इकाई 4 विद्यालयों में उपबोधन

इकाई की रूपरेखा

4.1 प्रस्तावना

4.2 उद्देश्य

4.3 व्यक्तिगत उपबोधन

4.4 समूह उपबोधन

- 4.4.1 समूह उपबोधन का अर्थ
- 4.4.2 समूह उपबोधन की पूर्वधारणाएँ
- 4.4.3 समूहों का संरचनीकरण
- 4.4.4 समूह उपबोधन की प्रक्रिया
- 4.4.5 समूह उपबोधन के लाभ और सीमाएँ

4.5 समकक्ष उपबोधन

4.6 बहु-संस्कृति उपबोधन

4.7 संकटकालीन उपबोधन

4.8 उपबोधन से जुड़े विशिष्ट क्षेत्र

- 4.8.1 पारिवारिक उपबोधन
- 4.8.2 वृत्तिक उपबोधन
- 4.8.3 मादक द्रव्य व्यसनिकों व मद्य व्यसनिकों का उपबोधन

4.9 उपबोधन का मूल्यांकन

4.10 सारांश

4.11 इकाई के अंत में अभ्यास कार्य

4.12 संदर्भ साहित्य एवं सुझावात्मक अध्ययन

4.13 अपनी प्रगति की जाँच के उत्तर

4.1 प्रस्तावना

इकाई 1 में हमने मार्गदर्शन और उपबोधन की संकल्पनाओं का परिचय दिया है। इकाई 1 पढ़ने के बाद आप मानेंगे कि उपबोधन स्कूल की मार्गदर्शन सेवाओं का एक महत्त्वपूर्ण पहलू है। उपबोधन के प्रमुख तरीकों व उपबोधन प्रक्रिया के विभिन्न चरणों जिन पर इकाई 1 में चर्चा की गई, को पढ़कर आपको इस बात की सामान्य समझ प्राप्त हुई होगी कि उपबोधन का क्या अर्थ है। इस इकाई में हम विभिन्न प्रकार की उपबोधन सेवाओं पर जोकि हम स्कूलों में उपलब्ध करा सकते हैं, चर्चा करेंगे। इकाई 1 में दी गई उपबोधन की परिभाषा पढ़ते समय संभवतः आपने अनुभव किया होगा कि अधिकतर उपबोधन एक सहायक प्रक्रिया के रूप में परिभाषित की गई है जिसमें दो व्यक्ति सम्मिलित होते हैं– उपबोधक और उपबोध्य। इस प्रकार का उपबोधन व्यक्तिगत उपबोधन कहलाता है जिस पर इस इकाई में चर्चा की गई है। यद्यपि उपबोधन, एक सेवा के रूप में, पिछले कुछ वर्षों में बहुत विकसित हुआ है तथा व्यावसायियों ने समूह उपबोधन को, कुछ परिस्थितियों में, एक महत्त्वपूर्ण विकल्प के रूप में देखा है। स्कूलों में बहुत-सी स्थितियों में समूह उपबोधन की आवश्यकता होती है। हमने यहाँ पर समकक्ष उपबोधन की चर्चा की है क्योंकि यह स्कूल के विन्यास

में बहुत उपयोगी है। स्कूल में विद्यार्थी अध्यापक व स्टाफ ही होते हैं जोकि अलग-अलग सामाजिक-सांस्कृतिक परिवेश से आते हैं इसलिए यह समझने की आवश्यकता है कि बहु-संस्कृति उपबोधन का क्या अर्थ है। संकटकालीन स्थितियों में उपबोधन उपलब्ध कराना व अन्य विशिष्ट क्षेत्रों के लिए उपबोधन पर भी इस इकाई में चर्चा की गई है।

4.2 उद्देश्य

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप निम्नलिखित के योग्य हो सकेंगे :

- वैयक्तिक और समूह उपबोधन की संकल्पनाओं को समझाने और उनमें अंतर बताने के;
- उपयुक्त स्थितियों में व्यक्तिगत व समूह उपबोधन उपलब्ध कराने के;
- समकक्ष उपबोधन की संकल्पना स्पष्ट करने के;
- स्कूल में समकक्ष उपबोधन कार्यक्रम विकसित करने के;
- बहु-संस्कृति उपबोधन की संकल्पना पर चर्चा करने व स्कूलों में कार्य-संचालन में इसके महत्त्व को बता पाने के;
- एक उपबोधक के रूप में बहु-संस्कृति योग्यताएं विकसित करने के;
- संकटकालीन उपबोधन की संकल्पना स्पष्ट कर पाने के;
- अपने विद्यार्थी के जीवन में संकटकालीन स्थिति पहचानने और उपयुक्त उपबोधन उपलब्ध कराने के;
- उपबोधन के विभिन्न क्षेत्रों में अंतर कर पाने के;
- एक प्रभावी उपबोधक की विशेषताएं बता पाने के;
- उन मामलों की पहचान कर पाने के जिन्हें उपबोधन के माध्यम से सहायता की आवश्यकता है; तथा
- किसी दिए गए मामले में उपयुक्त तरीकों और तकनीकों का चयन कर पाने के।

4.3 व्यक्तिगत उपबोधन

स्कूल निर्देशन कार्यक्रम में उपबोधन सबसे महत्त्वपूर्ण कार्यकलाप है। व्यक्तिगत उपबोधन एक वैयक्तीकरण की प्रक्रिया है जिसमें उपबोधक और उपबोध्य केवल एक-दूसरे के लिए या आमने-सामने के संबंध के आधार पर कार्य करके उपबोध्य की विभिन्न आवश्यकताओं का अन्वेषण करने पर ध्यान देते हैं। उपबोधन प्रक्रिया का उद्देश्य उपबोध्य द्वारा अपनी भावनाओं की छानबीन करने में, अपने विश्वासों को जानने और अपने आप को समझने में सहायता करना है। जिससे कि वह संभावनाओं की जाँच कर सके और सकारात्मक परिणामों के लिए बदलने की शुरुआत करे। लोग एक उपबोधक के पास विभिन्न कारणों से जा सकते हैं। लोगों को निम्नलिखित विषयों पर सहायता की आवश्यकता हो सकती है–

- दुश्चिंता/व्यग्रता, हताशा
- क्रोध का प्रबंधन
- आपसी संबंधों से संबंधित मामले
- मदिरा व नशीली दवाओं की लत

लोग अपने पारस्परिक कौशलों को बेहतर बनाने, वृत्तिक संभावनाओं आदि के विषय में उपबोधन के लिए सहायता लेते हैं।

उपबोधक अपने व्यावसायिक ज्ञान और कौशल का प्रयोग करके उपबोध्य की संभावनाओं को बढ़ाने और सकारात्मक परिवर्तन लाने का पूरा प्रयत्न करता है व्यक्तिगत उपबोधन में उपबोध्य की तत्कालीन समस्या और निकट भविष्य की चिंताओं पर ध्यान दिया जाता है। व्यक्तिगत उपबोधन में संबंधों की विशेषता आपसी विश्वास और सम्मान होती है जिसका अर्थ यह है कि उपबोध्य अपनी चिन्ताओं को बताने और उनपर विचार करने में सुरक्षित अनुभव करता है। जब उपबोध्य को लगता है कि उपबोधक उसको समझ रहा व वास्तविक रूप में उसके हित की चिन्ता कर रहा है और उसी के पक्ष में है तो इस बात की अधिक संभावना होती है कि उपबोध्य उपबोधन प्रक्रिया से लाभान्वित होगा बजाय इसके जबकि इस प्रकार के अनुभव न हो रहे हों (टरॉक्स एंड कारखुफ़्फ 1967)।

ड्राईडेन (1984) ने उपबोध्य के लिए व्यक्तिगत उपबोधन के बहुत-से लाभ बताए हैं–

- व्यक्तिगत उपबोधन पूर्ण गोपनीयता उपलब्ध कराता है। वे लोग जो औरों के सामने अपनी बातें नहीं प्रकट करना चाहते वे व्यक्तिगत उपबोधन को वरीयता देंगे।
- व्यक्तिगत उपबोधन उपबोध्य और उपबोधक के बीच नज़दीकी संबंध स्थापित करने का अवसर देता है। समूह उपबोधन स्थितियाँ प्रारंभ में कुछ लोगों को डराने वाली लग सकती हैं।
- व्यक्तिगत उपबोधन उपबोध्य की सीखने की गति से मिलान करके किया जा सकता है।
- व्यक्तिगत उपबोधन उपचारी चिकित्सीय होता है, जबकि उपबोध्य की प्रमुख समस्या औरों के साथ उनके संबंधों की जगह उनके अपने साथ अपने संबंध संबंधित करती है।
- व्यक्तिगत उपबोधन ऐसे उपबोध्यों के लिए उपयोगी होता है जो अपने आप व औरों के बीच अंतर मानते हैं। उदाहरण के लिए, वे लोग जिन्होंने संबंध छोड़ने का निर्णय ले लिया है और उसके कारण होने वाली व्यक्तिगत समस्याओं का सामना करने को तैयार है।
- व्यक्तिगत उपबोधन उन लोगों के लिए भी उपयोगी है जो अन्वेषण करना चाहते हैं वे दूसरों से अपने आपको अलग करें या नहीं। उदाहरण के लिए, वे जो अपने संबंधों में खुश नहीं हैं किंतु यह निर्णय नहीं कर पा रहे हैं कि वे अपने संबंधों को सुधारे या छोड़ दें।
- व्यक्तिगत उपबोधन उपबोध्यों को भी अपने पारस्परिक क्रियाओं के तरीके बदलने का अवसर प्रदान करता है। इसमें वे इस भय से मुक्त रहते हैं कि इस प्रकार के अन्तर अन्य उपस्थित उपबोध्यों पर अल्टा असर न डालें।
- व्यक्तिगत उपबोधन ऐसे उपबोध्यों के लिए भी लाभदायक होता है जिनको अपने उपचार के समय और उपबोध्यों के साथ साझा करने में बहुत कठिनाई होती है।

ड्राइडैन (1984) ने व्यक्तिगत उपबोधन में सम्मिलित कुछ मुद्दों पर भी प्रकाश डाला है तथा इसके कुछ नुकसान भी बताए हैं :

- व्यक्तिगत उपबोधन में उपबोध्य उपबोधक पर बहुत अधिक निर्भर हो सकता है जिससे उसकी स्वस्थ्य होने की प्रक्रिया में बाधा पड़ सकती है। समूह उपबोधन में अत्यधिक

निर्भरता की संभावना कम होती है क्योंकि उपबोधक को कई अन्य उपबोध्यों के साथ भी संबंध स्थापित करना होता है।

- अधिक निकटता/पारस्परिक क्रिया कुछ उपबोध्यों को भयभीत कर सकती है।
- व्यक्तिगत उपबोधन स्थितियाँ कुछ उपबोध्यों को अपने आपको बदलने के लिए पर्याप्त चुनौतियाँ उपलब्ध नहीं करा पाती।
- वे उपबोध्य जो शर्मीले होते हैं, अधिक आयु के होते हैं तथा जोखिम उठाने से डरते हैं वे समूह उपबोधन से अधिक लाभान्वित हो सकते हैं।

अपनी प्रगति की जाँच कीजिए

टिप्पणी :क) अपने उत्तरों के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस खंड के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाइए।

1) व्यक्तिगत उपबोधन की परिभाषा बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

2) व्यक्तिगत उपबोधन के क्या-क्या लाभ है?

.....

.....

.....

.....

.....

3) व्यक्तिगत उपबोधन में क्या-क्या समस्याएँ आती हैं?

.....

.....

.....

.....

.....

4.4 समूह उपबोधन

जैसा कि परिभाषाओं के अध्ययन से आप पहले ही समझ चुके हैं कि सामान्यतः उपबोधन व्यक्तिगत मामले के आधार पर एक व्यक्ति द्वारा एक समय पर केवल एक व्यक्ति के लिए ही किया जा सकता है। लेकिन, विभिन्न कारणों से, इस अवधारणा में बदलाव आया है। फिलहाल, समूह उपबोधन अवधारणा को बड़े स्तर पर स्वीकारा गया है। इसका मुख्य कारण है कि यह कम खर्चीली है क्योंकि धन के रूप में संसाधनों और प्रशिक्षित कर्मिकों की सदैव

कमी रहती है। इसलिए यदि एक ही समय में व्यक्तियों के पूरे समूह को उपबोधन प्रदान किया जा सके तो यह अत्यंत लाभदायक सिद्ध होगा। समूह उपबोधन के कुछ अन्य फायदे भी हैं। समूह में बैठने से उपबोध्य की निजी पहचान छिप जाती है और वह इसी वजह से अधिक स्वाभाविक रूप से अनुक्रिया करता है। इसके अतिरिक्त समूह अंतःक्रिया कुछ विशेष अभिवृत्तियों, धारणाओं, भावनाओं, आवश्यकताओं आदि में बदलाव लाने में भी सहायक होती है। ऐसे व्यक्तियों के लिए समूह उपबोधन बहुत अधिक लाभदायक होता है जो अन्तर्वैयक्तिक अंतःक्रियाओं में शर्मीले या आक्रामक हैं, समूहों में उत्तेजित या असुविधा अनुभव करते हैं या सामाजिक अपेक्षाओं के प्रति अनिच्छुक हैं। समाज में कुछ विशेष वर्ग जैसे नशा करने वाले, उत्पीड़ित वर्ग या ऐसे कुछ अन्य वर्ग, समूह उपबोधन से अधिक फायदा उठा सकते हैं।

4.4.1 समूह उपबोधन का अर्थ

समूह उपबोधन, व्यक्तिगत उपबोधन का विस्तार है। इसके अंतर्गत व्यक्तियों का समूह, वृत्तिक उपबोधक के साथ मिलजुल कर सीखता है कि वैयक्तिक और अंतर्वैयक्तिक समस्याओं को किस प्रकार दूर किया जा सकता है। इसका मूल उद्देश्य ऐसे व्यक्तिगत पर्यावरण का निर्माण है जो आत्मानुभूति विकसित करने में प्रत्येक उपबोध्य की सहायता कर सके। यह ऐसी प्रक्रिया है जिसके अंतर्गत सदस्यों के बीच मुक्त संप्रेषण को प्रेरित करना और उसका रखरखाव करना शामिल है जिससे कि एक-दूसरे के दृष्टिकोण को समझा और उसका मूल्यांकन किया जा सके। यह ऐसा साधन है जिससे सामाजिक क्षेत्र में हँसते-खेलते समस्याओं का समाधान किया जाता है। समूह उपबोधन विशेष और नियंत्रित सामूहिक अंतःक्रिया के माध्यम से हर उपबोध्य के व्यक्तित्व और व्यवहार में तीव्र सुधार लाने में सहायक है।

समूह उपबोधन में व्यक्ति अपनी समस्याओं की मिल-जुलकर खोजबीन करते हैं और उनका विश्लेषण भी करते हैं जिससे समस्याओं को वे बेहतर तरीके से समझ सके, समस्याओं का सामना करना सीख सकें और उपलब्ध विकल्पों में से सही विकल्प का चयन कर सकें और अंतिम निर्णय भी ले सकें। समूह उपबोधन उपबोध्यों को एक-दूसरे के निकट लाने में सहायता प्रदान करता है और उन्हें संवेगात्मक सहयोग प्रदान करता है ताकि वे अपने-आप को और अन्य व्यक्तियों को समझ और स्वीकार सकें। जैसे-जैसे समूह संबंध सुदृढ़ बनते हैं, समान निर्देशन के अंतर्गत सामूहिक उद्देश्यों की प्राप्ति पर आधारित भावना विकसित होती चली जाती है।

समूह उपबोधन में व्यक्तिगत उपबोधन के तीनों आयामों अर्थात् उपचारात्मक, निवारक और विकासात्मक का समावेश होता है। विद्यालयों में सामान्यतौर पर निवारक और विकासात्मक पहलुओं पर जोर दिया जाता है क्योंकि विद्यालयों से अभिप्राय ऐसे संस्थानों से होता है जो मुख्य रूप से ऐसे विद्यार्थियों को शिक्षण व निर्देशन प्रदान करते हैं जिनमें से अधिकांश विद्यार्थी सामान्य होते हैं। इसलिए विद्यालयों में समूह उपबोधन मुख्य रूप से समस्याओं से बचने पर जोर देता है ताकि बाद में ये सौहार्दपूर्ण विकास में बाधा न खड़ी करें या विद्यार्थियों को अक्षम न बनाए।

4.4.2 समूह उपबोधन की पूर्वधारणाएँ

समूह उपबोधन में कुछ विशेष पूर्वधारणाओं पर आधारित है। पहली पूर्वधारणा है कि व्यक्तियों में समूह के सदस्यों के बीच एक-दूसरे पर विश्वास करने और दूसरों के विश्वास को प्राप्त करने की आवश्यक योग्यता और क्षमता होती है। उनमें समूह के अन्य सदस्यों के प्रति सरोकार होना चाहिए। इससे समूह संबंध सुदृढ़ बनते हैं और प्रत्येक सदस्य के लिए

सहयोग और सुरक्षा का वातावरण विकसित होता है जिसमें वे मिल-जुलकर व्यक्तिगत समस्याओं का अनुभव करते हैं और उनके निवारण पर विचारों का आदान-प्रदान करते हैं।

दूसरी पूर्वधारणा यह है कि प्रत्येक व्यक्ति में स्वाभाविक क्षमता होती है कि वह आत्म-परिवर्तन का उत्तरदायित्व ले सके। दूसरी ओर यदि व्यक्ति अनुभव करता है कि उसका जीवन अन्य व्यक्तियों के नियंत्रण में है तो उसके पास सिवाय विध्वंसकारी व्यवहार को अपनाने के और कोई विकल्प नहीं रह जाता।

तीसरी पूर्वधारणा है कि समूह सदस्य, समूह प्रक्रिया के उद्देश्यों और क्रियाविधियों से यह सीख कर समझ सकते हैं कि मुख्य उद्देश्य सदस्यों में सुधार लाना है न कि उन्हीं के अनुरूप चलना।

4.4.3 समूहों का संरचनीकरण

1) सदस्यों का चयन और उनका प्रेरण

समूह उपबोधन के लिए सदस्यों के चयन और उनके प्रेरण के लिए सर्वाधिक प्रयोग में लाया जाने वाला तरीका है। संबद्ध समूह में भेजने से पहले उपबोध्य से व्यक्तिगत रूप में बातचीत की जाए। ऐसी पहली मुलाकात (साक्षात्कार) से उपबोधक को उपबोध्य की पहचान करने का अवसर मिलता है जिससे शुरू से ही आदर स्वीकरण, आश्वासन की अनुभूति हो सके। साथ ही साथ उपबोधक उपबोध्य के कार्य की प्रकृति और इसके लाभों इससे की जा सकने वाली अपेक्षाओं और गोपनीयता से संबंधित नियमों आदि की संक्षिप्त जानकारी देकर यह निर्णय लेने में भी सहायता करता है कि वह उपबोधन समूह में प्रवेश चाहता है या नहीं। इस साक्षात्कार से उपबोधक को यह निर्णय लेने में सहायता मिलती है कि व्यक्ति को समूह उपबोधन से लाभ होगा या नहीं तथा वह यह भी निर्णय ले पायेगा कि व्यक्ति को उस समूह का सदस्य बनने से लाभ होगा या नुकसान।

2) समूह का आकार

समूह उपबोधन प्राप्त करने वाले समूह का आकार अपेक्षाकृत छोटा होना चाहिए। यद्यपि किसी विशेष संख्या का सुझाव देना कठिन होगा, फिर भी लगभग छह से दस सदस्यों को ही किसी एक समूह में शामिल किया जा सकता है। बड़े समूहों को नियंत्रित करना कठिन होता है। लेकिन समूह बहुत छोटे भी नहीं होने चाहिए क्योंकि इससे संसाधन भी अति सीमित हो जाएंगे और भाग लेने के दबाव से तनाव भी बढ़ जाएगा। इसके अतिरिक्त छोटे समूह में एक या अधिक सदस्यों के अनुपस्थित होने से पूरा समूह निष्क्रिय हो जाता है।

3) समूह संघटन

उपबोधन के लिए समूहों का संघटन सदैव वाद-विवादों से घिरा रहता है। समस्या, शिक्षा, बुद्धि, आयु, लिंग या ऐसे ही अन्य पहलुओं के आधार पर समूह सजातीय या विषमजातीय हो, इस पर भी अलग-अलग राय कायम है। निम्नलिखित प्रकार से एक समूह का संघटन किया जा सकता है। ''विभिन्न प्रकार की शिकायतों और लक्षणों से संबद्ध व्यक्तियों को विषमजातीय समूह में शामिल करके समान विचारधारा और समान उद्देश्यों से जुड़े उपबोध्यों को एक समूह में रखना चाहिए क्योंकि एकरूपता से कार्य सुचारू ढंग से हो पाता है और सत्र के दौरान समूह संबंध भी अधिक सुदृढ़ बनते हैं।'' समान आयु के उपबोध्यों से बने समूह भी सभी सदस्यों के लिए उचित हैं।

कभी-कभी महिला और पुरुषों के समूह में संतुलित रूप से सम्मिलित होने से महिलाओं और पुरुषों के अपने विचारों के आदान-प्रदान के अवसर बढ़ जाते हैं। चाहे मत कितने भी भिन्न हों, फिर भी सभी का मानना है कि अत्यधिक विषमता अवांछनीय हैं। इसी प्रकार से अत्यधिक क्रुद्ध और आक्रामक व्यक्ति को भी समूह में शामिल करना उपयुक्त नहीं माना जाता क्योंकि स्वीकृति और संकट से मुक्त वातावरण के निर्माण में जो कि समूह उपबोधन के लिए आवश्यक होता है, वह सदैव बाधक सिद्ध होता है। इसी प्रकार से पुराने रोगी या केवल अपनी ही बात पर अड़े रहने वाले उपबोध्य को भी समूह उपबोधन में शामिल नहीं किया जाना चाहिए, जब तक कि उसकी समस्या व्यक्तिगत उपबोधन के माध्यम से न सुलझाई जा सके। ध्यान रखना चाहिए कि समूह सदैव संतुलित रहे। क्रुद्ध उपबोध्य शांत सदस्यों के लिए मनोवैज्ञानिक संकट उत्पन्न कर सकते हैं।

4) **सभा का समय और अवधि**

बैठक का आयोजन प्रायः कितनी बार किया जाना चाहिए, इस पहलू पर विभिन्न अनुशंसाएँ की गई हैं। समूह में शामिल सदस्यों की संख्या और उनकी बैठकों जिनमें समूह उपबोधन होता है के आधार पर बैठक का आयोजन और अवधि का निर्धारण किया जाता है। अधिकांशतः सप्ताह में एक या दो बार बैठक के आयोजन की अनुशंसा की गई है। सामुदायिक एजेंसी, कॉलेज या निजी कार्यालय में दो घंटे के साप्ताहिक सत्र के विकल्प की अनुशंसा की जाती है। परंतु स्कूल विद्यार्थियों के लिए सप्ताह में दो बार थोड़े-थोड़े सयम के सत्र अधिक उपयुक्त होंगे, क्योंकि छोटे बच्चे जल्दी थक जाते हैं या यह कहें कि उनकी अवधान विस्तृति छोटी होती है इसके अतिरिक्त न आने पर उनकी कम कक्षाएँ छूटेंगी। स्कूलों में आमतौर पर 11 से 15 सप्ताह का समय उपबोधन के लिए निर्धारित किया जाता है। यह अधिक सुविधाजनक है और साथ ही साथ समूह के उद्देश्यों की प्राप्ति में यह पर्याप्त समय को सुनिश्चित भी करता है।

5) **भौतिक विन्यास**

संवेगात्मक वातावरण और उपबोधक की विशेषताओं की तुलना में उपबोधन कक्ष का भौतिक विन्यास कम महत्त्वपूर्ण माना गया है। एक सक्षम उपबोधक और समूह अनुपयुक्त भौतिक विन्यास के अंतर्गत भी भली-भाँति समूह उपबोधन प्राप्त कर सकते हैं वरन् अच्छे भौतिक विन्यास और अनुपयुक्त उपबोधक के। हाँ ध्यान दें कि उपबोधन सत्र के दौरान किसी प्रकार की बाधा उत्पन्न न हो और न ही उपबोधन से जुड़ी गोपनीयता भंग हो। कक्ष बड़ा होने की बजाए छोटा होना चाहिए और बैठने की व्यवस्था भी नम्य और विविध होनी चाहिए। औपचारिक और स्थायी व्यवस्था की तुलना में गोलाकार होने और सदस्यों की मनपसंद सीट की उपलब्धता होने को अधिक वरीयता दी जानी चाहिए।

4.4.4 समूह उपबोधन की प्रक्रिया

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

- **प्रारंभिक अन्वेषण अवस्था**

  प्रारंभिक सत्रों में समूह सदस्य प्रायः एक-दूसरे से अपरिचित होते हैं। वे ऐसी स्थिति में शायद एक-दूसरे से बातचीत करना पसंद न करें और यदि करें भी तो केवल ऊपर-ऊपर के सामान्य मुद्दों पर चर्चा करें। वे प्रारंभ में शर्मीले और सहमे से नज़र आते हैं।

वे अन्य सदस्यों की तुलना में केवल अपने-आप पर ही ध्यान केंद्रित करना पसंद करते हैं। ऐसी अवस्था में उपबोधक अपनी भूमिका की व्याख्या के साथ-साथ समूह सदस्यों की भूमिकाओं का भी वर्णन करता है। इसके लिए उसे अनुकूल (सुकर) स्थितियों का निर्माण करना पड़ता है ताकि वह दूसरों का विश्वास जीत सके और सच्ची भावना, स्नेह और सदस्यों के बारे में बिना कोई गूढ़ राय कायम किए उन्हें ध्यान से सुनकर वह अपना कार्य पूरा कर सके। उपबोधन के मध्य सदस्यों को अपने विचारों और भावनाओं को खुलकर अभिव्यक्त करने के लिए अभिप्रेरित किया जाता है। उपबोधक सदस्यों के बीच निर्दशन और स्वयं उसी प्रकार व्यवहार करके सुसाध्यपूर्ण, संप्रेषी अभिवृत्ति और कौशलों का निर्माण करता है। जब उपबोध्य पाते हैं कि उपबोधक उनके सही और गलत विचारों को सकारात्मक ढंग से स्वीकार करता है तो वे भी उसकी बातों को तत्परता से और यथोचित ढंग से स्वीकार करते हैं।

- **संक्रांति अवस्था**

जैसे-जैसे समूह प्रारंभिक अन्वेषण अवस्था से अगली अवस्था की ओर अग्रसर होता है, समूह सदस्यों का ध्यान गूढ़ रूप से इस ओर आकर्षित किया जाता है कि यदि वे प्रगति चाहते हैं तो पहले अपने-आपको खुलकर समझें कि वे क्या हैं, उनके गुण और दोष कौन से हैं और इसी प्रकार से दूसरे भी उनके स्वभाव पर अपने विचार व्यक्त करें जिससे तत्परता से वे एक-दूसरे से विचारों का आदान-प्रदान कर सकें। यद्यपि इस अवस्था तक आते-आते सभी सदस्यों में एक-दूसरे के प्रति विश्वास जागृत हो जाता है। लेकिन फिर भी यह भावना अभी पक्की नहीं बन पाई है और वे उत्सुक, उभयभवी और रक्षात्मक रूप से कार्य करते हैं, क्योंकि वे अनुभव करते हैं कि ज्यों-ज्यों वे अधिक गहन रूप से अपने आपको खोजेंगे, उनके समक्ष कष्टकर संवेदनाएँ और भावनाएँ प्रकट होती चली जाएंगी। इस अवस्था पर कुछ को भय रहता है कि यदि वे अपनी भावनाओं को खुलकर व्यक्त करेंगे तो बाकी सदस्य इन्हें अस्वीकृत कर देंगे। इसी प्रकार से कुछ सोचते हैं कि ऐसी अभिव्यक्ति के दौरान उपबोधक या अन्य सदस्य उसका उपहार कर सकते हैं। यह ऐसी अवस्था है कि सदस्यों के बीच या उपबोधक से शक्ति प्राप्त करने, नियंत्रण या आधिपत्य जमाने के लिए, किए जाने वाले संघर्ष से द्वंद्व या विद्रोह की भावना भी जागृत हो सकती है। समूह सदस्य खुलकर एक-दूसरे की भर्त्सना करने में प्रवृत्त हो सकते हैं। वे कई बार उपबोधक के नेतृत्व को शक की निगाह से देखते हैं।

ये सभी व्यवहार कष्टकारी भावनाओं की खोज में अवरोध प्रदर्शित करते हैं। अवरोध/प्रतिरोध ऐसा संकेत है जो बताता है कि सदस्य समस्याओं के निपटान की ओर अग्रसर हो रहे हैं। प्रतिरोध दर्शाने के विविध तरीके हैं, जैसे– कुछ सत्रों में भाग न लेना, अन्यों की उपेक्षा करना, या बिना भावनाओं की अभिव्यक्ति के बोलते रहना। प्रतिरोध उत्पन्न होने की स्थिति में उपबोधकों को सदैव सदस्यों को प्रेरित करना चाहिए कि द्वंद्वों का समाधान करें तथा अधिक प्रामाणिकता से आत्म-अन्वेषण के लिए आगे बढ़ें।

- **कार्यकारी चरण**

इस अवस्था में सदस्य एक-दूसरे के काफी निकट आ जाते हैं और दूसरों की समस्याओं के प्रति अधिक जागरूक हो जाते हैं। चूँकि इस अवस्था तक विश्वास बढ़ जाता है, अब वे भावनाओं और विचारों के व्यक्त करने में अधिक जोखिम उठाने से भी नहीं कतराते। इसलिए वे एक-दूसरे को रचनात्मक प्रतिपुष्टि देते हैं। अब वे एक-दूसरे

को अधिक सहयोग और सहायता प्रदान करना चाहते हैं। अब एक-दूसरे पर उनका विश्वास गहरा हो जाता है। लेकिन इस समूह घनिष्ठता या अधिक मेलजोल से झूठी संबद्धता उत्पन्न हो जाती है जिसके अंतर्गत सदस्य एक-दूसरे को बचाने और नकारात्मक भावनाओं को दबाने की चेष्टा करते हैं।

इस अवस्था में उपबोधकों को चाहिए कि वे समूह सदस्यों को उनके व्यवहारों की वास्तविकता से अवगत करवाएं और उनसे आग्रह करें कि समूह में रहकर सदस्यों ने जो कुछ भी प्राप्त किया है, वे उन विचारों को परिवर्तित करने के लिए एक-दूसरे को चुनौती दें। जैसे, यदि कोई सदस्य यह कहता है कि उसे अपने विचारों को प्रभावी ढंग से प्रस्तुत करना चाहिए परंतु वस्तुतः समूह में या समूह से बाहर निष्क्रियता का निदर्शन करता है, समूह ऐसे सदस्य को आग्रही बनने के लिए जोर दे सकता है।

धीरे-धीरे समूह उत्पादक रूप धारण कर लेता है और महत्त्वपूर्ण समस्याओं के गूढ़ अध्ययन के प्रति वचनबद्ध हो जाता है और समूह में होने वाली अंतः परिवर्तनों पर पूरा ध्यान देना भी आरंभ कर देता है। इस अवस्था में अब वे उपबोधक पर कम निर्भर करते हैं और विशिष्ट व्यक्तिगत-लक्ष्यों और समूह लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए ध्यान केंद्रित करना शुरू कर देते हैं। समूह सदस्य एक-दूसरे से आसानी से तर्क-वितर्क कर सकते हैं और चुनौतियों को बदलाव लाने में रचनात्मक साधनों के रूप में स्वीकार करना पसंद करते हैं। समूह में जब व्यवहारपरक और मनोवृत्तिपरक परिवर्तन लाने पर अंतःक्रिया का आरंभ होता है तो सदस्य इस चुनौती को स्वीकार करते हुए अपने रोजाना के जीवन में बदलाव लाने का प्रयास करते हैं।

उपबोधन के अंतर्गत सैद्धांतिक अभिविन्यासों के तदुनुरूप विविध तकनीकों का प्रयोग किया जाता है। भूमिका अभिनय, मनो-नाटक, आग्रहित प्रशिक्षण आदि भी ऐसी तकनीकें हैं जिनका सर्वाधिक प्रयोग किया जाता है।

- **समकेन और समाप्ति**

समाप्ति का अर्थ केवल उपबोधन प्राप्त करना बंद करना नहीं है। वास्तव में यह 'समूह उपबोधन' प्रक्रिया की एक महत्त्वपूर्ण अवस्था है। समूह उपबोधन में समाप्ति की तारीख पहले से ही तय करना एक सामान्य बात है। बेहतर होगा यदि अंतिम सत्र से पहले के तीन या चार सत्रों में समाप्ति सत्र के बारे में विचार-विमर्श करना आरंभ कर दिया जाए। इससे निर्भरता से मुक्ति से पहले मनोवैज्ञानिक या संवेगात्मक भावनाओं को नियंत्रित करने में पर्याप्त समय और बाहरी दुनिया में नए अनुभव अंतरित करने के प्रति पर्याप्त समय मिल जाता है और अधूरी समस्याओं को निर्धारित समय में पूरा किया जा सकता है। व्यक्तिगत सदस्यों के नए अनुभवों पर प्रकाश डाला जा सकता है और सोच-विचार किया जा सकता है कि इन अनुभवों के आधार पर सदस्य अपनी पहचान कैसे बना सकते हैं। उपबोधन सत्रों की समाप्ति के उपरांत यदि आवश्यक हो तो भावी सहायता के लिए सुझाव भी दिए जा सकते हैं। सहयोगपरक समूह या किसी अन्य बड़े समूहों की सदस्यता प्राप्त करके या अन्य उन्नत समूहों के भाग बनकर, पढ़कर या कार्यशालाओं में भाग लेकर नवीन अधिगम की व्यावहारिकता पर विशेष सुझाव भी प्राप्त किए जा सकते हैं।

4.4.5 समूह उपबोधन के लाभ और सीमाएँ

लाभ

क) यह विविध रूपों से कम खर्चीला है क्योंकि समूह उपबोधन के अंतर्गत एक साथ व्यक्तियों की बड़ी संख्या को उपबोधक द्वारा लाभान्वित किया जा सकता है और इससे समय और पैसे की बचत होती है।

ख) इससे व्यक्तियों को अपनी अभिवृत्तियों, आदतों तथा निर्णयन को समाजीकृत करने में सहायता मिलती है।

ग) इससे हर सदस्य को निरंतर प्रेरणा मिलती है कि वह हर कार्य को ऐसे सीखे जैसे कि वह वास्तविक जीवन में कोई कार्य कर रहा हो। विचारों और भावनाओं को खुलकर और सही तरीके से अभिव्यक्त करके समूह संबंध सुदृढ़ बनते हैं और उद्देश्य सामूहिक रूप में परिवर्तित हो जाता है जिससे उद्देश्य की प्राप्ति में सहायता मिलती है। सामान्य समस्याओं से जुड़े मुद्दों पर चर्चा करने से सदस्यों के अंतःव्यक्तिगत संबंध मजबूत बनते हैं। समूह में वे ऐसे व्यावहारिक क्षेत्र प्राप्त करते हैं जिसमें वे दूसरों से जुड़ने के अधिक लचीले और संतोषजनक नए तरीकों की जानकारी प्राप्त करते हैं। इसके अलावा सदस्य अपने मूल्यों का महत्त्व समझते हैं और इसी परिवेश में अच्छे मानवीय संबंध स्थापित करने के महत्त्व को भी समझ पाते हैं।

कुछ सदस्य जो व्यक्तिगत उपबोधन से लाभान्वित नहीं होते, वे समूह उपबोधन से समस्या का निवारण करने में सफल हो जाते हैं। समूह उपबोधन स्थिति में उत्तेजना, अकेलेपन की भावना कम हो जाती है और सदस्य खुलकर बातचीत करने में सक्षम हो जाते हैं। इसके अतिरिक्त समूह उपबोधन से उपबोधक को भी समूह निर्माण की प्रारंभिक अवस्था में व्यक्तियों का अध्ययन करने का अवसर प्राप्त होता है।

सीमाएँ

समूह उपबोधन सभी के लिए उपयुक्त नहीं है। कुछ व्यक्ति समूह में भय महसूस करते हैं और कुछ व्यक्तियों में सहनशक्ति का स्तर अत्यंत निम्न होता है और वे समूह की माँगों के अनुरूप व्यवहार बदलने में सक्षम नहीं होते। इसी प्रकार से समूह में व्यक्तिगत और निजी समस्याओं को उजागर नहीं किया जा सकता। इसके अतिरिक्त समूह उपबोधन के दौरान स्थिति के ऊपर उपबोधक का नियंत्रण कम होता है और कभी-कभी सदस्यों से अच्छे संबंध स्थापित करने में उपबोधक गंभीर रूप से पिछड़ जाता है। अतः उपबोधक को उपयुक्त कारकों को ध्यान में रखते हुए निर्णय लेना चाहिए कि किसी एक प्रकार के व्यक्तियों और संबद्ध समस्याओं के लिए समूह उपबोधन उपयुक्त रहेगा या नहीं।

व्यक्तिगत उपबोधन और समूह उपबोधन

व्यक्तिगत उपबोधन और समूह उपबोधन के बीच विभिन्नताएँ भी हैं और समानताएँ भी :

समानताएँ

क) दोनों का उद्देश्य समान है अर्थात् उपबोध्य को आत्म-बोध की प्राप्ति में सहायता प्रदान करना और उसे समेकित, आत्म-निर्भर, आत्म-निर्देशित और जिम्मेवार व्यक्ति बनने में सहायक होना।

ख) दोनों में समान तकनीकों का प्रयोग होता है जैसे, भावनाओं को स्पष्ट करना और विषयवस्तु का निपटारा करना आदि का प्रयोग किया जाता है।

ग) गोपनीयता और निजता को बनाए रखना।

घ) सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण बात है परिवेश जो कि स्वीकरणीय, अनुज्ञात्मक और सुरक्षित होता है।

च) दोनों माध्यमों से उपबोधन प्राप्त करने वालों में ऐसे व्यक्ति होते हैं जो तनाव, मायूसी, कुंठा, उत्तेजना या अन्य विकासपरक समस्याओं से संघर्ष करने की चेष्टा कर रहे हैं।

विभिन्नताएँ

क) व्यक्तिगत उपबोधन एकैकी तथा सामने बैठकर बनने वाले संबंध को दर्शाता है, जिसमें उपबोधक केवल अपने उपबोध्य के साथ आमने-सामने बैठकर उपबोधन देता है। लेकिन समूह उपबोधन में उपबोधक उपबोध्यों की बड़ी संख्या को एक साथ उपबोधन प्रदान करता है।

ख) व्यक्तिगत उपबोधन में केवल एक उपबोध्य ही सहायता प्राप्त करता है जबकि समूह उपबोधन में उपबोध्य आपस में एक-दूसरे को भी सहायता प्रदान करते हैं।

ग) समूह उपबोधन में समूह गतिकी के सिद्धांत के काफी अनुप्रयोग शामिल होते हैं जबकि व्यक्तिगत उपबोधन में उपबोधक और उपबोध्य का आपसी संबंध अत्यंत महत्त्वपूर्ण होता है।

अपनी प्रगति की जाँच कीजिए

टिप्पणी :क) अपने उत्तरों के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस खंड के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाइए।

4) बताइए कि निम्नलिखित कथन सही हैं या गलत :

i) उपबोधन केवल एक ही व्यक्ति द्वारा एक को दिये जाने की स्थिति में ही दिया जा सकता है।

ii) समूह उपबोधन में उपबोध्य के सहायतार्थ व्यावसायिक विशेषज्ञों का समूह साथ मिलकर उपबोध्य की सहायता करता है।

iii) समूह उपबोधन मदिरापान करने वालों के लिए उपयुक्त है।

iv) अत्यधिक क्रुद्ध और गर्म मिजाज व्यक्तियों को समूह उपबोधन से सर्वाधिक लाभ पहुँचता है।

v) समूह उपबोधन के अंतर्गत उपबोधक के कौशल की तुलना में भौतिक परिवेश (अभिविन्यास) अधिक महत्त्वपूर्ण है।

5) निम्न प्रश्नों के संक्षिप्त उत्तर लिखें।

i) समूह उपबोधन के दो लाभों का उल्लेख कीजिए।

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ii) समूह उपबोधन की क्या सीमाएँ हैं?

.....

.....

.....

.....

.....

iii) व्यक्तिगत उपबोधन और समूह उपबोधन के बीच के दो अंतरों का उल्लेख कीजिए।

.....

.....

.....

.....

.....

iv) समूह उपबोधन की अवधारणाएँ कौन-सी हैं?

.....

.....

.....

.....

.....

4.5 समकक्ष उपबोधन

उपबोधन के समान ही समकक्ष उपबोधन भी एक सहायक संबंध व प्रक्रिया है। समकक्ष उपबोधन में दो व्यक्ति या व्यक्तियों का एक समूह एक सहायक संबंध में होते हैं। समकक्ष उपबोधन का प्रयोग उन स्थितियों में किया जाता है जहाँ व्यक्तियों के बीच कई बातें समान होती हैं। समकक्षों के बीच उपबोधन के लिए आधार यह होता है कि अधिकांश लोगों को जब कठिन परिस्थितियों का सामना करना पड़ता है तो वह महत्त्वपूर्ण निर्णयों को लेने में अपने मित्रों से ही सहायता लेते हैं।

स्कूल के वातावरण में समकक्षों से परामर्श लेने का अर्थ है एक विद्यार्थी दूसरे विद्यार्थी या विद्यार्थियों के समूह को परामर्श देता है। समकक्षों से परामर्श लेने को अब और भी महत्त्व इसलिए दिया जा रहा है क्योंकि बहुत सारे स्कूलों में नियमित, पूर्णकालिक व्यावसायिक उपबोधक नहीं है। यदि स्कूल में नियमित उपबोधक होता भी है तो एक ही उपबोधक के लिए इतने सारे विद्यार्थियों की अलग-अलग प्रकार की आवश्यकताओं को पूरा कर पाना कठिन होगा। ऐसे में बहुत सारे विद्यार्थियों के लिए अध्यापक के सामने खुलकर बात कर पाना सरल नहीं होगा। अवश्य ही अब आप सोच रहे होंगे कि क्या समकक्ष उपबोधक जटिल समस्याओं, मुद्दों और स्थितियों को सुलझा पाएंगें। आपका संदेह व चिन्ता सही है। वास्तव में सामान्य रूप से यह सोचा जाता है कि समकक्ष उपबोधकों का प्रयोग उपयुक्त स्थितियों में ही किया जाना चाहिए। उदाहरण के लिए, हम यह नहीं चाहते कि समकक्ष

उपबोधन यौन-उत्पीड़न या आत्महत्या के रूप में दिखाई दे। यहाँ पर समकक्ष परामर्शदाता का कार्य समवयस्क को समय से व्यावसायिक मदद प्राप्त करने में सहायता दिलवाने तक ही सीमित रह जाता है। समकक्ष परामर्शदाता द्वारा किया गया इस तरह का कार्य बहुत ही महत्त्वपूर्ण होता है क्योंकि इससे समवयस्क को स्थिति का सामना करने के लिए समय से सहायता मिल जाती है और उससे होने वाला नुकसान सीमित हो जाता है। लेकिन फिर भी एक समकक्ष अपने समवयस्क को कौशलों का ज्ञान प्राप्त करने, समय प्रबंधन, सामाजिक कौशलों को सीखने, स्कूल में नियमित उपस्थिति आदि के विषय में उपबोधन प्रदान कर सकता है।

समकक्ष उपबोधन या बुद्धिमत्तापूर्ण परामर्श एक नई संकल्पना नहीं है यद्यपि अब इसका महत्त्व निरंतर बढ़ता जा रहा है। कुछ आवासीय स्कूलों में एक विशेष प्रकार का समकक्षीय परामर्श काफी समय से व्यवहार में लाया जाता रहा है। कई बार स्कूल का एक वरिष्ठ विद्यार्थी एक या दो या और अधिक स्कूल में नये आये छात्रों को बुद्धिमत्तापूर्ण परामर्श देने की भूमिका निभाता है। यह वरिष्ठ विद्यार्थी स्कूल में आये नये छात्रों को स्कूल की दिनचर्या से परिचित कराकर उनको सामाजिक स्तर पर स्कूल में सामंजस्य बैठाने व भावनात्मक रूप में घर से दूर नये वातावरण में पढ़ाई आदि के काम में सहायता व परामर्श प्रदान करता है। दिन-दिन के रिहायशी स्कूल (boarding schools) में भी कई बार काफी अध्यापक समकक्ष परामर्श को प्रोत्साहित करते हैं। अध्यापक कई बार किसी होशियार बच्चे को अन्य बच्चों को, जो कि पढ़ाई के कामों में कठिनाई अनुभव करते हैं, बताने व सिखाने के लिए कह देते हैं। आप सहमत होंगे कि समकक्षों द्वारा परामर्श देना प्रारंभिक अवस्था में कई स्कूलों में विद्यमान थी। अध्यापक स्कूल में समकक्ष परामर्श का प्रयोग इसलिए करते थे क्योंकि उनको यह अपने विद्यार्थियों के लिए लाभदायक लगता था। समकक्ष परामर्श के कुछ लाभ निम्न प्रकार हैं –

- समकक्ष परामर्श, परामर्श देने वाले और परामर्श प्राप्त करने वाले दोनों को लाभ पहुँचाता है।
- यह कम खर्चीला होता है क्योंकि समकक्ष परामर्शदाता स्कूल के विद्यार्थियों में से ही लिए जाते हैं।
- समकक्ष परामर्श सरलता से उपलब्ध होता है।
- समकक्ष परामर्श अनौपचारिक होता है इसलिए परामर्श प्राप्त करने वाला बिना किसी संकोच के परामर्शदाता तक पहुँच सकता है।
- समकक्ष परामर्श स्कूल के उपबोधन कार्यक्रम को बढ़ाता है।
- समकक्ष परामर्श अधिक विद्यार्थियों को उपबोधन कार्यक्रम के अंतर्गत लाता है।
- समकक्ष परामर्शदाता विद्यार्थियों और व्यावसायिक परामर्शदाता के बीच की दूरी को कम करते हैं।

जैसा कि हम पहले बता चुके हैं, कुछ अध्यापकों और स्कूलों ने कई बार अन्य विद्यार्थियों की सहायता के लिए समकक्ष परामर्श से प्राप्त सेवाओं का प्रयोग किया है। आइए, अब देखते हैं कि समकक्ष परामर्शदाता स्कूल के वातावरण में क्या-क्या काम कर सकता है।

क) **शैक्षिक गतिविधियों में सहायता :** समकक्ष परामर्शदाता अन्य विद्यार्थियों, जो कि सीख पाने के क्षेत्र में कठिनाई अनुभव करते हैं, को पढ़ा सकते हैं। समकक्ष परामर्शदाता को ऐसे विद्यार्थी या विद्यार्थियों के समूह के साथ जोड़ दिया जाता है जिनको पढ़ाई की विभिन्न गतिविधियों में अतिरिक्त सहायता की आवश्यकता पड़ती है। उदाहरणस्वरूप–

- एक विद्यार्थी के काफी समय बीमार रहने के कारण अनुपस्थित रहने पर पढ़ाई में उसकी सहायता करना।
- कठिन पढ़ाई को समझने में सहायता उपलब्ध कराना।
- किसी विद्यार्थी के लिखने और पढ़ने के कौशल में सुधार लाने में सहायता करना।
- विद्यार्थियों की अच्छी तरह से पढ़ाई कर पाने में सहायता करना।
- विद्यार्थियों की उनके समय प्रबंधन को और अच्छा बनाने में सहायता करना।

ख) **नये विद्यार्थियों का प्रवेश कराना :** जब बच्चे स्कूल में आते हैं या किसी नये स्कूल में जाते हैं तब शुरूआती समय में उनको स्कूल की दिनचर्या में अपने आप को ढालने में कठिनाई का अनुभव होता है। जब बच्चे स्कूल में पहली बार आते हैं तब स्कूल में पहले से आ रहे बच्चे समकक्ष परामर्शदाता के रूप में (जो कि आयु अन्तर परामर्श के नाम से भी जाना जाता है) उन्हें स्कूल के कार्य करने के तरीकों से परिचित कराने व सामाजिक व भावात्मक रूप में नये वातावरण को अपनाने में उनकी सहायता कर सकते हैं। समकक्ष परामर्शदाता किसी अन्य स्कूल से आये बच्चों के लिए भी इस प्रकार की सहायता उपलब्ध करा सकते हैं। नया बच्चा समकक्ष परामर्शदाता की सहायता से स्कूल की दिनचर्या, स्कूल के लोकाचार व सांस्कृतिक-सामाजिक वातावरण से परिचित हो सकते हैं। इस प्रकार की मदद वाला संबंध नये आये बालक को नये वातावरण में स्वीकृत होने की अनुभूति प्रदान करता है।

ग) **कठिनाइयों/विरोधाभास को दूर करने में सहायता :** स्कूल में विद्यार्थी अलग-अलग सामाजिक-सांस्कृतिक और आर्थिक परिवेश से आते हैं। उनमें अलग-अलग प्रकार की योग्यताएं होती हैं। माध्यामिक स्कूल की अवस्था के दौरान विद्यार्थी अपने जीवन के सबसे महत्त्वपूर्ण दौर 'किशोरावस्था' से गुज़रता है। यहाँ पर बताये गये सभी कारण कई बार स्कूलों में विरोधी स्थितियाँ पैदा करने में योगदान दे सकते हैं। समकक्ष परामर्शदाता विद्यार्थियों के बीच में मध्यस्थ के रूप में काम करके उनके विरोधों को दूर करने में सहायता कर सकता है।

घ) **अनुपस्थिति और पढ़ाई छोड़ने को रोकने में सहायता :** कुछ विद्यार्थी बिना सूचना दिये या छुट्टी लिए बिना ही स्कूल नहीं आते। कुछ मामलों में गलत कामों में पड़ जाने से भी स्कूल छोड़ना पड़ जाता है। समकक्ष परामर्शदाता इस प्रकार के विद्यार्थियों के साथ पारस्परिक क्रिया के माध्यम से उनको स्कूल आने के लिए प्रेरित कर सकता है।

कुछ कार्य ये हैं जिन्हें समकक्ष परामर्शदाता स्कूल में आयोजित कर सकता है। कुछ अन्य कार्यों को भी स्कूल की आवश्यकतानुसार इनमें जोड़ा जा सकता है –

समकक्ष उपबोधन कार्यक्रम तैयार करना .

अपने विद्यालय में आप समकक्ष उपबोधन कार्यक्रम कैसे तैयार करेंगे? आइए, इस कार्यक्रम को तैयार करने के लिए आप जिन मार्गदर्शी निर्देशों का अनुसरण कर सकते हैं; उन पर चर्चा करें।

क) **आवश्यकता का अनुमान लगाने के लिए सर्वे करना**

समकक्ष परामर्श कार्यक्रम की रूपरेखा तैयार करने से पहले हस्तक्षेप की आवश्यकता वाले विकास के क्षेत्रों (शैक्षिक, सामाजिक और भावनात्मक समायोजन, पारस्परिक

कौशल आदि) की पहचान, करने के लिए सर्वे करना। उसके बाद अनुमान लगाना कि इन क्षेत्रों में विकास के लिए समकक्ष परामर्श एक उपयुक्त विकल्प होगा या नहीं।

ख) लक्ष्यों को परिभाषित करना

समकक्ष परामर्श के लक्ष्य निम्नलिखित चीज़ों पर निर्भर होंगे–(1) विद्यार्थी जिन्हें आप परामर्शी सेवाएं प्रदान करना चाहते हैं; (2) कौन-से विद्यार्थी परामर्शदाता के रूप में कार्य करेंगे; व (3) विकास के वे क्षेत्र जिनकी आपने कार्यक्रम के लिए पहचान की है। कार्यक्रम की रूपरेखा का यह समान आयु का समूह (समकक्ष परामर्श) या अलग-अलग आयु के विद्यार्थियों का (बड़ी कक्षा के व छोटी कक्षा के विद्यार्थियों का) समूह होगा, भी कार्यक्रम के लक्ष्यों को निर्धारित कर सकते है। अपेक्षित परिणाम परिभाषित करने से भी की जाने वाली विशिष्ट क्रियाओं के संबंध में, क्रियाओं के लिए अपेक्षित संसाधनों तथा क्रियाओं आदि के लिए अपेक्षित भागीदारी आदि के विषय में स्पष्टता आयेगी।

ग) समकक्ष परामर्शदाताओं का चयन

समकक्ष परामर्श कार्यक्रम के सबसे महत्त्वपूर्ण भागीदार समकक्ष परामर्शदाता हैं। इसलिए समकक्ष परामर्शदाता का चयन करते समय बहुत ध्यान देने की आवश्यकता है। समकक्ष परामर्शदाता में वे सब विशेषताएं होनी चाहिए जो कि एक अच्छे परामर्शदाता में पाई जाती हैं। इसलिए आपको ऐसे विद्यार्थियों का चयन करना चाहिए जिनमें नीचे दी जा रही विशेषताएँ दृष्टिगोचर हों –

- तद्नुभूति
- आत्मविश्वास
- दूसरों की बात सुनने की योग्यता
- गैर-निर्णयात्मक व्यवहार
- दूसरों की सहायता करने की स्वाभाविक आवश्यकता
- विभिन्न स्थितियों को समझने वाला
- अच्छी विचार संचरण योग्यता
- विश्वसनीयता

घ) समकक्ष परामर्शदाता का प्रशिक्षण

समकक्ष परामर्शदाताओं की पहचान करने के बाद अगला काम होता है उनको प्रशिक्षित करने और तैयार करने का ताकि वे अपनी समकक्ष परामर्शदाता की भूमिका पूरी कर सके। इस प्रकार का प्रशिक्षण कार्यक्रम किसी व्यावसायिक परामर्शदाता द्वारा आयोजित किया जाना चाहिए।

च) सहभागियों की भूमिका को परिभाषित करना

समकक्ष परामर्श कार्यक्रम में कई अलग-अलग लोग कार्य करते हैं। इसलिए आवश्यक है कि प्रत्येक कार्यकर्ता की भूमिका स्पष्ट रूप से परिभाषित कर दी जाय। एक समायोजक की आवश्यकता कार्यक्रम में भाग लेने वाले विभिन्न लोगों की गतिविधियों को समायोजित करे। उदाहरण के लिए, यह समायोजक की ज़िम्मेवारी है कि समकक्ष परामर्शदाताओं के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन करे। इसके अतिरिक्त क्या

समायोजन को ही समकक्ष परामर्शदाता और परामर्श प्राप्त करने वालों का मिलान करना चाहिए या क्या यह काम स्कूल के उपबोधक द्वारा किया जाना चाहिए? समकक्ष परामर्शदाताओं को सुपरविज़न व सहायता कौन उपलब्ध कराएगा? कौन-कौन से विशेष कार्य समकक्ष परामर्शदाता को करने होंगे? स्कूल के अन्य अध्यापकों व स्टाफ के क्या-क्या काम होंगें? कार्यक्रम की सफलता के लिए आपको पहले-पहले विभिन्न भागीदारों की पहचान करनी चाहिए और फिर उन सबका काम अलग-अलग रूप से स्पष्ट कर देना चाहिए।

छ) स्कूल प्रशासन की सहायता प्राप्त करना

बिना स्कूल प्रशासन की मदद के आप स्कूल में किसी भी प्रकार की कोई गतिविधि आयोजित नहीं कर सकते। प्रधानाचार्य, अध्यापकों व अन्य स्टाफ की सहायता, कार्यक्रम की सफलता के लिए अत्यावश्यक है।

अपनी प्रगति की जाँच कीजिए

टिप्पणी :क) अपने उत्तरों के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस खंड के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाइए।

6) समकक्ष परामर्श की परिभाषा बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

.....

7) समकक्ष परामर्श के क्या-क्या लाभ है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

8) समकक्ष परामर्शदाताओं के कार्य बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

.....

9) समकक्ष परामर्श कार्यक्रम स्थापित करने के लिए अपनाए जाने वाले मार्गदर्शन और चरणों के विषय में बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

4.6 बहु-संस्कृति उपबोधन

आपने सीखा है कि परामर्श देना एक सहायक संबंध स्थापित करना होता है जहां कि एक व्यावसायिक उपबोधक और एक (परामर्श प्राप्त करने वाला) ग्राहक मिलकर ग्राहक में सकारात्मक परिवर्तन लाने के लिए कार्य करते हैं। एक बहु-संस्कृति समाज में सदैव परामर्श देने और लेने वाले एक ही सांस्कृतिक समुदाय के हों यह आवश्यक नहीं है। बहु-संस्कृति परामर्श यह समझने के लिए विकसित हुआ कि जब व्यावसायिक परामर्श देने वाला और उसका ग्राहक (उपबोध्य) एक अलग सामाजिक सांस्कृतिक पृष्ठभूमि से आते हैं तो उनके बीच के अंतर पारस्परिक क्रियाओं और लाभदायक प्रक्रियाओं की गुणवत्ता को किस प्रकार प्रभावित करते हैं। भारतीय जनसंख्या बहुपहचान के रूप में गठित है। इसमें विभिन्न संस्कृति, समूह, जाति, जनजाति, सामाजिक आर्थिक वर्ग, धर्म, भाषा, अल्पसंख्यक, लिंग, आयु, लैंगिक पूर्वाभिमुखीकरण, भौगोलिक स्थिति आदि के आधार पर अंतर हैं। यह वास्तविकता स्कूल समुदाय में भी प्रतिबिंबित होती है। अध्यापक और विद्यार्थी एक-सी ही पृष्ठभूमि से आये हों यह आवश्यक नहीं होता है। विद्यार्थी समुदाय में भी आपस में अंतर होता है। इसलिए बहु-संस्कृति परामर्श स्कूल के परामर्श प्रदान करने के कार्यक्रम में महत्त्वपूर्ण बनता जा रहा है। एक बहु-संस्कृति परामर्श कार्यक्रम में परामर्शदाता को अतिरिक्त बहु-संस्कृति योग्यताएं प्राप्त करने और प्रदर्शित करने की आवश्यकता होगी। बहु-संस्कृति परामर्श में ग्राहक की संस्कृति के विषय में जानने, उनकी समाजीकरण की प्रक्रियाओं और उन प्रक्रियाओं को समझने की आवश्यकता होती है जिनके आधार पर उनके समाज में महिला-पुरुष की भूमिका की पहचान होती है, उनकी मान्यताएँ अभिवृत्तियाँ तथा विश्व दृष्टिकोण निर्धारित होते हैं। एक सांस्कृतिक रूप से दक्ष परामर्शदाता में अपने साथ काम करने वालों के अंतरों को समझने और उनका सम्मान करने की योग्यता होनी चाहिए। बहु-संस्कृति परामर्श यह अपेक्षा करता है कि एक परामर्शदाता के रूप में कार्य करते समय आप अपने ऊपर ध्यान दें और उन लोगों के प्रति, जो आपसे भिन्न हैं, अपने विश्वास, मान्यताओं, अभिवृत्तियों, पूर्वाग्रहों, धारणाओं तथा विश्व विचारों को पहचानें। अपने संबंध में जागरूक रहकर तथा ग्राहकों की संस्कृति के संबंध में जानकारी रखकर आपको ग्राहकों की वास्तविक समस्याओं को समझ कर उनके समाधान के लिए उपयुक्त हस्तक्षेप, कार्यनीतियों व तकनीकें अपनाने में सहायता मिलेगी।

4.7 संकटकालीन उपबोधन

कभी-कभी ऐसा भी होता है कि जीवन में आये विनाशकारी परिवर्तन हमारी सामान्य रूप से काम करने की क्षमता को समाप्त कर देते हैं। हमें उस कठिन स्थिति का सामना करने और सामान्य स्थिति में वापिस आने के लिए मदद की आवश्यकता पड़ती है। एक संकटकालीन

स्थिति व्यक्ति के जीवन में किसी प्रियजन की मृत्यु अक्षम कर देने वाली चोट, बीमारी, शारीरिक अत्याचार, यौन उत्पीड़न, प्राकृतिक आपदा, युद्ध, युद्ध में संलग्नता, नागरिक संघर्ष/अव्यवस्था व अन्य इस प्रकार की घटनाओं के कारण उत्पन्न हो सकती है। बच्चे भी अपने जीवन में इस प्रकार की घटनाओं का सामना करते समय संकट का अनुभव कर सकते हैं। यह घटनाएं गहन हैं तथा तनावपूर्ण होती हैं और गंभीर रूप से व्यक्ति को इनका सामना करने की योग्यता को प्रभावित करती है। कई बार व्यक्ति इनका अकेले सामना कर पाना कठिन अनुभव करता है और इससे उनका दिन-प्रतिदिन का सामान्य जीवन अस्त-व्यस्त हो जाता है। संकटकालीन स्थिति का सामना करने के लिए प्रदान की गई व्यावसायिक सहायता परामर्श प्रदान करने का एक अत्यंत विशेषज्ञता प्राप्त क्षेत्र है। आइए, कुछ ऐसी संकट स्थितियों पर विचार करें जिनका स्कूल के बच्चों को अपने जीवनकाल में सामना करना पड़ सकता है।

बालक दुरुपयोगः बालकों के दुरुपयोग में शारीरिक या मानसिक अत्याचार, भावात्मक उपेक्षा, यौन उत्पीड़न, वाणिज्यिक शोषण या कोई अन्य काम जो बालक के हित को नुकसान पहुंचाए अथवा उनके जीवन को संकट में डाले, सम्मिलित होता है। बालकों का दुरुपयोग करने वाले माता-पिता या कोई अन्य जो उनकी देखभाल करने वाला हो सकता है। यदि बच्चे ने शारीरिक/मानसिक अत्याचार या यौन उत्पीड़न का सामना किया है तो इससे उनके मानसिक स्वास्थ्य को क्षति पहुँच सकती है, उनमें आत्महीनता की भावना आ सकती है, उनमें व्याग्रता, हताशा, डर, आक्रमणशील व्यवहार या आत्महत्या की प्रवृत्ति भी आ सकती है। वे बच्चे जो अपने दुरुपयोग का अनुभव करते हैं वे अपने जीवन में एक सकंटकालीन स्थिति से गुज़रते हैं और उनको सहायता की आवश्यकता होती है। अध्यापक व स्कूल का परामर्शदाता बालक के साथ नज़दीक से पारस्पारिक क्रिया करते हैं व बहुत-सा समय एकसाथ व्यतीत करते हैं। इसलिए अध्यापक तथा उपबोधक उनके व्यवहार में आने वाले परिवर्तन को, यदि कोई है तो, ज्यादा अच्छी तरह से समझने की स्थिति में होते हैं। वह बच्चे जो दुरुपयोग का सामना करते हैं वे कई बार मानसिक आघात का अनुभव करते हैं व उसके विषय में औरों को बताने में कठिनाई का अनुभव करते हैं। अध्यापकों और परामर्शदाताओं को बालकों को ध्यान से देखना चाहिए व उनके वयवहार में आने वाले संकट के संकेतों को पहचान कर उनकी सहायता के लिए हस्तक्षेप कार्यनीतियाँ विकसित करनी चाहिए जिससे कि बालक उस संकट का सामना करके सामान्य जीवन की ओर वापिस आ सके।

गम्भीर बीमारीः बहुत समय तक चलने वाली या गंभीर बीमारी बालक के जीवन में संकटकालीन स्थिति का कारण हो सकती है। बालक स्वयं या उसके परिवार का कोई सदस्य गंभीर बीमारी से ग्रसित हो सकता है। एचआईवी/एड्स जैसी बीमारियों पर एक लांछन लगा हुआ है। यदि कोई बालक या परिवार का कोई सदस्य एचआईवी/एड्स से ग्रसित है तो वह बालक स्कूल व समुदाय में अलग-थलग कर दिया जाता है। उस पर आरोपित अलगाव उस बालक व परिवार के लिए एक मानसिक आघातपूर्ण अनुभव होता है। अध्यापक व परामर्शदाता को प्रभावित परिवार, अन्य विधार्थियों तथा आस-पास के समुदाय को परामर्श देना चाहिए तथा एचआईवी/एड्स के बारे में जागरूकता लानी चाहिए कि यह रोग किस प्रकार एक से दूसरे को संचरित होता है, इसके लिए क्या-क्या उपचार उपलब्ध हैं तथा किस प्रकार इसकी रोकथाम की जा सकती है, आदि। साथ ही उन व्यक्तियों को भी परामर्श देकर, जोकि एचआईवी/एड्स से प्रभावित लोगों/परिवार को निर्वासित कर देते हैं, उनको उनकी सोच में परिवर्तन लाकर रोगी के साथ उपयुक्त व्यवहार करने के लिए प्रेरित करना चाहिए। इस प्रकार दोहरा परामर्श प्रभावित लोगों के लिए स्थिति की गंभीरता को घटाने में मदद करता है।

आत्महत्या रोकथामः सामान्य रूप से माना जाता है कि बच्चे आत्महत्या नहीं करते। किंतु आँकड़े दिखा रहे हैं कि प्रतिवर्ष बड़ी संख्या में बच्चे आत्महत्या कर रहे हैं। आत्महत्या मानव जीवन का बहुत बड़ा अपव्यय है। ऐसे बहुत-से कारण हैं जिनकी वजह से लोग आत्महत्या कर सकते हैं। बोर्ड की परीक्षाओं के समय या बोर्ड परीक्षाओं के परिणाम की घोषणा के समय हमें कुछ बच्चों के द्वारा आत्महत्या करने की सूचना मिलती है। यह परीक्षा की तैयारी के तनाव, परीक्षा में पास न होने, नम्बर कम आने, मनचाहे कोर्स में दाखिला न मिल पाने आदि के कारण हो सकते हैं। आत्महत्या हताशा (depression), किसी प्रियजन की मृत्यु, किसी संबंध में असफलता, बाल दुरुपयोग, मादक द्रव्य व्यसनिक आदि के कारण भी हो सकती है। यदि संभावित पीड़ित व्यक्ति के आस-पास के व्यक्तियों में संकट के लक्षणों को पहचानने की योग्यता हो तो आत्महत्या को रोका जा सकता है। इसलिए अध्यापक और परामर्शदाता को उन बच्चों को परामर्श देना चाहिए जिनको खतरा हो। वह व्यक्ति जो आत्महत्या के बारे में सोचता है वह बहुत अधिक व्यग्रता, हताशा, थकान आदि प्रदर्शित करता है। वे अपने किसी मित्र से अपनी अपनी आत्महत्या की योजना के बारे में बात कर सकते हैं। वह अपने होने की व्यर्थता के संबंध में अपने विचार प्रकट कर सकते हैं। वह अपने किसी प्रिय की मृत्यु से बहुत ही अधिक दुखी हो सकते हैं। उन क्रियाओं में जिन्हें करने में पहले वह बहुत रुचि लेते थे अब कोई रुचि न ले रहे हों जैसे अच्छे वस्त्र पहनने और अच्छे दिखाई देने में। वहाँ आत्महत्या की चेतावनी देने के संकेत होते हैं और उनमें अध्यापक व उपबोधक को हस्तक्षेप करना चाहिए। यदि आपको अनुमान बताता है कि विद्यार्थी को आत्महत्या का खतरा है तो आपको तुरंत उसकी सूचना माता-पिता को देनी चाहिए और हस्तक्षेप के लिए योजना बनानी चाहिए। यदि आवश्यकता हो तो बाहर से इस क्षेत्र के व्यावसायिक अभिकरणों की सहायता लेनी चाहिए।

अपनी प्रगति की जाँच कीजिए

टिप्पणी :क) अपने उत्तरों के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस खंड के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाइए।

10) बहु-संस्कृति उपबोधन क्या है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

11) संकटकालीन उपबोधन का क्या अर्थ है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

12) कुछ संकटकालीन स्थितियों को पहचानिए जो एक व्यक्ति के जीवन में उत्पन्न हो सकती हैं।

.....

.....

.....

.....

.....

4.8 उपबोधन से जुड़े विशिष्ट क्षेत्र

अभी तक, हम उपबोधन की, इसके विभिन्न पहलुओं और संबद्ध संकल्पनाओं के संदर्भ में सामान्य विवेचना कर रहे थे। लेकिन उपबोधन से जुड़े कुछ ऐसे क्षेत्र भी हैं जिनमें उपबोधक के लिए विशिष्ट विशेषज्ञता रखना और तकनीकों में सक्षम होना अनिवार्य है। इन क्षेत्रों को उपबोधन के विशेष क्षेत्र माना गया है।

4.8.1 पारिवारिक उपबोधन

परिवारिक उपबोधन के अंतर्गत वृत्तिक उपबोधक और परिवार के बीच अंतःक्रिया उत्पन्न होती है। जिसमें परिवार के सदस्यों के विचार संप्रेषण और संबंधों में सुधार आता है और प्रत्येक सदस्य की व्यक्तिगत अभिवृद्धि में बढ़ोतरी होती है और परिवार के सदस्यों में एक-दूसरे के प्रति बेहतर तालमेल और स्वस्थ अंतःक्रिया भी बढ़ती है।

परिवारिक उपबोधन चार विशिष्ट अवस्थाओं से होकर गुजरता है। प्रारंभिक अवस्था में संबंध विकसित करना और समस्या का निर्धारण करना शामिल है। मध्य अवस्था में परिवार के सदस्य अपनी समस्या के लिए उत्तरदायी कारकों की संवेगात्मक स्तर पर समझ विकसित करते हैं। अंतिम अवस्था में परिवार की सहायता की जाती है ताकि व्यवहार के विभिन्न वैकल्पिक तरीकों की पहचान करते हुए समूची पारिवारिक व्यवस्था को रूपांतरित किया जा सके। चतुर्थ, समाप्ति अवस्था निर्भरता मुक्ति अवस्था है जिसमें बिना उपबोधक की सहायता के परिवार को अपने निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति की शिक्षा दी जाती है।

प्रारंभिक सत्रों में उपबोधक सदस्यों से सौहार्द, विश्वास और भरोसा स्थापित करने का प्रयास करता है। इन सत्रों में प्रत्येक सदस्य को महत्त्वपूर्ण माना जाता है और आग्रह किया जाता है कि वे अपने बारे में स्वयं अधिकाधिक व्यक्त करें। सदस्यों को प्रेरित किया जाता है कि वे अपनी समस्या को उजागर करें और विचार-विमर्श करें कि वे अपने परिवार से क्या आशा करते हैं। उपबोधक परिवार की कार्यशैली (गतिकी), शक्ति संरचना का ध्यानपूर्वक पता लगाते हैं और देखते हैं कि परिवार के आपसी संप्रेषणात्मक रूप और सकारात्मक संसाधन कौन-से हैं। सदस्यों की सहायता की जाती है कि वे अपने आपको सामाजिक इकाई के रूप में देखें। यदि आवश्यक हो तो पारिवारिक वृत्त, विस्तृत परिवार सदस्यों से अंतःक्रिया आदि से भी खोजबीन की जा सकती है। यदि एक बार समस्या पर दुबारा से ध्यान केंद्रित हो जाए, उद्देश्य निर्धारित कर लिया जाए और प्रत्येक सदस्य की वचनबद्धता स्पष्ट हो तो निर्णय लिया जा सकता है कि सभी सदस्य एक ही सत्र में या अलग-अलग सत्रों में उपबोधन प्राप्त करेंगे। मध्य अवस्था में समस्या की संवेगात्मक समझ की प्राप्ति के लिए सदस्यों की सहायता की जाती है। इस अवस्था में उपबोधक संवेगावेशित समस्या को पूरी तरह से अनावृत कर देता है जैसे किसी निकटतम संबंधी के मरने से शोक में डूबे रोगी

को बाहर निकालना, तलाक हो जाना, बचपन का खो जाना आदि। इन सभी बातों को विस्तृतम रूप से अनावृत्त करके रोगी के सामने रखा जाता है। इस अवस्था में उपबोध्य अनुभव करते हैं कि संबंधों को अपनी बेहतरी के लिए परिवर्तित भी किया जा सकता है। इससे भूमिकाएँ स्पष्ट, अधिक लचीली हो जाती हैं और संप्रेषण प्रत्यक्ष और रचनात्मक बन जाता है।

अंतिम चरण में सदस्यों को प्रेरित किया जाता है कि वे इन परिवर्तित अंतःसंबंधों को परिवार में विकसित करें और समाप्ति चरण में परिवार उपबोधक की मदद के बिना व्यावहारिक दृष्टि से कार्य करना आरंभ कर देता है। इसके पश्चात् घटित होने वाली परिस्थितियों का पुनर्विलोकन (review), भावी समस्याओं पर चर्चा और उनका निपटान कैसे किया जाएगा आदि बातों पर ध्यान देना सहायक सिद्ध होता है।

4.8.2 वृत्तिक उपबोधन

व्यावसायिक उपबोधन से आशय ऐसा वृत्तिक संबंध कायम करना है जिसके अंतर्गत किसी भी व्यवसाय के चयन, प्रवेश प्राप्त करने की तैयारी और प्रभावी रूप से कार्य करने में उपबोध्यों को सहायता प्रदान की जाती है।

ई.जी.विलियमसन (1939) के अनुसार, ''उपबोध्य की समस्याओं को चार श्रेणियों में विभाजित किया जा सकता है अर्थात् चुनाव कर सकने का अभाव, अनिश्चित चयन विकल्प, अविवेकपूर्ण चयन तथा रुचि और अभिवृत्ति के बीच असमन्वय। इन संदर्भों में उपबोधन की प्रक्रिया, सामान्य उपबोधन से काफी मिलती-जुलती है क्योंकि पसंद विकसित करना और व्यवसाय की स्थापना, सामाजिक और पर्यावरणीय प्रभाव और व्यक्तित्व विकास से घनिष्ठ रूप से जुड़े हुए हैं।''

उपबोध्यों की समस्याओं की पहचान और स्पष्टीकरण, एकत्रित जानकारी और स्थापित सौहार्द के माध्यम से होता है। इसी जानकारी के आधार पर उपबोधक परिकल्पना निर्माण करता है। उपबोध्य की समस्या का उपबोधक की सहायता से समाधान किया जाता है। तत्पश्चात् इसका मूल्यांकन किया जाता है। वृत्तिक उपबोधन से जुड़ा मुख्य अंतर है कि इसमें व्यावसायिक क्षेत्रों से अतिरिक्त जानकारी भी प्राप्त करनी पड़ती है। व्यावसायिक इतिहास की समीक्षा की जाती है और यदि आवश्यक हो तो व्यावसायिक परीक्षण किए जाते हैं और विभिन्न व्यवसायों और प्रशिक्षण संभावनाओं की जाँच-परख की जाती है। अंत में अपनाए जाने वाले व्यवसाय या विकास के लिए निर्णय लिए जाते हैं।

भारत में व्यावसायिक उपबोधन प्राथमिक रूप से शिक्षा तक सीमित है। सामुदायिक एजेंसियों और व्यावसायिक क्षेत्रों में कर्मचारियों को उपबोधन देने में इसका विस्तृत महत्त्व है। इसी प्रकार से विशिष्ट उपबोधक विकलांग और सुविधावंचित व्यक्तियों को रोजगार दिलाने में व्यावसायिक पुनर्वास स्थापित करने में सहायता करते हैं। इस क्षेत्र में किया गया व्यापक शोध दर्शाता है कि अधिकांशतः व्यावसायिक उपबोधन लाभकारी होते हैं।

4.8.3 मादक द्रव्य व्यसनिकों व मद्य व्यसनिकों का उपबोधन

हमारे देश में नशे की लत महामारी की तरह फैल चुकी है। इसके कुप्रभाव अनगिनत हैं। नशीले पदार्थ मनोसक्रिय होते हैं जिसके कारण मूड में, प्रत्यक्षण में तथा व्यवहार में परिवर्तन आ जाता है। इन पदार्थों के सेवन से भूख मर जाती है जिससे शरीर में पोषक तत्वों की भयंकर कमी हो जाती है और परिणामस्वरूप मनुष्य गंभीर रोगों से ग्रस्त हो जाता है। इसके सेवन से अंतर्वैयक्तिक समस्याएँ गंभीर रूप धारण कर लेती है जैसे घर में रोज क्लेश होना,

छोटे बच्चों से मारपीट करना, लैंगिक विकास आदि। इनका सेवन मनुष्य को शारीरिक और मानसिक तौर पर इन पदार्थों पर निर्भर बनाता है जिससे मनुष्य इनसे छुटकारा पाने में लगभग असमर्थ हो जाता है। ऐसे अपराध निरंतर बढ़ोतरी पर हैं जिनमें नशाखोर नशीले पदार्थ खरीदने के लिए पैसा हथियाने में सड़कों-गलियारों आदि में अपराध करते हैं।

मादक पदार्थ व्यसन छुड़ाने से संबद्ध उपबोधक जोर देते हैं कि रोगी का उपचार के अत्यधिक संरचित स्तरीय और सुरक्षित पर्यावरण के अंतर्गत आवसीय स्थिति में किया जाना चाहिए। क्योंकि यह महत्त्वपूर्ण है कि उन्हें प्रारंभ में बुरे वातावरण के प्रभावों से बचाया जाए। इसके अतिरिक्त व्यसनियों को सहायता करने के बहुत से मामलों में दवा देने की सलाह भी दी जाती है ताकि वे ऐसे पदार्थों पर निर्भर होने की आदत को छोड़ सकें।

मादक प्रतिरोधी उपबोधक अस्पताल में भर्ती होने की आवश्यकता को नकारते हुए, आग्रह करते हैं कि व्यसनियों को उपबोधन कार्यक्रम में भाग लेना चाहिए। उनका मानना है कि प्रथम चरण के रूप में व्यसनियों को मद्यपान से दूर रखा जाए क्योंकि इसके बिना उपयुक्त सौहार्द या संप्रेषण स्थापित करना असंभव है। इसी प्रकार से परिवार के सदस्यों को भी उपबोधित किया जाए और उनकी गलत भूमिकाओं तथा गलत संप्रेषण से उनको अवगत कराया जाए क्योंकि सदस्यों में पर्याप्त समन्वय या संप्रेषण स्थापित न होने से समस्याओं की उत्पत्ति होती है। व्यसनी और परिवार के सदस्य, दोनों को सहायता मिलनी चाहिए जिससे वे अपनी सार्थकता को समझें और अपने व्यवहार से जुड़े उत्तरदायित्व की भावना की अनुभूति कर सकें। वे अपनी आवश्यकताओं को प्रत्यक्ष रूप से अभिव्यक्त करना सीखते हैं। बचपन के अनुभवों की खोज से उन दमित नकारात्मक भावनाओं से अवगत हो जाते हैं जो उनके वर्तमान व्यवहार को प्रभावित कर रही है। वे तनाव से जूझने के नए तरीकों की जानकारी भी प्रापत करते हैं। व्यसनियों को समूह उपबोधन की आवश्यकता है क्योंकि सामाजिक कौशलों में वे अक्सर पिछड़े रहते हैं।

सहायक सेवाएँ जैसे मनोरंजनात्मक या व्यावसायिक चिकित्सा नई रूचियों को विकसित करने में सहायक होती हैं। पोषणात्मक मार्गदर्शन खाने की अच्छी आदतों को विकसित करने में सहायक होता है। उपबोधन समाज में उनकी सफलतापूर्वक वापसी को सुदृढ़ बनाता है और इससे समस्या का स्थायी निवारण भी संभव है।

अपनी प्रगति की जाँच कीजिए

टिप्पणी :क) अपने उत्तरों के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस खंड के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाइए।

13.) बताइए कि निम्नलिखित कथन सही हैं या गलत :

i) पारिवारिक उपबोधन से आशय उपबोधक द्वारा दी जाने वाली ऐसी मनोवैज्ञानिक सहायता है जो वह अपने परिवार के सदस्यों और संबंधियों को देता है।

ii) वैवाहिक उपबोधन और पारिवारिक उपबोधन समान हैं।

iii) व्यवसनियों के परिवार के सदस्यों को उपबोधन देना आवश्यक है।

4.9 उपबोधन का मूल्यांकन

मूल्यांकन से आशय निर्धारित मानकों के अंतर्गत कार्यक्रम प्रभाविता की जाँच करना है। विद्यालय में संशोधित समायोजन, उपयुक्त व्यावसायिक चयन, यथार्थवादी आत्मधारणा या बेहतर ग्रेड प्राप्ति के रूप में इसे समझा जा सकता है। उपबोधन के संदर्भ में, मूल्यांकन का

अर्थ यह निर्धारित करना है कि इन लक्ष्यों की प्राप्ति हुई है या नहीं और यदि हाँ तो किस सीमा तक। ऐसे विभिन्न उपबोधन उपागमों और स्थितियों का मूल्यांकन भी आवश्यक है जिनमें उपबोधन सर्वाधिक प्रयुक्त किया जा सकता है।

मूल्यांकन में समस्याएँ

1) मानदंडों (निष्कर्षों) का चयन

किसी अन्य मूल्यांकन कार्यक्रम की भांति, उपबोधन का मूल्यांकन भी ऐसे निश्चित मानदंडों पर आधारित होता है जिनके आधार पर उपबोधन के परिणामों की जाँच की जाती है। अच्छा निष्कर्ष वह है जो अध्ययन की जाने वाली समस्या से संबद्ध या संगत हो और साथ ही साथ जिसे मापा भी जा सके। विशेष स्थिति से संबद्ध मानदंड निश्चित करना सरल हो सकता है लेकिन कई बार, ये अत्यंत अस्पष्ट और अव्यावहारिक होते हैं क्योंकि इन्हें संख्यात्मक रूप में निर्धारित करना अत्यंत कठिन हो जाता है। यदि हम व्यक्तिनिष्ठ मानदंड के चयन को प्रस्तावित करें अर्थात् उपबोधन की प्रभाविता की जाँच उपबोध्यों की व्यक्तिगत राय से करना चाहें तो शायद प्राप्त निष्कर्ष भी व्यक्तिनिष्ठ होंगे। प्रायः वस्तुनिष्ठ मूल्यांकन को मूल्यांकन का सर्वश्रेष्ठ साधन माना जाता है। इसके अंतर्गत किसी तीसरे पक्ष या मनोवैज्ञानिक परीक्षण में प्राप्त अंकों के आधार पर मूल्यांकन किया जाता है जो भविष्य सूचक होता है तथा सर्वोत्तम माना जाता है। लेकिन इसकी अपनी सीमाएँ भी हैं, जैसे हीनभावना की अनुभूति को यदि मानदंड माना जाए तो किसी भी बाहरी एजेंसी के द्वारा इसका प्रेक्षण या अवलोकन नहीं किया जा सकता। इसलिए मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का प्रयोग मात्र विकल्प के रूप में किया जा सकता है। परंतु वर्तमान समय में केवल कुछ गिने-चुने मनोवैज्ञानिक परीक्षणों को ही वैध माना जाता है। वास्तव में, सभी स्थितियों और व्यक्तियों के लिए कोई भी परीक्षण वैद्य नहीं है।

2) मूल्यांकन किए जाने वाले लक्ष्य की जटिलता

प्रायः उपबोधन का लक्ष्य आत्म-निदेशन और आत्म-निर्भरता की प्राप्ति करना होता है। ऐसे लक्ष्यों के संदर्भ में मूल्यांकन कार्य सरल प्रक्रिया नहीं हो सकती क्योंकि ये लक्ष्य अनूठे, जटिल और गतिशील होते हैं। यह विशेष रूप से व्यक्तिगत उपबोधन के मामले में होता है न कि शैक्षिक उपबोधन के मामले में, जहाँ लक्ष्य मुख्य रूप से विद्यालय में अधिक अंक प्राप्त करने, स्मृति कौशल और अध्ययन से जुड़ी आदतों आदि में सुधार लाने से संबद्ध होते हैं।

3) पर्याप्त आंकड़ों का अभाव

इसका संदर्भ पूर्व उपबोधन स्थिति की तुलना से है। यदि आंकड़ों का अभाव होगा तो सार्थक उपबोधन अव्यावहारिक रूप ले लेगा।

4) मूल्यांकन

उपबोधन के संदर्भ में मूल्यांकन एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें काफी समय लगता है।

5) प्रशिक्षित कार्मिकों का अभाव

मूल्यांकन की तकनीकों में निपुण प्रशिक्षित कार्मिकों का अभाव भी समस्याएँ उत्पन्न कर सकता है।

लेकिन ऐसा नहीं है कि समस्याओं और प्रायोगिक कठिनाइयों से जूझने के डर से हम उपबोधन कार्यक्रमों का मूल्यांकन करना बंद कर देंगे। इसके बहुत से कारण हैं, पहला कारण है कि किसी भी कार्यक्रम के औचित्य और उपयोगिता का निर्णय मूल्यांकन के बिना संभव नहीं है। दूसरे, इसके कार्यक्रम की सीमाओं का पता चलता है। अतः सीमाओं या त्रुटियों का पता लगने से उपचारी उपाय सुनिश्चित करना और प्रदान की जाने वाली सेवाओं की गुणवत्ता में सुधार लाना संभव हो पाता है। अंत में उपबोध्य की दृष्टि से भी इसका महत्त्व है। क्योंकि इसके द्वारा उन्हें प्रतिपुष्टि प्रदान की जा सकती है ताकि वे श्रेष्ठ परिणामों के लिए अभिप्रेरित हो सकें।

इस प्रकार हमें इस क्षेत्र में मूल्यांकन की आवश्यकता और शोधकर्ताओं द्वारा अनुभूत समस्याओं का पता चल गया है। अब हम ऐसे तरीकों का अध्ययन करेंगे जिनके प्रयोग द्वारा मूल्यांकन प्रक्रिया को पूरा किया जाता है।

1) सर्वेक्षण उपागम

यह एक अत्यंत सरल विधि है। इसमें निश्चित उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए चयनित प्रतिदर्श पर किए गए सर्वेक्षणों से आँकड़े इकट्ठे किए जाते हैं। इस उपागम में शामिल हैं; समष्टि की पहचान करना, इससे प्रतिनिधिक प्रतिदर्श की प्राप्ति करना, जानकारी इकट्ठी करना, उपयुक्त मूल्यांकनपरक कार्यसूची का उपयोग करना और अंत में पूर्व-निर्धारित मानदंडों के आधार पर निकर्ष की विस्तृत व्याख्या प्रदान करना।

इस उपागम के अंतर्गत उपबोध्यों से प्रत्यक्ष रूप से प्रश्न पूछे जाते हैं या प्रश्नावली के माध्यम से उपबोधन की उपयोगिता पर उनके विचार प्राप्त किए जाते हैं कि उन्हें उपबोधन से लाभ मिला है या नहीं। उनसे उपबोधन में पाए जाने वाले दोषों और संभावित समाधानों को उजागर करने के लिए भी कहा जाता है। उपबोधन में सुधार लाने के लिए भी उपबोध्यों से विविध प्रश्न पूछे जाते हैं।

यह विधि काफी उपयोगी उपागम है क्योंकि इसके अंतर्गत यथोचित समय में बड़ी संख्या में आंकड़े इकट्ठे किए जा सकते हैं जिससे निष्कर्ष अधिक वैध बनते हैं। इस उपागम के कुछ दोष भी है जैसे, प्रतिदर्श में सम्मिलित व्यक्तियों के उत्तरों की अविश्वसनीयता, उनमें अधिकांश रूप से सामाजिक रूप से वांछित उत्तर देने की प्रवृत्ति अधिक होती है, प्रयोगात्मक वैधीकरण का अभाव रहता है और प्रतिचयन त्रुटियों के होने की संभावना बढ़ जाती है जिससे निष्कर्ष अभिन्न हो सकते हैं।

2) व्यक्ति अध्ययन उपागम

इस उपागम के अंतर्गत उपबोधकों का ध्यान व्यक्तिगत मामलों की ओर होता है। प्रत्येक मामले का विश्लेषण गहराई से किया जाता है जिससे उपबोधकों द्वारा दिए गए उपबोधन की प्रभाविता की पहचान हो सके। इसके पश्चात् व्यक्तिनिष्ठ मानदंडों का प्रयोग करते हुए दुबारा से मूल्यांकन किया जाता है जेसे उपबोध्यों का उपबोधन कार्यक्रम के प्रति क्या दृष्टिकोण है या अपनी बेहतरी को ध्यान में रखते हुए उपबोधन के प्रति उसके विचार कैसे हैं। जैसा कि पहले भी उल्लेख किया जा चुका है, वस्तुनिष्ठ मानदंडों का प्रयोग भी व्यक्ति की निजी सीमाओं को ध्यान में रखते हुए किया जा सकता है।

इस उपागम का मुख्य लाभ व्यक्तिगत मामलों में दिए जाने वाले जोर में निहित है। इस उपागम का एक बड़ा दोष है कि इसमें समय बहुत लगता है। इसके अतिरिक्त

हर व्यक्ति अपने आप में अनोखा है इसीलिए ऐसे आंकड़ों के आधार पर सामान्यतया राय कायम करना अनुपयुक्त होगा। लेकिन इसके विपरीत यदि हम अलग-अलग उपबोध्यों से संबद्ध आंकड़ों को अनदेखा करते हैं तो वह व्यक्तिगत उपागम के अनूठे लक्षणों को अनदेखा करना भी होगा।

3) **प्रयोगात्मक अध्ययन**

इस उपागम की बुनियादी अपेक्षाएँ हैं : (क) उद्देश्यों का निर्धारण या ऐसे लक्ष्य की स्थापना जिसे ध्यान में रखकर अध्ययन किया जाता है (परिकल्पनाओं का निर्माण); (ख) प्रयोग के लिए उपयुक्त विधि या रूपरेखा का चयन; (ग) दो या अधिक समतुल्य समूहों का चयन; (घ) ऐसी उपबोधन तकनीकों का अनुप्रयोग जिससे परिणामों की निष्पक्ष जाँच हो सके; और (च) आंकड़ों का विश्लेषण और निष्कर्षों की व्याख्या।

इस उपागम का प्रमुख सोपान, समतुल्य समूहों का चयन करना है। शैक्षिक क्षेत्र में भी इस तरीके से अध्ययन कौशलों में सुधार, बोधगम्यता, स्मृति, वाचन योग्यता आदि से जुड़ी प्रगति का मूल्यांकन इस विधि द्वारा किया जा सकता है। लेकिन व्यवसाय चयन और कार्मिक उपबोधन से जुड़े क्षेत्रों में उपबोध्य को संतुष्ट करना जटिल प्रकार्य है क्योंकि इसके द्वारा वस्तुनिष्ठ निर्धारण काफी कठिन होता है।

उपबोधन की उपयोगिता

अब हम ऐसे निष्कर्षों को सूत्रबद्ध करेंगे, जिसकी प्राप्ति उपबोधन कार्यक्रमों के मूल्यांकन से हुई है।

अनुवर्ती अध्ययन दर्शाते हैं कि विद्यार्थियों को स्कूल में और बाद में दिया जाने वाला उपबोधन ऐसे समूहों की तुलना में अधिक सफल होता है जिन्हें उपबोधन की प्राप्ति कभी नहीं हुई। इन दोनों समूहों के बीच अभिप्रेरणा की असमानताओं को नियंत्रित करने के बावजूद भी, सफलता दर में महत्त्वपूर्ण असमानताएँ देखने को मिलती हैं।

सभी मामलों में उपबोधन समान रूप से प्रभावी नहीं होता। व्यावसायिक उपबोधन से व्यावसायिक संतुलन को बेहतर बनाया जा सकता है।

अध्ययनों ने सिद्ध किया है कि उपबोधक को प्राप्त सैद्धांतिक शिक्षा की तुलना में उसकी व्यावहारिक दक्षता अधिक महत्त्व रखती है।

अपनी प्रगति की जाँच कीजिए

टिप्पणी :क) अपने उत्तरों के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस खंड के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाइए।

14) बताइए कि निम्नलिखित कथन सही है या गलत :

i) उपबोधन की प्रभाविता पर उपबोध्य की व्यक्तिगत राय, मूल्यांकन का वस्तुनिष्ठ मानदंड है।

ii) मनोवैज्ञानिक परीक्षण से प्राप्त अंक, मूल्यांकन का व्यक्तिनिष्ठ मानदंड है।

iii) उपबोधन का मूल्यांकन, उपबोध्यों के लिए भी सहायक होता है।

iv) सर्वेक्षण प्रणाली उपबोधन कार्यक्रम को मूल्यांकित करने का सर्वाधिक सरल तरीका है।

4.10 सारांश

उपबोधन सहायक प्रवृत्ति वाला संबंध है। व्यक्तिगत उपबोधन एक वैयक्तीकरण की प्रक्रिया है जिसमें उपबोधक और उपबोध्य केवल एक-दूसरे के लिए या आमने-सामने के संबंध के आधार पर कार्य करके उपबोध्य की विभिन्न आवश्यकताओं का अन्वेषण करने पर ध्यान देते हैं। ऐसे व्यक्तियों के लिए समूह उपबोधन बहुत अधिक लाभदायक होता है जो अन्तर्वैयक्तिक अंतःक्रियाओं में शर्मीले या आक्रामक हैं, समूहों में उत्तेजित या असुविधा अनुभव करते हैं या सामाजिक अपेक्षाओं के प्रति अनिच्छुक हैं। समकक्ष उपबोधन का प्रयोग उन स्थितियों में किया जाता है जहाँ व्यक्तियों के बीच कई बातें समान होती हैं। स्कूल के वातावरण में समकक्षों से परामर्श लेने का अर्थ है एक विद्यार्थी दूसरे विद्यार्थी या विद्यार्थियों के समूह को परामर्श देता है। समकक्ष परामर्श के कुछ लाभ निम्न प्रकार हैं –

- समकक्ष परामर्श, परामर्श देने वाले और परामर्श प्राप्त करने वाले दोनों को लाभ पहुँचाता है।
- यह कम खर्चीला होता है क्योंकि समकक्ष परामर्शदाता स्कूल के विद्यार्थियों में से ही लिए जाते हैं।
- समकक्ष परामर्श सरलता से उपलब्ध होता है।
- समकक्ष परामर्श अनौपचारिक होता है इसलिए परामर्श प्राप्त करने वाला बिना किसी संकोच के परामर्शदाता तक पहुँच सकता है।
- समकक्ष परामर्श स्कूल के उपबोधन कार्यक्रम को बढ़ाता है।
- समकक्ष परामर्श अधिक विद्यार्थियों को उपबोधन कार्यक्रम के अंतर्गत लाता है।
- समकक्ष परामर्शदाता विद्यार्थियों और व्यावसायिक परामर्शदाता के बीच की दूरी को कम करते हैं।

बहु-संस्कृति उपबोधन यह समझने के लिए विकसित हुआ कि जब व्यावसायिक परामर्श देने वाला और उसका ग्राहक (उपबोध्य) एक अलग सामाजिक सांस्कृतिक पृष्ठभूमि से आते हैं तो उनके बीच के अंतर पारस्परिक क्रियाओं और लाभदायक प्रक्रियाओं की गुणवत्ता को प्रभावित करते हैं। एक बहु-संस्कृति उपबोधन कार्यक्रम में परामर्शदाता को अतिरिक्त बहु-संस्कृति योग्यताएं प्राप्त करने और प्रदर्शित करने की आवश्यकता होगी। बहु-संस्कृति उपबोधन में ग्राहक की संस्कृति के विषय में जानने, उनकी समाजीकरण की प्रक्रियाओं और उन प्रक्रियाओं को समझने की आवश्यकता होती है जिनके आधार पर उनके समाज में महिला-पुरुष की भूमिका की पहचान होती है, उनकी मान्यताएँ अभिवृत्तियाँ तथा विश्व दृष्टिकोण निर्धारित होते हैं।

एक संकटकालीन स्थिति व्यक्ति के जीवन में किसी प्रियजन की मृत्यु अक्षम कर देने वाली चोट, बीमारी, शारीरिक अत्याचार, यौन उत्पीड़न, प्राकृतिक आपदा, युद्ध, युद्ध में संलग्नता, नागरिक संघर्ष/अव्यवस्था व अन्य इस प्रकार की घटनाओं के कारण उत्पन्न हो सकती है। संकटकालीन स्थिति का सामना करने के लिए प्रदान की गई व्यावसायिक सहायता उपबोधन प्रदान करने का एक अत्यंत विशेषज्ञता प्राप्त क्षेत्र है। उपबोधन के कुछ क्षेत्रों में विशेषज्ञता अपेक्षित है जैसे कि पारिवारिक उपबोधन, वृत्तिक उपबोधन और मादक द्रव्य व्यसनिकों और मद्य व्यसनिकों का उपबोधन। अन्य सेवाओं के तहत उपबोधन सेवाओं का मूल्यांकन करना भी अनिवार्य है। मूल्यांकन कार्यक्रम की प्रभाविता के बारे में जानने में सहायक होता है।

4.11 इकाई के अंत में अभ्यास कार्य

1) व्यक्तिगत उपबोधन की समीक्षा करते हुए इसके लाभों और सीमाओं का मूल्यांकन कीजिए।

2) समूह उपबोधन के लाभ व सीमाओं का समीक्षात्मक मूल्यांकन कीजिए।

3) इकाई में दिए गए मार्गदर्शन के आधार पर अपने स्कूल में एक समकक्ष उपबोधन कार्यक्रम स्थापित कीजिए।

4) विद्यार्थियों के एक समूह से मिलकर उनकी संस्कृति में समाजीकरण की प्रक्रिया और समाज में लिंग भूमिका, मूल्यांकन, अभिवृत्तियों व विश्व के संबंध में विचारों का पता लगाइए। एक रिपोर्ट तैयार कीजिए कि दूसरों के विषय में प्राप्त नई समझ किस प्रकार एक उपबोधक के रूप में यह आपकी सहायता करेगी।

4.12 संदर्भ साहित्य एवं सुझावात्मक अध्ययन

Bengalee, M. (1984) : "*Guidance and Counselling"*, Seth Publishers, Bombay.

Bor, R., Ebner-Landy, J., Gill, S., & Brace, C. (2002). *Counselling in Schools*, New Delhi: Sage.

British Association for counseling (1991). Cited in Homby, G., Hall, C., & Hall, E. (edth. 2003). *Counselling Pupils in Schools.* p.1. London : Routledge Falmer.

Bruce Shetzer and Shelley C., Stone, *Fundamentals of Counselling.* 2nd ed. (Boston: Houghton Mifflin Company. 1974). p.20.

Buford Steffire and W.Harold Grand. *Theories of Counselling.* 2nd ed. (New York : McGraw-Hill Book Company. 1972), p.15.

Crow and Crow "*Introduction to Guidance"*. 2nd ed., Eunasia Publishing Co., New Delhi.

Dave, Indu (1984) : *The Basic Essentials of Counselling,* Sterling Publishers Private Limited, New Delhi.

Dryden, W. & Palmer. S. (1997). '*Individual Counselling'* in S.Palmer & G.Mc Mahon (eds), *Handbook of Counselling*, London: Routledge.

4.13 अपनी प्रगति की जाँच के उत्तर

इकाई 1

1) i) सही

ii) गलत

iii) गलत

iv) सही

v) सही

vi) गलत

2) i) ख

ii) क

iii) ग

3) i) गलत

ii) सही

iii) गलत

iv) गलत

v) गलत

vi) गलत

vii) सही

viii) गलत

ix) गलत

4) 1) सतत्

2) व्यवसाय

3) शारीरिक, भावात्मक, सामाजिक, नैतिक आध्यात्मिक

4) मनोरंजन

5) कार्यकलाप

5) i) सही

ii) सही

iii) गलत

iv) गलत

v) गलत

vi) गलत

6) i) क) अधिक समायोजित और संतोषजनक जीवन जीने के लिए व्यक्ति की सहायता करना उद्देश्य है।

ख) ग्राहक (विद्यार्थी) और चिकित्सक अथवा उपचारक (therapist)/उपबोधक के बीच संबंध अत्यंत महत्त्वपूर्ण होता है।

ii) जिस व्यक्ति को अनुदेश प्राप्त होता है, उसके लिए अनुदेशों का पालन करना सामान्यतः अनिवार्य होता है जबकि परामर्श के मामले में परामर्श प्राप्तकर्ता को परामर्शदाता द्वारा कही गई किसी बात के अनुसार पालन करना आवश्यक नहीं है।

iii) परामर्श एक प्रक्रिया है जिसमें संबंध निहित होता है। इसमें व्यावसायिक रूप से प्रशिक्षित, सक्षम परामर्शदाता और सहायता प्राप्त करने वाले व्यक्ति के बीच संबंध होता है। यह संबंध आकस्मिक, अनियत व्यापार जैसा नहीं होता। इस संबंध की विशेषता उत्साह, समझबूझ, स्वीकृति और विश्वास है।

iv) उपभाग 1.5.2 देखें।

7) i) गलत

ii) गलत

iii) सही

iv) गलत

8) • इस विश्व में प्रत्येक व्यक्ति अपने लिए उत्तरदायित्व लेने में सक्षम होता है; और

• प्रत्येक व्यक्ति को लोकतंत्र के सिद्धांतों पर आधारित अपना मार्ग चुनने का अधिकार है।

9) i) गलत

ii) सही

10) • सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य की प्राप्ति

• समस्या का समाधान

• निर्णय निर्धारण के लिए निर्देशन

• निजी प्रभावशीलता को सुधारना

• परिवर्तन में सहायता; और

• व्यवहार में परिवर्तन

11) i) गलत

ii) सही

iii) सही

iv) गलत

12) i) कार्ल रोजर्स

ii) थोर्न; संकलनात्मक (eclectic)

13) i) विश्लेषण, संश्लेषण, निदान, प्राग्ज्ञान (पूर्वानुमान) (prognosis) और परामर्श

ii) यह एक प्रकार का संकलनात्मक उपागम होता है। यह शब्द आर्नोल्ड लेजान्स ने प्रतिपादित किया था। इस उपागम का आग्रह है कि प्रत्येक व्यक्ति अपनी व्यक्तित्व संक्रिया (function) के सातों क्षेत्रों BASICID के साथ बेजोड़ होता है।

14) i) गलत

ii) गलत

iii) सही

15) प्रतिइच्छा (counterwill)

16) i) यह निर्धारित लक्ष्यों के लिए कार्य करने के परामर्शदाताओं के प्रयासों का विरोध करने के लिए, सेवार्थियों का रुझान होता है।

ii) यह वह परिघटना है जो तब घटित होती है जब परामर्शदाता अपने अनसुलझे द्वंद्वों (विरोधों) को सेवार्थियों पर आरोपित करता है।

1) i) युवाओं की आवश्यकताएँ; हमारी सामाजिक व्यवस्था की माँगों को पूरा करना; अधिगम प्रक्रिया और पाठ्यचर्या।

2) i) सही
   ii) गलत
   iii) सही
   iv) सही

3) i) ग
   ii) क
   iii) घ
   iv) ब

4) क) उपभाग 2.3.3 देखें।
   ख) इस कार्य के अंतर्गत यह देखना है कि 'समग्र व्यक्ति' की भौतिक, भावात्मक, सामाजिक और मानसिक आवश्यकताएँ पूरी हो जाती हैं।
   ग) अंग्रेजी कक्षाओं में मूल्यों को विकसित करने के अवसर सर्वाधिक स्पष्ट होते हैं। लघु कहानियाँ, नाटक, उपन्यास, निबंध और कविताएँ ऐसी स्थितियाँ प्रस्तुत करते हैं जिनमें लक्ष्य निहित होते हैं, समस्याओं का समाधान किया जाता है और निर्णय लिए जाते हैं। उपभाग 2.3.4 भी देखें।

5) क) अनुभव
   ख) अधिगम
   ग) व्यक्ति तथा मानवता के लिए जीवन हेतु योगदान

6) क) गलत
   ख) सही
   ग) सही

7) iii) चिकित्सीय

8) उपभाग 2.4.4 देखें।

9) क) परस्पर विरोधी नियम; जब वे व्यवहार जो घर में परिणाम लाते हैं (अभिभावकों को प्रसन्न करते हैं) और विद्यालय में उन्हें अनुचित और अनैतिक समझा जाता है तब विद्यार्थी विरोधी स्थिति का सामना करता है।
   ख) अनुपयुक्त भावनाएँ प्रायः विद्यालय में लोगों और वस्तुओं पर विस्थापित की जाती हैं।
   ग) 'दृढ़ नियंत्रण' तकनीक में मेरा मतलब कार्य से है, 'मुझे कार्य चाहिए' इस प्रकार की उसमें भावना है। यह अध्यापकों की आवाज़ के ढंग, चेहरे के हाव-भावों (अभिव्यक्तियों) अथवा भंगिमाओं (gestures) द्वारा की जा सकती हैं।

10) ग)

11) क) गलत

ख) सही

ग) गलत

घ) सही

च) सही

इकाई 3

1) i) गलत

ii) सही

iii) सही

iv) सही

v) गलत

vi) गलत

vii) गलत

viii) गलत

ix) गलत

x) गलत

2.) i) उपबोधक वह व्यक्ति है जो पूर्णकालिक निर्देशन कार्यकर्ता होता है। उसे पर्याप्त रूप से प्रशिक्षित और व्यावसायिक रूप से दक्ष व्यक्ति होना चाहिए जो परीक्षण तथा परामर्श का आयोजन कर सके और विद्यार्थियों को सूचना प्रदान कर सके।

ii) वृत्तिक उपबोधक विद्यालय में मूलरूप से एक अध्यापक होता है जो अपने प्रशिक्षण और अभिमुखीकरण (दिशा-निर्देश प्रदान करने) के कारण निर्देशन कार्य से जुड़ा होता है। वह शैक्षिक और व्यावसायिक सूचना एकत्र करने और उसका प्रचार प्रसार करने की कला में भी प्रशिक्षित होता है।

iii) अध्यापक निर्देशन कार्यकर्ता होता है क्योंकि वह पूरा दिन विद्यार्थियों के साथ रहता है।

3) i) गलत

ii) गलत

iii) गलत

iv) सही

v) गलत

4) i) चिकित्सीय

ii) संपूर्ण

iii) विद्यालय निर्देशन

iv) अध्यापक

5) i) सही
   ii) सही
   iii) गलत
   iv) गलत
   v) सही

6) i) सही
   ii) गलत
   iii) सही
   iv) गलत
   v) सही
   vi) गलत

7) i) सही
   ii) गलत
   iii) गलत
   iv) गलत
   v) सही

8) i) गलत
   ii) सही
   iii) गलत
   iv) गलत
   v) गलत
   vi) गलत
   vii) गलत
   viii) सही
   ix) सही
   x) सही

इकाई 4

1) व्यक्तिगत उपबोधन एक वैयक्तीकरण की प्रक्रिया है जिसमें उपबोधक और उपबोध्य केवल एक-दूसरे के लिए या आमने-सामने के संबंध के आधार पर कार्य करके उपबोध्य की विभिन्न आवश्यकताओं का अन्वेषण करने पर ध्यान देते हैं।

2) भाग 4.3 पढ़ें।

3) भाग 4.3 पढ़ें।

4) i) गलत

ii) गलत

iii) सही

iv) सही

v) गलत

vi) गलत

5) i) किफायती, अपनी अभिवृत्तियों, आदतों और निर्णयों का समाजीकरण करने के लिए सहायता करता है।

ii) सभी व्यक्तियों के लिए उचित नहीं, परामर्शदाता का स्थिति पर कम नियंत्रण होता है।

iii)
- व्यक्तिगत (पृथक) उपबोधन प्रत्यक्ष संबंध होता है जहाँ परामर्शदाता केवल उपबोधन प्राप्तकर्ता के साथ अंतःसंपर्क स्थापित करता है परंतु समूह परामर्श में उपबोधन एक ही समय पर अनेक व्यक्तियों के साथ अंतःसंपर्क करता है।
- व्यक्तिगत उपबोधन में केवल उपबोध्य सहायता प्राप्त करता है जबकि समूह निर्देशन में उपबोध्य भी दूसरों की सहायता प्रदान करता है।

iv)
- व्यक्ति विश्वास करने का आवश्यक गुण रखते हैं और उन पर अन्य समूह सदस्यों द्वारा भी विश्वास किया जाता है। उन्हें समूह में दूसरे लोगों के लिए बुनियादी सरोकार प्रदर्शित करना चाहिए।
- प्रत्येक व्यक्ति में स्व-परिवर्तन के लिए जिम्मेदारी लेने की क्षमता होती है।
- समूह सदस्य उद्देश्यों और समूह-प्रक्रिया की कार्यप्रणाली (methodology) से सीख और समझ सकते हैं।

6) समकक्ष निर्देशन का अभिप्राय है एक विद्यार्थी दूसरे विद्यार्थी या विद्यार्थियों के समूह को परामर्श देता है।

7) समकक्ष परामर्श के कुछ लाभ निम्न प्रकार हैं –

- समकक्ष परामर्श, परामर्श देने वाले और परामर्श प्राप्त करने वाले दोनों को लाभ पहुँचाता है।
- यह कम खर्चीला होता है क्योंकि समकक्ष परामर्शदाता स्कूल के विद्यार्थियों में से ही लिए जाते हैं।
- समकक्ष परामर्श सरलता से उपलब्ध होता है।
- समकक्ष परामर्श अनौपचारिक होता है इसलिए परामर्श प्राप्त करने वाला बिना किसी संकोच के परामर्शदाता तक पहुँच सकता है।
- समकक्ष परामर्श स्कूल के उपबोधन कार्यक्रम को बढ़ाता है।
- समकक्ष परामर्श अधिक विद्यार्थियों को उपबोधन कार्यक्रम के अंतर्गत लाता है।
- समकक्ष परामर्शदाता विद्यार्थियों और व्यावसायिक परामर्शदाता के बीच की दूरी को कम करते हैं।