ों को जोड़कर उस आकृति का पूर्ण निर्माण करना होता है। ये चित्रों के टुकड़े चौकोर एवं आयताकार हैं। चित्र भारतीय वातावरण के अनुरूप हैं, और पांच में से चार का चयन बालकों की पत्र-पत्रिकाओं से किया गया है। प्रथम तीन में प्रत्येक के लिए 2 मिनट एवं अन्तिम दो में से प्रत्येक के लिए 3 मिनट समय निर्धारित है।

किसी भी उप-परीक्षण के भाग को असफल होने पर दुबारा करने के लिए नहीं दिया जाता है। समय के आधार पर प्रत्येक परीक्षण की सफलता एवं असफलता के आधार पर अंकन किया जाता है जैसे कोह काष्ठ परीक्षण में 1 मिनट में पूर्ण किये गये कार्य हेतु 3 अंक, 1 से 2 मिनट के लिए 2 अंक, 2 से 3 मिनट के लिए 1 अंक एवं समय सीमा के पश्चात् किये गये कार्य या असफलता में 0 अंक निर्धारित किया गया है। इसमें ज्यादा से ज्यादा विषयी 25 अंक प्राप्त कर सकता है।

इस प्रकार प्रत्येक परीक्षण का अंकन किया जाता है। प्रत्येक परीक्षण के लिए अंकन प्रक्रिया भिन्न है। अंकन समय सीमा के आधार पर ही किया जाता है।

इस परीक्षण के द्वारा दो प्रकार के मापकों की गणना की जाती है-

(i) बुद्धि-लब्धि गुणांक (Intelligence Qootients)

(ii) निष्पादन-लब्धि गुणांक (Performance Qootients)

(i) बुद्धि-लब्धि गुणांक (IQ) : इसकी गणना में पांचों परीक्षणों के अंकों को सम्मिलित किया जाता है जिससे मानसिक आयु का पता चलता है फिर उसे बुद्धि-लब्धि निकालने के लिए सूत्र में रखकर गणना कर ली जाती है।

(ii) निष्पादन-लब्धि गुणांक (PQ) : इसकी गणना में तत्काल-स्मृति परीक्षण के प्राप्तांकों को सम्मिलित नहीं किया जाता है। क्योंकि यह निष्पादन परीक्षण नहीं है। अन्य चारों परीक्षणों के प्राप्तांकों से निष्पादन लब्धि की गणना की जाती है। इसके द्वारा क्रियात्मक क्षमता का बोध होता है।

रैविन प्रगतिशील परीक्षण आकृतियां (Raven's Progressive Matrices)

यह परीक्षण रैविन द्वारा 1938 में सामान्य बुद्धि के मापन हेतु किया गया जो कि अशाब्दिक बुद्धि परीक्षण है। इसमें किसी भी भाषा का प्रयोग नहीं किया गया है। इस परीक्षण से जो लोग शब्द पढ़ने में असमर्थ हैं उनकी बुद्धि का मापन भी किया जा सकता है। इसे संस्कृति मुक्त परीक्षण (cultural fair test) भी कहा जाता है। क्योंकि इस पर किसी भाषा या संस्कृति का प्रभाव नहीं होता है। रैविन प्रोग्रेसिव मैट्रीसेज के तीन प्रारुप हैं :

1- स्टेण्डर्ड प्रोगेसिव मैट्रीसेज (SPM)

2. रंगीन प्रोगेसिव मैट्रीसेज (CPM)

3. उच्चतर प्रोगेसिव मैट्रीसेज (APM)

रैविन्स SPM परीक्षण व्यक्ति के अवलोकन कौशल, समस्या समाधान की योग्यता, स्पष्ट सोचने की क्षमता आदि का परीक्षण किया जाता है। इस परीक्षण में 5 सैट (A-E) होते हैं जिनमें से प्रत्येक में 12 पद है। इस प्रकार कुल पदों की संख्या 60 है।

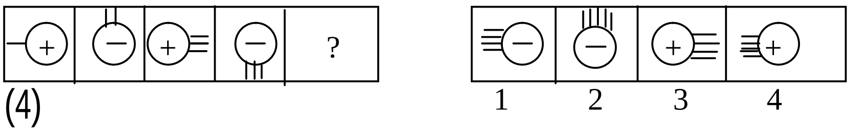
इस प्रगतिशील परीक्षण आकृति के पदों को दो खण्ड़ों में विषयी के समक्ष प्रस्तुत किया जाता है। प्रथम खण्ड को समस्या आकृति तथा द्वितीय खण्ड को उत्तर आकृति कहा जाता है। समस्या आकृति की पूर्ति के लिए उत्तर आकृतियों में से परीक्षार्थी को चयन करना होता है। समस्या आकृति का अपूर्ण रूप में प्रस्तुत किया जाता है। सही उत्तर के लिए अंक दिया जाता है। प्राप्तांकों के आधार पर अनुसूची में देखकर

बुद्धि-लब्धि या शतांश ज्ञात कर के उनकी व्याख्या की जाती है एवं बुद्धि स्तर के अनुरूप एक निर्देशक अपने विषयी को निर्देश देता है।

रैविन की प्रगतिशील परीक्षण की आकृतियों का उदाहरण -

समस्या आकृति

1-



उत्तर - (4)

12.4 निर्देशन एवं परामर्श में मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का उपयोग

पूर्व में हमने परामर्श एवं निर्देशन की विभिन्न तकनीकों के बारे में पढ़ा। इनमें से कुछ मानकीकृत तकनीक थीं और कुद अमानकीकृत तकनीक थीं। इन विभिन्न तकनीकों में विभिन्न प्रकार के मनोवैज्ञानिक परीक्षणों को शामिल किया गया है जिनकी सहायता से व्यक्ति के विभिन्न मनोवैज्ञानिक शीलगुणों (Psychological Traits) का अध्ययन किया जाता है। इन शील गुणों के अध्ययन से प्राप्त सूचनाओं का प्रयोग विभिन्न तरह के निर्देशों जैसे शैक्षिक निर्देशन, व्यावसायिक निर्देशन तथा व्यक्तिगत निर्देशन में किया जाता है। इन परीक्षणों के सहारे छात्रों को अपनी रूचि एवं रूझान के लिए अनुकूल शिक्षा के लिए विषयों का चयन करने में तथा फिर शिक्षा समाप्त करने के पश्चात् अपनी योग्यता के अनुरूप व्यवसाय के चुनाव में काफी सहायता मिलती है। इसके अलावा मनोवैज्ञानिक परीक्षणों के सहारे एक निर्देशक-व्यक्ति के भीतर व्याप्त सांवेगिक तनावों एवं मानसिक संघर्षों को भी समझ पाता है और उन्हें कम करने के लिए उचित निर्देशन दे पाता है। मनोवैज्ञानिक परीक्षणों के माध्यम से पूर्वानुमान लगाने में भी सहायता मिलती है जैसे किसी व्यक्ति या विद्यार्थी के बुद्धि, अभिक्षमता या रूचि परीक्षणों द्वारा उसकी भावी सफलताओं के लिए पूर्वानुमान लगाया जा सकता है। उदाहरण के तौर पर बुद्धि परीक्षण के द्वारा यह ज्ञात किया जा सकता है कि कौन छात्र मन्द बुद्धि है, सामान्य बुद्धि है या तीव्र एवं प्रतिभाशाली है। इसी आधार पर शैक्षिक निर्देशन प्रदान कर सकते हैं, उन्हें उनकी बुद्धि के अनुसार साहित्यिक, वैज्ञानिक तथा वाणिज्य इत्यादि विषय का चयन करने को प्रोत्साहित किया जा सकता है। इस प्रकार शैक्षिक निर्देशन हेतु निर्देशक बुद्धि परीक्षण द्वारा विभिन्न पाठ्यक्रमों का चयन करने में, छात्रों का वर्गीकरण करने में, असामान्य छात्रों का पता लगाने में, निदान कार्य में सफल हो सकता है। व्यावसायिक निर्देशन में भी बुद्धि परीक्षणों का सहारा लिया जा सकता है। प्रत्येक व्यवसाय हेतु अलग-अलग बुद्धि लब्धि की आवश्यकता होती है। जैसे प्रशासकीय व्यवसायों हेतु उच्च बुद्धि लब्धि की आवश्यकता होती है, श्रमिक, नाई, दर्जी आदि व्यवसायों में निम्न बुद्धि लब्धि बहुत होती है। इसी प्रकार रूचि एवं अभिक्षमता परीक्षणों द्वारा व्यावसायिक निर्देशन उचित प्रकार से दिया जा सकता है। इन परीक्षणों का प्रयोग निर्देशक निदान कार्य हेतु भी करते हैं। निदान से तात्पर्य एक ही व्यक्ति के व्यवहार के विभिन्न पहलुओं की विवेचना के आधार पर निर्देशक आसानी से इस बात का निदान कर लेते हैं कि काफी बुद्धि के बावजूद किसी विद्यार्थी का किसी विशेष वर्ग में कार्य निष्पादन क्यों खराब हो रहा है एवं उसके कारणों को जानकर उचित निर्देशन देने का प्रयास करता है। इस प्रकार परामर्श एवं निर्देशन कार्य में मनोवैज्ञानिक परीक्षण बहुत उपयोगी होते

हैं। इनके अभाव में उचित एवं विश्वसनीय सूचनाओं के प्राप्त न होने के कारण निर्देशन का कार्य सुचारू रूप से नहीं किया जा सकता है।

बोध प्रश्न

प्र. 6 बुद्धिलब्धि ज्ञात करने में कौनसा सूत्र उपयोग में लेते हैं?

प्र.7 भाटिया बुद्धि परीक्षण की सम्पूर्ण बैटरी में कितने बुद्धि परीक्षण सम्मिलित हैं?

प्र.8 व्यक्तित्व के अन्तर्मुखी एवं बहिर्मुखी व स्नायु दौर्बल्य कारकों का मापन किसके द्वारा किया गया?

12.5 सारांश

सभी प्रकार के निर्देशनों का उद्देश्य अपने बारे में तथा अपने परिवेश के बारे में निर्देशन प्राप्तकर्ता को जानकारी प्राप्त करने में सहायता देना होता है जिससे वो अपने शिक्षा के क्षेत्र में, व्यवसाय के क्षेत्र में व निजी कार्यों में उचित निर्णय लेने में सक्षम हो सके। इन सभी कार्यों के लिए एक निर्देशक को मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का सहारा लेना होता है। व्यक्ति से संबंधित आधारभूत आंकडों/सूचनाओं का संकलन करने की ये तकनीके, जिन्हें निर्देशक प्राय: उपयोग में लाते हैं मानकीकृत अथवा अमानकीकृत प्रविधियाँ होती है। अमानकीकृत तकनीकों के अन्तर्गत है-साक्षात्कार, निर्धारण मापनी, प्रश्नावली, प्रेक्षण, समाजमिति, आत्मकथा आदि। मानकीकृत तकनीकों में है - अभिरूचि, बुद्धि, अभिक्षमता, व्यक्तित्व, सर्जनात्मकता को मापने के परीक्षण आदि को शामिल किया गया है।

12.6 बोध प्रश्न

1 व्यक्तित्व के मूल्यांकन से क्या तात्पर्य है, व्यक्तित्व मूल्यांकन की किसी एक तकनीक का विस्तार से वर्णन करें?

2 मानकीकृत एवं अमानकीकृत तकनीकों में अन्तर स्पष्ट करें।

3 रूचि एवं बुद्धि परीक्षणों का शैक्षिक निर्देशन में महत्त्व स्पष्ट करें।

4 साक्षात्कार से आप क्या समझते हैं? इसे किन गुणों के मापन के लिए उपयोग में लिया जाता है?

12.7 शब्दावली

मानकीकृत (प्रमापीकृत)	Standardized
अमानकीकृत (अप्रमापीकृत)	Non-standardized
विषयी	Subject
शील गुण	Traits
व्याख्या	Interpretation
अंकन कुँजी	Scoring Key

द्विध्रुवीय	Bi-polar
बुद्धिलब्धि	Intelligence Quotient
मानसिक आयु	Mental Age
सांवेगिक तनाव	Emotional Tension
कार्य निष्पादन	Work Performance
मनोविक्षिप्तता-पराह की क्रियाएँ	Psychoticism Ego Function
क्षीण एकाग्रता	Poor Concentration
क्षीण स्मृति	Poor Memory
प्रत्यक्षीकरण	Perception
विश्वसनीयता	Reliability
वैधता	Validity
वस्तुनिष्ठता	Objectivity
मानक	Norms

12.8 सन्दर्भ ग्रन्थ

1- चौहान, एस.एस. (1991) एडवान्स एजूकेशन साइकोलोजी, विकास पब्लिशिंग हाउस, नई दिल्ली।

2- माथुर, एस.एस. (2009) शिक्षा मनोविज्ञान, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।

3- पाठक, पी.डी. (1982) शिक्षा मनोविज्ञान, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।

4- शर्मा, आर.ए. (2009) शिक्षा मापन के मूल तत्व एवं सांख्यिकी, आर.लाल बुक डिपो, मेरठ।

5- सिंह अरूण कुमार (2010) मनोविज्ञान, समाजशास्त्र तथा शिक्षा में शोध विधियाँ, मोतीलाल बनारसीदास, बंगलो रोड, दिल्ली।

6- मंगल एस. के. (2012) शिक्षा मनोविज्ञान, पी.एच.आई. लर्निंग प्राईवेट लिमिटेड, नई दिल्ली।

7- त्रिपाठी रघुवंश एवं सिंह राम निरंजन (1982) मनोवैज्ञानिक प्रयोग, रत्ना प्रिंटिग वर्क्स, कमच्छा, वाराणसी।

12.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

उत्तर 1 विश्वसनीयता, वैधता, मानक, वस्तुनिष्ठता

उत्तर 2 दो प्रकार के - वैयक्तिक परीक्षण व समूह परीक्षण

उत्तर 3 आत्मकथा

उत्तर 4 दो प्रकार के

उत्तर 5 समाजमति तकनीक

उत्तर 6 cf)yfC/k ¾ $\frac{\text{ekufld vk;q}}{\text{okLrfod vk;q}}$ ´ 100

उत्तर 7 5 परीक्षण

उत्तर 8 आइजैन्क द्वारा

इकाई 13

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप (Cognitive Interventions)

इकाई की रूपरेखा

- प्रस्तावना
- उद्देश्य
- परामर्शन हस्तक्षेप यसंप्रत्य :
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप परामर्शन की एक विधा :
- परामर्शन हेतु संज्ञानात्मक हस्तक्षेप तकनीक में निहित मुख्य संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं की विशेषताएँ
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप दार्शनिक व मनोवैज्ञानिक आधार :
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम के मूलभूत अभिग्रह
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम के लक्ष्य
- परामर्शन हेतु संज्ञानात्मक हस्तक्षेप की विविध तकनीक
- संज्ञानात्मक उपागम में परिवर्तन अर्जित करने की प्रविधियाँ तथा परामर्शदाता की आवश्यक विशेषताएँ
- सारांश
- शब्दावली
- अतिरिक्त संदर्भ ग्रंथ सूची

- निबंधात्मक प्रश्न

प्रस्तावना (Introduction):

व्यक्ति को अपने व्यवस्थित जीवन जीने लिए दैनिक जीवन से सम्बंधित बहुत सारी समस्याओं पर विजय पानी होती हैंव्यक्ति खुद हल कुछ समस्याएँ जो आसान प्रकृति की होती हैं उन्हें तो | कर लेता है और कुछ समस्याएँ ऐसी जटिल होती हैं कि उन्हें हल करने के लिए उसे विशेषज्ञ क ी मदद लेनी होती हैपरामर्श एक विशिष्टीकृत सेवा का पर्याय है जो समस्याग्रस्त व्यक्ति | वन ताकि वह समायोजित व खुशहाल जी ,को समस्याओं से निजात पाने में मदद करता है परामर्श सेवा के तहत समस्याग्रस्त व्यक्ति को जीवन के प्रत्येक क्षेत्र यथा |व्यतीत कर सके

तथा नौकरी जैसे जीवन के क्षेत्रों के अनुकूल समायोजित करने का ,समाज ,परिवार ,विद्यालय हो ओं को हल करने में सक्षमप्रतिदिन की समस्या-प्रयास किया जाता है ताकि वे अपनी दिन सके।

परामर्श सेवा बहुत सारी हस्तक्षेप विधियों द्वारा प्रदान की जा सकती है यथा संज्ञानात्मक , भावात्ामक |फिनोमेनोलॉजिकल इत्यादि ,गेस्तालत्वादी ,मनोविश्लेषणात्मक ,व्यवहारात्मक, ,का अर्थ संज्ञानात्मक परामर्शन हस्तक्षेप ,प्रस्तुत इकाई में आप संज्ञान की परिभाषा व अर्थ संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के उद्देश् ,संज्ञानात्मक हस्तक्षेप को परामर्शन की एक विधा के रूप मेंय , संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम की तकनीक व ,इसके मूलभूत अभिग्रह ,इसका कार्य क्षेत्र यन करेंगे।र पूर्वक अध्यप्रविधियां का विस्ता

उद्देश्य: (Objectives)

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप-

- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप का अर्थ बता सकेंगे एवं परिभाषित कर सकेंगे।
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के उद्देश्यों को बता सकेंगे।
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के कार्य क्षेत्र को बता सकेंगे।
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के सिद्धान्तों को बता सकेंगे।
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के आवश्यकताओं को बता सकेंगे।
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप से होने वाले लाभों को बता सकेंगे।

परामर्शन हस्तक्षेप: संप्रत्यय (Cognitive Intervention: Connotation)

व्यक्ति की समस्याओं एवं आवश्यकताओं के अनेक रूप होते हैंलक्ष्य का ,लक्ष्य का चयन-जैसे , परामर्शदाता | लक्ष्य की प्राप्ति हेतु सामर्थ्य का विकास और बाधाओं का निराकरण ,नियंत्रणव्यक्ति की आवश्यकताओं की पूर्ति हेतु सामर्थ्य का विकास और बाधाओं का निराकरणपरामर्शदाता | संवेग व्यवहार को प्रभावित,अनुभूति,व्यक्ति की आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए उनके संज्ञान फेल्थम और हार्टन | करता है तथा इसके लिए अनेक तकनीकों को प्रयुक्त करता है(2000) के अनुसार परामर्शन और मनोचिकित्सा ऐसी गतिविधियां हैं जो किसी सिद्धांत द्वारा रूप्चारितविविधता पायी जाती परामर्शन के सैद्धांतिक आधारों में 'समर्थित और निर्देशित होती है, | सम्प्रदाय आदि अनेक रूपों में संबोधित किया जाता है ,अभिमुखता उपागम ,जिसे हस्तक्षेप ,है परामर्शन और मनोचिकित्सा के क्षेत्र में हस्तक्षेपन का सम्बन्ध व्यक्तित्व के सिद्धांत के साथ रहा है | |तत्वों का समावेश देखा जा सकता है परामर्शन हस्तक्षेपन के वर्णन में अधिकांशतः चार

- मूल अभिग्रह का दर्शन
- मानव व्यक्तित्व और विकास का औपचारिक सिद्धांत

- नैदानिक सिद्धांत
- परामर्शन और मनोचिकित्सकीय संक्रियाएं और तकनीक

इन तत्वों को दृष्टिगत करते हुए यदि परामर्शन हस्तक्षेप किया जाय तो निश्चित तौर पर परामर्श प्राप्तकर्ता को अपने दैनिक जीवन तथा व्यावसायिक जीवन से सम्बंधित समस्याओं के समाधान में मदद की जा सकती है |

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप: परामर्शन की एक विधा (Cognitive Intervention: As a method of counseling)

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप को परामर्शन की एक प्रभावशाली विधा के रूप में जानी जाती हैसंज्ञानात्मक | हस्तक्षेप को परामर्शन की एक प्रभावशाली विधा के रूप में जानने से पूर्व संज्ञानात्मक मनोविज्ञान तथा |संज्ञान का मनोवैज्ञानिक अर्थ जानना बहुत ही आवश्यक है

संज्ञानात्मक मनोविज्ञान, मनोविज्ञान की एक नई शाखा है| कुछ मनोवैज्ञानिकों ने मनोवैज्ञानिक संज्ञान को सूचना संसाधन की प्रक्रिया माना है, तो कुछ लोग उसे मानसिक प्रतीकों के प्रहस्तन के रूप में मानते हैं, कुछ मनोवैज्ञानिकों का मत है कि मनोवैज्ञानिक संज्ञान समस्या समाधान के रूप में, चिन्तन के रूप में तथा विभिन्न मानसिक प्रक्रियाओं के रूप में होता है। इस प्रकार मनोवैज्ञानिक संज्ञान के बारे में पाँच दृष्टिकोण या उपागम प्रचलित हैं। इसलिये संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं पर विचार करते समय हमें इन सभी उपागमों को ध्यान में रखना चाहिए।

संज्ञान का तात्पर्य ज्ञान प्राप्त करने की प्रक्रिया से है, जिसमें समस्त मानसिक प्रक्रियाएँ शामिल होती हैं। संज्ञान या मानसिक क्रिया में अर्जन, संग्रहणपुनर्प्राप्ति एवं ज्ञान के उपयोग की प्रक्रियाएँ शामिल , हैं। इस प्रकार कहा जा सकता है कि संज्ञान में अनेक मानसिक प्रक्रियायें सन्निहित होती हैं तथा इन्हीं मानसिक प्रक्रियाओं के आधार पर किसी भी व्यक्ति को जिसे परामर्शन की आवश्यकता है हम परामर्श देते हैं |

संज्ञानात्मक मनोविज्ञान को परिभाषित करते हुए राबर्ट ने कहा है कि, संज्ञानात्मक मनोविज्ञान', मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं के सम्पूर्ण प्रसारसंवेदना से प्रत्यक्षीकरण-, तंत्रिका विज्ञान, प्रतिरूप, प्रतिभिज्ञा, अवधान, चेतना, अधिगम, स्मृति, सम्प्रत्यय निर्माण, चिन्तन, कल्पना, भाषा, बुद्धि, संवेग एवं विकासात्मक प्रक्रियाओं को सम्मिलित करता है और व्यवहार के अदृश्य क्षेत्रों को सीमा से बाहर करता है'|

इस प्रकार स्पष्ट है कि संज्ञानात्मक मनोविज्ञान समस्त मानसिक प्रक्रियाओं का एक वैज्ञानिक अध्ययन है।

संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं की अनेक विशेषताएँ होती हैं, जो आन्तरिक स्तर पर घटित होती हैं, उनका बाह्य प्रेक्षण नहीं किया जा सकता है।

जब संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के माध्यम से परामर्शन प्रक्रिया का कार्य पूर्ण करते हैं तो इन संप्रत्ययों तथा उपागमों को अवश्य हमें ध्यान में रखना चाहिए |

अभ्यास प्रश्न :

- संज्ञान से आप क्या समझते हैं?
- संज्ञानात्मक मनोविज्ञान को परिभाषित कीजिये|
- संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं के किन्हीं तीन अवयवों को लिखिए|

परामर्शन हेतु संज्ञानात्मक हस्तक्षेप तकनीक में निहित मुख्य संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं की विशेषताएँ (Salient features of cognitive processes used in cognitive interventions for counseling):

- संज्ञानात्मक प्रक्रियाएँ परस्पर सम्बन्धित होती हैं संज्ञानात्मक प्रक्रिया के विभिन्न तत्वों के बीच - जटिल अन्तःक्रिया होती है। एक निश्चित संप्रत्यय सीखने में कई सोपान तथा प्रक्रियाएँ सन्निहित होती है।
- संज्ञानात्मक प्रक्रियाएँ सक्रिय होती हैं संज्ञानात्मक उपागम की मान्यता है कि व्यक्ति वातावरण - नये ज्ञान एवं -भिन्न तरह की सूचनाओं को ग्रहण करने के लिए तत्पर रहता है। वह नये-से भिन्न विकास के लिए सतत् प्रयास करता है।
- संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं में सूक्ष्मता तथा शुद्धता पाई जाती हैइससे न -िर्णय में शुद्धता बढ़ती है।
- संज्ञानात्मक मनोविज्ञान में धनात्मक सूचनाओं की व्याख्या नकारात्मक सूचनाओं की तुलना में अधिक अच्छे ढंग से की जाती है। धनात्मक सूचनाएँ अधिक उपयोगी हैं।
- संज्ञानात्मक प्रक्रियाएँ आन्तरिक स्तर पर घटित होती हैं संज्ञानात्मक प्रक्रिय -ाओं का प्रत्यक्षतः प्रेक्षण नहीं कर सकते हैं। जैसे यदि हम किसी को कोई पाठ याद करते हुए या समस्या का - समाधान करते हुए या कोई निर्णय करते हुए देखते हैं, तो मात्रा देखकर निहित संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं के बारे में अनुमान नहीं लगाया जा सकता है।

संक्षेप में, संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं की कतिपय विशेषताएँ होती हैं तथा संज्ञानात्मक प्रक्रियाएँ आन्तरिक स्तर पर घटित होती हैं। उनका बाह्य प्रेक्षण नहीं किया जा सकता है।

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के माध्यम से जब परामर्शन की जाती है तो संज्ञान के अंतर्गत आनेवाली निम्न मानसिक प्रक्रियाओं पर ध्यान केंद्रित किया जाना चाहिए -

1- संज्ञानात्मक न्यूरोगतिविधियां (Cognitive neuro activities)
2- प्रत्यक्षीकरण (Perception)
3- पैटर्न पहचान (Pattern recognition)
4- अवधान (Attention)

5- चेतना (Consciousness)
6- स्मृति (Memory)
7- चिन्तन (Thinking)
8- संज्ञानात्मक विकास सम्बंधित पहलू(Cognitive developmental related aspects)
9- भाषा (Language)
10- प्रतिमावली (Imagery)
11- ज्ञान का निरूपण (Representation of Knowledge)
12- मानव बुद्धि एवं कृत्रिम बुद्धि (Human intelligence and Artificial intelligence)

1. **संज्ञानात्मक न्यूरोगतिविधियां (Cognitive-neuro activities):** इसमें संज्ञानात्मक मनोविज्ञान एवं न्यूरोविज्ञान सम्बंधित पहलू विशेषकर स्मृति, संवेदना, प्रत्यक्षीकरण, समस्या समाधान, भाषा संसाधन आदि से सम्बन्धित सिद्धान्तों एवं उनके जैविक आधारों को आधार मान कर संज्ञानात्मक परामर्शन किया जाता है।
2. **प्रत्यक्षीकरण (Perception)-** संवेदना को अर्थ देना प्रत्यक्षीकरण है। संज्ञानात्मक मनोविज्ञान का यह प्रमुख क्षेत्र है।
3. **पैटर्न पहचान (Pattern recognition)-** इसके अन्तर्गत व्यक्ति अपने पर्यावरणीय उद्दीपकों का शायद ही कभी एक एकाकी संवेदी घटना के रूप में प्रत्यक्ष करता है बल्कि इन उद्दीपकों को वह एक जटिल पैटर्न)complex patternके रूप में प्रत्यक्षण करता है। (
4. **अवधान (Attention)-** अवधान संज्ञानात्मक प्रक्रिया है। व्यक्ति किसी भी समय या एक समय पर सीमित वस्तुओं पर ही ध्यान दे पाता है।
5. **चेतना (Consciousness)-** चेतना का अध्ययन संज्ञानात्मक मनोवैज्ञानिकों के लिए काफी महत्वपूर्ण माना गया है, क्योंकि इन अध्ययनों से व्यक्ति के कई संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं को समझने में मदद मिलती हैं। इसका आशय वातावरण के बारे में बोध या समझ से है।
6. **स्मृति (Memory)-** संज्ञानात्मक मनोवैज्ञानिकों के लिए स्मृति महत्वपूर्ण क्षेत्र है। इनके स्मृति के दो प्रकार हैंलघुकालीन स्मृति एवं दीर्घकालीन स्मृति । लघुकालीन स्मृति में व्यक्ति सूचनाओं को - करीब20-30 सेकेण्ड तक ही संचित रख पाता है। दीर्घकालीन स्मृति में व्यक्ति सूचनाओं को लम्बे समय तक या स्थायी तौर पर संचित करके रखता है।
7. **चिन्तन (Thinking)-** चिंतन ऐसी प्रक्रिया है, जिसके माध्यम से प्राणी विभिन्न तरह की मानसिक प्रक्रियाओं द्वारा मानसिक प्रतिमाओं का निर्माण करता है। इसी प्रकार संप्रत्यय भी एक महत्वपूर्ण क्षेत्र है।
8. **संज्ञानात्मक विकास सम्बंधित पहलू (Cognitive development related aspects)-** इसके अन्तर्गत विभिन्न प्रकार की संज्ञानात्मक विकासात्मक प्रक्रियाओं को आधार मान कर संज्ञानात्मक परामर्शन किया जाता है। पियाजे ने इस क्षेत्र में विशेष कार्य किया है।
9. **भाषा (Language)-** भाषा संप्रेषण का सशक्त माध्यम है। यह योग्यता मात्रा मनुष्यों में पाई जाती है। चौमस्की ने इस क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य किया है।

10. **प्रतिमावली (Imagery)-** मानसिक प्रतिमावली को परिभाषित करते हुए यह कहा जाता है कि किसी अनुपस्थित वस्तु या घटना का मानसिक चित्राण करना ही मानसिक प्रतिमावली है। ऐसे अध्ययनों से संज्ञानात्मक मनोवैज्ञानिकों को स्मृति का स्वरूप समझने में सहायता प्राप्त हुई है। सूचनाओं को स्मृति में शब्दिक तथा काल्पनिक में से किसी रूप में या दोनों ही रूप में संचित किया जा सकता है। उसे द्विकूट संकेतन परिकल्पना कहते हैं।
11. **ज्ञान का निरूपण (Representation of Knowledge)-** ज्ञान के निरूपण से तात्पर्य है कि सूचनाओं का संकेतीकरण किस तरह से होता है और मस्तिष्क में संचित सूचनाओं के साथ वे किस तरह से संयोजित होती हैं। यह कार्य संप्रत्यात्मक निरूपण तथा संज्ञानात्मक शब्दार्थ संरचना के आधार पर होता है।
12. **मानव बुद्धि एवं कृत्रिम बुद्धि (Human intelligence and Artificial intelligenc**e)- बुद्धि एक प्रमुख संज्ञानात्मक प्रक्रिया है जिनमें अनेक मानसिक क्षमताएँ सम्मिलित होती हैं। सचमुच में यह एक सार्वभौम क्षमता है यह समायोजन, चिन्तन तथा उद्देश्यपरक व्यवहार करने में सहायक है। यह क्षेत्र भी संज्ञानात्मक मनोविज्ञान में सम्मिलित है।

अभ्यास प्रश्न

- संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं के किन्हीं तीन विशेषताओं को लिखिए|
- बुद्धि से आपका क्या तात्पर्य है ?
- ज्ञान का निरूपण से आप क्या समझते हैं ?
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के माध्यम से जब परामर्शन की जाती है तो संज्ञान के अंतर्गत एक परामर्श दाता को किन किन मानसिक प्रक्रियाओं पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए ?

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम (Cognitive Intervention Approach):दार्शनिक व मनोवैज्ञानिक आधार (Philosophical and Psychological Bases)

मनोचिकित्सा एवं परामर्शन के क्षेत्र में जब एक प्रणाली का विकास हुआ तो कुछ समय के बाद उसका विरोध भी शुरू हो गया इसी क्रम में मनोविश्लेषणात्मक प्रणाली का भी विरोध हुआ। मनोविश्लेषणात्मक प्रणाली के समर्थकों के बीच इसके अभिग्रहों के बारे में मतभेद आरम्भ हुआ। इसी मतभेद के बीच दूसरी उपचार प्रणाली के विकास का प्रयत्न आरम्भ हो गया। इसी प्रयास के तहत आरोन बेक (Aeron Beck, 1921) ने संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम को विकसित किया। बेक तार्किक संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम के प्रणेता अल्बर्ट एलिस के साथ ही ग्रीक, रोमन और पूर्व के दार्शनिकों (oriental philosophers) के विचारों से काफी प्रभावित थे। उन दार्शनिकों का मत था कि हम अपने जगत और स्वयं के बारे में जैसा चिन्तन करते हैं उसका हमारे संवेग और व्यवहार पर गहरा प्रभाव पड़ता है। गौतम बुद्ध ने भी कहा था हम

जैसा सोचते हैं वैसा ही होते हैं। हम जो कुछ हैं उसका उद्भव हमारे विचारों में होता है, अपने विचारों से हम संसार की रचना करते हैं।

1663-64 में चिन्तन और विषाद के सम्बन्धों पर आरोन बेक (Aeron Beck, 1921) ने नकारात्मक संज्ञान संप्रत्यय(concept of negative concept) प्रस्तुत किया और कहा कि विषाद से पीडित व्यक्ति जगत, भविष्य और स्वयं के बारे में नकारात्मक दृष्टिकोण को अभिव्यक्त करता है। विषाद चिन्तन का एक विकार है। अन्य मानसिक समस्याओं में भी संज्ञानात्मक विकार प्रदर्शित किया गया इसलिए उपचार हेतु संज्ञान के स्तर पर हस्तक्षेप की प्रणाली विकसित की गई। संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम में अनेक व्यवहार हस्तक्षेप तकनीकों को भी सम्मिलित किया गया है। इसलिए इस उपागम का प्रमुख रूप संज्ञानात्मक व्यवहार उपागम -(Cognitive Behavioural Approach(का होता है।

परामर्शदाता परामर्शी के लक्ष्यों की सिद्धि के लिए अनेक प्रकार से सहायता प्रदान करता है। परामर्शदाता परामर्शी के सम्मान और अधिकार की रक्षा करते हुए लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु उपयुक्त तकनीक का उपयोग करता है। यहाँ परामर्शन तकनीकों का उद्देश्य व्यक्ति को सशक्त करना होता है और ऐसा करते समय व्यक्ति की पसन्द, वरीयता, तकनीकी उपागम की वरीयता को भी ध्यान में रखा जाता है। विभिन्न परामर्शन उपागमों में व्यक्ति की सहायता करने के लिए हस्तक्षेप का बिन्दु उस व्यक्तित्व सिद्धान्त के आधार पर सुनिश्चित हो जाता है जिसके साथ उस उपागम का संबंध होता है। व्यक्तित्व सिद्धान्त द्वारा समस्या की व्याख्या अलगअलग ढंग से की जाती है-, किन्तु जैसा कि गार्डन जिंक्स (Garden Jinks, 2000) का विचार है सैद्धान्तिक आधार संबंधी विभिन्नताओं के बावजूद विभिन्न उपागम कुछ हस्तक्षेप तकनीकों का सुविधापूर्वक कतिपय अनुकूलनों(adaptations)के साथ उपयोग कर सकते हैं। हस्तक्षेप की प्रमुख तकनीकों को पाँच वर्गों में बाँटा जा सकता है। इस वर्गीकरण का आधार उन बिन्दुओं को बनाया गया है, जहाँ परामर्शन तकनीकें अपनी गतिविधियों को केन्द्रित करते हैं। ये हस्तक्षेप नीतियाँ (intervention strategy) संज्ञान (cognition), व्यवहार (behavior),बिम्ब (imagery)और अंतर्वैयक्तिक कारकों (interpersonal factors) को प्रभावित करने का प्रयत्न करती हैं।

अनुभूतियाँ (Feelings)- अनुभूतियों एवं भावनाओं के स्तर पर हस्तक्षेप करने के लिए परामर्शदाता परानुभूति(empathy) के विभिन्न स्तरों का संप्रेषण करने, भावनात्मक अभिव्यक्ति के लिए व्यक्ति को अवसर देने और रिक्तकुर्सी कार्य जैसी तकनीकों का उपयोग करता है।-

परानुभूति के स्तर की अभिव्यक्ति और संप्रेषण (Expressing and communicating levels of empathy)- परामर्शदाता की गतिविधियाँ परामर्शी के बारे में प्रत्यक्षण, संज्ञान, भावानुभूति आदि का विकास और संप्रेषण करने जैसी होती हैं। परानुभूति के स्तरों का अर्थ परामर्शी के बारे में बोधकी प्राप्ति की गहनता और उसके संप्रेषण से है। जिंक्स ने परानुभूति के स्तरों को तीन रूपों में विभाजित किया है-

i. सरल परानुभूति प्रतिक्रियाएँअनुभूतियों का प्रत्यावर्तन), वार्ता का सार संक्षेपण आदि(

ii. उच्च परानुभूति प्रतिक्रियाएँपरामर्शी के) अनुभवों के उन पक्षों के संदर्भ में संचार करना जिसके विषय में वह अनभिज्ञ था, यथा वार्ता के समय बिम्बों का वर्णन, उसके चेहरे पर तनाव, परामर्शी के बारे में परामर्शदाता की गहन अनुभूति वर्णन(

iii. सांस्कृतिक परानुभूति क्लायंट और उसकी संस्कृति के बीच की)अंतःक्रिया के बारे में समझ विकसित करना और क्लायंट को परामर्शदाता और उसकी संस्कृति के विषय में ऐसी ही समझ विकसित करने के लिए प्रेरित करना(

उक्त तीनों स्तरों पर परानुभूति का विकास और संप्रेषण परामर्शन संबंध को मजबूत बनाता है और भावानुभूति के क्षेत्र में हस्तक्षेप की क्रिया को संभव एवं सहज रूप प्रदान करते हुए परामर्शी की सहायता करता है।

भावनात्मक अभिव्यक्ति (catharsis): समायोजनात्मक एवं संवेगात्मक समस्याओं के क्षेत्र में परामर्शन कार्य के लिए परामर्शी के द्वारा भावनात्मक अभिव्यक्ति अत्यन्त महत्वपूर्ण होती है। भावनाओं को अभिव्यक्त करने का अर्थ है कि परामर्शी उन अनुभूतियों को जो दुखद हैं, जिनका संबंध विगत अनुभवों से है, जिनके विरूद्ध क्लायंट ने मनोरचनाएँ प्रयुक्त की हुई हैं, के साथ पुनः सम्पर्क स्थापित करे और उन्हें अभिव्यक्त करे। जिंक्स का कहना है कि परामर्शदाता विरेचन कार्य (cathartic work) दो रूपों में करा सकता है पहला अत्यल्प संरचित उपागम और दूसरा संरचित उपागम।-

अत्यल्प संरचित उपागम में परामर्शदाता सरल और उच्च परनुभूति पर शुद्धतापूर्वक ध्यान केन्द्रित करता है। इस क्रिया से स्वाभाविक रूप से क्लायंट को उसके संवेगों के साथ सम्पर्क की दिशा में उत्प्रेरित करने में सहायता मिलती है। विरेचन कार्य (cathartic work) में परानुभूति संबंधी व्यवहार उस समय अधिक प्रभावी होता है जबकि परामर्शी के वर्तमान अनुभवों पर अधिक ध्यान केन्द्रित किया जाता है। ऐसी स्थिति में परामर्शी अपने विगत् मनोघातों और दुखद स्मृतियों के क्षेत्र में भी प्रवेश कर जाता है। इस हालात में परामर्शदाता उसके अनुभवों पर परानुभूतिपूर्ण अनुक्रिया करता है। परामर्शी को सुरक्षित परिवेश की अनुभूति होनी चाहिए जिसमें वह सहजतापूर्वक भावनात्मक अनुभूतियों को प्रवाहित कर सके। यहाँ यह भी आवश्यक होता है कि उसके कार्य के लिए निर्धारित सत्र लचीला हो। विरेचन कार्य के अन्त में सत्र से बाहर जाने के लिए परामर्शी को मानसिक तैयारी हेतु थोड़ा समय दिया जाता है।

संरचित उपागम में किसी एक मनोआघात का वर्णन करने के कार्य पर इस रूप में केन्द्रित किया जाता है कि जैसे कि घटनाएँ अभी घटित हो रही हों| परामर्शदाता विवरण के भावनात्मक पक्ष पर केन्द्रित करता है। परामर्शी की चुप्पी, टिप्पणी, स्लिप ऑफ टंग (slip of tongue), वार्ता में रूकावट आदि अन्य अवाचिक सूचनाओं पर ध्यान केन्द्रित किया जाता है तथा परामर्शी को इसकी व्याख्या करने के लिए कहा जाता है, जिसके परिणामस्वरूप वह अपनी अनुभूतियों का गहराई सेअन्वेषण करता है।

रिक्त स्थान कार्य (Empty chair work)- इस तकनीक का उपयोग ऐसे परामर्शी के लिए किया जाता है जो अपनी भावनाओं को अभिव्यक्त करने लिए संघर्ष कर रह होते हैं। परामर्शी को दो पक्षों पक्षों की भूमिका निभाने के लिए के मध्य की वार्ता में दोनों (स्वयं एवं अन्य कोई महत्वपूर्ण व्यक्ति)) प्रोत्साहित किया जाता है। जिंक्स2000) ने इस द्विपक्षीय भूमिका निभाने के लिए दो या अधिक कुर्सियों पर बारीबार-ी से बैठते हुए इस कार्य के करने को अधिक लाभकारी बताया है। परामर्शी जब कभी भी यह कार्य जिस किसी बिन्दु पर बन्द करना चाहता है तब उसे अनुमति दी जाती है और प्रतिरोध के प्रति परानुभूतिपूर्ण अभिव्यक्ति करते हुए अन्वेषण कार्य सम्पन्न किया जाता है। इस प्रकार रिक्त स्थान कार्य विधि परामर्शी के बोध के स्तर को उठाने और जीवन की अनुभूतियों, संबधों, द्वन्द्वों को परामर्श कक्ष में लाने में उपयोगी सिद्ध होती है।

अभ्यास प्रश्न

- परानुभूति (empathy) से आप क्या समझते हैं ?
- रिक्त स्थान कार्य (Empty chair work) तकनीक को परिभाषित कीजिये |
- भावनात्मक अभिव्यक्ति (catharsis) का परामर्शन प्रक्रिया में क्या महत्व है ?
- परामर्शन प्रक्रिया में परानुभूति के स्तर (levels of empathy) की अभिव्यक्ति और संप्रेषण के महत्व को लिखिए |
- नकारात्मक संज्ञान (negative concept) क्या है ? यह व्यक्ति को कैसे प्रभावित करता है ?

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम के मूलभूत अभिग्रह (Basic Assumptions of Cognitive Intervention Approach):

परिवेश के साथ व्यक्ति का समायोजन स्थापित होने के लिए परिवेश, स्वयं अपने बारे में एवं अन्य लोगों के बारे में यथार्थपूर्ण सूचना की आवश्यकता होती है। हमारी ज्ञानेन्द्रियाँ आँख), कान , नाक, त्वचा एवं जीभमध्यस्थता स्थापित करके मौलिक सूचनाएँ अर्जित करती हैं। इन प्राप्त सूचनाओं परिवेश के साथ (के साथ चिन्तन, तर्क, कल्पना की प्रणालियाँ सम्मिलित होकर हमारे अन्दर व्यक्तियों ,घटनाओं एवं परिवेश के बारे में बोध जिस स्वरूप में विकास करता है, उसमें घटना का वस्तुनिष्ठ वर्णन ही नहीं अपितु हमारी व्याख्या, मूल्यांकन और निष्कर्ष का समावेश होता है।

संज्ञान का हमारी अनुभूतियों व्यवहार और दैहिक अवस्था के साथ सम्बन्ध के बारे में विश्वास इस सिद्धान्त का मूलभूत अभिग्रह है। यदि सामने उपस्थित व्यक्ति का संज्ञान आतंकवादियों के कृत्य को देखने में हो रहा है तो व्यक्ति की दैहिक अवस्था प्रभावित होगी, उसकी श्वसन क्रिया और हृदयगति तीव्र हो जायेगी, व्यक्ति को भय या क्रोध की अनुभूति होगी तथा उसका व्यवहार पलायन या आक्रमण के रूप में होगा।

बेक (Beck) ने व्यक्ति की अनुभूतियों और व्यवहार को प्रभावित करने वाले तीन प्रकार के संज्ञान का वर्णन किया है -

व्यक्ति को निरन्तर बाहरी परिवेश और आन्तरिक संरचना से सूचनाएँ प्राप्त होती रहती हैं जिसको आधार बनाकर हमारा मस्तिष्क उसे संज्ञानात्मक अर्थपूर्णता के रूप में प्रस्तुत करता है।

व्यक्ति के अनेक संज्ञान स्वतः स्फूर्त होते हैं, उनकी उत्पत्ति आन्तरिक संवाद द्वारा होती है। व्यक्ति के लिए ऐसे संज्ञानों का चेतन बोध प्राप्त होना आवश्यक नहीं होता है।

स्कीमा (Schema) ऐसी काल्पनिक संज्ञानात्मक संरचनाएँ होती हैं जो वर्तमान प्रसंग में आवश्यक सूचनाओं पर ध्यान केन्द्रित करने और अनावश्यक सूचनाओं की उपेक्षा करने के लिए अवछनन प्रणाली की भाँति हमारी सहायता करती हैं। स्कीमा अनकहा नियम या अन्तर्निहित विश्वास होता है जिसका आरम्भिक अनुभवों के माध्यम से विकास होता है।

बेक (Beck) के संज्ञानात्मक प्रतिरूप की अवधारणा यह है कि व्यक्ति की मनोवैज्ञानिक या संवेगात्मक समस्याओं का कारण परिस्थितियों और अनुभवों में नहीं बल्कि व्यक्ति के विकृत चिन्तन की प्रणाली में निहित होता है। जब अवस्था या कुसमायोजित स्कीमा विकसित और सक्रिय हो जाता है तब सूचना संसाधन (Information Processing) में विकृति आ जाती है। सूचना को व्यक्ति के अन्तर्निहित विश्वासों के अनुरूप परिवर्तित कर लिया जाता है या प्रतिकूल सूचनाओं की उपेक्षा कर दी जाती है। बेक ने विकृत सूचना संसाधन के तीन रूपों का वर्णन किया है-

1. ऐसा संज्ञानात्मक निष्कर्ष जिसका कोई आधार या समर्थन करने वाला साक्ष्य नहीं है।

2. चिन्तन की ऐसी शैली जिसमें व्यक्ति सदैव द्विध्रुवीय मूल्यांकन में किसी एक छोर पर पाया जाता है, मध्यवर्ती मूल्यांकन का स्वरूप नहीं पाया जाता है।

3. अधिकीकरण या अल्पीकरण का विचार आने पर संज्ञानात्मक प्रक्रिया या घटनाओं का मूल्यांकन या तो बढ़ा चढ़ाकर या अत्यन्त घटाकर प्रस्तुत करती है।

कुसमायोजनात्मक संज्ञानात्मक स्कीमा, संज्ञानात्मक विकृति और स्वतः स्फूर्त स्कीमाजो कि व्यक्ति को) संवेगात्मक विकार की दिशा मे ं ले जाते हैंको बेक ने अर्जित प्रक्रम माना है। उनके बहुकारक (सिद्धान्त(Multifactor theory) में मनोवैज्ञानिक समस्याओं को जनेटिक, बाल्यकालीन अनुभवों और सामाजिक अधिगम की अनुक्रिया के माध्यम से उत्पन्न रोग उन्मुखता (vulnerability) का प्रतिफल मानते हैं। तात्कालिक परिवेश के कारक अस्वस्थ संज्ञानात्मक प्रक्रिया के लिए सक्रियकरण का कार्य करते हैं।

संज्ञानात्मक विकृति के माध्यम से मनोवैज्ञानिक समस्याओं का रूप यथावत बना रहता है। एक बार अस्वस्थ स्कीमा सक्रिय हो जाती है तो व्यक्ति सूचनाओं का अवछनन करके उसे उस रूप में ही संसाधित करता है कि प्राप्त सूचना व्यक्ति की स्वयं अपने बारे में, अन्य लोगों, परिवेश एवं घटनाओं के बारे में विश्वास या व्याख्या के अनुरूप हो। पूर्वाग्रहपूर्ण सूचना संसाधन का प्रभाव संसाधन स्वचालित विचार पर भी पड़ता है। अन्ततः व्यक्ति का अस्वस्थसंज्ञान पुर्नबलित होता है और संवेगात्मक समस्याओं की निरन्तरता बनी रहती है।

अभ्यास प्रश्न

- विकृत सूचना संसाधनके तीन रूपों का वर्णन कीजिये |
- स्कीमा (Schema) को परिभाषित कीजिये |
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम के मूलभूत अभिग्रह को लिखें|
- संज्ञानात्मक विकृति क्या है?
- संज्ञानात्मक प्रक्रिया तथा मानव व्यवहार के मध्य सम्बन्ध का उल्लेख कीजिये|

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम के लक्ष्य (Goals of cognitive intervention)

संज्ञानात्मक उपागम का लक्ष्य व्यवस्थित प्रक्रिया के माध्यम से संवेगात्मक समस्याओं का उपचार और व्यवहार में परिवर्तन स्थापित करना होता है। वैसे संज्ञान में परिवर्तन स्थापित करना ही इस उपागम का प्रधान एवं प्रथम लक्ष्य है। किन्तु इस कार्य के लिए परामर्शी की सक्रिय सहभागिता भी काफी अनिवार्य होती है। परिवर्तन के लक्ष्य और प्रक्रिया की निम्न अवस्थाएँ होती हैं-

1. परामर्शी को संज्ञानात्मक प्रतिरूप और संवेग एवं व्यवहार में विचार की भूमिका के बारे में शिक्षित करना परामर्शी में समस्या का संप्रत्ययन विकसित करना।
2. परामर्शदाता परामर्शी को संज्ञानात्मक त्रुटियां, स्वतः स्फूर्त विचार और स्कीमा को चुनौती देने एवं व्यवहार में परिवर्तन की योजना बनाने तथा लक्ष्य निर्धारित करने के लिए सहायता देता है।
3. परामर्शी को स्वयं के लिए परामर्शदाता बनने हेतु सहायता दी जाती है।
4. परामर्शी के विकृत विचारों में दीर्घकालिक लाभ के लिए परिमार्जन उत्पन्न किया जाता है।
5. परामर्शी में उसकी समस्याओं की उत्पत्ति और अनुरक्षण के विषय में अन्तरिम परिकल्पनाओं के रूप में विश्लेषण का प्रतिपादन किया जाता है। यह विश्लेषणात्मक प्रतिपादन संज्ञानात्मक विकृति, पूर्वनिहित कारकों और तात्कालिक कारकों के पदों के रूप में तैयार किया जाता है।

अभ्यास प्रश्न

- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम के लक्ष्य का वर्णन कीजिये|
- संज्ञानात्मक हस्तक्षेप प्रविधि में परामर्शी को स्वयं के लिए परामर्शदाता बनने की सलाह दी जाती है,क्यों?

परामर्शन हेतु संज्ञानात्मक हस्तक्षेप की विविध तकनीक (Various techniques of counselling through cognitive intervention):

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप को परामर्शन की एक प्रभावशाली विधा के रूप में संज्ञान(Cognition)संज्ञान - के माध्यम से परामर्शन के विभिन्न क्षेत्रों में लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए विभिन्न प्रकार की तकनीकों का उपयोग किया जाता है। इनमें निम्न मुख्य हैं-

संज्ञानात्मक पुनर्गठन (Cognitive restructuring)- संज्ञानात्मक पुनर्गठन तकनीक व्यक्ति के विश्वास को बढ़ाकर उसके संवेगात्मक और व्यवहरात्मक प्रतिक्रिया में परिवर्तन के लिए सहायता करती है। यदि व्यक्ति का विश्वास अधिक तर्कसंगत रूप धारण कर ले तो व्यक्ति घटनाओं के प्रति अधिक उपयुक्त ढंग से अनुक्रिया करेगा। हस्तक्षेप के लिए व्यक्ति को A-B-C-मॉडल के आधार पर परामर्शन दी जाती है। इस मॉडल में A का तात्पर्य परामर्शन की पूर्व अवस्था को जानने से है अर्थात पूर्व कारण

(Antecedent causes) या घटना है, B का तात्पर्य विश्वास)Belief/Behaviour) से है जिसका संबंध स्वयं व्यक्ति से है, अन्य लोगों के विश्वास से होता है तथा C का तात्पर्य संवेगात्मक एवं व्यवहारात्मक परिणाम)emotional and behavioural consequencesसे है। इस प्रकार यदि किसी (घटना के घटित होने के पश्चात् उत्पन्न हुए व्यक्ति के घटना और उसको प्रभावित करने वाले कारकों के बारे में व्यक्ति के संज्ञान में विश्वास तथा तर्कसंगत रूप में रखा जाये तथा उसे अधिक व्यवहारोपयोगी आधृत वास्तविकता के रूप में ढाल कर पेश किया जाये तो उन ऋणात्मक संवेगों और प्रतिक्रियाओं को दूर किया जा सकता है जो कि ऋणात्मक विश्वास अथवा संज्ञान के कारण व्यक्ति के अंदर उत्पन्न हो गयी थी। संज्ञानात्मक पुनर्गठन की अन्य तकनीकें(Beck 1989; Meichenbaum 1977) व्यक्ति के स्वतः स्फूर्त विचारों तथा स्ववार्ता पर ध्यान केन्द्रित करती है। व्यक्ति को समस्यात्मक घटनाओं और उससे - संबंधित वार्ता के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। परामर्शदाता व्यक्ति को अधिक स्वस्थ अनुक्रिया अपनाने के लिए प्रेरित करता है। परामर्शदाता स्वचालित अनुक्रिया की आदत (habit of automatic response) को रोकने, कल्पनाओं में अधिक स्वस्थ प्रतिक्रिया का अभ्यास करने के लिए सहायता देता है।

नये परिप्रेक्ष्य का विकास (Development of new perspectives)- इस तकनीक द्वारा उन व्यक्तियों को जिन्होंने अपना संप्रत्ययन सदैव असमर्थ व्यक्ति के रूप में किया है, प्रोत्साहित किया जाता है और यह पुनर्विचार करने के लिए कहा जाता है कि उनके अपने नियंत्रण में क्या है। उनके समक्ष एक सकारात्मक चुनौती पेश की जाती है और घटनाओं को दूसरे ढंग से देखने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। इस प्रकार व्यक्ति अपनी कमियों के स्थान पर अच्छाइयों पर ध्यान केन्द्रित करता है। इर्गन (Ergan 1998) ने इस हेतु परानुभूति की दो परतों का संप्रत्यय प्रस्तुत किया है।

विगत्संबंध की रचना-वर्तमान- (Making past-present connection)- परामर्शी की संवेगात्मक प्रतिक्रियाओं की व्याख्या पूर्णतया वर्तमान परिस्थितियों के संदर्भ में नहीं की जा सकती है। अतः परामर्शदाता परामर्शी को उसकी संवेगात्मक अनुभूतियों को विगत अनुभवों के परिप्रेक्ष्य में देखने हेतु सहायता देता है। वर्तमान और विगत को जोड़ने के लिए रिक्त कुर्सी वार्ता विधि भी प्रयुक्त की जाती है।

सकारात्मक संसाधन अन्वेषण (Search of positive assets)- इस तकनीक में परामर्शी को उसके पुराने अनुभवों के पुनर्मूल्यांकन के लिए सहायता दी जाती है। व्यक्ति जहाँ ऋणात्मक मूल्यांकन विकसित कर लेता है, वहाँ नये सकारात्मक अर्थ की खोज की जाती है, उसके अन्दर नये संसाधनों का अन्वेषण किया जाता है।

लक्ष्य का निर्धारण (Setting the goal)- संभव हो कि परामर्शी की समस्याओं का केन्द्र बिन्दु उपयुक्त लक्ष्य का अभाव हो। शैक्षिक एवं व्यावसायिक परामर्शन के क्षेत्र में उपयुक्त लक्ष्यों का निर्धारण महत्त्वपूर्ण पड़ाव होता है। लक्ष्य का निर्धारण व्यक्ति के वर्तमान एवं भविष्य की समस्याओं के समाधान के लिए उपयोगी होता है। लक्ष्यों के निर्धारण में SMART सिद्धान्त का उपयोग किया जाता है लक्ष्य - विशिष्ट रूप में वर्णित(Specified-S) होना चाहिए, मापे जाने योग्य (Measurable-M), उपयुक्त (Appropriate-A) यथार्थ पूर्ण (Realistic-R) और निर्धारित समय सीमा (Time-T) वाला होना चाहिए।

शक्ति क्षेत्र विश्लेषण (Force Field Analysis): कुर्ट लेविन (Kurt Lewin, 1969) की यह तकनीक परामर्शी को उन कारकों के अन्वेषण में सहायता देती है जो लक्ष्यों की प्राप्ति में या योजनाओं को कार्य रूप देने में सहायक या बाधक सिद्ध होते हैं। परामर्शी को चरणबद्ध ढंग से परिवेश से संबंधित कारकों की पहचान करने, उन कारकों की शक्ति का मापन करने और अन्त में सहायक कारकों की शक्ति बढ़ाने और बाधक कारकों की शक्ति क्षीण करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। इसके लिए विशेष कार्य योजनाओं का विकास किया जाता है।

निर्णय रचना (Decision Making)- जीवन के विविध क्षेत्रों में उपलब्ध अनेक लक्ष्यों में से व्यक्ति की गुणवत्ता के आधार पर एक उपयुक्त लक्ष्य के चयन करने की आवश्यकता होती है। परामर्शन प्रक्रिया व्यक्ति के इस कार्य में सहायता करती है। शिक्षा , व्यवसाय, मनोरंजन, व्यक्तिगत जीवन आदि अनेक क्षेत्रों में विद्यमान अनेक लक्ष्यों के बीच चयन का कार्य पूरा करने के लिए परामर्शन प्रक्रिया व्यक्ति की सहायता करती है। व्यक्ति सभी संभव लक्ष्यों के दोनों पक्षों पर विचार करते हुए निर्णय लेता है कि कौन सा लक्ष्य उसके लिए अधिक लाभकारी होगा।

अभ्यास प्रश्न

- परामर्शन हेतु संज्ञानात्मक हस्तक्षेप की किन्हीं तीन तकनीकों का वर्णन कीजिये |
- संज्ञानात्मक पुनर्गठन (Cognitive restructuring) को किसी एक उदाहरण के माध्यम से स्पष्ट कीजिये|
- शक्ति क्षेत्र विश्लेषण प्रक्रिया का परामर्शन में महत्व को लिखिए |
- SMART सिद्धान्त का परामर्शन प्रक्रिया में उपयोग को स्पष्ट कीजिये|
- सकारात्मक संसाधन अन्वेषण क्या है ?
- A-B-C-मॉडल को स्पष्ट कीजिये |

संज्ञानात्मक उपागम में परिवर्तन अर्जित करने की प्रविधियाँ तथा परामर्श दाता की आवश्यक विशेषताएँ (Techniques for acquiring changes through cognitive intervention and essential characteristics of counsellor)

संज्ञानात्मक उपागम के सम्बन्ध में जिल्ल मिट्टन (Jill Mytton) का कहना है कि संज्ञानात्मक परामर्शदाता या उपचार एवं व्यवहार प्रविधियों को अपनाने के लिए परामर्शदाता को अच्छे परामर्शन सम्बन्ध की आवश्यकता होती है। इसमें संज्ञानात्मक परामर्शदाता का कार्य एक शिक्षक की तरह होता है। इसलिए उसमें एक अच्छे शिक्षक के गुण होने चाहिए ताकि वह परामर्शी को संज्ञान, संवेग, शरीर क्रिया और व्यवहार के सम्बन्धों के बारे में शिक्षित कर सके।

जिल्ल मिट्टन (Jill Mytton, 2000)ने संज्ञानात्मक- उपागम में प्रयुक्त होने वाली छः संज्ञानात्मक तथा पाँच व्यवहारात्मक तकनीकों को सूचीबद्ध किया है -

1. सुकरात के तरीके से प्रश्न पृच्छा)Socratic Questioning method)चुनौती देने वाला संवाद -
2. लागत लाभ विश्लेषण् (Cost-benefit analysis)किसी प्रकार के विश्व -ास से लाभ हानि का आकलन करना।
3. परामर्शी को स्वतः स्फूर्त विचारों की पहचान करने एवं संवेग तथा व्यवहार पर उसके प्रभाव को समझने में सहायता करना
4. वैकल्पिक परिप्रेक्ष्यों का विकास (Alternative perspectives(
5. वास्तविक परीक्षण (Reality testing)विचारों के ल -िए साक्ष्य की खोज
6. संज्ञानात्मक अभ्यास (Cognitive rehearsal)-
इस हेतु संज्ञानात्मक परामर्शदाता द्वारा पाँच व्यवहार प्रविधियाँ भी प्रयुक्त की जाती हैं जो निम्नवत हैं -
1. क्रमिक अनावृत्तिकरण (Graded exposure)
2. गतिविधियों का प्रबोधन (Monitoring activities)कार्डिंग और प्रतिदिन की गतिविधि की रि - मूल्यांकन की क्रिया
3. गतिविधियों की अनुसूची तैयार करना(Scheduling activities)-
4. व्यवहार परीक्षण भय चिन्ता का परीक्षण
5. विश्रांति या शिथिलीकरण प्रविधियाँ
उपर्युक्त विवरण से स्पष्ट है कि संज्ञानात्मक उपागम में संज्ञानात्मक परामर्शदाता या उपचारक को परामर्शी से अच्छे परामर्शन सम्बन्ध की आवश्यकता होती है। इसमें संज्ञानात्मक परामर्शदाता का कार्य एक तार्किक शिक्षक की तरह होनी चाहिए जिसे संज्ञान, संवेग, शरीर क्रिया और व्यवहार के सम्बन्धों के बारे में अच्छी समझ हो |

अभ्यास प्रश्न

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप प्रविधि में परामर्शदाता की मुख्य विशेषताओं को लिखिए|
संज्ञानात्मक परामर्शदाता द्वारा प्रयुक्त व्यवहार प्रविधियों के नाम लिखिए|
जिल्ल मिट्टन (Jill Mytton द्वारा उल्लिखित संज्ञानात्मक उपागम में प्रयुक्त होने वाली (संज्ञानात्मक तकनीकों को सूचीबद्ध कीजिये |
संज्ञानात्मक अभ्यास को स्पष्ट कीजिये|
वास्तविक परीक्षण क्या है ?

सारांश (Summary)

परामर्श एक विशिष्टीकृत सेवा का पर्याय है जो समस्याग्रस्त व्यक्ति को समस्याओं से निजात पाने में मदद करता है ताकि वह समायोजित व ,खुशहाल जीवन व्यतीत कर सकेपरामर्श सेवा | ओं को हल करने में सक्षम हो प्रतिदिन की समस्या-के तहत समस्याग्रस्त व्यक्ति अपनी दिन सकता है।

,संज्ञानात्मक :परामर्श सेवा को बहुत सारी हस्तक्षेप विधियों द्वारा प्रदान की जा सकती है यथा

मनोविश्लेष ,व्यवहारात्मक,भावात्मकणात्मकइस |फिनोमेनोलॉजिकल इत्यादि ,गेस्ताल्त्वादी , |इकाई में आपने परामर्शन के संज्ञानात्मक हस्तक्षेप विधि के बारे में अध्ययन किया है परामर्शन और मनोचिकित्सा के क्षेत्र में हस्तक्षेपन का घनिष्ठ सम्बन्ध व्यक्तित्व के सिद्धांत के साथ रहा है परामर्शन हस् |तक्षेपन के वर्णन में अधिकांशतः चार मूल तत्वों का समावेश देखा जा सकता है |

- मूल अभिग्रह का दर्शन
- मानव व्यक्तित्व और विकास का औपचारिक सिद्धांत
- नैदानिक सिद्धांत
- परामर्शन और मनोचिकित्सकीय संक्रियाएं और तकनीक

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप को परामर्शन की एक प्रभावशाली विधा के रूप में जानी जाती है | संज्ञानात्मक हस्तक्षेप विधि में मुख्यतः व्यक्ति के संज्ञानात्मकप्रक्रिया पर केन्द्रित किया जाता है | संज्ञानात्मक प्रक्रिया का तात्पर्य ज्ञान प्राप्त करने की प्रक्रिया से है, जिसमें समस्त मानसिक प्रक्रियायें शामिल होती हैं। संज्ञान या मानसिक क्रिया में अर्जन, संग्रहणपुनर्प्राप्ति एवं ज्ञान के , उपयोग की प्रक्रियायें शामिल हैं। इस प्रकार कहा जा सकता है कि संज्ञान में अनेक मानसिक को प्रक्रियायें सन्निहित होती हैं तथा इन्हीं मानसिक प्रक्रियाओं के आधार पर किसी भी व्यक्ति जिसे परामर्शन की आवश्यकता है हम परामर्श देते हैं |

संज्ञानात्मक प्रक्रियाएँ परस्पर सम्बन्धित होती हैं - संज्ञानात्मक प्रक्रियाएँ सक्रिय होती हैं - -इससे निर्णय में शुद्धता बढ़ती है - संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं में सूक्ष्मता तथा शुद्धता पाई जाती है संज्ञानात्मक मनोविज्ञान में धनात्मक सूचनाओं की व्याख्या नकारात्मक सूचनाओं की तुलना में अधिक अच्छे ढंग से की जाती है। धनात्मक सूचनाएँ अधिक उपयोगी हैं।संज्ञानात्मक प्रक्रियाएँ- - आन्तरिक स्तर पर घटित होती हैंसंज्ञानात्मक उपागम का लक्ष्य व्यवस्थित प्रक्रिया के माध्यम से संवेगात्मक समस्याओं का उपचार और व्यवहार में परिवर्तन स्थापित करना होता है।

संज्ञान में परिवर्तन स्थापित करना ही संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम का प्रधान एवं प्रथम लक्ष्य है। किन्तु इस कार्य के लिए परामर्शी की सक्रिय सहभागिता भी काफी अनिवार्य होती है। परिवर्तन के लक्ष्य और प्रक्रिया की निम्न अवस्थाएँ होती हैं-

1. परामर्शी को संज्ञानात्मक प्रतिरूप और संवेग एवं व्यवहार में विचार की भूमिका के बारे में शिक्षित करना परामर्शी में समस्या का संप्रत्ययन विकसित करना।

2. परामर्शदाता परामर्शी को संज्ञानात्मक त्रुटियां, स्वतः स्फूर्त विचार और स्कीमा को चुनौती देने एवं व्यवहार में परिवर्तन की योजना बनाने तथा लक्ष्य निर्धारित करने के लिए सहायता देता है।

3. परामर्शी को स्वयं के लिए परामर्शदाता बनने हेतु सहायता दी जाती है।

4. परामर्शी के विकृत विचारों में दीर्घकालिक लाभ के लिए परिमार्जन उत्पन्न किया जाता है।

5. परामर्शी में उसकी समस्याओं की उत्पत्ति और अनुरक्षण के विषय में अन्तरिम परिकल्पनाओं के रूप में विश्लेषण का प्रतिपादन किया जाता है। यह विश्लेषणात्मक प्रतिपादन संज्ञानात्मक विकृति, पूर्वनिहित कारकों और तात्कालिक कारकों के पदों के रूप में तैयार किया जाता है।

संज्ञानात्मक उपागम में प्रयुक्त होने वाली छः संज्ञानात्मक तथा पाँच व्यवहार तकनीकों को सूचीबद्ध किया है -

1. सुकरात के तरीके से प्रश्न पृच्छा (Socratic Questioning method) - चुनौती देने वाला संवाद

2. लागत लाभ विश्लेषण् (Cost-benefit analysis)-किसी प्रकार के विश्वास से लाभ हानि का आकलन करना।

3. परामर्शी को स्वतः स्फूर्त विचारों की पहचान करने एवं संवेग तथा व्यवहार पर उसके प्रभाव को समझने में सहायता करना

4. वैकल्पिक परिप्रेक्ष्यों का विकास (Alternative perspectives)

5. वास्तविक परीक्षण (Reality testing)-विचारों के लिए साक्ष्य की खोज

6. संज्ञानात्मक अभ्यास (Cognitive rehearsal)

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप को परामर्शन की एक प्रभावशाली विधा के रूप में संज्ञान(Cognition) -न्न क्षेत्रों मेसंज्ञान के माध्यम से परामर्शन के विभि ं लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए विभिन्न प्रकार की तकनीकों का उपयोग किया जाता है। इनमें मुख्य हैं संज्ञानात्मक पुनर्गठन-(Cognitive reconstructuring) नये परिप्रेक्ष्य का विकास,(Development of new perspectives) , संबंध की रचना-वर्तमान-विगत् (Making past-present connection)सकारात्मक संसाधन , अन्वेषण(Positive asset search)लक्ष्य का निर्धारण , (Setting the goal)शक्ति क्षेत्र , विष्लेषण(Force Field Analysis) निर्णय रचना ,(Decision Making)

इस तरह आपने प्रस्तुत इकाई में संज्ञान की परिभाषा व अर्थनात्मक परामर्शसंज्ञा ,न हस्तक्षेप का अर्थ ,संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के उद्देश्य ,संज्ञानात्मक हस्तक्षेप को परामर्शन की एक विधा के रूप में , संज्ञानात्मक हस्तक्षेप उपागम की तकनीक व प्रविधियों ,इसके मूलभूत अभिग्रह ,इसका कार्य क्षेत्र है । यन कियार पूर्वक अध्यका विस्ता

शब्दावली: (Glossary)

संज्ञान :संज्ञान का तात्पर्य ज्ञान प्राप्त करने की प्रक्रिया से है, जिसमें समस्त मानसिक प्रक्रियायें शामिल होती हैं। संज्ञान या मानसिक क्रिया में अर्जन, संग्रहणपुनर्प्राप्ति एवं ज्ञान के उपयोग की प्रक्रियायें शामिल , हैं।

संज्ञानात्मक मनोविज्ञान :संज्ञानात्मक मनोविज्ञान समस्त मानसिक प्रक्रियाओं का एक वैज्ञानिक अध्ययन है।

संज्ञानात्मक हस्तक्षेप : संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं को केंद्र बिंदु मानते हुए परामर्श की प्रक्रिया को किसी भी व्यक्ति को जिसे परामर्शन की आवश्यकता है के लिए संचालित करना|

स्कीमा :स्कीमा अनकहा नियम या अन्तर्निहित विश्वास होता है जिसका आरम्भिक अनुभवों के माध्यम से विकास होता है।

भावनात्मक अभिव्यक्ति :भावनाओं को अभिव्यक्त करने का अर्थ है कि परामर्शी दुखद अनुभूतियों को जिनका संबंध विगत अनुभवों से है, जिनके विरूद्ध व्यक्ति ने मनोरचनाएँ प्रयुक्त की हुई हैं, के साथ पुनः सम्पर्क स्थापित करके अभिव्यक्त करता है।

अतिरिक्त संदर्भ ग्रंथ सूची(Suggested Readings)

Rogers, C.R. (1942). Counselling and Psychotherapy, Boston, Houghton, Mittlin.

Ray. A. and Asthana, M. (2005). Guidance and Counselling, Concepts, Areas and Approaches, Patna, Motilal Banarsidas Co.Ltd.

सिंह (2001) ,अरूण कुमार ,शिक्षा मनोविज्ञानटर्स।ब्यूपब्लिशर्स एड डिस्ट्री ,भारती भवन ,पटना ,

सिंह (2001) ,अरूण कुमार ,संज्ञानात्मक मनोविज्ञानमोत ,वाराणसी ,ीलाल बनारसीदास पब्लिशर्स एड डिस्ट्रीब्यूटर्स।

सिंह (2001) ,अरूण कुमार ,उच्चतर मनोविज्ञानटर्स।ब्यूपब्लिशर्स एड डिस्ट्री ,भारती भवन,पटना ,

Lewis, E.C. (1970). Psychology of Counselling, New York, Holt Rienehant and Winston.

निबंधात्मक प्रश्न:-

1. संज्ञानात्मक हस्तक्षेप से आप क्या समझते हैं करें।ख्या की व्याइसके उद्देश्यों ?
2. संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के कार्य क्षेत्रों का विस्तृत वर्णन करें।
3. संज्ञानात्मक हस्तक्षेप के सिद्धान्त से आप क्या समझते हैं को संक्षेप में इनके सिद्धान्तों ? वर्णन करें।
4. संज्ञानात्मक हस्तक्षेप की आवश्यकता पर संक्षेप में लेख लिखें।
5. संज्ञान से आप क्या समझते हैकरें। संज्ञान के विभिन्न प्रकारों का वर्णन् ?

इकाई - 14

निर्देशन एवं परामर्श में भावात्मक मध्यस्थता

Affective Intervention in Guidance and Counselling

इकाई की संरचना

- उद्द्देश्य
- प्रस्तावना
- भाव का अर्थ
- संवेग एवं भाव
- मध्यस्थता का अर्थ
- निर्देशन एवं परामर्श के लिए भावों एवं संवेगों को समझने की आवश्यकता
- संवेग में निहित प्रक्रियाएँ
- निर्देशन एवं परामर्श हेतु संवेगात्मक बुद्धि का प्रशिक्षण
- संवेगात्मक व्यवहार कों समझने हेतु आधुनिक तकनीक
- संवेगों में के प्रक्षिक्षण में परिपक्वता एवं अधिगम या सामाजिक सांस्कृतिक कारकों की भूमिका
- सारांश
- स्वमूल्यांकन प्रश्न
- सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के पश्चात आप :

- भाव एवं संवेग और दोनों का अंतर समझ सकेंगे|
- भावात्मक मध्यस्थता का अर्थ समझ संकेंगे|

- निर्देशन एवं परामर्श के लिए भाव एवं संवेगों की आवश्यकता समझ सकेंगे |
- संवेगों का अर्थ एवं उसकी विशेषताओं कों समझ सकेंगे|
- संवेगों में निहित प्रक्रियाओं जैसे चेतन अनुभूति व्यवहारपरक परिवर्तन एवं दैहिक परिवर्तनो कों समझ सकेंगे|
- भावात्मक मध्यस्थता की दृष्टि से कुछ महत्वपूर्ण संवेगों कों जान सकेंगे|
- निर्देशन एवं परामर्श हेतु संवेगात्मक बुद्धि का प्रशिक्षण प्राप्त कर सकेंगे |
- निर्देशन एवं परामर्श हेतु कुछ आधुनिक तकनीकों को समझ सकेंगे|
- संवेगों के प्रशिक्षण में परिपक्वता एवं अधिगम या सामाजिक सांस्कृतिक कारकों की भूमिका कों समझ सकेंगे|

प्रस्तावना (Introduction) :

मनुष्य के व्यवहार के तीन पक्ष माने गए है| संज्ञानात्मक भावात्मक और क्रियात्मक जिन में से भावात्मक पक्ष मनुष्य के मन और ह्रदय से सम्बंधित है जो मनुष्य के प्रत्येक कार्य को प्रभावित करता है | सिगमंड फ्रायड ने मन को तीन तीन भागो में विभाजित किया है : चेतन, अचेतन एवं अर्द्ध चेतन जिसमे अचेतन का हिस्सा सबसे ज्यादा है जो मनुष्य के कार्य पर अप्रत्यक्ष प्रभाव डालता है जिसका सीधा प्रभाव भावों और संवेगों पर पड़ता है | भाव संवेग से पूर्व की अवस्था है जिसे देखा नहीं जा सकता क्योंकि इसमें उत्तेजना नहीं होती| उत्तेजना होते ही तो भाव संवेग में बदल जातें है लेकिन बिना भावों के जन्म लिए मनुष्य किसी भी कार्य को एकाग्र हो कर कर ही नहीं सकता | अत: किसी भी व्यक्ति के निर्देशन एवं परामर्श हेतु उसकी समस्या को समझने के साथ साथ उसकी मन की स्थिति को समझने की आवश्यकता होती है |

प्रस्तुत पाठ में यह समझाने का प्रयास किया गया है कि निर्देशन एवं परामर्श के लिए भावात्मक पक्ष को समझाना कितना आवश्यक है और किस प्रकार संवेग सम्बंधित होकर संवेगात्मक परिपक्वता की आवश्यकता कों प्रतिपादित करते है|

भाव का अर्थ (Meaning of Feelings) :

भाव संवेग से पूर्व होने वाली क्रिया है तथा प्रत्येक संवेग में भाव निहित रहता है : सुख या दुःख के रूप में | कहने का अर्थ कि बिना भाव के संवेग का होना संभव नहीं है| भाव एक कम सक्रिय मानसिक प्रक्रिया है जो बाहर प्रकट नहीं होती यह सदैव भावात्मक होती है | जब भाव

किसी ना किसी बाह्य या आतंरिक व्यवहारों में किसी उत्तेजना के कारण प्रकट होने लगता है तब वह भाव न होकर संवेग हो जाता है |

संवेग एवं भाव(Emotions and Feelings):

साधारणतया भाव एवं संवेग में कोई अंतर नहीं समझा जाता लेकिन ऐसा समझना गलत है यद्यपि इन दोनों प्रक्रियाओं का सम्बन्ध मन के भावात्मक पहलू से है फिर भी इनमे निम्नलिखित अंतर है :

- भाव संवेग से पूर्व होने वाली क्रिया है तथा प्रत्येक संवेग में सुख या दु :ख के भाव निहित रहते है जेसे शोक ओर आनंद के संवेगों में क्रमशः दुख और सुख के भाव रहते है| इस प्रकार संवेग का भाव के साथ गहरा सम्बन्ध रहता है | कहने का अर्थ यह है कि बिना भाव के संवेग का होना संभव नहीं है|
- भाव सदा आत्मगत होता है पर संवेग आत्मगत और वस्तुगत दोनों होता है जैसे :- हम किसी दूसरे के सुखद या दुखद भावों का बाह्य रूप से निरिक्षण नहीं कर सकते किन्तु जब कोई क्रोध, भय, प्रेम आदि संवेगात्मंक अवस्था में होता है तब उसके संवेगात्मक प्रदर्शनी का निरिक्षण बाह्य रूप से किया जाना संभव है|
- भाव के केवल दो ही प्रकार होते है, सुख और दुख लेकिन संवेग के दो से अधिक प्रकार होते है|
- भाव में कोई शारीरिक परिवर्तन नहीं होता लेकिन संवेग में होता है|
- भाव की अपेक्षा संवेग की अवस्था में व्यक्ति का सम्पूर्ण शारीर प्रभावित होता है|

भावात्मक मध्यस्थता का अर्थ (Meaning of Affective Intervention)

भावात्मक मध्यस्थता की दृष्टि से देखे तो भावों के स्वरूप को समझना होगा संवेगों को समझना होगा संवेग का अर्थ, संवेगों की विशेषताएँ और संवेग के दौरान क्या क्या क्रियाएँ होती है , क्या क्या शारीरिक परिवर्तन होता है यह जानना आवश्यक है , तभी हम उचित निर्देशन एवं परामर्श कर सकते है|

अर्थात भावात्मक मध्यस्थता का तात्पर्य है की मनुष्य के भावों की स्थिति को समझ कर यह समझना की वह किस प्रकार किसी संवेग के रूप में परिवर्तित होते है और किस किस मनुष्य में किस प्रकार के संवेग किन परिस्थितियों में उत्पन्न होते है उन्हें पहचानने के तरीको को खोजना और उसी अनुरूप निर्देशन परामर्श के तरीको को खोजना |

निर्देशन एवं परामर्श हेतु भाव एवं संवेगों को समझने की आवश्यकता (Need of Understanding of Feelings and Emotions for Guidance and Counselling)

मनुष्य के प्रत्येक प्रदर्शित व्यवहार के पीछे कोई ना कोई कारण छिपा हुआ है | वह कारण उसके व्यवहार प्रदर्शन के दौरान प्रदर्शित भावों एवं संवेगों में दिखाई पड़ जाता है | अत: हमें मनुष्य के संवेगों उनकी विशेषताओं और संवेगों में निहित प्रक्रियाओं कों समझते हुए आवश्यक निर्देशन परामर्श करना चाहिए जिससे मनुष्य अपने संवेगों कों प्रतिबंधित करते हुए अपने व्यवहारों कों संतुलित रूप से प्रदर्शित कर सके |

संवेग का अर्थ (Meaning of Emotion) :

हाउडिंग के अनुसार, " संवेग से तात्पर्य भाव के अचानक इस तरह से उच्च हो जाने से है कि मन पूर्णतया व्यग्र हो जाता है और संज्ञानात्मक तत्वों का स्वतंत्र एवं स्वाभाविक संगठन भी संवेगात्मक ज्वार-भाटा की चपेट में आ जाता है |"

यंग (1939) के अनुसार, " संवेग, व्यक्ति में समग्र रूप में विघ्न उत्पन्न करने वाली प्रक्रिया है | इसकी उत्पत्ति मनोवैज्ञानिक होती है | इसमे व्यवहार , चेतन अनुभूति एवं आतंरिक क्रियायें भी सन्निहित होती है |"

"Emotion is an acute disturbance of the individuals as a whole , psychological in origin , involving behaviour , conscious experience and visceral functioning."

कून (Coon 2003) के अनुसार, "संवेग एक ऐसी अवस्था है जिसमे दैहिक उदोलन, आत्मनिष्ठ भाव, चेहरे में परिवर्तन एवं अनुकूल व्यवहार प्रदर्शित होता है|"

"Emotion is a state characterized by psychological arousal, subjective feelings change in facial expression and adaptive behaviours."

एटकिंसन इत्यादि (Atkinson et .at. 2000) के अनुसार . "यह वह दशा है जो कुछ भावनात्मक अनुभवों के कारण उत्पन्न होती है|"

"Emotion is a complex condition that arise in response to certain affectively toned experiences."

इस प्रकार स्पष्ट है कि संवेग एक प्रकार का तीव्र उद्वेलन है | इसके कारण व्यक्ति के व्यवहार में असंतुलन दिखाई पड़ सकता है | मानसिक शक्ति या संज्ञानात्मक क्षमता में बाधा पड़ सकती है |

संवेगों के विशेषताएँ (Characteristics of Emotions) :-

अन्य प्रक्रियाओं की भांति संवेगों के भी कुछ विशेष विशेषताएँ होती है |

यथा –

भावात्मक स्वर (Affective Tone)- संवेगों में पाया जाने वाला भावात्मक लक्षण संवेग की प्रमुख विशेषता होती है| धनात्मक संवेग की दशा में वस्तु के प्रति आकर्षण और नकारात्मक संवेग की दशा में वस्तु से विकर्षण (Repulsion) संवेग के भावात्मक पक्ष की तरफ संकेत करते है | इस प्रकार संवेग न्यूनतम सुखद से अधिकतम सुखद की ओर इसी प्रकार न्यूनतम दुखद से अधिकतम दुखद की सीमा के बीच पाए जा सकते है |

तीव्रता (Intensity) – संवेग की अवस्था में संवेग की तीनो प्रक्रियाओं- चेतन अनुभूति, दैहिक परिवर्तन एवं व्यवहारिक परिवर्तन में से किसी में भी तीव्रता के लक्षण दिखाई पड़ सकते है | अर्थात यह आवश्यक नहीं है की तीनो प्रक्रियाओं में तीव्रता का लक्षण पाया ही जाये| यथा- किसी नेता द्वारा जब किसी अधिकारी पर फटकार पड़ती है तो वह अपमान तो अनुभव करता ही है और उसमे दैहिक परिवर्तन भी होते है परन्तु वह कोई बाह्य विरोध (व्यवहार) नहीं करता है | संवेगों में तीव्रता की भी न्यूनतम से अधिक हो सकती है |

कालिक अवधी (Temporal Duration) – विभिन्न संवेगों की अवधि अलग-अलग होती है | जैसे, पीड़ा प्रतिक्रिया की अवधि लघु एवं अस्थायी होती है जबकि कुछ संवेगों की अवधी लम्बी तथा प्रभाव अपेक्षाकृत स्थायी होता है |

जटिलता (Complexity) – जटिलता संवेगों की एक प्रमुख विशेषता है| संवेगों का क्षेत्र काफी व्यापक है | वास्तव में, जैसे मात्र भय या मात्र गुस्सा , प्राय: कम ही अनुभव किये जाते है | वास्तविकता यह है की किसी भी परिस्थिति में संवेगों के उत्पन्न हने पर अनेक प्रकार के भाव मिश्रित हो जाते है और संवेगों का स्वरुप जटिल हो जाता है | उपर्युक्त आयामों के आधार पर संवेगों के बारे में निम्नांकित विशेषताओं का उल्लेख कर सकते है-

- संवेग व्यक्तिगत चेतन अनुभूति है|
- संवेग का क्षेत्र अत्यधिक व्यापक होता है एवं उससे अतिरिक्त उर्जा की आपूर्ति होती है|
- **संवेग के साथ भाव संयुक्त होता है |**
- संवेग के कारण अशांति एवं तनाव अनुभव किया जाता है|
- संवेगों की उत्पत्ति में प्रेरणा का भी योगदान होता है|
- इनमे अनेक प्रकार के बाह्य एवं आतंरिक परिवर्तन होते है |
- संवेगों की दशा में विवेक निष्क्रिय हो जाता है|

- संवेगों का विस्थापन भी होता है | यथा- अपने से बड़े के ऊपर आये गुस्से को छोटे पे उतरना |
- संवेगों की उत्पत्ति में संवेदी प्रात्यक्षिक एवं स्मृति प्रतिक्रियाओं एवं स्वायत्ततंत्रिका तंत्र का योगदान होता है |
- कुछ दशाओं में संवेगों के दमन से उसकी तीव्रता और भी बढ़ती है और व्यवहार असामान्य हो जाता है | जैसे, प्रेम का दमन करने से अनेक व्यवहारिक विसंगतियाँ उत्पन्न हो सकती है|

संवेगों का विकास (Development of Emotions)

संवेगों के विकास की व्याख्या के लिए निम्नांकित विचार प्रकाश में आये है-

प्राथमिक संवेगों का सिद्धांत (Theory of Primary Emotions) - वाटसन (1926) के अनुसार व्यक्ति में कुछ संवेग जन्म जात होते है, जैसे- भय, क्रोध, प्रेम आदि | इन संवेगों को प्राथमिक संवेग कहते है | वाटसन के अनुसार शेष संवेगों का विकास इन्ही प्राथमिक संवेगों के आधार पर होता है | व्यक्ति की आयु एवं अधिगम (अनुभव) में वृद्धि के साथ-साथ अन्य संवेगों का विकास होता है | परन्तु इरविन (1930) एवं शेरमैंन इत्यादि (1929) ने इस सिद्धांत की आलोचना की है, क्योंकि इसके आधार पर संवेगात्मक व्यवहार के कारणों को निश्चित करना कठिन है | जैसे, एक रोते बालक को देख कर लोग विभिन्न कारणों का अनुमान लगाएंगे (Bawkin, 1972 ; Santage, 1966) |

रॉबर्ट प्लुचिक (Robert Plutchik, 2001) ने भी कहा है कि कुछ प्राथमिक संवेग होते है : जैसे भय, विस्मय, उदासी, घृणा, क्रोध, प्रत्याशा, हर्ष एवं विश्वास | रॉबर्ट प्लुचिक के मॉडल की एक विशेष रोचक बात ये है की इसमें संवेगों के मिश्रण की कल्पना की गयी है अर्थात, समीपी संवेगों के संयोजकों से तीसरा, अपेक्षाकृत और भी जटिल संवेग उत्पन्न हो सकता है | जैसे मान लिया जाए की एक बालक एक चॉकलेट चुरा लेता है | उसे चॉकलेट पाकर ख़ुशी तो होती है परन्तु पकड़े जाने का भय भी लग रहा है | इसके परिणामस्वरूप उसमे अपराध (Guilt) भाव पैदा हो सकता है | इसी प्रकार इर्ष्या भी प्रेम, क्रोध, एवं भय का मिश्रण हो सकता है | भय एवं आशंका (Apprehension) से चिंता (Anxiety) उत्पन्न होती है | प्राथमिक संवेग आठ है | जिनके मिश्रण से नये संवेग उत्पन्न होते है |

विकासात्मक सिद्धांत (Genetic Theory)- ब्रिजेज (1932) एवं ब्लेट्ज (1953) इत्यादी ने यह विचार प्रस्तुत किया है कि व्यक्ति की बढ़ती हुई उम्र (परिपक्वता) एवं पर्यावरण के साथ होने वाली अंतर्क्रियाओं के परिणामस्वरूप संवेगों का विकास होता है| इस सिद्धांत की मान्यता कि संवेगात्मक विकास में केवल विकासात्मक अनुक्रमों या प्रतिमानों (Genetic Sequence) का ही महत्त्व होता है | बच्चों में जन्म के समय मात्र अविभेदित उत्तेजना (Undifferentiated

Excitement) ही पाई जाती है परन्तु आगे चल कर परिपक्वता एवं अधिगम के आधार पर अन्य संवेगों की व्युत्पत्ति होती है | बचपन में संवेगों का स्वरुप सामान्य होता है एवं संगठन भी कमजोर होता है परन्तु आयु, अनुभव एवं योग्यता में वृद्धि के परिणामस्वरूप इनके संवेग विशिष्ट रूप धारण कर जाते है और साथ ही साथ संगठन क्षमता भी बढ़ जाती है| नवजात शिशु में मात्र उत्तेजना का ही प्रदर्शन होता है | यही आगे चल कर क्लेश (Distress) एवं प्रसन्नता में परिवर्तित होती है | क्लेश से पुनः क्रोध एवं भय की व्युत्पत्ति होती है| इसी प्रकार अन्य संवेग भी भिन्न-भिन्न आयु-स्तरों पर प्रदर्शित होते है | इनमे परिपक्वता एवं अधिगम का सर्वाधिक महत्त्व होता है | इन सुविधाओं से वंचित होने पर संवेगों का समुचित विकास नहीं हो पता है| अनेक अध्ययनों से इस निष्कर्ष की पुष्टि हुई है|

संवेग में निहित प्रक्रियाएँ (Process Involved in Emotion)-:

संवेगात्मक व्यवहार में तीन पक्ष सन्निहित होते है | इन्हें क्रमशः चेतन अनुभूति, व्यवहारपरक परिवर्तन एवं दैहिक परिवर्तन कहते है|

चेतन अनुभूति (Conscious Experience)- संवेगात्मक व्यवहार के प्रदर्शित होने के लिए संवेगात्मक परिस्थितियों को चेतन अनुभूति आवश्यक है| इसके अभाव में संवेगो का पाया जाना संभव नहीं है| यथा-भय-संवेग का प्रदर्शन तभी होगा जब प्राणी किसी भयावह परिस्थिति का सामना करेगा | इस प्रक्रिया में संवेदना , प्रत्यक्षीकरण एवं स्मृति पूर्वानुभावों आदि का योगदान होता है | संवेगात्मक परिस्थिति के साथ अंतरक्रिया (Interaction) होने से व्यक्ति को सुखद, दुखद उत्तेजना , गतिशीलता, तनाव या शांति आदि में से किसी न किसी प्रकार की अनुभूति होती है| इसका पता व्यक्ति से अंतरदर्शन (Introspection) करा कर लगा सकते है | इस प्रकार के अध्ययनों द्वारा ये पता कर सकते है कि किसी संवेगात्मक अनुभव की उत्पत्ति किस प्रकार की परिस्थिति में होती है–

व्यवहारपरक या बाह्य परिवर्तन (Behavior or External Behavior)

1. आनन-अभिव्यक्ति **(Facial Expression)** : संवेगात्मक परीस्थिति में व्यक्ति के चेहरे पर परिवर्तन दिखाई पड़ते है उनसे उसकी तथा संवेदात्मक दशा तथा प्रकार का अनुमान लगाया जा सकता है | यदि – एक व्यक्ति की आखें लाल है एवं दांत कटकटा रहे है | वह किस संवेग से प्रभावित है ?

2. स्वर अभिव्यक्ति **(Vocal Expression)** : यह एक निर्विवाद तथ्य है कि किसी व्यक्ति की सामान्य एवं संवेगात्मक अवस्था में स्वरों (आवाजों) में भिन्नता पाई जाती है | जैसे - प्रेम, क्रोध, खुशी , कष्ट आदि में हमारी आवाज़ परिवर्तित हो जाती है | ध्वनि की तीव्रता ,

गंभीरता एवं उचाई संवेगो के बारे में अनुमान लगाया जा सकता है | इसके अतिरिक्त भाषा भी संवेगो का बोध कराती है | क्रोध की मुद्रा में स्वर ऊँचा हो जाता और इसमें कंपन भी पाई जाती है | तीव्र, द्रुत एवं उतार-चढ़ाव वाले स्वर से उत्तेजना का अनुमान लगाया जा सकता है, जैसे – खेल के समय कमेंट्री | बचपन में इस प्रकार की अभिव्यक्ति विशिष्ट रूप कम ही धारण कर पाती है| परन्तु आयु एवं अनुभव में वृद्धि के परिणामस्वरूप स्वर अभिव्यक्तियां एवं परिपक्वता का व्यापक प्रभाव पड़ता है|

3. शारीरिक संस्थिति या मुद्रा **(Bodily Posture)** : प्राय: ऐसा देखा जाता है की उच्च संवेगो की दशा में व्यक्तिसामान्य से भिन्न शारीरिक मुद्राएँ प्रदर्शित होती है | विभिन्न प्रकार की संवेगात्मक अवस्थाओं में भिन्न-भिन्न प्रकार की शारीरिक संस्थितियाँ प्रदर्शित होती है | इसके आधार पर संवेगो का अनुमान लगाया जा सकता है , परन्तु इस के आधार पर संवेगो के बारे में अस्पष्ट एवं भ्रामक सूचनाएं प्राप्त होने की संभावना रहती है, क्योकि एक ही संवेगात्मक परिस्थिति में भिन्न भिन्न व्यक्ति अलग अलग प्रकार की मुद्राएँ प्रदर्शित कर सकते है | जैसे – साँप देख कर कोई भाग खड़ा होता है , कोई किंकर्तव्यविमूढ़ हो जाता है और कोई उसे मारने का प्रयास करने लगता है | इससे स्पष्ट होता है कि शरिरिक परिस्थिति से संवेगों के बारे में प्राप्त होने वाली सूचना की विश्वसनीयता संदेहास्पद रहती है|

संवेगावस्था में दैहिक या आन्तरिक परिवर्तन (Physiological or Internal Changes During Emotions)

संवेगात्मक अवस्था में होने वाले विभिन्न प्रकार के दैहिक परिवर्तनों का विशेष महत्व है क्योंकि दैहिक परिवर्तनों के आधार पर संवेगों के बारे में अपेक्षाकृत अधिक वैज्ञानिक एवं वस्तुनिष्ठ जानकारी प्राप्त होती है | संवेगावस्था में निम्नांकित दैहिक/आतंरिक अंत:स्त्रावी परिवर्तन होते है |

ग्रंथीय परिवर्तन (Glandular Changes) – संवेगात्मक में दशा में ग्रंथियों में विशेष प्रकार के परिवर्तन उत्पन्न होते है | इन परिवर्तनों से आपातकालीन समायोजन में सहायता मिलती है | उदाहरण :- क्रोध जैसी प्रबल संवेगावस्था में एड्रिनल (Adrenal) ग्रंथि से एड्रिनल हार्मोन का स्त्राव बढ़ जाता है और रक्त धारा में मिश्रित हो जाता है | इससे संकट का सामना करने के लिए अतिरिक्त ऊर्जा की आपूर्ति में सहायता मिलती है तथा थकान कम लगती है | ऐसा इसलिए होता है क्योंकि उपर्युक्त हार्मोन के प्रभाव से लीवर द्वारा अधिक से अधिक शर्करा की आपूर्ति होती है | इससे रक्त के जमने की सुविधा मिलती है |

रक्त दबाव बढ़ जाता है , नाडी गति तीव्र हो जाती है , एवं फेफड़े की कार्य-शक्ति बढ़ जाती है | नेत्र में स्थिर नेत्रछिद्र फ़ैल जाता है ताकि स्पष्ठ दिखाई पड़ने लगे , सम्पूर्ण शारीर पसीने से भीग जाता है और त्वचीय तापमान कई डिग्री बढ़ जाता है | एड्रिनल ग्रंथि से निकलने वाला दूसरा प्रमुख पदार्थ नारएड्रिनल कहा जाता है| इसका कार्य शरीर के बाहरी भागो पर रक्त स्त्राव को नियंत्रित करके अन्य भागो को उसकी आपूर्ति करना है | चोट-घाव लगने पर हार्मोन का स्त्राव करके रक्त बहने से रोकने मे पिट्युटरी (Thyroid and Pituitary) ग्रंथियाँ भी सहयोग करती है | संवेग की दशा में ग्रंथीय क्रियाएँ संकटकालीन परिस्थितियों के साथ समायोजन स्थापित करने मे व्यक्ति की सहायता करती है | संवेगात्मक परिस्थिति के काफी समय तक जारी रहने से प्राणी में शारीरिक कमजोरी आ जाती है |

गैल्वनिक त्वचा प्रतिक्रिया (Galvanic Skin Responses : GSR) – संवेगात्मक अवस्था में शरीर की विद्युतीय विशेषताओं (Electrical Properties) में भी काफी परिवर्तन होता है | अध्ययनों से यह ज्ञात हो चुका है की संवेग की अवधि में पसीने छूटने पर त्वचा की विद्युतीय विशेषताओं में दो विशेष प्रकार के परिवर्तन होते है :

Indent

- उतकों से एक विशेष प्रकार की विद्युतिय प्रेरक शक्ति (Electromotive Force) उत्पन्न होती है एवं
- त्वचा का विद्युतिय प्रतिरोध भी परिवर्तित होता है , इन परिवर्तनों का विशेष प्रकार विद्युतीय उपकरण से मापन किया जा सकता है | इस प्रकार, त्वचीय विशेषताओं में प्राप्त परिवर्तनों को ही गैल्वनिक त्वचा अनुक्रिया (GSR) कहते है | पहले इसका नाम मनोगैल्वनिक त्वचा अनुक्रिया (PGR) था | गैल्वनिक त्वचा-अनुक्रिया (GSR), रक्त दबाव एवं श्वसन क्रिया के संयुक्त रूप में संवेगात्मक अनुक्रिया उत्पन्न होने के बारे में विश्वसनीय सूचनाएं प्रदान करती है | इस तथ्य के आधार पर झूठ संसूचक यंत्र (Lie Detector) का विकास हुआ है | उपर्युक्त विशेषताओं का सामान्य तथा संवेंगात्मक अवस्थाओं में मापन कर के झूठ का पता किया जा सकता है (Lykken, 1960) .

रक्त में परिवर्तन (Changes in Blood) – संवेगात्मक उत्पीड़न से में भी अनेक प्रकार के परिवर्तन उत्पन्न होते है | इनमे रक्त-चाप (Blood Pressure), रक्त-संचार (Blood Circulation) एवं रक्त में रासायनिक परिवर्तन (Chemical Changes) आदि प्रमुख है (Ax, 1953) | समान्यतया क्रोध एवं प्रेम की दशा में रक्त-चाप एवं रक्त-संचार बढ़ जाता है तथा एड्रिनल ग्रंथि से एड्रीनलीन के उद्दीपन से रक्त में शर्करा की भी मात्रा भी बढ़ जाती है | इसके अतिरिक्त शारीरिक उर्जा उपलब्ध होती है तथा समायोजन

में सहायता प्राप्त होती है | इन परिवर्तनों का मापन स्फिगामोमैनोमिटर (Sphygmomanometer) एवं स्टेथोस्कोप (Stethoscope) द्वारा किया जा सकता है |

हृदय गति एवं श्वसन आदि में परिवर्तन (Changes in Heart Beat and Respiration etc.) - संवेगों की अवस्था में हृदय गति, श्वसन गति एवं नाडी गति भी परिवर्तित हो जाती है | भय, क्रोध एवं संदेह की अवस्था में उपर्युक्त दैहिक प्रक्रियाओं की गति बढ़ जाती है | इसका मापन इलेक्ट्रोकार्डियोग्राफ (Electrocardiograph) नामक यंत्र से किया जाता है | नाडी गति के मापन में स्फिगामोमैनोमिटर का उपयोग कर सकते है | संवेग की दशा में श्वसन प्रक्रिया भी घटती बढती है | इसकी जाँच करने के लिए न्युमोग्राफ (Pneumograph) का उपयोग किया जाता है (Broar, 1946) |

पाचन-क्रिया में परिवर्तन (Changes in Digestive Functions) - संवेगों के कारण पाचन-क्रिया कुछ समय के लिए तीव्र, मन्द या स्थगित भी हो सकती है| पाचन तीव्र हो जाने पर अजीर्णता (Diarrhoea) हो जाती है और परिणामस्वरूप दस्त होने लगते है तथा कभी कभी पेशाब की आवृति बढ़ जाती है | यही कारण है की अजीर्णता का एक कारण संवेगात्मक अस्थिरता भी माना गया है | ऐसे व्यक्ति जिनमे क्रोध तथा भय अधिक पाया जाता है उनमे यह बीमारी प्राय: प्रदर्शित होती है | इसके विपरीत पाचन-क्रिया मन्द या स्थगित हो जाने से अपच की समस्या पैदा हो जाती है और पेट में दर्द का अनुभव किया जाता है |

इन उपर्युक्त परिवर्तनों के अतिरिक्त कुछ और भी परिवर्तन दिखाई पड़ते है : जैसे क्रोध या भय में लार स्राव मन्द पड़ जाता है और प्राणी को प्यास अधिक लगती है | इसी प्रकार अश्रुग्रंथी एवं स्वेद ग्रंथि (Sweat Gland) में भी परिवर्तन होता है, परन्तु स्नेह या प्रेम की अवस्था में में उपर्युक्त परिवर्तन नहीं उत्पन्न होते है|

नेत्रछिद्रमितीय मापन (Pupillometries) – संवेगावस्था में होने वाले दैहिक परिवर्तन के मापन में आज कल एक नवीन तकनीक, नेत्रछिद्रमितीय मापन का उपयोग किया जा रहा है इस विधि से प्राप्त निष्कर्षों के अनुसार, अनुकूल या सुखद संवेगों की दशा में नेत्रछिद्र चौरस हो जाता है और प्रतिकूल या कष्टदायक दशा में इसका आकार संकुचित हो जाता है (Bitterman, 1944) | हेस के अध्ययन में पाया गया की तनाव, कष्ट , भय, घृणा एवं मानसिक चिंता की दशा में नेत्रछिद्र संकुचित हो जाते है| हेस आदि (1965) के अनुसार, इस विधि का उपयोग मनोचिकित्सा में रोगों की जाँच के लिए किया जा सकता है तथा इसके द्वारा उभयलैंगिकता (Homosexuality) की भी जाँच की जा सकती है |

मस्तिष्क तरंगो में परिवर्तन (Changes in Brain Waves)- विभिन्न प्रकार की संवेगात्मक दशाओ में मस्तिष्क की तरंगों में भी परिवर्तन उत्पन्न होता है| मस्तिष्क में होने वाले परिवर्तनो का मापन करने के लिए एक विशेष प्रकार की मशीन प्रयोग में लायी जाती है | इसे इलेक्ट्रोइनसेफेलोग्राफ (Electroencephalograph EEG) कहते है | यह तंत्र मस्तिष्क की तरंगो का ग्राफ उपलब्ध कराता है (Lindsley, 1951,1957) | मस्तिष्क तरंगे कई प्रकार की होती है | जब हम सामान्य अवस्था में होते है तब अल्फ़ा तरंगे (Alfa Waves) पाई जाती है | इसकी आवृत्ति 8 से 12 प्रति सेकेंड से होती है | इससे आराम की अवस्था का संकेत मिलता है | इसके विपरीत तीव्र संवेगात्मक दशा में बीटा तरंग (Beta Wave) प्राप्त होती है | इनकी आवृत्ति 18 से 30 प्रति से होती है | कहने का तात्पर्य यह है कि तीव्र संवेगों की दशा में तनाव बढ़ जाता है और मस्तिष्क की तरंगे भी परिवर्तित होती है |

उपर्युक्त विवेचना से स्पष्ट है की विभिन्न प्रकार के परिवर्तनो से संवेगोंके बारे में जानकारी प्राप्त होती है, परन्तु संवेगो के बारे में सही जानकारी प्राप्त करने के लिए संवेगात्मक परिस्थिति के बारे में भी जानकारी रखना आवश्यक है, क्योकिं एक ही प्रकार के परिवर्तन कई प्रकार की संवेगात्मक दशाओं में प्राप्त होते है | जैसे, हृदय गति का बढ़ना क्रोध एवं भय दोनों में संभव है | अत: संवेगो का विश्वसनीय अध्ययन करने के लिए संवेगात्मक परिवर्तनों के साथ साथ संवेगात्मक उद्दीपकों की भी जानकारी होनी चाहिए | इस प्रकार निर्देशन कर्ता प्रार्थी के संवेगात्मक असंतुलन का पता लगा कर आवश्यक परामर्श की व्यवस्था कर सकता है |

निर्देशन एवं परामर्श हेतु संवेगात्मक बुद्धि का प्रशिक्षण–परामर्शी

निर्देशन कर्ता कों अपने ग्राही के भावात्मक प्रशिक्षण हेतु संवेगात्मक बुद्धि का ज्ञान कराना चाहिए | आइये जाने ये संवेगात्मक बुद्धि क्या है और यह वातावरण मेंमें समायोजन हेतु कितना आवश्यक है ?

संवेगात्मक बुद्धि (Emotional Intelligence)

आज कल संवेगात्मक बुद्धि का सम्प्रत्यय काफी लोकप्रिय हो चुका है | यह अवधारणा सर्व प्रथम सैलौवे एवं मेयर (Salovey and Mayer, 1990) द्वारा प्रस्तावित की गयी | तनाव, संवेग, प्रतिबल एवं समायोजन की अन्य परिस्थितियों में संवेगात्मक बुद्धि की महत्वपूर्ण भूमिका होती है | यह ऐसी योग्यता है की जो व्यक्ति के संवेगों कों नियंत्रित, सुलभ, अभिव्यक्त एवं नियमित करती है | इसी योग्यता के आधार पर हम अन्य व्यक्तियों के संवेगों की पहचान, व्याख्या एवं उन्हें समझ सकने में सफल होते है और इन सूचनाओं कों हम आपने चिंतन एवं कार्यों कों निर्देशित करने में उपयोग करते है|

"Emotional Intelligence consist of the ability to monitor access, express and regulate one's own emotions. The capacity to identify, Interpret and

understand other's emotions and abilities to use this information to guide one's own thinking and action"

मेयर एवं सैलौवे (1997) ने संवेगात्मक बुद्धि में चार घटकों का उल्लेख किया है :

- स्वयं के संवेगों कों जानना (Knowing our own emotions)
- स्वयं के संवेगों का प्रबंधन (Managing our emotions)
- स्वयं कों अभिप्रेरित करना (Motivating ourselves)
- अन्य लोगो के संवेगों कों पहचानना (Recognizing the emotions of others)
- संबंधों का निर्वाह (Handling the relationship)

प्रथम घटक व्यक्ति कों स्वयं के संवेगों कों समझने में सहायता करता है ,जबकि दूसरे घटक का कार्य संवेगों पर आवश्यकतानुसार नियंत्रण स्थापित करना है (Zillman, 1986) | तीसरा घटक व्यक्ति कों आपने कार्यों एवं लक्ष्यों के प्रति अभीप्रेरित करता है ताकि व्यक्ति प्रयास करता रहे , निष्क्रिय हो कर बैठ ना जाये (Shoda et. al. 1990) | चौथा घटक अन्य लोगों के संवेगों कों समझने में सहायता करने के साथ-साथ उनके संवेगों कों आवश्यकता या परिस्थिति के अनुसार परिवर्तित या परिमार्जित करने में भी सहायता करता है | पाँचवां घटक संवेगात्मक बुद्धि सामाजिक सम्बन्धों की स्थापना एवं निर्वाह में सहायता करता है |जैसे कुछ लोग सामाजिक सम्बन्धों की स्थापना में अधिक रूचि लेते है तो कुछ लोग कम रूचि लेते है | कुछ लोग सामाजिक सम्बन्धों के प्रति अधिक संवेदनशील होते है तो कुछ कम संवेदनशील होते है | कुछ शोधकर्ता इसे अंतर वैयक्तिक बुद्धि भी (Interpersonal Intelligence) कहते है (Hatch, 1990) |

सम्प्रति संगठनात्मक क्षेत्र में संवेगात्मक बुद्धि पर काफी शोध कार्य हो रहे है जिनमे ऐसे निष्कर्ष प्रस्तुत किये गये है कि संवेगात्मक बुद्धि उच्च होने पर व्यक्ति का समायोजन अच्छा होता है और उसके जीवन में विभिन्न परिस्थितियों में सफलता अधिक मिलती है | ऐसे व्यक्तियों द्वारा किये गए निर्णयों की गुणवत्ता अधिक होती है | वे लोगों में सहयोग, सामंजस्य एवं सामाजिक भावना पैदा करने में अधिक सफल होते है | आज कल बुद्धि की अपेक्षा संवेगात्मक बुद्धि कों कोर्पोरेट जगत में कई अधिक महत्त्व दिया जाने लगा है (Rahim & Minors, 2003)

कर्मचारियों के व्यवहारों की भविष्योक्ति में से अधिक लाभदायक पाया गया है (Ashkanasy and Daus, 2005) |

संवेगात्मक व्यवहार कों समझने हेतु आधुनिक तकनीक

पोलिग्राफिक तकनीक : झूठ अभिज्ञापन (Polygraphic Technique : Lie Detection)

आज कल के वैज्ञानिक युग में ऐसी तकनीकें विकसित हो गयी है जिनके आधार पर यह पता लगाया जा सकता है क्या किसी मुद्दे पर सम्बंधित व्यक्ति झूठ बोल रहा है | पोलिग्राफिक तकनीक ऐसी ही चर्चित तकनीक है | पोलीग्राफ का आशय है 'अनेक आलेख' (Multiple Diagram) अर्थात एक ही समय पर कई प्रकार के दैहिक परिवर्तनों की रिकॉर्डिंग करना |

> "Polygraph is a device for recording heart rate, blood pressure , respiration and galvanic skin response ; commonly called a Lie Detector,"

चूँकि पोलीग्राफ का प्रयोग प्राय: अपराध का पता करने के लिए पुलिस द्वारा ही किया जाता है , इसीलिए इसे झूठ अभिज्ञापक (Lie Detector) कहा जाता है | इस मशीन का प्रयोग करते समय सम्बंधित व्यक्ति से प्रारम्भ में अप्रासंगिक (Irrelevant) तटस्थ , या असंवेगात्मक प्रश्न ही पूछे जाते है| जैसे क्या आपका नाम......... है ? 'क्या आपने आज का लंच किया है ? इत्यादि | इस तरह के सामान्य प्रश्नों के उत्तर प्राप्त करते समय सामान्य संवेगात्मक दशा का आधार तैयार किया जाता है| बाद में घटना से सम्बंधित प्रश्न पूछे जाते है | उस समय पुनः संवेगात्मक दशाओं का मापन किया जाता है और दोनों दशाओं में संवेगात्मक परिवर्तनों की तुलना की जाती है ताकि यह पता चलसके कि व्यक्ति झूठ बोल रहा है या सही (Kubis, 1962) |

संवेग में तंत्रिका तंत्र की भूमिका (Role of Nervous System in Emotions)

संवेगात्मक व्यवहारों के प्रदर्शन में तंत्रिका तंत्र के विभिन्न अंगों का महत्त्व अब प्रमाणित हो चुका है | इस दृष्टि से निम्नांकित भाग महत्वपूर्ण है –

स्वायत्त तंत्रिका तंत्र (Autonomic Nervous System) की भूमिका -

हम जानते है की वक्षस्थल, उदर तथा अन्य कई अंग भी स्वायत्त तंत्रिका तंत्र से तन्तुओं द्वारा जुड़े होते है | इन अंगों में पाई जाने वाली चिकनी मांसपेशियों या ग्रंथियों के माध्यम से संवेगात्मक उद्वेलन में यह तंत्र महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है| यंत्र दो भागो में विभाजित किया जाता है : अनुकम्पी तंत्र और सहअनुकम्पी तंत्र|

संवेग की दशा में अनुकम्पी तंत्र (Sympathetic System) के सहयोग से समायोजन स्थापित करने में काफी सहायता मिलती है | संवेगावस्था में अनुकम्पी तंत्र द्वारा निम्नांकित कार्य सम्पादित होते है-

- रक्तचाप एवं ह्रदय गति में वृद्धि|
- श्वसन क्रिया में वृद्धि करना |
- नेत्र का फ़ैलना |

- त्वचा के विद्युतीय प्रतिरोध में कमी |
- अतिरिक्त उर्जा उपलब्ध कराने हेतु रक्त-शर्करा में वृद्धि |
- घाव होने की दशा में रक्त जमाव करना |
- आमाशय एवं आँतों की गतिशीलता में हास् या इसका बंद होना एवं इन स्थानों, तथा कपालीय पेशियों कों अधिक से अधिक रक्त का संचारण|
- शरीर पर रोमों का खड़ा हो जाना |

संक्षेप में संकट की अवस्था में अनुकम्पी तंत्र हमारे शरीर के लिए उर्जा की व्यवस्था करता है | संवेगों के समाप्त होते ही सहानुकम्पी तंत्र सक्रिय हो जाता है| सहानुकम्पी तंत्र (Parasympathetic System) उर्जा का संरक्षण (Conservation) करता है और व्यक्ति को सामान्य अवस्था (Normal State) में लाने का भी कार्य करता है |

मस्तिष्क केंद्र (Brain Centres in Emotions) – स्वायत्त तंत्रिका के अतिरिक्त मस्तिष्कीय केन्द्रों का भी संवेगात्मक प्रतिमानों के निर्धारण में महत्वपूर्ण स्थान है |

संवेग में वल्कुटिय प्रकाय (Cortical Function in Emotions) – मस्तिष्क में होने वाली विद्युत क्रियाओं (Electrical Activity) का सामान्य तथा तीव्र संवेगों की दशा में मापन करके महत्वपूर्ण निष्कर्ष प्राप्त किये जा सकते है | इसके लिए ई.ई.जी. (EEG) उपकरण का उपयोग किया जाता है | संवेगात्मक अनुक्रियाओं के उत्पन्न होने में वल्कुट द्वारा निम्नांकित क्रियाएँ संचालित होती है–

- वर्तमान संवेगात्मक परिस्थिति के ज्ञान को पूर्वानुभव से जोड़ना ताकि संवेग का उद्वेलन निश्चित किया जा सके |
- आंतरिक प्रक्रियाओं, जैसे हृदय गति आदि को बढ़ाना तथा संवेगात्मक व्यवहार को संगठित करना (Fulton, 1939) |
- अनियंत्रित संवेगात्मक अनुक्रियाओं को रोकना एवं संवेगात्मक उद्दीपक की तीव्रता के अनुरूप ही संवेगात्मक व्यवहार प्रेरित करना | इस वल्कुट के नष्ट होने पर अनावश्यक संवेगात्मक व्यवहार प्रदर्शित होने लगते है (Bard 1934) |
- परिपक्वता एवं अधिगम के आधार पर संवेगात्मक विकास की प्रक्रिया को निर्देशित तथा संगठित करना|

संवेग में उपवल्कूटिय प्रकार्य **(Sub cortical Functioning in Emotions)** – उपवल्कुट की कुछ संरचनाएं संवेगात्मक व्यवहार के निर्देशन एवं संगठन में महत्वपूर्ण भूमिकाएं निभाती है| इनमे थैलमस एवं उपथैलमस आदि प्रमुख है|

थैलमस (Thalamus)- शोधोंके द्वारा ये प्रमाणित हो चुका है कि संवेगात्मक व्यवहार में थैलमस की प्रत्यक्ष या परोक्ष भूमिका अवश्य रहती है (H. Head, 1920; Morgan, 1965) | अनेक अध्ययनों से प्रमाणित हुआ है कि थैलमस के पास्टीरोवेंट्रल न्युक्लियस (Posteroventral Nucleus) को विद्युतीय उद्दीपक दिया जाये तो चिंता, सुरक्षा, आक्रामकता एवं कष्ट जेसी संवेगात्मक अनुक्रियायें प्राप्त होती है (Brady, 1960; Roberts, 1962; Delgado, 1955) | इस केंद्र में विद्युतीय उद्दीपक देने से भय, क्रोध आदि संवेगों का प्रदर्शन होता है | थैलमस के प्रमुख केंद्र डार्सोमिडीयल न्युकिल्यस (Darsomedial Nucleus) को विद्युत उद्दीपक देने जैसी अनुक्रियायें प्राप्त होती है (Roberts, 1962) | अत: यह भाग भय या दुःखद संवेगों में कार्य करता है | इस केंद्र को क्षतिग्रस्त कर देने से चिडचिडापन एवं आक्रोश जैसे व्यवहार पैदा होने लगते है | थैलमस के तीसरे केंद्र एंटीरियर न्युकिलस (Anterior Nucleus) भय या चौकन्ना होने जेसे व्यवहारों पर नियंत्रण करता है | इसे क्षतिग्रस्त होने से संवेगात्मक व्यवहार में हास् दिखाई पड़ता है (Morgan, 1965) |

हाईपोथेलमस (Hypothalamus) – उपथैलमस को संवेगों का केंद्र माना जाता है | यह भाग विभिन्न प्रकार के संवेगात्मक व्यवहारों को निश्चित प्रतिमान प्रदान करता है | यह अवरोधक (Inhibitory) एवं उत्तेजक (Excitory), दोनों प्रकार के कार्य करता है | इस स्वायत्ता प्रक्रियाओं को भी संगठित करने वाले केंद्र तथा संवेगात्मक अनुक्रियाओं के शारीरिक प्रतिमानों को भी नियंत्रित करने वाले केंद्र स्थित होते है | उपथैलमस को क्षतिग्रस्त करके संवेगात्मक व्यवहार का अध्ययन करने का प्रयास किया गया है | यथा, इसके पश्चात् भाग को क्षतिग्रस्त करने में संवेगात्मक व्यवहार काप्रदर्शन कठिन हो जाता है (Ranson, 1939) | इसके विपरीत मध्य या वेंट्रोमीडियल भागो को नष्ट करने से पशुओं में शीघ्रता से आक्रोशपूर्ण व्यवहार उत्पन्न होने लगता है (Wheatly, 1944) | इस प्रकार विभिन्न प्रकार के संवेगात्मक प्रतिमानों को संगठित करने में उपथैलमसका प्रमुख योगदान है |

उपर्युक्त संरचनाओं के अतिरिक्त, कुछ अन्य भाग भी संवेगात्मक व्यवहार को नियंत्रित करते है | जैसे सेप्टल क्षेत्र (Septal Region), जो की रिनेंसिफेलन का भाग है, को नष्ट करने से प्राणी में संवेगात्मक व्यवहार तीव्र हो जाता है एवं विशेषकर भय-क्रोध की तीव्रता बढ़ जाना (Brady & Nauta, 1953) | कालिक खण्ड (Temporal Lobes) के बारे में यह निष्कर्ष निकलता है की इसे समाप्त कर देने से प्राणी हर वस्तु छूता रहता है, सूंघता रहता है | इसी प्रकार पाइरीफार्म (Pyriform) वल्कुट को नष्ट करने से नर एवं मादा बन्दर एवं बिल्लियाँ अत्यधिक लैंगिक उतावलापन प्रदर्शित करने लगती है (Kluver & Bucy, 1939) |

संवेगों के प्रशिक्षण में परिपक्वता एवं अधिगम या सामाजिकसांस्कृतिक कारकों की भूमिका (Role of Maturation and Learning or Socio-Cultural Factors in Emotions)

विभिन्न प्रकार के संवेगात्मक व्यवहारों में अधिगम एवं परिपक्वता का महत्व प्रमाणित हुआ है | ऐसा देखा गया है कि अधिगम एवं परिपक्वता की प्रक्रिया अवरुद्ध कर देने से संवेगों का समुचित विकास नहीं हो पाता है | यद्यपि कुछ संवेग जन्म-जात होते है, फिर भी उनमे भी अधिगम के परिणामस्वरूप परिमार्जन होता है | उदाहरणार्थ, क्रोध की अभिव्यक्ति, आक्रमण, गाली-गलौज के रूप में या स्थान विशेष से हटकर भी की जा सकती है | गाली देना या गुस्से से सम्बंधित व्यक्ति के पास से चला जाना निश्चित रूप से अर्जित विशेषता है | इन व्यवहारों पर सामाजिक एवं सांस्कृतिक कारकों का व्यापक प्रभाव पड़ता है | इसी प्रकार प्रकार संवेगात्मक प्रदर्शन में चेहरों की अभिव्यक्ति एवं हावभाव भी सामाजिक परिवेश द्वारा निर्धारित होता है | क्लाइनवर्ग (1938) ने चीनियों में संवेगात्मक व्यवहारों एवं संवेगात्मक अभिव्यक्तियों का अध्ययन कर के निष्कर्ष दिया है की यद्यपि संवेगात्मक अभिव्यक्तियों में कुछ ना कुछ सार्वभौमिक समानता पाई जाती है फिर भी संवेगों पर प्रत्येक समाज एवं संस्कृति की अमिट छाप पड़ती है | यही भिन्नता सम्बंधित संस्कृति के लोगो के लिए भाषा का कार्य करती है | अत: ऐसा व्यक्ति जो जो सम्बंधित संस्कृति से अनभिज्ञ है वह उससे सम्बन्धित संवेगात्मक अभिव्यक्ति कों समझने में त्रुटि कर सकता है (Ekman. et. al. 1969 ; Ekman, 1973 ; Sherman, 1929) |

अधिगम की भाँती संवेगात्मक प्रदर्शन पर विकासात्मक कारकों का प्रभाव भी पड़ता है यथा शैशवावस्था में संवेगों का स्पष्ट प्रदर्शन देखने कों नहीं मिलता है, परन्तु परिपक्वता के साथ-साथ संवेगात्मक प्रदर्शन की योग्यता में भी वृद्धि होती है | जैसे, लगभग तीन माह की आयु में बच्चों में प्रसन्नता एवं छ: माह की आयु में भय एवं क्रोध की अभिव्यक्तियाँ प्रदर्शित होने लगती है | ब्रिजेज (1932), वाटसन (1926), एवं हर्लो (1973) के अनुसार, प्रसन्नता ही आगे चल कर परिस्थितिजन्य उल्लास (Situational delight) एवं प्रोढों तथा बच्चों के प्रति व्यक्तिगत स्नेह (Personal affection) में विभेदित हो जाता है | इस प्रकार स्पष्ट है कि परिपक्वता एवं अधिगम में होने वाली अंत:क्रिया के परिणामस्वरूप संवेगों का रूप परिमार्जित होता रहता है| उदाहरणार्थ, भय |

अन्य संवेगों की तुलना में भय संवेग या अपेक्षाकृत अधिक विकासात्मक शोधकार्य हुए है | जरसील्ड (1946), तथा स्कार एवं सैलापटेक (1970) के अनुसार बच्चे प्रथम दो वर्षों के भीतर शोर, पीड़ा, गिरना, अचानक प्रकाश, तीव्र गति, गहराई एवं परिवेश में अचानक परिवर्तन के प्रति भय का प्रदर्शन करने लगते है | इनके अतिरिक्त सामाजिक भय (Social fears) के भी विकास पर अध्ययन हुए है | रेनी स्पिज (Reni Spitz, 1950) ने यह निष्कर्ष दिया है की अपरिचित व्यक्तियों से जहाँ छोटे बच्चे कम भय अनुभव करते है वही अधिक उम्र के बच्चे भय अपेक्षाकृत अधिक प्रदर्शित करते है | इस तरह भय सात से नौ माह तक चरम सीमा तक पहुँच जाता है | परन्तु इस निष्कर्ष की आलोचना करते हुए मार्गन एवं रिप्युटी (1969) ने कहा है की अपरिचितों के प्रति

भय का सबसे ज्यादा प्रदर्शन बारह माह की आयु में होता है | श्राउफ़ (Sroufe et. al. 1974) ने निष्कर्ष दिया हैकि लगभग दस माह के बच्चे अपने घर में अपरिचितों से भय अनुभव नहीं करते परन्तु घर के बाहर लगभग 50% बच्चे भय का प्रदर्शन करते है | प्राय: कम उम्र के बच्चों में अपरिचितों के प्रति नकारात्मक संवेग (जैसे रोना, चिल्लाना, भागना आदि) अपेक्षाकृत अधिक होता है | इस प्रकार स्पष्ट हो रहा है की आयु में वृद्धि के परिणामस्वरूप नकारात्मक संवेग में वृद्धि होती है (Morgan & Ricciuti, 1969) | इन अध्ययकर्ताओं ने यह भी निष्कर्ष दिया है की बच्चे अपनी माँ की गोद में रहने पर नकारात्मक संवेग कम और माँ से अलग रहने पर नकारात्मक संवेग अधिक प्रदर्शित करते है|

लेविन्स एवं ब्रुक्स-गन्न (1972) ने विभिन्न प्रकार के अपरिचित व्यक्तियों के प्रति बच्चों में भय के संवेग का एक रोचक अध्ययन किया है| अध्ययन में यह पाया गया है की बच्चों ने सर्वाधिक नकारात्मक संवेग अपरिचित पुरुषों के प्रति और इसके बाद अपरिचित महिलाओं के प्रति प्रदर्शित किया | एक रोचक परिणाम यह पाया गया है की बच्चों ने अपरिचित बच्चों के प्रति थोड़ा बहुत धनात्मक संवेग प्रदर्शित किया है | इस प्रकार स्पष्ट हो रहा है की भय तथा इसी प्रकार के अन्य संवेगों का विकास संतानों की अपेक्षा अधिक तेज या बुद्धिमान होती है| विभिन्न अध्ययनों की समीक्षा करके जैजांक एवं मार्कस (Zajonc & Markus, 1975) ने ऐसा ही निष्कर्ष दिया है | पहली संतान पर माता-पिता बाद की संतानों (दूसरी, तीसरी......संतानों) से अधिक ध्यान दे पाते है | प्रथम संतानों कों परिवार में लोगो की संख्या कम होने के कारण अधिक देखभाल मिलती है| उन्हें काफी प्रेरित एवं प्रोत्साहित किया जाता है क्योकि पहली संतानों के समय माता-पिता तथा अन्य लोगो में उत्साह अधिक रहता है (Zajonc,1976, 1986) | जैजांक का यह द्रष्टिकोण सम्मिलन सिद्धांत(Confluence theory) कहा जाता है परन्तु उक्त सिद्धांत एवं निष्कर्ष की अपेक्षित पुष्टि होना अभी शेष है | व्यवहार में सदैव ऐसा दिखाई नहीं पड़ता | इस पर और अधिक शोधकार्यों की आवश्यकता है (Rogers, 1988) | जन्मक्रम सम्बन्धी निष्कर्ष भी बुद्धि पर वातावरण का प्रभाव दर्शाते है (Belmont & Marolla, 1973) |

सारांश

- मनुष्य के व्यवहार के तीन प्रमुख पक्षों में से भावात्मक पक्ष उसके बाहय प्रदर्शन में प्रमुख भूमिका निभाता है |
- भाव संवेग से पूर्व होने वाली क्रिया है तथा प्रत्येक संवेग में भाव निहित रहता है|
- भाव के केवल दो ही प्रकार होते है, सुख और दु :ख, लेकिन संवेग दो से अधिक प्रकार के होते है | कुछ मनोवैज्ञानिकों ने चार प्रमुख संवेग भय, प्रेम, क्रोध एवं पीड़ा बताये है और कुछ ने आठ |
- मनुष्य के भावों की स्थिति समझ कर उसके अनुरूप उसे सहायता करना ही भावात्मक मध्यस्थता है |
- संवेगों में भावात्मक स्वर, तीव्रता, कालिक अनधी एवं जटिलता होती है|

- संवेगो में चेतन अनुभूति व्यवहारपरक परिवर्तन एवं दैहिक परिवर्तन होते है |
- मनुष्य की आनन अभिव्यक्ति, स्वर अभिव्यक्ति एवं शारीरिक स्थिति कों देख कर उसके भावों का अनुमान लगाया जा सकता है और उसके अनुरूप निर्देशन अथवा परामर्श की व्यवस्था की जा सकती है|
- पौलिग्राफिक तकनीक के माध्यम से मनुष्य के अंदर छिपी परेशानी का पता लगाया जा सकता जो वह हमसे छिपा रहा है | उसी अनुरूप निर्देशन की व्यवस्था की जा सकती है|

इस प्रकार हम कह सकते है कि निर्देशन कर्ता भाव एवं संवेगों के उपरोक्त परिस्थितियोंको समझ ले एवं इनका मनुष्य के व्यवहार पर प्रभाव को समझ ले तो उसी अनुरूप निर्देशन की व्यवस्था कर सकता है |

स्वमूल्यांकन प्रश्न

अति लघुरात्मक प्रश्न

- भाव का क्या अर्थ है ?
- संवेग का क्या अर्थ है?
- भाव एवं संवेग में विभेद कीजिये|
- भावात्मक मध्यस्थता का क्या अर्थ है ?
- संवेगात्मक बुद्धि का क्या अर्थ है ?

लघुरात्मक प्रश्न

- संवेगों के प्रशिक्षण में परिपक्वता एवं अधिगम की क्या भूमिका है?
- कुछ प्राथमिक संवेगों की संक्षिप व्याख्या कीजिये|
- संवेगों में तंत्रिका तंत्र की क्या भूमिका होती है?
- पोलिग्राफिक तकनीक क्या है ?

निबंधात्मक प्रश्न

- संवेगों की विशेषता का वर्णन कीजिये|
- संवेगावस्था के दैहिक या आतंरिक परिवर्तन का वर्णन कीजिये |
- संवेगावस्था के बाहयपरक या बाहय परिवर्तनों का वर्णन कीजिये|

- संवेगों के विकास का सविस्तार वर्णन कीजिये|
- भावों एवं संवेगों को समझ कर आप किस प्रकार निर्देशन करेंगे सविस्तार वर्णन कीजिये|

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची :-

- डॉ. आर.एन. सिंह ; आधुनिक सामान्य मनोविज्ञान ; विनोद पुस्तक मंदिर, आगरा
- डॉ. अरुण कुमार सिंह ; उच्चतर सामान्य मनोविज्ञान ; मोती लाल बनारसी दास
- सिन्हा एवं मिश्रा ; सामान्य मनोविज्ञान ; भारती भवन
- Patterson. C.H. – Theories of Counseling and Psychotherapy New York ; Harper & Row, 1973
- Crow, L.D. and Crow – An Introduction to Guidance , New Delhi Eurasia Publishing House 1962

इकाई - 15

परामर्श की व्यवहारवादी उपागम पर आधारित तकनीकें(Behavioral Techniques of Counseling)

इकाई की रूपरेखा

- उद्देश्य
- प्रस्तावना
- व्यवहारवादी दृष्टिकोण एवं उसकी मान्यताएं
- परामर्श की व्यवहारवादी तकनीकें (Behavioural Techniques of Counselling)
- परामर्श की क्लासिकल कंडीशनिंग के आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें
    - क्लासिकल कंडीशनिंग का प्रयोग
    - व्यवस्थित विसंवेदीकरण (Systematic Desensitization)
- परामर्श की ऑपरेंट कंडीशनिंग के आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें
    - पुनर्बलन (Reinforcement)
    - शेपिंग (Shaping)
- परामर्श की सामाजिक अधिगम पर आधारित तकनीकें
- विशेष आवश्यकता वाले बालकों के परामर्श की व्यवहारवादी विधियाँ
- इकाई सारांश
- महत्वपूर्ण शब्द एवं पद
- सन्दर्भ ग्रन्थ / अन्य अध्ययन
- अभ्यास प्रश्न

उद्देश्य:

इस इकाई के अध्ययन के बाद

- परामर्श के व्यवहारवादी उपागम का संक्षिप्त परिचय बता सकेंगे

- परामर्श के व्यवहारवादी तकनीकों के मान्यताएं एवं आधार बता सकेंगे
- परामर्श के व्यवहारवादी तकनीकों की विशेषताएं बता सकेंगे
- परामर्श के व्यवहारवादी तकनीकों की सीमायें बता सकेंगे
- क्लासिकल अनुबंधन पर आधारित विभिन्न परामर्श की तकनीकों पर चर्चा कर सकेंगे
- क्लासिकल अनुबंधन का प्रयोग बता सकेंगे
- क्लासिकल अनुबंधन से व्युत्पन्न सिद्धांतों का परामर्श में उपयोग बता सकेंगे
- ऑपरेंट अनुबंधन से व्युत्पन्न सिद्धांतों का परामर्श में उपयोग बता सकेंगे
- सामाजिक अधिगम पर आधारित परामर्श की तकनीकों की व्याख्या कर सकेंगे

प्रस्तावना (Introduction)

अब तक आप परामर्श एवं परामर्श की प्रक्रियाओं से परिचित हो चुके होंगे। आपने यह भी जान लिया होगा कि परामर्श में परामर्शदाता को परामर्शी के व्यक्तित्व को ध्यान में रखते हुए कार्य करना चाहिए। आपने यह भी जाना कि परामर्श की तकनीकें मनोविज्ञान के सिद्धांतों पर आधारित हैं। मनोविज्ञान के इतिहास पर गौर करें तो यह पहले दर्शन शास्त्र का एक अंग था जो १९ वीं सदी के उत्तरार्ध में दर्शन शास्त्र से अलग एक स्वतंत्र विषय के रूप में विकसित हुआ। मनोविज्ञान के विकास के क्रम में मनोविज्ञान के अध्ययन क्षेत्र के बारे में कई विचारधाराएँ सामने आई जिनमे प्रमुख हैं:

- संरचनावाद (Structuralism)
- प्रकार्यवाद (Functionalism)
- मनोविश्लेषण वाद (Psychoanalysis)
- व्यवहारवाद (Behaviourism)
- गेस्टाल्टवाद (Gestalt Psychology)
- संज्ञान वाद (Cognitivism)
- मानवतावादी दृष्टिकोण (Humanistic Psychology)

सभी ने अपने अपने अनुसार मनोविज्ञान के अध्ययन क्षेत्र को परिभाषित किया और तदनुसार विभिन्न तकनीक विकसित हुए। परामर्श में हम विभिन्न मनोवैज्ञानिक तकनीकों का प्रयोग करते हैं, अतः परामर्श हेतु प्रयुक्त तकनीकें भी मनोविज्ञान के विभिन्न दृष्टिकोणों के आधार पर विभिन्न श्रेणियों में बांटी गयी हैं जैसे संज्ञानात्मक तकनीकेंव्यवहारवादी तकनीकें ,, मनोविश्लेषण वादी तकनीकें, आदि परन्तु एक परामर्शदाता किसी एक उपागम पर आधारित तकनीक का प्रयोग करके प्रभावी परिणाम नहीं प्राप्त कर सकताइस लिए अक्सर परामर्श के दौरान उसे एकाधिक उपागमों पर आधारित विभिन्न तकनीकों का ,

मिश्रित प्रयोग करना चाहिये। वर्तमान समय में लोकप्रिय हो रही **संज्ञानात्मक – व्यवहारवादी युक्तियां (Cognitive Behaviour Therapy CBT)** इसका सटीक उदहारण हैं जिनके बारे में आप आगे की इकाइयों में पढेंगे। आइये हम वर्तमान इकाई में परामर्श के विभिन्न व्यवहारवादी उपागम पर आधारित तकनीकों का अध्ययन करें।

व्यवहारवादी दृष्टिकोण एवं उसकी मान्यताएं(Behaviourist approach and its assumptions)

बीसवीं शताब्दी का आरम्भ मनोविज्ञान के इतिहास में व्यापक परिवर्तनों का दौर था। विभिन्न मनोवैज्ञानिक मनोविज्ञान को दर्शन शास्त्र से अलग एक स्वतंत्र विषय के रूप में जिसका वैज्ञानिक आधार हो के रूप में विकसित करने में प्रयासरत थे ,। इस क्रम में सबसे प्रभावी व्यवहारवादी दृष्टिकोण है जिसका जनक सुप्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक जे बी वाटसन को माना जाता है। वाटसन एक अमेरिकी मनोवैज्ञानिक थे जिन्होंने १९१३ में एक शोध पत्र व्यवहारवादी दृष्टिकोण :मनोविज्ञान '(Psychology: How a Behaviourist Views it)' प्रकाशित करवाया जिसके बाद मनोविज्ञान के अध्ययन में क्रांति आ गयी। संरचनावादियों के अंतरदर्शन फ्रायड ,के मनोविश्लेषण चेतना का अध्ययन एवं स्वप्न विश्लेषण जैसी अवैज्ञानिक विधियों को दरकिनार करते हुए मनोविज्ञान को मानव के बाह्य क्रियाकलापों और वातावरणीय उद्दीपकों के प्रति उसकी प्रतिक्रिया के अध्ययन को मनोविज्ञान का क्षेत्र बताते हुए व्यवहारवाद की नीव रखी। यहाँ यह जानना दिलचस्प होगा की **व्यवहारवाद के जनक जे बी वाटसन** ने कहा था मुझ एक दर्जन स्वस्थ बच्चे दे दीजिए ", मै व्यावहारिक तकनीकों का प्रयोग करके उनको एक नेता एक वकील या आप कहें तो चोर लुटेरा बना सकता हूँ "।

परामर्श का व्यवहारवादी उपागम मुख्यतः इस मान्यता पर आधारित है कि वातावरण मानव व्यवहार का निर्धारिक होता है। एक व्यक्ति एक परिस्थिति विशेष में क्या अनुक्रिया व्यवहार करता है यह इस पर / परामर्श की ? परिस्थितियों में उसके व्यवहार का परिणाम क्या रहा है निर्भर है कि पिछले समान व्यवहारवादी उपागम पर आधारित तकनीकें मुख्यतः व्यवहारवादी मनोवैज्ञानिकों द्वारा प्रतिपादित सीखने के सिद्धन्तों पर आधारित हैं। व्यवहारवादिओं का मत है कि मानव व्यवहार निरिक्षण योग्य एवं मापनीय होना चाहिए साथ ही उनका यह भी मत है कि व्यावहारिक क्रियायें उद्दीपकअनुक्रिया और , पुनर्बलन की क्रमिक पुनरावृति द्वारा सीखने का परिणाम होती हैं। व्यवहारवादियों की यह मान्यता मनोविश्लेषण वादियों की मान्यता कि **जन्मजात प्रवृतियाँ मानव व्यवहारों का निर्धारक होती हैं** और संज्ञानात्मक मान्यता कि **व्यक्ति के व्यवहारों पर उसकी संज्ञानात्मक विशेषताओं यथा सोचना तर्क क्षमता आदि का प्रभाव होता है** से बिलकुल अलग है। व्यवहारवादी मानते हैं कि **हर व्यवहार अनुबंधानात्मक अधिगम का परिणाम है अतः इस अनुबंधन को समाप्त करके उस व्यावहार विशेष को विलोपित भी किया जा सकता है** और **नए व्यवहार सिखाए भी जा सकते हैं**।

व्यवहारवादियों की प्रमुख मान्यताएं निम्नंकित हैं:

- मानव व्यवहार प्रायः सीखे गए होते हैं।
- अनुबंधन की जिस प्रक्रिया का प्रयोग करके व्यवहार सीखा जाता है उसी प्रक्रिया का प्रयोग करके उस व्यवहार को विलोपित भी किया जा सकता है।
- मानव व्यवहार प्रायः परिस्थितियों एवं वातावरणीय कारकों पर निर्भर करता है।
- अदृश्य व्यवहारों यथा भावनाओं विचारों आदि को भी ,अधिगम सिद्धांतों का प्रयोग करके परिवर्तित किये जा सकता है।
- प्रत्येक व्यक्ति अद्वितीय होता है और तदनुसार सबकी वातावरण के प्रति अनुक्रिया भी अद्वितीय होती है।

परामर्श की व्यवहारवादी तकनीकें (Behavioural Techniques of Counselling)

परामर्श की व्यवहारवादी तकनीकों में प्रमुख है:

- **परामर्श की क्लासिकल कंडीशनिंग के आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें**
- **परामर्श की ऑपरेंट कंडीशनिंग के आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें**
- **परामर्श की सामाजिक आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें**

परामर्श की क्लासिकल कंडीशनिंग के आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें

क्लासिकल कंडीशनिंगके सिद्धांतों का प्रतिपादन रुसी चिकित्सक इवान पावलोव ने किया था। इवान पावलोव पेशे से एक चिकित्सक थे जिन्हें १९०४ में उनके पाचन सम्बन्धी अध्ययन के लिए नोबेल पुरस्कार भी दिया गया था। पावलोव ने अपने सीखने के सिद्धांत का आधार अनुबंधन को माना है। अनुबंधन एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा उद्दीपक एवं अनुक्रिया के बीच एक साहचर्य स्थापित किया जाता है। पावलोव ने अपने इस प्रयोग को क्लासिकल कंडीशनिंगका नाम दिया क्योकि अधिगम की प्रक्रिया का पहला प्रयोगशाला अध्ययन पावलोव ने किया था। पावलोव ने अपने इस प्रयोग से यह निष्कर्ष निकला कि यदि कोई तटस्थ उद्दीपक को किसी उपयुक्त एवं स्वाभाविक उद्दीपक के साथ बार बार दिया जाये तो तटस्थ उद्दीपक के प्रति व्यक्ति वैसी ही अनुक्रिया करना सीख लेता है जैसा कि वह प्राकृतिक उद्दीपक के साथ करता है पावलोव मुख्यतः चिकित्सक थे। वे जीवों में भोजन के पाचन पर लार का अध्ययन कर रहे थे जिसके क्रम में क्लासिकल कंडीशनिंगके अधिगम सिद्धांत का विकास हुआ।

क्लासिकल कंडीशनिंग का प्रयोग (Classical Conditioning Experiment)

पावलोव ने अपने अध्ययन के लिए एक कुत्ते को एक पिंजरे में रखा और कुते के गले से लार ग्रंथियों से लार को एकत्र करने के लिए एक छोटे ऑपरेशन से एक पाईप जोड़ दिया। कुत्ते को कई दिन भूखा रखा गया और फिर उसे भोजन दिया गया और स्रावित लार की मात्रा मापी गयी। अपने प्रयोग के क्रम में पावलोव ने देखा कि भोजन मिलने के तुरत पहले उस से सम्बंधित संकेत मिलते ही कुत्ते के मुंह से लार का श्रवण होने लगा। इसे देखकर पावलोव ने कुत्ते को भोजन देने के के ठीक पहले घंटी बजाना शुरू कर दिया। घंटी की आवाज के तुरत बाद लगातार कुछ दिनों तक भोजन दिए जाने पर धीरे धीरे कुत्ते ने घंटी की आवाज पर ही लार टपकाना शुरू कर दिया और बाद में कुत्ते ने सिर्फ घंटी की आवाज पर लार टपकाना सीख लिया चाहे उसके बाद भोजन नहीं भी दिया जाये। इसी प्रयोग को और आगे बढ़ाते हुए पावलोव ने पहले तेज प्रकाश उत्पन्न किया, फिर तुरत घंटी बजायी और भोजन दिया ऐसा कुछ दिनों तक लगातार किये जाने पर यह पाया गया कि कुत्ते के मुंह से लार का टपकना अब सिर्फ प्रकाश के जलने के साथ ही शुरू हो जा रहा है। साथ ही इस प्रयोग के दौरान यह देखा गया कि जब कई दिनों तक लगतार घंटी बजी पर तब भोजन नहीं दिया गया या प्रकाश किया गया घंटी भी बजायी गयी पर भोजन नहीं दिया गया। ऐसे में कुत्ते के मुंह से कुछ दिनों तक घंटी की आवाज़ या तेज प्रकाश के बाद लार का टपकाना धीरे धीरे कम होते होते विलोपित हो गया। तत्पश्चात कुछ दिनों तक कुत्ते को एकाधिक प्रकार की घंटियाँ सुनाई गयी पर भोजन एक घंटी विशेष के तुरत बाद दिया गया इसमें यह देखा गया कि कुत्ता पहले तो सभी घंटियों की आवाज पर लार टपकाना शुरू कर देता था परन्तु बाद में उसने उस घंटी विशेष की आवाज पहचानना सीख लिया और उस घंटी विशेष की आवाज पर ही अनुक्रिया देता था सभी घंटियों पर नहीं।

आइये अब पावलोव के प्रयोग का अर्थ समझने का प्रयास करें:

अनकन्डिसन्ड या प्राकृतिक उद्दीपक (Unconditioned or natural Stimulus):वे उद्दीपक जिनके प्रति कोई जीव प्राकृतिक अनुक्रिया (Natural Response) देता है उसे प्राकृतिक उद्दीपक कहते हैं- जैसे उपरोक्त प्रयोग में भोजन जो कुत्ते में प्राकृतिक अनुक्रिया लार का टपकाना उत्पन्न करता है।

तटस्थ उद्दीपक (Neutral Stimulus):ये वे उद्दीपक हैं जो प्रायः किसी जीव में परिस्थिति विशेष में कोई अनुक्रिया उत्पन्न नहीं करते वे उस परिस्थिति में तटस्थ उद्दीपक (Neutral Stimulus) माने जाते हैं जैसे उपरोक्त प्रयोग में घंटी एवं तेज प्रकाश।

कन्डिसन्ड उद्दीपक (Conditioned Stimulus): वे तटस्थ उद्दीपक जिन्हें प्राकृतिक उद्दीपकों के साथ कुछ समय तक प्रस्तुत करने पर धीरे धीरे प्राकृतिक अनुक्रिया उत्पन्न करने में सक्षम हो जाते हैं जैसे अनुबंधन के बाद प्रकाश या घंटी की आवाज़ से कुत्ते का लार टपकाना।

अनुबंधन से पहले: जब कुत्ते को प्राकृतिक उद्दीपक दिया गया तो कुत्ते ने प्राकृतिक अनुक्रिया की

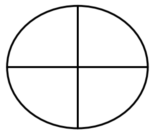
अनकन्डिसन्ड उद्दीपक (Unconditioned or natural Stimulus)
(भोजन)

⇒ अनकन्डिसन्ड अनुक्रिया (Unconditioned Response)

(लार टपकाना)

अनुबंधन के दौरान: जब कुत्ते को उदासीन उद्दीपक (घंटी) के साथ प्राकृतिक उद्दीपक (भोजन) दिया गया तो कुते ने प्राकृतिक अनुक्रिया दी

तटस्थ उद्दीपक (Neutral Stimulus)
(घंटी)



अनकन्डिसन्ड उद्दीपक (Unconditioned or natural Stimulus)
(भोजन)
(एक साथ कई बार)

⇒ अनकन्डिसन्ड अनुक्रिया (Unconditioned Response)
(लार टपकाना)

अनुबंधन के बाद: जब प्राकृतिक उद्दीपक और उदासीन उद्दीपक कई बार क्रमिक रूप से प्रस्तुत किये गए तब कुते ने उदासीन उद्दीपक से भी वही अनुक्रिया देना सीख लिया जो प्राकृतिक उद्दीपक से देता था|

कन्डिसन्ड उद्दीपक (घंटी) ⇒ कन्डिसन्ड अनुक्रिया (Conditioned Response) (लार टपकाना)

विलोपन (Extinction): अनुबंधन के बाद जब कई बार घंटी तो बजायी गयी पर भोजन नहीं दिया गया तब धीरे-धीरे कुत्ते द्वारा स्रावित लार की मात्रा कम होते होते खतम हो गयी अर्थात अनुबंधन का प्रयोग करके कोई व्यवहार सिखाया जा सकता है तो अनुबंधन को समाप्त करके उस व्यवहार को विलोपित भी किया जा सकता है |

तत्काल पुनर्प्राप्ति (Spontaneous Recovery): कुते में लार टपकने का व्यवहार विलोपित करने के बाद पुनःजब उसे घंटी के साथ भोजन दिया गया तो पाया गया कि कुत्ते ने जल्दी ही फिर से घंटी की आवाज पर लार टपकाना शुरू कर दिया अर्थात पहले सीखे गए व्यवहार को विलोपित करने के बाद यदि पुनः अनुबंधन की प्रक्रिया दुहरायी जाये तो भूले गए व्यवहार की तत्काल पुनर्प्राप्ति हो जाती है

सामान्यीकरण (Generalization): कुते को अलग अलग प्रकार की घंटियाँ सुनाई गयी पर भोजन एक ध्वनि विशेष के बाद ही दिया गया और यह पाया गया कि कुत्ता प्रत्येक घंटी की आवाज़ के साथ लार स्रावित कर रहा था | कुते ने सीखे गए व्यवहार का सामान्यीकरण सीख लिया था | अनुबंधन के बाद कन्डिसन्ड उद्दीपक से मिलते जुलते अन्य उद्दीपकों के प्रति सामान अनुक्रिया **सामान्यीकरण** है |

विभेदन क्षमता (Discrimination): जब कई बार मिलती जुलती ध्वनियों की घंटियाँ कुत्ते को सुनाई गयी पर भोजन सिर्फ विशेष आवाज पर दिया गया तो धीरे धीरे कुत्ते ने आवाज़ में विभेदन करना सीख लिया और जिस घंटी की आवाज़ पर उसे भोजन दिया जाता था सिर्फ उसी पर अनुक्रिया करना सीख लिया अन्य पर नहीं अर्थात अनुबंधन का प्रयोग करके दो सामान उद्दीपकों में विभेदन करना भी सिखाया जा सकता है।

क्लासिकल अनुबंधन का प्रयोग करके व्यक्ति को एक अच्छी आदत सिखाई जा सकती है, एक बुरी आदत को विलोपित किया जा सकता है, समान परिस्थितियों में समान अनुक्रिया सिखाई जा सकती है और दो समान दिखनेवाले व्यवहारों में अंतर करना भी सिखाया जा सकता है । विसंवेदीकरण (Desensitization) क्लासिकल अनुबंधन के विलोपन (Extinction) के सिद्धांत पर आधारित है |

व्यवस्थित विसंवेदीकरण (Systematic Desensitization)

व्यवस्थित विसंवेदीकरण (Systematic Desensitization): व्यवस्थित विसंवेदीकरण **क्लासिकल कंडीशनिंग** पर आधारित एक युक्ति है जिसमे किसी उद्दीपक के प्रति व्यक्ति की संवेदना को धीरे धीरे कम करते हुए उसे समाप्त कर देते है फलस्वरूप व्यक्ति की उस ,उद्दीपक के प्रति असामान्य प्रतिक्रिया समाप्त हो जाती है । विसंवेदीकरण का प्रयोग भय को दूर करने हेतु सर्वप्रथम जोसेफ वोल्पे (Joseph Wolpe) जो कि एक दक्षिण अफ्रीकी मनोवैज्ञानिक थेके दशक में किया १९५०के द्वारा , गया था। विसंवेदीकरण मुख्यतः इस मान्यता पर आधारित है कि ***यदि कोई व्यक्ति किसी उद्दीपक के प्रति चिंता या भय का अनुभव करना सीख सकता है तो उसे उस उद्दीपक के प्रति चिंता या भय का अनुभव न करना भी सिखाया जा सकता है*** । विसंवेदीकरण मुख्यतः भय(Phobia)चिंता , विकार(Anxiety Disorders) आदि को दूर करने में अत्यंत प्रभावी है। विसंवेदीकरण की प्रक्रिया में **परामर्शी को गहरी विश्राम तकनीकें सिखाई** जाती है । जिस परिस्थिति या उद्दीपक के प्रति व्यक्ति चिंता या भय अनुभव करता है उस स्थिति में वह सामान्य नहीं रह पाता है। ऐसे में वह विश्रांति का अनुभव नहीं कर पाता है। भय अथवा चिंता की परिस्थिति में विश्रांति(Deep Relaxation) एक विपरीत व्यवहार है जो विसंवेदीकरण में व्यक्ति की मदद करता है।

विसंवेदीकरण के चरण :

विसंवेदीकरण के प्रक्रिया के **मुख्यतः तीन चरण** हैं:

१. **चिंता पदानुक्रम का निर्माण (Creating an Anxiety Hierarchy):**चिंता पदानुक्रम किसी उद्दीपक विशेष के प्रति उन परिस्थितियों का लिखित विवरण होता है जिनके प्रति व्यक्ति में चिंता की तीव्र संवेदना होती है। जो परिस्थिति सबसे ज्यादा परेशान करने वाली होती है उसे इस पदानुक्रम में सबसे नीचे रखते हैं और जो सबसे कम परेशानी पैदा करती है उसे सबसे ऊपर की ओर रखा जाता है। जब विसंवेदीकरण की प्रक्रिया शुरू की जाती है तो सर्वप्रथम सबसे ऊपर की ओर लिखी गयी परिस्थिति से आरम्भ कर के सबसे नीचे अर्थात सबसे ज्यादा भय अथवा चिंता पैदा करने वाली पारिस्थिति की ओर चरणबद्ध तरीके से आगे बढते हैं। चिंता पदानुक्रम का निर्माण, व्यक्ति को उसकी समस्या को **शाब्दिक रूप में लिखने एवं समस्या के विश्लेषण** में मदद करता है। साथ ही यह विसंवेदीकरण की प्रक्रिया का एक बुनियादी ढाँचा (Framework) भी प्रदान करता है।

उदहारण के लिए कई बार बालकों में कक्षा में बोलने के प्रति चिंता (Anxiety of Public Speaking) पाई जाती है। इस लक्ष्य व्यवहार को विसंवेदीकरण के द्वारा सामान्य करने हेतु एक चिंता पदानुक्रम का उदहारण निम्नांकित है:

लक्ष्य व्यवहार: **परामर्शी को कक्षा में बोलने में परेशानी**

- कक्षा मे बोलने से पूर्व रात को घर में
- स्कूल जाते समय रास्ते में
- कक्षा में जाते हुए
- कक्षा के अंदर उपस्थित व्यक्तियों को देख कर
- कक्षा में जाने के बाद किसी को हल्लो बोलने में
- अग्रिम पंक्ति में बैठने में
- वक्ता या श्रोता से आँख मिलाने में
- बोलने की बारी आने से तुरंत पहले
- बोलने के लिए खड़ा होने पर
- बोलते समय

विसंवेदीकरण की प्रक्रिया जो आरम्भ की जायेगी वह पहले स्थान के व्यवहार से शुरू करके चरणबद्ध तरीके से अंतिम व्यवहार तक जाकर पूर्ण होगी।

गहरी विश्रांति का प्रशिक्षण (Training in Deep Muscle Relaxation): विसंवेदीकरण की प्रक्रिया में परामर्शी को गहरी विश्रांति का प्रशिक्षण अत्यंत आवश्यक है

क्योंकि चिंता उत्पन्न करने वाली परिस्थितिओं के प्रति व्यक्ति का विसंवेदीकरण तभी किया जा सकता है जब चिंता पदानुक्रम के हर चरण पर उत्पन्न होने वाली 'चिंता(Anxiety) ' को 'विश्रांति (Relaxation)' से रोक दिया जाये। इसके लिए सर्वप्रथम व्यक्ति को पूर्ण विश्रांति का प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए तत्पश्चात उसे **जब आवश्यकता हो तब विश्रांति** का संक्षिप्त प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए । इसे **गहरी मांसपेशीय विश्रांति (Deep Muscle Relaxation)** की संज्ञा दी जाती है जिसके अंतर्गत अपने स्थान पर मांसपेशिओं को ढीला छोडकर बैठना एवं धीमी परन्तु गहरी साँस लेना शामिल है।

चरणबद्ध तरीके से चिंता पदानुक्रम के पहले चरण से विसंवेदीकरण की क्रिया (Desensitizing the person beginning from the first step):

उदहारण के लिए कोई बच्चा अगर कुत्ते से डरता है तो उसको सर्वप्रथम कुत्ते की तस्वीर दिखाई जा सकती है। तत्पश्चात उसे दूर से कुत्ता दिखाया जा सकता है, फिर धीरे धीरे उसे कुते के पास ले जाया जा सकता है और तब जैसे जैसे उसकी कुते के प्रति संवेदना कम होती जाती है उसे कुते को छूकर देखने के लिए प्रेरित किया जा सकता है। विसंवेदीकरण प्रायः विभिन्न प्रकार के भय को दूर करने के लिए अत्यंत प्रभावी है। परामर्श में विसंवेदीकरण का प्रयोग करके बच्चों में व्याप्त विभिन्न विषयों के प्रति भय को दूर किया जा सकता है। जैसे बच्चे को गणित से भयबच्चे को विद ,बच्चे को शिक्षकों से भय ,ृयालय जाने से दर बच्चे को किसी वस्तु या स्थान विशेष या व्यक्ति विशेष से ,बच्चे में व्याप्त परीक्षा का भय , भय को दूर करने हेतु विसंवेदीकरण एक प्रभावी युक्ति है।

परामर्श की ऑपरेंट कंडीशनिंग के आधिगम सिद्धांतपर आधारित तकनीकें

परामर्श की ऑपरेंट कंडीशनिंग के आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें(Techniques based on Operant Conditioning) :

ऑपरेंट कंडीशनिंग का प्रयोग (The Operant Conditioning Experiment): ऑपरेंट कंडीशनिंग के सिद्धांतों का विकास सुप्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक**बी एफ स्किनर (B.F. Skinner)** द्वारा किया गया था। पावलोव का क्लासिकल अनुबंधन का सिद्धांत मुख्यतः अधिगम की प्रक्रिया में जन्मजात प्रवृतियों पर केंद्रित है अतः शिक्षण अधिगम की प्रक्रिया में इसका सीमित उपयोग है। क्लासिकल अनुबंधन की इस कमी को दूर करने हेतु किए गए प्रयोगों में सबसे महत्वपूर्ण प्रयोग **बी एफ स्किनर का ऑपरेंट कंडीशनिंग** का प्रयोग एवं उसके आधार पर व्युत्पन्न सीखने के सिद्धांत हैं। क्लासिकल कंडीशनिंग मुख्यतः उन व्यवहारों पर आधारित है जो जीवन के लिए आवश्यक हैं परन्तु ऑपरेंट कंडीशनिंग का सिद्धांत उन सभी व्यवहारों पर केंद्रित है जिनके द्वारा कोई व्यक्ति/जीव वातावरण में अनुक्रिया करता अर्थात जिनके साथ कोई व्यक्ति/ जीव वातावरण में 'ऑपरेट' करता है। इसी आधार

पर इसे **ऑपरेंट कंडीशनिंग** का नाम दिया गया है। वैसे तो ऑपरेंट कंडीशनिंग के सिद्धांत स्किनर द्वारा किये गए कई प्रयोगों से व्युत्पन्न है पर जो आधारभूत प्रयोग था उसका संक्षिप्त विवरण निम्नांकित है:
स्किनर ने अपने प्रयोगों के लिए चूहों एवं कबूतरों को चुना। स्किनर ने अपने प्रयोग हेतु एक विशेष रूप से बनाये गये बक्से का इस्तेमाल किया जिसे स्किनर बॉक्स का नाम दिया। इस बक्से में यह व्यवस्था थी कि इसमें एक लीवर दबाने पर खाद्य पदार्थ की अल्प मात्रा चूहे को मिल जाती थी। स्किनर ने अपने प्रयोग में एक चूहे को स्किनर बॉक्स मे बंद किया और उसे स्वतंत्र रूप से व्यवहार करने हेतु छोड दिया। आरम्भ में चूहा बॉक्स में अपनी स्वतंत्र अनुक्रिया करता रहा। इस क्रम में चूहे से वह लीवर दब गया और चूहे को थोड़ी खाद्य सामग्री मिल गयी। बाद में यह देखा गया कि चूहे की यादृच्छिक गतिविधियां धीरे धीरे कम होती गयी और अंततः चूहे ने लीवर दबाकर खाद्य पदार्थ प्राप्त करना सीख लिया।
ऑपरेंट कंडीशनिंग से व्युत्पन्न प्रमुख संकल्पनाएँ

- पुनर्बलन (Reinforcement)
- शेपिंग (Shaping)

पुनर्बलन (Reinforcement)

पुनर्बलन (Reinforcement)

ऑपरेंट कंडीशनिंग के प्रयोगों द्वारा निकली अत्यंत महत्वपूर्ण संकल्पना है पुनर्बलन की संकल्पना। चूहे के द्वारा लीवर दबाने पर जो भोजन चूहे को मिलता था उसे स्किनर ने **पुनर्बलन (Reinforcement)** की संज्ञा दी और प्रयोगों के आधर पर निष्कर्ष निकाला कि उद्दीपक और अनुक्रिया के बीच अनुबंधन का कारक पुनर्बलन है। जिस व्यवहार के बाद व्यक्ति को पुनर्बलन मिलता है उस व्यवहार की के होने की संभावना बढ़ जाती है और जिन व्यवहारों को पुनर्बलन नहीं प्राप्त होता वे व्यवहार धीरे धीरे विलोपित हो जाते हैं।
पुनर्बलन का सामान्य अर्थ है किसी क्रिया के बाद उस उद्दीपक को प्रस्तुत करना जो क्रिया की दर का निर्धारक होता है एवं उसकी आवृत्ति को बढ़ा देता है। जो उद्दीपक क्रिया की दर को बढ़ाता है उसे **पुनर्बलक (Reinforcer)** कहते हैं। पुनर्बलन का प्रयोग विशेष आवश्यकता वाले बालकों के शिक्षण एवं प्रशिक्षण में बहुतायत से किया जाता है। पुनर्बलन का प्रयोग करके व्यक्तियों अथवा परामर्शी के अभिप्रेरणा स्तर, अध्ययन अथवा किसी अन्य क्रिया में उनकी रूचि बढाने में , अथवा परामर्श के दौरान उनसे जो व्यवहार परामर्शदाता चाहता है उसे बढ़ाने के लिए प्रयोग किया जा सकता है। साथ ही पुनर्बलन का प्रयोग करके हम अन्य परामर्श तकनीकों की प्रभाविता बढ़ाने के लिए अन्य तकनीकों के साथ उनके पूरक के रूप में किया जा सकता है। विशेष कर मादक द्रव्य दुरूपयोग एवं नकारात्मक विचारों के कारण उत्पन्न समस्याओं के परामर्श के दौरान पुनर्बलन का प्रयोग अन्य तकनीकों के साथ किया जाना लाभ प्रद होता है।

पुनर्बलन के प्रकार:

पुनर्बलन प्रस्तुत करने के तरीकों के आधार पर इस के मुख्यतः दो प्रकार हैं:

- **सकारात्मक पुनर्बलन (Positive Reinfoecement)**
- **नकारात्मक पुनर्बलन (Negative Reinforcement)**

सकारात्मक पुनर्बलन (Positive Reinfoecement) का तात्पर्य है किसी वांछनीय व्यवहार के तुरंत बाद कोई सकारात्मक उद्दीपक भेंट करना जिससे प्रतिक्रिया की दर और आवृत्ति बढ़े जैसे किसी बालक को वांछनीय व्यवहार के बाद चाकलेट या बिस्किट देना या शाबाश आदि कहना।
नकारात्मक पुनर्बलन (Negative Reinforcement) का तात्पर्य है किसी वाछंनीय व्यवहार के तुरंत बाद कोई नकारात्मक उद्दीपक वातावरण से हटा लेना जिससे वांछनीय व्यवहार की दर और आवृत्ति बढ़े जैसे:गृहकार्य पूरा कर लेने के बाद किसी बालक को खेलने जाने की इजाजत देना। अक्सर नकारात्मक पुनर्बलन एवं दंड का समान होने का भ्रम होता है परंतु नकारात्मक पुनर्बलन दंड से अलग है। दंडकी स्थिति में बच्चे के किसी अवांछनीय व्यवहार के बाद नकारात्मक / दुखदायक (Aversive Stimulus) भेंट किया जाता है ताकि अवांछनीय व्यवहार में कमी आए जैसे:किसी बच्चे को देर से आने पर कक्षा से बाहर निकाल देना। **यहाँ ध्यातव्य है कि पुनर्बलन सकारात्मक हो या नकारात्मक वह हमेशा वाछंनीय व्यवहार में वृद्धि करता है जबकि दंड अवांछनीय व्यवहार को कम करता है।** एक उदाहरण के द्वारा तीनों का अंतर स्पष्ट किया जा सकता है।
यदि शिक्षक गृहकार्य पूरा करने पर बालक को खेलने का अतिरिक्त समय देता है तो यह **सकारात्मक पुनर्बलन (Positive Reinforcement)** होगा।
यदि गृहकार्य पूरा न करने की स्थिति में शिक्षक छात्र को कहता है कि तुम तभी खेलने जाओगे जब गृहकार्य पूरा कर लोगे। यह **नकारात्मक पुनर्बलन (Negative Reinforcement)** है।
यदि शिक्षक कहता है कि चूंकि तुमने गृहकार्य नहीं किया है इसलिए तुम आज खेलने नहीं जाओगे यह **दंड** है। ध्यान दें उपरोक्त उदाहरण में नकारात्मक पुनर्बलन में बच्चे के पास अपनी गलती सुधारने का अवसर है जबकि दंड में ऐसा नहीं है।
इसके आलावा उद्दीपक की प्रकृति के आधार पर पुनर्बलन दो प्रकार के होते हैं: **प्राथमिक पुनर्बलन (Primary Reinforcement)** और **द्वितीयक पुनर्बलन (Secondary Reinforcement)**
प्राथमिक पुनर्बलन में हम प्रायः जो उद्दीपक प्रयोग करते हैं वह मानव की शारीरिक आवश्यकताओं से सीधे जुड़ा होता है। जैसे: छोटे बच्चे को वांछित व्यवहार करने के बाद बिस्किट या खाने पीने की कोई अन्य वस्तु देना। **द्वितीयक पुनर्बलन** में जो उद्दीपक हम बच्चे को प्रदान करते है वह व्यक्ति की शारीरिक आवश्यकताओं से सीधे जुडी नहीं होती हैं पर उनका सामाजिक महत्व होता है और कई बार उन द्वितीयक पुनार्बलकों के द्वारा हमे प्राथमिक पुनर्बलक की प्राप्ति होने की सम्भावना होती है जैसे किसी वांछित व्यवहार के बाद शाबाश कहना।

शेपिंग (Shaping)

शेपिंग (Shaping):

स्किनर ने अपने **ऑपरेंट कंडीशनिंग** के अध्ययन के दौरान यह पाया की अगर किसी जीव में कोई व्यवहार जो हम सिखाना चाहते हैं उसके समान थोड़ी अनुक्रिया भी वह करता है तब उपयुक पुनर्बलन का प्रयोग प्रत्येक सफल प्रयास पर करते हुए उसे वांछित व्यवहार की आकृति दी जा सकती है। शेपिंग का सामान्य अर्थ है **आकार देना** अर्थात **शेपिंग शिक्षण / प्रशिक्षण/ परामर्श की वह विधि है जिसमे शिक्षक बालक के लक्ष्योन्मुख हर सफल प्रयास को तब तक प्रोत्साहित करता रहता है जब तक की लक्ष्य व्यवहार प्राप्त न कर लिया जाये।**

विशेष बालकों के सन्दर्भ में शेपिंग की यह विधि शिक्षण हेतु / परामर्श हेतु अत्यंत प्रभावी है। उदहारण के लिए शिक्षकों को मानसिक मंद बच्चों को कुछ ऐसे व्यवहार सिखाने पड़ते है जिसे बच्चे ने कभी न किये हो। ऐसे व्यवहारों को सिखाने में **शेपिंग की विधि** अत्यंत प्रभावी सिद्ध हो सकती है। शेपिंग में बच्चे द्वारा दिखाए गए थोड़े परिवर्तन पर भी ध्यान देना और पुरस्कृत करना होगा। जिससे लक्ष्य व्यवहार की ओर बढने में बच्चे को उत्साह मिलता रहे। मानसिक मंद बच्चों के प्रशिक्षण/ परामर्श के लिए शेपिंग के प्रयोग से बच्चे और शिक्षक/ परामर्शदाता दोनो की निराशा की भावना कम की जा सकती है। शिक्षण आनन्द दायक हो जाता है क्योंकि, बच्चे अपने थोड़े से प्रगति के लिए भी प्रोत्साहन पाते है।

परामर्श की सामाजिक अधिगम पर आधारित तकनीकें

परामर्श की सामाजिक अधिगम पर आधारित तकनीकें (Counselling Techniques based on Social Learning Theory):

प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक अल्बर्ट बंडूरा (Albert Bandura) का मानना था व्यक्ति एक सामाजिक प्राणी है अतः वह निरिक्षण, अनुकरण एवं मॉडलिंग के द्वारा समाज के अन्य व्यक्तियों के साथसीखते है |

सामाजिक अधिगम की प्रमुख मान्यताएं निम्नांकित हैं

- व्यक्ति समाज के अन्य व्यक्तियों के देख कर उनका व्यव्हार, उनकी अभिवृत्ति एवं उनके परणामों को देखकर सीखता है।
- अधिकांश मानव व्यवहार अवलोकन के द्वारा **मॉडलिंग** के माध्यम से सीखे गए होते हैं।

अल्बर्ट बंडूरा (Albert Bandura) का अधिगम के उद्दीपक अनुक्रिया अनुबंधन से अलग यह मत था कि अधिगम केवल उद्दीपक अनुक्रिया के अनुबंधन का परिणाम नहीं बल्कि इसमें मानव के संज्ञानात्मक क्षमताओं का भी योगदान होता है । बंडूरा का सामाजिक अधिगम का यह सिद्धांत व्यवहारवादी दृष्टिकोण एवं संज्ञानात्मक दृष्टिकोण के मध्य एक सेतु माना जाता है क्यों कि बंडूरा ने अधिगम की प्रक्रिया में मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं एवं व्यवहार दोनों को बराबर महत्व दिया है और अधिगम को संज्ञानात्मक मनोवैज्ञानिकों एवं व्यवहारवादियों दोनों के समन्वितपरिप्रेक्ष्य में समझने की कोशिश की है।

मॉडलिंग का सावधानी पूर्वक किया गया प्रयोग परामर्श को अत्यंत प्रभावी बना सकता है खासकर उन परिस्थितियों में जब परामर्शी का अभिप्रेरणा स्तर कम हो, परामर्शी हीन भावना अथवा अवसाद से ग्रस्त हो, परामर्शी का आत्म विश्वास एवं आत्म सम्मान कम लग रहा हो या परामर्शी का सामाजिक व्यवहार एवं सामाजिक अनुकूलन कम होने के कारण उत्पन्न समस्याओं पर परामर्श दिया जा रहा हो। उसके अभिप्रेरणा स्तर को बढाने के लिए उसे किसी रोल मॉडल का जीवन वृत बताया जा सकता है, किसी प्रसिद्ध व्यक्ति का उदहारण दिया जा सकता है जिनका आत्म विश्वास आरम्भ में कम था या जो अवसाद से ग्रस्त थे परन्तु उन्होंने अपनी इन कमजोरियों पर विजय पाई और बाद में बड़े बने।

मॉडलिंग या अनुकरणत्मक सीखना (Modelling)

जाने अनजाने हम सभी बहुत से अपने व्यवहार अनुकरण द्वारा सीखते या अर्जित करते है। बच्चे भी अपने अनेक व्यवहार दूसरो को देख-देख कर सीखते रहते है। बच्चे उन लोगों को अनुकरण अधिक करते है जिन्हे वे अधिक महत्व देते है जैसे: शिक्षक, माँ-बाप, दोस्त, फिल्म या टेलीविज़न सितारे आदि। सुप्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक सामाजिक अधिगम के सिद्धांत के अनुसार बच्चे अधिकांश सामाजिकव्यवहार अनुकरण करके सीख जाते हैं। इसी सिद्धांत का प्रयोग करके मॉडलिंग की विधि द्वारा भी कई व्यव्हार बालक सीख जाते हैं और उन्हें सिखाये भी जा सकते हैं। यदि मॉडलिंग पद्धति का उचित प्रयोग करें तो यह प्रभावकारी व्यवहार परिवर्तन ला सकता है।

विशेष आवश्यकता वाले बालकों के परामर्श की व्यवहारवादी विधियाँ

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

ऑपरेंट कंडीशनिंग के प्रयोगों के आधार पर यह बात भी सामने आई कि जटिल से जटिल कार्य को छोटे छोटे आसान उपखण्डों में बाँट कर, चरणबद्ध तरीके से एक के बाद एक सफलता पूर्वक सिखाया जा सकता है और अंततः वह पूरा कार्य व्यक्ति सफलता पूर्वक कर सकता है। किसी जटिल कार्य को छोटे छोटे उपखंडों में बाँटना तथा उसे एक तार्किक क्रम में जोड़ना **कार्य विश्लेषण** कहलाता है।

शेपिंग

जैसा कि आपने पहले देखा **शेपिंग शिक्षण / प्रशिक्षण/ परामर्श की वह विधि है जिसमे शिक्षक बालक के लक्ष्योन्मुख हर सफल प्रयास को तब तक प्रोत्साहित करता रहता है जब तक की लक्ष्य व्यवहार प्राप्त न कर लिया जाये।** उदाहरण के लिए यदि एक बच्चा ''पानी'' नही बोल पाता है, परन्तु उसके निकट कुछ ''पा पा'' जैसा बोल लेता है तो शेपिंग पद्धति का प्रयोग कर कदम पर कदम उसे ''पा पा''-- पाई'' कहलाते या बुलाते हुए अन्ततः ''पानी'' बुलवा सकेंगे।

शेपिंग पद्धति को प्रभावी बनाने के तरीके:

- व्यवहार प्रशिक्षण के लिए शेपिंग के साथ अन्य पद्धतियों, जैसे प्रोत्साहन, श्रंखलाबद्धता, फेडिंग और माडलिग के साथ करें।
- शेपिंग के कदम या चरण इतने बड़े न हो कि बच्चा उसे पूरा ही न कर सकें, और आगे वाले कदम पर न पहुँच पाए साथ ही इतना छोटा न हो कि, अनावष्यक समय बरबाद हो।
- शेपिंग पद्धति के किसी भी समय चरणों के आकार में परिवर्तन के लिए तैयार रहे। यह बच्चे की प्रतिक्रिया पर निर्भर करेगा।

शेपिंग प्रक्रिया के चरण(Steps involved in Shaping)

- लक्ष्य व्यवहार चुने।
- बच्चे के उस प्रारम्भिक व्यवहार को चुने जो लक्ष्य व्यवहार से किसी रूप से मिलता हो।
- प्रभावकारी पुरस्कार का चयन करें।
- प्रारम्भिक व्यवहार को पुरस्कृत तब तक करते रहे जब तक वह बार-बार न आने लगे।
- लक्ष्य व्यवहार से मिलता जुलता कोई भी प्रयास पुरस्कृत करते रहे।
- लक्ष्य व्यवहार जब जब आता है, पुरस्कृत करते रहें।
- लक्ष्य व्यवहार को कभी कभी पुरस्कृत करें।

शेपिंग प्रक्रिया का उदाहरण

ऐसा व्यवहार चुने जिसे बच्चा पहले से कर रहा हो, और जो लक्ष्य व्यवहार से मिलता हो। यदि आप का लक्ष्य है बच्चे को गोलाकार आकृति बनाना सिखाना और बच्चा पेन्सिल पकड़ लेता है, कागज पर कुछ लकीरें बना लेता है, तब आप शेपिंग पद्धति का प्रयोग कर सकते है। बच्चे के साथ, उसके स्तर पर काम करना प्रारम्भ करे और उसे लकीरें खींचने पर पुरस्कार दें । इससे बच्चे को मालूम हो जाएगा कि उसके ऐसा करने से पुरस्कार मिलता है।

अब बच्चे को पहले से परिचित व्यवहार से थोड़ा आगे बढ़ाते हुए कुछ गोलाकार या अर्ध गोलाकार रेखाएं बनाना सिखायें और उसे पुरस्कृत करते रहें । इसके बाद बच्चे को लकीरे घसीटने पर कोई पुरस्कार ने दे। पुरस्कृत तभी करे जब बच्चा गोलाकार जैसी आकृति बनाए।

श्रंखलाबद्धता (Chaining)

हमने देखा कि, कई जटिल व्यवहार मानसिक मंद बच्चो को सिखाए जा सकते हैं यदि उन व्यवहारों को सरल और छोट-छोटे टुकड़ों में बाँट कर सिखाया जाए । श्रंखलाबद्धता का सामान्य अर्थ है किसी बड़े,

जटिल कार्य के छोटे-छोटे खंडो को एक तार्किक क्रम में जोड़ना। श्रंखलाबद्धता पद्धति का प्रयोग दो प्रकार से किया जा सकता है अग्र श्रंखलाबद्धता (Forward Chaining) और पश्च श्रंखलाबद्धता (Backward Chaining)। अग्र श्रंखलाबद्धता में पहला उपकार्य पहले और आखिर का सबसे अंत में सिखाते हैं जबकि पश्च श्रंखलाबद्धता में सबसे आखिरी कार्य पहले और सबसे पहला कार्य अंत में सिखाते हैं।

श्रंखलाबद्धता का विशेष बालकों के शिक्षण /प्रशिक्षण /परामर्श में प्रभावी प्रयोग:

- लक्ष्य व्यवहार तक पहुँचने के लिए जिन छोटे-छोटे चरणों को सीखते हुए आगे बढ़ना है, उनका वर्णन करें।
- यदि एक व्यवहार उद्देष्य पाँच क्रमबद्ध चरणों में बाँटा गया है तब इसके लिए आप पहले चरण को सिखाएं , फिर दूसरे को और तब दोनो चरणों में उचित संबन्ध भी दर्शायें। इसी प्रकार जब तीसरा चरण सिखाएंगे तो दूसरे और तीसरे चरण में स्वाभाविक सम्बन्ध अवश्य दर्शायें। आगे इसी प्रकार प्रत्येक चरण को आपस में संबन्धित करते हुए दूसरे की कड़ी को मजबूत करते हुए व्यवहार लक्ष्य पूरा किया जा सकता है।
- प्रत्येक चरण पर उचित पुरस्कार दे।
- श्रंखला में जिस क्रम में चरण बनाए गए हो उन्ही चरणों में सिखाएँ।
- अगले चरण की ओर तभी बढ़े जब उसने पहले चरण को सीख लिया हो।

सहायता करना (Prompting)

विशेष आवश्यकता वाले बालकों को परामर्श, शिक्षण अथवा प्रशिक्षण के दौरान उनकी सीमित मानसिक अथवा शारीरिक क्षमता के कारण सहायता की आवश्यकता पड़ सकती है परन्तु यदि आप नियमित सहायता देते रहे तो बच्चा कभी भी उस कार्य को स्वतंत्रता पूर्वक नहीं कर पायेगा इसलिए सहायता, बालक की आवश्यकता, उसकी क्षमता , कार्य का कठिनाई स्तर इत्यादि को ध्यान में रख कर दिया जाना चाहिए और उसे धीरे धीरे कम करते हुए समाप्त कर देना चाहिय ताकि वह अपना कार्य स्वतंत्र रूप से कर सके सहायता के विभिन्न प्रकारों में शारीरिक सहायता (Physical Prompt or PP) , इशारे के द्वारा सहायता (Gestural Prompt or GP) , शाब्दिक सहायता (Verbal Prompt or VP) एवं सांकेतिक सहायता (Occassional Cues or OC) प्रमुख हैं जिनमे से कोई एक अथवा मिश्रित प्रयोग आवश्यकता के अनुसार किया जाना चाहिए

इकाई सारांश

इस इकाई में आपने देखा मनोविज्ञान के विकास के क्रम में मनोविज्ञान के अध्ययन क्षेत्र के बारे में कई विचारधाराएँ सामने आई जिनमे प्रमुख हैं संरचनावाद (Structuralism) ,प्रकार्यवाद

(Functionalism),मनोविश्लेषण वाद (Psychoanalysis) ,व्यवहारवाद (Behaviourism) , गेस्ताल्ट वाद (Gestalt Psychology) ,संज्ञान वाद (Cognitivism) एवं मानवतावादी दृष्टिकोण (Humanistic Psychology)। परामर्श हेतु प्रयुक्त तकनीकें भी मनोविज्ञान के विभिन्न दृष्टिकोणों के आधार पर विभिन्न श्रेणियों में बांटी गयी है जैसे संज्ञानात्मक तकनीकेंव्यवहारवादी तकनीकें ,, मनोविश्लेषण वादी तकनीकें, आदि परन्तु एक परामर्शदाता किसी एक उपागम पर आधारित तकनीक का प्रयोग करके प्रभावी परिणाम नहीं प्राप्त कर सकताइस लिए अक्सर परामर्श के दौरान उसे एकाधिक , उपागमों पर आधारित विभिन्न तकनीकों का मिश्रित प्रयोग करना चाहिये।

व्यवहारवाद के जनक जे बी वाटसन को माना जाता है व्यवहारवादी प्रमुख मनोवैज्ञानिकों में थार्नडायक , ब्रूनर आदि प्रमुख हैं व्यवहारवादियों के अनुसार ,पावलोव ,स्किनरमानव व्यवहार प्रायः सीखे गए होते हैं एवं प्रायः परिस्थितियों एवं वातावरणीय कारकों पर निर्भर होते हैं। साथ ही सीखना उद्दीपक और अनुक्रिया के अनुबंधन का परिणाम है और अनुबंधन की जिस प्रक्रिया का प्रयोग करके व्यवहार सीखा जाता है उसी प्रक्रिया का प्रयोग करके उस व्यवहार को विलोपित भी किया जा सकता है । परामर्श की व्यवहारवादी तकनीकों में प्रमुख है:**परामर्श की क्लासिकल कंडीशनिंग के आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें यथा ,व्यवस्थित विसंवेदीकरण ,परामर्श की ऑपरेंट कंडीशनिंग के आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें यथा पुनर्बलन शेपिंग आदि तथा ,परामर्श की सामाजिक आधिगम सिद्धांत पर आधारित तकनीकें जैसे मॉडलिंग आदि**। विशेष आवश्यकता वाले बालकों के परामर्श के लिए प्रमुख व्यवहार वादी तकनीकें हैं **कार्य विश्लेषण** (Task Analysis) , **शेपिंग ,श्रंखलाबद्धता (Chaining) ,सहायता करना (Prompting) आदि** । यदि हम व्यवहारवादी तकनीकों का उपयुक्त प्रयोग परामर्श की अन्य तकनीकों के साथ करें तो परामर्श प्रभावी एवं अपेक्षित परिणाम प्रदान करने वाला हो सकता है।

महत्वपूर्ण शब्द एवं पद

अनकंडीशंड या प्राकृतिक उद्दीपक (Unconditioned or natural Stimulus):वे उद्दीपक जिनके प्रति कोई जीव प्राकृतिक अनुक्रिया (Natural Response) देता है उसे प्राकृतिक उद्दीपक कहते हैं- जैसे उपरोक्त प्रयोग में भोजन जो कुत्ते में प्राकृतिक अनुक्रिया लार का टपकाना उत्पन्न करता है।

तटस्थ उद्दीपक (Neutral Stimulus):ये वे उद्दीपक हैं जो प्रायः किसी जीव में परिस्थिति विशेष में कोई अनुक्रिया उत्पन्न नहीं करते वे उस परिस्थिति में तटस्थ उद्दीपक (Neutral Stimulus) माने जाते हैं जैसे उपरोक्त प्रयोग में घंटी एवं तेज प्रकाश।

सामान्यीकरण(Generalization): अनुबंधन के बाद कन्डिसन्ड उद्दीपक से मिलते जुलते अन्य उद्दीपकों के प्रति सामान अनुक्रिया **सामान्यीकरण** है |

कंडीशंड उद्दीपक (Conditioned Stimulus): वे तटस्थ उद्दीपक जिन्हें प्राकृतिक उद्दीपकों के साथ कुछ समय तक प्रस्तुत करने पर धीरे धीरे प्राकृतिक अनुक्रिया उत्पन्न करने में सक्षम हो जाते हैं
पुनर्बलन (Reinforcement): पुनर्बलन (Reinforcement) का सामान्य अर्थ है किसी क्रिया के बाद उस उद्दीपक को प्रस्तुत करना जो क्रिया की दर का निर्धारक होता है एवं उसकी आवृत्ति को बढ़ा देता है।
किसी जटिल कार्य को छोटे छोटे उपखंडों में बाँटना तथा उसे एक तार्किक क्रम में जोड़ना कार्य विश्लेषण कहलाता है।

व्यवस्थित विसंवेदीकरण (Systematic Desensitization): व्यवस्थित विसंवेदीकरण **क्लासिकल कंडीशनिंग** पर आधारित एक युक्ति है जिसमे किसी उद्दीपक के प्रति व्यक्ति की संवेदना को धीरे धीरे कम करते हुए उसे समाप्त कर देते है फलस्वरूप व्यक्ति की उस ,उद्दीपक के प्रति असामान्य प्रतिक्रिया समाप्त हो जाती है।

शेपिंग (Shaping): शेपिंग (Shaping) का सामान्य अर्थ है आकार देना अर्थात शेपिंग शिक्षण / प्रशिक्षण/ परामर्श की वह विधि है जिसमे शिक्षक बालक के लक्ष्योन्मुख हर सफल प्रयास को तब तक प्रोत्साहित करता रहता है जब तक की लक्ष्य व्यवहार प्राप्त न कर लिया जाये।

सकारात्मक पुनर्बलन (Positive Reinfoecement) सकारात्मक पुनर्बलन (Positive Reinfoecement) का तात्पर्य है किसी वांछनीय व्यवहार के तुरंत बाद कोई सकारात्मक उद्दीपक भेंट करना जिससे प्रतिक्रिया की दर और आवृत्ति बढ़े जैसे किसी बालक को वांछनीय व्यवहार के बाद चाकलेट या बिस्किट देना या शाबाश आदि कहना।

नकारात्मक पुनर्बलन (Negative Reinforcement): नकारात्मक पुनर्बलन (Negative reinforcement) का तात्पर्य है किसी वाछंनीय व्यवहार के तुरंत बाद कोई नकारात्मक उद्दीपक वातावरण से हटा लेना जिससे वांछनीय व्यवहार की दर और आवृत्ति बढ़े जैसे:गृहकार्य पूरा कर लेने के बाद किसी बालक को खेलने जाने की इजाजत देना।

सन्दर्भ ग्रन्थ अन्य अध्ययन /

- अरुण कुमार सिंह (2005) सामान्य मनोविज्ञान, भारती भवन पटना से प्रकाशित
- रिचर्ड नेल्सन जोंस (2003) बेसिक काउंसलिंग स्किल्स, सेज प्रकाशन से प्रकशित
- रिचर्ड नेल्सन जोंस (2012) थ्योरी एंड प्रैक्टिस ऑफ़ काउंसलिंग एंड थेरेपी, सेज प्रकाशन से प्रकाशित
- रचना शर्मा (2006) उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान अटलांटीक प्रकाशन, नयी दिल्ली से प्रकाशित

- एस के मंगल (2007), शिक्षा मनोविज्ञान, पी एच आई लर्निंग नयी दिल्ली से प्रकाशित
- शाहीद हसन, नैदानिक मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास नयी दिल्ली से प्रकाशित
- हेवार्ड डब्ल्यू.जे., (2006), काउंसिल आफ एक्सेप्सनल चिल्ड्रेन से प्रकाशित।
- ल्यूकेसान एवं अन्य (1992), मेंटल रिटार्डेशन, क्लासिफिकेशन एंड सिस्टम आफ सपोटर्स (9वीं मैनुअल)
- रीता पेशवारिया एवं अन्य, बेसिक एम.आर. शिक्षक मैनुअल, NIMH, सिकंदराबाद से प्रकाशित।
- डिसेविलिटी स्टेटस आफ इंडिया (2012) भारतीय पुनर्वास परिषद् से प्रकाषित।
- यूनेस्को, (2001), अंडरस्टैडिंग एंड रेस्पाडिंग टू चाइल्ड नीड्स इन इनक्लूसिव क्लासरूम यूनेस्को से प्रकाषित।
- मंगल एस.के., (2007), विषिष्ट बालक, प्रेंटिल हाल आफ इंडिया से प्रकाशित।
- हालाहन डी.पी. एंड काफ मैन जे.एम., (2006), एक्सेप्सनल चिल्ड्रेन इंट्रोडक्शन तो स्पेशल एजुकेशन , पार्सन एजुकेशन से प्रकाशित।

अभ्यास प्रश्न

- परामर्श की व्यवहारवादी उपागम पर आधारित तकनीकों की चर्चा करें
- व्यवस्थित विसंवेदीकरण क्या है? इसके प्रमुख चरणों को उदहारण के साथ समझाएं!
- पावलोव का क्लासिकल कंडीशनिंग का प्रयोग क्या था? परामर्श में इसका निहितार्थ बताइए|
- स्किनर का क्लासिकल कंडीशनिंग का प्रयोग क्या था? परामर्श में इसका निहितार्थ बताइए|
- विशेष बालकों के परामर्श की व्यवहारवादी विधियों की चर्चा करें
- टिप्पणी लिखिए

  पुनर्बलन, शेपिंग, कार्य विश्लेषण, चेनिंग, प्रोम्प्ट

****

इकाई - 16

परामर्शन एवं निर्देशन का अस्तित्वावादी एवं मानवतावादी दृष्टिकोण (Existentialist and Humanistic of guidance and counseling)

इकाई की रूपरेखा

- प्रस्तावना)Introduction)
- उद्देश्य (Objective)
- अस्तित्ववाद यसंप्रत्य : (Existentialism: Concept)
- अस्तित्ववादी चिकित्सा)Existential therapy(
- अस्तित्ववादी चिकित्सा विधि लोगों थेरपी :(Existentialist therapy :Logo-therapy)
- मानवतावाद संप्रत्यय :(Humanism: Concept)
- मानवतावादी चिकित्सा (Humanistic therapy)
- मानवतावादी चिकित्सा) गेस्टाल्ट :Humanistic Therapy :Gestalt Therapy(
- क्लायंट केन्द्रित चिकित्सा (Client- Centered therapy)
- सारांश (Summary)
- शब्दावली
- अतिरिक्त संदर्भ ग्रंथ सूची
- निबंधात्मक प्रश्न

प्रस्तावना (Introduction):

परामर्शन एवं निर्देशन के लिए विभिन्न प्रकार के तरीको का इस्तेमाल व्यक्ति विशेष या समूह के आवश्यकताओं के अनुरूप किया जाता है नैदानिक मनोवैज्ञानिकों ने समस्या की गंभीरता को देखते हुए | जा रहा था जब इन सारी समस्याओं पर विचार किया | उसके अनुरूप समाधान खोजने की वकालत की तभी पूरे दुनिया में अस्तित्ववाद एवं मानवतावाद को लेकर बहस हो रही थी अस्तिवावाद एवं | मानवतावाद के कुछ सिद्धांतों को लेकर मनोवैज्ञानिकों ने निर्देशन एवं परामर्श के तकनीकें भी विकसित | की जिसके बारे में हम इस इकाई में हम विस्तार से पढेंगे

उद्देश्य:

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप-

- अस्तित्ववाद के संप्रत्यय को समझ सकेंगे|
- अस्तित्ववादी चिकित्सा के लाभ एवं नुकसान को समझ सकेंगे|
- मानवतावाद के मूल भाव को समझ सकेंगे|
- मानवतावादी चिकित्सा के लाभ एवं नुकसान को समझ सकेंगे|

अस्तित्ववाद : संप्रत्यय (Existentialism: Connotation)

अस्तित्ववाद पाश्चात्य-दर्शन की एक आधुनिक शाखा है। इसमें प्रस्तुत और यथार्थ अस्तित्व का ही सबसे अधिक महत्त्व माना जाता है और आस्तिकता, तर्क, परम्परा आदि को व्यर्थ समझकर मानव-जीवन को भी निरर्थक माना जाता है, और कहा जाता है कि मनुष्य को संसार में दर्शक के रूप में ही रहना चाहिए| 1940 व 1950 के दशक में अस्तित्ववाद पूरे यूरोप में एक विचारक्रांति के रूप में उभरा। यूरोप भर के दार्शनिक व विचारकों ने इस आंदोलन में अपना योगदान दिया है। इनमें ज्यां-पाल सार्त्र, अल्बर्ट कामू व इंगमार बर्गमन प्रमुख हैं।अस्तित्वादी के अनुसार दुख और अवसाद को जीवन के अनिवार्य एवं काम्य तत्त्वों के रूप में स्वीकार करना चाहिए। परिस्थितियों को स्वीकार करना या न करना व्यक्ति की ही इच्छा पर निर्भर है। इनके अनुसार व्यक्ति को अपनी स्थिति का बोध दुख या त्रास की स्थिति में ही होता है, अतः उस स्थिति का स्वागत करने के लिए प्रस्तुत रहना चाहिए। दास्ताएवस्की ने कहा था- ''यदि ईश्वर के अस्तित्व को मिटा दें तो फिर सब कुछ (करना) संभव है।''

कालांतर में अस्तित्ववाद की दो धाराएं हो गई।

(१(इश्वरवादी अस्तित्ववाद और

(२(अनिश्वरवादी अस्तित्ववाद

अस्तित्ववादी चिकित्सा : संप्रत्यय (Existential therapy : Concept)

इस चिकित्सा विधि के प्रमुख समर्थक विन्स्विंगर)Binswanger) एवं एन्जिल तथा एलेंवर्गर(May,Angal & Ellenberger) है चिकित्सा पद्धति मे रोगी के उपचार या चिकित्सा मे कोई इस | विधि तो नहीं अपनाई जाती है किन्तु इसमें प्रत्येक व्यक्ति के वैयक्तिकता तथा उसके मूल्यों -निश्चित कार्य | एवं भावों को समजकर रोओगी के स्वास्थकर अस्तित्व के लिए एक वातावरण तैयार किया जाता है यद्यपि अस्तित्ववाद मे व्यक्ति के स्वतंत्र इच्छाओं तथा उत्तरदायित्व पर अधिक बल डाला जाता है |इस चिकित्सा विधि के प्रमुख समर्थक बिन्स्बेंगर)Binswanger,1942) तथा मेएन्जिल एवं एलेनवर्गर, (May,Angal & Ellenberger,1958) हैं इस चिकित्सा विधि में रोगी के उपचार या |चिकित्सा मे

कोई निश्चित कार्य) विधि- procedure) तो अपनायी नहीं जाती है परन्तु इसमे प्रत्येक व्यक्ति की वैयक्तिकता (uniqueness) तथा उसके मूल्यों एवं भावों(feelings) को समझाकर रोगी के स्वस्थकर अस्तित्व के लिए एक माहौल तैयार किया जाता हैं अस्तित्वाद |(existentialism) मे व्यक्ति के स्वतंत्र इच्छाओ (Free will) तथा उतरदायित्व (responsibility)पर अधिक बल डाला जाता हैइसमे उन , चिंताओं को भी महत्वपूर्ण माना गया है जिसे व्यक्ति अपनी जिंदगी मे प्रमुख पसंद या चयन(choice) करने मे अनुभव करता है ऐसे पसंद या चयन को |अस्तित्ववादी चयन)existential choice) कहा जाता हैं किसी विशेष नौकरी को करना या उसे न |ऐसे चयन पर व्यक्ति का अस्तित्व निर्भर करता हैं | अस्तित्ववादी मनोवैज्ञानिको का मत है कि |करना ऐसे ही अस्तित्ववादी चयन का एक उदाहरण है वास्तव में जीवित रहने के लिएव्यक्ति को उन चिन्ताओ से अवगत करना ही पड़ता है जो अस्तित्ववादी चयन (existential choice) से उत्पन्न होते हैं अस्तित्ववादी चिंता निम्नलिखित स्त्रो |तों से उत्पन्न होता है |

- यह चिंतन कि हमलोग एक दिन मर जायेंगे , अस्तित्ववादी चिंता उत्पन्न करता है |
- यह चिंतन कि हमलोग अकेले हैं,अस्तित्ववादी चिंता उत्पन्न करता है|
- यह चिंतन कि हमलोग को अपने निर्णय लेना हैं, उसके अनुरूप कार्य करना हैं तथा फिर उसके परिणामों का भुगतना है |
- यह चिंतन कि आकस्मिक परिस्तिथियों जैसे दुर्घटना आदि के साथ हम लोग लड़ नही सकते हैं , अस्तित्ववादी चिन्ता उत्पन्न करता है |
- यह चिंतन कि हमें अपनी जिंदगी के सवारने कि जवाबदेही हम पर है , अस्तित्ववादी चिंतन उत्पन्न करता हैं

अस्तित्ववादी चिकित्सा का उद्देश्य व्यक्ति को उक्त तरह से मुक्त करना है ऐसा करने के | उपचेतन क्रियाओं के अध्ययन तक अपने आप को बांधकर लिए यहाँ चिकित्सा रोगी के चेतन तथा गिर्द की वास्तविकता पर ध्यान केन्द्रित कर-नहीँ रखते हैं बल्कि वे रोगी को उसके इर्दके व्यक्ति को उसके आंतरिक पहलुओं का पुननिर्माण (reconstruct) करने में मदद करते हैं इसके लिए चिकित्सक |) विन्सवैन्ग्ररWinswanger,1942) द्वारा विकसित विधि जिसे) 'डेजिन एनालिसिस ' Dasein analysis or existential analysis) की संज्ञा दी गयी हैं का भी अनुसर ,ण करते है |

अस्तित्ववादी चिकित्सा के प्रमुख लक्ष्य)goal) निम्नांकित हैं –

- अस्तित्ववादी चिकित्सा रोगी को परिघटनात्मक **दृष्टिकोण** (phenomenological frame or references) अपनाने की सलाह देकर उसके प्रतिसमर्थन एव तदनुभूति(empathy) दिखाते हैं | इसके बाद चिकित्सक उसे अपना व्यवहार , भाव , संबंध एवं जिंदगी के सही अर्थ को समझते हैं | चिकित्सक क्लायंट को गत् एवं वर्तमान पसंद से रोगों का सामना कराते हैं तथा उसका स्पष्टीकरण करते हैं | इन दोनों में से रोगी के वर्तमान पसंद को वे अधिक महत्वपूर्ण मानते हैं |

- अस्तित्ववादी चिकित्सा रोगी या क्लायंट को एक खुला एवं स्नेहपूर्ण वातावरण में अपने आप को दूसरों से सबंधित करने की पर्याप्त प्रेरणा देता है ताकि रोगी का यह चिंता दूर हो सके कि वह अकेला है|
- अस्तित्ववादी चिकित्सक का लक्ष्य रोगी या क्लायंट में वर्द्धन तथा उचित चयन के लिए छिपे अन्त: शक्ति (potential) से उसे अवगत करना है | अस्तित्ववादी चिकित्सा में यह मानकर चिकित्सक चलते हैं कि क्लायंट प्रत्येक क्षण अपना अस्तित्व नये ढंग से उत्पन्न करता है ताकि वह अर्थपुर्ण ढंग से जीवित रह सकें|

परमर्शन तकनीक के रूप में अस्तित्ववादी चिकित्सा के अपने गुण (Merits) एवं दोष (Demerits) हैं | इसके प्रमुख गुण(Merits) इस प्रकार हैं –

- अस्तित्ववादी चिकित्सा एक ऐसी चिकित्सा है जिसमे रोगी को अपने भीतर छिपे अन्त: शक्ति से अवगत कराकर उसे अर्थपूर्ण ढंग से जीवित रहने की प्रेरणा दी जाती है |
- तिल्लिक (Tillich,1992) के अनुसार अस्तित्वादी चिकित्सा का एक विशेष लाभ यह है कि इस तरह की चिकित्सा में क्लायंट अपने अस्तित्व को वास्तविक ढ़ग से समझने की कोशिश करता है इसलिए इससे अस्तित्वादी स्नायुविकृति (existential neurosis) के लक्षणों को स्थायी रूप से दूर करने में काफी मदद मिलती है |

इसमें बावजूद अस्तित्वादी चिकित्सा के कुछ दोष)demerits) है जो इस प्रकार हैं –

- अस्तित्वादी चिकित्सा का सबसे प्रमुख आलोचना के रूप में यह नहीं स्पष्ट है कि क्लायंट में वर्द्धन उत्पन्न करने के लिए किन – किन तरह के चिकित्सीय प्रविधियों का उपयोग किया जाएगा| इससे चिकित्सा की वैधता संदेह के घेरे में आ जाती है |
- अस्तित्वादी चिकित्सा के स्पष्ट एवं ठोस संक्रियाओ की जिसकी माध्यम से वैज्ञानिक शोध किये जा सकते हैं , की कमी है | यद्यपि अस्तित्वादी चिकित्सक कई सफल केसेज का प्रकाशन कर चुके हैं , इस क्षेत्र में कोई शोध नहीं किया गया है |
- अस्तित्वादी चिकित्सा के नजर में आधुनिक विज्ञान मानव में मानवीय मूल्यों को कम करता है | अत: इन लोगों का विश्वास हैं कि विज्ञान का व्यक्ति पर उपयोग करने से व्यक्ति की वैयक्तिकता (uniqueness) समाप्त हो जाता है | इससे मानवीय चिंता समाप्त होकर और बढ़ सकती है |
- अस्तित्वादी चिकित्सा क्लायंट के व्यक्तिगत अनुभूतियों पर निर्भर करता है| आलोचकों का मत है कि क्लायंट का व्यक्तिगत अनुभूति अनोखा (unique) है , चिकित्सक यह कैसे समझ जाते हैं कि वे रोगी के इस

आतंरिक अनुभूति को ठीक ढंग से जान पाते हैं जैसा कि वह स्वयं जानता है ? इस प्रश्न का उत्तर अस्तित्वादी चिकित्सा में नहीं मिल पाता है |

- कुछ आलोचकों का मत है कि अस्तित्वादी चिकित्सा को एक चिकित्सा प्रविधि न कहकर चिकित्सक द्वारा अपनाया गया एक सामान्य मनोवृत्ति (attitude) कहना अधिक उचित है | इस पर रोल्लो मे (Rollo May, 1961) ने बहुत ही सटीक टिप्पणी की है जो इस प्रकार हैं , "अस्तित्वादी चिकित्सा चिकित्सक की एक पद्धति नहीं है बल्कि मनुष्यों की संरचना को तथा उनकी अनुभूतियों जो सभी प्रविधियों का आधार होती है, को समझने से संबंधित होता है |"

इन दोषों के बावजूद अस्तित्वादी चिकित्सा का मौलिक तथ्य कि व्यक्ति का अस्तित्व सतत रूप से परिमार्जित हो रहा है तथा अन्य दूसरे विचारधारा के चिकित्सक के लिए एक मुख्य आधार है |

अभ्यास प्रश्न

- अस्तित्ववाद से आप क्या समझते हैं ?
- अस्तित्वादी चिकित्सा के गुणों के बारे में बताएं|
- अस्तित्वादी चिकित्सा के दोषों के बारे में बताएं |

अस्तित्ववादी चिकित्सा विधि : लोगो थेरेपी (Existentialist therapy :Logo- therapy)

लोगो चिकित्सा की प्रविधि विक्टर फ्रेंक्ल)Victor Frankl,1963,1965,1967) द्वारा विकसित की गयी है कुछ लोगों ने इसे :अत |चिकित्सा की यह अस्तित्वात्मक सिद्धांतों पर आधारित है |)अस्तित्वात्मक चिकित्साexistential therapy) का ही एक भाग माना है |

लोगो चिकित्सा(logotherapy) में 'लोगो'(logo) से तात्पर्य 'अर्थ'(meaning) से होता है :अत |)इसे शब्दिक भाषा में अर्थ पर आधारित चिकित्साtherapy of meaning) कहा गया हैइस तरह की | में व्यक्ति की जिन्दगी में अर्थहीनता के भाव से उत्पन्न होने वाली समस्याओं एवं चिन्ताओ को चिकित्सा दूर करने की कोशिश की जाती हैइस तरह की चिकित्सा का संबंध व्यक्ति के ,दूसरे शब्दों में |)अस्तित्ववादी समस्याओंexistential problems) को दूर करना होता है क्योकि ऐसी समस्याएं आध्यात्मिक(spiritual)एव मनोवैज्ञानिक तथ्य उत्पन्न करती हैइस तरह की चिकित्सा में रोगी के गत | जिन्दगी की ऐतिहासिक पुनर्संरचना पर जोर न डालकर उसके समकालीन आध्यात्मिक समस्याओं और भविष्य या आगे के अर्थ)implication) को समझने पर बल डाला जाता हैं|

) क्लफ्रें frankl) के अनुसार व्यक्ति का सबसे प्रमुख अभिप्रेरक 'इच्छा-की-अर्थ'(will-to-meaning) होता है'|अर्थ 'इच्छा-की-से तात्पर्य अपनी जिन्दगी के आध्यात्मिक एवं मनोवैज्ञानिक पहलुओं के अर्थ एवं संगतता)relevance)को वास्तिविक ढंग से समझकर उसके अनुरूप व्यवहार करने से होता है सिद्धि-फ्रेंक्ल का यह मानना है कि व्यक्ति में यह अभिप्रेरक आत्म |(self-actualisation) का अभिप्रेरक एवं तनाव कम करने की इच्छा से अधिक प्रबल होता हैजब व्यक्ति की | इस आवश्यकता या अभिप्रेरक की संतुष्टि नहीं होती है तो इससे अस्तित्वात्मक कुंठा(existential frustration) उत्पन्न होती है और इससे व्यक्ति की जिन्दगी में अर्थहीनता(meaningless) के भाव की उत्पति हो जाती है जिसे फ्रेक्ल ने अस्तित्वात्मक रिक्तता(existential vaccum)कहा है इस तरह के | |गयी है और दिनोदिन बढती जा रही है अस्तित्वात्मक रिक्तता का भाव आधुनिक जटिल जिन्दगी मे बढ़ स्नायुविकृति:इस तरह का भाव मन(psychoneurosis) तथा मनोविकृति (psychosis) के सथाभी हो सकता है या दोनों की अनुपस्थिति में भी व्यक्ति में हो सकता हैशायद यही कारण है कि फ्रेक्ल ने यह | कित्सा का एक प्रतिस्थापन या प्रतिस्थायीस्पष्ट कर दिया है कि लोगोचिकित्सा मनश्चि(substitute) न होकर एक संपूरक(complement|होता है (

फ्रेंक्ल के अनुसार जब व्यक्ति की अपनी जिन्दगी की आध्यात्मिक)spiritual) या दार्शनिक समस्याओं एवं स्नेह(love मृत्यु आदि से संबंधित अर्थ-तथा जीवन ((meaning) में दिशाहीनता वि-तो इससे अस्तित्वात्मक कुंठा उत्पन्न हो जाता है जिसे व्यक्ति पहले अपने स्तर से दूर ,उत्पन्न हो जाती है करने की कोशिश करता हैजब व्यक्ति में ऐसी कुंठा की मात्रा अत्यधिक हो जाती है तो उससे |)स्नायुविकृति लक्षणोंneurotic symptoms)की उत्पति होती हैं जिसे फ्रेक्लने न्युजेनिक स्नायुविकृति (neuogenic neurosis) कहा है इस तरह की स्नायुविकृति में सचमुच में अंतर्नोद |(drives) अभिप्रेरक या मूल प्रवृत्तियों (instincts) के बीच किसी तरह का संघर्ष(conflict) नहीं पाया जाता है बल्कि व्यक्ति के नैतिक सिद्धांतों का एक टकराव पाया जाता हैऐसे टकराव से संघर्षों को दूर करना लोगोचिकित्सा | का मुख्य उदेश्य है

अभ्यास प्रश्न

लोगो चिकित्सा विधि के प्रतिपादक कौन हैं?
लोगो चिकित्सा विधि का क्या तात्पर्य है ?
लोगो चिकित्सा की कार्यविधि को स्पष्ट करें ?

मानवतावाद : संप्रत्यय (Humanism: Concept)

मानवतावाद मानव मूल्यों और चिंताओं पर ध्यान केंद्रित करने वाला अध्ययन, दर्शन या अभ्यास का एक दृष्टिकोण है। इस शब्द के कई मायने हो सकते हैं, उदाहरण के लिए:

1. एक ऐतिहासिक आंदोलन, विशेष रूप से इतालवी पुनर्जागरण के साथ जुड़ा हुआ।

2. शिक्षा के लिए एक ऐसा दृष्टिकोण जिसमें छात्रों को जानकारी देने के लिए साहित्यिक अर्थों का उपयोग होता है या मानविकी पर ध्यान केंद्रित किया जाता है।
3. दर्शन और सामाजिक विज्ञान के क्षेत्र में कई तरह के दृष्टिकोण जो 'मानव स्वभाव' के कुछ भावों की पुष्टि करता है .(के विपरीत विरोध-मानवतावाद)
4. एक धर्मनिरपेक्ष विचारधारा जो नैतिकता और निर्णय लेने की क्षमता के एक आधार के रूप में विशेष रूप से अलौकिक और धार्मिक हठधर्मिता को अस्वीकार करते हुए हित, नैतिकता और न्याय का पक्ष लेता है।

अभ्यास प्रश्न

- मानवतावाद से आप क्या समझते हैं ? इस शब्द के विभिन्न अर्थों को स्पष्ट करें |
- मानवतावाद शब्द के विभिन्न अर्थों को स्पष्ट करें |

मानवतावादी चिकित्सा (Humanistic therapy)

मानवतावादी चिकित्सा एक सूझ)केन्द्रित-insight-focused) चिकित्सा है जो इस बात की पूर्वकल्पना करता है की किसी भी असामान्य का उपचार व्यक्ति कि आवश्यकता तथा प्रेरणा)moitivation) के स्तर मे वृद्धि करके की जा सकती हैं इस चिकित्सा पद्धति में व्यक्ति को सर्जनात्मक तथा उत्तरोत्तर आगे | शक्ति का :अपने भीतर छिपे अन्त ,माना जाता है जो अन्य बातें समान रहने पर बढने वाला प्राणी अनुभव करके अपने व्यवहार का चेतन रूप से मार्गनिर्देशन भी करते रहता है जब उसके इस समझ में गडबडी उत्पन्न होती है या उसके अस्तित्व पर प्रतिबंध लगता हैतो व्यक्ति में असामान्य व्यवहार की , |उत्पति है

)मानवतावादी चिकित्सा का प्रमुख सारthemes) एवं लक्ष्य को इस प्रकार उल्लिखित किया जा सकता है—

- इस चिकित्सा में क्लायंट को एक व्यक्ति के रूप में केंद्रित करने पर पर्याप्त बल डाला जाता है इसमें चिकित्सक क्लायंट या रोगी को अपने अनोखे अन्त:शक्ति(potential)को पहचानने एवं उस तक पहुँचने में उसे मदद करते हैं| यहाँ पूर्वकल्पना यह होती है कि जब क्लायंट अपनी अन्त:शक्ति के करीब होगा, तो वह बिना किसी के मदद के ही जिंदगी की समस्याओ का समाधान कर सकने में सफल होगा
- इस चिकित्सा में क्लायंट तथा चिकित्सक के बीच के सबंध को एक प्रधान कारक माना जाता है जिसके सहारे वर्द्धन(growth) होती है| यह एक वास्तविक

अन्तवैयक्तिक सबंध होता है जो क्लायंट में ऐसे मानवीय अनुभूतियों को उत्पन्न करता है जो अपने आप क्लायंट में वर्द्धन लाता है |

- इस तरह की चिकित्सा की सारभूत कल्पना यह होती है कि क्लायंट की बीती अनुभूतियों को परिवर्तित नहीं किया जा सकता है तथा वह क्लायंट के भविष्य के लिए उतना महत्वपूर्ण नहीं होती है जितना कि वर्तमान होता है इसलिए इस तरह की चिकित्सा में चिकित्सीय संबंध के तत्कालीन अनुभूतियों को (immediate experience) की काफी महत्वपूर्ण माना जाता है |
- इस चिकित्सा में यह भी पूर्वकल्पना की जाती है कि अधिकतर क्लायंट सामान्य(normal) लोगो के ही समान होते हैं | क्लायंट वातावरण के प्रति अपने विशेष प्रत्यक्षण के अनुरूप ही व्यवहार करते हैं | अत: चिकित्सक वातावरण पर रोगी की नजरों से देखकर ही उनकी समस्याओं को समझने की कोशिश करते हैं |

अभ्यास प्रश्न

- मानवतावादी चिकित्सा के संप्रत्यय को स्पष्ट करें |
- मानवतावादी चिकित्सा का प्रमुख सार (themes) एवं लक्ष्य को स्पष्ट करें |

मानवतावादी चिकित्सा : गेस्टाल्ट थेरेपी (Humanistic Therapy :Gestalt Therapy)

गेस्टाल्ट चिकित्सा के प्रतिपादक फ्रेडरिक एस) पर्ल्स (फिर्ज) .Frederich S. (Fritz) Perls,1967,1970) है ‘ |गेस्टाल्ट’ (Gestalt) शब्द का अर्थ होता हैसम्पूर्ण - (whole)गेस्टाल्ट | चिकित्सा मन तथा शरीर की एकता(unity) पर बल डालता है जिसमें चिन्तनभाव तथा कार्य के , समन्वय(intergration) की आवश्यकता पर सर्वाधिक बल डाला जाता हैं|

रोजर्स)Rogers(के समान पर्ल्स का यह विश्वास था कि व्यक्ति में एक जन्मजात अच्छाई(innate goodness)होता है तथा उसके इस प्रकृति कों अभिव्यक्त करने का अवसर दिया जाना चाहिएजब | व्यक्ति किसी कारण से इस जन्मजात गुण की अभिव्यक्ति से वंचित होता है या यह गुण कुंठित हो जाता तों मनोवैज्ञानिक समस्याएं ,है(psychological problems) की उत्पत्ति होने लगती हैगेस्टाल्ट | चिकित्सक व्यक्ति के सर्जनात्मक(creative) तथा सार्थक पहलूओं पर न कि नकारात्मक एवं विकुत पहलुओं पर गेस्टाल्ट |बल डालता है (जिसपर मनोविश्लेषकों द्वारा अधिक बल डाला जाता है) चिकित्सक का मुख्य लक्ष्य रोगीको अपनी आवश्यकताइच्छा एवं आशंकओं को समझने एवं ,

साथ उन्हें इस बात से भी अवगत कराना होता है कि -ही-साथ स्वीकार करने में मदद करना होता है तथा |अपने लक्ष्य तक पहुँचने में तथा उन आवश्यकताओं की तुष्टि करने में वे किस तरह असफल रहे

गेस्टाल्ट चिकित्सा का मुख्य लक्ष्य रोगी के वर्द्धन की रुकी प्रक्रिया को फिर से चालू करना होता है | प्ति निम्नांकित दो तरह से किया जाता हैइस लक्ष्य की प्रा

- रोगी को उन भावों से अवगत करने जो उसके व्यक्तित्व का प्रमुख हिस्सा है, परन्तु जिसे ठीक से नहीं समझने के कारण अलग रखा जाता था, या अलग रखने की कोशिश की है|
- रोगी को उन भावों एवं मूल्यों(values) से अवगत कराया जाता है, जिसे वे यह समझते हैं कि उसने व्यक्तित्व का यथार्थ हिस्सा है जबकि सच्चाई यह है कि व्यक्ति उन्हें दूसरे लोगों से लिया हैं|

इस तरह से गेस्टाल्ट चिकित्सा में रोगी या क्लायंट कों आत्मन्)self(के उन यथार्थ पहलुओं कों पुनः बोध कराया जाता है यथा

- वर्तमान की अनुभूतियाँ(here and experiences)
- जानकारी(awarenss)
- उत्तरदायित्व(responsibility)

इन तीनों अवयवों का वर्णन निम्नांकित है-

- **वर्तमान की अनुभूतियाँ (Here and now experiences)-** गेस्टाल्ट चिकित्सा में वर्तमान (here and now) महत्वपूर्ण होता है और चिकित्सा का उद्देश्य इसी वर्तमान रोगियों के विश्वास को सुदृढ़ करना होता है। रोगी की समस्याओं का उत्तर भूत (past) में ढूँढ़ना अर्थहीन होगा। पर्ल्स (Perls,1970) के ही शब्दों में वर्तमान के महत्व को इस प्रकार समझा जा सकता है, "मेरे लिए वर्तमान के सिवा किसी का भी अस्तित्व नहीं है। वर्तमान=अनुभव=चेतना=वास्तविकता। भूत बीत चुका होता है तथा भविष्य आने वाला होता है| सिर्फ वर्तमान ही सामने होता है|" गेस्टाल्ट चिकित्सक के अनुसार जब वर्तमान (now) तथा भूत या भविष्य के चिन्तनों (preoccupations) में अंतर होता है तो रोगी में चिंता उत्पन्न होती है। इसलिए चिकित्सा के दौरान चिकित्सक भरपूर यह कोशिश करता है कि रोगी का ध्यान उसके वर्तमान भावों, चिन्तनों एवं अनुभूतियों पर रहे।
- **जानकारी (Awareness)-** जानकारी से तात्पर्य अनुभूतियों को स्वीकार करने की क्षमता से होती है।

- **उत्तरदायित्व (Responsibility)** - गेस्टाल्ट चिकित्सा का यह एक महत्वपूर्ण संप्रत्यय (concept) है जिसमें व्यक्ति अपनी क्रियाओं एवं भावों की जवाबदेही अपने कंधों पर लेता है।
- लेविटस्काई एवं पर्ल्स (Levitsky & Perls,1970) के अनुसार गेस्टाल्ट चिकित्सा में दो तरह की प्रविधियाँ(techniques) सम्मिलित होती हैं। एक को नियम(rules)तथा दूसरे को खेल या गेम (game) कहा जाता है। गेस्टाल्ट चिकित्सा के प्रमुख नियम(rules) इस प्रकार हैं -
- रोगी को वर्तमान काल में बातचीत करने के लिए कहा जाता है। बीते यादों एवं भविष्य की प्रत्याशाओं (anticipations)से रोगी को दूर रहने के लिए कहा जाता है।
- बातचीत किसी के बारे में नहीं बल्कि समानान्तर स्तर पर किया जाता है।
- रोगी में उत्तरदायित्व (responsibility) का भाव उत्पन्न करने के लिए उसे 'मैं' शब्द का प्रयोग अधिक-से-अधिक करने के लिए कहा जाता है।
- रोगी सतत् रूप से (continually) तात्कालिक अनुभूतियों (immediate experience) पर ध्यान केन्द्रित करता है।
- कोई गप-शप या इधर-उधर की बात नहीं की जाती है।
- यह कोशिश की जाती है कि रोगी कोई प्रश्न न करें क्योंकि प्रश्नों को अपने विचार व्यक्त करने का एक निष्क्रिय तरीका न कि सूचना प्राप्त करने का एक तरीका समझा जाता है।

गेस्टाल्ट चिकित्सा में कुछ तथाकथित गेस्टाल्ट गेम्स (Gestalt Games)भी किये जाते हैं। जैसे रोगी - जब अपने बारे में कुछ कहता है तो उसे कहा जाता है कि वह यह कहे, 'मैं बहुत खुश व्यक्ति नहीं हूँ।' उसी तरह से एक अन्य तथाकथित खेल रोगी को जोरजोर से बोलकर उस टिप्पणी या वाक्य को - दोहराने के लिए कहा जाता है जिसे चिकित्सक महत्वपूर्ण समझता है। इसी तरह के अन्य गेम जैसे निर्वाह गेम-भूमिका(role-playing game) भी रोगी को करने के लिए कहा जाता हैं जिसमें रोगी को भिन्नभिन्न तरह की भूमिका-(role) करनी पड़ती है।

गेस्टाल्ट चिकित्सा(Gestalt) में निम्नलिखित संप्रत्ययों(concepts) को भी महत्वपूर्ण माना गया है क्योंकि इन सबसे रोगी की वर्तमान अवस्थाओं को समझने में मदद मिलती है -

- **टॉपडौग तथा अंडरडौग(Top dog-Underdog)** - गेस्टाल्ट चिकित्सा में टापडौग से तात्पर्य करीब-करीब वही है जो फ्रायड के सिद्धान्त में पराहं (super ego) का है तथा अंडरडौग से तात्पर्य वही है जो फ्रायड के सिद्धान्त में उपाहं (id) का है। जब व्यक्ति के इन दोनो पहलुओं में संघर्ष होता है तो रोगी को वार्तालाप के माध्यम से इन दोनों की भूमिका करनी पड़ती है ताकि आत्मन् (self) के इन दोनों संघर्षात्मक पहलुओं को आपस में समन्वित कर सके।

- **स्वप्न(Dreams)** -गेस्टाल्ट चिकित्सा द्वारा चिकित्सा में स्वप्न का भी उपयोग किया जाता है परन्तु मनोविश्लेषकों से भिन्न ढंग से। पर्ल्स का मानना है कि स्वप्न का प्रत्येक तत्व चाहे उसका स्वरूप मानव से संबंधित हो या किसी अन्य वस्तु से संबंधित हो, द्वारा रोगी के व्यक्तित्व के एक असंबद्ध (alienated) अंश का प्रतिनिधित्व होता है। चिकित्सा सत्र में रोगी को अपने स्वप्न के बारे में वर्तमान काल का उपयोग करते हुए बतलाना होता है और इस तरह से उसे स्वप्न के विषय के अनुरूप भूमिका करनी होती है। गेस्टाल्ट चिकित्सकों का मत है कि स्वप्न के विभिन्न वस्तुओं या व्यक्तियों की भूमिका का निर्वाह करने में आत्मन्(self)के असंबद्ध अशों को रोगी समझता है तथा ऐसा समझ विकसित कर लेने पर उसे पुनः समन्वित करने में सफलता मिलती है।
- **रक्षाएँ (Defenses)-** गेस्टाल्ट चिकित्सा का उद्देश्य रोगी द्वारा खोले गए तथाकथिक गेम्स(games) के पीछे छिपी रक्षाएँ (defenses) का पता लगाना है। पल्स ;चमतसेद्ध का कहना है कि स्नायुविकृत व्यवहार (neurotic behaviour) में ऐसी रक्षाओं के कई तहें(layers) होती हैं। ऐसे व्यवहार के पहले तह में रोगी स्वयं अपने आप को सामना करने से कतराता है और वह तरह-तरह के चिन्ता, दुर्भीति (phobias) एवं आशंकाओं से अपने आप को घिरा पाता है। गेस्टाल्ट चिकित्सक का कार्य इस रक्षात्मक तह(defensive layer) को हटाकर रोगी को वास्तविकता से अवगत कराना होता है। इस तरह की वास्तविक जानकारी होने से रोगी में सम्पूर्णता एवं प्रफुल्लता(aliveness) आती है।
- **अशाब्दिक व्यवहार का उपयोग(Use of nonverbal)-** गेस्टाल्ट चिकित्सा से क्लायंट के अशाब्दिक व्यवहारों का भी उपयोग किया जाता है क्योंकि इससे कुछ महत्वपूर्ण सूचनाएँ मिलती हैं। चिकित्सक को चिकित्सा सत्र के दौरान क्लायंट क्या कहता है तथा वह क्या करता है, पर काफी ध्यान देना होता है। उनके इन अशाब्दिक व्यवहारों से कुछ ऐसे महत्वपूर्ण सूचनाएँ मिलती हैं जो क्लायंट द्वारा बोलकर दी गयी सूचनाओं के विपरीत होती है और वे चिकित्सा के लिए काफी महत्वपूर्ण माने जाते हैं क्योंकि इसके आधार पर क्लायंट द्वारा उपयोग किया पाया रक्षात्मक प्रतिक्रियाओं का वास्तविक अर्थ समझने में मदद मिलती है।
- **नैतिक प्रेक्ष्य (Moral percepts)** - नारैनजो (Naranjo,1970) ने गेस्टाल्ट चिकित्सा के कुछ प्रमुख बिन्दुओं को जिसे उन्होंने 'नैतिक प्रेक्ष्य' (moral percepts) कहा है, इस प्रकार संक्षिप्त रूप से व्याख्या किया है-
- **वर्तमान में रहना (live now)** - रोगी को हमेशा वर्तमान के बारे में न कि भविष्य या भूत के बारे में सोचना चाहिए।

- **उपस्थित वस्तुओं के बारे में सोचना (live here)** - रोगी या क्लायंट को सिर्फ सामने उपस्थित वस्तुओं के बारे मे सोचना चाहिए, अनुपस्थित वस्तुओं या व्यक्तियों के बारे मे नहीं।
- **कल्पना करना बंद करना (Stop imaging)** - रोगी को सिर्फ वास्तविक चीजों या घटनाओं के बारे में सोचना चाहिए।
- क्लायंट को अनावश्यक चिंतन को बंद करना चाहिए।
- रोगी को अपने विचारों की अभिव्यक्ति सीधे करनी चाहिए, उसकी व्याख्या या उसमें जोड़-तोड़ नहीं करना चाहिए।
- रोगी को दुखकर तथा सुखकर दोनों तरह की वस्तुओं से अवगत होना चाहिए।
- रोगी को वे सभी विचार एवं चिंतन जो उनके अपने नहीं हैं के बारे मे सोचना नहीं चाहिए।
- रोगी को वास्तविकता का आदर करना चाहिए और उससे अपने आप को पूर्णतः संबद्ध रखना चाहिए।

गेस्टाल्ट चिकित्सा के कुछ लाभ (advantages) तथा कुछ अलाभ (disadvantages) हैं। इसके प्रमुख लाभ निम्नांकित हैं-

- गेस्टाल्ट चिकित्सा में वर्तमान (here-and-now), उत्तरदायित्व (responsibility), अनुभव (experience) तथा जागरूकता (awareness) पर अधिक बल डालकर यह स्पष्टतः दिखला दिया गया है कि क्लायंट के व्यहार में परिवर्तन करने के लिए उसके गत अनुभूतियों (past experiences) का विश्लेषण आवश्यक नहीं है। इससे सूझ-उन्मुखी चिकित्सा मे एक तरह की क्रांति उत्पन्न हुई है।
- (ii) गेस्टाल्ट चिकित्सा की संचालन विधियाँ काफी सरल एवं सुगम है। इसका परिणाम यह होता है कि इस तरह की चिकित्सा बहुत उपयोगी सिद्ध होता है|फेयर्स (Phares,1984)के अनुसार गेस्टाल्ट चिकित्सा की अलोकप्रियता का एक कारण यह भी है कि इनके समर्थकों द्वारा इसपर शोध के विचार का हमेशा विरोध किया गया| अस्पष्ट कारणों से इनके समर्थकों द्वरा इससे संबंधित शोध को मानवता विरोधी बतलाया गया| इस पर कोरचिन (Korchin,1986) ने बिलकुल ही ठीक टिप्पणी किया है, "अबतक गेस्टाल्ट चिकित्सा का कोई क्रमबद्ध लेखा-जोखा नहीं तेयार किया गया है| इसकी प्रभावशीलता या इसके विशेष प्रविधि के मूल्य से संबंधित कोई गुणात्मक शोध सबूत नहीं हैं|"
- इन दोषों के बावजूद गेस्टाल्ट चिकित्सा उन नैदानिक मनोवैज्ञानिकों के लिए एक उतम चिकित्सा पद्धति रहा है जिन्हें मानवतावादी सिद्धान्तों में अधिक विश्वास है|

अभ्यास प्रश्न

- गेस्टाल्ट चिकित्सा से आप क्या समझते हैं ?
- गेस्टाल्ट चिकित्सा के प्रमुख लाभों के बारे में बताएं |
- गेस्टाल्ट चिकित्सा के प्रमुख हानियों के बारे में बताएं |

क्लायंट केन्द्रित चिकित्सा (Client- Centered therapy)

इस चिकित्सा का प्रतिपादन कार्ल रोजर्स)Carl Rogers) द्वारा 1940 के दशक में किया गया इसे |)चिकित्सा अन्य नामों जैसे व्यक्ति केन्द्रितPerson-centered) या अनिदेशित चिकित्सा)non-directive therapy) भी कहा जाता हैरोजर्स ने अपनी चिकित्सा विधि में रोगी के लिए | Ά)क्लायंटclient) तथा चिकित्सक)therapist)के लिए सलाहकार)counsellor) शब्द का प्रयोग किया हैं) पहला अविवेकी मूलप्रवृति -चारों को असिकर्त कर दिये हैंरोजर्स फ्रायड के इन दोनों वि |irrational instinct) से व्यक्ति का व्यवहार प्रभावित होता है तथा दूसरा चिकित्सीय प्रक्रिया में चिकित्सक को एक निर्देशक)व्याख्याता तथा जाँचकर्ता ,prober) के रूप में कार्य करना होता हैं रोजर्स का मत है कि | चिकित्सा एक प्रक्रिया)process) होती है न कि विभिन्न प्रविधियों का एक सेटइसका मत है | |चिकित्सक क्लायंट की समस्या का समाधान मात्र उन्हें कुछ कहाकर या कुछ पढाकर नहीं कर सकते हैं रोजर्स के अनुसार वास्तविक प्रकिया)"तब.....अगर"If.....then) प्रतिज्ञापति सेउत्पन्न की जाती हैं , | तब क्लायंट में अपने आप परिवर्तन आयेगा और उसमें वर्द्धन होगा

रोजर्स)Rogers,1961) ने मानव प्रकृति तथा उन तरीकों जिनके सहारे उसे समझा जा सकता हैके , बारे में निम्नांकित पूर्वकल्पनाएँ की है-

- व्यक्ति को उनके अपने प्रत्यक्षण तथा भाव के आधार पर ही सही ढंग से जाना जा सकता हैं|
- स्वस्थ लोग अपने व्यवहार से पूर्णत: अवगत होते है|
- स्वस्थ लोग जन्मजात रूप से उत्तम एवं प्रभावी होते हैं|
- स्वस्थ लोग उद्देश्यपूर्ण (purposive) तथा लक्ष्य-निदेशित (goal-directive) होते हैं| वे पर्यावरण के उद्दीपकों के प्रभावों के प्रति निष्क्रिय रूप से अनुक्रिया नहीं करते हैं बल्कि वे लोग आत्म-निदेशित (self-directive) होते हैं|
- चिकित्सक को क्लायंट के लिए घटनाओं में जोड़-तोड़ करके उसे अनुरूप नहीं बनाना चाहिए बल्कि उसे वैसी अवस्था उत्पन्न करनी चाहिए कि क्लायंट स्वतंत्र होकर कोई निर्णय अपने ले सके |

उक्त पूर्णकल्पनाओं के आलोक में चिकित्सक चिकित्सीय प्रक्रिया को संचालित करता है| क्लायंट केन्द्रित चिकित्सा का उद्देश्य क्लायंट में ऐसी नयी अनुभूति पैदा करना होता हैंजिससे वर्द्धन प्रकिया का पुर्नचलन) restart) हो सकेलिए चिकित्सक को निम्न प्रकार का व्यवहार करना इसके | -चाहिए

- चिकित्सा प्रक्रिया में चिकित्सक क्लायंट कि व्यक्त इच्छाओं एवं भावनाओं के प्रति इस ढंग से अनुक्रिया करता है जो योग्य एवं उत्कर्ष(worth) अवस्थाओं की उत्पत्ति में बाधक नहीं होता है|
- चिकित्सा प्रक्रिया में चिकित्सक क्लायंट को यह मानकर कि वह वर्तमान में है, पूर्णत: स्वीकार करता है|
- चिकित्सा प्रक्रिया में चिकित्सक क्लायंट को एक व्यति के रूप में स्वीकार कर कार्य करता हैं|

उक्त तथ्यों के अनुरूप इस चिकित्सा में एक ऐसी अंतर्वैयक्तिक संबंध)interpersonal relationship) को उत्पन्न किया जाता है जिसका उपयोग व्यक्तिगत वर्द्धन)personal growth) के लिए क्लायंट आगे करता हैउत्पन्न करने वाला संबंध-रोजर्स के अनुसार इस तरह का वर्द्धन | (growth enhancing relationship) की उत्पति के लिए चिकित्सक में अन्य बातों के अलावा निम्नाकित तीन गुणों)qualities) का होना अनिवार्य हैं|

- धनात्मक सम्मान (Unconditional positive regard)
- तदनुभुति (Empathy)
- संगतता (Congruence)

इन तीनों की वृहद व्याख्या निम्न प्रकार हैं|

- चिकित्सक धनात्मक सम्मान(Unconditional positive regard)- रोजर्स की चिकित्सा पद्धति में चिकित्सक द्वारा शर्तरहित धनात्मक सम्मान दिखलाया जाना चिकित्सा की सफलता के लिए अतिआवश्यक माना जाता है| इस तरह की मनोवृत्ति से निम्नांकित तीन तरह के संकेत मिलते हैं -
- चिकित्सक क्लायंट पर एक व्यक्ति के रूप में विशेष ध्यान (care) देते हैं|
- चिकित्सक उन्हें स्वीकार(accept) करते हैं|
- चिकित्सक क्लायंट के परिवर्तन की क्षमता में विश्वास (trust) रखता है |

चिकित्सक क्लायंट पर एक व्यक्ति के रूप में विशेष ध्यान देते हैं (The therapist cares about the client as a person)---- चिकित्सक क्लायंट पर एक व्यक्ति के रूप में विशेष ध्यान देते है और इस कार्य को वे कई तरह से संपन्न करते हैं जिनमें सबसे उत्तम ढंग अस्वत्वात्मक रूप से ध्यान देना)nonpossessive caring) हैंइसे कई तरीकों से किया जाता है प |रन्तु सबसे उत्तम तरीका वह है जिसमें चिकित्सक क्लायंट से सीधे यह कहता है कि वह उनकी बातों को ध्यान से सुन रहा हैं और उनकी तरीका काफी दिलचस्प लग रही हैं|अभिव्यक्ति कि तीव् प्रेरणा जगती हैं-इससे क्लायंट में आत्म|

चिकित्सक क्लायंट को स्वीकार करते हैं (The therapist accepts the client) - चिकित्सक के शर्तरहित धनात्मक सम्मान)unconditional positive regard) में शर्तरहित)unconditional) शब्द इस और इशारा करता है कि चिकित्सक क्लायंट को बिना किसी हिचक के उसे स्वीकार)accept) करता हैरोजर्स का विश्वास है कि एक मानव | के रूप में चिकित्सक द्वरा स्वीकार किया जाना अपने आप ही क्लायंट में वर्द्धनइस तरह से क्लायंट केन्द्रित चिकित्सा |उत्पन्न करने वाली अनुभूति को जन्म देता है- में चिकित्सक क्लायंट के भावों को न तो अनुमोदित करता है और ना ही उसे नामंजूर करता है बल्कि उसे मात्रस्वीकार करता हैयंट के भाव तथा विचार से असहमत हो ऐसा भी हो सकता है कि चिकित्सक क्ला| परन्तु फिर भी वह तटस्थ होकर बिना किसी तरह कि प्रतिक्रिया दिखलाये उसे स्वीकार करके क्लायंट में |उत्पन्न करने वाली अनुभूतियों को बढ़ावा देता है-वर्द्धन

चिकित्सक क्लायंट के परिवर्तन की क्षमता में विश्वास रखता हैं)Therapist trusts the clients ability to change) – शर्तहीन धनात्मक सम्मान का)'धनात्मक'positive) शब्द इस और इशारा करता है कि चिकित्सक क्लायंट के समस्या समाधान एवं वर्द्धन की अन्त) शक्ति:potential) में विश्वास रखता है शक्ति:मत है कि यदि क्लायंट यह समझता है कि चिकित्सक को उसकी अन्त रोजर्स का |)potential) में विश्वास नहीं हैनिर्भरता का विकास नहीं होने का खतरा उत्पन्न हो -तो क्लायंट में आत्म, दूसरे तरफ यदि क्लायंट यह समझता ह |जाता है ै कि उसकी अन्तशक्ति में चिकित्सक को विश्वास : कम रोजर्स को -से-इसके लिए कम |निर्भर होने का गुण विकसित होता हैं-इससे उससे आत्म तो,है चिकित्सक को किसी प्रकार की राय क्लायंट को नहीं ,पहला |निम्नाकित तीन चीजें नहीं करना चाहिए चिकित्सक को क्लायंट,दूसरा |देनी चाहिए के लिए किसी प्रकार की जवाबदेही नहीं लेनी चाहिए तथा तीसरा|चिकित्सक को क्लायंट के लिए किसी प्रकार निर्णय अपनी ओर से नहीं लेनी चाहिए,

- तदनुभुति (Empathy) – रोजर्स के अनुसार परानुभुति से तात्पर्य इस बात से होता है कि चिकित्सक क्लायंट के भावों को ठीक से समझे और वह वर्तमान परिस्थिति को अपनी नजर से न देखकर क्लायंट की नजर से देखे| जब क्लायंट यह समझता है कि चिकित्सक ठीक वैसा ही प्रत्यक्षण कर रहा है जैसा कि वह करता है तो इससे चिकित्सीय संबंध मजबूत हो जाते हैं| इसे रोजर्स ने परानुभुतिक समझ (empathic understanding) की संज्ञा दिया है|
    - क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा में चिकित्सक को सिर्फ परानुभूतिक मनोवृत्ति (emphathic attitude) ही नहीं दिखाना चाहिए बल्कि उन्हें इस तरह की मनोवृत्ति को क्लायंट से संचारित (communicate) भी करना चाहिए| इसे

चिकित्सक क्लायंट की बातों को सक्रिय होकर निभाता है| परानुभुतिक मनोवृत्ति को संचारित करने में परावर्तन (reflection) की भूमिका पर रोजर्स ने अधिक बल डाला हैं| परावर्तन को मात्र दोहराता नहीं है बल्कि इसमे वह क्लायंट के भावों को और अधिक स्वच्छ,स्पष्ट बना कर उन्हें स्वीकार करता हैं| इस तरह से परावर्तन द्वारा दो तरह के उद्देश्यों की पूर्ति होती हैं| पहला,इसके माध्यम से चिकित्सक अपने भावों (feelings) के प्रति ठीक ढंग से अवगत करा पातें हैं|

- रोजर्स का मत है कि चिकित्सीय सत्र में परानुभुति की मनोवृत्ति बहुत धीरे-धीरे न कि एक-दो सत्रों में ही उत्पन्न हो जाता है| चिकित्सक द्वारा उपयोग किये गये परावर्तन को देखकर क्लायंट को धीरे-धीरे यह समझ में आने लगता हैं कि चिकित्सक उन्हें तथा उनकी भावों को स्वीकार कार रहा हैं|

- संगतता (Congruence) - संगतता या जिसे यथार्थता(genuineness) भी कहा जाता है,से तात्पर्य इस बात से होता है कि चिकित्सक को क्लायंट के साथ एक यथार्थ एवं वास्तविक संबंध विकसित करना चाहिए| इसके लिए यह आवश्यक है कि चिकित्सक के भाव(feeling) तथा क्रियाएँ(actions) एक-दूसरे के साथ संगत(congruent) हो| यद्यपि यह सही है कि किसी भी चिकित्सक के लिए संगतता को प्राप्त करना एक कठिन कार्य है,फिर भी एक चिकित्सक को सफल होने के लिए अपने भावों एवं व्यवहारों में संगतता दिखाना अनिवार्य होता है क्योंकि ऐसा होने से वह एक वास्तविक मानवीय संबंध (real human relationship) को कायम कर पाता है|

जैसे कि उपयुक्त सम्पूर्ण व्याख्या से यह स्पष्ट है कि क्लायंट केन्द्रित चिकित्सा "अगर...तब"("If...then") पूर्वकल्पना की ओर इशारा करता हैं| इसका मतलब यह हुआ कि अगर चिकित्सा द्वारा सही एवं ठीक हालात या अवस्था उत्पन्न किया जाता है,तब क्लायंट में परिवर्तन(change) होगा| अब प्रश्न उठता है कि रोजर्स के इस चिकित्सा पद्धति में वे कौन-कौन-सी विमाएं(dimensions) हैं जिसमें क्लायंट में परिवर्तन चिकित्सा के दौरान होते है | रोजर्स(Rogers,1961) ने ऐसी छह विमाओं का वर्णन किया है जो इस प्रकार हैं -

- क्लायंट के अभिज्ञा में वृद्धि (Increase in awareness of client)–इस तरह की चिकित्सा में क्लायंट अपनी उन भावों(feelings) के निकट सम्पर्क में आता है जिसे वह पहले अपनी अभिज्ञा (awareness) से दूर रखता था| इसके अतिरिक्त

क्लायंट अपनी वर्तमान अनुभूतियों पर ध्यान अधिक केन्द्रित करता है| इससे क्लायंट के आत्म- अभिज्ञा (self awareness) में काफी वृद्धि होती है|

- आत्म-स्वीकरण में वृद्धि (Increased self-acceptance)- रोजर्स द्वारा प्रतिपादित इस चिकित्सा के दौरान धीरे-धीरे क्लायंट आत्म-अलोचना(self-criticism) करता पाया जाता है तथा वह आलोचना अपने आप के प्रति अधिक स्वीकार करते हुए देखा जाता है| अब वह अपने भावों एवं व्यवहारों का उतरदायित्व अपने ऊपर लेना अधिक शुरू कर देता है तथा अन्य लोगों तथा परिस्थिति पर दोष मढना धीरे-धीरे कम कर देता है|
- **संज्ञानात्मक लोच में वृद्धि (Increased cognitive flexibility)-** क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा रोगी के संज्ञानात्मक आबद्धता (cognitive fixedness) को दूर करके उसमें संज्ञानात्मक लोच लाता हैं| केली(Kelley,1955) ने यह स्पष्ट रूप से साबित किया जाता है जब व्यक्ति वातावरण को एक निश्चित एवं आबद्ध ढंग से प्रत्यक्षण करता है, तो इससे समस्या उत्पन्न होती है| जैसे-सभी राजनीतिज्ञ भ्रष्ट होते हैं , ऐसा सोचना संज्ञानात्मक आबद्धता का एक उदाहरण है| क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा यह प्रेरणा क्लायंट को देता है, ताकि उसे वस्तुस्थितिका ठीक ढंग से ज्ञान हो सके|
- **अन्तर्वैयक्तिक आराम में वृद्धि (Increased interpersonal comfort)-** रोजर्स दवारा प्रतिपादित चिकित्सा में जैसे-जैसे चिकित्सीय सत्र में वृद्धि होती है, क्लायंट अपने विभिन्न तरह के संबंधो में अधिक-से-अधिक आराम या सुख-चैन का अनुभव करता है| क्लायंट सुरक्षात्मक अन्तर्वैयक्तिक उपागमो (defensive interpersonal approaches) का त्याग कर देता है और उसे जैसा वह है,के बारे में अन्य लोगों को बताकर काफी खुशी होती है|
- **आत्म-आस्था में वृद्धि(increase in self-reliance)-** जैसे-जैसे चिकित्सा सत्र आगे बढता है, क्लायंट दूसरों पर कम निर्भर रहने लगता है तथा उसे अपनी क्षमताओं पर अधिक-से-अधिक भरोसा हो जाता है| इसका परिणाम यह होता है कि क्लायंट विभिन्न सामाजिक परिस्थितियों जैसे - शादी,पार्टी,भाषण,आदि की परिस्थिति में बिलकुल ही डरता नहीं है क्योंकि वह यही समझता है कि जो वह सोचता है, वह उतना ही महत्वपूर्ण है जितना दूसरे लोग सोचते हैं |

- **क्लायंट के स्पष्ट व्यवहारों में परिवर्तन (Changes in overt behaviour of the client)-** क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा में क्लायंट के स्पष्ट व्यवहारों(overt behaviour) में काफी परिवर्तन आ जाते है| उसका व्यवहार पहले से अधिक परिपक्व हो जाता है तथा आत्मन(self) वस्तुनिष्ठ विचार एवं वास्तविकता पर आघात हो जाता है तथा उसके व्यवहार में मनोवैज्ञानिक तनाव की स्पष्ट कमी देखी जाती है|

क्लायंट में उक्त तरह के परिवर्तन अचानक न होकर चिकित्सीय सत्र के दोरान धीरेइसके |धीरे होता है- |लिए चिकित्सक को पर्याप्त धैर्य रखना चाहिए

क्लायंट केन्द्रित चिकित्सा का मूल्यांकन)Evaluation of client-centred Therapy)-
इस तरह की चिकित्सा के कुछ लाभ)advantages) तथा हानि)disadvantages) हैइसके प्रमुख लाभ | -निम्नांकित हैं

- साधारण कुसमायोजित व्यवहार के लिए क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा (client-centred thearapy) एक सरल विधि है और क्लायंट के व्यक्तिगत पहल (personal intiative) से ही चिकित्सा का अधिकतर कार्य सम्पन्न हो जाता है|
- क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा मनोगतिकी(psychodynamics) के किसी विशिष्ट सिद्धांत के समर्थन पर निर्भर नहीं करता है| अत: नैदानिक मनोवैज्ञानिकों ने इसका प्रयोग अधिक किया है और इस कारण इसकी लोकप्रियता काफी बनी हुई है|
- रोजर्स तथा उसके सहयोगियों कों इस बात की दुहाई दी जाती है की इन लोगों ने चिकित्सा कि प्रक्रिया(process) तथा परिणाम (outcomes) को पहली बार वस्तुनिष्ठ बनाने पर इतना जोर दिया| सचमुच में इन्ही के प्रयासों के कारण चिकित्सा के विशेष कमरे कि अत्यधिक गुप्तता(excessive privacy) भंग हो पायी और इन्होंने ही प्रथम बार चिकित्सीय सत्र (therapy sessions) को टेप रेकार्डिंग(tape recording) करने पर बल डाला ताकि अन्य शोधकर्ताओं द्वारा भी उसका बाद में विश्लेषण कर प्रक्रिया एवं परिणाम की जाँच किया जा सके|

इन लाभों के बावजूद क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा की कुछ दोष)demerits) भी हैं जो इस प्रकार हैं -

- क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा गंभीर मानसिक रोगों के लिए उपयुक्त नहीं होता है | चूँकि ऐसे रोगी गंभीर रूप से विक्षिप्त होते हैं , अत: उसमें व्यक्तिगत पहल का अभाव होता है तथा आत्म – सिद्धि (self-actualization) के अभिप्रेरण की बहुत कमी पायी जाती है |

- कुछ नैदानिक मनोवैज्ञानिकों का मत है कि क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा क्लायंट की समस्याओं की गहराई (depth)में न पहुँचकर मात्र सतह पर ही रह जाता है| अत: इस चिकित्सा पद्धति से जो समस्या का समाधान तीव्र हो जाती है|
- रोजर्स ने यह पूर्वकल्पना किया है कि व्यक्ति का व्यवहार हमेशा एक विशेष अभिप्रेरण जिसे आत्म-सिद्धि(self- actualization) की आवश्यकता कहा जाता है, से निदेशित होता है| अब प्रश्न यह उठाता है कि जब व्यक्ति का व्यवहार हमेशा इसी आत्म-सिद्धि की अभिप्रेरण से निर्धारित होता है तो वह दोषपूर्ण विचार (faulty ideas) को किस तरह से सीख लेता हैं? इतना ही नहीं, ऐसे दोषपूर्ण विचार किन परिस्थितियों में सीखे जाते हैं तथा इस तरह के दोषपूर्ण सीखना से उसके किस तरह की आवश्यकता तथा अभिप्रेरण की तुष्टि होती है? इन प्रश्नों का उतर क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा में नहीं मिलता है|
- लैमबर्ट तथा उनके सहयोगियों (Lambert et al.,1986) ने अपने-अपने अध्ययनों के आधार यह बतलाया हैं कि रोजर्स कि यह पूर्वकल्पना सही नहीं हैं कि इस तरह कि चिकित्सा का धनात्मक परिणाम(positive outcome) चिकित्सक के तदनुभूति(empathy), यथार्थता (genuineness) तथा सौहाद्रता (warmth) से संबंधित होता है या उसपर आधारित होता है|

इसके बावजूद भी क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा का उपयोग आजकल नैदानिक मनोवैज्ञानिकों एवं मनोविश्लेषकों द्वारा काफी किया जाता है क्योंकि इसकी विधि सरल एवं सुगम है|

अभ्यास प्रश्न

- क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा से आप क्या समझते हैं ?
- क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा के प्रमुख लाभों को स्पष्ट करें|
- क्लायंट-केन्द्रित चिकित्सा के प्रमुख हानियों को स्पष्ट करें|

सारांश (Summary)

अस्तित्ववाद एवं मानवतावाद ऐसे दो आंदोलन हैंजिन्होंने वैश्विक समाज के लगभग प्रत्येक पहलू को , इन दोनों आन्दोलनों ने परामर्श एवं |मनोविज्ञान भी इन प्रभावों से अछूता नहीं रहा है|प्रभावित किया है

जिसका परिणाम लोगो |निर्देशन के तरीके को भी प्रभावित किया हैथेरपी क्लायंट केंद्रित चिकित्सा ,
|एवं गेस्टाल्ट चिकित्सा पद्धति के रूप में हमारे सामने है ,पद्धति

शब्दावली: (Glossary)

अस्तित्ववाद :अस्तित्ववाद पाश्चात्यदर्शन की एक आधुनिक शाखा है। इसमें प्रस्तुत और यथार्थ - अस्तित्व का ही सबसे अधिक महत्त्व माना जाता है और आस्तिकता, तर्क, परम्परा आदि को व्यर्थ समझकर मानवजीवन को भी निरर्थक माना जाता है-, और कहा जाता है कि मनुष्य को संसार में दर्शक के रूप में ही रहना चाहिए|

मानवतावाद : मानवतावाद मानव मूल्यों और चिंताओं पर ध्यान केंद्रित करने वाला अध्ययन, दर्शन या अभ्यास का एक दृष्टिकोण है|

अतिरिक्त संदर्भ ग्रंथ सूची(Suggested Readings)

Rogers, C.R. (1942). Counselling and Psychotherapy, Boston, Houghton, Mittlin.
Ray. A. and Asthana, M. (2005). Guidance and Counselling, Concepts, Areas and Approaches, Patna, Motilal Banarsidas Co.Ltd.
सिंह (2001) ,अरूण कुमार ,शिक्षा मनोविज्ञानाटर्सब्यूपब्लिशर्स एड डिस्ट्री ,भारती भवन ,पटना ,
सिंह (2001) ,अरूण कुमार ,संज्ञानात्मक मनोविज्ञानमोतीलाल बनारसीदास पब्लिशर्स एड ,वाराणसी , टर्साब्यूडिस्ट्री
सिंह (2001) ,अरूण कुमार ,उच्चतर मनोविज्ञानटर्साब्यूपब्लिशर्स एड डिस्ट्री ,भारती भवन,पटना ,
Lewis, E.C. (1970). Psychology of Counselling, New York, Holt Rienehant and Winston.

निबंधात्मक प्रश्न:-

- अस्तित्ववादी चिकित्सा पद्धति में कौन कौन से तरीकों का प्रयोग किया जाता है ? विस्तार से बताएं ?
- मानवतावाद से आप क्या समझते हैं?अपने शब्दों में स्पष्ट करते हुए मानवतावादी चिकित्सा पद्धति पर प्रकाश डाले |
- लोगो थेरेपी से आपका क्या अभिप्राय है ? स्पष्ट करें |

इकाई - 17

इकाई : परामर्श में मुद्दे एवं समस्याएं (Issues and Problems in Counselling)

इकाई की रूपरेखा

- प्रस्तावना
- उद्देश्य
- परामर्श में मुद्दे
- व्यावसायिक नियम संहिताएं
- हमारी बंटी हुई निष्ठाएं
- नैतिक उलझन का क्षेत्र
- वर्तमान चलन
- कम्प्यूटर अनुप्रयोग
- परामर्शदाता की कमियों का सामना करना
- नैतिक निर्णय लेना
- परामर्श में कानूनी मुद्दे
- परामर्श में समस्याएं
- परामर्श सेवाओं की स्थिति में सुधार के उपाय
- सारांश
- अतिरिक्त संदर्भ ग्रंथ सूची
- निबंधात्मक प्रश्न

प्रस्तावना (Introduction):

सेवार्थीस बनाए रखना और उसके हित में कार्य करना परामर्शी सेवा का सबसे पवित्र ग्राहक का विश्वा/ है। चिकसिद्धान्तित्सकीय लक्ष्यों की नीतियों और यहां तक कि ग्राहक विशेष की संस्था ,कानूनों , खुले रहते हैं। नैतिक निर्णय लेने में ओं के अनुसार परामर्शदाता के पास अनेक विकल्पक्तिगत भावनाव्य सबसे मुश्किल पहलू यह होता है कि बहुत ही कम मामलों में लिया गया निर्णय एक पूर्ण और स्वीकार्य होता है।

चूँकि भारत में परामर्श अभी बाल्यावस्था में हैं अत ,हुत सी समस्याएं भी हैंपरामर्श से संबंधित ब: |जिनका अध्ययन हम इस इकाई में करेगें

उद्देश्य (Objectives):

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप-

- परामर्श में मुद्दों को समझ सकेंगे|
- व्यावसायिक नियम संहिताएं को समझ सकेंगे|
- नैतिक उलझन का क्षेत्र को समझ सकेंगे|
- वर्तमान चलन और कंप्यूटर अनुप्रयोग को समझ सकेंगे|
- *परामर्शदाता की कमियों का सामना करना* को समझ सकेंगे|
- नैतिक निर्णय लेना क्या होता है, को समझ सकेंगे|
- परामर्श में कानूनी मुद्दे को समझ सकेंगे|
- परामर्श में समस्याएं को समझ सकेंगे|
- निर्देशन सेवाओं की स्थिति में सुधार के उपाय को समझ सकेंगे|

परामर्श में मुद्दे (Issues In Counselling)

छात्रों परामर्श का कार्य बाह्य रूप से जितना सरल दिखाई पड़ता हैवास्तविकता में उतना ही कठिन , एक परामर्शदाता के रूप में |जब आप इस पाठ को विस्तार से पढेगे तो स्वयं समझ जाएगें |प्रकृति का है |जिनका आचार संहिता की तरह हमें पालन करना चाहिये ,द्दे हैंबहुत से ऐसे मु

परामर्श आचार

नैतिक व्यवहार पर धारणाएं भौगोलिक स्थिति के आधार पर बदलती हैं. हालांकि, नैतिक जनादेश हमारे वैश्विक समुदाय भर में समान हैं. मानक नैतिक व्यवहार और नुकसान को "कोई बुराई नहीं कर रही" सलाहकारों के रूप में |रोकने पर केंद्रित कर रहे हैं, यह एक परामर्शदाता के नुकसान को रोकने के लिए उचित कार्रवाई करनी चाहिए|

व्यावसायिक नियम संहिताएं (Vocational Guidance Rules)

चिकित्सा परामर्शदाताओं के साथ काम करने वाले बहुत सारे संगठन नीतिशास्त्र की व्यावसायिक नियम संहिताएं प्रकाशित करते हैं। हालांकि इनमें दिए गए दिशा निर्देशों को व्यक्तिगत मामलों में लागू करना प्राय कि कभी कभी येमुश्किल होता है। क्यों :विरोधाभासी होते हैं और व्यावसायिक संगठनों के सामने

इनको जबरन लागू करने की चुनौती होती है। नैतिक नियमों को केवल रटने से काम नहीं चलता। बल्कि नैतिक आचरण को व्यवहारिक जीवन में सीखाढाला जाना चाहिए और इसके आधार पर लिए जाने - वाले निर्णय सामाजिक दृष्टि से स्वीकार्य और व्यावसायिक मानदण्डों के अनुसार होने चाहिए।

हमारी बटी हुई निष्ठाएं

परामर्शदाता से यह अपेक्षा की जाती है कि वह अपने ग्राहक का विश्वास कायम रखेगा और उसके अधिकारों की रक्षा करेगा। हालांकि कभी दो या अधिक भागों में बंटकभी परामर्शदाता की निष्ठा-जाती हैं। यदि ग्राहक के माता के लिए बच्चों है तो परामर्शदाता के रूप में हम अपने कार्यसेवार्थी कोई बच्चा/ के माता पिता परामर्शदाता की झंझट बन जाता है जब बच्चों :रदायी होते हैं। यह प्रायपिता के प्रति उत्त म सेवा से नाखुश होते हैं। यदि हम माता पितासवोत्त का कहना मानते हैं और अपने कार्यो से उनको लगातार अवगत भी कराते रहते हैं तो इस स्थिति में अनिवार्य रूप से हम बच्चे का विश्वास खो बैठतेहैं। यदि हम माता पिता की इच्छानुसार सहयोग नहीं करते तो वे बच्चे के प्रयासों को हतोत्साहित कर सकते हैं और बच्चे को परामर्शी सेवा लेने से रोक सकते हैं। इसलिए मामला और भी जटिल बन जाता है कि परामर्शदाता को अपने कार्यो के लिए अपनी स्कूल को भी जवाब देना पड़ता है। संस्था/ऐजेन्सी/ के अनुसार भी परामर्शदाता को अपने सुपरवाइजरों की प्राथमिकताओं और सहकर्मियों के मानदण्डों कार्य करना पड़ता है और फिर परामर्शदाता के आचरण को नियमों में बांधने वाले कानून भी हैं जो कभी ओं को अधिक से अधिक लाभ पहुंचाते हैं।कभी ग्राहक हितों के प्रतिकूल होते हैं और संस्था-

नैतिक उलझन का क्षेत्र (Field Of Moral Conflicts)-

नैतिक उलझन का क्षेत्र)Field Of Moral Conflicts)-तार्किक तौर पर नीतिशास्त्र की चर्चा **भय**शीर्षक के अन्तर्गत की जा सकती है। यह विषय साधारणतया तब तक कोई मायने नहीं रखता जब तक कि कुछ गलत होने की संभावना न हो। नीतिशास्त्र के अंतर्गत अच्छा बनाम बुरानैतिक बनाम , के निदान हेतु षण किया जाता है। किसी समस्यालाभकारी बनाम हानिकारक का विश्ले ,अनैतिक लिए गए निर्णय के अंतिम चरण के रूप में उस समस्या में निहित नैतिक पहलू पर विचार किया जाता है। आचरण के नैतिक परिणामों की जॉच परख प्राय का किसी दुर्घटना से बाल बाल बचने और समस्या : मार्टम की तरहशव के पोस्ट :खतरा टलने के बाद ही की जाती है। नैतिक चर्चाएं प्रायहैं। इन चर्चाओं में यह विश्लेषण होता है कि पिछली बार क्या किया जाना चाहिए था अथवा अगली बार क्या किया जाए।

परामर्शदाता के किस प्रकार के संबंध हो)Relationship With Client)

परामर्शी सेवा की कार्य प्रणाली इस प्रकार है

.1सेवार्थीयं को असहायग्राहक स्व/, अरक्षित और अनिर्णय की स्थिति में पाता है।

.2उसके जीवन में बहुत ही कम रिश्ते संतुष्टिदायी होते हैं।

.3वह उस परामर्शदाता में अटूट श्रद्धा रखने लगता है जिसने उसे संकट के समय अत्यधिक महत्वपूर्ण मदद पहुंचाई है।

.4जिसके साथ उसने जीवन की अंतरंग और गहरी बातें साझा की हैं।

.5वह उसकी व्यावसायिक छवि को देवतुल्य मानकर पूजा करता है और उसे सर्वशक्तिमानह से उत्सा , हिल और भावनाओं को समझने वाला समझने लगता है।स्ने ,भरपूर

.6शक्ति, विषमता और प्रगाढ़ संबंध के कारण उसका आकर्षण और बढ जाता है। ऐसे में यदि परामर्शदाता अपने कुछ ग्राहकों के प्रति जवाबी भावनाएं महसूस करेगाउसके कार्यकलापों में , टक तो समझिए कि एक विस्फो ,न अनुभव करेगाह और सम्माउसके प्रति स्ने ,शामिल होने लगेगा हो गई है।न्स्थिति की संभावना उत्प

परामर्शदाता को ग्राहको के साथ अंतरंग यौन निकटता से उत्पन्न होने वाले संभावित दुष्परिणामों के बारे में हमेशा सचेत रहना चाहिए। इस तरह के नकारात्मक परिणाम पूर्व में सुझाए गए उपचार के प्रभाव को निष्प्रभावी कर देंगे और ग्राहक उन व्यावसायिक परामर्शदाताओं के प्रति घोर अविश्वास से भर उठेगा जो अपने निजी लाभ के लिए अपनी शक्ति और पद का दुरूपयोग करते हैं। इस संदर्भ में यौन मुलाकातों का पूर्वाभ्यास किया जाना मददगार साबित हो सकता है। इस पूर्वाभ्यास में ग्राहकों की ओर से की गई प्रतिक्रियाओं को भी पहल के प्रति शामिल किया जाए।

समयोपरान्तशोध से यह पता चला है क ,ि परामर्शदाता और ग्राहक के बीच रोमांटिक यौन निकटता करीबकरीब हमेशा ही हानिकारक होती है। भले ही परिस्थितियों का हवाला देकर येन केन प्रकारेण - वसायिक संबंध औपचारिक तौर पर इसको उचित ठहराया जाता है। यह बात तब भी सच है कि व्या क्तिगत सं होने के बाद ही व्यसमाप्तबंध शुरू होते हैं। क्योंकि लम्बे समय से चली आ रही निर्भरता और जुड़ाव हमेशा बने रहते हैं। भले ही परामर्शदाता और ग्राहक के बीच यौन निकटता को सबसे खतरनाक और ध्वंसात्मक प्रकार का दोहरा संबंध माना जाता है फिर भी और तरीके भी हैं जिनसे लोगों को हानि पहुँचाई जा सकती है। बहुत सारे व्यावसायिक संगठन ग्राहक परामर्शदाता संबंधों से जुडी संभावित जिम्मेदारियों के बारे में बहस करते रहे हैं। उदाहरण के लिए कुछ स्थितियां इस प्रकार हैं।

- जब परामर्शदाता और ग्राहक के बीच व्यावसायिक संबंध विद्यमान हो।
- जब परामर्शदाता ग्राहक के साथ कई भूमिकाओं- यथा सुपरवाइजर, साथी अथवा अनुदेशक के रूप में व्यवहार करे।
- जब परामर्शदाता ग्राहक का मित्र बन जाए।

घर पर मिलने से, साथ-साथ बाहर घूमने से, सैद्धान्तिक सत्रों के दौरान स्वीकार्य व्यवहार इत्यादि स्थितियों में आवश्यक रूप से नैतिकता का उल्लंघन होता हो, ऐसा भी नहीं है। पहली बात तो यह है कि दोहरे संबंध आवश्यक रूप से हानिकारक नहीं होते। बल्कि कुछ परिस्थितियों में तो ये लाभकारी भी

साबित हो सकते हैं। फिर भी इस तरह के आचरण में निश्चित रूप से जोखिम भरी स्थितियां होती हैं जिनमें नैतिक सीमाओं का उल्लंघन हो सकता है। इसी कारण से हरली और कोरे ने सुझाव दिया है कि इस तरह के संबंध में सुरक्षा के पर्याप्त कदम उठाए जाने चाहिए। सबसे पहले तो ठोस और रचनात्मक सीमाओं का निर्धारण किया जाना चाहिए, यदि कुछ अप्रत्याशित घट जाता है तो उस पर खुलकर चर्चा करनी चाहिए, अपनी ओर से पहल करने का उद्देश्य क्या है, इसका ध्यान रखा जाना चाहिए। ग्राहक के साथ दोहरे अथवा बहुतेरे संबंध हमेशा ही ग्राहक के भले के लिए बनाए जाने चाहिए।

गलत निर्णय और विफलताएं-

उपचार/चिकित्सा संबंधी परामर्श सेवा में गलतियां होना अपरिहार्य है। कभी कभी ऐसा भी होता है कि परामर्शदाता परामर्शी प्रक्रिया के लिए आवश्यक,स्पष्ट और विस्तृत रूपरेखा के बिना ही कार्य करता है। ग्राहक प्राय: स्वयं भी यह नहीं जान पाते कि ऐसा क्या है जो उनको परेशान किए जा रहा है और सुरक्षा कवच के रूप में उनकी निश्छल भवनाओं को लगातार छिपा रहा है। कभी कभी जानबूझ कर धोखा दिया जाता है, जिसका उद्देश्य परामर्शदाता की योग्यता को परखने के लिए पर्दे के पीछे से एक सोची समझी चाल चली जाती है। परामर्शी तकनीकों में स्वाभाविक रूप से अपेक्षाकृत कम विश्वसनीयता तथा मान्यता के कारण भी परामर्शदाता का निर्णय गलत हो सकता है।

परामर्श के दौरान गलत निर्णयों और विफलताओं के माध्यम से सुधार कार्य करने अनेक तथ्यों पर विचार किया जाना चाहिए।

- असफलता अनिवार्य और अपरिहार्य है।
- परामर्शदाता यह दिखावा करते हुए कि सब कुछ उनके नियंत्रण में है अक्सर ग्राहकों को प्रतिरोधी बताकर अपनी गलतियों और गलत निर्णयों से बचते हैं और उन्हें अस्वीकार करते हैं तथा सारा दोष अपने नियंत्रणातीत पहलुओं पर डाल देते हैं।
- असफलताएं अक्सर ग्राहकों की (पूर्ण न हो सकने वाली अपेक्षाओं, उन्मादी व्यक्तित्व, प्रेरणा की कमी), परामर्शदाता के (कड़े रवैये, जिद, क्षीण कौशल प्रदर्शन, चिकित्सीय प्रक्रिया, अंतरण, गति, अपर्याप्त संबंध) विभिन्न परिवर्तनशील कारणों से होती हैं और कुछ विषयेतर कारण होते हैं (सहायता की कमी, जटिल परिवार)।
- गलतियों और गलत निर्णयों की गणना ग्राहक की बची खुची योग्यता से गौण लाभों, परामर्शदाता के व्यक्तिगत मुद्दों और इन बातों से किया जा सकता है कि इस बात की अनदेखी की गई है, कौन से उपचार अधिकतम सहायक रहे हैं और कौन से न्यूनतम सहायक रहे हैं तथा किन बाहरी संसाधनों का दोहन किया जा सकता है।

- विफलताओं का संसाधन अगर रचनात्मक ढंग से किया जाए तो ये शिक्षण और संवर्धन में अद्भुत योगदान कर सकती है।

- **धोखा और अनौपचारिक सहमति**

परामर्शदाता सच्चाई, ईमानदारी, निष्ठा और सत्यनिष्ठा का समर्थन करते हैं। परन्तु प्रभावित करना भी एक महत्वपूर्ण परामर्शी कौशल है। अधिकांश अनुभवी परामर्शदाता स्वीकारते हैं कि ग्राहक के लाभ को ध्यान मेंरखते हुए चिकित्सीय धोखा आवश्यक हो सकता है। जैसे,जब ग्राहक से सीधा प्रश्न करते हैं)"क्या आप समझते हैं कि मैं बुद्धिमान हूं" पैदा हो तब हमारे मन में यह अपरिहार्य द्वंद का विकल्प (ई के लिए तइस संच्चा :जाता है कि उसे यह बात बताई जाए या नहीं। ग्राहक संभवतःैयार हो या न हो लेकिन उस संरक्षी झूठों का हल्का सा प्रतिवाद अवश्य करेगा। परामर्शदाता को अपने नैतिक मानदंडों के अनुसार निर्णय लेना पड़ता है और इस निर्णय के परिणामों के साथ डटे रहना पड़ता है।

अनौपचारिक सहमति का सिद्धांत इस धारणा पर आधारित है कि ग्राहकों को किसी भी प्रकार के दबाव, चालाकी और हानिकारक उपचार से संरक्षा का अधिकार है। उन्हें शुल्क प्रभार नीतियों, उपचार शुरू करने की सीमाओं और खतरों, रिकॉर्डों तक पहुंच, परामर्शदाता की योग्यता, प्रशिक्षण और उपचार के लिए मना करने का अधिकार जैसे तथ्यों पर स्पष्ट, सटीक और व्यापक सूचना प्रदान करने का अधिकार देना चाहिए।

- **गोपनीयता और सम्प्रेषण विशेषाधिकार (Confidentiality and Communication)**

परामर्शदाताओं के सामने गोपनीयता बनाए रखने का प्रयत्न करना नैतिक दुविधाओं में से सर्वाधिक सामान्य बात है। आर्थर और स्वैनसन के साथ बर्जर यह निष्कर्ष निकालते हैं कि गोपनीयता का वचन निभाने के लिए हमारी नैतिक बाध्यताओं के क्रम में वचन को तोड़ना एक नैतिक और कानूनी दायित्व भी है। यं अथवा दूजब कोई ग्राहक स्व (1)सरों के लिए खतरा बन जाए,जब कोई ग्राहक आपराधिक (2) होकार्यों में संलग्न ,(3) जब परामर्शदाता को न्यायालय ने ऐसा करने का आदेश दे दिया हो,जब (4) जब मामले में सलाह अथवा (5) और के सर्वथा हित में हो जो शोषण का शिकार हुआ होकिसी बच्चे कतापर्यवेक्षण की आवश्यहो। दुर्भाग्यवश न्यायालय परामर्शदाताओं को वैसी संरक्षा प्रदान नहीं करते जैसे कि अधिवक्ताओं,चिकत्सकों, पुरोहितों और पति के विशेषाधिकारों को संरक्षित करने में हैं।पत्नी-

वर्तमान चलन (Current Trends)

चूंकि परामर्श में नीतिगत और मूल्यगत मुद्दे समकालीन संस्कृति को प्रतिबिंबित करते हैं इसलिए व्यावसायिक व्यवहारों के लिए मानकों में भी लगातार वृद्धि हो रही है। इस क्षेत्र में चिकित्साभ्यासियों के विभिन्न सवेक्षण, नैतिक व्यवहार के सर्वाधिक तत्कालीन सामान्य उल्लंघनों के साथ साथ उन दुविधाओं को भी चिन्हित किया है जिनकी निकट भविष्य में अति महत्वपूर्ण होने की संभावना है। ये वो निम्नलिखित स्थितियां हैं जिन पर बारीकी से नजर रखने के लिए विशेष रूप से सतर्क रहना चाहिए।

चेतावनी देने का कर्तव्य (Duty of Counsellor) :आपको अपने ग्राहकों की जोखिम उठाने की क्षमता की स्थिति का आकलन, यह निर्धारित करने के लिए कि क्या उसमें स्वयं को या अन्य को नुकसान पहुंचाने की क्षमता है या नहीं करने के लिए किया जाता है। यह सामर्थ्य शारीरिक हिंसा के खतरे अथवा किसी ऐसे ग्राहक के साथ कार्य करने की दुविधा जो एचआईवी से संक्रमित हैं नैप एवं) के साथ कार्य करने की दुविधा का निर्धारण करने के लिए कहा जा सकता है। यदि आपको (वंदेन क्रीक वित पीडितों ल आसान है तो आप ऐसी कार्रवाई कर सकते हैं जिसमें सम्भाबिल्कु स है कि खतराविश्वा को चेतावनी देना, प्रतिबद्ध कार्रवाई की शुरुआत करना या पुलिस को भी बुलाना आदि शामिल हो सकते हैं।

बाल उत्पीड़न की रिर्पोटिंग (Reporting of Child Abuse):कानून स्पष्ट है। यदि आपको संदेह है कि किसी बच्चे को भावनात्मक या शारीरिक चोट पहुंचाई जा रही है तो, आपको चौबीस घटे के अंदर इसकी रिपोर्ट अधिकारियों को करनी चाहिए। तथापि, नैतिक दुविधा इस बात की नहीं है कि संदिग्ध दुर्व्यवहार की रिपोर्ट करें या न करें अपितु इस बात की है कि इसकी रिपोर्ट कब की जाए। कुछ मामलों में यह बच्चों के परम हित में रहता है कि जब तक बदले की कार्यवाही से बच्चे की रक्षा के लिए सुरक्षा उपाय नहीं किए जाते तब तक किसी को घटनाकी रिपोर्ट न करें। अन्य मामलों में प्रांरभिक पर्यवेक्षणों को तैयार करने के लिए यह इस तरह सहायक सिद्ध हो सकता है कि क्या आरोप वास्तव में सच है।

कम्प्यूटर अनुप्रयोग (Computer Application):

जैसे जैसे विद्यालयों और एजेंसियों में कम्प्यूटरों पर ग्राहकों की अधिकाधिक सूचनाएं संग्रहित की जाती हैं तो अनिधिकृत उपयोग को रोकना और रिकॉर्डो की गोपनीयता बनाए रखने का आश्वासन देना लगातार कठिन होता जा रहा है।

पूर्व ग्राहकों से संबंध(Relationship With Ex-Clients):

यद्यपि किसी ग्राहक के साथ प्रेम प्रसंग में संलिप्तहोने के अनुचित व्यवहार या किसी ग्राहक के साथ प्यार और मित्रता करने के बारे में नैतिक संहिताएं पूर्ण रूपेण स्फ्ट हैं और साथ ही जब वह उपचार रही हो के बारेमें पूर्व ग्राहकों के स/ले रहा हो (दोहरे संबंध)ाथ संबंध न बनाने का भीप्रचलन है। यह

मुद्दा इस भ्रम से और भी जटिल हो जाता है कि वास्तव में परामर्श कब खत्म होता है। यह ध्यान रखना भी महत्वपूर्ण है कि निजी प्रयोजन के लिए स्पष्ट रूप से चिकित्सीय रिश्ते को खत्म करना स्वीकार्य नहीं है।

परामर्शदाता की कमियों का सामना करना(To face the limitations of Counsellor):

लगभग सभी चिकित्सक अच्छे प्रयोजनों और प्रशिक्षण के बावजूद रोगियों के जीवन में असामान्य विषमताओं का अनुभव करते हैं। आचरण की ये खामियां नशे की लतों, जीवन परिवर्तनों, दुखों, लचर प्रशिक्षण, व्यक्ति की रोगात्मक निष्क्रियता या अंतकरण में दोष के कारण होती हैं जिससे न केवल : वसायियों को भी सहायता के लिए संघर्ष व्यानैतिक आचरण बनाए रखना मुश्किल होता है अपितु अन्य करना पड़ता है,जिन्होंने भारी हानि का अनुभव किया है। शुरुआत में, एक कमजोर परामर्शदाता को अपेक्षित सहायता के लिए करूणा और सहानुभूति प्रदान की जानी चाहिए, कभी-कभी आपको अधिक सक्रिय कदम उठाने के लिए मजबूर किया जा सकता है जिसमें अनुज्ञप्ति बोर्डों और व्यावसायिक संगठनों के लिए नैतिक उल्लंघन की रिपोर्टिंग और यहां तक कि उन ग्राहकों का बचाव करना जो संकट में हो सकते हैं, शामिल हैं।

नैतिक निर्णय लेना (Taking moral Decisions)

जब कोई नैतिक मुद्दा उभरता है तो आपको वस्तुतलिक निर्णय लेना होगाएक तात्का :; सतर्क विश्लेषण और विचारशील चिन्तन के लिए बहुत कम समय मिलेगा। इस प्रकार नैतिक निर्णय लेने के लिए पहली विशेषता पूर्वानुमान कर लेना है। निर्णय लेने के लिए मार्गदर्शन हेतु विश्लेषण और विचाशीलता पर आधारित एक तर्कपूर्ण नैतिक शैली विकसित करना और व्यवसाय से सृजित अंतप्रेरक मानदंडोंके साथ : वसायियं की व्यासंगति करने वाले समुचित नैतिक निर्णय तथा स्क्क पहचान बनाए रखना व व्यक्तिगत सदाचार की भावना के लिए आवश्यक है ।

नैतिक निर्णय लेने की प्रक्रिया में निम्नलिखित अनुक्रमिक चरण शामिल हैं–

- यह पता लगाना कि कोई नैतिक मत भेद है।
- समस्या का विवरण
- प्रक्रिया में शामिल उपयुक्त नैतिक मानकों को पहचानना।
- व्यावसायिक साहित्य की समीक्षा
- व्यक्तिगत नैतिकता और मूल्यों पर चिन्तन करना
- सुविचार और निश्चित करना।
- कार्यवाही करना।

- मीमांसा।

आत्मविश्लेषी विश्लेषण के अलावा, जो किसी व्यक्ति को उचित नैतिक विकल्पों के चयन करने में लिए अग्रसर करता है, निर्णय लेने की प्रक्रिया में व्यावसायिक संगठनों और कानूनी पद्धतियों द्वारा स्थपित दिशानिर्देशों को ध्यान में रखना चाहिए। इनमें से कुछ निम्नलिखित हैं,

- पर्याप्त ज्ञान, कौशल, प्रशिक्षण और निरीक्षण के बिना किसी भी चिकित्सीय उपचार का प्रयास न करें।
- व्यक्ति को सभी विरोधाभासों और पूर्वाग्रहों से मुक्तहोना चाहिए जिससे कि चिकित्सीय संबंधों में वस्तुनिष्ठता, तटस्थता और सकारात्मक रूप से क्षमता के साथ हस्तक्षेप किया जा सके।
- अनुसंधान परियोजनाओं के समस्तप्रतिभागियों के अधिकारों की रक्षा होनी चाहिए।
- प्रत्येक व्यक्ति को बैठकों की निजता और गोपनीयता के लिए उत्तरदायी होना चाहिए।
- स्वनिर्धारित लक्ष्यों तक पहुंचने के लिए परामर्श का केन्द्र बिन्दु ग्राहकों की सहायता करने पर होता है।
- परामर्शदाता सत्यनिष्ठा, ईमानदारी और नैतिक चरित्र बनाए रखने के लिए प्रतिबद्ध होते हैं।
- एक परामर्शदाता के रूप में, उसे ग्राहक और समाज के कल्याण के लिए कार्य करना चाहिए।

एक परामर्शदाता के रूप में, उसे विविध पृष्ठभूमि वाले लोगों के बीच उन सांस्कृतिक, नस्लीय, लैंगिक और दार्शनिक विभिन्नताओं के प्रति संवेदनशील होना आवश्यक है, जो विभिन्न कानूनों, मूल्यों और रीति रिवाजों से परिचालित होती हैं।-

परामर्श में कानूनी मुद्दे (Legal Issues In Counselling)

परामर्शदाता से अपेक्षा की जाएगी कि वह कानूनी सिद्धांतों को लागू करे और जटिल निर्णय ले जिससे कि अपने स्वयं के मूल्यों के साथ संघर्ष कर सके। वूडी एट एल ने बहुत सी स्थितियों का वर्णन किया है जिसमें परामर्शदाता स्वयं को कानून विवादों में उलझा हुआ पाता है। इनमें से कुछ हैंगोपनीयता का .1 - घनउल्लं, .2 यदि ग्राहक ने आत्म हत्या कर ली हो, .3 नागरिक अधिकारों का उल्लंघन होता हो,.4 अनुचित निदान किया गया हो, .5 परिसर में दुर्घटना घट गई हो।

अभ्यासरत परामर्शदाता से अपने काम को प्रभावित करने वाले तीन प्रकार के कानूनों से अपने आप को परिचित होने की अपेक्षा की जाती है जो उनके काम को प्रभावित करते हैंजो पक्षों के ,दीवानी कानून :

जिसमें एक व ,फौजदारी कानून,चार मुकदमे और विवादों से संबंधित हैबीच कदाि शेषज्ञ गवाह के रूप में सेवा करने की अपेक्षा की जाती है और मानसिक स्वास्थ्य कानून, जो यह तय करते हैं कि विभिन्न ग्राहक समूहों का इलाज किया जाना चाहिए।

स्वमूल्यांकन प्रश्न

1. वर्तमान में परामर्शदाता के लिए किस तरह के नीति नियमों का पालन करना चाहिये |
2. परामर्श में किस प्रकार के कानूनी मुद्दे आते हैं?
3. परामर्श में किस किस प्रकार के मुद्दे को ध्यान में रखना चाहिये| संक्षिप्त में लिखें ?

परामर्श में समस्याएं (Problems in Counselling)

भारत में निर्देशन सेवाएँअभी शैशवावस्था में ही हैं अभी इसका वि ,कास होना है औए इसके विकास हेतु निरंतर प्रयास किए जा रहे हैंफिर भी निर्देशन सेवाओं को प्रदान करने की दिशा में विशेष प्रगति नहीं | इस | शन के मार्ग में विभिन्न समस्याओं का आना हैछात्रों इसका कारण निर्दे | हुई है समस्याओं पर नियंत्रण किए बिना इस दिशा की ओर अग्रसर होना दुष्कर है इन समस्याओं पर काबू पाना अति :अत | | आगे विस्तार से आप परामर्श की विभिन्न समसयाओ को समझ सकेगें | आवश्यक है
परामर्श से संबंधित समस्याएं निम्नलिखित हैं –

- **प्रशिक्षण का आभाव (Lack of Training)–** परामर्श कार्यक्रमों को समुचित प्रकार से संचालित करने हेतु विशेषज्ञ की आवश्यकता होती है और विशेषज्ञ को तैयार करने के लिया उपयुक्त प्रशिक्षण की व्यवस्था का होना आवश्यक है | लेकिन हमारे देश में इस प्रशिक्षण व्यवस्था का समुचित प्रबंध नहीं हैं | छात्रों इस दिशा में काफी प्रयास किया जा रहा है | फिर भी इसके अतिरिक्त प्रयास की आवश्यकता है |

- **रुढिवादिता (Orthodoxism)-** रुढिवादिता के कारण भारतवर्ष में – परामर्श कार्यक्रम के संचालन में बाधा आती है | शिक्षक रुढिवादिता के कारण नए प्रयोगों में रूचि तथा उत्साह से कार्य नहीं करता जिससे नवीन से नवीन कार्यक्रम भी शुरू होने से पहले हे दम तोड़ देते हैं | भारत में परामर्श कार्यक्रमों को सुचारू रूप से क्रियान्वित करने के लिया रुढिवादिता को त्यागना पड़ेगा |

- **आर्थिक स्थिति (Financial Status)–** भारत के आधिकंश: शैशिक संस्थानों की आर्थिक स्थिति अत्यंत दयनीय है | इनमे से कई संस्थानों तो ऐसे हैं जो समय पर अपने स्टाफ

को वेतन तक नहीं प्रदान कर पाते हैं | ऐसी स्थिति में हम – परामर्श सेवाओ को संचालित करने और परामर्श कार्यक्रम को अपनाने की कैसे आशा कर सकते हैं ? परामर्श कार्यक्रम के लिए तो धन, समय, परिश्रम, बुद्धि सभी की आवश्यकता पड़ती हैं | जब तक हमारे देश में शैशिक् संस्थानों की आर्थिक स्थिति सुदृण नहीं होती हैं, तब तक परामर्श कार्यक्रम कभी सफल और विकसित नहीं हो सकता |

- **बेरोज़गारी (Unemployment)–** हमारे देश में बेरोज़गारी की समस्या अत्यंत विकराल रूप से पनप रही है और ऐसे देश में परामर्श कार्यक्रम को चलाना दु ष्कर कार्य है| व्यवस्थाओ की कमी के अभाव में निर्देशन के अवसर उत्पन्न होते हैं , विशेषकर व्यावसायिक क्षेत्र में | बेरोज़गारी की अवस्था में व्यक्ति व्यवसाय की उपयुक्तता – अनुपयुक्तता पर ध्यान नहीं देना और जो रोज़गार उसे मिलता हैं उसे वही उसे सहर्ष अपना लेता हैं | अतः : बेरोज़गारी की समस्या का समाधान किए बिना परामर्श कार्यक्रम को संचालित करना बहुत ही कठिन कार्य हैं |

- **दोष युक्त पाठ्यक्रम (Faculty Curriculum)–** भारत वर्ष विभिन्नताओ का देश है और विभिन्नताओ के कारण यंह एक जैसा पाठ्यक्रम का निर्धारण करना कठिन कार्य है| विद्यालयो में पाठ्यक्रम समान ना होने के कारण समस्त शिक्षा प्रणाली त्रुटिपूर्ण लगने लगती है| पाठ्यक्रम बालकों की रूचि , योक्ता एवं क्षमता के अनुरूप ना होने के कारण सामजस्य की समस्या को उत्पन्न करता है | भारतवर्ष में परामर्श सेवाओ का नितांत अभाव है और विद्यार्थी परामर्श सेवाओ के अभाव में स्वयं को पूर्ण रूपेण पहचानने में असमर्थ रहता हैं |

- **दोषयुक्त परीक्षा प्रणाली (Faculty Examination System)–** हमारे देश में संचालित परीक्षा प्रणाली दोषों से युक्त हैं शिक्षा की प्रणालिया तो कई विकसित हुई, मगर उन परीक्षा प्रणालियों पर ठीक से कभी भी ध्यानकर्षण नहीं किया गया | विद्यार्थी पूरे वर्ष सही से नहीं पढ़ता और कुछ दिनों में महत्वपूर्ण प्रश्नों के उत्तरों को रटकर परीक्षा पास कर लेते हैं | परीक्षा में वस्तुनिष्ठता एवं वैधता का अभाव है | विद्यार्थी रटने की प्रक्रिया अपनाकर परीक्षा तो पास कर लेते हैं लेकिन इनमे उनकी रुचियो, विचारों, क्षमताओ एवं बुद्धि के स्तर आदि के विषय में जानकारी नहीं मिल पाती | समुचित ज्ञान के अभाव में परामर्श सेवाओ को ठीक से संचालित नहीं किया जा सकता हैं |

- **शिक्षकों पर अतिरिक्त कार्यभार (Extra Burden on Teachers)–** हमारे देश में शिक्षा की व्यवस्था समुचित प्रकार से संचालित ना होने के कारण शिक्षक कार्य के बोझ तले दबे जा रहे हैं , देश कर प्रत्येक नागरिक अध्यापको से आशाऐ लगाएं बैठा है| विद्यालय जैसे शिक्षण

संस्थाओ में शिक्षकों के पास कार्य का बोझ इतना आधिक रहता है की वे अपने कार्य को ठीक प्रकार से नहीं कर पाते हैं | कक्षों में विद्यार्थियों की अत्यधिक संख्या, परीक्षा संबंधित कार्य, रजिस्टर अभिलेख तथा अन्य सभी छोटे- बड़े कार्य अध्यापक को ही करने पड़ते हैं , इसके अतिरिक्त शिक्षण कार्य | नौकरी के भय से वही यही बोझ लेने को मजबूर हैं | प्राइवेट संस्थाओ में तो शिक्षकों के शोषण की कोई सीमा ही नहीं हैं | ऐसी स्थिति में शिक्षकों से परामर्श सेवाओ संबंधित सहयोग की आशा करना व्यर्थ हैं |

- **साधनों का अभाव (Lack of Resources)–** हमारे दर्श की अर्थव्यवस्था सुदृण ना होने के कारण शिक्षा के शेत्र में समुचित साधनों का अभाव हैं | जो सीमित साधन उपलब्ध हैं, उनका उचित रूप से उपयोग ना होने के कारण भी निर्देशन क्षेत्र में प्रगति नहीं हो पा रही है | परामर्श से संबंधित योजनाएँ मात्र प्रतिवेदन तक ही सीमित होकर रह गई हैं |

- **एक राष्ट्रभाषा का अभाव (Lack of One Accepted National language**)– भारत अनेकताओ में एकता का देश हैं | अनेकताओ के लिए प्रीसिद्ध होने के कारण यह अनेक प्रकार की भाषाएँ बोली जाती हैं | प्रत्येक राज्य की एक पृथक राज भाषा है तथा एक राज्य में भी अनेक भाषाएँ बोली जाती है |

    - विभिन्न भाषाओ के कारण परामर्श कार्यक्रम की सफलतापूर्वक संचालित करने में कठिनाई आती हैं क्योंकि पृथक- पृथक भाषा होने के कारण एक राज्य का परामर्श प्रदान करने वाला व्यक्ति दूसरे राज्य में जाकर परामर्श कार्यक्रम में अपना योगदान नहीं दे सकता हैं | कुछ भाषाएँ ऐसी हैं हैं जिनमे अभी तक प्रमापीकृत परीक्षणों का निर्माण भी नहीं हुआ हैं ऐसी स्थिति में सुधार हेतु एक राष्ट्रभाषा का होना अति आवश्यकता है |

- **परामर्श के क्षेत्र में शोध कार्य का अभाव (Lack of Research Work in Counselling Area)** – समस्याओ के समाधान हेतु शोध कार्य की आवश्यकता होती है | परामर्श के क्षेत्र में शोध कार्य ने अभी प्रवेश नहीं किया गया है तथा जो कुछ इस क्षेत्र में हुआ है, वह अत्यंत अल्प है | शोध कार्य के अभाव में परामर्श सेवाओ का विकास नहीं हो सकता हैं |

- **प्रमापीकृत प्रशिक्षणों का अभाव (Lack of Training of testified Test) –** परामर्श सेवाओ को सुचारू रूप से संचालित करने के लिए प्रशिक्षणों का प्रमाणीकृत होना अनिवार्य हैं |

प्रशिक्षणों के अभाव में छात्रों के विषय में सूचनाएँ एकत्रित करना कठिन कार्य है | जो प्रशिक्षण हमारे देश में उपलब्ध है, वे अंग्रेजी भाषा में हैं | ये परामर्श कार्य को पूरा करने में सहयोग नहीं कर सकते हैं क्योंकि अधिकांश : विद्यार्थी ऐसे हैं जो अंग्रेज़ी भाषा नहीं जानते हैं | हमारे देश में परामर्श के क्षेत्र में बहुत ही सीमीत कार्य हुआ हैं , प्रयास जारी हैं इस क्षेत्र में अभी तक बहुत कुछ करना शेष हैं |

- **सूचना संकल्प तथा विश्लेषण व्यवस्था का अभाव (Lack of Information)–** परामर्श कार्यक्रम में सूचनाओ का अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान हैं| निर्देशन का आधार ही सूचनाएँ हैं | विद्याथियों से संबंधित सूचनाओ को एकत्रित करने और उसके विश्लेषण करने के लिया मजबूत व्यवस्था का होना आनिवार्य है | भारत में सूचनाओ को एकत्रित करने और विश्लेषण करने के लिए कोई व्यापक एवं संगठित व्यस्था विकसित नहीं की गई| व्यवस्था के अभाव में छात्रों के विषय में जानकारी हासिल करना बहुत ही कठीन कार्य हो जाता हैं | इस कारण परामर्श कार्य हमारे देश में अपूर्ण एवं प्रभावहीन ही रह जाता रह जाता हैं|

- **तालमेल का अभाव (Lack of Coordination)–** किसी भी कार्य की सफलता उसके व्यवस्था एवं तालमेल पर निर्भर करती है | तालमेल के अभाव में कार्यक्रम का संचालन प्रभावशाली नहीं रहता है | परामर्श कार्यक्रम के विभिन्न अभिकरणों में परस्पर तालमेल का अभाव होने के कारण एवं परामर्श कार्यक्रम में कार्यरत विभिन्न अभिकरणों यथा घर, स्कूल, मनोवैज्ञानिक, समुदाय आदि में तालमेल ना के बराबर है | परामर्श कार्यक्रम की सफलता तालमेल पर ही निर्भर करती हैं |

- **उत्तरदायित्व की भावना की कमी (Lack of Responsibility)–** जब हम परामर्श कों शिक्षा का एक अंग मानते हैं तो निर्विवाद रूप से परामर्श का कार्य करना उन लोगों का दायित्व हो जाता हैं जो शिक्षा का कार्य चला रहे हैं | परन्तु शिक्षक-समुदाए शाळा प्रधानों में कोई भी इस दवित्व कों स्वीकार करने कों तैयार नहीं हैं | अत: शिक्षक औपचारिक या अनौपचारीक रूप से इस कार्य को स्वीकार करें |

परामर्श सेवाओं की स्थिति में सुधार के उपाय (To Improve the Status of Counselling Services)

परामर्श सेवाओं की स्थिति में सुधार लाने हेतु कुछ उपाय किए जा सकते हैं जो निम्नलिखित हैं-

- परामर्श की आवश्यकता एवं उसके महत्व कों समझते हुए प्रशासन को निर्देशन हेतु अवक्श्यक साधन एवं सुविधाओं कों उपलब्ध कराने हेतु अपना योगदान देना चाहिये|
- परामर्श कार्यक्रमों का संगठन, विद्यालय एवं समाज के व्यक्तियों में निर्देशन से संबंधित समझ का विकास करने के उद्देश्य से किया जाना चाहिये|
- विद्यालयों के पाठ्यक्रम में व्यावसायिक सूचना को एक विशेष स्थान दिया जाना चाहिये| परामर्श के ठोस कार्य हेतु इसे विशिष्ट विषय के रूप में पढाया जाए|
- शिक्षकों के अंतर परामर्श संबंधी अंतरदृष्टि को विकसित किया जाना अनिवार्य है|
- परामर्श के विभिन्न साधनों में परस्पर समायोजन स्थापित करके निर्देशन हेतु व्यापक संगठन का गठन किया जाए तथा साधनों को उससे संबर्द्ध किया जाए|
- शिक्षण-प्रशिक्षण कार्यक्रमों को परामर्श कार्यक्रम से जोड़ा जाना चाहिये|व्यावसायिक परामर्श की व्यवस्था माध्यमिक शिक्षा पूरी करने से पहले ही की जानी चाहिये क्योंकि कुछ छात्र ऐसे भी होते हैं जिन्हे परिस्थितिवश माध्यमिक शिक्षा प्राप्त करने के पश्चात ही व्यवसायकी खोज करनी पड़ती है|
- परामर्श कार्यकर्ताओं को उचित प्रशिक्षण प्रदान करना आवश्यक है उसकी व्यवस्था प्रशिक्षण महाविद्यालयो अथवा विश्वविद्यालयो मैं की जानी चाहिये|
- परामर्श सम्बन्धी विस्तृत विषयवस्तु एवं अनुसंधान कार्यों को विश्वविद्यालयों में संचालित किया जाना चाहिये|

सारांश (Summary)

अत कहा जा सकता है की हमारे देश में:निष्कर्षत :परामर्श कार्यक्रम की प्रगति के लिए ठोस कदमों को उठाया जाना चाहिये परामर्श के लिए योजना |र का पालन करना चाहियेपरामर्श में नीतिगत व्यवहा| बनातेसमयइसके अतिरिक्त |परामर्श की विभिन्न समस्याओं और मुद्दों को ध्यान में रखा जाना चाहिये , निर्देशक हो अथवा अभिभावकों को इस कार्यक्रम के सफल संचालन हेतु ,सभी को चाहे अध्यापक हो |अपना महत्वपूर्ण सहयोग प्रदान करने के लिए अग्रसर रहना चाहिये

अतिरिक्त संदर्भ ग्रंथ सूची

- Woolfe, R. and Dryden, W (1996) Handbook of Counselling Psychology. New Delhi, Sage Publications
- May, R (1997). The Art of Counselling,. Nashville: Abhingdon
- Leigh, A (1998)Referral and Termination Issues for Counsellors. New Delhi, Sage publications

- Wallace, S. A. and Lewis, M.D. (1998). Becoming A Professional Counsellor. New Delhi, Sage Publications

निबंधात्मक प्रश्न:-

- परामर्श के क्षेत्र में व्यावसायिक नैतिकता पर प्रकाश डालिए।
- नीतिगत कठिनाइयों के विभिन्न क्षेत्रों की व्याख्या कीजिए।
- परामर्श में कानूनी मुद्दों का विश्लेषण कैसे किया जा सकता है।
- परामर्शी योग्यताओं को उभारने के लिए कुछ तरीके सुझाइए।
- परामर्श सेवाओं की स्थिति में सुधार के लिए क्या क्या उपाय किए जा सकते हैं ?
- परामर्श कार्यक्रम के आयोजन में किस प्रकार की समस्याएं आती हैं ? विस्तार से लिखिये |

****