उत्तर प्रदेश

राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय

CHFE-06

एच आई वी में संचार और परामर्श (वैकल्पिक)

खंड

1

संचार के मूलतत्व

इकाई 1

एच आई वी के लिए सूचना, संचार और शिक्षा का महत्व और प्रासंगिकता 5

इकाई 2

संचार - अवधारणा, प्रकार और प्रक्रिया 23

इकाई 3

संचार के पारंपरिक और आधुनिक मीडिया 38

इकाई 4

अन्तर्वैयक्तिक, सामूहिक और जन संचार 59

इकाई 5

एच आई वी और परिवार शिक्षा में मीडिया का उपयोग 79

प्रो. एच.पी. दीक्षित
कुलपति, इग्नू

विशेषज्ञ समिति

प्रो. अब्दुल वहीद खान
कुलपति(पूर्व), इग्नू

प्रो. थॉमस कलम
निदेशक, सेंट जॉन्स नेशनल एकेडमी ऑफ हेल्थ साइंस, बंगलौर

डॉ. पद्म रानी
स्वास्थ्य परामर्शक
नई दिल्ली

डॉ. ग्लोरी अलेक्जेंडर
चेयरपरसन, आशा पाउंडेशन
बंगलौर

सुश्री इनिश सरीन
शरण, नई दिल्ली

श्री जार्ज के जोस
एडवोकेट, सुप्रीम कोर्ट
नई दिल्ली

प्रो. ग्रेशियस थॉमस
सतत् शिक्षा विद्यापीठ,
इग्नू, नई दिल्ली

डॉ. वी.एस. प्रसाद
सम कुलपति (पूर्व) इग्नू

सुश्री विमला कपूर
स्वास्थ्य विज्ञान विद्यापीठ,
इग्नू, नई दिल्ली

डॉ. ऋतु प्रिया
सेंटर फॉर सोशल मेडिसिन
एण्ड कम्यूनिटी हेल्थ
जे.एन.यू., नई दिल्ली

डॉ. रविया मथाई
इंटरनेशनल फेडरेशन ऑफ
रेडक्रास सोसइटीज,
नई दिल्ली

प्रो. जोस पुथेनवेडू
अध्यक्ष, मनोविज्ञान विभाग
एफ.एम.एन. कालेज, कलान

डॉ. जासेफ अलेन्चेरी
निदेशक, सी.ए.एन.ए.
कोट्टइयम

प्रो. एम. असलम
सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू, नई दिल्ली

डॉ. ए.एस.गुहा
क्षेत्रीय निदेशक, क्षेत्रीय केंद्र, शिलांग

डॉ. सुनिति सोलोमन
निदेशक, वाई आर जी केयर, चन्नई

प्रो. आर. एम. कालरा
सीनियर फेलो,
आई.सी.एस.एस.आर.
जीन मूर्ति, नई दिल्ली

डॉ. ए. पद्मावती
इंडियन सोशल इंस्टीटयूट
नई दिल्ली

फादर जार्ज परेरा
सी.बी.सी.आई.सेंटर, नई दिल्ली

डॉ. अनिता दिघे
निदेशक, सी.ई.ई.
इग्नू, नई दिल्ली

श्री वी. वासुदेवन
क्षेत्रीय निदेशक, क्षेत्रीय केंद्र, कोचीन

पाठ्यक्रम निर्माण दल

इकाई लेखक

1 फादर जॉर्ज प्लाथोत्तम, बोसको कम्यूनिकेशन्स, गुवाहाटी
2 फादर जॉर्ज प्लाथोत्तम, बोसको कम्यूनिकेशन्स, गुवाहाटी
3 फादर जॉर्ज प्लाथोत्तम, बोसको कम्यूनिकेशन्स, गुवाहाटी
4 फादर जॉर्ज प्लाथोत्तम, बोसको कम्यूनिकेशन्स, गुवाहाटी
5 फादर जॉर्ज प्लाथोत्तम, बोसको कम्यूनिकेशन्स, गुवाहाटी

पाठ्यक्रम संयोजक

प्रो. ग्रेशियस थॉमस
सतत् शिक्षा विद्यापीठ,
इग्नू, नई दिल्ली

पाठ्यक्रम सम्पादक

प्रो. थॉमस कलम
निदेशक, सेंट जॉन्स नेशनल
एकेडमी ऑफ हेल्थ साइंस, बंगलौर

खंड संपादक

प्रो. ग्रेशियस थॉमस
सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू

भाषा संपादक

डा. आर.पी.सिंह
सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू

अनुवाद/पुनरीक्षण

अनुवाद संयोजक (हिन्दी)

श्री रामकिशन
मानविकी विद्यापीठ, इग्नू
श्री प्रकाश चन्द वासिया
श्री मूलचन्द माहिच
श्री रामेश्वर कवाल

संकाय सदस्य

प्रो. वी.रा. जगन्नाथन
निदेशक, मानविकी विद्यापीठ, इग्नू
प्रो. आशा एस कंवर,
समकुलपति (पूर्व) मानविकी विद्यापीठ, इग्नू
श्रीमती बीना चतुर्वेदी
श्रीमती ज्योति मलिक

सामग्री निर्माण

प्रो. प्रभा चावला
निदेशक, सतत शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू

श्री राजीव गिरधर,
अनुभाग अधिकारी (प्रकाशन)

प्रथम संस्करण: दिसम्बर, 2001

© इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय, 2001

ISBN-81-266-0356-9

सर्वाधिकार सुरक्षित। इस कार्य का कोई भी अंश इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय की लिखित अनुमति के बिना किसी भी रूप में मिमियोग्राफ (मुद्रण) द्वारा या अन्यथा पुनः प्रस्तुत करने की अनुमति नहीं है।
इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय के बारे में और अधिक जानकारी विश्वविद्यालय के कार्यालय, मैदान गढ़ी, नई दिल्ली -68 से प्राप्त की जा सकती है।

इन्दिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय के अनुमति से पुनः मुद्रित। उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, की ओर से डॉ. आर. के पाण्डेय कुलसचिव द्वारा मुद्रित एवं प्रकाशित 2016
मुद्रक–चन्द्रकला यूनिवर्सल प्रा0 लि0, 42/7 जवाहरलाल नेहरू रोड, इलाहाबाद–211002

CHFE-06/2

खंड 1 का परिचय

एच आई वी/एड्स में संचार और परामर्श पाठयक्रम का खंड 1 संचार के मूल तत्यों पर आधारित है इस खंड में पांच इकाइयाँ हैं। इकाई 1 एच आई वी के लिए सूचना शिक्षा और संचार (आई ई सी) का महत्व एवं सार्थकता के बारे में है। इकाई 2 परामर्श में शामिल संकल्पनाओं, प्रकार और प्रक्रियाओं पर प्रकाश डालती है। इकाई 3 सचार के पारंपरिक आधुनिक मीडिया की चर्चा करती है। इकाई 4 अंतर्वैयक्तिक, समूह और सार्वजनिक संचार के विभिन्न संदर्भों का वर्णन करती है। इकाई 5 एच आई वी और परिवार शिक्षा को बढावा देने में मीडिया के उपयोग की चर्चा करती है।

इस खंड में प्रस्तुत पांच इकाइयाँ एच आई वी और परिवार शिक्षा के संबंध में संचार के आवश्यक तत्वों का व्यापक विचार प्रदान करती है। वास्तव में यह खंड संचार की सभी महत्वपूर्ण संकल्पनाएं एवं पक्रिया की चर्चा करती है जो परामर्शक या संप्रेषक के लिए आवश्यक है चाहे वह सामाजिक कार्यकर्ता, मीडिया विशेषज्ञ, सामुदाय संयोजक हो या स्वास्थ्य कार्यकर्ता, समूह कार्यकर्ता या फिर सामाजिक कार्यकर्ता हो। इस खंड की पांचों इकाइयों की जानकरी एवं उनकी विःतृत व्याख्या एच आई वी/एड्स में संचार एवं परामर्श पाठयक्रम के दूसरे एवं तीसरे खंडों को समझने में सहायता प्रदान करेगी।

इकाई 1 एच आई वी के लिए सूचना, संचार और शिक्षा का महत्व और प्रासंगिकता

इकाई की रूपरेखा

1.0 उद्देश्य
1.1 प्रस्तावना
1.2 संचार
1.3 संचार के कार्य
1.4 संचार में बाधाएँ
1.5 सूचना
1.6 शिक्षा और संचार
1.7 सारांश
1.8 शब्दावली
1.9 कुछ उपयोगी पुस्तकें
1.10 बोध प्रश्नों के उत्तर

1.0 उद्देश्य

इस इकाई का उद्देश्य संचार प्रक्रिया का आरंभिक ज्ञान प्रदान करना है। इसमें संचार से संबंधित शब्दों, परिभाषाओं तथा प्रक्रिया का वर्णन किया गया है। इस इकाई में संचार के कुछ मूल सिद्धांत, विभिन्न कार्य तथा प्रभावी संचार में आने वाली बाधाओं का भी वर्णन किया गया है। अगले भागों में सूचनाओं के अंगों की जाँच की गई है। सूचना पर संचार समाज के दृष्टिकोण से विचार किया जाता है। तीसरे भाग में संचार, सूचना और शिक्षा में संबंधों का अध्ययन किया गया है। इसमें मीडिया शिक्षा के महत्व की भी जाँच की है। इकाई में मीडिया शिक्षा पर यूनेस्को घोषणा के निष्कर्षों को शामिल किया गया है। इस इकाई के अध्ययन के बाद आप :

- संचार की मूल संकल्पना के तत्व और प्रक्रिया को जान सकेंगे;
- संचार और संकेतों, भाषा, याद, अर्थ में संबंधों को समझ सकेंगे;
- संचार के कार्यों का पता लगा सकेंगे;
- संचार में आने वाली बाधाओं को ज्ञात कर सकेंगे;
- सूचना तथा समाज को प्रभावित करने में सूचना के तरीकों का विवरण दे सकेंगे;
- सूचना नियंत्रण, असंतुलन, जनमत का विश्लेषण कर सकेंगे;
- संचार, सूचना और शिक्षा का महत्व का विवेचन कर सकेंगे; और
- मीडिया शिक्षा और इसके महत्व की व्याख्या कर सकेंगे।

1.1 प्रस्तावना

आज संचार के अभाव में जीवन के बारे में सोचना असंभव है। मानव इतिहास विकास की विभिन्न अवस्थाओं से गुजरा है लेकिन वर्तमान को संचार युग के रूप में माना जाता है। यद्यपि संचार मानव इतिहास जितना ही पुराना है लेकिन उल्लेखनीय यह है कि वर्तमान में संचार के रूपों में क्रांतिकारी परिवर्तन हुए हैं। हम उचित रूप से यह मान सकते हैं कि मानव सभ्यता की उत्पत्ति से ही मानव संचार में सूचनाओं का आदान-प्रदान होता रहा था।

तब से सूचनाएँ एकत्रित करने तथा व्यक्तियों एवं स्थानों तक सूचना को प्रेषित करने में महत्वपूर्ण परिवर्तन हुए हैं। वैज्ञानिक एवं तकनीकी प्रगति ने असंख्य सूचनाओं को सुरक्षित रखना संभव बना दिया है ताकि जब कभी उनकी आवश्यकता हो तो उनका प्रयोग किया जा सके।

1.2 संचार

संचार अस्तित्व के प्रत्येक रूप से जुड़ा है। सभी जीवों के पास अपने पर्यावरण से जुड़ने के लिए संचार के विभिन्न तरीके होते हैं। संचार उनके जीवन, विकास और परस्पर संपर्क को गहरे रूप से प्रभावित करता है।

संचार - एक अनिवार्य मानव आवश्यकता

मनुष्य सामाजिक प्राणी है। समाज के अस्तित्व के लिए एक पूर्ण आवश्यकता है संचार। अन्य व्यक्तियों के साथ संप्रेषण की योग्यता सामाजिक व्यवस्था का एक अभिन्न अंग है। यह संप्रेषण, बोलकर, भाषा का प्रयोग कर, संकेतों और चिह्नों तथा इलेक्ट्रानिक तरंगों में किया जा सकता है। इंसान की भाषा, संचार का सबसे महत्वपूर्ण साधन है। मानवीय विचारों को काफी हद तक सही रूप में भाषाओं के द्वारा अभिव्यक्त किया जा सकता है। पशुओं और मनुष्य में सबसे बड़ा अंतर यह है कि मनुष्य चिह्नों की भाषा का प्रयोग करता है।

मानव संप्रेषण केवल शब्दों तक ही सीमित नहीं है। इसमें संपूर्ण शरीर, आँखें, हाथ इन्द्रिय तथा अन्य अंग भी शामिल हैं। ये सब संचार प्रक्रिया में सहायता करते हैं। मानव क्रियाएँ जिन्हें हम शरीर की भाषा में भाषा कहते हैं, और व्यवहार जैसे मुस्कराना, हाथ हिलाना आदि संचार के रूप हैं। वास्तव में कुछ लेखक कहते हैं कि सभी व्यवहार संचार हैं। क्योंकि जब हम संचार बंद कर देते हैं तो हमारे जीवन में कोई समय या क्षण नहीं होगा।

मानव संचार को दो भागों में विभाजित किया जा सकता है :

i) प्रत्यक्ष या स्वाभाविक संचार,

ii) अप्रत्यक्ष या तकनीकी संप्रेक्षण

यदि किसी उपकरण के बिना मानव शरीर से संचार हो तो उसे प्रत्यक्ष या स्वाभाविक संचार कहा जाता है। भाषा, बोलने की कलाएँ, शरीर की भाषा, शरीर के अंगों का प्रयोग करने वाले संकेत प्रत्यक्ष या स्वाभाविक संचार को सरल बनाते हैं। इस प्रकार का संचार समय और स्थान के द्वारा सीमित हो जाता है। आवाज सुनी जाती है तथा संकेत देखें जाते हैं। इस संचार प्रक्रिया में भागीदार प्रेषक और प्राप्तकर्ता दोनों के बीच में कुछ निकटता की आवश्यकता होती है।

दूसरी तरफ अप्रत्यक्ष या तकनीकी संचार में वैज्ञानिक तकनीक का प्रयोग किया जाता है। अप्रत्यक्ष संचार समय और स्थान से काफी दूर बैठे लोगों के बीच भी हो सकता है। इसमें भागीदार अनजान या जान पहचान वाले भी हो सकते हैं।

संचार के तत्व

मानव संचार एक जटिल प्रक्रिया है। राजेश एक छात्र सुबह अपने अध्यापक से मिलता है वह हाथ जोड़ कर अपने अध्यापक को नमस्कार कहता है। जवाब में अध्यापक "हेलो" कहता है तथा अपना सिर हिलाता है।

यद्यपि इस संचार में साधारण अभिवादन ही है तो भी इसमें अनेक क्रियाएँ शामिल हैं। दोनों के बीच "नमस्कार" शब्दों के अर्थ स्पष्ट रूप से समझे जाते तथा हाथ जोड़ना सम्मान का संकेत है। इसी प्रकार राजेश और अध्यापक को यह पता है कि अध्यापक द्वारा दिया गया उत्तर अभिवादन की स्वीकृति और उसकी प्रशंसा है। दूसरे शब्दों में दोनों जो अभिवादन करता है तथा जिसे अभिवादन किया जाता है, को शब्दों और भंगिमाओं, उनकी उपयुक्तता और महत्व के अभिप्राय का पता है।

किसी अध्यापक को हाथ जोड़ना, नमस्ते करना इनका सांस्कृतिक महत्व भी है। भारत में हाथ जोड़ना सम्मान का संकेत है। अभिवादन मनुष्यों के दो वर्गों अध्यापक व छात्र के बीच सामाजिक संबंध भी स्थापित करता है।

संकेत, भाषा, याद, अर्थ

संचार के प्राचीन रूप संभवतः संकेतों तक ही सीमित थे। जिस प्रकार एक बच्चा अपनी उपस्थिति और आदर के लिए संचार करता है प्राचीन लोगों को भी संचार की आवश्यकता होती थी। इसलिए वे एक से दूसरे को, दूसरों को एक समूह से दूसरे समूह को और इसी प्रकार अन्य को संचार के लिए विभिन्न उपाय करते हैं। इस प्रकार संचार के वे मुँह से, ढोल पीट कर आवाज के संकेत, भंगिमाएँ, अग्नि और धूँए के संकेत करना कुछ प्राचीन प्रयास हैं।

इसके बाद भाषा का विकास हुआ। भाषा बनाई गई, प्रतीकों की व्यवस्था के द्वारा विचारों और भावनाओं को संप्रेषित करती है। प्रतीक लिखे गए और बोले गए शब्द हैं और इन प्रतीकों का प्रयोग करने की योग्यता भाषा की प्रवीणता कहलाती है। भाषा के तीन प्रमुख कार्य हैं :

1) मुख्यतः संचार की वाहक,
2) इससे व्यक्ति के व्यक्तित्व एवं उसके समाज की संस्कृति का पता लगता है तथा बदले में इससे व्यक्तित्व और संस्कृति के विकास में सहायता मिलती है,
3) भाषा के माध्यम से संस्कृति की प्रगति एक संप्रेषण समाजों की सजीवता तथा सामाजिक समूहों की प्रभावशाली कार्य प्रणाली का नियंत्रण संभव होता है।

दूसरे शब्दों में कहा जा सकता है कि भाषा बोले और लिखे गए प्रतीकों की व्यवस्था है जो अर्थ की उत्पत्ति के लिए उचित मानक रूप में समाज के सदस्यों द्वारा प्रयुक्त की जाती है। मनुष्य प्रतीकों की दुनिया में रहता है। किसी न किसी रूप में प्रतीक हमेशा सामने होते हैं उन्हें देखा, सुना, महसूस या सूंघा जा सकता है। सीमित उद्देश्यों में पृथक रूप से संघटित होते हैं। उच्चरित शब्दों के माध्यम से संचार के अन्य माध्यमों के रूप में पराभाषा (इतर भाषा) विकसित हो जाती है। यह भाषा के साथ चलने वाली भाषा है जिसमें उच्चरित विशेषताएँ जैसे स्वर (सुर) पहुँच (उच्चारण की) गूँज, ताल, क्वालिटी तथा विभिन्न मौखिक आवाजें होती हैं।

हम प्रतीकों, भाषा या पराभाषा का प्रयोग कर संचार के कार्यों का अनुकरण, अर्थ ग्रहण या व्याख्या नहीं कर सकते जब तक कि उनसे निकलने वाले अर्थ जिनसे वे लिए गए हैं साधन सम्पन्न रूप से याद न हों। अर्थ प्रेषक द्वारा संप्रेषित नहीं किए जाते ये तो शब्दों, प्रतीकों, संदर्भ, तान (लहजा) आदि के आधार पर ग्रहणकर्ता द्वारा ज्ञात किए जाते हैं। संबद्धता, आरोपण तथा व्याख्या आदि संचार प्रक्रिया के कुछ चरण हैं। इस प्रक्रिया के लिए यादाश्त अनिवार्य है।

संचार के कुछ मूल सिद्धांत

1) संचार का उद्देश्य ग्रहणकर्ता द्वारा प्रेषक के संदेश को इस प्रकार समझना है कि वह प्रेषक के उद्देश्य अनुरूप सारगर्भित हो।

2) समझे जाने वाला संदेश प्रेषक द्वारा प्रेषित संदेश के प्रस्तुत करने पर निर्भर करता है।

3) प्रेषक संदेश को सांस्कृतिक रूपों में प्रेषित करता है (प्रेषक के संदेश में प्रस्तुत रूप ग्रहणकर्ता में वही रूप प्रस्तुत करते हैं) कहने का अर्थ है कि केवल संदेह संप्रेषित किए जाते हैं। अर्थ तो ग्रहणकर्ता द्वारा अनुभव किया जाता है।

4) प्रभावशाली संचार के लिए ग्रहणकर्ता तथा प्रेषक एक ही वेवलैंग्थ (एक समान दूरी) पर हो। प्रेषक को ग्रहण कराने के लिए होना चाहिए।

5) यदि प्रेषक का संदेश प्राप्तकर्ता को प्रभावित करने वाला हो तो इसमें प्रभाव की उपयुक्त डिग्री होनी चाहिए।

6) सर्वाधिक प्रभावशाली संचार का परिणाम व्यक्ति दर व्यक्ति संप्रेषण (परस्पर संपर्क) या अंतरवैयक्तिक संप्रेषण होता है।

7) संप्रेषण उस समय सर्वाधिक प्रभावशाली होता है जब प्रेषक संदेश और ग्रहणकर्ता उसी संदर्भ, व्याख्या और विषय से संबंधित हों।

8) संप्रेषण उस समय भी सर्वाधिक प्रभावशाली होता है जब दी गई संदर्भ व्यवस्था में प्रेषक एक सम्माननीय विश्वास वाला मानव है।

9) संप्रेषण उस समय भी अधिक प्रभावशाली हो जाता है जब ग्रहणकर्ता को अपने परिवेश के अनुरूप सरलता से समझ में आ जाता है।

10) संप्रेषण उस समय सबसे अधिक प्रभावशाली होता है जब ग्रहणकर्ता आंशिक रूप में ही सही संदेश को प्रेषक के साथ अपने जीवन के अनुरूप मानता है।

बोध प्रश्न 1

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

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष संचार को परिभाषित कीजिए।

.....

.....

.....

.....

.....

2) भाषा के कोई दो मुख्य कार्य बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

1.3 संचार के कार्य

संचार को समझते हुए हम संचार तरीकों के अनुसार इसके दो मुख्य कार्य बता सकते हैं। 1. मनोवैज्ञानिक पक्ष, और 2. सामाजिक सांस्कृतिक पक्ष

संचार के मनोवैज्ञानिक पक्ष

मानव संचार का पहला चरण है व्यक्ति की संकेतों और प्रतीकों को चुनने और उनका प्रयोग करने की योग्यता। संचार एक ऐसा साधन है जिसके द्वारा व्यक्ति बाहरी दुनिया से संपर्क बनाता है। संचार के लिए बच्चा अपना पहला पाठ अपने वातावरण, आसपास के व्यक्तियों, माता, पिता, भाइयों, बहनों, पड़ोसियों तथा अन्य लोगों से आरंभ करता है। वह अपने वातावरण से संपर्क के लिए चिल्लाने, रोने, हँसने के माध्यम से, अपनी आवश्यकताओं, इच्छाओं, अपनी स्वीकृति, अस्वीकृति, खुशी, दर्द, डर, भय और एकाकीपन को दर्शाने के लिए प्रगति करता जाता है।

व्यक्ति द्वारा प्रकट होने वाला बाहरी संचार उसके अंदर से आरंभ होता है। व्यक्ति की आंतरिक मनोवैज्ञानिक क्षमता उसे बाहरी दुनिया से संपर्क करने के लिए जीवन को व्यवस्थित, विकसित तथा प्रेषित करती है। इसलिए मानव संचार के मनोविज्ञान को हम दो भागों में बाँट सकते हैं - एक जो व्यक्ति के अंदर से प्रवृत्त होता है तथा दूसरा जो संचार प्रक्रिया के ग्रहणकर्ता या भागीदार के रूप में उसे बाहरी दुनिया से जोड़ने में सक्षम बनाता है। संचार प्रक्रिया के लिए ये दोनों ही आवश्यक हैं।

इस प्रकार संचार व्यक्ति के अंदर से आरंभ होकर व्यक्ति और उसके प्रवाह को शामिल करता है। कोई भी संचार, संप्रेषणकर्ता, उसका ग्रहणकर्ता से संबंध तथा संचार के उद्देश्य के बारे में बताता है।

संचार के सामाजिक-सांस्कृतिक पक्ष

संचार के कार्यों पर उन सामाजिक और सांस्कृतिक तथ्यों के अभाव में विचार नही किया जा सकता जो संचार की रचना करते हैं। समाज और संस्कृति में संचार के कार्यों को एक ग्रहणी द्वारा बाज़ार जाने के उदाहरण से स्पष्ट किया जा सकता है। उसका पहला कार्य वस्तु की उपलब्धता, क्वालिटी तथा मूल्य को देखना है। इसके बाद वह मूल्यों तथा क्वालिटी की तुलना करती है तथा स्थिति के अनुसार अपना विश्लेषण करती है। अंत में वह खरीदने का निर्णय करती है। हो सकता है कि इस ज्ञान को वह परिवार के अन्य सदस्यों या पड़ोसियों को भी बताएँ। बाज़ार जाने, संवाद करने, खरीदारी करने तथा दूसरों को सूचना देना जो सामाजिक संपर्क की संपूर्ण क्रिया में शामिल है उस गृहणी के लिए एक प्रकार से मनोरंजन का सा आनन्ददायक साधन होता है।

कार्यों का सारांश

संचार के कार्यों का हम इस प्रकार सारांश बना सकते हैं।

बताना

घटनाओं, कार्यों की व्याख्या

मनोरंजन

स्थिति प्रदान करना

विचार करना या समझाना

प्रचारक के रूप में कार्य करना

वस्तुओं और सेवाओं का विज्ञापन करना

कुछ मनोवैज्ञानिक आवश्यकताएँ पूरी करना

समय का उपयोग करना

लॉस्वेल का वर्गीकरण

हेरोल्ड लास्वेल ने मानव समाज और संस्कृति में प्रसारण के चार कार्य बताएँ हैं। यद्यपि वे सार्वजनिक संप्रेषण के अधिक हैं तथा सभी प्रकार के मानव संचार पर लागू होते हैं। ये हैं :

क) वातावरण की निगरानी

सूचनाएँ एकत्रित करना। मीडिया की घटनाओं और लोगों पर नजर रखता है। वे हमें जो जानने की आवश्यकता है उसके बारे में बताते हैं। विवर स्केरम बताते हैं कि मीडिया चौकीदारी का कार्य करता है। हम मीडिया को मुखबिर (सूचना देने वाला) के रूप में हमारी आँखों, कान और कभी-कभी आवाज होने के रूप में मानते हैं। उसको समाज या पर्यावरण का सर्वेक्षण कर हमें सूचना देने वाला मानते हैं। हम सूचनाओं को अपनी राय बनाने, दृष्टिकोण बनाने तथा निर्णय करने के लिए प्रयोग करते हैं। उपर्युक्त उदाहरण में गृहणी एक जैसी वस्तुओं की अनेक दुकाने देखती है तथा क्वालिटी एवं मूल्यों की तुलना करती है। क्रम करने के निर्णय से पूर्ण राय बनाने के लिए सूचनाएँ एकत्रित करती है।

ख) सहसंबंध या अर्थ लगाना

एकत्रित सूचनाओं को परस्पर संबंध या अर्थ लगाया जाता है। हम घटित होने के ही नहीं इसका कारण की भी व्याख्या करते हैं। हम उसके लाभ तथा खतरों को भी जानने का प्रयास करते हैं। हम घटना का विवरण तथा टिप्पणी भी करते हैं। इससे लोकमत तथा जनता की शिक्षा का आधार बन जाता है। उपर्युक्त उदाहरण में गृहणी वातावरण के जवाब में समाज के विभिन्न अंगों में सहसंबंध स्थापित करती है। प्राप्त सूचनाओं के आधार पर वह निष्कर्षों की व्याख्या करती है तथा फिर निर्णय करती है।

ग) सामाजिक परंपराओं का संप्रेषण

यह कार्य जनता में तथा एक पीढ़ी से अगली पीढ़ी में किया जाता रहता है जिसका अर्थ है सामाजिकता का प्रवाह। मीडिया सामान्य संदर्भों की एक व्यवस्था होती है। डी विटो मीडिया के इस कार्य को शिक्षक और अध्यापक के रूप में मानते हैं। यह हमें व्यवहार के तरीकों के बारे में बताता है तथा सामाजिक धारणाएँ बनाने व राजनीतिक निर्णयों को करने में सहायता प्रदान करता है। सामाजिकता स्थापित करने और सामाजिक परंपराओं के प्रेषण में मीडिया की भूमिका आज जरूरत बन गई है। उदाहरण वाली गृहणी में अपनी समीक्षा, सूचना तथा अनुभव दूसरों को संप्रेषित करती है।

घ) मनोरंजन

सार्वजनिक मीडिया आज मुख्य रूप से मनोरंजन का मीडिया है। आधुनिक सार्वजनिक मीडिया विशेषकर टेलीविजन मनोरंजन का मुख्य घटक है। प्रायः कार्यक्रम यहाँ तक कि शिक्षाप्रद कार्यक्रम भी मनोरंजन के रूप में बनाए जाते हैं। सार्वजनिक मीडिया की प्रसिद्ध छवि मनोरंजन के साधन के रूप में है। यह क्षणिक

रूप से वास्तविकता से दूर ले जाता है (भारत में फिल्मों को डिब्बाबंद सपने कहा जाता है।) कार्यक्रम में क्रियाएँ और घटनाएँ आनंद या मनोरंजन के लिए होती हैं जो समाज की वास्तविकता से परे होती है। जैसे नाटक, खेल और क्रीड़ाएँ, सगीत, विविधता भरे कार्यक्रम तथा ड्रामें आदि।

ङ) समझाना

संचार का एक महत्वपूर्ण कार्य है दूसरों को प्रभावित करना। मीडिया का समाज पर सशक्त प्रभाव पड़ता है। वह जनता को समझाता है उनकी धारणाओं को प्रभावित करता है और उसका व्यवहार बदलने में सहायता करता है। संप्रेषण पारंपरिकता से हट कर आधुनिक पद्धतियों को अपनाने, पुरानी आदतें, परंपराएँ तथा कार्य विधि को बदलने के लिए लोगों को समझा सकता है। सूचनात्मक तथा प्रभावात्मकता के मध्य स्पष्ट भेद करना आसान नहीं है क्योंकि प्रक्रिया किसी न किसी रूप में अवचेतनता से जुड़ी हुई है।

संचार के सामाजिक कार्यों के बारे में स्क्रॉम रवेपोर्टर ने एक भिन्न व्याख्या की है। इसके अनुसार हम राजनीतिक, आर्थिक तथा सामाजिक व्यवस्था की दृष्टि से किए गए विचार से संचार के समग्र सामाजिक कार्यों का चित्रण कर सकते हैं। अन्य लेखकों ने संचार के कार्यों का इस प्रकार सारांश प्रस्तुत किया है : सूचना, व्याख्या और मनोरंजन। उनके अनुसार व्याख्या एक से दूसरे को सूचना संप्रेषित करने का एक स्वाभाविक हिस्सा है।

1.4 संचार में बाधाएँ

संचार प्रक्रिया को रोकने वाले या धीमा करने वाले अनेक तथ्य हैं जिन्हें संचार में बाधाएँ कहा जाता है। इनमें शामिल हैं : भौतिक, सांस्कृतिक, मनोवैज्ञानिक, तकनीकी या यांत्रिक

भौतिक बाधाएँ

भौतिक बाधाओं में शामिल हैं : शोर जो संचार प्रक्रिया को प्रभावित करता है। संचार विज्ञान में संचार प्रक्रिया पर कुप्रभाव डालने वाली कोई भी चीज शोर कहलाती है। शोर चैनल (माध्यम) शोर या अर्थ प्रधान शोर हो सकता है। चैनल शोर बाधा या उपकरण के कारण होता है। इस प्रकार का शोर संदेश प्राप्त करने वाले के सिर के ऊपर से उत्पन्न होता है। इस प्रकार के शोर को रोकने या कम करने के लिए इसे सही या नियंत्रित करने का ऐसा तरीका यांत्रिक या कोई दूसरा तरीका है जो संदेश ग्रहणकर्ता या संदेश को दोहराने वाले से फीड बैक प्राप्त की जाए। इसे यूं भी कहा जा सकता है कि यांत्रिक या किसी अन्य प्रकार से संदेश का फीड बैक प्राप्त कर इस शोर को कम या समाप्त किया जा सकता है।

अर्थ प्रधान शोर से अभिप्राय है वह शोर जो प्राप्तकर्ता में हो यह शब्द, प्रतीक या उनके बीच अर्थ से संबंधित होता है।

प्रेषक और ग्रहणकर्ता के बीच आयु, शैक्षिक पृष्ठभूमि, अवधारणाएँ और अनुभव, भाषा ज्ञान तथा संचार में प्रयुक्त शब्द आदि के संबंध में अंतर होता है। उदाहरण तो यह भी है कि एक ही भाषा के बोलने वालों में यदि एक शब्द के अनेक अर्थ हैं तो भी इस प्रकार की बाधा उत्पन्न हो सकती है। उदाहरण के लिए ''बसंत'' (स्प्रिंग) ऋतु वर्ष की चार ऋतुओं का अर्थ दे सकता है। या स्प्रिंग का अर्थ जल का स्रोत अथवा हवा में उछाल भी हो सकता है। इस प्रकार संचालन के ग्रहणकर्ता को संदर्भ के अनुसार घटना विशेष में बसंत (स्प्रिंग) शब्द के अर्थ को समझना होगा।

सांस्कृतिक बाधाएँ

सांस्कृतिक बाधाएँ सांस्कृतिक पृष्ठभूमि में भिन्नताओं को दर्शाती है जो संचार को विकृत या गलत प्रस्तुत कर सकती है। भंगिमाएँ और शब्द विभिन्न संस्कृतियों में भिन्न अर्थ संप्रेषित कर सकते हैं। युवा वर्ग शब्दों या भंगिमाओं की जो व्याख्या कर सकता है हो सकता है बड़े वैसा नही कर सकते। अपभाषा इसी श्रेणी में आती है। ब्रिटेन में 'लिफ्ट' (Lift) शब्द का प्रयोग किया जाता है जबकि अमेरिका में एलिवेटर (Elevator)। इसी प्रकार वे क्रमशः 'पट्रोल' और 'गैस' प्रयोग करते हैं।

मनोवैज्ञानिक बाधाएँ

संचार के भागीदार प्रेषक व ग्रहणकर्ता में से किसी एक की मनोवृति भी बाधा बन सकती है। पूर्वाग्रह, विद्वेष, सुनने की अनिच्छा, उदासीनता, खुलेपन का अभाव या अवरोध उचित संचार को मनोवैज्ञानिक रूप से बाधित करते हैं।

तकनीकी बाधाएँ

इसमें संचार में प्रयुक्त उपकरणों में यांत्रिक बाधाएँ, उनके प्रयोगकर्ताओं का अनभिज्ञ होना, आवाज में खराबी, शब्दों का अशुद्ध उच्चारण, शब्दों का अनुचित चयन, सामग्री की दोषपूर्ण छपाई आदि तथ्य शामिल हैं जो संचार को बाधित कर सकते हैं।

अन्य बाधाएँ

यद्यपि ऊपर कई बाधाओं की चर्चा की गई है तो भी संचार प्रक्रिया पर कुप्रभाव डालने वाले अन्य अनेक तथ्य हो सकते हैं। संचार करने वाले तथा जिनके लिए किया जाता है उनकी वेवलैंग्थ एक समान होनी चाहिए। दोनों के द्वारा एक दूसरे के बुद्धि, ग्रहण शक्ति, रुचि, प्रेरणा, याद, ज्ञान और अन्य तथ्यों के स्तर को निश्चित नहीं माना जा सकता। संचार में बाधा डालने वाले यांत्रिक और भौतिक दोनों प्रकार तथ्यों का पता लगाकर उन्हें दूर करके इन बाधाओं पर नियंत्रण किया जा सकता है।

बोध प्रश्न 2

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

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) हेरोल्ड लास्वेल द्वारा वर्णित संचार के विभिन्न कार्यों के नाम बताएँ।

.....

.....

.....

.....

.....

2) संचार में कौन-कौन सी बाधाएँ हैं? सांस्कृतिक बाधाओं का वर्णन कीजिए।

.....

.....

.....

.....

.....

1.5 सूचना

संचार में मूल घटक : सूचना

सूचना संचार प्रक्रिया का केंद्र है। सूचना संचार का मूल आधार बनाती है।

सूचना के तीन अनिवार्य घटक है :

i) सूचना एकत्रित करना

ii) उनका संप्रेषण या प्रचार करना,

iii) भविष्य के प्रयोग के लिए या तैयार सामग्री के लिए उनको संरक्षित करना या दस्तावेज़ बनाना।

सूचना एकत्रित करना एक जटिल कार्य है जिसकी रेंज मौखिक व्यक्ति से व्यक्ति को सूचना का आदान-प्रदान तथा दूसरों द्वारा इलेक्ट्रानिक उपकरणों के प्रयोग की घोषणा है। दूरसंचार तकनीक ने डाटा संकलन की प्रक्रिया में क्रांति ला दी है। इसी प्रकार वैज्ञानिक विकास ने डाटा प्रचार में क्रांति कर दी आज सूचना एक स्थान या व्यक्ति से दूसरे स्थान या व्यक्ति तक इस प्रकार पहुँचती है कि सैकड़ों साल पूर्व इसकी कल्पना भी नहीं की जा सकती थी। आज सूचना संप्रेषण तीव्र और कभी-कभी तो क्षणिक हो गया है।

डाटा को भविष्य में प्रयोग या संप्रेषण या अनुसंधान की सुविधा के लिए प्रलेखन करने हेतु संरक्षित रखना बहुत महत्वपूर्ण है। यद्यपि आज लगता है कि समाचार और सूचना क्षणिक तथा भाषावान है तो भी उनको संरक्षित करना महत्वपूर्ण है। संचार तकनीक में हुए विकास के कारण कंप्यूटर चिप तथा कैंपेक्ट डिस्क का प्रयोग कर विशाल डाटा को भंडारित करना संभव हो गया है। सुरक्षा से संबधित डाटा को संरक्षित रखने तथा उसकी सुरक्षा के लिए स्वयं इंटरनेट एक उपकरण का रूप लेने लगा है। इस प्रक्रिया ने विशाल कार्य किया है तथा डाटा को महत्वपूर्ण रूप शुद्ध तथा भावी प्रयोग के लिए स्थाई रूप सरक्षित रखना संभव बना दिया है।

सूचना प्रसारण का तरीका

सूचना संचार का मूल घटक है। हम तब तक संप्रेषण नहीं कर सकते जब तक हमारे पास सामान्य, वस्तुनिष्ठ डाटा व्यवस्था न हो। सूचना अनेक प्रकार के माध्यमों से फैलती है। मीडिया के द्वारा तथा मीडिया से सुनने वाले लोगों द्वारा तथा लोगों से सुनने वाले लोगों द्वारा। सूचना के पहुँचने में लगने वाला समय अनेक तथ्यों पर निर्भर करता है जिसमें मुख्य है सूचना का महत्व, सूचना के दोहराने की संख्या तथा संदेश को वास्तविक रूप से ग्रहण करने वालों के द्वारा इसे दूसरों तक पहुँचाने की डिग्री या स्तर।

अमरीका का राष्ट्रपति जॉन एफ कैनेडी की हत्या का समाचार सूचना प्रसारण में व्यक्ति-दर-व्यक्ति संप्रेषण की भूमिका का आश्चर्यचकित करने वाला उदाहरण प्रस्तुत करती है। विशेषतः जब सूचना का अत्यधिक महत्व हो। लगभग आधे अमेरिकियों ने यह समाचार अन्य लोगों से सुना न कि मीडिया से। लोगों से सुनने के बाद वे प्रमाणिकता तथा और अधिक सूचना के लिए मीडिया की तरफ गए अथवा मीडिया से इस समाचार की पुष्टि की।

सूचना एक वस्तु तथा मानसिक स्थिति है

सूचना अधिक से अधिक वस्तु का रूप ले रही है जिसका वपणन किया जाता है तथा उसका मूल्य होता है। उपर्युक्त वर्णित प्रक्रिया में खर्च और मानव संसाधन शामिल हैं।

समाचार एकत्रित करना उच्च स्तरीय व्यवस्थित एवं विकसित कला है जिसमें अत्यधिक मात्रा या खर्चीली संचार तकनीक शामिल हैं। इस प्रक्रिया को कोई व्यक्ति नियंत्रित एवं दिशा निर्देशित करता है। संसार में सूचनाओं को शीघ्रता एवं सच्चाई से एकत्रित करने के लिए हजारों समाचार पत्रों, रेडियो और टेलीविजन चैनलों में परस्पर होड़ लगी रहती है इस प्रकार गहरी प्रतिस्पर्धा रहती है। इसमें समय एक महत्वपूर्ण मानदंड है। उचित समय से भिन्न सूचना अनुपयोगी मानी जाती है। अपने क्षेत्रों में घटनाओं को टिप्पणी करने और उनकी सूचनाएँ देने का जिन संवाददाताओं का कर्त्तव्य है उनका मुख्य उद्देश्य होता है 'प्रथम' और 'शीघ्र'। अधिक सार्वभौमिक, उचित रूप से व्यवस्थित तथा उपयुक्त संसाधन वाले मीडिया संगठन समाचार एकत्रित करने में अत्यधिक राशि खर्च करते हैं। तथा सर्वाधिक कुशल व्यक्तियों को तैनात करते हैं। इस प्रकार एकत्रित सूचना दूसरों को बेची जाती है। समाचार एजेंसियाँ, समाचार पत्रों, पत्रिकाओं को समाचार बेचती हैं। कॉलम लिखने वालों के कॉलम प्रकाशन संघ होते हैं। इसी प्रकार टेलीविजन और रेडियो कार्यक्रम खरीदे व बेचे जाते हैं।

वह सूचना जिससे अत्यधिक आर्थिक लाभ हो चाहे वह अनिवार्य रूप से सर्वाधिक उपयोगी न हो, उसे मीडिया द्वारा अधिक प्राथमिकता दी जाती है। इस प्रकार इसमें आर्थिक विषय प्रमुख बन गया। यही कारण है कि 1998 में अमरीका में क्लिंटन-मोनिका कांड सर्वाधिक महत्वपूर्ण दर वाला मीडिया या समाचार बन गया था। इसमें मेघा घटना वाले सभी तत्व थे और इसने महान लाभ अर्जित किया। मीडिया मुख्य हस्तियों तथा मेघा घटनाओं से संबंधत समाचार तैयार करता रहता है जैसे राजकुमारी डायना, माइक टायसन, सचिन तेंदुलकर, ओलम्पिक खेल, वर्ड कप आदि के समाचार।

सूचना दिमाग की स्थिति से भी संबंधित होती है क्योंकि इसमें पसंद, चुनाव, त्याग, व्याख्या तथा निचोड़ निकालना, रंगीन बनाना आदि प्रक्रिया शामिल होती है जो कि कुछ कल्पनाशील व्यक्तियों का कार्य होता है। मीडिया व्यक्तियों को जानने की आवश्यकता के अनुरूप न तो सभी सूचनाओं को एकत्रित करता है और न ही उनका प्रचार-प्रसार सूचनाओं को पसंद नापसंद करना या उनका निचोड़ निकालने में प्रक्रिया सहित अनेक तथ्यों का परिणाम होता है।

सूचना, तकनीक तथा सूचना में शामिल उपकरणों में असंतुलन

उत्तरी गोलार्ध के विकसित और दक्षिण गोलार्ध के निर्धन देशों के मध्य सूचनाओं की उपलब्धता तथा वितरण में गंभीर असंतुलन है। यह असंतुलन बिजली, टेलीफोन, रेडियो, टेलीविजन, समाचार-पत्र आदि में शामिल तकनीक और उपकरणों के स्वामित्व तथा नियंत्रण में भी विद्यमान है। विश्व की 10 प्रतिशत आबादी वाला अफ्रीका महाद्वीप में संसार के केवल 1 प्रतिशत दैनिक अखबार, 1 प्रतिशत पुस्तकें, तथा 2 प्रतिशत रेडियो हैं। इसकी तुलना में उत्तरी अमेरिका में विश्व की केवल 7.5 प्रतिशत आबादी है लेकिन 16 प्रतिशत अखबार, 44 प्रतिशत रेडियो तथा 15 प्रतिशत पुस्तकें हैं। गरीब देशों में न केवल सूचनाओं की उपलब्धता का अभाव है अपितु उनके पास उनके अस्तित्व एवं विकास के लिए महत्वपूर्ण सूचनाओं को पहुँचाने वाली तकनीक भी नहीं है।

जब हम भारत की स्थिति देखते हैं तो यह असंतुलन और भी अधिक दिखाई देता है। अधिकांश गरीब ग्रामीण टेलीविजन, रेडियो या अखबार नहीं रख सकते। उनके पास विभिन्न आधुनिक संचार के साधनों का भी अभाव है। उनके पास बहुत कम सूचनाएँ होती हैं जबकि धनवान शहरी व्यक्तियों के पास अत्यधिक सूचनाएँ होती हैं। संचार और सूचना में सार्वभौमिक असंतुलन का अध्ययन स्पष्ट रूप से युनेस्कों द्वारा गठित मैक ब्राइड की रिपोर्ट में बताया गया है। इस अध्ययन ने प्रेस की "नए विश्व सूचना और संचार" आदेश में

सूचना और सरकार : नियंत्रण और शक्ति

सूचना से संबंधित उपर्युक्त तथ्य राजनीतिक व्यवस्था से जुड़े होते हैं जो सूचना के मुक्त प्रवाह या सेंसर और नियंत्रण के द्वारा प्रक्रिया में बाधा पहुँचाते हैं। तानाशाही सरकार वाले देश तथा सर्व सत्तात्मक शासन व्यवस्था वाले राजनीतिक देश मुक्त भाषण और अभिव्यक्ति में हस्तक्षेप करते हैं। फिर भी तथाकथित लोकतांत्रिक या विकसित देशों में भी नियंत्रण के विभिन्न रूप हैं। अनेक देशों में मीडिया पर सरकार का स्वामित्व या नियंत्रण है। सूचना में शक्ति होती है और जो शक्ति को अपने पास बनाए रखना चाहते हैं वे मीडिया को स्वतंत्र तथा उद्देश्यपूर्ण रूप से कार्य करने की अनुमति नहीं देना चाहते।

आज सार्वभौमिक मीडिया नेटवर्क अनेक देशों द्वारा नियंत्रित किया जाता है और वे शक्ति के तथा नियंत्रण शक्ति के केंद्र भी बन गए हैं जो सूचना के मुक्त प्रवाह को बाधित करते हैं।

अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता के वैध संरक्षक लोग होने चाहिए। लोगों की मुक्त अभिव्यक्ति तथा सूचनाओं के आदान-प्रदान में हस्तक्षेप करने वाले नियंत्रण का विरोध किया जाना चाहिए। कोई भी शिक्षित लोकतंत्र वैसे स्वतंत्र एवं मुक्त मीडिया के अभाव में कार्य नहीं कर सकता जो लोगों के पास सच्ची सूचनाओं की उपलबधता को सुनिश्चित करता हो।

सूचना एवं लोकमत का निर्माण

लोकतंत्र में मीडिया लोकमत के निर्माण में सहायता करता है। सूचना लोगों को सही निर्णय करने में योगदान करती है जिससे राजनीतिक कार्यप्रणाली की क्वालिटी पर प्रभाव पड़ता है। मुक्त प्रेस या पत्रकारिता अधिकार और राष्ट्रीय संपत्ति के दुरुपयोगों को प्रकाशित कर सकते हैं। सूचना लोगों की सामाजिक कार्य प्रणाली एवं संस्थाओं में भागीदारी करने में सहायता कर सकती है। सूचना विद्यायिका, कार्यपालिका तथा न्यायपालिका की प्रभावशाली कार्यप्रणाली में सहायता प्रदान कर सकती है।

सूचना एवं सामाजिक परिवर्तन

सूचना का समाज और सामाजिक परिवर्तन पर पड़ने वाले प्रभाव को जानने के लिए अनेक सामाजिक विश्लेषण किए गए हैं। कृषि, स्वास्थ्य, वैज्ञानिक स्थिति और प्रगतिशील विचारधारा से संबंधित सूचनाओं का लोगों में प्रचार करने के मीडिया का प्रयोग किया जाता है। सूचना लोगों को अंध विश्वास की परंपराओं का पालन की अपेक्षा प्रगतिशील बनाने में सहायता करती है। भारत में टेलीविजन का प्रथम प्रयोग ग्रामीण समाज की स्टेलाइट इंस्ट्रक्शनल टेलीविजन एक्सपेरीमेंट (एस आई टी ई) के माध्यम से सूचना देने के लिए किया गया।

भारत में मीडिया के माध्यम से सूचना ने सामाजिक धारणाओं में परिवर्तन लाने में विशेषतः अस्पृश्यता, अशिक्षा को समाप्त करने तथा बालविवाह, जनसंख्या नियंत्रण, चुनाव प्रक्रिया में भाग लेने तथा टीकाकरण आदि में काफी सहायता प्रदान की है।

'साधन संपन्न' और 'साधनहीन' सूचना

साधन सम्पन्न सूचना (रिच) और साधन हीन (पुअर) सूचना का कथन विभिन्न देशों तथा देश के विभिन्न भागों में गहरे असंतुलन को दर्शाता है। सूचना मीडिया के विभिन्न रूपों तक तुरंत पहुँच जाती है जबकि साधन हीन सूचना जो प्रायः आर्थिक रूप से कमज़ोर साधन वाली होती है उसमें किसी सूचना के साधन तक उचित रूप से पहुँचने का अभाव होता है।

मैक ब्राइड रिपोर्ट तथा बाद के अनेक अध्ययनों ने सूचना के एकाधिकार को समाप्त करने तथा लोगों के विषयों को प्रभावित करने वाली सूचनाओं से प्रत्येक को लाभ उठाने के लिए सार्वभौमिक वातावरण बनाने की आवश्यकता का उल्लेख किया है।

सूचना एवं सत्य

सूचना एकत्रित करने, वितरण करने या संरक्षित करने के तरीके में सच्चाई के परम महत्व को हम नहीं भूल सकते। मीडिया का व्यावसायिक होने से इसमें नैतिक सिद्धांतों का भी महत्व हो गया है। जब सूचना को सच्चाई के साथ प्रस्तुत नहीं किया जाता हो या संदर्भ रहित होती हो या स्वार्थों से प्रेरित होती हो तो सच्चाई का अंत हो जाता है। समय तात्कालिकता की माँग से गति तो आ गई है लेकिन सत्य गौण हो गया। आज अत्यधिक मात्रा में सूचनाओं के उपलब्ध होने के कारण इनकी क्वालिटी सच्चाई को नियंत्रित करना कठिन होता जा रहा है। मीडिया की स्वस्थ आलोचना, निगरानी तथा समाज के बड़े भाग की भागीदारी से सूचना मीडिया की सच्चाई तथा मूल्य स्थापना में बड़ी सहायता मिलती है।

1.6 शिक्षा और संचार

नए विश्व में सूचना और संचार व्यवस्था के लिए शिक्षा

संचार को सामाजिक ऐतिहासिक सच्चाई के अभिन्न तत्व के रूप में समझा जाना चाहिए। संचार मुख्यतः सामान्यतः एवं भाईचारा स्थापित करने से संबंधित है। लोगों को केवल लाभ उठाने वाला ही नहीं बनना चाहिए बल्कि संचार प्रक्रिया में भागीदार भी होना चाहिए। इसके लिए शिक्षा को संचार में शामिल करने तथा संचार के साथ संबद्ध होने के लिए व्यवस्थित प्रयास करने की आवश्यकता है। शिक्षा में शामिल किए जाने वाले मुख्य क्षेत्र हैं जो लोगों में जागरूकता को दृढ़ बनाना, संप्रेषण के महत्व को जानना तथा साधन सम्पन्न तकनीकी जानकारी प्रदान करना। इसमें सार्थकता एवं पहचान बनाने वाली प्रक्रिया में भागीदार होना शामिल है। शिक्षा और प्रशिक्षण ऐसे विशेषज्ञों द्वारा दिया जाना चाहिए जो संचार में शिक्षा से संबंधित समस्याओं पर अनुसंधान करते हो तथा व्यापक विकल्प बनाने वाले हों। जिसमें दोहरा संतुलित भागीदार संचार हो जिससे प्रयोगकर्ता को न्यू वर्ड इंफोर्मेशन एँड कॉम्युनिकेशन आर्डर (एन डब्ल्यू आर सी ओ) में सहायता प्राप्त हो।

शिक्षा ऐसी हो कि व्यक्ति संचार प्रक्रिया का मात्र उद्देश्य हो कर इसका एक हिस्सा बन जाए। प्रत्येक के पास सूचना मीडिया को प्राप्त करने और प्रयोग करने के लिए सहज एवं समान अवसर होने चाहिए। लोगों को संदेश या सूचना तैयार करने, वितरण करने और संचार नीति तथा योजना की प्रक्रिया बनाने में भाग लेना चाहिए।

लोकतांत्रिक संचार को राष्ट्रीय शिक्षा योजनाओं का एक अभिन्न अंग बनना चाहिए। लोगों को न केवल मीडिया एवं सूचना की प्राप्ति हो बल्कि उन्हें उसका प्रभावशाली प्रयोग करना भी आना चाहिए। शिक्षा से व्यक्ति की सांस्कृतिक पहचान में वृद्धि हो तथा आत्म एवं सामाजिक चेतना प्रक्रिया को बढ़ावा मिले तथा परिवर्तन की आवश्यकता महसूस होनी चाहिए।

एन डब्ल्यू आई सी ओ अंतरराष्ट्रीय स्तर पर शिक्षा के औपनिवेशवाद को समाप्त करने तथा राष्ट्रीय स्तर पर इसके लोकतांत्रिक होने की आवश्यकता बताता है। यह संचार शिक्षा के क्षेत्र में प्रशिक्षण पद्धति तथा पाठयक्रम विकास के उद्देश्यों के महत्व को दर्शाता है। मीडिया की शिक्षा द्वारा ऐसा परिवेश उत्पन्न होना चाहिए कि इसमें प्रशिक्षित व्यक्तियों का लोगों की संस्कृति, परंपराओं मूल्यों तथा विकास आपवश्यकताओं के साथ प्रत्यक्ष संबंध हो।

विशेष रूप से कहा जाए तो सार्वजनिक मीडिया शिक्षा पर व्यापक प्रभाव डालता है। इसके लिए मीडिया के अध्ययन की तथा शैक्षिक पाठयक्रम में मीडिया शिक्षा को भी अच्छी तरह शामिल करने की आवश्यकता है।

मीडिया शिक्षा

मीडिया शिक्षा समाज में मीडिया की अधिक दायित्वपूर्ण भागीदारी के लिए विवेचनात्मक चिन्तन की प्रक्रिया है। इसमें तीन तथ्य शामिल हैः

क) विश्लेषण, भाषा और तकनीक की जागरूकता

ख) प्रस्तुत सामग्री, माध्यम, प्रयुक्त संवर्धन नीति, राजनीतिक और आर्थिक नियंत्रण के द्वारा व्यक्ति और समाज पर पड़ने वाले प्रभाव की समीक्षा और मूल्यांकन

ग) मीडिया के प्रयोग द्वारा समाज से संबंधित सूचनाओं को तैयार करने में मीडिया में शामिल व्यक्तियों की भागीदारी।

मीडिया शिक्षा के निम्नलिखित उद्देश्य हैं:

- मीडिया संस्कृति को समझना
- मीडिया की भाषा से परिचित होना
- सृजन एवं कला की प्रशंसा करना
- मीडिया व्यवसाय की नीति को जानना एवं समझना
- मीडिया में लोगों के कार्य या नेटवर्क को जानना
- मीडिया को वास्तविक बनाना
- तथ्य और अर्थ निकालने के बीच संबंध को समझना
- वास्तविक जीवन एवं मीडिया के जीवन में अंतर को समझना।

मीडिया विशेषज्ञ नेयल एडर्सन के अनुसार ''मीडिया शिक्षा अब शिक्षा से अलग करने योग्य नहीं है। यदि हम छात्रों को बुनियादी निपुणताओं जैसे पढ़ने और गणित में प्रशिक्षण करते हैं उसी प्रकार हमें उनको मीडिया के बारे में भी प्राशिक्षित करना चाहिए''।

मीडिया शिक्षा पर यूनेस्को घोषणा

(यूनेस्को घोषणा और 19 देशों के प्रतिनिधियों द्वारा सर्वसम्मति से संघीय जर्मनी गणतंत्र गर्नवाल्ड में आयोजित यूनेस्को की 1982 के मीडिया शिक्षा पर आयोजित अंतर्राष्ट्रीय संग्गोष्ठी में जारी की गई)।

हम ऐसे संसार में रहते हैं जहाँ मीडिया सर्वव्यापी है। ऐसे लोगों की संख्या में निरंतर वद्धि हो रही है जो अपना अधिकांश समय टेलीविजन देखने, समाचार पत्र और पत्रिकाएँ पढने, रिकार्ड बजाने और रेडियो सुनने में व्यतीत करते हैं। कई देशों में उदाहरणार्थ बच्चे पहले से ही स्कूल जाने की अपेक्षा टेलीविजन अधिक देखते हैं।

मीडिया की संदेह रहित शक्ति की आलोचना करने या उसे स्वीकारने की अपेक्षा सुस्थापित सत्य के रूप में विश्व में उसके प्रभावों के महत्व एवं भागीदारी को स्वीकार करने की आवश्यकता है। आधुनिक विश्व में संस्कृत के एक महत्वपूर्ण घटक के रूप में

भी उसे समझने की आवश्यकता है। न तो विकास प्रक्रिया में संचार एवं मीडिया की भूमिका के महत्व को और न ही सामाजिक गतिविधियों में लोगों की भागीदारी के कार्य को कम मानना चाहिए। राजनीतिक एवं शैक्षिक व्यवस्थाओं को उनके नागरिकों में संचार प्रक्रिया की विवेचनात्मक समझ को बढावा देने में उनके सुकार्यों को मान्यता देने की आवश्यकता है।

खेद की बात है कि सरकार औपचारिक और अनौपचारिक शिक्षा पद्धतियाँ मीडिया शिक्षा या संचार के लिए शिक्षा को बढावा देने के बारे मे नगण्य कार्य कर रही है। प्रायः प्रदत्त शिक्षा और लोगों के वास्तविक संसार में आकाश-पाताल का अंतर होता है। लेकिन यदि समझदार नागरिक बनाने में मीडिया शिक्षा के पक्ष में तर्क देना आज कठिन है तो निकट भविष्य में संचार तकनीक के विकास जैसे उपग्रह संचार, दो तर केवल प्रणाली, टेलीविजन डाटा प्रणाली वीडियो कैसेट और डिस्क सामग्री के विकसित होने से इन विकासों के परिणाम स्वरूप मीडिया प्रयोग के विकल्प होने पर ये तर्क विरोधहीन हो जाएंगे।

जिम्मेदार शिक्षक इन विकासों की अनदेखी नहीं करेंगे बल्कि वे अपने छात्रों के साथ इनको समझने में तथा तीव्र दोहरी संचार प्रणाली के विकास परिणामों को सार्थक बनाने एवं बाद में अलग करने एवं सूचना प्राप्त करने के लिए कार्य करेंगे। सार्वजनिक मीडिया द्वारा सभ्यताओं में सूचना और विचारों को प्रवाहित करने एवं सांस्कृतिक पहचान पर उनके प्रभाव को कम नहीं माना जा सकता।

मीडिया शिक्षा उस समय और अधिक प्रभावशाली हो जाती है जब अभिभावक, मीडिया से जुडे व्यक्ति, तथा नीति निर्माता यह स्वीकार लें कि उन्हें श्रोताओं, दशकों और पाठकों में सूक्ष्म विवेचनात्मक जागरूकता के विकास में भूमिका निभानी है। शैक्षिक और संचार प्रणालियों में जितनी अधिक भागीदारी होगी निःसंदेह यह प्रभावशाली शिक्षा के लिए उतना ही महत्वपूर्ण कदम होगा। इसलिए हमने निम्नलिखित कार्यों के लिए सक्षम अधिकारियों से संपर्क किया:

1. व्यापक मीडिया शिक्षा कार्यक्रमों को आरंभ किया जाए तथा समर्थन दिया जाए। ये कार्यक्रम विद्यालय पूर्व से विश्वविद्यालय तथा प्रौढ़ शिक्षा स्तर पर हो इनका उद्देश्य लोगों में ज्ञान, प्रवीणता तथा धारणाएँ विकसित करना हो। जिससे विवेचनात्मक जागरूकता का विकास हो। इसके परिणाम स्वरूप इलेक्ट्रानिक और मुद्रित मीडिया के प्रयोगकर्ताओं में प्रर्याप्त सामर्थ्य आए। आदर्श के रूप में इन कार्यक्रमों में मीडिया उत्पादों का विश्लेषण करना सृजनात्मक अभिव्यक्ति के साधन के रूप में मीडिया का प्रयोग करना और उपलब्ध मीडिया चैनलों (माध्यमों) में भागीदारी का प्रभावशाली उपयोग करना शामिल किया जाना चाहिए।

2. मीडिया के बारे में ज्ञान और समझ को बढ़ाने और उपयुक्त शिक्षण पद्धतियों में प्रशिक्षित करने के लिए अध्यापकों तथा मध्यवर्ती व्यक्तियों के लिए प्रशिक्षण पाठयक्रम तैयार करना।

3. मीडिया शिक्षा के लाभार्थ अनुसंधान और विकास को प्रेरित करना जैसे मनोविज्ञान, समाजशास्त्र तथा संचार विज्ञान आदि से लाभ करना, और

4. अंतर्राष्ट्रीय कपरटीनों को बढ़ावा देने के लिए यूनेस्को द्वारा बनाए गए या आयोजित कार्यों को समर्थन देना तथा उन्हें मजबूत बनाना।

बोध प्रश्न 3

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

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तरों का मिलान कीजिए।

1) सूचना के तीन अनिवार्य घटक क्या हैं?

.....

.....

.....

.....

.....

2) 'साधन सम्पन्न सूचना' और 'साधन हीन सूचना' का क्या अभिप्राय है?

.....

.....

.....

.....

.....

3) मीडिया शिक्षा क्या है? मीडिया शिक्षा के कुछ उद्देश्य बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

सारांश

संचार शब्द का आज अनेक अर्थों में प्रयोग किया जाता है। लोग इस शब्द को समान रूप से सड़क और रेल परिवहन के लिए तथा घर के बाहर स्थित टेलीफोन बूथ के लिए प्रयोग करते हैं। यह शब्द मानव एवं पशु संचार के लिए भी प्रयोग किया जाता है। इस इकाई में हमने संचार का अध्ययन सामाजिक जीवन एक परस्पर संपर्क की मूल आवश्यकता के रूप में किया है। इंसान के पास विश्व तथा परस्पर एक दूसरे के साथ संचार की अद्भूत योग्यता है। हमने संचार के कार्यों की जाँच की है। हमने इस बात को भी देखा है कि निरंतर सामाजिक संबंध और संपर्क में रहते हुए अर्थात् स्थाई रूप से संचार की अवस्था में रहते हुए यह व्यक्तियों की विभिन्न आवश्यकताओं की कैसे पूर्ति करता है। हमने संचार को संभव एवं प्रभावी बनाने वाले घटकों की प्रक्रिया पर ध्यान केंद्रित किया है। अंत में हमने संचार, सूचना एवं शिक्षा में घनिष्ठ संबंधों का भी विश्लेषण करने का प्रयास किया है। हमने यूनेस्को घोषणा का भी उल्लेख किया है तथा आज के युग में मीडिया शिक्षा के महत्व का भी वर्णन किया है।

1.8 शब्दावली

नियंत्रण : मीडिया क्षेत्र में इसका अर्थ है सरकार तथा अन्य संगठनों द्वारा एकल स्वामित्व और सूचना का प्रतिबंधित प्रयोग। इनके द्वारा मीडिया पर जितना अधिक नियंत्रण होगा उसके उतना ही कम भागीदार होने की संभावना है।

मनोरंजन : सूचना का एक कार्य मनोरंजन करना है। अधिक विकसित मीडिया जैसे टेलीविजन इस घटक को बहुत महत्व देते हैं।

सूचना प्रवाह : यह सूचना वितरण, उपलब्धि के तरीके के अर्थ को बताता है। प्रतिबंध और नियंत्रण सूचना प्रवाह पर बुरा प्रभाव डाल सकते हैं।

मीडिया शिक्षा: यह मीडिया की कार्य शैली तथा समाज में उनकी भूमिका एक कार्य का वर्णन करने के लिए प्रयोग किया जाता है।

समझाना : सूचना का एक कार्य समझाना है। सभी मीडिया साधन कुछ तरीकों से लोगों को कुछ कार्य करने और न करने के बारे में समझाते हैं। विज्ञापन उत्पादों की बिक्री के लिए बहुत समझाते हैं।

प्रसारण/संप्रेषण : एक स्थान या व्यक्ति से दूसरे को सूचना पहुँचाने की प्रक्रिया। मौखिक परंपरा में सूचना मौखिक शब्दों के द्वारा पहुँचाई जाती है। आधुनिक संचार सूचना संप्रेषण के लिए उपग्रहों का प्रयोग करते हैं।

समय पर : सूचना को जनता की विशेष आवश्यकताओं को निर्धारित समय पर पूरा करना चाहिए। सही समय समाचार तथा सूचना आदि के मूल्य और महत्व को बढ़ा देता है। जैसे मौसम की भविष्यवाणी तथा दुर्घटनाओं आदि की सूचना समय पर दी जानी चाहिए।

1.9 कुछ उपयोगी पुस्तकें

मेतिवन एल डिफ्लेयर - एवरेटी इ डेनिस, 1991

अंडरस्टेडिंग मास कोम्युनिकेशन, गोयल साब, नई दिल्ली

सबीर घोष, 1996, मास कोम्युनिकेशन टुडे इन द इंडियन कांटेक्सट, प्रोफाइल पब्लिसर्स : कलकत्ता

केवल जे कुमार, 1981, मास कोम्युनिकेशन इन इंडिया, जयको पब्लिशिंग हाऊस, बंबई

प्रदीप कुमार डे, 1993, पर्सपेक्टिव इन मास कोम्युनिकेशन, कल्याणी पब्लिशर्स, नई दिल्ली

फ्रैंज - जोज़फ इलियर्स, 1996, कोम्युनिकेटिंग इन कोम्यूनिटी, सत प्रकाशन संचार केन्द्र, इंदौर

1.10 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष संचार को परिभाषित कीजिए।

यदि मानव शरीर को छोड़ कर बिना किसी उपकरण की सहायता से प्राप्त संचार प्रत्यक्ष संचार है। भाषा, बोलने की कलाएँ, शारीरिक भाषा, शारीरिक अंगों से किए जाने वाले संकेत प्रत्यक्ष या स्वाभाविक संचार को सुगम बनाते हैं। दूसरी तरफ

अप्रत्यक्ष संचार में विकसित वैज्ञानिक तकनीकों का प्रयोग होता है। अप्रत्यक्ष संप्रेषण समय एवं स्थान से बहुत दूर व्यक्तियों के बीच भी हो सकता है।

2) भाषा के किन्हीं दो मुख्य कार्यों का वर्णन कीजिए।

ये हैं :

i) संचार की वाहक

ii) सभ्यताओं की प्रगति एवं संप्रेषण, सभ्यताओं की निरंतरता बनाए रखना तथा सामाजिक समूहों के प्रभावशाली कार्य और उनका नियंत्रण करना

बोध प्रश्न 2

1) हेरोल्ड लास्वेल द्वारा वर्णित संचार के विभिन्न कार्यों के नाम बताएँ।

हेरोल्ड लास्वेल मानव समाज एवं संस्कृति में संचार के निम्नलिखित नाम बताएँ है :

क) वातावरण की निगरानी,

ख) सह-संपर्क या व्याख्या,

ग) सामाजिक परंपराओं का संप्रेषण,

घ) मनोरंजन, तथा

ङ) समझाना।

2) संचार में कौन-कौन सी बाधाएँ हैं? सांस्कृतिक बाधाओं का वर्णन कीजिए।

संचार प्रक्रिया को धीमा या बाधित करने वाले अनेक घटक हैं। उन्हें हम संचार की बाधाएँ कहते हैं। ये हैं भौतिक, सांस्कृतिक, मनोवैज्ञानिक तकनीकी या यांत्रिक।

संचार की सांस्कृतिक बाधा से अभिप्राय है सांस्कृतिक पृष्ठभूमि में भिन्नताएँ जो संदेश को विकृत या गलत अर्थ में ले सकती है। भंगिमाएँ तथा शब्द विभिन्न सभ्यताओं में भिन्न अर्थ देते हैं।

बोध प्रश्न 3

1) सूचना के तीन अनिवार्य घटक क्या हैं?

ये हैं :

i) सूचना एकत्रित या संकलित करना

ii) संप्रेषण या प्रसारण करना

iii) तैयार संदर्भ या भावी प्रयोग के लिए संरक्षित या संग्रहित करना

2) 'साधन सम्पन्न सूचना' और 'साधन हीन सूचना' का क्या अभिप्राय है?

'साधन सम्पन्न सूचना' और 'साधन हीन सूचना' में सूचना वितरण के तरीके में आकाश-पाताल का अंतर है। साधन सम्पन्न सूचना मीडिया के विभिन्न साधनों तक तुरंत पहुँच जाती है जबकि साधन हीन सूचना जो प्रायः आर्थिक रूप से निर्धन भी होते हैं। सूचना के किसी साधन तक उचित रूप से नहीं पहुँच पाती।

3) मीडिया शिक्षा क्या है? मीडिया शिक्षा के कुछ उद्देश्य बताइए।

समाज में अधिक दायित्वपूर्ण भागीदारी के लिए सार्वजनिक मीडिया पर विवेचनात्मक प्रक्रिया लागू करना मीडिया शिक्षा है। इसके निम्नलिखित उद्देश्य हैं :

- मीडिया संस्कृति को समझना
- मीडिया भाषा को जानना
- सृजन और कला की प्रशंसा करना
- मीडिया व्यवसाय नीति को जानना और समझना
- मीडिया में लोगों के कार्य या नेटवर्क को जानना
- मीडिया को विश्वसनीय बनाना
- तथ्य और अर्थ निकालने के बीच संबंध समझना
- मीडिया जीवन और वास्तविक जीवन के बीच अंतर समझना।

इकाई 2 संचार - अवधारणा, प्रकार और प्रक्रिया

इकाई की रूपरेखा

2.0 उद्देश्य
2.1 प्रस्तावना
2.2 शब्दार्थ और परिभाषाएँ
2.3 संचार प्रक्रिया की क्रियाविधि
2.4 संचार प्रक्रिया के मॉडल
2.5 प्रौद्योगिकी क्रांति और सार्वभौमिक संचार
2.6 संचार में सामाजिक-सांस्कृतिक तत्व
2.7 संचार के प्रकार
2.8 सारांश
2.9 शब्दावली
2.10 कुछ उपयोगी पुस्तकें
2.11 बोध प्रश्नों के उत्तर

2.0 उद्देश्य

इस इकाई का उद्देश्य कुछ संचार के महत्वपूर्ण शब्दों और उनकी परिभाषाओं को समझने में आपकी सहायता करना है। संचार शब्द को संचार प्रक्रिया में भेजने वाला, पाने वाला, चैनल, संदेश और फीडबैक आदि का अर्थ समझेंगे। साथ ही संचार के मुख्य स्वरूपों का भी अध्ययन करेंगे। संचार प्रणाली को ठीक से जानने के लिये हमें इसके विश्वव्यापी स्वरूप और तकनीकी क्रांति का इस पर प्रभाव को भी जानना होगा। सामाजिक, सांस्कृतिक तत्व जैसे भाषा, चिह्न, संकेत, फीडबैक एवं शोर (दूषण) भी इस खंड में जानेंगे। इस इकाई में संचार प्रणाली के प्रकार की प्रारंभिक लक्षणों की जानकारी दी गई है जिनके बारे में अगली इकाई में ज्यादा जानकारी मिलेगी। इस इकाई को पढ़ने के पश्चात् आप:

- संचार प्रणाली की परिभाषा को समझ सकेंगे;
- संचार प्रणाली की प्रक्रिया और उसके विभिन्न स्वरूप (मॉडल) को जान सकेंगे;
- तकनीकी क्रांति और संचार का विश्वव्यापी फैलाव को स्पष्ट कर सकेंगे;
- सामाजिक, सांस्कृतिक तत्व जैसे भाषा, चिह्न, फीडबैक और शोर की व्याख्या कर सकेंगे; और
- संचार प्रणाली के प्रकारों का विवेचन कर सकेंगे।

2.1 प्रस्तावना

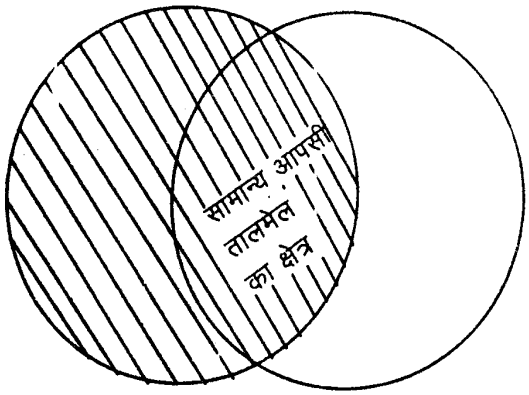
संचार का मानव जीवन एवं क्रियाकलापों से गहरा संबंध है। इसकी आंतरिक क्रिया में आधारभूत नियमों और दूसरी बातों की जानकारी आवश्यक है। जैसा कि हम अध्ययन करेंगे कि संचार वैयक्तिक एवं सामूहिक दोनों रूपों में आवश्यक है। संचार अथवा संवाद के बिना मनुष्य पूर्ण नहीं है। हमें यह मानना होगा कि संवाद अथवा संचार मनुष्य के सुचारु कार्यक्रम और अन्य सामाजिक गतिविधियों के लिए, जिसमें वह रहता है, अतिआवश्यक है। हम देखेंगे कि अंतिम लक्ष्य संचार का जो है, वह है सांझा विकास और सामुदायिक संबंधों की प्रगति। हमें यह समझना होगा कि किस प्रकार संचार प्रणाली किसी व्यक्ति एवं समाज को प्रभावित करती है तथा इसके कार्यप्रणाली के भिन्न-भिन्न तरीके और उपकरण क्या-क्या हैं?

2.2 शब्दार्थ और परिभाषाएँ

व्युतपत्ति के आधार पर 'कम्यूनिकेशन' शब्द लेटिन शब्द 'क्युमिन' से बना है जिसका अर्थ है सांझा। अर्थात् जब हम संवाद करते हैं, हम किसी के साथ सांझापन स्थापित करते हैं। अर्थात् हम किसी के साथ सूचना या विचार या दृष्टिकोण का आदान-प्रदान करते हैं। संचार शब्द की सामान्य परिभाषा नित्य प्रयुक्त होने वाले अर्थ में देखी जा सकती है। यानी कोई विचार अथवा सूचना देना, प्राप्त करना अथवा सूचनाओं एवं विचारों का आदान-प्रदान करना। न्यू वेवस्टर शब्दकोश में संचार प्रणाली की परिभाषा है, विचार; राय; सूचना; भाषा आदि कोई कार्य लिखित या मौखिक रूप से देना-लेना या भेजना होता है।

किसी परिभाषा का अवलोकन करते समय सांझापन, आपसदारी विचारों का विनिमय, सामाजिक सहभागिता और सार्वजनिक आवश्यकता और उद्देश्य का होना भी महत्वपूर्ण तत्व है।

जहाँ सामान्य अनुभव का क्षेत्र होता है तो हम कह सकते हैं कि संवाद हुआ है। निम्न चित्र में इस तथ्य को दर्शाया गया है।



वैसे तो संचार प्रक्रिया की कई परिभाषाएँ विद्यमान हैं लेकिन उन सभी का सार इस बात में है कि संवाद प्रक्रिया संदेशों के आदान-प्रदान की सामाजिक आवश्यकता है। डेनिस मेकक्वेल के शब्दों में संचार प्रक्रिया 'एक ऐसी क्रिया है जो सांझापन बढ़ाती है।' वह कहता है कि संचार का अर्थ है एक व्यक्ति से दूसरे को उपयोगी संदेश पहुँचाना।

चार्ल्स मोरिस इसको दो तरह परिभाषित करते हैं। व्यापक अर्थ में संचार प्रक्रिया का अर्थ है सांझापन को विकसित करना और सीमित अर्थ में संकेतों का अर्थपूर्ण आदान-प्रदान। जार्ज लुनबर्ग के अनुसार संचार प्रक्रिया का अर्थ है विचारों को संकेतों और चिह्नों की सहायता से उपयोगी रूप प्रदान करना।

बेकर ब्राऊनेल संचार प्रक्रिया को दो तरह मानते हैं प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष। प्रत्यक्ष का मतलब है ऐसी प्रक्रिया जिसमें संदेशों को संकेतों में बदलकर एक व्यक्ति से दूसरों तक ले जाई जाती है।

थिओडोर न्यूकॉम का कहना है कि संचार वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति एक दूसरे को प्रभावित करते हैं अथवा दूसरों पर अपनी छाप छोड़ते हैं।

शैनन की परिभाषा अन्य परिभाषाओं की तुलना में कुछ ज्यादा सटीक लगती है। उसकी संचार प्रक्रिया की गणितीय थ्योरी के अनुसार 'संचार प्रक्रिया में वे सब तरीके शामिल हैं जिनके द्वारा एक दिमाग दूसरे दिमाग को प्रभावित करता है या एक तंत्र दूसरे तंत्र को प्रभावित करता है।'

उपर्युक्त परिभाषाओं में से हमें कुछ महत्वपूर्ण तथ्य मिलते हैं। प्रथम, परिभाषाएँ संचार प्रक्रिया के अर्थ को विस्तार देती है और इस विस्तारित अर्थ में तो कई तरह की पशुओं की प्रतिक्रिया और यांत्रिक क्रियाकलाप भी संचार प्रक्रिया के अंग समझे जा सकते हैं। दूसरे, परिभाषाएँ सूचना पाने वाले की स्थिति के अनुसार महत्ता और मूल्य को इंगित करती है। इस प्रक्रिया का अनुसंधान और रेज़ाना के अनुभव बताते हैं कि अधिक महत्वपूर्ण बिंदु प्रथम ही है। ये सब तथ्य मिलकर संचार प्रक्रिया की परिभाषा को स्पष्ट करते हैं।

परंतु संचार प्रक्रिया, जैसा कि ऐशले मोन्टेग और फ्लायड मैटसन निर्धारित करते हैं, संकेतों का मायाजाल, प्रचार माध्यमों, संदेशों, सूचनाओं और प्ररेणाओं से अधिक व्यापक अर्थ रखती है। यह केवल संदेशों को ही इधर-उधर पहुँचाने का कार्य नहीं है बल्कि मानवीय तत्व भी इसका एक आवश्यक पहलू है। चाहे साफ हो या धुंधली, खामोश हो या शोर युक्त चाहे जानबूझ कर हो या अकस्मात, संचार प्रक्रिया आपसी मेल-मिलाप की नींव है। इसमें वे सभी तरीके शामिल हैं जो मानव समुदाय द्वारा अपने विभिन्न क्रियाकलापों के लिये व्यवहार में लाये जाते हैं। अपने विचार, कल्पना, नियम और विश्वास आदि व्यक्त करने के लिये महत्वपूर्ण साधन है।

बोध प्रश्न 1

टिप्पणी : क) अपने उत्तर के लिये नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) संचार प्रक्रिया क्या है? संचार प्रक्रिया का उद्देश्य क्या है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) संचार प्रक्रिया की दो परिभाषाएँ दीजिए।

क) .....

.....

.....

ख) .....

.....

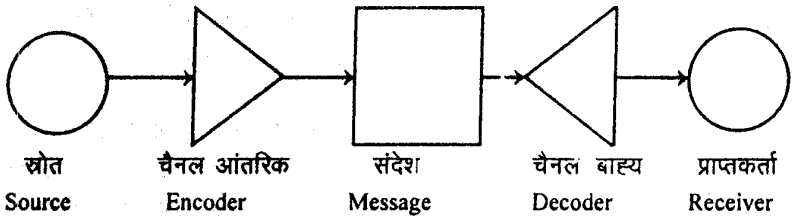
.....

.....

2.3 संचार प्रक्रिया की क्रियाविधि

अरस्तू, ऐसे विद्वान थे जिन्होंने सबसे पहले संचार प्रक्रिया के बारे में बतलाया, उन्होंने तीन तत्वों को चिन्हित किया, जिनके नाम, क) वक्ता, ख) भाषण, ग) श्रोता रखे गए। उपर्युक्त से ज्यादा स्वीकार्य है हैरोल्ड लासवेल और डेविड बेरलों द्वारा बताया गया संचार प्रक्रिया का

स्वरूप। इनके अनुसार संचार प्रक्रिया के चार तत्व अवश्य है स्रोत, संदेश, चैनल एवं प्राप्त कर्ता।



भेजने वाला (स्रोत)

भेजने वाला अथवा स्रोत। कोई व्यक्ति (लिखित, मौखिक चित्र, संकेत) या संस्थान (अखबार, प्रकाशन गृह, टी.वी. स्टेशन, या गतिमान चलचित्र वाला छविगृह) कोई भी हो सकता है। भेजने वाला संदेश देने के लिये मौखिक, लिखित, चित्रित या चिह्न अथवा संकेत जैसा कोई भी तरीका इस्तेमाल कर सकता है। भेजने वाले की चतुराई, उसका दृष्टिकोण, उसका विवेक उसकी जानकारी, उद्देश्य सामाजिक-सांस्कृतिक परिवेश आदि का प्रभाव संचार प्रक्रिया की क्षमता पर अवश्य पड़ता है।

संदेश

संदेशों को चिह्न या संकेतों की सहायता से कूट शब्दों में परिवर्तित किया जाता है जो अर्थपूर्ण होते हैं। संदेश कागज़ पर स्याही द्वारा लिखे, हवा में ध्वनि तरंग के रूप में, विद्युतधारा में स्पंदन के रूप में, हवा में हाथ लहराने के रूप में, या हवा में किसी झण्डे के रूप में लहराते हुए अथवा किसी अन्य रूप में हो सकते हैं ताकि उनसे उपयोगी समाचार प्रकट हो सके। उन कूट शब्दों को प्राप्त करने वाला पुनः डीकोड करके उन संदेशों का अर्थ निकाल लेता है।

संदेश संचार प्रक्रिया का मूल तत्व है। इसको इस प्रकार तैयार करना चाहिए की पाने वाले की ज़रूरत के अनुरूप हो और स्पष्ट इतना हो कि उससे सही निष्कर्ष निकल सकें। विल्बर श्राम के अनुसार, संदेश की निर्धारित शर्तें अवश्य पूरी होनी चाहिए यदि इस संदेश के द्वारा पाने वाले को प्रत्युत्तर के लिए तैयार करना हो।

i) संदेश इस तरह डिज़ाइन करके भेजना चाहिए कि वह अभीष्ट श्रोता का ध्यान आकृष्ट कर सके।

ii) संदेश में वे ही चिह्न प्रयोग करने चाहिए जो सामान्य अर्थ वाले हों और प्राप्तकर्ता उसको पूरी तरह समझ सके।

iii) संदेश ऐसा हो कि प्राप्तकर्ता उसको पाने के लिए उत्सुक हो और संदेश उसको कोई रास्ता सुझा सके।

iv) संदेश के द्वारा प्राप्तकर्ता को कोई समाधान मिल सके जो संदेश मिलने के समय उसकी परिस्थिति के लिए उपयुक्त हो।

चैनल

चैनल का अर्थ है माध्यम जिसके जरिये संदेश भेजे या प्राप्त किये जाते हैं। इसका संबंध पाँच इंद्रियो से है :

दृष्टि, स्पर्श, सुनना, सूंघना एवं स्वाद चखना। एक संदेश उपर्युक्त पाँच में से कोई एक इन्द्रिय के आधार पर प्राप्त होता है। जैसे कि :

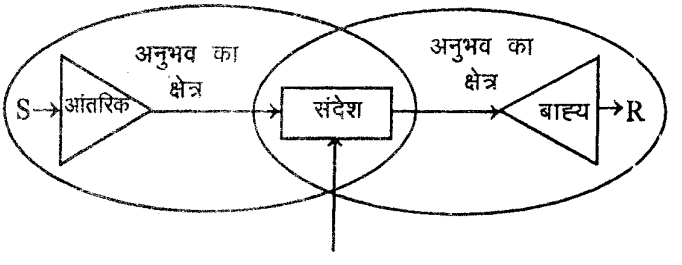
- एक संदेश मुद्रित या लिखाई के माध्यम से भेजा जा सकता है।
- यह ध्वनि माध्यम से सुना जा सकता है या ऑडियो टेप, भाषण, या वाद्य यंत्रों के माध्यम से।
- यह देखा जा सकता है किसी चित्र, टेलीविज़न और दृश्य/ श्रव्य माध्यम से।
- यह छूकर, सूंघकर या चखकर जाना जा सकता है जैसे : कोई मॉडल, प्रदर्शन योग्य वस्तु, नमूना अथवा प्रयोग

प्रायः संचार प्रक्रिया में एक से ज्यादा विधाएँ प्रयोग में लाई जाती हैं। यदि कई विधाएँ एक साथ प्रयोग में लाई जाती है तो संदेश ज्यादा उपयोगी, स्पष्ट और देर तक कायम रहने वाला प्रभाव देता है।

चैनल में यांत्रिक साधनों का उपयोग भी होता है। जब तक उसको कूट शब्द में न बदल दिया जाए कोई संदेश नहीं भेजा जा सकता। जब हम भाषा या भाषण के द्वारा संवाद स्थापित करते हैं हम संदेश को लिखित या मौखिक शब्दों में उसके टुकड़े करते हैं। संदेश को दूर भेजने के लिए ध्वनि तरंगों का इस्तेमाल किया जाता है। उनको संभाल कर रखने के लिए लिखित संदेश इस्तेमाल किया जाता है। संचार प्रक्रिया को पूर्ण करने वाले संदेश को डीकोड अवश्य किया जाता है।

प्राप्तकर्ता

प्राप्तकर्ता अथवा गतंव्य कोई व्यक्ति, समूह, भीड़ जो देख सके, सुन सके अथवा पढ़ सके कोई भी हो सकता है। संचार प्रक्रिया में प्राप्तकर्ता ही गतंव्य है। संदेश भेजने वाले को वांछित उद्देश्य की पूर्ति के लिए प्राप्तकर्ता की ज़रूरतें, अपेक्षाएँ, ज्ञान, सामाजिक सांस्कृतिक पृष्ठभूमि आदि की जानकारी रखनी चाहिए। निम्न चित्र संचार प्रक्रिया की विधि दर्शाता है



विल्बर स्क्रैम के अनुसार प्रभावशाली संचार प्रक्रिया के लिए अनुभव का क्षेत्र आवश्यक तत्व है। स्रोत द्वारा संदेश को एनकोड करना और गतंव्य द्वारा डीकोड करना प्रत्येक के अनुभव पर निर्भर है। यदि इसमें अनुभव का सांझा क्षेत्र नहीं है, संचार प्रक्रिया संभव नहीं है। स्क्रैम ने इसे एक उदाहरण द्वारा बताया है कि कैसे एक अफ्रीकन आदिवासी ने पहले पहल हवाई जहाज देखा। उसकी नज़र में हवाई जहाज एक पक्षी था और चालक को उसने पंख वाला कोई देवता समझा। फिल्म 'गॉड समस्ट वी क्रेजी' इसी विचार को रेखांकित करती है। यहाँ पर स्रोत का अनुभव और गतंव्य का अनुभव दोनो एकदम अलग है। ये कठिनाई रहती है जब हम अपने से भिन्न संस्कृति के साथ संवाद स्थापित करते हैं।

भेजने वाला → संदेश → चैनल → प्राप्तकर्ता की इस स्वरूप की इस बात के लिए आलोचना हुई है कि यह एक सीमित और रेखीय स्वरूप दर्शाता है जबकि संचार प्रक्रिया एक अनन्त प्रक्रिया है और इस प्रक्रिया का एक स्थान पर शुरू होकर दूसरे स्थान पर खत्म होने का विचार भ्रम पैदा करता है।

साइबरनेट विज्ञान ने संचार प्रक्रिया पर सूक्ष्म दृष्टिपात करते हुए इसमें चिह्न, संकेतों, फीडबैक, अतिरेक एवं शोर का भी समावेश किया है। फीडबैक का समावेश साइबरनेट

विज्ञान की संचार प्रक्रिया के लिए एक बहुत बड़ी देन है। फीडबैक संचार प्रक्रिया को न केवल वृत्ताकार बनाता है, बल्कि यह विभिन्न अवस्थाओं में हो सकने वाले सुधार की भी गुंजाइश भी देता है। एक अन्य आवश्यक घटक है संकेतों का महत्व। संकेत भी संचार प्रक्रिया की आधारभूत इकाई है। वे मौखिक (जबान से बोले गए) ग्राफिक (लिखित रूप में) या प्रतीकात्मक रूप में जैसा कि झण्डा, बैनर आदि हो सकते हैं। भाषा भी संकेतों का सिस्टम है जिसे पृथ्वी पर सामान्य रूप से संचार प्रक्रिया की धुरी के रूप में इस्तेमाल किया जाता है।

बोध प्रश्न 2

टिप्पणी : i) अपने उत्तर के लिये नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।
ii) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) संचार प्रक्रिया के चार तत्वों के नाम बताएँ।

.....

.....

.....

.....

.....

2) संचार प्रक्रिया में संदेश को उपयोगी बनाने की दो शर्तें कौन-सी हैं?

.....

.....

.....

.....

.....

3) SMCR (भेजने वाला - संदेश - चैनल - प्राप्तकर्ता) स्वरूप (मॉडल) की आलोचना क्यों की जाती है?

.....

.....

.....

.....

.....

2.4 संचार प्रक्रिया के मॉडल

संचार प्रक्रिया के अध्ययन के विस्तृत क्षेत्र में कई प्रमुख मॉडल हैं। लेकिन कोई भी एक मॉडल सभी उद्देश्यों और स्तरों को पूरा नहीं कर सकता है। हम तीन मॉडलों का अध्ययन करेंगे जो हैरोल्ड लासवेल, जार्ज गर्वनर और डेविड बेरलो द्वारा प्रतिपादित किए गए हैं। बहुत से सिद्धांतों और मॉडलों में से ये इसलिए चुने गए हैं क्योंकि ये सर्वाधिक बोधगम्य और प्रतिनिधिकारी हैं तथा अधिकतर लोगों की स्वीकार्य तीनों ही मॉडल संचार प्रक्रिया के पीछे बताए गए चार घटकों स्रोत, संदेश, चैनल और श्रोता (प्राप्तकर्ता) को महत्व देते हैं। केवल डेविड बेरलों ही परिणाम या निष्कर्ष तत्व को छोड़ते हैं।

लासवेल मॉडल, जिसका अत्यधिक प्रचलन है के अनुसार'' कौन क्या कहता है, किससे, किस चैनल के माध्यम से, कितने प्रभावी तरीके से'' इन्हीं में संचार प्रक्रिया का सार मौजूद

है। यह संवादकर्ता पर आधारित रेखीय मॉडल है, लासवेल के अनुसार, एक तरफा या दो तरफा कोई भी हो सकता है। उनका जोर संदेश के अर्थ की बजाय उसके प्रभावशाली होने पर है।

गर्वनर मॉडल पिछले रेखीय सिद्धांतों का ही सुधरा रूप है। ये संदेश को वास्तविकता से जोड़ता है और संदेश के मुख्य बिंदु ज्ञान और उपयोग पर जोर देता है। और संचार प्रक्रिया को दो वैकल्पिक आयाम-विचारात्मक या तथ्यात्मक से निर्मित मानता है। गर्वनर की मॉडल की विशेषता संस्कृति में ही संदेश का समावेश मानना है।

मनुष्य का व्यवहार संस्कृति द्वारा निर्धारित होता है। परिणामस्वरूप यह एक ही संदेश का विभिन्न श्रोताओं पर विभिन्न प्रभाव पड़ने के तथ्य को दोहराता है।

बेरलो का एस.एम.सी.आर. मॉडल काफी प्रसिद्ध रहा है। संचार प्रक्रिया के बारे में उसका सिद्धांत 'प्रोसेस ऑफ कम्युनिकेशन' लाभदायक उदाहरण के रूप में जाना जाता है। उसके अनुसार संचारण के छह घटक हैं, जिनके नाम हैं स्रोत, एनकोडर, संदेश, चैनल, डीकोडर और प्राप्तकर्ता। उसके अनुसार ये घटक अलग-अलग नहीं देखे जाने चाहिए। ये संचार प्रक्रिया के कार्यान्वन के समय होने वाले व्यवहार के आधार पर रखे गये नाम हैं।

हमने देखा कि संचार प्रक्रिया की परिभाषा प्रारंभिक सिद्धांतों और मॉडलों से किस प्रकार ज्यादा व्यावहारिक और बोधगम्य होती आ रही है और हमने ये भी देखा कि इनका संचार प्रक्रिया पर संभावित प्रभाव क्या होता है। परिभाषाएँ, सिद्धांत और मॉडल हमारे अध्ययन के लिए महत्वपूर्ण निष्कर्ष प्रदान करते हैं।

मॉडल यह समझने में हमारी सहायता करते हैं कि संचार प्रक्रिया हमारे समाज में जिसमें हम रहते हैं वह स्रोत केंद्रित है, प्राप्तकर्ता केंद्रित है, या संदेश केंद्रित है अथवा चैनल केंद्रित या उद्देश्य केंद्रित है। इन्हीं मॉडलों से हमें यह भी पता लगता है कि यदि संचार प्रक्रिया का उद्देश्य सांझापन बढ़ाने हेतु संदेश भेजना है तो प्रक्रिया अवश्य ही एकतरफा होने की बजाय दो तरफा होगी, रेखीय की बजाय वृत्ताकार होगी। संचार प्रक्रिया को निम्न तथ्यों को भी ध्यान में रखाना होगा जैसे संदर्भ, संस्कृति, लाक्षणिक व्यवस्था और अनुभव का क्षेत्र।

बोध प्रश्न 3

टिप्पणी : क) अपने उत्तर के लिये नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) संचारण के रेखीय मॉडल से आप क्या समझते हैं?

.....

.....

.....

.....

.....

2) एक सही संचार प्रणाली की क्या विशेषताएँ है?

.....

.....

.....

.....

.....

2.5 प्रौद्योगिकी क्रांति और सार्वभौमिक संचार

संचार की शुरुआत सामान्यतः छपाई के आरंभ के साथ मानी जाती है। इसके बाद कागज़ की खोज ने इसे बढ़ाया। एक महत्वपूर्ण पड़ाव संचार के विकास में बिजली के उत्पादन और उसके प्रयोग के कारण आया जिसके द्वारा दूरभाष, दूरध्वनि, रेडियो और सिनेमा का विकास हुआ। इन नई तकनीकों से सामूहिक संचारण का सीधे औद्योगिक युग में प्रवेश हुआ। पिछली शताब्दी के दूसरे अर्धकाल के बाद से नए स्रोतों, तकनीकों एवं तकनीकी खोजों, का त्वरित विकास हुआ खासकर संचार के क्षेत्र में संदेश भेजने और प्राप्त करने में एक क्रांति का आरम्भ हुआ है।

द्वितीय विश्वयुद्ध के बाद इस प्रौद्योगिकी क्रांति ने गति पकड़ ली। टेलीविज़न, उपग्रह, मेग्नेटोस्कोप, वीडियो डिस्क और टेलीटेक्सट के आगमन के बाद, हम घरेलू कम्प्यूटर और इन्टरनेट के युग में प्रवेश कर चुके हैं। हम टेलीमेटिक्स के द्वार पर दस्तक देने वाले हैं जो पाश्चात्य देशों में पहले ही प्रचलित हो चुकी है। इन सुविधाओं ने समय और दूरी की सीमाओं को तोड़ दिया है। दूरी अब कोई रूकावट नहीं रह गई है। सूचनाएँ न केवल विश्वभर में एक साथ भेजी जा सकती है बल्कि अपेक्षाकृत सुगमता से संग्रहित एवं पुनः अवलोकन की जा सकती हैं।

संचार के क्षेत्र में हुई प्रौद्योगिकी क्रांति के महत्वपूर्ण परिणाम सामने आए हैं। इस क्षेत्र में पहले हुई प्रगति के कारण एक बहुत बड़ा परिवर्तन सामाजिक ढाँचे में आया है जो परिर्वतन का कारण बना है। इस प्रकार छपाई की कला ने सामंती प्रथा को शीघ्र दफनाने में मदद की है। समाचार पत्र, तार, और टेलीफोन ने समाज को प्रजातंत्र की ओर बढ़ाने में बहुत बड़ा योगदान दिया है। नए मीडिया के जरिये जो पिछली शताब्दी की समाप्ति पर शुरू हुआ जैसे फिल्म (1895), रेडियो (1897/ 1921) और टेलीविज़न (1935), लोगों और संस्कृतियों के बीच की सीमाएँ स्थायी तौर पर लांघी जा चुकी हैं। इन माध्यमों के द्वारा तैयार की गई सूचनाएँ ज्यादा से ज्यादा अंतर-सांस्कृतिक और अंतर्राष्ट्रीय होती चली गई हैं।

कभी भी संचार क्रांति की तुलना प्रौद्योगिकी क्रांति से नहीं की जा सकती। क्योंकि ये तकनीकी क्रांति का केवल एक पक्ष बताती है। लोग, सामाजिक संस्थाओं और राष्ट्रों ने इस बात का आलोचनात्मक अध्ययन शुरू कर दिया है कि किस तरीके से संचार और मीडिया जगत आज के युग में कार्य कर रहा है। फ्रांस सरकार द्वारा नियुक्त नोरमा-मिंक कमीशन रिपोर्ट (1978) इस बात पर बल देती है कि संचार क्रांति के प्रयोग में लम्बी गुणात्मक छलांग आगे लगने वाली है। रिपोर्ट से संकेत मिलता है कि पिछले समय की सारी प्रौद्योगिकी क्रांति अर्थव्यवस्था और समाज के मजबूत गठबंधन का कारण बनी है। इकट्ठी होकर ये कभी-कभी भयंकर पीड़ा पहुँचाने का कार्य भी करती हैं। ऐसा ही एक मामला भाप इंजन, रेलवे और बिजली के आविष्कार का है। सूचना क्रांति तो इनसे भी ज्यादा प्रभाव डालने की क्षमता रखती है।

1960 के दशक के मध्य से, एक व्यापक आंदोलन स्थानीय और विकेंद्रीकृत मीडिया के लिए चल रहा है। इसने विकासशील देशों के लिए एक आदेश न्यू वर्ल्ड इन्फोरमेशन एवं कम्युनिकेशन आर्डर (NWICO) के लिए रास्ता साफ कर दिया है, पहले निर्गुट देशों के आंदोलन में और बाद में संयुक्त राष्ट्र की सामान्य एसेम्बली में। नये विश्व सूचना एवं संचार आदेश में एक स्वतंत्र एवं संतुलित सूचना तंत्र की माँग की गई है और किसी भी सांस्कृतिक प्रदूषण के प्रयास को नकारा गया है अर्थात् किसी की भी संस्कृति से छेड़छाड़ करने की मनाही की गई।

अनेक संचारण एंव मीडिया क्षेत्र के विद्वानों ने संचार की नई प्रौद्योगिकियों के प्रभाव का अध्ययन किया है और उसके निष्कर्षों में से एक यह है कि प्रौद्योगिकी क्रांति की पीठ पर

सदार संचार क्रांति से जन समूह के संवाद के आधार पर अतिक्रमण किया है। इस शताब्दी को प्रथम दशकों में (लगभग 1920 तक) 80 प्रतिशत मनुष्यों का संवाद का जरिया आपसी बातचीत होता था और केवल 20 प्रतिशत लोगों का अन्य साधन जैसे पेस, टेलीफोन या रेडियो प्रसारण आदि होता था। लेकिन शताब्दी के समाप्त होते-होते टेलीमेटिक्स क्रांति के कारण ये अनुपात उलट हो गया है। महज 10 से 15 प्रतिशत मानव संवाद का जरिया मौखिक रह गया है शेष का मशीने ही रह गई हैं। यह विकास के गंभीर परिणामों में से एक है जो पर्याप्त तकनीकी नियंत्रण के न होने के कारण है। लिखित संवाद धीरे-धीरे मौखिक संवाद का स्थान ले लेगा। ये तकनीकी प्रक्रिया बढ़ते-बढ़ते राष्ट्रों के सशक्त ढाँचे में परिवर्तन का पर्याय बनती है जैसे आर्थिक महाशक्ति, तकनीकी महाशक्ति, वैचारिक महाशक्ति एवं राजनीतिक महाशक्ति।

प्रौद्योगिकी अपने आपमें अच्छी या बुरी नहीं होती। यह उदासीन है। यह क्यों और क्या का जवाब भी नहीं देती है। यह केवल इस बात का जवाब देती है कि कैसे। या जैसा कि इसके विद्वानों की भाषा हमें बताती है कि प्रौद्योगिकी केवल 'नो हाऊ ' प्रौद्योगिकी जानकारी ही देती है। यद्यपि विशाल संचार का भविष्य उज्ज्वल संभावनाओं से भरा हुआ है, यह कहना उचित होगा कि संचार के क्षेत्र में प्रौद्योगिकी विकास, चाहे वह अप्रिय हो, न ही पूर्ण रूप से लाभदायक होगा और न ही पूर्ण रूप से हानिकारक। महत्वपूर्ण बात यह है कि हम नई तकनीक में क्या चुनते हैं और किस प्रकार चुनते हैं।

संचार की इतनी वृद्धि में ज्यादा हिस्सा प्रौद्योगिकी और सूचनाओं की मात्रा का है। गुटेन बर्ग युग से बिजली युग तक संचारण का दायरा विस्तृत हुआ है और पृथ्वी पर सबकी पहुंच में आ गया है। लेकिन प्रसारण ने अपने आपको उत्तम गुणवत्ता वाले रूप में नहीं तैयार किया है।

2.6 संचार में सामाजिक-सांस्कृतिक तत्व

संचार में सामाजिक-सांस्कृतिक तत्व की अहम भूमिका है, चाहे यह व्यक्ति हो या सामूहिक कोई संस्थान अथवा समूह। भेजने वाला और पाने वाला दोनों की संचार प्रक्रिया में केंद्रीय भूमिका रखते हैं। लॉसवैल के शब्दों में ड्रामे में जो भूमिका कौन और किसको की होती है वही संचार प्रक्रिया में भेजने वाला और पाने वाले की है। परंपरागत रूप से इनको निरंत्रण विश्लेषण और श्रोता विश्लेषण कहा जाता है। इनके कुछ अन्य नाम भी हैं जैसे - प्रेरक-उत्तरदाता, भेजने वाला - पाने वाला, एनकोडर - डीकोडर, स्रोत - गतंव्य, कलाकार - श्रोता, संचार - संचारित आदि।

भाषा

सफल संचार की कुछ पूर्व आवश्यकताएँ भी होती हैं। वह है भाषा संकेतों की प्रणाली है। संकेत मन मुताबिक होते हैं और व्यक्ति और संस्कृति का प्रभाव उनमें झलकता है। भाषा संचार के विकास और प्रेषण में, समाज के आपसी लगाव और सामाजिक मूल्यों को स्थापित करने में अहम भूमिका अदा करती है। यह संदेश को एनकोड और डीकोड करने का माध्यम है। मौखिक संवाद यद्यपि संचार का एक छोटा ही अंश है तो भी यह मानव व्यवहार की एक आवश्यकता है। मौखिक संवाद आदान-प्रदान विश्वव्यापी वैयक्तिक एवं सामाजिक क्रियाकलापों की अध्ययन की कुंजी है।

भाषा संकेतों की, चाहे मौखिक हो या लिखित, प्रणाली है जो समाज के सदस्यों द्वारा अथवा आशय स्पष्ट करने के लिए निश्चित मानदण्डों के जरिए प्रयोग में लाई जाती है। भाषा ही मनुष्यों की एक खास विशेषता है। भाषा के तीन महत्वपूर्ण कार्य है :

i) भाषा संचार के लिए प्रथम वाहन है।

ii) भाषा से व्यक्ति अथवा समाज की विशेषता की पहचान है। अर्थात् यह व्यक्तित्व और संस्कृति को आकार देने में सहायता करती है।

iii) भाषा ही संस्कृति के विकास और इसके प्रेषण को संभव बनाती है साथ ही सामाजिक वर्गों के लगाव और प्रभावशली कार्यकलापों को भी संभव करती है।

चिह्न/ संकेत

संदेश चिह्नों से बनते हैं। एक चिह्न एक संकेत होता है जिसका एक मान्य अर्थ होता है। एक चिह्न में और एक वस्तु में महत्वपूर्ण अंतर होता है। चिह्न किसी वस्तु को छोटा करके दिखाता है।

हम चिह्नों का प्रयोग करके लगातार संवाद स्थापित करते आ रहे हैं। चिह्नों को हम अपने आसपास से लेकर एनकोड करते है और उनको पुनः डीकोड करके अर्थ निकालते हैं। मौखिक समेत सभी संचार में संकेतों का प्रयोग होता है। संकेतों का प्रयोग किसी अन्य वस्तु के बदले आसानी के लिए किया जाता है। इनको संचार के माध्यम के रूप में स्वीकार किया जाता है। शब्द जो हम इस्तेमाल करते हैं वे हमारे संदेश के महत्व को रेखांकित करते हैं। संचार तभी संभव है जब भेजने वाला और पाने वाला इस्तेमाल किए गए संकेतों का एक जैसा अर्थ ही निकालते हैं। मनुष्य में यह योग्यता है कि वह संकेतों का एक जैसा अर्थ ही निकालते हैं। मनुष्य में यह योग्यता है कि वह संकेतों का आपस में आदान-प्रदान करने में सक्षम है साथ ही संकेतों को उत्पन्न करने में भी सक्षम है। इस प्रकार संकेत संचार की एक महत्वपूर्ण इकाई है।

संकेत मौखिक हो सकते हैं बोले गए शब्दों के रूप में चित्रित हो सकते हैं लिखित शब्दों के रूप में या प्रदर्शित रूप में हो सकते हैं जैसे कि झण्डा आदि।

संकेत का अर्थ सामाजिक समूहों द्वारा तय किया जाता है। यह समाज सहमति प्रदान करता है कौन-सा संकेत किस वस्तु का प्रतीक है। उदाहरण के तौर पर शब्द 'बिल्ली ' यदि कोई इसके लिए कोई दूसरा शब्द इस्तेमाल करता है निःसंदेह ये कोशिश संचार को जाम कर देगी।

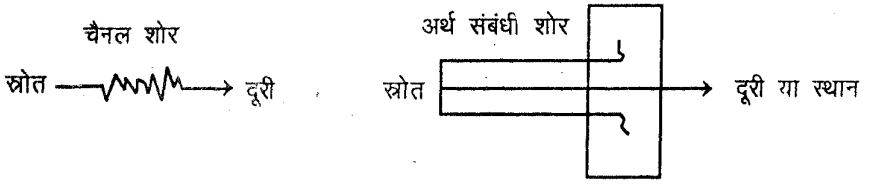
संचार विज्ञान के विशेषज्ञ माध्यम (चैनल) को स्रोत एवं भेजने वाले के बीच एक प्रभावशली कड़ी मानते हैं। ज़रूरत इस बात की है कि चैनल की विश्वसनीयता की जाँच संचार को प्रभावी ढंग से काम करने के मूल्यांकन से की जाए। संचार के व्यवहार में चैनल फीडबैक से संदेश प्राप्तकर्ता शीघ्र एवं यथोचित प्रत्युतर दे सकता है। चैनल का समय पर मिलना और इसका स्थायी होना अच्छी संचार प्रक्रिया के लिए आवश्यक है।

फीड बैक

फीडबैक का मतलब है प्राप्तकर्ता की संदेश के प्रति प्रतिक्रिया। यह उसके पक्ष का या विपक्ष में हो सकता है। लेकिन संचार प्रभावी है या नहीं इसको जानने के लिए फीड बैक का होना ज़रूरी है। इसके अंतर्गत प्रश्नावली, सम्पादक के नाम पत्र, विचार गोष्ठियाँ, अभिमत और विरोध या आलोचना भी आते हैं। कारगिल युद्ध में शहीद हुए जवानों के परिवारों के प्रति मीडिया की अपील के प्रत्युतर में प्राप्त विशाल समर्थन या उड़ीसा के तूफान पीड़ितों के प्रति मिला सहयोग इस बात का प्रमाण है कि फीडबैक संचार प्रक्रिया को कितना प्रभावित करता है। किसी संगीतमय कार्यक्रम को देखकर दर्शकों द्वारा तालियाँ बजाकर प्रशंसा करना अथवा किसी मैच के दौरान दर्शकों का हिसंक हो जाना, विशेष घटना के प्रति प्रत्युतर की श्रेणी में आते हैं अतः ये भी फीडबैक हैं।

सफल संचार के लिए ज़रूरी है कि उसमें शोर शराबा न हो। संचार सिद्धांत में संदेश के वहन के दौरान शोर का उद्धरण मिलता है। यह दो तरह का होता है। चैनल शोर एवं अर्थ संबंधी शोर।

चैनल शोर में किसी भी तरह की रूकावट जो संदेश के भेजने में बाधा डालती है शोर की गिनती में आता है। विशाल संचारण में चैनल शोर का रूप है जैसे रेडियो पर स्थिर प्रकार की ध्वनि, कागज़ पर फैली हुई स्याही या टेलीविज़न पर घूमता हुआ स्क्रीन या छपाई में अति छोटा टाइप आ जाना। अर्थात् स्रोत एवं श्रोता के बीच किसी भी रूकावट का आना चैनल-शोर की निशानी है। टेलीफोन पर हो रही बातचीत में आर-पार अन्य आवाज़ें आना भी चैनल-शोर का उदाहरण है।



अर्थ संबंधी शोर : ये दोष तब आता है जब संदेश का गलत अर्थ निकाल लिया जाता है चाहे यह वैसा ही प्राप्त हुआ हो जैसा भेजा गया था। यह तब होता है जब भेजने वाला और पाने वाला का दायरा अलग-अलग होता है। अर्थात् उनमें सामंजस्य नहीं होता। विद्वान लोग निम्न प्रकार का दोष प्रायः बताते हैं, शब्द जिनको समझना कठिन होता है, शब्दों के अर्थ भेजने वाले के लिए कुछ और हों और पाने वाले के लिए कुछ और हों भेजने और पाने वाले के मध्य सांस्कृतिक अंतर भी इसमें महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। श्रोता अनुसंधान, शब्द भण्डार एवं फीडबैक आदि कुछ उपायों से अर्थसंबंधी दोष कम किया जा सकता है। विशाल प्रसार माध्यम की तुलना में आपसी संवाद में फीडबैक ज्यादा प्रभावी हैं।

मानव प्राणी जिन समाज या संस्कृतियों में रहते हैं वे एक जैसी नहीं होती। सार्वभौमिक संचार तंत्र जो तकनीकी प्रगति के कारण काफी विशाल हो चुका है, उसी तरह विभिन्न संस्कृतियों के बीच भी संचार विशालकाय हो गया है। इस तरह का आदान-प्रदान अंतर-सांस्कृतिक संचार कहलाता है।

अंतर-सांस्कृतिक संचार का वैज्ञानिक तरीके से अध्ययन यद्यपि नया-नया प्रयास है तो भी यह जिज्ञासा का विषय रहा है कि कौन-सी संस्कृति या वह कितनी पुरानी है तथा आपस में किस तरह व्यवहार करती थी। इसको अलग-अलग संस्कृति वाले सदस्यों के बीच आर-पार संवाद भी कहा जा सकता है। यह उस समय उज़ागर होता है जब एक संस्कृति का संदेशकर्ता दूसरी संस्कृति के व्यक्ति को संदेश भेजता है।

इस बात का सामना बार-बार होता है कि इस तरह के दोषों को कैसे कम किया जाए। व्यापक संचार सांस्कृतिक अंतर की अनदेखी का प्रयास रहता है। लाभ की इच्छा से बहुराष्ट्रीय कम्पनी द्वारा कब्जाये गये संचार तंत्र और व्यवसायीकरण तथा तानाशाही प्रवृत्ति वाली सरकारें प्रायः सांस्कृतिक अंतर की अनदेखी करती हैं। बल्कि कभी-कभी स्वार्थपूर्ति हेतु भी ये सांस्कृतिक अनूकूलन का आवरण भी ओढ़ते हैं। ज्यादा स्पष्ट उदाहरण व्यावसायिक विज्ञापनों का है जो नई एवं कभी-कभी बनावटी सांस्कृतिक संकेत और आवश्यकताएँ घड़ लेते हैं। इनसे संदेश प्राप्तकर्ता की संदेश के प्रति अभिरुचि धीरे-धीरे समाप्त होती जाती है। संचार स्रोत केंद्रित और एकतरफा होने लगता है। और पूँजी प्रक्रिया केवल एक थियेटर शो बनकर रह जाती है। प्रचुर प्रचार तंत्र किसी संस्कृति को अपने प्रभाव तंत्र में लाने और अपने राजनीतिक, आर्थिक अथवा सांस्कृतिक विचार लादने में काफी सिद्धहस्त हो गया है। यही कारण है कि मिस्टर मैकलुहैन को कहना पड़ा कि मीडिया ही संदेश है।

भागीदारी और स्वतंत्रता बिना किसी दबाव और बलप्रयोग के पाया जाना अच्छे संचार की उपलब्धी होती है। संचार प्रक्रिया की शुरुआत लोगों को उनके जीवन और उनके अपने निर्णयों के प्रति जागरूक करने के साथ-साथ होनी चाहिए। सामाजिक सांस्कृतिक मूल्य, पहचान और अवधारणाएँ ही संचार की विषयवस्तु हैं जिन्हें मीडिया नष्ट कर सकता है अगर निरकुंश हो जाए तो। फिर भी यह कहना सही होगा कि फिलहाल सामाजिक-सांस्कृतिक मूल्यों और लक्षणों तथा संचार तकनीक की प्रगति के बीच कोई संघर्ष नहीं है।

2.7 संचार के प्रकार

संचार विभिन्न स्तरों पर कार्य करता है अतः इसके कई प्रकार है :

आत्मकेंद्रित संचार

यह तब होता है जब कोई व्यक्ति स्वयं से बात करता है, ध्यान लगाता है अथवा उच्चारण करता है उसे आन्तरिक संचार कहते हैं। प्रभु से प्रार्थना यह भी इसी श्रेणी में आता है। कुछ लेखकों ने इसे दैवी परा संचार के रूप में प्रस्तुत किया है।

युग्म संचार

यह दो व्यक्तियों के बीच होता है। इसमें आपसी बातचीत, संवाद, विचार-विमर्श आदि आते हैं जो बिना किसी तकनीकी उपकरण के स्थापित होता है। यह प्रत्यक्ष, लगाव युक्त एवं संकेतों अथवा हाव-भाव युक्त होता है। इसकी क्षमता दोनों सदस्यों के आपसी संबंध, व्यवहार, निपुणता, स्तर आदि पर निर्भर रहती है।

समूह संचार

समूह संचार ऐसा संचार व्यक्तियों के समूह में होता है। इसमें संचार के प्रायः सभी तत्व रहते हैं। अंतर केवल इतना है कि जहाँ सदस्यों की संख्या बढ़ती है वहाँ भागीदारी एवं जुड़ाव का अंश कम रहता है।

जन संचार

जब श्रोता ज्यादा हों, भिन्न-भिन्न प्रवृत्ति के तथा फैले हुए हों उनके बीच विस्तृत संचार कार्य करता है। वैज्ञानिक और तकनीकी प्रगति ने दूरस्थ स्थानों का संचार भी शीघ्रता से हो जाने को संभव बनाया है। इसे जन संचार कहते हैं।

बोध प्रश्न 4

टिप्पणी : क) अपने उत्तर के लिये नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत मे दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) संचार प्राद्योगिकी के विकास के समाज पर होने वाले दो प्रभाव बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

2) (NWICO) नई दुनिया सूचना एवं संचारण आदेश क्या है? इसकी माँगें क्या हैं?

.....

.....

.....

.....

3) सूची और भाषा के तीन कार्य के संबंध में बताइए।

.....

.....

.....

.....

4) अर्थ संबंधी शोर क्या है?

.....

.....

.....

.....

4) संचार के कोई तीन प्रकार बताएँ?

.....

.....

.....

.....

2.8 सारांश

इस इकाई में संचार की बुनियादी अवधारणाओं की व्याख्या की गई कि शब्द है जैसे परिभाषा, मॉडल और संचार के प्रकार। वे तत्व जो समाज में संचार की प्रक्रिया को आकार प्रदान करते हैं और प्रभाव डालते हैं उनकी भी प्रस्तुत की और विवेचन किया है। विख्यात विद्वानों द्वारा प्रतिपादित मॉडल और परिभाषाओं भी अध्ययन किया है। साथ ही साथ उनकी आपसी तुलना और उनकी पूरक सामग्री भी पढ़ी है ताकि हम विषय को ज्यादा से ज्यादा जान सकें। प्रत्येक संदर्भ में कुछ लाभदायक बातें होती हैं जो हमारे संचार के समझ के प्रयास को सार्थक करती हैं।

2.9 शब्दावली

संचार : अंग्रेज़ी शब्द कम्यूनिकेशन लेटिन शब्द कम्युनिस का बदला हुआ रूप है जिसका अर्थ है सांझापन स्थापित करना।

चैनल : इसका अर्थ संदेश के लिए प्रयोग किए जाने वाले माध्यम से है। इसमें पाँचों इन्द्रियात्मक कार्य जैसे देखना, सुनना, छूना, सूंघना और चखना शामिल है।

फीडबैक : इसका मतलब है संदेश के प्रति पाने वाले की प्रतिक्रिया। यह जानना ज़रूरी है कि संचार प्रभावशाली है या नहीं। इसमें प्रश्नावली, सम्पादक के नाम पत्र, विचार, फोरम, अभिमत, विरोध आदि शामिल हैं।

भाषा : भाषा संकेतों की, लिखित या मौखिक ऐसी प्रणाली है जो समुदाय द्वारा इस्तेमाल की जाती है ताकि उससे सहज और मान्य अर्थ निकल सकें। भाषा मानव के लिए एक अतिविशिष्ट गुण है।

शोर या दूषण: शोर या दूषण संदेश को भेजने में आने वाली कमियों का नाम है यह दो प्रकार का होता है। एक चैनल दोष, दूसरा अर्थ संबंधी।

चिह्न : चिह्न एक ऐसा संकेत है जो खास मतलब के लिए प्रयोग होता है। चिह्न से बड़ी वस्तुएँ भी संक्षेप में बताई जा सकती हैं।

संकेत : संकेत मौखिक हो सकते हैं जैसे बोले गए शब्द, चित्रित हो सकते हैं जैसे लिखे हुए शब्द, या प्रतीकात्मक हो सकते हैं जैसे ध्वज। संकेत का सही अर्थ का निर्धारण समुदायों द्वारा किया जाता है।

2.10 कुछ उपयोगी पुस्तकें

मेलविन एल. डीफ्लेर एवं एवरेट ई. डेनिस (1991) : अंडर स्टेंडिंग मास कम्यूनिकेशन, गोयल साब, दिल्ली।

केवल जे. कुमार (1981) : मास कम्यूनिकेशन इन इंडिया, जयको पब्लिशिंग हाऊस, मुम्बई।

सुबीर घोष (1996) : मास कम्यूनिकेशन टुडे, इन दि इंडिया कांस्टेक्सट प्रोफाइल पब्लिशर्स, कलकत्ता।

प्रदीप कुमार डे 1993: पर्सपेक्टिव इन मास कम्यूनिकेशन, कल्याणी पब्लिशर्स, कलकत्ता।

2.11 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) संचार क्या है? संचार का उद्देश्य क्या है?
संचार सांझापन स्थापित करने की प्रक्रिया है। अर्थात् सूचना, जानकारी या विचार का आदान प्रदान करना। न्यू वेबस्टर शब्दकोष के अनुसार सोच, विचार, भावनाएँ या सूचनाओं का आदान-प्रदान, लिखित अथवा मौखिक अथवा चिह्नों के द्वारा दूसरों के साथ बाँटना होता है। ऑक्सफोर्ड शब्दकोश के अनुसार संचार प्रक्रिया का अर्थ है विचार ज्ञान अथवा सूचनाएँ लेना या देना, मौखिक लिखित अथवा सांकेतिक रूप में जानकारी प्राप्त करना या सूचना देना हो सकते है।

2) संचार की दो परिभाषाएँ दीजिए।
डेनिस मेकक्वेल के अनुसार संचार है - 'एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति को अर्थ युक्त संदेश भेजना'। विल्बर स्क्रैम अपनी परिभाषा को क्लासिकल बताते हुए कहते हैं कि संचार प्रक्रिया इस तरह है जैसे A व्यक्ति B को चैनल C की सहायता से D संदेश भेजता है E प्रभाव युक्त।

बोध प्रश्न 3

1) संचार प्रक्रिया के चार तत्वों के नाम लिखिए।
संचार प्रक्रिया के अंतर्गत आने वाले चार तत्व हैं भेजने वाला, संदेश, चैनल और प्राप्तकर्ता। (SMCR)

2) संचार प्रक्रिया के अंतर्गत संदेश को सार युक्त बनाने वाली दो दशाएँ बताइए।
   क) संदेश इस तरह से तैयार कर के दिया जाना चाहिए कि संभावित श्रोता का ध्यान आकर्षित कर सके।
   ख) संदेश में प्रयुक्त चिह्न ऐसे होने चाहिए जो सामान्यतः इस्तेमाल होते हों और इनका अर्थ भी सभी के लिए एक समान हो।

3) SMCR मॉडल या भेजने वाला, संदेश, चैनल और प्राप्तकर्ता मॉडल की आलोचना क्यों की जाती है?

इस मॉडल की आलोचना इसलिए की जाती है क्योंकि यह एक सीमित एवं रेखीय रूप संचार प्रक्रिया को प्रस्तुत करता है जबकि संचार प्रक्रिया एक अनन्त प्रक्रिया है इसीलिए यह मॉडल भ्रामक विचार पेश करता है कि यह एक स्थान से शुरू होकर दूसरे स्थान पर समाप्त हो जाता है।

बोध प्रश्न 3

1) संचार प्रक्रिया के रेखीय मॉडल से क्या अभिप्राय है?
संचार का रेखीय मॉडल SMCR (भेजने वाला, संदेश, चैनल एवं प्राप्तकर्ता) का स्वरूप प्रदर्शित करता है। यह मानता है कि संचार एक रेखा में होता है, एक स्थान से शुरू होकर दूसरे स्थान पर समाप्त हो जाता है। यह फीडबैक के योगदान को महत्व नहीं देता।

2) असली संचार की क्या विशेषताएँ हैं?
वास्तविक संचार एक तरफा होने की बजाय दो तरफा होना चाहिए, या रेखीय होने की बजाय चक्रीय होना चाहिए। इसमें संस्कृति, संकेत व्यवस्था तथा सामाजिक वातावरण का भी ध्यान रखना चाहिए।

बोध प्रश्न 4

1) संचार तकनीक की प्रगति का समाज पर पड़ने वाले कोई दो प्रभाव बताइए।
संचार तकनीक की प्रगति से सामंतशाही प्रथा का अंत हुआ है और समाज लोकतांत्रिक प्रक्रिया की ओर उन्मुख हुआ है।

2) NWICO क्या है और इसकी माँगे क्या हैं?
नया विश्व सूचना एवं संचार आदेश उस आंदोलन का प्रतिफल है जो विश्व के विकासशील राष्ट्रों द्वारा मीडिया को विकेंद्रीत करने हेतु चलाया गया। यह निर्गुट राष्ट्रों के आंदोलन के साथ शुरू हुआ और बाद में संयुक्त राष्ट्र की सामान्य परिषद् में पहुँचा। इस आदेश में स्वतंत्र और संतुलित ढंग से सूचनाओं के प्रवाह की माँग की गई है और सांस्कृतिक एकाधिकार परंपरा को नकारा गया है।

3. भाषा के तीन कार्य बताएँ।
भाषा के तीन मुख्य कार्य निम्न प्रकार हैं :
   क) भाषा ही संचार के वहन के लिए प्राथमिक साधन है।
   ख) भाषा ही किसी व्यक्ति या उसके समाज की सांस्कृतिक पहचान कराती है। बदले में यह व्यक्ति अथवा संस्कृति को एक आकार प्रदान करती है।
   ग) भाषा संस्कृति के विकास और उसके फैलने में सहायक होती है साथ ही समुदायों के आपसी मेलजोल और प्रभावशाली ढंग से कार्य करने में भी सहायता करती है।

4) अर्थ संबंधी शोर या दोष क्या है?
ये शोर दोष तब होता है जब संदेश का गलत अर्थ निकाल लिया जाता है चाहे वह गतंव्य पर उसी दशा में पहुँचा हो जैसा भेजा गया था। ऐसा तब होता है जब भेजने वाला और पाने वाला दोनों के अनुभव के क्षेत्र भिन्न-भिन्न होते हैं। इसमें ऐसे शब्द शामिल हैं जिनका अर्थ समझना दुष्कर होता है, शब्दों के प्रस्तुतीकरण और व्यवहार में मतलब अलग-अलग होते हैं, अथवा भेजने वाला और पाने वाले की संस्कृति अलग-अलग होती है।

5) संचार प्रक्रिया के कोई तीन प्रकार बताएँ।
इसके तीन अलग-अलग प्रकार हैं एकल संचार, युग्म संचार और सामूहिक या विस्तृत संचार।

इकाई 3 संचार के पारंपरिक और आधुनिक मीडिया

इकाई की रूपरेखा

3.0 उद्देश्य
3.1 प्रस्तावना
3.2 संचार के पारंपरिक साधन
3.3 लोक मीडिया
3.4 संचार का इतिहास
3.5 साधन/माध्यम का चयन
3.6 सारांश
3.7 शब्दावली
3.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें
3.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

3.0 उद्देश्य

इस इकाई में आपका परिचय संचार के पारंपरिक और आधुनिक साधनों की विभिन्न पद्धतियों और प्रक्रियाओं से कराया गया है। पारंपरिक मीडिया तथा लोक मीडिया का अध्ययन भारत की समृद्ध और विभिन्न परंपराओं के संदर्भ में किया गया है। इकाई के दूसरे भाग में हम संचार के लेखन से लेकर आधुनिक साधनों के विकास का अध्ययन करेंगे। इस इकाई का अध्ययन करने के बाद आप :

- संचार के पारंपरिक मीडिया को समझ सकेंगे;
- पारंपरिक मीडिया की रचना को प्रभावित करने वाले घटकों का पता लगा सकेंगे;
- लोक मीडिया तथा जनता पर इसके प्रभाव को जान सकेंगे;
- भारत के कुछ प्रमुख पारंपरिक संचार मीडिया का ज्ञान प्राप्त कर सकेंगे;
- आधुनिक संचार मीडिया तथा उनका विकास का विश्लेषण कर सकेंगे; और
- विभिन्न आधुनिक संचार मीडिया के तुलनात्मक लाभ और हानियों की समीक्षा कर सकेंगे।

3.1 प्रस्तावना

इस इकाई में हम संचार के पारंपरिक और आधुनिक साधनों का अध्ययन करेंगे। संचार एक गतिशील प्रक्रिया है जिसने अनेक शताब्दियों से मानव इतिहास की उत्पत्ति एवं विकास को स्वरूप प्रदान किया है। यह वैज्ञानिक एक तकनीकी परिवर्तनों में होने वाले परिवर्तनों से निरंतर विकसित होती रहती है तथा नया रूप ग्रहण करती जाती है। आधुनिक मीडिया के आ जाने से पारंपरिक मीडिया नया रूप ग्रहण कर लेता है। पिछले कुछ दशकों में संचार इतिहास में अद्‌भुत उन्नति देखने को मिली है। परिणामस्वरूप मीडिया के अनेक नए रूप हैं। पारंपरिक मीडिया भी समाज की बदलती आवश्यकताओं और मूल्यों तथा विश्व विचारों को संप्रेषित करने के लिए प्रयुक्त मीडिया विशेष की आवश्यकताओं के अनुरूप स्वयं को अनुकूलित करता रहता है।

3.2 संचार के पारंपरिक साधन

संचार के पारंपरिक साधनों का अर्थ है किसी सभ्यता विशेष में विचारों को संप्रेषित करने एवं सूचनाओं के प्रसार के लिए प्रयुक्त किए जाने वाले साधन। कभी-कभी पारंपरिक मीडिया को लोक मीडिया, बैंक लिपिक मीडिया या लोक साहित्य के साथ घनिष्ठता से जोड़ा जाता है। हम संचार के कुछ पारंपरिक साधनों की महत्वपूर्ण विशेषताओं की जाँच करेंगे। इससे पूर्व हमें संचार और संस्कृति में संबंध को समझाना आवश्यक है।

संचार और संस्कृति

संचार और संस्कृति में गहरा संबंध है। कुछ समाज शास्त्रियों के अनुसार सांस्कृतिक घटक के वर्गीकरण में बोली, कला, पौराणिकता ज्ञान, धार्मिक परंपराएँ, परिवार, सामाजिक-व्यवस्था तथा सरकार शामिल है। हम देख सकते हैं कि इनमें से अधिकांश समूहों के प्रत्यक्ष संचार आयाम है। यह संबंध किसी सभ्यता में संचार के महत्व को दर्शाता है। समाजशास्त्री इस बात से सहमत है कि संचार के बिना कोई सभ्यता नहीं हो सकती। अनेक व्यक्ति संचार के सामान्य साधन के अभाव में एक समूह में कार्य नहीं कर सकते। इसलिए सभ्यता के लिए मानव संचार व्यवस्था अनिवार्य है।

3.3 लोक मीडिया

लोक मीडिया का अर्थ है लोगों का मीडिया। लोक साहित्य और लोक मीडिया शब्द जर्मन के मूल शब्द वोतक (जिसे फोतक उच्चारित किया जाता है) से आया है जिसका अर्थ होता है लोग यद्यपि लोक साहित्य लोक मीडिया के काफी नजदीक है तो भी दोनों एक दूसरे से एकदम भिन्न है। लोक साहित्य शब्द का प्रयोग 1845 में विलियम थॉमस द्वारा किया गया था। लोक साहित्य में मिथक, दंत कथाएँ, लोक कथाएँ, चुटकले, कहावते या लोकोक्तियाँ, राग, वेशभूषा, नृत्य, नृत्य नाटिकाएँ, गान, पारंपरिक औषिधयाँ तथा दीवारों पर लिखी गई सामग्री शामिल होती हैं।

लोक मीडिया का अर्थ है ग्रामीण तथा कबीले के लोगों को उपलब्ध संचार के विभिन्न साधन। इसे प्रायः 'पारंपरिक मीडिया', 'स्वदेशी संचार प्रणाली', 'वैकल्पिक मीडिया', 'समूह मीडिया', 'सस्ता मीडिया' आदि भी कहा जाता है।

लोक मीडिया की मुख्य विशेषताएँ निम्नलिखित हो सकती हैं :

1) एक सांस्कृतिक समूह या क्षेत्र के लोगों की भागीदारी होना।
2) सस्ता होता है प्रायः स्थानीय रूप से उपलब्ध सामग्री ही आवश्यक है।
3) ये समूह की औसत योग्यता पर आधारित होते हैं। यह योग्यता बिना किसी प्रशिक्षण के प्राप्त की जाती है।
4) चूँकि इनमें सबकी भागीदारी होती है अतः क्वालिटी या संख्या का कोई मानदंड नहीं होता।
5) ये प्रचार के लिए लोगों पर आधारित होते हैं अतः इनका नियंत्रण स्वयं लोगों द्वारा किया जाता है।
6) ये व्यावसायिक नहीं होते। धन शामिल न होने से कोई कापी राइट नियम लागू नहीं होता।
7) इनको सबका समर्थन प्राप्त होता है।
8) अवसर या जनता विशेष के अनुकूल इन्हें अपनाया और पुनः उत्पन्न किया जाता है।

लोक मीडिया का समाज पर चमत्कारी प्रभाव होता है। वे सामाजिक परिवर्तन के शक्तिशाली वाहक है। ऐसे स्थानों में भी जहाँ आधुनिक मीडिया की महत्वपूर्ण पहुँच हो चुकी है वहाँ भी लोक मीडिया लोगों की धारणाओं को प्रभावित करने में समर्थ तथा किसी कार्य या परिवर्तन के लिए लोगों को सक्रिय करने में निरंतर आधिकारिक रूप से सशक्त साधन बना हुआ है। पारंपरिक मीडिया अंधविश्वासों को समाप्त करने तथा वैज्ञानिक विचारधारा स्थापित करने में अधिक शक्तिशाली हो सकता है। यह जनता में बहुत लोकप्रिय तथा विश्वसनीय है। इसलिए इसमें लोगों को समझने की उल्लेखनीय शक्ति है।

सार्वजनिक मीडिया और लोक मीडिया के बीच संबंध के बारे में सामान्य गलतफहमियाँ हैं। लोक मीडिया एक अंतःवैयक्तिक संरचना से उत्पन्न होता है जो सार्वजनिक मीडिया से एकदम भिन्न है। लोक मीडिया का संबंध जनता से होता है जबकि सार्वजनिक मीडिया का संबंध कुछ ही लोगों से होता है जिन पर उनका नियंत्रण होता है। लोक मीडिया में उसका रूप स्वरूप और सामग्री और प्रेषणकर्ता तथा श्रोता सब एक ही होते हैं।

बोध प्रश्न 1

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

ख) इस इकाई के अंत में दिए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) संचार और संस्कृति में क्या संबंध है?

.....

.....

.....

.....

.....

2) लोक मीडिया क्या है? उनकी कुछ विशेषताओं का वर्णन कीजिए।

.....

.....

.....

.....

.....

भारत में लोक मीडिया

विद्वानों के अनुसार भारत में लगभग 6000 प्रकार के लोक मीडिया और पारंपरिक कला रूप हैं। वे हमारे देश की परंपरा एवं संस्कृति को संरक्षित रखते हैं, एवं संप्रेषण में मदद करते हैं। मनोरंजन करने के अतिरिक्त वे नैतिक शिक्षा भी प्रदान करते हैं। पारंपरिक मीडिया का जनता के साथ अच्छा तालमेल रहता है। पारंपरिक मीडिया सस्ता होता है तथा लोगों द्वारा अच्छी प्रकार से समझ में आने वाली भाषा या बोली का प्रयोग करता है। इसमें काफी लचीलापन भी होता है। ये अवसरों एवं ज़रूरतों के अनुसार परिवर्तित हो जाते हैं। ये सभी विशेषताएँ लोक मीडिया को संचार का प्रभावशाली मीडिया बनाते हैं।

शास्त्रीय कलाओं से भिन्न लोक रूप किसी शाही और संरक्षण पर आधारित नहीं होते। लोक मीडिया की उत्पत्ति किसी ब्राह्मणवाद या भारतीय संस्कृति की किसी वैदिक धारा से नहीं हुई। अपितु वे प्राचीन भारतीय संस्कृति से जुड़े हुए हैं तथा सामान्य जन जीवन की अभिव्यक्ति करने वाले वैकल्पिक मीडिया के रूप में हमेशा बने रहेंगे।

भारत के संपूर्ण उपद्रवी राजनीतिक इतिहास में लोक कलाओं में महत्वपूर्ण परिवर्तन हुए। लेकिन चिर-परीक्षित मूल्यों को संरक्षित करने तथा धार्मिक, सामाजिक और राजनीतिक वातावरण की भावनाओं और मनोभावों को उद्वेलित करने में लोगों का मीडिया होने की उनकी शक्ति निरंतर बनी रही। वास्तव में स्वतंत्रता संग्राम के तिलक और गांधी जैसे नेताओं ने आज़ादी के लिए व्यापक समर्थन जुटाने के लिए पारंपरिक मीडिया का प्रभावशाली उपयोग किया।

भारत में लोक या पारंपरिक मीडिया अपने स्वरूप एवं सामग्री में विभिन्न स्थानों पर परिवर्तित होता रहा है। फिर भी ऐसे मीडिया के कुछ तथ्य एक समान है। एक मुख्य विशेषता यह है कि ये अत्यंत लचीले होते हैं। इनमें गानों और नृत्य, अभिनय, शारीरिक संकेत एवं भंगिमाएँ, कठपुतली, वेशभूषा आदि का मिश्रण होता है। संप्रेषण का साधन तथा व्यावहारिक स्वरूप विभिन्न संस्कृतियों के अनुरूप बदलता रहता है।

हम संचारण के पारंपरिक साधनों को तीन श्रेणियों में विभाजित कर सकते हैं :

i) प्रयुक्त साधन

ii) सम्मिलित व्यक्ति

iii) सामाजिक संरचनाएँ

प्रयुक्त साधनों में निम्नलिखित प्रणालियाँ गिनी जा सकती हैं :

- कहानी सुनाना
- गान
- भंगिमाएँ
- नाटक
- स्वांग
- कठपुतली
- संकेत करने, संदेश देने तथा बातें करने के लिए ढोल
- नृत्य
- धार्मिक अनुष्ठान, उपासना, काल्पनिक या पुराण कथा

संचार प्रक्रिया में शामिल व्यक्तियों की विशेष भूमिकाएँ होती है। इसमें शामिल है :

- विभिन्न विचारधाराओं के नेताओं के विचार
- वक्ता
- कहानी सुनाने वाला/ कहने वाला
- सूत्रधार/ उद्घोषक
- मुख्य व्यक्ति/ नेता
- कवि
- चारण/ भाट

पारंपरिक संचार में शामिल सामाजिक व्यवस्था में स्थान, संदर्भ या परिवेश हैं जो संचार के लिए समाज या समूह को उपयुक्त माहौल प्रदान करता हो। इनमें निम्नलिखित है :

- बाज़ार
- गलियाँ या नुक्कड़
- कुएँ या स्नानघर के निकट के स्थान

- चौपाल या सभाएँ
- धार्मिक संस्थाएँ
- स्वैच्छिक समूह या सहकारीताएँ
- धार्मिक सभा, विवाह, अंतिम संस्कार, पौधे लगाना, फसल कटाई
- आयोजन : त्यौहार, मेले

मौखिक संस्कृतियों में संचार के अनेक धार्मिक और सांकेतिक रूप होते हैं। मौखिक संप्रेषण कबीला समुदायों में विचारों और मूल्यों को संप्रेषित करने में बहुत ही सशक्त रूप है। पारंपरिक मीडिया में अफ्रीकी अनुसंधानकर्ता ने इन्हें 'ओर-मीडिया' कहा है।

संचार के पारंपरिक मीडिया के अंतर्गत अनेक लोक मीडिया रखे जा सकते हैं जिनकी प्रायः निम्नलिखित विशेषताएँ होती हैं :

- बिना किसी तकनीकी उपकरण के साधारण स्वरूप
- मुफ्त या सामग्री के मूल्य के बिना भी उपलब्ध
- जनता के विषयों से संबंधित
- पारंपरिक तथा उत्पत्ति का पता नहीं
- प्रस्तुतकर्ता तथा प्रयोगकर्ता में कोई अंतर नहीं
- सीधे एक या अनेक अर्थों का संप्रेषण
- भागीदारी, संवाद और परस्पर संपर्क
- भागीदार तथा श्रोता एक समूह या इकाई होते हैं।

पारंपरिक मीडिया का विभिन्न सभ्यताओं द्वारा निम्नलिखित कार्य करने के लिए प्रयोग किया जाता है :

- सामाजिक और सामुदायिक मूल्यों का संप्रेषण करना
- उपदेश और दीक्षा प्रदान करना
- पारंपरिक मूल्य संप्रेषित करना
- धार्मिक आस्था संरक्षित करना
- वैधानिक नियम, आचरण के नियम प्रदान करना
- कहानियाँ दृष्टांत और लोकोक्तियाँ संप्रेषित करना
- सूखा, कृषि कार्य जैसे सामान्य कार्यों के लिए लोगों को प्रेरित करना
- सामाजिक बंधन, संबंधों को सुरक्षित रखना।

लोक कला की उत्पत्ति मूल (नींव) से होती है। यह लोगों की अपनी आवश्यकताओं के अनुरूप उनकी भागीदारी के अलावा स्वयं उनके द्वारा रचित स्वतः अभिव्यक्ति है। कुछ समाजशास्त्रियों ने साधारण व्यक्तियों की लोक कला को अभिजात वर्ग की उच्च संस्कृति में अंतर किया है। यह सिलबर्ट सेल्वड ने लोक संस्कृति की विशेषताओं को इस प्रकार बताया है :

- लोक कला और लोकप्रिय कला समझने में आसान होती है
- वे रोमांचकारी, राष्ट्रभक्ति और पारंपरिक रूप से नैतिक होती है
- ये महान कलाओं पर संदेह करने वाले लोगों के द्वारा बहुत स्नेह से रखी जाती है

- लोकप्रिय कलाकार गंभीर या सतही, साधारण या निपुण हो सकते हैं
- वे सार्वभौमिक या सीमित (स्थानीय) हो सकते हैं
- उनमें प्रत्येक के साथ संप्रेषण की शक्ति होती है

पारंपरिक लोक मीडिया समुदायों में वैयक्तिक और साधारण संबंधों के द्वारा संप्रेषण करता है। इस प्रक्रिया में शामिल लोगों की संख्या कम होती हैं क्योंकि वैयक्तिक और आमने-सामने का घटक इसके लिए अनिवार्य हैं। संचार के पारंपरिक मीडिया में हम भाषा, संगीत और कला को शामिल कर सकते हैं।

भारत में पारंपरिक मीडिया या लोक सांस्कृतिक संचार मीडिया के कुछ प्रसिद्ध रूप इस प्रकार है - कहानी कहना, तमाशा, कथा, भावई, जात्रा, कीर्तन, पाहड, तर्ज़, कविगान, नौटंकी, कथाकट बूराकथा, गजल, कव्वाली, मुशायरा :

कहानी कहना : यह विभिन्न प्रकार के लोक मीडिया में शायद सर्वाधिक व्यापक है। भारत में अनेक ग्रामीण समाजों में कहानी कहने की गहन परंपरा है। कहानी कहने वाला कहानी कहने में ऐतिहासिक भंगिमाएँ और तर्क वाली भाषा का प्रयोग करता है। दर्शक हँसने और शारीरिक संकेतों से प्रतिक्रिया करते हैं। कई बार कहानी का वर्णन देर रात तक चलता रहता है। कहानी कहने वाले वेशभूषाओं और साजो-सामान का प्रयोग करते हैं। वे प्रायः वर्णन करने वाले चरित्र का उपहास करते हैं। कहानियाँ धार्मिक परंपराओं या स्थानीय पौराणिक कहानियों से मिलती-जुलती बनायी जाती हैं। प्रायः लोग गाँव के चौक या मैदानों में एकत्रित होते हैं।

तमाशा : तमाशा महाराष्ट्र में लोक नाट्य कला का सजीव रूप है। यह करीब चार सौ वर्ष पुराना है और पेशवाओं के समय से पूर्व से प्रचलित है। सौगंध्या नामक विदूषक प्रमुख नायक है। वह मनोरंजक बाते करता है। तमाशा पुरुष और महिला दोनों कलाकारों द्वारा किया जाता है। तमाशा का पारंपरिक प्रयोग मनोरंजन और धार्मिक कथाओं के संप्रेषण के लिए किया जाता रहा है। लोगों के विचारों में परिवर्तन करने के द्वारा समकालीन, सामाजिक और राजनीतिक परिवर्तन लाने के लिए भी इसका प्रयोग किया जाता है। आजकल सरकार परिवार नियोजन जैसे विषयों को लोकप्रिय बनाने के लिए इसका प्रयोग करती है।

नौटंकी : उत्तरी भारत का लोक नाटक है जो खुले मैदान में किया जाता है। इस लोक रूप का नाम रानी नौटंकी के नाम पर पड़ा है जिसका प्रेमी उसके कक्ष में प्रवेश पाने के लिए छिप गया था। इसमें भी एक वर्णनकर्ता होता है जिसे 'सूत्रधार ' कहा जाता है। कुछ संगीत साज जैसे कैटलड्रम (भटका) और ढोलक का प्रयोग किया जाता है। संवादों को लोक धुनों में गाया जाता है।

जात्रा : जात्रा जिसका शाब्दिक अर्थ है 'यात्रा ' जो बंगाल और उड़ीसा में प्रसिद्ध लोक नाटक हैं। इसका नाम संभवतः अभिनय करने वालों के नाम पर पड़ा है जो अभिनय के लिए एक स्थान से दूसरे स्थान पर घूमते रहते हैं। अधिकांश कहानियाँ भगवान कृष्ण और राधा की होती है। जात्रा लोगों में भक्ति उपासना को लोकप्रिय बनाने में सहायता करती है। बाद में इसका प्रयोग शक्ति उपासना के लिए किया जाने लगा। स्वतंत्रता संग्राम में इसका प्रयोग आंदोलन को लोकप्रिय बनाने के लिए किया गया। इसमें सामूहिक गान (ज़ूरी), अभिनय और आलंकरिक प्रदर्शन शामिल होता है।

भावई : गुजरात का प्रमुख लोक नाटक है। एक विदूषक या मसखरा रंगलो नायक या सूत्रधार के साथ संवाद करता है। उनका परिहास, हरकतें तथा रागलों की भंगिमाएँ दर्शकों को हँसाती है। वह भूतकाल को वर्तमान से जोड़कर आधुनिक राजनीतिक और सामाजिक बुराइयों को इसमें शामिल कर लेता है। भावई में संवाद, स्वांग, कल्पना, कलाबाज़ारी, जादू, नृत्य और गान का प्रयोग किया जाता है। विभिन्न शास्त्रीय और लोकप्रिय संगीत रूपों ने इस कला को सजीव माध्यम बनाए रखा है।

कीर्तन : इस लोक कला को भी हरि कथा या हरि कीर्तन कहा जाता है। यह एक प्रकार केंद्रिकृत, एकल नाटक है जिसमें कोई योग्य कलाकार चरित्रों और क्रियाओं की श्रृंखला का अभिनय करता है। विश्वास किया जाता है कि कोई 150 वर्ष पूर्व यह महाराष्ट्र से कर्नाटक और तमिलनाडु में फैला। भक्ति आंदोलन से जुड़े होने के कारण कबीर और तुकाराम ने धार्मिक विश्वास का उपदेश देने तथा सामाजिक और राजनीतिक सुधार लाने के लिए इसका प्रयोग किया। गुजरात में विभिन्न प्रकार के कीर्तनों का प्रयोग किया जाता है।

गाथागीत : भारत में कहानियाँ सुनाने के अनेक विशिष्ट गाथा गीतों का प्रचलन है। कुछ नाम इस प्रकार है :

आल्हा (उत्तर प्रदेश), बूरा कथा (आंध्र प्रदेश), जुगनी और वाड (पंजाब), पोवडा (महाराष्ट्र) विलूपट्टु (तमिलनाडु)

लोक संगीत : लोगों का एक और सशक्त मीडिया है। विद्वानों के अनुसार भारत में करीब 300 प्रकार की लोक संगीत शैली है। कुछ प्रसिद्ध हैं : बौल और भतियाली (पश्चिम बंगाल), दोहा और गर्बा (गुजरात), चैती और कजरी (उत्तर प्रदेश), कोलकली पट्टु (केरल), बीट्टू (असम), भांड और पनिहारी (राजस्थान), रौक और चकरी (कश्मीर), सुआ और ददरिया (मध्य प्रदेश), मांडो और ढालो (गोवा), बोली (पूर्वी पंजाब) और लायनी (महाराष्ट्र)।

लोक कथाएँ और दंत कथाएँ : भारत की ग्रामीण जनता इन संचार रूपों की उनकी आर्थिक या शैक्षिक स्थिति के बिना भी बहुत प्रशंसा करती है। ये रूप इनका प्रयोग करने वाले समाज की संस्कृति और परंपरा के मूल में होते हैं। ये मीडिया मनोरंजन के साथ-साथ शिक्षा, तो प्रदान करते हैं साथ ही सामाजिक संबद्धता तथा सौहार्द को भी बनाए रखते हैं। ये धार्मिक और सामाजिक मूल्यों को संप्रेषित करते हैं और सामुदायिक सदस्यों में संबंधों को मजबूत बनाते हैं।

कठपुतली : कठपुतली एक मुख्य लोककला है जिसका प्रयोग पौराणिक और दंत कथाओं को जोड़ने के लिए किया जाता है। इसमें काफी परिवर्तन हुए हैं और आज की अनेक परिस्थितियों में शिक्षा, मनोरंजन तथा उपचार के लिए इसका प्रयोग किया जाता है। कठपुतली अनुप्राणित आकृतियों की कला है जो मनुष्य या पशु के क्रियाओं को प्रदर्शित करती है। कठपुतली की उत्पत्ति मनोरंजन के लिए न होकर उपासना प्रथा के रूप में हुई थी। इसकी बनावट एवं प्रस्तुतीकरण में व्यापक परिवर्तन के बावजूद यह कला निरंतर बनी हुई है। भारत में निम्नलिखित चार प्रकार की कठपुतलियाँ हैं :

i) **सूत्रधारिका :** कठपुतलियाँ काले धागों से संचारित होती है। वेशभूषा स्थानीय संस्कृति के अनुरूप होती है। इस प्रकार की कठपुतलियाँ राजस्थान, उड़ीसा, कर्नाटक, आंध्रप्रदेश तथा तमिलनाडु में प्रचलित है।

ii) **छड़ी वाली कठपुतलियाँ :** इनकी वेशभूषा जात्रा की वेशभूषा की तरह होती है। ये आकार में बड़ी होती है तथा बांस पर बंधी होती है जिसे कठपुतली वाले के कलाई से बांधा जाता है। यह रूप पश्चिम बंगाल में काफी प्रचलित है।

iii) **छाया कठपुतलियाँ :** ये चमड़े से बनी हुई समतल आकृतियाँ होती हैं जिन्हें वनस्पति के रंगों से रंगा जाता है। इन पर पीछे से रोशनी डाली जाती है जिससे छाया पारदर्शी कपड़े के पर्दे पर प्रकट होती हैं। यह रूप आंध्र प्रदेश, कर्नाटक, केरल और उड़ीसा में बहुत प्रचलित है।

iv) **हस्त कठपुतलियाँ :** इन्हें दस्ती कठपुतलियाँ भी कहा जाता है। कठपुतली वाला इन्हें इनका संचालन तथा क्रियाशीलता हाथ से करता है। इस प्रकार की कठपुतलियाँ उड़ीसा, केरल और तमिलनाडु में प्रचलित है।

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

ख) इस इकाई के अंत में दिए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) लोक मीडिया के कुछ कार्यों का वर्णन कीजिए।

.....

.....

.....

.....

.....

2) भारत में 5 प्रकार के प्रसिद्ध पारंपरिक मीडिया के नाम बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

3) कठपुतली कला क्या है? भारत में विभिन्न प्रकार की प्रचलित कठपुतलियाँ कौन-कौन सी हैं?

.....

.....

.....

.....

.....

3.4 संचार का इतिहास

संचार कलाओं का अस्तित्व संभवतः मानव जाति के उदय काल से ही है क्योंकि विचारों और अनुभवों के आदान-प्रदान के अभाव में जीवन का अस्तित्व नहीं हो सकता। हो सकता है संचार का आरंभिक रूप आवाज़ हो। एक दूरी तक अपने अनुभव और सूचना संप्रेषण के लिए चिल्लाने का प्रयोग किया जाता था। उस समय अधिकांश सूचनाएँ मौखिक रूप से संप्रेषित की जाती थी। आने वाली पीढ़ी को कहानियाँ और गाने मौखिक रूप से ही सिखाए जाते थे। जब अत्यधिक व्यापक क्षेत्र में फैले लोगों पर शासन करने तथा राजनीतिक रूप से नियंत्रण करने में मौखिक संप्रेषण अपर्याप्त रहने पर ही लिखित रूप का विकास हुआ होगा।

आरंभिक विकास

लिखित संप्रेषण के प्राचीनतम रिकार्ड का समय देखने पर हमें दक्षिण यूरोप में लास्कोक्स और आल्टीमीरा की गुफाओं में चित्रकारियाँ मिलती हैं। विश्वास किया जाता है कि करीब 35,000 वर्ष पूर्व अज्ञात कलाकारों ने गवल, लगाम वाले हिरण, जंगली अश्व यहाँ तक कि अज्ञात पशुओं और शिकारी व्यक्तियों के अद्‌भुत भित्ति चित्र बनाए हुए हैं।

ये चित्रकारियाँ शिकार से संबंधित है। संभवतः ये प्रतीकात्मक चित्रकारियाँ उन घटनाओं को अच्छी तरह याद रखने तथा आने वाली पीढ़ी की जानकारी के लिए सहायता प्रदान करती

थी। इनसे यादाश्त में वृद्धि होती थी। समय के अंतराल में इन प्रतिकात्मक प्रदर्शन में मानक रूपों का प्रवेश होने लगा।

पृथ्वी पर ऐसे अनेक चित्र बर्तनों, टोकरियों, छड़ियों, वस्त्रों, दीवारों, पशुओं की खचाओं (खालों), छाल, पत्थरों और यहाँ तक की पत्तियों पर भी देखने को मिलते हैं। इनमें संकेतों और चिह्नों के साथ चित्रकला और कलात्मक भाव भी होता है। प्राचीन लोग अनेक प्रकार के साधन जैसे : गोदना, दागना, आभूषण, मुकुट, वस्त्रों आदि का प्रयोग अपना स्तर, हैसियत, शक्ति, संपन्नता, उपलब्धियाँ, व्यवसाय और पारिवारिक सदस्यता दर्शाने के लिए करते थे।

लिखित रूप

साहित्य का मौखिक रूप से लिखित रूप अपनाने में अत्यधिक समय लगा होगा कुछ मानव वैज्ञानिकों के अनुसार हमारे पूर्वजों ने संप्रेषण के लिए भाषा का आरंभिक ज्ञान कोई 3,00,000 वर्ष पूर्व आरंभ किया होगा। लेकिन मात्र करीब 4000 वर्ष ई.पू. ही विचारों के संप्रेषण में कोई एकरूपता प्रचलित हुई। विचारें को कुछ लेखा चित्र प्रतीकों के माध्यम से प्रस्तुत किया जाने लगा। चूँकि विचारों की अभिव्यक्ति के लिए लेखाचित्रों का प्रयोग होने लगा था इसलिए इन्हें चित्रलेखीय लिखाई कहा जाने लगा। क्योंकि वस्तु चित्र विचारों का प्रदर्शन करते थे इसलिए ऐसे चरित्रों को ऑडियोग्राम (भाव चित्र) तथा लिखावट को ऑडियोग्राफिक (भाव लिपि) कहा जाने लगा। ज्ञात प्राचीन भावलिपि पद्धति मिश्रवासियों, चीनियों मायस लोगों से संबंधित है। भाव लिपियों के साथ एक कठिनाई यह थी कि विभिन्न शब्दों का प्रतिनिधित्व करने के लिए सैकड़ों या हजारों भाव चित्रों को जानने की आवश्यकता पड़ती थी। इसलिए एक सरल पद्धति का विकास हआ जिसका संबंध विचारों के भाव प्रतीकों से न होकर ध्वनि से साथ था। इस प्रकार फोनोग्राम (ध्वनि चित्र) का प्रचलन हुआ। फोनोग्राम रेखा प्रतीक या चिह्न है जो किसी भाषा विशेष के बोलने वालों के बीच परंपरा या किसी नियम के द्वारा विशिष्ट ध्वनियों से जुड़े होते हैं। अक्षर फोनोग्राम के उदाहरण हैं।

विश्वास किया जाता है कि लेखन की हमारी ध्वनि प्रणाली प्राचीन सुमेरियाई की कला लेखन में उत्पन्न हुई। सुमेरियाई लोग किसी ध्वनि के लिए निर्धारित किसी विशेष स्वरूप को विचार पर आरोपित करते थे। समय के साथ विचारों में सुधार हुआ था तथा वे सरल बनाए गए। इसके बाद लेखन विकास की गतिविधियाँ मिश्र और यूनानी सभ्यताओं में देखी जा सकती हैं। लेखन के प्रयुक्त सामान्य साधन के पत्थर, पटेरा तथा नील नदी के किनारे उगने वाले वृक्षों की छाल। पटेरा लेखन के लिए बहुत विकसित साधन थे क्योंकि इसे समतल किया जा सकता था एक साथ सिलाई की जा सकती थी तथा गोलाई में मोड़ा जा सकता था। लेखन के दूसरी प्रसिद्ध सामग्री चर्म पत्र (तैयार की गई भेड़ की खाल) स्थायी जो बछड़े की खाल से तैयार की जाती थी। इस पर लिखित अक्षर पटेरा से अधिक समय तक सुरक्षित रहते थे।

रोमनवासियों ने अक्षरों में सुधार कर लेखन कला का शोधन किया तथा लेखन के लिए अधिक स्थाई सामग्री प्रदान की। रोमन स्मारकों में व्यापक रूप से प्रयुक्त बड़े अक्षर अंग्रेजी भाषा के बड़े अक्षर हैं उनके छोटे आकार के छोटे अक्षर रूप है जिनका 8वीं शताब्दी में काले मेंगने के प्रभाव में केरोलिंगमन लिपि में सुधार किया गया जो आज के अंग्रेजी भाषा के छोटे अक्षर हैं।

जब रोम पर निरंतर आक्रमण हुए तो मठों में साधुओं ने भाषा और लिखित सामग्री को हाथ से ढक कर कठोर बनाया तथा संरक्षित किया। इस प्रकार शब्द भोनु स्क्रिप्ट (पांडुलिपि) प्रयोग में आई। मठ विशेष स्थान बन गए जहाँ पुस्तकालयों का विकास हुआ और पुस्तकों को सुरक्षित रखा गया।

मुद्रण का आविष्कार कागज निर्माण के बाद आरंभ हुआ। विश्वास किया जाता है कि 105 ई.पू. तक चीनी मंत्री तसई लून ने पहली बार कागज़ का आविष्कार किया। अरब वासियों के पास 751 ई. में कागज़ था लेकिन यह यूरोप में लगभग 1100 ई. में मूर्स के माध्यम से स्पेन होकर पहुँचा। कागज़ का इतना व्यापक प्रयोग हुआ कि 100 वर्षों में ही यूरोप के अनेक भागों में कागज़ का निर्माण होने लगा।

चीन में पहली बार 846 ई.पू. मुद्रण का आविष्कार हुआ चीनवासियों ने मुद्रण के लिए लकड़ी के प्लेटों का इस्तेमाल किया। सजावट एवं आभूषणों में मुद्रण प्रणाली का प्रयोग पहले से ही 200 ई.पू. विद्यमान था। लेकिन एक जर्मन स्वर्णकार गुटेनबर्ग ने मैंज में पहली बार लगभग 1450 में सचल टाइपों (अक्षरों) का प्रयोग कर आधुनिक मुद्रण का आविष्कार किया। उसके द्वारा मुद्रित पहली पुस्तक बाईबल का एक भाग था। इस पुस्तक को गुटनबर्ग की बाईबल कहा जाता है।

1400वें ई. की समाप्ति तक मुद्रण विश्व के विभिन्न भागों में फैल चुका था। विलियम कैक्सटोन ने जर्मनी में मुद्रण कला लिखी और उसने 1476 में इंगलैंड में अपना मुद्रणालय (प्रिंटिंग प्रेस) स्थापित किया। अमेरिका में पहली प्रिंटिंग प्रेस जॉन पाबलों द्वारा 1539 में मेक्सिकों शहर में लगाई गई। भारत में पहली प्रिंटिंग प्रेस 1556 में पुर्तगाली जेसुट्स द्वारा गोवा में स्थापित की गई। सबसे पहली प्रिंटिंग प्रेस ईसाई पादरियों द्वारा लगाइ गई। गोवा में पहली प्रेस की स्थापना के बाद 250 वर्षों में संपूर्ण भारत में मुद्रण का प्रसार हो गया। इसके अतिरिक्त पुर्तगाल, ब्रिटेन स्पेन तथा दानिस वासियों ने प्रिंटिंग तकनीक के प्रसार में योगदान दिया।

भारत में प्रिंटिंग के आगमन से अनेक भारतीय भाषाओं की उत्पत्ति में सहायता मिली। भाषाएँ अपनी लिपि में लिखी जाने लगी तथा शब्दावली और व्याकरण का विकास हुआ। पहले से मुद्रित अनेक पुस्तकों के अनुवाद किए गए। गुटनबर्ग के आविष्कार से विश्व में वास्वतिक रूप से परिवर्तन हुआ। पूरे विश्व में प्रिंटिंग के विस्तार से भाषाओं की उत्पत्ति हुई और विकास हुआ तथा स्कूलों और शैक्षिक कार्यों की आवश्यकता बढ़ गई। विज्ञान, मनोविज्ञान तथा धर्म में हुए विकास जनता तक पहुँचने लगे। संक्षेप में कहा जाए तो प्रिंटिंग ने ज्ञान को संरक्षित रखने तथा विस्तार में बहुत सहायता प्रदान की। प्रिंटिंग तकनीकों में विकास तथा वृद्धि, कागज़ की उपलब्धता तथा पढ़ने की चाह ने प्रेसों को बहुत बढ़ावा दिया।

पुस्तकें और समाचार-पत्र

आज बिना पुस्तकों के जीवन के बारे में सोचना असंभव है। पुस्तकों के मुद्रण और उनके फैलाव से ज्ञान की वृद्धि और संरक्षण में प्रोत्साहन मिलता है। पुस्तकों के छपने से विचारों का विस्तार सरल हो गया तथा सामाजिक बाधाओं को तोड़ने में सहायता मिली। इसने नए सामाजिक संबंधों की स्थापना का मार्ग खोल दिया, क्रांतियों के होने में सहायता प्रदान की तथा वैज्ञानिक विकास खोजों को बढ़ावा दिया। यद्यपि पुस्तकों के अनेक कार्य अन्य भी माध्यमों से भी किए जाते हैं तो भी पुस्तक निर्माण निरंतर एक समृद्ध उद्योग बना हुआ है। जब तक मानव सभ्यता का अस्तित्व रहेगा पुस्तकें कभी समाप्त नहीं होंगी।

समाचार पत्र जनता का सबसे पुराना माध्यम था। यह अधिकांश जनता तक पहले तथा सबसे शीघ्र पहुँचने वाला संचार का एक प्रकार था। पहला समाचार पत्र 1609 में जर्मनी में प्रकाशित हुआ। एक दशक के अंदर ही बेल्जियम, नीदरलैंड तथा ब्रिटेन से भी समाचार पत्र छपने लगे। रेडियो और टेलीविजन के आने तक समाचार पत्र शीघ्रतम सार्वजनिक माध्यम

बना रहा। गति के संदर्भ में रेडियो और टेलीविजन ने समाचार-पत्र को पीछे छोड़ दिया। लेकिन समाचारों और घटनाओं के गहन विश्लेषण में समाचार-पत्र ही पाठकों का उद्देश्य पूरा करता है।

भारत में प्रथम समाचार-पत्र 1780 में जेम्स ओगस्तस हीके द्वारा आरंभ किया गया। इसे बांगल गजट कहा गया। हीके को गिरफ्तार कर जेल में डाला गया तथा प्रेस की आजादी का निडर अगुवा होने और अंग्रेज़ी शासकों की भ्रष्ट परंपराओं का खुलासा करने के कारण उसे वापस ब्रिटेन भेज दिया गया। हीके का समाचार पत्र बंद होने के छह साल के अंदर मद्रास (मद्रास कूरियर) और बंबई (द बाम्बे हेराल्ड) नामक कई समाचार पत्र आरंभ हुए। भारतीय भाषा पत्रकारिता के संस्थापक शेरामपोर के पादरी थे। समाचार दर्पण प्रथम भारतीय भाषा की पत्रिका थी। तब से अंग्रेज़ी भाषा और स्वदेशी भाषा प्रेस धीरे-धीरे बढ़ती गयी। भारत में प्रेस ने आज़ादी के संघर्ष में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। स्वतंत्रता आंदोलन के कुछ नेता तिलक, गांधी आदि संपादक और लेखक भी थे। भारत में प्रेस को काफी आजादी है। (आंतरिक आपात काल) के दौरान कुछ अवधि को छोड़कर यह भारत में लोकतांत्रिक शासन व्यवस्था को बनाने का शक्तिशाली साधन भी है।

सिनेमा

सिनेमा या चलचित्रों का इतिहास जैसा कि हम जानते हैं करीब एक शताब्दी पुराना है। चलचित्र स्थिर चित्रों की एक श्रृंखला होती है जिसे पर्दे पर इतनी तेज़ी से प्रदर्शित किया जाता है कि देखने वालों को गति का अनुभव होता है। वास्तव में सिनेमा शब्द यूनानी शब्द 'किनेमा' से आया है जिसका अर्थ गति होता है। सिनेमा के विकास में तीन चरण हैं:

1) चित्रों को रिकार्ड करना
2) आवाज़ आना
3) रंगीन होना

जैसा कि आप हम जानते हैं कि सिनेमा के आविष्कार के पहले कई विकास हो चुके थे। पहला प्रयास था फोटोग्राफी का आविष्कार जो उन्नीसवीं शताब्दी के मध्य में हुआ। जॉर्ज ईस्टमैन, 1884 तथा एडिसन और डिक्सन ऐसे पथप्रदर्शक थे जिनके कार्यों ने फ्रांस के लियोन शहर में लूमियर भाइयों द्वारा किए गए सिनेमा के आविष्कार में बहुत मदद की। लूमियर भाइयों ने 1895 में पहली फिल्म का निर्माण किया। इन्हों ने 35 मिनी फिल्म सामग्री का प्रयोग किया। यह मूक फिल्म थी जिसमें संगीत उपकरणों या व्यक्तियों द्वारा मौखिक संवाद संप्रेषित किया गया। चित्र के साथ आवाज़ वाली फिल्मों के आविष्कार से बोलने वाली फिल्में बन गयी। 1920 के दशक तक फिल्मों में साउंड ट्रैक बन गए थे।

अनेक आरंभिक फिल्मों की अवधि केवल एक या दो मिनट की होती थी। बाद में विचारों और कहानियों के साथ लम्बी अवधि की फिल्में बनी जिन्होंने लोगों में रुचि पैदा की। ये फिल्में काफी हाऊस और सैलूनों से निकलकर सुसज्जित सिनेमाघरों में पहुँच गयी। फिल्मोद्योग संपन्न और बड़ा व्यवसाय बन गया।

भारत में सिनेमा 1896 में बंबई में लूमियर भाइयों की एक प्रदर्शनी से आरंभ हुआ एच.एस. भटवाडेकर जिन्होंने यह प्रदर्शनी देखी थी प्रथम भारतीय न्यूजरील रिटर्न ऑफ रैंग्लर पराजंपे बनायी। बंबई के एक मुद्रक दादा साहब फाल्के ने अपनी प्रथम फिल्म राजा हरिश्चन्द्र 1913 में बनायी। फाल्के ने सौ अन्य फिल्में भी बनायी।

सिनेमा जन संचार का एक माध्यम है, जिसका भारत में काफी प्रभाव है। भारत बड़े फिल्म निर्माताओं में से एक है। फिल्में मुख्य रूप से भारत में मनोरंजन का साधन रही हैं लेकिन

इन्होंने जन समूह को शिक्षा और सामाजिक परिवर्तन के संदेश प्रदान करने की भी भूमिका निभायी है। डाक्यूमेंट्री फिल्मे भी विभिन्न राष्ट्रीय विषयों के बारे में सूचनाएँ प्रदान करती हैं। फिल्में अपने गुणों के कारण विभिन्न तत्वों जैसे चित्र, आवाज़, गति और नाटक का संयोजन करके प्रभाव उत्पन्न करती हैं और परिवर्तन का एक सशक्त माध्यम बन गयी हैं। भारत में फिल्मी माध्यम ने सांस्कृतिक बाधाओं को तोड़ दिया है क्योंकि दृश्य का सार्वभौमिक प्रभाव पड़ता है।

प्रसारण और रेडियो

प्रसारण अत्यधिक दूरी तक आवाज़ और तस्वीर के संप्रेषण को संभव बनाता है। टेलीग्राफ और टेलीफोन महत्वपूर्ण आविष्कार थे जिनसे संचार तकनीक में बाद के विकासों को और सरल बना दिया। सैमुअल मॉर्स ने 1835 में विद्युत के प्रयोग से कूट संदेश संप्रेषित करने के लिए टेलीग्राफ का आविष्कार किया। एक जर्मन वैज्ञानिक हेनरिच हर्टज ने रेडियो तरंगों की उपस्थिति का प्रदर्शन किया। 1897 में गुग्लील्मो मारकोनी ने 22 वर्ष की आयु में अत्यधिक दूरी तक प्रथम बेतार संदेश प्रेषित किया। इस प्रकार रेडियो का जन्म हुआ। यह अत्यधिक दूरी तक संदेश प्रेषण का सशक्त माध्यम बन गया।

दो दशकों के अंदर रेडियो ने प्रायोगिक अवस्था पार कर ली और जन संचार का महत्वपूर्ण साधन बन गया। रेडियो मनोरंजन और सूचना का सशक्त माध्यम बन गया। इससे विचारों के प्रसारण में सहायता मिली। युद्ध के दौरान महत्वपूर्ण भूमिका निभाई तथा औपनिवेशिक शक्तियों को समुद्र में जहाज के सार्थक संपर्क बनाने में समर्थ बना दिया। राजनीतिक नेताओं ने राष्ट्रों को संदेश देने के लिए रेडियो का प्रयोग किया।

टेलीविज़न

दूसरे विश्व युद्ध के तुरंत बाद रेडियो को एक और अधिक शक्तिशाली माध्यम - टेलीविजन द्वारा पीछे छोड़ दिया गया। टेलीविज़न प्रसारण के प्रयोग 1920 के दशक के आरंभ में हो गए थे। पिक्चर ट्यूब, विद्युत कैमरा तथा टी वी पर ग्रहणकर्ता सहित अनुसंधानों की श्रृंखला अगले दशक में जाती थी। एन बी सी तथा बी बी सी ने क्रमशः न्यूयार्क तथा लंदन में अपने टेलीविज़न केंद्र स्थापित कर लिए थे। दूसरे विश्वयुद्ध ने टेलीवज़न की उत्पत्ति को बाधित कर दिया था। 1960 के दशक तक रंगीन टेलीविज़न का प्रचलन हो गया था।

1962 से प्रथम संचार उपग्रह अर्ली बार्ड के छोड़े जाने से उपग्रह संचार क्षेत्र आरंभ हो गया। उपग्रह ने भूमि स्थित केंद्र से अंतरिक्ष में स्थित उपग्रह से तथा पुनः पृथ्वी पर संपर्क करने के लिए सिगनलों को ऊपर भेजना तथा फिर नीचे प्राप्त करना संभव बना दिया। अप लिंक करना एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा भूमि स्थित केंद्र से सिगनल भौगोलिक स्थिर संचार उपग्रहों को भेजे जाते हैं। इन सिगनलों को डाउन लिंक कर केबलों या डिश एंटीना के माध्यम से घर स्थित टेलीविज़न द्वारा ग्रहण किया जा सकता है।

टेलीविज़न प्रसारण की सीमाओं ने केबल टेलीविज़न के आविष्कार को जन्म दिया। केबल टी वी केंद्र से प्राप्त कार्यक्रमों को वायुमंडल के माध्यम की अपेक्षा तार के द्वारा वितरण करने की प्रक्रिया थी। यह एक ऐसी प्रणाली है जिसमें नियंत्रक या डिश एंटीना इलेक्ट्रॉनी सिगनलों को प्राप्त करता है तथा केबल के माध्यम से अनेक घरों को प्रेषित करता है। उपग्रह संचार प्रणाली ने आज विश्व को एक 'विश्व गाँव ' में परिवर्तित कर दिया है।

भारत में टेलीविज़न 1959 में आरंभ में हुआ। फिर भी भारत में टेलीविज़न सेटों का उत्पादन 70 के दशक में ही आरंभ हो सका। 1976 में रेडियो और टेलीविज़न एक ही इकाई अंतर्गत संचालित होते थे जिनमें विभाजन किया गया और अलग से दूरदर्शन की स्थापना हुई।

1967 में भारत में टेलीविज़न को उपग्रह शिक्षा टेलीविज़न प्रयोग (एस आई टी ई) कार्यक्रम के माध्यम से शिक्षा के लिए सार्वजनिक माध्यम के रूप में प्रयोग किया जाने लगा था। टेलीविज़न के भारत में परिवर्तन के लिए, राष्ट्रीय निष्ठा संवर्धन के लिए, लोगों में वैज्ञानिक प्रवृत्ति बढ़ाने के लिए, परिवार नियोजन एवं जनसंख्या नियंत्रण में प्रगति के लिए, कृषि विकास के लिए, ग्रामीण विकास के लिए, खेलों और क्रीड़ा जगत को बढ़ावा देने के लिए, महिला और बाल कल्याण को बढ़ावा देने के लिए, राष्ट्रीय भावना पैदा करने के लिए तथा देश को कलात्मक और सांस्कृतिक धरोहर को बढ़ावा देने के लिए प्रेरक के रूप में प्रयोग किया जाता है।

टेलीविज़न को अनियंत्रित प्रयोग में कुछ जोखिम भी है। विकासशील देशों में अधिकांश टेलीविज़न कार्यक्रम पश्चिम विशेष कर अमेरिका से आयात किए जाते हैं। अनुमान है कि 1970 के दशक में अमेरिका से प्रतिवर्ष 150,000 घंटे के टेलीविज़न कार्यक्रमों का निर्यात किया गया। 1983 में 69 देशों में किए गए एक अध्ययन से पता चला कि उन्होंने एक तिहाई या इससे अधिक कार्यक्रमों को अन्य देशों से आयात किया गया। अफ्रीका में 40 से 60 प्रतिशत तक टी वी कार्यक्रम आयात किए जाते हैं। संस्कृति, विश्व दृष्टि और सामाजिक मूल्यों के साथ जुड़े गंभीर परिणामों के कारण यह प्रवृत्ति अनुचित है। टी.वी. स्वदेशी संस्कृतियों की वृद्धि को क्षति पहुँचाकर सार्वभौमिक संस्कृति का मुख्य एजेंट बन गया है।

टेलीविज़न एक व्यसनकारी माध्यम भी है जो लोगों को स्वापक भी बना सकता है। शिक्षकों ने बताया है कि टेलीविज़न देखने से शिक्षा प्रक्रिया में बाधा आती है। टी.वी. अन्य सामाजिक गतिविधियों को भी प्रभावित करता है। जैसे अवकाश और मनोरंजन, खेल, संगीत, मनोरंजन, धर्म आदि। टेलीविज़न कार्यक्रमों से चित्रित हिंसा और समाज में वास्तविक हिंसा का परस्पर संबंध होने का अनेक समाज वैज्ञानिकों और संचार विशेषज्ञों द्वारा अध्ययन किया गया है।

इंटरनेट

टेलीफोन की सहायता से दूर स्थित रखे दो कंप्यूटरों को जोड़ा जा सकता है तथा डाटा शीघ्रता से स्थानांतरित किया जा सकता है। इस प्रकार डाटा स्थानांतरण प्रक्रिया को इलेक्ट्रॉनिक मेल (ई-मेल) कहा जाता है। यह इंटरनेट का आधार है। इंटरनेट एक सार्वभौमिक प्रणाली है जिसके द्वारा डाटा स्थानांतरण के लिए एक कंप्यूटर को दूसरे कंपयूटर से जोड़ा जा सकता है। इस प्रणाली को मोडमो के माध्यमों से कंप्यूटरों को जोड़कर विश्व संबद्धता को प्राप्त करने के लिए संपूर्ण बनाया गया है। इस प्रणाली में एक कंप्यूटर से दूर स्थित दूसरे कंप्यूटर में शीघ्र सूचना स्थानांतरण को सरल बना दिया है। इस क्षेत्र में और अधिक विकासों ने वेब साइटों की उत्पाटी को जन्म दिया। वेब साइट के माध्यम से प्राप्त किया जा सकता है। आज विभिन्न वेब साइटों पर पर्याप्त मात्रा में सूचना और डाटा उपलब्ध हैं और कम्प्यूटर के की-बोर्ड पर कुछ स्ट्रोक लगाकर कोई भी उन्हें आसानी से प्राप्त कर सकता है। भारत में इंटरनेट की उपलब्धि पहली बार 1995 में विदेश संचार निगम लिमिटेड (वी.एस.एन.एल.) द्वारा प्रदान की गयी।

संचार के क्षेत्र में आगामी विकास

संचार के अनेक मीडिया में आज संचार क्रांति पर सबसे अधिक प्रभाव डालने वाला माध्यम है टेलीफोन जो केवल उस पार आवाज़ संप्रेषण का माध्यम रहा है। अब संचार का मुख्य उपकरण बन गया है जिसने कम्प्यूटर और फैक्स मशीनों को भी जोड़ दिया है।
संचार क्षेत्र में होने वाली एक बड़ी क्रांति है सैल्यूलर फोन। सैल्यूलर फोन की उत्पत्ति

वर्तमान में अनेक विकसित अनुसंधान और प्रयोग किए जा रहे हैं ताकि संचार प्रक्रिया में सुधार के लिए एक श्रेष्ठ सैल्यूलर फोन का इस्तेमाल किया जा सके।

दृश्य तकनीक के आगमन से चित्रों का स्कैनिग और दृश्य संप्रेषण ने मुद्रण उद्योग के संचालन में भी बहुत सहायता प्रदान की है।

अब ऑडियों और वीडियो कैसेट का स्थान कम्पैक्ट डिस्क (सी डी) ने ले लिया है जिसमें आवाज़ लिखित सामग्री और चित्र भी होते हैं। इसी प्रकार वीडियो कम्पैक्ट डिस्क (वी सी डी) और वीडियो कम्पैक्ट डिस्क प्लेयर वीडियो कैसेट और वीडियो कैसेट रिकार्डर तथा वीडियो कैसेट प्लेयर का स्थान ले रहे हैं।

संचार प्रक्रिया को गति प्रदान करने के लिए जैसे है सूचना तकनीक में नए मार्ग आ रहे है, हम मीडिया के विभिन्न रूपों के परस्पर संबंधों के बारे में अधिक सचेत भी हो रहे हैं। उदाहरण के लिए ऑफ प्रिंट और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया के बीच किसी भेद के बारे में कहना कठिन है। ये दोनों अलग-अलग तत्व नहीं है क्योंकि प्रिंटिंग स्वयं अनेक इलेक्ट्रॉनिक आविष्कारों से बहुत अधिक प्रभावित है। टेलीफोन, टेलीविज़न, संचार उपग्रह, कंप्यूटर और अन्य तकनीकी विकासों को नए संदर्भों में संपूर्ण बनाया गया है ताकि वे हैं क्रांतिकारी संचार में सूचना का श्रेष्ठतम मार्ग प्रदान कर सके।

बोध प्रश्न 3

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

ख) इस इकाई के अंत में दिए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) आधुनिक प्रिंटिंग का आविष्कार किसने किया? वर्णन करें कि प्रिंटिंग ने संचार विकास में कैसे सहायता की?

.....

.....

.....

.....

.....

2) भारतीय संदर्भ में टेलीविज़न के कुछ लाभ बताइए? टेलीविज़न से जुड़े कोई दो जोखिमों का वर्णन करें।

.....

.....

.....

.....

.....

3) इंटरनेट क्या है? यह संचारण में यह कैसे सहायता करता है?

.....

.....

.....

.....

.....

3.5 साधन/ माध्यम का चयन

संचार के विभिन्न मीडिया चाहे पारंपरिक हो या आधुनिक उनकी अपनी विशेषताएँ, लाभ और हानियाँ हैं। उनकी प्रभावशीलता अनेक तथ्यों पर निर्भर करती हैं। उनके तुलनात्मक लाभ और हानियाँ हमें उनकी स्थिति के बारे में बताते हैं।

किसी संदेश विशेष को संप्रेषित करने के लिए विशेष तौर पर जनता के लिए संचार माध्यम चयन बड़ी सावधानी से करना चाहिए। इसमें संदेश, माध्यम की उपलब्धता, तथा जनता या ग्रहण करने वालों की विशेषताओं जैसे तथ्यों पर विचार करना चाहिए। संचार को प्रभावशाली बनाने के लिए भागीदारी तथा फीडबैक अनिवार्य है।

कुछ संदेशों, विचारों, सामाजिक विचारधाराओं को संप्रेषित करने के लिए किसी भी व्यक्ति को मनमाने ढंग से किसी भी माध्यम का चयन नहीं करना चाहिए। माध्यम का चयन सावधानीपूर्वक तथा उद्देश्य, लक्ष्य और सार्थकता, जनता की विशेषताएँ, उसकी पृष्ठभूमि, शिक्षा का स्तर, आर्थिक और सामाजिक स्थिति, आयु, शिक्षा, माध्यम के बारे में जानकारी आदि के साथ ताल-मेल का ध्यान करके किया जाना चाहिए।

निम्नलिखित सूची विभिन्न प्रकार के मीडिया के संभावित लाभ और हानियाँ प्रस्तुत करती हैं। चूँकि हमने पारंपरिक मीडिया के बारे में विस्तृत चर्चा की है इसलिए इस भाग में उन्हें शामिल नहीं किया गया है।

माध्यम		लाभ
प्रिंट मीडिया	:	किफायती सामान, कागज़, स्याही, शीघ्र एवं सरल उत्पादन प्रक्रिया, एक व्यक्ति संपूर्ण कार्य कर सकता है। विषय तक पहुँचने के कई तरीके, संदर्भ संभावनाएँ व्यापक, सीमित वितरण, दीर्घकाल रहने वाला - संदर्भ के लिए हमेशा उपलब्ध रहने वाला।
मैगज़ीन	:	नैसर्गिक, उद्देश्य प्रधान, प्रायः जनता को प्रभावित करने वाली आकर्षक रंग एवं तस्वीरों का प्रयोग, शानदार, चिकनी, रखी जाने की संभावना, एक दूसरे को दी जाने वाली जिससे अधिक व्यक्ति पढ़ते हैं।
समाचार-पत्र	:	क्षेत्रीय रूप से केंद्रीयकृत, अपेक्षाकृत सस्ते जो सभी वर्गों के लिए उपयुक्त, अल्पकालीन अवधि वाले, अधिक नवीनतम (दैनिक, साप्ताहिक) सामग्री पर चर्चा और भागीदारी, विश्वसनीय एवं प्रभावी माने जाते हैं।
पर्चे एवं विवरणिकाएँ	:	विशिष्ट जनता को भेजे जा सकते हैं। संदेश विस्तृत रूप से किया जा सकता है। भावी संदर्भों के लिए उपलब्ध रहते हैं। अनेक साइज/स्वरूप और रंगों में उपलब्ध होने की संभावनाएँ, आकर्षक प्रस्तुतीकरण और विवेकपूर्ण वितरण।
प्रत्यक्ष पत्र	:	कुछ खास लोगों के लिए उपयुक्त, संदेश व्यक्तिगत हो सकता है। पाठक द्वारा कार्रवाई करने के लिए उपाय बताना आसान, अन्य विज्ञापनकर्ताओं से कोई प्रत्यक्ष प्रतिस्पर्धा नहीं।
माध्यम		**हानियाँ**
प्रिंट मीडिया	:	स्थिर, एक जैसा, नकारात्मक संबंधों के लिए जाना जा सकता है, अवैयक्तिक स्वरूप, धारदार बनाना मुश्किल, खर्चीला और कठिन वितरण, प्रयोग के बाद रद्दी हो सकता है।

मैगज़ीन	:	अंतिम तिथि काफी आगे हो सकती है इस प्रकार समय उपयुक्त नहीं होता, हो सकता है बाज़ार स्थानीय न हो, वितरण महंगा तथा कठिन।
समाचार-पत्र	:	संदेश का जीवन अल्प, सामग्री को सही समय पर शामिल करना अत्यंत महंगा, प्रायः संदेश संवेदनशील होते हैं।
पर्चे और विवरणिकाएँ	:	उत्पादन तिथि से काफी विलम्ब से मुद्रण तथा उत्पादन महंगा, प्रभावशालीता को मापना कठिन।
प्रत्यक्ष पत्र	:	अधिकांश पत्र रद्दी होने के रूप में अप्रचलित, पत्रों की सूची को अद्यतन करना और संभालना बहुत उबाऊ कार्य, खर्चीला तथा समय की अधिक खपत, डाक द्वारा भेजना खर्चीला परिणाम जानना कठिन।
माध्यम		**लाभ**
टी वी प्रसारण	:	उच्च गुणवत्ता वाला साधन हमेशा अत्यधिक दृश्क, विश्वसनीय और प्रभावी अत्यधिक दृश्य संभावना लोगों और उनके घरों तक आंतरिक पहुँच, सृजनात्मक, कलात्मक और संप्रेषण संभावनाएँ।
दृश्य टेप	:	प्रयोग करना और जानना आसान, नवीन उत्साही माध्यम, प्रसारण की तुलना में किफायती, उत्पादन के लिए समूह या दलों की भागीदारी, सुवाह्य उपकरण, बार-बार प्रयोग करने वाला टेप, सस्ती, पीछे भी तुरंत देखा जा सकता है।
रेडियो	:	सस्ता संगीत और अन्य कार्यों का सृजनात्मक उपयोग संभव, कम मूल्य, सुगम, सुवाह्य, ग्रामीण क्षेत्र में टी वी की अपेक्षा अधिक लोकप्रिय साधन, एक व्यक्ति या समूह द्वारा प्रयोग किया जा सकता है। श्रोताओं का चयन करना संभव अनुकूलन, संपादन, संशोधन तथा अद्यतन करने में आसान। कल्पना का महत्वपूर्ण रूप से सृजनात्मक प्रभावोत्पादकता।
फिल्म की उपलब्धता	:	अत्यधिक दर्शकों की संभावना, शक्तिशाली सृजनकला का रूप पृष्ठभूमि के उपकरण अपेक्षाकृत सस्ते और उपलब्ध हैं। निर्माण प्रक्रिया में काफी लोगों की भागीदारी श्रव्य एवं दृश्य दोनों लाभ।
सचल श्रव्य टेप	:	निर्माण में सस्ती। छोटे एवं बड़े समूह में प्रयोग की जा सकती है। सरलता से संशोधित, संपादित और अनुकूलित की जा सकती है। उपकरण आसानी से उपलब्ध है। परिचित माध्यम है : कोई कहीं भी प्रयोग कर सकता है, अनेक लोगों की भागीदारी। विशेष लोगों तक संप्रेषण करना संभव। मनोरंजन, विचार और संदेश संप्रेषित करने में प्रभावशाली। व्याख्या तथा विवरण तथा अनुकूलन के लिए प्रयोग किया जा सकता है। कक्षा, भाषणों और ग्रामीण क्षेत्रों में प्रभावी उपयोग किया जा सकता है।

माध्यम		हानियाँ
टी वी प्रसारण	:	जनता में भेद नहीं कर सकता। अत्यधिक समय की खपत तथा खर्चीला प्रसारण समय खरीदना मंहगा तथा प्राप्त करना कठिन। जन सेवाएँ कम और व्यावसायिकता अधिक संदेश का भावी संदर्भ कठिन। लघु खंडों के कारण संदेश में सीमित संदर्भ के तारतम्य में व्यावसायिक बाधा।
दृश्य टेप	:	अभी भी काफी महंगी पृष्ठभूमि छोटे समूहों तक सीमित प्रसारण क्वालिटी में और सुधार की आवश्यकता समानुरूप, हार्डवेयर, प्रारुप और उपकरण का अभाव। अनेक ग्रामीण क्षेत्रों में इलेक्ट्रॉनिक तकनीक उपलब्ध नहीं।
रेडियो	:	खामोश परिवेश की आवश्यकता। दृश्य संदेश का अभाव अनियमित श्रवण आदतों के कारण सब तक पहुँचना कठिन रेडियो भूमिका के रूप में सुना जाता है इसलिए समुचित ध्यान से न सुनकर टुकड़ों में सुनने की संभावना रहती है। लघु खंडों में होने कारण समाचार सीमा संदेश का वापिस संदर्भ देना कठिन, श्रोता अत्यधिक अस्पष्ट, व्यापक और कोई विशिष्टता नहीं।
फिल्म	:	निर्माण तथा पुनः प्रति बनाना महंगा। निर्माण प्रक्रिया में अत्यधिक समय की आवश्यकता वास्तविक तथा अंतिम रूप से पृष्ठभूमि की भागीदारी कम। संपादन तथा संशोधन में कठिन। अल्प जीवन क्षणभंगूर प्रारुप। अस्पष्ट और व्यापक दर्शक।

बोध प्रश्न 4

टिप्पणी : क) आपके उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) प्रिंट, पिल्म और प्रत्यक्ष पत्र मीडिया के कम से कम एक-एक लाभ का वर्णन करें।

.....

.....

.....

.....

.....

2) रेडियो, पर्चे, विवरण तथा पत्रिका मीडिया की कम से कम एक-एक हानि का वर्णन करें।

.....

.....

.....

.....

.....

3.6 सारांश

इस इकाई में हमने संचार के पारंपरिक मीडिया, समाज में विशेषतः भारत के संदर्भ में ग्रामीण समाज पर उनके प्रभावों का अध्ययन किया है। हमने देखा कि देश के विभिन्न राज्यों में संदेश पहुँचाने, कहानी सुनाने, सामाजिक व्यवहार, धार्मिक मूल्य और सांस्कृतिक परंपराओं संबंधी सूचना पहुँचाने के लिए अनगिनत लोक मीडिया हैं। हमने आधुनिक रूप में प्रकट संचार के शताब्दियों में होने वाली विकास प्रक्रिया का भी अध्ययन किया है। कहा जाता है कि हम ऐसे मीडिया विश्व या विश्व गाँव में रह रहे हैं। जहाँ पर सूचनाएँ हमारी ऊँगलियों पर मौजूद है। इसका श्रेय तकनीकी विकास को जाता है।

एक शताब्दी में ही जब हमने संचार क्षेत्र में विज्ञान और तकनीक की जबरदस्त उन्नति देखी है तो भविष्य में और क्या छिपा है कहा नहीं जा सकता। फिर एक चीज़ में परिवर्तन नहीं हुआ है वह है इंसान की संप्रेषण सहज आवश्यकता। इसी आवश्यकता ने संचार के नए मीडिया के विकास में सहायता प्रदान की है। यह प्रक्रिया मानव सभ्यता की उन्नति के साथ-साथ उन्नत होती जाएगी।

हमने आधुनिक संचार साधनों के तुलनात्मक लाभ और हानियों की जाँच की है। प्रभावशाली संप्रेषण के लिए संचार के सकारात्मक गुणों को शामिल करने वाला कोई एक संपूर्ण साधन नहीं है। इसलिए हमें विभिन्न मीडिया पारंपरिक तथा साथ में आधुनिक को एक दूसरे का पूरक होने की बात याद रखनी होगी।

3.7 शब्दावली

लोकसाहित्य : विलियम थॉमस द्वारा 1845 में प्रयुक्त किया गया शब्द। इसमें पौराणिक कथाएँ, लोक गाथाएँ, किस्से, लोकोक्तियाँ, पहेलियाँ, लोकगीत, वेशभूषाएँ और नृत्य, नृत्य नाटिकाएँ, गीत, पारंपरिक औषधियाँ तथा दीवारों पर लिखी गई लिखाइयाँ शामिल हैं।

लोक मीडिया: यह जर्मन शब्द वोक्स (Valks) से आया है जिसका अर्थ होता है लोग : यह सामान्य लोगों द्वारा प्रयुक्त किया जाने वाला मीडिया माना जाता है।

वृक्ष छाल : नील नदी के तटों पर उगने वाले वृक्ष छाल जो प्राचीन मिश्र में लेखन के लिए तैयार की जाती थी।

पांडुलिपि : यह लैटिन शब्द मेनुस (manus) से आया है जिसका अर्थ होता है हस्त और स्क्रिप्ट का अर्थ है लेख या लिखना। जिसका अर्थ हुआ हाथ से लिखी सामग्री।

अपलिंक : भू-केंद्र से अंतरिक्ष में उपग्रह को टी वी सिग्नल भेजना।

डाउन लिंक : टेलीविज़न के लिए एंटीना के माध्यम से उपग्रह से आने वाले सिग्नल को पकड़ना।

विश्व गाँव : उस विचार को प्रकट करने वाली अभिव्यक्ति की आधुनिक संचार तकनीक ने पूरे विश्व को एक गाँव की तरह सीमित कर दिया है।

सूचना सुपर राजमार्ग : आधुनिक संचार तकनीक की सहायता से सूचना स्थानांतरण की गति का वर्णन करने वाली अभिव्यक्ति।

इंटरनेट : डाटा स्थानांतरण करने के लिए कंप्यूटरों को परस्पर जोड़ने वाली सार्वभौमिक प्रणाली।

3.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें

सुबीर घोष (1996) : मास कम्युनिकेशन टु डे इन द इंडियन कंटेक्सट, प्रोफाइल पब्लिशर्स, कलकत्ता।

प्रदीप कुमार डे (1993) : पर्सपेक्टिव इन मास कम्युनिकेशन, कल्याण पब्लिशर्स, नई दिल्ली।

केवल जे. कुमार (1981) : मास कम्युनिकेशन इन इंडिया, जयको पब्लिशिंग हाउस, बंबई।

मेल्विन एल. डि. फ्लूर/ एवरटी डेनिस (1991) : अंडर स्टेंडिंग मास कम्युनिकेशन, गोयल साब, दिल्ली।

3.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) संचार एवं संस्कृति में क्या संबंध है?
संस्कृति का अर्थ है जीवनशैली। संस्कृति में शामिल हैं : भाषा, कला, पौराणिकता, ज्ञान, धार्मिक परंपराएँ, परिवार, सामाजिक परंपराएँ और सरकार। संचार संस्कृति के तत्वों को संप्रेषण का माध्यम है। इस प्रकार इसका प्रत्यक्ष संप्रेषण आयाम है। संस्कृति का संरक्षण, रख-रखाव और विकास के लिए संचारण का होना आवश्यक है।

2) लोक मीडिया क्या है? उनकी कुछ विशेषताएँ बताइए?
लोक मीडिया का अर्थ है ग्रामीण और कबीला लोगों को उपलब्ध संप्रेषण के विभिन्न साधन। इन्हें दूसरे रूपों में 'पारंपरिक मीडिया ', 'देशज संचार प्रणाली ', 'वैकल्पिक मीडिया ', 'समूह मीडिया ', 'सस्ता मीडिया ' आदि भी कहा जाता है। इसकी विशेषताएँ हैं :

1) किसी सांस्कृतिक समूह या क्षेत्र के सभी लोगों की भागीदारी।
2) सस्ता तथा केवल स्थानीय रूप से उपलब्ध सामग्री की आवश्यकता।
3) ये समूह के औसत निपुणता पर आधारित होते हैं। यह निपुणता किसी औपचारिक प्रशिक्षण के होती है।
4) चूँकि इनमें सबकी भागीदारी होती है। इसलिए क्वालिटी और संख्या का कोई मानदंड नहीं होता।
5) वितरण या प्रसार के लिए ये लोगों पर निर्भर करते हैं इसलिए इनका नियंत्रण भी स्वयं उनके द्वारा होता है।
6) ये अव्यावसायिक होते हैं। धन शामिल न होने से इनमें कोई कापी राइट नहीं होता।
7) इन्हें प्रायः सबका समर्थन प्राप्त होता है।
8) इन्हें अवसर या जनता विशेष के अनुसार अनुकूलित तथा पुनः तैयार कर लिया जाता है।

बोध प्रश्न 2

1) लोक मीडिया के कुछ कार्य बताइए।
पारंपरिक मीडिया का विभिन्न सभ्यताओं के द्वारा अनेक कार्यों के लिए प्रयोग किया जाता था :

- सामाजिक/ सामुदायिक मूल्य संप्रेषण करना,
- शिक्षा और दीक्षा प्रदान करना,

- पारंपरिक मूल्य संप्रेषित करना,
- धार्मिक संबंधों को संरक्षित करना,
- वैधानिक नियमों, आचरण नियम प्रदान करना,
- कहानियाँ, नीतिकथाएँ, लोकोक्तियाँ संप्रेषित करना,
- सुरक्षा, कृषि गतिविधियों जैसे सार्वजनिक कार्यों के लिए लोगों को सक्रिय करना,
- सामाजिक प्रतिबद्धताओं और संयोजन को संरक्षित रखना।

2) भारत में किन्हीं 5 प्रकार के पारंपरिक मीडिया के नाम बताइए :

तमाशा, कथा, जात्रा, नौटंकी, कव्वाली

3) कठपुतली क्या है? भारत में आमतौर पर विभिन्न प्रकार की कठपुतलियाँ कौन-कौन सी है?

पौराणिक और दंत कथाओं को जोड़ने के लिए लोक कला के रूप में कठपुतली का प्रयोग किया जाता है। उपासना के रूप में इसका उदय हुआ। भारत में विभिन्न चार प्रकार की कठपुतली आम है। ये हैं सूत्रधारिका, छह कठपुतली, छाया कठपुतली, हस्त कठपुतली।

बोध प्रश्न 3

1) आधुनिक प्रिंटिंग की खोज किसने की? संचार विकास में प्रिंटिंग द्वारा की गई सहायता का वर्णन करें।

गतिशील टाइपों का प्रयोग कर प्रिंटिंग की खोज करने वाला पहला व्यक्ति था जोंस गुटनबर्ग। उसकी खोज ने विश्व की काया पलट दी। प्रिंटिंग के परिणामस्वरूप भाषाएँ उत्पन्न हुई और उनमें विकास हुआ। स्कूलों और शैक्षिक संस्थाओं की माँग बढ़ने लगी विज्ञान, दर्शन और धर्म में होने वाले विकास जनता को उपलब्ध होने लगे। संक्षेप में प्रिंटिंग ने ज्ञान के प्रसार और विकास ने काफी योगदान दिया।

2) भारत के संदर्भ में टेलीविज़न के कुछ लाभ बताएँ। टेलीविज़न से जुड़े दो जोखिमों की भी चर्चा करें।

भारत में टेलीविज़न ने राष्ट्रीय निष्ठा, लोगों में वैज्ञानिक प्रकृति को प्रेरित करना, जन्म नियंत्रण और परिवार कल्याण को बढ़ावा, कृषि और ग्रामीण विकास को प्रेरणा, पर्यावरण व खेलों को बढ़ावा, महिला और बाल कल्याण कार्यक्रमों को बढ़ावा, राष्ट्रीय भावना जागृत करना और देश की कलात्मक और सांस्कृतिक विरासत की वृद्धि में योगदान दिया।

टेलीविजन एक व्यसन बन सकता है जिससे शिक्षा तथा दूसरी गतिविधियाँ प्रभावित हो सकती है। यह संस्कृति, सार्वभौमिक विचार तथा लोगों के पारंपरिक मूल्यों पर विपरीत प्रभाव डाल सकता है।

3) इंटरनेट क्या है? संचार में यह कैसे सहायता करता है।

इंटरनेट एक सार्वभौमिक प्रणाली है जिसमें टेलीफोन और मोडेम का प्रयोग कर डाटा स्थानांतरण के लिए कंप्यूटर को दूसरे कंप्यूटर से जोड़ा जा सकता है। इंटरनेट से किसी भी दूरी पर एक कंपयूटर से दूसरे कंप्यूटर में सूचना शीघ्र संप्रेषण कार्य को सरल बना दिया है।

बोध प्रश्न 4

1) प्रिंट, फिल्म और प्रत्यक्ष पत्र के न्यूनतम एक-एक लाभ बताएँ।

प्रिंट मीडिया : मुद्रित सामग्री की जीवन अवधि अधिक होती है।
प्रत्यक्ष पत्र : संदेश वैयक्तिक हो सकता है।
फिल्म : सशक्त सृजनात्मक कला रूप

2) रेडियो, पर्चे/ विवरण और मैगजीनों की न्यूनतम एक-एक हानि बताइए।
रेडियो : दृश्य संदेश का अभाव
पर्चे/ विवरण : प्रभाव मापना कठिन
मैगज़ीन : अंतिम तिथि से काफी पहले हो सकती है इसलिए यह सही समय वाली नहीं मना जा सकती

इकाई 4 अन्तर्वैयक्तिक, सामूहिक और जन संचार

इकाई की रूपरेखा

4.0 उद्देश्य
4.1 प्रस्तावना
4.2 अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण
4.3 समूह संप्रेषण
4.4 जन संचार
4.5 सारांश
4.6 शब्दावली
4.7 कुछ उपयोगी पुस्तकें
4.8 बोध प्रश्नों के उत्तर

4.0 उद्देश्य

इस इकाई में हम अन्तर्वैयक्तिक, सामूहिक और व्यापक जनसंचार के दृष्टिकोण से संचारण की चर्चा करेंगे।

इकाई में अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के लिए आवश्यक विभिन्न निपुणताओं जैसे भाषण, श्रवण तथा भाषा के प्रयोग आदि का वर्णन किया गया है। सामूहिक संप्रेषण में हमारा उद्देश्य छात्रों को सामूहिक प्रक्रिया, सामूहिक बैठकों का आयोजन तथा प्रभावशाली संचारण के लिए नेतृत्व के गुणों से अवगत कराना है। व्यापक जनसंचार के आखरी भाग में हमने व्यापक जनसंचार के घटक, संरचनात्मक तत्वः एस.एम.सी.आर. तथा व्यक्तियों एवं समाज में इसके कार्यों पर चर्चा की है। समग्र इकाई का उद्देश्य सामूहिक मीडिया का प्रभावशाली उपयोग करने में तथा समाज को प्रभावित करने के तरीकों का मूल्यांकन करने में छात्रों की व्यावहारिक निपुणता का विकास करना है।

4.1 प्रस्तावना

संचार को मोटे तौर पर तीन श्रेणियों में बाँटा गया है। अन्तर्वैयक्तिक, सामूहिक तथा व्यापक जनसंचार। इस भाग में हम इनमें से प्रत्येक को समझने तथा इनके प्रभावशाली प्रयोग की संक्षिप्त चर्चा करेंगे।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण क्या है?

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण वह है जिसमें दो व्यक्तियों के बीच या एक व्यक्ति तथा समूह के बीच संचारण होता है। जब संप्रेषण दो व्यक्तियों के बीच होता है तो उसे द्विकीय (Dyadic) संचार कहा जाता है। अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण प्रत्यक्ष होता है तथा इस के बीच में किसी संप्रेषण तकनीकी की आवश्यकता नहीं होती। यह वैयक्तिक संबंधों एवं सामाजिक व्यवस्थाओं को बनाए रखने एवं विकसित करने के लिए आवश्यक माना जाता है। बिना अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के सामाजिक समूह की एक इकाइयाँ समूह के रूप में कार्य करने

के बारे में सोचना कठिन है। कोई समुदाय या समूह केवल व्यक्तियों का समूह ही नहीं होता अपितु सुसम्बद्ध इकाई होती है। संप्रेषण के द्वारा इसमें एकता और पहचान की अभिव्यक्ति होती है। अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण द्वारा संबंध बनाए जाते हैं और पोषित किए जाते हैं।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के बुनियादी घटक

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण मौखिक या अमौखिक हो सकता है। इस प्रक्रिया में मात्र लेने वाले प्रेषक तथा ग्रहणकर्ता दोनों को परस्पर संदेश की संप्रेषण प्रक्रिया का पता होता है। अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण दो प्रकार के हो सकते हैं: परस्पर विनिमय और पारस्परिक क्रिया। परस्पर विनिमय से हमारा अभिप्राय है मित्रों, पारिवारिक सदस्यों तथा प्रेमियों के बीच होने वाली निजी बात। यह संप्रेषण अधिक अनौपचारिक होता है तथा इसका सार्वजनिक या सामाजिक नियमों के अनुरूप होना आवश्यक नहीं है।

दूसरी तरफ पारस्परिक क्रिया में लोग व्यवहार के स्थापित कुछ नियमों के अनुरूप एक दूसरे से संबंधित होते हैं। इनमें सामाजिक शिष्टाचार, तथा व्यवहार भाषा आदि को नियंत्रित करने वाले धार्मिक या सामाजिक नियम शामिल हैं। अधिकांश पारस्परिक क्रिया से आरंभ हुए संबंध परस्पर विनिमय स्तर तक पहुँच जाते हैं।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में प्रेषण और ग्रहण प्रक्रिया प्रायःएक साथ होती है जिसमें यह कहना कठिन है कि कब एक व्यक्ति संदेश भेज रहा है तथा कब प्राप्त कर रहा है। उदाहरण के लिए एक व्यक्ति किसी दूसरे व्यक्ति या समूह से बात कर रहा है तो वह संदेश देने के अतिरिक्त उनकी जनता की प्रतिक्रिया भी तलाश करता है। अपने-अपने श्रोताओं से मिलने वाली सूचनाओं के अनुसार अपना संदेश तैयार करता है। यदि वह श्रोताओं को ध्यान रहित रुचि हीन पाता है तं वह अपने कथन के कुछ भागों को छोड़ सकता है उस विषय को परिवर्तित कर सकता है या वार्तालाप बन्द कर सकता है।

प्रेषक अपने संदेश को निरंतर श्रोताओं की प्रतिक्रिया जैसे ध्यान, संदेश समझने की योग्यता तथा स्वीकृति आदि के अनुसार परिवर्तित करता रहता है वह निरंतर श्रोताओं के चेहरे के भावों भंगिमाओं, आवाजों आदि पर सटीक ध्यान रखता/रखती है। अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में दो पक्षों में निरंतर क्रिया होती है तथा दोनों ही पक्ष बोलते या प्रेषित करते हैं। यह संप्रेषण रूप लचीला होता है।

उदाहरण के लिए, नानी--दादी बच्चे को सुलाने के लिए कहानियाँ कहती है या लौरियाँ सुनाती है। यदि वह देखती है कि बच्चा सो गया तो वह अपनी कहानी या लौरी को पूरा होने से पहले ही बीच में अधूरा छोड़ देती है।

हमें अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के माध्यम से अपने बारे में तथा दूसरे लोगों से अनेक सूचनाएँ प्राप्त होती हैं। प्राप्त सूचनाओं की संख्या तथा उनका महत्व दूसरी के साथ संप्रेषण में तथा उनके साथ वार्तालाप में शामिल करने की हमारी इच्छा पर निर्भर करती है। अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में काफी विकल्प रहते हैं। इसमें निर्णय करने की आवश्यकता होती है। हम मिलने वाले व्यक्तियों या समूहों से वार्तालाप कर भी सकते हैं या उनकी अनदेखी भी की जा सकती है।

उदाहरण के लिए जब हम रेल यात्रा कर रहे होते हैं तो हो सकता है कि संप्रेषण अजनबियों के बीच हों। काफी यात्रा बिना ही संप्रेषण के हो सकती है या फिर वार्तालाप आरंभ हो सकती है। और तब अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के माध्यम से संबंध बनने लगते हैं। हमारे अनेक परिचित एवं मित्र हमारे अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के प्रयत्नों के कारण या उनमें शामिल होने की इच्छा के कारण बन जाते हैं।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में दूसरों के साथ परस्पर प्रभावशाली क्रिया के लिए निपुणताओं की आवश्यकता होती है। सामाजिक नियमों, व्यवहार की जानकारी, शिष्टाचार, सुनने की योग्यता और इच्छा, एक दूसरे के प्रति रुचि एवं सम्मान तथा अपनी सूचनाओं को बाँटने की इच्छा आदि ऐसे महत्वपूर्ण घटक है जिनमें सफल अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण कायम होता है।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में बाधाएँ

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में अनेक बाधाएँ हो सकती हैं। इसमें सामाजिक या सांस्कृतिक पूर्वाग्रह, धार्मिक संबद्धताओं के कारण लोगों को प्रभावित करने वाली श्रेष्ठहीन भावनाएँ, अपने बारे में सांस्कृतिक विश्वास, आर्थिक स्तर, जातीय पहचान, आदि शामिल हैं। भारत में जाति प्रथा और जातीय वर्णक्रम विभिन्न जाति क्रम के लोगों के बीच प्रभावशाली अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में रुकावट डाल सकते हैं। यद्यपि ऐसी बाधाएँ प्रभावशाली संप्रेषण में बाधा डालती है तो भी अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण का सामाजिक भिन्नताएँ समाप्त करने में प्रभावशाली प्रयोग किया जा सकता है।

सांस्कृतिक पूर्वाग्रह भी अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में एक और रुकावट बन जाते हैं।

हिटलर के द्वारा जातीय श्रेष्ठता के सिद्धान्त को बढ़ावा देने से जर्मनी में लाखों यहूदियों को मार डाला गया था। सामाजिक बाधाओं में महिलाओं, सामाजिक रूप से तिरस्कृत वर्ग तथा आर्थिक सुविधाओं से वंचित वर्गों के विरुद्ध भेदभाव शामिल है।

संप्रेषण बाधाओं में आयु, मानसिकता तथा दृष्टिकोण में भिन्नता, विवाहित साथियों एवं पारिवारिक सदस्यों के बीच वार्तालाप का अभाव शामिल हैं। इससे अरुचि, अकेलापन, उदासीनता तथा अन्य व्यक्तित्व संबंधी कुंठाएँ पैदा हो सकती हैं। अन्तर्वैयक्तिक स्तर पर प्रभावशाली परस्पर कार्यकलाप की असफलता से व्यक्ति अवरमुखी, समाज से कटा हुआ अनुभव करने लगता है। ऐसे अनुचित तीव्र व्यवहार से व्यक्ति का व्यवहार हिंसक तथा आत्मघाती तक हो सकता है।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में सफलता का अर्थ है इन सब बाधाओं तथा अन्य बाधाओं को दूर करना है। इस प्रक्रिया में दोनों पक्ष शामिल होते हैं।

अन्तर्वैयक्तिक स्तर पर प्रभावशाली संचार की असफलता अनेक सामाजिक और पारिवारिक विकृतियों का कारण बन जाता है।

प्रभावशाली अन्तर्वैयक्तिक संबंध परिवार और समुदाय में सामाजिक संबद्धता स्थापित कर सकते हैं। प्रभावशाली सामाजिक संप्रेषण व्यक्ति और समाजों को इस प्रकार बनाता है जिसे डेविड राइजमैन के अनुसार "आंतरिक राडार" कहा है जिससे व्यक्ति स्वयं को समाज में स्थापित करता है तथा अनुकूलीत करता है।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के लाभ

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण का एक लाभ यह है कि यह हमारे सामाजिक बंधनों को बनाता है तथा बनाए रखता है। जब व्यक्ति परस्पर एक दूसरे के साथ प्रभावी रूप से संप्रेषण करते हैं तो उनको पता लगता है कि वे उनके साथ जुड़े सकते हैं। मित्र, प्रेमी, सहकर्मी, अधिकारी, पड़ौसी तथा पारिवारिक सदस्यों के रूप में अपनी पहचान बना सकते हैं।

- अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण समाज के लोगों को सही स्थिति में बनाए रखता है जिससे सामाजिक स्वीकृति मिलती है इस प्रकार नीरसता एवं एकाकीपन से छुटकारा मिलता है।

- यह दूसरों के साथ अपने लक्ष्य पूरे करने में सहायता करता है। अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण सहयोग एवं योगदान का आधार तैयार करता है जिससे हम अपने इच्छित उद्देश्य पूरे करने में सफल हो सकते हैं।
- इससे लोगों का परस्पर सामाजिक क्रिया के नियम जानने एवं उनका पालन करने में सहायता मिलती है। हमारा समाज नियमों से चलता है। नियमों का उल्लंघन या सामाजिक नियमों को पालन करने की अयोग्यता से व्यक्ति का बहिष्कार तथा अकेलापन हो सकता है।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के लिए निपुणताओं की आवश्यकता होती है। निपुणताएँ प्राप्त की जा सकती है या सीखी जा सकती है। निपुणताओं को पाने तथा उनके पालन की दक्षता अनेक कारणों पर निर्भर करती हैं।

प्रेरणा और आवश्यकता, पुरस्कार तथा प्रबलीकरण अनुभूति और ज्ञानात्मक योग्यताएँ, अभिरुचि, दृष्टिकोण तथा वातावरण व्यक्ति का व्यक्तित्व, मनोवैज्ञानिक, जैविक तथा सामाजिक घटक व्यक्ति की सीखने की क्षमताएँ, प्रेरणा तथा सीखने की इच्छा।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण निपुणताएँ

भाषण, भाषा

यद्यपि मानव में आवाज की उत्पत्ति अल्प ही होती है तो भी कुछ निश्चितताओं के कारण हम यह मान सकते हैं कि मानव को आवाज नैसर्गिक रूप में प्राप्त है। मानव सभ्यता के इतिहास में वाक् संचार का महत्वपूर्ण कदम रहा है। यद्यपि भाषा का विकास आदिम काल में ही हो गया था लेकिन अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण प्रक्रिया को व्यापक बनाने में और पर्याप्त योगदान देने में अनेक शताब्दियाँ लग गईं।

प्रभावशाली संप्रेषण के लिए व्यक्ति के पास वाक् निपुणता होनी चाहिए। वाक् पटुता, भाषा पर नियंत्रण तथा शब्दों का प्रभावशाली प्रयोग जिनका संप्रेषण में महत्वपूर्ण स्थान होता है। यह शिक्षा द्वारा सीखे जा सकते हैं तथा इनका अभ्यास द्वारा पूर्णता प्राप्त की जा सकती है।

शरीर की भाषा

कुछ सभ्यताओं में लोग अपना संदेश प्रेषित करने के लिए अपने हाथों और चेहरे का प्रयोग करते हैं। शरीर की भाषा और भंगिमाएँ संदेश ग्रहणकर्ताओं का ध्यान आकर्षित करने के लिए महत्वपूर्ण है। एक जादूगर, या कठपुतली दिखाने वाला या सर्कस का ज़ोकर दर्शाता है कि प्रभावशाली अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में शरीर की भाषा एक महत्वपूर्ण घटक होती है।

लोगों के साथ एकरूपता, सहानुभूति तथा समझ

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण लोगों को आराम पहुँचा कर, उनके दुख और पीड़ाओं को दूर कर तथा उनके एकाकीपन और नीरसता को दूर कर उन तक पहुँचाने का एक रचनात्मक जरिया बन सकता है। परामर्शक, धार्मिक नेता, सहायता पहुँचाने वाले कार्यकर्ता तथा कभी कभी मीडिया के व्यक्ति भी दुर्घटना या प्राकृतिक आपदाओं जैसी विपरीत परिस्थितियों में यही कार्य करते हैं।

श्रवण

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में दो या इससे अधिक व्यक्ति शामिल होते हैं और संप्रेषण के लिए बोधात्मक वातावरण बन जाता है। यह दो तरफा पारस्परिक क्रिया वाला होना चाहिए। ऐसे संप्रेषण में श्रवण एक महत्वपूर्ण घटक होता है। यद्यपि श्रवण संचार में एक महत्वपूर्ण घटक है तो भी संप्रेषण निपुणता प्रशिक्षण कार्यक्रमों में इस निपुणता की अनदेखी की जाती है।

श्रवण निपुणताएँ प्रशिक्षण द्वारा सीखी जा सकती हैं। श्रवण में वक्ता के शब्दों को सुनना ही नहीं है उसके अर्थ को ग्रहण करना भी होता है। अर्थ श्रोता द्वारा निकाला जाता है जिसमें वक्तव्य के दौरान भंगिमाओं, चेहरे के हाव-भाव, चुप्पी या ठहराव या आवाज़ में परिवर्तन आदि की तरफ ध्यान देने की आवश्यकता होती है।

श्रवण से परिवारों, उद्योगों तथा व्यवसाय आदि के कार्य निष्पादन में सुधार लाया जा सकता है। किसी कम्पनी में अकुशल कार्य निरीक्षकों तथा प्रबंधकों के कारण अनेक समस्याएँ हो सकती हैं। कुशल श्रवण से तनावों व मतभेदों में कमी आ सकती है तथा कर्मचारियों में नैतिक चरित्र एवं उत्साह का विकास किया जा सकता है।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में साझेदारी होती है

यह पूर्णतः भागीदारी प्रक्रिया है। ऐसे संचार के भंग होने के अवसर काफी कम होते हैं। क्योंकि संचार में भाग लेने वाले आमने सामने होते हैं तथा परस्पर एक दूसरे की उपस्थिति में शब्दों और संकेतों को ग्रहण किया जाता है तथा व्याख्या की जाती है। फीड बैक (सामग्री) तात्कालिक रूप से वर्णित शरीर की भाषा या आवाज़ के उतार-चढ़ाव से ग्रहण की जाती है।

सुबीर घोष बताते हैं कि माइक्रोफोन के प्रयोग से पहले गांधीजी व्यापक जनसमूह को खुले स्थान में भाषण देते थे और सामने बैठे हुए तथा पीछे खड़े रहने वाले लोग भाषण को अच्छी तरह समझते हैं। इस प्रक्रिया में सहायता प्रदान करने के लिए गांधीजी अपने शब्दों और निर्धारित अवधि का चयन करते थे। यह काफी प्रभावशाली था क्योंकि संप्रेषण प्रक्रिया में संदेश के ग्रहणकर्ता भी शामिल होते थे।

संप्रेषण तकनीक में तीव्र प्रगति एवं सूचना क्रांति के बावजूद शक्तिशाली समझ में आने वाला तथा प्रभावशाली संचार माध्यम यही था कि एक व्यक्ति दूसरे अन्य व्यक्तियों को भाषण देता है।

टेली कांफ्रेंसिंग तथा इलैक्ट्रॉनिक उपकरणों के द्वारा वार्तालाप में नवीनतम विकास से उत्साही, घनिष्ठ तथा वैयक्तिक संप्रेषण अभिव्यक्ति सीमित नहीं रहती है।

अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण सहयोग स्थापित करने तथा मतभेद दूर करने के लिए भी प्रयोग किया जा सकता है। आज के सामाजिक मतभेद भूतकाल में लोगों के कम ज्ञान के कारण माने जा सकते हैं चाहे वे परिवार के, धार्मिक समूह के, राजनीतिक दल के या अन्य किसी सामाजिक संगठन के सदस्य ही क्यों न हों। मतभेदों का समाधान तथा शांति को बढ़ावा अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के माध्यम से संभव हो सकता है। आज भी अंतर्राष्ट्रीय संबंधों तथा सार्वभौमिक मतभेदों के समाधान तथा शांति को बढ़ावा अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण तथा सार्वभौमिक मतभेदों के समाधान के लिए अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण का प्रभावी ढंग से प्रयोग किया जा रहा है। सरकारों का या देशों का या अन्य संगठनों का प्रतिनिधित्व करने वाले व्यक्तियों के पास अच्छी संप्रेषण निपुणता का होना आवश्यक है ताकि वांछित परिणाम प्राप्त किए जा सकें।

बोध प्रश्न 1

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण क्या है?

.....

.....

.....

.....

2) अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण के कुछ लाभ बताएँ।

.....

.....

.....

.....

3) अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में कौन-कौन सी बाधाएँ हैं?

.....

.....

.....

.....

4) अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में श्रवण कैसे महत्वपूर्ण है?

.....

.....

.....

.....

4.3 समूह संप्रेषण

समूह क्या है?

एक समूह वह सामाजिक संगठन है जो एक मान्य क्षेत्र में कुछ लोगों की शारीरिक सन्निकटता के द्वारा पहचाना जाता है। एक व्यक्ति एक साथ अनेक समूहों का सदस्य हो सकता है। चूँकि हमारे में से अधिकांश लोग एकांकी नहीं रहना चाहते इसलिए हम समूहों - सभी प्रकार के समूहों में रहते हैं (रोबर्ट बियर्सटेड)। हमारे मित्र व परिचित लोग होते हैं, हम एक स्थान विशेष में रहते हैं तथा हमारा एक स्पष्ट पता होता है। हमारी जैविक भिन्नताएँ हैं जैसे पुरुष या स्त्री, या बच्चा या बूढ़ा। हमारी शिक्षा, पृष्ठभूमि, व्यवसाय, आर्थिक स्तर, संबद्ध धर्म आदि से हमारे अंदर अंतर आ जाता है तथा हम इसी कारण एक या अनेक समूहों से संबंधित हो जाते हैं।

बेकर के अनुसार एक समूह ऐसे अनेक लोगों से बनता है जिनका एक ही लक्ष्य होता है तथा लक्ष्य प्राप्ति के लिए वे परस्पर एक दूसरे के साथ सक्रिय रहते हैं, एक दूसरे के अस्तित्व को स्वीकार करते हैं तथा स्वयं को समूह का एक अंग मानते हैं।

समूहों के प्रकार

समूहों को आरंभिक एवं परवर्ती भागों में विभाजित किया जाता है।

चार्ल्स हॉर्टन कुली के अनुसार, आरंभिक समूह वे समूह हैं जो घनिष्ठ एवं वैयक्तिक संबंध वाले लोगों से बनते हैं। इसमें व्यक्ति वास्तविक रूप से आमने-सामने होते हैं। यह शारीरिक दूरी की अपेक्षा घनिष्ठता या सामाजिक दूरी की डिग्री से आरंभिक समूह का निर्धारण होता

है। परिवार को आरंभिक समूह माना जाता है। आरंभिक समूह के अन्य उदाहरण हैं, क्रीडा समूह, सगोत्र समूह, श्रमिक समूह, वंश आदि।

परवर्ती समूह वे हैं जिनमें व्यक्तियों में औपचारिक अंतःवैयक्तिक तथा स्तरीय संबंध होते हैं। अन्य सभी समूह जो आरंभिक समूह नहीं हैं, परवर्ती माने जाते हैं। परवर्ती समूहों में भावात्मक लगाव और व्यक्तिगत मेल-जोल कम होता है। उनमें ये वैयक्तिक संबंधों की अपेक्षा लक्ष्य प्राप्ति के लिए संबंध होते हैं। राजनीतिक दलों, एसोसिएशनों, श्रमिक यूनियनों, धार्मिक समूहों आदि को परवर्ती समूह माना जाता है।

प्रत्येक व्यक्ति एक साथ आरंभिक तथा साथ ही परवर्ती समूह का सदस्य होता है।

समूहों के कई रूप हो सकते हैं:

सांख्यकीयः जनसांख्यकीय प्रबंधों के अनुसार

सामाजिकः यह समूह ऐसे लोगों से बनता है जो स्वयं की एक समानता, या विशेषताओं अथवा गुणों की पहचान के बारे में कुछ हद तक जानकारी रखते हैं।

सामाजिकताः ऐसे समूह जिनमें व्यक्ति वास्तव में एक दूसरे से संबंधित होते हैं तथा उनमें परस्पर सामाजिक संबंध होते हैं।

एसोसिएशन समूहः विभिन्न एसोसिएशनों के सदस्य एक औपचारिक संरचना वाले समूहों में संगठित हो जाते हैं। जो लोग एक समान हितों को जानते हैं इन हितों की पूर्ति के लिए एक साथ एकत्रित हो जाते हैं।

शैली के संदर्भ में सामूहिक संप्रेषण अंतर्वैयक्तिक संप्रेषण जैसा है परन्तु इसके रूपों में अंतर होता है। सामूहिक संप्रेषण में भागीदार आमने सामने होते हैं। समूह में शामिल लोग अपने सामाजिक संदर्भ के अनुसार समान लिंगीय (पुरुष या महिलाएँ) या विपरीत लिंगीय (पुरुष और महिलाएँ) हो सकते हैं। सामूहिक संप्रेषण औपचारिक एवं अनौपचारिक दोनों स्तरों पर हो सकता है।

व्यक्ति के संबंध में समूह की विशेषताएँ

व्यक्ति के समूह के साथ संबंधों की अनेक विशेषताएँ हैं जो इस प्रकार हैं:

1) **सदस्यताः** समूह से संबंध इसकी सदस्यता के माध्यम से होता है। सदस्य के अनेक रूप हो सकते हैं जैसे कोई कर्त्तव्य, विशेषाधिकार, लाभ का हकदार आदि।

2) **निर्भरताः** किसी समूह में व्यक्ति की सदस्यता उसकी कई आवश्यकताओं के कारण उसे समूह पर निर्भर कर देती है। श्रमिक यूनियन के सदस्य अपनी आर्थिक स्थिति में सुधार के लिए समूह पर निर्भर करते हैं। राजनीतिक दल के सदस्य अधिकतर प्राप्त करने के विचार से उसके सदस्य हो सकते हैं।

3) **स्वीकृति आकर्षणः** व्यक्ति समूह में अपनी स्वीकृति प्राप्त करने के लिए शामिल होते हैं। किसी विशेष समूह की तरफ आकर्षण उस समूह के सदस्यों के व्यवहार का ढंग तथा परस्पर क्रिया, संबद्धता, स्वीकृति, कार्य संतुष्टि तथा संपूर्णता की भावना के कारण होता है।

4) **इच्छाः** कोई सदस्य अपनी इच्छा के आधार पर (जैसा कि क्रीड़ा क्लबों आदि के मामलों में होता है) या जन्म के आधार पर किसी समूह का सदस्य हो सकता है जैसा कि नागरिकता, जाति, धर्म, आदि के मामले में होता है। यद्यपि यह सदस्यता उन पर थोपी जाती है तो व्यक्ति अपने समूह से एक सीमा तक अलग होने की स्वतंत्रता रखता है।

5) **व्यक्तियों पर समूहों का दबावः** समूह व्यक्तियों पर समूह से संबद्ध रहने तथा समूह के कुछ नियमों का पालन करने के लिए दबाव रखता है। यद्यपि वे व्यक्तियों के व्यवहार के तरीकों पर कुछ प्रतिबंध लगाते हैं तो भी उसे कुछ लाभ भी मिलते हैं। इस प्रकार समूह और व्यक्ति दोनों को परस्पर ऐसी अनुरूपता से लाभ होता है।

6) **परिवर्तन एवं नम्यताः** कोई भी समूह सख्त एवं स्थाई नहीं होता। सभी समूहों में परिवर्तन होता रहता है। समूहों की कार्यप्रणाली में लचीलापन होता है। परिवर्तन एवं नम्यता निरंकुश रूप से नहीं थोपी जा सकती है अपितु संप्रेषण के परिणामस्वरूप विकसित होते हैं।

7) **नेतृत्वः** समूह का अस्तित्व और इसकी कार्य प्रणाली अधिकांशतः उसके नेता पर आधारित होती है।

समूह संप्रेषण में नेता की भूमिका एवं कार्य

नेतृत्व की व्याख्या उस प्रक्रिया के अनुसार की जाती है जिसके द्वारा समूह में समन्वय रखा जाता है, सदस्यों को प्रेरित किया जाता है तथा कुछ कार्य पूरे किए जाते हैं। नेता इन कार्यों को अपने सदस्यो से करवाने के लिए अपने अधिकार या स्थिति का प्रयोग कर सकता है। समूह की कार्यप्रणाली में, लक्ष्य निर्धारित करने में उन्हें प्राप्त करने में, संप्रेषण स्थिति में सुधार के लिए तथा सदस्यों के बीच परस्पर क्रिया के लिए और समूह की प्रतिबद्धता बनाए रखने में नेता की भूमिका निर्णायक होती है।

नेता जिन कार्यों के निष्पादन की भूमिकाओं में समूह का नेतृत्व करता है वे इस प्रकार हैं:

- चर्चा आरंभ करना
- सूचनाओं का आदान-प्रदान
- स्पष्टीकरण और व्याख्या करना।
- आरंभ करना तथा निष्कर्ष निकालना
- अभिमतों की जाँच और निरीक्षण

एक नेता देखभाल संबंधी भूमिकाओं का कार्य भी करता है जैसेः

- सामंजस्य बनाए रखना
- समझौतावादी
- सहारा एवं प्रोत्साइन
- द्वारपाल
- मानक निर्धारण और निरीक्षण

नेता की विशेषताएँ

"नेता वह है जो मार्ग जानता है, मार्ग दिखाता है तथा उस मार्ग पर चलता है।"

नेता में निम्नलिखित गुण होने चाहिए।

- **समस्याओं को अच्छी तरह समझनाः** समस्या के बारे में पूरी सूचना रखता हो, विषयों का मूल्यांकन करने की योग्यता तथा समाधान करने की क्षमता हो।
- **परिचयः** उसे समूह की उसके सदस्यों की तथा पृष्ठभूमि की जानकारी हो।
- **खुलापनः** नेता को सदस्यों को सहारा तथा प्रोत्साहन प्रदान करने वाले हो, पूर्वाग्रहों से मुक्त हो तथा दूसरों के विचारों और दृष्टिकोणों का सम्मान करने वाला हों।

संचार निपुणः उनका भाषा पर नियंत्रण हो, विचार लिखने एवं बोलने में स्पष्ट हो, सार्वजनिक रूप से वाक् कला जानता हो तथा श्रवण आदि योग्यता रखने वाला हो।

सामूहिक दायित्व की भावना (टीम सिप्रीट): एकप्रभावशाली नेता मूलतः समूह का व्यक्ति होता है जिसमें संपूर्ण समाज को या कम से कम अधिकांश सदस्यों को पूर्व निर्धारित लक्ष्य प्राप्त करने के लिए किसी दिशा में ले जा सकता है।

लेखक द्वारा वर्णित अन्य विशेषताएँ हैं बुद्धिमता, ऊर्जावान सहनशीलता, सम्मानीय, वन्दनीय, नवपरिवर्तितता तथा रचनात्मकता।

नेतृत्व की शैलियाँ

जनतांत्रिकः जनतांत्रिक नेता सामंजस्य और साझे लक्ष्यों के लिए भागीदारी, मार्गदर्शन, कार्य नियमों का पालन करते हैं। वे शक्ति या अधिकार, विशिष्टता, का प्रयोग नहीं करते, सदस्यों के बीच संप्रेषण को बढ़ावा देते हैं तथा रचनात्मकता एवं पहल को बढ़ावा देते हैं।

निरंकुश या आधिकारिकः सत्तावादी या आधिकारिक नेता के लक्ष्य पक्के होते हैं तथा वे समूह के सदस्यों के विचारों की अनदेखी कर लक्ष्य प्राप्ति के लिए उनका मार्गदर्शन करते हैं। हो सकता है उनमें कुशलता तो हो लेकिन ऐसे नेतृत्व में मतभेद होने की अधिक संभावना रहती है।

निष्क्रियः समूह को प्रभावी ढंग से निर्देश नहीं देता। लेकिन निरीक्षक और [illegible] रखने वाला होता है। ये सलाह और परामर्श अच्छा देते हैं तथा संदर्भ प्रस्तुत करने के रूप में कार्य करते हैं तथा समूह की कार्य प्रणाली में हस्तक्षेप नहीं करते। इस तरह का नेतृत्व समूह के लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए कार्य करने वाले प्रतिबद्ध, रचनात्मक तथा परिपक्व सदस्यों के लिए उपयोगी होता है।

संप्रेषण एवं समूह

समूह संप्रेषण की स्थितियाँ दैनिक जीवन में आम हैं। घर, स्कूल, मंदिर या चर्च, कार्य स्थल, खेल का मैदान तथा सामुदायिक केन्द्र एवं गली आदि सभी जगह सामूहिक संप्रेषण होता है।

समूह संप्रेषण में भागीदारों के कार्यक्षेत्र को नियंत्रित करने वाली औपचारिकता की डिग्री संदर्भ के अनुसार भिन्न होती है जो संगठन की आवश्यकता के अनुपात में बढ़ जाती है। इस प्रकार परिवार में संचार का संदर्भ वकीलों, चार्टर्ड एकाउंटेंट तथा कम्पनी के अधिकारियों आदि व्यावसायिक समूहों के संदर्भ से भिन्न होगा।

संदर्भ के अतिरिक्त सामूहिक संप्रेषण अनेक संबंधित घटकों जैसे आयु, लिंग, शिक्षा, आर्थिक स्थिति, सामाजिक, भाषा, धर्म, राष्ट्रीय क्षेत्रीय और जातीय भिन्नताओं से भी प्रभावित होता है।

इस संप्रेषण में दो से अधिक भागीदार होते हैं। समूह में व्यक्तियों को विशेष कार्य तथा भूमिकाएँ दी जा सकती हैं जो सूचना आदान-प्रदान के लिए असमान संभावनाएँ पैदा करती हैं। समूह में कोई एक व्यक्ति सूचना स्रोत तथा अन्य ग्रहणकर्ता या वितरणकर्ता हो सकते हैं।

समूह में शामिल होने वाले व्यक्तियों की संख्या बढ़ने से व्यक्तियों की भागीदारी क्रिया में कमी आ जाती है। दूसरे शब्दों में जितना बड़ा समूह होगा उतना वैयक्तिक एवं प्रत्यक्ष आदान-प्रदान कम होगा। समूह बड़ा होने से परस्पर समझ भी कम हो जाती है।

बेकर के अनुसार 'पारस्परिक क्रिया श्रेष्ठता कार्य कुशलता के संदर्भ में पाँच से सात सदस्यों वाला समूह श्रेष्ठ रहता है'। संप्रेषण के अभिप्राय से प्रत्येक व्यक्ति दूसरे को प्रभावित करता है और दूसरों से प्रभावित होता है। छोटे समूह अधिक अनौपचारिक कम संरचनात्मक और अधिक भागीदारी वाले होते हैं। यदि समूह अत्यधिक बड़ा हो तो उन पर एक या दो व्यक्ति का एकाधिकार हो सकता है। भागीदारी को प्रभुता और नियंत्रण के द्वारा बदला जा सकता है। प्रत्यक्षता, तात्कालिकता और घनिष्ठता की मात्रा कम हो सकती है। इससे विचारों और दृष्टिकोण के मुक्त आदान प्रदान पर भी प्रभाव पड़ता है।

हमारा कुछ श्रेष्ठ एवं सर्वाधिक प्रसन्नता वाला समय समूहों के साथ संप्रेषण में व्यतीत होता है जैसे, परिवार समूह, समाज समूह का शैक्षिक समूह और कार्य समूह। किसी समूह से श्रेष्ठतम परिणाम प्राप्त करने के लिए लक्ष्य एकदम स्पष्ट होने चाहिए तथा सभी सदस्यों में उन्हें प्राप्त करने की इच्छा हो। सामाजिक समूहों का उद्देश्य मिलकर अच्छा समय व्यतीत करना हो सकता है जबकि कार्य समूह का उद्देश्य अच्छे परिणाम प्राप्त करने वाले कार्य करना होता है।

भागीदारी और सूचनाओं का आदान-प्रदान करना किसी समूह की कार्यप्रणाली का आधार होता है। संप्रेषण का मूल अर्थ सामान्यतया होता है और उसी समूह को सबसे अधिक श्रेष्ठ और सफल माना जाता है जिसमें सर्वाधिक सामान्यतया हो।

अनौपचारिक समूह में संप्रेषण

अनौपचारिक समूहों में संप्रेषण की निम्नलिखित विशेषताएँ होती हैं:

1) यह सदस्यों के बीच संबद्धता बनाए रखने की कोशिश करता है।

2) समूह के नियम बनाए जाते हैं। डेनिस मौक्विल के अनुसार समूह में जितने अधिक लोगों के बीच परस्पर संप्रेषण होगा उतना ही भागीदारी नियम विकसित होने की संभावना होती है।

3) समूह द्वारा बनाए गए नियमों और मानकों का पालन करने के लिए समूह का दबाव होता है।

4) संप्रेषण की भिन्नता और तीव्रता पर वास्तविक दबाव होता है जो समूह के आकार के संदर्भ में परिवर्तित होता रहता है। (जितना बड़ा समूह होगा उतना ही वास्तविक दबाव होगा)

5) स्थिति और परस्पर सम्मान में भिन्नता के अनुसार गुटबाजी, गठबंधन और मोर्चाबंदी को बढ़ावा मिलता है और नेतृत्व को भी उखाड़ दिया जाता है।

समूह चर्चा तथा संप्रेषण

समूह बैठकें तथा चर्चाएँ, संगोष्ठियों एवं सम्मेलनों का एक अभिन्न अंग बन गई है। इनका प्रयोग भागीदारी बढ़ाने तथा विचार, विकास प्रक्रिया, योजनाओं, योजना संबंधी गतिविधियों या समस्या समाधान में भी प्रत्येक की भागीदारी को बढ़ावा देने के लिए किया जाता है। जब एक समूह चर्चा का प्रभावी रूप से संचालन किया जाता है तो अनेक प्रकार के विचारों की उत्पत्ति होती है। साधारणतः लोग निर्णय और नियंत्रण प्रक्रिया में जनतांत्रिक और भागीदारी प्रक्रिया को अच्छा मानते हैं। लोग किसी व्यक्ति की अपेक्षा किसी समिति या समूह के द्वारा लिए गए निर्णयों को अधिक आसानी से स्वीकार करते हैं।

प्रक्रिया अधिक समय व्यतीत करने वाली तथा खर्चीली हो सकती है। किसी निर्णय पर पहुँचने वाली प्रक्रिया के अनेक सत्र हो सकते हैं जिसमें अत्यधिक समय व धन भी खर्च होता है।

उद्देश्य एवं भागीदारों के आधार पर समूह चर्चा अनेक प्रकार से आयोजित की जा सकती है।

समिति एक छोटा समूह हो सकती है जिसका गठन किसी उद्देश्य के लिए किया जाता है। समिति से किसी समस्या का अध्ययन करने तथ्यों को एकत्रित करने, निर्णय करने, महासभा को रिपोर्ट प्रस्तुत करने, अपनी सिफारिशों के सुझाव देने परिवर्तनों के प्रभावों को बताने आदि की अपेक्षा की जाती है जिनका वर्णन इसको आदेश पत्र देते समय किया जा सकता है। समिति का गठन अल्पावधि के लिए किसी समस्या विशेष की जाँच या अध्ययन के लिए किया जा सकता है। सरकार ने भ्रष्टाच र आरोपों तथा दुर्घटनाओं आदि के अध्ययन के लिए समितियाँ गठित की हैं। संस्थाओं की कार्य प्रणाली की नियंत्रित या समीक्षा करने के लिए गठित समिति का समय एक या अधिक से अधिक दो वर्ष निर्धारित किया जा सकता है। (विद्यालय की प्रबंध समिति, वेतन संशोधन के लिए संसदीय समिति, संविधान समीक्षा समिति आदि) समिति का मुखिया कोई अध्यक्ष होता है।

सम्मेलन समिति की अपेक्षा अधिक बड़ा समूह होता है इसलिए अधिक औपचारिक भी होता है। सम्मेलन अनेक प्रकार के लोगों को प्रभावित कर सकता है तथा इसमें भागीदारों के महत्वपूर्ण विषयों को शामिल किया जा सकता है। सम्मेलन की अवधि अधिक हो सकती है तथा इसमें दस्तावेज़ प्रस्तुत करने, मार्ग दर्शन, चर्चा तथा सुझाव आदि देने के लिए विशेषज्ञ हो सकते हैं। यदि भागीदारों की संख्या अत्यधिक हो तो उचित रूप से परस्पर संपर्क रखने के लिए सत्र या चर्चाएँ छोटे-छोटे समूहों में की जा सकती हैं।

समूह बैठकें

बैठक आयोजित करने तथा सामूहिक चर्चाओं का संचालन करने के लिए आरंभिक निपुणताओं और तकनीकों को सीखा जा सकता है। जिनको इसका कुछ अनुभव है उन्हें छोटे समूहों से कार्य आरंभ करना चाहिए।

समूह संरचना

समूह की संरचना तथा समूह के सदस्यों की योग्यता समूह में संप्रेषण की गुणवत्ता निर्धारित करने वाले महत्वपूर्ण घटक हैं। सदस्यों के एक जैसे उद्देश्य होने चाहिए तथा चर्चा करने वाले विषयों में एकरूपता होनी चाहिए। फिर भी समूह में समाज या जनता के विभिन्न वर्गों का अच्छा प्रतिनिधित्व होना चाहिए जिनका विषय से संबंध हो, समूह को बैठक की कार्यसूची, उद्देश्य तथा प्राप्य लक्ष्यों के बारे में संक्षिप्त रूप से पहले सूचित किया जाना चाहिए।

बैठक का अध्यक्ष

बैठक का अध्यक्ष या समूह के नेता का समूह के प्रति कुछ दायित्व होता है। बैठक का सही संचालन करने के लिए उसका स्वभाव शांत होना चाहिए तथा उसे निपुण एक ज्ञान होना चाहिए। उसमें निम्नलिखित गुण होने चाहिएः

- चर्चा को प्रोत्साहित करें तथा अपने विचार और राय प्रकट करने के लिए सबको आमंत्रित करना चाहिए।
- जब कोई सदस्य असहमति प्रकट करता है तो उसे अपराधी न माना जाए।
- ऐसा वातावरण बनाना चाहिए जहाँ प्रत्येक सदस्य मुक्त भाव से अपनी बात कर सकें तथा उसको ध्यान से सुना जाए।

- अध्यक्ष को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि सभी व्यक्ति ध्यान से श्रवण (सुने) करें तथा किसी सदस्य के भाषण के समय शांति एवं व्यवस्था बनी रहें।
- संक्षिप्त मूल भावना को सुनिश्चित करें।
- समूह के नेता को समय प्रबंध में निपुण होना चाहिए। सत्रावधि अनावश्यक रूप से अधिक न हो। चर्चाधीन विषय के लिए अधिक समय आवश्यक हो तो बीच में अंतराल होना चाहिए। यदि आवश्यक हो तो और बैठक आयोजित की जा सकती हैं। ऐसे निर्णयों के लिए समूह के सदस्यों की राय लेना अच्छा रहता है।
- समूह के नेता या अध्यक्ष को अपनी बात भी कहनी चाहिए।
- समूह में अनौपचारिकता को बढ़ावा देना चाहिए।
- स्थिति नियंत्रण से बाहर होने पर भी शांति एवं धैर्य बनाए रखना चाहिए।
- दूसरे सदस्यों के विचार सुनने के लिए अन्य सदस्यों को आमंत्रित करना चाहिए।
- मुक्त रूप से प्रकट किए गए किसी भी सदस्य के विचारों पर टीका टिप्पणी नहीं करनी चाहिए।
- किसी भी प्रकार से भेदभाव या पक्षपात करने से बचना चाहिए।
- प्रत्येक को विशेषतः संकोची एवं पीछे रहने वाले व्यक्तियों की प्रशंसा करनी चाहिए।
- नेता का यह कर्तव्य है कि वह देखें कि समूह मुख्य विषय से विषयांतर न हो। फिर भी आरंभिक अभ्यास या अनौपचारिक संपर्क की अनुमति दी जा सकती है। विशेषतः अच्छी घनिष्ठता तथा वातावरण से परिचित होने के लिए आरंभ में यह किया जा सकता है।
- नेता को या किसी अन्य को चर्चा के कार्यवृत्त या महत्वपूर्ण विचारों को लिखना चाहिए।
- बैठक का समापन होने से पूर्व चर्चा के मुख्य बिन्दुओं का सारांश बनाना चाहिए तथा अध्यक्ष द्वारा समूह को संबोधित किया जाना चाहिए।

यदि बैठकें नियमित रूप से होती रहे तो परंपरा के रूप में पिछली बैठकें कार्यवृत्त की चर्चा तथा उसका अनुमोदन होना चाहिए। यदि इसमें कुछ संप्रेषित किया जाना है तो यह सत्र के आरंभ में या अंत में होना चाहिए।

मूर्त/व्यावहारिक प्रबंध

प्रभावशाली भागीदारी के लिए बैठक में व्यावहारिक व्यवस्था करना बहुत महत्वपूर्ण है। व्यवस्था भागीदारों की संख्या तथा बैठक की प्रकृति के अनुसार भिन्न-भिन्न हो सकती है। बड़े सम्मेलनों में सदस्य ऑडिटोरियम की तरह बैठ सकते हैं। यद्यपि बोलने के लिए प्रत्येक सदस्य को माइक प्रदान किया जाता है तो भी ऐसी बैठकें औपचारिक बन जाती हैं तथा प्रत्येक सदस्य का भाषण अलग किया जाता है। यद्यपि व्यवस्था औपचारिक सत्र के लिए उपयोगी हो सकती है। तो भी यह अनौपचारिक चर्चा के लिए कम उपयुक्त मानी जाती है। इसमें आमने-सामने संपर्क कम होता है।

इस प्रकार प्रभावशाली भागीदारी के लिए बैठने की व्यवस्था सीधी पंक्ति की अपेक्षा गोलाकार रूप में होनी चाहिए। जब सदस्य गोलाकार रूप से बैठते हैं तो उनका दृष्टि मिलान होता है, वे शरीर की भाषा को समझते हैं तथा विचारों को अधिक भली-भांति समझते हैं। गोलमेज, घेरे में लगी घूमने वाल कुर्सियाँ, यदि सचल हो तो अच्छी मानी जाती हैं। कमरे में प्रकाश तथा वायु आवागमन की अच्छी व्यवस्था होनी चाहिए।

दृश्य उपकरण

समूह बैठक को दृश्य उपकरणों जैसे बोर्ड, ऊँचे स्थान पर प्रदर्शन या स्लाइट प्रोजेक्टरों,

चार्टों, नक्शों, चित्रों आदि से और अधिक सजीव बनाया जा सकता है लेकिन यह तभी उपयोगी है जब चर्चा में इनका योगदान हो।

बैठक का समापन

बैठक के अध्यक्ष को बैठक के अंत में यदि कोई महत्वपूर्ण तथ्यों पर चर्चा हुई है तो निष्कर्ष के रूप में उनका सार प्रस्तुत करना चाहिए। उसे बैठक में उपस्थित होने तथा चर्चा में भाग लेने के लिए समूह के सदस्यों का धन्यवाद भी करना चाहिए।

बोध प्रश्न 2

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) बेकर के अनुसार समूह क्या है?

.....

.....

.....

.....

2) नेतृत्व कितने प्रकार का होता है? आप किसे अच्छा मानते हैं?

.....

.....

.....

.....

3) समूह बैठक के सफलतापूर्वक संचालन के लिए तीन आवश्यकताएँ बताइए।

.....

.....

.....

.....

4.4 जन संचार

परिभाषा

जन संचार की परिभाषा इस प्रकार दी जा सकती है कि इसके द्वारा उपभोक्ताओं को अपेक्षाकृत कम खर्च पर पुनर्प्रसारण एवं वितरण के तीव्र साधनों के माध्यम से व्यापक जन समूह को संदेश पहुँचाया जाता है।

जन संचार में संदेश मूल स्रोत से समाचार पत्र और पुस्तकों, रेडियो, टेलीविजन, सिनेमा, इंटरनेट आदि मध्यवर्ती जैसे माध्यमों के द्वारा विस्तृत एवं व्यापक जन समूह या ग्रहण कर्ताओं तक प्रेषित किया जाता है।

एग्री के अनुसार "जन संचार के उद्देश्य से विकसित किए गए मीडिया के प्रयोग द्वारा अधिसंख्य और विभिन्न प्रकार के जनसमूह को सूचना, विचार और दृष्टिकोण का संप्रेषण करना है

जन संचार के घटक

जन संचार के निम्नलिखित घटक होते हैं:

- अपेक्षाकृत व्यापक जनसमूह होता है।
- मुख्यतः एक जैसी जनसमूह संरचना होती है।
- संदेश पुनः प्रसारण का यही रूप होता है।
- शीघ्र वितरण एवं संप्रेषण होता है।
- ग्रहणकर्ता/ग्राहक को कम खर्च पड़ता है।
- तकनीक मुद्रण, बिजली, इलैक्ट्रॉनिक्स, उपग्रह आदि का प्रयोग किया जाता है।
- भौगोलिक सीमाओं के चार सुदूर क्षेत्रों और विस्तारित जनसमूह तक संप्रेषित या वितरित किया जाता है।

जन संचार में अंतर्वैयक्तिक एवं समूह संप्रेषण के अनेक लाभों का अभाव होता है जैसे व्यक्तिगत ध्यान, आमने-सामने संपर्क, दृष्टि मिलान, तत्कालीन फीड बैक आदि। प्रकृति के अनुसार जन संचार वैयक्तिक नहीं होता।

एस.एम.सी.आर.

हमने पिछली इकाइयों में संप्रेषण के चार महत्वपूर्ण घटकों के अर्थात् : स्रोत, संदेश, माध्यम और ग्रहणकर्ता (एस.एम.सी.आर.) के बारे में चर्चा की है।

जन संचार में इन चारों घटकों की महत्वपूर्ण भूमिका का एक कार्य है।

स्रोत कोई व्यक्ति जैसे राष्ट्रपति द्वारा राष्ट्र को संबोधन, या कोई संस्था या मीडिया संगठन जैसे समाचार पत्र संस्था, या दूरदर्शन केन्द्र।

संचार और वितरण के लिए प्रयुक्त मीडिया के प्रकार द्वारा संदेश का निर्णय किया जाता है। किसी घटना की समाचार पत्र की रिपोर्ट टेलीविजन या रेडियो पर प्रस्तुत की जाने वाली रिपोर्ट से एकदम भिन्न होती है। यद्यपि संदेश का मूल सार तो वही होता है तो भी जन संचार के प्रत्येक माध्यम की अपनी विशेषताएँ होती हैं।

जन संचार में माध्यम का अत्यधिक महत्व होता है। यद्यपि माध्यम जन संचार के उपकरण होते हैं तो भी गलती से उन्हें संचार के रूप में मान लिया जाता है। आधुनिक मीडिया जैसे समाचार-पत्र, रेडियो, दूरदर्शन आदि संदेश को कई गुणा व्यापक बना देते हैं तथा अत्यधिक गति से विशाल जन समूह तक पहुँचा देते हैं। समय और स्थान की सीमाओं को दूर करने की योग्यता के कारण मार्शल मैकलन ने आज 'विश्व को 'विश्व गाँव' कहा है।

माध्यमों को मोटे तौर पर मुद्रित मीडिया तथा इलेक्ट्रॉनिक मीडिया दो भागों में बाँटा जाता है। फिर भी मुद्रण इलेक्ट्रॉनिक लागू करने और समाचारों के शीघ्र वितरण तथा उपग्रह एवं इंटरनेट का प्रयोग करने से मुद्रित मीडिया तथा इलेक्ट्रॉनिक मीडिया के बारीक अंतर को बहुत कम कर दिया है।

ग्रहणकर्ता कुछ सामान्य विशेषताओं जैसे सामान्य हितों और आवश्यकताओं वाला ऐसा व्यापक जनसमूह होता है जो परस्पर संपर्क न होने के कारण अनजान या अवैयक्तिक होता है। जन मीडिया का मुख्य लाभ अल्पावधि में व्यापक जनसमूह तक संदेश पहुँचाने की योग्यता है। इसका मुख्य अवगुण उसी संचार का प्रभाव जानने की, और प्रतिक्रिया की जाँच करने की तथा फीड बैक एकत्रित करने की अयोग्यता है।

जन संचार के कार्य

जन संचार मीडिया हमारे जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में इस प्रकार गूंथा हुआ है कि प्रत्येक व्यक्ति के लिए उसके कार्यों को पहचानना आसान नहीं है। समाज में मीडिया के कार्यों को समझने के लिए हमे सावधानी-पूर्वक यह देखना होगा कि लोग क्यों और कैसे समाचार पत्र पढ़ते हैं, टेलीविजन देखते हैं, रेडिया सुनते हैं या सिनेमा देखते हैं। हम जनसमूह में विभिन्न कॉमन कार्यों का मिलान कर सकते हैं और इस बात का भी पता लगा सकते हैं कि विभिन्न कार्यों के लिए लोग मीडिया को कैसे प्रयोग करते हैं। इसे 'कार्य विचारधारा' कहा जाता है।

जन संचार के कार्यों की समीक्षा करने के लिए हमारा अध्ययन लोगों द्वारा मीडिया के प्रति व्यवहार तक सीमित नहीं होना चाहिए अपितु यह देखना चाहिए कि मीडिया लोगों के लिए क्या करता है, कैसे वह लोगों के विचारों, दृष्टिकोणों, संस्कृति तथा आदतों आदि को प्रभावित करता है। इसे 'प्रभाव विचारधारा' कहा जाता है। समाज वैज्ञानिकों को दोनों प्रक्रियाओं को देखना होता है।

संप्रेषण के सामाजिक कार्यों के प्रति ध्यान आकर्षित करने वाला एक प्रथम विद्वान था हेरोल्ड लासबेल। उन्होंने इन कार्यों को आरंभ में समाज में पाई जाने वाली श्रेणियों के अर्थ में समझा। उन्होंने किसी भी समाज में आमतौर पर पाए जाने वाले तीन प्रकार के कार्यों की पहचान की।

1) वातावरण पर निगरानी रखना

मीडिया प्रहरी के रूप में भी कार्य करता है, कुछ लोग 'सूचना देने वाले' शब्द का भी प्रयोग करते हैं। सार्वजनिक मीडिया जनता के कान और आँख और आवाज के रूप में कार्य करता है। हम उनकी रिपोर्टों को स्वीकार करते हैं और अपने विचार दृष्टिकोण और कार्यवाही निर्धारित करने के लिए आधार बनाते हैं, उदाहरण के लिए विज्ञापन हमें नए उत्पादों की जानकारी देता है। क्रय संबंधी निर्णय करने में वह ग्राहक की सहायता करते हैं।

वैयक्तिक स्तर पर वातावरण की निगरानी रखने वाला मीडिया का कार्य आत्म सम्मान में वृद्धि करता है। सामाजिक संपर्क का आधार प्रदान करता है। ज्ञान और सूचनाएँ प्रदान करता है। सामाजिक स्तर और सम्मान प्रदान करता है।

2) परस्पर संबद्ध

लासवैल के अनुसार जन संचार का समाज के लिए दूसरा कार्य संपूर्ण समाज की प्रतिक्रिया का वातावरण के साथ संबंध स्थापित करना है अर्थात् लोक विचारधारा का विकास करना है। संचार मुख्य विषयों पर समाज में सर्वसम्मति बनाने में सहायता करता है। स्वस्थ जनतंत्र के लिए सूचित या प्रबद्ध विचार आवश्यक हैं।

3) सामाजिक धरोहर का संचार

आज मीडिया ने सामाजिक धरोहर का कार्य भी संभाल लिया है जो अभिभावकों, अध्यापकों और अंग्रेजों द्वारा किया जाता था। आज मीडिया समाज को संदर्भ के मुख्य आधार प्रदान करता है। आधुनिकीकरण, अपेक्षाकृत गुमनामी, समाज भावना का उन्मूलन और संयुक्त परिवार, वंश जैसी पारम्परिक सामाजिक संस्थाओं से विचलन ने ज्ञान और मूल्यों का संचारकर्त्ता के रूप में मीडिया की भूमिका में वृद्धि की है। आज मीडिया के लिए सामाजिककरण और सामाजिक धरोहर के संचारण का कार्य करना अनिवार्य हो गया है।

4) जन संचार से संबंधित दुष्क्रिया

लासवैल ने माना है कि जन संचार समाज के लिए हानिकारक तथा लाभदायक भी हो सकता है। ऐसे शासक या सरकारें जिन्हें जनमत का भय हो या निरंकुश शासक सूचना को रोक सकते हैं या यहीं तक कि गलत सूचना, झूठे प्रचार के माध्यम से लोगों को बहका भी सकता है। जन संचार मीडिया पर मुकदमा चलाने की अयोग्यता या सूचना की दक्षता या प्रभावशाली ढंग से संसाधित न करने के कारण भी वह अनुचित कार्य कर सकता है।

लोग अनेक उद्देश्यों के लिए मीडिया का प्रयोग करते हैं। जन संचार मीडिया के द्वारा किए जाने वाले कुछ कार्य निम्नलिखित हैं:

- कुछ निश्चित तरीकों से कार्य करने क लिए लोगों को समझाना
- सूचना की आवश्यकता पूरा करना
- मनोरंजन करना
- सच्चाई से बचना (सिनेमा काल्पनिक होता है)
- मानसिक तनाव तथा नीरसता समाप्त होना (अरस्तु का भाव विरेचन)
- सुरक्षा तथा पुनः आश्वासन
- साहचर्य
- सामाजिक पारस्परिक क्रिया, स्तर
- सामाजिक परिवर्तन तथा रूपांतरण
- राजनीतिक व्यवस्था तथा सरकार के कार्य को समझना
- स्थिरता बनाए रखना
- यथापूर्व स्थिति बनाए रखना
- सामाजिक नियमों को दृढ़ बनाना
- सामाजिक प्रणाली को दुरुस्त रखना
- आर्थिक प्रणाली को दुरुस्त रखना
- सामाजिक संबद्धता को संभव बनाना
- स्वयं समाज द्वारा अपनी व्याख्या करना

जन संचार मीडिय हमारे समाज के लिए अनेक कार्य करता है। एक अर्थ में ये समाज या कबीले की समकालीन अभिव्यक्ति है। जन संचार मीडिया ने व्यक्तियों और समाज के लिए भी नए संबंधों और नई पहचान स्थापित की है। आज मीडिया अच्छे रूप में निर्णय करता है कि कौन तथा क्यों कोई महत्वपूर्ण है। कोई भी सामाजिक व्यवस्था जन संचार की अनदेखी नहीं कर सकती जो आज समाज पर विशेषतः शहरी समाज पर शक्तिशाली हुकूमत करता है। मीडिया के का ं समाज के हर क्षेत्र में फैले हुए हैं जैसे राजनीति और सरकार, आर्थिक गतिविधियाँ व्यापार एवं उद्योग आदि। विज्ञापन इच्छाएँ जगाते हैं, नई आवश्यकताएँ पैदा करते हैं तथा उत्पादों एवं सेवाओं में सुधार लाते हैं। मनोरंजन मीडिया समाज के मूल्यों और नियमों की पुनः व्याख्या करता है।

सार्वजनिक मीडिया आज मानव जीवन में इस प्रकार प्रवेश कर चुका है कि उसके बिना जीवन के बारे में सोचना लगभग असंभव है। फिर भी, यह ध्यान रखा जाना चाहिए कि मीडिया के कार्य मुख्यतः मीडिया क्या है या क्या करता है? के कारण नहीं है अपितु इसलिए है कि हम और हमारा समाज मीडिया का किस प्रकार प्रयोग करता है।

बोध प्रश्न 3

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) जन संचार मीडिया के तीन घटक बताइए।

.....

.....

.....

.....

2) संप्रेषण के जन संचार मीडिया द्वारा किए जाने वाले पाँच कार्य बताइए।

.....

.....

.....

.....

3) मीडिया के कार्य और मीडिया के प्रभावों में क्या अंतर है?

.....

.....

.....

.....

4) 'विश्व गाँव' अभिव्यक्ति किसने दी है? और इसका क्या अर्थ है?

.....

.....

.....

.....

4.5 सारांश

इस इकाई में हमने संप्रेषण के तीन विभिन्न प्रकारों अर्थात् अंतर्वैयक्तिक, समूह तथा जन संचार के बारे में अध्ययन किया है। यद्यपि हम अति उच्च परिष्कृत मीडिया संसार में रह रहे हैं जहाँ संचार की गति मस्तिष्क को हिलाने वाली गति से आगे बढ़ गई है तो भी पारस्परिक मानव संपर्क के मूल सिद्धान्त कमोबेश अपरिवर्तित हैं। यद्यपि सार्वजनिक मीडिया सर्वाधिक प्रभावशाली संचार साधन होने का अहसास कराता है तो भी अनुभव बताते हैं कि हमारा अधिकांश दैनिक संप्रेषण तभी होता है जब हम परस्पर वैयक्तिक रूप से मिलते हैं। अतः हम सार्वजनिक और समूह संप्रेषण की जड़े अंतर्वैयक्तिक संप्रेषण में पाते हैं। चूँकि अब हम सूचना युग की वास्तविकता को नकार नहीं सकते; अतः हमें वर्णित तीनों प्रकार के संप्रेषण को एक दूसरे का विरोधी न मान कर पूरक मानते हुए विचार करना होगा। हमें यह सुनिश्चित करने के लिए निरंतर सजग एवं समझदार होने की आवश्यकता है कि हमारे लिए मीडिया द्वारा किए जाने वाले कार्य तथा हमें प्रभावित करने का उनका ढंग हमारे [illegible] को। यह निर्णय हमें करना है कि हम जन संचार मीडिया के स्वामी होना

4.6 शब्दावली

द्विकीय: दो व्यक्तियों के बीच होने वाला संप्रेषण।

अंतर्वैयक्तिक : संप्रेषण प्रक्रिया में शामिल दो या अधिक व्यक्ति।

शरीर की भाषा : संप्रेषण को प्रभावशाली बनाने के लिए शब्दों के साथ शरीर के हाव-भावों का प्रयोग करना जैसे मृत्यु और लोकनृत्य में कुछ शारीरिक क्रियाओं और संकेतों का अर्थ निश्चित है।

आरंभिक समूह : आरंभिक समूह का अर्थ है वह समूह जिसमें सदस्य परस्पर प्रगाढ़ रूप से संबंधित होते हैं जैसे, परिवार।

परवर्ती समूह : इसमें संबंध औपचारिक एक अवैयक्तिक होते हैं जैसे राजनीतिक दल व ट्रेड यूनियनें आदि।

स्वेच्छा : व्यक्ति की अपनी इच्छा। कुछ समूहों की सदस्य जन्म से ही हो जाती है जैसे जाति, देश आदि लेकिन कुछ अन्य समूह हैं जिनका सदस्य होना या न होना इच्छा पर है जैसे राजनीतिक दल या क्लब आदि।

जनसमूह: अत्यधिक संख्या में लोग, जैसे टेलीविजन या रेडिया अथवा समाचार पत्र का प्रयोग करने वाले।

कुलीन मीडिया : इसका अर्थ है सामाजिक या आर्थिक रूप से संपन्न। उच्च वर्ग या समूह द्वारा प्रयोग किया जाने वाला मीडिया। मीडिया तक पहुँचाने वाले तथा जिसकी मीडिया तक पहुँच नहीं है के बीच अंतर स्पष्ट करने के लिए हम 'निर्धन सूचना' और 'धनी सूचना' शब्दों का प्रयोग करते हैं।

4.7 कुछ उपयोगी पुस्तकें

सबीर घोष, 1996, *मॉस कम्यूनिकेशन टूडे इन द इंडियन कन्टेक्स्ट,* प्रोफाइल पब्लिशर्स: कोलकता।

प्रदीप कुमार डे, 1993, *पर्सपेक्टिवस इन मॉस कम्यूनिकेशन,* कल्याणी पब्लिशर्स, नई दिल्ली।

केवल जे कुमार, 1981, *मॉस कम्यूनिकेशन इन इंडिया,* जायको पब्लिशिंग हाऊस, मुंबई।

डेस मॉंड, ए.डी. एब्रियो, 1994, *द मॉस इंडिया एण्ड यू: बैटर टूआर सेल्फ बुक,* मुंबई।

मैल्विन एल डिफ्ल्यूर, एवरर डेविस, 1991, अंडरस्टेंडिंग मॉस गोयल साब पब्लिशर्स, दिल्ली।

4.8 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण वह है जिसमें दो व्यक्तियों के बीच या एक व्यक्ति तथा समूह के बीच संचारण होता है। जब संप्रेषण दो व्यक्तियों के बीच होता है तो उसे द्विकीय (Dyadic) संचार कहा जाता है। अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण प्रत्यक्ष होता है तथा इसके बीच में किसी संप्रेषण तकनीकी की आवश्यकता नहीं होती।

2) अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण द्वारा मित्र, प्रेमी, सहकर्मी, अधिकारी, पड़ौसी तथा पारिवारिक सदस्यों के रूप में अपनी पहचान बना सकते हैं। अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण समाज के लोगों को सही स्थिति में बनाए रखता है जिससे सामाजिक स्वीकृति मिलती है इस प्रकार नीरसता एवं एकाकीपन से छुटकारा मिलता है।

यह दूसरों के साथ अपने लक्ष्य पूरे करने में सहायता करता है। अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण सहयोग एवं योगदान का आधार तैयार करता है जिससे हम अपने इच्छित उद्देश्य पूरे कर सकते हैं।

इससे लोगों का परस्पर सामाजिक क्रिया के नियम जानने एवं उनका पालन करने में सहायता मिलती है।

3) अंतर्वैयक्तिक संप्रेषण में बाधा डालने वाले तथ्यों में सामाजिक या सांस्कृतिक पूर्वाग्रह, धार्मिक संबद्धताओं के कारण लोगों को प्रभावित करने वाली श्रेष्ठ हीन भावनाएँ, अपने बारे में सांस्कृतिक विश्वास, आर्थिक स्तर, जातीय पहचान, आदि शामिल है। भारत में जाति प्रथा और जातीय वर्णक्रम विभिन्न जाति क्रम के लोगों के बीच प्रभावशाली अन्तर्वैयक्तिक संप्रेषण में रुकावट डाल सकते हैं।

4) श्रवण संप्रेषण का एक महत्वपूर्ण घटक है। श्रवण निपुणताएँ प्रशिक्षण द्वारा सीखी जा सकती हैं। श्रवण में वक्ता के शब्दों को सुनना ही नहीं है उसके अर्थ को ग्रहण करना भी होता है। अर्थ श्रोता द्वारा निकाला जाता है जिसमें वक्तव्य के दौरान भंगिमाओं, चेहरे के हाव-भाव, चुपी या ठहराव या आवाज में परिवर्तन आदि की तरफ ध्यान देने की आवश्यकता होती है।

कुशल श्रवण से तनावों व मतभेदों में कमी आ सकती है तथा कर्मचारियों में नैतिक चरित्र एवं उत्साह का विकास किया जा सकता है।

बोध प्रश्न 2

1) बेकर के अनुसार एक समूह अनेक ऐसे लोगों से बनता है जिनका एक ही लक्ष्य होता है तथा लक्ष्य प्राप्ति के लिए वे परस्पर एक दूसरे से क्रिया करते हैं, एक दूसरे के अस्तित्व को स्वीकार करते हैं तथा स्वयं को समूह का एक अंग मानते हैं।

2) नेतृत्व की तीन मुख्य शैलियाँ हैं: जनतांत्रिक, निरंकुश या आधिकारिक तथा निष्क्रिय। चूँकि जनतांत्रिक प्रकार का नेतृत्व भागीदारी, मार्ग दर्शन तथा सामंजस्य साझे लक्ष्य के लिए कार्य करता है इसलिए इसको सर्वाधिक पसन्द किया जाता है।

3) सफल सामूहिक बैठक के लिए तीन अपेक्षाएँ हैं:
बैठक के लिए सक्षम अध्यक्ष;
बैठने की अच्छी व्यवस्था अच्छा हो कि गोलाकार रूप में हो; तथा
श्रव्य एवं दृश्य उपकरणों का प्रयोग।

बोध प्रश्न 3

1) जन संचार के निम्नलिखित घटक होते हैं:
विशाल जनसमूह (जनता) तकनीक का प्रयोग जैसे मुद्रण, विद्युत, इलेक्ट्रॉनिक्स, उपग्रह, शीघ्र वितरण एवं प्रेषण।

2) लोग अनेक उद्देश्यों के लिए मीडिया का प्रयोग करते हैं। इसके द्वारा किए जाने वाले पाँच कार्य इस प्रकार हैं:

- निश्चित तरीकों से कार्य करने के लिए लोगों को समझाना

- सूचना की आवश्यकता पूरी करना
- मनोरंजन प्राप्त करना
- परस्पर सामाजिक संपर्क स्तर
- राजनीतिक व्यवस्था एवं सरकार के कार्यों को समझना।

3) 'मीडिया के कार्यों' से हमारा अभिप्राय है जनता के संदर्भ में उसके द्वारा किए जाने वाले कुछ कार्य जैसे मनोरंजन की आवश्यकता, बचाव तथा परस्पर सामाजिक संपर्क। 'मीडिया प्रभाव' से हमारा अभिप्राय हमें प्रभावित करने वाली प्रक्रिया से है। यह बताता है कि मीडिय, हमारे लिए क्या करता है। समाज पर मीडिया का प्रभाव को उपयुक्त रूप से समझने के लिए हमें मीडिया के कार्य तथा प्रभाव दोनों को समझने की आवश्यकता है।

4) 'विश्व गाँव' अभिव्यक्ति सामाजिक संप्रेषण के एक अग्रणी विद्वान मार्मल लैकलुअन द्वारा दी गई है। इसका अर्थ है कि संप्रेषण की आधुनिक तकनीक के साधनों द्वारा विश्व को एक गाँव के रूप में समझना संभव है। हम विश्व के किसी भी भाग में लोगों के साथ संपर्क कर सकते हैं और वह भी तत्काल। इस प्रकार संसार एक गांव की तरह बन गया है।

इकाई 5 एच आई वी और परिवार शिक्षा में मीडिया का उपयोग

इकाई की रूपरेखा

5.0 उद्देश्य

5.1 प्रस्तावना

5.2 लोक मीडिया और समूह मीडिया

5.3 समूह मीडिया के प्रकार

5.4 कला और संगीत प्रस्तुत करना

5.5 मॉस मीडिया (जन माध्यम)

5.6 सारांश

5.7 शब्दावली

5.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें

5.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

5.0 उद्देश्य

इस इकाई का उद्देश्य आपको मीडिया के विभिन्न प्रकारों विशेषतः सस्ता, लोक मीडिया और वैकल्पिक मीडिया के बारे में जानकारी प्राप्त कराना है जिसे सामान्य जन एच.आई.वी./एड्स के बारे में जागरूकता उत्पन्न के लिए प्रभावी रूप से प्रयोग कर सकती है। इसका उद्देश्य आपको मीडिया की अत्यधिक शक्ति से भी परिचित कराना है जिसका सामाजिक कार्यों के लिए विकसित तकनीकी की निपुणताओं, उपकरणों और आर्थिक लागत के बिना प्रयोग किया जा सकता है। ऐसे मीडिया का लाभ यह है कि ये सस्ते, भागीदारी और परस्पर संपर्क वाले होते हैं। हम छात्रों से यह आशा ही नहीं करते कि उन्हें प्रत्येक मीडिया के बारे में विशेष जानकारी हो लेकिन उनकी शक्ति की और कम से कम कुछ की विकसित जानकारी के बारे में उनको पता होना चाहिए ताकि वे उनका स्वास्थ्य जागरूकता और विशिष्ट संदर्भों में शिक्षा के लिए रचनात्मक प्रयोग कर सकें। शिक्षक छात्रों को चर्चा किए गए अनेकों रूपों में से कुछ व्यावहारिक प्रयोजनाएँ लेने के लिए कह सकते हैं।

यहाँ पर हम मीडिया की विषयवस्तु की अपेक्षा उनके प्रकारों पर अधिक चर्चा कर रहे हैं। पाठ्यक्रम में दूसरी इकाई के द्वारा छात्रों को विषयवस्तु की जानकारी प्राप्त कराई जाएगी। इस प्रकार यह इकाई पाठ्यक्रम के अन्य भागों की पूरक सामग्री प्रदान करती है। छात्रों को अपने पड़ोस के सम्प्रदायों और उनकी संस्कृतियों के बारे में भी जानकारी होनी चाहिए और उनके द्वारा प्रयोग किए जाने वाले मीडिया विशेष का गहराई से अध्ययन किया जाना चाहिए।

5.1 प्रस्तावना

एड्स (एक्वायर्ड इम्यून डेफिसियन्सी सिंड्रोम) एड्स के बारे में प्रथम रिपोर्ट प्रकाशित होने से पूरे विश्व में अत्यधिक घबराहट और चिंता हो गई। आज सबकी इस बात पर सहमति है कि एड्स पर नियंत्रण करने का एकमात्र शस्त्र शिक्षा और जानकारी है जिसके द्वारा लोगों के दृष्टिकोण और व्यवहार में प्रभावशाली परिवर्तन किया जाना चाहिए। अनेक देशों में सरकारों और विभिन्न गैर सरकारी संगठनों ने लोगों को शिक्षित करने और जागरूक करने का अभियान आरंभ किया हुआ है।

जन मीडिया विशेषतः समाचारपत्र, मैगज़ीन, पत्रिकाएँ, पर्चे, टेलीविज़न और रेडियो ने एच.आई.वी. तथा अन्य स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों के बारे में सूचना प्रदान करने और जागरूक बनाने में सहायता प्रदान की है। हमारे देश में अत्यधिक अशिक्षित आबादी होने के कारण लोगों में यह सोचने की मानसिकता है कि एच.आई.वी./एड्स जैसे रोग, अन्य रोग और शारीरिक और मानसिक रोग भगवान का दण्ड स्वरूप है इसे किस्मत या व्यक्ति के कर्मों का फल मानते हैं। इसके परिणामस्वरूप वैज्ञानिक और चिकित्सीय पद्धतियों को अपनाने की अपेक्षा मंत्र तंत्र, जादू-टोना और बलि जैसे अंधविश्वासों को अपनाते हैं।

यदि हम महत्वपूर्ण स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों के विषय में समुचित सूचना और शिक्षा देना चाहते हैं तो हमें एक व्यापक सार्वजनिक शिक्षा अभियान का सहारा लेने की आवश्यकता है। मीडिया एड्स के बारे में, इसके लक्षणों, संचार के तरीकों, इसके संक्रमण की रोकथाम आदि की पद्धतियों की जानकारी फैलाने के बारे में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। मीडिया इस क्षेत्र में जारी विभिन्न अध्ययनों, अनुसंधानों से प्राप्त नवीनतम सूचना और संकलित आँकड़ों से हमें परिचित कराने में भी सहायता कर सकता है।

इस भाग में हम स्वास्थ्य संबंधी विभिन्न विषयों पर लोगों को शिक्षित करने और अभियान आरंभ करने के लिए प्रयुक्त किए जा सकने वाले मीडिया के विभिन्न प्रकारों का संक्षिप्त अध्ययन करेंगे। हमारा उद्देश्य छात्रों को मीडिया के व्यापक क्षेत्रों की विभिन्न संभावनाओं और शक्तियों के बारे में छात्रों को जानकारी प्रदान करना है। यहाँ पर हम उनकी विषयवस्तुओं और उनके उपयोग की चर्चा नहीं कर रहे हैं। किसी एक या दूसरे माध्यम को अपनाने से पूर्व हमें अपने जनसमूह के बारे में जानना होगा कि वह शहरी है या ग्रामीण है तथा उसकी अन्य पृष्ठभूमि संबंधी विवरण जैसे आयु, लिंग, शिक्षा, धार्मिक या सामाजिक विश्वास और आर्थिक स्तर के बारे में जानना होगा।

पिछली इकाइयों में हमने मीडिया के विभिन्न प्रकारों के बारे में चर्चा की है। मीडिया के विभिन्न प्रकारों के लाभ और हानि की तुलनात्मक समीक्षा भी की है। यहाँ हम किसी मीडिया को आदर्श नहीं बताना चाहते हैं। मीडिया के विभिन्न प्रकारों में परस्पर संबंध और मानव संचार की जटिल प्रकृति ने यह आवश्यक बना दिया है कि हम स्वास्थ्य शिक्षा सेवा में मीडिया उपयोग के हमारे प्रयोग में बहुआयामी दृष्टिकोण अपनाएँ।

5.2 लोक मीडिया और समूह मीडिया

इससे पहले के भाग में हम मीडिया के विभिन्न प्रकारों का अध्ययन कर चुके हैं। बहुत से लोग मीडिया को प्रेस, सिनेमा, रेडियो और टेलीविजन के रूप में सोचते हैं। इन्हे सार्वजनिक मीडिया या बड़ा मीडिया कहा जाता है। ये बड़े हैं क्योंकि इनके अत्यधिक श्रोता और दर्शक हैं। इनका उत्पादन व्यापक है। इनके लिए अत्यधिक पूँजी की आवश्यकता होती है। मँहगें उपकरण और योग्य कर्मचारियों की आवश्यकता होती है।

समूह मीडिया या मिनी मीडिया अथवा छोटा मीडिया अपेक्षाकृत न केवल आकार में छोटा होता है अपितु किफायती, आसानी से प्रयोग किए जाने वाला तथा वहन किए जाने वाला है। इसमें कभी भी जन मीडिया जैसे तकनीकी विशेषज्ञता की आवश्यकता नहीं होती। समूह मीडिया शब्द समूहों द्वारा प्रयोग किए जाने वाले लघु मीडिया के वास्तविक अनुभवों से निकला हुआ है। इन अनुभवों में सामूहिक चर्चा के द्वारा समूह प्रतिक्रिया को बढ़ावा देने के उद्देश्य से मीडिया प्रस्तुत करना शामिल है।

यद्यपि समूह मीडिया तथा लोक मीडिया में कुछ अंतर है तो भी दोनों में अनेक बातें समान हैं। दोनों ही अंतर्वैयक्तिक हैं, लोगों की भाषा तथा लोकोक्तियों का प्रयोग करते हैं तथा उनसे संबंधित समस्याओं से प्रत्यक्ष रूप से जुड़े होते हैं।

लोक मीडिया और समूह मीडिया की विशेषताएँ

क) लोक मीडिया

लोक मीडिया एक समूह के लोगों द्वारा उत्पन्न तथा प्रयुक्त देशी संस्कृति पर आधारित होता है।

'ये समूह के सामाजिक मूल्यों को मजबूत करते हैं।

ये रूढ़िवादी पारंपरिक सांस्कृतिक विशेषताओं का दर्पण होते हैं जिनके द्वारा सामाजिक संबंध एवं विश्व विचारों को बनाए रखा जाता है तथा परिभाषित किया जाता है।

ये कई रूपों का प्रयोग करते हैं तथा अत्यधिक प्रतीकात्मक होते हैं।

लोक मीडिया को लोक संस्कृति से अलग नहीं किया जा सकता है।

ये बिना खर्च के सभी को उपलब्ध होते हैं।

इनका उद्गम ज्ञात नहीं होता।

जारी करने वाले और प्रयोग करने वाले में मामूली अंतर होता है।

इनमें संवाद तथा मौखिक वार्तालाप होता है।

इनका उद्देश्य शिक्षा देना, पहल करना होता है, ये पारंपरिक सौन्दर्य, ऐतिहासिक, तकनीकी, सामाजिक, नैतिक, धार्मिक मूल्यों को प्रस्तुत करते हैं।

ये कानूनी आधार संहिता प्रदान करते हैं जो कहानियों और कहावतों में निहित होता है तथा लोकवाणी से उत्पन्न होता है।

ये लोगों को अपने इतिहास के बारे में जागरूक रखते हैं। इनका उद्देश्य लोगों को संगठित रखना तथा उनमें संबद्धता को बढ़ाना होता है।

ख) समूह मीडिया

समूह मीडिया सार्थक एवं रोचक दृष्टिकोण पर विचारों एवं अनुभवों को आदान-प्रदान करने के लिए समूहों को प्रेरित करता है: ये दृष्टिकोण स्वीकार्य कलात्मक रूपों में प्रस्तुत किए जाते हैं। ये समूह की सामर्थ्य के अनुसार तकनीक और धन का प्रयोग करते हैं तथा प्रायः संक्षिप्त होते हैं।

1) **समूह मीडिया समूहों से निर्देशित होते हैं:** समूह मीडिया का प्रयोग छोटे-छोटे समूहों में होता है तथा चर्चा में प्रत्येक सदस्य भाग लेता है।

2) **ये विचारों और अनुभवों के आदान-प्रदान को बढ़ावा देते हैं:** समूह मीडिया की प्रस्तुति भागीदारों में विचार, मूल्यांकन तथा चर्चा के लिए सामग्री प्रदान करता है। यह तथ्य है कि इनका क्षेत्र खुला होता है, इनका निर्धारित निष्कर्ष नहीं होता है तथा कार्य आरंभ करने के लिए प्रेरक के रूप में कार्य करते हैं।

3) **ये सार्थक, रोचक विचारों को उठाते हैं:** समूह मीडिया न तो केवल मनोरंजन के लिए होता है और न ही इसकी सामग्री शुद्ध सूचनात्मक, कलात्मक, मनोरंजक या लोक सांस्कृतिक होती है। उनमें ये कुछ या सभी तत्व हो सकते हैं लेकिन उनका मुख्य कार्य किसी ऐसी समस्या पर चर्चा आरंभ करना है होता है जो उस समूह के लिए बहुत महत्वपूर्ण होती है।

4) **ये स्वीकार्य कलात्मक रूप में प्रस्तुत किए जाते हैं:** सामग्री की कलात्मक रूप समूह को वास्तविक विचारधारा की कल्पनाओं या शब्दों से परे ले जाने वाला होना चाहिए।

5) ऐसे माध्यम का प्रयोग करते हैं जो समूह की तकनीकी तथा आर्थिक सामर्थ्य के अनुरूप हो जैसे ऑडियो कैसेट, स्लाइट फिल्म, नाटक चित्र, कठपुतली आदि। चूँकि विभिन्न स्थानों पर समूहों की संभावनाएँ एवं आवश्यकताएँ भिन्न-भिन्न हो सकती हैं इसलिए इनमें काफी लचीलापन होना चाहिए।

6) **ये प्रायः संक्षिप्त होते हैं:** अधिकतम समय चर्चा में व्यतीत हो जाता है।

समूह मीडिया के द्वारा जागरूकता पैदा करना

पॉल फेरियर की पुस्तक *'वर्क ऑफ कंनसाइन्टीजेशन'* तथा लेटिन अमेरिका के लोगों ने 'देखें पैडागोगी ऑफ द ओप्रेस्ड बाइ पॉल फेरियर' सामाजिक प्रक्रिया में सामूहिक कार्य के महत्व को प्रकाशित किया है। उन्होंने ऐसे समुदाय का वर्णन करने के लिए 'कोड' (CODE) शब्द लिखा है जो अपने जीवन की स्थिति से परिचित तो है लेकिन अभी तक उसका सामना करने के लिए तैयार नहीं है। जीवन की वास्तविक परिस्थिति को प्रतीक बना कर उन्हें चित्रों, गानों, स्वांग या अन्य मीडिया के माध्यमों से प्रस्तुत किया जाता है। समूह परिस्थिति को डीकोड कर उसे समझने का प्रयास करता है। चर्चा में निम्नलिखित प्रश्न महत्वपूर्ण हो सकते हैं:

1) आजकल आप क्या देख रहे हैं? (वर्णन)
2) यह क्यों हो रहा है? (विश्लेषण)
3) क्या यह घटना आपसी परिस्थिति के कारण होती है? (वास्तविकता)
4) इससे-कौन कौन सी समस्याएँ पैदा होती हैं?
5) इन समस्याओं का मूल कारण क्या है? (विश्लेषण)
6) इसके बारे में क्या किया जा सकता है? (कार्रवाई)

बोध प्रश्न 1

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।
ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) एच.आई.वी./एड्स शिक्षा में मीडिया की क्या भूमिका है?

.....

.....

.....

.....

2) जन मीडिया की तुलना में समूह मीडिया के तीन लाभ बताइए।

.....

.....

.....

.....

5.3 समूह मीडिया के प्रकार

समूह मीडिया के अनेक प्रकार हैं। इस भाग में हम भारत में प्रयोग किए जाने वाले कुछ प्रसिद्ध प्रकार के अथवा महत्वपूर्ण प्रकारों का संक्षिप्त वर्णन करेंगे।

पोस्टर

पोस्टर एक बड़ा कागज होता है जिसमें किसी प्रकार की पढ़ी जाने वाली संक्षिप्त सूचना होती है और जो प्रायः दीवार, आहाते या समाचार बोर्ड आदि पर चिपका दिया जाता है। पोस्टर में चित्र, आकृतियाँ, आकृति के पुतले, तस्वीरें तथा शीर्षक आदि होते हैं। एक अच्छा पोस्टर किसी एक विचार को स्पष्ट एवं प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत करता है।

पोस्टर का मुख्य उद्देश्य संबंधित सूचना को इस तरीके से प्रस्तुत करना है कि:

- यह ध्यान आकर्षित करें
- महत्वपूर्ण तथ्यों पर ज़ोर डालें
- आसानी से पढ़ा जाए
- देखने में अच्छा हो
- वांछित प्रतिक्रिया उत्पन्न करें।
- कार्रवाई की तरफ अग्रसर करें।

पोस्टर लोगों को कुछ कार्रवाई करने के लिए प्रोत्साहित करे जैसे शराब, ड्रग्स का प्रयोग न करें। बैठक की चर्चा में भाग लें; धन या सेवाएँ प्रदान करें; दल को वोट दें उत्पाद का प्रयोग करें।

एक अच्छे पोस्टर में ये विशेषताएँ होनी चाहिए:

1) **चित्रात्मक तत्व:** चित्रों, विवरणों तथा खाली स्थान (सफेद भाग) का उपयुक्त संतुलन बना हो।

2) **रंगों का चयन:** रंगों में संयोजन तथा आकर्षक होना चाहिए। रंगों से अर्थ स्पष्ट होना चाहिए। रंगों से भावात्मक प्रभाव, दृष्टा प्रभाव तथा तथ्य पर महत्व प्रकट होना चाहिए।

3) **विवरण/सामग्री:** यह संक्षिप्त, समझ में आने वाली तथा पाठकों का ध्यान आकर्षित करने वाली होनी चाहिए। सामग्री में समस्या का संक्षित विवरण, कार्रवाई की आवश्यकता, तथा पोस्टर ज़ारी करने वालों की पहचान शामिल की जानी चाहिए। कार्रवाई की पुकार सकारात्मक होनी चाहिए, 'धूम्रपान से बच्चे', 'उदारता से दान दीजिए', एड्स की समाप्ति ... आदि।

4) रूपरेखा पाठ्यसामगी को दृश्य योजना के अनुसार सफाई से व्यवस्थित किया जाना चाहिए। पोस्टर की रूपरेखा में एल या जैड या एस या टी प्रारूप का पालन किया जा सकता है।

पोस्टर को अंतिम रूप से तैयार करने से पूर्व एक कच्चा या इसी प्रारूप तैयार करना अच्छा रहता है। आप अपने आसपास सैकड़ों, पोस्टर, होर्डिंग और बैनर देख सकते हैं। इनके आकर्षित करने वाले अन्य तत्वों की पहचान करें।

कोलॉजेस (Collages)

कोलॉजस में ऐसे चित्रों, शब्दों या वस्तुओं का संयोजन होता है जो प्रस्तुत की जाने वाली विचारधारा के अनुसार संकलित किए जाते हैं। संकलन और प्रबंध प्रक्रिया सावधानीपूर्वक

की जानी चाहिए ताकि दृष्टिकोण का सही संप्रेक्षण हो एवं चर्चा की जा सके। कोलॉजे कोई व्यक्ति या समूह बना सकता है लेकिन चर्चा हमेशा समूहों में होनी चाहिए। प्रतीक दृष्टिकोण के अनुकूल होने चाहिए। चित्र परस्पर आच्छादि हो सकते हैं लेकिन कोलॉजे में सामंजस्य रहना चाहिए। कोलॉजे प्रतीकात्मक रूप में चित्र पुतलों से भी बनाए जा सकते हैं जैसे विभिन्न चेहरों के साथ भारत का मानचित्र बनाना (भिन्नता में एकता का संदेश देना) तथा विभिन्न धर्मों आदि में समन्वय दर्शाने के लिए विभिन्न धार्मिक प्रतीकों या मूल भावना के साथ जलती मे मबती दर्शाना। कोलॉजे चित्रों की बजाय शब्दों या तस्वीरों से बनाए जाने चाहिए।

बैनर

बैनर बड़े सिले हुए कपड़े पर लिखित या बनाए गए फहराने वाले संदेश होते हैं। संदेश पोस्टर की तरह लिखा और चित्रित किया जाता है या उसकी कढ़ाई अथवा सिलाई की जाती है बैनर के ऊपर या पार्श्वों में ऐसी व्यवस्था की जानी चाहिए ताकि उन्हें लटकाया या प्रदर्शित किया जा सकें।

भित्ति लेखन

भित्ति का अर्थ है दीवार। ये दीवार पर नजर आने वाले संदेश होते हैं चार्ट या चित्र; पुतले के स्थान पर ऐसा चित्र और सामग्री दीवारों पर लिखी जाती है। विचारधारा को शब्दों के साथ प्रदर्शित करने के लिए भित्ति लेखन को काट कर बनाए गए शब्दों के साथ पूरक बनाया जा सकता है।

फ्लिप चार्ट

फ्लिप चार्ट ऐसे पोस्टरों का संग्रह होता है जिसे शीर्ष पर एक साथ संयोजित किया जाता है। एक के बाद तक कागज फ्लिप किया जाता है (लहराया जाता है) लोग एक समय में दूसरों के द्वारा ध्यान भंग किए बिना लहराया जाता है। लोग एक समय में दूसरों के द्वारा ध्यान भंग किए बिना एक ही कागज पर ध्यान केन्द्रित करते हैं।

इस प्रकार चित्रों, तस्वीरों, शब्दों, पाठ्य सामग्री या स्टिक चित्रों का प्रयोग कर अनेक पोस्टरों द्वारा किसी कहानी या विचारधारा का प्रदर्शन किया जाता है।

फ्लैश कार्ड

'फ्लैश कार्ड' नाम इसलिए पड़ा कि कार्डों के माध्यम से संदेश प्रसारित किया जाता है। कार्ड इतने बड़े होने चाहिए कि समूह द्वारा देखें जा सके। पोस्टकार्ड साइज़ का फ्लैश कार्ड संभालना आसान रहता है। वार्तालाप या चर्चा के साथ फ्लैश कार्ड शिक्षा सहायक के रूप में प्रयोग किए जाने चाहिए। कार्डों को क्रम में रखा जाना चाहिए। वर्णन-कर्ता की सहायता के लिए कहानी संक्षेप में कार्डों के पीछे लिखी जा सकती है।

सचल प्रदर्शन

सचल प्रदर्शन कोलॉज की तरह एक दृश्य सहायक सामग्री है। सचलता का संदर्भ शामिल करने के अपने लाभ हैं। इसकी मुख्य विशेषता यह है कि यह सभी तरफ से दिखाई देता है तथा लाना ले जाना आसान है जैसेः छाते (जैसा कि विक्रेताओं द्वारा और सर्कस में प्रयोग किए जाते हैं), वृक्ष (जैसा क्रिसमस ट्री होता है), टोकरी (बास्केट) आदि को उचित विचारधारा के साथ चित्रों के प्रदर्शन के लिए प्रयोग किया जा सकता है। सचलता मौलिकता एवं रचनात्मकता के लिए पर्याप्त अवसर प्रदान करता है।

ये पोर्टेबल होने के कारण अधिक जनसमूह तक पहुँच सकते हैं।
इनका जनता पर अधिक प्रभाव होता है।
चार्टों और पोस्टरों की तुलना में अधिक दृश्यता है।

फ्रेयज या फोल्डर चार्टों के आधे या चौथाई आकार के छोटे पोस्टर होते हैं जो किसी विचारधारा के विभिन्न पक्षों का चित्रण करते हैं और संपूर्ण रूप तैयार करने के लिए इन्हें मिलाया जाता है। इनमें किसी कहानी या विचारधारा का क्रम होता है। पोस्टर तह किए हुए होते हैं तथा किसी चित्र या विचार को स्पष्ट करने के लिए एक समय में एक को खोला जाता है। अंत में संपूर्ण फ्रेयज खोल कर प्रदर्शित किया जा सकता है।

कॉमिक स्ट्रिप, गैग कार्टून, कॉमिक पुस्तक

कॉमिक स्ट्रिप तथा कॉमिक पुस्तक सभी वर्गों विशेषतः युवा वर्ग में काफी लोकप्रिय है। ये रुचि पैदा करती है तथा युवाओं की भाषा या वाक्यों का प्रयोग करती है। चित्रों और संवादों को ध्यान में रख कर तैयार किया जाना चाहिए यदि उनका उद्देश्य पाठकों के ध्यान को आकर्षित करना है तो कॉमिक स्ट्रिप संवादों के घेरों सहित चित्रों की पंक्ति होती है। गैग कार्टून में तक चित्र होता है जिसमें स्ट्रिप के स्थान पर वाक्य बना होता है।

कॉमिक पुस्तक कहानियों का संग्रह होता है जो कॉमिक शैली चित्रों के माध्यम से वर्णित की जाती है।

ब्लैक बोर्ड

ब्लैक बोर्ड और चार्ट का सर्वाधिक व्यापक प्रयोग होता है तथा सबसे सस्ता मीडिया है। ब्लैक बोर्डों के स्थान पर लेखन एवं चित्रकारी के लिए मँहगे हरे या सफेद बोर्डों का प्रयोग किया जा सकता है। कक्षा के कार्यों में आमतौर पर प्रयोग किए जाना वाला यह एक महत्वपूर्ण शिक्षण सहायक साधन है। भारत के ग्रामीण क्षेत्रों में प्रौढ़ शिक्षा के लिए पोर्टेबल ब्लैक बोर्डों का प्रयोग किया जाता है। लकड़ी या प्लास्टिक के सपाट दो खम्बों पर ऊपर और नीचे ऐसी काली सीटें जोड़ दी जाती है। जिन पर चाकों या चाक पैंसिलों से लिखा जा सकता है। प्लास्टिक वाले बोर्डों का एक लाभ यह है कि ये वजन में हल्के होते हैं तथा लपेट कर बिना किसी कठिनाई के एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जाए जा सकते है। ब्लैक बोर्ड बिना किसी विशेष प्रशिक्षण या निपुणता के किसी के भी द्वारा प्रयोग किए जा सकते हैं। इनमे ध्यान एवं एकाग्रता बनाने में मदद मिलती है। यह भागीदारी में प्रेरणा और सहायता प्रदान करता है। ब्लैक बोर्ड विचार प्रकट करने, तथ्यों को स्पष्ट करने में सहायता प्रदान करता है तथा समूह चर्चा को चुस्त और दुरूस्त बनाए रखने का प्रभावशाली साधन है।

बोलना एवं चाक से लिखना

समूह संचार का चाक टाक (चाक का प्रयोग एवं वार्तालाप) प्रयोग किया जाने वाला सबसे सरल रूप है। इसमें संदेश के बारे में बताना तथा उसी समय सरल पंक्तियां लिख कर उसे नाटकीय बनाना है। यदि व्यक्ति चाक एवं टाक का प्रयोग करने में निपुण है तो ब्लैक बोर्ड या इसी तरह बनाए गए किसी साधन का प्रभावी प्रयोग कर सकता है। समूह नेता द्वारा प्रेरक बातें तथा चित्रण से समूह का ध्यान आकर्षित करने एवं एकाग्रता बनाए रखने में मदद मिलती है। दृश्यों से संदेश को समझने तथा विचारधारा की याद को बनाए रखने, मजबूत बनाने में सहायता मिलती है। यह शक्तिशाली, सस्ता तथा अत्यधिक प्रभावशाली है विशेषतः ग्रामीण जनता अशिक्षित और बच्चों में। अधिक दृश्य प्रभाव प्रदान करने के लिए रंगीन चाकों का भी प्रयोग किया जा सकता है।

बुलेटिन बोर्ड

बुलेटिन बोर्ड एक प्रदर्शन बोर्ड होता है जिस पर सूचनाएँ प्रदर्शित की जा सकती है। पोस्टर के कुछ तत्व जैसे इसकी रूपरेखा, गुण, दृश्य गुणवत्ता आदि बुलेटिन बोर्ड को संचार का शक्तिशाली साधन बना देते हैं। तस्वीर, समाचार पत्र या पत्रिकाओं की कतरनें, चित्र,

उत्पादों के नमूने तथा वर्तमान प्रतियोगिता, विचारधाराएँ प्रदर्शित करने में इसका प्रयोग किया जा सकता है।

प्रदर्शित की जाने वाली सामग्री शिक्षाप्रद एवं उपयोगी होनी चाहिए। यह साफ और कलात्मक ढंग से प्रदर्शित की जानी चाहिए। यह इतनी बड़ी होनी चाहिए कि अच्छी तरह नजर आए। प्रत्येक प्रदर्शन में उपयुक्त विचारधारा होनी चाहिए। प्रदर्शन की तैयारी में समूह की भागीदारी सुनिश्चित की जानी चाहिए।

फलालेन ग्राफ

एक सख्त बोर्ड पर फलालेन, खादी या मोटे कपड़े जैसे कि कम्बल लपेट दिया जाता है। फलालेन बोर्ड को पृष्ठभूमि का रूप दिया जाता है और उस पर चित्र प्रदर्शित किए जाते हैं। इसमें चित्र काट कर फलालेन पर चिपकाएँ जाते हैं। फलालेन, ऊन, खादी या रंगमार्क के छोटे टुकड़े, चित्रों, तस्वीरों या पत्रों के पीछे की तरफ चिपका दिये जाते हैं जब इनको फलालेन पर दबाया जाता है तो ये इस पर चिपक जाते हैं क्योंकि सतह खुरदरी होती है। जब तक बोर्ड सही रहता है अनेक तस्वीरें चिपकाई व हटायी जा सकती हैं तथा बदली जा सकती हैं। सामग्री की तैयारी करने के अतिरिक्त प्रेषित की जाने वाली विचारधारा और कहानी या संदेश को तैयार करने में पर्याप्त समय लगाया जाना चाहिए।

कहानी बोर्ड

छवि का प्रयोग कर कहानी बताने के लिए कहानी बोर्ड एक दृश्य साधन है। छवियाँ इच्छित उद्देश्य के लिए बनाए गए चित्र, फोटोग्राफ, पत्रिकाओं या अन्य स्रोतों से एकत्रित की गयी तस्वीरें हो सकती हैं। कहानी और दृश्य में क्रम होना चाहिए। उपयुक्त छवियों का चुनाव कर रोचकता को बनाए रखा जाए इससे कहानी सशक्त होगी।

चित्रकला

ऐसा विश्वास किया जाता है कि चित्रकला और चित्रों का प्रदर्शन लिखित अक्षरों से पहले चलन में आया। एक तस्वीर हजारों शब्दों के बराबर और उदाहरण सहित किसी सामग्री के बराबर होती है। तस्वीरों सहित कहानी केवल लिखित सामग्री की अपेक्षा अधिक ध्यान आकर्षित कर सकती है। बच्चों द्वारा समय बिताने का चित्रकला एक महत्वपूर्ण साधन है। यह व्यक्ति के विचारों को रचनात्मक अभिव्यक्ति प्रदान करती है। इन कलाओं का उपयुक्त विचारधाराएँ प्रस्तुत करने में उद्देश्यपूर्ण ढंग से प्रयोग किया जा सकता है। व्यक्ति अपने विचारों को प्रस्तुत करने के लिए सरल रेखाचित्रों और चित्रकलाओं का प्रयोग करने की कला का विकास कर सकता है। रंग भावनाएँ और मनोभावों को संप्रेषित कर सकते हैं। प्रतीक भी अर्थ संप्रेक्षण में सहायता कर सकते हैं। उदाहरण के लिए सड़क और रेलवे के संकेत सरल पारम्परिक चिन्ह हैं जिनका प्रयोग करने में कोई भी निपुण हो सकता है। इसी प्रकार शांति, प्रेम, मित्रता और ऐसी अनेक भावनाओं के लिए सार्वभौमिक रूप से भी स्वीकृत चिह्न है।

होर्डिंग

हमारे राजमार्ग, शहर की गलियाँ तथा यहाँ तक की छतें भी बड़े-बड़े रंगीन होर्डिंगों से पटे हुए हैं जो वस्तुओं और सेवाओं का विज्ञापन करते हैं। वे न केवल छोटे समूहों को दर्शाने के लिए होते हैं अपितु उनका लक्ष्य व्यापक जनसमूह होता है। ये होर्डिंग बड़े-बड़े धातु, प्लास्टिक या लकड़ी के बोर्ड होते हैं जिन पर व्यावसायिक कंपनियाँ, सरकारें एवं अन्य संगठन अपने अपने उत्पादों या सेवाओं के विज्ञान करते हैं। इनमें रंगीन पृष्ठभूमि, आकर्षक शब्द एवं वाक्य, तस्वीरें, तथा उत्पाद या संगठन के शब्द चिह्न या प्रतीक होते हैं। व्यावसायिक विज्ञापन एजेंसियों द्वारा इनकी योजना बनाई जाती है तथा निपुण कलाकारों द्वारा यह योजना कार्यान्वयित की जाती है।

दीवारों पर लिखना

दीवारों पर लिखना विशेष कर शहरों में काफी प्रचलित है। इनमें होर्डिंगों की अपेक्षा काफी कम खर्च आता है, ये अस्थाई भी होती हैं। दीवारों का चुनावों के दौरान अत्यधिक प्रयोग किया जाता है ताकि उम्मीदवारों के बारे में जानकारी प्रदान की जा सके एवं मतदाताओं की पसन्द को प्रभावित किया जा सके। निजी संस्थानों की दीवारों पर 'पर्चे चिपकाना मना है' लिख दिया जाता है जिससे जनता द्वारा उनकी दीवारों का प्रयोग करने से रोका जा सकता है।

चित्र भाषा

हम छवि की दुनिया में रहते हैं। चित्र भाषा चित्रों या तस्वीर का अध्ययन करने का सशक्त प्रकार है जिससे इसमें निहित संदेश को समझने एवं व्याख्या करने का प्रयत्न किया जाता है। तस्वीर से भावनाएँ उद्वेलित हो सकती है, आशा या निराशा पैदा हो सकती है। तस्वीरें हमें आघात पहुँचा सकती हैं रुला या हंसा सकती हैं। यदि हम तस्वीरें और छवियों द्वारा हमें प्रभावित करने के तरीकों के बारे में सोचने का प्रयत्न करें तो हमें इनके सशक्त प्रभावों के बारे में समझ सकते हैं।

चित्र भाषा में चित्रों या तस्वीरों में संप्रेषणीय अर्थ तथा संदेशों का होना आवश्यक है। चित्र काटे जा सकते हैं तथा एक समान आकार के कागज, या कार्ड बोर्ड पर चिपकाए जा सकते हैं, स्थापित किए जा सकते है या मंढाई किए जा सकते हैं। यदि कोई विशेष दृष्टिकोण या विचारधारा प्रस्तुत किए जाने हैं तो तस्वीर लेकर इसे उपयुक्त आकार में तैयार कराया जा सकता है। तस्वीरों को कहानी बताने की समूह चर्चा के लिए भी प्रयोग किया जा सकता है। समूह के सदस्यों में तस्वीरों को छोटे-छोटे समूह के या प्रत्येक व्यक्ति को अलग-अलग प्रदान किए जा सकते हैं। उन्हें तस्वीर देखने तथा निहित संदेश को समझने के लिए समय दिया जाना चाहिए। तब उन्हें परस्पर या समूहों में ग्रहण किए गए संदेश पर चर्चा करने के लिए कहा जा सकता है। जैसे किसी अस्पताल या देखभाल केन्द्र में एड्स पीड़ित व्यक्ति को तस्वीर सत्र में चर्चा के लिए प्रयोग में लाया जा सकता है। तस्वीर चिंता एवं सहानुभूति की भावनाओं को जगा सकते हैं तथा एच.आई.वी./एड्स के विषय में एवं इससे बचाव की आवश्यकता के बारे में अधिक जागरूक होने में लोगों की मदद कर सकते हैं। इससे लोग जागरूकता पैदा करने की आवश्यकता, पीड़ित व्यक्तियों की देखभाल तथा रोकथाम आदि के बारे में अधिक सजग भी हो सकते हैं।

चित्र भाषा सत्र के भागीदारों से तस्वीर का शीर्षक देने का उस पर एक अथवा दो अनुच्छेद लिखने, कविताएँ लिखने, विचार प्रकट करने, संवाद करने अथवा भाषण देने के लिए कहा जा सकता है। सहायता का विचार करने में तस्वीर एक आरंभिक बिन्दु हो सकता है।

चित्रों का चयन प्रस्तुत की जाने वाली विचारधारा के अनुरूप किया जाना चाहिए। विचारधाराएँ राष्ट्रीय, सामाजिक या धार्मिक कारणों, स्वास्थ्य, परिवार कल्याण, शांति, सद्भावना, एकता आदि विषयों से संबंधित हो सकती हैं।

स्लाइडें

स्लाइडों का उद्देश्य भी तस्वीरों की तरह है लेकिन इनका तस्वीरों से अधिक लाभ यह है कि इन्हें पर्दों या दीवारों पर प्रक्षेपित किया जा सकता है। इनमें अधिक दृश्यता एवं स्पष्टता होती है। प्रक्षेपित छवि चमकदार होती है तथा चमकीले रंगों के कारण अधिक ध्यान आकर्षित कर सकती है। यदि इसके साथ आवाज, संगीत, कॉमेंट्री (विवरण) या संवाद जोड़ दें तो इस माध्यम से सजीव बनाया जा सकता है

स्लाइड प्रदर्शन या फिल्म संकलन कहानी बोर्ड से मिलता है लेकिन इसमें अंतर यह है कि स्लाइड या फिल्म में प्रक्षेपक तथा बिजली की आवश्यकता होती है।

कोच की स्लाइडों पर चाइना स्याही या वैक्स पैंसिल से लिखकर या चित्रकारी कर स्लाइडें बनाना आसान रहता है। काँच की सहायता से भी स्लाइडें तैयार की जा सकती है। काँच की सतह सूखी एवं साफ होनी चाहिए। काँच की स्लाइडों के लिए एक विशेष प्रकार की मैजिक लालटेन - पैट्रोमेक्स या दूसरी लालटेन की आवश्यकता होती है।

सेलोफैन पर सीधे ही लिख कर या टाइप करके सेलोफैन स्लाइडें भी बनाई जा सकती हैं। पुरानी एक्स-रे फिल्मों का प्रयोग करके भी स्लाइडें बनाई जा सकती हैं। फिल्मों को चूने के घोल में डुबा दें और साफ होने तक बाद में सुखाकर स्लाइडों के आकार में काटकर उन्हें चौखटों में फिट कर लें। इन स्लाइडों को लिखने या चित्रकला के लिए प्रयोग में लाया जा सकता है।

फिल्म की पट्टियाँ (Film strips)

ये एक ही विचारधारा की क्रम में लगी हुई अलग अलग चौखटों वाली सतत् पट्टियाँ होती हैं। मूक फिल्म पट्टियों में व्याख्यात्मक शीर्षक होते हैं। जनता को मुद्रित टिप्पणियों की सहायता से तस्वीरों की संक्षिप्त व्याख्या बताई जा सकती है। कुछ फिल्म पट्टियों में शीर्षक चित्रों के ऊपर तथा कुछ में चित्रों के नीचे लिखे होते हैं। यदि दर्शक उन्हें देख व समझ सके तो कॉमेन्ट्री को कम या समाप्त की जा सकती है। फिल्म पट्टी को सामान्य चर्चा के साथ समाप्त किया जा सकता है। जब फिल्म पट्टी के साथ सिंक्रोनाइज आवाज़ रिकार्ड की जाती है तो उसे मूक वाली फिल्म पट्टी कहते हैं। रिकार्ड किया गया संगीत तथा कॉमेंट्री फिल्म पट्टी को दर्शकों के लिए अधिक आकर्षक बनाते हैं।

फिल्म पट्टियाँ फिल्म के ऐसे बड़े-बड़े टुकड़ों से भी तैयार की जा सकती है जो फोटोग्राफी या संसाधित करने के दौरान खराब हो सकती है। फिल्म पट्टी को संसाधित करने के बाद उस पर पक्की स्याही से या ओवरहेड प्रक्षेपक पैन से चित्रकारी या लिखाई की जा सकती है इसके बाद इन्हें प्रक्षेपक किया जा सकता है।

सूचनापत्र (Newsletter)

सूचना विनिमय का सूचना पत्र का अनुलिपि पत्र एक अच्छा साधन है। ये सस्ते होते हैं तथा इनकी विशिष्ट विचारधारा, उद्देश्य एवं पाठक होते हैं। सूचना पत्र ऑफसेट मशीन पर मुद्रित अनेक रंगीन पृष्ठों से लेकर कंप्यूटर पर साधारण रूप से टंकित एवं फोटो प्रतियों तक विभिन्न प्रकार के हो सकते हैं। इनका स्टेंसिल काटकर प्रतियाँ साइक्लोस्टाइल कराई जा सकती हैं। यह सुनिश्चित किया जाता है कि इनमें लिखी जाने वाली सामग्री न केवल अच्छी हो अपितु ध्यान रखा जाना चाहिए कि इनकी रूपरेखा तथा टाइप की सैटिंग भी आकर्षक होनी चाहिए। सूचना पत्रों में उपयुक्त नाम तथा चित्र नाम होना चाहिए। इसका प्रारूप कमोबेश निश्चित होना चाहिए ताकि पाठक इससे परिचित रहें। दो या तीन कॉलम पृष्ठ को आकर्षक बना सकते हैं। काली स्याही सर्वाधिक पठनीय होती है तथा रंगीन पृष्ठों पर अच्छी दिखाई देती है। सफेद कागज या हल्के रंग के कागज पर रंगीन स्याही का भी प्रयोग किया जा सकता है।

सूचना पत्र आरंभ करने से पूर्व कुछ महत्वपूर्ण तथ्यों को निश्चित करना आवश्यक है। ये हैं: सूचना पत्र का उद्देश्य एवं लक्ष्य, सामग्री, लक्ष्य पाठक, वित्त चित्र, संपादन व वितरण करने वाले हों, मुद्रण का प्रकार, चित्र नाम तथा नाम आवधिकता, प्रारूप एवं शैली आदि निश्चित कर लेने चाहिए।

यह अच्छा रहता है कि इन विचारों पर समूह में चर्चा की जाए तथा उन्हें लिख लिया जाए। समय-समय पर इन तथ्यों के संदर्भ में सूचना पत्र का मूल्यांकन किया जाना चाहिए। पाठकों की प्रतिक्रियाएँ जानने की पद्धति भी अपनाइ जानी चाहिए।

आरंभ में कंप्यूटर की रूपरेखा जानने वाले, मुद्रण करने वाले तथा वितरण करने वाले अनुभवी व्यक्तियों से परामर्श करना अच्छा रहता है क्योंकि व्यक्तियों को अनुभव से व्यावसायिक निपुणताएँ आ जाती हैं। जो व्यक्ति सूचना पत्र निकालना चाहते हैं उन्हें दूसरे सूचना पत्रों की सामग्री तथा प्रारूप का अध्ययन भी करना चाहिए।

दीवार पर्चे (Wall papers)

दीवारों पर चिपकाने वाले पर्चे एक बड़े पृष्ठ आकार के होते हैं। जो हस्तलिखित या मुद्रित हो सकते हैं और दीवारों या बुलेटिन बोर्डों पर प्रदर्शित किए जा सकते हैं। दीवार के पर्चे और पोस्टर में मुख्य अंतर यह है कि दीवार के पर्चे में कुछ शीर्षक ही होते हैं जबकि पोस्टर में अधिकांशतः लिखित सामग्री होती है। दीवार पर्चों की लागत कम होती है। विचार, समाचार तथा सूचना के नियमित आदान-प्रदान के लिए इनका प्रयोग किया जा सकता है। ये समूह की गतिविधियों, पत्र तैयार करने, विचारधाराओं या सामग्री पर चर्चा करने कार्य योजना में हिस्सा लेने आदि के अवसर प्रदान करते हैं। दीवार पर्चे सस्ते तथा ऐसे स्थानों पर सूचना प्रसार का प्रभावशाली माध्यम है जो प्रायः लोग एकत्रित होते है जैसे स्कूल, पूजा स्थल, बाज़ार या शहरी केन्द्र तथा सार्वजनिक भवनों एवं घरों की दीवारें आदि शामिल होती हैं।

बोध प्रश्न 2

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) एक अच्छे पोस्टर की क्या विशेषताएँ हैं?

.....

.....

.....

.....

2) फ्लिप चार्ट क्या है?

.....

.....

.....

.....

3) चित्र भाषा की उपयोगिता बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

5.4 कला और संगीत प्रस्तुत करना

कला और संगीत लोगों का प्रसिद्ध मीडिया है जो स्थान और संस्कृति के अनुसार बदलता रहता है। ये अनौपचारिक होते हैं तथा वर्णन, संवाद, क्रिया और संगीत आदि इसमें शामिल होते हैं। नेता इसमें महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। जनता चरित्रों के रूप में इनकी पहचान करती है। औपचारिक नाटक के विपरीत कला प्रस्तुत की विभिन्न शैलियों में रचनात्मकता और लचीलापन अत्यधिक होता है। वेशभूषा तथा रीति रिवाज़ महत्वपूर्ण नहीं होता। हम प्रस्तुत की जाने वाली कुछ महत्वपूर्ण कलाओं का अध्ययन करेंगे।

संगीत संचार का वाहन है जिसकी उपस्थिति उतनी ही पुरानी है जितना कि मानव इतिहास। संगीत के अनगिनत रूप हैं जो मानवीय भावनाएँ, संवेदनाएँ, सोच विचार को अभिव्यक्त करते हैं। संगीत प्रस्तुत की जाने वाली अनेक कलाओं का अभिन्न अंग है। माध्यम के रूप में संगीत की प्रसिद्धि का प्रमाण टेलीविजन और रेडियो पर संगीत आधारित कार्यक्रम के लिए दिया जाने वाला समय है।

स्वांग और मूकाभिनय

विचारों और भावनाओं को अभिव्यक्त करने तथा संप्रेषण करने का स्वांग तथा मूक अभिनय सशक्त माध्यम हैं। दोनों में ही विचारों और भावनाओं की अभिव्यक्ति में शरीर तथा शारीरिक संकेतों का प्रयोग किया जाता है। मंच से अलग वर्णनकर्ता द्वारा किए जाने वाले वर्णन के साथ स्वांग बहुत सशक्त माध्यम है। जब किसी गाने या कविता पर स्वांग किया जाता है तो गाने एक कविता की पृष्ठभूमि में गाया और पढ़ा जाता है।

मूकभिनय में विचारों और भावनाओं को प्रकट करने के लिए केवल शारीरिक क्रियाओं का सहारा लिया जाता है। विचार को विकसित करने पर ज़ोर दिया जाता है। कभी-कभी भाव भंगिमाओं को सहारा देने के लिए संगीत या आवाज़ का भी प्रयोग किया जा सकता है। लेकिन क्रिया और भंगिमाओं पर जोर दिया जाता है। कुछ भाव भंगिमाएँ स्पष्ट तथा लघु होती हैं जबकि कुछ बहुत बड़ी होती हैं तथा उन्हें समझना कठिन होता है। मूकाभिनय में जनता को शामिल किया जाता है।

अभिनय प्रदर्शन

अभिनय प्रदर्शन अत्यधिक संचार संभावनाओं वाला संचार का नया रूप है। अभिनय प्रदर्शन में लोग मानवीय संबंधों या समुदाय को प्रभावित करने वाली समस्याओं पर तत्काल अभिनय करते हैं तथा दर्शकों की सहायता से उनका विश्लेषण करते हैं। अभिनय प्रदर्शन की सहायता से व्यक्ति उसी क्षण में रहना जीवन के कुछ क्षणों में वैसा ही व्यवहार करने, उसके अनुभवों, समस्याओं और चुनौतियों का अनुभव करने की क्षमता होनी चाहिए। अभिनय की सहायता से समस्याओं की व्याख्या तथा अभिनीत स्थिति को स्थापित करना चाहिए। अभिनेता गंभीर तथा प्रतिबद्ध हो तथा उन्हें चरित्रों का प्रभावशाली अभिनय करना चाहिए। अभिनय प्रदर्शन संक्षिप्त होना चाहिए तथा परिस्थिति की चर्चा एवं विश्लेषण होना चाहिए। चूँकि अभिनय प्रदर्शन एक प्रकार के परिवर्तन को प्रभावित करता है। अतः चर्चा में सदस्यों को कुछ विशेष कार्य योजनाओं को अपनाने का मार्गदर्शन होना चाहिए।

प्रसिद्ध कथा/गाथा रूप

भारत में अनेक सभ्यताओं द्वारा विचारों की अभिव्यक्ति एवं संदेश संप्रेषण के लिए अपनाई जाने वाली कथा कहने की प्रणाली को कला के कथा/गाथा के रूप में शामिल किया जा सकता है। लगभग सभी राज्यों में गाथाओं के अनेक रूप हैं जैसे आल्हा (उत्तर प्रदेश) बुरा कथा (आंध्र प्रदेश) बिलू पट्टू (तमिलनाडु) जुगनी और वार (पंजाब) आदि। कथा/गाथा रूप

को राजनीतिक दलों, व्यापार संवर्धन एजेंसियों, सरकारों तथा ग़ैर सरकारी संगठनों द्वारा प्रभावी रूप से प्रयोग किया जाता है।

लोक संगीत

अनुमान किया जाता है कि भारत में 300 से अधिक लोक संगीत शैलियाँ हैं। लोक संगीत केवल गाए जाने वाले गाने ही नहीं होते अपितु उनमें उनकी कुछ विशेषताएँ होती हैं जैसे किसी विचारधारा या संदेश, समुदाय की भागीदारी, तात्कालिकता, लचीलापन, तथा जन समूह की भागीदारी आदि। कई लोक गाथाओं में अभिनय भी होता है - (दोहा व गर्ब - गुजरात; दाऊल और भटयाली - पश्चिम बंगाल; बिहू - असम; कोलकली पट्टू - केरल; मांड पनिहारी - राजस्थान)।

लोक कथा और पहेलियाँ

ग्रामीण, अशिक्षित या कम शिक्षित लोगों में यादाश्त बहुत तेज़ होती है। ये अपनी पारंपरिक बुद्धिमत्ता को अभिव्यक्त करते हैं तथा लोक कथाओं और पहेलियों के माध्यम से आने वाली पीढ़ी को संप्रेषित कर देते हैं। महाभारत एवं जातक कथाओं में अनेक पहेलियाँ एवं कहानियाँ हैं। कई बार महत्वपूर्ण या पवित्र विचारों को प्रकट करने के लिए मात्र भाषण अपर्याप्त माना जाता है। वे भाषण को प्रभावशाली बनाने तथा भाषा में प्रभाव व चमक पैदा करने के लिए कुछ पहेलियों को अपना लेते हैं।

कहावतें/ लोकोक्तियाँ

लोकोक्तियों से लोगों की बुद्धिमता की झलक मिलती है। लोकोक्तियों का विश्व विचारों तथा समुदाय के मूल्यों को संप्रेषित करने के लिए पारंपरिक रूप से एक साधन के रूप में प्रयोग किया जाता है। प्रोवर्ब (कहावतें) शब्द लेटिन शब्द 'प्रोबर्बियम' शब्द से आया है जिसमें 'प्रो' अर्थ है संसार से पहले या पूर्ण बर्बियम का अर्थ है शब्द कहावतें करूणा कथन होती हैं। कहावतें प्रत्येक व्यक्ति के जीवन के हरेक पहलू को छूती हैं और उसमें उत्साह पैदा करती हैं।

कथा/कहानी

कहानी संचार का शक्तिशाली प्राचीन रूप है। प्रसिद्ध अवधारणा है कि कहानियाँ काल्पनिक होती हैं। प्रत्येक सभ्यता एवं समुदाय में कथा कहने की लोकप्रिय मजबूत परंपरा होती है। कथाएँ कहानी मूल स्रोतों को बताती हैं, अभिनय भूमिका प्रदान करती हुई सांस्कृतिक एवं धार्मिक मूल्यों की उत्पत्ति करती हैं तथा उन्हें बनाए रखती हैं; उत्साह एवं रोमांच की भावना को बढ़ावा देती हैं। कथाएँ मस्तिष्क (बुद्धि) एवं हृदय (भावना) को प्रभावित करती हैं। ये सहानुभूति एवं जोश पैदा करती हैं। इनसे आशा या कुठाएँ पैदा होती हैं।

सभी कहानियों में प्रेरणा की आवश्यकता होती है। ये मूल्य संप्रेषित करती हैं तथा पक्ष या विपक्ष में विचार पैदा करने में सहायता करती हैं तथा दृष्टिकोण बनाती हैं। कथा शैलियों के अनेक प्रकार हैं जैसे आत्मकथा, जीवन कथा, पौराणिक कथा, किवदन्ती, आख्यान, ऐतिहासिक, काल्पनिक, प्रेम-कहानी, ऐतिहासिक उपन्यास, कॉमेडी (हास्य कथा), नीति कथा, दृष्टांत (प्रतीक कथा) यात्रा वृतांत, गद्य काव्य आदि। किसी समुदाय में प्रभावी रूप से संप्रेषण के लिए व्यक्ति को उस समुदाय की महत्वपूर्ण कथाओं को तथा उस समुदाय के लिए कहानियों के महत्व को अच्छी तरह समझ लेना चाहिए। कहानियाँ उदासीन नहीं होती उनमें कुछ अर्थ निहित होता है इसलिए उसकी व्याख्या एवं मूल्यांकन आवश्यक है। व्यक्ति को उन कहानियों को भी जानना चाहिए जो परिवर्तित संस्कृति स्थापित कर सकें।

कठपुतली

जैसा कि हम पहले ही इकाई तीन में कठपुतली और भारत में उसके विभिन्न चार प्रकारों की चर्चा कर चुके हैं, यहाँ छात्रों को एक लेख तैयार कर, कठपुतली बनाकर जनसमूह के सामने प्रदर्शन करने का व्यावहारिक अभ्यास करने का प्रयत्न करना चाहिए। कार्यक्रम के अंत में मूल्यांकन करें या कार्यक्रम का परिणाम जानने के लिए फीडबैक एकत्रित करें। कठपुतली प्रदर्शन की विचारधारा सामुदायिक स्वास्थ्य एवं एच.आई.वी./एड्स संबंधित विषयों पर केन्द्रित होनी चाहिए।

नुक्कड़ नाटक

भारत में नुक्कड़ नाटक 80 वर्ष से अधिक पुराने हैं। इसने स्वतंत्रता संग्राम में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। भारतीय लोक थियेटर एसोसिएशन (आई पी टी ए) ने भारत में थियेटर का राजनीतिक प्रयोग करने में प्रथम भूमिका निभाई। आज, अनेक गैर सरकारी संगठनों द्वारा लोगों में सामाजिक दायित्व, शिक्षा और अधिकारों और जागरूकता पैदा करने के लिए नुक्कड़ नाटकों का व्यापक प्रयोग किया जाता है। नुक्कड़ नाटक में अभिनेता संप्रेषण के लिए शारीरिक क्रियाओं को माध्यम से अभिनय करते हैं। वे शक्तिशाली संदेशों को समझाने के लिए प्रसिद्ध मुहावरें, गीत, संवाद तथा क्रियाओं को प्रयोग करते हैं। अभिनेता जन समूह को चर्चा में शामिल करने तथा आयोजकों का इच्छित उद्देश्य समझाने का प्रयत्न करते हैं। गली या नुक्कड़ एक अनौपचारिक थियेटर है जो लोगों की जीवन परिस्थितियों के अनुकूल है तथा यह अभिनेताओं और दर्शकों के बीच बाधाओं को तोड़ देता है। नुक्कड़ नाटक प्रदर्शन में कला और जीवन के बीच अवरोध समाप्त हो जाते हैं।

5.5 मॉस मीडिया (जन माध्यम)

हम पिछली इकाई में मॉस मीडिया तथा उसके विभिन्न रूपों की चर्चा कर चुके हैं। इसलिए इस भाग में रेडियो, टेलीविजन तथा मुद्रण के लिए तैयारी करने वाले व्यावहारिक अभ्यास पर ध्यान केन्द्रित किया जाएगा। सार्वजनिक मीडिया को हम निम्नलिखित खंडों में विभाजित कर सकते हैं।

प्रसारण मीडिया

व्यापक जन समूह तक पँहुचाने की योग्यता के कारण रेडियो मॉस मीडिया में एक सर्वाधिक प्रसिद्ध माध्यम है। रेडियों में व्यक्ति या संगठनों के लिए अपने कार्यक्रम प्रस्तुत करने की अत्यधिक संभावनाएँ हैं। रेडियो राष्ट्रीय एवं क्षेत्रीय कार्यक्रम को प्रसारित करता है। विभिन्न भाषाई एवं सांस्कृतिक समूहों की आवश्यकता पूरी करने के लिए अनेक कार्यक्रम होते हैं। मौटे तौर पर रेडियो कार्यक्रमों को दो वर्गों में विभाजित किया जा सकता है। भाषण संबंधी कार्यक्रम तथा संगीत संबंधी कार्यक्रम। न्यूज रील, खेल रिपोर्ट, टिप्पणियाँ, साक्षात्कार, तथा भाषणों के सार प्रस्तुत करने वाला कार्यक्रम है। डॉक्युमेंटरी तथा रेडियो रूपक में वास्तविक सूचनाएँ होती हैं जो वाक तकनीक, नाटक तथा कहानी कथन का मिला-जुला स्वरूप होता है। इसमें किसी घटना का वर्णन, किसी व्यक्ति का जीवन वृत तथा किसी व्यक्ति की संस्कृति की मुख्य बातें आदि का प्रसारण होता है। यह प्रारूप स्वास्थ्य, एच.आई.वी./एड्स तथा अन्य संबंधित विषयों का रूपक प्रस्तुत करने का अच्छा प्रयास है।

रेडियो पर अन्य प्रसिद्ध कार्यक्रम है नाटक। रेडियो के लिए तैयार किया जाने वाला नाटक ऐसा होना चाहिए कि केवल आवाज़ों के माध्यम से ही कहानी बताई जाए। इसलिए इसमें संगीत, संवाद तथा आवाज़ के उतार-चढ़ाव आदि शामिल होने चाहिए।

रेडियो पर प्रस्तुत करने वाली विशेष विचारधारा पर बल देने वाले प्रश्नोत्तरी, वार्ताएँ, चर्चाएँ, विज्ञापन तथा संगीत कार्यक्रम भी प्रसारित किए जा सकते हैं। यदि कार्यक्रमों में प्रतियोगिता तथा फीडबैक प्रणाली अपनाई जाए तो रेडियो जनता की भागीदारी भी बढ़ा सकता है। रेडियो प्रत्यक्ष रूप से सरकार के नियंत्रण में है तथा मुख्य रूप से राष्ट्र के कल्याण के लिए संचालित किया जाता है। इसलिए संबंधित व्यक्ति और संगठन इस माध्यम का प्रयोग स्वास्थ्य देखभाल और परिवार कल्याण जैसे राष्ट्रीय या सामुदायिक कार्यक्रम प्रस्तुत करने में कर सकते हैं।

प्रसारण मीडिया

टेलीविजन भारत में शैक्षिक और सामुदायिक सेवा माध्यम के रूप में आरंभ हुआ। आज इसका हर प्रकार से विस्तार हुआ है। अनेक चैनलों तथा देश में टेलीविजन सेटों की वृद्धि के कारण कोई भी व्यक्ति अल्पावधि में असंख्य दर्शकों तक पँहुचने वाले इस माध्यम की शक्ति की अनदेखी नहीं कर सकता। स्वास्थ्य व एच.आई.वी./एड्स से संबंधित विषयों की विचारधारा के आधार बनाए जा सकते हैं या इससे संबंधित धारावाहिक, नाटक, संगीत आदि कार्यक्रम प्रस्तुत किए जा सकते हैं। जन समूह में जागरूकता लाने के लिए पैनल चर्चा, वार्ता प्रदर्शन, प्रश्नोत्तरी, साक्षात्कार, वक्तव्य, रूपक, विज्ञापन और अल्पावधि वाले छोटे कार्यक्रम प्रसारित किए जा सकते हैं।

सिनेमा

लोकप्रिय माध्यम के रूप में सिनेमा की शक्ति का प्रमाण भारत में सिनेमा थियेटर में आने वाले जनसमूह से मिलता है। इससे फिल्मों के कलाकारों की लोकप्रियता का भी पता लगता है। एच.आई.वी./एड्स के संदेश की ऐसी कहानियाँ जो स्वास्थ्य और परिवार, एच.आई.वी. तथा एड्स संबंधित विषयों पर आधारित हो के माध्यम से सिनेमा थियेटर जनसमूह तक पहुँचने का सशक्त माध्यम हो सकता है। डॉक्युमेंटरी तथा मध्यान्ह में विज्ञापन भी स्वास्थ्य संबंधी विचार संप्रेषित करने के अवसर हो सकते हैं। इस माध्यम के प्रयोग का एक लाभ यह है कि इसके द्वारा उस विशाल जनसमूह तक पहुँचा जा सकता है जो अशिक्षित है या किसी अन्य कारण से उन तक पहुँचना कठिन हो।

मुद्रण मीडिया

सरकार और ग़ैर सरकारी संस्थाओं द्वारा स्वास्थ्य संकल्पना को लोकप्रिय बनाने तथा सूचना पत्रों, पत्रिकाओं और विचारधारा वाले पर्चे आदि के माध्यम से एच.आई.वी./एड्स पर शिक्षा को बढ़ावा देने के प्रयासों के साथ-साथ राष्ट्रीय एवं क्षेत्रीय समाचार पत्र एवं पत्रिकाएँ भी अपने कॉलमों के माध्यम से इस विषयों को प्रमुखता से प्रचारित कर सकते हैं। समाचार पत्रों को एच.आई.वी./एड्स संबंधित मामलों के अध्ययनों, रिपोर्टों, विज्ञापनों अग्रलेखों तथा चिकित्सीय अनुसंधान रिपोर्टों आदि को नियमित रूप से प्रकाशित करते रहना चाहिए। अन्तर्राष्ट्रीय एड्स जागरूकता दिवस जैसे विशेष दिनों में विशेष पूरक अंक भी निकाले जा सकते हैं।

मल्टी मीडिया (बहु माध्यम)

किसी समूह या जनसमूह को विभिन्न प्रकार के मीडिया तथा तकनीकों के संयुक्त रूप द्वारा संदेश संप्रेषित करने का मल्टी मीडिया एक अच्छा साधन है। एच.आई.वी./एड्स की विचारधारा को प्रस्तुत करने के लिए कंप्यूटर, वीडियो प्रोजेक्टर, डिजीटल कैमरा आदि का प्रयोग कर मल्टी मीडिया की प्रस्तुति प्रभावशाली हो सकती है। इंटरनेट रोग की प्रकृति, रोकथाम के उपाय, चिकित्सीय अनुसंधान में विकास तथा सबसे बढ़कर जागरूकता में वृद्धि

के विवरण एकत्रित करने तथा प्रचारित करने का शक्तिशाली साधन हो सकता है। मल्टी मीडिया प्रस्तुति के लिए तकनीकी निपुणता तथा मंहगे उपकरणों की भी आवश्यकता होती है।

बोध प्रश्न 3

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) अभिनय प्रदर्शन क्या है? एच.आई.वी /एड्स शिक्षा को लोकप्रिय बनाने में यह किस प्रकार सहायक हो सकता है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. कहानी क्या है? स्वास्थ्य विषयों पर लोगों को शिक्षित करने में यह सशक्त माध्यम क्यों है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3) क्या आप सोचते हैं कि जनसमूह तक पहुँचने के लिए प्रसारण माध्यम शक्तिशाली है? एच.आई.वी./एड्स के बारे में जानकारी पैदा करने के लिए रेडियो के माध्यम से प्रसारित किए जा सकने वाले दो कार्यक्रम बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5.6 सारांश

प्रत्येक माध्यम चाहे वह लोक मीडिया हो या सार्वजनिक मीडिया उसके अपने-अपने लाभ तथा सीमाएँ हैं। इसलिए एच.आई.वी./एड्स शिक्षा के लिए किसी एक माध्यम पर निर्भर रहना समझदारी नहीं है। इसलिए हमें एक बहु-आयामी दृष्टिकोण की आवश्यकता है जिसके द्वारा लक्ष्य समूहों को व्यापक रूप से शामिल किया जाए तथा जनसमूह को उनके परिचित माध्यम में संदेश उपलब्ध कराया जा सके।

यद्यपि हमने अनेक प्रकार के मीडिया का सुझाव दिया है तथा उनकी कार्य प्रणाली का संक्षिप्त वर्णन किया है तो भी छात्रों के लिए उनमें से ऐसे एक या दो माध्यमों का चयन करना महत्वपूर्ण है जिसके लिए ऐसी सामग्री तैयार कर संप्रेषित की जा सके। इससे उनमें मीडिया का प्रयोग करने में आत्मविश्वास आएगा। यद्यपि माध्यम में मूल तत्व वही रह सकते हैं तो भी ये माध्यम के अनुरूप निरंतर समायोजित तथा संशोधित किए जाएँ। जैसे, रेडियो के लिए तैयार किए गए नाटक को टेलीविजन पर नहीं दिखाया जा सकता। दोनों के लिए संदेश अलग-अलग तैयार नहीं किए जाने चाहिए।

5.7 शब्दावली

कोड : पॉल फेरियर द्वारा रचा गया एक शब्द। यह ऐसे समुदाय के बारे में बताता है जो अपने जीवन की परिस्थितियों को जानता है लेकिन उसका मुकाबला नहीं करना चाहता।

कोलॉज : किसी पोस्टर में विशेष विचारधारा को संप्रेषित करने के लिए तस्वीरों का मिश्रित रूप।

तात्कालिक अभिनय : अनेक लोक कला रूपों में नेता या मुख्य अभिनेता तत्क्षण क्रियाएँ या संवाद तथा संगीत आदि का प्रयोग करता है। तात्कालिक अभिनय में अत्यधिक निपुणता की आवश्यकता होती है।

मूकाभिनय : संदेश संप्रेषण के लिए बिना बोले शारीरिक क्रियाओं का प्रयोग कर अभिनय किया जाता है।

सिंकरोनाइजेशन : संगीत, संवाद तथा अभिनय जैसे विभिन्न तत्वों वाली अभिक्रिया प्रदर्शन में जो सामंजस्य लाने वाली प्रक्रिया है।

5.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें

आर. वर्थ, 1986, ग्रुप मीडिया, वैल्यू एज्यूकेशन एंड लीडरशिप, एल.टी.एस. पब्लिकेशंस, कलकत्ता।

मेहर आर कंट्रेक्टर, 1984, क्रिएटिव ड्रामा एंड पप्पेटरी इन एज्यूकेशन, नेशनल बुक ट्रस्ट, नई दिल्ली।

माइरो जे. पेरियर (संपा.) 1994, डवलप्मेंट कम्युनिकेशन हैंडबुक, सत प्रकाशन संचार केन्द्र, इंदौर।

माइरो जे. पेरियर, 1994, आयर सैकंड स्किन एंड अदर एस्सेज आन कम्युनिकेशन एंड कल्चर, सत प्रकाशन संचार केन्द्र, इंदौर।

जैम्स टी अप्पानू, 1986, फोकलोर फार चेंज, टी.टी.एस. पब्लिकेशंस, तमिलनाडु। थ्योलोजिकल सेमिनारि, मदुरै।

5.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) एच.आई. वी./एड्स शिक्षा में मीडिया की क्या भूमिका है?

मीडिया एच.आई.वी./एड्स के बारे में सही सूचना प्रदान कर जागरूकता पैदा कर सकता है तथा एच.आई.वी./एड्स के प्रसार से समाज पर हो सकने वाले खतरों के बारे में लोगों

को सावधान कर सकता है। मीडिया अंधविश्वासों से लड़ने तथा स्वास्थ्य विषयों पर सकारात्मक विचारधारा का संप्रेषण भी कर सकता है।

2. जन माध्यम की तुलना में समूह माध्यम के किन्हीं तीन लाभों को बताइए।

समूह मीडिया के सार्वजनिक मीडिया की अपेक्षा कुछ विशिष्ट लाभ हैं, ये हैं:

क) सस्ता ख) भागीदार

ग) इसमें तकनीकी कुशलता या उपकरणों की आवश्यकता नहीं।

बोध प्रश्न 2

1) एक अच्छे पोस्टर की क्या विशेषताएँ हैं?

अच्छे पोस्टर में निम्नलिखित तत्व होने चाहिए; अच्छी तस्वीर छापने वाली विशेषताएँ; समन्वित एवं आकर्षक रंग, दर्शकों का ध्यान आकर्षित करने तथा उन्हें सक्रिय बनाने वाला शीर्षक, तथा अच्छी रूपरेख।

2. फ्लिप चार्ट की क्या विशेषताएँ हैं?

फ्लिप चार्ट पोस्टरों का संकलन होता है जो ऊपर एक साथ लगाए जाते हैं। एक के बाद एक सीट हटाई जाती है तथा अन्य सीटों के द्वारा ध्यान भंग किए बिना लोग एक ही सीट पर ध्यान केन्द्रित करते हैं।

अनेक पोस्टरों - तस्वीरों, फोटो, शब्दों, सामग्री का स्थिर चित्रों का प्रयोग कर कहानी या विचारधारा का प्रदर्शन किया जा सकता है।
वक्ता बोलते समय फ्लिप चार्टों का प्रयोग कर सकता है।

3. चित्र भाषा के लाभों को स्पष्ट करें।

चित्र भाषा किसी फोटो या तस्वीर को पढ़ने तथा इसमें निहित संदेश की व्याख्या करने तथा समझने का सशक्त तरीका है। चित्र भावनाओं को उद्वेलित कर सकते हैं तथा आशा या दुख पैदा करने में समर्थ होते हैं। तस्वीरें हमे सदमा पहुँचा सकती हैं, हँसा सकती हैं तथा रूला सकती हैं। चित्रों को कहानी बताने या समूह चर्चा के लिए प्रयोग किया जा सकता है। किसी अस्पताल या देखभाल केन्द्र में एड्स से पीड़ित व्यक्तियों के चित्र अधिवेशन के लिए प्रयोग किए जा सकते हैं। चित्र चिंता और सहानुभूति की भावनाएँ जगा सकते हैं तथा एच.आई.वी./एड्स विषय पर लोगों को अधिक जागरूक बनाने तथा बचाव की आवश्यकता के बारे में सहायता कर सकते हैं। ये जागरूकता पैदा करने तथा पीड़ितों की देखभाल की आवश्यकता के बारे में लोगों को अधिक सावधान कर सकते हैं।

बोध प्रश्न 3

1. अभिनय प्रदर्शन क्या है? एच.आई.वी./एड्स शिक्षा को लोकप्रिय बनाने में कैसे सहायक हो सकता है?

अभिनय प्रदर्शन अत्यधिक संचार संभावनाओं वाला संचार का नया रूप है। अभिनय प्रदर्शन में लोग मानवीय संबंधों या समुदाय को प्रभावित करने वाली समस्याओं पर तत्काल अभिनय करते हैं तथा दर्शकों की सहायता से उनका विश्लेषण करते हैं। अभिनय प्रदर्शन की सहायता से व्यक्ति उसी क्षण में, जीवन के कुछ क्षणों में वैसा ही व्यवहार, उसके अनुभवों, समस्याओं और चुनौतियों का अनुभव करने लगता है। अभिनय की सहायता से समस्याओं की व्याख्या तथा अभिनीत स्थिति को स्थापित करना चाहिए। अभिनेता गंभीर तथा प्रतिबद्ध हो तथा उन्हें चरित्रों का प्रभावशाली

अभिनय करना चाहिए। अभिनय प्रदर्शन संक्षिप्त होना चाहिए तथा परिस्थिति की चर्चा एवं विश्लेषण होना चाहिए। चूँकि अभिनय प्रदर्शन एक प्रकार के परिवर्तन को प्रभावित करता है। अतः चर्चा में सदस्यों को कुछ विशेष कार्य योजनाओं को अपनाने का मार्गदर्शन होना चाहिए।

2) कथा क्या है? स्वास्थ्य मुद्दों पर लोगों को शिक्षित करने में यह सशक्त माध्यम क्यों है?

कहानी संचार का शक्तिशाली प्राचीन रूप है। प्रसिद्ध अवधारणा है कि कहानियाँ काल्पनिक होती हैं। प्रत्येक सभ्यता एवं समुदाय में कथा कहने की लोकप्रिय मजबूत परंपरा होती है। कथाएँ मूल स्रोतों को बताती हैं, अभिनय भूमिका प्रदान करती हुई सांस्कृतिक एवं धार्मिक मूल्यों की उत्पत्ति करती हैं तथा उन्हें बनाए रखती हैं; उत्साह एवं रोमांच की भावना को बढ़ावा देती हैं। कहानियाँ मस्तिष्क (बुद्धि) एवं हृदय (भावना) को प्रभावित करती हैं। ये सहानुभूति एवं जोश पैदा करती हैं। इनसे आशा या कुठाएँ पैदा होती हैं।

सभी कहानियों में प्रेरणा की आवश्यकता होती है। ये मूल्य संप्रेषित करती हैं तथा पक्ष या विपक्ष में विचार पैदा करने में सहायता करती हैं तथा दृष्टिकोण बनाती हैं।

3) क्या आप सोचते हैं कि जनसमूह तक पहुँचने के लिए प्रसारण माध्यम शक्तिशाली है? एच.आई.वी./एड्स के बारे में जानकारी पैदा करने के लिए रेडियो के माध्यम से प्रसारित किए जा सकने वाले दो कार्यक्रम बताइए।

प्रसारण का सर्वाधिक महत्वपूर्ण माध्यम रेडियो है जिसका प्रयोगकर्ता जन-समूह काफी व्यापक है। यह सशक्त ग्रामीण माध्यम है। अशिक्षित लोग भी इससे लाभ उठा सकते हैं। रेडियो पर राष्ट्रीय एवं क्षेत्रीय कार्यक्रम प्रसारित किए जाते हैं। रेडियो पर प्रसारित होने वाले कार्यक्रमों में प्रयुक्त देशी भाषा से लोग इन्हें आसानी से समझ लेते हैं। एच.आई.वी./एड्स के बारे में ऐसी डॉक्युमेंटरयों के द्वारा शिक्षा एवं जागरूकता में वृद्धि की जा सकती है जिनमें इन विषयों पर चर्चा की जा सकती है। एच.आई.वी./एड्स या अन्य स्वास्थ्य विषयों की विचारधारा वाले नाटक या संगीत कार्यक्रम रेडियो पर प्रभावी रूप से प्रस्तुत किए जा सकते हैं।

NOTES

NOTES

NOTES

उत्तर प्रदेश
राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय

CHFE-06
एच आई वी में संचार और परामर्श (वैकल्पिक)

खंड
2

परामर्श के मूलतत्व

इकाई 1

परामर्श में परिचय 5

इकाई 2

परामर्श में शामिल प्रक्रियाएँ 20

इकाई 3

परामर्श में सहयोगात्मक और व्यवहारात्मक तकनीकें 37

इकाई 4

परामर्श में ज्ञानात्मक और मनो-विश्लेषणात्मक तकनीकें 48

इकाई 5

परामर्श से संबंधित व्यावहारिक मुद्दे 63

प्रो. एच.पी. दीक्षित
कुलपति, इग्नू

विशेषज्ञ समिति

प्रो. अब्दुल वहीद खान
कुलपति(पूर्व), इग्नू

प्रॉ. थॉमस कलम
निदेशक, सेंट जॉन्स नेशनल एकेडमी ऑफ हेल्थ साइंस, बंगलौर

डॉ. पद्म खन्ना
स्वास्थ्य परामर्शक
नई दिल्ली

डॉ. ग्लोरी अलेक्जेंडर
चेयरपरसन, आशा फाउंडेशन
बंगलौर

सुश्री इनिश सरीन
शरण, नई दिल्ली

श्री जार्ज के जोस
एडवोकेट, सुप्रीम कोर्ट
नई दिल्ली

प्रो. ग्रेशियस थॉमस
सतत् शिक्षा विद्यापीठ,
इग्नू, नई दिल्ली

डॉ. वी.एस. प्रसाद
सम कुलपति (पूर्व) इग्नू

सुश्री विमला कपूर
स्वास्थ्य विज्ञान विद्यापीठ,
इग्नू, नई दिल्ली

डॉ. ऋतु प्रिया
सेंटर फॉर सोशल मेडिसिन
एण्ड कम्यूनिटी हेल्थ
जे.एन.यू., नई दिल्ली

डॉ. रबिया मथाई
इंटरनेशनल फेडरेशन ऑफ रेडक्रास सोसाइटीज,
नई दिल्ली

प्रो. जोस पुथेनवेट्टू
अध्यक्ष, मनोविज्ञान विभाग
एफ.एम.एन. कालेज, कलान

डॉ. जोसेफ अलेन्चेरी
निदेशक, सी.ए.एन.ए.
कोट्टइयम

प्रो. एम. असलम
सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू, नई दिल्ली

डॉ. ए.एस.गुहा
क्षेत्रीय निदेशक, क्षेत्रीय केंद्र, शिलांग

डॉ. सुनिति सोलोमन
निदेशक, वाई आर जी केयर, चन्नई

प्रो. आर. एम. कालरा
सीनियर फेलो,
आई.सी.एस.एस.आर.
तीन मूर्ति, नई दिल्ली

डॉ. ए. पद्मावती
इंडियन सोशल इंस्टीटयूट
नई दिल्ली

फादर जार्ज़ परेरा
सी.बी.सी आई.सेंटर, नई दिल्ली

डॉ. अनिता दिघे
निदेशक, सी.ई.ई.
इग्नू, नई दिल्ली

श्री वी. वासुदेवन
क्षेत्रीय निदेशक, क्षेत्रीय केंद्र, कोचीन

पाठ्यक्रम निर्माण दल

इकाई लेखक

1 डॉ. चितरंजन एंड्रेडा, निमहन्स, बंगलौर
2 डॉ. चितरंजन एंड्रेडा, निमहन्स, बंगलौर
3 डॉ. चितरंजन एंड्रेडा, निमहन्स, बंगलौर
4 डॉ. चितरंजन एंड्रेडा, निमहन्स, बंगलौर
5 डॉ. चितरंजन एंड्रेडा, निमहन्स, बंगलौर

पाठ्यक्रम संयोजक
प्रो. ग्रेशियस थॉमस
सतत् शिक्षा विद्यापीठ,
इग्नू, नई दिल्ली

पाठ्यक्रम सम्पादक
प्रो. थॉमस कलम
निदेशक, सेंट जान्स नेशनल एकेडमी ऑफ हेल्थ साइंस, बंगलौर

खंड संपादक
प्रो. ग्रेशियस थॉमस
सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू

भाषा संपादक
डा. आर.पी.सिंह
सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू

अनुवाद/पुनरीक्षण

अनुवाद संयोजक (हिन्दी)
श्री रामकिशन
मानविकी विद्यापीठ, इग्नू
श्री के.सी. अग्रवाल
श्री नामेश्वर कवाल
श्री गुलशन कुमार

संकाय सदस्य
प्रो. वी.रा. जगन्नाथन
निदेशक, मानविकी विद्यापीठ, इग्नू
प्रो. आशा एस कंवर,
समकुलपति (पूर्व) मानविकी विद्यापीठ, इग्नू
श्रीमती बीना चतुर्वेदी
श्रीमती ज्योति मलिक

सामग्री निर्माण

प्रो. प्रभा चावला
निदेशक, सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू

श्री राजीव गिरधर,
अनुभाग अधिकारी (प्रकाशन)

प्रथम संस्करण: दिसम्बर, 2001

© *इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय, 2001*

ISBN-81-266-0357-7

सर्वाधिकार सुरक्षित। इस कार्य का कोई भी अंश इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय की लिखित अनुमति के बिना किसी भी रूप में मिमियोग्राफ (मुद्रण) द्वारा या अन्यथा पुनः प्रस्तुत करने की अनुमति नहीं है।

CHFE-06/102

इन्दिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय के अनुमति से पुनः मुद्रित। उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, इलाहाबाद की ओर से डॉ. ए. के. सिंह, कुलसचिव द्वारा पुनः मुद्रित एवं प्रकाशित, जून 2012
मुद्रक : नितिन प्रिन्टर्स, 1 पुराना कटरा, इलाहाबाद।

खंड 2 का परिचय

''परामर्श के मूलतत्व'' एच आई वी/एड्स में संचार एवं परामर्श पाठयक्रम का दूसरा खंड है। इस खंड में पांच इकाईयाँ हैं। इकाई 1 'पर.मर्श में परिचय' परामर्श की प्रकृति तथा उसका क्या महत्व है और क्यों है, के बारे में जानकारी प्रदान करती है। इकाई 2 परामर्श में शामिल विभिन्न प्रक्रियाओं का वर्णन करती है जिन्हें विभिन्न चरणों में स्पष्ट किया गया है। इकाई 3 में समस्या समाधान का पूर्ण अभ्यास एवं प्रतीकात्मक भूमिका के विशिष्ट संदर्भो सहित परामर्श में शामिल सहायक और व्यवहार संबंधी तकनीकों का विवरण प्रस्तुत किया गया है। इकाई 4 परामर्श में संज्ञान और मनो विश्लेषणात्मक तकनीकों का वर्णन करती है। इकाई 5 परामर्श में शामिल कुछ व्यावहारिक विषयों की चर्चा करती है जैसे कि कठिन परिस्थितियों और समस्याओं का सामना करने में सुरक्षाएँ किस प्रकार से अपनाई जाएँ।

इस खंड में शामिल सभी 5 इकाइयाँ आपको अच्छे परामर्श के सभी मूल तत्व प्रदान करती हैं। इस पाठ्यक्रम का पहला खंड संचार के मूल तत्व और यह दूसरा खण्ड आपको तीसरे खण्ड को जिसमें एच आई वी और पारिवारिक मामलों में परामर्श पर चर्चा है, समझने में सहायता करेगा।

इकाई 1 परामर्श में परिचय

इकाई की रूपरेखा

1.0 उद्देश्य
1.1 प्रस्तावना
1.2 परामर्श क्या है?
1.3 मनश्चिकित्सा एवं परामर्श में अंतर
1.4 प्रत्येक व्यक्ति के लिए परामर्श आवश्यक नहीं होता
1.5 सामान्य रोग विकार, जिनमें परामर्श को प्राथमिक चिकित्सा के रूप में नहीं अपनाना चाहिए
1.6 अच्छे परामर्शदाता की सामान्य विशेषताएं
1.7 चिकित्सा के दौरान अच्छे परामर्शदाता की विशेषताएं
1.8 अच्छे परामर्शदाता का संप्रेषण कौशल
1.9 अच्छे ग्राहक या उपभोक्ता की विशेषताएं
1.10 सारांश
1.11 शब्दावली
1.12 कुछ उपयोगी पुस्तकें
1.13 बोध प्रश्नों के उत्तर

1.0 उद्देश्य

इस इकाई में आपको परामर्श के संबंध में सामान्य परिचय कराया जाएगा । इस इकाई के अध्ययन के पश्चात् आप :

- परामर्श की प्रकृति को समझ सकेंगे,
- मनश्चिकित्सा एवं परामर्श में अंतर को जान सकेंगे,
- परामर्श के निर्देशों का पता लगा सकेंगे,
- ऐसे सामान्य रोग विकारों के बारे पता लगा सकेंगे, जिनमें परामर्श प्राथमिक चिकित्सा के रूप में नहीं होता है,
- अच्छे परामर्शदाता की सामान्य विशेषताओं को समझ सकेंगे,
- चिकित्सा के दौरान अच्छे परामर्शदाता की विशेषताओं को जान सकेंगे,
- ऐसे सम्प्रेषण कौशलों के बारे में सीख सकेंगे जिनकी जानकारी अच्छे परामर्शदाता को होनी चाहिए, और
- अच्छे ग्राहक/उपभोक्ता की विशेषताओं के बारे में जान सकेंगे ।

1.1 प्रस्तावना

एच आई वी/एड्स के क्षेत्र में परामर्श के महत्व की अब उपेक्षा नहीं की जा सकती है। अन्य रोगों से भिन्न एच आई वी/एड्स के रोगियों को विशेष देखभाल की आवश्यकता पड़ती है । यद्यपि चिकित्सा सेवाओं में परामर्श की संकल्पना को सभी लोग अच्छी तरह से जानते हैं किंतु प्रायः सभी विकासशील देशों में इसकी कार्यनीति को व्यवहार में नहीं अपनाया जाता है अथवा इस ओर ध्यान नहीं दिया जाता है । भारत में, कम से कम कुछ चिकित्सा संस्थानों में परामर्श सेवाएं उपलब्ध कराने के लिए प्रयास किए गए हैं । तथापि इस संबंध में और अधिक कार्य करने की आवश्यकता है जिससे अधिक से अधिक लोग परामर्श सेवाओं

को व्यवसाय के रूप में अपना सकें । इस इकाई में हम परामर्श की संकल्पना को परिभाषित करने तथा परामर्श के क्षेत्र से संबंधित अन्य परिचयात्मक विशेषताओं से अवगत कराने का प्रयास करेंगे । इसारो आप में से कुछ लोग जो इस कार्य में पहले से शामिल हैं अथवा वे लोग जो एच आई वी/एड्स के रोगियों को जाँच से पहले और जाँच के बाद परामर्श के कार्य में रुचि रखते हैं, परामर्श से संबंधित बुनियादी पहलुओं को समझने में सक्षम हो सकेंगे ।

1.2 परामर्श क्या है?

आइए, अब हम परामर्श शब्द की व्याख्या तथा परामर्श में अन्य संबंधित घटकों का विश्लेषण करते हुए परामर्श की संकल्पना को समझने का प्रयास करते हैं ।

परिभाषाः परामर्श एक अंतर वैयक्तिक प्रक्रिया है, जिसके माध्यम से मनश्चिकित्सकीय समस्याओं वाले व्यक्ति या रोगी को मार्गदर्शन और सहायता प्रदान की जाती है । ये समस्याएं वैयक्तिक या अंतर वैयक्तिक प्रकृति की हो सकती हैं ।

परामर्श से संबंधित व्यक्तिः जो व्यक्ति मार्गदर्शन और सहायता देता है, उसे परामर्शदाता या सलाहकार कहते हैं और जो व्यक्ति इन सहायता सेवाओं और परामर्श को प्राप्त करता है, उसे ग्राहक या रोगी कहते हैं ।

परामर्श में क्या किया जाता हैः परामर्श के माध्यम से वैयक्तिक और अंतर वैयक्तिक समस्याओं का विभिन्न उपागमों के माध्यम से इस प्रकार समाधान किया जाता है जिससे इस प्रक्रिया में मुख्यतः समाज और विशेष रूप से ग्राहक या रोगी के मूल्यों और उसके सम्मान को सुरक्षित रखा जा सके ।

लक्ष्यः परामर्श के विशेष रूप से चार प्रमुख लक्ष्य होते हैं । ये हैं -

1) ग्राहक या रोगी पर पड़ने वाले भावनात्मक दबाव को कम करना,

2) ग्राहक के दुष्क्रियात्मक व्यवहार पर नियंत्रण करना अथवा उसे कम करना,

3) ग्राहक के समक्ष पैदा हुई परिस्थितियों से निपटने व उन्हें स्वीकार करने की क्षमता में वृद्धि करना और उसका साहस बढ़ाना और उसे जीवन के प्रति आशान्वित करना, तथा

4) ग्राहक द्वारा व्यक्तिगत निर्णय लेने में उसकी सहायता करना ।

परामर्श बनाम विशिष्ट संबंधः अब तक की गई चर्चा से यह स्पष्ट हो जाना चाहिए कि परामर्श एक ऐसा अनोखा एवं मददगार संबंध है, जो ग्राहक को सीखने, समझने, महसूस करने, अनुभव प्राप्त करने और सामाजिक आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए उसमें परिवर्तन करने का अवसर प्रदान करता है ।

अधिकतर ग्राहक स्वैच्छिक रूप से परामर्श लेने के लिए संबंध स्थापित करते हैं । यद्यपि ग्राहक परामर्शदाता से यह उम्मीद करता है कि वह उसकी समस्याओं का समाधान करेगा लेकिन वास्तव में, परामर्श लेना या देना एक तरह से दोनों ओर से आपसी सहयोग होता है ग्राहक और परामर्शदाता एक ही दिशा में कार्य करते हैं, जिनका लक्ष्य समाधान और सुविधा देना व लेना होता है । यहाँ पर परामर्शदाता की भूमिका मुख्य होती है, क्योंकि वह उपभोक्ता के व्यवहार को परिवर्तित करके उसे लाभ पहुंचाना चाहता है ।

परामर्शदाता अपना कार्य किस प्रकार करता है: परामर्श के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए परामर्शदाता अपने विशेष ज्ञान का प्रयोग करते हुए ग्राहक के व्यवहार को समझने, सीखने तथा अंतर वैयक्तिक संबंध स्थापित करते हुए उन स्थितियों को अपनाता है, जिनसे ग्राहक लाभ की स्थिति को प्राप्त कर सके ।

यद्यपि परामर्श कार्य में एक समय में एक ही ग्राहक से विचार-विमर्श किया जाता है, लेकिन ग्राहक के जीवन में अन्य लोगों से बातचीत करना भी महत्वपूर्ण होता है । इससे परामर्श के लक्ष्यों को प्राप्त करने में सहायता मिलती है ।

परामर्श एक परिवर्तनशील प्रक्रिया है: परामर्श की प्रकृति, विषय तथा तकनीक बहुत व्यापक होती है, जैसे - संकटकालीन परामर्श, जीविका संबंधी परामर्श, वैवाहिक परामर्श इत्यादि ।

विभिन्न प्रकार के ग्राहकों के समूहों अथवा श्रेणियों में भी परामर्श की प्रकृति, विषय और तकनीकें भिन्न-भिन्न होती हैं । जैसा कि वैयक्तिक परामर्श, स्त्री-पुरुष या युगल परामर्श, समूह परामर्श इत्यादि।

ग्राहकों की श्रेणियों जैसे - बच्चों, किशोरों, परिवारों, शराबियों तथा मादक द्रव्य व्यसनियों आदि में परामर्श की प्रकृति, गति व विषय और तकनीकों में व्यापक अंतर होता है ।

अंत में, हम यह कह सकते हैं कि ग्राहकों में परामर्श की प्रकृति, गति या विषय और तकनीकों की श्रेणी अलग-अलग होती है, यहाँ तक कि एक ही प्रकार के ग्राहकों को भी अलग-अलग परामर्श देने की आवश्यकता पड़ती है क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति की अपनी अलग विशेषताएं होती हैं और वह अन्य व्यक्तियों से भिन्न होता है ।

1.3 मनश्चिकित्सा एवं परामर्श में अंतर

परामर्श को परिभाषित करने के पश्चात् आइए अब हम मनश्चिकित्सा को समझने का प्रयास करते हैं कि यह क्या है? मनश्चिकित्सा, मनश्चिकित्सकीय साधनों से मानसिक रोग का उपचार है, जिसका उपचार मनश्चिकित्सकीय सिद्धांतों के आधार पर किया जाता है । मानसिक रोग का उपचार मनो-चिकित्सक अथवा अन्य मनोरोग विशेषज्ञों या व्यावसायियों द्वारा किया जाता है, जो अपने क्षेत्र में उच्च शिक्षित और सक्षम होते हैं । मनश्चिकित्सा औपचारिक और संगठनात्मक प्रक्रिया होती है ।

परामर्श और मनश्चिकित्सा में अंतर: परामर्श, मनश्चिकित्सा के समान नहीं है । सामान्य व्यक्ति और मनोरोग विकार वाले व्यक्ति दोनों ही परामर्श का लाभ उठा सकते हैं (जैसे आजीविका परामर्श, विवाह से पूर्व परामर्श इत्यादि) । ग्राहकों को लाभ पहुंचाने के लिए परामर्श केवल मनश्चिकित्सा के साधनों पर निर्भर नहीं करता है । परामर्श में ग्राहक के परिवेश को पुनर्गठित करने की प्रक्रिया अपनाई जा सकती है । इसके साथ ही परामर्श में किसी एक मनश्चिकित्सकीय सिद्धांत को अपनाते हुए समस्या का समाधान किया जाता है। परामर्श में मनश्चिकित्सा के अनेक रूपों से व्युत्पन्न उन व्यावहारिक तकनीकों का प्रयोग किया जाता है, जो परिस्थिति के अनुकूल हों ।

किसी भी व्यक्ति को परामर्शदाता बनने के लिए किसी विशेष प्रशिक्षण की आवश्यकता नहीं होती है। अपेक्षित प्रशिक्षण का स्तर परामर्श के लिए बहुत लाभदायक होता है परंतु अध्ययन बताते हैं कि जिस व्यक्ति में मानसिक विकार अथवा अंतर वैयक्तिक समस्याएं पैदा हो जाती हैं, उसका इलाज शिक्षकों, बुजुर्गों तथा अन्य अनुभवी लोगों द्वारा एक व्यावसायिक चिकित्सक के समान किया जा सकता है । अंत में यह भी कहा जा सकता है कि परामर्श,

मनश्चिकित्सा की तुलना में कम औपचारिक और संरचनाबद्ध होता है । परामर्श बहुत ज्यादा लचीला भी होता है ।

इस परिचर्चा से यह नहीं मान लेना चाहिए कि परामर्श, मनश्चिकित्सा से ऊँचा होता है अथवा बहुत ही अच्छा होता है क्योंकि प्रत्येक प्रक्रिया के अपने लाभ और सीमाएं होती हैं । शायद, परामर्श का दृष्टिकोण सबसे अच्छा इसलिए माना गया है क्योंकि यह वैयक्तिक और अंतर वैयक्तिक समस्याओं के समाधान के लिए प्रबंध की प्रथम रेखा होती है अर्थात् कहने का तात्पर्य यह है कि परामर्श सुविधाजनक और सरल है तथा ग्राहक के साथ समन्वय करने में आसान है ।

बोध प्रश्न 1

1) परामर्श की परिभाषा दीजिए ।

.....

.....

.....

.....

2) परामर्श के लिए क्या करना पड़ता है?

.....

.....

.....

.....

3) परामर्श के विशिष्ट लक्ष्य क्या हैं?

.....

.....

.....

.....

4) मनश्चिकित्सा और परामर्श के बीच अंतरों की सूची बनाइए ।

.....

.....

.....

.....

1.4 प्रत्येक व्यक्ति के लिए परामर्श आवश्यक नहीं होता

कोई भी व्यक्ति पूर्ण रूप से स्वस्थ नहीं होता है । परंतु इसका अर्थ यह नहीं है कि हर बार खाँसी-जुकाम या किसी भी प्रकार के दर्द और पीड़ा के लिए चिकित्सक से परामर्श लेना आवश्यक है । इसी प्रकार से प्रत्येक व्यक्ति पूरी तरह से मानसिक रूप से स्वस्थ नहीं होता है । किंतु इसका भी यह अर्थ नहीं है कि जब-जब हम चिंता अथवा अप्रसन्नता महसूस करते हैं तो हमें किसी मानसिक-रोग के चिकित्सक या व्यावसायिक से जाँच करानी चाहिए। अत जहाँ एक ओर परामर्श बहुत ही सहायक होता है, वहीं दूसरी ओर यह आवश्यक नहीं है कि सभी समस्याग्रस्त हैं । इसलिए यह देखना आवश्यक है कि परामर्श की आवश्यकता किसे है?

परामर्श के लिए सूचक कसौटी

परामर्श और मनश्चिकित्सा की संकल्पना को समझने के पश्चात् आइए अब परामर्श के लिए आवश्यक सूचक कसौटी पर चर्चा करें ।

प्रत्येक व्यक्ति जिसकी मानसिक स्थिति ठीक नहीं है और जो मानसिक रूप से परेशान है अथवा सामंजस्य की समस्या से जूझ रहा है, उसे निम्नलिखित मानदण्डों की पूर्ति के लिए परामर्श लेने पर विचार करना चाहिए:

1) यदि लक्षण, दवाब या तनाव से संबंधित है और तनाव की अवधि अथवा गंभीरता की स्थिति असामान्य है, उदाहरण के लिए, परिवार में किसी की मृत्यु हो जाने पर आमतौर पर परिवार के लोग कुछ दिन या सप्ताह के बाद अपना सामान्य कामकाज और नियमित उत्तरदायित्वों का निर्वाह करना शुरू कर देते हैं । परंतु यदि कोई व्यक्ति कुछ सप्ताह के बाद भी संभल नहीं पाता है और उसकी भावनाएं इतनी अधिक विचलित हो जाती हैं कि व्यक्ति अपनी नियमित जिम्मेदारी का निर्वाह करने में असमर्थ रहता है, तो ऐसी स्थिति में पीड़ित व्यक्ति के लिए परामर्श लाभदायक रहता है ।

2) लक्षण मनोवैज्ञानिक, संज्ञानात्मक, जैविक, सामाजिक, व्यक्तिगत, तथा/अथवा व्यावसायिक कार्य-प्रणाली में बाधा उत्पन्न करते हैं । इसके साथ ही शारीरिक लक्षण भी मौजूद हो सकते हैं । मनोवैज्ञानिक कार्यों में भय, क्रोध या अन्य प्रकार की भावनात्मक दुष्क्रिया सामान्य स्थिति से अधिक हो जाती है ।

संज्ञानात्मक कार्यों में बाधा आने का अर्थ है कि चेतन अवस्था एवं एकाग्रता कमजोर हो जाती है तथा भूलने की प्रवृत्ति का विकास होने लगता है । मानसिक शिथिलता तथा स्मृति में बाधा आना सामान्य बात हो जाती है । व्यक्ति स्वयं समझने लगता है कि उसकी बौद्धिक क्षमता में कमी आने लगी है या प्रभावित होने लगी है । जैविक कार्यों में बाधा आने का अर्थ है नींद कम आना, भूख कम लगना तथा लैंगिक कार्यों के प्रति अरुचि का होना । नींद में कमी के अंतर्गत या तो नींद कम आती है या बहुत ज्यादा आती है, भूख में बाधा में भूख का कम या अधिक लगना सम्मिलित होता है। इससे या तो वजन कम हो जाता है या बढ़ जाता है । लैंगिक क्रियाओं की क्षमता में कमी आना अथवा यौनिक क्रियाओं के अयोग्य हो जाना बाधित लैंगिक कार्य के सामान्य लक्षण होते हैं ।

सामाजिक कार्यों में रुकावट आने का अर्थ है सामाजिक कार्यों को करने की क्षमता और इच्छा में कमी आना, जिससे वह सामाजिक कार्यकलापों से अलग रहने लगता है। प्रायः इस प्रकार का व्यक्ति अन्य लोगों के संपर्क की उपेक्षा करने लगता है । व्यावसायिक कार्यों में बाधा आने का अर्थ है कि व्यक्ति की कार्यक्षमता और कार्य शैली में कमी आना, काम करते समय गलतियाँ करना, जिम्मेदारियों से बचना और काम से दूर रहना । व्यक्तिगत कार्यों में बाधा आने या उसमें कमी आने का अर्थ है कि सामान्य मनोरंजन और आमोद-प्रमोद के कार्यों से दूर रहना और आलसीपन की स्थिति पैदा होना जैसे कि अध्ययन न करना, दूरदर्शन न देखना, रेडियो न सुनना अथवा मनोरंजन न करना और शौकों से दूर हो जाना । संबंधित शारीरिक लक्षणों में थकावट, दर्द, सुस्ती, अकर्मण्यता, पीड़ा, सिरदर्द, मानसिक समस्याएं आदि उत्पन्न हो सकती हैं।

परामर्श से लाभान्वित होने वाले सामान्य रोग-विकार

अनेक ऐसे रोग-विकार हैं, जिनमें परामर्श अत्यंत लाभदायक होता है । इनमें सम्मिलित हैं -

- उदासी या विषाद की अनेक स्थितियाँ,
- चिन्ताओं के अनेक प्रकार,
- अल्प-अवधि और दीर्घ काल में सामान्य न होने वाले अधिकतर रोग-विकार,

- बचपन और किशोरावस्था के अधिकतर व्यवहार और भावनात्मक मानसिक रोग,
- व्यक्तिगत समस्याओं के अनेक प्रकार,
- शराब तथा मादक द्रव्यों का दुरुपयोग करना आदि ।

1.5 सामान्य रोग विकार, जिनमें परामर्श को प्राथमिक चिकित्सा के रूप में नहीं अपनाना चाहिए

अनेक मानसिक रोग-विकार मूल रूप में अंशतः या पूर्णतः जैविक होते हैं । इनमें निम्नलिखित सम्मिलित हैं -

- पागलपन या मनोभ्रंश,
- खंडित मानसिकता, उन्माद, सनक और अन्य मानसिक स्थितियाँ,
- सीज़ोफ्रेनिया, तनाव रोग-विकार,
- कुछ व्यक्तित्व संबंधी रोग-विकार,
- अवसाद के कुछ रूप जैसे कि अंतर्जात अवसाद,
- चिन्ता इत्यादि के कुछ रूप ।

इस तरह के रोग-विकारों में प्राथमिक चिकित्सा की आवश्यकता होती है जैसे कि दवाइयों का प्रयोग करना या बिजली के माध्यम (इलेक्ट्रिक शॉक) से इलाज करना । तथापि ऐसे मामलों में परामर्श भी लाभदायक सिद्ध हो सकता है ।

यह पाठ्यक्रम जान-बूझकर गैर तकनीकी बनाया गया है क्योंकि दूर शिक्षण के माध्यम से मनोरोग संबंधी विकारों का इलाज और उनकी व्यवस्था इत्यादि करने के संबंध में सक्षमता व कुशलता विकसित करना संभव नहीं है। इसलिए इसमें प्रायोगिक प्रशिक्षण घटक को सम्मिलित नहीं किया गया है । यदि आप इस विषय में अधिक सूचना प्राप्त करना चाहते हैं, तो आप मनोरोग संबंधी अच्छे स्तर की पाठ्य पुस्तकों का अध्ययन कर सकते हैं अथवा किसी मान्यता प्राप्त संस्थान से नियमित पाठ्यक्रम में प्रवेश लेकर अपनी इच्छा को पूरा कर सकते हैं ।

परामर्शदाताओं के लिए चेतावनी

सबसे पहले परामर्शदाता को यह निश्चित कर लेना चाहिए कि जो ग्राहक उसके पास परामर्श के लिए आया है,उसे उसकी अच्छी तरह से जाँच कर यह सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि ग्राहक को कहीं चिकित्सक, विशेष रूप से मनोचिकित्सक की आवश्यकता तो नहीं है । यह इसलिए आवश्यक है, क्योंकि एक परामर्शदाता के पास मनोरोग की स्थिति को जानने की क्षमता नहीं होती जिसे अति सूक्ष्म अंगों की परीक्षा की आवश्यकता होती है और जिसका उपचार केवल चिकित्सक ही कर सकता है, एक साधारण परामर्शदाता इसके लिए उपयोगी नहीं होता है ।

यदि परामर्शदाता इस चेतावनी को गंभीरता से नहीं लेता है अथवा उसका पालन नहीं करता है, और जिस रोगी को एक कुशल चिकित्सक की आवश्यकता है उसको परामर्श देता है ऐसी स्थिति में रोगी को भयंकर हानि की संभावना हो सकती है।

रोग के गंभीर लक्षण, जो यह सुझाव देते हैं कि निम्नलिखित के लिए चिकित्सा सुविधा आवश्यक है:

संपूर्ण असामान्य व्यवहार (अर्थात् हिंसात्मक व्यवहार, अपनी सफाई का ध्यान न रखना);

असामान्य वार्तालाप (अर्थात् असंबद्ध या ऊटपटांग बातें करना);

भ्रम की उपस्थिति (घोर अंध विश्वास का होना, जैसे - उत्पीड़ित करना, विषपान की धमकी देना);

मतिभ्रम या श्रुतिभ्रम का होना (आवाज को सुनना और दृश्यों को लगातार देखना);

सीज़ोफ्रेनिया या बल प्रयोग की उपस्थिति (लगातार ऐसी बातों या कार्यों को करना, जो उसकी शक्ति से परे हों या उसके नियंत्रण से बाहर हों);

मनोस्थिति में भयंकर असमानता (जीवन को बुरी तरह से बाधा पहुंचाना);

निर्णय लेने की क्षमता खो देना, तथा

आंतरिक दृष्टि का नष्ट हो जाना (यह मानने से इंकार करना कि वह अस्वस्थ है) ।

बोध प्रश्न 2

1) परामर्श की आवश्यकता कब होती है?

.....

.....

.....

.....

2) वे कौन से सामान्य रोग विकार है, जिनमें परामर्श से लाभ मिल सकता है?

.....

.....

.....

.....

3) उन रोग विकारों के नाम बताइए जिनमें परामर्श एक प्राथमिक चिकित्सा नहीं होती है?

.....

.....

.....

.....

1.6 अच्छे परामर्शदाता की सामान्य विशेषताएं

प्रत्येक व्यक्ति परामर्शदाता का काम कर सकता है किंतु हरेक व्यक्ति में अच्छे परामर्शदाता के गुण नहीं होते । इस भाग में हम एक अच्छे परामर्शदाता की विशेषताओं की चर्चा करेंगे । इस प्रक्रिया में, आपमें से कुछ लोग जो पहले से ही परामर्श कार्य में शामिल हैं, वे अंतरावलोकन कर यह देख सकते हैं कि आपमें एक अच्छे परामर्शदाता की कितनी विशेषताएं अंतर्निहित हैं ।

1) एक अच्छे परामर्शदाता को अपने ग्राहक की भाषा का अच्छा ज्ञान होना चाहिए जिससे वह उसकी अनकही बातों को समझ सके तथा सम्प्रेषण की सूक्ष्म बातों को आसानी से समझ सके और उनको विस्तार से जान सके।

2) एक अच्छे परामर्शदाता को अपने ग्राहक की सांस्कृतिक पृष्ठभूमि के बारे में ज्ञान होना चाहिए । इस प्रकार की समझ के बिना परामर्शदाता अपने ग्राहक के विभिन्न व्यवहारों को नहीं समझ पाएगा ।

3) एक अच्छे परामर्शदाता का व्यक्तित्व आकर्षक और करिश्माई होना चाहिए । उसे अपने ग्राहक में आत्म-विश्वास और आदर का भाव उत्पन्न करना चाहिए।

4) एक अच्छे परामर्शदाता में जीवन के बारे में अत्यधिक अनुभव होने चाहिएँ। इस प्रकार के अनुभवों के अभाव में वह उपयुक्त परिप्रेक्ष्य में अपने ग्राहक की समस्याओं और व्यवहार को नहीं समझ पाएगा और उसे समुचित मार्गदर्शन नहीं दे पाएगा ।

5) अच्छे परामर्शदाता में ग्राहक की समस्याओं को समझने की क्षमता, प्रौढ़ता और बौद्धिक स्तर का होना, समुचित प्रबंधकीय योजना बनाने की क्षमता और उस पर अमल करने की क्षमता का होना आवश्यक है । बौद्धिक ज्ञान और प्रौढ़ता के बिना परामर्शदाता अपने ग्राहकों को परामर्श देते समय घटिया किस्म का परामर्श देगा ।

6) चिकित्सा के दौरान परामर्शदाता के मूल्यों का अनिवार्य रूप से ग्राहक पर प्रभाव पड़ता है । इसलिए एक अच्छे परामर्शदाता में अच्छे मूल्यों का होना आवश्यक है ।

7) एक अच्छे परामर्शदाता को मनोवैज्ञानिक दृष्टि से ज्ञान संपन्न होना चाहिए अर्थात् उसे मानव मस्तिष्क की जटिल क्रियाओं और कार्य-प्रणाली की समझ होनी चाहिए ।

8) अच्छे परामर्शदाता में मनुष्य द्वारा अनुभव किए जाने वाले मनोवैज्ञानिक रोग-विकारों और उनकी विशेषताओं का व्यापक ज्ञान होना आवश्यक है । उदाहरण के लिए, यदि एक चिकित्सक को मलेरिया का ज्ञान नहीं है, तो वह पूर्णतः रोगी का इलाज नहीं कर सकता है ।

9) अच्छे परामर्शदाता को उपभोक्ता की समस्या के क्षेत्र का ज्ञान होना चाहिए । उदाहरण के लिए, जब तक परामर्शदाता को बच्चों के बारे में पर्याप्त जानकारी नहीं होगी, वह अभिभावकों को उनकी संतान के विषय में परामर्श देने में कठिनाई अनुभव करेगा । यदि परामर्शदाता को ग्राहक के समस्या क्षेत्रों के बारे में ज्ञान के अतिरिक्त अनुभव भी है, तो वह अच्छा परामर्श दे सकेगा । उदाहरण के लिए, एक परामर्शदाता जो अभिभावक भी है (ऐसे परामर्शदाता की तुलना में, जो अभिभावक नहीं है), वह अभिभावक संबंधी परामर्श बेहतर तरीके से समझ सकता है और अपने ग्राहक को समझा भी सकता है ।

10) एक अच्छे परामर्शदाता में कुछ भावनात्मक समस्याएं हो सकती हैं । यह इसलिए हो सकता है क्योंकि परामर्शदाता जो प्रसन्न नहीं है, वह अपने ग्राहक पर पूरी तरह से ध्यान देने में असमर्थ रहता है । इससे परामर्शदाता के निर्णय पर उसकी अपनी समस्या का प्रभाव पड़ सकता है । इसलिए एक अच्छे परामर्शदाता को ग्राहक की समस्याओं का समाधान करते समय अपनी समस्याओं से मुक्त होना चाहिए ।

11) एक अच्छे परामर्शदाता को अच्छी तरह से प्रशिक्षित होना चाहिए । उदाहरण के लिए, मान लीजिए कि कोई चिकित्सक कम प्रशिक्षित है, फिर भी वह सर्दी-जुकाम व बुखार का इलाज आसानी से कर सकता है, परंतु वह हृदय रोग या किडनी के फेल होने पर उसका इलाज समुचित रूप से नहीं कर पाएगा ।

12) एक अच्छे परामर्शदाता को संप्रेषण में कुशल होना चाहिए । उसे भलीभांति यह ज्ञान होना चाहिए कि उसे क्या कहना चाहिए और कब क्या कहना चाहिए । अपनी बात को किस प्रकार प्रस्तुत किया जाना चाहिए और कब कहने से उसका क्या प्रभाव होगा ।

13) अच्छे परामर्शदाता को दुखी व्यक्तियों को प्रोत्साहित करने के लिए उसकी समस्या को वास्तविक रूप में समझकर ग्राहक को उनका सामना करने की प्रेरणा देनी चाहिए । उसे परामर्श को अपना कर्तव्य समझकर परामर्शदाता की भूमिका निभानी चाहिए ।

वैसे तो परामर्शदाता किसी भी आयु या लिंग का हो सकता है, परंतु अधिकतर ग्राहक चाहते हैं कि उनका परामर्शदाता उनकी आयु से बड़ा होना चाहिए । इनमें से कुछ ग्राहक किसी लिंग विशेष की मांग कर सकते हैं । भारत में, बहुत सारे ग्राहक, विशेष रूप से महिलाएं, चाहती हैं कि उनका परामर्शदाता उन्हीं के लिंग का हो ।

1.7 चिकित्सा के दौरान अच्छे परामर्शदाता की विशेषताएँ

चिकित्सा के समय भी परामर्शदाता एक अच्छे परामर्शदाता की कुछ विशेषताओं का प्रदर्शन करता है । ये विशेषताएं इस प्रकार हो सकती हैं -

1) एक अच्छा परामर्शदाता अपने ग्राहक के साथ आसानी से सौहार्दपूर्ण संबंध स्थापित कर लेता है । वह शीघ्र ही ग्राहक से इतनी आत्मीयता से बात करता है जिससे ग्राहक बातचीत में आराम महसूस करता है ।

2) एक अच्छा परामर्शदाता समानुभूति दिखाता है अर्थात् वह समझ जाता है कि ग्राहक कैसा अनुभव कर रहा है । वह अपने ग्राहक को आसानी से अपनी बात समझा लेता है ।

3) एक अच्छा परामर्शदाता सहजानुभूति की योग्यता रखता है । वह उस मंतव्य को पढ़ सकता है कि उसका ग्राहक क्या कहना चाहता है तथा उसने क्या कहा है । वह इन दोनों के बीच की अनकही बातों को भी समझ लेता है ।

4) एक अच्छा परामर्शदाता अपने ग्राहक के प्रति आत्मीयता प्रदर्शित करता है और वह उसे उत्साहित एवं आशान्वित बना देता है ।

5) अच्छा परामर्शदाता अपने ग्राहक को एक अच्छे मानव और योग्य व्यक्ति के रूप में देखता है, चाहे उसकी समस्या कैसी भी क्यों न हो । वह अपने ग्राहक का न तो तिरस्कार करता है और न ही उससे विद्वेष करता है । वह अपने ग्राहक को स्वीकृति का आभास कराता है ।

6) एक अच्छा परामर्शदाता भलीभांति समझता है कि ग्राहक को अपनी बात सुनाने के बजाए उसकी बात सुनना अधिक हितकर होता है ।

7) एक अच्छा परामर्शदाता अपने ग्राहक का विश्वास प्राप्त कर लेता है और ग्राहक अपने परामर्शदाता पर विश्वास करते हुए अपने जीवन की गुप्त बातें भी उसे बता देता है । अच्छे परामर्शदाता को उसकी गुप्त बातों को गुप्त रखना चाहिए एवं उसके कथनों का आदर करना चाहिए । इसके साथ ही परामर्शदाता और ग्राहक के बीच हुए वार्तालाप को बिना ग्राहक की स्वीकृति के किसी भी अन्य व्यक्ति को नहीं बताना चाहिए ।

8) एक अच्छा परामर्शदाता कभी भी ग्राहक की आलोचना नहीं करता और न ही अपने निर्णय उस पर थोपता है (कुछ लोग परामर्श लेने के लिए आने वाले व्यक्ति की पहले ही आलोचना कर देते हैं) । आलोचना या वाद-विवाद रहित वातावरण में ग्राहक अपनी सभी गुप्त बातों को बता देता है और उसे नकारात्मक प्रतिक्रिया की संभावना नहीं रहती है ।

9) अच्छा परामर्शदाता जब तक ग्राहक को पूरी तरह से समझ नहीं लेता है और उसका मार्गदर्शन नहीं कर लेता है, तब तक वह किसी प्रकार का परामर्श नहीं देता है । ऐसा

करने के लिए वह अपने ग्राहक से विषय पर व्यापक चर्चा करता है और ऐसे सुझावों की ओर अग्रसर होता है, जिनका प्रस्ताव कभी-कभी स्वयं ग्राहक भी कर देता है । इसमें कार्यनीति, कौशल और समय महत्वपूर्ण होते हैं । याद रखें कि बहुत से व्यक्ति (जो ग्राहक की समस्याओं को समझने का प्रयास नहीं करते) परामर्श लेने के लिए आए व्यक्ति को परामर्श लेने से पहले ही अनेक सुझाव देने लगते हैं ।

10) यदि ग्राहक पहले से ही अच्छे विचार, विश्वास या मूल्य-व्यवस्था को समझता है, तो परामर्शदाता अपने विचारों, विश्वास और मूल्यों को उस पर नहीं थोपता है ।

11) अच्छे परामर्शदाताओं को उपभोक्ता की भावनात्मक स्थिति के प्रति गंभीर होना चाहिए। उदाहरण के लिए, वह संवेदनशील क्षेत्रों को तब तक नहीं छूता है, जब तक ग्राहक अपनी सूचना को देने के लिए तैयार न हो अथवा वह ग्राहक को तब तक परामर्श नहीं देता है जब तक वह इसे लेना न चाहे अथवा वह ग्राहक को व्यवहार की विस्तृत व्याख्या तब तक नहीं बताएगा जब तक वह इसके लिए सहमत न हो । कहने का अर्थ यह है कि जब तक ग्राहक स्वयं कुछ लेने के लिए तैयार न हो, तब तक एक अच्छा परामर्शदाता उसे जबरन परामर्श या सलाह नहीं देता है ।

12) अच्छा परामर्शदाता हृदयरतिक नहीं होता । वह किसी ऐसी सूचना को नहीं मांगता जिससे ग्राहक को परेशानी हो और जिस सूचना का परामर्श की प्रक्रिया में कोई महत्व न हो ।

13) अच्छा परामर्शदाता धैर्यवान होता है । वह कभी भी यह उम्मीद नहीं करता कि ग्राहक एकदम से ही सभी सूचनाओं को बता देगा । उससे यह भी आशा नहीं की जाती कि वह ग्राहक को परामर्श के लाभ नाटकीय तरीके से बताए। वह जानता और स्वीकार करता है कि सुधार के बावजूद ग्राहक अपने अनुभवों से विलग हो जाता है ।

14) एक अच्छा परामर्शदाता आशावादी होता है तथा वह अपने ग्राहक को भी आशावादी बना देता है ।

15) एक अच्छा परामर्शदाता विनोदशील होता है । इससे वह ग्राहक के मिजाज को सरल और विनोदपूर्ण बना देता है तथा वह परामर्श सत्र के लिए सकारात्मक एवं आशावादी महसूस करने लगता है ।

16) एक अच्छा परामर्शदाता परामर्श सत्र में केवल रोगी पर ध्यान केंद्रित करता है और व्यक्तिगत जीवन का प्रभाव परामर्श पर नहीं पड़ने देता है । यदि परामर्शदाता के जीवन में उत्तेजना, असहनशीलता, दुख या किसी अन्य प्रकार की भावनाओं का प्राचुर्य हो, तो उनका प्रभाव ग्राहक पर नहीं पड़ना चाहिए । यद्यपि यह एक विवादास्पद विषय है, फिर भी अधिकांश लोगों का मत है कि परामर्शदाता को चाहिए कि वह अपने बारे में कुछ न बताए। अधिकतर ग्राहकों का विश्वास है कि उनका परामर्शदाता अमोघ अथवा भ्रम से दूर है, जो उन समस्याओं के बारे में नहीं जानना चाहता है, जिनका परामर्शदाता सामना कर चुका है अथवा उन्हें देख चुका है ।

1.8 अच्छे परामर्शदाता का संप्रेषण कौशल

परामर्श एक अंतर वैयक्तिक प्रक्रिया है, इसलिए प्रभावशाली परामर्श के लिए अच्छा संप्रेषण कौशल होना बहुत ही आवश्यक है । आइए, अब एक अच्छे परामर्शदाता की कुछ विशेषताओं की समीक्षा करते हैं ।

1) अच्छे परामर्शदाता को अपनी भाषा तथा ग्राहक पर पड़ने वाले उसके प्रभाव के बारे में सचेत रहना चाहिए अर्थात् उसे नपे-तुले शब्दों में बोलना चाहिए । उसकी नजर ग्राहक

पर होनी चाहिए तथा उसे ग्राहक की बातों में रुचि होनी चाहिए और परामर्श के समय बार-बार अपनी सहमति प्रकट करते रहना चाहिए । परामर्श के दौरान किसी प्रकार की शिथिलता या जमाही जैसे चिह्नों को सामने नहीं लाना चाहिए ।

2) एक अच्छे परामर्शदाता को सुनना अधिक और बोलना कम चाहिए । जब वह ग्राहक की बात सुन रहा हो, उसे चाहिए कि वह ऐसे संकेत देता रहे, जिससे लगे कि वह ग्राहक की बातों को ध्यान से सुन रहा है और बीच-बीच में संक्षेप में उसकी कही हुई बातें को दोहराते भी रहना चाहिए । जब तक अत्यंत आवश्यक न हो तब तक ग्राहक की बातों में बाधा नहीं डालनी चाहिए।

3) एक अच्छे परामर्शदाता को भद्र, शिष्ट तथा व्यवहारकुशल होना चाहिए । उसे ग्राहक की संवेदनशीलता की जानकारी होनी चाहिए । ग्राहक द्वारा की गई गलतियों के लिए उसे दोषी नहीं ठहराना चाहिए । वह उपयुक्त समय पर ग्राहक को अपने मन की बात भी बता सकता है ।

4) एक अच्छे परामर्शदाता को अपने सम्प्रेषण में स्पष्ट होना चाहिए तथा कहीं भी भ्रामक या द्विअर्थी भाषा का प्रयोग नहीं करना चाहिए । एक समय में एक ही समस्या या बिंदु पर चर्चा की जानी चाहिए । परामर्शदाता की भाषा विषयपरक, तर्कसंगत और अर्थपूर्ण होनी चाहिए ।

5) एक अच्छा परामर्शदाता अपने ग्राहक को प्रोत्साहित करता है और सकारात्मक विचार प्रस्तुत करता है । वह ग्राहक के सामने ऐसे विचार व्यक्त करता है, जिससे उसके कथनों का समर्थन होता हो । उसे आवश्यकतानुसार अपने ग्राहक की भी प्रशंसा करनी चाहिए ।

कुछ ऐसे कथन जिनका परामर्शदाता बार-बार प्रयोग कर सकता है, इस प्रकार हैं -

पूछताछ के समय	:	इसके बारे में बताइए/कुछ और बताइए .....
वार्तालाप को संक्षिप्त करना	:	इसलिए, वास्तव में क्या है, आप कहना चाहते हैं या आपके कहने का अर्थ है कि .....
समझने के लिए	:	आप यह कहना चाहते हैं कि.....
चुप रहने की स्थिति में		थोड़ा समय और ले लीजिए, इतनी जल्दी नहीं है, इसके बारे में आप क्या रहे हैं .....

1.9 अच्छे ग्राहक या उपभोक्ता की विशेषताएं

परामर्श आयु, लिंग, संस्कृति, वंश तथा अन्य विशेषताओं पर विचार किए बिना प्रत्येक व्यक्ति के लिए लाभदायक हो सकता है । बौद्धिकता या संज्ञान भी पूर्वाग्रह का मुद्दा नहीं है, बशर्ते ग्राहक को यह समझने के लिए पूरी तरह से समझदार होना चाहिए कि परामर्श की अवधि में क्या हो रहा है । अधिकतर मामलों में ग्राहक अपनी इच्छा से अथवा किसी अन्य व्यक्ति के कहने से परामर्शदाता से परामर्श लेने जाता है । तथापि प्रायः शराब और मादक द्रव्यों के व्यसनियों के मामलों में ग्राहक को परामर्श लेने के लिए उत्साहित किया जाता है अथवा उन्हें जबरन परामर्श लेने के लिए भेजा जाता है।

ग्राहकों की कुछ विशेषताएं होती हैं, जिनके कारण परामर्श से ग्राहकों को और अधिक लाभ हो सकता है । ये विशेषताएं 'अच्छे ग्राहक' के बारे में बताती हैं, जिनका हम इस भाग में वर्णन कर रहे हैं ।

1) एक अच्छा ग्राहक चिकित्सा के लिए स्व-प्रेरित होता है । किसी मित्र या परिवार के सदस्य द्वारा उसे उसकी इच्छा के विपरीत परामर्श के लिए नहीं लाया जाता है ।

2) एक अच्छा ग्राहक लचीले स्वभाव का होता है । इसलिए यदि वह किसी बिंदु अथवा मसले पर गलती पर है, तो वह उसे स्वीकार कर लेता है । वह किसी अन्य विकल्प को स्वीकार कर लेता है, जो उसके सामंजस्य में लाभकारी होता है।

3) एक अच्छा ग्राहक मिलनसार होता है तथा वह परामर्शदाता द्वारा सुझाए गए अभ्यासों में पूरी तरह से भाग लेता है तथा उनका पालन करता है ।

4) एक अच्छे ग्राहक में मनोवैज्ञानिक गुण होते हैं । वह यह स्वीकार कर लेता है कि अनजाने सदमे या धक्के के प्रभाव से उसका व्यवहार प्रभावित हो जाता है। वह परामर्शदाता की सहायता से अपने मन-मस्तिष्क और व्यवहार का आत्म-विश्लेषण और समीक्षा करने में सक्षम होता है ।

ग्राहक की विशिष्टताएं जो अनुकूल प्रतिफल प्राप्त करने में सहायक होती हैं

पिछले भाग में चर्चित अच्छे ग्राहक की विशेषताओं के अतिरिक्त, ग्राहक की कुछ अन्य विशेषताएं ऐसे सुझाव देती हैं, जिनसे ग्राहक चिकित्सा के प्रति सकारात्मक प्रतिक्रिया व्यक्त करता है । ये विशेषताएं इस प्रकार हैं -

- पहले की समस्या का कम होना,
- सामाजिक और जीवन के अन्य क्षेत्रों में पहले से अच्छा सामंजस्य या समन्वय,
- स्वस्थ पारिवारिक जीवन,
- स्वस्थ सामाजिक जीवन,
- अच्छा चिकित्सा स्वास्थ्य,
- आराम और मनोरंजन करने तथा उसका उपभोग करने की क्षमता,
- भावनात्मक प्रौढ़ता, और
- अच्छे निर्णय लेना !

बोध प्रश्न 3

1) एक अच्छे परामर्शदाता की तीन सामान्य विशेषताएं बताइए ।

.....

.....

.....

.....

2) चिकित्सा के दौरान अच्छे परामर्शदाता की कोई तीन विशेषताएं बताइए ।

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3) संप्रेषण कौशल से संबंधित अच्छे परामर्शदाता की किसी एक विशेषता का वर्णन कीजिए ।

.....

.....

.....

.....

1.10 सारांश

इस इकाई में हमने परामर्श की बुनियादी संकल्पना की चर्चा की है । परामर्श एक सरल, व्यापक, अधिक लचीला और अनौपचारिक तरीका है, जिससे लोगों की सहायता की जाती है । इस संबंध में यह कहा जा सकता है कि यह मनोवैज्ञानिक चिकित्सा से भिन्न है । परामर्श और मनोचिकित्सा के बीच के अंतर को स्पष्ट किया गया है ।

जो लोग केवल परामर्श लेने की आवश्यकता महसूस करते हैं, यदि वे मार्गदर्शन चाहते हैं, यदि उनके मन, मस्तिष्क या व्यवहार में अनियमितता है, उन लोगों के लिए परामर्श महत्वपूर्ण है । परामर्शदाता के लिए कुछ मापदण्ड बताए गए हैं, जिनकी सहायता से वह किसी व्यक्ति को परामर्श के लिए मार्गदर्शित कर सकता है । सामान्य रोग-विकारों में परामर्श के लाभों को सूचीबद्ध किया गया है तथा ऐसे रोग-विकारों का भी उल्लेख किया गया है, जिनमें परामर्श देना प्राथमिक चिकित्सा नहीं होती है।

प्रत्येक व्यक्ति एक अच्छा परामर्शदाता नहीं हो सकता । सामान्य विशेषताओं, चिकित्सा के समय की विशेषताओं तथा संप्रेषण कौशल शीर्षकों के अंतर्गत एक अच्छे परामर्शदाता की विशेषताओं का वर्णन किया गया है । परामर्शदाता से प्रत्येक व्यक्ति समान लाभ नहीं उठा सकता । इस इकाई के अंत में हमने एक अच्छे ग्राहक की विशेषताओं का वर्णन किया है । हम आशा करते हैं कि विद्यार्थी इसके अध्ययन से विशेष लाभान्वित होंगे ।

1.11 शब्दावली

परामर्श - एक ऐसी अंतर वैयक्तिक प्रक्रिया, जिसके माध्यम से मनोवैज्ञानिक समस्याओं वाले व्यक्ति को मार्गदर्शन और परामर्श दिया जाता है । ये समस्याएं प्रकृति से वैयक्तिक और अंतर-वैयक्तिक हो सकती हैं ।

परामर्शदाता - चिकित्सा के दौरान ग्राहक या रोगी को सहयोग और मार्गदर्शन उपलब्ध कराने वाला व्यक्ति ।

ग्राहक या रोगी - चिकित्सा के दौरान जो व्यक्ति मार्गदर्शन और सहायता प्राप्त करता है, उसे ग्राहक अथवा उपभोक्ता अथवा रोगी कहते हैं ।

मनोचिकित्सा - मौजूदा मनोवैज्ञानिक सिद्धांत के अंतर्गत मनोवैज्ञानिक उपायों से मनोरोग संबंधी विकारों का इलाज करना ।

1.12 कुछ उपयोगी पुस्तकें

1) मेकलियाड जे, इंटरोडक्शन टु काउंसलिंग, पोर्टलैंडः ओपन यूनिवर्सिटी प्रेस, 1998

2) ट्रोवर पी. कॉगनिटिव - बिहेविरल काउंसलिंग इन एक्शन, लंदनः ओपन यूनिवर्सिटी प्रेस. 1999

3) सिडेन जे. काउंसलिंग स्किल्स इन सोशल वर्क प्रैक्टिस, पोर्टलैंडः ओपन यूनिवर्सिटी प्रेस, 1999

4) जेलडार्ड के. जेलडार्ड डी. काउंसलिंग एडालसेंट्स, लंदनः सेज पब्लिकेशन, 1999

5) टुडर के, ग्रुप काउंसलिंग, लंदन सेज पब्लिकेशन ।

1.13 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) परामर्श की परिभाषा दीजिए ।

परामर्श एक अंतर वैयक्तिक प्रक्रिया होती है, जिसमें मनोवैज्ञानिक समस्या वाले व्यक्ति को मार्गदर्शन तथा सहयोग प्रदान किया जाता है । ये समस्याएं प्रकृति में वैयक्तिक व अंतर वैयक्तिक हो सकती हैं ।

2) परामर्श में क्या किया जाता है?

परामर्श में विभिन्न उपागमों के विभिन्न माध्यमों से वैयक्तिक और अंतर वैयक्तिक समस्याओं का समाधान किया जाता है । इस प्रक्रिया में मूल्यों को बनाए रखने का लक्ष्य रखा जाता है, जिसमें समाज और विशेषकर ग्राहक के मूल्यों को महत्व दिया जाता है ।

3) परामर्श के विशिष्ट लक्ष्य क्या हैं?

परामर्श के विशिष्ट लक्ष्य हैं -

i) ग्राहक के भावनात्मक तनाव व दवाब को कम करना,

ii) ग्राहक के रोग विकारात्मक व्यवहार को कम करना

iii) ग्राहक को अपने परिवेश के प्रति अनुकूलन बनाना तथा उसकी क्षमता को बढ़ाना

iv) महत्वपूर्ण व्यक्तिगत निर्णयों में ग्राहक की सहायता करना

4) मनश्चिकित्सा और परामर्श के बीच अंतरों की सूची बनाइए ।

i) मनोचिकित्सा, विशेष रूप से मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों पर आधारित होती है, जबकि परामर्श का कार्य चयनात्मक होता है ।

ii) मनोवैज्ञानिक चिकित्सा के लिए विस्तृत प्रशिक्षण की आवश्यकता होती है, जबकि परामर्श सामान्य ज्ञान का एक दृष्टिकोण होता है ।

iii) मनोचिकित्सा अपेक्षाकृत औपचारिक और संगठित होती है जबकि परामर्श कम औपचारिक और अधिक लचीला होता है ।

बोध **प्रश्न 2**

1) परामर्श की आवश्यकता कब होती है?

परामर्श तब दिया जाता है, जबः

- तनाव की अनुपस्थिति में लक्षण दिखाई देते हैं,
- अवधि और गंभीर दबाव की तुलना में लक्षण के अनुपात में वृद्धि होती है और
- जैविक, मनोवैज्ञानिक, वैयक्तिक, सामाजिक, व्यावसायिक तथा अन्य कार्यों में बाधा उपस्थित होती है ।

2) वे कौन से सामान्य रोग विकार हैं, जिनमें परामर्श से लाभ मिल सकता है?

चिन्ता तथा तनावजन्य मनोविकार, सामंजस्य रोग विकार, आचरणजन्य विकार, शराब की लत और मादक द्रव्यों के व्यसन आदि ।

3) उन रोग विकारों के नाम बताइए, जिनमें परामर्श एक प्राथमिक चिकित्सा नहींहोती?

आंगिक मस्तिष्क रोग-विकार जैसे - मनोभ्रंश या पागलपन, मानसिक रोग विकार, जैसे - खंडित मनस्कता और अन्य जैविक रोग विकार, जैसे - अंतर्जात तनाव इत्यादि ।

बोध प्रश्न 3

1) एक अच्छे परामर्शदाता की तीन सामान्य विशेषताएं बताइए ।

चिकित्सा अवधि में परामर्शदाता को ग्राहक के व्यक्तिगत और सामाजिक मूल्यों का आदर करना चाहिए । इसलिए एक अच्छे परामर्शदाता में स्वस्थ मूल्य निहित होने चाहिएं ।

एक अच्छे परामर्शदाता में मनोवैज्ञानिक सोच का होना अनिवार्य है । उसे मानव मस्तिष्क की क्रियाओं तथा उसकी जटिलताओं की समझ होनी चाहिए ।

एक अच्छे परामर्शदाता के लिए अच्छा सम्प्रेषण कौशल होना अनिवार्य है । उसे यह जानना आवश्यक है कि क्या कहना है, कब कहना है, किस प्रकार कहना है इत्यादि ।

2) चिकित्सा के दौरान अच्छे परामर्शदाता की कोई तीन विशेषताएं बताइए ।

अच्छा परामर्शदाता परानुभूति को समझता है कि ग्राहक के क्या अनुभव हैं । वह ग्राहक की भावनाओं को समझने की क्षमता रखता है ।

एक अच्छे परामर्शदाता को सहजानुभूति का ज्ञान होना आवश्यक है । उसे ग्राहक द्वारा कहे गए शब्दों का अर्थ अर्थात् वह क्या कहना चाहता है और क्या कहना चाह रहा था तथा क्या कहना शेष रह गया है, इसकी सीमा रेखा का ज्ञान होना चाहिए ।

एक अच्छे परामर्शदाता में अपने ग्राहक के प्रति आत्मीयता होनी चाहिए और उसे अपने ग्राहक को इस आत्मीयता को स्वीकार करने के लिए उत्साही बनाना चाहिए ।

3) संप्रेषण कौशल के संबंध में एक अच्छे परामर्शदाता की किसी एक विशेषता का वर्णन कीजिए ।

एक अच्छा परामर्शदाता बोलता कम है और सुनता अधिक है । ग्राहक की बात सुनते समय उसे सहज प्रतिक्रिया का आभास कराता है । उसके द्वारा कहे गए शब्दों को संक्षेप में फिर से दोहराता है । इसके साथ ही चर्चा में किसी प्रकार की बाधा नहीं डालता है जब तक कि उसकी अत्यंत आवश्यकता न हो ।

इकाई 2 परामर्श में शामिल प्रक्रियाएं

इकाई की रूपरेखा

2.0 उद्देश्य
2.1 प्रस्तावना
2.2 प्रारंभिक साक्षात्कार
2.3 मूल्यांकन
2.4 मध्य अवस्था
2.5 परामर्श का समापन
2.6 सारांश
2.7 शब्दावली
2.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें
2.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

2.0 उद्देश्य

परामर्शदाता जब परामर्श देना आरंभ करता है अथवा वह जब इस क्षेत्र में नया होता है, व प्रायः यह नहीं जानता कि परामर्श देना किस प्रकार आरंभ किया जाए अथवा ग्राहक को कुछ सत्रों तक परामर्श देने के बाद आगे क्या किया जाए । आमतौर पर, प्रशिक्षणाधीन परामर्शदाता चिकित्सा के समय दिशाभ्रमित हो जाता है या परामर्श की दिशा को भूल जा है । यह भी देखा गया है कि परामर्शदाता यह नहीं जानता कि परामर्श समाप्ति के समय कैसे पता लगाया जाए कि परामर्श की प्रक्रिया समाप्त होने वाली है ।

इसलिए इस इकाई में परामर्श की शुरू से अंत तक की प्रक्रिया का व्यापक वर्णन किया गया है । इसमें आरंभिक और अंतिम परामर्श की संपूर्ण प्रक्रिया का विस्तृत वर्णन किया गया है, क्योंकि परामर्श की मध्य स्थिति की तकनीकों का विस्तार से वर्णन इस खंड की अगली इकाई में किया गया है । इस इकाई का अध्ययन करने के बाद आप :

- परामर्श में शामिल प्रक्रिया को समझ सकेंगे,
- परामर्शदाता चिकित्सा की अवधि और विषय को संचरित करने के बारे में किस प्रकार जानकारी प्राप्त कर सकता है, और
- एक परामर्शदाता इलाज की प्रक्रिया के दौरान अपनी स्थिति तथा चिकित्सा की प्रगति का पता किस प्रकार कर सकता है ।

2.1 प्रस्तावना

चूंकि एच आई वी से संक्रमित लोगों की संख्या दिन प्रतिदिन बढ़ती जा रही है, इसलिए परामर्श की आवश्यकता उससे भी तेज गति से बढ़ रही है । परामर्श से एच आई वी संक्रमित व्यक्ति को सम्मान से जीने में सहायता मिलती है और इसके साथ ही संक्रमण को फैलने से भी रोका जा सकता है । वास्तव में जो स्त्री/पुरुष ऐसे जोखिम वाले कार्यों व्यवहार में शामिल रहे हैं, जिनसे एच आई वी संक्रमण की संभावना हो सकती है, उन परामर्श की आवश्यकता होती है । इसी तरह से जो लोग पहले से ही एच आई वी से संक्रमित हो चुके हैं, उन्हें भी परामर्श सेवाओं की आवश्यकता होती है ताकि वे अपने भविष्य के संबंध में कार्य योजनाएं बना सकें और उत्पादक जीवन बिता सकें । इससे पा की इकाई में हम परामर्श की संकल्पना, परामर्श की विशेषताओं एवं उपभोक्ता या ग्राहक

की विशेषताओं को भी विस्तार से स्पष्ट कर चुके हैं, जिनसे अत्यंत लाभदायक परिणाम सामने आ सकते हैं । आइए, इस इकाई में अब हम परामर्श में शामिल प्रक्रिया पर ध्यान केंद्रित करते हैं, जो परामर्श के दौरान विभिन्न स्थितियों से निपटते समय सामने आती हैं।

परामर्श की प्रक्रिया में निम्नलिखित शामिल होते हैं -

- प्रारंभिक साक्षात्कार
- मूल्यांकन की अवस्था
- मध्य अवस्था
- अंतिम अवस्था ।

2.2 प्रारंभिक साक्षात्कार

प्रारंभिक साक्षात्कार ग्राहक अर्थात् परामर्श के इच्छुक व्यक्ति से पहली बार मुलाकात के बारे में बताता है । इसमें ग्रहण की प्रक्रिया पूरी की जाती है, तथा ग्राहक को परामर्श की औपचारिकता के लिए चुन लिया जाता है ।

प्रारंभिक साक्षात्कार का महत्वः प्रारंभिक साक्षात्कार अनेक कारणों से महत्वपूर्ण होता हैः

1) इससे परामर्शदाता को ग्राहक को अच्छी तरह से समझने में सहायता मिलती है तथा मध्यस्थता करने के लिए समुचित योजना बनाने का अवसर प्राप्त होता है । इन योजनाओं में ग्राहक को परामर्श के लिए शामिल करना अथवा उपभोक्ता को अन्य समुचित चिकित्सा सेवाएं लेने की सलाह देना सम्मिलित होता है ।

2) इससे ग्राहक को परामर्शदाता को अच्छी तरह से समझने में सहायता मिलती है और आश्वासन प्राप्त करने एवं जहाँ आवश्यक हो, कठिनाई में सहायता लेने में आसानी रहती है ।

3) इससे परामर्शदाता को परामर्श की प्रकृति तथा लक्ष्य को स्पष्ट करने का अवसर मिलता है और परामर्श के लिए व्यावहारिक व्यवस्था करने में सहायता मिलती है ।

संक्षेप में कहा जा सकता है कि साक्षात्कार ग्राहक और परामर्शदाता दोनों को एक-दूसरे को समझने और स्वीकार करने में सहायक होता है ।

प्रारंभिक साक्षात्कार निम्नलिखित आधार पर पूरा किया जाता हैः

1) सुस्पष्ट और सरल शब्दों में समस्या का वर्णन करना ।
2) समस्या का इसके कारणों और प्रभावों के साथ व्यवस्थित रूप से मूल्यांकन करना ।
3) परिसंचारी की पहचान करना ।
4) ग्राहक के लिए आधार तैयार करना ।
5) परामर्श के लिए ग्राहक की सहमति और जिज्ञासा का मूल्यांकन करना ।
6) आशा और उम्मीदों का स्पष्टीकरण ।
7) लक्ष्य निर्धारित करना ।
8) सम्पर्क स्थापित करना ।
9) परामर्श के लिए व्यावहारिक व्यवस्था का निर्माण करना ।

आइए, अब हम प्रत्येक कदम की समीक्षा करते हैं, जो वास्तव में हमें परामर्श में संलग्न प्रक्रिया को समझने में सक्षम बनाएगी ।

सुस्पष्ट और सरल शब्दों में समस्या का वर्णन करना

जो ग्राहक चिकित्सा के लिए आते हैं, वे यदा-कदा ही स्पष्ट और संक्षेप में अपना संप्रेषण करते हैं । प्रायः उनके विचारों में अव्यवस्था रहती है और उनमें भावनात्मक विचारों की अधिकता रहती है । ग्राहक यह नहीं कहता है कि ''मैं चिंतित हूँ'' या ''मैं व्यथित हूँ''। इसके स्थान पर वे लगातार कहते हैं कि क्या हुआ है, और कब और कहाँ हुआ । ये विवरण आवश्यक हैं, किंतु परामर्शदाता के लिए यह अत्यंत महत्वपूर्ण है कि वह समझ सके कि वास्तव में ग्राहक के साथ क्या समस्या है । इसे समझने के बाद ग्राहक द्वारा दिए गए विवरण के आधार पर परामर्श के लिए एक रूपरेखा तैयार की जा सकती है । इसलिए, परामर्शदाता को चाहिए कि वह नम्रता किंतु दृढ़ता से ग्राहक को संक्षेप में समस्या को प्रस्तुत करने के लिए उत्साहित करे, जिससे परामर्शदाता को समस्या के बारे में सरसरी तौर पर जानकारी प्राप्त हो सके ।

परामर्शदाता को निम्नलिखित के अनुरूप चर्चा करनी चाहिए

''यदि किसी दुर्घटना में आपकी एक टांग चोटग्रस्त हो गई हो, तो आप चिकित्सक को यह नहीं बताएंगे कि दुर्घटना कहाँ हुई, किस स्थान पर हुई, क्यों हुई, कब हुई और कैसे हुई । आप चिकित्सक को सिर्फ यह बताएंगे कि आपकी टांग दर्द कर रही है तथा आप उस स्थान को बताएंगे जहाँ पर आपकी टांग में दर्द हो रहा है ।''

अब आप इसी तरह से संक्षेप में बताइए कि आपकी क्या समस्या है, यह घटना कैसे हुई, इसका विस्तृत विवरण बाद में दे सकते हैं । परामर्शदाता निम्नलिखित कथनों पर विचार करता है कि :

''मैं प्रायः चिंतित और व्यथित रहता हूं । मैं आराम नहीं कर सकता । मैं इतनी चिन्ता करता हूं कि सो भी नहीं पाता हूं । मेरा वजन कम हो रहा है।''

''मैं बहुत दुखी हूं । मैं बहुत चिल्लाया या रोया । मैं गुजरे हुए समय के विषय में बहुत सोचता रहता हूं । मैं रात में बहुत कम सो पाता हूं । मुझे भूख नहीं लगती है । मेरा किसी भी कार्य में मन नहीं लगता है ।''

''मैं हमेशा चिन्ताग्रस्त रहती हूँ, क्योंकि मेरा पति शराबी है । मैं जानना चाहती हूं कि उसकी शराब किस प्रकार से छुड़ाई जा सकती है । मैं जानना चाहती हूं कि इस समस्या से किस प्रकार से निपट सकती हूँ अथवा इससे छुटकारा पा सकती हूं ।''

''चिकित्सक ने मुझे बताया कि मैं गंभीर रोग से पीड़ित हूं । मैं बहुत परेशान हूं । मैं नहीं जानता/जानती कि मैं अपने जीवन का क्या करूं ।''

''मैं अपने माता-पिता के साथ नहीं रह सकता हूं । वे मुझे नहीं समझ पा रहे हैं और मैं उनको नहीं समझ पा रहा हूं ।''

समस्या, इसके कारणों और प्रभावों का व्यवस्थित रूप से मूल्यांकन करना

एक बार जब परामर्शदाता यह स्पष्ट रूप से समझ जाता है कि वास्तव में समस्या क्या है, तो इसके बाद उसे इसकी पृष्ठभूमि के विषय में जानकारी की आवश्यकता होती है । इसे जानने के लिए वह निम्न प्रकार के प्रश्न पूछ सकता है:

यह घटना कब घटी थी?
यह घटना क्यों घटी थी?
यह घटना किस प्रकार से घटी थी?
इसके क्या कारण थे?
इसके क्या परिणाम हुए?

इस समस्या ने आपके भावनात्मक जीवन में क्या प्रभाव डाला?
इस समस्या ने आपके व्यक्तिगत जीवन में क्या प्रभाव डाला?
इस समस्या ने आपके सामाजिक जीवन में किस प्रकार का प्रभाव डाला?
इस समस्या ने आपके व्यावसायिक जीवन पर किस प्रकार का प्रभाव डाला?
वे अन्य कितने प्रकार हैं, जिनके कारण आपके कार्यों में बाधा आई और वे प्रभावित हुए?
यह अभी कितने लम्बे समय तक और चलेगा ?
वे कौन लोग हैं, जो इसमें शामिल हैं?
इस कठिनाई से निपटने के लिए आपने क्या उपाय किए?
आपको क्या करना अच्छा लगता है?
आपको क्या बुरा लगता है? इत्यादि ।

इस प्रकार किया गया मूल्यांकन परामर्शदाता को ग्राहक की समस्या पर काम करने के लिए एक मॉडल उपलब्ध कराता है। मॉडल को लगातार आगामी सत्रों से मिलने वाली सूचनाओं को सम्मिलित करते हुए अद्यतन बनाए रखने की आवश्यकता होती है ।

ग्राहक की समस्या की स्थिति की व्यापकता/जटिलता तथा उसके दुष्क्रियापूर्ण व्यवहार को जान लेना अत्यंत आवश्यक होता है तथा यह पता लगाना भी महत्वपूर्ण होता है कि क्या उसे परामर्श दिया जा सकता है अथवा उसे अभी प्राथमिक मनोरोग-विकार संबंधी चिकित्सा की आवश्यकता है। इस संदर्भ में, यह बेहतर रहेगा कि जब तक उसके मनोरोग चिकित्सा का मूल्यांकन नहीं हो जाता, तब तक उसे परामर्श नहीं दिया जाना चाहिए । ऐसी स्थिति में परामर्श प्रक्रिया को रोक देना अच्छा रहता है, क्योंकि भयंकर दुष्क्रिया की स्थिति में प्राथमिक डॉक्टरी चिकित्सा परम आवश्यक होती है।

परिसंचारी की पहचान करना

कभी-कभी समस्याएं निर्वात रूप से बढ़ती रहती हैं । ये कुछेक परिस्थितियों में पैदा होती हैं और उसके बाद ये दूसरी समस्याएं उत्पन्न करती हैं । इसलिए ग्राहक की समस्या का संतोषजनक समाधान तब तक नहीं हो सकता, जब तक सभी संबंधित मुद्दों की पहचान न कर ली जाए और उनका समाधान न निकाल लिया जाए ।

परिसंचारी निम्नलिखित से संबंधित हो सकते हैं -

समस्या ''क'' के परिणामस्वरूप समस्या ''ख'' का विकसित होना ।
समस्या ''ख'' के परिणामस्वरूप समस्या ''क'' और अधिक भयंकर हो जाती है ।
समस्या ''क'' के परिणामस्वरूप समस्या ''ख'' बदतर हो जाती है । इसी तरह से समस्या का विस्तार होता रहता है । इस तरह से यह सिलसिला लगातार चलता रहता है ।

उदाहरण के लिए, पत्नी के परेशान या झगड़ा करने से पति की शराब पीने की लत में वृद्धि हो सकती है और पति के अधिक शराब पीने से उसके झगड़ने की आदत भी बढ़ सकती है। अतः झगड़ा करने की स्थिति में शराब के सेवन को बढ़ावा मिलता है और शराब पीने से झगड़े को बढ़ावा मिलता है ।

परिवार की गतिशीलता परिसंचारी को बढ़ाती है । इसलिए, परिसंचारी का निर्धारण करते समय परामर्शदाता को चाहिए कि वह चिकित्सा करने के लिए परिसंचारी को मध्य नजर रखते हुए संलक्षण निर्माण तथा संलक्षणों को पुष्ट करने में योगदान देने वाले परिवार के प्रत्येक सदस्य की भूमिका का मूल्यांकन भी करे ।

ग्राहक के लिए आधार तैयार करना

व्यक्ति परामर्श क्यों लेना चाहते हैं, इसके अनेक कारणों में से एक कारण यह है कि लोग अपनी अपेक्षाओं से इतने अधिक अस्त-व्यस्त और भ्रमित हो जाते हैं कि उन्हें परामर्श लेने

की आवश्यकता महसूस होने लगती है । परामर्श से उनकी समस्या का सरल, प्राथमिक विश्लेषण उपलब्ध हो जाता है । इसलिए परामर्शदाता को चाहिए कि वह निम्न प्रकार से परामर्श दे:

"संक्षेप में कहें तो आप ..... समस्या का सामना कर रहे हैं । इन समस्याओं के कारण ..... हैं । ये समस्याएं इसलिए हमारे समक्ष आती हैं क्योंकि ..... ये समस्याएं ..... के कारण भयंकर हो जाती हैं । इन समस्याओं के समाधान के लिए आपको निम्न कार्य करने होंगे ....."

इस प्रकार के आधार ग्राहक को अपनी समस्या को विभिन्न पहलुओं से देखने का अवसर प्रदान करते हैं और साथ ही साथ उन्हें समस्या से संबंधित मुद्दों को अच्छी तरह समझने में सहायता करते हैं । परिसंचारी के संबंध में आधारिक ज्ञान बहुत महत्वपूर्ण होता है क्योंकि कई बार ग्राहक को पता ही नहीं होता कि समस्या कहाँ मौजूद है । परिसंचारी के बारे में जानने से चिकित्सीय हस्तक्षेप के लिए अनुकूल अवसर प्राप्त होते हैं ।

परामर्श के लिए उपभोक्ता की सहमति और उद्देश्य का मूल्यांकन

कभी-कभी ऐसा लगता है कि ग्राहक परामर्शदाता के पास आकर परामर्श लेने के लिए तैयार हो जाता है लेकिन हमेशा ऐसा नहीं होता । अनेक मामलों में ग्राहक परिवार के सदस्यों या मित्रों या शुभचिंतकों द्वारा परामर्श लेने के लिए मजबूर करने के बाद ही आता है । इस तरह के ग्राहक प्रायः परामर्श में हृदय से सहयोग नहीं देते हैं ।

ग्राहक कई बार विभिन्न कठिनाइयों के कारण परामर्श लेने के लिए की गई व्यावहारिक व्यवस्था का लाभ नहीं उठा पाते हैं । उदाहरण के लिए, ग्राहक का घर परामर्शदाता के स्थान से बहुत दूर हो सकता है अथवा वह अपने कार्य से समय नहीं निकाल पाता है या उसे कार्य से छुट्टी न मिल पाती हो ।

इस तरह की प्रक्रिया में सबसे बड़ी समस्या यह आती है कि ग्राहक अपने व्यक्तिगत व्यवहार या जीवन शैली में परिवर्तन में रुचि नहीं रखते हैं, जो परामर्श से लाभ उठाने के लिए अत्यंत आवश्यक होता है । कहने का अर्थ यह है कि जब तक वह अपने आप में कुछ परिवर्तन नहीं करेगा तब तक उसे परामर्श का संपूर्ण लाभ नहीं मिल सकता है । उदाहरण के लिए, एक पति यह मान लेता है कि उसकी सभी समस्याओं का मूल स्रोत उसकी पत्नी का व्यवहार है । वह यह स्वीकार नहीं करेगा की इन समस्याओं को पैदा करने में उसका भी योगदान है । इसलिए यदि वह अपने वैवाहिक जीवन को सुरक्षित रखना चाहता है तो उसे अपने व्यवहार और जीवन शैली में परिवर्तन करना चाहिए ।

अथवा एक मादक द्रव्यों का व्यसनी यह तो स्वीकार कर सकता है कि व्यसन उसके जीवन को नष्ट कर रहा है, परंतु वह अपने ऐसे मित्रों का साथ छोड़ने के लिए तैयार नहीं होगा, जो उसे इसके लिए उकसाते हैं ।

ग्राहक का यह समझ लेना महत्वपूर्ण है कि परामर्शदाता समस्या के समाधान के लिए केवल अनुकूल सुझाव ही दे सकता है, लेकिन आरंभिक प्रयास ग्राहक को ही करने पड़ते हैं। बुरी आदतों को त्यागना कठिन होता है । अपनी जीवन शैली को बदलना भी कठिन होता है । इसलिए ग्राहक को चाहिए कि वह परामर्शदाता के मार्गदर्शानुसार अपने आपको बदलने का प्रयास करे ।

विभिन्न कारणों के लिए परामर्श की प्रेरणा का मूल्यांकन करना बहुत महत्वपूर्ण होता है । यदि परामर्शदाता यह समझता है कि ग्राहक परामर्श के लिए समुचित रूप से प्रेरित नहीं है, तो उसे चाहिए कि वह उसे ठीक से समझाए और प्रेरित करे । इसके बाद ग्राहक की

सहमित से परामर्शदाता को यह निर्णय लेना चाहिए कि परामर्श को जारी रखा जाए अथवा नहीं ।

यदि ग्राहक यह दर्शाता है कि वह पूरी तरह से प्रेरित नहीं है तथा परामर्शदाता आगे और परामर्श देने का कार्य रोकने का निर्णय ले लेता है, तो इस प्रकार वह अपना और ग्राहक का काफी समय बचा लेता है । इस प्रकार वह अपनी बहुत सारी परेशानियों से भी मुक्ति पा लेता है, यदि वह चिकित्सा जारी रखता है, परंतु ग्राहक को समुचित लाभ नहीं मिलता है, तो हो सकता है वह अपने पर ही दोषारोपण करना शुरू कर दे अथवा अपनी सक्षमता पर सवाल उठाने लगे ।

यदि ग्राहक बहुत कम उत्साह दिखाता है और परामर्शदाता उसे चिकित्सा के लिए भेजता है, तो परामर्शदाता द्वारा उसे प्रेरणा देने की तुलना में चिकित्सा के लिए भेजना अधिक अच्छा रहता है और इससे लक्ष्य को आसानी से प्राप्त किया जा सकता है ।

यह भी ध्यान रखा जाना चाहिए कि प्रेरणा का मूल्यांकन एक सतत प्रक्रिया है । हो सकता है आरंभ में ग्राहक परामर्श के लिए अधिक उत्साह प्रदर्शित करे, किंतु बाद में जब उसे पता चलता है कि उपचार के लिए व्यवहार में परिवर्तन लाना जरूरी है तो वह अपने उत्साह को कम कर देता है ।

आशा और उम्मीदों का स्पष्टीकरण

परामर्शदाता को यह पता लगाना चाहिए कि ग्राहक परामर्श से क्या उम्मीद या आशा करता है । कुछ ग्राहकों का विश्वास होता है कि एक बार परामर्शदाता को अपनी समस्या बताने के बाद परामर्शदाता का उत्तरदायित्व है (उसका नहीं) कि वह समस्या का समाधान करे । कुछ ग्राहक यह भी विश्वास करते हैं कि उनकी वर्षों पुरानी समस्या का समाधान परामर्शदाता अपने चमत्कार से कर देगा ।

परामर्शदाता को ग्राहक की असंगत या तथ्यहीन आशाओं के प्रति सचेत रहना चाहिए, जैसे कि नाटकीय ढंग से इलाज, संपूर्ण निदान, एक-तरफा समझौता आदि ।

जहाँ तक व्यावहारिक परिप्रेक्ष्य का प्रश्न है, परामर्शदाता को देखना चाहिए कि परामर्श के दौरान ग्राहक का विश्वास किस प्रकार से उभर कर सामने आता है । कुछ ग्राइकों का विश्वास होता है कि परामर्शदाता उन्हें सोफे पर लिटा देगा और उनका मनोविश्लेषण करेगा। दूसरे ग्राहकों का सोचना है कि शायद परामर्शदाता उनके बचपन के संबंध में कुछ प्रश्न पूछेगा । इसलिए संदेह, अविश्वास, गलत अवधारणा तथा मिथकों को कभी भी स्वीकार नहीं करना चाहिए तथा उनके संबंध में तर्कपूर्ण स्पष्टीकरण देने चाहिए ।

लक्ष्य निर्धारित करना

भावनात्मक दवाबों को कम करना, दुष्क्रियात्मक व्यवहार को रोकना, अनुकूलनशीलता को उन्नत करना, आशावादी सोच को बनाना और निर्णय लेने की क्षमता के निर्माण में सहयोग देना परामर्श के सामान्य लक्षण हैं । ग्राहक की समस्याओं और उसकी आशाओं को समझने के पश्चात् चिकित्सा के लिए विशिष्ट लक्ष्यों का निर्धारण करना पड़ता है । परामर्शदाता को चाहिए कि विशिष्ट लक्ष्य निर्धारित करते समय वह ग्राहक का मार्गदर्शन करे क्योंकि हो सकता है कि ग्राहक को पता न हो कि परामर्श से क्या मिल सकता है अथवा क्या प्राप्त हो सकता है ।

इस प्रकार के लक्ष्यों को स्पष्ट रूप से ग्राहक को बता देना चाहिए कि ये लक्ष्य भावनात्मक और व्यावहारिक परिवर्तन से जुड़े हैं और ये परिवर्तन ग्राहक और समाज दोनों को स्वीकार्य हैं । इस प्रकार परामर्श में नैतिकता का तत्व भी समाहित होता है ।

सभी लक्ष्यों को उप-घटकों में विभाजित करके उनका विस्तृत विवरण प्रस्तुत करना महत्वपूर्ण होता है । पहचान के कारण इनका समाधान आसानी से किया जा सकता है ।

उदाहरण के लिए, दाम्पत्य संबंधी परामर्श देते समय निम्नलिखित लक्ष्यों को ध्यान में रखा जा सकता है -

1) श्रीमती ''क'' को चिन्ता कम करनी चाहिए ।
2) श्री एवं श्रीमती ''क'' को निम्नलिखित मुद्दों पर अपनी आपसी समझ और सहयोग में सुधार करना चाहिएः

   क) उनके पुत्र को अनुशासित करना ।
   ख) घरेलू जिम्मेदारियों का बंटवारा ।
   ग) सेक्स
   घ) सास-श्वसुर इत्यादि से संबंध इत्यादि ।

इस प्रकार विशिष्ट तरीके से लक्ष्यों के बारे में बताने की एक लम्बी सूची हो सकती है, जिनकी संख्या बहुत अधिक हो सकती है, किंतु विशिष्ट रूप से स्पष्ट, परिभाषित, तर्कसंगत और उपयोगी लक्ष्यों की संख्या कितनी भी अधिक हो सकती है । लक्ष्य विशिष्ट रूप से निर्धारित क्यों किए गए, इसके अनेक कारण हो सकते हैं । इनका संक्षिप्त वर्णन निम्न प्रकार हो सकता हैः

विशिष्ट लक्ष्य निर्धारित करने से चिकित्सा को एक दिशा मिलती है । इसके साथ ही विशिष्ट लक्ष्य निर्धारित करने से तर्कसंगत मुद्दों पर ध्यान केंद्रित करने और अर्थहीन मुद्दों को हतोत्साहित करने का अवसर मिलता है ।

विशिष्ट लक्ष्य निर्धारित करने से चिकित्सा की प्रगति के मूल्यांकन के उद्देश्य को प्राप्त करने में सहायता मिलती है । परामर्श का परिणाम कभी-कभी बहुत ही सटीक निकलता है । इससे परामर्शदाता और ग्राहक इस निश्चय पर पहुंचते हैं कि चिकित्सा असफल नहीं रही है। विशिष्ट लक्ष्यों की सूची बनाने से परामर्शदाता और ग्राहक दोनों ही अपेक्षित लक्ष्यों की पहचान कर सकते हैं और संतोष प्राप्त कर सकते हैं ।

चिकित्सा का लक्ष्य एक सीमा के भीतर होना चाहिए, महत्वाकांक्षी लक्ष्य ग्राहक और चिकित्सक दोनों को ही निराश और हतोत्साहित करते हैं ।

ग्राहक और परामर्शदाता दोनों को इन लक्ष्यों के प्रति जागरूक रहना चाहिए । यदि इन लक्ष्यों को लिख कर रखा जाए, तो ये बहुत ही सहायक हो सकते हैं ।

अनुबंध करना

औपचारिक मनोचिकित्सा के दौरान चिकित्सक और ग्राहक के बीच आपसी अनुबंध होता है। जहाँ परामर्श के दौरान औपचारिक अनुबंध आवश्यक होता है, वहीं ग्राहक और परामर्शदाता के बीच अनौपचारिक समझ का होना भी आवश्यक होता है । इस आपसी समझ की शर्त यह होती है कि परामर्शदाता ग्राहक को स्वीकार करना, समझने और उसकी सहायता करने के लिए तत्पर रहेगा और ग्राहक की जिम्मेदारी है कि वह स्व-प्रकटीकरण, सच्चाई एवं ईमानदारी से परामर्शदाता को अपना सहयोग देगा और परामर्शदाता के सुझावों का पालन करेगा ।

परामर्श के व्यावहारिक विवरण की चर्चा और व्यावहारिक व्यवस्था करना

परामर्श के संबंध में विस्तार से व्यावहारिक चर्चा करना और परामर्श के लिए व्यावहारिक व्यवस्था करना प्रारंभिक साक्षात्कार का अंतिम चरण होता है ।

परामर्शदाता को अपने ग्राहक को यह बताना जरूरी होता है कि परामर्श के समय क्या करना होता है और क्या नहीं करना होता है । ग्राहक को विशेष रूप से यह समझना जरूरी होता है कि परामर्शदाता मार्गदर्शन प्रदान करता है और उसका यह कर्तव्य है कि वह मार्गदर्शन को स्वीकार करते हुए उसका पालन करे ।

परामर्शदाता को ग्राहक को यह बताने की आवश्यकता होती है कि परिवर्तन लाने के लिए उसे प्रेरणा की आवश्यकता होती है, चिकित्सा के दौरान समग्र ईमानदारी की जरूरत होती है, ग्राहक को अपने परामर्शदाता से कुछ भी नहीं छिपाना चाहिए ।

परामर्शदाता का यह कर्त्तव्य है कि वह ग्राहक में यह विश्वास पैदा करे कि जो कुछ भी परामर्श के दौरान चर्चा हुई है, वह उसे किसी अन्य व्यक्ति को बिल्कुल नहीं बताएगा तथा सभी बातों को निश्चित रूप से गुप्त रखा जाएगा ।

परामर्श के लिए व्यवहार या प्रयोग की व्यवस्था की जाए । इसमें चिकित्सा सत्रों की लगातार आवश्यकता, समयावधि, वित्तीय पक्षों इत्यादि पर विस्तार से चर्चा की जानी चाहिए ।

प्रारंभिक साक्षात्कार की अवधि

प्रायः प्रारंभिक साक्षात्कार एक ही सत्र में पूरे हो जाते हैं, ऐसा पिछले अनुभवों से ज्ञात होता है तथा इसमें लगभग एक घंटा लगता है । कई बार इस तरह के साक्षात्कार को दूसरे सत्र में भी पूरा करने की आवश्यकता होती है । इसके कई कारण हो सकते हैं जैसे - परिवार के प्रमुख सदस्य का उपलब्ध न रहना अथवा समस्या की प्रारंभिक की स्थिति आदि की स्पष्टता का अभाव इत्यादि ।

प्रारंभिक सहायता का प्रावधान

परामर्श के प्रारंभिक सत्र के दौरान अत्यधिक तनाव का वातावरण होता है । इसलिए परामर्शदाता को चाहिए कि वह प्रथम सत्र को व्यर्थ न जाने दे और न ही उसे असफल समझे । उसे चाहिए कि स्थितियों की मांग के अनुसार कुछ सहयोग, उत्साह एवं मार्गदर्शन करे । ग्राहक को स्वीकार करने और उसकी संतुष्टि व रुचि का विशेष ध्यान रखा जाए ।

2.3 मूल्यांकन

प्रारंभिक साक्षात्कार के पश्चात कुछ सत्रों के लिए परामर्शदाता को ग्राहक के मनोवैज्ञानिक स्वरूप, मानसिक संतुलन और समस्या की स्थिति का लगातार मूल्यांकन करने की आवश्यकता होती है । मूल्यांकन प्रक्रिया प्रारंभिक साक्षात्कार जैसी ही होती है तथापि इसमें अधिक से अधिक विवरण प्राप्त करने का प्रयास किया जाता है ।

मूल्यांकन की इस अवस्था के दौरान परामर्शदाता ग्राहक की मनोवैज्ञानिक संरचना तथा समस्या की स्थिति के संबंध में अपनी कार्य प्रणाली में परिवर्तन करता है तथा उसे अद्यतन बनाता है । इसके साथ ही मूल्यांकन की अवधि में स्थितियों के अनुसार परामर्शदाता लगातार सहायता सेवाएं, मार्गदर्शन तथा परामर्श के अन्य तत्व उपलब्ध कराता रहता है ।

मूल्यांकन अवधि में सूचनाएं मुख्यतः ग्राहक से एकत्रित की जाती हैं लेकिन साथ ही साथ ग्राहक के जीवन में उसके महत्वपूर्ण सगे-संबंधियों से भी परामर्शदाता आवश्यकतानुसार सूचना प्राप्त कर सकता है । लेकिन इसके लिए ग्राहक की सहमति भी आवश्यक होती है ।

शुरू में ग्राहक से सूचनाएं मौखिक रूप से ही ज्ञात की जाती हैं । परंतु परामर्शदाता ग्राहक के वस्त्रों, बोलचाल, उसकी चाल-ढ़ाल से अनकही सूचना को भी समझ कर एकत्रित कर लेता है ।

सूचनाएं केवल उपभोक्ता की समस्याओं से संबंधित होनी चाहिएं । सूचना एकत्रित करने के लिए पूछताछ के निम्नलिखित क्षेत्र हो सकते हैं -

1) प्राथमिक समस्या तथा ग्राहक और उसके परिवेश पर इसके प्रभाव,
2) सहायक या गौण समस्याएं तथा ग्राहक और उसके परिवेश पर उनका प्रभाव,
3) घटक जो इन समस्याओं के जनन तथा संरक्षण से संबंधित हैं,
4) वे घटक जो इन समस्याओं से छुटकारा दिला सकते हैं,
5) इन समस्याओं के संबंध में ग्राहक की अपनी समझ, तथा
6) इन समस्याओं के समाधान के लिए ग्राहक द्वारा किए जाने वाले प्रयास ।

ग्राहक के व्यक्तित्व और उसके जीवन के संबंध में सूचना एकत्रित की जानी चाहिए । अतः पूछताछ के क्षेत्र में निम्नलिखित को शामिल किया जा सकता है -

1) घर, कार्य-स्थल, मित्रों, विपरीत लिंग के सदस्यों तथा समाज के लोगों के साथ ग्राहक का सामंजस्य या तारतम्य ।
2) ग्राहक की शक्ति और दुर्बलताएं, अच्छी-बुरी आदतें, उसकी पसंद या नापसंद, तथा
3) ग्राहक अपने जीवन में किस प्रकार अपना समय व्यतीत करता है ।

ग्राहक के माहौल या परिवेश के संबंध में जानकारी प्राप्त करनी चाहिए । जानकारी के लिए निम्नलिखित क्षेत्रों को शामिल किया जा सकता है -

1) परिवार,
2) विपरीत लिंग के सदस्यों सहित मित्रगण,
3) कार्यस्थल, और
4) अन्य सामाजिक, व्यावसायिक तथा मनोरंजन के क्षेत्र ।

सूचनाएं केवल वर्तमान की नहीं होनी चाहिएं अपितु उसमें बीती हुई सूचनाएं भी शामिल होनी चाहिएं । स्थितियों के अनुसार परामर्शदाता ग्राहक के बचपन, भावनात्मक विकास, शिक्षा, कार्य-रिकॉर्ड आदि से संबंधित सूचनाएं प्राप्त कर सकता है ।

अंततः सूचनाएं मनोवैज्ञानिक जाँच के माध्यम से एकत्रित की जानी चाहिएं । लेकिन इनका उपयोग और स्पष्टीकरण प्रशिक्षित व्यावसायिक द्वारा ही किया जाना चाहिए।

बोध प्रश्न 1

1) परामर्श में अपनाई जाने वाली महत्वपूर्ण प्रक्रिया की चर्चा कीजिए।

.....

.....

.....

.....

2) साक्षात्कार के प्रारंभिक चरण के कौन-कौन से भाग हैं?

.....

.....

.....

.....

2.4 मध्य अवस्था

परामर्श की अवधि की मध्य अवस्था कुछ अधिक लम्बी होती है । यह वह स्थिति होती है, जब परामर्शदाता ग्राहक की अनुभूतियों और व्यवहारों का विश्लेषण करता है, ग्राहक को आधारिक सहायता और मार्गदर्शन प्रदान करता है और व्यवहार परिवर्तन में उसकी सहायता करता है ।

व्यवहार परिवर्तन को लागू करने की दिशा में निम्नलिखित को शामिल करने की आवश्यकता है:

1) वे कौन से भावनात्मक घटक हैं, जिन्हें आचरण संबंधी दुष्क्रियाओं के समाधान के लिए ठीक करने की जरूरत होती है?
2) सोचने के वे कौन से गलत तरीके हैं, जिन्हें ग्राहक प्रकट करता है और जिन्हें दुष्क्रिया व्यवहार के समाधान के लिए ठीक करना आवश्यक होता है?
3) वे कौन से सामाजिक एवं परिवेश संबंधी घटक हैं, जिन्हें दुष्क्रिया व्यवहार के समाधान के लिए बताना आवश्यक होता है?

परामर्श की मध्य अवस्था के दौरान चिकित्सा संबंधी लाभों में निम्नलिखित को शामिल किया जाना चाहिए:

1) भावनात्मक कठिनाइयों का समाधान करना,
2) व्यवहार संबंधी समस्या का समाधान करना,
3) आत्मविश्वास और आत्म सम्मान में सुधार करना,
4) स्व-नियंत्रण और निराशा सहन करने की शक्ति में सुधार करना,
5) चुनौतियों की वास्तविक स्थिति का निर्धारण और उनका मूल्यांकन करना,
6) संचार और समस्या समाधान कौशल में सुधार करना, तथा
7) समस्त सामंजस्य, निर्णय, भावनात्मक स्थिरता को बेहतर बनाना ।

इन लाभों को सहयोगात्मक, मनोविश्लेषणात्मक, संज्ञानात्मक समस्या समाधान और अन्य तकनीकों के प्रयोग से प्राप्त किया जा सकता है ।

2.5 परामर्श का समापन

परामर्श को कभी भी एकाएक बंद नहीं करना चाहिए, बल्कि इसे औपचारिक अवस्थाओं के क्रमानुसार बंद किया जाना चाहिए और ग्राहक को धीरे-धीरे इसके बारे में बताया जाना चाहिए।

समापन की अवस्थाएं निम्नलिखित हैं -

1) समापन के लिए तैयारी का मूल्यांकन,
2) समापन की पूर्व सूचना देने का प्रावधान,
3) चिकित्सा समापन की तैयारी की चर्चा,
4) चिकित्सा की प्रगति का पुनरीक्षण करना,
5) परिवर्तन को प्रभावपूर्ण ढंग से लागू करने में ग्राहक की भूमिका पर बल देना,

6) ''स्वास्थ्य में भ्रामक सुधार (flight into health)'' के विरुद्ध चेतावनी देना,

7) अनुकूल कार्यों के संरक्षण के लिए निर्देश देना,

8) अनुवर्ती सत्रों पर चर्चा करना, और

9) ''मुक्त द्वार (open door)'' की संकल्पना पर बल देना ।

उपर्युक्त प्रत्येक घटक या समूह विशिष्ट उद्देश्य के लिए निर्धारित किए गए हैं तथापि इनका विस्तृत विवरण नीचे दिया गया है । यद्यपि उपर्युक्त क्रम सैद्धांतिक रूप से आदर्श है, लेकिन परामर्शदाता स्थिति की आवश्यकता के अनुसार अपने विवेक से इन विभिन्न घटकों का प्रयोग कर सकता है ।

समापन के लिए तैयारी का मूल्यांकन

परामर्श हमेशा ही पूर्व-निर्धारित लक्ष्यों को ध्यान में रखकर दिया जाता है, जिनका निर्धारण ग्राहक के साथ परामर्श के बाद किया जाता है और इनमें चिकित्सा के दौरान संशोधन किया जाता है । परामर्शदाता प्रत्येक उपचार के लिए निर्धारित नियोजन के अनुसार अपना कार्य करता है । तद्नुसार, जैसे-जैसे चिकित्सा आगे बढ़ती जाती है और चिकित्सा के लिए निर्धारित किए गए लक्ष्यों को प्राप्त किया जाता है, परामर्शदाता को निम्नलिखित प्रश्न पूछकर उपचार समाप्त करने के लिए मूल्यांकन करना चाहिए:

- क्या चिकित्सा योजना अपनी योजना के अनुसार चल रही है?
- क्या ग्राहक ने उसकी चिकित्सा के सिद्धांतों को समझ लिया है?
- क्या चिकित्सा के लक्ष्य प्राप्त किए जा रहे हैं?
- क्या ग्राहक चिकित्सा के समापन के लिए मानसिक रूप से तैयार है?
- क्या ग्राहक कार्यात्मक संतुलन को बनाए रखने में सक्षम है?

अंतिम प्रश्न विशेष रूप से महत्वपूर्ण है क्योंकि ग्राहक आशा से चिकित्सा के लिए आता है और प्रायः अपने आंतरिक सामंजस्य से भी बढ़-चढ़कर वह सक्रिय चिकित्सा के दौरान अनुकूलनशीलता दिखाता है । इसलिए यदि यह मानकर चिकित्सा को बीच में ही समाप्त कर दिया जाए कि ग्राहक ने कार्यात्मक संतुलन प्राप्त कर लिया है, तो ऐसा करने से शीघ्र ही असंतुलन और विघटित स्वरूप फिर से उत्पन्न हो जाएंगे । यदि उपर्युक्त सभी प्रश्नों का उत्तर ''हाँ'' में दिया जाता है, तो यह समझ लेना चाहिए कि परामर्श का कार्य समापन की स्थिति में पहुंच चुका है ।

अनेक बार चिकित्सा समापन का कार्य अंतरा-चिकित्सा घटकों (जैसे कि उपर्युक्त प्रश्नों का आकलन करना) पर निर्भर नहीं करता, परंतु बाहरी प्रभावों पर आधारित होता है, जैसे कि समय का दबाव या कमी अथवा असंभावित आकस्मिकताएं आदि । जहाँ कहीं भी ऐसी संभावना हो, परामर्शदाता इस प्रकार की सीमाओं या दबावों को ध्यान में रखेगा और तद्नुसार समापन की योजना बनाएगा । फिर भी, यदि चिकित्सा का समापन अनियोजित है, तो समापन का कदम उठाने के लिए सबसे अच्छा तरीका है यथासंभव समापन की स्थितियों के अनुसार चिकित्सा का समापन करना ।

चिकित्सा का समापन इस आधार पर किया जा सकता है कि ग्राहक चिकित्सा को अधिक दिन जारी नहीं रखना चाहता है अथवा इसलिए कि चिकित्सा निर्धारित लक्ष्य तक पहुंचने में असफल रही है । इसके अतिरिक्त ग्राहक द्वारा चिकित्सा को बीच में छोड़ देने से समापन बाधित नहीं होना चाहिए अपितु स्थितियों को ध्यान में रखते हुए परामर्शदाता को फिर से यथासंभव चिकित्सा समापन के चरणों को अपनाते हुए समापन के कदम उठाने चाहिएं ।

समापन की पूर्व सूचना देने का प्रावधान

अनेक परामर्शदाता यह समझाने में असमर्थ रहते हैं कि वे चिकित्सा में विशेष प्रकार की योजनाओं को अपनाते हुए कार्य कर रहे हैं, लेकिन ग्राहक केवल परामर्शदाता के निर्देशों का सामान्य रूप से पालन करता है । ग्राहक को चिकित्सा की प्रारंभिक अवस्था, मध्य अवस्था तथा समापन अवस्था की संकल्पना का ज्ञान नहीं होता है । ग्राहक यह भी नहीं जानता कि उसे आगे क्या करना है या परामर्शदाता उससे आगे क्या करवाना चाहता है अथवा परामर्शदाता चिकित्सा में किन तकनीकों को अपनाना चाहता है । इसलिए, जब तक परामर्शदाता समुचित रूप से परामर्श समापन की अग्रिम सूचना नहीं देता है, तब तक ग्राहक समापन के वास्तविक तथ्यों को समझने के लिए तैयार नहीं रहेगा ।

परामर्श समापन की अग्रिम सूचना समुचित समय के अंदर दे देनी चाहिए ताकि ग्राहक मानसिक रूप से अपने आप स्वतंत्र रूप से कार्य करने के लिए तैयार हो सके अर्थात् परामर्श की निगरानी के बिना वह अपना कार्य कर सके । यह मानसिक अभिविन्यास केवल स्वतंत्र रूप से अपना कार्य करने की अपरिचित तैयारी ही नहीं बल्कि समापन के बाद की आकस्मिकताओं से निपटने के लिए परिचित तैयारी से संबंधित भी होता है ।

समापन की समुचित पूर्व सूचना देना इसलिए भी आवश्यक है ताकि ग्राहक को परामर्शदाता के समक्ष कुछ मुद्दे रखने का समय मिल सके, जो अब तक छूट गए थे या वह गलत अवधारणाओं एवं शंकाओं का समाधान कर सके । समापन की समुचित पूर्व सूचना न दिए जाने से विषय पर चर्चा करते समय कार्यों को पूरा करने में अनेक कठिनाइयाँ सामने आ सकती हैं । कमजोर आत्मविश्वास के परिणामस्वरूप अनेक कठिनाई आती हैं, जो कि समापन के लिए अपरिचित और परिचित तैयारी न होने के कारण पैदा होती हैं । जिसके परिणामस्वरूप लाभ कम और हानियाँ अधिक होती हैं ।

कमजोर आत्मविश्वास के परिणामस्वरूप कठिनाइयां आना सामान्य बात है । यह चिकित्सा में विभिन्न प्रकार से सामने आती हैं, विशेष रूप से उस स्थिति में जब समापन की घोषणा कर दी जाती है, उस समय इस प्रकार की झकझोरने वाली कठिनाईयाँ सामने आती हैं । इस प्रकार चिकित्सा समाप्ति को ध्यान में रखने के परिणामस्वरूप फिर से दबाव पड़ने लगता है अथवा अनकहे या असंचारित मुद्दे अचानक उठने लगते हैं और चिकित्सा के समापन के आरंभ में ही महत्वपूर्ण नए आयाम सामने आने लगते हैं ।

चिकित्सा समापन की तैयारी की चर्चा

परामर्शदाता को हमेशा यह याद रखना चाहिए कि चिकित्सा समाप्ति के समय भी ग्राहक की अनेक आंतरिक समस्याओं का समाधान शेष रह सकता है । इसलिए औपचारिक रूप से चिकित्सा समापन की घोषणा करने से पहले परामर्शदाता को चाहिए कि वह ग्राहक को इसके बारे में बताकर उसकी सहमति प्राप्त कर ले ।

चिकित्सा समापन की तैयारी की चर्चा में चिकित्सा के दौरान क्या घटित हुआ एक-दूसरे को उसकी समझ, ग्राहक की शंकाएं और गलत धारणाएं और भविष्य में अपने आप सभी स्थितियों का सामना करने के लिए उसमें आत्मविश्वास आदि पर ग्राहक से व्यापक विचार-विमर्श कर लेना चाहिए ।

यदि परामर्शदाता चिकित्सा अवधि को लम्बे समय तक चलाना चाहता है, तो उसे ग्राहक के निर्णयों को स्वीकार कर लेना चाहिए । यह उस स्थिति में विशेष रूप से लागू होता है, जब कुछ अतिरिक्त मुद्दों के समाधान की आवश्यकता हो, जिन पर इससे पहले चर्चा न हुई हो । तथापि लम्बी चिकित्सा की इच्छा को देखते हुए परामर्शदाता को निर्भरता (परामर्शदाता तथा परामर्श लेने वाले व्यक्ति की निर्भरता) के विरुद्ध सतर्क रहना चाहिए ।

चिकित्सा की प्रगति का पुनरीक्षण

मान लीजिए कि चिकित्सा कार्यात्मक संतुलन स्थापित करने में सफल रही है । इसलिए यह आवश्यक है कि ग्राहक पुनः संतुलन के विभिन्न आयामों को समझे । इस प्रकार की समझ ग्राहक के लिए परामर्श के पश्चात् कार्यात्मक संतुलन बनाए रखने में महत्वपूर्ण साधन सिद्ध होता है ।

अतः परामर्शदाता को ग्राहक का ध्यान उन समस्याओं की ओर ध्यान दिलाना चाहिए जिन्हें उसने आरंभ में प्रस्तुत किया था । इसके साथ ही चिकित्सा के लिए स्थापित लक्ष्य, अपनाई गई तकनीकों, जिन्हें लक्ष्य प्राप्ति के लिए उपयोग में लाया गया, वह कार्य जिसे पूरा करने के लिए दिया गया, परिणामों का स्पष्टीकरण और उनके आंतरिक परिणाम एवं चिकित्सा के कार्य में कमियों एवं चिकित्सा की प्रगति से संबंधित मुद्दों की व्याख्या एवं पुनरीक्षण करना आवश्यक है ।

इस प्रकार ग्राहक को अपनी चिकित्सा के बारे में विहंगम दृष्टि प्राप्त हो जाती है अथवा सरसरी तौर पर ज्ञान प्राप्त हो जाता है । वह अपने को सकारात्मक दृष्टि से देखने लगता है जैसाकि वह बाहर से दिखाई देता है । यहाँ पर यह बताने की आवश्यकता नहीं है कि परामर्शदाता को स्वयं चिकित्सा के बारे में संक्षेप में बताने की बजाए ग्राहक के समुचित प्रश्नों की ओर ज्यादा ध्यान देना चाहिए ।

प्रभावी परिवर्तन में ग्राहक की भूमिका का महत्व

ग्राहक विशेष रूप से भारतीय ग्राहक फिर से कार्य करने में समर्थ बनाने के लिए या ठीक प्रकार से उपचार करने के लिए परामर्शदाता की बहुत प्रशंसा करते हैं । इससे परामर्शदाता के अहम् को संतुष्टि मिलती है । लेकिन ग्राहक के लिए यह जानना महत्वपूर्ण है कि चिकित्सा के दौरान उसकी भूमिका कैसी थी । किसी भी प्रकार के परिवर्तन को अपनाना मुश्किल होता है । इसलिए ग्राहक द्वारा अपने में किए गए सकारात्मक परिवर्तनों के लिए उसकी प्रशंसा की जानी चाहिए ।

इस प्रकार की प्रशंसा ग्राहक के कार्यात्मक आचरण (दुष्क्रियात्मक व्यवहार की अपेक्षा) पर सकारात्मक प्रभाव डालते हैं तथा उसमें आत्मविश्वास जगाते हैं कि वह भविष्य में आने वाली कठिनाइयों का सामना असंतुलन की चिंता के बिना कर सकता है । परामर्शदाता को चाहिए कि वह ग्राहक को अपनी भूमिका के बारे में स्पष्ट रूप से बता दे कि उसकी भूमिका ग्राहक को केवल कार्यात्मक स्वास्थ्य प्राप्त करने के लिए मार्गदर्शन देने तक सीमित है ।

''स्वास्थ्य में भ्रामक सुधार'' के विरुद्ध चेतावनी (flight into health)

स्वास्थ्य में भ्रामक सुधार का अर्थ है चिकित्सा से कुछ समय के लिए नाटकीय सुधार की घटना होना । परंतु यह सब गैर विशिष्ट घटकों के कारण होता है, जैसे कि आशांवित होना, चिकित्सा के नवीन उत्तेजक क्षणिक लाभों के कारण भ्रम होना, विश्वास होना कि संपूर्ण समस्या के ऊपरी या बाहरी मुद्दे हल हो गए हैं, थोड़ा सुख बोध होना या अस्थायी क्षणिक लाभ दिखाई देना इत्यादि हो सकते हैं । चिकित्सा के आरंभ में इस प्रकार की प्रतिक्रियाएं हो सकती हैं, जो प्रायः सामान्य होती हैं ।

तथापि कुछ चिकित्सा लम्बी अवधि की होती है, जिनमें निश्चित रूप में यह संभावना बनी रहती है कि चिकित्सा के लक्ष्य प्राप्त कर लिए गए हैं, किंतु ये लाभ लम्बे समय तक स्थिर नहीं रहते । इस प्रकार की स्थिति में हो सकता है ग्राहक बिना निगरानी वाले वातावरण के कारण फिर उसी स्थिति में आ जाए जिसमें वह पहले था ।

भ्रामक क्षणिक लाभ के विरुद्ध ग्राहक को सावधान करने से वह वास्तविक स्थिति पर पैनी नजर रखता है और क्षणिक सुख के प्रति सजग रहता है । यह ग्राहक को हतोत्साहित होने से बचाने में महत्वपूर्ण होता है और सामंजस्य स्थापित करने में उसकी मदद करता है । इस प्रकार की कठिनाइयां प्रायः सामान्य होती हैं ।

अनुकूल कार्यों के संरक्षण के लिए निर्देश देना

परामर्श समाप्त होने के पश्चात् अस्थायी अथवा अन्य प्रकार की समस्याएं उत्पन्न होने का खतरा अधिक रहता है । इसलिए ग्राहक को संभावित समस्याओं और परिस्थितियों से निपटने के लिए समुचित परामर्श प्राप्त कर लेना चाहिए । इस तरह के परामर्श में रोकथाम के सभी स्तरों को शामिल किया जाना चाहिए, जैसे कि प्राथमिक रोकथाम, संकट या समस्या को बढ़ने से रोकना, द्वितीयक रोकथाम, अस्थिरीकरण की समय पर पहचान करना और कम से कम बाधाओं के साथ उनका निवारण करना, और तृतीयक रोकथाम- यदि कुछ हानि हो चुकी है, तो उसके प्रभावों को कम करना और सुधार के लिए आवश्यक कदम उठाना ।

परिस्थितियों के प्रकार और उनका आदर्श रूप में समाधान किस प्रकार किया जा सकता है, इसके बारे में विशिष्ट उदाहरणों और संदर्भों के साथ चर्चा की जा चुकी है । पहले की तरह, यह ज्यादा उचित है कि परामर्शदाता को चाहिए कि वह शिक्षात्मक सलाह न दे, और ऐसे उदाहरण प्रस्तुत करे जिन्हें ग्राहक समझ सके और जो उसके जीवन से संबंधित हों ।

हमेशा ही ग्राहक द्वारा दिए गए उदाहरण या कथन सर्वोत्तम होते हैं क्योंकि इससे चिकित्सा के संबंध में ग्राहक की समझ तथा रुचि का पता चलता है । इसके साथ ही ग्राहक चर्चा के दौरान कही गई अपनी बातों को याद रखता है और चर्चा के समय सर्वाधिक तर्कसंगत विचार ही प्रकट करता है ।

अनुवर्ती सत्रों की चर्चा

यह कभी भी सलाह नहीं दी जा सकती कि चिकित्सा को अचानक समाप्त कर दिया जाए। ग्राहक जितनी अच्छी तरह से प्रेरित होगा, परामर्शदाता को उतना ही अधिक परिश्रम करना पड़ेगा और चिकित्सा भी उतनी ही अच्छी होगी । अनेक ग्राहक परामर्श के समापन के बाद भी समस्याओं से घिरे रहते हैं । ये समस्याएं कुछ कारणों से हो सकती हैं, जैसे कि कोई मुद्दा नए सिरे से उठ सकता है अथवा कुछ साधारण मुद्दे भी हो सकते हैं, जो चिकित्सा के दौरान एक या अन्य कारणों से बिना समाधान के रह गए हों ।

इसलिए ग्राहक के लिए यह अत्यंत आवश्यक है कि वह कार्यात्मक संतुलन को बनाए रखने के लिए लगातार अपने परामर्शदाता की सहायता ले और उसके संपर्क में रहे । इस प्रकार के अनुवर्ती सत्रों के लिए व्यक्तिगत स्थिति और माहौल के आधार पर संपर्क का समय तय करना चाहिए, सत्रों की संख्या आवश्यकतानुसार घटाई और बढ़ाई जा सकती है ।

''मुक्त द्वार'' की आवश्यकता

मुक्त द्वार (open door) या खुले दरवाजे का अर्थ है परामर्शदाता द्वारा ग्राहक से लगातार बिना कठिनाई के सीधा संपर्क बनाए रखना । ग्राहक को स्पष्ट रूप से समझ लेना चाहिए कि यदि वे फिर बीमार हो जाते हैं, तो इससे वे किसी प्रकार की शर्म महसूस न करें और न ही वे यह समझें कि उन्होंने परामर्शदाता के मार्गदर्शन का पालन नहीं किया है । इसके स्थान पर उन्हें यह समझना चाहिए कि परामर्शदाता उनके लिए हमेशा ही उपलब्ध है और वह बिना किसी कठिनाई के चिकित्सा सुविधा और सहायता उपलब्ध कराएगा । इससे ग्राहक में यह विश्वास पैदा होगा कि यदि वे फिर से बीमार हो जाते हैं, तो उन्हें निराश नहीं होना चाहिए क्योंकि उनका सारा इलाज व्यर्थ नहीं गया है ।

जब उपर्युक्त दी गई स्थितियां एवं शर्तें परामर्शदाता एवं ग्राहक की पूरी संतुष्टि कर लेती हैं, तो संतुष्टि के पश्चात् चिकित्सा को औपचारिक रूप से समाप्त कर देना चाहिए ।

बोध प्रश्न 2

1) वे कौन-से चिकित्सकीय लाभ हैं, जो चिकित्सा की मध्य अवस्था के दौरान प्राप्त होते हैं?

.....

.....

.....

.....

2) स्वास्थ्य में भ्रामक सुधार के विरुद्ध चेतावनी से आप क्या समझते हैं?

.....

.....

.....

.....

2.6 सारांश

इस इकाई में हमने शुरू से अंत तक परामर्श से जुड़ी प्रक्रिया के संबंध में चर्चा की है । प्रथम सत्र में हमने प्रारंभिक साक्षात्कार को शामिल किया है, जिसमें परामर्श के लिए ग्राहक को चुना जाता है। प्रारंभिक साक्षात्कार के दौरान परामर्शदाता अनेक प्रक्रियाओं को पूरा करता है, जिसमें परामर्श के लिए ग्राहक की उपयुक्तता तथा चिकित्सा के लिए व्यावहारिक व्यवस्था करना शामिल हैं । प्रारंभिक साक्षात्कार के पश्चात् मूल्यांकन का सत्र आता है । इस अवधि में परामर्शदाता ग्राहक को व्यापक रूप से समझने का प्रयास करता है तथा उसकी समस्याओं को ध्यान में रखते हुए अपने दृष्टिकोण के अनुसार चिकित्सा की योजना बनाता है । इसके बाद अगला चरण आता है, जिसे मध्य अवस्था कहते हैं । यह परामर्श का सबसे बड़ा हिस्सा होता है तथा इस अवधि में महत्वपूर्ण चिकित्सकीय रोकथाम करने का कार्य किया जाता है । अंतिम अवस्था परामर्श के समापन की आती है । इस अवधि में परामर्शदाता परामर्श के समापन के लिए ग्राहक का मूल्यांकन करता है और उसे समापन के लिए तैयार करता है ।

2.7 शब्दावली

प्रारंभिक साक्षात्कार (the initial interview) : इसमें परामर्शदाता और ग्राहक के मध्य पहली बैठक होती है, जिसमें परामर्शदाता ग्राहक की उपयुक्तता का मूल्यांकन करता है तथा चिकित्सा के लिए व्यावहारिक व्यवस्था का प्रबंध करता है ।

मूल्यांकन अवस्थाः यह सत्र आरंभिक साक्षात्कार के पश्चात् आता है । इस अवधि में परामर्शदाता ग्राहक और उसकी समस्या को बेहतर ढंग से समझने का प्रयास करता है, जिससे वह चिकित्सा व्यवस्था की योजना तैयार कर सके ।

मध्य अवस्थाः परामर्श की यह अवस्था मूल्यांकन के पश्चात् आती है । यह वह अवस्था होती है, जिसमें अधिकांश इलाज कार्य किया जाता है ।

समापन अवस्था: परामर्श की वह अवधि, जिसमें परामर्शदाता ग्राहक का मूल्यांकन करता है तथा उसे परामर्श समापन के लिए तैयार करता है ।

प्रेरणा या प्रोत्साहन चिकित्सा: चिकित्सा के लिए ग्राहक की सहमति और चिकित्सा के लिए आवश्यक व्यवहार संबंधी परिवर्तन करना ।

परिसंचारी (circularity): ग्राहक के जीवन की समस्याएं और परिस्थितियाँ, जिनके कारण एक से दूसरा रोग पैदा होता है तथा वे निरंतर बने रहते हैं ।

अनुबंध(contract): ऐसे नियम एवं शर्तें तय करना जिनके अंतर्गत परामर्श का कार्य पूरा किया जाता है ।

स्वास्थ्य में भ्रामक सुधार(flight into health): मनःस्थिति और व्यवहार में त्वरित प्रारंभिक सुधार होना, जो बिना किसी सटीक कारणों से होता है, जैसे - आशावादिता । यह वास्तव में सच नहीं होता और केवल उस वातावरण की स्थिति के दौरान क्षणिक ही होता है ।

मुक्त द्वारा(open door): भविष्य में परामर्शदाता द्वारा ग्राहक को लगातार देखने की प्रतिबद्धता, चाहे ग्राहक कितनी ही बुरी स्थिति में क्यों न हो और कैसी भी समस्या से ग्रसित क्यों न हो ।

2.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें

1) मेकलियाड जे., इंटरोडक्शन टु काउंसलिंग, पोर्टलैंडः ओपन यूनिवर्सिटी प्रेस, 1998

2) ट्रोवर पी. कॉगनिटिव - बिहेविरल काउंसलिंग इन एक्शन, लंदनः ओपन यूनिवर्सिटी प्रेस, 1999

3) सिडेन जे., काउंसलिंग स्किल्स इन सोशल वर्क प्रैक्टिस, पोर्टलैंडः ओपन यूनिवर्सिटी प्रेरा, 1999

4) जेलडार्ड के., जेलडार्ड डी., काउंसलिंग एडालसेंट्स, लंदनः सेज पब्लिकेशन, 1999

5) टुडर के. ग्रुप काउंसलिंग, लंदनः सेज पब्लिकेशन ।

2.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) परामर्श में अपनाई जाने वाली महत्वपूर्ण प्रक्रिया की चर्चा कीजिए ।

परामर्श की प्रक्रिया में निम्नलिखित शामिल होते हैं -

प्रारंभिक साक्षात्कार

मूल्यांकन अवस्था

मध्य अवस्था

समापन अवस्था ।

2) साक्षात्कार के प्रारंभिक चरण के कौन-कौन से घटक हैं?

प्रारंभिक साक्षात्कार निम्नलिखित आधार पर पूरा किया जाता है:

1) सुस्पष्ट और सरल शब्दों में समस्या का वर्णन करना ।

2) समस्या का इसके कारणों और प्रभावों के साथ व्यवस्थित रूप से मूल्यांकन करना ।

3) परिसंचारी की पहचान करना ।

4) ग्राहक के लिए आधार तैयार करना ।

5) परामर्श के लिए ग्राहक की सहमति और जिज्ञासा का मूल्यांकन करना ।

6) आशा और उम्मीदों का स्पष्टीकरण ।

7) लक्ष्य निर्धारित करना ।

8) सम्पर्क स्थापित करना ।

9) परामर्श के लिए व्यावहारिक व्यवस्था का निर्माण करना ।

बोध प्रश्न 2

1) वे कौन से चिकित्सा लाभ हैं, जो मध्य अवस्था के दौरान प्राप्त किए जाते हैं?

चिकित्सा की मध्य अवस्था के दौरान प्राप्त होने वाला चिकित्सा लाभों में शामिल हैं

1) भावनात्मक समस्या का समाधान करना,

2) व्यवहार संबंधी समस्या का समाधान करना,

3) आत्मविश्वास और आत्म सम्मान में सुधार करना,

4) स्व-नियंत्रण और निराशा सहन करने की शक्ति में सुधार करना,

5) चुनौतियों की वास्तविक स्थिति का निर्धारण और उनका मूल्यांकन करना,

6) संचार और समस्या समाधान तथा कौशल में सुधार करना, तथा

7) समस्त सामंजस्य, निर्णय, भावनात्मक स्थिरता को बेहतर बनाना है ।

2) "स्वास्थ्य में भ्रामक सुधार" के विरुद्ध चेतावनी से आप क्या समझते हैं?

स्वास्थ्य में भ्रामक सुधार का अर्थ है चिकित्सा से कुछ समय के लिए नाटकीय सुधार की घटना होना । परंतु यह सब गैर विशिष्ट घटकों के कारण होता है, जैसे कि आशांवित होना, चिकित्सा के नवीन उत्तेजक क्षणिक लाभों के कारण भ्रम होना, विश्वास होना कि संपूर्ण समस्या के ऊपरी या बाहरी मुद्दे हल हो गए हैं, थोड़ा सुख बोध होना या अस्थायी क्षणिक लाभ दिखाई देना इत्यादि हो सकता है । चिकित्सा के आरंभ में इस प्रकार की प्रतिक्रियाएं हो सकती हैं, जो प्रायः सामान्य होती हैं ।

इकाई 3 परामर्श में सहयोगात्मक और व्यवहारात्मक तकनीकें

इकाई की रूपरेखा

3.0 उद्देश्य
3.1 प्रस्तावना
3.2 सहयोगात्मक तकनीकें
3.3 व्यवहारात्मक तकनीकें
3.4 सारांश
3.5 शब्दावली
3.6 कुछ उपयोगी पुस्तकें
3.7 बोध प्रश्नों के उत्तर

3.0 उद्देश्य

इससे पहले की इकाइयों में हम परामर्श की अवधारणा और इससे संबंधित प्रक्रिया के संबंध में अध्ययन कर चुके हैं । अब हम परामर्श से संबंधित तकनीकों का विश्लेषण करेंगे । इसलिए इस इकाई में हम उन सभी महत्वपूर्ण तकनीकों के बारे में सीखेंगे, जो परामर्श की मध्य स्थिति में प्रयोग में लाई जाती हैं ।

इस इकाई का अध्ययन करने के बाद आप यह जान सकेंगे कि:

- परामर्श की सहायक तकनीकें क्या हैं और उनके विभिन्न तत्व कौन-से हैं, और
- परामर्श की व्यवहारात्मक तकनीकों को समस्या-रामाधान, अभ्यास एवं भूमिका निष्पादन और अनुबंध या कॉंट्रेक्ट के विशेष संदर्भ में जान सकेंगे ।

3.1 प्रस्तावना

परामर्शदाता को परामर्श में काम आने वाली महत्वपूर्ण तकनीकों की जानकारी होना अत्यंत आवश्यक है । यद्यपि ये तकनीकें मुख्य रूप से परामर्श की मध्य स्थिति में काम आती हैं, फिर भी इनका प्रयोग परामर्श के प्रारंभ से लेकर अंत तक किया जा सकता है । इन तकनीकों का प्रयोग और समय स्थिति परामर्शदाता के निर्णय पर निर्भर करता है ।

इस इकाई तथा इससे अगली इकाई में जिन तकनीकों का वर्णन किया गया है, उन्हें मनोविज्ञान तथा मनोचिकित्सा के विभिन्न सिद्धांतों अर्थात् स्कूलों से लिया गया है । हमने इन सिद्धांतों का व्यापक वर्णन नहीं किया है, बल्कि हमने इन सिद्धांतों से केवल उन्हीं तत्वों का चयन किया है, जो तकनीकें बहुत ही व्यावहारिक हैं और लागू करने में आसान हैं । विभिन्न सिद्धांतों से तकनीकों को ग्रहण कर ग्राहकों का अच्छा उपचार करने के लिए जिस तकनीक का प्रयोग किया जाता है, उसे ग्रहणशील (इलेक्टिक) परामर्श नाम दिया गया है ।

परामर्श के व्यापक उद्देश्यों में निम्नलिखित चार प्रमुख उद्देश्य हैं -

1) उस भावनात्मक तनाव को कम करना जिसका ग्राहक अनुभव कर रहा है ,
2) उन व्यवहारात्मक दुष्क्रियाओं को कम करना जो ग्राहक में मौजूद हैं,
3) ग्राहक को उसके परिवेश के अनुकूल बनाना और उसकी क्षमता विकसित करना, तथा
4) ग्राहक को महत्वपूर्ण व्यक्तिगत निर्णय लेने में सहयोग और सहायता देना।

परामर्श के प्रारंभिक सत्र में इन उद्देश्यों को स्पष्ट रूप से बताए गए तरीके और विशेष लक्ष्यों के आधार पर लागू किया जाता है । परामर्शदाता को इन तीन उद्देश्यों में बताए गए लक्ष्यों को प्राप्त करने और ग्राहक की सहायता करने के लिए अपना ज्ञान, जानकारी, योग्यता, अंतर-वैयक्तिक कौशल और जीवन के अनुभवों का प्रयोग करना चाहिए ।

इस इकाई में परामर्शदाता को परामर्श के समय जिन तकनीकों को लागू करना चाहिए, उनका वर्णन किया गया है । इन तकनीकों को निम्नलिखित दो शीर्षकों में प्रस्तुत किया गया है:

1) सहयोगात्मक तकनीकें, और

2) व्यवहारात्मक तकनीकें ।

3.2 सहयोगात्मक तकनीकें

सहयोगात्मक तकनीकों का प्रयोग ग्राहक को आराम पहुंचाने एवं उसका मार्गदर्शन करने के लिए सामान्य उपायों के रूप में किया जाता है । वे मनोवैज्ञानिक तथा व्यवहारात्मक कारणों पर ध्यान दिए बिना या उन्हें समाहित किए बिना ग्राहक के तनाव को कम करते हैं । अतः सहयोगात्मक प्रक्रिया प्रकृति से अविशिष्ट होती है ।.

चिकित्सा के दौरान सहयोगात्मक तकनीकों का कभी भी प्रयोग किया जा सकता है, किंतु इसका प्रयोग मुख्यतः चिकित्सा की प्रारंभिक अवस्था में किया जाता है । यह इसलिए किया जाता है, क्योंकि चिकित्सा की बाद की अवस्था में अधिक विशिष्ट तकनीकों की आवश्यकता हो सकती है । सहयोगात्मक तकनीकों के विभिन्न प्रकार होते हैं । इनका संक्षेप में वर्णन नीचे किया जा रहा है ।

स्वच्छंदता (ventilation)

स्वच्छंदता का अर्थ है, ग्राहक को अपनी समस्या के संबंध में बिना किसी अवरोध और प्रतिबंध के उसे खुल कर बोलने का अवसर प्रदान करना । चिकित्सा, विशेष रूप से चिकित्सा की प्रारंभिक अवस्था में स्वच्छंदता एक महत्वपूर्ण तकनीक है । ग्राहक को बिना किसी दबाव के बोलने का अवसर अवश्य दिया जाना चाहिए । इसका अनेक कारणों से अत्यधिक महत्व है । ये कारण निम्नलिखित हैं-

1) इससे परामर्शदाता को ग्राहक के बारे में जानने और समझने तथा उसकी समस्या के बारे में जानने का अवसर दिया जाता है । इससे परामर्शदाता को अपने ग्राहक को और अच्छी तरह से समझने में सहायता मिलती है ।

2) इसमें ग्राहक को बोलने का अवसर मिलता है । आमतौर पर देखा गया है कि जब ग्राहक परामर्श लेने के लिए जाता है या तैयार होता है, तो उसे प्रत्येक व्यक्ति अपना व्याख्यान सुनाता है या अपनी सलाह देता है किंतु उसकी समस्या कोई नहीं सुनता और न ही कोई उसके विचारों को जानने का प्रयास करता है । इस समय तक ग्राहक अपने "दिल की बात खुलकर बताने" में समर्थ हो जाता है ।

3) जैसे ही ग्राहक अपनी बात बताता है, उसे आराम मिलता है और वह अपने को हल्का महसूस करने लगता है क्योंकि अब उसकी समस्या केवल उसकी समस्या नहीं रह जाती है। अब परामर्शदाता भी उसकी समस्याओं में भागीदार बन जाता है, जो परामर्शदाता के रूप में समस्याओं को दूर करने के लिए उत्तरदायी होता है ।

4) जैसे ही ग्राहक अपनी भावनाओं को शब्दों में व्यक्त करता है तथा उन्हें परामर्शदाता के समक्ष रखता है, उसे महसूस होता है कि उसकी समस्या कुछ आसान हो गई है और वह समस्या के समाधान के लक्ष्यों को प्राप्त करने में सफल होने लगता है। इस स्थिति में वह अपनी समस्या के समाधान के लिए और अधिक आशांवित हो जाता है अथवा फिर परामर्शदाता द्वारा दी गई हिदायतों और मार्गदर्शनों को स्वीकार कर लेता है।

भावोन्नयन (Catharsis)

भावोन्नयन अथवा भाव शांति का अर्थ है, अत्यधिक विक्षुब्ध भाव से अपने विचार प्रकट करना या मन की बात बताना । कई बार यह आँसुओं के रूप में प्रकट होती है तथा इसमें क्रोध भी शामिल हो सकता है । भावोन्नयन चिकित्सा अवधि में किसी भी समय लाभदायक हो सकता है, विशेष रूप से यह प्रारंभिक अवस्था में अधिक सहायक होता है । बहुत से लोग रोकर या चिल्लाकर या कराह कर अच्छा महसूस करने लगते हैं अथवा कुछ लोग अपनी भावनाओं को किसी अन्य प्रकार से व्यक्त कर सकते हैं । इस प्रकार भावनाओं को व्यक्त करने से वह अपने आप में एक चिकित्सा का रूप ले लेती है ।

स्पष्टीकरण

स्पष्टीकरण वह प्रक्रिया है, जिसमें ग्राहक के मस्तिष्क के अस्पष्ट विचारों और शंकाओं का समाधान किया जाता है, जिससे वह अपनी भावनाओं और प्रतिक्रियाओं के प्रश्नों को अच्छी तरह समझ सके । कुछ हद तक स्वच्छंदता के दौरान स्पष्टीकरण स्वतः ही सामने आ जाता है । एक सीमा तक परामर्शदाता ग्राहक को अपनी भावनाओं और विचारों को और अधिक स्पष्ट करने में सहायता करता है । स्पष्टीकरण संपूर्ण चिकित्सा अवधि में अपनाई जाने वाली एक सतत प्रकिया होती है ।

शिक्षा

कई बार, विषय संबंधी सूचना के प्रावधान उपभोक्ता पर चिकित्सकीय प्रभाव डालते हैं। उदाहरण के लिए, शरीर पर शराब और मादक द्रव्यों के दुष्परिणामों की संक्षिप्त शिक्षात्मक परिचर्चा व्यक्ति के व्यवहार को बहुत अधिक प्रभावित करती है अथवा एक मामूली सी शिक्षा भी एक किशोर के बढ़ते हुए स्वेच्छापूर्ण व्यवहार पर रोग लगाने में समर्थ होती है और इससे उसके माता-पिता को संतोष प्राप्त होता है । शिक्षा किसी भी समय दी जा सकती है, जब तक कि ग्राहक शांतिपूर्वक, कही गई बातों को सुनता रहे और उन्हें आत्मसात करता रहे ।

मार्गदर्शन

परामर्श के समय ग्राहक लगातार अनिश्चित रहता है और उसे लगातार परामर्श की आवश्यकता बनी रहती है, जब तक उसका व्यवहार ठीक नहीं हो जाता है । उदाहरण के लिए, एक तनावग्रस्त या चिंतित व्यक्ति अपने काम या नौकरी से इस्तीफा दे सकता है क्योंकि वह विश्वास करने लगता है कि उसमें अब काम करने की योग्यता नहीं रह गई है । परामर्शदाता को इन सभी स्थितियों पर नजर रखनी होती है ताकि ऐसी स्थितियों में उसका परामर्श अनुपयोगी न रह जाए ।

ध्यान रखें कि मार्गदर्शन ग्राहक को विभिन्न कार्यों के संबंध में नियमित सलाह देने की तरह नहीं होता है । इसमें कोई शंका नहीं है कि ग्राहक को जीवन में अनेक व्यक्तियों से महत्वपूर्ण परामर्श मिलता रहता है ।

मार्गदर्शन बहुत ही कुशलतापूर्वक दिया जाना चाहिए और ग्राहक को धीरे-धीरे उन सुझावों को स्वीकार करने में सक्षम बनाना चाहिए । ग्राहक यह भी न समझे कि इन सुझावों से उसकी अस्मिता को किसी प्रकार से कम किया जा रहा है ।

प्रायः ग्राहक अनेक प्रकार से आश्वस्त होना चाहते हैं, जैसे कि वह पागल तो नहीं है, क्या उनकी समस्याएं ऐसी तो नहीं हैं, जिनका निराकरण न हो सकता हो अथवा जो कुछ उन्होंने किया वह क्षम्य है इत्यादि । एक विश्वसनीय और निष्पक्ष आत्मविश्वासी के रूप में परामर्शदाता इस प्रकार के आश्वासन देने के लिए एक निर्णायक की स्थिति में होता है । परंतु इसका अर्थ यह भी नहीं है कि परामर्शदाता झूठे आश्वासन दे, लेकिन हमेशा याद रखना चाहिए कि प्रिय लगने वाले शब्द बहुत हद तक एक उदास मन को आनन्दित कर सकते हैं ।

प्रतिष्ठापूर्ण सुझाव

इलाज कराने वाले अधिकतर ग्राहकों में आत्म-विश्वास की कमी पाई जाती है और वे अपने आपको अप्रतिष्ठित मानने लगते हैं । इसलिए परामर्शदाता को ग्राहक के सकारात्मक योगदान, उसकी उपलब्धियों और उपयोगिता का स्मरण कराते रहना चाहिए । ग्राहक को जब यह महसूस होता है कि वह अपने व्यक्तित्व और व्यवहार का और अधिक विकास कर सकते हैं, तब वे अपनी समस्याओं का मुकाबला और अच्छी तरह से करने के लिए तैयार हो जाते हैं ।

वातावरण या परिवेशजन्य कौशल

प्रायः ग्राहक का परिवेश भी उसकी समस्याओं को बढ़ाने वाले कारणों में से एक होता है । ग्राहक के परिवेश में परिवर्तन से भी काफी सहायता मिल सकती है । उदाहरण के लिए, किसी मादक द्रव्य के व्यसनी को यह सुझाव दिया जाए कि वह ऐसे लोगों की संगत से दूर रहे, जो उसे मादक द्रव्य लेने के लिए उकसाते हैं । एक शराबी की पत्नी अपने पति को तंग करने या उसे चिढ़ाने के स्थान पर उसे अपने स्वास्थ्य की ओर ध्यान देने के लिए सुझाव दे सकती है । इससे वह अपनी शराब पीने की आदत को कम कर सकता है । लड़ाई-झगड़े से उसे कुछ समय के लिए रोका जा सकता है, किंतु हमेशा के लिए नहीं रोका जा सकता । झगड़ालू पति-पत्नी को यह सुझाव दिया जा सकता है कि वे छुट्टी लेकर बाहर घूमने चले जाएं, इससे उनके संबंधों में सुधार आएगा और वे एक-दूसरे के समीप आ जाएंगे ।

अभिरुचियों का बाह्यकरण या बाहरी गतिविधियों में रुचि लेना

परामर्श लेने वाला व्यक्ति लगातार अपनी समस्याओं में उलझा रहता है । ये समस्याएं अपनी दुष्क्रियात्मक प्रतिक्रियाओं और इनके परिणामस्वरूप उत्पन्न अशांति, व्यक्ति को घेर लेती हैं । यदि ग्राहक इन समस्याओं की ओर ध्यान न दे, तो इससे उसे कुछ आराम मिल सकता है । इसलिए उसे हमेशा समस्याओं से दूर रहने का प्रयास करना चाहिए । यहाँ तक कि कभी-कभी ऐसा करने से उसे इसके अच्छे परिणाम मिल सकते हैं । अभिरुचियों के बाह्यकरण का सीधा अर्थ है कि ग्राहक को किसी क्रियाकलाप अथवा उसकी अभिरुचि के अनुसार कार्य में व्यस्त कर देना ताकि वह अपनी समस्याओं से अधिक से अधिक दूरी बनाए रख सके ।

ऐसे ग्राहक, जो वास्तविक और उपचार न किए जाने वाले तनावों से ग्रस्त हैं, उनके लिए अभिरुचियों का बाह्यकरण बहुत महत्व रखता है । उदाहरण के लिए, मान लीजिए किसी ग्राहक की पत्नी बहुत झगड़ालू है और वह प्रायः घर में झगड़ा या तनाव बनाए रखती है, तो ऐसी स्थिति में पुरुष को चाहिए कि वह अपनी अभिरुचि के काम में सक्रिय हो जाए तथा अपनी घरेलू समस्याओं से अपने दिमाग को दूर रखे । यदि एक ग्राहक यह महसूस करने लगता है कि अब उसका यहाँ कोई काम नहीं रह गया है या वह जीवन से निराश हो जाए और आत्महत्या की स्थिति बन जाए तो इस तरह के ग्राहक को सामाजिक कार्यों के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए जैसे कि बेसहारा व अनाथ लोगों अथवा बुजुर्ग लोगों के लिए

बनाए गए आश्रमों एवं अनाथालयों में सेवा के कार्य करना । इसके अतिरिक्त कुछ अन्य संभावनाओं पर नीचे चर्चा की जा रही है ।

मनोरंजन के अवसर पैदा करना

जब ग्राहक बहुत ही दुखी हो, विशेषकर ऐसे समय में जब उस पर वास्तविक दबाव हो और उसका उपचार करना हो, ऐसी स्थिति में परामर्शदाता को चाहिए कि वह अपने ग्राहक को मनोरंजन करने के सुझाव दे अथवा ऐसे अवसर पैदा करे, जिससे उसे कुछ आराम मिले । उदाहरण के लिए, परामर्शदाता अपने ग्राहक को सप्ताह में एक बार अपने अच्छे मित्रों के साथ सिनेमा देखने का सुझाव दे सकता है । वह अपने ग्राहक से कह सकता है कि प्रति दिन प्रातः यह संकल्प लें कि "स्वस्थ होने के लिए मुझे आज क्या करना है"?

जानबूझकर मनोरंजन के साधन निर्मित करना एक ऐसी तकनीक है, जिसका प्रयोग बहुत ही सावधानी से किया जाना चाहिए । ग्राहक को कभी भी ऐसे कार्यकलाप में नहीं लगाना चाहिए जो गैर-कानूनी हो, अनैतिक या अन्य किसी प्रकार से नुकसानदायक हो । उदाहरण के लिए, गरीबी की रेखा से नीचे के लोग अपनी कठिनाइयों से बचने के लिए कुछ समय तक मनोरंजन के लालच में शराब का सहारा लेने लगते हैं, जो एक भयानक लत है, इससे बचा जाना चाहिए ।

सामाजिक सहयोग का उपयोग

बहुत सारे दुखी लोग सामाजिक संपर्क में वृद्धि कर लाभ प्राप्त कर सकते हैं । जैसे कि कोई असंतुष्ट विवाहित महिला अपने संबंधियों, मित्रों और पड़ोसियों से अच्छे संबंध स्थापित कर अपने सामाजिक संपर्क में वृद्धि कर सकती है । इस प्रकार के सामाजिक संबंध उसको आवश्यकता पड़ने पर भावनात्मक और भौतिक सहयोग प्रदान करेंगे और दबी-कुचली भावनाओं को व्यक्त करने के लिए एक मंच प्रदान करेंगे ।

इसके एक भाग के रूप में यदि कोई शराबी अपने सामाजिक संपर्क में विस्तार करता है, तो उसे अनजाने ही शराबी मिल जाएंगे । इसी तरह से शराबियों की पत्नियाँ भी अपनी तरह की महिलाओं (अल-अनन) के साथ मिल सकती हैं और शराबियों के बच्चों को भी अपनी तरह के बच्चे (अला-तीन) मिल सकते हैं । मादक द्रव्यों के व्यसनी ग्राहक स्वापक व्यसनियों के साथ सम्मिलित हो सकते हैं ।

शारीरिक व्यायाम

शारीरिक व्यायाम के संबंध में सभी जानते हैं कि इससे शरीर स्वस्थ और हृष्ट-पुष्ट रहता है। परंतु यह बहुत कम लोग जानते हैं कि कठिन शारीरिक परिश्रम से मस्तिष्क भी स्वस्थ रहता है । व्यायाम से कुछ इस प्रकार के रसायन पैदा होते हैं, जो दिमाग को पुष्ट करते हैं और शरीर को हल्का-फुल्का बना देते हैं । एकान्त व्यायाम की अपेक्षा समूह में व्यायाम करना और भी लाभदायक होता है । खेलों में वालीवाल, टेबल टेनिस और बैटमिंटन इस प्रकार के खेल हैं, जिनसे स्वास्थ्य तो ठीक रहता ही है, साथ में आनन्द भी प्राप्त होता है ।

ध्यान एवं विश्राम के अन्य रूप

विश्राम अथवा आराम के अनेक रूप होते हैं, जिनसे लोग चिन्ता व तनाव से मुक्त हो सकते हैं अथवा लाभ उठा सकते हैं । मनोचिकित्सक जैकबसन के प्रगतिशील मांसपेशीय आराम या बायोफीडबैक से आराम प्राप्त करने के बारे में बताते हैं । लेकिन अनेक प्रकार की ध्यान और साधना की तकनीकें भी समान रूप से लाभ पहुंचाती हैं । इनमें योग, गूढ़ साधना, ध्यान आदि शामिल हैं । ये साधनाएं हल्के तनाव में बहुत लाभदायक हो सकती हैं ।

प्रार्थना

यदि परामर्शदाता और उसका ग्राहक पूजा-पद्धति में विश्वास रखते हैं, तो ग्राहक के लिए प्रार्थना या पूजा-पाठ मानसिक और आध्यात्मिक तौर पर बहुत लाभदायक सिद्ध हो सकते हैं। धार्मिक समूह तनावग्रस्त ग्राहकों को भावनात्मक और भौतिक शांति उपलब्ध करा सकते हैं।

ध्यान लगाना

थोड़ी सी मानसिक समस्या वाले ग्राहक को कभी-कभी ध्यान करने की आवश्यकता पड़ती है । जैसे - चिन्ता और तनाव, अथवा रात्रि में थोड़ी नींद आना । ध्यान-साधना से जहाँ स्वास्थ्य के अन्य पहलुओं में लाभ मिलता है, वहीं यह जीवन के स्तर को सुधारने में भी सहायता करता है और परामर्श की प्रक्रिया में सहायता प्रदान करता है ।

प्रसन्न बने रहने के लिए कुछ व्यायाम

व्यायाम के रूप में ग्राहक को सहायक चिकित्सा देते समय परामर्शदाता को चाहिए कि वह निम्नलिखित सुझावों को ध्यान में रखेः

अपने घनिष्ठ मित्रों से बार-बार मिलें और उनसे बातें करें, जिनसे आप स्नेह करते हैं ।
प्रायः हंसमुख या खुशमिजाज लोगों से मिलें और उनसे बातें करें और ऐसे लोगों से मिलें जो आपको हंसा सकें और प्रसन्न रख सकें ।

वह कार्य करें, जिसे आप पसंद करते हैं,
वह कार्य करें जिससे आप हँस सकें,
वह कार्य करें जिससे आप प्रसन्न रह सकें,
सदा सक्रिय रहें,
खेल खेलें, विशेष रूप से वे खेल खेलें जिन्हें खेलने से पसीना आता है, और
व्यायाम करें ।

समुचित विश्राम करें,
खाली समय में आराम के कार्यकलापों में व्यस्त रहें, जैसे - मनोरंजन तथा शौक के कार्य करें,

प्रतिदिन जब आप चारपाई से उठें, भविष्य के बारे में अच्छा विचार करें,
प्रतिदिन अपने नश्वरत्व के बारे में कुछ विचार करें,
दूसरे लोगों के लिए कुछ अवश्य करें,
धर्म को गंभीरता से लें ।

वर्तमान को पूरी तरह से जीयें, जो भी क्षण आपको मनोरंजन या प्रसन्नता के लिए मिलें, उनका भोग करें और अपनी मौजूदा चिन्ताओं और दुखों को भूल जाएं ।
सकारात्मक अनुभवों पर अपना ध्यान केंद्रित करें, और
मुस्कराने, हँसने और चुटकले कहने का अभ्यास करें ।

बोध प्रश्न 1

1) परामर्श की महत्वपूर्ण सहयोगात्मक तकनीकों की सूची बनाइए ।

.....

.....

.....

2) स्वच्छंदता क्यों महत्वपूर्ण है?

.....

.....

.....

.....

3) वातावरण या परिवेशजन्य कौशल क्या है?

.....

.....

.....

.....

3.3 व्यवहारात्मक तकनीकें

समस्या का समाधान

अनेक ग्राहक परामर्श के लिए इसलिए आते हैं, क्योंकि वे कठिनाइयों में फंसे होते हैं और वे अपनी समस्याओं का समाधान नहीं खोज पाते अथवा वे अपनी समस्याओं का समाधान करने में असफल रहते हैं । इस प्रकार की समस्याओं का समाधान निकाला जा सकता है, जिनका स्रोत विशिष्ट समस्याओं में मौजूद रहता है । इनका समाधान परंपरागत समस्या-समाधान रीति से किया जा सकता है । समस्या-समाधान में निम्नलिखित प्रक्रिया को अपनाया जाता है:

1) समस्या को सूचीबद्ध करना अर्थात् मेरी पत्नी घर के इधर-उधर के काम में अपना समय गंवाती है । वह सैक्स में रुचि नहीं रखती है । वह मेरे माता-पिता से दुर्व्यवहार करती है, इत्यादि ।

2) प्रत्येक समस्या को उप-समस्या के रूप में बताना, जिसमें प्रत्येक समस्या पर विशेष रूप से चर्चा की जा सकती है अर्थात् मेरी पत्नी अपने जूतों और वस्त्रों को ठीक स्थान पर नहीं रखती है । वह उन्हें घर में कहीं भी छोड़ देती है । भोजन के पश्चात् वह खाने की मेज को साफ नहीं करती है । वह सभी वस्तुओं या बर्तनों को जहाँ का तहाँ छोड़ देती है और फिर अगले दिन सुबह नौकरानी उन्हें साफ करती है, इत्यादि ।

3) समाधान के लिए समस्या का चयन करना (यह तर्कसंगत होता है कि सबसे पहले महत्वपूर्ण समस्याओं का समाधान किया जाए। लेकिन कई बार सबसे पहले आसान समस्या का समाधान करने की सलाह दी जाती है । इससे ग्राहक के अंदर भविष्य में मुद्दों को हल करने में आत्मविश्वास पैदा होगा)।

4) प्रत्येक उप-समस्या का समाधान निकालने के लिए संभावित दृष्टिकोणों को सूचीबद्ध करना (मैने अपनी पत्नी से बहुत ही विनम्रता से कहा कि वह सफाई कर दे । मैंने उससे साफ करने के लिए कहा, तथा जितना उन्होंने चाहा, मैंने सफाई करने में उसकी सहायता की । मैंने सहायता के लिए एक दिन के लिए आया की सेवाएं भी लीं) ।

5) सबसे अधिक व्यावहारिक दृष्टिकोण अपनाना,
6) इस दृष्टिकोण का क्रियान्वयन करना,
7) परिणाम का मूल्यांकन करना,
8) यदि परिणाम संतोषजनक न रहें तो प्रारंभिक स्थिति में वापस आना ।

कठिनाइयों के समाधान के लिए इस प्रक्रिया को और अधिक विकसित किया जा सकता है। तथापि, यह बहुत ही प्रभावी है क्योंकि यह स्पष्ट सोचने के लिए उत्साहित करती हैं, क्योंकि यह व्यावहारिक समाधान निकालने में सहयोग देती है, क्योंकि यह काम करने में (कार्यान्वयन तथा मूल्यांकन) सोच से आगे निकलकर जाती है । समस्या का समाधान करना एक व्यावहारिक, तर्कसंगत, पूर्व का विश्लेषण तथा आगे अब आप क्या कर सकते हैं, से संबंधित दृष्टिकोण है ।

· अभ्यास एवं भूमिका निभाना

कभी-कभी ग्राहक भावी समस्याओं का पूर्वानुमान लगाकर तथा उनकी प्रतिक्रिया का अभ्यास कर अपने निश्चय और आत्मविश्वास तथा कठिन स्थितियों का मुकाबला करने की अपनी योग्यता में वृद्धि कर सकता है । इसके लिए ग्राहक और चिकित्सक के बीच की भूमिका के स्तर को बनाए रखने की आवश्यकता होती है ।

उदाहरण के लिए, एक किशोर के पास इतना आत्मविश्वास नहीं होता कि वह अपने साथियों के धूम्रपान के आग्रह को नकार दे । इसलिए एक परामर्शदाता सिगरेट देने वाले साथी की भूमिका निभा सकता है। ग्राहक अपने उत्तर का अभ्यास कर सकता है और परामर्शदाता को संतुष्टि प्रदान कर सकता है ।

अनुबंध करना

अनुबंध करने का अर्थ यह है कि प्रोत्साहन देकर ग्राहक के व्यवहार में परिवर्तन किया जाए। ऐसे प्रोत्साहन ग्राहक की ग्रहण क्षमता के आधार पर दिए जा सकते हैं । अनुबंध के दो महत्वपूर्ण प्रकार हैं - सद्भाव अनुबंध (good faith contracts) और एवजी अनुबंध (quid pro quo) अथवा शर्त के साथ अनुबंध।

सद्भाव अनुबंध में ग्राहक को इस आशा और प्रत्याशा के साथ प्रोत्साहन दिया जाता है कि इससे उसके व्यवहार में अपेक्षित परिवर्तन आ सकेगा । उदाहरण के लिए, एक पिता अपने पुत्र को इस शर्त पर साइकिल खरीदने की सहमति दे सकता है कि वह अब से प्रतिदिन कम से कम एक घंटा अध्ययन करेगा ।

एवजी अनुबंध में ग्राहक अपेक्षित व्यवहार प्रदर्शित करने पर प्रत्येक अवसर पर कुछ प्रोत्साहन पुरस्कार प्राप्त करता है । उदाहरण के लिए, मन-मुटाव वाले दम्पति को परामर्श देते समय एवजी अनुबंध से पति का ध्यान पत्नी की भावनात्मक आवश्यकताओं की पूर्ति करने में लगाया जा सकता है। जैसे - यदि वह पत्नी को सप्ताह में कम से कम एक बार पिक्चर दिखाने ले जाएगा तो उसकी पत्नी सप्ताह में दो दिन उसकी सैक्स की आवश्यकता की पूर्ति करने के लिए सहमत होगी । अतः एवजी अनुबंध कहता है कि "तुम मेरी पीठ की खुजली करो, मैं तुम्हारे पीठ की खुजली करूंगा/करूंगी।"

यद्यपि व्यवहार को परिवर्तित करने में यह अनुबंध बनावटी लगता है, किंतु इसके दो महत्वपूर्ण लाभ हैं - इससे अपेक्षित व्यवहार प्राप्त किया जा सकता है और कुछ समय के पश्चात् यह व्यवहार बार-बार दोहराने से स्वतः आदत में बदल जाता है ।

3.4 सारांश

इस इकाई में हमने परामर्श के लक्ष्यों को प्रभावपूर्ण बनाने के लिए सहयोगात्मक तथा व्यवहारात्मक उपागमों की चर्चा की है । सहयोगात्मक उपागम में हमने भावोन्नयन, स्पष्टीकरण, शिक्षा, स्वच्छंदता, मार्गदर्शन, प्रतिष्ठापूर्ण सुझाव, परिवेश संबंधी कौशल, अभिरुचियों का बाह्यकरण और अन्य तकनीकों के संबंध में विस्तार से वर्णन किया है।

व्यवहारात्मक उपागम में समस्या-समाधान, अभ्यास, भूमिका निभाना एवं अनुबंध जैसे महत्वपूर्ण मुद्दों पर चर्चा की है । ये दोनों उपागम संतोषजनक तथा उद्देश्यपूर्ण तरीके से परामर्श के लक्ष्य को प्राप्त करने में महत्वपूर्ण योगदान देते हैं ।

बोध प्रश्न 2

1) समस्या समाधान में शामिल विभिन्न चरणों की सूची बनाइए ।

.....

.....

.....

.....

3.5 शब्दावली

परामर्श की तकनीकें : ये वे पद्धतियाँ हैं, जो चिकित्सा के लक्ष्य को प्राप्त करने में सहयोग प्रदान करती हैं ।

ग्रहणशील (इलेक्टिव) परामर्श : यह शब्द विभिन्न सिद्धांतों से ली गई तकनीकों पर परामर्श का नाम है, जो ग्राहक के परामर्श के समय प्रयोग में लाई जाती है ।

सहयोगात्मक तकनीकें : ये सामान्य उपाय हैं, जो ग्राहक को लाभ पहुंचाते हैं और उनका मार्गदर्शन करते हैं । ये ग्राहक के तनाव, दवाब और चिन्ताओं को दूर करने में सहयोग करती हैं ।

स्वच्छंदता (ventilation) : यह एक सहयोगात्मक तकनीक है, जिसमें ग्राहक को अपने विषय में बताने के लिए उत्साहित किया जाता है ताकि वह परामर्शदाता के समक्ष खुलकर बात कर सके । बातचीत के माध्यम से ग्राहक की भावनात्मक चिन्ताओं को कम किया जाता है तथा ग्राहक और परामर्शदाता दोनों ही समस्या की संपूर्ण स्थिति से परिचित हो जाते हैं ।

भावोन्नयन(catharis) : यह सहयोगात्मक तकनीक है, जिसमें ग्राहक की नकारात्मक भावनाओं को मुक्त रूप से बाहर निकालने का प्रयास किया जाता है। इसके परिणामस्वरूप नकारात्मक संवेदनाएं मुक्त रूप से बाहर निकल आती हैं ।

स्पष्टीकरण : यह एक सकारात्मक तकनीक है, जिसमें ग्राहक की शंकाओं का समाधान कर दिया जाता है और वह अपनी क्यों और कैसे की भावनाओं और प्रतिक्रियाओं को बेहतर ढंग से समझ जाता है ।

शिक्षा : यह एक सहयोगात्मक तकनीक है, जिसमें ग्राहक को महत्वपूर्ण विषय पर उसकी भावनाओं और व्यवहार के संबंध में समुचित सूचनाएं उपलब्ध कराई जाती है ।

मार्गदर्शन : यह एक सहयोगात्मक तकनीक है, जिसमें ग्राहक को चिकित्सा के समय व्यावहारिक सलाह दी जाती है ।

प्रतिष्ठापूर्ण सुझाव : यह सहयोगात्मक तकनीक है, जिसमें ग्राहक के सकारात्मक, ग्रहणशीलता और व्यवहारात्मक गुणों की प्रशंसा की जाती है । इसमें ग्राहक के अंदर आत्मविश्वास तथा स्व-प्रतिष्ठा की भावना पैदा की जाती है ।

परिवेशजन्य कौशल : यह एक सहयोगात्मक तकनीक है, जिसमे ग्राहक के परिवेश में परिवर्तन लाने का प्रयास किया जाता है । इसमें उसके तनाव के स्तर को कम किया जाता है तथा सामंजस्य पैदा करने में उसे सहयोग दिया जाता है ।

अभिरुचियों का बाह्यकरण : यह एक सहयोगात्मक तकनीक है, जिसमें ग्राहक को बाहरी वस्तुओं में मन लगाने के लिए उत्साहित किया जाता है ताकि वह चिन्ताओं और दुखों के घेरे से बाहर निकल सके ।

अभ्यास : यह परामर्श की व्यवहारात्मक तकनीक है, जिसमें प्रोत्साहन देकर वांछित व्यवहार प्राप्त करने के लिए ग्राहक को उत्साहित किया जाता है ।

सद्भाव अनुबंध : यह एक प्रकार का अनुबंध है, जिसमें प्रोत्साहन के बदले में ग्राहक से अपेक्षित व्यवहारजन्य परिवर्तन लाने के उद्देश्य से ग्राहक को कुछ प्रोत्साहन पुरस्कार दिए जाते हैं।

एवजी अनुबंध : यह अनुबंध का एक प्रकार है, जिसमें ग्राहक अपेक्षित व्यवहार प्रदर्शित करने के लिए प्रत्येक समय प्रोत्साहन-पुरस्कार प्राप्त करता है ।

3.6 कुछ उपयोगी पुस्तकें

1) मेकलियड जे, इंटरोडक्शन टु काउंसलिंग, पोर्टलैंडः ओपन यूनिवर्सिटी प्रेस, 1998

2) ट्रोवर पी., कॉगनिटिव - बिहेविरल काउंसलिंग इन एक्शन, लंदनः ओपन यूनिवर्सिटी प्रेस, 1999

3) सिडेन जे., काउंसलिंग स्किल्स इन सोशल वर्क प्रैक्टिस, पोर्टलैंडः ओपन यूनिवर्सिटी प्रेस, 1999

4) जेलडार्ड के., जेलडार्ड डी., काउंसलिंग एडालसेंट्स, लंदनः सेज पब्लिकेशन, 1999

5) टुडर के ग्रुप काउंसलिंग, लंदनः सेज पब्लिकेशन ।

3.7 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) परामर्श में प्रयोग की जाने वाली महत्वपूर्ण सहयोगात्मक तकनीकों की सूची बनाइए।

महत्वपूर्ण सहयोगात्मक तकनीकों में स्वच्छंदता, भावोन्नयन, स्पष्टीकरण, शिक्षा, मार्गदर्शन, प्रतिष्ठापूर्ण सुझाव, परिवेशजन्य कौशल, अभिरुचियों का बाह्यकरण, अभ्यास, भूमिका निभाना, सामाजिक सहयोग की सक्रियता मनोरंजन के लिए उत्साहित करना, शारीरिक व्यायाम, विश्राम, प्रार्थना आदि शामिल हैं ।

2) स्वच्छंदता क्यों महत्वपूर्ण है?

स्वच्छंदता की तकनीक इसलिए महत्वपूर्ण है क्योंकि इसमें ग्राहक को अपने मन की बात करने के लिए उत्साहित किया जाता है । इसमें परामर्शदाता अपने ग्राहक से अधिक से अधिक जानकारी प्राप्त करता है, और ग्राहक अपनी समस्याओं को समझने एवं उनका मूल्यांकन करने लगता है ।

3) परिवेशजन्य कौशल क्या है?

परिवेश जन्य कौशल अर्थ है ग्राहक के परिवेश में तारतम्य स्थापित करना, जिससे उसे अल्पकालिक और दीर्घकालिक सामंजस्य स्थापित करने में सहायता मिल सके ।

बोध प्रश्न 2

1) समस्या-समाधान में शामिल स्थितियों की सूची बनाइए

समस्या-समाधान के चरण इस प्रकार हैं -

1) समस्या को सूचीबद्ध करना अर्थात् मेरी पत्नी घर क इधर-उधर के काम में अपना समय गंवाती है । वह सैक्स में रुचि नहीं रखती है । वह मेरे माता-पिता से दुर्व्यवहार करती है, इत्यादि ।

2) प्रत्येक समस्या को उप-समस्या के रूप में बताना, जिसमें प्रत्येक समस्या पर विशेष रूप से चर्चा की जा सकती है अर्थात् मेरी पत्नी अपने जूतों और वस्त्रों को ठीक स्थान पर नहीं रखती है । वह उन्हें घर में कहीं भी छोड़ देती है । भोजन के पश्चात वह खाने की मेज को साफ नहीं करती है । वह सभी वस्तुओं या बर्तनों को जहाँ कहाँ तहाँ छोड़ देती है और फिर अगले दिन सुबह नौकरानी उन्हें साफ करती है, इत्यादि।

3) समाधान के लिए समस्या का चयन करना (यह तर्कसंगत होता है कि सबसे पहले महत्वपूर्ण समस्याओं का समाधान किया जाए। लेकिन कई बार सबसे पहले आसान समस्या का समाधान करने की सलाह दी जाती है । इससे ग्राहक के अंदर भविष्य में मुद्दों को हल करने में आत्मविश्वास पैदा होगा)।

4) प्रत्येक उप-समस्या का समाधान निकालने के लिए संभावित दृष्टिकोणों को सूचीबद्ध करना (मैने अपनी पत्नी को बहुत ही विनम्रता से कहा कि वह सफाई कर दे। मैंने उससे साफ करने के लिए कहा, तथा जितना उन्होंने चाहा, मैंने सफाई करने में उसकी सहायता की । मैंने सहायता के लिए एक दिन के लिए आया की सेवाएं भी लीं) ।

5) सबसे अधिक व्यावहारिक दृष्टिकोण अपनाना,

6) इस दृष्टिकोण का क्रियान्वयन करना,

7) परिणाम का मूल्यांकन करना,

8) यदि परिणाम संतोषजनक न रहें तो प्रारंभिक स्थिति में वापस आना ।

इकाई 4 परामर्श में ज्ञानात्मक और मनो-विश्लेषणात्मक तकनीकें

इकाई की रूपरेखा

4.0 उद्देश्य
4.1 प्रस्तावना
4.2 ज्ञानात्मक तकनीकें
4.3 मनोवैज्ञानिक तकनीकें
4.4 परामर्शदाता व्यवहार में कैसे परिवर्तन लाता है?
4.5 सारांश
4.6 शब्दावली
4.7 कुछ उपयोगी पुस्तकें
4.8 बोध प्रश्नों के उत्तर

4.0 उद्देश्य

पिछले अध्याय में आपने परामर्श के दौरान सहायक तथा व्यवहार संबंधी तकनीकों के बारे में अध्ययन किया है। इस इकाई में हम परामर्श में ज्ञानात्मक तकनीकों तथा मनोवैज्ञानिक तकनीकों के बारे में समझने का प्रयत्न करेंगे। परामर्श के मध्य क्रम में प्रयोग की जाने वाली ये दो बहुत महत्वपूर्ण तकनीकें हैं। इस इकाई के अध्ययन के बाद आपः

- परामर्श में ज्ञानात्मक तकनीकों के बारे में जान सकेंगे जो अनुचित सोच को ठीक कर देती है,
- उन मनोवैज्ञानिक तकनीकों के बारे में जान सकेंगे जो अहं की रक्षा करने वाले तंत्र में महत्वपूर्ण होती है, तथा
- व्यवहार परिवर्तन करने वाली अन्य तकनीकों के बारे में जान सकेंगे।

4.1 प्रस्तावना

कुछ लोग अनुचित सोच वाले होते हैं जिससे वे स्थितियों का सही आकलन नहीं कर पाते। जिसके कारण अंतर वैयक्तिक संबंधों में तनाव, तालमेल का अभाव व मनःस्थिति में विकार हो जाते हैं। उपचार में परामर्शदाता द्वारा गलत सोच के कारण पहचानने, रोगी के साथ चर्चा करने तथा उन्हें दुरुस्त करने की आवश्यकता होती है। इस प्रक्रिया में अपनाई जाने वाली पद्धतियों को ज्ञानात्मक तकनीकों के नाम से जाना जाता है। ये तकनीकें मनोचिकित्सा का भाग हैं जिन्हें ज्ञानात्मक उपचार या ज्ञानात्मक व्यवहार उपचार के नाम से जाना जाता है।

कुछ व्यक्ति भावात्मक रूप से व्यथित एवं व्यवहार संबंधी समस्या से ग्रस्त होते हैं जो उनके अतीत एवं वर्तमान के समाधान रहित संघर्षों का परिणाम है। ये संघर्ष अचेतन मन में पड़े रहते हैं। ऐसे संघर्ष वाले व्यक्तियों में केवल भावात्मक एवं व्यवहार संबंधी दोषों का पता होता है लेकिन उनके कारणों का पता नहीं होता। परामर्शदाता के लिए यह आवश्यक हो जाता है कि वह व्यक्ति की मानसिकता को प्रभावित करने वाले अतीत एवं वर्तमान के संघर्षों के कारणों की पहचान करने में अपने मानव मनोविज्ञान के ज्ञान का प्रयोग करे तथा उसके भावात्मक एवं व्यवहार संबंधी कार्यप्रणाली में सामंजस्य स्थापित करे। यह कार्य रोगी के दुष्क्रिया के कारणों को समझने में सहायता प्रदान करके किया जा सकता है। अंत में रोगी दुष्क्रियात्मक मनोवैज्ञानिक प्रणालियों को नियंत्रित करना सीखा जाता है। इस प्रक्रिया

में प्रयुक्त कार्य विधियों को मनोवैज्ञानिक तकनीकों के नाम से जाना जाता है। ये तकनीकें मनोविज्ञान का ही एक अंग हैं जिन्हें मनोविश्लेषण उपचार के रूप में जाना जाता है।

यह इकाई परामर्शदाता द्वारा परामर्श उपचार के दौरान उपयोग में लाई जाने वाली संभावित ज्ञानात्मक मनोवैज्ञानिक तकनीकों का वर्णन करती है। सभी ज्ञानात्मक एवं मनोवैज्ञानिक उपचार तकनीकों की चर्चा न करके केवल परामर्श के दौरान उपयोगी रहने वाली तकनीकों की चर्चा की गई है।

4.2 ज्ञानात्मक तकनीकें

दैनिक जीवन के दबावों और तनावों की प्रतिक्रिया के रूप में प्रत्येक व्यक्ति को चिंता एवं अवसाद का अनुभव होता है। कभी यह परिवर्तित मनःस्थिति गंभीर रूप धारण कर लेती है। किस सीमा तक व्यक्ति इससे प्रभावित होता है इसके भावात्मक सुधार का एक सरल एवं व्यावहारिक तरीका है।

सामान्य ज्ञान से हमें पता है कि व्यक्ति के सोचने का ढंग उसके अनुभव को प्रभावित कर सकता है तो भी बहुत कम व्यक्ति अपने अच्छे मानसिक स्वास्थ्य के लिए अपने सोचने का ढंग बदलते हैं। वास्तव में काफी कम व्यक्ति क्या और कैसे सोच को बदलना है के बारे में जानते हैं। इस भाग में सही भावात्मक पोषण को बढ़ावा देने के लिए स्वस्थ सोच की संकल्पना की समीक्षा की जा रही है।

संकल्पना को समानान्तर विचार का प्रयोग कर भली भांति स्पष्ट किया जा रहा है। रोग की रोकथाम के लिए चिकित्सक स्वच्छता पर जोर देते हैं। सभी को इन बातों का पता है कि पीने से पहले पानी को उबालना चाहिए, खाने से पहले हाथ धोने चाहिए तथा रोग फैलाने वाले विषाणुओं को समाप्त करने के लिए वातावरण को साफ रखना चाहिए।

इसी प्रकार मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में अब यह ज्ञात हो गया है कि अनुचित सोच के कारण चिंता और अवसाद जैसी भावात्मकता पैदा हो सकती है। ऐसे अनेक अस्वच्छ विचार प्रक्रियाओं, स्वरूपों को पहचाना जा चुका है, ये संज्ञानात्मक उपचार का व्यावहारिक, सामान्य और प्रभावशाली केन्द्र बिन्दु बन गयी हैं।

ज्ञानात्मक उपचार में पहले दुष्विचार प्रक्रियाओं की पहचान की जाती है और फिर उन्हें सुधारा जाता है। महत्वपूर्ण दुष्विचार प्रक्रिया में संज्ञानात्मक विकृतियाँ बार-बार अनुचित विचार, अवास्तविक पूर्वाग्रह और अन्य शामिल हैं।

ज्ञानात्मक विकृतियाँ

ये अनुचित रूपान्तरित विचार प्रारूप हैं। जो वास्तविकता को नकारात्मक रूप से विकृत कर देती हैं और व्यक्ति संसार को वास्तविकता से अधिक कठोर अनुभव करने लगता है। निरंकुश अनुमान, विशिष्ट अमूर्त कल्पनाएँ, अतिरिक्त सामान्यताएँ, अतिरंजना और न्यूनता आदि ज्ञानात्मक विकृतियों के उदाहरण हैं।

निरंकुश अमूर्त कल्पना का अर्थ है अनुचित निष्कर्ष निकालना उदाहरण के लिए एक व्यापारी अपने व्यावसायिक दोहरेपन के बारे में अपनी पत्नी से कभी बात नहीं करता उसकी पत्नी परेशान रहती है। वह निष्कर्ष निकालती है कि वह उससे कुछ छुपा रहा है शायद उसका किसी से विवाहेत्तर सम्बन्ध है। वह दूसरी संभावनाओं की उपेक्षा करती है जैसे कि हो सकता है कि उसका पति व्यापार को प्रसन्नता से दूर रखना चाहता हो।

विशिष्ट अनुमान में दूसरी मूर्त भावनाओं के विचार किये बिना किसी एक विवरण पर ध्यान केन्द्रित किया जाता है। उदाहरण के लिए एक नवयुवक इसीलिए निराश है कि उसके पास मोटरसाइकिल नहीं है। वह अनुभव करता है कि जब तक उसके पास मोटरसाइकिल नहीं होगी कोई लड़की उसकी तरफ पूरी तरह ध्यान नहीं देगी। वह इन बातों पर विचार नहीं करता है कि उसके पास बुद्धि, आकर्षक व्यक्तित्व, जैसे कई गुण हैं। उसके लिए इनका कोई महत्व नहीं है।

अत्यधिक सामान्यकरण में किसी छोटी सी घटना का व्यापक अर्थ निकाल लिया जाता है। उदाहरण के लिए एक पिता को पता लगता है कि उसका किशोर पुत्र धूम्रपान करता है इससे वह यह निष्कर्ष निकालता है कि उसके बेटे को यह आदत बुरी संगति रखने के कारण पड़ी है वह यह भी सोचने लगता है कि शायद ड्रग्स भी लेने लग गया है। वह यह मान लेता है कि बेटा विश्वास करने योग्य नहीं है और उस पर नजर रखना आवश्यक है। पिता इन संभावनाओं पर विचार नहीं करता है कि उसके हम उम्र किशोरों की तरह संभवतः वह भी अनुभव करने का प्रयोग कर रहा है।

अति रंजना में राई का पहाड़ बनाया जाता है जैसे किसी महत्वपूर्ण परीक्षा में असफल होना दुःख की बात है लेकिन इसका अर्थ यह नहीं है कि सब कुछ लुट गया। एक समझदार छात्र दुःख का तो अनुभव करता है और सफलता पाने के लिए पुनः अध्ययन आरंभ कर देता है।

न्यूनता में सकारात्मक गुणों को कम आँका जाता है एक महिला में निर्धनता के कारण आत्मविश्वास की कमी हो सकती है। वह कुशल कर्मचारी, अच्छी माता, ध्यान रखने वाली पत्नी, खुश मिजाज़ पड़ोसी और वफ़ादार दोस्त होने के कारण मिलने वाले सम्मान की उपेक्षा कर देती है।

जब व्यक्ति अप्रसन्न होते हैं तो वे प्रायः अनेक प्रकार की ऐसी संज्ञानात्मक विकृतियों को अपनाने लगते हैं। भावात्मक दबाव को कम करने के लिए परामर्शदाता के लिए ऐसी विकृतियों की पहचान करना आवश्यक है जिनके कारण व्यक्ति दुःखी होता है। इन विकृतियों के कारणों को पहचानना, इनको दूर करना और विकृतियों की दूसरे ढंग से व्याख्या में रोगी की सहायता करना आवश्यक है।

बार-बार स्वतः अनियंत्रित विचार आना

जब व्यक्ति दुःखी होते हैं तो कई बार अनियंत्रित विचारों से प्रायः उनका दुःख स्थायी होने लगता है। ये विचार उन्हें चैतन्यता और तल्लीनता में ले जाते हैं या यहाँ तक कि उनके मस्तिष्क में घर कर जाते हैं। इन विचारों का सबसे अधिक नुकसान यह होता है कि ये मस्तिष्क में घूमते रहते हैं और अच्छे विचारों के आने की संभावनाएँ समाप्त हो जाती हैं। ऐसे स्वतः विचार आने की अनेक श्रेणियाँ है।

कम आत्मसम्मान

इन विचारों से आत्मविश्वास की कमी का पता लगता है उदाहरण के लिएः

''मैं यह नहीं कर सकता''

''मैं अपने मित्रों से कम सुन्दर हूँ''

''कोई लड़की मेरी तरफ ध्यान नहीं देती''

''मैं जीवन में असफल रहूँगा''

''मुझे जीना नहीं चाहिए''

अत्यधिक आत्म निन्दा

ये ऐसे विचार हैं जो उचित सीमा से अधिक अपनी आलोचना करते हैं। जैसेः

''मुझे और अधिक ध्यान रखना चाहिए''

''मुझे यह नहीं कहना चाहिए था''

'मुझे यह नहीं करना चाहिए था''

स्वयं पर अत्यधिक आरोप लगाना

इन विचारों में व्यक्ति स्वयं पर जरूरत से अधिक दोष लगाने लगता है। जैसेः

''मैं बुरी माता हूँ''

''मैने अपना जीवन बेकार कर दिया''

''यह सब मेरी गलती थी''

बलि का बकरा बनाना

इन विचारों में आवश्यकता से अधिक दूसरों को दोष दिया जाता है। जैसेः

''यदि मेरे परिवार के साथ यह हादसा नहीं होता तो मैं जीवन में सफल हों सकता था''

''यदि मेरे पिता के साथ यह घटित नहीं होता तो मैं आज से दोगुना होता''

हानि के विचार

इन विचारों में जिम्मेदारियों की अपेक्षा सम्पत्ति पर ध्यान दिया जाता है। जैसेः

''हम कितने गरीब हैं''

''मेरे मित्र यूरोप घूम आये और मैं आगरा तक नहीं जा सका''

''मेरे मित्रों के पास मेरे से बहुत अच्छा रसोईघर है''

''मेरा जीवन इतना बेकार क्यों है?''

विवेकहीन समादेश

इन विचारों में आवश्यकता से अधिक दायित्व या कठिनाई मानने पर जोर देना शामिल है। जैसेः

''मुझे अपने बच्चों के लिए और अधिक करना चाहिए''

''मुझे अधिक परिश्रम करना चाहिए और अधिक धन कमाना चाहिए''

कुछ रोगियों में बार-बार अन्तर्वेधी विचार आते हैं जो उन्हें दयनीय बनाते हैं। परामर्शक के लिए इन विचारों को पहचानना और रोगियों को उनकी अनुचितता का अनुभव कराने में सहायता करना और अधिक सकारात्मक विषयों में उनका ध्यान लगाना आवश्यक है।

अवास्तविक पूर्वाग्रह

अवास्तविक पूर्वाग्रह इस संसार में लोग जितना अप्रसन्नता अनुभव करते हैं उससे अधिक अप्रसन्नता के लिए जिम्मेदार हैं ये पूर्वाग्रह उन कारकों के योगदान का वर्णन करते हैं। जैसेः

किसी लक्ष्य को प्राप्त करना अनिवार्य हो इन लक्ष्यों की प्राप्ति में असफल होने से आत्म योग्यता में कमी के विचार आने लगते हैं। अवास्तविक पूर्वाग्रह के उदाहरण इस प्रकार हैं:

''मुझे सर्वगुण सम्पन्न होना चाहिए''

''मुझे कभी भी किसी भी चीज में असफल नहीं होना चाहिए जैसे कि मैं हुआ''

''यदि कोई व्यक्ति मेरी आलोचना करता है तो मैं प्रसन्न नहीं हो सकता''

''मैं चाहता हूँ कि सभी व्यक्ति मुझे पसन्द करें''

''मुझे परीक्षा में प्रथम स्थान प्राप्त करना है''

''जब तक मेरे पास कपड़े धोने की मशीन नहीं होगी मैं प्रसन्न नहीं हो सकती''

''जब तक कि मेरे पास अत्यधिक धन नहीं होगा तब तक मैं प्रसन्न नहीं हो सकता''

''जब तक मैं यूरोप ना घूम आऊ मैं खुश नहीं हो सकता''

अवास्तविक पूर्वाग्रह रोगियों को दुःखी कर देते हैं और परिवार में शान्ति तथा संतुलन को बिगाड़ देते हैं। रोगियों द्वारा अपनी स्थिति और अपनी अपूर्णताओं को स्वीकार करने की कला को सीखना महत्वपूर्ण है।

ज्ञानात्मक विचार

अनुसंधान से पता चला है कि कुछ दोषपूर्ण विचार प्रक्रियाएँ एक साथ उत्पन्न होती हैं। अवसाद ग्रस्त व्यक्तियों में निम्नलिखित प्रकार की प्रवृत्तियाँ होती हैं:

- अपने बारे में नकारात्मक विचार;
- अपने वर्तमान अनुभव के बार में नकारात्मक विचार; और
- अपने भविष्य के बारे में नकारात्मक सोच।

अवसाद ग्रस्त व्यक्तियों में प्रायः उम्मीद न रखने की प्रवृत्ति होती है:

''जीने का क्या फायदा है?''

''ऐसी कोई वस्तु नहीं जिसकी मैं प्रतीक्षा करूँ''

''मेरा समय बीत चुका है''

''कोई मेरी परवाह नहीं करता, कोई मुझे प्यार नहीं करता''

अवसाद ग्रस्त व्यक्ति निराश हो जाता है:

''अब क्या फायदा है? ऐसा कुछ नहीं जिससे जरा भी फर्क पड़े''

''कोई भी व्यक्ति मेरा ध्यान नहीं रखता''

''चीजों पर कोई नियंत्रण नहीं रहा''

''मेरा जीवन मेरे वश में नहीं''

अवसाद ग्रस्त व्यक्तियों में आत्म अयोग्यता का अनुभव करने की प्रवृत्ति होती है:

''मैं अपनी कक्षा में दूसरे छात्रों जितना होशियार नहीं हूँ''

''मैं असफल हूँ मैं बेकार हूँ''

''मैं अपने परिवार में रहने लायक नहीं हूँ''

''मुझे जिन्दा नहीं रहना चाहिए''

ये तीन संज्ञानात्मक एवं नकारात्मक विचार संज्ञानात्मक विकृतियों में बार-बार एक जैसे विचार, अन्तरवेधी विचार, अवास्तविक पूर्वाग्रहों और पूर्ववर्णित अन्य अनेक दोषपूर्ण संज्ञानों का विचार है।

सोच के अन्य दोषपूर्ण तरीके

जब व्यक्ति दुःखी होते हैं तो वे प्रायः अपनी अप्रसन्नताओं को याद करते रहते हैं। उनके विचार मुख्य रूप से नकारात्मक होते हैं। वे कभी सकारात्मक नहीं सोचते और न ही वे कभी अच्छे विचारों पर टिकते हैं। जब कभी सकारात्मक घटनाएँ याद भी आती हैं तो अवसाद ग्रस्त व्यक्ति उनसे महत्वपूर्ण खुशी प्राप्त करने में असफल रहते हैं। वे सकारात्मक घटनाओं पर हो सकता है ध्यान ही ना दें या बहुत कम ध्यान देते हैं।

ऐसे व्यक्ति विचारों के ध्रुवीकरण के कारण दुःखों के प्रवाह में जा सकते हैं। इसे द्विभाजित सोच के नाम से भी जाना जाता है जिसका अर्थ है कि विषयों का अच्छा या बुरा अनुभव होता है। सही अनुभव नहीं होता। चूँकि वास्तविक जीवन में विषय इतने स्पष्ट कभी नहीं होते है कि जब व्यक्ति घटनाओं पर ध्यान केन्द्रित करता है तो वह अपने मानसिक ढाँचे में वास्तविकता को याद कर सके। इससे वे अप्रसन्न और असुरक्षित महसूस करते हैं।

विचारों के ध्रुवीकरण का एक अन्य उदाहरण है अभिभावक, स्कूल अध्यापक और अधिकार रखने वाले व्यक्तियों को 'अच्छा' माना जा सकता है। जबसे आधिकारक व्यक्ति आशाओं के अनुरूप खरे नहीं उतरते तो मोह भंग होने पर वे बुरे बन जाते हैं। इस प्रकार मोह भंग होने के कारण अवसाद की भावनाएँ भंग हो जाती हैं।

यदि घटनाओं का व्यक्तिकरण किया जाये तो भी व्यक्ति दुःखी हो सकते हैं। दैनिक जीवन में होने वाली विशेषतः नकारात्मक घटनाओं को व्यक्ति महत्वपूर्ण बना लेता है। एक उदाहरण देखियेः

''मेरी बस छूट गई''

''मेरे साथ ऐसा क्यों होता है?''

''मेरे लिए सब गलत होता है''

कभी-कभी तर्कहीन विचार, निरर्थक सीमा तक पहुँच जाता है। जैसेः

''व्यक्ति को उसके बच्चे की बीमारी द्वारा भगवान उसे उसके पापों की सजा दे रहा है''

अवसाद ग्रस्त व्यक्ति किसी कार्य को आरंभ करने से पूर्व ही अपने को असफल मानने लगते हैं जैसेः

''मैं अपना कार्य समय पर पूरा नहीं कर पाऊँगा''

''सभी व्यक्ति मुझ पर हँसेंगे''

''मैं पढ़ाई नहीं कर सकता, मैं परीक्षाओं में पास नहीं हो सकता''

''मैं यह नहीं कर सकता, मैं पर्याप्त, रूप से होशियार नहीं हूँ''

अवसाद ग्रस्त व्यक्ति जोखिमों का अधिक आकलन करते हैं जैसेः

''यह बहुत कठिन है, यह कार्य करने का मैं खतरा नहीं उठा सकता''

''मैं यह कार्य नहीं कर सकूँगा, यदि मैने कोशिश की और असफल रहा तो मेरी नौकरी चली जायेगी''

अवसाद ग्रस्त व्यक्ति नियंत्रण समाप्त होने के डर से दुःखी रहते हैं। उन्हें यह भय रहता है कि अब वे दैनिक कार्य नहीं कर सकते। अब उनका अपने विचारों और भावनाओं पर कोई नियंत्रण नहीं है। अब किस्मत उनका साथ नहीं देती।

अवसाद ग्रस्त व्यक्ति निरन्तर नकारात्मक कल्पनाओं का अनुभव करते रहते हैं। जैसेः

''वे किसी यातायात दुर्घटना के दृश्य को नहीं भूल पाते और कल्पना करते रहते हैं कि जीवन साथी या बच्चा ट्रक के पहियों के नीचे आ गया''

अवसाद ग्रस्त व्यक्ति स्वयं में 'क्या यदि ' सवाल पूछते रहते हैं जैसेः

''यदि सभी व्यक्ति मुझ पर हँसने लगे तो क्या होगा?''

''परीक्षा में असफल रहा तो क्या होगा''

''यदि मेरी नौकरी छूट गई तो क्या होगा''

''यदि मेरी पति की मृत्यु हो जाये तो क्या होगा''

क्रमचक्र

विचार प्रक्रियाओं का क्रमचक्र भारी विडम्बना है। अनुचित रूप से सोचने के कारण अप्रसन्नता पैदा होती है और अप्रसन्नता से सोचने के अनुचित तरीके पैदा होते हैं। जितना अधिक रोगी अवसादित होते हैं उनके विचारों में और सोच के तरीकों में उतना ही अधिक अवसाद होता है। एक दूषित क्रमचक्र आरंभ हो जाता है जो महीनों या सालों तक अवसादकारी लक्षण पैदा करता है और उसे बनाये रखता है।

सही सोचना

इस प्रकार एक परामर्शदाता भावनाओं का सही पोषण कैसे करता है। प्रथम आता है ऐसी अनुचित विचार प्रक्रियाओं की पहचान करना जो अवसाद की भावनाएँ पैदा करती है। इन विचार प्रक्रियाओं में संज्ञान विकृतियाँ, निरन्तर अन्तरवेधी विचार, अवास्तविक पूर्वाग्रह, नकारात्मक संज्ञान वाले एकत्रित विचार तथा अन्य विचार शामिल हैं।

अगला क्रम है सुधार प्रक्रिया जिसमें परामर्शदाता रोगी की भ्रांतिपूर्ण विश्वासों के विरुद्ध और उनके लक्षणों की जाँच में रोगी की सहायता करता है। अब परामर्शदाता दोषपूर्ण विचारों, मनःस्थिति और व्यवहार के बीच संबंध के लिए रोगी की जाँच करता है। इन प्रक्रियाओं में रोगी अपनी दोषपूर्ण असंगत प्रक्रियाओं के बारे में जान जाता है तथा वैकल्पिक व्याख्याएँ करना सीख लेता है।

जब नकारात्मक विचार मस्तिष्क में प्रवेश करते है तब ध्यान भंग करने की गतिविधियाँ सहायक होती हैं। ये ध्यान भंग करने वाली गतिविधियाँ क्षणिक हो सकती हैं। जैसेः

वातावरण में होने वाली कुछ आवाजों पर ध्यान देना, परिसर में पड़ी किसी वस्तु पर ध्यान केन्द्रित करना या फिर क्रिया को बार-बार दोहराना। ध्यान भंग करने वाली गतिविधियों की योजना भी बनायी जा सकती है। जैसेः

कोई आदत (हॉबी) अपनाना या मग्न होने वाले किसी कार्य में लगे रहना। किसी के लिए पूरे दिन की गतिविधियाँ निर्धारित करने से भी सहायता मिलती है।

सकारात्मक विचारों, अनुभवों, यादों, बौद्धिक गुणों, भावात्मक गुणों, भौतिक संपत्तियों तथा अंतर वैयक्तिक गुणों आदि की सूची बनाने से भी सहायता मिलती है। भावात्मक सहारे के लिए इन सूचियों पर प्रायः विचार किया जाना चाहिए।

बोध प्रश्न 1

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाएँ।

1) कुछ संज्ञानात्मक मानसिक विकृतियों की सूची बनाए।

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) अवास्तविक पूर्वाग्रहों के कुछ उदाहरण बताइए।

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3) सोच के दोषपूर्ण तरीकों के संदर्भ में क्रमचक्र क्या है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4.3 मनोवैज्ञानिक तकनीकें

मनोविश्लेषण और उसमें प्रयुक्त तकनीकों की संपूर्ण चर्चा करना परामर्श के पाठ्यक्रम के क्षेत्र से परे हैं। फिर भी, मनोविश्लेषण के कुछ पक्षों का ज्ञान परामर्श में उपयोगी हो सकता है। अहं की रक्षा करने वाली प्रणाली ऐसे ही एक पक्ष से बनी है।

अहं रक्षा तंत्र प्रणालियाँ अवचेतन प्रक्रियाएँ हैं जिनका प्रयोग मस्तिष्क, संघर्ष या तनाव को संभालने के लिए करता है। प्रत्येक व्यक्ति ऐसी रक्षात्मक प्रणालियों का प्रयोग करता है। कुछ अंह रक्षात्मक तंत्रों को परिपक्व माना जाता है जो अनुकूलन को बढ़ावा देते हैं। अन्य रक्षात्मक प्रणालियाँ दुष्क्रिया वाली होती हैं। ये मनोवैज्ञानिक या अंतर वैक्यतिक असंतुलन की पूर्व तैयारी कर लेते हैं। विभिन्न श्रेणियों में उनकी अहम् रक्षात्मक प्रणालियाँ है लेकिन इस भाग में कुछ महत्वपूर्ण प्रणालियों पर ही चर्चा की जाएगी।

परिपक्व रक्षात्मक प्रणालियाँ

जब हम किन्हीं गरीबों व पीड़ित व्यक्तियों को देखते हैं तो हमें अपराध और अप्रसन्नता का अनुभव होता है। यथा संभव भलाई करके हम अपने अपराध और अप्रसन्नता को कम कर सकते हैं। इसे परोपकारवाद के नाम से जाना जाता है। इस प्रकार मनोवैज्ञानिक के अनुसार ऐसा आदर्श व्यवहार स्वार्थी लक्ष्य की अचेतनता में पड़ा होता है।

पूर्व ज्ञान के द्वारा हम अपनी असुरक्षा भावना को पेश करते हैं। अर्थात् दुर्घटनाओं चोरी, आर्थिक समस्याओं के मुकाबले उचित सावधानियाँ रखना।

हम डराने की संभावनाओं पर हँसने के लिये या अपनी गलतियों के कारण स्वयं पर हँसने के लिए मज़ाक प्रयोग करते हैं। इसके प्रयोग के करने के कारण हम तनावपूर्ण घटनाओं की गंभीरता और प्रभाव को कम करते हैं।

उदात्तीकरण प्रक्रिया के द्वारा हम व्यथित करने वाली भावनाओं और यहाँ तक कि अस्वीकार्य अनुरोधों को भी सामाजिक रूप से स्वीकार्य तरीकों के द्वारा हटा सकते हैं। उदाहरण के लिए गरीबी की दयनीयता या युद्ध की भयावहता को काव्य या कला के माध्यम से भुला सकते हैं। या एक युवक की जोशीली भावनाओं का मुक्केबाजी, साहसिक क्रीड़ाओं, प्रतिस्पर्धात्मक कसरती क्रीड़ाओं या यहाँ तक कि पुलिस व्यवसाय में प्रयोग किया जा सकता है।

हमें व्यथित करने वाली कोई चीज है तो हम जानबूझकर इसके बारे में सोचने से बचते हैं। ताकि हमें हर समय अवसाद का अनुभव ना हो। इसे दमन करने के नाम से जाना जाता है।

परामर्श लेने वाले रोगी ऐसी रक्षात्मक प्रणालियों को जान बूझ कर उत्पन्न करना सीख सकते हैं। जब इसके लाभ मिलते हैं तो उनका प्रयोग अधिक समय तक अचेतन नहीं रह सकता। जैसेः

कोई बहादुर व्यक्ति अपनी बहादुरी के बारे में कविता, निबंध या कहानी लिख सकता है, अवसाद ग्रस्त व्यक्ति किसी अनाथालय या वृद्धाश्रम में कोई सामाजिक कार्य कर सकता है। व्यवसाय संबंधी तनाव महसूस करने वाला व्यथित व्यक्ति कार्यालय से दूर होने पर आर्थिक समस्याओं के विचारों को दबाना सीख सकता है।

दुष्क्रियात्मक रक्षा प्रणालियाँ

अपने अंदर उठने वाले विचार भावनाओं और मनोवेगों को जब हम दूसरों पर आरोपित करते हैं तो यह प्रक्षेपण होता है। उदाहरणार्थ,

जो व्यक्ति विश्वास करने लायक नहीं है वह सोचता है कि उसी की तरह अन्य लोग भी विश्वास करने लायक नहीं हैं। यौन संबंधों में उदार और लिप्त व्यक्ति अधिकतर दूसरों के (विशेषरूप से विपरीत लिंगीय सदस्यों के) सामान्य व्यवहार के बारे में भी यही सोचता है कि वह सम्मोहक व्यवहार कर रहा/रही है।

इन्कार करने का अर्थ है संघर्ष या तनाव की वास्तविकता को स्वीकार करने से मना करना। क्योंकि शायद विषय को स्वीकार करना ही डरावना लगता है। इसका एक प्रसिद्ध उदाहरण शराब पीने वाले का है जो यह स्वीकार नहीं करता है कि वह शराब का आदी है यद्यपि सब जानते हैं कि वह शराब पीना नहीं छोड़ सकता तब भी वह इस बात पर जोर देता है कि वह किसी भी समय अपनी आदत छोड़ सकता है।

असफलताओं की भावनाओं को पर्याप्त रूप से नियंत्रित करने के लिए उनका प्रदर्शन करना भावनाओं की अपरिपक्व अभिव्यक्ति है। इसका प्रसिद्ध उदाहरण उस युवक का है

जो टोपी गिरने पर ही चिल्लाने लगता है, दरवाजों को जोर से बन्द करता है, शीघ्र ही रो पड़ता है। या अन्य किसी प्रकार से अपनी तीव्र भावनाओं की अभिव्यक्ति करता है।

निष्क्रिय आक्रामक व्यवहार दुःख को अति सूक्ष्म रूपों में प्रकट करता है। अपने पति से दुःखी पत्नी उस तरह का खाना तैयार करती है जो उसके पति को नापसंद हो। भूलना, विलम्ब से आना, निदेर्शों आदि का पालन न करना आदि दुःख को अप्रत्यक्ष तथा गैर आक्रामक रूप से प्रकट करने के तरीके हैं। निष्क्रिय आक्रामक व्यवहार ऐसे व्यक्ति प्रकट करते हैं जो मूलतः अपनी स्थिति या व्यक्तित्व के कारण स्पष्ट रूप से अपना दुःख प्रकट नहीं कर पाते। सामान्यतः ऐसा व्यवहार बच्चों, छात्रों, विवाहित महिलाओं, जोरू के गुलाम पतियों, कनिष्ठ कर्मचारियों तथा उच्च प्राप्त लोगों के अधीन कार्य करने वाले अन्य लोगों में देखा जाता है।

व्यवहार से पीछे हटना बचपन, विवशता या अपरिपक्व व्यवहार को दर्शाता है। इससे दायित्व से बचने, कृपा प्राप्त करने का, आराम करने का उद्देश्य पूरा होता है।

तादात्म्य उस व्यवहार स्वरूप को दर्शाता है जो अवचेतनता में किसी के विशेष व्यवहार का प्रतिरूप है। जैसे, किसी नवयुवक के आक्रामक तथा हिंसात्मक स्वभाव का कारण हो सकता है उसके दंड देने वाले पिता की विशेषताएँ उसके अवचेतन मन में बैठी हुई हों।

विस्थापन वह है जब हम अपनी भावनाओं और कुंठाओं को उनके पैदा होने की स्थिति की अपेक्षा किन्हीं अन्य स्थितियों में व्यक्त करना चाहते हैं। जैसे (अधिकारी किसी व्यक्ति को प्रताड़ित करता है तो व्यक्ति पत्नी पर और पत्नी बेटे पर चिल्लाते हैं। बेटा कुत्ते को मारता है तथा कुत्ता बिल्ली को काट लेता है।) प्रत्येक व्यक्ति अपना क्रोध तथा कुंठा उसके कारक व्यक्ति पर प्रकट नहीं कर सकता और इस प्रकार वह दूसरों पर भड़कता है। इस प्रकार भावनाओं का विस्थापन हो जाता है। भावनाओं का विस्थापन दैनिक जीवन में बहुत ही आम बात है।

बुद्धि संगत व्याख्या गलतियों, असफलताओं या अन्य कुंठाओं और संघर्षों के लिए बहाने बनाने में की जाती है। लोमड़ी द्वारा अंगूर प्राप्त करने की असफलता के प्रभाव को कम करने के लिए उन्हें खट्टा बताना बुद्धिसंगत व्याख्या का उदाहरण हैं।

बुद्धि संगत व्याख्या वास्तविकता के तनाव का मुकाबला करने में काफी उपयोगी हो सकती है। जैसे मृत्यु के दुःख को कम करने के लिए एक बुद्धि संगत सोच यह है कि "वह वृद्ध था, बीमार था, किसी न किसी समय तो मृत्यु होनी ही थी, भगवान की कृपा है उसे अधिक पीड़ा नहीं हुई आदि आदि"। बुद्धि संगत व्याख्या उस समय दुष्क्रिया बन जाती है जब असफलताओं के लिए उपाय करने की अपेक्षा बार-बार बहाने बनाएँ जाएँ।

परामर्शदाता को रोगी की समस्याओं में विभिन्न दुष्क्रियात्मक रक्षा प्रणालियों की संभावित भूमिकाओं के बारे में सावधान रहना आवश्यक है। उसे रोगी को तनाव की इन अनुचित प्रतिक्रियाओं के बारे में समझने में सहायता करनी चाहिए।

व्याख्या बनाम सामना

प्रायः रोगियों को वास्तविकता और उपचार लक्ष्यों के साथ उनके विचार, भावनाएँ एवं व्यवहार परिवर्तित होने की सीमा का पता नहीं होता। इसी प्रकार उन्हें अपने व्यवहार को निर्धारित करने वाली अचेतन प्रेरणाओं का भी पता नहीं होता। प्रायः परामर्शदाता रोगी के अन्तर्मन की प्रतिक्रिया को जानने के प्रयास में अनेक संबंधित प्रश्न पूछ कर उसकी अज्ञानता को दूर करने का प्रयास करता है। इस प्रक्रिया में परामर्श कई सप्ताह तक चल सकता है।

परामर्शदाता के लिए कभी-कभी आवश्यक हो जाता है कि वह किसी प्रत्यक्ष व्याख्या का सुझाव दे। इसे व्याख्या पद्धति के नाम से जाना जाता है। व्याख्या का समय उपयुक्त होना आवश्यक है। यदि रोगी पर्याप्त रूप से तैयार नहीं है तो वह परामर्शदाता की व्याख्या मानने से इंकार कर सकता है।

हो सकता है कि किसी रोगी का व्यवहार इच्छित व्यवहार के साथ ऐसा परिवर्तन दर्शाए कि परामर्शदाता प्रायः सीधे (लेकिन होशियारी से और पुनः उपयुक्त समय पर) उसे चुनौती दे या उसका सामना कर सकें। यह ध्यान रखना चाहिए कि उपचार में सोच के दोषपूर्ण तरीके को चुनौती देना संज्ञान तकनीकों का एक महत्वपूर्ण अंग है। इन पर इस इकाई के पूर्व भाग में पहले ही चर्चा की जा चुकी है।

4.4 परामर्शदाता व्यवहार में कैसे परिवर्तन लाता है?

और भी अनेक तकनीकें हैं जिनका परामर्शदाता रोगी के व्यवहार परिवर्तन में उपयोग कर सकता है। एक न भूलने वाला विषय है क्रम चक्र

क्रम चक्र की पहचान एवं उसका हस्तक्षेप

समस्याएँ कभी अकेली नहीं आती। प्रायः कोई एक समस्या दूसरी समस्या का परिणाम होती है और समस्या के प्रति प्रतिक्रिया मूल समस्या को और तीव्र कर देती है। इस प्रकार पैदा होने वाली प्रत्येक समस्या तथा दूसरी समस्या को बनाए रखने वाली दुष्क्रिया एक क्रम चक्र में घूमती रहती है। इसका एक उदाहरण अवसाद ग्रस्त महिला का है। उसके अवसाद में उसकी क्षमता शामिल है। उसकी कम क्षमता उसके अवसाद को बढ़ा देती है। एक दूसरा उदाहरण एक अभिभावक का है जो बुरे व्यवहार के लिए कठोरता से बच्चों पर अनुशासन करता है। बच्चा अपने पिता की प्रतिक्रिया से परेशान है तथा अपने पिता से दूर रहता है या और अधिक विद्रोही हो जाता है। इससे पिता और अधिक क्रोधित एवं कठोर हो जाता है। इस प्रकार ये समस्याएँ एक चक्र में घूमती रहती हैं। इसे क्रम चक्र के नाम से जाना जाता है।

परामर्शदाता के लिए क्रम चक्र को पहचानना तथा इसके लिए जिम्मेदार दुष्क्रियात्मक व्यवहार स्वरूप को पहचानने में रोगी की मदद करना महत्वपूर्ण है। यदि अनुकूलन हो तो इस क्रम चक्र को तोड़ना महत्वपूर्ण होता है।

4.5 सारांश

इस इकाई में परामर्श के लिए आने वाले रोगी में भावात्मक और व्यवहार परिवर्तनों को प्रभावित करने में उपयोगी संज्ञानात्मक मनोवैज्ञानिक और अन्य तकनीकों की चर्चा की गई है।

संज्ञानात्मक तकनीकें सोच के दोषपूर्ण तरीकों को पहचानने तथा उन्हें ठीक करने के लिए प्रयोग की जाती है। सोच के दोषपूर्ण तरीकों में संज्ञानात्मक विकृतियाँ, बार-बार उत्पन्न होने वाले अंतरमेधी विचार, असंगत धारणाएँ, संज्ञानात्मक एक साथ उत्पन्न होने वाली पूर्व धारणाएँ, द्विभाजित सोच, जोखिम का अत्यधिक अनुमान, असफलता का पूर्वाग्रह तथा अन्य संकल्पनाएँ शामिल हैं। प्रायः क्रम चक्र बना रहता है। दोषपूर्ण सोच से भावनाएँ एवं व्यवहार में विकार आता है तथा भावना एवं व्यवहार के ये विकार दोषपूर्ण सोच को दृढ़ करते हैं। संज्ञानात्मक तकनीकों के प्रयोग द्वारा दोषपूर्ण सोच पद्धतियों की पहचान की जाती है तथा उनका उपचार किया जाता है और वैकल्पिक, स्वस्थ, विचार पद्धतियाँ विकसित की जाती हैं।

मनोवैज्ञानिक तकनीकें मुख्य रूप से प्रतिकूल अहं रक्षा प्रणालियों की पहचान करने और उन्हें ठीक करने के लिए प्रयोग की जाती हैं। ये प्रणालियाँ समाधान रहित तनाव एवं संघर्ष के कारण उत्पन्न भावात्मक विकारों को संभालने के दोषपूर्ण तरीके से अचेतन मन में उत्पन्न होती हैं। ऐसे दोषपूर्ण रक्षा प्रणालियों के उदाहरण में इंकार करना, विस्थापन, बाई प्रदर्शन, निष्क्रिय आक्रामक व्यवहार तथा अन्य तरीके शामिल हैं। स्वस्थ रक्षा प्रणालियों के उदाहरणों में दमन, उदात्तीकरण, परोपकारिता, मजाक, पूर्वानुमान तथा अन्य व्यवहार शामिल हैं। परामर्श के दौरान अस्वस्थ रक्षा प्रणालियों की पहचान की जाती है। उपयुक्त रचना और समय का प्रयोग कर परामर्शक रोगी की दोषपूर्ण अनुकूलन प्रक्रियाओं की पहचान करने में सहायता करता है। इस प्रकार सुधारने के उपयुक्त सुझाव दिए जाते हैं।

अन्त में परामर्शक क्रम चक्र को समाप्त करता है। अर्थात् वह रोगी के जीवन में पैदा होने वाली एक समस्या और उसके कारण बनने वाली दूसरी समस्या तथा इसी प्रकार समस्याओं की श्रृंखला को समाप्त करता है।

बोध प्रश्न 2

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाएँ।

1) उदात्तीकरण से आप क्या समझते हैं?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) रक्षात्मक प्रणाली की पहचान करना किसे कहते है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4.6 शब्दावली

संज्ञात्मक उपचार : यह मनोचिकित्सा की एक शाखा है। जिसमें दोषपूर्ण सोच की पहचान कर और उसे सुधार कर मनःस्थिति और व्यवहार में परिवर्तन लाया जाता है।

मनोवैज्ञानिक मनोदैहिक : यह मनोविश्लेषण पर आधारित मनोचिकित्सा की एक शाखा है जो विश्लेषण के माध्यम से प्रतिकूल परिस्थितियों से निपटने के दोषपूर्ण तरीकों को ठीक कर मनःस्थिति और व्यवहारों की दुष्क्रिया को ठीक करती है।

अचेतन मस्तिष्क : यह मस्तिष्क का एक भाग हे जो प्रयत्न करने के बावजूद चेतना प्राप्त [illegible]

संज्ञानात्मक विकृतियाँ : ये दोषपूर्ण विचार अनुकूलन स्वरूप हैं जो वास्तविकता को नकारात्मक रूप से विकृत कर देते हैं जिससे व्यक्ति को संसार वास्तविकता से अधिक आक्रामक लगने लगता है।

निर्बाध अनुमान : इसका अर्थ है अनुचित निष्कर्ष निकालना।

विशिष्ट अमूर्त करना : इसका अर्थ है कि विषय के दूसरे पक्षों की अवहेलना कर एक विशेष पक्ष पर ध्यान केन्द्रित करना।

अत्यधिक सामान्यीकरण : छोटी सी घटना का व्यापक निष्कर्ष निकालना।

व्यापकता : राई का पहाड़ बनाना।

न्यूनता : यह सकारात्मक गुणों को कम आँकने के संदर्भ में आता है।

बार-बार अन्तर्वेधी (स्वतः) विचार है : ये नकारात्मक विचार जो चेतन मस्तिष्क पर छा जाते हैं।

कम आत्म सम्मान : ये ऐसे विचार हैं जो आत्म विश्वास की कमी की असंतुष्टि का वर्णन करते हैं।

अत्यधिक आत्म ग्लानि : ये ऐसे विचार हैं जो औचित्य से अधिक स्वयं की आलोचना करने लगते हैं।

अत्यधिक अपराध बोध : इन विचारों में आवश्यकता से अधिक स्वयं को अपराधी मान लिया जाता है।

बलि का बकरा बनाना : इन विचारों में आवश्यकता से अधिक दूसरों को दोषी ठहराया जाता है।

विकृति के विचार : इन विचारों में व्यक्ति अपनी संपत्ति की अपेक्षा अपनी देयता पर ध्यान केन्द्रित करता रहता है।

असंगत नकारात्मक विचार : इन विचारों में सूचित (उपस्थित) दायित्वों या कठिनाइयों को अत्यधिक मानने पर अड़े रहना।

अवास्तविक पूर्वाग्रह : ये ऐसे गुण या लक्ष्य जिन्हें प्राप्त करना आवश्यक माना जाता है, इनमें असफल रहने पर आत्म-अयोग्यता के विचार आने लगते हैं।

संज्ञानात्मक तीन विचार : ये एक साथ तीन नकारात्मक विचार प्रायः एक साथ पैदा होते हैं। जैसे असहायता, निराशा और अनुपयुक्तता के विचार।

विचार का ध्रुवीकरण (द्विभाजित विचार) : यह विषयों के दो विकल्पों में से केवल एक पर ही अचेतन रूप से विभाजन है जैसे सही या गलत अथवा अच्छा या बुरा।

अहं (इगो) रक्षा प्रणालियाँ : ये अचेतन प्रक्रियाएँ होती हैं जो मस्तिष्क की अनसुलझाये द्वंद्व को दूर करने में सहायता करती हैं।

परोपकारवाद : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा दूसरे का भला करके अप्रसन्नता और अपराध की भावनाओं को कम किया जा सकता है।

पूर्वानुमान : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा भविष्य के लिए उपयुक्त सावधानी रखकर चिंताओं को कम किया जाता है।

मजाक : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा तनाव के कारक से संबंधित विषयों पर हँस कर प्रसन्नता को कम किया जाता है।

दमन : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा तनाव के कारक के बारे में आने वाले विचारों को जानबूझ कर आने से रोकने से अप्रसन्नता को कम किया जाता है।

उदात्तीकरण : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा अस्वीकार्य भावनाओं को सामाजिक रूप से स्वीकृत तरीकों से वर्णित किया जाता है।

प्रदर्शन : यह एक अह रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा हमारे अंदर उठने वाली भावनाएँ एवं मनोदशाएँ हम दूसरे के विचारों पर आरोपित कर देते हैं।

मना करना : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा हम अवचेतनता में तनाव की उपस्थिति को मना करके उसको कम करते हैं।

बाहर कार्य करना : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा द्वंद्व से उठने वाला क्रोध एवं अन्य भावनाओं को मुक्त रूप से प्रकट कर तनाव को समाप्त किया जाता है।

निष्क्रिय आक्रामक व्यवहार : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा अप्रसन्नता को उपयुक्त व अप्रत्यक्ष तरीके से प्रकट किया जाता है।

खेद प्रकट करना या पीछे हटना: यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा द्वंद्व को बच्चे जैसे व्यवहार तथा विवशता के द्वारा संभाला जाता है।

पहचान करना : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा दूसरों के व्यवहार के अचेतन प्रति रूप की विशेषता का पता लगता है।

विस्थापन : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा उत्पन्न भाषाएँ और कुंठाएँ उत्पत्ति के कारक व्यक्तियों पर जाहिर करने की अपेक्षा दूसरों पर प्रकट की जाती है।

युक्त संगत बनाना : यह एक अहं रक्षा तंत्र है जिसके द्वारा गलतियों, असफलताओं या अन्य कुंठाओं और द्वंद्वों के लिए बहाने बनाए जाते हैं।

क्रम चक्र : इस स्थिति में रोगी के जीवन में एक समस्या दूसरी समस्याओं को पैदा कर देती है।

4.7 कुछ उपयोगी पुस्तकें

1) मैक ल्योड जे., एन इंट्रोडक्शन टू काउंसलिंग, पोर्टलैण्डः ओपन यूनिवर्सिटी प्रैस, 1998।

2) ट्रोवर पी., कोग्निटिव - विदेवयिरल काउंसलिंग इन एक्शन, लंदनः सैजे पब्लिकेशन, 1998

3) सेडन जे., काउंसलिंग इन सोशल वर्क प्रैक्टिस, पोर्टलैण्डः ओपन यूनिवर्सिटी प्रैस, 1999।

4) गेल्डर्ड के., गेल्डर्ड डी., काउंसलिंग एडोल्सोट्रस, लंदनः सैजे पब्लिकेशन, 1999।

5) टुडर के, ग्रुप कांउसलिंग, लंदनः सैजे पब्लिकेशन।

4.8 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) संज्ञानात्मक विकारों की सूची
   - विशिष्ट अमूर्त कल्पना
   - अत्यधिक सामान्यीकरण

- अत्यधिकता
- न्यूनता
- निर्बाध अनुमान

2) अवास्तविक पूर्वाग्रहों के कुछ उदाहरण दीजिए।

मैं जो भी काम करूँ वह सर्वोत्तम हो।

खुश रहने के लिए मेरे पास कपड़े धोने की मशीन होनी चाहिए।

प्रत्येक व्यक्ति मुझे प्यार करे।

मुझे कभी असफल नहीं रहना चाहिए।

3) दोषपूर्ण सोच के संदर्भ में क्रम चक्र क्या है?

दोषपूर्ण सोच से जीवन में अप्रसन्नता का अनुभव होता है और अप्रसन्न जीवन अनुभवों से सोचने के तरीके दोषपूर्ण हो जाते हैं। इस प्रकार एक दोषपूर्ण चक्र आरंभ हो जाता है।

बोध प्रश्न 2

1) उदात्तीकरण से आप क्या समझते हैं?

उदात्तीकरण प्रक्रिया द्वारा हम विकृत भावनाओं और यहाँ तक की अस्वीकार्य अनुरोधों को सामाजिक रूप से स्वीकार्य तरीकों के द्वारा हटा सकते हैं। जैसेः

गरीबी की दयनीयता या युद्ध के डर को काव्य या कला के द्वारा भुलाया जा सकता है। अथवा एक युवक की आक्रामक भावनाओं को मुक्केबाजी, साहसिक खेलों, प्रतिस्पर्द्धात्मक शारीरिक व्यायाम या पुलिस सेवा कार्य में उपयोग किया जा सकता है।

2) रक्षातंत्र के रूप में पहचान की परिभाषा दीजिए।

पहचान उन व्यवहार स्वरूपों का प्रदर्शन है जो अचेतनता में किसी दूसरे का विशिष्ट प्रतिरूप है उदाहरण के लिए, एक आक्रामक, हिंसक स्वभाव वाले युवक ने हो सकता है अचेतन मन में अपने दण्ड देने वाले पिता के व्यवहार की विशिष्टताएँ ग्रहण कर ली हों।

इकाई 5 परामर्श से संबंधित व्यावहारिक मुद्दे

इकाई की रूपरेखा

5.0 उद्देश्य
5.1 प्रस्तावना
5.2 परामर्श के लिये व्यावहारिक प्रबंध
5.3 कठिन परिस्थितियों को संभालना
5.4 परामर्शदाता व्यवहार में कैसे परिवर्तन लाता है?
5.5 विभिन्न व्यावहारिक मुद्दे
5.6 सारांश
5.7 शब्दावली
5.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें
5.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

5.0 उद्देश्य

इस इकाई का उद्देश्य आपको परामर्श के विषय में जानकारी देना है। अंत में विश्लेषण करने हेतु हम अपनी चर्चा परामर्श अवधारणा की परिभाषा से शुरू करके इसकी प्रक्रिया और इसमें शामिल तकनीकों को भी जानेगें। इस खंड की अंतिम इकाई में हम परामर्श से जुड़े कुछ व्यावहारिक तथ्यों की चर्चा कर रहे हैं। इसको पढ़ने के बाद आपः

- परामर्श के लिए आवश्यक व्यावहारिक प्रबंध के बारे में जान सकेंगे,
- कठिन परिस्थितियों को कैसे संभाला जाए इसके बारे में जान सकेंगे,
- इसकी सुरक्षा में आने वाली समस्याओं के बारे में जान सकेंगे, तथा
- परामर्श से जुड़े अन्य व्यावहारिक मुद्दों के बारे में जान सकेंगे।

5.1 प्रस्तावना

परामर्श एक व्यावसायिक सेवा है। इसलिए इसमें व्यावसायिक रूप से प्रशिक्षित कर्मचारी की आवश्यकता होती है। यद्यपि परामर्श की अवधारणा लम्बे समय से विद्यमान है, तो भी प्रत्येक समाज और समुदाय के अपने दृष्टिकोण हैं और विषम परिस्थितियों से निपटने के अपने तरीके हैं। विकसित देशों में जहाँ विशिष्ट सेवाएँ बहुतायत में उपलब्ध हैं, कोई भी व्यक्ति सैकड़ों व्यावसायिक रूप से योग्य परामर्शकों में से चुनाव कर सकता है। तो भी भारतीय परिप्रेक्ष्य में वस्तु स्थिति अलग है। भारत में व्यावसायिक रूप से प्रशिक्षित परामर्शदाताओं के लिए अवसर अपर्याप्त हैं। यहाँ तक कि, जब परामर्श की माँग बढ़ रही है, खासकर बीमारी के प्रकट होने अथवा पुनः उभरने की स्थिति से निपटने के लिए, तत्काल ध्यान देने की जरूरत है।

संचार और परामर्श सेवा के इस पाठ्यक्रम में इस बात की कोशिश की गई है कि कुछ प्रारंभिक जानकारी परामर्श सेवा के बारे में दी जाये कि यह क्या, क्यों और कैसे होती है? ऊपर वर्णित उद्देश्यों में स्पष्ट लिखा गया है कि परामर्श से जुड़े व्यावहारिक पहलू से आपका परिचय कराया जाएगा ताकि आपकी जानकारी में वृद्धि हो।

5.2 परामर्श के लिये व्यावहारिक प्रबंध

ग्राहक कौन हो सकता है?

परामर्श किसी व्यक्ति अथवा समूह के सम्मुख उपस्थित मनोवैज्ञानिक समस्याओं के निवारण हेतु मार्गदर्शन एवं समर्थन का प्रावधान है। यदि समस्या व्यक्तिगत है तो व्यक्ति ही परामर्श का केन्द्र बिंदु है। फिर भी वह समूह जिससे व्यक्ति संबंध रखता है लाभान्वित हो सकता है। उदाहरण के तौर पर किसी पियक्कड़ को परामर्श देते समय उसके परिवार को भी परामर्श देना महत्वपूर्ण है।

जब समस्या समूह की होती है तो परामर्श का केन्द्र बिंदु समूह होता है। फिर भी समूह में शामिल व्यक्ति स्वतंत्र परामर्श के द्वारा लाभ उठा सकते हैं। उदाहरण के तौर पर वैवाहिक मामलों में दम्पत्ति में से प्रत्येक के साथ वार्ता रखना लाभप्रद होता है।

प्रायः व्यक्ति स्वयं को शामिल करने में अनिच्छा व्यक्त करते हैं। जैसे मद्यपान के आदी की पत्नी दृढ़ रूप से इंकार करती है कि उसके पियक्कड़ पति की आदत पर उसका व्यवहार किसी भी रूप से प्रभाव डालता है। अथवा एक पिता यही विश्वास दिखाता है कि उसके दुराचारी पुत्र की समस्या का एक मात्र कारण उसकी बुरी संगत है अतः उसे स्वयं को परामर्श की आवश्यकता नहीं है। ऐसी स्थिति में काफी धैर्य एवं व्यवहार कुशलता की जरूरत होती है ताकि वांछित व्यक्ति को अपने दायरे में लाकर उसका सहयोग प्राप्त किया जा सके।

परामर्श का संचालन कहाँ होना चाहिए?

परामर्श की विधि आंशिक रूप से औपचारिक है (मनोचिकित्सा जितनी औपचारिक नहीं है) तो भी इसे किसी उपयुक्त स्थान, यथा परामर्श कक्ष, हस्तपाल या अन्य उपर्युक्त स्थान पर व्यवस्थित ढंग से किया जाना चाहिए।

जब तक कि असाधारण परिस्थितियाँ ना हो परामर्श का कार्य किसी के निवास पर या सार्वजनिक स्थान पर नहीं रखना चाहिए क्योंकि इससे प्रक्रिया की गंभीरता को क्षति पहुँचती है। परामर्श का कार्य ऐसे स्थान पर भी नहीं होना चाहिए जिसमें वार्तालाप की निरंतरता में लगातार रुकावट या व्यवधान पड़ता हो।

साथ ही परामर्श ऐसी स्थिति में भी नहीं करना चाहिए जिसमें गोपनीयता भंग होती हो। उदाहरण के तौर पर एक रोगी उस कक्ष में जिसमें अन्य व्यक्ति बैठे हों सहज नहीं रह पायेगा चाहे अन्य व्यक्ति अपने अपने कार्यों में लगे हों।

परामर्श सत्र के लिये बैठने की व्यवस्था कैसी हो

परामर्शदाता और ग्राहक के चेहरे आमने सामने होने चाहिए। कुछ परामर्शदाता और ग्राहक मध्य में रखी किसी मेज या डेस्क के दोनों और बैठने में सुकून महसूस करते हैं जबकि अन्य कुछ बीच में किसी भी वस्तु का ना होना पसन्द करते हैं। महत्वपूर्ण बात है कि बैठने के लिये सीटों की स्थिति दोनों के लिए आरामप्रद होनी चाहिए ना ही ज्यादा नजदीक और ना ही ज्यादा दूर।

क्या ग्राहक को परामर्श के लिये भुगतान करना चाहिए?

इस प्रश्न का उत्तर केवल 'हाँ' या 'ना' में नहीं है। यह उस स्थिति पर निर्भर करता है जिसमें परामर्श होता है। बहुत से ग़ैर सरकारी संगठन हैं जो निःशुल्क यह सेवा प्रदान करते हैं। मुफ्त परामर्श का एक लाभ यह है कि कोई भी इस सुविधा का लाभ उठा सकता है, ऐसे लोग भी जो भुगतान करने की स्थिति में नहीं है।

मुफ्त परामर्श का नुकसान यह है कि ग्राहक को क्योंकि भुगतान नहीं करना पड़ता अतः वह इस सुविधा को गंभीरता से नहीं लेता। ऐसी परिस्थिति में, विरोधाभास के चलते, मुफ्त का परामर्श लाभ की बजाए ग्राहक को नुकसान पहुँचाता है।

परामर्श सत्र कितनी अवधि का हो?

सामान्यतः एक परामर्श सत्र 40-50 मिनट का होता है। ऐसा सत्र जो थोड़े समय का हो वांछित प्रभाव नहीं दे पाता। यदि सत्र ज्यादा देर का हो तो परामर्शदाता एवं ग्राहक दोनों को उबाऊ लगता है। संकटकाल में अतिरिक्त समय का सत्र सहायक होता है। तदुपरांत छोटा सत्र रखा जा सकता है।

परामर्श सत्र की आवृत्ति क्या हो?

यह तथ्य समस्या की गंभीरता पर निर्भर करता है। संकटकाल में दैनिक सत्र की जरूरत पड़ सकती है, जब तक संकट विद्यमान है। यदि समस्या महीनों या वर्षों तक विद्यमान हो तो साप्ताहिक सत्र ही पर्याप्त रहता है।

कभी-कभी जल्दी सत्र करना, मसलन् सप्ताह में 2-3 बार, भी सहायक होता है - जिसकी आवृत्ति बाद में कम की जा सकती है। यदि एक बार परामर्श का उद्देश्य स्थापित हो जाये तो बाद के सत्र की तालिका बनाई जा सकती है जो पखवाड़े से लेकर मासिक सत्र की हो सकती है।

एक ग्राहक को कितने सत्र की आवश्यकता होती है?

कुछ ग्राहकों के लिए तो केवल एक सत्र की पर्याप्त होता है। कुछ ग्राहकों के लिए परामर्श का कार्य लम्बा अर्थात् महीनों तक चलता है लेकिन अधिकांश ग्राहकों के लिए इनके बीच की कोई अवधि भी पर्याप्त रहती है। अतः सत्र की संख्या और उसका कार्य समय समस्या की प्रकृति और सत्र के दौरान होने वाली प्रगति पर निर्भर करता है।

5.3 कठिन परिस्थितियों को संभालना

एक परामर्शदाता क्या करे जब ग्राहक शुरुआत करने में झिझके?

परामर्शदाता को पहले धैर्य, विश्वास और सद्भावना का माहौल बनाना चाहिए। उसे सीधे ही समस्या के मुख्य बिन्दु पर न आकर सामान्य बातों जैसे शिक्षा, पसन्द व्यवहार, मित्र मण्डली आदि की चर्चा से शुरुआत करनी चाहिए। तत्पश्चात् अपने कौशल का प्रयोग करते हुए समस्या की ओर अग्रसर होना चाहिए। जैसे ही ग्राहक सहजता अनुभव करे, परामर्शदाता मुख्य मुद्दों पर ध्यान केन्द्रित करने की चेष्टा करे।

परामर्शदाता क्या करे जब सत्र में खामोशी छाई रहे?

खामोशी निम्न तथ्यों में से कोई एक या ज्यादा से हो सकती है:

- जब ग्राहक जो कहना चाहता है, अपनी बात कह लेता है;
- ग्राहक यह सोच रहा होता है कि आगे क्या कहे;
- वह विषय वस्तु पर आगे चर्चा करने का अनिच्छुक हो;
- उसको भावनाओं ने जकड़ लिया हो;
- वह उन महत्वपूर्ण बिन्दुओं पर विचार कर रहा हो जो उसके सम्मुख सत्र के दौरान ही उभरे हैं

- वह परामर्शदाता की तरफ से कोई पक्का आश्वासन चाहता हो जिस विषय में चर्चा समाप्त हुई है;
- वह परामर्शदाता को या उपचार को अपने प्रतिकूल समझता हो।

ऐसी स्थिति में पहले परामर्शदाता को यह फैसला करना होगा कि उपरोक्त संभावनाओं में से सबसे सटीक कौन सी है। एक सूत्र यह जानने के लिए सहायक होगा कि खामोशी किस बात पर छाई थी। एक स्थिति यह हो सकती है कि ग्राहक को अपना रास्ता चुनने के लिए विचारने का अवसर चाहिए। जबकि अन्य स्थिति में परामर्शदाता को खामोशी तोड़कर ग्राहक का मार्गदर्शन करना चाहिए अथवा चर्चा का विषय बदलकर बाद में मुख्य बिन्दु पर पुनः आना चाहिए। एक लाभदायक टिप ऐसे अवसर के लिए है कि विनम्रता से यह पूछना कि "आप क्या सोच रहे हैं?"

परामर्शदाता क्या करे, यदि ग्राहक रोना शुरु कर दे?

कई परामर्शदाता असहज हो जाते हैं यदि ग्राहक सत्र के दौरान चिल्लाना/रोना आरंभ कर देता है। ऐसें में तत्काल ग्राहक को तसल्ली देते हुए कहना कि "नहीं, चिल्लाइए मत यह इतना बुरा नहीं है जितना आप सोच रहे हैं" ऐसी प्रतिक्रिया व्यक्त हो जाती है।

इस प्रकार के जबाव पूर्णतया अनुपयुक्त हैं। ग्राहक के आंसुओं से परामर्शदाता को विचलित नहीं होना चाहिए। आंसू किसी ग्राहक की विश्वास की अभिव्यक्ति है, कि वह परामर्शदाता को अपनी अन्दरूनी भावनाएँ बता सकता है।

ऐसे में परामर्शदाता के लिए उचित है कि ग्राहक को अपनी भावनाएँ व्यक्त करने दी जाएं ताकि आंसू कुछ देर बाद स्वयं सूख जाएँ। साथ ही ग्राहक का चिल्लाना बंद होने का इंतजार भी नहीं करना चाहिए। इससे ग्राहक की प्रतिक्रिया पर अकुंश लगेगा और ज्यादा ध्यान केन्द्रित होगा तथा ग्राहक चिल्लाने से बचेगा। इससे भी अधिक अच्छा होगा कि परामर्शदाता अपेक्षाकृत सहानुभूति की बात बोले जैसे "इस बात से आपको दुःख पहुँचा है, या नहीं?"

परामर्शदाता क्या करे जब ग्राहक ज्यादा ही और अनुचित भावावेग धारण करे।

कभी-कभी ग्राहक बिना खास उकसाने के रोना या गुस्सा करना या अन्य भावनाएँ अत्यधिक रूप से व्यक्त करता है। जबकि हालत उतनी बुरी नहीं होती। ऐसे में सर्वोत्तम तरीका है कि ग्राहक को अपने आप शान्त होने दिया जाए। तत्पश्चात् परामर्शदाता विनम्रता से एवं निश्चय से उसके आवेग का कारण जान सकता है और ग्राहक को ऐसी अप्रिय स्थिति न पैदा करने के लिए समझा सकता है। कभी-कभी परामर्शदाता भावनाओं की अभिव्यक्ति को निष्फल करने की इच्छा करता है। यह तब जरूरी हो जाता है जब लगता है कि भावनाओं में नाटकीयता है अथवा भावनाओं का वेग नियन्त्रण से बाहर हो जाता है अथवा बार-बार भावावेग का आना वार्ता की प्रगति में बाधक बनता है।

परामर्शदाता क्या करे जब असमजंस की स्थिति हो

यद्यपि ये हास्यास्पद लगता है फिर भी परामर्शदाता के सामने कभी-कभी ऐसी स्थिति आती है जब रास्ता नहीं सूझता। वह जान नहीं पाता कि क्या कहे या पूछे अथवा सत्र को कैसे जारी रखे। यहाँ कुछ प्रश्न दिए जा रहे हैं जिनसे परामर्शदाता ग्राहक की समस्या की जानकारी प्राप्त कर सकता है जो लाभदायक सिद्ध होते हैं। जैसे

1) मुझे अपने बारे में बताइये
   क्या तुम्हारी इच्छाओं को रोका जाता है?
   क्या तुम्हारी जरूरतों को रोका जाता है?

क्या तुम्हारी भावनाओं को रोका जाता है?

2) अपनी समस्याओं की कोई मजेदार बात बताइए।
मुझे कोई मजेदार घटना बताइए।

3) आप अपने बारे में क्या पसन्द रखते हैं?
आप कैसे जानेंगे कि आपको कब अपना ध्यान रखना है?
आप अपना ध्यान किस प्रकार रखेंगे?

4) आपका विश्वास किन लोगों में है?
आपके नजदीकी लोग आपकी सहायता कैसे करते हैं?
आपके निकटवर्ती लोगों को आपकी सहायता आप करने देंगे?

5) किस बात से आपको प्रसन्नता होती है?
आप अपने आपको प्रसन्न रखने के लिए क्या करते हैं?
आप सुबह जल्दी उठने के लिए रोजाना क्या करते हैं?
आप किस प्रकार प्रसन्न होते हैं या किस बात पर बिगड़ते है?

6) आप किस को प्रेम करते है?
आपको कौन प्रेम करता है?
आप विपरीत परिस्थितियों में क्या करते हैं?

5.4 परामर्शदाता व्यवहार में कैसे परिवर्तन लाता है?

एक अच्छे परामर्शदाता या चिकित्सक को विभिन्न समस्याओं से किस प्रकार सतर्क रहना है, ये अवश्य सीखना चाहिए। इनका संक्षिप्त विवरण इस खण्ड में दिया गया है।

कल्पना की उड़ान

परामर्श का अनूठा अनुभव, परामर्शदाता द्वारा दिखाया गया आशावाद एवं अन्य कुछ बातें शुरुआती सत्रों में ग्राहक को कुछ आराम का अहसास दिलाते हैं। लेकिन यह कल्पना की उड़ान की तरह है जो अस्थायी है। ग्राहक एवं परामर्शदाता दोनों को यह प्रक्रिया समान रूप से समझ लेनी चाहिए और आगे जब यह कड़वी सच्चाई सामने आती है कि समस्या का समाधान अभी नही हुआ है तो इससे हताश नहीं होना चाहिए।

ट्रांसफरेन्स (अंतरण)

ग्राहक कभी-कभी परामर्शदाता के प्रति ऐसा दृष्टिकोण विकसित कर लेते हैं कि उनके जीवन में औरों की अपेक्षा कुछ महत्वपूर्ण है या रहा है। उदाहरण के तौर पर एक ग्राहक परामर्शदाता का ध्यान एवं समर्थन एक स्थानापन्न माता की वजह से पाने में सफल हो जाता है। अन्य कोई ग्राहक परामर्शदाता के व्यवहार कुशल मार्गदर्शन को प्रताड़ना के रूप में देखता है।

परामर्शदाता को सचेत रहना चाहिए कि ग्राहकों से ऐसा व्यवहार अनजाने में भी हो सकता है। ट्रांसफरेन्स का आभास ग्राहक के परामर्शदाता के प्रति व्यवहार से लग जाता है।

ट्रांसफरेन्स सकारात्मक हो सकता है यदि ग्राहक परामर्शदाता को हितैषी समझता है और नकारात्मक भी हो सकता यदि ग्राहक परामर्शदाता को अपने प्रतिकूल समझता है।

सामान्यतः ट्रांसफरेन्स से बचना चाहिए क्योंकि यह उपचार में व्यवधान बन सकता है या ग्राहक को परामर्शदाता का आश्रित बना देता है। चिकित्सक के प्रति ग्राहक का नजरिया, यदि आवश्यक हो तो, सीधे ही बातचीत से तय किया जा सकता है।

आश्रित होना भी ट्रांसफरेन्स की एक खास किस्म है जो उपचार के दौरान विकसित होती है। ये प्रायः क्षणिक होती है और इसकी अपनी सीमाएँ है तथा जब कुंठा का स्तर ज्यादा होता है तो प्रारंभिक दिनों में साफ दृष्टिगोचर होती है। यदि निर्भरता ज्यादा परिपक्व हो जाए अथवा असहनीय हो जाए अथवा ग्राहक-परामर्शदाता के बीच सामंजस्य में बाधा उत्पन्न करे तो इसकी समीक्षा की जानी चाहिए।

प्रति स्थानान्तरण

कभी-कभी परामर्शदाता में अपने रोगियों के प्रति ऐसा रुख विकसित हो जाता है जैसा जीवन में किसी विशेष व्यक्ति के लिए था या वह रखता है उदाहरण के लिए परामर्शदाता किसी रोगी को अपने पुत्र या जीवन साथी जैसा अनुभव करने लगता है।

प्रति स्थानान्तरण उपचार में हस्तक्षेप कर सकता है क्योंकि इससे परामर्शदाता द्वारा निर्णय करने में भेद हो सकता है। जब परामर्शदाता को अपने रोगी के प्रति भावना में थोड़ा सा भी परिवर्तन महसूस हो तो वह प्रति स्थानान्तरण को पहचान सकता है।

परामर्श में प्रति स्थानान्तरण परामर्शदाता में शुभ भावनाएँ होने पर सकारात्मक तथा उग्र भावनाएँ होने पर नकारात्मक हो सकता है।

परामर्शदाताओं को प्रति स्थानान्तरण होने से बचाव के सभी संभव प्रयास करने चाहिए। परामर्शदाताओं को अपने रोगियों से उपयुक्त रूप से संबंध रखना चाहिए लेकिन भावात्मक रूप से पृथक रहना चाहिए।

परामर्शदाता के लिए यह हमेशा लाभकारी होता है कि दिन की समाप्ति पर अकेले बैठ कर दिन भर की घटनाओं का विश्लेषण करे या व्यक्तिगत रूप से आत्म विश्लेषण करे। इससे परामर्शदाता सुरक्षित रहेगा।

प्रतिरोध

प्रतिरोध से आशय उस प्रक्रिया से है जिसमें ग्राहक उपचार की प्रगति के विरुद्ध हो जाता है अनजाने में या अप्रत्यक्ष रूप से। यह तब होता है क्योंकि ग्राहक व्यवहारगत परिवर्तनों को इच्छानुसार मोड़ने में कठिनाई देखता है अथवा वह पाता है कि मुद्दे जिन पर विचार होता है वह उसके अन्तर्मन को गहरे में छूते हैं और उसकी भावनाओं को दबाते हैं।

प्रतिरोध कई तरीके से सामने आता है। जैसे सत्र से अनुपस्थित हो जाना, सत्र के समय देरी से आना, सत्र के दौरान बेचैनी का दिखावा, सत्र के दौरान ध्यान कहीं और लगाना, मुद्दों से हटकर फालतू सवाल-जबाव पर आना, लम्बी देरी खामोशी धारण करना इत्यादि। प्रतिरोध से निपटने का तरीका है कि प्रत्यक्ष व्यवहार को ठीक से समझना और दबे मुद्दों में से आधारभूत उद्देश्य को खोज निकालना।

बाह्य अवरोध

विभिन्न स्रोतों से आने वाला बाह्य अवरोध भी परामर्श के कार्य को हानि पहुँचाता है। उदाहरण के तौर पर ग्राहक से जुड़े अन्य महत्वपूर्ण लोग उसे विपरीत सलाह दे सकते हैं या उस पर ऐसा दबाव डालते हैं कि उपचार की प्रक्रिया गर्त में चली जाती है। परामर्शदाता को ऐसे विघ्नकारी दबाव से सचेत रहना चाहिए और समयानूकुल उचित तरीके से स्थिति को संभालना चाहिए।

परामर्शदाता कभी-कभी सर्वज्ञ और सर्वशक्तिमान होने का विचार पाल लेते हैं। तब उनकी सोच इस प्रकार बनती है - जैसे

- मैने ग्राहक और उसकी समस्या को पूरी तरह जान लिया है
- यह एक सीधा और स्पष्ट मामला है
- कि समस्या एकदम प्रत्यक्ष है और उसका हल एकदम आसान है
- मैं जानता हूँ कि ग्राहक के लिए सर्वोत्तम क्या है?

बोध प्रश्न 1

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाएँ।

1) स्वास्थ्य में चमत्कार क्या है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) परामर्श सत्र की अवधि कितनी होनी चाहिए?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3) स्थानान्तरण क्या है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5.5 विभिन्न व्यावहारिक मुद्दे

क्या वार्तालाप के प्रत्येक सत्र की कोई रूपरेखा है?

सामान्यतः यह एक उत्तम विचार है कि प्रत्येक सत्र निम्न तरीके से चलाया जाए:

- पिछले सत्र में क्या हासिल हुआ इसका सारांश करना

2) पिछले सत्र के व्यवहार के सार की चर्चा
3) पिछले सत्र में क्या निश्चित हुआ, इसकी चर्चा
4) यदि जरूरत हो तो, पिछले सत्र का पुनरावलोकन करना
5) वर्तमान सत्र के लिए कार्य सूची निश्चित करना
6) वर्तमान सत्र की कार्य सूची पर कार्य करना
7) वर्तमान सत्र का सारांश निकालना
8) दो सत्रों के बीच के लिए ठोस कार्यक्रम तय करना
9) अगले सत्र के लिए प्रयोगात्मक कार्यसूची तय करना

जहाँ तक संभव हो, कार्य सूची बनाना एवं सत्रों का सारांश निकालने का कार्य ग्राहक द्वारा किया जाना चाहिए। इस तरीके में ज्यादा वार्तालाप ग्राहक की तरफ से होगा ना कि परामर्शदाता की तरफ से।

अभ्यास के लिए कार्य

एसाइनमेंटस का अर्थ है क्रियात्मक अभ्यास, जो परामर्शदाता तय करता है एवं ग्राहक द्वारा कार्य रूप दिया जाता है दो सत्रों के बीच की अवधि में।

एसाइनमेंटस में आत्मविश्लेषण अभ्यास भी हो सकता है। उदाहरण के लिए परामर्शदाता एक ग्राहक को कह सकता है कि वह अपने माता-पिता से बात करते समय अपने गुस्से पर काबू रखने में असफल होने के बाबत कितने ज्यादा से ज्यादा स्पष्टीकरण वह दे सकता है उनके बारे में सोच-विचार करें। ऐसे अभ्यास मौखिक अथवा लिखित रूप में हो सकते हैं। लेकिन लिखित एसाइनमेंट ज्यादा बेहतर रहता है क्योंकि जब विचारों को कागज पर उतारा जाता है तो ग्राहक उन पर ज्यादा स्पष्ट रूप से विचार करने के लिए विवश हो जाता है।

एसाइनमेंटस व्यावहारिक अभ्यास के रूप में भी हो सकता है। जैसे - वैवाहिक झगड़े में मतभेदों में कमी लाने हेतु परामर्शदाता एक ग्राहक को ऐसा निर्देश देता है कि वह अपने हठी रास्ते से (कुछ समय के लिए) हट कर दूसरे पक्ष से मैत्रीपूर्ण वातावरण में लेकिन निष्पक्ष बातचीत के लिए प्रस्तुत हो।

ये एसाइनमेंट काफी लाभप्रद होते हैं क्योंकि इनसे सूचनाएँ इकट्ठी होती हैं, क्योंकि इनके जरिये ग्राहक आत्मविश्लेषण या अपना व्यवहार सुधारने को तत्पर हो जाता है, तथा इनसे उपचार की निरन्तरता की प्रक्रिया बनी रहती है।

एक सत्र के मुख्य तत्वों को कैसे रिकार्ड करें?

ग्राहक की इजाजत से परामर्शदाता को संक्षिप्त नोट्स (जैसे ग्राहक बताता है) सत्र के दौरान बना लेने चाहिए। लेकिन इस कार्य से चर्चा पर व्यवधान नहीं पड़ना चाहिए।

सत्र की समाप्ति पर परामर्शदाता को विस्तृत नोट्स तैयार करने चाहिए जिनका सारांश सत्र के दौरान की गई कार्यवाही के अनुसार हो। उसके आधार पर अगले सत्र की संक्षिप्त रूपरेखा भी तैयार करनी चाहिए।

इन नोट्स को रिकार्ड में लाने का उद्देश्य है कि उपचार में हो रही प्रगति का पता लग सके, केस के वृत्तांत के पुनरावलोकन में आसानी हो तथा अगले सत्र की रूपरेखा तैयार करने में सहायता मिले।

उपचार से अलग हटने की स्थिति क्यों होती है?

कभी-कभी ग्राहक उपचार के लिए आना बन्द कर देता है। इसके पीछे एक या कई कारण हो सकते हैं - जैसे

1) ग्राहक उन परिवर्तनों को कार्यरूप देने में अनिच्छुक है जो सत्र में सुझाए गए हैं।
2) ग्राहक महसूस करता है कि परामर्श कार्य असुविधाजनक है अथवा कोई सहायता नहीं मिल रही है परामर्श से
3) ग्राहक को परामर्श की आगे जरूरत नहीं होती क्योंकि समस्या का समाधान हो गया है।

एक सत्र में परामर्शदाता को कितने रोगी रखने चाहिए?

आदर्श रूप से देखें तो एक परामर्शदाता को एक मानक सत्र (लगभग 40 मिनट-50 मिनट) के अनुसार एक दिन में 3 से 5 ग्राहकों से ज्यादा नहीं बुलाना चाहिए। क्योंकि ज्यादा ग्राहकों से मिलना तनाव का कारण बनता है और इस तरह व्यावसायिक दक्षता में गिरावट आती है अन्यथा सब कुछ गवांना पड़ सकता है।

बहुत सारे ग्राहकों को चल रहे उपचार में एक साथ रखने से परामर्शदाता विचलित हो सकता है। एक ग्राहक की बातें दूसरे ग्राहक के साथ जुड़ने का डर भी बना रहता है। अलग-अलग ग्राहकों से किये गये वायदे कार्य की अधिकता के कारण शिथिल पड़ जाते हैं।

परामर्श कार्य का निरीक्षण कैसे हो?

परामर्शदाता को अपने केस की चर्चा अपने सहकर्मी से करते रहना चाहिए, बेहतर हो कि सत्र के अनुरूप ही। कुछ केन्द्रों पर केस सामग्री पर ग्रुप में चर्चा करना भी लाभदायक रहता है।

ऐसी चर्चा से परामर्शदाता को अगले सत्र को संचालन करने में सहायता मिलती है, मसले को अन्य दृष्टिकोण से देखने का अवसर मिलता है तथा यदि ग्राहक लाभ उठाने से वंचित हो जाए तो स्वयं पर अपराधबोध का भार कम आता है।

क्या परामर्श रोगी के लिए हानिकारक हो सकता है?

हाँ। परामर्श से पहले के पूरी तरह दबे हुए और भूले हुए मुद्दे पुनः उठ सकते हैं। नैतिकता यह है कि परामर्शदाता को ऐसे मामले कभी भी उठाने और लेने चाहिए जब तक कि रोगी व परामर्शदाता को उन्हें संभालने का पूरा भरोसा न हो।

क्या परामर्श से परामर्शदाता को कोई हानि हो सकती है?

जी हाँ। किसी भी व्यवसाय को अत्यधिक गंभीरता से लेने पर वैयक्तिक या पारिवारिक कार्यप्रणाली में बाधा आ सकती है। फिर एक विशेष समस्या परामर्शदाताओं को प्रभावित कर सकती है अर्थात् उत्तेजना के संलक्षण प्रकट हो सकते हैं।

उत्तेजना के संलक्षण तनाव युक्त भावनात्मक स्थिति है जो भावात्मक वैयक्तिक, अन्तर्वैयक्तिक तथा व्यावसायिक कार्य प्रणाली में बाधा डालती है।

क्षीण भावात्मक कार्य प्रणाली में उत्साह और प्रेरणा की कमी, चिंता, अवसाद, कार्य में मन न लगना, निराशा तथा कटुता आ जाती है।

वैयक्तिक क्षीण कार्य प्रणाली में थकावट, आलस, भावुकता मौलिकता और रचनात्मकता का अभाव, शराब सेवन की संभावना और मनोदैहिक विकृतियाँ आदि आ जाती हैं।

अन्तर्वैयक्तिक कार्यप्रणाली में चिड़चिड़ापन, दिलचस्पी और ध्यान रखने में कमी, परिवार में सद्भावना का अभाव तथा पीछे हटना आदि गुण आ जाते हैं।

क्षीण व्यावसायिक कार्य प्रणाली में कार्य दक्षता का अभाव, कार्य से अनुपस्थिति, कार्य टालने, कार्य रोकने तथा कार्य छोड़ने आदि की भावनाएँ आ जाती हैं।

उत्तेजना से परामर्शदाता स्वयं को कैसे बचा सकता है?

उत्तेजना से बचने के लिए परामर्शदाता को 'क्या करना चाहिए' और 'क्या नहीं करना चाहिए' से संबंधित तथ्य यहाँ दिए जा रहे हैं।

1) अधिक रोगियों की अपेक्षा सीमित संख्या में रोगी देखें।

2) प्रत्येक सत्र के बीच में कुछ अवधि का अंतराल रखें।

3) मामलों की अपने सहकर्मी के साथ चर्चा करें ताकि दायित्व विभाजित हो जाए।

4) अपने रोगियों के जीवन से भावात्मक रूप से जुड़ें नहीं।

5) परामर्श की असफलताओं को दिल से न लगाए, याद रखें कि यदि किसी रोगी में परामर्श से सुधार नहीं होता तो यह आपसी क्षमता का ही प्रदर्शन है। यह मानना आवश्यक नहीं है।

6) स्वस्थ सामाजिक एवं पारिवारिक जीवन व्यतीत करें। व्यवसाय का कार्य बोझ घर पर न ले जाएँ।

7) स्वस्थ अवकाश युक्त जीवन व्यतीत करें।

8) प्रसन्न रहने के अन्य अवसरों का प्रयोग करें।

5.6 सारांश

इस इकाई में हमने परामर्श से संबंधित विभिन्न व्यावहारिक विषयों की चर्चा की है। परामर्श में उपयुक्त रूप से रोगी तथा उसकी समस्याओं से संबंधित परिवार के अन्य महत्वपूर्ण सदस्यों को भी शामिल किया जाना चाहिए। परामर्शदाता व रोगी दोनों को आरामदायक स्थिति में बैठकर औपचारिक वातावरण में परामर्श करना चाहिए। सामान्यतः सत्र 30-60 मिनट की अवधि के हों संभवतः उपचार के आंरभ में कुछ सत्र दीर्घावधि के हो सकते हैं और बाद वाले सत्र कम अवधि के होते हैं। सत्रों की अवधि एवं संख्या व्यक्ति की आवश्यकता के अनुसार निर्धारित करने की आवश्यकता है।

परामर्शदाता के लिए कुछ ऐसी स्थितियाँ संभालना आवश्यक है जिनमें रोगी चर्चा करने में कठिनाई अनुभव करता है, चुप रहता है रोना आरंभ कर देता है या अन्य प्रकार से भावुक हो जाता है। परामर्शदाताओं को स्वास्थ्य में अकस्मात सुधार, स्थानान्तरण, निर्भरता और प्रति स्थानान्तरण से स्वयं को बचाना आवश्यक है। परामर्शदाताओं को उपचार में संभावित बाहरी हस्तक्षेप से सावधान रहना चाहिए। परामर्शदाता को कभी भी सर्वज्ञ और सर्वशक्तिमान के प्रतीक रूप जाल में नहीं पड़ना चाहिए।

परामर्शदाता चाहे कितना भी अनुभवी हो परामर्श को हमेशा सावधानीपूर्वक लिखना एवं पर्यवेक्षण करना चाहिए। इस बात को सुनिश्चित करना चाहिए कि रोगी को उपचार से कोई हानि न हो। परामर्शदाता को अपनी उत्तेजना से बचाव के लिए उपयुक्त सावधानी रखनी चाहिए।

बोध प्रश्न 2

नोटः क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।

ख) इस इकाई के अंत में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर मिलाएँ।

1) परामर्श सत्र की कार्रवाई को कैसे लिखना चाहिए?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) क्या परामर्श रोगी के लिए हानिकारक हो सकता है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5.7 शब्दावली

चुप : सत्र के दौरान रोगी द्वारा काफी समय तक बात न बंद करने की स्थिति।

आशा से अधिक सुधार : ऐसी स्थिति जिसमें समस्या में भौतिक परिवर्तन के अभाव में रोगी में चमत्कारिक सुधार नजर आए।

स्थानान्तरण : ऐसी स्थिति जिसमें रोगी **परामर्शदाता** के प्रति वैसी भावनाएँ अनुभव करने लगता है जैसी अपने जीवन में किसी अन्य **महत्वपूर्ण** व्यक्ति के लिए करता है।

निर्भरता : ऐसी स्थिति जिसमें रोगी परामर्शदाता पर निर्भर रहने लगता है।

प्रति स्थानान्तरण : ऐसी स्थिति जिसमें परामर्शदाता में रोगी के प्रति भावात्मक प्रतिक्रिया विकसित होने लगती है।

प्रतिरोध : ऐसी स्थिति जिसमें रोगी अप्रत्यक्ष तथा अचेतनता में उपचार से होने वाले सुधार के विपरीत संघर्ष करता है।

कार्य आंवटन : परामर्शदाता द्वारा रोगी को करने के लिए दिया जाने वाला अभ्यास कार्य ताकि वह सुनिश्चित हो कि सत्रों के अंतराल में भी उपचार कार्य जारी है?

उत्तेजना के संलक्षण: कार्य तनाव की भावात्मक स्थिति जो भावात्मक, वैयक्तिक, अन्तर्वैयक्तिक और व्यावसायिक कार्य प्रणाली को प्रभावित करती है।

5.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें

1) मैकल्योड जे., एन इंट्रोडक्शन टू काउंसलिंग, पोर्टलैण्डः ओपन यूनिवर्सिटी प्रैस, 1998।

2) ट्रोवर पी., कोग्नीटिव - विदेवयिरल काउंसलिंग इन एक्शन, लंदनः सैजे पब्लिकेशन, 1998।

3) सेडन जे., काउंसलिंग इन सोशल वर्क प्रैक्टिस, पोर्टलैण्डः ओपन यूनिवर्सिटी प्रैस, 1999।

4) गेल्डर्ड के., गेल्डर्ड डी., काउंसलिंग एडोल्सोट्स, लंदनः सैजे पब्लिकेशन, 1999।

5) टुडोर के, ग्रुप कांउसलिंग, लंदनः सैजे पब्लिकेशन।

5.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) स्वास्थ्य में चमत्कार क्या है?

जब रोगी के उपचार के दौरान उसकी बाहरी या आंतरिक स्थिति में कोई मुख्य परिवर्तन न हो तो भी वह अपने स्वास्थ्य में अत्यधिक सुधार अनुभव करता है। स्वास्थ्य में चमत्कार किसी विशेष तथ्य के कारण न हो जैसे उपचार से अपेक्षाएँ और वास्तविक सुधार न हो। इसलिए रोगी और परामर्शदाता को ऐसे आत्मसंतोष से बचना चाहिए।

2) परामर्श की अवधि कितनी होनी चाहिए।

प्रत्येक सत्र की अवधि 40-50 मिनट उत्तम रहती है उपचार के आरंभ में दीर्घकालिक सत्र आवश्यक हो सकते हैं। बाद के उपचार में या परवर्ती सत्र कम अवधि वाले हो सकते हैं।

3) स्थानान्तरण क्या है?

स्थानान्तरण का अर्थ है जब रोगी का दृष्टिकोण परामर्श के प्रति उसके जीवन में किसी विशेष व्यक्ति के प्रति दृष्टिकोण से मिलता हो; यह स्थानान्तरण सकारात्मक या नकारात्मक हो सकता है तथा उपचार में सहायक या बाधक हो सकता है। जब कभी ऐसा स्थानान्तरण हो इसकी पहचान की जानी चाहिए।

बोध प्रश्न 2

1) परामर्श सत्रों की कार्रवाई को कैसे लिखना चाहिए?

रोगी की अनुमति से सत्र के दौरान परामर्शदाता को (रोगी जो भी बात बताता है) बहुत संक्षिप्त नोट बनाने चाहिए, ताकि चर्चा के प्रवाह में किसी भी प्रकार का व्यवधान आए।

परामर्शदाता द्वारा सत्र के अंत में विस्तृत सारांश बनाए जाने चाहिए। अगले सत्र की योजना का प्रारूप भी तैयार किया जाना चाहिए।

2) क्या परामर्श रोगी के लिए हानिकारक हो सकता है?

हाँ। परामर्श में पहले से दबे हुए और भूल गए विषय भी पुनः उठ सकते हैं। नैतिकता यह है कि परामर्शदाता ऐसे मामले कभी नहीं लेने चाहिए या कभी नहीं लेता जब तक कि उसे रोगी को संभालने का भरोसा न हो।

NOTES

NOTES

उत्तर प्रदेश
राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय

CHFE-06
एच आई वी में संचार और परामर्श (वैकल्पिक)

खण्ड

3

एच आई वी और पारिवारिक विषयों पर परामर्श

इकाई 1

यौन रोग और एच आई वी/एड्स पर परामर्श 5

इकाई 2

परिवार और विवाह पूर्व परामर्श 23

इकाई 3

लैंगिकता और संवेदनशील विषयों पर परामर्श 40

इकाई 4

भारत में परामर्श सेवाओं में वर्तमान प्रवृत्ति 56

प्रो. एच.पी. दीक्षित
कुलपति, इग्नू

विशेषज्ञ समिति

प्रो. अब्दुल वहीद खान
कुलपति(पूर्व), इग्नू

प्रो. थॉमस कलम
निदेशक, सेंट जॉन्स नेशनल
एकेडमी ऑफ हेल्थ साइंस,
बंगलौर

डॉ. पद्म खन्ना
स्वास्थ्य परामर्शक
नई दिल्ली

डॉ. ग्लोरी अलेक्जेंडर
चेयरपरसन, आशा पाउंडेशन
बंगलौर

सुश्री इन्दिरा सरीन
शरण, नई दिल्ली

श्री जार्ज के जोस
एडवोकेट, सुप्रीम कोर्ट
नई दिल्ली

प्रो. ग्रेशियस थॉमस
सतत् शिक्षा विद्यापीठ,
इग्नू, नई दिल्ली

डॉ. वी.एस. प्रसाद
सम कुलपति (पूर्व) इग्नू

सुश्री विमला कपूर
स्वास्थ्य विज्ञान विद्यापीठ,
इग्नू, नई दिल्ली

डॉ ऋतु प्रिया
सेंटर फॉर सोशल मेडिसिन
एण्ड कम्यूनिटी हेल्थ
जे.एन.यू., नई दिल्ली

डॉ. रबिया मथाई
इंटरनेशनल फेडरेशन ऑफ
रेडक्रास सोसइटीज,
नई दिल्ली

प्रो. जोस पुथेनवेट्टु
अध्यक्ष, मनोविज्ञान विभाग
एफ.एम.एन. कालेज, कलान

डॉ. जोसेफ अलेन्चेरी
निदेशक, सी.ए.एन.ए.
कोट्टइयम

प्रो. एम. असलम
सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू, नई दिल्ली

डॉ. ए.एस.गुहा
क्षेत्रीय निदेशक, क्षेत्रीय केंद्र, शिलांग

डॉ. सुनिति सोलोमन
निदेशक, वाई आर जी केयर, चन्नई

प्रो. आर. एम. कालरा
सीनियर फेलो,
आई.सी.एस.एस.आर.
तीन मूर्ति, नई दिल्ली

डॉ. ए. पद्मावती
इंडियन सोशल इंस्टीटयूट
नई दिल्ली

फादर जार्ज परेरा
सी.बी.सी.आई.सेंटर, नई दिल्ली

डॉ. अनिता दिघे
निदेशक, सी.ई.ई.
इग्नू, नई दिल्ली

श्री वी. वासुदेवन
क्षेत्रीय निदेशक, क्षेत्रीय केंद्र, कोचीन

पाठ्यक्रम निर्माण दल

इकाई लेखक

1 डॉ. ब्रिनेले डी' सूजा, टी आई एस एस, मुम्बई
2 डॉ. ब्रिनेले डी' सूजा, टी आई एस एस, मुम्बई
3 डॉ. ब्रिनेले डी' सूजा, टी आई एस एस, मुम्बई
4 डॉ. चितरंजन एंड्रेडा, निमहन्स, बंगलौर
प्रो. ग्रेशियस थॉमस, सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू, नई दिल्ली

पाठ्यक्रम संयोजक
प्रो. ग्रेशियस थॉमस
सतत् शिक्षा विद्यापीठ,
इग्नू, नई दिल्ली

पाठ्यक्रम सम्पादक
प्रो. थॉमस कलम
निदेशक, सेंट जान्स नेशनल
एकेडमी ऑफ हेल्थ साइंस, बंगलौर

खंड संपादक
प्रो. ग्रेशियस थॉमस
सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू

भाषा संपादक
डा. आर.पी.सिंह
सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू

अनुवाद/पुनरीक्षण

अनुवाद संयोजक (हिन्दी)
श्री रामकिशन
मानविकी विद्यापीठ, इग्नू
प्रकाश चन्द बासिमा

संकाय सदस्य
प्रो. वी.रा जगन्नाथन
निदेशक, मानविकी विद्यापीठ, इग्नू
प्रो. आशा एस कंवर,
समकुलपति (पूर्व) मानविकी विद्यापीठ, इग्नू
श्रीमती वीना चतुर्वेदी
श्रीमती ज्योति मलिक

सामग्री निर्माण

प्रो. प्रभा चावला
निदेशक, सतत् शिक्षा विद्यापीठ, इग्नू

श्री राजीव गिरधर,
अनुभाग अधिकारी (प्रकाशन)

प्रथम संस्करण: दिसम्बर, 2001

© इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय, 2001

ISBN-81-266-036-5

सर्वाधिकार सुरक्षित। इस कार्य का कोई भी अंश इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय की लिखित अनुमति के बिना किसी भी रूप में मिमियोग्राफ (मुद्रण) द्वारा या अन्यथा पुनः प्रस्तुत करने की अनुमति नहीं है।

। गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय के बारे में और अधिक जानकारी विश्वविद्यालय के कार्यालय, मैदान गढ़ी, नई दिल्ली -68 से

CHFE-06/178

इन्दिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय के अनुमति से पुनः मुद्रित। उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, इलाहाबाद की ओर से डॉ. आर. के पाण्डे कुल सचिव द्वारा मुद्रित एवं प्रकाशित 2016
मुद्रक-चन्द्रकला यूनिवर्सल प्रा0 लि0-42/7 जवाहर लाल नेहरू रोड इलाहाबाद।-211002

खंड 3 का परिचय

अब आप एच आई वी/एड्स में संचार और परामर्श पाठ्यक्रम का तीसरा खंड देख रहे हैं। यह खंड एच आई वी और पारिवारिक मामलों से संबधित विभिन्न विषयों के माध्यम से रोचक अध्ययन प्रदान करता है। इकाई 1 यौन रोग और एच आई वी/एड्स पर परामर्श का वर्णन करती है। इकाई 2 परिवार और विवाह पूर्व परामर्श का वर्णन करती है। जो स्कूल शिक्षकों, परिवार मरामर्शकों और किशोर बच्चों के अभिभावकों के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। इकाई 3 लैंगिकता और संवदेनशील विषयों पर परामर्श के विभिन्न संदर्भों को स्पष्ट करती है। यह इकाई परिवार परामर्श में शामिल लोगों के लिए बहुत उपयोगी है। इकाई 4 भारत में परामर्श सेवाओं में वर्तमान प्रवृत्ति का वर्णन करती है। यद्यपि सभी व्यक्ति परामर्श सेवाओं के महत्व की बातें करते हैं तो भी यह सेवा भारत में शैशव काल में है। इसलिए यह इकाई भारत में परामर्श सेवाओं के बारे में सामान्यत: विद्यमान प्रवृत्तियों को प्रस्तुत करने का प्रयास करती है। एच आई वी/एड्स में संचार और परामर्श पाठ्यक्रम पर पिछले दो खंडों सहित यह खंड परामर्श सेवाओं में शामिल कुछ महत्वपूर्ण संकल्पनाओं और प्रक्रियाओं को जानने में छात्रों की सहायता करने के लिए तैयार किया गया है। सामाजिक कार्य या सेवा में शामिल अनेक लोगों को अपने रोगियों को परामर्श देने के लिए आमंत्रित किया गया है। उनमें से कुछ लोग संचार और परामर्श में प्रशिक्षित हो सकते हैं लेकिन अनेक लोगों के पास हो सकते हैं कि औपचारिक प्रशिक्षण न हो। यह हमारा विश्वास है कि यह पाठ्यक्रम परामर्श सेवाओं के क्षेत्र में शामिल अनेक छात्रों के लिए अत्यंत उपयोगी होगा।

इकाई 1 यौन रोग और एच आई वी /एड्स पर परामर्श

इकाई की रूपरेखा

1.0 उद्देश्य
1.1 प्रस्तावना
1.2 एस टी डी परामर्श–मुख्य विशेषताएँ
1.3 एच आई वी /एड्स परामर्श रूप एवं उददेश्य
1.4 एच आई वी से संबंधित परामर्श के प्रकार
1.5 एच आई वी /एड्स परामर्श में शामिल नैतिक मुद्दे
1.6 सारांश
1.7 शब्दावली
1.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें
1.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

1.0 उद्देश्य

इस इकाई का उद्देश्य आपको एस टी डी और एच आई वी /एड्स से संबंधित बुनियादी जानकारी प्रदान करना है। इसका उद्देश्य एस टी डी /एच आई वी संक्रमण की संभावना या पहले से एस टी डी और/या एच आई वी /एड्स से पीडित व्यक्ति की परामर्श में शामिल मुद्दों से अवगत करना है। इस इकाई के अध्ययन के बाद आप :

- एस टी डी परामर्श की मुख्य विशेषताओं को जान सकेंगे;
- एच आई.वी /एड्स परामर्श के उद्देश्य और इसके विभिन्न प्रकारों को समझ सकेंगे;
- एच आई वी /एड्स परामर्श में शामिल नैतिक से मुद्दों से अवगत हो सकेंगे; और
- एस टी डी और एच आई वी /एड्स परामर्शक के लिए वांछित योग्यताओं को विकसित कर सकेंगे।

1.1 प्रस्तावना

एस टी डी और एच आई वी /एड्स भारत में बड़ी सार्वजनिक स्वाथ्य समस्या बन गई है। अनुमान किया जाता हैं कि देश में हर साल 40 मिलियन एस टी डी के मामले आते हैं। (नाको 1998) इसकी प्रचलित दर शहरों में 10 प्रतिशत तथा ग्रामीण क्षेत्रों में 7 प्रतिशत तक है। (नाको 1998) विश्व में सबसे अधिक एच.आई.वी. संक्रमित व्यक्ति भारत में हैं। यह महामारी अत्यधिक जोखिम वाले समूहों तक सीमित न होकर संपूर्ण समुदायों में फैल गई है। चूंकि एच.आई.वी./एड्स वाले व्यक्तियों की संख्या में तेजी से वृद्धि हो रही है अत: व्यक्ति, परिवार तथा समुदाय पर रोग का गहन एवं जटिल मनोवैज्ञानिक और आर्थिक भार देखा जा रहा है।

एस टी डी और एच आई वी में संबंध

एस टी डी तथा एच आई वी दोनों ही रोगों का संचरण मुख्यत: मैथुन के माध्यम से होता है। एस टी डी के लिए जो व्यवहार जोखिम भरा है वही जोखिम एच.आई.वी./एड्स के मामले में भी है। एस टी रोग विशेषत: जख्म वाले एस.टी.डी रोग और स्राव एच आई वी संप्रेषण को बढ़ावा देते हैं। अध्ययनों से पता चला है कि एच.आई.वी. से संक्रमित व्यक्ति में एस.टी.डी.

अधिक गंभीर तथा इलाज प्रतिरोधी होती है। पहले ही तेजी से फैल रही एड्स महामारी को एस.टी. रोगों और एच.आई.वी. संक्रमण के दीर्घ कालीन रहने वाली लक्षणों से और अधिक विस्तार में सहायता मिली। इस प्रकार राष्ट्रीय एड्स नियंत्रण कार्यक्रम के नियंत्रण तथा प्रबंध महत्वपूर्ण अंग बन गए। इस प्रकार पहले ही संक्रमित विशेषत: एच.आई.वी./एड्स से संक्रमित व्यक्तियों को न केवल मनोवैज्ञानिक रूप से सहायता करने में अपितु एस.टी.डी. तथा एच आई.वी. को रोकने में इस कार्यक्रम के अन्तर्गत परामर्श के महत्व को पहचाना गया है।

1.2 एस टी डी परामर्श: मुख्य विशेषताएँ

एस.टी.डी. को बताने के बारे में संकोच तथा इनके साथ जुड़े लांछनों के कारण इनकी खुली चर्चा नहीं की जाती है। वास्तव में कुछ व्यक्तियों द्वारा इन्हें प्राइवेट या गुप्त रोग भी कहा जाता है। यह मानना गलत है कि एस.टी.डी. वेश्यावृति में लिप्त "बुरे" रोगों को ही होते हैं। इन कारणों के कारण एस.टी.डी. (यौन रोगी) इलाज नहीं कराते। फिर भी एस.टी.डी. में न केवल अत्यधिक दर्द तथा परेशानी होती है अपितु काफी क्षति हो जाती है। परामर्श दाता को इन धारणाओं के बारे में पता होना चाहिए। उन्हें खुले रूप से स्वीकार करने तथा मरीजों के प्रति गैर-दण्डात्मक रूप अपनाने की आवश्यकता है। रोगियों की गोपनीयता तथा उनके विश्वास को बनाए रखने का प्रत्येक स्तर पर प्रयत्न किया जाना चाहिए।

एस.टी.डी. के संबंध में परामर्श देते समय निम्नलिखित तथ्यों को शामिल किया जाना चाहिए:

- एस.टी.डी. क्या है तथा उन्हें कैसा रोका जाए?
- पुरूषों और महिलाओं में एस.टी.डी. के समान लक्षण तथा संकेत। परामर्श दाता के लिए इस बात पर जोर देना आवश्यक है कि हमेशा लक्षण होते भी नहीं अथवा हल्के होते हैं कि रोगी उनकी चिंता नहीं करते। विशेषत: महिलाओं में कोई लक्षण नहीं होते। फिर भी इलाज के बिना रोगी में संक्रमण बना रहता है तथा वह रोग को औरों में फैला सकता है।
- एस.टी.डी के बारे में अंध विश्वास (प्रसार और इलाज की प्रकृति के बारे में अंधविश्वास)
- एस.टी. रोगों का इलाज न करने के परिणाम विशेषत: महिलाओं में और खासकर गर्भवती महिलाओं में।

एस.टी.डी. तथा एच.आई.वी. में संबंध

- व्यक्ति अधिक जानकारी तथा परीक्षणों के लिए कहां जाए जैसे - प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, सरकारी चिकित्सालयों के एस.टी. रोग विभाग, त्वचा विशेषज्ञ (त्वचा और यौन रोगों के विशेषज्ञ) स्त्री रोग विशेषज्ञ, पारिवारिक चिकित्सक (जो स्वयं इलाज कर सके और या कही भेज सके) आदि।
- रोग का निदान तथा इलाज, शीघ्र इलाज कराने का तथा संपूर्ण इलाज कराने की आवश्यकता का महत्व पर जोर देना। एस.टी. रोगी को लक्षण समाप्त होने तथा आराम होने के बाद भी निर्धारित संपूर्ण इलाज कराना।

एस.टी.डी. में एच.आई.वी. के शामिल होने से कैसे रोका जाए ?

ग्रहणकर्ता को निम्नलिखित मार्गदर्शन दिया जा सकता है:

यदि अविवाहित है तो:

यौन क्रिया से दूर रहना अच्छा रहता है। अपने साथी से भिन्न किसी के साथ यौन संबंध बनाने पर इतनी जोखिम हो जाती है कि आपके जीवन को खतरा हो सकता है।

एच.आई.वी./एड्स भी एक एस.टी.डी. है और आज तक इसका कोई इनाज नहीं है। यहाँ तक कंडोम भी संरक्षण और सुरक्षा की पूरी गारंटी नहीं है। इसलिए केवल एक ही विश्वसनीय ऐसे यौन साथी से यौन संबंध रखें जायें जो किसी अन्य से संबंध नहीं रखता तथा उसको एस.टी. रोग नहीं है।

यदि आप विवाहित है

स्वयं को एक विश्वसनीय यौन साथी तक सीमित रखना। यदि आप अनेक साथियों से यौन संबंध रखते हैं तो हो सकता है उनमें से किसी को एस.टी.डी. हो तथा वह आपको संक्रमित कर सकता है। इसलिए अपने विश्वसनीय एक ही साथी अर्थात अपने जीवन साथी के साथ रहें।

साथी की सूचना

परामर्श दाता का यह फर्ज है कि वह अपने कांउसिल लेने वाले व्यक्ति को प्रोत्साहित करे कि अपने यौन साथी को एस.टी.डी. के जोखिम के बारे में सूचित करें। कोई लक्षण न होने के बावजूद यौन साथी/साथियों को एस.टी. रोग हो सकते हैं। यदि रोगी को अपने यौन साथी को बताने में कठिनाई होती है तो परामर्श दाता को उसे हिम्मत देनी चाहिए। इस मामले को बहुत ध्यान से रखा जाना चाहिए ताकि कोई स्थान नुकासान न हो।

साथी को सूचित करने का कार्य हमेशा रोगी की अनुमति से किया जाना चाहिए। लेकिन यदि रोगी को एच.आई.वी. संक्रमण है और अपने यौन साथी को स्वयं सूचित नहीं किया है तथा निरंतर असुरक्षित यौन संबंध बनते हैं तो कांउसलर बिना अनुमति के भी सूचित कर सकता है।

1.3 एच आई वी /एड्स परामर्श : रूप एवं उद्देश्य:

एच.आई.वी./एड्स परामर्श के दो सामान्य उद्देश्य हैं :

1) पहले से ही संक्रमित लोगों को मनोवैज्ञानिक सहारा प्रदान करना; और

2) जीवन शैली/व्यवहार में परिवर्तन कर एच आई वी संक्रमण को रोकना ।

इन उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिए परामर्श आत्म निर्णय करने वाली आत्म विश्वास बढ़ाने वाली और पारिवारिक, सामुदायिक संबंध सुधारने तथा जीवन स्तर को सुधारने वाली होनी चाहिए। इसलिए एच आई वी/एड्स काउंसलिंग का उद्देश्य परिवार को सहारा देना तथा व्यक्ति से प्रेम करना है ताकि बदले में वे एच.आई.वी. संक्रमण वाले व्यक्ति को हिम्मत बंधा सके तथा उसका ध्यान रखने में सहायता कर सके।

एच.आई.वी./एड्स परामर्श किसको दिया जाए ?

निम्नलिखित के लिए एच आई वी/एड्स के संदर्भ में परामर्श की सिफारिश की जाती हैं :

- पहले से ही एड्स से पीड़ित व्यक्ति या एच.आई.वी. से पीड़ित होने वाले तथा उनके परिवार
- जिनका एच.आई.वी. के लिए (पूर्व तथा बाद में) परीक्षण हुआ है।
- जो पूर्व के या वर्तमान में जोखिम वाला व्यवहार कर चुके है और भविष्य की योजना बना रहे है।
- जो अत्यधिक जोखिम भरा व्यवहार कर रहे है लेकिन कोई सहायता नहीं ले रहे।

इन प्राथमिकताओं को ध्यान में रखते हुए ऐसी परिस्थितियां जिनमें काउंसलिंग का बहुत महत्व है और जिन लोगों को ध्यान रखना है वे हैं :

- एड्स पीड़ित लोग या एच.आई.वी. संक्रमण से संबंधित अन्य रोगी।
- एच.आई.वी. संक्रमण से पीड़ित व्यक्ति को रोजगार, आवास, वित्तीय, परिवार आदि आने वाली समस्याएँ
- एच.आई.वी. परीक्षण कराने का विचार करने वाले व्यक्ति ।
- एच.आई.वी. परीक्षण करवा चुके व्यक्ति चाहे उन्हें संक्रमण हो या न हो।
- एच.आई.वी. संक्रमण से पीड़ित व्यक्ति के परिवार एवं मित्र।
- एच.आई.वी. संक्रमण वाले व्यक्ति के साथ नियमित रूप से संपर्क में आने वाले स्वास्थ्यकर्मी तथा कार्य करने वाले अन्य कर्मचारी
- अतीत या वर्तमान में जोखिम भरे व्यवहार करने वाले व्यक्ति जो परीक्षण नहीं कराते और
- एच.आई.वी. संक्रमण के जोखिमों से अनजान जो जोखिम भरे व्यवहार में संलग्न हैं।

परामर्श कहां दिया जा सकता है?

एच.आई.वी./एड्स परामर्श किसी भी ऐसे स्थान पर दी जाती है या दी जा सकती हैं जहाँ एच.आई.वी./एड्स के बारे में चर्चा की जा सके। इन स्थानों में चिकित्सालयों के वार्ड, यौन संचारी रोगों के केन्द्र, प्रसव पूर्व प्रसवोत्तर चिकित्सा केन्द्र, परिवार नियोजन केन्द्र, रक्तदान केन्द्र तथा स्थल, नशा मुक्ति केन्द्र, जेल, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र, विद्यालयों, पूजा ग्रहों, बाह्य रोगी केन्द्रों, सभी स्वास्थ्य या सामुदायिक कार्यक्रम स्थल आदि शामिल हैं। इस प्रकार इस उद्देश्य के लिए कोई भी स्थल ।

फिर भी परामर्श दाता को ऐसे विशिष्ट स्थल की तरफ ध्यान देना चाहि जहाँ रोगी और उसके परिवार से बात की जा सके। ऐसे प्रत्येक स्थल के लिए परामर्शकों से उनकी प्रतिक्रिया मांगी जाएगी। प्रत्येक स्थल में लिए गए साक्षात्कार से प्रतिक्रियाओं को प्रभावित कनाया जाऐगा। यदि परामर्शक को समस्या की गंभीरता और की जाने वाली चर्चा के संदर्भ का पता नहीं होगा जो ठोस सहायक संबंध विकसित नहीं हो सकते। उदाहरण के लिए किसी चिकित्सालय के भीड़ भरे प्रतीक्षालय में संवेदनशील व्यक्तिगत विषयों के बारे में पूछे गए प्रश्नों के बारे में बनाई गई धारणा किसी एकांत स्थल में पूछे गए उन्हीं प्रश्नों के बारे में धारणा बिल्कुल भिन्न होगी। परामर्श चाहे किसी भी रूप में हो संदर्भ को ध्यान में रखना बहुत महत्वपूर्ण है लेकिन घोर लांछन से जुड़े होने के कारण एच.आई.वी. संक्रमण की परामर्श के मामले में यह और भी महत्वपूर्ण है।

परामर्शदाता कौन होना चाहिए?

चिकित्सकों, नर्सों, मनोवैज्ञानिकों, मनोचिकित्सकों तथ्ज्ञा सामाजिक कार्यकर्ताओं के साथ अन्य लोगों को परामर्श सहायता के लिए शीघ्र प्रेरित एवं प्रशिक्षित किया जा सकता है। परामर्शक बनने के लिए कुशल स्वास्थ्य कर्मी होना आवश्यक नहीं है। अध्यापक, स्वास्थ्य शिक्षक, प्रयोगशाला कर्मी, धार्मिक एवं सामुदायिक नेता, युवा कार्यकर्ता, पारंपरिक घरेलू वैध, आत्म रक्षक समुहों के सदस्य भ्ज्ञी संरक्षण और सहायता कांउसलिंग का कार्य कर सकते हैं।

यह जरूरी क्यों है?

एच.आई.वी. संक्रमण या एड्स का निदान होने, संभावना होने या विद्यमानता का संदेह होने से ही गंभीर भावात्मक, सामाजिक, व्यावहारिक तथा चिकित्सा संबंधी परिणाम होते हैं। एच. आई.वी. संक्रमण के संदर्भ में जरूरी विभिन्न व्यक्तिगत तथा सामाजिकसमायोजन का प्राय: पारिवारिक जीवन, लैंगिक और सामाजिक संबंधी कार्य और शिक्षा, आध्यात्मक आवश्यकताओं कानूनी स्थिति तथा नागरिक अधिकारों का गहरा प्रभाव पड़ता है। एच.आई.वी. संक्रमण के लिए समायोजन में निरंतर गहन प्रबंधन एवं अनुकूलन शामिल हैं। यह एक गतिशील

मूल्यांकन तथा जीवन पर्यंत चलने वाली प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति, उनके परिवार तथा संबंधित समाज की नई तथा परिवर्तित मांग वाली प्रक्रिया है।

एच.आई.वी. संक्रमण के दौरान शरीर में अनेक प्रकार की आवश्यकताएँ और समस्याएं आती हैं। यह आवश्यक नहीं कि ये निरंतर हो तथा धीरे-धीरे ये अधिक गंभीर और संभालनी कठिन हो जाती है। एच.आई.वी. संक्रमित तथा उनकी देखभाल करने वाले लोगों के लिए अधिक तथा विभिन्न प्रकार के साधनों की आवश्यकता होती है।

बोध प्रश्न 1

टिप्पणी : क) अपने उत्तर के लिए नीचे दिए गए स्थान का प्रयोग कीजिए।
ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) एस.टी.डी. के साथ परामर्श में शामिल किए जाने वाले विषय क्या हैं ?

.....

.....

.....

.....

1.4 एच आई वी से संबंधित परामर्श के प्रकार

1) **बचावकारी परामर्श**

बचावकारी परामर्श जिनके लिए महत्वपूर्ण है वे हैं :

(क) जो अपने अतीत या वर्तमान में जोखिम भरे व्यवहार के कारण सहायता ले रहे हैं तथा भविष्य में योजना बना रहे हैं, (ख) जो जोखिम भरा कार्य व्यवहार करते हैं लेकिन कोई सहायता नहीं ले रहे हैं, (ग) जो वर्तमान में कोई जोखिम वाला व्यवहार नहीं करते उन्हें भी एच.आई.वी./एड्स के बारे में जानकारी होनी चाहिये। फिर कुछ स्थानों पर परीक्षण सुविधाएँ नहीं है अत: जिन स्थानों पर ऐसी स्थिति है वहाँ पर बचावकारी परामर्श पर हर प्रयास जोर दिया जाना चाहिए। उच्च जोखिम वाले कार्यों में व्यवहार परिवर्तन की आवश्यकता पर विशेष बल दिया जाना चाहिए। उसके अतिरिक्त जहाँ कम जोखिम वाले व्यवहारों में परिवर्तन आया है उसे बनाए रखा जाए। बचावकारी परामर्श में जोखिम का मूल्यांकन, जोखिम कम करने का परामर्श तथा एच.आई.वी./एड्स के बारे में सूचना देना शामिल है। परामर्शक का कार्य स्वास्थ्य शिक्षक से अधिक है क्योंकि ये स्पष्ट तथा सरल सूचनाएँ प्रदान करते हैं गलत सूचनाओं को स्पष्ट करते है तथा निर्णय करने एवं व्यावहारिक परिवर्तनों को लागू करने में सहायता करते हैं ।

बचावकारी परामर्श का उद्देश्य रोगी की सहायता करना है :

एच.आई.वी. संक्रमण की जोखिम को व्यक्तिगत मानते हुए इसे व्यक्तिगत के लिए चुनौती के रूप में मानना। उसकी एच.आई.वी. संक्रमण की अतीत और वर्तमान जोखिम का मूल्यांकन करना। परामर्श सत्र के आरम्भ में निम्नलिखित विषयों पर चर्चा करना महत्वपूर्ण है:

एच.आई.वी. संक्रमण लगने के जोखिम का मूल्यांकन करने का महत्व ताकि बिमारी को रोका जा सके। ऐसा करने के लिए लैंगिक व्यवहार और वास्तविक प्रयोग को स्पष्ट रूप से वर्णित करें इसमें सांस्कृतिक रूप से निषेद्ध किए गए व्यवहार या विषय पर चर्चा करें। यह स्पष्ट करें कि इसका उद्देश्य व्यक्ति के व्यवहार के बारे में अपनी धारणा या फैसला करना नहीं अपितु व्यक्ति को रोगी होने या दूसरों को एच.आई.वी. संप्रेषित करने से रोकना है।

- व्यक्ति जिन जोखिम भरे व्यवहारों में लिप्त है उन पर पुनर्विचार करने की आवश्यकता को समझाएं।

- एच.आई.वी. जोखिम मूल्यांकन के विशिष्ट क्षेत्रों को स्पष्ट करें।
- एच.आई.वी. की संप्रेषण के संबंध में रोगी के ज्ञान का मूल्यांकन करें तथा किसी गलत जानकारी को सही रूप में बताएं।
- ग्राहक से अपने किसी वर्तमान/अतीत के अत्यंत जोखिम भरे व्यवहारों पर विचार करने के लिए कहें।
- ग्राहक के एच आई वी संक्रमण जोखिम के बारे में हुई चर्चा का सार बताएं जिससे जोखिम करने पर चर्चा की जा सके।
- लैंगिक व्यवहारों की चर्चा में रोगी की परेशानी तथा संकोच को समझते हुए सच्चाई को सामने लाए। उन्हें सांत्वना दें कि ये सामान्य प्रतिक्रियाएँ हैं।
- रोगी को बता दें कि सामान्यत: किसी अन्य को न बताई जाने वाली निजी बातें करनी होंगी लेकिन उन्हें नितान्त गोपनीय रखा जाएगा।
- जोखिम कम करने की चर्चा में निम्नलिखित मुख्य तथ्यों को शामिल किया जाना चाहिए।
- इस बात को समझे कि एच.आई.वी. संप्रेषण से बचा जा सकता है।
- हो सकने वाले व्यवहार परिवर्तनों का पता लगाएं जिनसे एच आई वी आदान प्रदान या संप्रेषण के जोखिम में कुछ कमी की जा सके।
- व्यवहार परिवर्तन की योजना बनाएं। लैंगिक तथा नशे की दवाइयाँ लेने के व्यवहारों का बदलना बड़ा कठिन है।
- ऐसे परिवर्तनों में समय, प्रयत्न और दृढ़ संकल्प की आवश्यकता होती है।
- नये व्यवहारों में ढालने तथा उन्हें बनाए रखने में आने वाली मुख्य समस्याओं के समाधान की नीति बनाए ।
- सकारात्मक परिवर्तनों की सफलता तथा संबंध की समीक्षा करें। यदि ग्राहक अनुपालन के परिणाम बताता है तो देखें कि कितना परिवर्तन हुआ तथा सकारात्मक परिवर्तन के लिए उसे प्रोत्साहित करें ।

II) परीक्षण पूर्व परामर्श

परीक्षण पूर्व परामर्श का उद्देश्य

परीक्षण पूर्व परामर्श उन व्यक्तियों को प्रदान किया जाना चाहिए जो परीक्षण कराने का विचार कर रहे हैं। इस संदर्भ में उन्हें परीक्षण की तकनीकी सूचना तथा एच.आई.वी. परीक्षण के परिणाम सकारात्मक या नकारात्मक पाए जाने पर संभावित वैयक्तिक, मैडिकल, सामाजिक, मनोवैज्ञानिक तथा कानूनी प्रभावों के बारे में भी बताया जाए। सूचनाएँ सरलता से समझ में आने वाली तथा नवीनतम हो। परीक्षण को जोखिम वाले व्यवहार परिवर्तन के लिए रचनात्मक कार्य के रूप में देखा जाना चाहिए।

परीक्षण करवाने के निर्णय को अधिसूचित निर्णय होना चाहिए। अधिसूचित स्वीकृति से परीक्षण के संभावित निष्कर्षों की जानकारी सामने आएगी। कुछ देशों में परीक्षण पूर्व स्पष्ट अधिसूचित स्वीकृति आवश्यक होती है। जबकि कुछ अन्य देशों में जब व्यक्ति करवाते हैं तो स्वीकृति को अधिकसूचित मान लिया जाता है। प्रत्येक अवस्था में स्वीकृति नीति के बारे में स्पष्ट जानकारी होनी चाहिए तथा परीक्षण करवाने वाले प्रत्येक व्यक्ति को परीक्षण की सीमाएँ तथा संभावित परिणाम को जानना चाहिए।

एच.आई.वी. से संक्रमण की जाँच इस प्रकार की जानी चाहिए कि सूचना प्रकट होने या पहचापन होने की संभावना न्यूनतम हो। जाँच में व्यक्ति के अधिकारों की जानकारी हो तथा उनका सम्मान किया जाना चाहिए। परामर्श में इन अधिकारों को शामिल किया जाए तथा प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। इसके बारे में परीक्षण करवाने के लिए तथा सूचना एवं परिणाम का रिकार्ड रखने वालों को पता होना चाहिए। प्रत्येक अवस्था में गोपनीयता को बनाए रखा जाना चाहिए ।

परीक्षण पूर्व परामर्श के विषय

परीक्षण पूर्व परामर्श में दो मुख्य विषयों पर ध्यान केन्द्रित किया जाना चाहिए। एक व्यक्ति का अतीत और एच.आई.वी. के संपर्क में आने या आ सकने का जोखिम (बाक्स 1) के बारे में दूसरे एच.आई.वी./एड्स के बारे में रोगी की जानकारी एवं कठिन अतीत में परिस्थितियों में मामले को सुलझानें को अनुभव (बाक्स 2)।

व्यक्ति के एच आई वी से संपर्क में आने वाली संभावना का मूल्यांकन करने में उसके जीवन के निम्नलिखित पक्षों को ध्यान में रखा जाना चाहिए।

बाक्स 1 : जोखिम का मूल्यांकन

लैंगिक व्यवहार की संख्या व प्रकार तथा विशिष्ट लैंगिक व्यवहार; विशेषत: उच्च जोखिम वाले व्यवहार जैसे कंडोम रहित संभोग तथा गुदा मैथुन, वेश्याओं के साथ असुरक्षित लैंगिक संबंध तथा ड्रग से संक्रमण आदि।

- किसी ज्ञात उच्च एच आई वी समूह का एक सदस्य या ज्ञात उच्च जोखिम वाली जीवन शैली जैसे ड्रग के इंजेक्शन लेने वाले पुरूष तथ्ज्ञा महिला वेश्याएँ एवं उनके ग्राहक, कैदी तथा समलैंगिक एवं विषम लैंगिक व्यक्ति ।
- रक्त आधान, अंग प्रत्यारोपण अथवा रक्त या शरीर के उत्पादों का इतिहास।
- असंक्रमित प्रक्रियाओं का पता लगाना जैसे कि गोदना गुदवाना अथवा धार्मिक संस्कार में किसी अंग का छेदन करना ।

बाक्स 2 : मनोवैज्ञानिक तथ्यों एवं सूचनाओं का मूल्यांकन

- परीक्षण का अनुरोध क्यों किया गया है?
- ग्राहक के लिए मुख्यत: कौन से व्यवहार या लक्षण चिंता वाले हैं ।
- ग्राहक को परीक्षण एवं उसकी उपयोगिता के बारे में कितनी जानकारी है
- क्या ग्राहक इस बात को जानता हैं कि यदि परीक्षण परिणाम सकारात्मक या नकारात्मक है तो उसकी प्रतिक्रिया क्या होगी?
- ग्राहक की एच आई वी संप्रेषण के बारे में जानकारी तथा विश्वास क्या है ? उनका जोखिम वाले व्यवहार से क्या संबंध हैं?
- भावानात्मक या सामाजिक रूप से सहारा कौन दे सकता है (वर्तमान में कौन दे रहा है) (परिवार, मित्र या अन्य)?
- क्या ग्राहक ने पहले परीक्षण करवाया है? यदि हाँ तो कब, कहां से, किसलिए, तथा परिणाम क्या था?

इसके जवाब में किए गए निदान तथा आवश्यक परिवर्तन। परामर्श लेने वाले व्यक्ति को जिसके लिए वह परीक्षण करवाना चाहता है तथा उसके उद्देश्य के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। जब परामर्शक को व्यक्ति के अतीत जानने की आवश्यकता हो तो यह ध्यान रखना आवश्यक है कि ग्राहक:

- परामर्शक की बातों का पालन करने का इच्छुक हो।
- को परीक्षण से चमत्कार की आशा हो सकती है।
- सोच सकता है कि परामर्शक निजी प्रश्न क्यों पूछ रहा है तथा जवाब देने से मना कर सकता है।
- परिणाम के बावजूद अपना व्यवहार बदलना नहीं चाहिए।

परीक्षण पूर्व परामर्श में ग्राहक को यह बताना बहुत महत्वपूर्ण है कि वर्तमान परीक्षण प्रक्रिया अचूक नहीं है कई बार गलत सकारात्मक या नकारात्मक परिणाम आ सकते हैं तो पूरक (प्रामाणिक) परीक्षण का परिणाम प्रामाणिक एवं विश्वसनीय माना जाता है। इन तथ्यों के साथ विंडों अवधि, जिसमें व्यक्ति की संक्रमण की सही स्थिति का परीक्षण में पता नहीं लगता की सूचना भी स्पष्ट कर देनी चाहिए।

- इस बात का निर्णय करें कि व्यक्ति एच आई वी/एड्स के बारे में क्या जानता है;
- आवश्यकतानुसार वास्तविक सूचना दी जानी चाहिए;
- सकारात्मक या नकारात्मक परीक्षण परिणाम के संभावित प्रभावों पर चर्चा करें;
- अधिसूचित स्वीकृति के बारे में बताएँ तथा स्वीकृति प्राप्त करें;
- परीक्षण प्रक्रिया की समीक्षा करें;
- सकारात्मक परिणाम आने पर व्यक्ति की सामंजस्य स्थापित करने की क्षमता की समीक्षा करें; और
- परीक्षण के उपरांत परामर्श के लिए संबंध बनाने के लिए आधार तैयार करें ।

III) परीक्षण के बाद परामर्श

परीक्षण के बाद की परामर्श विशेषत: सकारात्मक परीक्षण परिणाम के बाद परामर्श बहुत महत्वपूर्ण है। फिर भी इसका यह अर्थ नहीं है कि नकारात्मक परीक्षण परिणाम में इसका महत्व कम हो जाता है। एच आई वी परीक्षण के संभावित प्रभाव इस प्रकार हो सकते हैं :

1) नकारात्मक परिणाम
2) सकारात्मक परिणाम
3) अनिश्चित परिणाम

नकारात्मक परिणाम के बाद की परामर्श

नकारात्मक परिणाम के बारे में सावधानी से चर्चा करना बहुत महत्वपूर्ण है (चाहे इसकी आशा हो या न हो) नकारात्मक परिणाम से प्रसन्नता तथा सुखानुभुति हो सकती है लेकिन निम्नलिखित तथ्यों पर विशेष बल दिया जाए :

1) एच.आई.वी. से संभावित संपर्क के बाद परीक्षण परिणाम को विश्वसनीय मानने से पूर्व 'विंडो अवधि' को समाप्त होने दिया जाए। इसका अर्थ यह है कि अधिकांश मामलों में संभावित संपर्क के बाद कम से कम 3 मास का समय व्यतीत होने पर होने वाले परीक्षण के नकारात्मक परिणाम को ही सही माना जा सकता है। संभावित संपर्क के न्यूनतम 6 मास बाद नकारात्मक परीक्षण परिणाम बड़ी निश्चितता प्रदान करता है ।

2) उच्च जोखिम भरे व्यवहारों से बच कर ही भविष्य में एच.आई.वी. संक्रमण के संपर्क से बचा जा सकता है। सुरक्षित लैंगिक संबंध तथा एक ही सुई को अनेक साथियों द्वारा

प्रयोग न करने के तथ्य अच्छी तरह समझा देने चाहिए ताकि ग्राहक सही निर्णय कर सके ।

3) एच.आई.वी. संक्रमण का नियंत्रण तथा उससे बचाव के बारे में अन्य सूचनाएँ तथा सकारात्मक स्वास्थ्य व्यवहारों के विकास के बारे में सूचना अवश्य प्रदान की जाए। यह आवश्यक हो सकता है कि परामर्शक को सूचनाओं को दोहराना पड़े तथा नए व्यवहारों को अपनाने एवं बनाए रखने के लिए ग्राहक के साथ मिलकर इन पद्धतियों पर चर्चा करें।

सकारात्मक परिणाम के बाद परामर्श

एच.आई.वी. संक्रमण वाले या रोगी व्यक्ति को यथा संभव शीघ्र बताया जाना चाहिए । आंरभिक चर्चा एकांत में गोपनीय होनी चाहिए तथा रोगी को सूचना के बाद संभलने का समय दिया जाना चाहिए। आंरभिक समायोजन की अवधि के बाद रोगी को इस सूचना का स्पष्ट एवं वास्तविक अर्थ बता देना चाहिए। यह समय जीवित रहने की अवधि की कल्पना या पूर्वानुमान लगाने का नहीं है लेकिन रोग के निदान कैसे सहने के लिए सहारा दिया जाना चाहिए। इस समय आधा बधांई जानी चाहिए। यह आशा व्यक्तिगत और व्यावहारिक समस्याओं के संभावित समाधान की आशा हो। यहाँ संसाधन उपलब्ध हो तो एच.आई.वी. संक्रमण के कुछ लक्षणों के लिए संभावित तथा नई प्रतिरोधी औषधियों के प्रभाव पर भी चर्चा की जा सकती है। एच.आई.वी. संक्रमण से पीड़ित लोगों को महत्वपूर्ण व्यावहारिक सूचना भी प्रदान की जानी चाहिए। सकारात्मक परीक्षण परिणाम के बाद परामर्श का स्वरूप बदल जाता है। हमेशा संकटकालीन परामर्श की तथा प्राय: समस्या समाधान परामर्श की आवश्यकता पड़ती है। परीक्षण परिणाम बताने के लिए कौन सा तरीका सही रहेगा इसके परीक्षण पूर्व समीक्षा भी की जा सकती है। सूचना को स्वीकार करना व्यक्ति के व्यक्तित्व, मनोवैज्ञानिक परिस्थितियाँ एच.आई.वी. के बारे में पहले से ज्ञान तथा एड्स के प्रति सांस्कृतिक दृष्टिकोण पर निर्भर करता है। ग्राहकों को गहन तनाव में परामर्शक से मिलने के बारे में भी बताया जाना चाहिए। इस बात पर भी चर्चा की जानी चाहिए कि नियुक्त कर्ता तथा अन्य व्यक्तियों को किसी के एच.आई.वी. संक्रमित होने का पता चलने पर क्या प्रतिक्रिया होगी। सुरक्षित संभोग, संप्रेषण बचाव तथा स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए पहल दी गई सभी सूचनाओं को दोहरा देना चाहिए। प्राय: नियमित रूप से मिलने की व्यवस्था की जानी चाहिए।

परामर्शक को इस बात पर बल देना चाहिए कि संक्रमण से बचने के लिये व्यवहार को बदलना, यदि छोड़ नहीं सके तो सीमित करना, संप्रेषण की जोखिम तथा जीवन पर्यन्त रहने वाला संक्रमण तथा दूसरों को संक्रमित करने की जोखिम आदि के लिए व्यक्ति स्वयं जिम्मेदार है।

एच.आई.वी. संक्रमण के समाचार को स्वीकार करना निम्नलिखित पर निर्भर करता है :

1) उस समय व्यक्ति का शारीरिक स्वास्थ्य। जो व्यक्ति उस समय रोगी हो हो सकता है उनकी प्रतिक्रिया बाद में हो। हो सकता है शारीरिक रूप से ठीक होने के बाद ही उनकी प्रतिक्रिया का पता चले।

2) सूचना के लिए व्यक्ति पहले से कितना या कैसे तैयार है। हो सकता है कि अप्रस्तुत व्यक्ति की प्रतिक्रिया परिणाम की आशा करने वाले प्रस्तुत व्यक्ति की प्रतिक्रिया से भिन्न हो। फिर पूरी तरह से प्रस्तुत व्यक्ति की वैसी ही प्रतिक्रिया हो जिनका यहाँ वर्णन किया गया है।

3) व्यक्ति को समुदाय या समूह में कितना सहारा दिया जाता है और मित्र उससे किस रूप में भेट करते हैं। कार्य दशाएँ, पारिवारिक जीवन एवं निकटता तथा मनोरंजन, यौन

संबंधों के अवसर व्यक्ति की प्रतिक्रिया के अनुरूप भिन्न हो सकते हैं। एच.आई.वी. संक्रमण सूचना की प्रतिक्रिया ऐसे व्यक्ति की अधिक गहन हो सकती है जो समाज में एकाकी है, उसके पास पैसे का अभाव है, कार्य के अवसर कम हैं, परिवार का सहारा कम है तथा अपर्याप्त आवासीय सुविधाएँ हैं।

4) व्यक्ति का परीक्षण पूर्व का व्यक्तित्व और मनोवैज्ञानिक दशा। परीक्षण परिणाम जानने से पूर्व मनोवैज्ञानिक तनाव होने पर प्रतिक्रिया कमोवेश जटिल होगी। ऐसे व्यक्तियों के लिए ऐसी समस्या रहित व्यक्त्यिों से भिन्न प्रबंध नीतियाँ बनानी पड़ती हैं। परिणाम के बाद के प्रबंध में व्यक्ति के मनोविज्ञान और/या मानसिक इतिहास विशेषत: एच.आई.वी. से पीड़ित रहने का तनाव का ध्यान रखा जाना चाहिए जो आरंभिक अव्यवस्था पुन: उपस्थिति होने को बढ़ावा देती है।

कुछ मामलों में एच.आई.वी. संक्रमण की सूचनाएँ पहले से स्थित भय और समस्याओं को बढ़ा सकती हैं। ये स्वीकृति और समायोजन प्रक्रिया को प्राय: जटिल बना सकती है और इन्हें पूरी संवेदना, सावधानी तथा यथ्ज्ञा संभव शीघ्र संभालना चाहिए।

5) एड्स, बीमारी तथा मृत्यु से सांस्कृतिक तथा आध्यात्मिक मूल्य जुड़े रहते हैं। कुछ समुदायों में मृत्यु के बाद जीवन में दृढ विकास है या जीवन में भाग्यवाद को मानते है। इस प्रकार एच.आई.वी. संक्रमण की अपनी जानकारी को ऐसे व्यक्ति अन्यों की तुलना में शान्ति से लेते हैं। दूसरी तरफ कुछ ऐसे समुदाय भी हैं जो एड्स को असामाजिक या ईश्वर निंदा का प्रमाण मानते है और इस प्रकार इसके साथ अपराध भावना तथा अस्वीकार की भावनाएं जुड़ी हैं।

जब एच.आई.वी. संक्रमण की सूचना के अस्वीकार स्थिति या बीमारी की स्थिति सामने आती है। उस समय परामर्श और सहारा प्रदान करना और भी आवश्यक हो जाता है। आरंभ में कुछ अस्वीकार काफी गहन हो सकते हैं। यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि जीवन पर खतरे की सूचना से यह अस्वीकृतियाँ स्वभाविक होती है और इनका पूर्वानुमान होना चाहिए ।

निदान या संक्रमण होने पर कुछ सामान्य सदमा भरी अस्वीकृतियां निम्नलिखित है :

- स्तब्ध/'भौंचक्का', गुमसुम/अविश्वास होना
- वर्तमान तथा भविष्य की परिस्थितियों के बारे में भ्रांति, घबराहट तथा अनिश्चितता होना;
- इंकार करना ("यह सच नहीं हो सकता''/चिंता न करें सब कुछ ठीक होगा''),
- आह भरना (ओ मेरे ईश्वर, मेरा सब कुछ नष्ट हो गया।)
- चिकित्सा कर्मियों के प्रति क्रोध, किसी के प्रति अधिक प्यार आदि, जीवन और माहौल पर प्रभाव
- दर्द, मृत्यु, विकृति, शरीर/मानसिक क्षमता की क्षति, विश्वास/गोपनीयता भंग होने का भय/लैंगिक गतिविधियों या विलासी या नशीली दवाईंया लेने से हुए संक्रमण या बीमारी से जुड़ी अपराध भावना।
- तीव्र एवं गहन चिंता
- भावात्मक दायित्व (शीघ्र ही हंसना और रोना या इससे उल्टा होना)
- भविष्य, कार्य, प्रिय/साथी, परिवार, स्वास्थ्य के बारे में दुखी होना और गंभीर चिंता
- स्टाफ/प्रियजनों/सहायकों के कार्यों और व्यवहारों के बारे में शंकाएं
- वर्तमान में रोग के कारणों का पता लगने पर कुछ चैन इनके साथ व्यवहार संबंधी अनेक प्रतिक्रियाएं भी जुड़ी हुई हैं

- रोना - बातें चलते ही और प्राय: अप्रत्याशित रूप से
- गुस्सा और चिड़चिड़पन - किसी भी व्यक्ति के प्रति। प्राय: नगण्य और महत्वपूर्ण बातों (शारीरिक और/या मौखिक) से उत्तेजित होना।
- वर्तमान विषयों और परिस्थितियों से पीछे हटना तथा इलाज संबंधी वार्तालाप, गतिविधियों और योजना में शामिल होने की हट करना ।
- आत्म निंदा–स्वयं को इस रोग का अधिकारी मानना, "निरर्थ", "गंदा", "अस्वच्छ" मानना;
- और संक्रमण के चिन्हों के लिए या शारीरिक विकारों के लिए शरीर की जाँच करते रहना;
- बार-बार आश्वासन और/या सूचना लेने के लिए प्रश्न करना ।

निम्नलिखित तथ्यों पर बार-बार जोर देने की आवश्यकता है :

1) एच.आई.वी. संक्रमण एड्स नहीं है। पूर्वानुमान बदलते रहते हैं लेकिन प्रत्येक संक्रमित व्यक्ति को सामान्य समाजिक, आर्थिक जीवन व्यतीत करने के लिए तब तक प्रेरित किया जाए जब तक एड्स से संबंधित लक्षण ऐसा न करने के लिए बाधा न बनते हों। चूंकि सामान्य जीवन यापन के लिए दूसरों के सहारे की आवश्यकता होती है इसलिए जो इससे संबंधित है उन्हें नई आवश्यकताओं के पूर्वानुमान तथा तालमेल के लिए निरंतर परामर्श की आवश्यकता है।

2) जिस व्यक्ति को एच आई वी संक्रमण है उसे अपने सामान्य स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए। अन्य संक्रमणों जैसे यौन प्रेषित रोगों या अन्य रोगों से प्रतिरोधी शक्ति प्रभावित होती है और एड्स का शीघ्र विकास होता है। जीवन की आयु बढ़ाने के लिए परामर्शक को इस बात पर जोर देना चाहिए कि बीमारी के संपर्क से बचें। परामर्शक द्वारा यह स्पष्ट किया जाना चाहिए कि सामान्य घरेलू सफाई तथा अन्य यौन संचारी रोगों से बचाव के लिए संक्रमण जोखिम से कैसे बचा जाए। अपने जीवन साथी के साथ संलग्न या विश्वसनीय बने रहने की आवश्यकता पर जोर देना आवश्यक हैं।

3) साथियों और जीवन साथियों को सहारा देना आवश्यक है। उन्हें यह बताया जाए कि पाया गया एच.आई.वी. संक्रमण काफी कठिन है और इसके लिए परामर्शक से पर्याप्त सहारा लिया जाना आवश्यक है। परामर्श में साथियों और जीवन साथियों को शामिल करने से संप्रेषण से बचाव होता है तथा जहाँ संकेत किया गया परीक्षण के लिये भेजना परामर्शक का सामान्य उद्देश्य है ।

4) साथियों और जीवन साथियों को संक्रमण से बचाया जाना चाहिए। कुछ धर्मों और संप्रदायों में कंडोम का प्रयोग स्वीकार्य नहीं होता। उनकी आपत्तियों तथा प्रयोग करने के लाभ तथा हानियों के बारे में भी चर्चा करना आवश्यक है।

5) एच.आई.वी. से पीड़ित व्यक्ति को अपने सिरींज, सुइयाँ, त्वचा छेदने वाले उपकरणों का सांझा प्रयोग नहीं करना चाहिए।

6) रक्त, प्लाज्मा, शरीर के अंग या अन्य उत्तक दान नहीं करने चाहिए।

7) गर्भधारण से बचें। एच.आई.वी. संक्रमित गर्भवती महिला को अपने गर्भस्थ शिशु के लिए तथा स्वयं के लिए अत्यधिक जोखिम के बारे में पता होना चाहिए तथा उसे परामर्श दिया जाना चाहिए। एच.आई.वी. संक्रमित पुरूषों को अपने जीवन साथी के साथ गर्भ की जोखिमों के बारे में चर्चा करनी चाहिए। वर्तमान स्थिति का वर्णन करते हुए जहाँ एच.आई.वी. संक्रमण के उपचार तथा संभालने की पर्याप्त सुविधाएं नहीं हो तो एच.आई.वी संक्रमित महिला को गर्भ धारण के लिए मना करना चाहिए।

8) माताओं के साथ स्तनपान के बारे में चर्चा करनी चाहिए। परामर्शकों को इस विषय पर नवीनतम सूचनाओं से अपने को अवगत रखना चाहिए।

सकारात्म्क परीक्षण परिणाम के बाद साराशंत: परीक्षणोंपरांत परामर्श में निम्नलिखित शामिल होना चाहिए :

- यह सुनिश्चित करना कि व्यक्ति सकारात्मक परीक्षण परिणामों का अर्थ अच्छी तरह जानता है।
- संक्रमित होने पर उनके अनुभवों पर चर्चा करना।
- इन भावनाओं को झेलने वाले व्यक्ति को सहायता प्रदान करने के लिए सहारा प्रदान करना।
- निकट भविष्य की योजनाओं के बारे में चर्चा करना।
- भविष्य की परामर्श का आधार बनाने के लिए व्यक्ति के साथ संबंध बनाए रखना।
- चिकित्सीय मूल्यांकन तथा बाद में परामर्श के लिए नियमित कार्यक्रम बनाना।
- यदि संभव हो तो साथियों को परामर्श देना और
- संभव हो तो स्थानीय सामुदायिक सेवाएं प्राप्त करने के लिए भेजना।

संदिग्ध परीक्षण परिणाम के बाद की परामर्श

परीक्षण परिणाम अनेक कारणों से संदिग्ध हो सकते हैं : जैसे, एच.आई.वी. से संभावित संपर्क के बाद सीरम बनने (संक्रमण विकसिम होने) के लिए पर्याप्त समय नहीं व्यतीत हुआ है (पीछे विंडो अवधि का वर्णन किया जा चुका है) ऐसी परिस्थितियों में परामर्शक को दो मुख्य बातों पर विचार करना चाहिए :

1) एच.आई.वी. संक्रमण का निर्णय करने के लिए किया जाने वाला परीक्षण : सामान्यत: किया जाने वाला पहला परीक्षण एलिसा है जो विशिष्टता के साथ 100 प्रतिशत संवेदनशील है जिसकी मान्यता 99.5 प्रतिशत मानी जाती है। यदि परीक्षण विंडो अवधि के बाद किया जाए तथा परिणाम नकारात्मक हो तो यह माना जाता है कि व्यक्ति संक्रमित नहीं है। इसी प्रकार सकारात्मक परिणाम आने पर एच.आई.वी. संक्रमण होने का संदेह होता है। इसकी सामान्य प्रक्रिया है 100 प्रतिशत विशिष्टता के साथ एलिसा परीक्षण दोबारा करना। ऐसे पूरक परीक्षण सकारात्म्क परिणाम एच.आई. वी. होने का तथा नकारात्मक परिणाम संक्रमण न होने का संकेत है। एच.आई.वी. संक्रमण होने की पुष्टि के लिए पहले दो एलिसा परीक्षणों के साथ सकारात्मक सीरम पर 100 प्रतिशत विशिष्टता का तीसरा एलिसा परीक्षण किया जाए। यदि यह भी सकारात्मक है तो यह एच.आई.वी. संक्रमण होने का पक्का संकेत है। यदि यह नकारात्मक है तो यह अनिर्णित है। इसके निम्नलिखित कारण हो सकते हैं :

- व्यक्ति में सामान्यत: आशा की अपेक्षा एच आई वी संक्रमण कि गैर मेडिकल संकेत शीघ्र विकसित हो गए है।
- संबंधित एच आई वी वायरस मौजूद है।
- नॉन वायरल प्रोटीन के साथ क्रास-प्रतिक्रिया उपस्थित है और प्रतिक्रिया एच आई वी मुख्य प्रोटीन के साथ जुड़े होने जैसी है।

इस प्रकार अब निम्नलिखित विकल्प बचते है :

- विश्वसनीय परिणाम प्राप्त करने के उद्देश्य से वैकल्पिक पद्धतियों का प्रयोग करना जैसे गलत सकारात्मक परिणामों को छोडने के लिए मिश्रित तकनीकों का प्रयोग करना।

- और परीक्षण न करना। जहां पर परिणाम में अनिर्णय की स्थिति है और अगले परीक्षण के परिणाम की प्रतीक्षा है का और आगे परीक्षण संभवत नहीं है तो किसी भी मात्रा में कहना संभव नहीं होता कि व्यक्ति को एच आई वी संक्रमण है। परामर्शक द्वारा व्यक्ति को पुन: 3 मास बाद परीक्षण की सलाह देनी चाहिए। यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि एच आई वी संक्रमण के कम स्तरों वाले क्षेत्रों में गलत सकारात्मक परिणाम आने की जोखिम अधिक होती है जबकि एच आई वी संक्रमण के उच्च दर में सकारात्मक परिणाम कम गलत होते हैं।
- इस प्रकार जहां अनेक व्यक्ति एड्स से पीड़ित हैं वहां एलिसा परीक्षण के सकारात्मक परिणाम सही होने के अधिक संभावना है। और अधिक सूचना के लिए आपको एच आई.वी./एड्स पर बुनियादी पाठ्यक्रम के खण्ड 2 की इकाई 4 पढ़नी चाहिए।

2) परिणाम की प्रतीक्षा अवधि में बचाव एवं सहारा प्रदान करना :
अनिश्चय के बाद संदिग्ध या अनिर्णित परीक्षण परिणाम की अवधि संभावित जोखिम वाले अंतिम घटना या पिछले एच आई वी संक्रमण परिणाम से 3 महीने या अधिक भी हो सकती है। इस स्तर पर परामर्शक के लिए यह महत्वपूर्ण है कि वह लैगिक संबंधों और नशीली ड्रग लेने, शारीरिक स्रावों और उत्तक दानकरने और स्तनपान कराने के संबंध में आवश्यक सावधानी के बारे में समझाना बहुत महत्वपूर्ण है। व्यक्ति के लिए सकारात्मक एच आई वी के लिए बरती जाने वाली सावधानियाँ तब तक रखना आवश्यक है जब तक कि परिणाम नकारात्मक सिद्ध न हो जाए। अनिश्चित की यह स्थिति महत्वपूर्ण रूप से व्यक्ति के लिए गहन एवं तीव्र मनोवैज्ञानिक परेशानियां पैदा कर देती है। परामर्शक को इन विषयों का मूल्यांकन करने तथा संभालने के लिए या हर मामले में आवश्यकतानुसार किसी के पास भेजने के लिए तैयार रहना चाहिए।

सकारात्मक सीरम और जीवन अंतिम सीरम पर स्थिति व्यक्तियों के लिए निरंतर जारी रहने वाला परामर्श

- ग्राहक के जीवन में घटित होने वाली प्रत्येक घटना के संपर्क में रहें।
- पहले से प्राप्त जानकारी को स्वीकार करें।
- सामान्य जीवन में अप्रत्याशित घटनाओं को संभालें।
- जहाँ ग्राहक जीवन पर नियंत्रण का अभाव महसूस करें वहाँ सहारा प्रदान करें।
- सकारात्मक एच आई वी स्थिति का पता लगाने जैसे दंत चिकित्सक के पास जाने पर स्थिति का सामना करने में ग्राहक की सहायता करें।
- दूसरों के लिए क्रोधित होने, उदासीन होने या पूर्वाग्रह होने पर नियंत्रण करने में ग्राहक की सहायता करें।
- ग्राहक में अनुकूलन क्षमता तथा आत्म योग्यता की भावना का पुन: विकास करें।
- ग्राहक को यथा संभव स्वयं का ध्यान रखने तथा दूसरों का बचाव करना सिखाएं।
- यदि ग्राहक सहमत हो तो नियमित रूप से उसके घर जाएँ तथा गोपनीयता बनाए रखें।
- ग्राहक के परिवार से संबंध बनाएं।
- हमेशा आशा तथा सकारात्मक जीवन पद्धति पर जोर डाले।
- एच.आई.वी. संक्रमण के बारे में ग्राहक की धारणा को बदले तथा अंतिम अवस्था की धारणा को निरंतर अनेक वर्षों तक चलने वाली बीमारी की धारणा बनाएं।
- ग्राहक को आराम या चैन प्राप्त करने अर्थात ध्यान योग की तकनीक सिखलाएँ।

- ग्राहक को दूसरों को सहारा देने तथा बचाव कार्य में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करें। साथ ही दूसरों के साथ मिलकर सामाजिक कार्य करने एवं अपने आप किन्हीं मनपसन्द कार्यों (हॉबी) में रुचि लेने के लिए प्रोत्साहित करें।
- भावी दुख प्रक्रिया के समय सहारा प्रदान करें।
- ग्राहक के साथ मिलकर भविष्य की योजनाएं बनाएं।
- किसी आत्म सहायता समूह में शामिल होने के लिए ग्राहक को प्रोत्साहित करें।
- मृत्यु स्वीकारने में उसकी सहायता करें।
- ग्राहक को अतीत कालीन असफलताओ की अपेक्षा अपनी उपलब्धियों एवं सफलताओं को याद करने के लिए प्रोत्साहित करें।
- अनुकूलन में आध्यात्मिक विचारधारा में विश्वास बनाएं रखने के लिए प्रोत्साहित करें।

बोध प्रश्न 2

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

ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

नकारात्मक परीक्षण परिणाम वाले व्यक्ति को परामर्श प्रदान करने में किन विषयों को शामिल करना चाहिए?

.....

.....

.....

.....

1.5 एच आई वी /एड्स की परामर्श में शामिल नैतिक मुद्दे

जब कोई व्यक्ति अतीत में किसी जोखिम वाले व्यवहार को बताए बिना परीक्षण करवाना चाहता है तो परामर्श को उसके कारण को जानने को प्रयास करना चाहिए तथा उसे बचावकारी एवं सहारा प्रदान करने वाला परामर्श देना चाहिए। परामर्शक अपना परीक्षण परिणाम जानने के लिए लोगों को समझाएं तथा उन्हें यह भी स्पष्ट कर दें कि यदि सकारात्मक सीरम परिणाम हैं तो उन्हें स्वयं को संक्रमण से बचाने के लिए तथा उसे दूसरों में फैलने में बचाने के लिए सही व्यवहार करना चाहिए।

अनिवार्य परीक्षण

अनिवार्य परीक्षण केवल कुछ चिकित्सीय उद्देश्यों के लिए कराया जाना चाहिए न कि संक्रमित व्यक्ति को गुप्त रूप से पहचानने के लिए। यह जोखिम व्यक्ति की सामाजिक स्थिति और परिणाम तथा अनिवार्य परीक्षण के सिविल अधिकारों के विरुद्ध भी उठाया जाए। व्यावहारिक परिवर्तन के लिए परामर्श में प्रोत्साहन तथा प्रेरणा प्रदान करनी चाहिए। अनिवार्य परीक्षण केवल रक्त और रक्त उत्पादों, अंगों, माता के दूध तथा अन्य उत्तकों तक ही सीमित रहना चाहिए ताकि इनके ग्रहण कर्ताओं में एच आई वी संप्रेषण के जोखिम से बचा जा सके।

अधिसूचित स्वीकृति एक और कठिन विषय है। जहाँ पर स्वास्थ्य कर्मी प्राय: हुक्म चलाने वाले ढंग से कार्य करते हैं वहाँ किसी व्यक्ति को परीक्षण के लिए आदेश देना अनुचित हो सकता है। परामर्शक जानते हैं कि यदि व्यक्ति निर्णय प्रक्रिया में स्वयं हिस्सा लेते हैं तो वे सूचना देने और परामर्श के लिए सकारात्मक रूख अपनाते हैं। यथा संभव परामर्शक को यह सुनिश्चित

करना चाहिए कि ग्राहक को परीक्षण से पूर्व उनकी प्रक्रियाओं, सीमाओं तथा परीक्षण के संभावित मनोवैज्ञानिक परिणामों के बारे में भली प्रकार से पता हो। चाहे सकारात्मक सीरम की संभावना हो या संतुष्टि के लिए पुन: परीक्षण किया गया हो परीक्षण क्यों कराया जा रहा है तथा परिणाम किसे बताया जाए और स्वयं उनके ऊपर इसका संभावित प्रभाव के बारे में ग्राहक को अवश्य बताया जाए।

कुछ स्थानों पर यह आवश्यक हो सकता है कि परामर्शक कुछ चिकित्सीय कार्यों के लिए लिखित स्वीकृति प्राप्त करें। इसलिए परामर्शक को निम्नलिखित तथा अच्छी तरह स्पष्ट कर देने चाहिए :

- ऐसा कोई परीक्षण नहीं है जो यह बता सके कि किसी को एड्स है या उसे वह हो जाएगा।
- उपलब्ध परीक्षण केवल रक्त में एच आई वी के प्रतिजीवी (एंटीबाडी) का ही पता लगा पाते हैं।
- एच.आई.वी. प्रतिजीवियों की उपस्थिति (एच आई वी संक्रमित माता के असंक्रमित शिशु के मामले में माता के निष्क्रिय प्रतिजीवियों को छोड़कर) केवल एच.आई.वी. संक्रमण का प्रमाण है। इससे यह सिद्ध नहीं होता कि व्यक्ति एच.आई.वी. से संबंधित रोगों से पीड़ित है या होगा ।
- सकारात्मक एच.आई.वी. परीक्षण व्यक्ति के संक्रमण होने के समय या अवधि के बारे में बताना असभव हैं। यह तथ्य बहुत महत्वपूर्ण है तथा ग्राहक से इस पर चर्चा करना आवश्यक है ताकि यह समझ सके कि एच.आई.वी. संक्रमण वर्तमान रिश्ता स्थापित होने से पूर्व हो गया था और अनिवार्यत: इसका यह भी अर्थ नहीं है कि वर्तमान साथी विश्वसनीय नहीं हैं। यह किसी अन्य जोखिम भरे व्यवहार या संपर्क के कारण भी हो सकता है ।
- परीक्षण परिणाम चाहे सकारात्मक हो या नकारात्मक व्यवहार में परिवर्तन आना आवश्यक है ताकि परिणाम नकारात्मक ही रहे तथा दूसरों को भी एच.आई.वी. संक्रमण से बचाया जा सके।
- नकारात्मक परिणाम का अर्थ यह नहीं हैं कि संक्रमण नहीं है। यदि जोखिम भरा व्यवहार हुआ है तो संपर्क या व्यवहार होने के 3 महीने बाद परीक्षण को दोहराना चाहिए ताकि विंडो अवधि का प्रभाव समाप्त हो सके।
- एच.आई.वी. संक्रमति व्यक्ति के लिए कुछ व्यवहार तथा कार्य जोखिम वाले होते हैं क्योंकि यौन रोगरहित उनसे अन्य संक्रमण हो जाते हैं ।

गोपनीयता के रूप में विश्वास परामर्शक तथा ग्राहक के बीच संबंध स्थापित करने के लिए सर्वाधिक महत्वपूर्ण तथ्य है। इससे संबंधों में घनिष्टता आती है तथा दिए निर्देशों का व्यक्ति (यहां तक समूहों) द्वारा पालन करने के अवसर बढ़ जाते हैं। व्यक्ति के एच.आई.वी. संक्रमण पाए जाने पर पृथक करने निर्वासित करने और व्यक्तिगत रूप से आरोप लगाने की संभावना हो तो गोपनीयता की गारंटी देना और भी महत्वपूर्ण हो जाता है। परामर्श के संबंध इस विश्वास पर आधारित होने चाहिए कि किसी प्रकार की चर्चा तब तक गोपनीय रहेगी जब तक ग्राहक किसी को बताने का निर्णय नहीं करता। गोपनीयता को भंग करना बहुत अनैतिक है।

कभी-कभी अस्पताल में हो सकता है कि परामर्शक किसी परीक्षण से पूर्व गोपनीयता की गारंटी देने की स्थिति में न हो। उदाहरण देकर ग्राहक को इसके बारे में तथा इसके प्रभावों के बारे में अवश्य बताना चाहिए। चिकित्सा केन्द्रों अथवा सेवाओं में गोपनीयता को बनाए रखना काफी कठिन है ऐसे स्थानों पर एकान्त नहीं होता तथा सार्वजनिक उद्देश्यों के लिए कार्यालयों/केन्द्रों को खुला रखा जाता है।

कुछ ऐसे भी उदाहरण हो सकते हैं जहाँ परामर्श या चिकित्सा कर्मी गोपनीयता भंग करने की आवश्यकता समझते हों जैसे संक्रमित ग्राहक के मना करने के बाद भी उसके यौन साथी को सूचित करने का निर्णय करना। परामर्शक को सबसे अधिक दुविधा या संघर्ष तब होता है जब वह संपूर्ण गोपनीयता को बनाए रखना चाहता है तथा परिवार या निकट संबंधियों को उनके या सार्वजनिक हित में बताना आवश्यक समझता है । यह संघर्ष उस समय भी होता है जब कोई एच.आई.वी. ग्राहक या एड्स रोगी दूसरे लोगों को निरंतर जोखिम में डालता रहता है। परामर्शक को इन कठिन परिस्थितियों के बारे में पता होना चाहिए तथा उनको सही मार्ग दर्शन प्रदान करने के लिए कानूनी तथा नैतिक नियमों की जानकारी रखनी चाहिए। विभिन्न स्थानों पर गोपनीयता का महत्व भी भिन्न-भिन्न होता है। उदाहरण के लिए कुछ सभ्यताओं में किसी व्यक्ति के ऐसे किसी व्यक्ति के साथ संबंध हैं जिसे सार्वजनिक रूप से उसका ध्यान रखने या विश्वसनीय होने का दायित्व सौंपा गया हैं। जब कोई ऐसे व्यक्ति को कुछ सच्चाई नहीं बताता तो यह महत्वपूर्ण सार्वजनिक नियम का उल्लंघन माना जाता है।

परामर्शक को किसी सभ्यता में चिकित्सीय गोपनीयता की सीमाओं का पता होना चाहिए। परीक्षण परिणाम की गोपनीयता बनाए रखना उसका आदर्श हो तथा प्राइवेसी का सम्मान करना चाहिए। जहाँ पर व्यक्तियों के अधिकारों का अत्यधिक महत्व है वहाँ गोपनीयता बनाए रखना आसान हो जाता है। इस प्रकार परामर्शकों के लिए समुदाय या सामुहिक प्रकार की सभ्यताओं में अपने गोपनीयता के दृष्टिगोण को सांस्कृतिक तथा पारंपरिक नियमों के अनुसार अपनाना जरूरी हो जाता है। ऐसी तथा समान परिस्थितियों में चिकित्सा कर्मियों को अपने चिकित्सा नियमों तथा देश के संबंधित कानूनों के अनुसार कार्य करना पड़ता है। सामान्यत: जहाँ गोपनीयता एच.आई.वी. के प्रसार को रोकने के लिए उचित वैयक्तिक उपायों को अपनाने से रोकती है वहाँ पर इसके गोपनीयता का बनाए रखने के बारे में पुन: विचार करना आवश्यक है।

साथी की सूचना

यह विषय गोपनीयता से जुड़ा हुआ हैं तथा एस.टी.डी. वाले भाग में इस पर चर्चा भी की जा चुकी है। ऐसे भी उदाहरण हो सकते है जहाँ परामर्शक या चिकित्सा कर्मी गोपनीयता को भंग करना जरूरी समझते हैं। जैसे संक्रमित ग्राहक उच्च जोखिम भरी गतिविधियों में निरंतर संलग्न है और किसी को अपने संक्रमण के बारे में सूचित नहीं करता हो उसके और साथी या साथियों को बताना आवश्यक हो जाता है। ऐसे में परामर्शक को चिकित्सा व्यवसाय के नैतिक नियमों का संबंधिम कानून के अनुसार निर्णय करना होगा।

बोध प्रश्न 3

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

ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

चिकित्सा प्रक्रिय आरंभ करने के लिए ग्राहक द्वारा स्वीकृति देने से पूर्व परामर्शक द्वारा चर्चा करने योग्य मुख्य तथ्य कौन से है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1.6 सारांश

एस.टी.डी. (यौन संचारी रोग) और एच.आई.वी./एड्स परामर्शक की इस इकाई में हमने एस.टी.डी. परामर्शक की मुख्य विशेषताएँ, इसके स्वरूप और उद्देश्य, एच आई वी से संबंधित परामर्श के प्रकार तथा इसमें शामिल नैतिक विषयों के बारे में चर्चा की है। इस इकाई का उद्देश्य एच.आई.वी./एड्स/एस.टी.डी परामर्शक को समझने में आपकी सहायता करना तथा इसके लिए परामर्शक के आवश्यक गुणों को बताना मात्र है।

1.7 शब्दावली

स्वीकृति : ग्राहक को बिना किसी शर्त के बिना किसी आरक्षण या निर्णय के लेकिन दिल से, उचित रूप से तथा सकारात्मक रूप से स्वीकार करना।

परामर्श : इसमें दो व्यक्ति किसी समस्या का समाधान करने के लिए मिलते हैं समस्या का समाधान करते हैं या व्यक्तिगत, गोपनीय विषयों और व्यवहारों को शामिल करने का निर्णय करते हैं।

उच्च जोखिम भरे व्यवहार : ऐसे व्यवहार या क्रियाएं जो अन्य व्यक्तियों में संक्रमण को प्रसार कर सकते हों।

संक्रमित : एच.आई. वायरसों को अपने शरीर में रखने वाला या जो एच.आई. वायरस से पीड़ित है।

नकारात्मक परीक्षण : रोगी के रक्त में एच.आई.वी. के प्रतिजीवी (एंटी बाडी) का न पाया जाना।

सकारात्मक परीक्षण : रोगी एच.आई.वी. सकारात्मक है अर्थात उसके रक्त में एच. आई.वी. की उपस्थिति के कारण प्रतिजीवी (एंटबाडी) पाए जाते हैं।

ब्रह्मचारी : किसी के साथ संभोग न करना।

एस टी डी : यौन संबंधों द्वारा संचारित रोग/संभोग के कारण संप्रेषित होने वाले रोग जैसे सिफलिश (सुजाक) हार्पिस आदि।

1.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें

टी.आई.एस.एस. (1994) एच.आई.वी./एड्स प्रिवेंशन एंड कांउसलिंग ए मैन्युअल फॉर ग्रासरूट लेवल वर्कर्स; सेल फॉर रिसर्च एक्शन एंड ट्रेनिंग, डिपार्टमेंट ऑफ मेडकल एंड साइकिएट्रिक सोशल वर्कर, टाटा इस्टिट्यूट ऑफ सोशल सांइसेज,

डब्ल्यू. एच.औ. (1994) एन ओरिटेशन टु एच.आई.वी./एड्स कांउसलिंग, ए गाइड फॉर ट्रेनर्स, वर्ल्ड हैल्थ आर्गनाइजेशन, रीजनल आफिस फॉर साउथ इस्ट एशिया, नई दिल्ली।

नाको (1994) एच.आई.वी./एड्स/एस.टी.डी. कांउसलिंग ट्रेनिंग मैन्यूअल, नेशनल एड्स कंट्रोल आरगानाइजेशन (स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय) भारत सरकार, नई दिल्ली।

थॉमस ग्रेशियस (1997) प्रिवेंशन ऑफ एड्स : एन.सर्च. ऑफ आनसर्स, शिपरा पब्लिकेशन, नई दिल्ली।

1.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

एस.टी.डी. के साथ किसी व्यक्ति के परामर्श में शामिल किए जाने वाले मुख्य विषय क्या हैं ? एस.टी.डी. के बारे में भ्रांतियाँ (रोग प्रसार के रूप और उपचार के बारे में भ्रांतियाँ किसी एस.टी.डी. वाले रोगी को विशेषकर गर्भवती महिला का उपचार न कराने के परिणाम एच.आई.वी. तथा एस.टी.डी. में संबंध अधिकारिक जानकारी एवं परीक्षणों के लिए व्यक्ति को कहाँ जाना चाहिए? प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, सरकारी अस्पताल में एस.टी.डी. विभाग, त्वचा विशेषज्ञ (त्वचा एवं यौन संचारी रोग विशेषज्ञ), महिला चिकित्सा विशेषज्ञ, पारिवारिक चिकित्सक (जो उपचार कर सके और/या किसी के पास भेज सके) आदि।

निदान तथा उपचार/संपूर्ण उपचार सुनिश्चित करने के लिए शीघ्र उपचार तथा निर्देशों के अनुपालन की अनिवार्यता के महत्व पर जोर दिया जाना चाहिए। एस.टी.डी. रोगी को यह परामर्श दिया जाना चाहिए कि लक्षण समाप्त होने या स्थिति में सुधार होने के बाद भी चिकित्सक द्वारा बताया गया पूरा उपचार करवाएँ

बोध प्रश्न 2

नकारात्मक परीक्षण परिणाम वाले व्यक्ति को दिये जाने वाले परामर्श में उठाये जाने वाले विषय कौन से हैं ?

परीक्षण परिणाम को विश्वसनीय मानने से पूर्व एच.आई.वी. के संभावित संपर्क के बाद विंडो अवधि को समाप्त होने दिया जाए। इसका अर्थ है कि अधिकांश मामलों में नकारात्मक परिणाम में संभावित संक्रमण से न्यूनतम 3 महीने की अवधि व्यतीत होने के बाद ही माना जा सकता है कि संक्रमण नहीं हुआ। यदि संभावित संक्रमण के बादी न्यूनतम 6 मास का समय व्यतीत होने के उपरांत नकारात्मक परीक्षण परिणाम को अधिकतम विश्वसनीय माना जाता है।

1) आगे एच.आई.वी. संक्रमण के संपर्क को उच्च जोखिम वाले व्यवहारों से बचाव कर ही बचा जा सकता है। सुरक्षित संभोग और सांझी सुई से बचाव को पूरी इस प्रकार स्पष्ट किया जाए कि सरलता से समझ में आ जाए तथा उचित चयन किया जा सके।

बोध प्रश्न 3

1) चिकित्सा प्रक्रिया आरम्भ करने के लिए ग्राहक द्वारा स्वीकृति देने से पूर्व परामर्शक द्वारा चर्चा करने योग्य मुख्य तथ्य कौन से हैं ?
   - ऐसा कोई परीक्षण नहीं है जो यह बता सके कि किसी को एड्स है या उसे हो जायेगा।
   - उपलब्ध परीक्षण केवल रक्त में एच.आई.वी. के प्रतिजीवी (एंटीबाडी) का ही पता लगा पाते हैं।
   - एच.आई.वी. प्रतिजीवियों की उपस्थिति (एच.आई.वी. संक्रमित माता के असंक्रमित शिशु के मामलों में माता के निष्क्रिय प्रतिजीवियों को छोड़कर) केवल एच.आई.वी. संक्रमण का प्रमाण है। इससे यह सिद्ध नहीं होता कि व्यक्ति एच.आई.वी. से संबंधित रोगों से पीड़ित है या होगा।
   - सकारात्मक एच.आई.वी. परीक्षण व्यक्ति के संक्रमण होने के समय या अवधि के बारे में बताना असंभव है। यह तथ्य बहुत महत्वपूर्ण है तथा ग्राहक से इस पर चर्चा करना आवश्यक है ताकि यह समझ सके कि एच.आई.वी. संक्रमण वर्तमान रिश्ता स्थापित होने से पूर्व हो गया था और अनिवार्यता इसका यह भी अर्थ नहीं है कि वर्तमान साथी विश्वसनीय नहीं हैं। यह किसी अन्य जोखिम भरे व्यवहार या सम्पर्क के कारण भी हो सकता है।

इकाई 2 परिवार और विवाह पूर्व परामर्श

इकाई की रूपरेखा

2.0 उद्देश्य
2.1 प्रस्तावना
2.2 जीवन साथी का चयन
2.3 विवाह की आवश्यकता
2.4 वैवाहिक जीवन में यौन संबंध
2.5 परिवार नियोजन के बारे में परामर्श
2.6 अधिकार एवं कर्त्तव्य
2.7 सारांश
2.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें
2.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

2.0 उद्देश्य

इस इकाई का उद्देश्य आपको विवाह पूर्व तथा परिवार नियोजन संबंधी परामर्श के महत्व एवं इसके विभिन्न पक्षों में अंतर की जानकारी प्रदान करना है। इसके अध्ययन के बाद आप :

- विवाह-पूर्व काउंसलिंग तथा इसके महत्व को समझ सकेंगे;
- विवाह-पूर्व काउंसलिंग संबंधित विभिन्न विषय को जान सकेंगे;
- परिवार नियोजन को तथा इसके महत्व का पता कर सकेंगे; और
- परिवार नियोजन के निर्णयों की अनिर्वायता के बारे में विचार कर सकेंगे।

2.1 प्रस्तावना

पारंपरिक रूप से विवाह भारत में एक महत्वपूर्ण घटना है। प्रत्येक व्यक्ति इसकी अभिलाषा रखता है। युवा पीढ़ी विवाह के लिए बहुत उत्सुक रहती है। अभिभावकों को उनके विवाह की चिंता रहती है तथा रिश्तेदार उत्सव मनाये जाने की इच्छा रखते हैं। विवाह की तैयारियों पर अत्याधिक खर्च किया जाता है। विवाह में शामिल दोनों पक्षों के मध्य दहेज, उपहार तथा विवाह खर्चों पर समझौते किए जाते हैं। विवाह के पवित्र दिन, समय मेहमानों की संख्या तथा निभाई जाने वाली विभिन्न रस्मों और विधियों के बारे में चर्चाएं की जाती हैं। संपूर्ण परिवार के लिए यह बहुत व्यस्त तथा महत्वपूर्ण समय होता है। विवाह में परिवार अपने मेहमानों, धन, दुल्हा एवं दुल्हन का दिखावा करते हैं। विवाह के समय दिखावे पर ही परिवार की हैसियत आधारित होती है। जबकि विवाह और उसके आयोजन पर इतनी सब तैयारियां की जाती है लेकिन दुल्हे और दुल्हन को अपना वैवाहित जीवन व्यतीत करने के लिए बहुत कम अथवा शून्य तैयारी की जाती है। भावी पति पत्नी के बारे में माना जाता है कि वे अपने जीवन एवं दायित्वों के बारे में जब तक मौखिक तथा अमौखिक रूप से अभिभावकों, संबंधियों तथा मित्रों से ग्रहण कर लेते हैं। उन्हें काम-शास्त्र के बारे में कोई शिक्षा नहीं दी जाती तथा उन्हें जो थोड़ा-बहुत ज्ञान होता है वह अपर्याप्त होता है। संबंध बनाने अनुकूल साहचर्य स्थापित करने, मतभेदों को सुलझाने तथा आवश्यकता पड़ने पर किसकी सहायता ली जाए इस बारे में कोई मार्गदर्शन नहीं किया जाता। अभिभावक तथा शैक्षणिक संस्थाएं दोनों ही शिक्षा अर्थात प्रसन्न तथा मधुर जीवन जीने के उद्देश्य के सर्वाधिक महत्वपूर्ण व्यावहारिक पक्ष का

अनदेखा कर देते है। श्रेष्ठतम समय में भी कई बार विवाह से अनेक समस्याएं पैदा हो जाती हैं। आज तीव्र आर्थिक एवं सामाजिक परिवर्तनों से अनेक दबाव बढ़ जाते हैं। दिन-पर-दिन वैवाहिक जीवन संघर्ष बढ़ने से अलगाव तथा तलाक के मामलों में वृद्धि हो रही है। वैवाहिक जीवन में संघर्ष तथा तलाक से उत्पन्न पीड़ा तथा वेदना से मानवीय व आर्थिक रूप से समाज में अत्याधिक क्षति होती है। इस संदर्भ में विवाह पूर्व परामर्श की भूमिका महत्वपूर्ण हो जाती है।

2.2 जीवन साथी का चयन

व्यवस्था के द्वारा

पारंपरिक भारतीय परिवारों में अभिभावकों या रिश्तेदार विवाह की व्यवस्था करते हैं तथा दुल्हन दूल्हे से पहली बार विवाह वाले दिन ही मिलती है। दोनों साथी पूरी तरह से अजनबी होते है तथा सुहागरात को वे एक साथ जीवन आरम्भ करते हैं।

अनेक भारतीय परिवार विशेषत: शहरों में बड़ों की उपस्थिति में लड़के व लड़की को मिलने का अवसर दे देते हैं। युवाओं के लिए यह माहौल तनाव भरा होता है। उन्हें आकर्षक रूप से सजाया जाता है तथा अच्छा प्रभाव डालने की हिदायतें दी जाती हैं। लड़का व लड़की दोनों ही जानते हैं कि उन्हें प्रदर्शित किया जा रहा है। अभिभावक और/या संभावित जीवन साथी (पति-पत्नी) जोड़ी के सही होने का निर्णय करते हैं। यदि वे सहमत होते हैं तो जोड़ी बनाने का निर्णय कर लिया जाता है तथा विवाह की तैयारियां आरम्भ हो जाती है। यदि जोड़ी को स्वीकृत नहीं किया जाता है तो अभिभावक सही जोड़ी प्राप्त होने तक अन्य प्रस्तावों की व्यवस्था करते हैं। यदि किसी पक्ष द्वारा जीवन साथी के लिए अधिक समय तक तलाश की जाए तथा निरंतर अस्वीकृति मिले तो इसका विवाह योग्य व्यक्ति पर बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है।

निम्नलिखित प्रकार के विवाह व्यवस्थित विवाह कहलाते हैं:

- अभिभावकों, संबंधियों और मित्रों द्वारा निश्चित किए गए,
- व्यवसायिक जीवन साथी दिलाने वालों के माध्यम से निश्चित किए गए,
- जीवन साथी दिलाने वाली संस्थाओं के माध्यम से निश्चित किए गए,
- विज्ञापन के माध्यम से निश्चित किए गए ।

अधिकांश मामलों में ज्योतिष्यों से सलाह की जाती है तथा भावी पति पत्नी की जन्म-पत्री धार्मिक नियमों के अनुसार मिलाई जाती है।

चयन या चुनाव के द्वारा

कुछ परिवार स्वीकृत या अनुमोदित लड़का व लड़की को मिलने तथा परिचित होने की अनुमति दे देते हैं। परस्पर एक दूसरे को जानने की अवधि में युवा विवाह करने या न करने का निर्णय करते हैं। घर से बाहर लड़के और लड़कियों को मिलने के अधिक अवसर मिलने से वे एक दूसरे के प्रति आकर्षित हो जाते हैं तथा प्यार करने लगते हैं। ऐसी स्थिति में दोनों विवाह करने का निर्णय कर लेते हैं और हो सकता है कि अपने अभिभावकों की सहमति प्राप्त करें या न करें।

अच्छी जोड़ी के लिए अभिभावक क्या चाहते हैं?

i) लड़का या लड़की का ऊपरी सौंदर्य जैसे ऊचाई, रंग, शरीर की बनावट, आकर्षक चेहरा, लंबे बाल, आदि के चयन में उच्च प्रथिमिकता होती है। शारीरिक अयोग्यता चाहे कितनी भी कम हो जैसे बोलने में मामूली तुतलाहट, आँखों में भेंगापन या चश्मा लगाना लड़के या लड़की को अस्वीकृत करने के कारण बन जाते हैं ।

ii) परिवार की आर्थिक स्थिति एक महत्वपूर्ण पहलू है। लड़की के अभिभावकों से दहेज का निर्धारण, लड़के की पारिवारिक आय दोनों परिवारों में संपत्ति और व्यवसाय आदि पर गंभीरता से विचार किया जाता है।

iii) लड़के की शिक्षा तथा नौकरी सुरक्षा और हमारे आधुनिक संदर्भों में मध्य तथा उच्च वर्गीय परिवारों में लड़की की भी शिक्षा तथा नौकरी सुरक्षा पर गहराई से विचार किया जाता है।

iv) दोनों का स्वास्थ्य

v) लड़की की गृह निर्माण की निपुणता और

vi) जन्म-पत्रियों के मिलान पर भी विचार किया जाता है। गाँवों तथा निम्न जातियों में गरीब तथा कम शिक्षित परिवारों में इन मानदंडों का कोई महत्व नहीं है। लेकिन धर्म, जाति तथा सामाजिक हैसियत का महत्वपूर्ण स्थान है।

अच्छी जोड़ी के लिए युवाओं की इच्छा

विवाह योग्य लड़कों एवं लड़कियों में साथी का शारीरिक सौंदर्य ही सबसे आकर्षक विषय है। किसी भारतीय शहर में किसी युवा से चर्चा करने पर पता लगता है कि:

लड़कों के लिए लड़कियों में आकर्षक की चीजें हैं : लम्बे बाल, अच्छा स्वरूप, लम्बा तथा छरहरा शरीर, साफ रंग, आकर्षक नयन, भरा हुआ वक्ष, मधुर मुस्कान, मधुर हंसी, सरल वार्तालाप आदि।

लड़कियों के लिए लड़कों में आकर्षण की चीजें हैं–

कद, शारीरिक सौष्ठव, चौडे कंधे, ताकतवर शरीर, देखने में अच्छा, विनोद वृत्ति, वेश भूषा का सलीका आदि।

मूलत: ग्रामीण या शहरी दोनों क्षेत्रों से युवा विपरीत साथी के शारीरिक विशेषताओं एवं व्यवहार से आकर्षित होते हैं। वे प्राय: चल चित्रों में प्रस्तुत अपने प्रिय अभिनेता और अभिनेत्री की इच्छा रखते हैं। केवल उपर्युक्त तथ्यों में से किसी के आधार पर जीवन साथी का चयन करना खुशहाल वैवाहिक जीवन की गारंटी प्रदान नहीं करता।

जीवन साथी में क्या होना चाहिए

एक सफल वैवाहिक जीवन साथी की समझदारी तथा स्वास्थ्य महत्वपूर्ण घटक है। जीवन साथियों में समानताएँ अच्छे वैवाहिक जीवन के लिए मजबूत नींव है। इन समानताओं को चार समूहों में विभाजित किया जा सकता है ।

i) धर्म, उद्देश्यों तथा परंपराओं पर मूल्य और विचारों के संदर्भ में जीवन के प्रति बुनियादी दृष्टिकोण

ii) वैवाहिक जीवन में संबंधों के प्रति इमानदारी, सेक्स, बच्चों तथा सुसराल के बारे में विचार

iii) वैयक्तिक घटक जैसे आयु, शिक्षा, सामाजिक तथा आर्थिक हैसियत

iv) सामान्य घटक जैसे सांस्कृतिक, सामाजिक तथा राजनीतिक पृष्ठभूमि

इस विषय पर और अधिक विवरण परिवार शिक्षा के मूल और ऐच्छिक पाठयक्रम में दिया गया है।

प्रणय निवेदन

व्यक्ति के जीवन में प्राणय निवेदन की अवधि अत्याधिक रोमाचंकारी होती है। यह अवधि विवाह और विवाह होने के बीच की होती है। प्रणय निवेदन करने वाले जोड़ों में मिलने की बहुत तमन्ना होती है। वे बढ़िया वस्त्र पहनते हैं तथा परस्पर एक दूसरे को खुश करने का प्रयत्न करते हैं। इस समय उनका श्रेष्ठतम व्यवहार होता है तथा वे एक दूसरे को अच्छा प्रमाणित करने का प्रयास करते हैं। इसको किसी भी चीज से अधिक समय एवं सर्वोच्चता प्रदान की जाती है अत: विवाह से पूर्व चर्चा किए जाने वाले महत्वपूर्ण विषय छूट जाते हैं ।

जोड़ों द्वारा निवेदन के समय को एक दूसरे के स्वभाव, जीवन मूल्य, समानताएँ तथा अन्तर को समझना चाहिए। प्रणय निवेदन के समय जिन विषयों पर चर्चा की जा सकती है वे इस प्रकार हैं–

i) प्रत्येक जीवन साथी की आशाएं एक दूसरे के प्रति उनकी भूमिका के बारे में विचार करना चाहिए। अपने व्यावसायिक दायित्वों का विभाजन किस प्रकार किया जाए। क्या कोई जोड़ा या उनमें से कोई एक पारंपरिक भूमिका की परिभाषाओं में विश्वास करता है ? इससे उनकी आशाओं पर क्या प्रभाव पड़ेगा ?

ii) धर्म विशेषत: जब विवाह मिश्रित हो (अंतर जातीय, अंतर सांस्कृतिक तथा अंतर धर्म विवाह) ऐसे मामलों में जोड़ों को पारिवारिक समर्थन, भावनाएँ तथा समर्थन के अभाव में तालमेल, धर्म तथा अंतर धर्म विवाह के मामले में बच्चों के धर्म आदि के बारे में चर्चा की जानी चाहिए। प्राय: विवाह हो जाने के बाद ये विषय छूट जाते हैं जिनसे बाद में काफी मतभेद हो जाते हैं।

iii) नव दंपति का आवास दंपति को कहाँ रहना है। संयुक्त या एकल परिवार के लाभ तथा हानियां एवं अपना मकान खरीदने के लिए आर्थिक संसाधन आदि।

iv) संबंधी (सुसराल में) बहू के संबंध में सुसराल पक्ष की आशाएं जैसे नौकरी करते रहना, पहला बच्चा कब हो आदि।

v) आश्रित (अभिभावक, सहोदर भाई-बहन) आश्रितों विशेषत: पत्नी के अभिभावकों के प्रति दायित्वों को दंपति कैसे वहन करेंगे।

vi) दिलचस्पी एवं रुचियां : रुचियों को संयुक्त रूप से तथा अलग-अलग अपनाने में दोनों का लचीलापन अपनाना। दंपति में घनिष्ठता होने के बावजूद साथी को अपनी-अपनी पसंद बनाए रखने की स्वतंत्रता होनी चाहिए। दंपति का इतना अधिक नहीं उलझना चाहिए कि उनकी व्यक्तिगत पहचान समाप्त हो जाए। वह वैवाहिक जीवन के लिए अच्छा नहीं होता।

vii) आर्थिक विषय दंपति की वर्तमान तथा भविष्य की आर्थिक हैसियत। क्या वैवाहिक जीवन व्यतीत करने के लिए पर्याप्त आय है? आपका साधन क्या है? क्या दुल्हन या दुल्हे के परिवार से सहायता ली जाए? इसका संबंधों पर कैसा प्रभाव पड़ेगा। घर के हिसाब-किताब की मुख्य जिम्मेदारी किसकी है। यदि पहले चर्चा नहीं की गई तो इस पर भी चर्चा की जाए कि निर्णय कैसे किया जाएगा जैसे घर की आमदनी का प्रबंध कौन करेगा तथा उस निर्णय पर क्या दोनों पक्ष सहमत हैं।

viii) घर के काम तथा कार्य विभाजन विशेषत: जब पत्नी अपना रोजगार जारी रखे।

ix) बच्चों की संख्या तथा समय यह दंपति की आयु, आर्थिक संसाधन, उपलब्ध सहायता, शिशु गृह जैसी सुविधाओं की उपलब्धियों आदि पर निर्भर करता हैं।

x) परिवार नियोजन दंपति परिवार नियोजन के दायित्वों, परिवार पद्धति का चयन तथा परिवार नियोजन से जुड़े धार्मिक विश्वास आदि का कैसे निपटारा करेगे।

xi) मित्रगण (सामाजिक पृष्ठभूमि भिन्न है तो) एक दूसरे के मित्रों को सम्मान, मित्रता निभाने की स्वतंत्रता तथा साथी के मित्र विशेष को पंसद करने की स्थिति में उसके साथ व्यवहार आदि।

xii) कैरियर विशेषत: पत्नी का (यदि वह विवाह के बाद भी रोजगार में है या रोजगार की सोच रही है तो)।

xii) निर्णय लेना तथा मतभेद समाधान (वर्णन निम्नलिखित है)

प्राणय निवेदन अवधि में विकसित संबंध इमानदारी तथा विश्वास पर आधारित होना चाहिए । तथ्यों को छुपाना या अपने साथी को धोखा देना अपमानित साथी को चिड़चिड़ा तथा निराश कर सकता है।

विवाह या परिणय के लिए तैयारी

विवाह के लिए वैद्यानिक आयु लड़के के लिए 21 वर्ष तथा लड़की के लिए 18 वर्ष है। इस कानून के बावजूद अनेक युवक एवं युवतियां युवा होने से पूर्व ही विवाह कर लेते हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में यद्यपि ऐसा ही हो रहा है तो भी धीरे-धीरे इस परंपरा में परिवर्तन आ रहा है।

युवक एवं युवतियों को विवाह के दायित्वों को निभाने के लिए शारीरिक रूप से भावनात्मक रूप से तथा सामाजिक रूप से परिपक्व होना चाहिए। शारीरिक रूप से हो सकता है कि लड़का 14 से 16 वर्ष की आयु में पिता बनने में तथा लड़की 12 से 14 वर्ष की आयु में मां बनने योग्य हो जाए। फिर भी, वे (विशेषत: लड़किय) भावनात्मक तथा शारीरिक रूप से अभिभावक बनने के योग्य नहीं होते।

बोध प्रश्न 1

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

ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

एक अच्छे जीवन साथी में व्यक्ति को क्या देखना चाहिए?

.....

.....

.....

.....

.....

2.3 कोई विवाह क्यों करता है?

युवाओं द्वारा विवाह का विचार करते समय कुछ प्रश्नों पर विचार करना चाहिए जो कि विवाह को पूरी जिन्दगी निभाने के लिए आवश्यक है। इनके उत्तर व्यक्ति अनुसार भिन्न-भिन्न हो सकते हैं।

1) क्या मेरी अपने जीवन में उन्नति करने या अपनी अभिलाषाओं को पूरा करने के लिए जरूरी एक साथी के कारण विवाह करने की इच्छा है ?

2) क्या मेरी दहेज प्राप्त करने या आर्थिक सहायता लेने के लिए विवाह करने की इच्छा है?

3) क्या मेरी अपने घर, अभिभावकों तथा स्वयं की देखभाल के लिए विवाह करने की इच्छा है?

4) क्या मेरी विवाह करने की इच्छा एक बच्चे की आवश्यकता के कारण है जो मेरा नाम चला सके ?

5) क्या मेरी विवाह की इच्छा उबाउघर से भागने या एकाकीपन को दूर करने के कारण है।

6) क्या मैं दूसरे व्यक्ति के साथ यौन संबंध बनाने के लिए तैयार हूं ?

7) क्या मैं किसी के साथ प्यार होने के बाद ही विवाह करूं ?

8) क्या मुझे अपने माता-पिता की इच्छा के कारण ही विवाह करना चाहिए ?

9) क्या मुझे छोटे भाई या बहन के पहले विवाहित होने के कारण विवाह की इच्छा करनी चाहिए ?

10) क्या मुझे संगति के लिए विवाह करना चाहिए?

कुछ विचार तथा चिंताएँ

1) मुझे अपने लिए अपने जीवन से क्या चाहिए?

2) क्या मेरे पास विवाह तथा कार्य संभालने की क्षमता है?

3) क्या मैंने जीवन को सुखी बनाने के लिए अपने साथी से आशा की है?

4) क्या विवाह के बाद मेरा आदमी या महिला होना सिद्ध होगा?

5) क्या मेरी यह इच्छा है कि मैं अपने साथी को उसकी आवश्यकता के अनुरूप प्यार करूं? क्या मेरे लिए प्यार करना आसान है ?

6) क्या मुझमें अपने साथी का सहारा बनने की क्षमता है ?

7) मेरे विकास तथा प्रगति में साथी का कैसा हस्तक्षेप होगा ?

8) दूसरी बार विवाह के मामले में क्या मैंने स्वयं का साथी की मृत्यु या तलाक से उबार लिया है ?

9) क्या मैं बच्चा पाने के लिए तैयार हूं ? क्या मुझे हर हालत में बच्चे चाहिए ?

विवाह के बाद दंपति की आशाएँ भिन्न-भिन्न हो सकती हैं जिससे दोनों के संबंधों पर प्रभाव पड़ सकता है। बड़े मुद्दों पर सहमति न होने पर गंभीर संघर्ष हो सकता है तथा उनके जीवन को भी खतरा हो सकता है। इसके लिए आवश्यकता है कि दंपति परस्पर वार्तालाप करने में सक्षम हों। उन्हें अपने विचार, भावनाएँ तथा भविष्य के लिए अपने उद्देश्य या कल्पनाएँ भली प्रकार बतानी चाहिए। बताने की कला भी इतनी अच्छी हो कि दंपति एक दूसरे को प्रमाणित कर सके। संप्रेषण एक सीखने वाली कला है इसे यूं ही नहीं मानना चाहिए।

सुखी और मधुर वैवाहिक जीवन के लिए कार्य करना:

विवाह का मधुर और सुंदर रखने में व्यक्ति की सहायता के लिए कुछ तथ्य है:

- अपने साथी को समझाएँ।
- साथी का बदलने का प्रयत्न करने की अपेक्षा उसे स्वीकार करें।
- समय के अनुसार बदलिए। जीवन में दोनों साथियों में परिवर्तन आता है तथा इस परिवर्तन के अनुरूप प्रत्येक को समायोजन करना पड़ता है।
- छोटी-मोटी समस्याओं को तुरन्त सुलझाएँ। एक दूसरे पर दोषारोपण करने तथा दुर्भावना रखने की अपेक्षा समाधान निकाला जाए।
- निजीत्व का अतिक्रमण किए बिना हुकूमत अथवा इर्ष्या किए बिना एक दूसरे को विकास करने के अवसर प्रदान किए जाएँ।
- मिलकर भविष्य की योजना बनानी चाहिए।
- वैवाहिक वचन बद्धता को निभाया जाए।
- दोनों पक्षों द्वारा सुसराल को स्वीकार किया जाए।

वैवाहिक जीवन को खुशहाल बनाने में निम्नलिखित में कुछ तथ्य आपकी सहायता करेंगे :

- अपने अंर्तबाधाओं को छोड़ें।
- स्वभाविक रूप से रहें।
- जिदांदिल बनें।
- कुछ आशातीत व मधुर कार्य कर एक दूसरे को आश्चर्यचकित करिए।
- मिलकर हंसिए।
- अपने यौन जीवन में आनन्द लाइए।
- संपूर्ण वैवाहिक जीवन में प्यार से रहिए। हंसी खुशी महत्वपूर्ण है। वैवाहिक जीवन में प्रसन्नचित वातावरण की आवश्यकता होती है।

झगड़ों और मतभेदों को सुलझाना

किसी भी अच्छे संबंध में झगड़े और मतभेद होना स्वभाविक है। एक ऐसा जीवन जो वैवाहिक जीवन की इस मौलिक प्रक्रिया से रहित है, उसमें अपने मन को मसोसना, इंकार, समाप्त न होने वाला विद्वेष, चिड़चिड़ापन आ जाता है तथा वास्तव में वह समाप्त हो जाता है। ऐसा वैवाहिक जीवन में निम्नलिखित कारणों से हो सकता है:

- चीजों के बारे में भिन्न दृष्टिकोण
- विश्वास में कमी
- साथी की उपलब्धियों, प्रसिद्धि से इर्ष्या
- सुसराल पक्ष
- ज्ञान के अभाव, निष्पादन के बारे में अवास्तविक आशाओं, अंतर बाधाओं, असंवेदनशीलता, एक जैसी यौन क्रियाओं आदि के कारण यौन आनन्द में मधुरता न होना
- भिन्न पृष्ठभूमि जैसे धर्म, आर्थिक स्थिति तथा सामाजिक स्तर

- परंपरा मानदंडों में मतभेद और
- दहेज की माँग

रोजमर्रा के समायोजन

भिन्न मनोवैज्ञानिक पक्ष-दंपति को यह समझना आवश्यक है कि क्या मूलत: आधिपत्य रखने या झुकना चाहते हैं ? क्या एक दूसरे के ऐसे अनुभव है जिनमें किसी समय एक स्वरूप रहा हो तथा अन्य समस्यों पर दूसरे विषयों में भिन्न। मामला इसके विपरीत भी हो सकता है। कुछ ऐसे भी उदाहरण हो सकते हैं जो उन्हें अपना मूलत: सही, सहज, संवेदी या भावनापूर्ण मानव होने के मूल्यांकन में सहायता कर सके। इसका कोई सही या गलत उत्तर नहीं होता। इनकी समझ दंपति को एक दूसरे को अच्छी प्रकार समझने में सहायता कर सकती है ताकि वे प्रभावी एवं सार्थक रूप से एक परस्पर जुड़े रहें।
दंपति को इस बात को सुनिश्चित करना चाहिए कि रोजमर्रा के समायोजन पूर्ण जीवन गंभीर संघर्ष में बदल जाए। इसे संघर्ष के न्यायपूर्ण नियमों का पालन कर प्राप्त किया जा सकता है।

i) एक विषय को सामने रखें पिछले झगड़ों को न उठाएँ

ii) यथा संभव झगड़े को तुरंत समाप्त करें

iii) सबके सामने न झगड़ें

iv) एक दूसरे को ठेस पहुँचाने वाले वाक्य न बोलें मुँह से निकली बात वापिस नहीं ली जाती ।

v) एक दूसरे के साथ मार-पीट न करें।

vi) स्थिति अधिक तनावपूर्ण होने पर थोड़ा अन्तराल लें ठडें दिमाग से सोचें, सूत्र को पकड़ें तथा यथाशीघ्र मामले को सुलझाएँ।

vii) संबंध समाप्त करने की धमकी न दें।

बड़े मामलों को जब तक नहीं सुलझाया जा सकता तब तक कि:

क) दोनों समझौता नहीं करते,

ख) दोनों बदलना नहीं चाहते,

ग) दोनों ही परिवार के अन्य सदस्यों या मित्रों अथवा परामर्श करने वाले की सहायता नहीं लेते

यदि समस्याओं का समाधान नहीं होगा तो दोनों साथियों का वैवाहिक जीवन अप्रसन्न रहेगा। अधिक गंभीर मामलों में शारीरिक तथा मानसिक क्षेत्र, पलायनवादी उपाय जैसे शराब, विवाहोत्तर संबंध, अलगाव, तलाक या आत्मघात की कोशिश भी हो सकती है।

याद रखें कि–

आप विवाह से अलग हो सकते हैं। विवाह एक साझेदारी है न कि स्वामीत्व। यह विश्वास समय, चर्चा तथा सपर्श पर आधारित एक सम्मान का दो तरफा मार्ग है। व्यक्ति विवाह कर सबसे बड़ा जोखिम तथा अवसर लेता है। एक अच्छा विवाह दिल, दिमाग, आत्मा और शरीर का मिलन है।

वैवाहिक जीवन में समायोजन

वैवाहिक जीवन में समायोजन संपूर्ण जीवन में चलने वाली प्रक्रिया है। यह जीवन के विभिन्न स्तरों पर विभिन्न रूपों में परिवर्तित होती रहती है। आरंभिक स्तर में परिवर्तन पुरूष की

अपेक्षा स्त्री के लिए अधिक नए होते हैं, उसे अनेक चीजों के साथ सामंजस्य स्थापित करने के लिए अधिक समायोजन करना पड़ता है।

महिलाओं को निम्नलिखित के साथ समायोजन करना पड़ता है:

- अपने अभिभावकों का गृह छोड़कर नए तथा प्राय: अनजान घर में जाना पड़ता है।
- परिवार के नए सदस्यों (पति तथा सुसराल) के साथ तालमेल करना पड़ता है।
- नए घर की दिनचर्या भिन्न होती है।
- उसकी पत्नी, बहू तथा भाभी की नई भूमिका होती है।
- उसके पति तथा सुसराल वालों की उससे कुछ आशाएँ होती हैं।
- शारीरिक संबंधों का नया अनुभव होता है।
- उसके बड़े होने की छवि बनती है जिसमें अपने पितृगृह के लापरवाह तरीकों को छोड़ना होता है। उसे अपने को नियंत्रित करना जिम्मेदारी संभालना तथा आज्ञाकारी होना शामिल है। यदि वह रोजगार में है तो गृह कार्य तथा रोजगार संभालना।

पुरूष के लिए समायोजन कम है उसे निम्न प्रकार के समायोजन करने होते हैं।

- अपनी पत्नी के साथ जीवन जीना
- अपनी पत्नी के साथ शारीरिक संबंधों में भागीदार होना
- इस तथ्य को स्वीकार करना कि उसकी पत्नी घर से बाहर रोजगार में भी है।

यदि उसकी पत्नी घर से बाहर रोजगार में है तो इसका अर्थ है कि वह घर से अधिक समय बाहर व्यतीत करती हैं उसकी आमदनी अच्छी है जो उसे आत्मनिर्भरता तथा समाज में मान दिलाती है। उसे अनजान लोगों से वास्ता पड़ता है। उसमें विश्वास है तथा वह आश्वस्त है।

यदि पति का सम्मान अपेक्षाकृत कम है तो उसका अहं, गौरव को इन सब तथ्यों से ठेस पहुँच सकती है और विशेषकर जब पत्नी असंवेदनशील हो तथा उसे असक्षम होने का आभास कराए। फिर भी जैसे-जैसे अधिक महिलाएँ रोजगार में आ रहीं हैं पुरूष समायोजन करने लगे हैं। इससे प्राय: यौन संबंधों में अधिक स्वतंत्रता आती है।

बोध प्रश्न 2

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

ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

1) स्त्रियों को अपने पति के घर में क्या-क्या समायोजन करने होते हैं ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.4 वैवाहिक जीवन में सेक्स

सैक्स वैवाहिक जीवन का एक अनिवार्य अंग हैं। सेक्स से संतुष्टि या असंतुष्टि दोनों साथियों का एक दूसरे के प्रति रूख और व्यवहार बदल सकती है। पुराना विश्वास है कि पुरूषों में औरतों की अपेक्षा अधिक सेक्स भावना होती है और उन्हें इसकी अधिक इच्छा होती है। सत्य नहीं है। वैज्ञानिक अनुसंधानों ने सिद्ध कर दिया है कि स्त्री पुरूष दोनों को सेक्स की इच्छा होती है तथा एक दूसरे की जरूरतों को पूरा करना, तथा मन और भावना का सम्मान करना दोनों की जिम्मेदारी है।

यौन संबंधों का एक मात्र उद्देश्य संतानोत्पति नहीं है। ये प्रसन्नता, मंनोरंजन, प्यार का आदान-प्रदान तथा संबंधों में घनिष्ठता प्रदान करते हैं। ये घनिष्ठता तथा प्यार संप्रेषण का साधन है। इसलिए दोनों साथियों को:

- एक दूसरे के आराम का ध्यान रखना चाहिए।
- एक दूसरे की जरूरतों का समझना चाहिए।
- यौन क्रियाओं से होने वाली सुखानुभूति तथा कष्ट के बारे में चर्चा करनी चाहिए।
- यौन क्रियाएं गोपनीय तथा बाद्या रहित रखनी चाहिए।

यौन संबंधों की तैयारी - सुहागरात

दंपति को मधुर तथा संतुष्टि पूर्ण यौन संबंध के लिए तैयार होने की आवश्यकता होती है। देखा गया है कि कई बार जीवन के तथ्यों की जानकारी के अभाव में, सुहागरात के बारे में चिंता, डर या रोमांचकारी विचारों के कारण विवाह की संपूर्णता नहीं होती। जिससे निराशा तथा कुंठा हो जाती है। सुहागरात का अनुभव काफी सदमे वाला हो सकता है तथा उसका व्यापक प्रभाव हो सकता है ।

सुहागरात अधिकांश भारतीय दंपति के लिए बहुत महत्वपूर्ण होती है। अधिकांश मामलों में यह अधिकांश दंपतियों के लिए पुरूष-स्त्री के मिलन का प्रथम अनुभव होता है जो दुनिया में व्यावहारिक रूप से पहली बार शारीरिक एवं मानसिक रूप से एक दूसरे को अपना समर्पण करते हैं। यह वैवाहिक जीवन की लंबी यात्रा और पारिवारिक जीवन की शुरुआत तथा समाज की प्रथम इकाई होती है।

सुहागरात को नवदंपति के साथ प्राय: क्या घटित है। अधिकांश मामलों में: - दोनों थके हुए होते हैं। दोनों नासमझ होते हैं तथा यौन संबंधों के बारे में उन्हें अपर्याप्त शिक्षा या गलत धारणाएँ होती है। दोनों एक दूसरे से अनजान होते हैं। दोनों ही चलचित्रों में प्रदर्शित सुहागतरात के अनुसार आचरण करने की भावना रखते हैं। व्यक्तिगत रूप से दोनों को ही अपना-अपना डर तथा चिंताएं होती है। किसी भी साथी में अतीत का यौन दुर्व्यवहार भी प्रभावित हो सकता है।

महिलाओं में

- पित्रगृह छोड़ने का भावनात्मक तनाव होता है।
- प्रथम सहवास में दर्द तथा रक्त स्त्राव का भय होता है।
- गर्भधारण तथा बच्चे को जन्म देने की चिंता होती है।
- अपनी सुहागरात को लेकर आशंका होती है।
- वर-वधू पक्ष में दहेज, उपहार आदि के संबंध में मतभेदों के कारण विशेषत: नववधु के मन में तनाव होता है जिससे यौन क्रिया में अर्न्तबाधा हो सकती है।

सफल यौन क्रिया निष्पादन के बारे में चिंता होती है।

परिणाम तथा प्रभाव

यदि पति आक्रामक तथा उतावला है तो वह पत्नी के साथ संभोग में ताकत या जोरजबर्दस्ती कर सकता है यह पत्नी के लिए सदमा हो सकता है। यदि पति आशा के अनुरूप नहीं होता या असफल रहता है तो वह स्वयं निराश हो जाता है तथा उसका आत्मविश्वास खत्म हो जाता है। इससे उसका भावी सेक्स जीवन प्रभावित हो सकता है और विशेषत: यदि पत्नी सहयोगी तथा पर्याप्त समझदार नहीं है तो इसकी काफी संभावनाएँ हैं। वह पति की मर्दानगी या पौरुष पर शक करती है जिससे उसका आत्मविश्वास और भी टूट जाता है। यह भी संभव है कि ऐसा उचित यौन आसन की जानकारी के अभाव में या दर्द और रक्त स्त्राव के डर के कारण हुआ हो। संभोग करने की कोशिश के बावजूद इसमें विवाह की संपूर्णता नहीं मानी जाती।

यौन संबंधों के आरंभ में आराम और कम उत्सुकता के लिए नवदंपति को :

- विवाह पूर्व परामर्श लेना चाहिए
- परस्पर समझदारी विकसित करनी चाहिए।

सुहागरात को संभोग से बचना चाहिए। इसमें कुछ भी अनुचित नहीं है यदि दंपति स्वयं यह निर्णय ले कि सुहागरात की आम धारणा को पूरा करने के लिए जल्दबाजी में शारीरिक संबंध बनाने की अपेक्षा संभोग को शारीरिक तथा भावनात्मक रूप से विश्राम लेने तक टाला जाए। यह तभी संभव होगा जब उचित संवाद किया जाए। इस विषय पर चर्चा के लिए उनको समय तथा एकान्त मिलना आवश्यक है। माता-पिता को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि दंपति को वैवाहिक जीवन के इन छोटे लेकिन महत्वपूर्ण विषयों पर उपयुक्त चर्चा के लिए अवसर मिल सके।

विवाह पूर्व परामर्श

विवाह पूर्व परामर्श में इस महत्वपूर्ण बात पर विचार करना आवश्यक है कि किसी भी साथी ने अतीत में कोई यौन सदमा जैसे बलात्कार, उत्पीड़न, व्याभिचार आदि का तो सामना नहीं किया। इस बात को मानना जरूरी है क्योंकि अतीत के यौन सदमे का समाधान न किया जाए तो यह सरलता से शरीर और दिमाग को बाधित कर सकता है। यदि ऐसा हुआ है तो परामर्शक को इसके समाधान में उनकी सहायता करनी चाहिए या फिर इस क्षेत्र में निपुण किसी अन्य विशेष के पास उन्हें भेजना चाहिए। इस बात का पता लगाना भी बहुत जरूरी है कि दोनों में से कोई विपरीत लिंगी या समान लिंगी अथवा दोनों में किसी अन्य व्यक्ति के प्रति आकर्षित तो नही है और है तो उन्होंने इस समस्या का समाधान कर लिया है। यदि इन मामलों को नहीं सुलझाया जाता है तो इसका वैवाहिक जीवन पर गहरा असर पड़ सकता है। यदि कोई व्यक्ति समान लिंगी संबंधों में आकर्षित है या उनमें लिप्त है तो वह ऐसे यौन संबंधों को विभिन्न कारणों से निभा नहीं पाते तथा ऐसे संबंधों को ढकने के लिए वे विवाह कर लेते हैं। यदि कोई व्यक्ति समान लिंगी व्यक्ति के साथ घनिष्ठ शारीरिक, मानसिक तथा भावनात्मक संबंधों से जुड़ा हुआ है तो केवल वैवाहिक विपरीत लिंगी संबंधों - प्यार के संबंधों की संभावना का निर्णय करने के लिए विशिष्टि परामर्श की आवश्यकता होती है।

बोध प्रश्न 3

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

ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

सुहागतरात के अवसर पर वैवाहिक दंपति के साथ प्राय: क्या-क्या होता है ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.5 परिवार नियोजन के बारे में परामर्श

परिवार नियोजन का अर्थ है पारिवारिक जीवन की स्थिति में सुधार की योजना बनाना' इसमें शामिल है:

- बच्चों की संख्या में नियंत्रण तथा उनके जन्म के बीच में अन्तराल रखना।
- गर्भ निरोध के उपयुक्त साधनों का चयन करना।
- नि:संतान दंपति का बच्चा प्राप्त करने में सहायता करना।
- अभिभावकों एवं होने वाले माता-पिता को परामर्श प्रदान करना।
- अभिभावकों वाली, सामाजिक तथा परिवार के बजट की निपुणता का विकास करना।

इस प्रकार परिवार नियोजन आम व्यक्ति की सोच से कहीं अधिक व्यापक है। इसका एक मात्र अर्थ बच्चे पैदा न करना अर्थात गर्भ निरोध का निर्णय करना नहीं है। परिवार को नियोजित करने का उद्देश्य है परिवार के आकार को सीमित कर उसकी स्थिति में सुधार लाना ताकि बच्चा तभी पैदा हो जब उसकी इच्छा की जाए जिससे उसके संपूर्ण विकास विशेषत: उसके विकास की योग्यता के संदर्भ में उसे प्यार, देखभाल, सुरक्षा तथा आवश्यक पोषण प्राप्त हो।

यदि कोई दंपति परिवार बढ़ाना चाहते हैं और साथ ही उचित जीवन स्तर भी बनाए रखना चाहते हैं तो इसका छोटा परिवार सर्वोत्तम उपाय है। छोटे परिवार का अर्थ है कि अभिभावक प्रत्येक बच्चे के लिए अधिक समय, शक्ति तथा संसाधन जुटा सकते हैं। इस प्रकार के प्रत्येक संतान को अपनी सामर्थ्य का विकास करने के अच्छे अवसर दे सकते है जो बड़े परिवार में संभव नहीं होते।

छोटा परिवार रखने का अर्थ है दंपति के पास एक दूसरे के लिए अधिक समय होना और इस प्रकार हमेशा गुजर-बसर की चिंता किए बिना पारिवारिक जीवन प्रक्रिया का अधिक आनन्द उठाना। परिवार नियोजन एक गंभीर निर्णय है जिसे दोनों साथियों द्वारा लिया जाना आवश्यक है। परिवार नियोजन की आवश्यकता को परिवार जीवन चक्र तथा आवश्यकता एवं संसाधनों के संदर्भ में समझना चाहिए। प्रथम संतान उत्पति को टालने वाले या बच्चों के जन्म में अन्तर रखने वाली दंपति को ऐसे गर्भ निरोधक साधन का चयन करने की आवश्यकता है जो सर्वोत्तम तथा उनकी आवश्यकता के अनुरूप हो।

ऐसे उपाय के चयन पर निम्नलिखित का प्रभाव पड़ता है:

- विभिन्न गर्भ निरोधक साधनों, उपलब्धता तथा परिवार नियोजन सेवाओं की पहुँच के विषय में जानकारी प्राप्त करना।
- उपाय विशेष का अनुभव - जैसे कॉपर टी के प्रयोग से अधिक रक्त स्त्राव, संक्रमण तथा संभोग में बाधा आ सकती है। स्त्री इसके प्रयोग को छोड़ सकती है।
- वांछित बच्चों की संख्या, उदाहरणार्थ यदि दंपति को और बच्चे नहीं चाहिए तो स्थाई रूप से बंध्यीकरण करा सकते हैं।
- दोनों साथियों का स्वास्थ्य, जैसे यदि महिला को उच्च रक्त चाप यां मधुमेंह का रोग है तो उसे खाने वाली गोलियां नहीं लेनी चाहिए। यदि किसी साथी को यौन रोग है तो कंडोम का प्रयोग करना चाहिए या इलाज कराने तक इंतजार करना चाहिए।
- धार्मिक मान्यताए - क्या संबंधित धर्म दंपति को गर्भ निरोध के किसी साधन विशेष की अनुमति देता है ।

ऐसे निर्णय तभी सही किए जा सकते है जब दंपति को इन उपायों की कार्यप्रणाली उनके लाभ हानियों का सही पता हो।

गर्भ निरोध के साधनों को निम्नलिखित श्रेणियों में रखा जा सकता है - जैसे प्राकृतिक उपाय, अन्तराल रखने वाले उपाय तथा स्थाई या शल्य चिकित्सीय उपाय।

1) परिवार नियोजन के प्राकृतिक उपाय

   परहेज या आत्मसंयम (जैसे संभोग से परहेज करना)

   व्यवधान युक्त संभोग

   आवर्तन पद्धति

2) अन्तराल पद्धति

   बाधित पद्धति

   कंडोम (पुरूषों के लिए जो अब स्त्रियों के लिए भी उपलब्ध है)

   डायफ्राम

   योनि में प्रयोग किए जाने वाले शुक्राणु नाशक रसायन

   हार्मोनिक साधन (आइ यू डी)

   खाने वाली गोली

   इंजेक्शन

   आरोपक

   बच्चे दानी में लगाने वाले उपकरण

3) स्थाई तथा शल्य चिकित्सीय उपाय

   पुरूषों के लिए नसबंदी

   स्त्रियों के लिए नलंबदी (धागा, तार, फीता या ऐसी ही कोई वस्तु फैलोपीन नलियों पर सख्ती से बांधी जा सकती है ताकि वे सिकुड़ जाएँ और अंडाणु के रास्में में बाधा आ जाए)

स्त्रियों की नलबंदी

गर्भपात परिवार नियोजन की पद्धति नहीं है लेकिन यदि कोई गर्भ निरोधक असफल हो जाए तो आवश्यकतानुसार किया जाता है। याद रखें कि प्रत्येक गर्भ निरोधक की कुछ असफलता दर है जो अनुचित प्रयोग से बढ़ जाती है। प्राकृतिक उपायों की असफलता दर सबसे अधिक है जबकि शल्य चिकित्सा तथा हार्मोन साधनों की सबसे कम। विभिन्न परिवार नियोजन उपायों और नीतियों का विस्तृत वर्णन परिवार शिक्षा के ऐच्छिक पाठयक्रम के खंड 2 में दिया गया है।

बोध प्रश्न 4

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

ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

परिवार नियोजन के उपायों का चयन करने में दंपतियों को प्रभावित करने वाले सामान्य पहलू क्या है?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.6 अधिकार एवं कर्तव्य

अगस्त 1984 में मेक्सिकों में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय जनसंख्या सम्मेलन में परिवार नियोजन के संबंध में निम्नलिखित सिफारिशें की गई जिन्हें विश्व के 157 राष्ट्रों ने स्वीकार किया है।

सभी व्यक्तियों एवं दंपतियों को आजादी एवं जिम्मेदारी पूर्वक बच्चों की संख्या और उनमें अन्तराल रखने का, और ऐसा करने की शिक्षा, सूचना तथा उद्देश्य का मौलिक अधिकार है। व्यक्तियों और दंपतियों का इस अधिकार का प्रयोग करते समय अपने विद्यमान तथा भावी बच्चों की आवश्यकताओं तथा समाज के प्रति अपने दायित्वों का भी ध्यान रखना चाहिए।

इसलिए परिवार नियोजन अपनाने वाले प्रत्येक व्यक्ति को निम्नलिखित के बारे में सूचना पाने का अधिकार है:

- परिवार नियोजन के लाभ तथा उनकी उपलब्धता
- परिवार नियोजन पद्धतियों का सही प्रयोग करना तथा उनकी कार्य प्रणाली
- विभिन्न परिवार नियोजन पद्धतियों के लाभ तथा हानियाँ
- परिवार नियोजन पद्धतियों के तुरंत दुष्प्रभाव
- परिवार नियोजन पद्धतियों के दीर्घकालीन परिणाम
- चिकित्सा संबंधी मार्गदर्शन की उपलब्धता

परामर्श सेवाएं कई प्रकार से ऐसे जरूरतमंदों की सहायता कर सकती है जैसे:

पहुंच या उपलब्धता : लिंग, जाति, रंग, वैवाहिक स्थिति या स्थान का भेद किए बिना सेवाएं प्राप्त करना।

चयन : परिवार नियोजन को अपनाने तथा प्रयोग किए जाने वाले उपाय उपलब्ध सूचना के आधार पर ही इसका स्वतंत्र रूप से निर्णय करना ।

सुरक्षा : सुरक्षित एवं प्रभावी नियोजन अपनाने में सक्षम होना।

एकान्त प्रदान करना : परामर्श या सेवा प्रदान करते वक्त एकान्त वातावरण प्रदान करना ।

गोपनीयता : आश्वस्त करना कि कोई भी व्यक्तिगत सूचना गुप्त रहेगी ।

सम्मान : सेवाएं प्राप्त करते समय परेशानी न होना।

निरंतरता : आवश्यकतानुसार समय तक गर्भ निरोधक सेवाएं तथा सामग्री प्राप्त करना।

विकल्प : प्रदान की गई सेवाओं पर मुक्तभाव से अपने विचार प्रकट करना।

बदले में सभी परिवार नियोजन अपनाने वालों के कुछ दायित्व भी हैं:

- अपने ही अतीत के मेडिकल वर्णन में ईमानदार रहें।
- चयनित परिवार नियोजन साधन के प्रयोग में निर्देशों का सावधानी से पालन करें।
- समझ में न आने पर पूछ लें।
- किसी भी दुष्प्रभाव के लिए या आवश्यकतानुसार आपूर्ति के लिए परिवार नियोजन केन्द्र पर जाएं।
- मिलते रहें।
- चिकित्सा सेवाओं के बारे में किसी शिकायत या सुझाव को चिकित्सा कर्मचारियों को बताएं।

दंपतियों का परिवार नियोजन का चयन यूं ही अपने आप नहीं होता। इस संबंध में पर्याप्त तथ्य जैसे सामाजिक सांस्कृतिक परंपराएं (जैसे पुत्र की इच्छा) धार्मिक विश्वास, लिंग भेद शक्ति परिवर्तनशीलता, आर्थिकता आदि का भी इन निर्णयों पर पर्याप्त प्रभाव पड़ता है। यद्यपि गर्भ निरोध का दायित्व तथा बार-बार गर्भवती होने का बोझ महिलाएँ उठातीं हैं तो भी परिवार नियोजन के निर्णय अधिकांशत: उनके पतियों और उनके परिवार द्वारा लिए जाते हैं। इस परविार नियोजन में परिवार नियोजन परामर्श में उनका शामिल होना बहुत महत्वपूर्ण है। परिवार नियोजन परामर्श को प्रभावशाली होने के लिए उसे गर्भ निरोध का प्रयोग, अन्तराल तथा सीमित जन संख्या से परे निर्णय करने यौन संबंधो/क्रियाओं, धनिष्ठता, दंपतियों में हिंसा तथ्ज्ञा जिम्मेदार पुरूष के शामिल होने वाले विषयों को शामिल करना पड़ेगा। इसमें स्त्री-पुरूष संबंधों की समानता के विषयों को भी शामिल करना होगा।

2.7 सारांश

इस इकाई में हमने परिवार और विवाह पूर्व परामर्श संबंधी अनेक व्यापक विषयों की चर्चा की है जैसे विवाह करने वाले साथियों का चयन, व्यवस्था द्वारा या चयन द्वारा; विवाह के लिए या वयस्क होने के लिए तैयार होना, विवाह करने के कारण; वैवाहिक जीवन में समायोजन, वैवाहिक जीवन में सेक्स, विवाह पूर्व परामर्श; परिवार नियोजन के संबंध में परामर्श तथा 1984 में मेक्सिकों में आयोजित विश्व जनसंख्या सम्मेलन में संयुक्त वैवाहिक जीवन के अधिकार और दायित्व आदि।

2.8 कुछ उपयोगी पुस्तकें

1) टी आई एस एस (1994) एच आई वी/एड्स प्रिवेंशन एंड काउंसलिंग : ए मैन्युअल फॉर ग्रासरूट लेवल वरकर्स, सेल फॉर एड्स रिसर्च एक्शन एंड ट्रेनिंग, डिपार्टमेंट ऑफ मेडिकल एंड साइकोट्रिक सोशल वर्क, टाटा इंस्टीट्यूट ऑफ सोशल सांइसेंज।

2) डब्ल्यू एच वो (1994) एन ओरींटेशन टु एच आई वी/एड्स काउंसलिंग, ए गाइड फॉर ट्रेनर्स, वर्ल्ड हेल्थ आरगनाइजेशन रीजनल ऑफिस फॉर साऊथ-इस्ट एशिया, नई दिल्ली।

3) नाको (1994) एच आई वी/एड्स/एस टी डी काउंसलिंग ट्रेनिंग मैन्युअल, नेशनल एड्स कन्ट्रोल आरगनाइजेशन (स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय) भारत सरकार, नई दिल्ली।

4) ग्रेसियस थामॅस (1997) प्रिवेंशन ऑफ एड्स : इन सर्च ऑफ आनस्वर्स, शिपरा पब्लिकेशन, नई दिल्ली।

2.9 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1. विवाह करने वाले साथी में व्यक्ति को क्या देखना चाहिए?

सफल वैवाहिक जीवन के लिए साथी का स्वास्थ्य तथा समझदारी बहुत महत्वपूर्ण है। साथियों के बीच में समानताएँ वैवाहिक जीवन आरम्भ करने की ठोस नींव बनाने में सहायता करती है। इन समानताओं को चार भागों में बाँटा जा सकता है।

i) जीवन मूल्यों, धर्म पर विचार, उद्देश्य तथा परंपराओं के बारे में जीवन की बुनियादी प्रतिक्रिया।

ii) विवाह में इमानदारी, सेक्स, बच्चे तथा सुसराल के संदर्भ में विचार।

iii) व्यक्तिगत तथ्य जैसे आयु, शिक्षा, सामाजिक व आर्थिक स्थिति।

iv) सामान्य तथ्य जैसे सांस्कृतिक, सामाजिक तथा राजनीतिक पृष्ठभूमि।

बोध प्रश्न 2

1. पति के घर में स्त्रियों को कौनं-कौन से समायोजन करने होते है?

यह एक सच्चाई है कि स्त्रियों को अपना पित्-गृह छोड़कर नए तथा प्राय: अनजान जगह में जाना होता है। परिवार के नए सदस्यों (पति व सुसराल) के साथ तालमेल बैठाना होता है। उस घर की दिनचर्या अलग होती है। उसकी पत्नी, बहुत तथा भाभी के रूप में नई भूमिका होती है। पति तथा सुसराल की उससे कुछ आशाएँ होती हैं। शारीरिक संबंधों का नया अनुभव होता है। बड़ा होने की छवि बनती है। पिता के घर की लापरवाह आदतें छोड़नी पड़ती हैं तथा संयमी, कर्त्तव्य परायण तथा आज्ञाकारी बनना होता है। यदि रोजगार में हैं तो घर तथा रोजगार दोनों को संभालने पड़ते हैं!

बोध प्रश्न 3

1. सुहागरात के अवसर पर नव दंपति के साथ क्या-क्या घटित होता है?

दोनों थके हुए होते हैं। वे मासूम होते हैं तथा उन्हें सेक्स के बारे में अपर्याप्त या गलत जानकारी होती है। दोनों प्राय: परस्पर अजनबी होते हैं। वे चलचित्रों में प्रदर्शित कल्पना के अनुरूप सुहागरात मनाना चाहते हैं। व्यक्तिगत रूप से दोनों ही डरे हुए होते हैं तथा उनकी अपनी-अपनी चिंताएँ होती हैं।

बोध प्रश्न 4

1. परिवार नियोजन के उपायों का चयन करने में दंपति को प्रभावित करने वाले सामान्य तथ्य कौन से हैं ?

विभिन्न उपायों की जानकारी, परिवार नियोजन सेवाओं की उपलब्धता तथा उन तक पहुंच। किसी विशेष गर्भ निरोधक पद्धति की जानकारी जैसे कॉपर टी से अधिक रक्त स्त्राव, संक्रमण तथा संभोग में बाधा होना। महिलाएं इसका प्रयोग छोड़ सकती हैं।

संतान की संख्या जैसे दंपति द्वारा और बच्चे न चाहने पर स्थाई बंध्यीकरण पद्धति का चयन।

दोनों साथियों का स्वास्थ्य जैसे उच्च रक्त चाप या मधुमेह से पीड़ित महिला को खाने वाली गोली का प्रयोग नहीं करना चाहिए। यदि किसी एक साथी को भी यौन रोग है तो कंडोम का प्रयोग करना चाहिए या इलाज होने तक इन्तज़ार।

धार्मिक मान्यताएँ - क्या दम्पति का संबंधित धर्म उन्हें कुछ गर्भ निरोधक उपायों को अपनाने की अनुमति देता है।

बोध प्रश्न 5

1. परिवार नियोजन काउंसलिंग के दौरान ग्रहणकर्ता के दायित्व क्या हैं ?

- अपने अतीत के मेडिकल वर्णन में इमानदार रहें।
- चयन किए गए परिवार नियोजन उपायों के प्रयोग में दिए गए निर्देशों का सावधानी से पालन करें।
- समझ में आने पर पूछ लें।
- किसी दुष्परिणाम या आपूर्ति की आवश्यकता होने पर परिवार नियोजन केन्द्र में जाएँ
- मिलते रहें।
- चिकित्सा सेवाओं के बारे में किसी शिकायत या सुझाव को चिकित्सा कर्मचारियों को बताएँ।

इकाई 3 लैंगिकता तथा संवेदनशील विषयों पर परामर्श

इकाई की रूपरेखा

3.0 उद्देश्य
3.1 प्रस्तावना
3.2 यौन या लैंगिकता क्या है?
3.3 संवेदनशील विषयों पर चर्चा करने के लिए मार्गदर्शन
3.4 लैंगिक भ्रांतियाँ तथा गलत धारणाएँ
3.5 लैंगिकता में ज़ोर ज़बरदस्ती और हिंसा
3.6 यौन या लैंगिक समस्याएँ
3.7 सारांश
3.8 शब्दावली
3.9 कुछ उपयोगी पुस्तकें
3.10 बोध प्रश्नों के उत्तर

3.0 उद्देश्य

इस इकाई का उद्देश्य आपको किसी रोगी को लैंगिकता तथा अन्य संवेदनशील विषयों पर परामर्श करने में शामिल तथा इस क्षेत्र में कार्यरत परामर्श दाताओं में आवश्यक निपुणता विकसित करने के लिए आवश्यक जटिल विषयों से अवगत कराना है। इस इकाई के अध्ययन के बाद आप:

- लैंगिकता की संकल्पना को समझ सकेंगे;
- लैंगिकता के सामान्य तथा विशेष या जटिल विषयों को जान सकेंगे;
- एस टी रोग तथा एच आई वी/एड्स की जानकारी प्राप्त कर सकेंगे;
- लैंगिकता की स्थिति संबंधी विषयों का पता कर सकेंगे;
- लैंगिकता संबंधी कुछ भ्रम तथा गलत धारणाओं को समझ सकेंगे;
- लैंगिकता में जोर जबरदस्ती तथा हिंसा के विषयों की बुनियादी स्थिति से अवगत हो सकेंगे;
- संवेदनशील विषयों की चर्चा में कुछ आरामदायक स्थिति विकसित कर सकेंगे; और
- लैंगिकता के बारे में अपने विचार, जीवन मूल्यों को पहचानते हुए उपयुक्त व्यवहार कर सकेंगे।

3.1 प्रस्तावना

एच आई वी/ एड्स के क्षेत्र में कार्य करते हुए लैंगिक एवं लैंगिकता पर खुल कर आराम से चर्चा करने में निपुण होना अति आवश्यक है क्योंकि भारत में प्रत्येक 10 में 9 व्यक्ति लैंगिक संबंधों के माध्यम से संक्रमित है। लौंगिकता की बात किए बिना एड्स की बात करना असभंव है। लैंगिक और लैंगिकतर के बारे में लोगों के अनेक विषय होते हैं जो एच आई वी संचारण की रोकथाम में हमारी सक्षमता को प्रभावित करते है। अफसोस है कि कुछ परामर्शकसंकोच के कारण घबरा कर लैंगिक विषयों को छोड़ देते है। अनेक बार व स्वंय निर्णय कर लैंगिक व्यवहार को असामान्य व्यवहार मान लेते है। परामर्शक को 4 'स' अक्षर शब्द सहानुभूति,

सावधानी, संप्रेषण तथा सलाह (परामर्श) में प्रभावी होना आवश्यक है। लैंगिकता तथा लैंगिक व्यवहारों की श्रेणी का बुनियादी ज्ञान होना भी महत्वपूर्ण है ताकि लोगों को प्रभावशाली परामर्श दिया जा सके।

3.2 यौन या लौंगिकता क्या है?

यौन या लैंगिकता का अर्थ लिंगीय भेद - नर या मादा (पुरूष या स्त्री) को लिया जाता है लेकिन इसका अर्थ कुछ करना निकाल लिया गया है जैसे संभोग या यौनि, लिंग - जननेन्द्रियों में उत्तेजना होना आदि।

लैंगिकता कहीं अधिक जटिल तथ्य जिसका वर्णन करना कठिन है शायद जिसे समझाया जा सकता है। लैंगिकता में किसी व्यक्ति का संपूर्ण स्वरूप शामिल है। आत्म सम्मान, शारीरिक छवि, सामाजिक भूमिका तथा संबंध आदि लैंगिकता को निर्धारित करने वाले घटक है। इसमें लैंगिकता, लैंगिक व्यवहार तथा संभोग शामिल किया जाता है। इसे अनेक शारीरिक तरीकों से वर्णित किया जाता है। यह मात्र संभोग तक सीमित नहीं है अपितु इसमें स्पर्श, बातें करना, आंलिगन करना, कल्पना करना, चुम्बन लेना, प्रेम स्पर्श या मात्र हाथ पकड़ना भी शामिल है। इसके-साथ लैंगिकता में भावनाँए, धारणाँए मूल्य एवं अभिरुचियां शामिल है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यू एच ओ) ने लैंगिक स्वास्थ्य को एक ऐसे शारीरिक, भावानात्मक, बौद्धिक और सामाजिकता का संम्मिश्रण के रूप में परिभाषित किया है जो सकारात्मक रूप से व्यक्तित्व का विकार तथा प्यार का संप्रेषण करता है। स्वस्थ लैंगिक व्यवहार करने के लिए लैंगिकता को समझना बहुत महत्वपूर्ण है।

वास्वविक सामान्य स्थिति क्या है?

आज इस बात को मान लिया गया हैं कि अनेक लैंगिक व्यवहार अनेक प्रकार के हैं। कोई भी दो व्यक्ति बिल्कुल एक ही तरीके से लैंगिक व्यवहार नहीं करते। दूसरी तरफ हम यह भी मानते है कि लैंगिकता के बारे में जैसा हम सोचते है और करते हैं वह 'सामान्य' या 'सही' है। वास्वत में संस्कृति, परम्परा, समाज और हमारी अपनी भावनाँए तथा अनुभव हमारी सोच को अनुकुलित करते हैं। इसमें समलैंगिकता का उदाहरण दिया जा सकता है। इसके लिए भिन्न लोगों द्वारा व्यापक प्रतिक्रियाँए दी जाती है। कुछ कहते "अप्राकृतिक या प्रकृति के विपरीत है'' "इसे सहन नहीं किया जाना चाहिए'', "यह असामान्य है''। यदि कार्य स्थल पर ऐसा देखा जाए तो उनको बहिष्कर कर देना चाहिए या उन्हें निकाल देना चाहिए। कुछ कहते है कि यह वैकल्पिक लैंगिक व्यवहार है तथा असम (विपरीत) लैंगिकता की तरह की श्रेष्ठ है।

व्यक्तिगत विश्वास या विचार चाहे कुछ भी हों परामर्शक को एक व्यक्ति के रूप में उसका मूल्यांकन करने में तटस्थ रहते हुए स्वस्थ लैंगिकता को अपनाने के लिए आवश्यक सद्भावना, ध्यान तथा मदद करनी चाहिए।

किसी संबंध में "स्वस्थता'' का मूल्यांकन करने के कुछ मानदेय इस प्रकार हो सकते है:

- पति पत्नी के बीच परस्पर संतुष्ठि प्रदान करने वाली क्रियाओं पर सहमति;
- शारीरिक या मानसिक रूप से क्षति न पहुँचाने वाली कोई भी लैंगिक क्रिया;
- यह एकदम गोपनीय या निजी मामला होना चाहिए न कि सार्वजनिक;
- क्रिया नितांत एक तरफा न हो जैसे (विचार में तो लिंग का यौनि में प्रवेश सामान्य तथा प्रजनन के लिए आवश्यक है) लेकिन एक साथी केवल हस्तमैथुन पर ही जोर दें।

लैंगिक व्यवहारों के रूप

दो व्यक्तियों के लिए लैंगिक व्यवहारों का रूप काफी व्यापक होता हैं। यद्यपि हमारा समाज केवल पति पत्नी में लैंगिकता की स्वीकृति देता है तो भी यह एक तथ्य है कि व्यक्ति विवाह पूर्व तथा विवाहेत्तर लैंगिक संबंध बनाते है। पति पत्नी से भिन्न व्यक्ति से लैंगिक संबंध अनैतिक हैं। फिर भी इसका मान्य स्वरूप नहीं है कि कोई व्यक्ति किस प्रकार की लैंगिक क्रियाओं में शामिल है। परामर्शकों को ऐसे व्यक्तियों के बारे में तथा एस टी डी (यौन रोग) और एच आई वी/एड्स संक्रमण के संबंध में उनकी जोखिम भरी समस्याओं के बारे में जानना आवश्यक हैं। कुछ का वर्णन निम्नलिखित है:

संयम : लैंगिकता से दूर रहना। सांस्कृतिक रूप से भारत और आसपास के क्षेत्रों में आम जनता तथा अधिंकाश युवा वर्ग यह विश्वास रखता है कि संभोग केवल विवाह के बाद ही किया जाना चाहिए। कौमार्य (कुँआरापन) आज भी प्रशंसनीय (पुरस्कार) है। जो संयम रखना चाहते है उन्हें इसके लिए प्रोत्साहित करना चाहिए। निश्चित रूप से उन्हें संयम एवं पति पत्नी में ही लैंगिक संबंधों के फायदे तथा महान मूल्यों से अवगत कराना चाहिए।

हस्तमैथुन : चरम उत्तेजना पर पंहुचने के लिए जननांगों को उत्तेजित करना। अधिकांश युवक अपने हाथ से हस्तमैथुन करते है। कुछ अपने लिंग को बिस्तर की सतह पर रगड़ते हैं या अन्य किसी वस्तु का उपयोग करते हैं। युवतियाँ भी ऐसा ही करती है। हस्तमैथुन अभा भी एक निसिद्ध विषय है। हस्तमैथुन को लैंगिक संतुष्टि प्राप्त करने के लिए एक हानि रहित संतोषकारी तरीका माना गया है। इससे केवल एक नुकसान उन लोंगों में हो सकता है जो हस्तमैथुन के बा: में अनेक भ्रांतियों के कारण अपराध भावना रखते हैं। अनेक व्यक्ति इसके अंध विश्वास, निषेध तथा न करने के कारणों को रद्द कर सकते है तो भी बहुत से लोग इसके बारे में चिंता, परेशानी तथा अपराध भाव रख सकते हैं। रोगी के व्यवहार को बदलने का प्रयत्न करते समय उसे इस विषय के बारे में दोनों विचारधाराएँ समझाना बहुत महत्वपूर्ण हैं।

क) **नैतिक विचारधारा**–नैतिकता का तर्क है कि हस्तमैथुन एक आत्म केन्द्रित (स्वार्थी) लैंगिक क्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी संतुष्टि, खुशी तथा तनाव रहित होने आदि की कामना करता है। इस विचारधारा के अनुसार लैंगिकता का उद्देश्य प्रजनन करना तथा पति पत्नी के बीच प्यार संप्रेषित करना है। पति का अपना पत्नी के शरीर पर और पत्नी का अपने पति के शरीर पर समान अधिकार है। यदि व्यक्ति अपने हस्तमैथुन से लैंगिक संतुष्टि प्राप्त कर लेता है जो साथी को लैंगिक संतुष्टि प्रदान करने का कर्तव्य पालन के अवसर धूमिल हो जाते है। इससे अंतत: संभोग से परहेज होने लगता है जिससे पति पत्नी के संबंधों पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। एक समय के बाद साथी के लिए चिंतित होना, उसकी संतुष्टि, एक दूसरे के लिए प्यार, आत्म समर्पण, उदाहरता, समझदार होना, आकर्षण जैसे मूल्य समाप्त होने लगते हैं। इससे विवाह, पारिवाकि जीवन और व्यक्ति के जीवन में लैंगिक संबंधों के उद्देश्य लगभग समाप्त हो जाते हैं।

ख) **सुरक्षित लैंगिकता विचारधारा**–इस विचारधारा के अनुसार हस्तमैथुन एक हानिरहित क्रिया हैं जिसे विवाह पूर्व तथा विवाहेत्तर उच्च जोखिम भरे लैंगिक संबंधों में लिप्त होने की अपेक्षा 'सुरक्षित' लैंगिक क्रिया के रूप में अपनाया जा सकता है। उनका तर्क है कि इससे एक की हानि है इससे होने वाली अपराध भावना की उत्पत्ति। इसके समर्थक कहते हैं कि यह गर्भधारण से तथा एच आई वी/एड्स/यौन रोंगों के संक्रमण से बचाव में सहायता कर सकता है। इस क्रिया को एक सुरक्षित लैंगिक क्रिया के रूप में ऐसे

अनेक व्यक्तियों, संगठनों (सरकारो सहित) द्वारा स्वीकार किया गया है जो विश्व में एच आई वी/एड्स से बचाव एवं इसके रोकथाम में लगे हुए है। यह स्वयं व्यक्ति को अपनाना है कि उसके संतुष्टि भरे जीवन के लिए क्या श्रेष्ठ है ?

चुम्बन– होंठों से किसी के होंठो को स्पर्श करना प्रसन्न करने वाला होता है। गहन चुंबन में खुले होंठों से परस्पर मुँह का दबाव इस प्रकार दिया जाता हैं कि एक जीभ दूसरे के मुँह में घूमने लगती है । यद्यपि सिद्धांतत: लार में एच आई वी हो सकने के कारण गहन चुंबन में कुछ जोखिम तो है फिर भी किसी एक साथी के मुँह जख्म या घाव होने पर भी वस्तुत: वायरस संप्रेषण की सभावना नहीं है। साथी शरीर के अन्य भागों पर भी चुंबन से संतुष्टि घनिष्टता तथा प्रसन्नता की इच्छा करते हैं।

मुखमैथुन– यह मुँह के द्वारा जननांगों को उत्तेजित करना है। मुखमैथुन में यौनिस्राव या वीर्य का संपर्क होने पर संक्रमण होने के अवसर रहते हैं। पुरुष का लिंग किसी अन्य पुरुष य महिला के मुख के माध्यम से उत्तेजित हो जाता है। इसी प्रकार स्त्री के भाग शीर्ष तथा यौनिक क्षेत्र को किसी अन्य पुरुष या स्त्री के मुख से उत्तेजित किया जाता है। समलैंगिक तथा विषमलैंगिक में लिप्त अनेक व्यक्तियों द्वारा मुखमैथन किया जाता है।

गुदा मैथुन– यह किसी पुरुष के लिंग को किसी स्त्री या पुरुष की गुदा में प्रवेश कराना है। यह पाने वाले (जिसकी गुदा में लिंग डाला जाता है) के लिए एच आई वी संप्रेषण में जोखिम वाला है क्योंकि गुदा की त्वचा बहुत पतली होती है और फटने से सफेद रक्त कोशिकाएं सीधे ही वार्य के संपर्क में आ सकती हैं। त्वचा के फटने पर भी एच आई वी गुदा के त्वचा के श्लेष्मा झिल्ली के माध्यम से प्रवेश कर सकता है। एच आई वी, गुदा मैथुन समलैंगिक तथा विषमलैंगिक करने वाले पुरुषों में पाया जाता है।

यौनिक में प्रवेश– यह स्त्री की यौनिक में लिंग (या अन्य वस्तु) प्रवेश करना है। यौनि में लिंग प्रवेश कराना अत्यत जोखिम भरी क्रिया है क्योंकि एच आई वी संक्रमित वीर्य यौनि त्वचा की श्लेष्मा झिल्ली के माध्यम से स्त्री की सफेद रक्त कोशिकाओं में प्रवेश कर सकता है । इसी प्रकार यदि स्त्री संक्रमित है तो उसके यौनि स्राव से एच आई वी लिंग शीर्ष की त्वचा के श्लेष्मा झिल्ली के माध्यम से प्रवेश कर सकता है । वीर्य स्खलन से पूर्व लिंग को यौनि से बाहर निकलने से भी एच आई वी संप्रेषण की जोखिम कम नहीं होती। केवल परस्पर विश्वसनीय साथी (पती-पत्नी) के साथ संभोग सुरक्षित माना जाता है और इसे ही प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।

लैंगिकता की कामना– किसी व्यक्ति की काम वासना अर्थात व्यक्ति भावनात्मक और लैंगिता रूप से समलिंगीय, विषम लिंगीय या दोनों की तरफ आकर्षित होता है तो यह उसकी सबसे बड़ी पहचान कराती है। इससे उसके घनिष्ठ संबंधों का पता लगता है। एच आई वी/एड्स के संदर्भ में रोगी की काम वासना को समझना इसलिए महत्वपूर्ण है कि उसकी लैंगिक क्रियाओं, तथा अपने एवं साथियों के लिए जोखिम का मूल्यांकन किया जा सके।

विषम लैंगिक संबंध– जो व्यक्ति भावनात्मक रूप से विपरीत लिंगीय व्यक्तियों की तरफ आकर्षित होते हैं और लैंगिक संबंधो में भागीदार होते हैं। उन्हें विषम लैंगिक व्यक्ति (पुरुष महिला संबंध) कहा जाता है। सामान्यत: कहा जाए तो व्यक्तियों में नर-मादा संबंध होते हैं। भारत में एच आई वी/एड्स के संबंध में विवाहेत्तर विषम लैंगिक संबंधों वाले समूहों में एच आई वी संक्रमण की प्रसार दर उच्चतम है।

सम लैंगिक संबंध– जो व्यक्ति शारीरिक रूप से सम लिंगीय व्यक्तियों के साथ लैंगिक संबंधों में भागीदार होते हैं उन्हें सम लैंगिक कहा जाता है। पुरुष-पुरुष के संबंधों को नर समलैंगिता

तथा स्त्री-स्त्री के संबंधों को मादा समलैंगिकता कह जाता है। कुछ व्यक्तियों द्वारा ऐसे सम लैंगिक संबंध क्यों बनाए जाते हैं यह विवाद का विषय है। इसके लिए अब वैकल्पित लैंगिकता शब्दों को अधिक स्वीकार किया जाने लगा है। कुछ लोंगों का कहना हैं कि सम लैंगिक संबंधों के बारे में लोगों की धारणा में परिवर्तन तो हो रहा है तो भी अभी तक लोगों में विरोध, अपमान, क्रोध तथा गलतफहमी है। चिकित्सक भी अब इसे रोग मानने की अपेक्षा लैंगिकता परिवर्तन स्वीकार करने लगे हैं। कभी कभी समलैंगिक संबंध परिस्थितिजनक हो जाते हैं जैसे जेलों में कुछ आवासीय विद्यालयों, महाविद्यालयों तथा छात्रावासों आदि में होने वाले संबंध/ व्यक्ति स्वेच्छा से या प्राय: लैंगिक क्रियाओं में शामिल न होने की इच्छा के बावजूद जोर जबरदस्ती से समलैंगिक संबंधों में शामिल हो जाते है। सम लैंगिकता गुदा मैथुन तथा मुख मैथुन में जोखिम वाली है। असंक्रमित साथी की गुदा तथा मुख में हुए जख्म या घाव तथा कटाव एच आई वी संक्रमित रक्त या वीर्य के संपर्क में आ जाते हैं। समलैंगिक व्यक्तियों में मुखमैथुन काफी प्रचलित है। साथी के मुख, यौनि या लिंग में घाव होने पर यह असुरक्षित होता है। पर्यटन में जहाँ व्यक्ति गाड़ी, प्रदर्शनी आदि में अनजान साथी या अजनबी से मिलता है बहुत ही असुरक्षित है तथा ग्राहक को संबंधित जोखिम के बारे में हमेशा बताया जाना चाहिए। मादा समलैंगिक संबंधों में यदि शरीर के स्राव परस्पर संपर्क में आते है या लैंगिक क्रिया में शामिल वस्तु (प्रवेश कराई जाती है) स्वच्छ किए बिना अनेक साथियों द्वारा प्रयोग की जाती है तो एच आई वी/एड्स की जोखिम से कोई सुरक्षा नहीं है।

द्वि लिंगीय लैंगिकता– जो व्यक्ति प्राय: समलैंगिक तथा विषय लैंगिक लैंगिकता में लिप्त रहते हैं ऐसे व्यक्ति पुरुष तथा महिलाओं दोनों ही की तरफ आकर्षित होते हैं या संभोग तथा अन्य लैंगिक क्रियाएं करते हैं। अनेक समलैंगिक व्यक्ति सामाजिक अस्वीकृति या पारिवारिक दबावों का विरोध नहीं कर पाते तथा विवाह कर लेते हैं और इस प्रकार के द्विलैंगिक (दोहरे) संबंधों में फंस जाते हैं। अध्ययनों से पता चला हैं कि भारत में कभी-कभी समलैंगिक द्विलैंगिक संबंधों को भी बनाए रखते हैं। क्योंकि विषम लैंगिकता सामाजिक पक्ष है जो उनको सामाजिक स्वीकृति प्रदान करता हैं। ऐसे भी पुरुष हैं जो स्वयं को विषम लैंगिक के रूप में छलते हैं लेकिन अवसर मिलते ही पुरुष के साथ लैंगिक क्रियाए करते हैं जिसे वे 'मस्ती' कहते हैं। प्राय: ऐसे व्यवहार को एच आई वी संक्रमण के रूप में जोखिम वाला नहीं माना जाता। यह न केवल स्वयं के लिए अपितु अपने लैंगिक साथियों के लिए भी जोखिम वाला है।

परामर्शक तथा लैंगिकता के लिए चर्चा

लैंगिकता पर परामर्शकों के लिए कुछ जानने वाले तथ्य इस प्रकार हैं जो उन्हें परामर्श प्रक्रिया में सहायता प्रदान करेगें।

- उन्हें मानव रचना विज्ञान, मनोविज्ञान तथा लैंगिक व्यवहार वाले शब्दों से पूरी तरह परिचित होना चाहिए।
- उन्हें प्रजनन और लैंगिक क्रिया मनोविज्ञान की बुनियादी निहित प्रक्रिया का ज्ञान होना चाहिए।
- उनके द्वारा लैंगिक भावों को विभिन्न प्रकार से सांकेतिक स्वरूप में वर्णन करने पर प्रशंसा की जानी चाहिए।
- उन्हें मानव के लैंगिक व्यवहार के सामाजिक संदर्भों तथा विभिन्न समाजों में इन संदर्भो की संबंधिम प्रकृति को जानना चाहिए; और
- उन्हें अपने तथा दूसरों के संबंध में स्वयं की लैंगिकता के संदर्भ में निष्पक्ष रूप से कार्य करने में योग्य होना चाहिए। साथ ही नैतिक तथा चरित्र के असंमजस की स्थिति स्पष्टता में प्रदर्शित होनी चाहिए।

बोध प्रश्न 1

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

ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

हस्तमैथुन पर नैतिक विचारधारा के मुख्य तर्कों का सक्षिप्त रूप से वर्णन कीजिए ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.3 संवेदनशील विषयों पर चर्चा करने के लिए मार्ग दर्शन

परामर्श के लिए यह आवश्यक है कि वह ग्राहक को एच आई वी संक्रमण या एड्स के संपर्क में आने वाले व्यवहार की वजह या जानकारी प्राप्त करें। इसका अर्थ यह है कि परामर्शक को नितांत निजी और कभी कभी गैर कानूनी या सामाजिक रूप से या निंदनीय व्यवहार की सूचना प्राप्त करने तथा उनकी व्याख्या करने में सक्षम होना चाहिए। लोगों को अपनी लैंगिक क्रियाओं ड्रग (नशें की दवाई) के इंजेक्शन लेने या रक्तादान के माध्यम से संक्रमण होने के बारे में चर्चा के लिए तैयार करने का कोई सरल सूत्र नहीं है। संवेदनशील विषयों पर प्रभावशाली चर्चा मुख्य रूप से परामर्शक की निम्नलिखित योग्यता पर निर्भर करती है :

- अपने संप्रेषण को ग्राहक के भावनात्म्क एवं बौद्धिक स्तर लाना।
- ग्राहक के साथ सहारा प्रदान करने वाले संबंध स्थापित कर उसके सुरक्षित, संरक्षित एवं स्वीकार्य स्थिति का अनुभव कराना।
- प्राय: सामाजिक जीवन या चिकित्सा के दौरान प्राय: छोड़े जाने वाले विषयों पर आराम से या सरलता से बात करने की अपनी पहचान बनाना।

परामर्शक चाहे कोई भी प्रक्रिया अपनाएँ उसे ग्राहक के प्रति निपुण, कुशल तथा संवेदनशील होना आवश्यक है। कुछ ग्राहकों के साथ परामर्श प्रक्रिया धीरे धीरे आगे बढ़ने वाली तथा सहज होने में समय लगाने वाली हो सकती है। आरंभ में एक संपूर्ण वातावरण के साथ तालमेल बैठाने की आवश्यकता होती है जिससे ग्राहक में सुरक्षा एवं विश्वास की भावना विकसित होने में मदद मिलती है। इसके बिना कोई भी परामर्श प्रक्रिया पूरी तरह सफल नहीं होती। परामर्श की कार्य शैली सांत्वना देने वाली, स्पष्ट लेकिन ग्राहक की भावना एवं भयों को समझने वाली तथा उसकी कठिनाइयों को मानने वाली होनी चाहिए।

मार्गदर्शन

संवेदनशीन विषयों पर चर्चा के लिए निम्नलिखित विशिष्ट मार्गदर्शन परामर्शक के लिए सहायक होंगे :

सीधे ही प्रश्न पूछें जिससे ग्राहक की चिंता का तथा परामर्शक से उसकी आशा का स्पष्ट पता लग सके।

उदाहरण– अभी आप मेरे (इस केन्द्र, अस्पताल आदि) से क्या चाहते है ? इस समय आपने यहाँ आने का कैसे निर्णय किया ?

लैंगिकता की चर्चा के दौरान कुछ हद तक लज्जा का पहले ही अनुमान लगाना चाहिए। बता दीजिए कि आप यह अनुभव करते है कि प्राय: लोग इतनी गहराई से ऐसी बातें करते नहीं है।

उदाहरण : हम अपने देश में लैंगिकता के बारे में खुलकर चर्चा नहीं करते। परंतु चूंकि अब आप मानते हैं कि आपको संक्रमण का भय है तो मैं और आप इसके स्तर का निर्णय करेंगे। ऐसा करने के लिए मुझे आप से कुछ विशेष प्रश्न पूछने पड़ेंगे। कुछ लोगों को ऐसे प्रश्नों से थोड़ा संकोच होता है आपको भी ऐसा संकोच हो सकता है। उदाहरण के लिए मेरे लिए यह जानना आवश्यक है कि पिछले 6 मास में आपके कितने लैंगिक साथी थे।

यह स्पष्ट कर दें कि लैंगिक संबंधों तथा नशीली दवाइयों के इंजेक्शन लेने के बारे में जानना आवश्यक है। यह ग्राहक को संक्रमित होने से बचाने अथवा दूसरों में संक्रमण फैलाने से रोकने के लिए आवश्यक कदम उठाने के लिए अति आवश्यक है।

उदाहरण–एच आई वी केवल कुछ विशिष्ट तरीको के द्वारा ही संचारित किया जाता हैं। आपको पता होना चाहिए कि एक ही सुई का इस्तेमाल करना स्वयं आपके लिए तथा दूसरो के लिए भी खतरनाक है। आप स्वयं को तथा दूसरों को संक्रमण से बचाने के लिए क्या कर सकते है।

इस प्रकार की बातचीत में परामर्शक को पहले औपचारिक वर्णन (संभोग) करना चाहिए। यदि किसी कारण यह समझ में न आए तो घटिया या अपभाषा का प्रयोग किया जा सकता है तथा ग्राहक से पूछा जा सकता है कि किस भाषा का प्रयोग किया जाए। ग्राहक को यह अहसास करा देना चाहिए कि परामर्शक किसी लैंगिक क्रिया या जोखिम भरे व्यवहार का कोई नैतिक मानदंड निर्धारित नहीं कर रहा है।

परामर्शक को यह सुनिश्चित करने के लिए कि ग्राहक को जो बताया गया है वह उसकी समझ में आ गया है उसकी प्राय: जाँच करते रहना चाहिए। उदाहरण के लिए ग्राहक से उसकी भाषा में दोबारा पूछा जाए कि परामर्शक ने उसे क्या बताया है।

लैंगिक व्यवहार को प्रभावित करने वाले सांस्कृतिक घटक :

यह जानना बहुत महत्वपूर्ण है कि कुछ सभ्यताओं में सुरक्षित लैंगिक क्रिया को लैंगिक क्रिया या संभोग न होने के समान ही माना जाता है। इस प्रकार कई सभ्यताओं तथा धार्मिक मान्यताओं में सुरक्षित संभोग के अर्थ को पूरी तरह ग्रहण नहीं किया जाता। ऐसे मामलों में यह दोहरा देना चाहिए कि हमेशा केवल जीवन साथी के साथ संभोग करना ही सुरक्षित होता है जिसमें किसी भी साथी को एच आई वी संक्रमण का जोखिम नहीं होता। हमारी सभ्यता में यह संबंध केवल पति पत्नी में ही होता है।

कांउसलर को इस बात का पूर्वानुमान भी लगा लेना चाहिए कि कुछ बातों से सांस्कृतिक पृष्ठभूमि के आधार पर संकोंच, मजाक, विषय से बचना, या क्रोध भी पैदा हो सकता है। जैसे कोई व्यक्ति अपने धार्मिक विचारों के कारण हस्तमैथुन या संभवत: सुरक्षित संभोग की बात करने से कांउसलर का क्रोध कर सकता है। लेकिन कांउसलर को ग्राहक के विश्वास का सम्मान करते हुए यह बता देना चाहिए कि संपूर्ण जानकारी देना उसका कर्तव्य है और उसका पालन करने या न करने का निर्णय ग्राहक को स्वयं करना है।

3.4 लैंगिक भ्रांतियाँ तथा गलत धारणाएँ

परामर्शक का सामना कुछ लैंगिक भ्रांतियों तथा गलत धारणाओं से भी हो सकता है जिनका वर्णन इस प्रकार है :

स्वपन दोष से कमजोरी आती है

स्वपन दोष के माध्यम (नींद में अनैच्छिक रूप से वीर्यपात) से वीर्य का स्राव पूरी तरह स्वभाविक और हानि रहत है। इससे किसी को कमजोरी नहीं आती। ऐसे स्वपन आने से किसी व्यक्ति को अपराध बोध, संकोच या चिंता के कारण परेशानी हो सकती है। परामर्शक के द्वारा ग्राहक को यह समझा देना चाहिए कि स्वपन दोष एक दम स्वाभाविक है।

लिंग की लंबाई पौरुष या मैथुन सामर्थ्य के अनुसार नहीं होती है

पुरुष के लिंग का साइज चाहे सुप्त अवस्था में हो या उर्ध्व अवस्था में उसकी मर्दानगी का संकेत नहीं है। अधिक लैंगिक दबाव के लिए लिंग का कड़ा होने की बात एक भ्रांति है मुख्यत: भगनोष्ठ, भग तथा योनि का बाहरी एक तिहाई भाग ही लैंगिक स्पर्श के लिए सवेदी होता है। इसलिए पुरुष के लिंग का आकार महत्वपूर्ण नहीं होता।

वीर्य की एक बूंद बीस बूंद खून के बराबर है

वीर्य का खून से कोई संबंध नहीं है तथा इसके स्राव से शरीर में कोई कमजोरी नहीं आती। वीर्य का शरीर से बाहर स्राव होना ही है। वीर्य का क्षय व्यक्ति को अशक्त, बूढ़ा या वीर्य रहित नहीं बनाता।

हस्तमैथुन हानिकारक है

यह लैंगिक क्रिया पुरुष और स्त्रियों दोनों के द्वारा सामान्यत: की जाती है। यह संभोग क्रिया को किसी भी रूप में प्रभावित नहीं करती। हस्तमैथुन किसी भी प्रकार से मँहासे, पागलपन, नामर्दी, समलैंगिकता, मानसिक कमजोरी, लिंग के आकार को छोटा या टेढ़ा नहीं बनाती जैसा कि सामान्यत: विश्वास किया जाता है।

कापर टी लगाना

जन्म नियंत्रण के लिए कापर टी लगाने या नलबंदी अथवा नसबंदी करवाने से भी एच आई वी से बचाव करता है । यह सत्य नहीं है। वास्तव में कापर टी के प्रयोग से इसमें वृद्धि होती है जैसा कि यौन रोगों के मामलों में होता है।

केवल कंडोम ही जन्म नियंत्रण का तथा एच आई वी संचारण से बचाव का सुरक्षित उपाय है यह सत्य नहीं है। नियोजन के अन्य भी तरीके हैं। इसी प्रकार कंडोम से भी संपूर्ण सुरक्षा नहीं मिलती न तो जन्म नियंत्रण में और न ही एच आई वी संप्रेषण मे।

यदि लड़के का लड़की में वीर्य स्राव नहीं होता तो वह गर्भवती नहीं हो सकती

चाहे लड़के का वीर्यपात लड़की की योनि में न हो तो भी यह संभव है कि वीर्य से पूर्व निकलने वाले तरल पदार्थ में मौजूद शुक्राणुओं से लड़की गर्भवती हो सकती है। यदि लड़के को एच आई वी संक्रमण है तो लड़की को भी संक्रमण का खतरा है क्योंकि तरल पदार्थ में एच आई वी होते हैं।

गर्भावस्था में संभोग नहीं करना चाहिए

यदि चिकित्सक द्वारा मेडिकल कारणों से संभोग को मना नहीं किया गया है तो गर्भावस्था में संभोग किया जा सकता है। फिर भी संभोग से गर्भवती महिला को कोई परेशानी नहीं होनी चाहिए। दर्द होने की स्थिति में रक्तस्राव होने अथवा अतीत में गर्भपात होने पर संभोग से बचना चाहिए। गर्भवती महिला की इच्छा को विशेषत: गर्भावस्था की खास अवधियों में समझाना बहुत जरुरी है क्योंकि इससे शिशु की सुरक्षा पर प्रभाव पड़ सकता है।

बोध प्रश्न 3

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

ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

परामर्शक के लिए संवेदनशील विषयों पर चर्चा में उपयोगी किन्ही 3 मार्गदर्शनों पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए ।

.....

.....

.....

3.5 लैंगिकता में जोर जबरदस्ती और हिंसा

अनेक लैंगिक व्यवहार जैसे बलात्कार, कौटम्बीजनों द्वारा व्याभिचार तथा बच्चों के साथ अनाचारण संपूर्ण विश्व में प्रतिबंधित है। फिर भी कुछ संख्या में ऐसे होते रहते हैं तथा प्राय: जीवित रहने वाले व्यक्ति को गहरा सदमा लगता है। प्रत्येक हिंसा शक्ति का प्रदर्शन है तथा व्यक्ति के लिए अनेक शारीरिक एवं मनोवैज्ञानिक हिंसा का भय पैदा करती है। ऐसे व्यक्तियों के जीवन में चयन की इच्छा या उमंग सीमित हो जाती है। इससे उनको मानसिक कमजोरी (निराशा, आत्मविश्वास का अभाव, चिंता, आत्मघात आदि) तथा शारीरिक स्वास्थ्य की क्षति (चोट, यौन रोग, एच आई वी तथा कुछ मामलों में मृत्यु) भी हो सकती है। कुछ लैंगिक व्यवहारों के लिए कानून में सजा का प्रावधान है क्योंकि ये व्यक्ति की सुरक्षा तथा रक्षा के अधिकारों का उल्लंघन है। फिर भी कानून इन व्यवहार कर्ताओं से उतनी सख्ती से नहीं निबटता जितना ये लैंगिक दुर्व्यवहार करने वाले व्यक्ति की मानवीयता, (प्राय: महिला या बच्चों की) मानसिक या शारीरिक निष्ठा या जीवन की आजादी का उल्लंघन करते हैं।

बलात्कार

प्राय: वास्तविक हिंसा का हिंसा की धमकी के द्वारा बलात् लैंगिक संबंध बनाने को कहा जाता है। प्राय: बलात्कारी का उद्देश्य लैंगिक आनन्द प्राप्त करना नहीं होता अपितु उस व्यक्ति के प्रति या उसकी जाति के प्रति क्रोध, शत्रुता, शक्ति, आक्रमण की अभिव्यक्ति होती है।

समाज में बलात्कार के बारे में अनेक भ्राँतियां है जैसे इससे विशेषत: चलचित्रों में रोमांच होता है। सच्चाई यह है कि यह जबरदस्ती किया जाने वाला लैंगिक कार्य है। यह किसी भी उम्र के व्यक्ति के साथ, किसी भी लिंगभेद तथा किसी भी स्थान पर हो सकता है। अधिकांश बलात्कार की शिकार महिलाएँ होती है।

भारतीय दंड संहिता (आई पी सी) की धारा 375 के अनुसार किसी व्यक्ति द्वारा किसी महिला के साथ निम्नलिखित 6 परिस्थितियों में से किसी एक के अनुसार किए गए संभोग को बलात्कार माना जाता है।

1) उसकी इच्छा के विरूद्ध

2) उसकी सहमति के बिना

3) उसकी सहमति से जो उसे उसके प्रियजन की मृत्यु या क्षति का भय दिखा कर प्राप्त की गई हो।

4) उसकी सहमति से जबकि व्यक्ति यह जानता है कि वह उसका पति नहीं है लेकिन महिला में यह सहमति इसलिए दी है कि वह विश्वास करती है यह व्यक्ति उसका कानूनन पति है।

5) उसकी सहमति से जब वह सहमति देते समय सही मानसिक स्थिति में न हो या वह स्वयं या किसी अन्य काल्पनिक व्यक्ति के माध्यम से नशे के प्रभाव में हो।

6) 16 वर्ष से कम उम्र होने की स्थिति में चाहे सहमति हो या न हो।

भारतीय दंड संहिता केवल आदमी द्वारा औरत पर की गई जोर जबरदस्ती को ही बलात्कार मानता है। इसमें आदमी के साथ किया गया बलात्कार शामिल नहीं होता। यह विचार बड़ा अविश्वसनीय लगता है क्योंकि यह सत्य है कि आदमी को भी लैंगिक संबंध रखने के लिए मजबूर किया जा सकता है।

दुर्भाग्य से भारतीय दंड विधान के अनुसार यदि पत्नी की आयु 16 वर्ष से कम नहीं है तो पति पत्नी के बीच बलात् संभोग को बलात्कार नहीं माना जाता।

संवैधानिक रूप से बलात्कार अपराध की एक विशेष श्रेणी है जिसमें लड़की के द्वारा सहमति देने के बावजूद बलात्कार हुआ माना जाता है जब उसकी आयु कानून द्वारा परिभाषित सहमति देने की आयु से कम हो। यहां सहमति को इसलिए अवैध माना जाता है क्योंकि बलात्कार की शिकार लड़की इतनी बड़ी नहीं हैं कि वह लैंगिकता के बारे में सही निर्णय ले सके। कानून में यह मानदंड 16 वर्ष की उम्र तक रखा गया है। ऐसा कानून कम आयु की लड़कियों को सुरक्षा देने के लिए बनाया गया है।

यदि किसी महिला के साथ बलात्कार हुआ है तो उसको सहायता मिलना बहुत महत्वपूर्ण है। पहली सहायता होती है घर जाना तथा स्नान करना (हिंसा के गहरे अहसास को निकालना) तथा संपूर्ण घृणित घटना को भूलने की कोशिश करना। लेकिन ऐसे मामले में सबकी मनोवृति सही रहे यह आवश्यक नहीं है। चाहे कोइ चोट न हो तो भी सबसे पहले अस्पताल के चिकित्सा कक्ष में जाना सर्वोत्तम है। भावनात्म्क सहारे के लिए अपने किसी विश्वास पात्र मित्र को बुलाना चाहिए जो बलात्कार के लिए उसे दोषी न मनाते हुए उसे संपूर्ण सहारा प्रदान करें।

स्वयं को स्वच्छ करने की प्रबल इच्छा के बावजूद उसे चिकित्सीय प्रक्रिया पूरी होने तक ऐसा नहीं करना चाहिए। इससे वह बाद में अपराधी के विरूद्ध कानूनी कार्रवाई कर सकती है। चिकित्सीय प्रक्रिया में शामिल होता :

- शरीर के निचले हिस्सो /गुदा क्षेत्र की जाँच
- किसी बाहरी चोट की जाँच तथा उसका उपचार
- बाद में वी डी आर एल परीक्षण से यदि कोई यौन रोग है तो उसका निदान करना।
- बाद में यौन रोगों या लैंगिक रोगों से बचाव के लिए प्रतिजैविक औषधियों के द्वारा रोग निरोधी उपचार लिया जा सकता है।

बलात्कार की शिकार महिला यह भी जानती है कि बलात्कार का उसको शारीरिक और मानसिक रूप से प्रभावित करेगा उसकी तात्कालिक प्रतिक्रिया जड़ता और अविश्वास लेकर गहन चिंता, भय तथा विघटन तक हो सकती है। संभवत: महिला को शारीरिक दर्द, निराशा, क्रोध, भय तथा अपमान महसूस हो। संभवत: वह स्वयं को अपराधी, घृणित तथा कलुषित समझे क्योंकि उसके शरीर को पीड़ा पहुंचाई गई है। वह अपने को अपवित्र और शर्मसार समझ सकती है जबकि उसकी कोई गलती नहीं है। हो सकता हैं कि वह स्वयं को अपने पति के काबिल न समझे या वह अपने परिवार के लिए स्वयं को अपमान का कारण मानें। पीड़ित के दर्द या भावनात्मक ठेस का उपचार हल्केपन से नहीं करना चाहिए। उसे पुन: आश्वासन दिलाया जाए कि सहारे और व्यावसायिक सहायता से वह ठीक हो सकती है तथा अपना जीवन पुन: आरंभ कर सकती है। पीड़ित के परिवार विशेषत: उसके पति (यदि विवाहित है तो) को पर्याप्त सहारे तथा कुशल सहायता की आवश्यकता होगी ताकि वह इस मुसीबत से उबर सकें।

कौटुम्बिक व्यभिचार

इस प्रकार के लैंगिक दुर्व्यवहार में अधिकांश मामलों में प्राय: पुरुष पीड़ित के परिवार का कोई घनिष्ठ संबंध (अधिकांश मामलों में महिला यद्यपि कुछ मामलों में पीड़ित कोई पुरुष भी हो सकता है) या दूर का संबंध हो सकता है। दुर्व्यवहार में प्राय: संभोग किया जाता है। यह दुर्व्यवहार लोग जितना सोचते हैं उससे कहीं अधिक हैं। यह अविश्वसनीय रूप से घटित होता है तो भी इसकी सूचना नहीं दी जाती। यह किसी भी जाति, धर्म, समाज आर्थिक वर्ग या शिक्षित-अशिक्षित वर्ग में हो सकता है।

कौटुम्बिक व्यभिचार का शिकार चाहे स्त्री हो या पुरुष अपराध भाव दर्द तथा निरंतर व्यभिचार के गहन भय से पीड़ित रहता है। भारतीय परिवारों में पीड़ित को बहुत कम सहारा दिया जाता है। निकटतम संबंधी भी इस सूचना को बहुत घृणित मानता है तथा पीड़ित व्यक्ति का विश्वास नहीं करता। यदि वे उसका विश्वास भी कर लेते हैं तो चुप रहते हैं और पारिवारिक घटना का खुलासा करने की अपेक्षा उसे दुख उठाने के लिए छोड़ देते हैं । इस प्रकार असहाय पीड़ित व्यक्ति के पास चुपचाप पीड़ा सहने के सिवाय कोई उपाय नहीं होता।

कौटुम्बिक व्यभिचार एक अपराध है यद्यपि कानूनी सहायता महत्वपूर्ण है तो पीड़ित व्यक्ति को शोषण भरे माहौल से मुक्त कराना पहली आवश्यकता है। पीड़ित व्यक्ति को निपुण परामर्शक से सहायता लेनी चाहिए ताकि वह अपराध एवं भय की भावना को दूर कर अपने जीवन की पुन: शुरुआत कर सके।

कौटुम्बिक व्यभिचार से पीड़ित व्यक्तियों के लिए आत्मसहायक समूह भी बने हुए है उन्हें वहाँ भी भेजा जा सकता हैं ।

बच्चों का यौन शोषण--बच्चों का यौन शोषण इतना अधिक हैं कि विश्वास नहीं होता। शोषणकर्ता अनुचित रूप से चुम्बन, दुलार या शरीर के यौनांगों को स्पर्श करते हैं कुछ मामलों में शोषण में संभोग भी किया जाता है। अधिकांश लैंगिक संबंध संबंधियों या मित्रों द्वारा बनाए जाते हैं। अध्ययनों से पता लगता है कि लड़कियों के मामले में शोषणकर्ता पिता या पुरुष रिश्तेदार होता है। लड़कों के मामले में शोषणकर्ता अधेड़ महिला, परिचित पुरुष, संबंधी (पिता चाचा, सहोदर) या पड़ोसी होता हैं। बच्चों के विरूद्ध यौन अपराध अनजान व्यक्तियों पुरुष द्वारा बहुत कम तथा महिलाओं (जो बच्चों को आदतन तंग करती है) द्वारा कभी कभार ही किए जाते हैं।

शोषण के द्वारा विशेषत: हिंसा भी की गई हो तो अधिकांश बच्चे हमेशा भावनात्मक रूप से बुरी तरह टूट जाते हैं। बच्चा घर से भाग जाता है, उसे भूख, नींद तथा अध्ययन की

समस्याएं हो सकती हैं। वह निराश हो जाता है तथा अनजान व्यक्तियों से डरने लगता है। उसे अनेक प्रकार के शारीरिक तथा मनोवैज्ञानिक समस्याएं हो सकती है। अनेक बच्चों को दूरगामी प्रभाव हो सकते हैं। बड़े होने पर उनका सामाजिक, मनोवैज्ञानिक तथा लैंगिक व्यवहार गड़बड़ा सकता है। गहन रूप से पीड़ित बच्चे को अपने परिवार की तथा एक कुशल उपचारकर्ता की समुचित सहायता की आवश्यकता है ।

3.6 यौन या लैंगिक समस्याएँ

परामर्श के दौरान ग्राहकों द्वारा लैंगिक कार्य प्रणाली के बारे में चिंताए एवं डर बताना सामान्य बात है। इसलिए परामर्शक द्वारा उन्हें ग्राहकों द्वारा अनुभव की जाने वाली आम समस्याओं के बारे में बताना तथा आवश्यकता पड़ने पर उचित सलाह के लिए मार्ग बताना आवश्यक है। यौन समस्याएँ स्वास्थ्य, जैविक, संबंधों, वैयक्तिक तथा इनसे संबंधित हो सकती हैं जिससे इच्छा तथा संतुष्टि पर प्रभाव पड़ सकता है। अधिकांश बड़े व्यक्ति यौन समस्याओं के लिए सहायता नहीं लेते। कुछ अपनी महिला डाक्टर, डाक्टर या मनोचिकित्सक से सलाह करते हैं जबकि कुछ नीम हकीमों के पास चले जाते हैं जिसके गंभीर परिणाम होते हैं। भारत में बहुत कम स्वास्थ्य चिकित्सक लैंगिक उपचार से प्रशिक्षित हैं। परामर्शक को चाहिए कि वह ग्राहकों को ऐसे मामले संभालने में प्रशिक्षित या कम से कम संवेदनशील तथा इन पर चर्चा करने का सही ज्ञान रखने वाले चिकित्सकों को पास भेज दें। फिर अधिकांश मामलों में यह पर्याप्त नहीं होता ।

लैंगिक इच्छा संबंधी समस्याएँ

जब रुचि सामान्य से काफी कम हो या बिल्कुल न हो तो लैंगिक संबंधों की इच्छा संबंधी समस्या हो जाती है। ऐसी स्थिति मे व्यक्ति के लैंगिक संबंध बनाने की इच्छा इतनी कम होती है कि साथी को काफी तनाव तथा असंतुष्टि रहती है। लैंगिक संबंधों की अनिच्छा के पीछे अन्य समस्याएं हो सकती हैं। जैसा कि ज्ञात होता हैं लैंगिक संबंधों की कम इच्छा हारमोंस की गड़बड़, निराशा, संबंधों में कटुता, तनाव या इनके मिले-जुले कारणों से हो सकती हैं । इसके अतिरिक्त लैंगिक संबंधों की अनिच्छा के अन्य मुख्य कारण हो सकते हैं जैसे अपनी लैंगिक उत्तेजना को पहचानने या पूरी करने की अयोग्यता या अपने साथी की तीव्र नकारात्मक लैंगिक संकेतों के कारण अयोग्यता। दंपतियों को किसी परामर्शक या किसी चिकित्सक की सहायता लेनी चाहिए ।

उत्तेजना संबंधी समस्या

पुरुषों में उत्तेजना की समस्या उनकी स्वयं की मानी गई बड़ी अजीब समस्या है। उन्हें एवं लैंगिक संबंधों में रुचि के बिना लिंग में उत्तेजना नहीं आती तथा संभोग के लिए कठोर नहीं होता। बाकी अवसरों पर लिंग में उत्तेजना तो आती है लेकिन योनि में प्रवेश कराने लायक कठोरता नहीं आती।

महिलाओं में उत्तेजना संबंधी समस्या अपेक्षाकृत कम होती है लेकिन होती जटिल है योनि फैलती नहीं तथा उसमें चिकनाई का अभाव होता है। पुरुष की कठोरता वाली समस्या से भिन्न महिला यदि इच्छित हो तो चिकनाई रहित योनि से भी संभोग कर सकती है। वह लिंग को प्रवेश कराने के लिए चिकनाई का प्रयोग कर संभोग कर सकती है।

पुरुष और महिला दोनों लिंगों में उत्तेजना संबंधी समस्या आम है तो भी यह अस्थाई या कभी कभार ही होती है। ऐसी क्षणिक समस्याओं का उपचार करना आवश्यक नहीं है लेकिन समस्या स्थाई लगती है तो कुशल सहायता ली जानी चाहिए।

चरम स्थिति एवं स्खलन समस्या

क) विलम्ब से स्खलन : चरम स्थिति/स्खलन की समस्या दोनों ही लिंगों में प्राय: अवधि के लिए होती है। हो सकता है किसी पुरुष या महिला को चरम स्थिति में पहुंचने के लिए उद्दीपन के पर्याप्त समय शायद एक घंटा या अधिक की आवश्यकता हो। ऐसी स्थिति में महिला के लिए विलम्बित चरम स्थिति मानी जा सकती है जबकि पुरुष के लिए विलम्ब (या देर से) चरम स्थिति पर पहुंचना गर्व की बात होती है।

यदि लैंगिक क्रिया आरंभ होते ही शीघ्र अर्थात कुछ ही मिनटों में चरम स्थिति पर पहुंच जाए और ऐसा प्राय: हो तो यह एक या दोनों साथियों के लिए कुंठा या समस्या बन जाती है।

ख) शीघ्र स्खलन : समयपूर्व स्खलन; चरम स्थिति या वीर्य स्राव शीघ्र हो जाए तो इससे एक साथी या दोनों साथियों के कुंठा होने लगती है।

जननांगों में दर्द–कुछ पुरुष और महिलाएं कभी-कभी संभोग के दौरान दर्द महसूस करते है। प्राय. लैंगिक क्रियाओं में कुछ अंतराल-विश्राम, बात-चीत और कोमलता काफी सहायक होती है। लेकिन विश्राम करना तथा पुन: उद्दीपन करने से समस्या दूर नहीं होती। जनन स्थानों पर दर्द परेशानी गभीर तथा स्थाई हो सकती है।

योनि से संबंधित एक समस्या हो सकती है कि योनि संभोग के लिए खुल जाती है लेकिन कभी-कभी वह कठोरता से बंद रहती है। योनि संबंधी मांसपेशियों में ऐंठन हो जाती है। वे जुड़कर अंग को प्रभावी ढ़ग से इस प्रकार बंद कर देती हैं कि चिकनाई युक्त छोटी अंगुली का प्रवेश भी कठिनाई या बेचैनी पैदा कर देता है। विशेषकर ज्यों ही उद्दीपन गहन होता है योनि की ऐंठन पैदा हो जाती है लेकिन वैसे यह कभी भी हो सकती है। योनि का संकुचन या ऐंठन बेचैनी या भावनात्मक दवाब की अभिव्यक्ति या प्रतिक्रिया हो सकती है। इस प्रकार अंग अपने आप संभोग और दर्द से अपनी रक्षा करता है ।

लैंगिक समस्याओं के उपचार में परामर्श करना, कुछ यौन तरीकों को सिखाना, व्यवहार उपचार तथा कुछ मामलों में चिकित्सा भी शामिल होती है।

बोध प्रश्न 3

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

ख) इस इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से अपने उत्तर का मिलान कीजिए।

भारतीय दंड संहिता के अनुच्छेद 375 के अनुसार ऐसी 6 कौन सी परिस्थितियाँ हैं जिनके अन्तर्गत माना जाएगा कि व्यक्ति ने बलात्कार किया है ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.7 सारांश

मानव जीवन में लैंगिकता का बहुत महत्व है तथा परामर्शक द्वारा इच आई वी की रोकथाम और सहारा प्रदान करने वाली परामर्श प्रदान करने के लिए इसे अच्छी प्रकार समझना आवश्यक है। इसमें केवल संभोग ही नहीं है अपितु भावनाएँ, धारणाएँ तथा जीवन मूल्य भी शामिल है। किसी समाज में किसी व्यक्ति द्वारा माने जाने वाली सामान्य बात हो सकती है किसी अन्य समाज में असामान्य मानी जाए। ग्राहक की लैंगिक प्राथमिकताओं और स्थितियों के बारे में निर्णायक न बनना बहुत महत्वपूर्ण है। एस टी डी तथा एच आई वी के संबंध में कुछ लैंगिक व्यवहारों पर विशेष ध्यान देना आवश्यक हैं जैसे संयम, हस्तमैथुन, रोंमाचकारी विसर्जन, मुख मैथुन तथा सम लैंगिकता आदि।

ग्राहकों में समझदारी विकसित करने के लिए परामर्शक को संवेदनशील विषयों जैसे लैंगिक संबंध और नशे के इंजेक्शन लगाने आदि के बारे में सूचना प्राप्त करनी चाहिए तथा उन्हें समझना चाहिए कि ये उन्हें एच आई वी संक्रमण के जोखिम में डाल सकते हैं। यह केवल परामर्श में सूचना के माध्यम से किया जा सकता है। ग्राहकों को एच आई वी संक्रमण और उसके रोकथाम की बुनियादी जानकारी सुनिश्चित करने के लिए प्रश्न भी पूछे जा सकते है। ग्राहकों को स्वस्थ सुरक्षित यौन संबंधों के बारे मे सलाह दी जानी चाहिए। उन्हें यह बताया जाना चाहिए कि पूरी तरह सुरक्षित व्यवहार है यौन संबंधों में संयम बरतना या फिर स्थायी एक से (पति-पत्नी) संबंध बनाना। जिन सभ्यताओं में सभोंग या सुरक्षित यौन संबंधों की सलाह को पूरी नहीं माना जाता वहां एक व्यक्ति से स्थायी संबंध की सलाह का अधिक महत्व है। जोखिम के स्तरों पर चर्चा करते समय परामर्शक को पुन: संवेदनशील विषयों पर चर्चा करनी होगी और यह निर्णय करना होगा कि वे स्वयं उन विषयों पर बात करने के लिए कितने तैयार हैं। सुइयों सिरिजों तथा इंजेक्शन के अन्य हिस्सों का सांझा प्रयोग न करने की आवश्यकता पर विशेष बल दिया जाना चाहिए तथा इंजैक्शन के उपकरणों को विषाणु रहित करने के लिए ब्लीच के प्रयोग की बात स्पष्ट करनी चाहिए।

3.8 शब्दावली

लैंगिक उत्तेजना : यौन उत्तेजना में शीर्ष अवस्था

भग शीर्ष : योनि द्वार पर स्थित एक छोटी संवेदी

अंग : यह यौन आनन्द का केन्द्र होता है।

मैथुन : लैंगिक संभोग

स्खलन : वीर्य स्राव या बाहर निकलना, प्राय: यौन उत्तेजना और चरम स्थिति का परिणाम

उद्दीपन : संभोग से पूर्ण आंरभिक स्थिति, जिसमें यौन साथी प्राय: स्पर्श, चुंबन और दुलार द्वारा एक दूसरे को उत्तेजित करते है।

भगोष्ठ : दीर्घ और लघु भगोष्ठ के संदर्भ में आते हैं। दीर्घ भगोष्ठ–योनि का बाहरी भाग।

लघु भगोष्ठ : दीर्घ भगोष्ठ के अन्दर स्थित योनि का आंतरिक भाग।

एकल संबंध : ऐसे संबंध जो अपनी लैंगिक गतिविधियां केवल उसी संबंध तक ही रखते है।

लिंग : पुरुष का जननांग

वीर्य : मटमैला चिपचिपा द्रव्य जो पुरुष के जननांग स्राव से निकलता है यह चरम स्थिति में लिंगग्र से निकलता है इसमें शुक्राणु कोशिका (यदि पुरुष उत्पादक है) होती हैं। वीर्य द्रव्य प्राय: स्खलन में एक छोटा चम्मच भर होता है।

संभोग : लैंगिक चरम स्थिति के साथ शारीरिक रूप से जुड़े होना प्राय: लेकिन एक मात्र रूप से नहीं यौनांगों के प्रवेश कराने के समय। संभोग के समय पुरुष का जननांग स्त्री की योनि में प्रवेश करता है ।

शुक्राणु : वीर्य में पाए जाने वाले उत्पादक कोशिकाएँ

थरेपी : रोग या विकृति का विभिन्न पद्धतियों से किया जाने वाला उपचार

नलबंदी : महिला की शल्य चिकित्सा जिसमें फेलोपीन नलियों को सिकोड़ दिया जाता है।

योनि : महिलाओं में ऐसी नलिका जो स्त्री जननांग की ग्रीवा तक होती हैं इसमें संभोग के समय पुरुष का लिंग प्रवेश करता हैं तथा जन्म के समय बच्चा इसमें से बाहर आता है। इसी रास्ते से महावारी के समय रक्त एवं उत्तक बाहर आते हैं ।

नसबंदी : पुरूष की ऐसी शल्य चिकित्सा जिसमें अंडकोष की उस नली को काट दिया जाता है जो शुक्राणुओं को मूत्रमार्ग तक ले जाती है। यह जन्म नियंत्रण की विश्वसनीय तकनीक है।
निकालना–ठीक वीर्य स्खलन तक पूर्व योनि से लिंग को बाहर निकालना। इसे समयपूर्व निकालना भी कहते हैं।

3.9 कुछ उपयोगी पुस्तकें

टी आई एस एस (1994) एच आई वी/एड्स प्रिवेंशन एंड कांउसलिंग ए मैन्युअल फॉर ग्रासरूट केवल वर्कर्स; सेल फॉर एड्स रिसर्च एक्शन एंड ट्रेनिंग, डिपार्टमेंट ऑफ मेडीकल एंड साइकिएट्रिक सोशल वर्कर, टाटा इस्टिट्यूट ऑफ सोशल सांइसेज,

डब्ल्यू एच ओ (1994) एन ओरिंटेशन दु एच आई वी/एड्स कांउसलिंग, ए गाइड फॉर ट्रेनर्स, वर्ल्ड हैल्थ आर्गनाइजेशन, रीजनल आफिस फूार साउथ इस्ट एशिया, नई दिल्ली।

नाको (1994) एच आई वी/एड्स/एस टी डी कांउसलिंग ट्रेनिंग मैन्यूअल, नेशनल एड्स कंट्रोल आरगानाइजेशन (स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय) भारत सरकार, नई दिल्ली।

थॉमस ग्रेशियस (1997) प्रिवेशंन ऑफ एंड्स इन सर्च ऑफ आनसर्स, शिषरा पब्लिकेशन, नई दिल्ली।

3.10 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1) हस्तमैथुन के बारे में नैतिक विचार धारा के तर्कों पर सक्षिप्त प्रकाश डालिये ?

नैतिक विचारधारा का तर्क है कि हस्तमैथुन एक स्वार्थी लैंगिक क्रिया हैं जिसमें केवल आत्मसंतुष्टि, खुशी एवं तनाव मुक्त होने की इच्छा रहती है। तर्क दिया जाता है कि यौन क्रिया का मूल उद्देश्य प्रजनन तथा पति-पत्नी के बीच प्यार संप्रेषित करना है। पति का अपनी पत्नी के शरीर पर और पत्नी का अपने पति के शरीर पर अधिकार होता है। यदि दोनों ही स्व:हस्तमैथुन द्वारा ही यौन संतुष्टि करते हैं तो एक दूसरे को यौन संतुष्टि प्रदान करने का मुख्य कर्त्तव्य समाप्त हो जाता है। अंतत: इससे संभोग की इच्छा नहीं होती जिसका पति पत्नी के रिश्ते पर गहरा प्रभाव पड़ता है। एक समय बाद [illegible] एक दूसरे के लिए प्यार आत्म समर्पण प्यारी

भरी उदारता, विचारशीलता, परस्पर आकर्षण आदि मूल्य समाप्त हो जाते हैं। इससे विवाह का मुख्य उद्देश्य पारिवारिक जीवन, तथा जीवन में लैंगिकता समाप्त हो जाते हैं।

बोधर प्रश्न 2

1) संवेदनशील विषयों पर बात करते समय परामर्शक के लिए उपयोगी किन्हीं तीन उपयोगी मार्गदर्शनों का संक्षिप्त वर्णन कीजिए?

निम्नलिखित विशेष मार्गदर्शन सिद्धान्त परामर्शक के लिए संवेदी विषयों पर बात करते समय उपयोगी होंगे :

सीधे ही प्रश्न पूछें जिससे यह पता चले कि ग्राहक को किस बात की चिंता है तथा उसे परामर्शक की कैसी सहायता चाहिए।

उदाहरण–आप मुझसे इस समय (इस केन्द्र, अस्पताल आदि) से क्या चहाते है? आपने इस समय यहाँ आने का निर्णय कैसे लिया?

लैंगिकता की चर्चा के समय कुछ सीमा तक होने वाले संकोच का पूर्वानुमान कर लें, यह बता दें कि मैं यह मानता हूं कि लोग इस विषय पर खुल कर चर्चा नहीं करते।

उदाहरण–हम अपने देश में लैंगिकता के बारे में खुलकर बात नहीं करते हैं। अब चूंकि आप को संदेह है कि आपको संक्रमण का खतरा है तो हमें मिलकर खतरे की मात्रा का फैसला करना होगा। ऐसा करने के लिए मुझे आपसे कुछ विशेष प्रश्न पूछने पड़ेंगें। अधिकांश लोगों को ऐसे प्रश्नों से संकोच होता है या हो ही जाता है आपको भी हो सकता है। उदाहरण के लिए मैं यह जनना चाहता हूं कि पिछले 6 महीने में आपके कितने व्यक्तियों के साथ यौन संबंध रहे हैं ।

यह स्पष्ट बता दें कि आप लैंगिक विषयों और नशीली दवाओं के बारे में जोर देकर क्यों पूछना चाहते हैं, क्योंकि ग्राहक का संक्रमण से बचाने या दूसरों को संक्रमित करने से बचाने के लिए वास्तव में क्या करने की आश्यकता है इससे इसका पता लगेगा ।

उदाहरण–एच आई वी का संचारण कुछ विशिष्ट तरीकों से होता है। आप जानते हैं कि सांझी सूई के उपयोग से आपको और दूसरों को संक्रमण का खतरा है। आप स्वयं को या दूसरों को संक्रमण से बचाने के लिए क्या कर सकते हैं?

बोध प्रश्न 3

भारतीय दंड संहिता के अनुच्छेद 375 के अनुसार कौन सी पाँच परिस्थितियाँ हैं जिसमें यह माना जाता है कि व्यक्ति ने बलात्कार किया है?

भारतीय दंड संहिता के अनुच्छेद 375 के अनुसार निम्नलिखित 6 परिस्थितियों में से किसी एक के अनुसार किए गए संभोग को बलात्कार माना जाता है:

1) औरत की इच्छा के विरूद्ध
2) उसकी स्वीकृति के बिना
3) उसकी स्वीकृति से जबकि स्वीकृति उसके किसी प्रियजन की मृत्यु या चोट का डर दिखा कर प्राप्त की गई हो
4) उसकी स्वीकृति से परंतु पुरुष जानता है कि वह उसका पति नहीं है और उसने इसलिए स्वीकृति दी है कि वह मानती है कि वह व्यक्ति कानूनन उससे विवाह करेगा ।
5) उसकी स्वीकृति से परंतु स्वीकृति देते समय वह होशोहवास में नहीं थी या पुरुष ने स्वयं अथवा किसी अन्य के माध्यम से उसे नशे की हालत में पहुँचा दिया था ।
6) यदि उसकी आयु 16 वर्ष से कम है तो चाहे तो उसकी स्वीकृति ली हो या न ली हो।

इकाई 4 भारत में परामर्श सेवाओं में वर्तमान प्रवृत्ति

इकाई की रूपरेखा

4.0 उद्देश्य
4.1 प्रस्तावना
4.2 मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ कौन होते हैं ?
4.3 प्रशिक्षण सुविधाए
4.4 कार्य स्थल
4.5 सामान्य (अप्रशिक्षित) परामर्शक का कार्य क्षेत्र
4.6 सामाजिक कार्य परामर्शकों का कार्य क्षेत्र
4.7 सारांश
4.8 शब्दावली
4.9 कुछ उपयोगी पुस्तकें
4.10 बोध प्रश्नों के उत्तर

4.0 उद्देश्य

इस इकाई में आपका परिचय लोगों की भावनात्मक (मानसिक स्वास्थ्य) आवश्यकताओं को पूरा करने वाले विशेषज्ञों से करवाया गया है। प्रत्येक विशेषज्ञ की योग्यता और विशेष क्षेत्र का विवरण दिया गया है। मनोवैज्ञानिक, मनोविश्लेषक तथा सामाजिक कार्य (मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ) के प्रशिक्षण स्थान तथा उनके कार्य स्थल के बारे में भी सूचना दी गई है। नए परामर्शक के कार्यक्षेत्र की भी चर्चा की गई है। इस इकाई में भारत में इनकी स्थिति पर विशेष बल दिया गया है। इस इकाई के अध्ययन के बाद आप :

- मानसिक स्वास्थ्य विशेष कौन होते हैं यह समझ सकेंगे,
- इन विशेषज्ञों की प्रशिक्षण सुविधाएँ, स्थान तथ कार्य स्थल को समझ सकेंगे, तथा
- भारत में एच आई वी/एड्स के क्षेत्र में प्रशिक्षित सामाजिक कार्यकर्ता तथा नए परामर्शक के लिए कार्य क्षेत्र को जान सकेंगे।

4.1 प्रस्तावना

आज के दिन में सबसे अधिक एच आई वी संक्रमित लोग भारत में हैं। उन सभी को सामाजिक और भावात्मक सहारे की आवश्यकता है। ऐसे अनेक लक्ष्य समूह हैं जिन्हें इस सहारे की और अधिक आवश्यकता है। चूँकि एच आई वी ग्रामीण क्षेत्रों सहित सामान्य आबादी में फैल चुका है। इसलिए परामर्श सेवाओं की आवश्यकता तथा कार्य क्षेत्र भी बढ़ गया हैं। इस प्रकार युवाओं सहित, कार्यस्थल पर कर्मचारी, (अस्पताल आदि) विशिष्ट लक्ष्य आबादी जैसे वेश्याएँ, जेल साथी, समलैंगिक महिला और पुरुष, रक्तदान दाता, मादक द्रव्य के व्यवसनकर्ता तथा जोखिम भरे व्यवहार करने वाले लोगों को परामर्श सेवाओं की आवश्यकता है। आज भारत में सेवाएँ सीमित संख्या में हैं क्योंकि हमारे पास विशेष रूप से प्रशिक्षित मनोचिकित्सक, मनोविश्लेषणक, मनोवैज्ञानिक, सामाजिक कार्यकर्ता, नर्सिंग कमर्चारी, नए परामर्शक, पारंपरिक आस्था चिकित्सक, बुर्जुग, अध्यापक और अन्य शुभेच्छुओं की बहुत कम संख्या में उपलब्ध हैं।

एच आई वी के आगमन से विद्यमान विशेषज्ञों को सेवाकालीन तथा नए प्रशिक्षकों को प्रशिक्षित करने की तत्काल अनिवार्यता है। इस इकाई में प्रशिक्षत सामाजिक कार्यकर्ता सहित मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों के कार्य क्षेत्र के बारे में जानने का प्रयास किया जाएगा जो एच आई वी संक्रमित लोगों के अतिआवश्यक सामाजिक और भावात्मक सहारा प्रदान कर सके।

4.2 मानसिक स्वास्थ्य विशेष कौन होते हैं?

लोगों का भावात्मक और मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित अन्य समस्याओं के लिए विभिन्न प्रकार से और विभिन्न सीमाओं तक उपचार करने या सहायता करने के लिए अनेक विशेषज्ञ होते हैं जो निम्न प्रकार हैं :

- मनोचिकित्सक
- मनोवैज्ञानिक
- मनोविश्लेषक
- सामाजिक कार्यकर्ता
- नर्सिंग कर्मचारी
- सामान्य परामर्शक
- पारंपरिक आस्था चिकित्सक
- बुर्जुग, शिक्षक और अन्य शुभेच्छु

इनमें से प्रत्येक की अपनी पात्रता और भूमिका होती है। इन विशेषज्ञों का संक्षिप्त विवरण निम्नलिखित है :

मनोचिकित्सक : मनोचिकित्सक एक मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ होता है, जिसके पास ऐलोपैथी की मेडिकल डिग्री होती है जिसकी आरंभिक योग्यता एम बी बी एस होती है और बाद में मनोचिकित्सा में स्नातकोत्तर उपाधि (कुछ विश्वविद्यालयों से मनोवैज्ञानिक औषधि डिग्री के नाम से जाना जाता है) स्नातकोत्तर उपाधि डिप्लोमा (डी पी एम), मास्टर उपाधि (एम डी) या मास्टर उपाधि के समकक्ष कोई उपाधि (एम एन एम, एम एस या डी एन बी)।

मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों में से मनोचिकित्सक सबसे महत्वपूर्ण होता है। मानसिक स्वास्थ्य संबंधी किसी समस्या के लिए सबसे पहले उससे सलाह करनी चाहिए। इसके निम्नलिखित कारण हैं :

i) अनेक मानसिक रोग मूलत: स्वास्थ्य संबंधी रोग होते हैं क्योंकि उनकी उत्पति जैविक होती है। अर्थात् वे मस्तिष्क के कार्य में गड़बड़ी होने से पैदा होते हैं। उदाहरण के लिए खण्डित मानसिकता और अंतर्जात विषद ऐसी विकृतियाँ हैं जो रसायनों, इलेक्ट्रों मनोवैज्ञानिक और तंत्रिका हारमोन्स और यहाँ तक कि असमान्य दिमागी संरचना से संबंधित है। इसलिए इन विकृतियों का निदान और उपचार करने के लिए वैद्य चिकित्सा उपाधि रखने वाला व्यक्ति ही योग्य होता है।

ii) कई मानसिक रोग मूलत: स्वास्थ्य संबंधी जटिलताओं के कारण हो सकते हैं। उदाहरण के लिए विषाद हारमोनों में परिवर्तन के कारण हो सकता है जिसके हाइपोथायरोडिजम या विभाजित मानसिकता जैसे लक्षण बाद में दिमागी ट्यूमर में उभर सकते हैं। इसलिए इन विकृतियों का निदान करने तथा उपचार करने के लिए वैद्य चिकित्सा उपाधि धारण करने वाला व्यक्ति ही पात्र होता है।

iii) अनेक मानसिक रोगों में औषधीय उपचार की आवश्यकता होती है जैसे ड्रग चिकित्सा या इलेक्ट्रो निर्णायक चिकित्सा उपचार की आरंभिक पद्धति होती है। यहाँ तक ऐसी विकृतियाँ जिनके लि ए परामर्श ही उपयुक्त होता है उनमें भी मनो लाक्षणिक औषधियों के प्रयोग से लाभ होता है। इसलिए इन विकृतियों की चिकित्सा के लिए वैध चिकित्सा उपाधि धारण करने वाला व्यक्ति ही पात्र है।

एक बार जब मनोचिकित्सक रोगी को देखकर उपचार की भावी योजना बना लेता है तो उपचार दल में अन्य मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों को वैध रूप से शामिल किया जा सकता है।

मनोवैज्ञानिक : मनोवैज्ञानिक व्यवहार का अध्ययन करने वाला विशेषज्ञ होता है। अनेक प्रकार के मनोवैज्ञानिक होते हैं। इनमें औद्योगिक मनोवैज्ञानिक, सामाजिक मनोवैज्ञानिक तथा विकास संबंधित मनोवैज्ञानिक आदि शामिल हैं। मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में व्यक्तिपरक चिकित्सा मनोवैज्ञानिक का महत्व है।

मनोवैज्ञानिक मनोविज्ञान मुख्य विषय के साथ कला में अपनी स्नातक या स्नातकोतर उपाधि प्राप्त करते हैं। स्नातकोतर पाठ्यक्रम में विशेषज्ञता का क्षेत्र आता है। फिर भी मानसिक स्वास्थ्य विषयों में उपयुक्त प्रशिक्षण स्नातकोतर दर्शन (एम. फिल) पाठ्यक्रम में प्रदान किया जाता है। इस प्रकार की योग्यता धारण करने वाले व्यक्ति को चिकित्सीय मनोवैज्ञानिक कहा जाता है । उसके उपरांत डॉक्टर की उपाधि (डॉक्टरेट) एक ऐच्छिक योग्यता होती है।

चिकित्सीय मनोवैज्ञानिकों को मनोवैज्ञानिक परीक्षण करने तथा मनोचिकित्सा करने के लिए अनेक प्रकार से प्रशिक्षित किया जाता है। मनोवैज्ञानिक परीक्षण कुछ प्रकार की विकृतियों में बहुत उपयोगी होता है। इनसे विकृति के स्वरूप, सीमा तथा गंभीरता का पता चल जाता है। मनोचिकित्सा एक अंतर वैयक्तिक प्रक्रिया है जिसमें स्पष्ट मनोवैज्ञानिक सिद्धांत के दायरे में मनोचिकित्सा साधनों के माध्यम से स्वास्थ्य लाभ प्राप्त किया जाता है।

मनोचिकित्सक और मनोवैज्ञानिक प्राय: दलों में मिलकर कार्य करते जो एक दूसरे की निपुणताओं और सामर्थ्य क्षेत्र के पूरक होते हैं।

मनोविश्लेषक : करीब 100 वर्ष और 1950 वं दशक तथा आगे भी मनोविश्लेषक एक सम्मानित क्षेत्र माना जाता था। आज केवल कुछ ही मनोविश्लेषण बचे हैं तथा मानसिक रोग में उनकी भूमिका नगण्य रह गई है।

मनोविश्लेषक का एक सिद्धांत यह है कि सभी व्यवहार अतीत से विकसित होते हैं जो चेतन, अर्धचेतन या अचेतन मस्तिष्क में पड़े रहते हैं। मनोविश्लेषण पूर्णत: सैद्धांतिक क्षेत्र है तथा इसकी प्रायोगिक वैधता नहीं हो सकती। जब तक कोई अपना मूल्यांकन/ विश्लेषण नहीं करता तब तक वह विश्लेषक भी नहीं बन सकता। विश्लेषण में अनेक वर्ष लग जाते हैं तथा केवल कुछ ही व्यक्ति विश्लेषण कर सकते हैं। यह प्रक्रिया अधिक समय लगाने वाली खर्चीली तथा लाभ की कोई गारंटी न देने वाली है। स्पष्ट है कि यह चिकित्सा की आवश्कयता वाले व्यक्ति के लिए सहायक नहीं हो सकती।

मनोचिकित्सीय सामाजिक कार्यकर्ता : मनोचिकित्सीय सामाजिक कार्यकर्ता वह व्यक्ति होता है जिसके पास कला में स्नातक उपाधि, सामाजिक कार्य में स्नात्कोत्तर उपाधि तथा मनोचिकित्सीय सामाजिक कार्य में एम फिल की उपाधि हो। उसका मुख्य योग्यता क्षेत्र मानसिक रोगी तथा उसके संबंधियों को परामर्श, सहारा और पुनर्वास सेवाएँ प्रदान करना है। हम विशेषज्ञ सामाजिक कार्यकर्ताओं की भूमिका पर व्यापक चर्चा इस पाठ के अंत में करेंगे।

मनोचिकित्सीय नर्स : मनोचिकित्सीय नर्स को अस्पताल में भर्ती मानसिक रोगी की परिचर्या आवश्यकताओं को संभालने के लिए विशेष रूप से प्रतिक्षित किया जाता है। ऐसे व्यक्ति के पास नर्सिंग पाठ्यक्रम में स्नातक उपाधि तथा मनोचिकित्सीय नर्सिंग में स्नात्कोत्तर उपाधि होती है। चूँकि देश में मनोचिकित्सीय नर्सिंग में स्नात्कोत्तर उपाधि प्रदान करने वाले केंद्र अत्यंत कम हैं इसलिए अधिकांश विशेषज्ञ मनोचिकित्सीय नर्सों के पास केवल स्नातक उपाधि तथा मानसिक रोगिकयों की देखभाल करने का व्यावहारिक अनुभव होता है।

अप्रशिक्षित परामर्शक

देश में अप्रशिक्षित परामर्शक मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के तेजी से ठोस आधार बन रहे हैं। जैसा कि इस पर बाद में चर्चा की जाएगी कि देश में मुख्यत: मनोचिकित्सा तथा मनोवैज्ञानिक रूप से प्रशिक्षित मानव शक्ति बहुत कम है जो जनता की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं को प्रभावशाली ढंग से पूरा कर सकें।

प्राय: सामान्य परामर्शकों को गैर-सरकारी संगठनों में मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों द्वारा प्रेषित कर प्रशिक्षित किया जाता है। कुछ विशेषज्ञ संगठन भी प्रशिक्षण कार्यक्रम चलाते हैं। ये कार्यक्रम अधिकांशत: परामर्श में प्रमाण-पत्र पाठ्यक्रम होते हैं जिनकी अवधि 2 सप्ताह से लेकर महिने तक की होती है। इनका प्रशिक्षण बहुत बुनियादी होता है जिसमें मानसिक विकृति को पहचानने तथा परामर्श के माध्यम से उनके उपचार के मूल सिद्धांत शामिल होते हैं :

ईसाई संगठन कुछ भिन्न तरीकों से परामर्श सेवाएँ प्रदान करते हैं। व्यक्तियों को परामर्श पाठ्यक्रम में विभिन्न संख्या में उनके धार्मिक क्रम के अनुसार भेजा जाता है जो पाठ्यक्रमय की प्रकृति और उद्देश्य पर निर्भर करता है। ये व्यक्ति पीड़ित या दुखी व्यक्ति की सेवा में अपना जीवन समर्पित कर देते हैं। अपनी सेवा के दौरान ये सामग्री तथा भावनात्मक सहायता प्रदान करते हैं। यद्यपि उनके परामर्श में नैतिकता अधिक हो सकती है तो भी उनकी निरपेक्षता, उच्च प्रेरणा तथा गहन प्रतिबद्धता पर संदेह नहीं किया जा सकता। ग्रामीण क्षेत्रों में अधिकांश ग्रामीण गैर ईसाई संगठन के पारंपरिक चिकित्सकों की शेखी मारते हैं। वे जड़ी बुटियों और अन्य साधनों से चिकित्सा कर सकते हैं लेकिन प्राय: परामर्श प्रदान करते हैं। उनकी एक सीमा यह होती है कि वे मानसिक स्वास्थ्य को नियंत्रित करने वाले दोषपूर्ण विचारों से चलते हैं जो अत्यधिक अंधविश्वास से प्रभावित होते हैं। परिणाम स्वरूप बहुत से व्यक्ति काला जादू, झाड़फूंक और ऐसी अन्य क्रियाओं पर निर्भर करते हैं जो रोगी के लिए वास्तव में शारीरिक तथा मानसिक हानि करती है। आज भी ऐसी सूचनाएँ मिलती है कि मानसिक रोगी को बुरी आत्माओं को शरण देने के कारण या काला जादू करने वाला मानने के कारण दागा जाता है, पीटा जाता है या अन्य प्रकार से पीड़ित किया जाता है।

बुजुर्ग, अध्यापक, और अन्य शुभेच्छु

अध्ययनों से पता चलता है कि प्रेरणा देने वाले अध्यापक और कालेजों के प्राध्यापक भी प्रशिक्षित मनोवैज्ञानिकों और मनोचिकित्सकों की तरह अपने क्षेत्रों में परामर्श देने में समान रूप से प्रभावशाली है। इससे पता चलता है कि परामर्श में विशिष्ट घटक आवश्यक नहीं होते। महत्वपूर्ण मानदंड में है कि सामान्य बुद्धि, अध्यापक, पड़ोसी या अन्य शुभेच्छु अच्छा परामर्श प्रदान कर सकते है। बशर्ते कि उनका निजी स्वार्थ उनके मार्गदर्शन को प्रभावित न करता हो। भारत में प्राय: ऐसे मार्गदर्शकों का बहुत सम्मान किया जाता है।

भारत की स्थिति : पूरे देश में केवल 3500-4000 मनोचिकित्सक है। इनमें से अधिकांश मनोचिकित्सक शहरों में विशेषत: बैंगलोर, मुंबई, दिल्ली, चेन्नई और कलकत्ता में केंद्रित है। केरल ही एक मात्र ऐसा राज्य है जहाँ प्रत्येक जिले में मनोचिकित्सक है। केरल सरकार ने एच आई वी/एड्स, एस टी डी रोगियों को परमार्श देने के लिए जिला अस्पतालों में विशेषज्ञ, प्रशिक्षित सामाजिक कार्यकर्त्ताओं को नियुक्त किया है।

इस स्थिति का अर्थ यह है कि अधिकांश मानसिक रोगियों का सामान्य चिकित्सकों द्वारा देखा जाता है जो मनोचिकित्सक नहीं होते और अधिकतम सही उपचार करने और निदान करने के लिए उपयुक्त उपकरण नहीं होते। इससे भी बुरी स्थिति जब होती है जब मानसिक रोगियों को गैर चिकित्सीय मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों द्वारा देखा जाता है। ये आरंभिक स्वास्थ्य विकृति को पहचानने में असफल रहते हैं और उस विकृति का परामर्श के द्वारा इलाज करने का प्रयत्न करते हैं। हर प्रकार से दुखी तो रोगी ही होता है।

इसलिए अत्यधिक आवश्यकता है कि आरंभिक संसाधनों से कार्मिक उपलब्ध हो जो मानसिक रोगियों की पहचान कर सके, रोगी को उपयुक्त स्वास्थ्य विशेषज्ञ के पास भेज सके और बाद में आवश्यकतानुसार परामर्श प्रदान कर सके। इस कार्य के लिए मनोवैज्ञानिक, मनोचिकित्सकों, सामाजिक कार्यकर्ताओं, मनोचिकित्सा नर्सों, सामान्य परामर्शकों और अन्य विशेषज्ञों का उपलब्ध होना महत्वपूर्ण है।

यहाँ इस तथ्य का भी उल्लेख किया जा सकता है कि किसी स्वास्थ्य विशेषज्ञ विशेषत: किसी मनोचिकित्सक की सेवाएँ उपलब्ध न हो तो भी सहायता उपलब्ध है वही अच्छी है। इसका अर्थ यह है कि उन मानसिक विकृतियों में से जो स्वास्थ्य के कारण उत्पन्न हुई है, यदि मनोचिकित्सक उपलब्ध नहीं है तो सामान्य परामर्शक की भूमिका महत्वपूर्ण हो जाती है। यह स्थिति खेदजनक है लेकिन भारत जैसे विकासशील देश में यह जिंदगी की सच्चाई है।

अच्छी बात यह है कि अधिकांश मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ जैविक न होकर स्थिति से संबंधित होती हैं और उन्हें समायोजन में कठिनाई होती है। इस प्रकार वैवाहिक मतभेद, किशोरावस्था की घबराहट और अनेक प्रकार की चिंता और विषाद साधारण परामर्शकों द्वारा सफलतापूर्वक ठीक किए जा सकते हैं। इसलिए सामान्य परामर्शक सेवाओं की बहुत आवश्यक है जो स्वैच्छिक या व्यावसायिक प्रकार की हो। ऐसे परामर्शकों को तैयार करने के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रमों के लिए भी इनकी आवश्यकता है।

बोध प्रश्न 1

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

ख) इस इकाई के अंत में दिए उत्तरों से अपने उत्तरों का मिलान कीजिए।

1. मनोचिकित्सक कौन होता है?

.....

.....

.....

.....

.....

2. मनोवैज्ञानिक कौन होता है?

.....

.....

.....

.....

.....

3. भारत में सामान्य परामर्शकों की अत्यधिक आवश्यकता क्यों है?

.....

.....

.....

.....

.....

4.3 प्रशिक्षण सुविधाएँ

देश में अधिकांश चिकित्सा विश्वविद्यालयों द्वारा मनोचिकित्सा में स्नातकोत्तर उपाधि प्रदान की जाती है। डिप्लोमा पाठ्यक्रम दो वर्ष का तथा स्नातकोत्तर उपाधि का पाठ्यक्रम तीन साल का होता है। एक केंद्रीय बोर्ड ऐसे व्यक्तियों को डी. एन. बी. की उपाधि प्रदान करता है जो मान्यता प्राप्त अस्पतालों में मनोचिकित्सा सुविधाओं के साथ कार्य करते हैं। लेकिन उन्होंने विश्वविद्यालय के पाठ्यक्रम में प्रवेश नहीं लिया है। अनेक विश्वविद्यालयों द्वारा मनोविज्ञान में स्नातक और स्नातकोत्तर उपाधि प्रदान की जाती है। कुछ विश्वविद्यालय आगे चिकित्सयी मनोविज्ञान में एम. फिल. की सुविधा और डॉक्टर (पी एच डी) की सुविधा प्रदान करते हैं। इसी प्रकार कुछ विश्वविद्यालय मनोचिकित्सीय, सामाजिक कार्य में मास्टर ऑफ फिलोसफी (एम. फिल) की और/या डॉक्टर (पी एच डी) की सुविधा प्रदान करते हैं।

देश में राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य और तंत्रिका विज्ञान संस्थान, बैंगलोर का सबसे अधिक व्यापक प्रशिक्षण कार्यक्रमों में से एक है। यह मनोचिकित्सा में डिप्लोमा और स्नातकोत्तर पाठ्यक्रम प्रदान करता है। चिकित्सीय मनोविज्ञान में तथा चिकित्सीय सामाजिक कार्य में मास्टर ऑफ फिलोस्फी (एम फिल) पाठ्यक्रम मनोचिकित्सीय नर्सिंग में विज्ञान पाठ्यक्रम में स्नात्कोत्तर तथा विविध प्रकार के प्रमाण-पत्र पाठ्यक्रम प्रदान करता है।

देश में सामान्य परामर्शक के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रम विभिन्न गैर सराकरी संगठनों द्वारा उपलब्ध कराए जाते हैं। लगभग ऐसी सभी संस्थाएँ शहरों में स्थित है तथा कार्य करती हैं।

औपचारिक प्रशिक्षण का महत्व

मानसिक स्वास्थ्य और परामर्श में औपचारिक प्रशिक्षण निम्नलिखित अनेक कारणों से आवश्यक है :

i) विविध प्रकार के मानसिक रोगों के कारणों की संपूर्ण जानकारी, लक्षण और उपचार के अभाव में सक्षम परामर्श सेवाएँ प्रदान करना कठिन है।

ii) परामर्श में शामिल प्रक्रिया की पूरी समझ न होने पर किसी रोगी को सही परामर्श देना कठिन है।

iii) परामर्श पाठ्यक्रम का उचित पर्यवेक्षण किए बिना आरंभिक मामलों में प्रशिक्षु परामर्शकों को अनुभव न होने के कारण कठिनाई होना लगभग निश्चित है।

"एच आई वी में संप्रेषण और परामर्श" पाठ्यक्रम को पूरा करने के बाद कोई व्यक्ति मनोचिकित्सक, मनोवैज्ञानिक, सामाजिक कार्यकर्ता या विशेषज्ञ परामर्शक बनने की जननी के योग्य नहीं हो जाता।

4.4 कार्य स्थल

मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ निम्नलिखित स्थानों में कार्य करते हैं :

- सरकार द्वारा संचालित मानसिक अस्पताल या पागल खाना
- निजी मानसिक अस्पताल तथा नर्सिंग होम
- सामान्य अस्पतालों में मनोचिकित्सा विभाग
- बाल मार्गदर्शन चिकित्सालय
- मद्य और व्यसन मुक्ति चिकित्सालय
- वैवाहिक एवं परिवार चिकित्सा चिकित्सालय
- मानसिक विकास बाधा चिकित्सालय
- पुनर्वास केंद्र
- डे-केयर सेंटर
- व्यावसायिक प्रशिक्षण केंद्र
- हाफ वे होम्स
- दीर्घकालीन रोगियों के लिए दीर्घकाली न भर्ती केंद्र (लोंग स्टे सेंटर)

मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ निजी चिकित्सालयों, स्कूलों, कालेजों, उद्योगों और अन्य संगठनों में कार्य कर सकते हैं।

सामान्य परामर्शक सहायक के रूप में इनमें अधिकांशत: कार्य करते हैं।

4.5 सामान्य (अप्रशिक्षित) परामर्शक का कार्य क्षेत्र

प्राय: मनोचिकित्सक के पास इतने अधिक मामले आते हैं कि उनमें से कुछ या किसी के पास भी रोगियों को परामर्श देने का समय नहीं होता, यह दुर्भाग्य की बात है। क्योंकि मानसिक रोगी और साथी ही उनके परिवारों को हमेशा परामर्श की महती आवश्यकता होती है। इस प्रकार सामान्य परामर्शक इसकी पूर्ति कर सकते हैं।

i) **विषाद** : व्यक्ति को जीवन तनावों का समाधान करने, अपना विश्वास पैदा करने, आत्म सम्मान जगाने, विषाद से पूर्व पैदा होने वाली अपराध भावना को समाप्त करने, समाज में अपना स्थान तलाश करने, सामाजिक सहारे के लिए कार्यक्षेत्र का विकास करने, तथा जीवन की योजना बनाने आदि में सहायता कर सकते हैं जिससे व्यक्ति को अपने जीवन का उद्देश्य मिल जाता है।

ii) **चिंता** : विषाद के साथ अनुकूलन करने के अतिरिक्त वे रोगियों की आराम प्राप्त करने (चिंता मुक्त होने) के तरीके और साधन ढूंढने में भी सहायता कर सकते हैं।

iii) **मद्यपान व्यसन** : मद्यपान व्यसन में सहायता करने के लिए व्यक्ति की मद्यपान समस्या को जानना, उसे मनोचिकित्सा प्राप्त करने के लिए प्रेरित करना, उपचार कार्यक्रम का पालन करना, मद्यपान की तरफ धकेलने वाली समस्या समाधान में सहायता करना मद्यपान छोड़ने के लिए समस्या समाधान में सहायता करना तथा उसे अपने परिवार और समाज आदि से पुन: जोड़ने के लिए सहायता प्रदान करना ।

iv) **मादक द्रव्य व्यसन में** : मद्यपान व्यसन की समस्या में अनुकूलन करने में सहायता प्रदान करने के अतिरिक्त वे रोगी की पीर समूहों के तथा समझौतों के लिए मजबूर

करने वाले दूसरे दबावों का मुकाबला करने में सहायता कर सकते हैं। मादक द्रव्य व्यसन मुख्यत: युवाओं की तथा मद्यपान मुख्यत: अधेड़ व्यक्तियों की समस्या है।

v) **पुनर्वास** : विभिन्न प्रकार की मानसिक विकृतियों वाले व्यक्तियों को अपने परिवार एवं समाज में पुन: स्थापित करने की आवश्यकता होती है। इस उद्देश्य के लिए परिवार में जाने से पूर्व उन्हें सामाजिक निपुणता प्रशिक्षण, आत्म सहायता निपुणता प्रशिक्षण, व्यावसायिक प्रशिक्षण डे केयर या हाफ-वे-होम में व्यवस्थित देखभाल की आवश्यकता होती है। जब मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों को इन सेवाओं की आवश्यकता पड़ती है तो सामान्य परामर्शक इन स्थितियों में काफी उपयोगी सहायक हो सकते हैं।

vi) **अन्य परिस्थितियाँ** : इसी प्रकार सामान्य परामर्शक बचपन एवं किशोरावस्था की समस्याओं के समाधान में सहायता कर सकते हैं। वे वैवाहिक मतभेदों और यहाँ तक कि आत्म हत्या के मामलों में 24 घंटे आपातकालीन हेल्प लाइन (सहायता सेवा) प्रदान कर सकते हैं। अनेक शहरों में ऐसी सुविधाएं पूरी तरह उच्च रूप से समर्पित सामान्य परामर्शकों द्वारा चलाई जाती हैं।

बोध प्रश्न 2

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

ख) इस इकाई के अंत में दिए उत्तरों से अपने उत्तरों का मिलान कीजिए।

1. किसी एक स्थिति का वर्णन करें जिसमें सामान्य (अप्रशिक्षित) परामर्शक अपनी सेवाएँ प्रदान कर सकते हैं।

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4.6 सामाजिक कार्य परामर्शकों का कार्य क्षेत्र

चिकित्सीय सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका

चिकित्सीय सामाजिक कार्यकर्ता का काम उतना ही महत्वपूर्ण है जितना कि चिकित्सक का। जबकि चिकित्सक का कार्य रोगी के उपचार करने तक सीमित है। वहाँ सामाजिक कार्यकर्ता को उपचार कराने वाले रोगी के सामाजिक, शारीरिक और मनोवैज्ञानिक पक्षों को भी देखना पड़ता है। वास्तव में रोगी के उपचार प्रबंधों को देखना सामाजिक कार्यकर्ता का प्रमुख कार्य है। सामाजिक कार्यकर्ता रोगी और उसके परिवार के लिए मित्र, दार्शनिक और मार्गदर्शक होता है।

स्वास्थ्य देखभाल कार्यों में सामाजिक कार्यकर्ताओं को असंख्य विषयों से निपटना पड़ता है जो विशिष्ट कार्यों के मूलभूत गुणों के लिए चुनौती होते हैं। चिकित्सकों की तरह सामाजिक कार्यकर्ता सीधे दर्द को छूते हैं जोकि स्वास्थ्य कर्मी दल में और कोई नहीं करता। सामाजिक कर्ताओं को ऐसे माहौल में कार्य करने की चुनौती मिलती है जहाँ उनकी उपस्थिति को सर्व सम्मति से आवश्यक माना जाता है क्योंकि यह स्थिति उनके साथियों द्वारा स्वीकृत स्थिति से

प्राय: परे होती है। सामाजिक कार्यकर्ताओं को अपने मरीजों के लिए अनेक बाहरी एजेंसियों के साथ कई मोर्चों पर उनके अधिकारों और संसाधनों के लिए, शिक्षा के लिए सामुदायिक समूहों से और मनोवैज्ञानिक परिप्रेक्ष्य में संवेदनशीलता के लिए स्वयं स्वास्थ्य संस्थाओं के साथ सिफारिश करनी पड़ती है।

भारत में स्वास्थ्य देखभाल व्यवस्था में सामाजिक कार्यकर्ताओं का कार्य और भी महत्वपूर्ण है क्योंकि घातक रोग एड्स का निरंतर फैलाव और युवाओं का मादक पदार्थों के दुरुपयोग में अनियंत्रित रूप से शामिल होना जारी है। हमारे देश में स्वास्थ्य नीतियों को बनाने वाले लोगों द्वारा इस क्षेत्र की अत्यधिक अनदेखी की जाती है।

अब वक्त आ गया है कि चिकित्सा विशेषज्ञ, अकादमियों, नीति निर्माताओं, सामाजिक और चिकित्सा अनुसंधानकर्ताओं और गैर सरकारी संस्थाओं को यह अनुभव करना चाहिए कि चिकित्सा सहायता प्रदान करना एक व्यक्ति का कार्य नहीं है अपितु एक दलीय कार्य है जिसमें चिकित्सक, नर्सें, अन्य चिकित्सा कर्मचारी और सामाजिक कार्यकर्ताओं को शामिल किया जाना चाहिए। देश में 1000 मिलियन लोगों के होने का अर्थ यह नहीं है कि उनमें से कुछ लोगों को चिकित्सीय प्रयोगशाला में 'गुयाना सुअरो' की तरह इस्तेमाल किया जाए।

चिकित्सा कार्यों में सामाजिक कार्य व्यक्ति के सम्मान की धारणा पर आधारित होता है। उपचार की आवश्यकता वाले रोगी के लिए अनेक समस्याएँ होती हैं जो व्यक्तियों के रोग पर प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से प्रभाव डाल सकती है। इन समस्याओं को रोगी के शारीरिक, मनोवैज्ञानिक, आर्थिक सामाजिक और परिवेश संदर्भों में विभाजित किया जा सकता है।

सामाजिक और शारीरिक परेशानी

यह सत्य है कि चिकित्सा की आवश्यकता वाले रोगी को वास्तव में कुछ शारीरिक समस्या ही होती है। शारीरिक समस्या का व्यक्ति के दिमाग पर स्वत: प्रभाव पड़ता है और वे भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक रूप से अशांत हो जाते हैं। ये मानसिक विकृतियाँ रोगी की आर्थिक, सामाजिक और वातावरण पक्षों के आधार पर और भी दुखदायी हो सकती है। भारत जैसे देश में जहाँ अत्यधिक आबादी गरीबी की रेखा से नीचे रहते हैं वहाँ रोगियों की आर्थिक कठिनाइयाँ सर्वविदित है। प्राय: हमारे देश में अधिकांश लोगों को उचित रूप से संतोषजनक नर्सिंग होम या अस्पताल जाने के लिए मीलों दूर जाना पड़ता है। हमारे नीति निर्माताओं की ऊपर से नीचे की तरफ विचाराधारा के कारण अधिकांश लोग उपयुक्त इलाज प्राप्त करने में समर्थ नहीं होते और जहाँ 80 प्रतिशत चिकित्सा सेवाएँ केवल शहरों में उपलब्ध है तथा केवल 25 प्रतिशत लोगों की आवश्यकता पूर्ति करती है। देश में मुश्किल से 20 प्रतिशत चिकित्सा सेवाएँ गाँवों में रहने वाले 75 प्रतिशत लोगों के लिए है। इसके अतिरिक्त हम अपने लोगों की सामाजिक आर्थिक दशाओं से भी परिचित है जिन्हें उचित रूप से खाना, कपड़ा और आश्रय उपलब्ध नहीं होता ।

चिकित्सक को सहायता प्रदान करना

गरीब, विकृत सामाजिक संबंधों और गरीब सामाजिक वातावरण में रहने वाले व्यक्ति अनेक प्रकार के रोगों के लिए दो गुणा लक्ष्य होते हैं। रोगी के इन हालातों को समझने और उसकी उपचार एवं देखभाल की आवश्यकता को समझने के लिए सामाजिक कार्यकर्ता जो विशिष्ट रूप से प्रशिक्षित होता है, इसके लिए सही व्यक्ति होता है। उपचार प्रक्रिया में सामाजिक कार्यकर्ता व्यक्ति का उसके परिवार, सामाजिक रूप से रहने की दशा तथा आर्थिक हैसियत के संबंध में अध्ययन करता है। इस उपचार प्रक्रिया को लिए बहुत महत्वपूर्ण है। सामाजिक कार्यकर्ता सभी संबंधित सूचनाएँ चिकित्सक को प्रेषित करता है जो रोगी के उपचार में इन सब बातों पर विचार करता है।

चिकित्सा दल का समन्वय करना

सामाजिक कार्य करता संपूर्ण चिकित्सा दल का समन्वय करने में सहायता करता है। वह रोगी को चिकित्सक द्वारा निर्धारित उपचार स्वीकार करने के लिए तैयार करता है। कुछ मामलों विशेषकर एस टी डीज/ एच आई वी/ एड्स जैसे मामलों मं सामाजिक कार्यकर्ता कुछ प्रयोगशाला परीक्षणों की आवश्यकता के बारे में रोगी को बताता है। एड्स के लिए परीक्षण कराने के निर्णय में सामाजिक कार्यकर्ता के परामर्श की आवश्यकता होती है। कई मामलों में परीक्षण का परिणाम सामाजिक कार्यकर्ता प्राप्त करता है तथा रोगी को पहुँचता है। वर्तमान स्थिति में एड्स का कोई उपचार न होने के कारण सकारात्मक परीक्षण परिणाम का अर्थ मृत्यु दण्ड होता है। ग्राहक, उसके परिजन तथा संबंधियों को परीक्षण परिणाम जानने के लिए मानसिक रूप से तैयार रहने की आवश्यकता होती है। भारत में किसी सामाजिक कार्यकर्ता द्वारा एड्स के मामले को संभालना बड़ा कठोर काय है क्योंकि एड्स संप्रेषण के मार्ग मादक द्रव्य और लैंगिक क्रिया से जुड़े होने से इसके साथ परंपराएँ जुड़ी है। यद्यपि एच आई वी दूसरे साधनों जैसे रक्त चढ़ाने या एड्स रोगी को लगाए गए इंजेक्शन की संक्रमित सूई का इस्तेमाल करने से भी हो सकता है। हमारे देश में जनता को सही तथा पूरी सूचना देने के लिए चलाए जा रहे सार्वजनकि जागरूकता कार्यक्रम असफल हो गए हैं। इसलिए अधिकांश लोग यही मानते हैं कि एड्स केवल लैंगिक क्रियाओं के म.ध्यम से ही फैलता है।

हमारे देश में विद्यमान सामाजिक संरचना में किसी एड्स रोगी की देखभाल तथा पुनर्वास के लिए उसके अपने परिवार के अलावा और कोई विकल्प नहीं है फिर भी एच आई वी/एड्स वाहक रिपोर्टें जो उनके एच आई वी स्थिति को उजागर करती है। चारों ओर से तिरस्कार ही दिलाती है। ऐसी स्थिति में स्वास्थ्य देखभाल दल से या गैर सरकारी संगठन से कोई सामाजिक कार्यकर्ता ही एच आई वी/एड्स रोगियों की सहायता करने आ सकता है ।

एच आई वी संक्रमित व्यक्तियों को देखभाल एवं भावात्मक सहारे की आवश्यकता होती है। अपनी विशेषज्ञ पृष्ठभूमि के कारण एक सामाजिक कार्यकर्ता एच आई वी/एड्स सहायता समूहों का संगठन करने में सक्षम होता है। सामाजिक सामूहिक कार्य पद्धति के कारण सामाजिक कार्यकर्ता एच आई वी से पीड़ित व्यक्तियों को अपनी चिंताए बांटने, भावात्मक सहारा प्राप्त करने तथा सृजनात्मक, शैक्षिक और मनोरंजन गतिविधियों जैसे सार्थक कार्यों में व्यस्त रहने योग्य बना देता है।

सामाजिक कार्य पद्धतियाँ

सामाजिक कार्य की गतिविधियों को 6 श्रेणियों में विभाजित किया जा सकता है : (क) सामाजिक रोगी कार्य, (ख) सामाजिक समूह कार्य, (ग) सामुदायिक संगठन, (घ) सामाजिक कार्रवाई, (ड.) सामाजिक कार्य अनुसंधान और (च) सामाजिक कल्याण कार्यान्वयन।

प्रथम दो श्रेणियाँ, सामाजिक रोगी कार्य और सामाजिक समूह कार्य एच आई वी/एड्स रोगियों की आवश्यकताएँ पूरी करने के लिए प्रदान की जाने वाले सहायता में अत्यधिक प्रयोग की जाती है। ये दोनों पद्धतियाँ उन कार्यक्रमों को आयोजित करती है जिनका पीड़ित व्यक्तियों से सीधा संबंध है। फिर भी दूसरी पद्धतियाँ जैसे सामुदायिक संगठन, सामाजिक कार्रवाई, सामाजिक कार्य अनुसंधान और सामाजिक कल्याण कार्यान्वयन सामाजिक एजेंसियों को सामाजिक रोगी कार्य और समूह कार्य सेवाएँ स्थापित करने, जारी रखने तथा संचालित के लिए प्रयोग की जाती है।

अब हम इन पद्धतियों की परिभाषा देखें तथा संक्षिप्त चर्चा करें कि हमारे देश में एच आई वी/ एड्स विस्तार की रोकथाम एवं नियंत्रण प्रक्रिया में कितनी व्यावहारिकता है और एच

आई वी/ एड्स की समस्या वाले व्यक्तियों, समूहों और समाजों को सहायता प्रदाना करने में उनका किस प्रकार सर्वोत्तम प्रयोग किया जा सकता है ।

क) रोगी कार्य

"सामाजिक रोगी कार्य को उस कला के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जो विभिन्न लोगों की सहायता से उन्हीं के लिए विभिन्न कार्य करना जानती हो ताकि उनके एवं समाज के लिए एक ही समय एक साथ कुछ अच्छा प्राप्त किया जा सके'' (रिकामोंड) गोर्डन हैमिल्टन के अनुसार "सामाजिक रोगी कार्य का उद्देश्य व्यावहारिक सेवाओं को तथा परामर्श को इस प्रकार लागू करना कि रोगी की समस्या के समाधान में सेवाओं का उपयोग करने में उसे शामिल करने के लिए उसकी मानसिक ऊर्जा पैदा की जाए तथा संतुलन रखा जाए। फ्रैउलेडर के शब्दों में, "सामाजिक रोगी कार्य एक ऐसी पद्धति है जो परामर्श के द्वारा रोगी को बेहतर सामाजिक संबंध बनाने और सामाजिक समायोजन करने में सहायता प्रदान करती है जिससे वह संतोषजनक उपयोगी जीवन व्यतीत कर सकता है।''

विशिष्ट रूप से प्रशिक्षित सामाजिक कार्यकर्ता एच आई वी संक्रमित व्यक्ति की पीड़ा को समझ सकता है तथा सामाजिक रोगी कार्य परामर्श के द्वारा उसे समस्या का मुकाबला करने में सक्षम बनाता है। सामाजिक कार्य की यह पद्धति अभी भारत में आरंभिक अवस्था में ही है। जिन लोगों से सामाजिक रोगी कार्य परामर्श की आवश्यकता है उनकी संख्या तथा समस्याओं की संख्या अत्यधिक है। फिर भी, हमारे देश में प्रशिक्षित सामाजिक कार्यकर्ता सीमित संख्या में है और वे भी गैर चिकित्सीय क्षेत्रों में कार्यरत है। वास्तव में प्रत्येक अस्पताल में भर्ती रोगियों के लिए एक प्रशिक्षित सामाजिक कार्यकर्ता होना चाहिए। प्रत्येक 10 बिस्तरों पर एक सामाजिक कार्यकर्ता होना चाहिए। लेकिन देश वास्तविक स्थिति इससे बहुत परे है। देश में सर्वाधिक संपन्न चिकित्सीय संस्थाओं में भी विभिन्न विभागों में सामाजिक कार्यकर्ता नहीं है। इसका एक प्रमुख कारण यह है कि चिकित्सा कालेजों में इससे संबंधित पाठ्यक्रम में व्यवहार विज्ञानों से पर्याप्त मात्रा में विषय सामग्री उपलब्ध नहीं है। इससे देश में चिकित्सा सेवा प्रणाली पर बुरा असर पड़ता है। जहाँ अधिकांश चिकित्सक अपनी सेवाएँ प्रदान करते समय मानवीय भावनाएँ, दृष्टिकोण तथा विचारधाराएँ प्रकट करने में असफल रहते हैं।

ख) समूह कार्य

समूह कार्य को प्रो. टरेकर्स इस प्रकार परिभाषित करते हैं, "यह एक ऐसी पद्धति है जिसमें कार्यकर्ता सामाजिक व्यवस्थाओं में व्यक्तियों की सहायता करता है और कार्यक्रम उनके परस्पर संपर्क को मार्गदर्शन प्रदान करता है। इस प्रकार व्यक्ति वैयक्तिक, सामूहिक और सामुदायिक विकास के उद्देश्य हेतु अपनी आवश्यकताओं और क्षमताओं को अनुसार दूसरों के साथ जुड़ सकते हैं तथा उन्नति अवसरों को जान सकते हैं।'' समूह कार्य एक गतिविधि है "जो लोगों के आध्यात्मिक, भावात्मक और शारीरिक विकास के लिए तथा समूह के वांछित उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिए समूह की गतिविधियों में भाग लेते हैं। (फ्रेडलेंडर) इंसान अकेला नहीं रह सकता। उन्हें आदान-प्रदान करने वाले संबंधों की आवश्यकता रहती है। विशेष रूप से आवश्यकता के समय इनकी और भी आवश्यकता पड़ती है। वर्तमान संदर्भ में एच आई वी संक्रमित व्यक्तियों को समूह की सहायता की बहुत आवश्यकता होती है। यूरोप, यू एस ए तथा अफ्रीकी देशों में एच आई वी सहायता समूह एक दूसरे की चिंताएँ बाँटने में अद्भुत कार्य कर रहे हैं।

एक एच आई वी सहायता समूहों में समूह का कार्य एच आई वी संक्रमित व्यक्ति को केन्द्र में रखता है, यह समूह एक मंच होता है जहाँ एच आई वी/ एड्स रोगी मुक्त होकर अपना वर्णन करते हैं, समस्याएँ बाटते हैं और एक दूसरे की सहायता करते हैं। सामाजिक

कार्यकर्ता जो एच आई वी सहायता समूह को संगठित करने का एक साधन है, समूह की कार्य प्रणाली का मार्गदर्शन करता है। एच आई वी सहायता समूह किसी सामाजिक एजेंसी के अंतर्गत या अस्पताल के अंतर्गत या अन्य संस्था के अंतर्गत अथवा अनौपचारिक समूह व्यवस्था के अंतर्गत कार्य करते हैं। एच आई वी संक्रमित व्यक्ति का अपने शेष बचे जीवन के प्रति धारणा में परिवर्तन करना सामाजिक रोगी कार्य परामर्श के माध्यम की अपेक्षा समूह व्यवस्था में आसान होता है। सामाजिक रोगी कार्य प्रणाली एच आई वी संक्रमित व्यक्ति को उत्पन्न परिस्थितियों में एच आई वी के साथ सार्थक जीवन बिताने के लिए एच आई वी सहायता समूह में शामिल होने के लिए तैयार करती है।

ग) सामुदायिक संगठन

मिल्डरेड बेरी कहते हैं, "सामाजिक कार्य में सामुदायिक संगठन, सामुदायिक संसाधनों, और सामुदायिक कल्याणकारी जरूरतों के मध्य एक अधिक प्रभावशाली प्रगतिशील समायोजन पैदा करने और बनाए रखने की प्रक्रिया है। यह समायोजन विशेषज्ञ सामाजिक कार्यकर्ता और समाज में व्यक्तियों और समूहों की भागीदारी के माध्यम से प्राप्त किया जाता है। इसमें कार्य की योजना बनाने, लागू करने और समस्या समाधान के लिए प्रयत्न करना शामिल है।" फ्रैडलेण्डर के अनुसार "सामुदायिक संगठन सी समाज या बड़ी इकाई की स्वास्थ्य और कल्याणकारी कार्यों की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए सामाजिक सेवाओं की योजना बनाने और विकसित करने की प्रक्रिया है।" किसी सार्थक विकास के लिए समाज को संगठित करने में पहला कदम है। इसमें समाज को मानसिक रूप से तैयार करने के लिए प्रयास किया जाना चाहिए।

जब हम एच आई वी/एड्स और व्यसन मुक्ति सेवाओं के लिए सामुदायिक संगठनों की बात करते है तो इस प्रक्रिया का एक आवश्यक अंग है कि उनके समाज में एड्स के द्वारा आने वाली विपत्ति के बारे में असंतोष या भय पैदा करना चाहिए। देश में पहले ही जन-जागरण अभियान चल रहा है। लेकिन लोगों में व्यापक रूप से यह भ्रम भी फैला हुआ है कि एड्स/ एच आई वी लोगों को संक्रमित करने वाला रोग नहीं है। एक सामाजिक कार्यकर्ता जिसे रोगी कार्य और समूह कार्यप्रणाली के माध्यम से लोगों और समूहों को संभालने का अनुभव होता है, एड्स के प्रसार की रोकथाम एवं नियंत्रण के लिए किसी समाज को लोगों को आवश्यक कार्य के बारे में अवगत करा सकता है। जन जागरण अभियान कार्यक्रम को सामाजिक कार्यकर्ता द्वारा सार्थक रूप से लागू किया जा सकता है क्योंकि वह समाज विशेष के लोगों की भाषा तथा नब्ज को भली प्रकार जानता है।

सामुदायिक संगठनकर्ता समाज में लोगों के बीच असंतोष पैदा कर समाज में कार्य समूहों के गठन में मार्गदर्शन प्रदान करता है। सामाजिक कार्यकर्ता ग्रामीण क्षेत्रों में लोगों को एड्स के बारे में विदित करने में आने वाली मुख्य बाधाओं जैसे धार्मिक विश्वास, सामाजिक परंपराएँ, सांस्कृतिक मूल्य, परिवार का नकारात्मक रूख, समाज में उपलब्ध संप्रेषण साधनों की कमी से अच्छी तरह वाकिफ होता है। इन बाधाओं को दूर करने के लिए एड्स शिक्षा कार्यक्रमों समाज-दर-समाज के आधार पर विशेष लक्ष्य रखना चाहिए। स्थानीय निवासियों में से सामुदायिक नेताओं को भर्ती करना एक महत्वपूर्ण नीति ही जिससे अद्वितीय और नवीन कार्यक्रमों का विकास होता है। किसी समाज में सफलतापूर्वक परिणामोंमुखी जागरण अभियानों को लागू करने के लिए सामाजिक कार्य सबसे श्रेष्ठ व्यक्ति होते हैं।

घ) सामाजिक कार्य कार्यान्वयन

सामाजिक कल्याण कार्यान्वयन किसी सामाजिक कल्याण एजेंसी की योजना बनाने, संगठित करने तथा गतिविधियों को निर्देशित करने की प्रक्रिया है। इसी प्रक्रिया के द्वारा हम वांछित

उद्देश्यों को प्राप्त करने तथा सामाजिक नीतियों को क्रियात्मक रूप देने के लिए हम विशिष्ट क्षमताओं को लागू करते हैं। एच आई वी/एड्स रोगियों को सेवाएँ प्रदान करने के लिए सामाजिक संस्थाओं को बड़ी जिम्मेदारी उठानी पड़ती है। चूँकि एच आई वी/ एड्स/ एस टी रोग एवं मादक द्रव्यों का दुरुपयोग बहुत संवेदनशील विषय है इसलिए इनसे संबंधित किसी भी क्षेत्र में कार्यक्रम संभालने वाली संस्था को सेवा प्रदाय प्रणाली संभालने के लिए सामाजिक कार्यकर्ताओं को विशिष्ट रूप से प्रशिक्षित करना चाहिए।

ड.) सामाजिक कार्य अनुसंधान

सामाजिक अनुसंधान काय का अर्थ है किसी सामाजिक समस्या व्यवस्थित, संवेदनशील की तथा सावधानीपूर्वक जाँच करना। इसमें उस विषय से संबंधित अन्य सूचनाओं को प्राप्त करने के लिए प्रयत्न करने की प्रक्रिया भी शामिल है। सामाजिक कार्य अनुसंधान के निष्कर्ष, समाज विशेष की आवश्यकताओं के आधार पर सामाजिक कार्यकर्ता, संस्था तथा नीति निर्माताओं को प्रभावी योजना कार्यक्रम बनाने में सक्षम बनाते हैं।

एच आई वी/ एड्स के किसी कार्यक्रम को प्रभावशाली ढंग से लागू करने के लिए सामाजिक कार्य अनुसंधान दूसरे वैज्ञानिक एवं चिकित्सा अनुसंधान कार्यों की तरह ही महत्वपूर्ण है। एच आई वी/ एड्स से संबंधित जुड़े विषय व्यक्तियों, समूहों तथा समाजों के लिए बहुत संवेदनशील होते हैं। इन सामाजिक विषयों का मूल्यांकन करने, सबसे अधिक पीड़ित या संभावित लोगों की पहचान करने तथा समाज को स्वीकार्य और प्रभावशाली कार्य योजना का सुझाव देने के लिए सामाजिक कार्यकर्ता सबसे अधिक उपयुक्त व्यक्ति होता है।

च) सामाजिक कार्रवाई

सामाजिक कार्रवाई सार्वजनिक समस्याओं के समाधान का एक संगठित प्रयास है। इसमें किसी न किसी रूप में जनता का दबाव रहता है। समाज में उचित और प्रभावशाली ढंग से कार्य न करने वाली सामाजिक और आर्थिक संस्थाओं में सामाजिक रूप से स्वीकार्य परिवर्तनों या संशोधनों को करने के लिए जनमत को सक्रिय करना या दबाव बनाना कानूनन वैध गतिविधि है। हेलन विटमर के अनुसार, "सामाजिक कार्रवाई का अर्थ है सामाजिक रूप से स्वीकार्य वांछित उद्देश्यों को पूरा करने के लिए जनमत को, विधान पालिका और सार्वजनिक प्रशासन को सक्रिय करने के लिए संगठित और कानून सम्मत तरीके से की गई गतिविधियां।"

चूँकि अधिकांशत: एच आई वी संक्रमण अंतरंग व्यवहार के माध्यम से संप्रेषित होता है इसलिए स्वास्थ्य सेवाएँ ऐसे उच्च जोखिम भरे व्यवहार समूहों तक अपनी सेवाएँ पहुँचाने में कठिनाई महसूस करती हैं। यदि सरकारी और गैर सरकारी संगठनों में प्रभावशाली कार्य संबंध है तो वे विशिष्ट रूप से प्रशिक्षित अपने सामाजिक कार्यकर्ताओं के माध्यम से (पी टी एस डब्ल्यू) इस अंतराल को पाट सकते हैं।

जीवन के हर क्षेत्र में एच आई वी की संक्रमण का अनियंत्रित एवं निरंतर प्रसार होने से एड्स संबंधी समस्याओं को सुलझाने के लिए एच आई वी संबंधी परामर्श और मार्गदर्शन आवश्यक हो गया है। पश्चिमी देशों से भिन्न हमारे देश अधिकांश लोगों में इस विचार के लिए (एच आई वी) परामर्श और मार्गदर्शन प्राप्त करना वर्जित माना जाता है। यह उचित ज्ञान के अभाव में और गलत सूचनाओं के कारण होता है। भारत में बहुत से लोग किसी समस्या के लिए मनोवैज्ञानिक या मनोचिकित्सक से सलाह करने को उसके पागल होने से जोड़ते हैं।

कहते हैं न से देर भली। शायद हम नई शुरुआत करने की आवश्यकता है जहाँ हमारे देश में एच आई वी/ एड्स से संबंधित विषयों को संभालने के लिए पर्याप्त सीमा तक विशिष्ट रूप से प्रशिक्षित सामाजिक कार्यकर्ताओं को शामिल किया जाए।

बोध प्रश्न 3

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

ख) इस इकाई के अंत में दिए उत्तरों से अपने उत्तरों का मिलान कीजिए।

1. सामाजिक रोगी कार्य को परिभाषित करें ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4.7 सारांश

मानसिक रोगियों के लिए कार्य करने वाले विशेषज्ञों की कई विभिन्न श्रेणियाँ हैं। इन सबमें मनोचिकित्सक सबसे महत्वपूर्ण है जिसके पास चिकित्सा उपाधि होती है, तथा वह स्वास्थ्य आधारित विकृतियों का निदान और उपचार कर सकता है। महत्व के क्रम में फिर मनोवैज्ञानिक है क्योंकि अधिकांश विकृतियों में विभिन्न सीमाओं तक परामर्श की आवश्यकता होती है। अन्य विशेषज्ञ भी कुछ सीमा तक अपना योगदान करते हैं। विशिष्ट रूप से प्रशिक्षित सामाजिक कार्यकर्ता अपनी सेवाएँ प्रदान कर सकते हैं विशेषत: सामाजिक और भावात्मक सहारा प्रदान कर सकते हैं।

ये विशेषत: विश्वविद्यालयों, अस्पतालों और गैर सरकारी संस्थाओं में प्रशिक्षण प्राप्त करते हैं तथा चिकित्सालयों, नर्सिंग होमों, अस्पतालों, कल्याणकारी संस्थाओं, शैक्षणिक और व्यावसायिक संस्थाओं तथा अन्य निजी और सरकारी संस्थाओं में कार्य करते हैं।

भारत में सामान्य परामर्शकों की बहुत आवश्यकता है क्योंकि देश की आबादी की जरूरतों को पूरा करने के लिए मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों की संख्या बहुत कम है। सामान्य (अप्रशिक्षित) परामर्शक समस्या समाधान और संदर्भ प्रदान करने के लिए सुरक्षा की प्रथम पंक्ति के रूप में, विभिन्न संस्थाओं में मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों की सहायता करने के लिए तथा ऐसी विकृतियों के लिए जिसमें परामर्श या पुनर्वास महत्वपूर्ण आवश्यकता है, कार्य कर सकते हैं।

4.8 शब्दावली

मनोचिकित्सक : मनोरोग विज्ञान में स्नातकोत्तर उपाधि रखने वाले एलोपैथी के चिकित्सक।

मनोवैज्ञानिक : व्यवहार का विशेष अध्ययन करने वाला व्यक्ति।

चिकित्सीय मनोवैज्ञानिक: वह मनोवैज्ञानिक जो मानसिक रोगियों की जाँच करने और परामर्श देने का विशेषज्ञ है।

पुनर्वास : वह प्रक्रिया जिसके द्वारा मानसिक रोगियों को परिवार और समाज में पुन: समायोजित करने में सहायता प्रदान की जाती है।

सामाजिक कार्यकर्ता : विशिष्ट रूप से प्रशिक्षित व्यक्ति जो लोगों को अपनी सहायता अपने आप करने में सहायता प्रदान करते हैं।

4.9 कुछ उपयोगी पुस्तकें

फ्रेडलेंडर, वाल्टर ए : *"कंसेप्ट और मैथडस ऑफ सोसियल वर्क"*, प्रिंटस हॉल ऑफ इंडिया, नई दिल्ली।

रिचमोंड, एम. ई. : *"द लोंग व्यू"* (पिपर्स एंड एड्रेस)

हैमिल्टन, जी. : *"थ्योरी एंड प्रैक्टिस ऑफ सोसियल केस वर्क"*

टरेकर, एच. बी. : *सोसियल ग्रुप वर्क, प्रिंसिपल एंड प्रैक्टिस*

मिलड्रेड, बैरी : *"कोम्युनिटी ऑर्गेनाइजेशन प्रोसेस"*, (सोसल वर्क जर्नल - अक्टूबर 1950)

हेलेन, विटमर : *सोसयल वर्क : एन एनालिसिस ऑफ ए सोसयल इंस्टिच्युसन।*

4.10 बोध प्रश्नों के उत्तर

बोध प्रश्न 1

1. **मनोचिकित्सक कौन होता है?**
   एक मनोचिकित्सक मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ होता है जिसके पास मूलत: ऐलोपैथी चिकित्सा की उपाधि होता है तथा मनोरोग विज्ञान में स्नातकोत्तर उपाधि होती है।

2. **मनोवैज्ञानिक कौन होता है?**
   मनोवैज्ञानिक वह व्यक्ति होता है जो व्यवहार विज्ञान में अध्ययन करता है। चिकित्सीय मनोवैज्ञानिक मानसिक रोगियों की जाँच और परामर्श में विशेषज्ञ होता है।

3. **भारत में सामान्य (अप्रशिक्षित) परामर्शकों की अधिक आवश्यकता क्यों है?**
   भारत में सामान्य परामर्शकों की अधिक आवश्यकता इसलिए है कि यहाँ की जनसंख्या की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं पूरा करने के मनोचिकित्सक, मनोवैज्ञानिक तथा दूसरे स्वास्थ्य विशेषज्ञ कम है। सामान्य परामर्शक मानसिक रोगों में प्रथम पंक्ति के रूप में, रोगी को उपयुक्त मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ के पास भेजने का कार्य कर सकते हैं। ये मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों की उनके कार्य में सहायता कर सकते हैं। ये मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों की उनके कार्य में सहायता कर सकते हैं। अंत में, सामान्य परामर्शक ऐसे असंख्य छोटे-मोटे रोगियों को संभाल सकते हैं जिनमें परामर्श ही मुख्य आवश्यकता हो।

बोध प्रश्न 2

1. ऐसी किसी एक स्थिति का संक्षिप्त वर्णन करें जिसमें सामान्य परामर्शक अपनी सेवाएँ प्रदान कर सकता है?

पुनर्वास : अनेक प्रकार की मानसिक विकृतियों वाले रोगियों को अपने परिवार और समाज में पुन: शामिल होने की आवश्यकता होती है। अपने परिवार में लौटने से पूर्व इस उद्देश्य के लिए उन्हें सामाजिक निपुणता, प्रशिक्षण, आत्म सहायता निपुणता प्रशिक्षण, व्यावसायिक प्रशिक्षण, डे-केयर, या हॉफ वे होम में व्यवस्थित देखभाल की आवश्यकता हो सकती है। मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों के लिए इनका निरीक्षण करना अनिवार्य है। ऐसी परिस्थितियों में सामान्य परामर्शक महत्वपूर्ण रूप से सहायता कर सकते हैं।

बोध प्रश्न 3

1. सामाजिक रोगी कार्य की परिभाषा दीजिए।

"सामाजिक रोगी कार्य को उस कला के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जो एक ही समय एक साथ विभिन्न लोगों और समाज के लिए अच्छा कार्य करने के लिए विभिन्न लोगों की सहायता कर उनके साथ विभिन्न कार्य करती है।'' रियमोंड गोर्डन हैमिल्टन के अनुसार, "रोगी कार्य का उद्देश्य व्यावहारिक सेवाओं और परामर्श को उस प्रकार लागू करना है जिसमें रोगी की समस्या समाधान को लिए सेवाओं के प्रयोग में उसे शामिल करने हेतु उसके कार्यों से मानसिक ऊर्जा को पैदा किया जाए तथा बनाए रखा जाए। फ्रेडलैंडर के शब्दों में, "सामाजिक रोगी कार्य एक पद्धति है जो परामर्श के द्वारा रोगी की संतोषजनक और उपयोगी जीवनयापन को लिए बेहतर सामाजिक रिश्ते और सामाजिक सामंजस्य स्थापित करने में सहायता करती है।''

NOTES