S-VI
Counseling Psy
CORE - 14

परामर्श के चरण
STEP OF COUNSELLING

परामर्श अंग्रेजी के Counselling शब्द का हिन्दी रूपांतर है जो लैटिन के consilium से बना है जिसका शाब्दिक अर्थ है सलाह लेना या परामर्श लेना। एक के परामर्श मनोवैज्ञानिक सहायता की द्विपक्षीय प्रक्रिया है जिसमें एक पक्ष सहायता प्राप्त करने तथा दूसरा पक्ष परामर्श देने के लिए तत्पर रहता है। सहायता देने वाला व्यक्ति प्रशिक्षित होता है जो प्रशिक्षण देने की योग्यता रखता है तथा सहायता देने की प्रक्रिया को सहज बनाने का प्रयास भी करता है। इसप्रकार परामर्श देने और लेने वाले के बीच के पारस्परिक संबंधों पर आधारित अंत-क्रियात्मक प्रक्रिया को परामर्श कहा जाता है। इस प्रक्रिया के उपरांत प्रार्थी समस्या समाधान योग्य होता है और वह अपना निर्णय स्वयं लेने योग्य हो जाता है। जिसे परिभाषित करते हुए मनोवैज्ञानिकों बताया कि -

ए. जे. जोन्स - परामर्श एक प्रक्रिया है जिसके माध्यम से एक छात्र व्यवहारों को सीखने अथवा परिवर्तन करने और विशिष्ट लक्ष्यों को स्थापित करने के व्यावसायिक रूप से प्रशिक्षित व्यक्ति के साथ कार्य करता है जिससे वह इन लक्ष्यों को प्राप्त करने की दिशा में अग्रसर रह सके।

रॉबिंसन के अनुसार - परामर्श शब्द दो व्यक्तियों के संपर्क की उन स्थितियों का समावेश करता है जिनमें एक व्यक्ति को उसके स्वयं के वातावरण के बीच अपेक्षाकृत प्रभावी समायोजन प्राप्त करने में सहायता की जाती है।

इस प्रकार स्पष्ट है कि परामर्श द्वारा दो व्यक्तियों के सम्मिलित प्रयास से विचार विमर्श, तर्क वितर्क, व मित्रपूर्ण विचार विनिमय द्वारा समस्या ग्रस्त व्यक्तियों को समस्या समाधान योग्य बनाया जाता है।

परामर्श की प्रक्रिया में परामर्शदाता का काम लाभार्थी में ऐसी सूझ को विकसित कर देना है कि लाभार्थी अपनी समस्या के लिए खुद को उत्तरदायी मानने लगे तथा उनको सुलझाने में असमर्थता

परामर्श दाता की सहायता करने लगो। अतः परामर्शदाता इसके लिए पहले लाभार्थी के व्यवहारों इच्छाओं और आवश्यकताओं को जानने को कोशिश करता है इसके बाद वह वास्तविक कार्यवाही शुरू करता है प्रायः सभी क्रम परामर्श प्रक्रिया में तीन प्रमुख अवस्थाएं पायी जाती है जो निम्नलिखित है –

1. प्रारंभिक खुलापन INITIAL DISCLOSURE – प्रारंभ में परामर्श दाता और लाभार्थी दोनों एक दूसरे के लिए अनजान होते हैं। अतः लाभार्थी के परामर्शदाता के प्रति भय एवं शंका तथा अपनी समस्याओं को खुल कर बताने में संकोच के भाव उत्पन्न होते हैं। लेकिन परामर्श प्रक्रिया तभी सफल हो सकती है जब परामर्शदाता को लाभार्थी की समस्या के बारे में सही ज्ञान हो। इसलिए परामर्शदाता को लाभार्थी का विश्वास हासिल करना आवश्यक हो जाता है। परामर्शदाता लाभार्थी के साथ सौहार्दपूर्ण संबंध रखते हुए खुलकर व्यवहार करता है। उस पर पूरी तरह ध्यान केन्द्रित कर अपने हाव-भाव चेहरे के भाव, आँख की गति से भरोसा दिलाता है कि वह उसकी (लाभार्थी) समस्या की गोपनीयता को ध्यान में रखते हुए समस्या समस्या का समाधान करेगा। अतः दोनों के बीच यह खुलापन परामर्श की सफलता के लिए आवश्यक है।

2. गहराई से खोजकीन IN DEPTH EXPLORATION – जब लाभार्थी और परामर्शदाता दोनों के बीच संबंध में खुलापन आ जाता है तो लाभार्थी अपनी समस्या को खुलकर बताने लगता है यह अत्यंत नाजुक और तनाव की अवस्था होती है इसमें परामर्शदाता लाभार्थी को प्रोत्साहित करते हुए लाभार्थी की मनोगतिकी एवं परिस्थिति का

आकलन करने तथा परिस्थिति से जुड़ने संबंधी व्यवहारों का चयन करने तथा निर्णय लेने के बारे में विचार विमर्श करता है तथा उसी समस्याओं से पूरी तरह परिचित होता है। परामर्श की कुछ सत्रों के बाद परामर्शदाता संतोषजनक प्रगति एवं सफलता के बारे में लाभार्थी की प्रतिक्रिया को जानने की कोशिश करता है। इस तरह धीरे-धीरे दोनों समस्या के आकलन एवं उसके उपयुक्त उपचार के निकट पहुंचने लगता है।

3. कार्यवाही करना UNDER TAKING ACTION- यह परामर्श की अंतिम और निर्णायक अवस्था है। इस चरण के पूर्व चरण से प्राप्त सूचनाओं के आधार पर निर्णय लिया जाता है तथा उपचार के अनेक तरीकों पर विचार करने के पश्चात उनमें से कुछ को चुनकर उपयोग में लाने में परामर्शदाता लाभार्थी को अपना पूर्ण सहयोग देता है ताकि लाभार्थी अपना प्रतिबल दूर कर सके। साथ और नयी अनुक्रिया को अपना सके। साथ ही परामर्शदाता भी इसका आकलन करते रहता है। अंत में एक ऐसी अवस्था आती है जब लाभार्थी अपने व्यवहार आकलन से पूरी तरह संतुष्ट हो जाता है तब परामर्श की प्रक्रिया पूरी हो जाती है और परामर्श स्वयं समाप्त कर दिया जाता है।

इस प्रकार स्पष्ट हो जाता है कि परामर्श प्रक्रिया के तीन चरण है जो ऊपर वर्णित है।

Scanned with CamScanner