

পরামর্শদান প্রক্রিয়াকে সুষ্ঠুভাবে পরিচালনা করতে হলে নিম্নলিখিত ধাপগুলির মধ্যে দিয়ে অগ্রসর হতে হবে; এ বিষয়ে পরামর্শদাতাদের কোনো দ্বিমত নেই। সেই ধাপগুলি হল—

1. সম্পর্ক স্থাপন (Establishing relationship),
2. সমস্যা চিহ্নিতকরণ ও বিশ্লেষণ (Identification and analysis of problem),
3. সমস্যা-সমাধানের পরিকল্পনা (Planning for solving the problem),
4. সমাধানের প্রয়োগ ও সমাপ্তি ঘোষণা (Application and termination of problem)।

- 1 সম্পর্কস্থাপন (Establishing relationship) :** এই পর্যায়ে পারস্পরিক সাহচর্য ও তথ্যের আদানপ্রদানের মাধ্যমে কাউন্সেলিং প্রক্রিয়া চলতে থাকে। অর্থাৎ, পারস্পরিক বিশ্বাস, সম্মান ও অবাধ মতামতের ওপর ভিত্তি করে পরামর্শদান প্রক্রিয়া অগ্রসর হয়। তাই সর্বপ্রথম পরামর্শদাতা পরামর্শগ্রহীতার সঙ্গে আন্তরিক সম্পর্কস্থাপনে উদ্যোগী হন।
- 2 সমস্যা চিহ্নিতকরণ ও বিশ্লেষণ (Identification and analysis of problem) :** পরামর্শগ্রহীতার সঙ্গে সুসম্পর্কস্থাপনের পর দ্বিতীয় পর্যায়ে পরামর্শদাতা পরামর্শগ্রহীতার সমস্যাটির ব্যাপারে আলাপ-আলোচনা করতে থাকেন। এই পর্যায়ে পরামর্শদাতা সমস্যাটির প্রকৃতি বা স্বরূপ নির্ণয় করার চেষ্টা করেন। তার জন্য তাঁকে বিভিন্ন প্রশ্নের সাহায্য নিতে হয়। পরামর্শগ্রহীতার স্বীকারোক্তির পরিপ্রেক্ষিতে সমস্যাটি নির্ণয় করা সহজতর হয়।

সমস্যার প্রকৃতি নির্ণয় করার পর সেটির সমাধানকল্পে বিভিন্ন দিক থেকে সমস্যাটিকে বিশ্লেষণ করা হয়। এর পরিপ্রেক্ষিতে বেশ কিছু তথ্যসংগ্রহ করাও প্রয়োজন হয়। এই স্তরে পরামর্শগ্রহীতার ভূমিকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।
- 3 সমস্যা-সমাধানের পরিকল্পনা (Planning for solving the problem) :** এই পর্যায়ে পরামর্শদাতা ও পরামর্শগ্রহীতা উভয়েই সমস্যা সমাধানের জন্য পরিকল্পনা গ্রহণ করতে বন্ধপরিকর হন। সমস্যার প্রকৃতি বিশ্লেষণের পর উভয়ের আলোচনার মাধ্যমে কতকগুলি সমাধানসূত্র গৃহীত হয়। এরপর ওইসব

সমাধানসূত্রগুলির বাস্তব প্রয়োগের ব্যাপারে পর্যালোচনা করা হয়। কিছু কিছু সমাধানসূত্রের প্রয়োগ পরামর্শগ্রহীতার কাছে কঠিন মনে হতে পারে এবং কিছু সমাধানসূত্র বাস্তবে প্রয়োগ একেবারেই অসম্ভব বোধ হবে। এইজন্য ওইসব সম্ভাব্য সমাধানসূত্রগুলিকে তাদের প্রায়োগিক সুবিধা অনুযায়ী সহজতম থেকে কঠিনতম ক্রমপর্যায়ে সাজানো হবে এবং 'ভুল ও প্রচেষ্টা'র (error and trial) মাধ্যমে সবচেয়ে সহজ সমাধানসূত্রটি গৃহীত হবে।

- 4 সমাধানের প্রয়োগ ও সমাপ্তি ঘোষণা (Application and termination of problem): এই পর্যায়ে পরামর্শগ্রহীতা সমাধানসূত্রটি তার সমস্যা সমাধানে প্রয়োগ করবে এবং সমস্যা থেকে নিষ্কৃতি পাবে। সমাধানসূত্র প্রয়োগের পর সমস্যাটি নির্মূল না হলে পরামর্শগ্রহীতাকে আবার পরামর্শদাতার সাহায্য নিতে হবে। যদি পরামর্শগ্রহীতার জীবন থেকে সমস্যাটি নির্মূল হয়ে যায়, তাহলে পরামর্শদাতা অবশ্যই পরামর্শদান প্রক্রিয়ার সমাপ্তি ঘোষণা করবেন।