12146CH08

अध्याय

# 8

# मार्गदर्शन और परामर्श

## अधिगम उद्देश्य

इस अध्याय को पढ़ने के बाद शिक्षार्थी —

- मार्गदर्शन और परामर्श के महत्त्व और कार्य क्षेत्र को समझ सकेंगे,
- मार्गदर्शन और परामर्श की मौलिक अवधारणाओं का वर्णन कर सकेंगे,
- पेशे के रूप में मार्गदर्शन और परामर्श के लिए अपेक्षित मूलभूत समझ और जानकारी प्राप्त कर सकेंगे।

## महत्त्व

प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में ऐसी चुनौतियाँ और तनाव आते हैं जिनका सामना किया जाना चाहिए। कभी-कभी समस्याओं का समाधान ढूँढ़ने के लिए हमें सहायता और समर्थन की ज़रूरत महसूस होती है। पारंपरिक रूप से भारत में ऐसी सहायता, परिवार, विशेष रूप से संयुक्त या विस्तारित परिवार और सुदृढ़ सामाजिक नेटवर्क के माध्यम से तत्काल और आसानी से उपलब्ध हो जाती थी। इसके अतिरिक्त शिक्षकों, मित्रों और आध्यात्मिक/धार्मिक गुरुओं द्वारा भी नैतिक और भावनात्मक सहारा मिल जाता था। वर्तमान में विशेषरूप से शहरी संदर्भ में जीवन की गति निरंतर बढ़ रही है, जीवन की गति में तेज़ी, परिवार और सामाजिक-धार्मिक सहायता पद्धतियों का विभाजन हो गया है। इन सभी कारकों की वजह से व्यक्तियों को समस्याओं का सामना करने के लिए सहायता की बहुत आवश्यकता होती है। फलस्वरूप मार्गदर्शन और परामर्श का क्षेत्र एक व्यावसायिक क्षेत्र के रूप में विकसित हुआ है।

जब पिछली बार आपको कोई परेशानी हुई थी, यदि उस समय आपने उसके बारे में किसी भरोसेमंद व्यक्ति से बात करके बेहतर महसूस किया तो उस अनुभव को आप यहाँ बता सकते हैं। जिस व्यक्ति से आपने अपनी समस्या बताई होगी उसने समस्या से निपटने के लिए संभवत: कुछ ऐसे सुझाव दिए हों जिनके

© NCERT not to be republished

बारे में आपने भी सोचा नहीं होगा। कभी-कभी सुनने वाला आपको अपने मन में झाँकने और समाधान प्राप्त करने की दिशा में मार्गदर्शन कर सकता है। इस तरह किसी विश्वसनीय व्यक्ति के साथ अपनी परेशानियों को बाँटने से व्यक्ति, स्थिति का सामना करने में अधिक सक्षम महसूस कर सकता है। ऐसा इसलिए है, क्योंकि दूसरों से मार्गदर्शन लेने से व्यक्ति विभिन्न परिप्रेक्ष्य से स्थिति की छान-बीन करने और उपयुक्त समाधान प्राप्त करने में सक्षम हो जाता है।

आपने विभिन्न व्यक्तियों को विविध प्रकार की चुनौती पूर्ण स्थितियों का सामना करते देखा अथवा सुना होगा। हो सकता है आपका कोई मित्र परीक्षा में कम अंक आने से दुखी हो या कोई युवक इसलिए परेशान हो कि उसके माता-पिता परस्पर झगड़ते रहते हैं, किसी अन्य व्यक्ति को अपने मित्रों से परेशानी हो सकती है, किसी अन्य को वित्तीय समस्याएँ हो सकती हैं। महाविद्यालय में प्रवेश लेने वाले कई विद्यार्थियों को आगे अध्ययन के लिए विषय चुनने और अन्य ऐसे मुद्दों संबंधी उलझन हो सकती है। वे शायद ऐसी स्थितियों में हैं, जिन्हें वे स्वयं नहीं हल कर पाते हैं। ऐसे में वे व्यावसायिक मार्गदर्शन और परामर्श से लाभान्वित हो सकते हैं। जब व्यक्ति यह महसूस करते हैं कि वे चुनौतीपूर्ण स्थिति में हैं और उससे उभरने का कोई रास्ता नहीं मिल पा रहा है तो ऐसे में मार्गदर्शन और परामर्श जैसी प्रक्रियाएँ उनके लिए सहायक होंगी।

संदीप पिछले दो वर्षों से मेडिकल की प्रवेश परीक्षा दे रहा है। उसे लगता है कि यदि वह डॉक्टर नहीं बन पाया तो उसके जीवन के कोई मायने नहीं होंगे। उसका दिमाग कलात्मक प्रवृत्ति का है और वह पेंटिग बहुत अच्छी कर सकता है, वह अत्यधिक सृर्जनात्मक भी है। वह ऐसे क्षेत्र में बेहतर काम कर सकता है, जिसमें रचनात्मक और कलात्मक/सौंदर्यबोधक क्रियाकलाप सम्मिलित हैं, लेकिन मेडिकल परीक्षा में उसे लगातार असफलता मिल रही है और वह अपना आत्मविश्वास खोकर हीनता की भावना महसूस कर रहा है।

राधा एक गाँव की निवासी है। परिवार के अत्यधिक विरोध के बावज़ूद, उसके पिता ने उसे पास के गाँव में उच्चतर माध्यमिक स्तर की शिक्षा प्राप्त करने के लिए भेजा है। जिस युवक से उसकी सगाई हुई है, उसकी गाँव में ही एक दुकान है। वह अकसर उससे मिलने आता है। पिछले कुछ दिनों से वह उससे बाहर पार्क में घूमने जाने के लिए कह रहा है। राधा दुविधा में है। उसे युवक पसंद है, लेकिन वह डरती है कि लोग क्या कहेंगे मन में बेचैनी है और ऐसा कोई नहीं है जिससे वह सलाह ले सके।

उपर्युक्त दोनों उदाहरण दो ऐसी चुनौतियों को दर्शाते हैं, जिनका युवा सामना करते हैं। अखिल भारतीय शैक्षिक एवं व्यावसायिक मार्गदर्शन संस्था द्वारा महाविद्यालय स्तर के विद्यार्थियों की आवश्यकताओं का आकलन करने के लिए किए गए सर्वेक्षण के अनुसार 50 प्रतिशत विद्यार्थियों द्वारा बताई गयीं प्रमुख समस्याएँ निम्नलिखित थीं—

- अपेक्षाओं और निष्पादन के बीच अंतराल,
- जीविका और व्यावसायों के बारे में जानकारी का अभाव,
- भविष्य के बारे में चिंता,



© NCERT not to be republished

- एकाग्रता का अभाव,
- विपरीत जेंडर के सदस्यों से मित्रता करने अथवा उनके साथ व्यवहार करने में असमर्थता,
- यौन व्यवहारों के बारे में जानकारी का अभाव,
- अपनी शक्तियों और कमियों के बारे में जानकारी न होना,
- अपनी रुचियों और क्षमताओं के बारे में जानकारी न होना,
- संसाधनों का अभाव,
- अधिगम की प्रभावी कार्यनीतियों के बारे में जानकारी का अभाव, और
- पिछली गलतियों के लिए स्वयं को माफ़ न कर पाने की असमर्थता।

ये सभी जानकारियाँ मार्गदर्शन और परामर्श के क्षेत्र में व्यावसायिकों की आवश्यकता को स्पष्ट रूप से दर्शाती हैं।

**क्रियाकलाप 1**

हाल ही में आपने जिन समस्याओं का सामना किया उनकी सूची बनाइए। आपने यदि उनके बारे में किसी से बात की होती तो आप शायद कहीं बेहतर महसूस कर पाते। सूची में से समस्याओं को निम्नलिखित श्रेणियों में श्रेणीबद्ध कीजिए। व्यक्तिगत/सामाजिक/शैक्षिक। यदि आप नहीं चाहते हैं तो आपको दूसरों के साथ अपनी समस्याएँ बाँटने या बताने की आवश्यकता नहीं है।

शिक्षक के लिए नोट — यह सुनिश्चित कर लें कि विद्यार्थियों को उनकी समस्याएँ बताने के लिए बाध्य न करें अन्यथा इससे विद्यार्थियों को साथियों के बीच अधिक समस्याएँ हो सकती हैं।

आइए हम मार्गदर्शन और परामर्श में व्यावसायिकों के कर्त्तव्यों और भूमिकाओं की समीक्षा करें।

## मूलभूत संकल्पनाएँ

*मार्गदर्शन* का वर्णन किसी समूह के व्यक्ति को 'सक्षम परामर्शदाता' देकर उसके जीवन का दिशा-निर्देश करने, उसका अपना खुद का दृष्टिकोण विकसित करने, निर्णय लेने और बेहतर तरीके से सामंजस्य स्थापित करने में सहायता करने के रूप में किया जा सकता है। मार्गदर्शन का अर्थ न तो निर्देश देना है और न ही अपने नज़रिए या दृष्टिकोण को दूसरे पर थोपना है। जो व्यक्ति दूसरे का मार्गदर्शन करता है, वह उस व्यक्ति की ओर से निर्णय लेने की ज़िम्मेदारी नहीं लेता है। अत: हम समझ सकते हैं कि मार्गदर्शन, निर्देश देने या तैयार हल देने की बजाय व्यक्ति को अपना रास्ता स्वयं ढूँढ़ने में सहायता करना है।

*परामर्श* परस्पर बातचीत (अंत:क्रिया) द्वारा सीखने की प्रक्रिया है जिसमें परामर्शदाता (कभी-कभी जिसे चिकित्सक भी कहते हैं) परामर्श लेने वालों को (चाहे वह व्यक्ति, परिवार, समूह अथवा संस्थान हो) कठिनाइयों का कारण समझने और मुद्दों को सुलझाकर निर्णय पर पहुँचने में उनकी सहायता करते हैं। परामर्श में समग्र सोच होती है जो सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक और भावनात्मक मुद्दों को संबोधित करती है।



© NCERT not to be republished

परामर्श सेवा जीवन में किसी भी समय ली जा सकती है, यद्यपि अधिकांश लोग सिर्फ़ परिवर्तन या संकट के समय ही परामर्श के लिए जाते हैं। योग्यताप्राप्त व्यावसायिक परामर्शदाता परामर्श लेने वाले व्यक्ति से इस प्रकार बात करता है जिससे कि उसको अपनी समस्या को सुलझाने में अथवा ऐसी स्थितियाँ निर्मित करने में सहायता मिलती है जिनसे वह अपने जीवन की स्थितियों को समझ सकता है और बेहतर बना सकता है।

परामर्श सेवा का संबंध विशिष्ट समस्याओं को संबोधित करने और उनका समाधान करने, निर्णय लेने, संकट का मुकाबला करने, संबंधों को बेहतर बनाने और व्यक्तिगत जागरूकता बढ़ाने से हो सकता है। इसमें भावनाओं, विचारों, अनुभूतियों और विवादों के संबंध में काम करना भी शामिल है। इसका संपूर्ण उद्देश्य परामर्श लेने वाले को सकारात्मक तरीकों से काम करने के अवसर प्रदान करना है जिससे व्यक्तियों के रूप में और वृहतर समाज के सदस्यों के रूप में उन सबका कल्याण हो सके।

**क्रियाकलाप 2**

पृष्ठ संख्या 146 पर दिए गए बॉक्स को पढ़ें जहाँ दो युवा व्यक्तियों की समस्याएँ बताई गई हैं। संदीप और राधा दोनों की समस्या के स्वरूप के बारे में अपनी कक्षा के साथियों से चर्चा कीजिए। उन समाधानों को बताइए जो आप समझते हैं कि उनके लिए सर्वोत्तम होंगे।

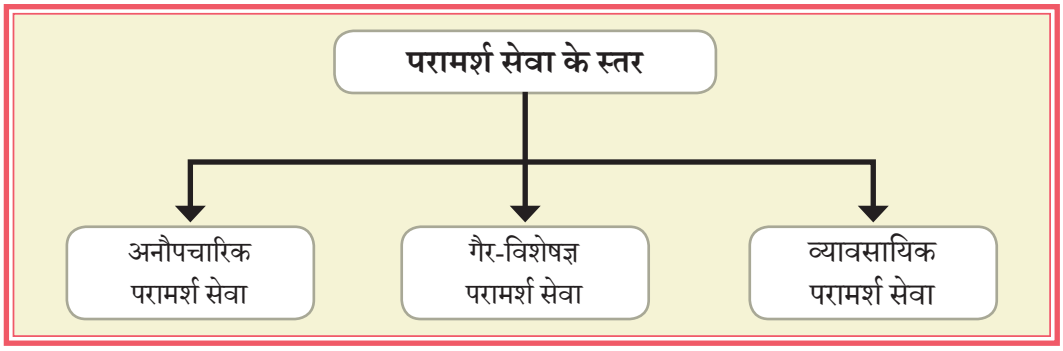
परामर्श सेवा एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें ज़िम्मेदारी और गोपनीयता शामिल होती है। इसलिए मार्गदर्शन और परामर्श विशेषज्ञों के लिए कुछ नीति-परक सिद्धांतों का पालन करना आवश्यक है —

- व्यक्ति और उसकी सांस्कृतिक भिन्नताओं तथा मानव अनुभवों की विविधताओं के प्रति सम्मान और सावधानी से काम करें,
- कभी भी कोई ऐसा कदम न उठाएँ जिससे परामर्श लेने वाले को किसी तरह का कोई नुकसान हो,
- परामर्श लेने वाले व्यक्ति द्वारा परामर्शदाता पर किए गए भरोसे का सम्मान करें और उसके मुद्दों के बारे में दूसरों से बातें न करें,
- परामर्श लेने वाले व्यक्ति को आत्मज्ञान (बोध) बढ़ाने के लिए प्रोत्साहित करें,
- संकट की स्थितियों से प्रभावी रूप से निपटने के लिए परामर्श लेने वाले व्यक्ति के विकल्पों को तलाशने और उनमें वृद्धि करने में सहायता करें,
- उनकी क्षमता के दायरे में उनसे व्यवहार करें और ऐसे मामलों में जिनमें अधिक गहन उपचार की आवश्यकता हो, परामर्श के लिए ऐसे विशेषज्ञों के पास ही भेजें जो उनका समाधान करने के लिए प्रशिक्षित हों।
- कठिन परिस्थितियों से घिरे व्यक्तियों के लिए उपलब्ध सभी सेवाओं का जानकार होना चाहिए जिससे आगे संदर्भ के लिए यदि आवश्यक हो तो उचित मार्गदर्शन किया जा सके।

***परामर्श सेवा के स्तर***—दैनिक जीवन में आपने देखा होगा कि परामर्श सेवा शब्द का उपयोग अनौपचारिक रूप से किसी भी प्रकार की जानकारी-चाहने वाली बातचीत के लिए किया जाता है, जिसमें रोज़गार के लिए किसी व्यक्ति का मूल्यांकन भी शामिल है। यह समझना उपयोगी होगा कि परामर्श सेवा के विभिन्न स्तर होते हैं जैसा कि आगे दिए गए बॉक्स में दिखाया गया है।



© NCERT not to be republished




*अनौपचारिक परामर्श सेवा* — यह परामर्श सामान्यत: ऐसे व्यक्ति द्वारा दिया जाता है जिससे मिलकर बात की जा सकती है और जो बातों को समझ सकता है, भले ही वह व्यावसायिक रूप से योग्यता प्राप्त न हो। सहानुभूति रखने वाला यह व्यक्ति चाचा/मामा, चाची/मामी, मित्र अथवा सहकर्मी हो सकता है।

*गैर-विशेषज्ञ परामर्श सेवा* — यह अन्य क्षेत्रों के विशेषज्ञों जैसे — शिक्षकों, डॉक्टरों, वकीलों, धर्मगुरुओं द्वारा प्रदान की जाने वाली सहायता है जो अपने क्षेत्र की विशेषज्ञता के अतिरिक्त मनोवैज्ञानिक समस्याओं का समाधान भी करना चाहते हैं। वे लोगों की इन समस्याओं से निपटने के लिए वैकल्पिक तरीके प्रदान करने का प्रयास करते हैं जिनका सामना उन्हें अपने दैनिक कार्यों के दौरान करना पड़ता है।

*व्यावसायिक परामर्श सेवा* — व्यावसायिक परामर्शदाता वे होते हैं जिन्होंने परामर्श में विशेष प्रशिक्षण लिया हो और जिनके पास आवश्यक योग्यता हो। ये परामर्शदाता व्यक्ति की सामाजिक, भावनात्मक और व्यक्तिगत समस्याओं का समाधान करते हैं। परामर्श की प्रक्रिया में व्यावसायिक परामर्शदाता विभिन्न तकनीकों का प्रयोग कर सकते हैं। आइए हम संक्षेप में इन तीन तकनीकों पर चर्चा करते है —

परामर्शदाता परामर्श लेने वाले से किस प्रकार व्यवहार करता है यह उपागम के तरीकों और उसके द्वारा उपयोग की जाने वाली तकनीकों पर निर्भर करता है। इन्हें इस प्रकार विभाजित किया गया है —

- *निदेशित, परामर्शदाता-केंद्रित परामर्श* — इसमें परामर्शदाता मुख्य भूमिका निभाता है और परामर्श लेने वाले को समस्या के निदान के अनुरूप निर्णय लेने में हर संभव प्रयास करता है।
- *अनिदेशित अथवा अनुज्ञात्मक अथवा सेवार्थी-केंद्रित परामर्श* — इसमें परामर्शदाता की भूमिका अपेक्षाकृत निष्क्रय होती है। परामर्श लेने वाला व्यक्ति उपचार की प्रक्रिया में सक्रिय रूप से भाग लेता है। सहायता चाहने वाले व्यक्ति को परामर्शदाता की सहायता से समस्या के मूल कारण को समझने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। परामर्श लेने वाला व्यक्ति अंतिम निर्णय लेता है। इस प्रकार, परामर्श सेवा की यह प्रक्रिया व्यक्ति के अनुभवों में वृद्धि करती है।
- *संकलनात्मक परामर्श सेवा* — जो परामर्शदाता इस प्रकार के परामर्श के प्रयोग की पैरवी करते हैं उनका विचार है कि निदेशित अथवा अनिदेशित परामर्श सतत् काल के दो सिरे होते हैं। परामर्शदाता को ऊपर बताए गए दोनों प्रकार के परामर्श के तरीकों से परिस्थिति, समस्या और सेवार्थी के स्वभाव के आधार पर आवश्यकतानुसार उपयुक्त तकनीकों को समावेशित करना चाहिए।

© NCERT not to be republished

## जीविका के लिए तैयारी करना

आप याद करें कि जब आपने सहायता या परामर्श लिया था तो आपने देखा होगा कि आपकी बात सुनने वाले व्यक्ति चाहे वे शिक्षक मित्र अथवा अन्य वयस्क हों, उनमें कुछ ऐसे गुण थे जिनके कारण आप आसानी से उन तक पहुँचे और खुल कर बात कर पाए थे।

**परामर्शदाता की विशेषताएँ**

1. मानवीय समस्याओं के प्रति संवेदनशीलता
2. समानुभूति
3. व्यक्तिगत भिन्नताओं के लिए सम्मान
4. निर्णयात्मक न होना
5. गोपनीयता बनाए रखना
6. आसानी से संपर्क करने योग्य
7. दृढ़ लेकिन मित्रवत्
8. रुचिकर व्यक्तित्व
9. मूल्यों और संबंधों को समझने वाला

इन गुणों के साथ-साथ परामर्शदाता में व्यवसाय की माँग के अनुसार विशिष्ट कौशल भी होने चाहिए। ये हैं सुनने के कौशल, विश्लेषण के कौशल और अच्छे निरीक्षण के कौशल। एक परामर्शदाता में व्यक्तियों और समूहों दोनों के साथ काम करने के कौशल होने चाहिए।

यह तथ्य कि परामर्श सेवा मूलरूप से उन लोगों के लिए होती है जो किसी प्रकार की परेशानी का सामना कर रहे हैं, परामर्शदाता को व्यावसायिक रूप से योग्य होने के साथ ही लोगों के प्रति सहानुभूति रखने वाला और अच्छे स्वभाव का होना अनिवार्य बनाता है।

एक व्यावसायिक परामर्शदाता बनने के लिए सिर्फ़ इन्हीं विशेषताओं का होना पर्याप्त नहीं है। आवश्यक कौशल अर्जित करने के लिए आपको विशेष प्रशिक्षण लेना चाहिए। व्यावसायिक परामर्शदाता सामान्यत: मानव विकास अथवा बाल विकास/मनोविज्ञान अथवा शिक्षा में स्नातकोत्तर डिग्री धारक होने के साथ परामर्श सेवा में भी स्नातकोतर डिग्री/डिप्लोमा धारी होते हैं। पाठ्यक्रम के दौरान प्रशिक्षार्थी प्रशिक्षित मनोवैज्ञानिक अथवा परामर्शदाता की देख-रेख में प्रायोगिक प्रशिक्षण प्राप्त करते हैं, क्योंकि परामर्शदाता के कौशल विकसित करने के लिए प्रायोगिक प्रशिक्षण अनिवार्य है। भारत में अनेक प्रतिष्ठित विश्वविद्यालय और संस्थान परामर्श सेवा डिप्लोमा प्रदान करते हैं। एम. ए. अथवा एम.एससी. करने के बाद आप आगे शोधकार्य करके पीएच. डी. की डिग्री ले सकते हैं। व्यावसायिक परामर्शदाताओं के पास प्रमाणपत्र होता है और वे उस व्यावसायिक संस्था के साथ पंजीकृत होते हैं जो प्रैक्टिस करने के लिए लाइसेंस देती है।

© NCERT not to be republished

**क्रियाकलाप 3**

कॉलम B में दिए गए वाक्यों का मेल कॉलम A में दिए गए परामर्शदाता के गुणों से कीजिए और कॉलम C में सही संयोजन को लिखिए —

| A | B | C |
|---|---|---|
| 1. मानवीय समस्याओं के प्रति संवेदनशीलता | a. मैं आपसे सहमत हूँ, पर कृपया अपने बच्चों को दोबारा मत मारीएगा। | |
| 2. समानुभूति | b. क्योंकि रवि गरीब है, इसका अर्थ यह नहीं है कि उसने पैसे चुराए हैं। | |
| 3. व्यक्तिगत भिन्नताओं के लिए सम्मान | c. लागों की व्यक्तिगत समस्याएँ होना एक आम बात है। | |
| 4. निर्णयात्मक न होना | d. ऐसा लगता है कि वह अपने माता-पिता को धोखा दे रही है, लेकिन मैं इसे अपने तक ही रखूँगा। | 4 b |
| 5. गोपनीयता बनाए रखना | e. जब मैंने उसकी कहानी सुनी तो मेरी आँखों में आँसू आ गए। | |
| 6. आसानी से उपलब्ध होना | f. हैलो आप कैसे हैं? क्या आप मुझसे किसी बारे में बात करना चाहेंगे? | |
| 7. दृढ लेकिन मित्रवत् होना | g. विभिन्न व्यक्ति अपने जीवन में एक जैसी समस्याओं के प्रति भिन्न तरीके से प्रतिक्रिया करते हैं। | |

## कार्यक्षेत्र

आपने अपनी कक्षा XI की एच. ई. एफ़. एस. की पाठ्यपुस्तक में अपने जीवन काल विकास के बारे में पढ़ा था। आपने ध्यान दिया होगा कि प्रत्येक अवस्था में ऐसी चुनौतियाँ होती हैं जिनका किसी व्यक्ति को सामना और समाधान करना ही पड़ता है। विकास की प्रत्येक अवस्था की कुछ खास विशेषताएँ होती हैं, साथ ही प्रत्येक अवस्था में कुछ विकास संबंधी कार्यों को पूरा किया जाता है। सहायता और मार्गदर्शन की किसी भी अवस्था में आवश्यकता पड़ सकती है। इस उद्देश्य के लिए परामर्शदाताओं को विकासात्मक ज़रूरतों और किसी उम्र विशेष में व्यक्तियों की विशेषताओं के बारे में विशेषरूप से प्रशिक्षित होना चाहिए।

© NCERT not to be republished

## जीविका के अवसर

*जीविका परामर्शदाता* — कुछ परामर्शदाता व्यावसायिक और जीविका संबंधी परामर्श के लिए सभी आयुवर्ग के लोगों के साथ काम करते हैं।

*विद्यालय परामर्शदाता* — विद्यालय में भी बच्चों को सामंजस्य संबंधी समस्याएँ हो सकती हैं। बच्चे को शैक्षिक उपलब्धि, साथियों अथवा माता-पिता से कोई समस्या हो सकती है। जो परामर्शदाता ऐसी कठिनाइयों को दूर करते हैं, विद्यालयी परामर्शदाता कहलाते हैं।

*परिवार परामर्शदाता* — यह ऐसे विशेषज्ञ होते हैं जो माता-पिता, बच्चों तथा परिवार के अन्य सदस्यों के साथ काम करते हैं। यह उन विशिष्ट मुद्दों का समाधान करते हैं जो परिवार के सदस्यों अथवा पीढ़ियों के बीच विवादों के कारण होते हैं। ये परिवार के किसी सदस्य की व्यवहारगत समस्याओं का भी समाधान करते हैं।

*वैवाहिक परामर्शदाता* — ये विवाह संबंधी विभिन्न मुद्दों या समस्याओं, वैवाहिक और विवाहपूर्व मुद्दों के लिए परामर्श अथवा निकट संबंधों के लिए व्यक्तिगत संगतता/अनुरूपता तथा दंपतियों के लिए परामर्श का काम करते हैं।

*जीवनकौशल प्रशिक्षक* — आज-कल अनेक व्यक्तियों को अपने दैनिक जीवन में घर अथवा कार्यस्थल पर तनाव के कारण परामर्श की आवश्यकता हो सकती है। उदाहरण के लिए एक सुस्थापित युवक/युवती अपनी क्षमताओं को इष्टतम स्तर तक लाने के लिए अधिक सक्रिय होना चाह सकता है।

*बच्चों के मार्गदर्शन के परामर्शदाता* — कुछ परामर्शदाता बच्चों के साथ कार्य करते हैं और बच्चों के मार्गदर्शन के परामर्शदाता कहलाते हैं।

## प्रमुख शब्द

मार्गदर्शन, परामर्श, परामर्श प्राप्तकर्ता, परामर्शदाता, तनाव से निपटने की कार्य नीतियाँ

## पुनरवलोकन प्रश्न

1. मार्गदर्शन और परामर्श से आपका क्या अभिप्राय है ?
2. परामर्श के प्रमुख सिद्धांत कौन-कौन से हैं ?
3. आपकी उम्र के विद्यार्थियों को कौन-कौन सी सामान्य कठिनाइयाँ हो सकती हैं, जहाँ काउंसलिंग की आवश्यकता पड़ सकती है।
4. विभिन्न प्रकार की परामर्श सेवाएँ कौन-सी हैं ?
5. आप मार्गदर्शन और परामर्श सेवा में जीविका की तैयारी किस प्रकार कर सकते हैं ?

© NCERT not to be republished

## प्रायोगिक कार्य—1

**विषयवस्तु**— मार्गदर्शन और परामर्शसेवा में कूट-सत्र आयोजित करना

**कार्य**— 1. विद्यार्थियों को भूमिका-निर्वाह (नाटक करने) के लिए तैयार करना

2. परामर्शदाता और परामर्श प्राप्तकर्ता के रूप में भूमिका-निर्वाह करना

3. परामर्शदाता के गुणों (विशेषताओं) पर चर्चा

**उद्देश्य**— आपने इस अध्याय में मार्गदर्शन और परामर्शसेवा के सिद्धांतों के बारे में पढ़ा। इस प्रायोगिक कार्य से आपको परामर्शदाता और परामर्श प्राप्तकर्ता के कार्य के बारे में व्यावहारिक अनुभव होगा।

**प्रयोग कराना**

विद्यार्थियों को किसी मुद्दे का चयन करने के बाद जोड़े बनाकर परामर्श प्राप्तकर्ता और परामर्शदाता की भूमिका निभानी चाहिए। उन्हें एक कूट (काल्पनिक) सत्र का अभिनय करना चाहिए और शिक्षक और कक्षा के अन्य साथियों को उनका नाटक ध्यानपूर्वक देखना चाहिए। सत्र के बारे में आपको परामर्शदाता के बारे में पढ़े गए गुणों को ध्यान में रखते हुए चर्चा करनी चाहिए।

(a) *जीविका में मार्गदर्शन*— कक्षा X का एक विद्यार्थी वाणिज्य शाखा लेना चाहता है, लेकिन उसके माता-पिता उस पर विज्ञान शाखा लेने के लिए दबाव डाल रहे हैं। विद्यार्थी आपसे सहायता लेने आया है।

(b) *पोषण में परामर्श सेवा*— एक अभिभावक आपसे शिकायत करते हैं कि उनकी 5 वर्ष की बेटी मैगी-नूडल्स के अतिरिक्त और कुछ नहीं खाती है।

(c) *व्यक्तिगत परामर्श सेवा*— एक 14 वर्ष का बच्चा दूसरे बच्चों के साथ मित्रता न कर पाने की अपनी असमर्थता के बारे में सलाह लेने आया है।

© NCERT not to be republished