संवेदनशील पुरुष
जिम्मेदार नागरिक

जेण्डर समानता व नेतृत्व विकास पर पुरुषों के साथ
प्रशिक्षण हेतू मार्गदर्शिका

तकनीकी योगदान : सतीष कुमार सिंह, महेन्द्र

वित्तीय योगदान : सहयोग लखनउ, द्वारा इन्स्टीट्यूटो प्रोमुण्डो, ब्राजील

प्रकाषक :
सेन्टर फॉर हेल्थ एंड सोषल जस्टिस
बेसमेंट ऑफ यंग वुमेन होस्टल नं.–2
एवेन्यू– 21, जी ब्लॉक, साकेत,
नई दिल्ली – 110017
वेबसाइट : **www.chsj.org**

सीमित वितरण हेतू

विषय–सूचि

मैनुअल की पृष्ठभूमि व आधार 5

जेण्डर

सेक्स और जेण्डर 9
जेण्डर और काम 12
जीवन चक्र में जेण्डर भेदभाव 16
जेण्डरगत व्यवस्था एंव उसके परिणाम 20
जेण्डर और पुरुष 24

मर्दानगी

मर्दानगी की खोज 28
मर्दानगी की संरचना को प्रभावित करने वाले घटक 30
घौसपूर्ण मर्दानगी व हिंसा व हिंसा का सम्बन्ध 32

सामाजिक रिष्ते और सत्ता

समता समानता व मानव आधिकार (विषेष हस्तक्षेप सकारात्मक दखल) 35
भारतीय संविधान एंव परिवर्तन की दिषाऐं– भारतीय संविधान की उद्देषिका 39
सामाजिक संरचना और सत्ता की संकल्पनाऐं व स्त्रोत मौलिक अधिकार 42

हिंसा

हिसां की समझ, हिसां के प्रकार एवं व्यापकता 46
हिंसा का असर 53
हिंसा के कारण एवं सत्ता सम्बन्ध 57
मुखरता, गुस्सा व हिंसा 64

स्वास्थ्य

पुरूषों का स्वास्थ्य 67
जेण्डर, प्रजनक व यौनिक स्वास्थ्य 70
महिलाओ के प्रजनन स्वास्थ्य एवं पुरूषों की जिम्मेवारी 73

विषय–सूची

पुरुषः देखभाल, भावनाएं बांटना, लालन–पालन करने वाला

भले पुरुष की जय जय हो। 75

पुरुष : देखभाल, भावनाएं बांटना लालन–पालन करने वाला 77

लैंगिकता

जेण्डर व लैंगिकता 80

लैंगिकता से जुड़े मिथक और भ्रम 84

मिथक एवं भ्रम का स्वयं एवं पार्टनर पर असर (भय, चिन्ता, भ्रम) 86

यौनिकता 88

लैंगिकता व सामाजिक दायित्व सरकारी नीतियों को समझना 90

नेतृत्व विकास प्रशिक्षण

सत्ता व जेण्डरगत सम्बंधो को समझना 93

सामाजिक न्याय विष्लेषण 97

समूह और सामाजिक बदलाव 99

नेतृत्व की विषेषताएं 101

स्वनेतृत्व का विष्लेषण 109

समूह में संचार 111

समुदाय में भाषण 114

समूह संचार 115

व्यक्तिगत संचार 117

आन्दोलन एवं गठबंधन निर्माण 120

दस्तावेजीकरण 122

व्यक्तिगत व सामूहिक सीख तथा कार्य नियोजन 124

मैनुअल की पृष्ठभूमि व आधार

मैनुअल के बारे में :

अलग–अलग स्तर पर पुरूषों के साथ जेण्डर समानता, महिला हिंसा, मर्दानगी, यौनिकता व लैगिंकता आदि विभिन्न मुद्दो पर काम करते हुए यह महसूस किया गया कि युवाओं के साथ अलग तथा विषेष प्रकार की पहल करने की जरूरत है। 18 वर्ष की उम्र पूरी करने के बाद यह माना जाता है कि युवा मानसिक तौर पर परिपक्व हो जाता है तथा वह भविष्य की जिम्मेदारियां उठाने के लिए सक्षम है। इस दौरान उसका अपने पियर ग्रुप के साथ–साथ अन्य सामाजिक, आर्थिक व राजनैतिक दायरा भी बढ़ता जाता है जहां वह विष्लेषणात्मक रूप से नई–नई जानकारियों को सीखने व दूसरों को सिखाने में समर्थ्य होता है। इसके बावजूद पुरूषों खासकर युवाओं को अपनी भावनाओं को व्यक्त करने तथा यौन स्वास्थ्य, लालन–पालन व देखरेख आदि बातों से दूर रखा जाता है। कई बार ऐसी भी स्थिति आती हैं जहां वे सही जानकारी व मार्गदर्षन न मिलने के कारण भ्रमित हो जाते हैं। हमारे समाज में पितृसत्तात्मक व्यवस्था युवाओं को वाहक के रूप में, वर्तमान व्यवस्थाओं को आगे बढ़ाने हेतु मदद करती है परिणामस्वरूप सामाजिक असमानता हमेषा नया रूप धारण करती जाती है। मसलन युवाओं के साथ लिंग–भेद, महिलाओं पर हिंसा, मर्दानगी, षारीरिक बदलाव, यौन स्वास्थ्य, पार्टनर के साथ रिष्ते व पितृत्व की समझ आदि ऐसे मुद्दे हैं जिन पर उनके साथ अधिकारगत सोच के साथ काम करने की जरूरत महसूस होती रही है। राष्ट्रीय व अर्न्तराष्ट्रीय स्तर पर युवाओं के साथ इन विषयों पर काम करने वाले अनुभवषील लोगों के साथ कई बार विचार–विमर्ष किया गया। जिसके बाद कुछ साथियों ने पुरूषों खासकर युवाओं को दृष्टिगत रखते हुए इस मैनुअल को लिखने का निर्णय लिया है।

सहभागी षिक्षण पद्धति पर आधारित इस मैनुअल में सामूहिक षैक्षणिक क्रिया–कलापों, समूह चर्चा, षैक्षणिक खेल, फिल्म चर्चा, रोल प्ले तथा अभ्यास सत्रों आदि का समायोजन किया गया है, जिससे स्वं तथा सामाजिक बदलाव हेतु व्यक्तिगत व संस्थागत पहल षुरू होगी।

मैनुअल बनाने का उद्देष्य :– यह मैनुअल इस सोच पर आधारित है कि युवा व वयस्क समाज में व्याप्त लैगिंक असमानता, लड़कियों व महिला. ओं के साथ हो रही हिंसा, मर्दानगी के वर्तमान सामाजिक ढांचे की स्वीकृति व यौनिकता/लैगिंकता के बारे में व्याप्त गलत सामाजिक धारणाओं, सामाजिक सम्बंधों की सत्तात्मक ताने–बाने तथा पुरूषों के पितृत्व गुणों के सामाजिक प्रतिबन्धों पर सकारात्मक समझ बन पायेगी। जिससे पुरूष सभी के समान अवसरों, पहचान व अधिकारों के प्रति अधिक संवेदनषील व जवाबदेह बनेगें। इस प्रकार इस मैनुअल का मुख्य उद्देष्य

युवाओं व पुरूषों के साथ काम करने वाले लोगों को एक बेहतर व उपयोगी संसाधन सामग्री के रूप में मदद करना है।

मैनुअल को बनाने का तरीका :– यह मैनुअल युवाओं व वयस्कों के साथ विभिन्न स्तरों पर आयोजित की गई कार्यषालाओं व प्रषिक्षणों के बाद उनके सोच, व्यवहार व मानसिकता में आये सकारात्मक बदलावों को देखने के बाद बनाया गया है। पुरूषों के साथ लगातार जारी प्रषिक्षक प्रषिक्षण के अनुभवों को बांटते हुए इस मैनुअल में युवाओं के लिए कुछ खास विधियॉ व अभ्यास, जो उपयोग में लाये जाते हैं उन अनुभवों को आपस में बांटा गया। जिन लक्ष्यो व उद्देष्यों को पूरा करने के लिए यह मैनुअल तैयार किया गया है उस दिषा में प्रत्येक साथी ने अपनी सफलताओं व चुनौतियों को जोड़ते हुए इस मैनुअल को लिखने व पूरा करने की जिम्मेदारी निभाई। फील्ड स्तर पर विभिन्न कार्यषालाओं तथा अभ्यास सत्रों आदि में युवाओं व वयस्कों से मिले सुझावों व अनुभवों को जोड़ते हुए इस मैनुअल को सरल भाषा में तथा व्यवहारिक अभ्यास गतिविधियों को जोड़ते हुए अंतिम स्वरूप दिया गया है। मैनुअल की विषय वस्तु सामाजिक न्याय व समता के मूल सिद्धान्तो पर आधारित है जिसमें पुरूष केन्द्रित प्रक्रिया को जोड़ा गया है।

मैनुअल में षामिल विषय :– इस मैनुअल में प्रमुख रूप से छः विषयों– जेण्डर, मर्दानगी, यौनिकता/लैगिंकता, हिंसा, सामाजिक सम्बन्ध/सत्ता व पुरूषः देखभाल, भावनाएं बांटना, लालन–पालन करने वाला, को षामिल करते हुए विभिन्न अभ्यास सत्रों में विभाजित किया गया है। मैनुअल में विषय के आधार पर प्रत्येक सत्र के उद्देष्य, अपनाई जाने वाली पद्धति, ल क्ष्य समूह, गतिविधि व स्थापित किये जाने वाले विषय के सार को जोड़ा गया है। प्रत्येक अभ्यास सत्र के दौरान प्रतिभागियों के साथ पूछे जा सकने वाले संभावित प्रष्नो व उसके संभावित उत्तरों का प्रारूप तथा प्रषिक्षकों के लिए हैंडआउट नोट दिया गया है।

मैनुअल का उपयोग :– इस मैनुअल को इस्तेमाल करने के लिए जरूरी है कि उपयोगकर्ता को षामिल किये गये विषयों की जानकारी व समझ के साथ–साथ युवाओं तथा वयस्कों के मुद्दो के प्रति संवेदनषील और अधिकार आधारित प्रक्रिया की समझ हो। उपयोगकर्ता का खुद के लिंग, मर्दानगी, यौनिकता/लैगिंकता, सामाजिक सम्बंधों का एक बुनियादी आधार होना चाहिये तथा स्वं बदलाव के व्यवहारिक पहलुओं, अनुभवों, चुनौतियों आदि को दूसरों के साथ सहज तरीके से रख सकें। उपयोगकर्ता के लिए यह भी जरूरी है कि वह दूसरों के अनुभवों को सम्मानजनक तरीके से स्वीकारने व इस पर काम करने की रूचि रखता हो। इस प्रकार ऐसे पुरूष खासकर सामाजिक कार्यकर्ता, अध्यापक, पंचायतों के प्रतिनिधि जो जेण्डर समानता, मर्दानगी, यौनिकता/लैगिंकता, पुरूष देखभाल व लिंग आधारित हिंसा के मुद्दो पर युवाओं व वयस्कों के साथ काम करते हैं, वे इसका प्रयोग कर सकते हैं। प्रषिक्षक इस मैनुअल को अपने उद्देष्यों के

अनुसार विभिन्न चरणों में तय सत्रो के अनुसार या क्रमबद्ध तरीके से इस्तेमाल कर सकते हैं।

जेण्डर

सत्र :

- सेक्स और जेण्डर
- जेण्डर और काम
- जीवन चक्र में जेण्डर भेदभाव
- जेण्डरगत व्यवस्था एंव उसके परिणाम
- जेण्डर और पुरुष

सत्र 1 : सेक्स और जेण्डर

उद्देष्यः सत्र के अन्त में प्रतिभागी सेक्स और जेण्डर मे अन्तर को समझ पायेगें।

पद्धतिः गेम, फ्री लिस्टिंग

समयः 60 मिनट

साम्रगीः चिट, पेपर, चार्ट, मार्कर

गतिविधि

- प्रतिभागियों को जोडे में बाटें। जोडे में कहे की एक महिला बने व एक पुरुष तय कर लें। (पुरुष को पगड़ी व महिला को बिन्दी पहननी है)
- प्रषिक्षक दो तरह के चिट बना ले (तीस प्रतिभागी में 22 X और 8 Y हो या प्रतिभागियों की संख्या के अनुसार 2/3 X व 1/3 Y चिट बनायें)
- प्रतिभागियों से कहें कि पर्ची को तब तक न खोले जब तक प्रषिक्षक न कहे।
- प्रषिक्षक X वाली 15 चिटों को बीच में रखकर हर जोड़े से एक व्यक्ति को बुलाए (जो महिला बनी है) उसके बाद बाकी बची पर्ची को बीच में रखकर जोड़े से दूसरे व्यक्ति को बुलाए (जो पुरुष बना है।)
- प्रषिक्षक जोड़े से कहे कि अपनी पर्ची का मिलान कर लें याद रहे दूसरे समूह को पता न चले कि आप के पास क्या है।

  प्रषिक्षक कहे कि आपके घर में एक षिषु ने जन्म लिया है। जिनके पास XX पर्ची आया है वहां लड़की ने जन्म लिया है। और जिनके पास XY पर्ची है वहां लड़का जन्मा है।
- प्रषिक्षक कहे कि अब हर जोड़े को बिना बोले हुए समाज को बताना है कि उनके घर में क्या हुआ है। आपको चित्र बनाकर समाज को दिखाना है कि आपके घर क्या हुआ है। इसके लिए पांच मिनट का समय दें।

- जब जोड़ा अपने चित्र दिखायेंगे तब बाकी प्रतिभागियों (समाज) को बताना है कि उनके घर में क्या हुआ है? कैसे कह रहे हैं कि लड़का है या लड़की?
- प्रषिक्षक बाकी प्रतिभागियों द्वारा बताई जा रही पहचान को निम्न खाके में डाले–

  नोट– ध्यान रहे 'प्राकृतिक' व 'सामाजिक'षब्द बिन्दु 10 में चर्चा के बाद में लिखें।
- इस क्रम को बाकी बचे सभी जोड़ों के साथ करें।
- अब प्रतिभागियों से पूछें कि यहां कितने तरह की पहचान दिख रही है। प्रषिक्षक उन्हें मदद करें।

प्राकृतिक		सामाजिक	
लड़की	लड़का	लड़की	लड़का

- प्रषिक्षक प्रतिभागियों को बताऐ कि जो समाज द्वारा महिला पुरुष की पहचान दी गई है वह जेण्डर है और जो पहचान प्रकृति/कुदरती है, वह सेक्स है।
- प्रषिक्षक निम्न फ्रेम प्रतिभागियों को स्पष्ट करें –

सेक्स	जेण्डर
• प्रकृति प्रदत्त है। • यह सार्वभौमिक है सभी जगह एक जैसा • यह बदला नही जा सकता। • यह श्रेणीबद्धता नहीं बनाता।	• समाज द्वारा बनाया गया है। • यह स्थान, समय, देषकाल परिस्थिति के अनुसार बदलता है। • यह परिवर्तनीय है, बदल सकता है। बदला जा सकता है। • यह श्रेणीबद्धता बनाता है। • सांस्कृतिक व परिवेष आधारित।

☞ युवाओं के साथ बनी जानकारी व समझ को स्पष्ट करने के लिए निम्न उदाहरणों को लेकर चर्चा की जा सकती है कि क्या जेण्डर है और क्या सेक्स –

- सारे आटो चालक पुरूष हैं।
- औसतन महिला की लम्बाई पुरूष की अपेक्षा कम होती है।
- औरत ही बच्चें को दूध पिला सकती है।
- सारी आंगनबाड़ी कार्यकर्ता महिलाएं हैं।
- गृह विज्ञान लड़कियों को पढ़ना चाहिये।
- माहवारी के पहने कपड़े बाहर नही सुखाना चाहिये।
- लड़की की ना में भी हां होती है।
- लड़के मजबूत व लड़की कमजोर होती है।
- लड़की के बाल लम्बें व लड़के के छोटे होते हैं।

सत्र 2 : जेण्डर और काम

उद्देष्यः सत्र के अंत में प्रतिभागी जेण्डर और लिंग आधारित काम के बटवारे को समझेंगे
लिंग आधारित काम के विभाजन तथा उनमें होने वाली निर्णय प्रक्रिया में पुरुष व सभी की भूमिका को समझेंगे ।

पद्धतिः समूह कार्य व प्रस्तुतीकरण

समयः 90 मिनट

सामग्रीः चार्ट पेपर, मार्कर

गतिविधिः

अ. युवाओं के साथ

- युवाओं को दो ग्रुप में विभाजित करें।
- बोर्ड में एक्टीविटी क्लॉक/काम की घड़ी बनायें जिसमें सुबह 6 से 9, 9 से 12, 12 से 3, 3 से 6 इसी प्रकार से समय को विभाजित करें तथा प्रषिक्षक ग्रुप 1 को बताये कि लड़के सुबह छः बजे से रात सोने तक जो भी कार्य करते हैं उनकी सूची इस एक्टीविटी क्लॉक के अनुरुप समयानुसार बनाये।
- प्रषिक्षक ग्रुप 2 में ऐसे युवाओं को चयन करे जिनकी कोई अविवाहित बहन हो (हम उम्र या दो तीन साल छोटी या बड़ी)। इस ग्रुप को लड़कियां सुबह छः बजे से रात सोने तक जो भी कार्य करती हैं उनकी सूची इस एक्टीविटी क्लॉक के अनुरुप समयानुसार बनाने को कहें।
  नोट – इस समूह कार्य के लिए 30 मिनट का समय दें।

- बड़े समूह में दोनों ग्रुपों के प्रतिनिधियों द्वारा प्रस्तुतिकरण करने को कहें। दोनों समूहों के प्रस्तुतीकरण हो जाने के बाद निम्न सवालों के आधार पर चर्चा करें–
  - लड़के और लड़कियों के काम में क्या अन्तर आप देखते हैं?
  - घर के अन्दर या घर के बाहर के काम हम देखते हैं तो कौन, कहॉ पर काम करते हुए नजर आता है?
  - घर के अन्दर काम करने से लड़कियॉ किन अवसरों से वंचित रह जाती हैं?
  - घर के बाहर काम करने से/रहने से लड़कों को क्या अवसर प्राप्त होते हैं? तथा कौन से जोखिम वह उठाते हैं?

- क्या समाज में काम का विभाजन लिंग के आधार पर होता है? या कौषल के आधार पर। कौषल कहॉ से आता है?

    - क्या लडकियॉ/महिलायें काम का बोझ ज्यादा उठाती है?
    - क्या लड़कियों/महिलाओं को बगैर उनसे पूछे दिन भर कामों से जोड़ दिया जाता है?
    - क्या घर के कामों को जोड़कर लडकियों/महिलाओं को विकास के कई अवसरों से वंचित किया जाता है? घर के कामों में क्या–क्या जोखिम होता है?
    - घर के बाहर/सार्वजनिक स्थलों में लड़के ज्यादा नजर आते है किन्तु उसके साथ क्या कोई जोखिम जुड़े होते है?

प्रषिक्षक अब लड़कों से पूछे कि लड़कियों के एक्टिविटी घड़ी में दिखाये गये कौन–कौन से कामों को वह कर सकते हैं? और इसके लिए क्या–क्या तैयारियॉ करनी पड़ेगी?

ब. वयस्कों के साथ

पद्धति– समूह कार्य व प्रस्तुतीकरण
सामग्री– चार्ट पेपर, मार्कर
समय– 90 मिनट
गतिविधि–

- प्रतिभागियों को 4 समूह में बांटें। हर समूह के लिए निम्न सवाल दें–

    - ग्रुप 1 घर में किये जाने वाले कार्यों की सूचि बनाए।
    - ग्रुप 2 गॉव/समाज में किये जाने वाले कार्यों की सूची बनाए।
    - ग्रुप 3 कृषि में किये जाने वाले कार्यों की सूचि बनाए।
    - ग्रुप 4 सामाजिक सम्मान के लिए किये जाने वाले कार्यों की सूची बनाए।
- हर समूह को चार्ट पेपर व बोल्ड मार्कर दें। इस समूह कार्य के लिए 20 मिनट का समय दें। 20 मिनट के बाद सबको इकट्ठा बुलाएं और उनके बनाएं हुए कार्यों की सूची का प्रस्तुतीकरण करवायें।
- निम्नलिखित ढांचे के अनुसार कार्यों की सूची का विष्लेषण करें (यह ढांचा पहले तैयार रखें) (इन कार्यो को विष्लेषण के चार्ट में लिखने के लिए थोड़ा समय लें)

कार्य	कौन करता है?		कार्य का निर्णय कौन लेता है।		क्या, दाम मिलता है? (किसे?)	
	पु0	म0	पु0	म0	पु0	म0
घर के काम						
गॉव / समाज						
कृषि						
सामाजिक सम्मान के काम						

उपरोक्त ढांचे में प्रतिभागियों द्वारा निकाले गये कार्य आ जाने के बाद प्रतिभागियों से निम्न प्रष्न पूछें –

- घर के काम कौन ज्यादा कर रहे हैं? इन कार्यों का निर्णय कौन ले रहा है? क्या इन कामों का दाम मिलता है?
- अगर कहीं पर यह आता है कि महिलाओं को दाम मिलते हैं तो यह पूछें कि उन पैसों को खर्च कौन करता है? क्या वह खर्च कर पाती हैं?
- जब यही काम बाहर किये जाते हैं तो उसे कौन करता है? और क्या उसका दाम मिलता है?
- सामाजिक सम्मान वाले काम कौन करते हैं?, इन कार्यों का निर्णय कौन ले रहे हैं, और क्या इन कामों का कोई दाम मिलता है?
- अगर इन सामाजिक कामों का कोई दाम नहीं मिलता है, तो फिर पुरुष ही इन कामों को करते हुए क्यों दिख रहे हैं?
- कृषि संबंधित कार्यों का विभाजन भी लिंग आधारित होता है क्या? और कैसे?

-

- काम करने का निर्णय कौन करते हैं? क्या काम से मिलने वाला दाम (मूल्य) पुरुष और महिला के लिए समान है?
- जमीन की मालकीयत किसकी है? निर्णय कौन करते हैं? आर्थिक लाभ पर कौन कब्जा करते हैं?

सार : घर में किये जाने वाले कार्यों में महिलायें ज्यादा दिखती हैं किन्तु निर्णय प्रक्रिया में सीमित रुप से षामिल होती हैं। तथा महिलाओं द्वारा किये जाने वाले कार्यो का उन्हें कोई दाम नहीं मिलता। अगर यही काम घर के बाहर दाम दिलाते हैं तो उनमें पुरुषों को पाया जाता है। और जो दाम महिलाओं को मिलते हैं वह अपनी मर्जी से खर्च भी नहीं कर पाती हैं या करती भी हैं तो वह परिवार के लिए खर्च करती हैं।

प्रषिक्षक के लिए नोट–
सामाजिक कामों का कोई दाम नहीं मिलता है, तो फिर पुरुष इन कामों को करते हुए क्यों दिख रहे हैं? उदाहरण– समाज के काम, जाति पंचायत के काम, दण्ड देने का काम आदि सार्वजनिक काम जिनके उन्हें दाम नहीं मिलता पर सम्मान मिलता है तथा समाज में ऊंचा स्थान प्राप्त होता है। सामाजिक सम्मान के काम करने से उन्हें सत्ता भी हासिल होती है। इसलिए इन कामों को करते हुए पुरूष दिखाई देते हैं लेकिन महिलाओं को इन्हीं सार्वजनिक कामों से दूर रखा जाता है।

सत्र 3 : जीवन चक्र में जेण्डर भेदभाव

उद्देष्यः सत्र के अन्त में प्रतिभागी जीवन भर घटित/होने वाले जेण्डरगत भेदभाव व उसके प्रभाव को समझ पाएंगे।

पद्वतिः रोल प्ले, अभ्यास

लक्ष्य समूहः युवा/वयस्क

सामग्रीः चार्ट पेपर, मार्कर

समयः **90 मिनट**

अ. युवाओं के साथ

गतिविधिः

- प्रतिभागियों को 1–2–3 गिनती कर तीन समूह में विभाजित करें।
- इनमें से एक ग्रुप को निरीक्षक की भूमिका में रहना है तथा बाकी एक–एक समूह को लड़का और लड़की के समूह में बांटे।
- निरीक्षक समूह की भूमिका है कि वह रोल प्ले (बाकी दोनों समूहो द्वारा किए जाने वाले) को ध्यान से देखें।
- बाकि दोरोल प्ले करने वाले समूहों से कहें कि उन्हें रोल प्ले में निम्न बिन्दुओं को दर्षाना है –

  माहौल : परिवार, समाज, भूमिका
  बातचीत : परिवार, समाज, भूमिका
  व्यवहार : परिवार, समाज, भूमिका

- प्रषिक्षक लड़की वाले समूह में कहे कि उनके घर में लड़की जन्मी है व लड़के वाले समूह के से कहे कि उनके वहां लड़का जन्मा है।
- प्रषिक्षक दोनो रोल प्ले वाले समूह से कहें कि आपको एक स्टेज दी जायेगी, उसके आधार पर आपको अपना रोल प्ले (चर्चा कर) तैयार करना है।
- प्रत्येक रोल प्ले के बाद प्रषिक्षक निरीक्षक ग्रुप से पूछे कि –

  - क्या समाज में ऐसा ही होता है जैसा कि रोल प्ले में दिखाया गया?
  - आपको रोल प्ले में क्या–क्या नजर आया?
  - क्या इसके अलावा समाज में कुछ और तरह का भेदभाव भी होता है। (यह सवाल सभी समूहों से पूछें)

- प्रषिक्षक निम्न ढाचें में विभिन्न स्टेज में हो रहे रोल प्ले में हो रही चर्चा को समाहित करें।

स्टेज	लड़की		लड़का	
	क्या हो रहा था	असर/परिणाम	क्या हो रहा था	असर/परिणाम
बाल्यावस्था (0–13 साल)				
किषोरावस्था (14–18 साल)				
प्रौढ़ावस्था (19–50 साल)				
वृद्धावस्था (50 से ऊपर)				

- प्रषिक्षक उपरोक्त खांके में आये बिन्दुओं का विष्लेषण कर उसके असर को उजागर करें।

सार : भेदभाव का असर हमारे जीवन की हर बात पर पड़ता है। हमारी धारणाएं, सोच, बर्ताव, सभी इस भेदभाव से प्रभावित होते हैं। यह भेदभाव स्त्री और पुरुष दोनों के लिए हानिकारक है, पर इसका असर औरतों पर ज्यादा होता है। इसके कारण महिलाओं को कुपोषण, भ्रूण हत्या, पढ़ने के कम अवसर, मारपीट, हिंसा आदि समस्याओं का सामना करना पड़ता है। हिंसा को समाज स्वीकारता नहीं परन्तु भेदभाव मिटाये बिना हिंसा समाप्त नहीं हो सकती है।

ब. वयस्कों के साथ

समयः 90 मिनट
पद्धतिः चिन्तन
साम्रगीः हॉल

गतिविधि : प्रषिक्षक प्रतिभागियों से कहें कि सभी लोग आरामदायक स्थिति में बैठें और आपस में किसी का षरीर एक दूसरे से न छूं रहा हो।

निर्देषः सभी प्रतिभागियों से ध्यान पूर्वक प्रषिक्षक की बातें सुनकर, उस पर अमल करने को कहें।

- प्रतिभागियों से ऑखे बंद करने को कहें। 1, 2, 3, गिनती कर सांस लेने, सांस रोकने तथा सांस छोड़ने को कहें। इस क्रम में उन्हें धीरे–धीरे आत्म–चिन्तन की स्थिति ले जाए।
- यह सोचें की अगर हम ठीक विपरित लिंग के होते (लड़की/महिला होते) तो हमारी परिवार, समाज, षिक्षा, आर्थिक रुप से क्या स्थिति होती? जैसे–
  - क्या मेरे जन्म पर बन्दूके और पटाखे बजाएं जाते?
  - क्या मुझे षाम को घर के बाहर खेलने का मौका मिलता?
  - क्या मैं पढ़ाई के लिए षहर जा पाती?
  - क्या मुझे अपने भाई की तरह पढ़ने के लिए सुविधाएं मिलती?
  - क्या मैं अपनी मर्जी से अपने रिष्तेदारों के पास जा पाती?
  - क्या जब मैं बीमार पड़ती तो मेरा भाई या पिता मेरा सिर दबाते?
  - क्या मैं अकेले अपनी सहेली से मिलने उसके घर जा पाती?
  - क्या गांव में आयोजित मेले में जाने की अनुमति मिलती?
  - क्या इस कार्यषाला में आने की अनुमति मिलती?
  - क्या मैं पंचायत की बैठकों में षामिल हो पाती?
  - क्या बाजार से अपने लिए साईकिल खरीद पाती?
  - क्या मैं अपनी इच्छा से काम करने के लिए दूसरे षहर जा पाती?
  - क्या मैं अपनी सहेली से पैसे उधार मांग पाती?

- इसके बाद प्रतिभागियों से ऑखें खोलने को कहें तथा उन्हें रिलेक्स महसूस करने को कहें।
- प्रषिक्षक हर प्रतिभागी से अपने अनुभव को सबके सामने बॉटने को कहं।
- प्रषिक्षक निम्न खाके में प्रतिभागियों के अनुभव को समाहित करें। साथ ही उनके वर्तमान स्थिति को भी पूछें व समाहित करें।

स्थिति	परिवार में स्थिति	षैक्षणिक स्थिति	समाज में स्थिति	आर्थिक स्थिति
ठीक विपरीत लिंग का होने पर				
वर्तमान में				

- प्रषिक्षक उक्त खाके में प्रदर्षित भेदभाव का विष्लेषण करें।

सार : जेण्डर भेदभाव महिलाओं के साथ पूरे जीवन चक्र में घटित होता है। यह भेदभाव जहॉ एक और पुरुष को तमाम सुविधाओं के साथ आगे बढ़ाता है, वहीं दूसरी ओर महिलाओं को पीछे धकेलता है। जिसकी वजह से समाज में, उनकी दोयम् दर्जे की स्थिति बन जाती है।

सत्र 4 : जेण्डर गत व्यवस्था एंव उसके परिणाम

उद्देष्यः

- प्रतिभागी सामाजिक, आर्थिक, और राजनैतिक व्यवस्थाओं में जेण्डर धारणाओं को समझ पायेगे।
- जेण्डरगत व्यवस्थायें किस तरह से धारणाओं को बढ़ावा देती हैं, यह समझेंगे।

पद्धतिः समूह कार्य व प्रस्तुतीकरण
समयः 90 मिनट
साम्रगीः चार्ट पेपर, स्केच पेन

गतिविधिः

- प्रतिभागियों को यह बतायें कि इस सत्र में हम यह समझने की कोषिष करेंगेकि अलग–अलग व्यवस्थाओं में जेण्डर धारणायें कैसे काम करती हैं और उसके क्या परिणाम होते हैं ।
- प्रतिभागियों को चार समूहों में बॉटें (खेल–बोल भाई कितने.....आप बोलो जितने खेल कराकर समूह बांटेंगे)।
- प्रतिभागियों को यह बतायें कि वह अलग–अलग समूहों में व्यवस्थाओं के विभिन्न पहलुओं में महिला और पुरुष के बारे में जो जेण्डर अवधारणाएं है उनका विष्लेषण करेंगे।
- समूह एक को परिवार, समूह दो को षिक्षा, समूह नं0 तीन को कृषि व समूह नं0 चार को पंचायत व्यवस्था दें। समूह कार्य हेतु निम्न ढॉचा का उपयोग करने को कहें। समूह कार्य के लिए 30 मिनट का समय दें।

ग्रुप 1 – व्यवस्था : परिवार

धारणाऐं	लड़कों को कैसे तैयार करते हैं।	लड़कियों को कैसे तैयार करते हैं?	परिणाम	
			लड़कों पर	लड़कियों पर
लड़का कुल दीपक होता है, और लड़कियॉ पराया धन				

नोट– इसी तरह अन्य समूहों को उपरोक्त ढॉचे के आधार पर दी गई धारणाओं पर विष्लेषण करने को कहें।

ग्रुप 2 – व्यवस्था : षिक्षा

धारणा: लड़का परिवार चलाने वाला होता है और लड़कियॉ घर संभालने वाली होती हैं।

ग्रुप 3 – व्यवस्था : आर्थिक (कृषि काम)

धारणा: पुरुष कमाने वाला होता है क्योंकि वह ताकतवर होता है। महिलाऐं कमजोर होती हैं इसलिए घर चलाएं।

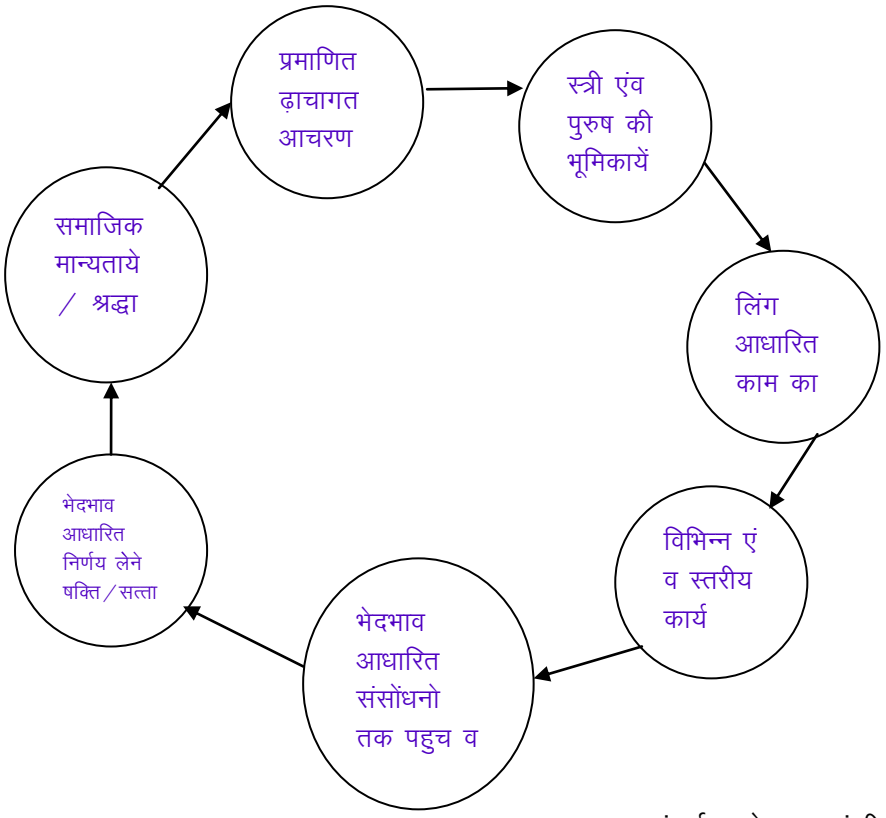
ग्रुप 4 – व्यवस्था : राजनैतिक (पंचायत)

धारणा: पुरुष दिमाग से काम करता है, महिलाऐं भावनाओं से काम करती हैं।

- हर समूह से प्रस्तुतिकरण करने को कहें। प्रस्तुतिकरण में इस बात पर प्रशिक्षक जोर दें कि जेण्डर धारणाएं

केवल धारणाएं नहीं रहती बल्कि यह पुरुष व महिलाओं के जिन्दगी पर किस तरह से परिणाम करती हैं।

- समूह कार्य के प्रस्तुतिकरण के बाद सभी प्रतिभागियों को यह बताएं कि अब हम जेण्डर आधारित व्यवस्था को एक चक्रिय रुप में समझने की कोषिष करेंगे। नीचे आकृति में दिए गए गोलों को अलग–अलग चार्ट/कार्ड पर लिखकर तैयार रखें।



संदर्भ : जेण्डर कुंजी

- प्रतिभागियों के 7 समूह बनायें। प्रत्येक समूह को आकृति से निकला गया एक कार्ड दें।
- समूह 1 को कोई भी एक महिला संबंधित जेण्डर धारणा चुनने को कहें। अगले समूह (समूह 2) को यह बताएं कि उस धारणा से जुड़े हुए आचरण को बताएं।
- इसी तरह हर अगला समूह अपने कार्ड के आधार पर अपनी बात रखते हुए खेल को आगे बढाए।

सार : जेण्डर के धारणाओं का पुरुष/स्त्री के जिन्दगी पर असर पड़ता है। इससे असमान सत्ता का निर्माण होता है। जिससे एक सत्ताधारी तो दूसरा सत्ताहीन बनता है। यह एक व्यवस्था की तरह काम करता है। इस चक्रिय प्रणाली में हर एक उपचक्र एक दूसरे को पालता और पनपाता है।

अगर हम चाहें तो इस व्यवस्था को बदल सकते हैं, परन्तु इसके लिए हमें व्यवस्था के हर उपचक्र को समझना होगा और हमें ध्यान रखना होगा कि इस चक्रिय प्रणाली की एक कड़ी टूट जाती है, तो सम्पूर्ण चक्र टूट सकता है।

सत्र 5 : जेण्डर एंव पुरुष

उद्देष्यः
जेण्डर व्यवस्था को बनाये रखने में पुरुषों की भूमिका को प्रतिभागी समझ पायेंगे
जेण्डर व्यवस्था का पुरुषों पर प्रभाव एंव उसें क्यों बनायें रखते हैं समझेंगे ।

पद्धतिः रोल प्ले या फड़

समयः 1 घण्टा (रोल प्ले) 45 मिनट फड़

गतिविधि –1

- फैसिलिटेटर प्रतिभागीयों को बतायेंगे कि हम लोग एक नाटक के माध्यम से पुरुषों की जेण्डरगत व्यवस्था में भूमिका व उसके प्रभाव को समझेंगे ।
- फैसिसिलेटर प्रतिभागियों के तीन समूह बनायें। प्रत्येक समूह को एक पर्ची दें और समूह को निर्देष दें कि पर्ची पर लिखे परिस्थिति को रोल प्ले के माध्यम से दिखायें। इस कार्य हेतु समूह को तैयारी के लिये 10 मिनट का समय तथा प्रस्तुतिकरण के लिये 3 मिनट का समय दें। (पर्ची : पर्ची एक – परिवार जिसमें महिला/पुरुष दैनिक जीवन की गतिविधियां कर रहे है, पर्ची दो – एक बाजार का दृष्य जिसमें कुछ लोग खरीद रहे हैं, कुछ लोग बेच रहे हैं, कुछ लोग मस्ती कर रहे हैं। पर्ची तीन – गॉव में पंचायत की खुली बैठक का दृष्य जिसमें विकास की योजना पर चर्चा हो रही है।)
- प्रषिक्षक फड़/रोल प्ले पर विष्लेषण कराने के लिए निम्न प्रष्न पूछेगा तथा चर्चा करायेगा
    - पुरुष किन–किन भूमिकाओं में था, परिवार, बाजार व पंचायत में।
    - पुरुष की इस भूमिका का महिला पर क्या असर पड़ता है। (सकारातमक/नकारात्मक)
    - पुरुष की इस भूमिका का पुरुष पर क्या असर पड़ता है। (यदि कुछ नकारात्मक नहीं निकल रहा है तो प्रषिक्षण समूह को और गहराई में सोचने के लिए प्रोत्साहित करें)

जैसे – **दबाव –**
- अच्छी कमाई/कमाने का
- संपत्ति पर नियंत्रण
- ससाधन पर नियंत्रण

- सुरक्षा प्रदान करना
- वंष चलाने का
- देष की सेवा
- परिवार का सम्मान
- समुदाय में निर्णय लेना

सार : पुरुषों को असफलताओं का सामना करने के लिए बचपन से तैयार नहीं किया जाता, इसी कारण बहुत सारे पुरुष असफल होने के डर के कारण तनाव महसूस करते हैं। अच्छे पुरुष बनने का दबाव हर वक्त पुरुष को रहता है। इस तनाव से मुक्ति पाने के लिए बहुत सारे पुरुष नषा या हिंसा का रास्ता अपनाते हैं। जिसमें अततः पुरुष को ही नुकसान होता है।

गतिविधि–2

पद्धति – समूह चर्चा व प्रस्तुतीकरण

आवष्यक सामग्री– चार्ट पेपर, मार्कर

समय – 60 मिनट

- प्रतिभागियों के दो समूह बनाए।
- पहले समूह को पुरूषों को मिलने वाली सुविधाएं तथा उसके असर/प्रभाव को लिखने के लिए कहें।
- इसी प्रकार दूसरे समूह को पुरूषों पर लगने वाली पाबंदियों और उसके असर/प्रभाव को लिखने के लिए कहें।
- इस कार्य के लिए प्रतिभागियों को 20 मिनट का समय दें।
- दोनों समूहों द्वारा निकाली गई बातों की सूची को दीवार में लगाते हुए निम्न सवालों की मदद से चर्चा करें।
    - क्या पुरूषों को मिलने वाली सुविधाएं और पाबंदियां बराबर हैं?
    - पुरूषों को मिलने वाली सुविधाएं किनसे मिलती हैं? और क्या वे इन सुविधाओं को कम करने के लिए तैयार हैं?
    - पुरूषों पर लगने वाली पाबंदियों के कारण क्या हैं? इन पाबंदियों को कैसे कम किया जा सकता है?

सार – वर्तमान सामाजिक व्यवस्था में पुरूषों को पाबंदियों की तुलना में बहुत सारी सुविधाएं प्राप्त हैं तथा जो पांबदिया दिख रही हैं वे भी कभी–कभी सुविधाएं भी प्रदान करती हैं। पुरूष अपनी सुविधाओं को बनाये रखना चाहते हैं क्योंकि इनसे उन्हें अनेक प्रकार की सुविधाएं व मौके मिल जाते हैं। पुरूष अपनी सुविधाओं को बनाये रखने के लिए कई बार मानसिक तनाव व भय की स्थिति में आ जाता है जिससे वह नषा, हिंसा आदि का सहारा लेने लगता है। इसी प्रकार पुरूषों पर पाबंदियों के पीछे अनेक सामाजिक कारण है जो पितृसत्तात्मक व्यवस्था में पुरूष होने के नाते हैं जिसका भी व्यापक दुष्परिणाम पुरूषों को ही उठाना पड़ता है। इसलिए यह जरूरी है कि इन प्रतिबन्धों को हटाया जाए लेकिन इसके लिए जरूरी है कि पुरूष अपनी कुछ सुविधाओं को छोड़े और इसकी षुरूआत बचपन से ही की जानी चाहिये। इस प्रक्रिया में षैक्षणिक संस्थानों की महत्वपूर्ण भूमिका हो सकती है।

मर्दानगी

सत्र

- मर्दानगी की खोज
- मर्दानगी की संरचना को प्रभावित करने वाले घटक
- घौसपूर्ण मर्दानगी व हिंसा व हिंसा का सम्बन्ध

सत्र 1 : मर्दानगियों की खोज

उद्देष्यः

- स्थानीय समाज में मर्दानगियों की विभिन्न संकल्पनाओं की खोज करना।
- इन संकल्पनाओं का बोझ/असर हम पर है या नहीं, इसकी जाँच करना।

पद्धतिः समूह कार्य, चर्चा

समयः 60 मिनट

सामग्रीः चार्ट पेपर, मार्कर, टेप, कैंची

गतिविधि –

- प्रषिक्षक सत्र की भूमिका बाँधते हुए कहें कि हम सभी लोग पुरुष बैठे हैं ।
- प्रतिभागियों को चार समूहों में विभाजित करें। दो समूहों को मर्द के षरीर का चित्र बनाना है और दो समूहों को मर्द के षरीर के विभिन्न अंगों में मर्दानगी की निषानियों को दर्षाना है।
- चारों चित्रों को दीवार में लगाकर प्रतिभागियों से उनमें तुलनात्मक बिन्दुओं पर चर्चा करवायें।

प्रतिभागियों से पूछें जाने वाले सवाल –

- क्या हम सभी इन चित्रों में फिट होते हैं? नहीं तो क्यों? इसकी सूची प्रषिक्षक बनायें और प्रतिभागियों को पढ़कर सुनायें।

- प्रषिक्षक पुनः प्रतिभागियों से प्रष्न करें कि क्या पुरुष में ये चारित्रिक गुण/विषेषताएं हमेषा मौजूद रहती हैं? या बदलती हुई दिखती हैं?

सार :– प्रषिक्षक इन दोनों तरह की धारणाओं पर चर्चा करते हुए स्थापित करे कि समाज में विभिन्न तरह की मर्दानगी की संकल्पनाएँ हैं। पुरुष या लड़का बनने के कोई एक रास्ते नहीं हैं और मर्दानगी से जुड़ी सत्ता का कोई एक ढाँचा नहीं है –

- नस्ल, धर्म, जाति, खूनी रिष्ते या भौगोलिक स्थिति
- लैंगिक पहचान, उदाहरण – समलैंगिक पुरुष, विषमलैंगिक पुरुष
- जीवन चक्रों में बदलाव उदाहरण – बच्चे, जवान, बूढ़े इत्यादि।
- विषेष परिस्थितियाँ उदाहरण– अपंगत्व, बीमारियाँ एच0आई0वी0 ग्रसित पुरुष, इत्यादि।
- सामाजिक संस्थाओं द्वारा बनाया गया स्वरूप उदाहरण– पंचायत, नेता, समुदाय के प्रमुख, न्याय पंचायत के नेता इत्यादि।
- आक्रामक, दबावपूर्ण और अन्य वैकल्पिक आधारों पर उदाहरण– गांव के दबंग, युवाओं के अनौपचारिक लीडर, पॉलीटिकिल लीडर, टीम के लीडर इत्यादि।
- एक ही व्यक्ति में मर्दानगी की अनुभूति बदलती रहती है।
- मर्दानगी का रिष्ता सत्ता से है।
- सत्ता के या सत्ताहीनता के अनुभव से मर्दानगी की अभिव्यक्ति बदलती रहती है।

सत्र : 2 मर्दानगी की संरचना को प्रभावित करने वाले घटक

उद्देष्य : सत्र के अन्त में प्रतिभागी समझ पायेंगें कि मर्दानगी की संरचना को प्रभावित करने वाले घटक कौन–कौन से हैं।

पद्धति : ब्रेन स्टार्मिंग, समूह चर्चा

समय : 60 मिनट

सामग्री : चार्ट पेपर, मार्कर, टेप, कैंची

गतिविधि –

- प्रषिक्षक प्रतिभागियों से पूछें कि हमारी मर्दानगी को बनाने में कौन–कौन से घटक/संस्थाये अहम भूमिका निभाती हैं।
- प्रतिभागियों से निकले उत्तर को प्रषिक्षक चार्ट/बोर्ड पर लिखे। सम्भावित जवाब– परिवार, स्कूल, लोककथा, खेलकूद, धर्म, दोस्त, मीडिया, बाजार, पंचायत, राज्य, राजनीति आदि।
- प्रतिभागियों को 5 समूह में बाँटें तथा प्रत्येक समूह को दो संस्था/ घटक पर निम्न प्रश्नों के आधार पर चर्चा करने को कहें
    - यह संस्था कैसे मर्दानगी की संरचना करती है?
    - किस तरह से सन्देष का प्रेषण डिमाण्ड/रेगुलरेट करती है?
- समूह चर्चा के लिए 20 मिनट का समय दें।
- प्रत्येक समूह को प्रस्तुति के लिए बुलायें। प्रस्तुति के उपरान्त दूसरे समूह के प्रतिभागी स्पष्टीकरण माँग सकते हैं या टिप्पणी कर सकते हैं या जोड़ने के लिए सुझाव दे सकते हैं।
- प्रतिभागियों को चर्चा के उपरान्त निकले तथ्यों पर व्यक्तिगत अनुभव या उदाहरण प्रस्तुत करने के लिए प्रेरित करें।

सार : इस प्रकार हम देखते हैं कि हमारे समाज में विभिन्न संस्थाएँ मर्दानगी के निर्माण में अहम् भूमिका निभाती हैं। ज्यादातर संस्थाओं का योगदान 'धौसपूर्ण मर्दानगी' तैयार करने में होता है तथा उसे दिखाने तथा सबसे ज्यादा स्वीकार्य बनाने में मदद करती हैं। यह संस्थायें दूसरे किस्म के मर्दानगियों को समाप्त करने या दोयम दर्जा दिलाने में भी काम करती हैं। इन संस्थाओं का मर्दानगी निर्माण में अपना अहम् हित होता है जैसे स्कूल/कालेज में संगठित मर्दानगी का खेल के लिए उपयोग, वैसे ही सेना का उपयोग जंग जीतने के लिए या अधिक से अधिक पुरुषों को सेना में भर्ती करनें के लिए।

सभी संस्थाएं अपनी–अपनी तरह से मर्दानगी की धारणाओं को बानाती हैं। कुछ संस्थाएं धौंसपूर्ण मर्दानगियों को ज्यादा प्रकाष में लाती हैं और समाज में मर्दानगी की धौंसपूर्ण छबि को ''हासिल करने'' के रुप में निर्माण करती है, जैसे आर्मी, पुलिस, मॉडर्न–मीडिया, राजनीति इत्यादि। कुछ संस्थायें Subordinate masculinities को जगह भी देती है।

पर सभी संस्थाएं मर्दानगी की धारणाओं को बनाने में योगदान देती हैं और उसे बनायें भी रखती है।

सत्ता संदर्भ में और विविध संस्थाओं के आपस में यह तय होना कि 'धौंसपूर्ण, मर्दानगी स्वीकारी जायेगी या नहीं, उसमें दोहरापन हो सकता है। 'धौसपूर्ण मर्दानगी' को आमतौर पर बुरा ही कहते है।

सत्र : 3 धौंसपूर्ण मर्दानगी व हिंसा का सम्बन्ध

उद्देष्यः सत्र के अन्त में प्रतिभागी धौंसपूर्ण मर्दानगी व हिंसा के सम्बन्ध को समझ पायेंगे।

पद्धतिः कहानी को पूरा करना, समूह चर्चा

समयः 60 मिनट

सामग्रीः कहानियों की परिस्थितियां (5)

गतिविधि –

- प्रतिभागियों को 5 समूहों में विभाजित करें। हर समूह को एक परिस्थिति देकर उनसे कहानी को आगे बढ़ाने को कहें। समूह कार्य के लिए 20 मिनट का समय दें।
- हर समूह को बारी–बारी से अपनी प्रस्तुति करने को बुलायें। प्रषिक्षक उस दौरान चार्ट पर हिंसा की अभिव्यक्ति व उसका असर क्या है, उसे अलग–अलग दो खाने में लिखे। यह प्रक्रिया सारे प्रस्तुतिकरण के दौरान करें।
- बड़े समूह के लिए चर्चा हेतु प्रषिक्षक निम्न प्रष्नों को रखें–
    - क्या ये परिस्थितियाँ वास्तविक हैं?
    - क्या ऐसी किसी घटना से आप गुजरे हैं?
    - क्या हम इसी तरह से प्रतिक्रिया करते हैं?
    - क्या ऐसा भी होता है कि ऐसी प्रतिक्रिया करने के बाद पछतावा हुआ हो?
    - हम ऐसी प्रतिक्रिया कर क्या साबित करना चाहते हैं और किस पर साबित करना चाहते है?

- क्या किसी को ऐसी कोई घटना याद है जिसका दुःखद अंत हुआ हो?

सार : अक्सर जब पुरुष–पुरुष से उलझ पड़ते हैं, उसके पीछे धौंसपूर्ण मर्दानगी की सोच हो सकती है। कई बार दुःख को सिद्ध करने के लिए हम यह रास्ता चुनते हैं। कई बार इस धौंसपूर्ण मर्दानगी की अभिव्यक्ति से खुद का नुकसान उठाना पड़ता है और स्वयं को खतरे में डाल देते हैं। बाद में कभी–कभी पछतावा भी होता है। स्वार्थवष ऐसा भी होता है कि कई बार मर्दानगी को सिद्ध करने के नाम पर पुरुष–पुरुष को उलझाया जाता है। (जातिगत, धार्मिक, सामाजिक घटना में युवा का उपयोग)

सामग्री :

परिस्थितियाँ

- ढ़ाबे में लड़कों का दो समूह/गैंग आमने–सामनें बैठे हैं। दोनों समूहों/गैग से एक–एक व्यक्ति की आंख टक्करा गई और बड़बड़ा रहे है. .....।
- रामपुर में क्रिकेट टूर्नामेन्ट हो रहा था, फाइनल मैच में रामपुर की टीम का मुकाबला जिस टीम से हो रहा था, वह जीत रही थी, क्योंकि रामपुर की टीम पर जीतने का दबाव था, इसलिए दूसरी टीम को लगा.....।
- गांव में पंचायत चुनाव के प्रचार में एक ही जगह पर दो प्रत्याषी एक ही समय पहुच गये.....।
- रामप्रसाद ने रात को अपने खेत में पानी लगाया था, सुबह उसने देखा कि लालू प्रसाद ने उसके खेत का पानी तोड़कर अपना खेत सींच लिया। अब नहर में पानी भी नहीं है.....।
- बस की खिड़की से मुलायम ने अपनी रूमाल सीट पर छोड़ दिया। बस के अन्दर आने पर उसने देखा राजनाथ बैठा है.....।

सामाजिक रिष्ते और सत्ता

सत्र

- समता समानता व मानव आधिकार (विषेष हस्तक्षेप सकारात्मक दखल)
- भारतीय संविधान एंव परिवर्तन की दिषाऐं– भारतीय संविधान की उद्देषिका।
- सामाजिक संरचना और सत्ता की संकल्पनाऐं व स्त्रोत मौलिक अधिकार

सत्र 1: समता समानता व मानव आधिकार

सत्र का उद्देश्य सत्र के उपरान्त प्रतिभागी समझ सकेंगे कि–

- भेदभाव के आधार तथा सामाजिक संस्थायें गैरबराबरी को कैसे बनाये र खती हैं।
- सत्ता संरचना किस तरह समाज में संचालित होती है तथा जाति, वर्ग व जेण्डर के द्वारा कैसे बनाये रखती है।

पद्धतिः खेल, चर्चा।

सामग्रीः प्रत्येक प्रतिभागी के लिये व्यक्तिगत पहचान पर्ची (अभ्यास 1. 1), प्रशिक्षक के लिए निर्देश शीट, बोर्ड/चार्ट, मार्कर तथा एक 100 फिट गुणा 50 फिट का बड़ा हाल या मैदान खेल के लिये।

चरण

- प्रतिभागियों को बतायें कि सभी एक खेल खेलने वाले हैं तथा उन्हें खेल की जगह ले जायें जो लगभग 100 फिट लम्बा तथा 50 फिट चौडा है। यहाँ प्रत्येक प्रतिभागी को व्यक्तिगत भूमिका की पर्ची बॉटें। प्रतिभागियों को बतायें कि अभी खेल के दौरान वे वही हैं जो उनके व्यक्तिगत भूमिका पर्ची पर लिखा है। कुछ लोग पुरूषों की भूमिका में हैं तथा कुछ महिलाओं की भूमिका में।
- सभी प्रतिभागियों को फील्ड या हाल के बीच में एक रेखा पर खड़े कराएं (50 फिट पर चिन्हित रेखा)। सबको बतायें कि फैसेलिटेटर द्वार पढ़े गये प्रत्येक वाक्य/स्टेटमेन्ट पर उन्हें अपना कदम आगे या पीछे लेना है, जो उनके अपने अनुभव के अनुसार दिए गए पर्ची का व्यक्ति कर सकता है या नहीं के आधार पर होगा। **खेल का उद्देश्य मैदान के अन्तिम छोर पर पहले पहुँचना है (जो 100 फिट पर चिन्हित किया गया है)।**
- आगे दिये गये निर्देश शीट से एक एक कर स्टेटमेन्ट पढना प्रारम्भ करें। प्रतिभागियों से उन्हें अपने कदम सोच कर बढ़ाने या पीछे हटाने के लिये पर्याप्त समय दें ।
- सभी स्टेटमेन्ट पढ़े जाने के बाद प्रतिभागियों से पूछें कि कौन विजयी है। वही विजयी होगा जो 100 फिट पर चिन्हित रेखा के सबसे नजदीक होगा।

- अभी जो व्यक्ति अन्तिम रेखा के सबसे नजदीक है (जीता है) से पूछें कि उनकी अपनी पहचान क्या है तथा वे कैसा **महसूस** करते हैं। फिर दूसरे से पूछें जो अन्तिम रेखा से सबसे दूर है (हारने वाला) उसकी पहचान क्या है तथा वे कैसा महसूस करते हैं। इसे बोर्ड पर लिख दें।

विजेता की अनुभूति	पहचान	हारने वाले की अनुभूति	पहचान

- प्रतिभागियों के जोड़े के बारे में पूंछे (महिला, पुरूष) कि प्रत्येक जोड़े के व्यक्ति कहॉ थे तथा प्रत्येक जोड़े से अभी कहॉ पर पहुँच गये हैं
- खेल के परिणाम पर विष्लेषण करें।

चर्चा के लिए सवाल –

- क्या सबके समान अवसर था?
- क्या सबको समान लाभ मिला ?
- किसे ज्यादा लाभ मिला, किसे कम?
- सबको समान लाभ क्यों नहीं मिला ?
- जिनको लाभ नहीं मिला उन्हें कैसा महसूस हो रहा है?
- जिनको ज्यादा लाभ मिला वे कैसा महसूस कर रहे है?

सारः सिर्फ समान अवसर देने से समान लाभ की गारंटी नहीं दी जा सकती क्योंकि हर एक व्यक्ति की क्षमता अलग–अलग है, और हर एक की अलग–अलग पृष्टिभूमि है। जैसेः उम्र, वर्ग, लिंग, षारीरिक बनावट, जाति।

यदि हम लाभ परिणाम मे समानता चाहते हैं तो हमें क्षमताओं के अनुसार अवसर व पहल करनी पड़ेगी। यदि ऐसा नहीं किया गया तो सदियों से चल रहे भेदभाव और मजबूत होते रहेगें और वंचित लोग गुस्से के कारण हिंसा का रास्ता अपना सकते है।

खेल के निर्देष–

1 यदि आप कक्षा 10 (हाई स्कूल) तक पढ़े हैं तो कृपया 2 कदम आगे बढायें, यदि नहीं तो 2 कदम पीछे ले जायें।

2 आपको 2000 रुपये व्यक्तिगत काम के लिये चाहिये और आप अपने पार्टनर से इस बारे मे पूछना नहीं चाहते। यदि आप बैंक से लोन ले सकते हैं तो 1 कदम आगे बढायें, यदि नहीं तो 1 कदम पीछे ले जायें।

3 यदि आप कम्प्यूटर पर काम करना जानते हैं, तो एक कदम आगे बढायें अन्यथा 1 कदम पीछे ले जायें।

4 अभी खबर फैली है कि शहर में दंगा हो गया है, आप घर के बाहर फंस गये है। यदि आप घर जाने में डर रहे हैं तो एक कदम पीछे ले जायें नही तो एक कदम आगे ले जायें।

5 आप बच्चे नही चाहते। यदि आप अपने पार्टनर को गर्भ निरोधक अपनाने हेतु मना सकते हैं तो 2 कदम आगे जायें, नहीं तो 2 कदम पीछे हटें।

6 कल रात में आपके मित्र के यहॉ सांस्कृतिक कार्यक्रम/पार्टी है। यदि आप अकेले जा सकते हैं तो एक कदम आगे ले जायें अन्यथा 1 कदम पीछे हटें।

7 यदि आपने कभी अपने पार्टनर पर हाथ उठाया है तो दो कदम आगे ले जायें अन्यथा 2 कदम पीछे हटें।

8 यदि आप रोज सुबह अखबार पढ़ते हैं तो 1 कदम आगे ले आयें अन्यथा एक कदम पीछे ले जायें।

9 दो पुरूष सड़क पर एक छोटी लड़की को डरा धमका रहे हैं आप देखते हैं और आपको अच्छा नहीं लग रहा है। यदि आप जाकर उन्हे रोक सकते हैं तो एक कदम आगे बढ़ायें अन्यथा 1 कदम पीछे हटायें।

10 आप गाना पसन्द करते हैं। यदि आप अपने सपनों को पूरा करने के लिये क्लास/कोचिंग में सीखने जा सकते हैं तो 1 कदम आगे, नहीं तो 1 कदम पीछे ले जायें।

11 आप बर्तन धोना पसन्द नही करते। ढेर सारे बर्तनों का ढेर धोने के लिये पड़ा है। यदि आप बर्तन नही धोयेंगें तो 1 कदम आगे जायें नही तो 1 कदम पीछे ले जायें।

12 आपके पिता की जल्दी ही मृत्यु हो गयी है। यदि आपको पुराने तरीके से संस्कार आदि करने की अनुमति मिल सकती है तो 2 कदम आगे बढायें, नहीं तो 2 कदम पीछे ले जायें।

13 आप को किसी काम से बाहर जाना पड़ा था तथा काम में आपने जितना सोचा था उससे ज्यादा समय लग गया। यदि आप सोचते हैं कि आपको रात में बाहर रहने की अनुमति मिल जायेगी तो आप एक कदम आगे बढ़ायें नही तो 1 कदम पीछे बढ़ायें।

14 यदि आप साइकिल चलाते हैं या कोई भी गाड़ी चलाते हैं काम के लिये या रोज आने जाने के लिये तो एक कदम आगे बढ़ायें, नहीं तो 1 कदम पीछे बढायें।

15 आपके घर के पास में ही एक आटोमोबाइल्स पार्ट बनाने की नयी फैक्ट्री खुली है, जिसमें लोगों को लिया जा रहा है यदि आप सोचते हैं कि आपको रोजगार मिल सकता है तो एक कदम आगे बढायें, नहीं तो 1 कदम पीछे ले जाये।

16 आप और आपके जीवन साथी (पार्टनर) ने एक शिशु पालने का निर्णय लिया है। आप लड़की गोद लेना चाहते हैं। यदि आप सोचते हैं कि यह सम्भव है तो एक कदम आगे बढायें, नहीं तो एक कदम पीछे ले जायें।

17 आपका पार्टनर मर गया है। यदि आप सोचते हैं कि आपको उसकी सम्पत्ति में हिस्सा मिलेगा तो एक कदम आगे बढ़ायें, नहीं तो एक कदम पीछे ले जायें।

चरण 2

- प्रतिभागियों से बड़े समूह में पूछ कर सूची बनाऐं। हमारे परिवार व समुदाय में लिंग के आधार पर देखें तो महिलाओं की क्या क्षमता है। और पुरुषों की क्या क्षमताऐं हैं।

	पुरुषों की क्षमताऐं		महिलाओ की क्षमताऐं
1		1	
2		2	
3		3	
4		4	

हम देखते है कि महिला व पुरुष में अलग–अलग क्षमताऐं हैं अतः एक प्रकार का अवसर देने से समान लाभ सुनिष्चित नहीं हो पाऐगा। समान लाभ दिलाने के लिए विषेष/सकारात्मक हस्तक्षेप की जरुरत पड़ेगी।

चरण 3

कौन से सकारात्मक दखल को कैसे लागू करेगें?

- परिवार
- समुदाय

उक्त अभ्यास को छोटे समूह में करेगें –

- चार समूह बनाए। प्रत्येक समूह में 8–10 प्रतिभागी हो सकते है।
- समूह नं0 1 व 2 परिवार पर काम करेगा
- समूह न0 3 व 4 समुदाय/गॉव पर काम करेगा।
- समूह को चर्चा करने के लिए 20 मिनट का समय दे।
- प्रत्येक समूह 5 मिनट में अपनी चर्चा को प्रस्तुत करेगें।

सार :

सकारात्मक पहल किये बिना समान लाभ नहीं दिये जा सकते इसीलिये संविधान में भी इसका प्रावधान किया गया है क्योंकि संविधान निर्माणकर्ता बहुत पहले ही समझ गए थे।

सत्र 2 :– भारतीय संविधान

उद्देष्यः प्रतिभागी समझेंगे कि संविधान किस तरह से षक्ति का स्त्रोत है

पद्वतिः रिफ्लेक्षन, पठन

समय : 60 मिनट

चरण

- प्रशिक्षक सत्र के बारे में बतायेगें कि संविधान का हमारे जीवन में क्या उपयोग है।
- प्रशिक्षक सभी प्रतिभागी से एक घटना के बारे में सोचने को कहें जिसमें उनके अधिकार का हनन हुआ है।
- प्रतिभागियों से उनके हनित अधिकार के बारे में बताने को कहें तथा सूची बनायें।
- प्रशिक्षक संविधान के उद्देषिका के समस्त षब्दों को समझाते हुए सार बांधें।

सार :

हम सभी व्यक्तियों का गरिमा के साथ जीवन जीने का अधिकार है। संविधान हमें सषक्त करता है कि अपने अधिकार पाने का जिन्हें हमारे पूर्वजों ने दिलाने का प्रयास किया चलो साथ मिलकर हिंसा घटाने लिए काम करें। हिंसा हमे गरिमा से वंचित रखता है जो इन्सानियत के खिलाफ है। इसलिए न हिंसा सहेगें ना ही दूसरों पर होने देगें।

प्रषिक्षक के लिए नोट–

संविधान का मुख्य उद्देष्य भारतीय जनता को निम्नलिखित अधिकार दिलाना है –

न्याय – सामाजिक, आर्थिक एवं राजनीतिक।

स्वतन्त्रता – विचार, मत, विष्वास तथा धर्म की।

समानता – पद एवं अवसर की।

बन्धुत्व – व्यक्ति की गरिमा और राष्ट्र की एकता के लिए।

एक ओर संविधान व्यक्ति के विकास के लिए अधिकारों को प्रदान करता है, वहां दूसरी ओर उसका लक्ष्य देष की एकता को अक्षुण्ण बनाये रखना भी है। स्वतन्त्रता, समानता और बन्धुत्व जिसे संविधान द्वारा भारतवासियों को प्रदान करने का प्रयास किया गया है, सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय का मुख्य लक्ष्य है।

भारतीय संविधान की प्रमुख विषेषताएँ–

विषालतम संविधान– भारतीय संविधान विष्व का सबसे बड़ा और विस्तृत संविधान है।

प्रभुत्वसम्पन्न, लोकतन्त्रात्मक, पंथ–निरपेक्ष, समाजवादी गणराज्य की स्थापना

संसदीय ढग की सरकार

मूल अधिकार– व्यक्ति के बहुमुखी विकास के लिए जिन अधिकारों का प्राप्त होना आवष्यक है, उन्हें हम मूल अधिकार कहते हैं। ये अधिकार ही व्यक्ति के विकास और उसकी स्वतन्त्रता की आधारषिला हैं।

राज्य के नीति–निदेषक तत्व – भारतीय संविधान के भाग 4 में कुछ ऐसे निदेषों का उल्लेख है जिन्हें पूरा करना राज्य का पवित्रतम कर्तव्य माना गया है। उन्हें राज्य के नीति–निदेषक तत्व कहा जाता है। लोककल्याण की उन्नति के हेतु राज्य ऐसी सामाजिक व्यवस्था करेगा जिसमें सामाजिक, आर्थिक तथा राजनैतिक न्याय की स्थापना पर बल दिया जायेगा। इसके अर्न्तगत मुख्य रूप से धन तथा उत्पादन के साधनों का न्यायोचित वितरण, बालकों के लिए निःषुल्क और अनिवार्य प्राथमिक षिक्षा, देष के लोगों के जीवन–स्तर को ऊंचा उठाना, कार्यपालिका तथा न्यायपालिका का पृथक्करण, अर्न्तराष्ट्रीय षान्ति और सुरक्षा का प्रयास, ग्राम पंचायतों का संगठन आदि षामिल है।

स्वतन्त्र न्यायपालिका

व्यस्क मताधिकार

एक नागरिकता– भारत का प्रत्येक नागरिक केवल भारत का नागरिक है न कि किसी प्रान्त का, जिसमें वह रहता है। फलतः प्रत्येक नागरिक को नागरिकता से उत्पन्न सभी अधिकार, विषेषाधिकार तथा उन्मुक्तियॉ समान रूप से प्राप्त हैं।

पंथ निरपेक्ष राज्य की स्थापना

नागरिकों के मूल्य कर्त्वय

केन्द्रोन्मुख संविधान– आपातकालीन परिस्थितियों में संविधान पूर्णतया एक एकात्मक संविधान का रूप धारण कर लेता है।

नम्यता तथा अनम्यता का अनोखा सम्मिश्रण– भारतीय संविधान लिखित संविधान है तथा देष की जनता की आवष्यकताओं के अनुसार समय–समय पर इसमें परिवर्तन किया जा सकता है।

संविधान की उद्देषिका – उद्देषिका में उन उद्देष्यों का उल्लेख किया जाता है जिनकी प्राप्ति के लिए कोई अधिनियम पारित किया जाता है।

उद्देषिका से लाभ – उद्देषिका निम्नलिखित उद्देष्यों की पूर्ति करती है–

- संविधान का स्रोत क्या है अर्थात भारत के लोग
- संविधान का उद्देष्य क्या है अर्थात इसमें उन महान् अधिकारों तथा स्वतन्त्रताओं की घोषणा की गई है जिन्हे भारत के लोगों ने सभी नागरिकों के लिए सुनिष्चित बनाने की इच्छा की थी।
- इसमें संविधान के प्रवर्तन की तिथि का उल्लेख है।

सत्र 3 :– सामाजिक संरचना

समाजिक सरंचना पर भारतीय संविधान में सकारात्मक दखल की जरुरत

उद्देष्यः

- प्रतिभागी सामाजिक संरचना को समझेगें।
- सामाजिक संरचना से सत्ता के स्रोत कैसे बनते है तथा उसके परिणामों को समझेंगें।
- षक्ति व सत्ता में अन्तर को समझेंगें।

पद्धतिः मैट्रिक्स पर अभ्यास

समयः 60 मिनट

चरण

- प्रशिक्षक सत्र के बारे में बताएगें कि–
  - समाज जाति व वर्ग के आधार पर अलग–अलग स्तरीकृत है।
  - सभी जाति व वर्ग में लिंग के आधार पर भी स्तरीकरण होता है।
  - हमें यह देखना है कि हमारे समाज/समुदाय में अलग–अलग लोगों के साथ किसके द्वारा किसके साथ भेदभाव किया जाता है। तथा इन भेदभाव के स्त्रोत क्या होते हैं।

- प्रशिक्षक बड़े समूह में प्रस्ताविक मैट्रिक्स पर डाटा एकत्र कर क्ष्लेषण करेगें–

किसके साथ	कौन करता हे	क्यों /स्त्रोत
1		जैसेः जानकारी, संस्था, संगठन
2		समर्थ, संसाधन पर नियंत्रण
3		

- **प्रशिक्षक विष्लेषण के लिए निम्न प्रष्न पूछें–**

  - **भेदभाव का असर क्या होता है?**

  सत्ता का उपयोग भेदभाव को मजबूत करने के लिए किया जा रहा है, जिसके द्वारा अपना फायदा देखा जाता है।

  - **क्या सत्ता का उपयोग भेदभाव को घटाने के लिए किया जा सकता है?**

  जब भेदभाव मिटाने, षोषण दूर करने न्याय दिलाने के लिए जिस ताकत का इस्तेमाल किया जाता है, उसे हम षक्ति कह सकते हैं, कहते है। षक्ति के द्वारा सषक्तिकरण की प्रक्रिया चलती है।

- **यदि पुरुष सत्ता का उपयोग महिला को दबाने के लिए करते हैं, तो क्या पुरुष षक्ति का उपयोग महिला के साथ भेदभाव को घटाने के लिए कर सकते हैं?**
- **क्या आप षक्ति का इस्तेमाल करने वाले बनना चाहेगें या सत्ता का इस्तेमाल करने वाले?**

षक्ति के स्त्रोत क्या होगें–

- देश का संविधान
- राष्ट्रीय कानून
- अर्न्तराष्ट्रीय मानव अधिकार घोषणाएं
- अर्न्तराष्ट्रीय मानव अधिकारों पर समझौता
- सूचना, जानकारी, ज्ञान
- संगठन

आप के पास इतनी सारी षक्तियों के स्रोत हैं जिसका इस्तेमाल आप महिला के ऊपर होने वाली हिंसा को रोकने के लिए कर सकते हैं।

हिंसा

सत्र

- हिसां की समझ, हिसां के प्रकार एवं व्यापकता
- हिंसा का असर
- हिंसा के कारण एवं सत्ता सम्बन्ध
- मुखरता, गुस्सा व हिंसा

सत्र 1 :– हिसां की समझ, हिसां के प्रकार एवं व्यापकता

उद्देष्य–

- प्रतिभागी हिंसा की अवधारणाँ एवं विविध स्वरूपों को समझ पाएँगे।
- प्रतिभागी महिलाओं के जीवन–चक्र में जेण्डर आधारित हिंसा को समझ पाएँगे।
- प्रतिभागी जेण्डर आधारित हिंसा की व्यापकता को समझ पाएँगे।

समयः 2 घण्टे

सामग्रीः फड़ / फलैष कार्ड

गतिविधि 1: हिंसा को समझना

- प्रतिभागियों को पूछें कि हिंसा षब्द सुनते हैं तब आपके दिमाग में क्या आता है?
- प्रतिभागी जो उत्तर बताते हैं उसे बोर्ड पर लिखें। लिखते वक्त यह दिमाग में रखें कि प्रतिभागियों के दिए गए जबाब को निम्न तीन खानों में लिखें। ध्यान रहे खांका बिना षीर्षक दिये पहले से ही विभाजित करके रखे। खानों के षीर्षक बाद में दें।

स्वयं पर हिंसा	दूसरों पर हिंसा	समूह/समुदाय के प्रति

-
-

- प्रतिभागियों से पूछें कि उनके द्वारा दिये गए जबाब सही खानों में विभाजित हुए हैं या नहीं ? क्या कोई जबाब को बदलना या जोड़ना चाहते हैं?

निर्देष– ''स्वयं के प्रति हिंसा'' खाने में अगर कम या कोई नहीं जबाब आते हैं तो प्रषिक्षक अपनी ओर से एक या दो उदाहरण देकर प्रतिभागियों को जोड़ने को कहें जैसे– खुद को चोट पहुँचना, आत्महत्या आदि।

- इस बात को दुहराएँ की समाज में जो हिंसा होती है उसे हम 3–स्वरूपों में देंख सकते हैं–
    - अपने प्रति हिंसा
    - दूसरे के प्रति हिंसा
    - समूह/समुदाय के प्रति हिंसा
- प्रषिक्षक यह बताएँ की समाज में हिंसा के कई प्रकार हो सकते हैं– जेण्डर आधारित हिंसा उसमें से एक है।

विष्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा दी गई हिंसा की परिभाषा– किसी के भी द्वारा सोच समझ कर धमकी के रूप में अथवा क्रियात्मक रूप में व्यक्ति, समूह अथवा समुदाय पर किया गया बल प्रयोग जो चोट, मृत्यु या मानसिक चोट/हानि के रूप में प्रत्यक्षतः उपजता है या उपजने का खतरा है या जिससे व्यक्तित्व का विकास अवरूद्ध होता है या वंचना होती है – हिंसा है।

- इस परिभाषा के विभिन्न घटकों पर चर्चा करें।

गतिविधि 2 : हिंसा के विभिन्न स्वरूपों को समझना

पद्धतिः फड़ के आधार पर कहानी बनाना या फ्लैष कार्ड के द्वारा समूह कार्य।

- प्रतिभागियों को चार ग्रुप में विभाजित करें। फ्लैष कार्ड या फड़ पर महिला के विरूद्ध होने वाली ष्षारीरिक हिंसा, मानसिंक हिंसा, यौन हिंसा दिखाने वाले चित्र रहें।
- हर एक ग्रुप को चित्रों को देखकर अपनी–अपनी अलग कहानी बनाने को कहें। कहानी बनाने के लिए समूहों को 15 मिनट का समय दें।
- कहानियाँ पूरी/तैयार हो जाने के बाद सबको इकट्ठा करें और अपनी–अपनी कहानियाँ प्रस्तुत करने को कहें।

- कहानी प्रस्तुतिकरण के दौरान निकल रहे हिंसा के प्रकारों को बोर्ड या चार्ट पर षारीरिक, मानसिक, यौन हिंसा के खानों में अलग–अलग लिखे। सभी कहानियों के खत्म हो जाने के बाद खानों पर षीर्षक लिखें।
- प्रषिक्षक निम्न प्रष्नों के आधार पर बताई गई कहानियों पर चर्चा करें–
    - हिंसा किस पर हो रही है?
    - हिंसा कौन कर रहा है?
    - इन दोनों के बीच रिष्ता क्या है?
    - हिंसा की मान्यता कहाँ से आई?
    - प्रषिक्षक महिलाओं के विरूद्ध हिंसा के स्वरूप पर प्रस्तुतीकरण कर चर्चा करे।

प्रस्तुतीकरण 1 – महिलाओं के ख़िलाफ़ हिंसा के स्वरुप

शारीरिक प्रताड़ना	मनोवैज्ञानिक / भावनात्मक हिंसा	यौन हिंसा, जोर जबरदस्ती	व्यवहार नियंत्रण
शारीरिक हमला तथा अन्य व्यक्ति पर नियंत्रण के लिए धमकी का प्रयोग।	बुरा बर्ताव तथा व्यक्ति के आत्मसम्मान व मूल्य को गिराना ताकि वह अपने प्रताड़क पर अधिक निर्भर हो जाए और डर जाए।	शारीरिक षक्ति या गैर शारीरिक दबाव के द्वारा महिला. ओं को उसकी इच्छा के विरुद्ध यौन संबंध ा बनाने के लिए मजबूर करना।	यह षक्ति सबंधों तथा भेदभाव विषेषतः पितृसत्तात्मक रिवाजों का परिणाम होता है।
मुक्के मारना पीटना गला दबाना मारना जलाना व्यक्ति पर चीजें फेंकना लात मारना, धकियाना चोट करने के लिए चाकू, हंसिया या छड़ जैसे धारदार हथियार का इस्तेमाल	गाली आलोचना धमकी बेइज्जती नीचा दिखाने वाली टिप्पणियां करना	जबरन लिंग प्रवेष / बलात्कार यौन हमला, जबरन यौन सम्पर्क यौन उत्पीड़न यौन संबंध के लिए महिला को मजबूर करने के लिए डराना – धमकाना अपहरण जबरदस्ती षादी	महिला को घर से बाहर काम न करने देना आर्थिक नियंत्रण व्यक्ति को अलग थलग करना उनके आने जाने पर नज़र रखना जानकारी / सूचनाओं तक पहुंच पर रोक लगाना

- प्रषिक्षक महिलाओं के जीवन चक्र में हिंसा पर प्रस्तुतीकरण कर चर्चा करें।

प्रस्तुतीकरण 2 – महिलाओं के जीवन चक्र में हिंसा

शिषु, बालिका व किषोरी	व्यस्क महिला	वृद्ध महिला
ष्षारीरिक उत्पीड़न लिंग आधारित गर्भपात बालिका षिषु हत्या पीटना खाने, देखभाल व चिकित्सकीय सेवा. ओं/सुविधाओं से वंचित करना	**ष्षारीरिक उत्पीड़न** घरेलू हिंसा दहेज के लिए तंग करना चुड़ैल घोषित कर जला देना	**ष्षारीरिक उत्पीड़न** घरेलू हिंसा
मनोवैज्ञानिक तथा भावनात्मक उत्पीड़न जबरन षादी अलग–थलग रखना	**मनोवैज्ञानिक तथा भावनात्मक उत्पीड़न** जबरन तथा बेमर्जी की षादी देखभाल न करना आज़ादी की कमी	**मनो0 तथा भाव0 उत्पीड़न** देखभाल न करना वैधव्य से जुड़े बंधन आज़ादी की कमी
यौन उत्पीड़न बाल विवाह बाल यौन उत्पीड़न बाल वेष्यावृत्ति	**यौन उत्पीड़न** विवाह के भीतर व बाहर बलात्कार जबरन यौन व्यवसाय व गर्भधारण काम की जगह पर यौन उत्पीड़न परिवार तथा काम की जगह पर यौन उत्पीडऩ खरीदना–बेचना डराना–धमकाना	**यौन उत्पीड़न** बलात्कार डराना–धमकाना यौन उत्पीड़न
व्यवहार नियंत्रण खराब षिक्षा, स्वास्थ्य दे खरेख तथा जानकारी तक पहुंच न होना या कम होना आने–जाने पर नियंत्रण संसाधनों तक पहुंच में कमी या नियत्रंण	**व्यवहार नियंत्रण** खराब षिक्षा, स्वास्थ्य देखरेख तथा जानकारी तक पहुच न होना या कम होना आने–जाने पर नियंत्रण बगैर भुगतान घरेलू श्रम	**व्यवहार नियंत्रण** स्वास्थ्य देखरेख तथा जानकारी तक पहुंच न होना या कम होना आने–जाने पर नियंत्रण बगैर भुगतान घरेलू श्रम

गतिविधि 3: हिंसा की व्यापकता को समझना

पद्धति –

- महिलाओं पर होने वाली हिंसा के भारत तथा उत्तर प्रदेष व उस जिले के आँकड़े प्रस्तुत करें। प्रतिभागियों से पूछे कि इन आँकड़ों को देखकर उन्हें क्या लग रहा है? प्रतिभागियों को अपने विचार व्यक्त करने को कहें।
- प्रतिभागियों से पूछे कि क्या इस प्रकार की हिंसा होती है?
- प्रतिभागियों से यह पूछें कि क्या उन्होंने अपने रिष्तेदारी या परिवार में हिंसा को महसूस किया है? प्रतिभागियों से पूछें कि उनके आस–पड़ोस के 10 परिवारों में से कितने परिवारों में महिलाओं पर हिंसा होती होगी?
- प्रतिभागियों से यह भी पूछें कि आप में से जिन्होंने आज तक कभी भी अपनी पत्नी, बहन, या अन्य महिलाओं पर हाँथ उठाया है या भावनात्मक हिंसा की है, वह अपने हाँथ उठायें।
- यह स्थापित करें कि महिलाओं पर होने वाली जेण्डर आधारित हिंसा हम सब के जिन्दगी का हिस्सा है।

➢ आँकड़ो और संविधान के प्रावधानों को देखते हुए क्या इसे निजी/आपसी मामला माना जा सकता है?

➢ महिलाओं पर होने वाली जेण्डर आधारित हिंसा का उनके जीवन पर असर होता है, उसी तरह पुरूषों पर भी अन्य प्रकार की हिंसा का असर होता है।

प्रषिक्षक द्वारा उठाये जाने वाले सवाल –

- महिलाओं पर हिंसा कहां–कहां (स्थान) नही होती?

- किस–किस रिष्ते में हिंसा नही होती?
- किस उम्र में महिलाओं के साथ हिंसा नही होती?
- किस समय हिंसा नही होती?

सत्र 2 :– हिंसा का असर

उद्देष्य – प्रतिभागी महिलाओं पर पड़ने वाले हिंसा के व्यापक असर को जान पायेगें।

समय – 60 मिनट

गतिविधिः पुरूष–पुरूष के बीच की हिंसा

- प्रषिक्षक यह बताएँ कि पिछले सत्र में हमने महिलाओं पर होने वाली जेण्डर आधारित हिंसा को समझा था। अब हम इसका महिलाओं और पुरूषों पर होने वाले असर को समझेगें।
- इससे पहले हम यह समझने की कोषिष करेंगें कि कौन सी हिंसा पुरूष–पुरूष में और कौन से पुरूष–महिलाओं में होती हैं तथा इसके कारण क्या हैं?
- प्रषिक्षक चार्ट/बोर्ड पर निम्न ढाँचा लिखें –

पुरूष–पुरूष हिंसा

कौन कौन से पुरूष में हिंसा होती है?	हिंसा के क्या–क्या कारण हो सकते है?
उदाहरण– भाई–भाई पड़ोसी पुरूष	उदाहरण– जमीन, सम्पत्ति, घर जमीन, घर, बच्चों को लेकर

- अब प्रषिक्षक पुरूष और महिलाओं के बीच में होने वाली हिंसा को तथा उनके कारणों को समझने के लिए निम्न ढाँचे का प्रयोग करें–

पुरूष–महिला पर हिंसा

कौन से पुरूष द्वारा कौन सी महिला पर हिंसा	कारण
पति द्वारा पत्नी बाप द्वारा बेटी	....

- पछले सत्र में हमने देखा है कि पुरूषों द्वारा महिलाओं पर होने वाली हिंसा किस तरह से जेण्डर आधारित है। अब हम पुरूष–पुरूष हिंसा के चार्ट को विस्तार से चर्चा करेंगे और उसे समझने की कोषिष करेंगे। प्रषिक्षक विष्लेषण करें।
- बोर्ड या चार्ट पर पुरूष–पुरूष हिंसा के निम्न क्षेत्रों (DOMAIN) को चित्रित करें –

परिवार में पुरूष	पहचान वाले गांव/ समुदाय के पुरूष	अजनबी पुरूष	अन्य व्यापक सन्दर्भ में
उदाहरण– भाई–भाई	उदाहरण– पड़ोसी राजनैतिक जाति	उदाहरण– मैदान ट्रेन–बस	उदाहरण– छंगे युद्ध गैंगवार

- प्रतिभागियों के साथ पुरूष–पुरूष के हिंसा के इन क्षेत्रो के विस्तार से चर्चा करें और यह स्थापित करें कि पुरूषों के बीच होने वाली हिंसा भी व्यापक है और विभिन्न स्वरूपों में होती है और इसके कई कारण होते हैं।

- **प्रतिभागियों को चार समूहों में विभाजित करें।** दो समूहों को यह बताएँ कि पुरूष–पुरूष हिंसा का पुरूषों पर क्या असर होता है, इसके बारे में सोचे और चार्ट पर लिखें अन्य दो समूहो को यह बताएँ कि वह पुरूषों द्वारा महिलाओं पर होने वाली हिंसा का महिलाओं पर क्या असर होता है इसके बारे में सोचें और चार्ट पर लिखें।
- समूहों को अपने–अपने प्रस्तुतिकरण करने को कहें।
- सभी समूहों के प्रस्तूतिकरण के बाद प्रषिक्षक पुरूष और महिलाओं पर होने वाली **हिंसा के असर को निम्न ढाँचे के आधार पर विभाजित करते हुए सत्र का सार बाँधे–**
    - हिंसा केष्षारीरिक असर।
    - हिंसा के मानसिक असर।
    - हिंसा से माहौल पर असर – परिवारों में, समाज पर, अन्य पर

प्रषिक्षक के लिए सन्दर्भ नोट –

महिलाओं पर हिंसा के असर –

- जागरूकता की कमी, विकास में बाधा
- आत्मसम्मान की कमी
- मानसिक स्वास्थ्य की समस्याएँ : जैसे चिन्ता, सिर दर्द
- उलझन और सोने की समस्या
- गंभीर चोट, हड्डी टूटना, जलना, कट जाना, पेट दर्द
- यौन स्वास्थ्य की समस्याएँ– गर्भपात, एच0आई0वी0, यौन के प्रति अनिच्छा
- हमेषा डर या भय, आत्महत्या के विचार या मौत
- Mobilization पर नियंत्रण
- पुरूषों पर हिंसा के असर
- षारीरिक चोट, निषान
- गुस्सा, आक्रामक व्यवहार या हीन भावना का षिकार

- चिन्ता, उलझन या जोखिम उठाने का डर जिसमें नषा करना, अपने से कमजोर को पीटना, मारना, यौन सम्बन्धित जोखिम उठाना
- नफरत, चिड़चिडापन ऐसी नकारात्मक भावनाओं का निर्माण होना
- गंभीर चोट जैसे हड्डी टूटना, मानसिक बीमारियाँ, रक्तचाप, हृदय रोग
- सम्बन्धों में तनाव, अषान्ति
- आर्थिक या सम्पत्ति, जान–माल का नुकसान
- मौत, दुर्घटना
- समाजिक तिरस्कार (Social Exclusion).

समुदाय पर हिंसा का असर –

- हिंसा का वातावरण पनपना
- डर का माहौल
- महिलाए अन्य कमजोर घटक असुरक्षित महसूस करेंगे
- उत्पादकता पर असर
- असुरक्षा का भाव सभी के मन में रहेगा
- बिखरा समाज
- सभी के लिए विकास के मौकों में कमी आ सकती है
- अविष्वास बना रहेगा
- सबसे बुरा असर सबसे कमजोरों पर होगा
- तिरस्कार की भावना

सत्र 3 :– हिंसा के कारण एवं सत्ता सम्बन्ध

उददेष्यः

- प्रतिभागी हिंसा एवं सत्ता के सम्बन्ध को समझ पाएँगे।
- प्रतिभागी महिलाओं पर होने वाली हिंसा के ढाँचागत कारणों की खोज कर पाएँगे।
- प्रतिभागी हिंसा के प्रतिरोध करने वाली महिलाओं पर होने वाले असर को समझ पाएँगे।

गतिविधि 1 : खेल–वस्तुएँ और मालिक

पद्धति : खेल, समूह कार्य, प्रस्तुतिकरण

समय : 60 मिनट

- प्रषिक्षक प्रतिभागियों को तीन समूह में बांटे। इसमें 'व्यक्ति', 'वस्तु' और 'निरीक्षक' समूह हैं।
- ध्यान रखें कि समूहों में बराबर सदस्य हों।
- सहभागियों को नीचे दिए हुये नियमों का पालन करने के लिए कहें।

वस्तु	व्यक्ति/मालिक	निरीक्षक
सोच नहीं सकती। उनमें भावनाऐं नहीं होतीं। वे निर्णय नहीं लेतीं। उनमें यौन इच्छा नहीं होती। व्यक्ति जो भी कहे वही उन्हें करना होगा। अगर वस्तु कुछ करना चाहे या कहना चाहे, तो उसे अपने व्यक्ति/मालिक	सोच सकता है। निर्णय ले सकता है। उसमें यौन इच्छा होती है। भावनाऐं होती हैं। वह जैसे चाहे वैसे किसी भी वस्तु का इस्तेमाल कर सकता है।	कुछ कह नहीं सकता। देख सकता है।

'व्यक्ति या मालिक' समूह से कहें, की वह 'वस्तु' के समूह में से किसी भी एक वस्तु को चुनकर उसका किसी भी तरह इस्तेमाल कर सकता है। चुनी गयी 'वस्तु' को 'व्यक्ति' की आज्ञा का पालन करना है। (ध्यान रहे यह गतिविधि बंद कमरे में ही हो)

इस गतिविधि के लिये पूरे समूह को 20 मिनट का समय दें।

- अंत में सभी को फिर अपनी जगह जाने को कहें।

चर्चा के लिए सवाल –

- तीनों समूहों से पूछें कि इस अभ्यास से उन्होंने क्या महसूस किया, या उन्हें क्या लगा?
- 'वस्तु' वाले समूह से पूछें, 'व्यक्ति/मालिक' ने उनके साथ कैसा बर्ताव किया? उन्हें क्या महसूस हुआ?
- व्यक्ति समूह से पूछें कि उन्होंने 'वस्तु' का किस प्रकार इस्तेमाल किया? उन्हें किसी के साथ ऐसा व्यवहार करने में कैसा लगा?
- 'निरीक्षक' समूह से पूछें कि कुछ न कर पाने/कह पाने से उन्हें कैसा लगा?
- क्या वह कुछ करना चाहते थे? हां तो क्या? नहीं तो क्यों नहीं?
- अपनी रोजमर्रा की जिन्दगी में क्या ऐसा होता है कि लोग अन्याय देख कर भी कुछ नहीं करते? क्यों?
- क्या आपसी रिश्तों में हम एक दूसरे के साथ ऐसा बर्ताव करते हैं जैसे कि किसी को 'वस्तु' की तरह इस्तेमाल करते हैं? ऐसा कौन करता है तथा क्यों करता है?
- क्या इस तरह के बर्ताव (तीनों भूमिकाओं) में हम बदलाव ला सकते हैं? कैसे?

सार : हमारे समाज में ऐसे कई प्रकार के संबंध देखे जा सकते हैं जहां एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति से अधिक प्रभुत्वशाली होता है, जैसे युवा तथा वयस्क, विद्यार्थी तथा शिक्षक, बड़े और कम उम्र के छात्र, छात्र और छात्रा, कर्मचारी तथा अधिकारी। कई बार इन संबंधों में रहने वाले असंतुलन के फलस्वरूप एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति को मात्र एक 'वस्तु' मानता हैं। उस पर अपनी मर्जी या इच्छाएं थोपता है और उसकी भावनाओं को मान्यता नहीं देता। इन संबंधों में सत्ता के असंतुलन से गंभीर परिणाम हो सकते हैं। जब हम इन सम्बन्धों पर विचार करते हैं तो इस विडंबना को देखना आवश्यक है कि हम स्वयं कई रिश्तों में खुद सत्ताहीन होते हैं और हिंसा का शिकार बनते हैं और वहीं दूसरे रिश्तों में सत्तात्मक

हो कर दूसरों पर अत्याचार करते हैं। संबंधों की इन विरूपताओं पर विचार करके ही हम अपने परिवार तथा समुदाय में बेहतर और समतामूलक संबंधों की स्थापना कर सकते हैं। इस प्रक्रिया को गति देने में षिक्षण संस्थान और षिक्षकों की भूमिका अहम है।

गतिविधि 2 : महिलाओं पर होने वाली हिंसा के ढाँचागत कारण

पद्धति – समूह कार्य, प्रस्तुतिकरण व सामूहिक चर्चा

समय – 90 मिनट

सामग्री – केस स्टोरी

- प्रतिभागियों को अलग–अलग 5 समूहों में बाँटे। उन्हें यह बताए कि दोहरे स्थान के कारण महिलाओं पर कौन–कौन से ढाँचागत नियंत्रण होते हैं उसे यहां पर समझने की कोषिष करते हैं। इस विषय में हम यहां पर कहानियां पढ़ेंगे और सोचेंगे।
- हर समूह को केस स्टोरी दें और निम्न प्रष्नों के आधार पर चर्चा करने को कहें।
    - इस कहानी में कौन किस पर नियंत्रण रखता है?
    - यह नियंत्रण किस प्रकार का है ये चुने –

      (सामाजिक, आर्थिक, राजनैतिक, प्रजनन पर नियंत्रण, यौनिकता पर नियंत्रण)
- समूहों को अपने प्रस्तुतिकरण करने को कहें और बड़े समूह में उसकी चर्चा करें।
- प्रस्तुतीकरण के बाद अगर प्रतिभागी सामाजिक, आर्थिक, राजनैतिक, प्रजनन पर नियंत्रण और यौनिकता पर नियंत्रण के अन्तर्गत प्रतिभागी अगर कुछ जोड़ना चाहे तो उन्हें जोड़ने को कहें। बिना व्यक्ति का नाम लिए वह कहानियाँ बता सकते हैं।

सार : महिलाओं पर होने वाली जेण्डर आधारित हिंसा केवल आपसी सम्बन्धों में ही नहीं होती बल्कि वह एक ढाँचागत रूप में भी होती है।

कहानी नं0– 1

दयावती गांव की आंगनबाडी कार्यकर्ता थी। 1990 में उसकी षादी जितेन्द्र पाल से हुई जो सरकार के जिला कार्यालय में नौकरी करता है। षादी के बाद उसके पति एवं ससुराल के सदस्यों ने मांग रखी कि वह अपना पूरा वेतन उन्हे सौप दे। जब दयावती ने मना किया तो उन लोगों ने उस पर अत्याचार करना षुरू कर दिया। एक साल में दयावती मॉ बन गई। बेटा होने के बावजूद उसके परिवार का रूख पहले की तरह ही रहा। जब बेटा सात महीने का था तो वह पुनः गर्भवती हो गई। दूसरा बच्चा भी लड़का हुआ। दयावती बहुत कमजोर हो गई थी। दो माह पष्चात् एक दिन सुबह दयावती की जली हुई लाष मिली।

कहानी नं0– 2

कमला और रमेष की षादी के दो साल हो गये हैं। कभी–कभी रमेष घर देर रात से पहुंचता है और तब तक कमला सो चुकी होती है। रमेष, कमला को षारीरिक सबंध बनाने के लिए उठाता है। कमला सेक्स करना नहीं चाहती, इसके बावजूद भी रमेष उसके साथ सेक्स के लिए जबरदस्ती करता है।

कहानी नं0– 3

विमला एक कामकाजी महिला है जो लखनऊ के एक हास्टल में रहती थी। उसकी जान–पहचान राहुल नाम के एक लड़के से हो गई, जो एक सम्पन्न परिवार से था। कुछ दिनों में यह दोस्ती षारीरिक सबंधों में बदल गई। विमला के धीरे–धीरे रिष्तों में बदलाव दिखने लगा। एक दिन राहुल उसे अपने दोस्त के घर ले गया जहां उसके अन्य दोस्त ने विमला के साथ बलात्कार किया। जब विमला ने यह बात राहुल को बताई तो उस पर कोई असर नही हुआ। एक दिन फिर राहुल व उसके दोस्तो ने उसके साथ सामूहिक बलात्कार किया। इस बार विमला ने तय कर लिया कि वह इसकी एफ0आई0आर0 लिखवायेगी। एक महिला संगठन के दबाव में पुलिस ने बलात्कारियों को गिरफ्तार कर लिया। लेकिन बलात्कारी ऊँची पहुंच वाले लोग थे जिसके कारण पुलिस ने उन्हे छोड़ दिया।

कहानी नं0– 4

षिखा का विवाह विवेक के साथ हुए पांच साल हो गये थे। विवेक छोटी–छोटी बातों को लेकर षिखा के साथ झगड़ा व मारपीट करता था इसी कारण विवेक के मॉ–बाप रहने के लिए षहर चले गये थे। रचना अपनी मॉ की इकलौती बेटी थी। विवेक बार–बार उस पर षक करता था। उन दोनों के झगड़े सुनकर पड़ोस के लोग भी परेषान थे, लेकिन किसी ने कुछ नही कहा। गांव के सरपंच ने कहा कि यह उनका आपसी मामला है। लगातार मारपीट व प्रताड़ना के बीच उसने दस साल बिताये। इस विवाह से उसके दो बच्चें भी हुए। लगातार प्रताड़ना के कारण षिखा मानसिक रूप से बीमार रहने लगी।

कहानी नं0– 5

पिकीं स्नातक कर रही है। उसे लड़को के साथ दोस्ती करना अच्छा लगता है इसलिए वह अक्सर उन्ही के साथ रहती है। कालेज के कुछ लोगों को पिंकी का लड़को के साथ बातचीत करना व हंसना अच्छी नही लगा और उन्होने इसकी षिकायत प्रिसिंपल से कर दी। प्रिसिंपल ने पिंकी को चेतावनी देते हुए कहा कि इसके कारण उसे कालेज से निकाला जा सकता है। इसके बावजूद पिंकी के व्यवहार में किसी तरह का बदलाव नही आया और एक दिन प्रिसिपंल ने पिंकी की पिटाई के बाद कालेज से निकाल दिया।

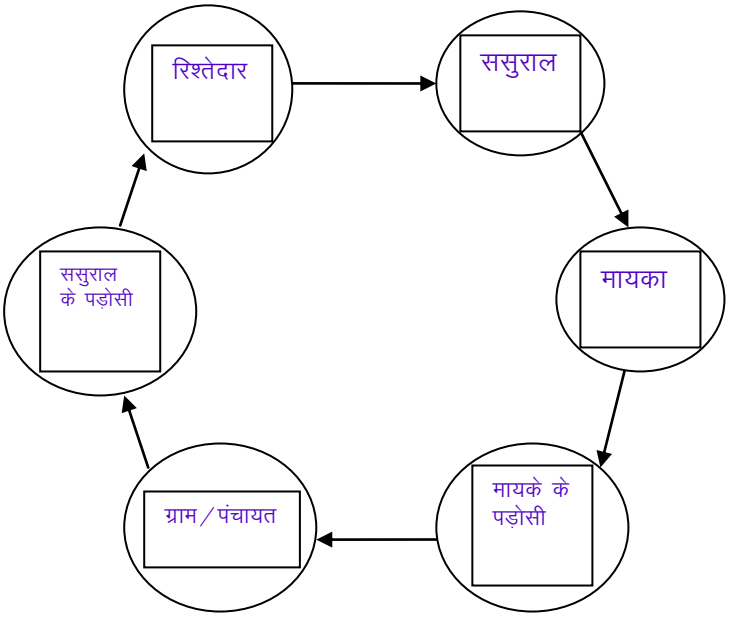
गतिविधि 3 : महिलाएँ हिंसा के खिलाफ आवाज क्यों नहीं उठाती हैं?

पद्धति – समूह कार्य, प्रस्तुतिकरण

समय – 60 मिनट

सामग्री – चार्ट, मार्कर, घटना की पर्ची

- प्रतिभागियों को 6 समूहों में बांटे और निम्न चक्राकार बिठायें।



पहले समूह को यह घटना लिखी हुई पर्ची दें– **रामदुलारी** ..... **पूरी पढ़ाई** ..... **24 साल की** ..... **2 लड़कियाँ** .... **दलित नहीं है** ..... रामदुलारी अपने पति से मार खाते–खाते ऊब गई थी। एक दिन उसने गुस्से में अपने पति को दो चाँटा लगाया और मायके चली गई। समूह को यह जोर से पढ़ने को कहें।

समूह 2 को उपरोक्त कहानी में जोड़कर उसे आगे बढ़ाने को कहें। क्रमषः हर समूह को उपरोक्त कहानी में जोड़कर आगे बढ़ाने को कहें। ध्यान रहे कि कहानी का केन्द्र रामदुलारी ही रहे तथा उसके साथ घटने वाली पूरी/तमाम/आगे की घटनाओं की कहानी बताते जाएँ।

आखिरी समूह के प्रस्तुतिकरण के बाद प्रषिक्षक इस पूरी कहानी में 'रामदुलारी' के द्वारा हिंसा के खिलाफ आवाज उठाने पर विविध समूह उसे कैसे प्रषिक्षित करेगा, उस पर चर्चा करें।

यह कहते हुए सार बाँधे कि हिंसा के खिलाफ आवाज उठाने पर महिलाओं को और भी हिंसा सहनी पड़ सकती है। फिर भी महिलाएँ क्यों हिंसा को सहती रहती हैं? प्रतिभागियों से पूछे व चार्ट पर लिखे।

वह क्यों रूकती है? इसका उपयोग कर चर्चा करें।

महिलाएं हिंसा के खिलाफ आवाज क्या नहीं उठाती? वह क्यों रुकती है?

यदि लोग सुनते हैं कि एक महिला लगातार हिंसा की षिकार हो रही है तो तुरन्त पहली प्रतिक्रिया होती है कि वह रुकी क्यों हैं? यहां बहुत सारे प्रष्न खड़े होते हैं कि क्यों महिला हिंसात्मक संबंधों में रुके रहने का चुनाव करती है? इसमें षामिल हैं –

डर व आषंका : हो सकता है कि पुरूष बोला हो मैं तुझे मार डालूंगा, बच्चों को मार डालूंगा, मां को मार डालूंगा। ऐसी परिस्थिति में वह सोचती है कि मैं षायद रुक कर स्वयं को तथा अपने पीछे या अपने साथ खड़े लोगों को बचा पाऊंगी।

पैसा नहीं है तथा स्थान नहीं है जाने के लिए : यह बिल्कुल सत्य है कि पुरूष सारे पैसे पर नियंत्रण करता है तथा महिला को अपने मित्र व परिवार से मिलने नहीं देता।

सुरक्षा नहीं : बाद में वापस आने पर उसे बचाने के लिए या उसके पति को हिंसा करने से रोकने के लिए कोई व्यवस्था नहीं है।

षर्म : वह सोच सकती है कि उस पर हिंसा षायद उसकी गलती से हो रही है या वह इसी लायक है। या लोग जानेंगे तो क्या कहेंगे?

धार्मिक व सांस्कृतिक विष्वास : वह षायद सोचती है कि शादी के संबंध को बचाए रखने तथा एक साथ रहने की उसकी जिम्मेदारी है, इससे कोई फ़र्क नहीं पड़ता कि उसकी कीमत क्या होगी।

बदलाव की आषा : वह सोच सकती है कि वह अपने पति को प्यार करती है और संबंधों को आगे बनाए रखना चाहती है। इसी में से षायद कोई रास्ता निकलेगा, जिससे उस पर हिंसा रुक जायेगी।

अपराध बोध : बच्चों को पिता के बगैर रहना होगा इसका अपराध बोध होता है।

(स्रोत्र : व्येर विमेन हेव नो डॉक्टर, चेपटर 18)

सत्र 4 :– मुखरता, गुस्सा व हिंसा

उद्देष्यः सत्र के अन्त में प्रतिभागी मुखरता, गुस्सा व हिंसा के बीच के सम्बन्धों को समझ पाएंगें।

समयः 30 मिनट

पद्धतिः ब्रेनस्टार्मिंग

गतिविधि –

- प्रतिभागियों से पूछे कि पुरूषों को गुस्सा कब–कब आता है– घर के अन्दर, घर के बाहर।
- प्रषिक्षक निम्न खाके में प्रतिभागियों द्वारा बताये गये बिन्दुओ को लिखें।

घर के अंदर	कारण	घर के बाहर	कारण
. .		. .	

- गुस्से का कारण क्या है? प्रतिभागियों से पूछें और इस उपरोक्त चार्ट में लिखे।
- घर के अंदर महिलाओं पर हिंसा से सम्बन्धित कारणों को लेकर विष्लेषण करें (कम आने पर पहल करें व जोड़े)

- पुरूष क्यों महिला से सम्बन्धित गुस्सा के कारणों को सहन नहीं कर पाता है?

- पुरूष के इस गुस्से की परिणित/परिणाम क्या होता है?– पत्नी, बच्चों, स्वयं पर या अन्य सदस्य पर हिंसा।
- इस हिंसा का असर स्वयं, परिवार, समुदाय पर क्या पड़ता है?
- क्या पुरूष अपनी पक्ष रखने के लिए मुखर होता है? यदि हां तो महिलाओं को अपना पक्ष रखने के लिए उनका मुखर होना क्यों गलत है?

सार :–

हिंसा के होने का मुख्य कारण पत्नी/महिला का मुखर होना होता है। जेण्डर सम्बन्धों में पुरूष यह क्यों नहीं स्वीकारता कि पत्नी को भी अपना पक्ष रखने/रखने के लिए मुखर होने का अधिकार है।

अपनी बात रखना या मुखर होना दोनों का अधिकार है। यदि कुछ पुरूष निर्णय लेने में गलत हो सकते हैं, तो कुछ बार महिला भी गलत हो सकती है। किन्तु हर बार महिला के निर्णय को दबाया जाता है या उसके मुखर होने पर गुस्सा होना या उस पर हिंसा को उचित ठहराना जाता है। यह सही नहीं है। हिंसा हर हाल में गलत व अस्वीकार है। हिंसा आप अपने साथ करे या पत्नी के ऊपर अंततः इससे पूरे परिवार का नुकसान होता है। हिंसा हमेषा महिला पुरूष के बीच सत्ता सम्बन्धों /रिष्तों का परिणाम है। यदि हमें रिष्तों में समानता लाना है तो पुरूष को भी सीखना पड़ेगा कि हिंसा के लिए कोई जगह नहीं है। जिस घर में हिंसा होती है, उस परिवार के सभी सदस्य हमेषा तनावपूर्ण स्थिति में होते हैं।

स्वास्थ्य

सत्र

- पुरूषों का स्वास्थ्य
- जेण्डर, प्रजनक व यौनिक स्वास्थ्य
- महिलाओ के प्रजनक स्वास्थ्य एवं पुरूषों की जिम्मेवारी

सत्र 1 : पुरूषों का स्वास्थ्य

उददेश्य :

सत्र के उपरान्त प्रतिभागी पुरूषों के जेण्डर से जुड़े स्वास्थ्य की समस्याओं और जरूरतों को पहचान पाएंगे ।

पद्धतिः केस स्टडी, समूह चर्चा

सामग्रीः केस स्टडी, चार्ट पेपर, स्केच पेन

गतिविधि –

- प्रतिभागियों को चार समूहों में बाँटें।
- प्रत्येक दो समूह को एक केस स्टडी दें तथा उन्हें पढ़ने और चर्चा करने को कहें। प्रत्येक समूह केस स्टडी पढ़कर पता करेगा कि पुरूषों से जुड़ी किस तरह की स्वास्थ्य समस्याएं दिख रही हैं। समूह कार्य को बड़े समूह में प्रस्तुत करायें।
- समूह प्रस्तुतिकरण के समय प्रशिक्षक चार्ट पर एक कालम में मुद्दे, दूसरे कॉलम में आवश्यकता तथा तीसरे कॉलम में सेवाओं की सूची बनाएं।

पुरूषों के स्वास्थ्य के मुद्दे	जरूरतें	उपलब्ध सेवाएं

- प्रशिक्षक प्रतिभागियों से चर्चा के दौरान पूछें कि आप लोगों को व्यक्तिगत तौर पर और क्या–क्या स्वास्थ्य समस्या आती है, इसे भी चार्ट पर लिखें दें।
- प्रतिभागियों से उनके अपने स्वास्थ्य मुद्दे, जरूरतों व सेवाओं के बारे में पूछें तथा चार्ट पर जोड़ें।
- इसके बाद प्रशिक्षक प्रतिभागियों से बारे में प्रतिभागियों से पुछें कि किस स्वास्थ्य समस्या के लिए कहाँ जाते हैं।

- जिन–जिन स्वास्थ्य समस्याओं के निदान और उपचार के लिए पुरूष कहीं नही जाते है उन पर चर्चा कराएं कि लोग क्यों नहीं जाते हैं?

सार :– पुरूषों की भी काफी स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याएं हैं जिन पर काम नहीं किया जाता है। जो पुरूष विषम लिंगी नहीं है उनकी स्वास्थ्य जरूरतों को पूरी तरह स्वास्थ्य सेवा प्रदायी व्यवस्था द्वारा अनदेखा किया गया है। पुरूष स्वास्थ्य सेवाओं को लेने से डरता है, विशेष रूप से प्रजनक स्वास्थ्य सेवाओं का, जिसका असर उसके पूरे जीवन पर पड़ता है। अतः पुरूषों की स्वास्थ्य जरूरतों को पहचानने तथा उन पर काम करने की काफी जरूरत है।

केस स्टोरी

- दिलीप मेट्रोपोलिटिन शहर के नज़दीक समान ढोने का काम करता है। उसने बीज खरीदने के लिए ऋण लिया जैसे ही मानसून खत्म हुआ, उसे काम के लिए शहर जाना पड़ा। हर महीने वह अपने परिवार के लिए गाँव में पैसे भेजता था। वह दूसरों के साथ मिलकर साझेदारी में एक कमरा लिया था। जिसका उपयोग ज्यादातर वह अपना सामान रखने के लिए करता था। 8 महीने के बाद जब उसके पास पैसे होते थे तो वह घर आता था। धीरे धीरे वह अपने को अस्वस्थ महसूस करने लगा। उसकी जांच के बाद डाक्टर ने उसे कुछ दवाईयां खाने के लिए लिखीं। वह कुछ दवाईयां खरीद लेता था। 3–4 माह बाद डाक्टर ने उसे किसी नज़दीक के सरकारी अस्पताल में जाकर उपचार कराने की सलाह दी। जहाँ उसके निदान में टीबी निकला। डाक्टर ने उसे समझाया कि प्रत्येक दिन उसे अस्पताल आना पड़ेगा। वह 7 दिन तक तो अस्पताल गया लेकिन उसके बाद वह लगातार अपने काम के छूट जाने के कारण अस्पताल जाना जारी नहीं रख सका।

- रमेश की उम्र 20 साल है जो एक छोटे से शहर में अपने 2 भाई व 3 बहनों के साथ रहता था। घर में उसकी दादी भी रहती थी। रमेश बी. ए. तक पढ़ाई के बाद आगे भी पढ़ना चाहता था किन्तु उसके पिता ने सोचा कि यह खर्चा अनावश्यक है। घर में कमाने वाले केवल रमेश की पिता थे, जो एक छोटी सी परचून की दुकान चलाते थे।

  रमेश की एक लड़की से दोस्ती थी, जिससे वह कॉलेज में मिला था तथा शादी करना चाहता था। शादी करने के लिए उसे कमाना जरूरी था। इसलिए वह नजदीक के शहर में रोजगार ढूढ़ रहा था। वह दिन भर काम करता था तथा देर शाम तक ओवर–टाईम भी करता था। देर तक काम करना, अकेलापन अपनी गर्ल फ्रेन्ड से बात न कर पाना आदि के कारण वह अपने को थका हुआ तथा लगातार तनाव ग्रस्त महसूस करता था। वह खाली समय में हस्तमैथुन करता या अशलील फिल्में देखने जाता। उसे अपराध बोध होने लगा और वीर्य के नष्ट

होने से कमज़ोर महसूस करने लगा। इन कारणों से उसे और तनाव हो गया। उसे सर दर्द (माईग्रेन) होने लगा, कुछ समय के बाद उसका तनाव और बढ़ गया जिससे वह डिप्रेसन (अवसाद/उदासी) में चला या।

सत्र 2 : जेण्डर, प्रजनक व यौनिक स्वास्थ्य

उददेश्य :

सत्र के उपरान्त प्रतिभागी समझ पाएगें कि प्रजनन स्वास्थ्य के सभी मुद्दे जेंडर में कैसे समाहित हैं।

पद्धतिः समूह कार्य, प्रस्तुतीकरण, रोल प्ले, व्याख्यान

सामग्रीः कार्ड पेपर, स्केच पेन, बोर्ड चॉक

चरण –

प्रतिभागियों से पूछें कि वे प्रजनन एवं यौनिक स्वास्थ्य जोड़कर वे कैसे देखते हैं इसको यौनिक स्वास्थ्य में एच.आई.वी. से सुरक्षा, यौनिक जीवन का आनंद, यौन स्वास्थ्य की जानकारी, अनचाहे गर्भधारण से छुटकारा, गर्भनिरोधकों की जानकारी तथा निर्णय लेने की क्षमता, नपुंसकता के लिए इलाज, आदि। दूसरा उदाहरण प्रशिक्षक निःसन्तानता में यौनिक स्वास्थ्य के मुद्दे है– महिला की माहवारी चक्र व उपजाऊ दिनों की जानकारी, चिंता व कलंक से छुटकारा जो यौनिक अभिव्यक्ति का प्रभावित करता है। प्रतिभागियों से पूछें कि वे यौनिक स्वास्थ्य के बारे में क्या समझते हैं– उदाहरण के लिए एस.टी.डी. से सुरक्षा या नपुंसकता का इलाज।

प्रतिभागियों को तीन अथवा चार समूहों में बांटें तथा निम्न विषयों पर रोल प्ले तैयार करने को कहें–

एक पुरूष जिसका विवाह हुए 6 साल हुए है लेकिन बच्चा नहीं है।

एक स्त्री जो श्वेत स्राव (सफेद पानी) एवं पेट के निचले भाग में खुजली से ग्रस्त है।

एक पुरूष, जिसकी पत्नी रोज संभोग की चाह रखती है, लेकिन उसका पति शीघ्र पतन से ग्रस्त है।

एक गर्भवती स्त्री जिसके 3 लड़कियाँ हैं और उसे रक्ताल्पता (ॲनेमिया) है।

हर समूह को 10 मिनट तैयारी के लिए दिया जायेगा। प्रत्येक समूह को अपना रोल प्ले 3 से 4 मिनट में प्रस्तुत करना है।

प्रत्येक समूह को नाटक के दिखा देने के बाद हर मुद्दे पर बारी–बारी से चर्चा की जाएगी तथा उत्तरों को अलग–अलग कॉलम में सूचिबद्ध किया जाएगा–

जेण्डर प्रभावित यौनिकता के मुद्दे	इलाज कराने में तनाव/ समस्यायें	सामाजिक दबाव	पारिवारिक भूमिकाएं	म0/पु0 का खुद के प्रति रवैया	स्वास्थ्य सेवा कर्मियों की प्रतिक्रिया

सार :– जेण्डर, प्रजनक व यौनिक स्वास्थ्य से जुड़े सभी मुद्दों को प्रभावित करता है । बताएं कि किस तरह हमने रोल प्ले में इसे देखा और किस तरह हम रोजमर्रा के जीवन में देखते हैं। इस बात पर जोर दें कि यदि हमें प्रजनक और यौनिक स्वास्थ्य में सुधार करना है तो हमें सर्वप्रथम परिवार और समाज में सुधार करना है और हमें समता आधारित जेण्डर संबंध बनाने होंगे।

प्रषिक्षक के लिए नोट –

यौनिकता व प्रजनन स्वास्थ्य में संबंध –

प्रजनन व प्रसूति से जुड़ी स्वास्थ्य समस्याएं यौनिकता से जुड़ी हुई है। गर्भ निरोधक पद्वतियों का चयन व पद्वतियों से सन्तुष्टि, सुरक्षित गर्भावस्था व प्रसव, निःसंतानता का इलाज, यौन संचारित रोगों से बचाव आदि सभी में यौनिकता से जुड़ा मुद्दा षामिल है। महिलाओं व पुरूषों का यौनिक व्यवहार व बर्ताव गर्भ निरोध के चयन व उपयोग के असर को प्रभावित करता है। अपने स्वंय या साथी के यौनिकता के अनुभव सकारात्मक या नकारात्मक दोनों रूपों में हो सकता है।

यौनिक सम्बन्ध प्रायः अपने में जेण्डर, उम्र, वर्ग व ऊंच–नीच के आधार पर बने सत्ता की असमानता को षामिल करता है। ये असमानताएं षारीरिक षक्ति तथा भौतिक व सामाजिक संसाधनों को प्राप्त करने की असमानताओं के कारण होती है। महिलाओं और लड़कियों के पास उनकी यौनिकता पर बहुत ही कम नियंत्रण होता है। उनके अपने षरीर पर तथा जिन परिस्थितियों में यौनिक गतिविधियां घटती है उन पर बहुत ही कम नियंत्रण होता है। महिलाएं अनचाहे गर्भ या यौन संचारित रोगों से बचाने

के लिए किस हद तक विषेष यौनिक गतिविधि की षर्तो को मनवा पाती हैं, यह यौनिक सम्बन्ध उनकी क्षमता को दर्षाते हैं। अनचाहे यौनिक क्रिया से बचाने, यौन सुख उठाने और स्वास्थ्य देख–रेख तथा परिवार नियोजन के तरीको की मांग करने की क्षमता उनकी सकारात्मकता पक्ष को बतलाते हैं। अतः दो व्यक्तियों (म0–पु0) के बीच षक्ति संबंध चाहे/अनचाहे महिलाओं के यौनिक व प्रजनक स्वास्थ्य परिणामों को प्रभावित करते हैं।

जेण्डर व यौनिकता –

यौनिकता एक जैविकीय इच्छा की सामाजिक संरचना है। यह बहुघटकीय, ग्यात्मक और षक्ति सबंध (मल्टी डामेनषनल और डाइनमिक) निहित है। यौनिकता व्यक्तिगत अनुभव, जैविक, जेण्डर भूमिका, षक्ति सबंध, साथ ही साथ अन्य तत्व जैसे– उम्र, सामाजिक व आर्थिक परिस्थिति, सामाजिक मानक, मल्य, महिला–पुरूषों की निर्धारित भूमिका, स्थिति आदि द्वारा संचालित होती है। उदाहरण के लिए महिलाओं के यौनिक संबंधों में निर्धारित भूमिका प्रायः निस्क्रिय होती है। महिलाओं को अपने यौनिक साथी चुनने के बारे में निर्णय लेने के लिए, यौनिक क्रिया प्रकृति व समय तय करने के लिए, अपने से अनचाहे गर्भ व रोग से बचाने के लिए तथा सबसे ज्यादा स्वयं की यौन इच्छा को पहचानने व स्वीकारने के लिए उत्साहित नहीं किया जाता है। दूसरे तरफ पुरूष पुरूषत्व को प्रमाणित करने के लिए सामाजिक रूप से बनाए जाते हैं। पुरूष प्रथमतः यौनिक सक्रियता के बारे में सोचने के लिए उत्साहित किये जाते हैं। महिलाओं की यौनिक आनन्द को आमतौर पर पुरूष की यौनिक षक्ति व क्रियाषीलता को प्रमाण के रूप में आंका जाता है। यह प्रमाण उर्वरता विषेष रूप से बच्चे पैदा करने तथा लड़का पैदा करने की क्षमता के रूप में भी देखा जाता है।

महिला और पुरूष मिलकर जेण्डर भूमिका को पुर्नस्थापित करते हैं जो प्रजनन स्वास्थ्य व गर्भ निरोधक व्यवहार के परिणामों को प्रभावित करता है। महिलाओं के अनचाहे गर्भ या असुरक्षित गर्भपात महिलाओं के स्वास्थ्य को बड़े जोखिम में डालते हैं। जिससे महिलाएं उपेक्षित स्वास्थ्य, जेण्डर आधारित षोषण व हिंसा, नुकसानदेह व्यवहार जैसे बलात्कार या जबरन यौन सम्पर्क, यौन संचारित रोगों द्वारा बीमारी के षिकार हो जाती हैं। पुरूषों में जल्दी यौनिक क्रिया प्रारम्भ करने हेतु दिया गया दबाव व बहुसाथी के साथ यौन सम्पर्क की अनुमति भी उन्हे एस0टी0डी0 और एच0आई0वी0 व एड्स के लिए जोखिम में डालती है लेकिन अन्ततः महिलाएं ज्यादा जोखिम ग्रस्त हैं।

सत्र 3: महिलाओं के प्रजनक स्वास्थ्य एवं पुरूषों की जिम्मेवारी

उददेश्य: सत्र के उपरान्त प्रतिभागी महिलाओं के प्रजनन स्वास्थ्य सुधारने में अपनी भूमिका तय कर सकेंगे।

पद्धति: समूह कार्य, प्रस्तुतीकरण, रोल प्ले, व्याख्यान

समय: 60 मिनट

सामग्री: कार्ड पेपर, स्केच पेन, बोर्ड चॉक

गतिविधि:

- यह गतिविधि पहले प्रस्तुत किये गए रोल प्ले गतिविधि का अनुसरण करते हुए होगी, इसलिए प्रतिभागियों को पुनः चार समूह में बांटें।
- प्रत्येक समूह को पुनः निम्न सूचीबद्ध की गई परिस्थितियों पर प्रस्तुति करने को कहें तथा उसी पर दुबारा **एक संवेदित पुरूष को दिखाते हुए काम करने को कहें, और अच्छे यौन व प्रजनन स्वास्थ्य को बनाए रखने में उनकी भूमिका स्थापित करें–**
  - एक पुरूष जिसका विवाह हुए 6 साल हुए है लेकिन बच्चा नहीं है।
  - एक स्त्री जो श्वेत स्राव (सफेद पानी) एवं पेट के निचले भाग में खुजली से ग्रस्त है।
  - एक पुरूष, जिसकी पत्नी रोज संभोग की चाह रखती है, लेकिन उसका पति शीघ्र पतन से ग्रस्त है।
  - एक गर्भवती स्त्री जिसके 3 लड़कियाँ हैं और उसे रक्ताल्पता (ॲनेमिया) है।
  - प्रत्येक समूह इसे बड़े समूह में प्रस्तुत करेगा। प्रस्तुति में यह प्रकाशित करने की जरूरत है कि– 1. क्या परिवर्तन किए गए है? 2. परिवर्तन करने में क्या कठिनाइयां आ रही थीं?

सार :– अच्छे प्रजनन व यौनिक स्वास्थ्य को सुनिश्चित कराने में पुरूषों की अहम भूमिका है, साथ ही उनके यौनिक साथी या पत्नी की भूमिका महत्वपूर्ण है।

पुरुषः देखभाल, भावनाएं बांटना, लालन–पालन करने वाला

सत्र

- भले पुरुष की जय जय हो।
- पुरुष : देखभाल, भावनाएं बांटना लालन–पालन करने वाला

सत्र 1 :– भले पुरुष की जय जय हो।

उद्देष्यः प्रतिभागी समझेंगे कि मानवीय/सकारात्मक मर्दानगी हम सब के लिए लाभदायक है।

पद्धतिः रोल प्ले

समयः 60 मिनट

सामग्रीः चार्ट पेपर, मार्कर

गतिविधि –

- प्रतिभागियों को चार समूह में बाँटें तथा दो समूहों को एक–एक रोल प्ले दें जो निजी सम्बन्ध व संसाधनो को विभिन्न प्रकारों से नियंत्रित करते हुए एक जिम्मेदार पुरुष /पुरुषों का समूह दिखाएं।
- समूह न0 4 को परिवार तथा समूह नं0 5 को समुदाय संचालन का दृष्य दिखाने के लिए कहें, किन्तु उसमें सत्ता/दबाव या हिंसा की जगह न हो। ग्रुप में प्रषिक्षक बीच–बीच में जाकर चर्चा को सही दिषा में रखने का सुझाव दें।
- समूहों को अपना–अपना रोल प्ले तैयार करने के लिए 15 मिनट एवं प्रस्तुतिकरण के लिए 5–7 मिनट का समय दें।
- प्रस्तुति के बाद प्रषिक्षक बड़े समूह में प्रतिभागियों से पूछें कि एक जिम्मेदार पुरुष की क्या–क्या भूमिका दिखी, ग्रुप नं0–1 और ग्रुप नं0–2 में।
- प्रस्तुति के बाद प्रषिक्षक बड़े समूह में प्रतिभागियों से पूछें कि एक जिम्मेदार पुरुष की क्या–क्या भूमिका दिखी, ग्रुप नं0–3 व ग्रुप नं0–4 में?
- प्रषिक्षक द्वारा समूह 1 और 2 से निकले जवाब अलग लिखें तथा समूह 3 और 4 से निकले जवाब अलग लिखें।
- दोनों निकले बिन्दुओं पर विष्लेषण करायें। कौन से समूह द्वारा जिम्मेदार पुरुष बनने की प्रक्रिया हमें अच्छी लगती है और क्यों, पूछें।

सार : परिवार, समुदाय को सौहार्दपूर्ण माहौल देने तथा समतापूर्वक चलाने के लिए हमें भले पुरुष की जरूरत पड़ती है जिसके अन्दर Caring, Sharing और Nurturing जैसे भाव और गुणों का समावेष हो। वहीं दूसरी तरफ परिवार और समुदाय को चलाने के लिए एक ऐसे जिम्मेदार पुरुष की छबि बनाई जाती है जो आक्रामक

हो तथ अपनी सत्ता का उपयोग करता हो। अतः हमें भले पुरुष की आवष्यकता को स्थापित करने, मानवीय मर्दानगी को पालने–पोसने और बढ़ाने में ऊर्जा लगाने की आवष्यकता है क्योंकि हिंसा से किसी का विकास या भला नही होने वाला है। हमें परिवार में टूटन पैदा नहीं होने देना है और परिवार तथा समुदाय का समग्र विकास करना है।

अगर यह दबाव युक्त वातावरण परिवार में हमेषा के लिए बना रहेगा जिसके कारण अन्य लोगों को घुटन महसूस हो तो ऐसा परिवार में टूटन पैदा होती है।

सत्र 2: पुरुष : देखभाल, भावनाएं बांटना, लालन–पालन करने वाला

उद्देष्य– सत्र के अन्त में प्रतिभागी :

- भले पुरुष बनने में आने वाली अड़चनों की समझ पायेंगे।
- भले पुरुष को व्यापक स्वीकार्यता बनाने के लिए नियोजन कर पायेंगे।
- भले पुरुष के रूप में हमारी अलग–2 रूपों में क्या भूमिका होगी, समझ पायेगे।

पद्धति : अभ्यास कार्य

समय : 60 मिनट

गतिविधि –

- प्रतिभागियों को व्यक्तिगत कार्य करना है, इसकें लिए उन्हें पहले से तैयार की गई षीट दें जो नीचे तैयार की गई है। प्रतिभागियों को ये षीट को भरनी है।

षीट का फार्मेट

घर में हम कौन हैं	हम भले पुरुष के रूप में वर्तमान भूमिका में क्या बदलाव करेंगे?
भाई पुत्र पति पिता ससुर पौता देवर/जेठ अन्य.....	

- प्रतिभागियों को गांव के आधार पर बांटे और उनका समूह बनायें। इन समूहों को निम्न फार्मेट भरना है–

गाँव में हम कौन है?	भले पुरुष के रूप में वर्तमान भूमिका में क्या बदलाव करेंगे?
लड़के **पुरुष** **टीचर** **बी0डी0सी0 सदस्य** **प्रधान** **युवा मंगल दल के सदस्य** **नगरिक** **नेता** **अन्य.....**	

- समूह अपने–अपने भरे हुए षीट को समाहित करेंगे तथा उनमें से जो समान बातें निकल कर आ रही हैं उनके आधार पर समूह को सामूहिक कार्य योजना बनाने को कहें।
- हर गाँव का समूह अपनी योजना पढ़कर प्रस्तुत करेंगे, परन्तु इस प्रस्तुतीकरण पर कोई चर्चा नहीं होगी।
- सभी प्रतिभागी गोले में खड़े होंगे और एक महीने के बाद मिलने का वादा करेंगे।
- एक महीने के बाद वो इकट्ठा होंगे तब अपने दिक्कतों की षेयरिंग करेंगे तथा उन्हें दूर करने की रणनीति तैयार करेंगे।

लैंगिकता

सत्र

- जेण्डर व लैंगिकता
- लैंगिकता से जुड़े मिथक और भ्रम
- मिथक एवं भ्रम का स्वयं एवं पार्टनर पर असर (भय, चिन्ता, भ्रम)
- यौनिकता
- लैंगिकता व सामाजिक दायित्व सरकारी नीतियों को समझना

सत्र 1 :– लैंगिकता

उद्देष्य : सत्र के अन्त में प्रतिभागी लैंगिकता व उसके विभिन्न आयामों को जान पायेंगे।

समय : 60 मिनट

लक्ष्य समूह : वयस्क

पद्धति : ब्रेनस्टार्मिंग

समग्री : कार्ड, चार्ट पेपर, मार्कर

गतिविधि –

- प्रषिक्षक प्रतिभागियों के सामने सत्र का उद्देष्य रखते हुए बताए कि इस सत्र में हम लैंगिकता व उसके विभिन्न आयामों को जानने व समझने का प्रयास करेंगे।
- प्रतिभागियों को दो–दो कार्ड दें।
- प्रषिक्षक प्रतिभागियों से कहें कि लैंगिकता षब्द सुनते ही आपके दिमाग में क्या आता है। उसे कार्ड पर लिखें। सारे कार्डों को एकत्रित कर लें। एकत्रित करने में प्रतिभागियों में से ही मदद लें।
- एक–एक कर प्रतिभागी को कार्ड पढ़ने को कहें।
- प्रषिक्षक प्रतिभागियों द्वारा पढ़े गये कार्ड को निम्नलिखित खाके में डालें। प्रषिक्षक ध्यान दें कि वर्गों के आधार पर दीवार में अलग–अलग जगह चार्ट चिपकायें, किन्तु षुरू में चार्ट पर वर्ग का नाम न लिखें।

षारीरिक अंग	यौन क्रिया	भावनाएँ	पहचान	मान्यताएँ/विष्वास/भ्रम
लिंग योनि स्तन	संभोग सहलाना हस्तमैथुन मुखमैथुन चूमना बलात्कार	आनन्द ख्वाब दुःख तनाव गंदा गुप्त आकर्षण पापपूर्ण	रक्तस्राव स्खलन वीर्य समलैंगिक गे हेट्रोसेक्सुअल लेस्बियन	हस्तमैथुन से कमजोरी आती है।, महिलाओं की यौन इच्छा पुरूषों से अधिक होती है।, लड़की को षादी के पहले सेक्स नही करना चाहिये।, मुख और गुदा सेक्स अप्राकृतिक है।, वीर्य की एक बूंद खून की हजार बूंदो के बराबर।

- जब सारे कार्ड चिपका लिये जाये उसके बाद एक चार्ट पर चिपके कार्ड को पुनः पढ़कर सुनाए। उसके बाद प्रतिभागियों से पूछें कि यदि इस एक वर्ग/बॉक्स को नाम देना हो तो वह क्या होगा? यह प्रक्रिया सभी चार्ट के लिए दोहरायें। चर्चा करने के बाद हर वर्ग का नाम लिख दें।
- कोई ऐसा विचार या पहलू जो लगता है छूट गया है, उसे प्रषिक्षक जोड़े जैसे आनन्द, दुःख, तनाव, या रव्वाब।
- चार्टों का नामकरण होने के बाद हर चार्ट को समझाते हुए बताए कि हम पहले लैंगिकता से केवल लैंगिक क्रिया ही समझते थे किन्तु अभी

देखें सारे चार्टों को तो लैंगिकता लैंगिक अंग और लैंगिक व्यवहार से कहीं ज्यादा है।

सार : लैंगिकता एक वहुआयामी विचार है जिनके कई आयाम यहाँ दीवार पर दिख रहे हैं, यह उस लैंगिक व्यवहार से भिन्न है जो कि आमतौर पर महिला पुरुष के बीच सम्भोग के रूप में जाना जाता है। लैंगिकता के अन्तर्गत हमारे लैंगिक व्यवहार, ज्ञान, सामाजिक और जेण्डर भूमिका व पहचान तथा सामाजिक–सांस्कृतिक मान्यताएँ षामिल हैं। लैंगिकता केवल प्रजनन से जुड़ा नहीं है। यह पूरे षरीर से जुड़ा है। हमारे समाज में लैंगिकता में काफी विविधिता है और विविधता का आदर के सिद्धान्त के अनुसार हमें उनको स्वीकार करने की जरूरत है जिनकी लैंगिकता जुड़े विचार हमसे नहीं मिलते हैं।

लक्ष्य समूह : युवा

पद्धति : षरीर चित्रण

सामग्री : चार्ट पेपर, टेप, मार्कर

गतिविधि : भूमिका उपरोक्त

- प्रषिक्षक प्रतिभागियों को दो समूह में विभाजित करें।
- समूहों से कहें कि आपको पुरुष के षरीर का चित्रण करना है।
- एक समूह को सीधा लेटे हुए लड़के का चित्र बनाना है, वह दूसरे समूह को उल्टा लेटे हुए लड़के का चित्र बनाना है।
- दोनों समूहों को कुछ चार्टपेपर जोड़कर 6×4 का एक बड़ा चार्ट पेपर बनायें। एक वायलेन्टियर उस पर लेटे। दो वायलेन्टियर मार्कर से षरीर का खांका खीचें। उसके बाद लेटे हुए लड़के को हटाकर षरीर के बाहरी अंग को चित्र में दर्षायें।
- दोनों समूह से कहें कि लैंगिकता षब्द सुनते ही दिमाग में जो आता उसे हर प्रतिभागी बनाये गये चित्र पर लिखें।

- कोई ऐसा विचार/पहलू जो छूट रहा हो उसे प्रषिक्षक जोड़े जैसे– आनन्द, तनाव, दुःख, ख्वाब आदि।
- अब समूह अदला–बदला कर दूसरे षरीर चित्रण पर लिखें। प्रतिभागियों को यह बतायें कि वे किसी का लिखा न काटें।
- दोनों षरीर चित्रण को दीवाल में चिपका दें।
- प्रषिक्षक अब दोनों षरीर चित्रण पर आये बिन्दुओं को पढ़कर सुनाये।

सार :

लैंगिकता एक वहुआयामी विचार है जिनके कई आयाम यहाँ दीवार पर दिख रहे हैं, यह उस लैंगिक व्यवहार से भिन्न है जो कि आमतौर पर महिला पुरुष के बीच सम्भोग के रूप में जाना जाता है। लैंगिकता के अन्तर्गत हमारे लैंगिक व्यवहार, ज्ञान, सामाजिक और जेण्डर भूमिका व पहचान तथा सामाजिक–सांस्कृतिक मान्यताएँ षामिल हैं। लैंगिकता केवल प्रजनन से जुड़ा नहीं है। यह पूरे षरीर से जुड़ा है। हमारे समाज में लैंगिकता में काफी विविधिता है और विविधता का आदर के सिद्धान्त के अनुसार हमें उनको स्वीकार करने की जरूरत है जिनकी लैंगिकता जुड़े विचार हम से नहीं मिलते हैं।

सत्र 2 :– लैंगिकता पर मिथक व भ्रम

उद्देष्यः सत्र के अन्त में प्रतिभागी लैंगिकता से जुड़े मान्यताओं को जाचेंगे तथा तथ्यपरक जानकारी से अवगत होगें।

समयः 45 मिनट

पद्धतिः फ्री लिस्टिंग, प्रतियोगिता

सामग्रीः मिथक कार्ड, गोलमाल गेम।

गतिविधि –

- प्रतिभागियों को चार समूह में बांटे। प्रतिभागियों को अपने समूह को नामकरण करने को कहें और चार्ट पर उनके द्वारा तय नाम को लिख दें। प्रषिक्षक से हर समूह को लैंगिकता से जुड़ी मान्यताएँ, कहावतें बताने को कहें।
- प्रषिक्षक अलग चार्ट पर इन बिन्दुओं को लिख लें।
- प्रषिक्षक हर समूहों के लिए मिथक कार्ड पढ़े।
- समूह को आपस में 1 मिनट चर्चा कर मिथक पर अपनी राय बतानी है कि वे सहमत हैं तो क्यों या असहमत हैं तो क्यों?
- प्रषिक्षक मिथ्य पर तथ्य जोर से पढ़ें व समझायें अगर समूह का तर्क तथ्य से मेल खाता है। तो उसे '2' प्वाइंट दिया जाये नही तो 'जीरो' दिया जाये। इन प्वाइंट को समूह नाम चार्ट पर अंकित करते रहें।
- दूसरे समूह के लिए दूसरा 'मिथक काड' पढ़ें और इस तरह यह प्रक्रिया तब तक चलाते रहें जब तक कार्ड खत्म नहीं हो जाते।

सार : सेक्स व लैंगिकता के प्रति मूल्यों व मनोवृत्तियों को देखें तो ये काफी गहराई से जुड़े हैं। हमें लगातार चिंतन करने की जरूरत है कि

कैसे यह हमारे व्यवहार को स्वयं व दूसरों के प्रति प्रभावित करते हैं। लैंगिक संम्बन्धों में ताकत व दबाव का इस्तेमाल हिंसा से जुड़ा है और यह पूरी तरीके से अस्वीकार्य होना चाहिए। हमें अपने जोखिम व खतीरों को टालने के लिए सुनी सुनायी बातों पर विष्वास करने की बजाय तथ्यों का विष्लेषण कर तथा जरूरत पड़े तो वैध स्रोत्र से जानकारी/सलाह लें।

(डॉक्टर, काउन्सलर..)

सत्र 3: मिथक और भ्रम का स्वयं एवं पार्टनर पर असर

उद्देष्य– सत्र के अन्त में प्रतिभागी ''मिथक और भ्रम'' का स्वयं व उनके साथी/पार्टनर पर पड़ने वाले असर को समझ पायेंगे।

पद्धतिः समूह कार्य

सामग्रीः अभ्यास के लिए खाका, चार्ट पेपर, मार्कर

गतिविधि –

- प्रतिभागियों को चार समूह में बाँटे और निम्न खाके के अनुसार मिथक व भ्रम पर स्वयं व साथी पर पड़ने वाले असर पर चर्चा कर लिखें। समूह कार्य के लिए समूहों को 15 मिनट का समय दें।

मिथक व भ्रम	स्वयं पर असर	पार्टनर/साथी पर असर

- समूह से कहें इन ''मिथक और भ्रमों'' से इसके अलावा भी कोई असर हो सकता है तो उस पर चर्चा कर अलग खाके में लिखें।
- इसके बाद हर समूह को बारी–बारी से प्रस्तुतिकरण के लिए बुलायें।

सार : हमारी लैंगिकता को लेकर समाज में अनेक तरह के मिथक और भ्रम हैं, जिनका हमारे व पार्टनर/साथी के स्वास्थ्य और जीवन पर

प्रतिकूल असर पड़ता है। इससे बचने के लिए आवष्यक है कि हमें मिथक और भ्रमों का तथ्यपरक विष्लेषण करना चाहिए व वैद्य–स्रोत की (डाक्टर.. .काउन्सलर) की मदद लेनी चाहिए।

सत्र 4: यौनिकता

उद्देष्य : सत्र के अन्त में प्रतिभागी यौनिकता व उसके विविध आयामों को समझ सकेंगे।

पद्धति : समूह कार्य

समय : 60 मिनट

सामग्री : चार्ट पेपर, मार्कर

गतिविधि –

- प्रतिभागियों को तीन समूहों में बाँटे। समूह एक को महिला के षरीर का चित्र बनाकर निम्न बिन्दुओं पर चर्चा करने को कहें कि–
- कौन–कौन से अंग यौनिक आनन्द देने वाले हैं उसे चित्र पर दर्षाइए।
- महिला के यौनिक रूप से सुन्दरता के क्या मापदण्ड होंगे? जैसे पतली कमर।
- समूह 2 महिला के निम्न बिन्दुओं पर चर्चा करने को कहें कि–
- यौनिक रूप से सन्तुष्ट करने के लिए पुरुष को क्या करना चाहिए।
- पुरुष अपने साथी को यौनिक रूप से सन्तुष्ट करने के लिए क्या–क्या कर सकते हैं?
- समूह 3 महिलाओं पर यौनिक नियंत्रण कैसे किया जाता है? उस पर चर्चा कर चार्ट पर लिखने को कहें।
- तीनों समूह बारी–बारी से बड़े समूह में प्रस्तुतीकरण करेंगे।
- प्रषिक्षक तीनों समूहों की प्रस्तुति से निकले बिन्दुओ का विष्लेषण करायें।

- इन तथ्यों का महिला के स्वास्थ्य व यौनिक जीवन पर क्या प्रभाव पड़ता है?
- यह सोच कैसे व कहाँ से आयी?

सार :

हम देखते हैं कि हर समाज में यौनिकता को नियंत्रित करने का प्रयास किया जाता है, इस नियंत्रण को बनाये रखने के लिए महिला और पुरुष की यौनिकता/लैंगिकता पर अलग–अलग विचार धारायें बनाई गई हैं। ये विचार धारायें महिलाओं की यौनिकता को गंदा, कमजोर एवं दोयम दर्जे की मानती हैं तथा अस्वीकार करती हैं। महिलाओं की यौनिकता पर दोहरे मापदण्ड अपनाना या अस्वीकार करना पूरी तरह से अलोकतांत्रिक, अनुचित और अन्यायपूर्ण है।

चूँकि यह समाज द्वारा बनाया गया है अतः समाज के अभिन्न अंग के रूप में हमारी जिम्मेदारी है कि हम इसे बदलें और हम अपनी समझ व व्यवहार के माध्यम से इसे बदल भी सकते हैं।

सत्र 5: लैंगिकता और सामाजिक दायित्व

उद्देष्यः लैंगिकता के सन्दर्भ में प्रतिभागी अपने सामाजिक दायित्व को समझ पायेंगे।

पद्धतिः व्यक्तिगत व सामूहिक नियोजन

समयः 60 मिनट

सामग्रीः चार्ट पेपर, मार्कर

गतिविधि –

- प्रत्येक प्रतिभागी से कहें कि वे 3 ऐसे लैंगिक व्यवहार सोचें जिसे उन्हें लगता है कि एक जिम्मेदार पार्टनर/साथी के रूप में बदलना चाहिए और बदलेंगे। इसे अपने ए–4 साइज के कागज पर लिखकर दें तथा अपने नोट बुक में भी लिखकर रखें।
- प्रषिक्षक प्रतिभागियों को चार समूह बाटें तथा समूह को निम्न बिन्दुओं पर चर्चा करने को कहें, इन बिन्दुओं को बोर्ड पर लिख दें।
    - वे कौन–कौन सी जगहें हैं जहाँ महिला और लड़कियां यौनिक रूप से असुरक्षित हैं। जैसे मेला/स्कूल/रास्ता
    - इन असुरक्षित जगहों को महिला व लड़कियों के लिए कैसे सुरक्षित बनाया जायेगा।
- सभी समूह चर्चा कर अपने समूह की बातों को निम्न खाके में लिखें।

असुरक्षित जगहें	महिलाओं के लिए सुरक्षित कैसे बनायें
–	–

- सभी समूह को अपना समूह कार्य प्रस्तुत करने को कहें।
- प्रतिभागियों से पूछ कर सूची बनायें कि हमारे जिम्मेदारी पूर्ण यौनिक व्यवहार क्या होने चाहिए?

नेतृत्व विकास प्रशिक्षण

सत्र

- सत्ता व जेण्डरगत सम्बंधो को समझना
- सामाजिक न्याय विष्लेषण
- समूह और सामाजिक बदलाव
- नेतृत्व की विषेषताएं
- स्वनेतृत्व का विष्लेषण
- समूह में संचार
- समुदाय में भाषण
- समूह संचार
- व्यक्तिगत संचार
- आन्दोलन एवं गठबंधन निर्माण
- दस्तावेजीकरण
- व्यक्तिगत व सामूहिक सीख तथा कार्य नियोजन

सत्र : 1 सत्ता व जेण्डरगत सम्बंधो को समझना

उद्देष्यः सत्र के अन्त तक प्रतिभागी :

- भेदभाव के आधार तथा सामाजिक संस्थाएं गैरबराबरी को कैसे बनाये रखती हैं को समझ पाएंगे।
- सत्ता संरचना और जेण्डरगत सम्बन्धों को समझेंगे।

पद्धति : पावर वाक

समय : 90 मिनट

सामग्री : व्यक्तिगत पहचान पर्ची, निर्देष सीट, बड़ा हाल या मैदान, बोर्ड/चार्ट

गतिविधि –

- प्रतिभागियों को हाल में एक रेखा में खड़ा करते हुए जेण्डर के आधार पर व्यक्तिगत पहचान पर्ची दें।

- प्रतिभागियों को बताएं कि वे व्यक्तिगत भूमिका पहचान पर्ची के आधार पर पढ़े जाने वाले कथनो के अनुसार एक कदम आगे या पीछे जाना है।

- सभी स्टंटमेंट पढ़ें जाने के बाद प्रतिभागियों से पूछें कि कौन विजयी है। वही विजयी होगा जो चिन्हित रेखा के सबसे नजदीक होगा।

- जो व्यक्ति रेखा के सबसे नजदीक है उससे उसकी भूमिका पर्ची के आधार पर पहचान पूछें तथा पूछें कि वे कैसा महसूस कर रहे हैं। इसके बाद दूसरे से अन्तिम रेखा से सबसे दूर वाले व्यक्तियों (हारने वालों) से उसकी पहचान तथा कैसा महसूस कर रहे हैं उसे जाने (चार्ट पर इन्हें जरूर लिख लें)।

विजेता की अनुभूति	पहचान	हारने वाले की अनुभूति	पहचान

इसके बाद प्रतिभागियों के साथ निम्न प्रष्नों के आधार पर चर्चा करें –

- प्रतिभागी क्यों इस प्रकार से वितरित हो गये जबकि सभी लोगों ने एक जगह से खेल षुरू किया था?
- खेल में विभिन्नताओं के आधार क्या थे? तथा भिन्नतायें प्रत्येक खिलाड़ी को कैसे प्रभावित की?
- किस तरह प्रत्येक व्यक्ति एक आधार पर कुछ सुविधाएं प्राप्त कर लेता है तथा दूसरे आधार पर उसे नुकसान हो जाता है।

प्रतिभागियों के साथ चर्चा के बाद निकलने वाले महत्वपूर्ण बिन्दु –

- जिन लोगों की पहचान व भूमिका महिलाओं से जुड़ी हुई थी वे ज्यादातर पीछे चले गये।
- जिन लोगों की पहचान व भूमिका पुरूषों से संम्बधित थी वे लोग आगे निकल गये।
- जेण्डरगत भेदभाव व जातिगत भेदभाव के कारण महिलाएं एवं दलित लोगों के अवसरो में कमी आती गयी और वे पीछे होते गये।
- समाज में षिक्षा, धर्म, लैंगिकता, राजनैतिक पहुंच, संसाधन आदि के आधार पर भेदभाव व्याप्त है।
- भेदभाव के विभिन्न आधारों पर ही एक व्यक्ति दूसरे के उपर हिंसा करने लगता है और कभी कभी दूसरे पुरूषों के लिए नामर्द षब्दों का इस्तेमाल किया जाता है।

सार – व्यक्ति अपनी षिक्षा, धर्म, लैगिंकता, राजनैतिक पहुंच व संसाधन, वर्ग, जाति, उम्र, षारीरिक क्षमता आदि के आधार पर भेदभाव से गुजरता है। सत्ता संरचना भेदभाव को बनाएं रखने के लिए काम करती है।

खेल के लिये निर्देश

- यदि आप कक्षा 10 (हाई स्कूल) तक पढ़े हैं तो कृपया 1 कदम आगे बढायें, यदि नहीं तो 1 कदम पीछे ले जायें।
- आपको 2000 रुपये व्यक्तिगत काम के लिये चाहिये और आप अपने पार्टनर से इस बारे मे पूछना नहीं चाहते। यदि आप बैंक से लोन ले

सकते हैं तो 1 कदम आगे बढायें, यदि नहीं तो 1 कदम पीछे ले जायें।

- यदि आप कम्प्यूटर पर काम करना जानते हैं, तो एक कदम आगे बढायें अन्यथा 1 कदम पीछे ले जायें।
- अभी खबर फैली है कि शहर में दंगा हो गया है, आप घर के बाहर फंस गये है। यदि आप घर जाने में डर रहे हैं तो 1 कदम पीछे ले जायें नही तो 1 कदम आगे ले जायें।
- आप बच्चे नही चाहते । यदि आप अपने पार्टनर को गर्भ निरोधक अपनाने हेतु मना सकते हैं तो 1 कदम आगे जायें, नहीं तो 1 कदम पीछे हटें।
- कल रात में आपके मित्र के यहॉ सांस्कृतिक कार्यक्रम/पार्टी है। यदि आप अकेले जा सकते हैं तो एक कदम आगे ले जायें अन्यथा 1 कदम पीछे हटें।
- यदि आपने कभी अपने पार्टनर पर हाथ उठाया है तो दो कदम आगे ले जायें अन्यथा 2 कदम पीछे हटें।
- यदि आप रोज सुबह अखबार पढ़ते हैं तो 1 कदम आगे ले आयें अन्यथा एक कदम पीछे ले जायें।
- दो पुरूष सड़क पर एक छोटी लड़की को डरा धमका रहे हैं आप देखते हैं और आपको अच्छा नहीं लग रहा है। यदि आप जाकर उन्हे रोक सकते हैं तो एक कदम आगे बढ़ायें अन्यथा 1 कदम पीछे हटायें।
- आप गाना पसन्द करते हैं। यदि आप अपने सपनों को पूरा करने के लिये क्लास/कोचिंग में सीखने जा सकते हैं तो 1 कदम आगे, नहीं तो 1 कदम पीछे ले जायें।
- आप बर्तन धोना पसन्द नही करते। ढेर सारे बर्तनों का ढेर धोने के लिये पड़ा है। यदि आप बर्तन नही धोयेंगें तो 1 कदम आगे जायें नही तो 1 कदम पीछे ले जायें।
- आपके पिता की जल्दी ही मृत्यु हो गयी है। यदि आपको पुराने तरीके से संस्कार आदि करने की अनुमति मिल सकती है तो 2 कदम आगे बढायें, नहीं तो 2 कदम पीछे ले जायें।
- आप को किसी काम से बाहर जाना पड़ा था तथा काम में आपने जितना सोचा था उससे ज्यादा समय लग गया। यदि आप सोचते हैं कि आपको रात में बाहर रहने की अनुमति मिल जायेगी तो आप एक कदम आगे बढ़ायें नही तो 1 कदम पीछे बढ़ायें।

- यदि आप साइकिल चलाते हैं या कोई भी गाड़ी चलाते हैं काम के लिये या रोज आने जाने के लिये तो एक कदम आगे बढ़ायें, नहीं तो 1 कदम पीछे बढायें।
- आपके घर के पास में ही एक आटोमोबाइल्स पार्ट बनाने की नयी फैक्ट्री खुली है, जिसमें लोगों को लिया जा रहा है यदि आप सोचते हैं कि आपको रोजगार मिल सकता है तो एक कदम आगे बढायें, नहीं तो 1 कदम पीछे ले जाये।
- आप और आपके जीवन साथी (पार्टनर) ने एक शिशु पालने का निर्णय लिया है। आप लड़की गोद लेना चाहते हैं। यदि आप सोचते हैं कि यह सम्भव है तो एक कदम आगे बढायें, नहीं तो एक कदम पीछे ले जायें।
- आपका पार्टनर मर गया है। यदि आप सोचते हैं कि आपको उसकी सम्पत्ति में हिस्सा मिलेगा तो एक कदम आगे बढ़ायें, नहीं तो एक कदम पीछे ले जायें।

सत्र : 2 सामाजिक न्याय विष्लेषण

उद्देष्य : सत्र के अन्त तक प्रतिभागी :

- जेण्डरगत भेदभावपूर्ण सामाजिक मान्यताओं को समझ पायेगें।
- अपनी भूमिकाओं को समझ कर भेदभाव पूर्ण सामाजिक मान्यतओं के बदलाव हेतु पहल कर सकेंगे।

पद्धति : फिल्म प्रदर्षन, समूह चर्चा व प्रस्तुतीकरण

समय : 2 घन्टें

सामग्री : फिल्म 'लज्जा', चार्ट व मार्कर

गतिविधि –

प्रतिभागियों को फिल्म **'लज्जा'** के कुछ अंषों को दिखाएं तथा दिखाई गई फिल्म पर चर्चा हेतु प्रतिभागियों को चार समूह में बांटते हुए समूह नं0 1 व 2 को पहला सवाल तथा समूह नं0 3 व 4 को दूसरे सवाल पर समूह में चर्चा कर समूह के विचार रखने हेतु कहें –

- फिल्म में कहां–कहां पर जेण्डर आधारित भेदभाव व असमानताएं दिख रही थी?
- फिल्म में सामाजिक भेदभाव व पदानुक्रम (हैरारिकी) को बनाने में पुरूषों की कहां–कहां पर भूमिका दिखरही थी?

संभावित निकलने वाले बिन्दु निम्न प्रकार से हो सकते हैं –

जेण्डर आधारित भेदभाव व असमानताएं	सामाजिक भेदभाव व हैरारिकी को बनाने में पुरूषों की भूमिका
• दहेज देने का दबाव • लड़की के चरित्र पर संदेह • महिलाओं की यौनिकता (दूसरे पुरूषों को देखने व बात करने) पर नियत्रंण • पर्दा • महिला पर षारीरिक हिंसा • महिलाओं के आवागमन पर नियत्रंण • पवित्रता को साबित करने की जिम्मेदारी केवल औरत पर है। • मजदूरी मांगने पर महिला के साथ षारीरिक हिंसा। • महिलाओं से बगैर पैसे दिये काम कराना।	• दहेज मांगने वाले सभी पुरूष हैं • पुरूष की भूमिका मदद की है • पुरूष–पुरूष का साथ देता है और हिंसा हेतु उकसाता है • पुरूष–पुरूष पर नियत्रंण • षादी से मना करना • अग्निपरीक्षा की मांग करना • बच्चें की जिम्मेदारी लेने से इन्कार करना • बहुपत्नी बनाने का अधिकार समझना • पुरूष के पक्ष में पुलिस व प्रष. ासन को खड़ा करना • वर्ग भेदभाव का दबाव बनाना • दूसरे पुरूषों को भड़काना

सार – स्पष्ट करें कि हमारे समाज में महिलाओं के संदर्भ में अनेक तरह की मान्यताएं, रीतिरिवाज व परम्पराएं व्याप्त हैं जिसके पोषक के रूप में पूरा समाज मुख्य रूप से पुरूष काम करते हैं। ये सभी महिलाओं को दोयम् दर्जे पर खड़ा करती है। अतः एक नेता की जिम्मेदारी है कि वह इनको समझे और इन मान्यताओं को बदलने के लिए प्रयास करे।

सत्र : 3 समूह और सामाजिक बदलाव

उद्‌देष्य : सत्र के अन्त तक प्रतिभागी :

- समूह क्या है, तथा इसकी विषेषताओं को समझेंगे।
- सामाजिक बदलाव में समूह को कैसे सक्रिय बनाया जा सकता है इस पर समझ बढ़ाएंगे।

पद्धति : समूह चर्चा एवं प्रस्तुतीकरण
समय : 90 मिनट
सामग्री : चार्ट, मार्कर

गतिविधि –

- सर्वप्रथम प्रतिभागियों को चार समूहों में बांटे तथा उन्हें अपने–अपने समूहों में 'समूह' की परिभाषा लिखने के बाद प्रस्तुतीकरण करने के लिए कहें। प्रस्तुतीकरण के बाद निम्न प्रकार से 'समूह' की परिभाषा स्पष्ट की जा सकती है –

''तीन से ज्यादा लोगों के समूह को ही समूह कह सकते हैं जो एक साझा उद्‌देष्य के लिए मिलकर कार्य करता है तथा निर्णय लेता है।'' जहां पर बिना किसी उद्‌देष्य या सामूहिक भागीदारी के बिना लोग इकट्‌ठे होते हैं उसे भीड़ कहेंगे। इसी प्रकार समूह के अर्न्तगत एक न्यूनतम व अधिकतम सदस्य संख्या होती है जो आसानी से समूह में सक्रिय भागीदारी कर सके अन्यथा वह समुदाय स्तरीय भीड़ हो जायेगी।

- **इसके बाद 'समूह की महत्वपूर्ण बातों' पर चर्चा करें जो निम्न प्रकार से हो सकती हैं –**

- इस बात को समझना जरूरी है कि समूह में बहुमत से लिया गया निर्णय हमेषा सही नहीं होता। सहमति हमेषा लोग षक्तिषाली ला. ॅगों के लिए देते हैं, कमजोर के पक्ष में नहीं।
- समूह की एक सदस्यता होगी। समूह का एक नियम होता है जिसे समूह के सभी सदस्यों को पालन करना होता है ।
- समूह छोटे–छोटे बदलाव लाता है, जो एक बड़े बदलाव की कड़ी होती है।
- समूह में हम एक निषचित संख्या तथा एक निषचित उद्‌देष्य की बात करते हैं।
- समूह का अपना एक सिद्धन्त व मूल्य होता है तथा समूह संचालन के लिए कुछ नियम–कानून होते हैं।
- समूह एक बड़े संगठन का भाग हो सकता है। कई समूह मिलकर संगठन का निर्माण करते हैं। संगठन आंदोलन करता है तथा समाज में बदलाव लाने का प्रयास करता है।

- **प्रतिभागियों के साथ ''समूह को सक्रिय करने के लिए रणनीति/तरीकें'' क्या होगें, इस पर सामूहिक चर्चा करें।** जो निम्न प्रकार से हो सकते हैं –
    - सामुदायिक मुद्‌दों पर सकारात्मक आवाज उठाना

- नुकसानदेह परम्पराओं पर चुनौती खड़ करना तथा उनमें में बदलाव के लिए कदम उठाना
- सभी सदस्यों का सम्मान
- हर माह बैठक, नियमों का पालन तथा अनुषासन,
- आत्मविष्वास भरना, समूह के सदस्यों में जोष भरना
- सभी के विचारों को लेना, नेता तय करना
- सदस्यों में सहयोग की भावना बनाए रखना तथा समन्वय बनाना
- व्यवस्थित योजना के अनुसार कार्य करना
- दस्तावेज तैयार करना
- आय–व्यय का लेखा जोखा रखना तथा पारदर्शिता रखना

सत्र : 4 नेतृत्व की विषेषताएं

उद्देष्य : सत्र के अन्त तक प्रतिभागियो में :

- नेतृत्व के गुणों व स्परूप पर समझ बनेगी।
- जनतात्रिंक नेतृत्व क्षमता विकास हेतु साझा दृष्किोण निर्माण होगी।

पद्धति : समूह कार्य व प्रस्तुतीकरण

समय : 60 मिनट

सामग्री : केस स्टोरी, चार्ट, मार्कर

गतिविधि –

- प्रतिभागियों को पांच समूहों में बांटें तथा प्रत्येक समूह को केस स्टडी दें।
- प्रतिभागियों को कहें कि उन्हें समूह में चर्चा करते हुए समूह में नेतृत्व के सकारात्मक और नकारात्मक आयाम को निकाल कर प्रस्तुतीकरण करना है।

प्रस्तुतीकरण के उपरान्त निम्न बिन्दु निकलकर आ सकते हैं –

सकारात्मक सोच	नकारात्मक सोच	नेतृत्व का स्वरूप
परिवार वालों को दे देना पुलिस को दे देना हिदायत देकर छोड़ देना गांव का मुखिया होने के नाते कदम उठाना	मामले को घर में दबाना चाहते हैं भुक्तभोगी के अधिकार से गांव का सम्मान ज्यादा महत्वपूर्ण अधिकार की बात न करना	**पितृत्व नेतृत्व**
जानकारी इकठ्ठा करना कोर्ट से न्याय मांगना दस्तावेजीकरण चरण दर चरण हो रहा है	भुक्तभोगी की राय व सहमति नही वकील के पास अकेले जाना नेता की जानकारी व समझ बढ़ी किन्तु भुक्तभोगी की नहीं	**स्वकेन्द्रित नेतृत्व/ निरंकुश नेतृत्व**
मदद की सोच सम्पर्क ढूंढ़ना पहल करना	दूसरो पर विष्वास कर छोड़ देना कि काम हो जायेगा भुक्तभोगी को साथ न ले जाना भविष्य की कोई जानकारी व रणनीति न बनाना	**खुली छूट या मनमाना नेतृत्व**
मामले से अवगत होना और लोगों को अवगत कराना संगठन या गठबंधन बनाना मुखिया के पास जाना और समझाना समूह द्वारा केस दर्ज कराना/ कदम उठाना सबूत इकट्ठा करना व जोष भरना भुक्तभोगी को अन्याय का एहसास कराना लगातार प्रयास करना जागरूक करना	गांव के मुखिया को पक्ष नही बनाया गांव के लोगों को नहीं जोड़ पाए	**सहभागी एवं जनतात्रिंक नेतृत्व**
भुक्तभोगी को विष्वास दिलाना सहयोग करना कानून की मदद लेना प्रतिबद्ध रूप से जुड़ना नियोक्ता को षामिल करने का प्रयास	ठोस सबूत न जुटा पाना गांव को न मिला पाना और न ही पूछना यह मानना कि व्यवस्था ही जो करेगी सो करेगी	**व्यवस्था मूलक नेतृत्व**

- निकले हुए बिन्दुओं के आधार पर प्रषिक्षक नेतृत्व के निम्न स्वरूपों पर चर्चा करें।

<u>निंरकुश नेतृत्व / स्वकेन्द्रित नेतृत्वः</u>

स्वकेन्द्रित नेतृत्व एक विशेष तरह की परम्परावादी नेतृत्व हैं जिसमें –

- नेता स्वंय सारे निर्णय लेना चाहता हैं।
- नेता निर्णय पर पूर्ण नियंत्रण रखता हैं तथा अधिकार जताता है।
- नेता जिम्मेवारी को ज्यादा महत्व देता हैं। बजाय कि लोगों के प्रतिनिधित्व को समझे और सामने रखकर निर्णय ले।
- दुसरे सहकर्मी या सदस्य से बहुत कम परामर्श करता है।
- नेता अपने नेतृत्व के कौशल बढाने के प्रति कम चिंतित रहता है तथा स्वंय काम को पूरा करने तक सीमित रहता है।
- इस प्रकार यह काफी पुरानी शैली है तथा नेता पर ही सारा कार्यभार आ जाता हैं। एक तरह से यह बाकी सदस्यों को सशक्त बनाने में अवरोध ही पैदा करता है।

जनतात्रिंक व सहभागी नेतृत्व :

जनतात्रिंक व सहभागी नेतृत्व लोगों की क्षमताओं पर विश्वास करता है तथा जिम्मेदारियों को बांट कर निभाने की प्रक्रिया को बढावा देता है। इस नेतृत्व में काम बाकी सदस्यों में सौंपा जाता है तथा लगातार परामर्श किया जाता है जिसमें –

- नेता सभी बड़े मुद्वों पर सलाह लेकर निर्णय लेता है।
- नेता अन्य सदस्यों को जिम्मेदारी बांटता हैं तथा उस जिम्मेदारी को निभाने के लिए पूर्ण स्वंतत्रता व नियंत्रण देता है।
- नेता कार्य के लिए बनाए गए वातावरण व पहल की प्रक्रियाओं पर लगातार फीड बैक लेता है तथा फीड बैक का स्वागत करता है।
- नेता दुसरों को नेता बनने के लिए उत्साहित करता रहता है।

इस प्रकार के नेतृत्व से एक सकारात्मक माहौल बनता है। इससे सफल तथा बेहतर निर्णय होता है, रचनात्मक सोच व सभी की भागीदारी को जगह मिलती है जो समूह संगठन को स्थाइत्व प्रदान करता है।

<u>व्यवस्थामूलक नेतृत्व :</u>

इस नेतृत्व व्यवस्था में नेता बाकी साथियों व सदस्यों पर लगातार केवल नियम पालने का दबाव डालता है तथा केवल कार्य के निस्पादन को सुनिश्चित करता है जिसमें –

- नेता सभी सदस्यों से केवल औपचारिक सम्बन्ध व व्यवहार की अपे क्षा करता है।
- नेता के पास ताकत ज्यादा जमा होती जाती है जिसके कारण नेता को ही नुकसान उठाना पड़ता है।
- इसमें नेतृत्व विकास की बात ही समाप्त हो जाती है क्योंकि नियम कानून के अलावा उसकी कोइ जगह नहीं बनती है।

- इस प्रकार का नेतृत्व काफी समय खाने वाला हो गया है जो काफी पुरानी शैली का माना जा सकता है।

इस प्रकार के नेतृत्व में कोइ नई सोच या तरीका उभर कर नहीं आता। कुछ समय तक तो यह आसान लगता है किन्तु कोइ स्थाइत्व प्रदान नहीं करता। इस प्रकार के नेतृत्व में लोगो का उत्साह समाप्त हो जाता है। कोई आत्म सन्तोष नहीं मिलता। लोग काम जल्दी नहीं निपटाते। इस तरह के नेतृत्व में संचार भी खराब हो जाता है।

पितृत्व नेतृत्वः

इसमें नेता अपने को समुह/संगठन का मुखिया समझता है। उसे लगता है की वह सबके भले के लिए निर्णय लेगा। इसमें जब सबके भले की बात होती है तो समूह/संगठन समुह की मान मर्यादा व्यक्ति के अधिकार से ज्यादा हो जाती है। इसमें निर्णय व मद्द कल्याण की सोच से लिया या दिया जाता है न की अधिकार के सोच से। जब कल्याण की बात आती है तो सत्ता सम्बन्धों में कमजोर व परिदन्य लोग ज्यादातर समय बाहर हो जाते हैं और ज्यादा सत्ता वाले लोगों के पक्ष में निर्णय लिया जाता है। इस प्रकार के नेतृत्व में भुक्तभोगी या सदस्य अपनी हित की बात जोरदार ढंग से नहीं रख पाते क्योंकि वे भी मानने लगते हैं की हमारा मुखिया ही हमारे हित की रक्षा करेगा। इस प्रकार सभी लोग मुखिया पर निर्भर हो जाते हैं।

स्वच्छन्द नेतृत्वः

इस प्रकार के नेतृत्व में नेता एक बार काम को अन्य सदस्यों को सौंप कर मुक्त हो जाता है तथा पुनः जाकर नहीं देखता कि वह कार्य कब, किस तरह व किस गुणवत्ता का हो रहा है। इसमें अन्य सदस्यों को तो जगह मिलती है किन्तु एफिसिएन्सी – दक्षता; निपुणता व समय पर कार्य निष्पत्ति समाप्त हो जाती है। इस तरह के नेतृत्व में कभी–कभी बड़ा खामियाजा भुगतना पड़ता है, क्योंकि यदि काम उपयुक्त समय व अपेक्षित गुणवता का न हो तो काम का कोइ मूल्य नहीं होता। सामाजिक न्याय के क्षेत्र में तो इसका असर सीधे भुक्तभोगी पर पड़ता है। इस तरह का नेतृत्व समुह – संगठन में अराजकता जैसी ला देती है जिससे धीरे– धीरे समूह संगठन समाप्ति की और जाने लगता है।

सार –

प्रशिक्षक सत्र सार बांधते हुए बताए कि हमारे कामों की प्रकृति को देखते हुए यह जरूरी है कि ऐसा नेतृत्व हो जो सभी को तथा परिदन्य को विशेष रूप से सशक्त बनाते हेतु काम करे। इस लिए हम लोग जनतांत्रिक व सहभागी नेतृत्व के अपनाते हैं जिससे सामाजिक न्याय की बात अधिकारगत ढाँचे में हो तथा अधिकारों को संवैधानिक व मानव अधिकार के स्रोतों से लिया जाय। इस नेतृत्व में सदस्यों व आम लोगों की सशक्तिकरण के कारण समूह संगठन की उम्र लम्बी होती है। इसमें एक साथ कई नेता उभर कर आते हैं और बाहर वालों को समझ में नहीं आता

कि समूह का कौन नेता है। इस नेतृत्व में पारदर्शिता व अन्य मूल्यों तथा सिद्धांतों को ज्यादा जगह दी जाती है।

केस स्टडी – 1

रीता का विवाह रामकिषोर के साथ 1983 में हुआ था। षुरू से ही रामकिषोर छोटी–छोटी बातों को लेकर रीता को नीचा दिखाता रहता था। वह रीता से बार बार मांगे भी करता रहता और उसके अन्य औरतों से भी सम्बंध थे। लगातार मारपीट व प्रताड़ना के बीच रीता ने जीवन के तेरह साल बिताए। इसी विवाह से उसके तीन बेटियां भी हुई। लगातार प्रताड़ना के कारण रीता मानसिक रूप से बीमार हो गई। इसी बीच उसकी ग्यारह साल की बेटी ने बताया कि उसका बाप उसके साथ दुराचार करता है। बलात्कार तो नहीं पर अन्य प्रकार के कामुक व्यवहार/छेड़खानी करता है। जब रीता ने पति से बात की तो उसने कहा कि तुम तो पागल हो, तुम्हे वहम हो रहा है।

रीता ने परेषान होकर यह बात वहां काम कर रही संस्था के कार्यकर्ता को बताई। कार्यकर्ता ने समस्या सुनकर रीता को विष्वास दिलाया कि वह अवष्य इसके लिए कुछ करेंगे। इसके बाद कार्यकर्ता ने रामकिषोर के दफतर जाकर उनके आफीसर से मिले और सारी बातें बताई। कार्यकर्ता चाहते थे कि आफिस रामकिषोर के खिलाफ कुछ कार्यवाही करे। परन्तु बिना किसी ठोस सबूत के दफतर में कार्यकर्ता की सुनवाई नहीं हुई। इसके बाद उन्होंने रीता की मदद से इसके खिलाफ थाने में रपट लिखवाई। रपट के आधार पर फिर से उन्होंने रामकिषोर के आफिस में दबाव डाला कि उसके खिलाफ कार्यवाही हो। इसी बीच रीता अपनी लड़कियों को लेकर पति का घर छोड़ मायके आ गई।

इधर पुलिस रिपोर्ट के आधार पर संस्था ने कोर्ट में भी एक याचिका दायर की और रीता व लड़कियों को इंसाफ दिलाने की मुहिम चला दी। लेकिन जब बात फैलने लगी तो रामकिषोर भी चुप नहीं बैठा। वह गांव में संस्था और कार्यकर्ता के खिलाफ लोगों को भड़काने लगा। मामला भी पेचीदा था। गांव वाले ज्यादातर रामकिषोर की बात ही मान रहे थे। कार्यकर्ता लगातार रीता को सहायता कर रहे थे और मुकदमा भी लड़ रहे थे। कार्यकर्ता पूरी तरह से प्रतिबद्ध थे कि रीता और उसकी लड़कियों को इंसाफ दिला कर रहेंगे। पांच साल हो गए मुकदमा चल रहा है। रीता अपने मायके में बेटियों के साथ रह रही है और रामकिषोर अपने गांव में ही है।

केस स्टडी – 2

दयावती गांव की आंगनबाडी कार्यकर्ता थी। 1990 में उसकी षादी जितेन्द्र पाल से हुई जो सरकार के जिला कार्यालय में नौकरी करता है। षादी के

बाद उसके पति एवं ससुराल के सदस्यों ने मांग रखी कि वह अपना पूरा वेतन उन्हें सौंप दे। जब दयावती ने मना किया तो उन लोगों ने उस पर अत्याचार करना षुरू कर दिया। एक साल में दयावती मॉ बन गई। बेटा होने के बावजूद उसके परिवार का रूख पहले की तरह ही रहा। जब बेटा सात महीने का था तो वह पुनः गर्भवती हो गई। दूसरा बच्चा भी लड़का हुआ। दयावती बहुत कमजोर हो गई थी। दो माह पष्चात् एक दिन सुबह दयावती की जली हुई लाष मिली, जिसकी जीभ निकली हुई थी। उसकी षादी के ढाई साल पूरे हुए थे।

आंगनबाडी की सहायिका इस पूरे वाकिये से अवगत थी और दयावती को इंसाफ दिलाना चाहती थी। उसने सबसे पहले दयावती के मां–बाप से बात की और उन्हें समझाया कि किस तरह उनकी बेटी के साथ अन्याय हुआ है और उसे न्याय दिलाने की जिम्मेदारी मां–बाप पर है । इसके बाद वो मिलकर गांव के संरपच के पास गए और उन्हें समझाने का प्रयास किया। लेकिन सरपंच जितेन्द्र पाल के पक्ष में ही बोल रहा था। तब उन तीनो ने केस पुलिस में दर्ज करा उसकी जांच पड़ताल करने की मांग की। साथ –साथ सहायिका ने गांव के एस0एच0जी0 की औरतों को भी पूरे केस के बारे में बताया और उनसे मदद, मांगी। गांव की अन्य महिला. ओं और पुरूषों को भी वह मीटिंग के जरिए अपनी बात पहुचाने के लगातार प्रयास करती रही। आखिर एक दिन गांव के लोगों ने मिलकर एक कमेटी बनाने की ठानी जो कि दयावती केस को कोर्ट में गांव की तरफ से दयावती को इंसाफ दिलाने के लिए लड़ेंगे।

केस स्टडी – 3

कमला बाई के पास पांच बच्चे थे जब उसके पति की मौत हुई थी। पिछले दंगे के तुरन्त बाद वह घर से निकाल दी गई। कमला व उसके पति के पास जो जमीन थी उसे उसके ससुर ने कब्जा कर लिया। उसके बच्चों को भी घर के अन्दर नहीं आने दिया जाता था और वे सब कड़ाके की ठण्ड में घर के बाहर खुले मैदान में सोते थे। उसकी सुबह ससुराल वालों के उत्पीड़न से षुरू होती थी और अन्त रात से। अन्त में उसे बच्चों को भाई के घर छोड़ना पड़ा और दूसरे गांव में कमाने के लिए जाकर रहने लगी। वहां वह सब्जी बेचकर पैसा कमाती और अपने बच्चों को पालने की कोषिष करती रही।

यह बात जब उस गांव के प्राइमरी अध्यापक को पता चली तो उन्होंने कमला को सहायता देने की सोची। इसके लिए वे जाकर वहां की स्थानीय संस्था से मिले और उन्हें सब बातें बताई। बात करके आने के बाद वे तसल्ली करके बैठ गए कि अब संस्था अपने आप कुछ कदम उठायेगी। लेकिन छः महीने तक जब कुछ नहीं हुआ तो एक दिन उन्हें फिर से याद आया कि वे कमला की मदद करना चाहते थे। इस बार उन्होंने पंचायत में जाकर इस बावत बात की। पंचायत ने भी उन्हे भरोसा दिलाया कि वह इस मामले को उठायेंगे। परन्तु उन्होने पक्के तौर पर न

संस्था से और न ही पंचायत से पूछा कि इस पर वह क्या कदम उठायेंगे और क्या रणनीति होगी कमला को इंसाफ दिलाने की। चार साल बीत गए स्थिति ज्यों की त्यों बनी हुई है।

केस स्टडी – 4

माला का विवाह 14 वर्ष की उम्र में हुआ था। जब उसने कहा कि वह पढ़ना चाहती है तो उसके ससुराल वालों ने मना कर दिया। काम का बोझ माला के लिए बहुत ज्यादा था और कम उम्र में इतनी जिम्मेदारी उससे सभलती नहीं थी। इसको लेकर तनाव होने लगा और अक्सर घर में लड़ाई झगड़ा होता। धीरे–धीरे लड़ाई झगड़े मारपीट में बदल गए और माला षारीरिक और मानसिक रूप से बिल्कुल टूट गई। जब यह सब उसकी बर्दाष्त से बाहर हो गया तो उसने यह सब अपने मां–बाप को बताया और घर छोड़कर अपने मायके आ गई।

माला का भाई माला को उसका खोया हुआ सम्मान और अधिकार दिलाना चाहता है। वह सबसे पहले उन सभी कानूनों की जानकारी इकट्ठा करता है जो उसे इस संधर्ष में मदद कर सकते हैं। सारी जानकारियां इकट्ठी क वह सिलसिलेवार तरीके से उनका दस्तावेजीकरण करता है और एक वकील से मिलता है। इसके अलावा वह माला के विभिन्न अधिकारों और उन्हें सुरक्षित रखने की विधिओं का भी लिस्ट बनाता है। वकील से मिलकर वह सब कागजात और जानकारियां उसे देता है और उससे परामर्ष करता है कि माला को उसका हक दिलाने के लिए क्या किया जा सकता है। वकील उसे राय देता है कि इसके लिए माला एक एफिडेविट कोर्ट में जमा करे और अपनी स्थिति का बयान जज के सामने दे। भाई जब यह बात माला को बताता है तो वो हैरान रह जाती है क्योंकि इससे पहले भाई ने उसकी राय या सहमति लेने की कभी जरूरत नहीं समझी थी।

केस स्टडी – 5

भावना की षादी 2008 में एक अच्छे खाते पीते परिवार में हुई। षादी के दिन ही भावना के घरवालों को पता लगा कि उसका पति रमेष षराब पीता है। न चाहते हुए भी भावना की षाादी हो गई लेकिन मा के मन को को खटका लगा हुआ था। चार महीने बाद ही अचानक फोन आया कि भावना को रमेष ने बहुत ज्यादा मारा है और उसे कमरे में बन्द किया हुआ है। परिवार वालों ने जाकर उसको छुड़ाया और यह मामला पंचायत के सामने लाया गया। सरपंच ने बीच बचाव किया और रमेष के परिवार वालों को आइन्दा इतना बुरा बर्ताव न करने की हिदायत देकर छोड़ दिया। कुछ समय तक स्थिति ठीक रही लेकिन छः सात महीने बाद ही जबकि भावना पांच महीने के गर्भ से थी फिर से उसके साथ अत्यधिक मारपीट की गई। इस बार भावना ने यह भी बताया कि उसका देवर उसके साथ छेड़खानी करता है और ससुराल वाले जानकर भी देवर का साथ देते हैं।

यह मामला जब फिर से सरपंच के सामने आया तो उसने इस विषय पर कदम उठाने का निर्णय लिया। तब उन्होंने व्यवस्था में इस प्रकार के गुनाह के लिए क्या नियम व प्रक्रिया है उसका पता लगाया और उसके अनुसार पुलिस को सूचित किया। पुलिस में सूचना के अनुसार रमेष के घर वालों से पूछताछ की गई और सरपंच ने भी नियमानुसार अपना बयान दिया। सरपंच ने अपनी जिम्मेदारी समझते हुए जो व्यवस्था के अर्न्तगत उचित कार्यवाही थी वह कर दी थी।

सत्र : 5 स्वनेतृत्व का विष्लेषण

उद्देष्य : सत्र के अन्त तक प्रतिभागियों में स्वनेतृत्व विकास के गुणों पर समझ बनेगी।

पद्धति : अभ्यास कार्य व सामूहिक चर्चा

समय : 90 मिनट

सामग्री : अभ्यास हेतु सवालों की सूची, चार्ट, मार्कर

गतिविधि – प्रतिभागियों को बताएं कि स्वनेतृत्व को परखने के लिए एक अभ्यास किया जायेगा। जिसके तहत प्रतिभागियों को पढ़े जाने वाले सवालों के आधार पर अपने उत्तर के जवाब में नम्बर देते हुए निम्न टेबिल के अनुसार अपने पैड में लिखने हैं–

प्रश्न	असहमत 1	कुछ सहमत 2	सहमत 3
1. 2. 3.			

स्वनेतृत्व जानने हेतु सवाल –

- मजबूत काम करने के लिए व्यक्ति को मजबूती से निर्णय लेना चाहिये।
- दल में काम करने के लिए सबको अपने दायरे में रहना चाहिये।
- मिलजुलकर सहमत से लियागया निर्णय सबसे अच्छा निर्णय होता है।
- कई लोगों से काम कराने का बेहतर तरीका उनके विवेक पर छोड़ देना है।
- लोग अक्सर मेरा निर्णय मानते हैं क्योकि मैं अपने निर्णय पर अटल रहता हूँ।
- सभी को एक काम एक जैसे तरीके से करना चाहिये क्योंकि इससे काम जल्दी व कम पैसे में हो जाता है।
- कई साथियों का निर्णय सुनने के बाद ही कोई निर्णय पंसद करता हूँ।

- लोगों में क्षमता है और उन्हें अपने आप काम करने को छोड़ दिया जाय तो बेहतर काम होता है।
- मै मेहनती को दिषा और कमजोर को धक्का देना पंसद करता हूँ।
- असरकारी व्यवस्था बनाने के लिए नियम कानून बनाना और कड़ाई से पालन करना उचित होगा।
- मेरे साथी मेरे साथ लगातार चर्चा व बहस करते हैं क्योकि मैं उनसे सीखता हूँ।
- मैं कत्तई भी दूसरों को उनका काम समझाने व निर्देषित करने में विष्वास नहीं रखता।
- सबसे राय लेने के बाद मुझे जो सबसे सही लगता है वही निर्णय लेता हूँ।
- टीम का पदाधिकारी/नेता जो कहता है उसे ही मानना पड़ता है।
- निर्णय से पहले सब की राय लेता हूँ, राय के अनुसार निर्णय लेता हूँ।
- टीम में यदि किसी के पास समस्या होगी तो खुद ही मेरे पास आयेंगे।

उपरोक्त सवालों के आधार पर प्रतिभागियों के अपने जवाबों को जोड़ते हुए निम्न प्रकार से चार वर्गो A, B, C, D में बांटते हुए रखने तथा पुनः उनको जोड़ने के लिए कहें। इसके बाद निकले हुए योग का विष्लेषण निम्न टेबिल के अनुसार करें –

A	B	C	D
स्वकेन्द्रित निर्णय	**व्यवस्था नेतृत्व**	**सहभागी जनतात्रिंक नेतृत्व**	**खुला छोड़ने वाला नेतृत्व**

सार – प्रषिक्षक स्पष्ट करें कि यदि हम 'जनतात्रिंक नेतृत्व' में जाना चाहते हैं तो स्वंय के नेतृत्व में बदलाव लाना होगा। हमें याद रखना होगा हमारा काम अधिकारगत ढांचे में है। हमारे नेतृत्व की जिम्मेदारी होती है कि वह समूह व संगठन संशक्त बनाये तथा स्थायित्व प्रदान करे जो जनतांत्रिक नेतृत्व में ही संभव है।

सत्र : 6 समूह में संचार

उद्देष्य : सत्र के अन्त तक प्रतिभागियों में संचार, संचार के तरीकों तथा समूह में प्रभावषाली संचार प्रक्रिया पर समझ बनेगी।

पद्धति : सामूहिक चर्चा व खेल

समय : 90 मिनट

सामग्री : अलग–अलग संचार के चित्र, चार्ट, मार्कर

गतिविधि –

- प्रषिक्षक प्रतिभागियों को बताएं कि हम एक खेल करने वाले हैं जिसमें हम एक संदेष एक प्रतिभागी को बोलेगें जिसे वह अपने बगल वाले बैठे साथी को धीरे से देगा इसी प्रकार अंत तक यह प्रक्रिया चलेगी तथा अन्त में सुनेगें कि कही गई बात किस रूप में पहुंची है। प्रषिक्षक पहले प्रतिभागी को संदेश दे तथा उसे अंतिम प्रतिभागी तक पहुंचाने को कहे। अन्त में देखे कि क्या संदेश पहुंचा है।

प्रषिक्षक स्पष्ट करें कि हम सभी लोग किसी न किसी माध्यम से अपनी बातों को दूसरे लोगों तक पहुंचाने का कार्य करते हैं जिसे 'संचार' कहते हैं। संचार तभी अच्छा माना जाता है जब वक्ता द्वारा कही गई बात स्रोता तक उसी उद्देष्य में पहुंचे जिस अर्थ में वक्ता द्वारा कही गई हो।

- इसके बाद प्रषिक्षक स्पष्ट करें कि संचार प्रमुख तौर पर दो प्रकार से होता है –
  - **मौखिक –** मौखिक संचार में हम लोग षब्दों को बोलकर सम्प्रेषण करते हैं।
  - **अमौखिक संचार –** जब किन्हीं षब्दों का प्रयोग किये बिना अन्य तरीकों से जैसे हाव–भाव, संकेत आदि के द्वारा सूचना देने का काम किया जाता है तो उसे अमौखिक संचार कहते हैं।

- इसके बाद प्रषिक्षक विभिन्न छवि वाले चेहरे दिखाये तथा प्रतिभागियों से पूछें कि इन छवियों को देखने के बाद हमे क्या पता चलता है? जिस पर निम्न प्रकार से जवाब आ सकता है –

आदमी का चेहरा, मुस्कराते हुए, गुस्सा करते हुए, रोता हुआ, सोचते हुए, हंसते हुए, चिल्लाते हुए, दुःखी होकर, परेषान, घूर करके देखते हुए आदि।

प्रषिक्षक स्पष्ट करें कि हमें कई तरह से संदेष मिलते हैं। जिसके तहत हमें दूसरों के षारीरिक हाव–भाव से भी संचार मिलता है।

- तत्पष्चात् प्रषिक्षक संचार के प्रमुख तीन रूपों पर उदाहरण देकर विस्तार पूर्वक चर्चा करें –
  - एकतरफा संचार
  - दो तरफा संचार
  - बहुमुंखी संचार

एक तरफा संचार : इसमें ज्यादातर पारम्परिक भाषण का इस्तेमाल किया जाता है जिसमें एक बोलने वाला तथा दूसरे श्रोता होते हैं। श्रोता की भागीदारी केवल सुनने में होती है। वक्ता को पता नहीं चलता कि श्रोता तक उसकी बात पहुंच रही है या नहीं।

दो तरफा संचार : इस संचार का उपयोग सहकामी भाषण के माध्यम से या दो व्यक्तियों में चर्चा, परामर्श, कॉसलिंग आदि के माध्यम से दो व्यक्तियों या समूहों के बीच में होता है।

बहुमुखी संचारः इस का उपयोग समूहों संगठनों की बैठकों या प्रशिक्षण में किया जाता है इसमें सदस्यों या प्रतिभागियों के बीच में संचार होता है। इस संचार का उपयोग सामाजिक कामों में सबसे ज्यादा किया जाता है जिसमें प्रत्येक सदस्य सक्रिय भागीदारी संचार देने व लेने में निकालते है।

सत्र : 7 समुदाय में भाषण

उद्देष्य : प्रतिभागियों में सामूदायिक स्तर पर संचार कौषल में समझ व अभ्यास बढ़ाना।

पद्धति : समूह में व्यक्तिगत प्रस्तुतीकरण एवं फीड बैक

समय : 90 मिनट

सामग्री : चर्चा के मुद्दे

गतिविधि –

- सामुदायिक स्तर पर नेतृत्वकर्ता के संचार कौषल पर समझ बनाने के लिए प्रतिभागियों में से पांच प्रतिभागियों को पांच अलग–अलग मुद्दों पर अपनी बात रखने के लिए तीन मिनट का समय देते हुए बोलने के लिए आमंत्रित करें।
- बाकी प्रतिभागियों को नेतृत्वकर्ता की संचार प्रक्रिया को देखकर प्रस्तुतीकरण के बाद अपना सुझाव देने के लिए कहें।
- प्रतिभागियों द्वारा कही गई बातों को प्रषिक्षक चार्ट पर लिखें तथा उस पर चर्चा करें।

प्रतिभागियों से निकली हुई बातों को जोड़ते हुए प्रषिक्षक बताएं कि एक अच्छे नेतृत्वकर्ता को निम्न बातों को ध्यान में रखना चाहिये –

- मुद्दे की तैयारी
- बोलने का क्रम
- आडियन्स कहां है?
- हम क्या बोल रहे हैं?
- अमौखिक संचार क्या चल रहा है?

सारः प्रषिक्षक को यह भी स्पष्ट करना चाहिये कि, हमें मानकर चलना चाहिये कि आडियन्स में विपक्ष के लोग बैठे हैं, उनको हमें अपने पक्ष में करना है। कुछ लोग आपकी बातों से सहमत हो जाते हैं और कुछ लोग असहमत होते हैं। आप सौ प्रतिषत किसी को सहमत नहीं करा सकते इसलिए सभी के तर्को को ध्यान से सुनना चाहिये। दोस्त बनाकर सभी को सुनने के लिए मजबूर कर देना चाहिए।

सत्र : 8 समूह संचार

उद्देष्य : प्रतिभागियों में सामूहिक संचार प्रक्रिया व नेतृत्वकर्ता की भूमिका पर समझ बनाना।

पद्धति : समूह चर्चा व फीड बैक

समय : 120 मिनट

सामग्री : चार्ट, मार्कर

गतिविधि –

- सामूहिक नेतृत्व व नेतृत्वकर्ता की भूमिका व जानकारी तथा समझ बनाने के लिए 10 प्रतिभागियों का एक समूह बनायें तथा एक मुद्दे पर 'कि गांव के लोग कहते हैं कि ये घरों को तोड़ रहे हैं' पंचायत बुलाकर चर्चा करने के लिए कहें।
- समूह में चर्चा करने वाले प्रतिभागियों को 15 मिनट का सम निर्धारित करें।
- समूह में चर्चा को फैसलिटेट करने के लिए उन्हें आपस में दो लीडरों को चिन्हित करने के लिए कहें।
- षेष प्रतिभागियों को जो गोले के बाहर बैठेंगे को, की जाने वाली चर्चा की प्रक्रिया पर निगरानी रखने के लिए कहें।

इस प्रक्रिया के बाद प्रषिक्षक गोले के बाहर बैठे हुए प्रतिभागियों से निम्न सवालों के आधार पर चर्चा को आगे बढ़ायें–

- पंचायत में बैठक के माध्यम से क्या निष्कर्ष निकला?
- क्या चर्चा के मुद्दे पर सभी लोगों को जानकारी थी?
- क्या समस्या से संबधित जानकारी इकट्ठा की गई?
- समूह के लोगों में किसी तरह का तालमेल दिखाई दे रहा था?
- दोनों फेसलिटेटरों के बीच सामंजस्य कैसा था?
- क्या चर्चा में सभी लोगों की सहभागिता दिख रही थी?

इसके बाद प्रषिक्षक नेतृत्वकर्ता की भूमिकाओं को लेकर चर्चा करें जो निम्न प्रकार से हो सकती है–

- सबसे पहले बैठक का एजेण्डा तय कर लेना चाहिये।
- समूह में लोगों के सत्ता सम्बन्धों को ध्यान रखना चाहिये ताकि मुद्दे से भटकाने वालों व गलत निर्णय का समर्थन करने वालों को रोका जा सके।
- मुद्दे/विषय की जानकारी सभी सदस्यों को होना चाहिये।

- नेतृत्वकर्ता का उत्तरदायित्व बनता है कि वह बैठक को एजेण्डे के अनुसार बनाये रखे।
- बोलने के लिए लोगों को आमंत्रित करते रहना चाहिये।
- प्रस्ताव पर लोगों की राय लेते रहना चाहिये।
- भटकाव की स्थिति में लोगों से राय लेकर ही अन्य मुद्दों को बैठक में षामिल करें।
- संचालक को ज्यादा से ज्यादा राय या विकल्प मांगना चाहिये जिससे निर्णय लेने में सहायता मिले।
- लोगों के अलग–अलग राय पर भी चर्चा कराना चाहिये।
- दो लोगों के बीच की चर्चा को रोककर लोगों से इस पर राय लें।
- जहां तक संभव हो बैठक में लोग अपनी ही राय रखें, दूसरों की बात न रखे।
- छोटी–छोटी बातों पर सहमति लेते रहें।
- लोगों को उत्साहित करते रहें ताकि सदस्य कुछ अलग सोचें।
- निर्णय पर सभी सदस्यों से सहमति ले लें।
- बैठक के अन्त में पुनरावलांकन कर ले कि बैठक के एजेण्डे पूर्ण हुए या नहीं।
- सकारात्मक नोट के साथ बैठक का समापन करें।
- बैठक में फीड बैक अवष्य मांगे ताकि छोटी–छोटी समस्याओं को दूर किया जा सके।
- बैठक की तिथि व समय तय करने में सभी की सहमति अवष्य ले लेना चाहिये।

सत्र : 9 व्यक्तिगत संचार

उद्देष्य : प्रतिभागियों में व्यक्तिगत संचार के गुणों व अवरोधों पर समझ बनाना।

पद्धति : समूह कार्य, प्रस्तुतीकरण व सामूहिक चर्चा

समय : 60 मिनट

सामग्री : चार्ट, मार्कर

गतिविधि 1 –

- व्यक्तिगत संचार प्रक्रिया पर समझ बनाने के लिए सर्वप्रथम प्रतिभागियों को चार समूहों में बांटे।
- प्रत्येक समूह को निम्न दोनों सवालों पर चर्चा करते हुए समूह का प्रस्तुतीकरण करने के लिए कहें।
    - एक अच्छे स्रोता के क्या गुण होते हैं?
    - सुनने के अवरोध क्या होते हैं?
- समूह चर्चा के लिए 10 मिनट का समय निर्धारित करें।

प्रस्तुतीकरण से निम्न बातें निकलकर आ सकती हैं–

एक अच्छे स्रोता के गुण	सुनने के अवरोध
• वक्ता की बात को एकाग्र होकर सुनना • सुनी हुई बातों को जीवन में उतारें • वक्ता की सभी बातों को सुनें • पूरी बात सुनकर प्रष्न करना • बात के समय अपने को अनुषासित रखना • बिना पूरा वक्तव्य सुने कोई वाद–विवाद नहीं करना • भूल वष अगर कोई गलत वाक्य बोलता है तो किसी भी प्रकार का बीच में हस्तक्षेप न करना/उपहास न उड़ाना • किसी बात को न समझने पर दोबारा पूछना • चर्चा के दौरान बीच में न उठना • किसी बात का मजाक न बनाना • सभी को समान मौका देना	• किसी मुद्दे को लेकर हमारा पूर्वाग्रह • पहले की सोच • एक तरह की सोच का बनना • किसी बात को लेकर हमारे विष्वास में कमी • आपस में काना–फूॅसी • वक्ता का अपने वक्तव्य को क्रमबद्ध तरीके से न रख पाना • दर्षक दीर्धा में षोर • बीच में उठकर जाना • किसी बात को बार–बार पूछना • वक्ता की बात को बीच में काटना • मोबाइल बजना • अनावष्यक खड़े हो जाना • चर्चा को भटकाना • वक्ता की भाषा समझ में न आना

गतिविधि 2 –

- पुनः अभ्यास कार्य के लिए प्रतिभागियों को जोड़ों में बांटें। दो जोड़ों को एक सवाल दें। जोड़े में एक व्यक्ति दुसरे को दिए गए विषय पर समझाएगा। इसके लिए 15 मिनट का समय निर्धारित करें।
    - लड़की को दहेज तो मिलता है फिर सम्पत्ति में हिस्सा कैसा?
    - महिला पंचायत नही चला सकती?
    - महिला को आजादी तो ठीक है लेकिन एक सीमा के अन्दर ही।
    - एक दो थप्पड़ मारने को हिंसा नहीं कह सकते।
    - लड़किया भी तो उकसाती हैं छेडछाड के लिए।
    - पुरूष बदल जाये तो क्या वे महिलाओं के कपड़े धोयेगें?

- उपरोक्त मुद्दो पर चर्चा करने के बाद प्रतिभागीको षेयर की गई बातों को बिना आपसी चर्चा के सभी अपने–अपने पैड में लिखें। लिखी गई बातों को पुनः एक दूसरे पार्टनर को पढ़ने के लिए कहें। इसके बाद यह निर्देष दे कि– यह देखें कि हमारा पार्टनर हमारी समझाई हुई बात को कितना समझ पाये हैं।

संभावित निष्कर्ष –

- पार्टनर द्वारा जो समझाया गया था उसमें 50–70 प्रतिषत समझ पाये हों।
- पार्टनर द्वारा बढ़ा–चढ़ा कर लिखा गया।
- जो समझाया गया उसे लिखने में अन्तर हो।

उपरोक्त निकली हुई बातों को स्पष्ट करते हुए प्रषिक्षक बतायें कि –

- बोलने वाले से चार गुना तेज सुनने वाले का दिमाग चलता है इसलिए सुनने वाले को खुले दिमाग से सुनना और सोचना पड़ेगा।
- वक्ता को **'बिहाइण्ड द लाइन'** यानि अनकही गई बातों को भी सुनना चाहिये तभी आप सामने वाली की मंषा व भावना का सही अनुमान लगा सकते हैं।
- बात को पूरी सुने और बगैर जानकारी के मुद्दे पर नही बोलना चाहिये।
- सुनना, इसके बाद विष्लेषण करना और फिर उस पर अपनी राय रखना ही अच्छे स्रोता के लक्षण हैं।
- किसी बात को तुरन्त व्यापक रूप (जनरलाइज करना) नही देना चाहिये जैसे– सारे नेता भ्रष्ट होते हैं।
- एक अच्छे स्रोता को **लिसनिंग** रिस्टेबलिस करते रहना चाहिये जैसे वक्ता की बात को बार–बार स्पष्ट करते रहना चाहिये।
- किसी वक्ता को सुनना उसका सम्मान होता है।
- **मल्टी टास्किंग** – एक साथ एक से अधिक बातों को सोचना व करना।

सत्र : 10 आन्दोलन एवं गठबंधन निर्माण

उद्देष्य : प्रतिभागियों में आन्दोलन एवं लोगों के जुड़ाव हेतु विभिन्न घटकों पर समझ बनाना।

पद्धति : रोल प्ले प्रस्तुतीकरण व सामूहिक चर्चा

समय : 120 मिनट

सामग्री : चार्ट, मार्कर

गतिविधि –

- आन्दोलन के लिए लोगों को तैयार करने के लिए प्रतिभागियों को 8–8 के सदस्यों में पांच समूहों में बांटें तथा निम्न मुद्दों पर रोल प्ले प्रस्तुत करने हेतु तीन मिनट का समय निर्धारित करें। रोल प्लू की तैयारी के लिए 15 मिनट का समय दें।
  - यौनिक छेड़छाड़ घटना
  - दहेज के लिए मार ड़ालना
  - पत्नी को छोड़ देना
  - पत्नी के साथ मारपीट
  - महिला पंचायत लीडर के साथ छेड़छाड़

- समूह के 8 लोगों में सें 2 लोगों को नेतृत्व करने हेतु निर्देषित करें।
- रोल प्ले करने वाले समूह के अलावा बाकी समूह के लोगों को रोल प्ले को आब्जर्ब करने के लिए कहें।

रोल प्ले प्रस्तुतीकरण के बाद प्रषिक्षक, प्रतिभागियों के साथ प्रष्न करें कि **'आन्दोलन' हेतु क्या–क्या प्रयास किया गया,** निकलने वाले बिन्दुओं को चार्ट पर अंकित करें तथा दूसरे बिन्दुओं को जोड़े।

प्रषिक्षक, प्रतिभागियों के साथ पुनः प्रष्न करें कि **'किसी घटना से प्रभावित होने वाले व्यक्ति कौन–कौन लोग हो सकते हैं'** निकलने वाले बिन्दुओं को चार्ट पर अंकित करें तथा दूसरे बिन्दुओं को जोड़े।

संभावित जवाब निम्न प्रकार से हो सकते हैं–

- अध्यापक
- सामाजिक कार्यकर्ता
- ग्राम प्रधान, बी.डी.सी.
- सरकारी कर्मचारी
- भुक्तभोगी व उसका परिवार

- राय बनाने वाले लोग
- पत्रकार
- पुलिस
- महिला संगठन
- गांव का राजनैतिक व्यक्ति
- सांस्कृतिक दल

प्रषिक्षक स्पष्ट करें कि हमें 'स्टेक होल्डरों' की सूची बनाकर तीन भागों में बांटकर देखना चाहिये –

- समर्थन करने वाले
- उदासीन (न्यूट्रल)
- विरोध करने वाले

- ऐसी स्थिति में हमें समर्थकों के साथ मिलकर गठबन्धन बनाने का प्रयास करना चाहिये।
- जो लोग उदासीन होते हैं उन्हें पूरी बात बताना और समझाने का प्रयास करना चाहिये। जिससे कुछ लोग खुलकर आयेंगे कुछ लोग समर्थन तो करेंगे लेकिन सामने नहीं आयेंगे।
- आन्दोलन करने के लिए लोगों को जागरूक बनाने की जरूरत है न कि उन्हें हिन्सक बनाकर आन्दोलन कराना।
- सरकार व पंचायत पर दबाव बनाने के लिए गठबन्धन बनाना।
- जो भी घटना घटी है उसका पूरा दस्तावेजीकरण करते रहना चाहिये। जिसमें किये गये कार्यो, बैठकों, निर्णय प्रक्रिया आदि को पूरा दर्ज करना चाहिये।
- सदस्यता व नियमावली रजिस्टर बनाकर रखना चाहिये।
- षपथ पत्र पर सभी लोगों के हस्ताक्षर करवाकर रखना चाहिये।

सत्र : 11 दस्तावेजीकरण

उद्देष्य : **सत्र के अन्त तक** प्रतिभागियों में समूह प्रक्रियाओं के दस्तावेजीकरण व उसके महत्व पर समझ बढ़ेगी।

पद्धति : सामूहिक चर्चा

समय : 60 मिनट

सामग्री : चार्ट, मार्कर

गतिविधि –

- प्रषिक्षक स्पष्ट करें कि एक सफल एलायन्स के लिए जरूरी है कि वह हर घटनाओं का व्यवस्थित तरीके से दस्तावेजीकरण करें। दस्तावेजीकरण में एक समूह में निम्न बातें महत्वपूर्ण हो जाती हैं–
  - घटना का दस्तावेजीकरण – घटना में कब कहां क्या हुआ, प्रक्रिया क्या चली आदि को व्यौरेवार विस्ताी में लिखना।
  - बैठको की कार्यवाही रजिस्टर – चर्चाएं क्या हुई, निर्णय क्या रहे, प्रक्रिया क्या चली।
  - रजिस्ट्रेषन – सदस्यता फार्म, सदस्यता रजिस्टर, षपथ पत्र आदि
  - नियमावली हो
  - सबूत – कार्यवाही रजिस्टर, पेपर कटिंग, फोटोग्राफ, पत्रिकाएं आदि

- दस्तावेजीकरण के महत्व को जानने के लिए प्रतिभागियों से पूछें कि इसका क्या महत्व है? तथा निकले वाले बिन्दुओं को चार्ट पर लिखें तथा छूटी हुई बातों को प्रषिक्षक जोड़ें। संभावित जवाब निम्न प्रकार से हो सकते हैं –
  - सीख क्या बनी? जानने के लिए
  - न्याय की मांग करने हेतु
  - प्रक्रिया क्या रही? जानने के लिए
  - समस्यायें क्या थी ताकि बेहतर नियोजन हो सके।
  - सुधार का प्लान बनाने में मददगार
  - भविष्य का प्लान बनाने में मददगार
  - लाबिंग करने में सहायक

- समूह का प्रतिनिधित्व करने में
- बड़े समुदाय के साथ संचार करने में
- सपोर्ट मांग सकते हैं

प्रषिक्षक स्पष्ट करें कि किसी भी समूह को आगे बढ़ने तथा सामूहिक प्रक्रियाओं को बढ़ाने के लिए हरेक गतिविधि व प्रक्रियाओं का व्यवस्थित तरीके से दस्तावेजीकरण करें। क्योंकि ये प्रपत्र सबूत के रूप में भी कार्य करते हैं। बिना सुचारू दस्तावेजीकरण के हमारी बातों को सुनने वाला कोई नहीं होता जिससे किसी भी समस्या के समाधान में मदद नहीं मिल पाती।

सत्रः 12 व्यक्तिगत व सामूहिक सीख तथा कार्य नियोजन

उद्देष्य : प्रतिभागियों के साथ व्यक्तिगत व सामूहिक सीख के आधार पर नियोजन करना।

पद्धति : व्यक्तिगत व सामूहिक नियोजन

समय : 90 मिनट

सामग्री : चार्ट, मार्कर

गतिविधि –

- प्रषिक्षक व्यक्तिगत सीख हेतु अहिंसात्मक उपायों के कुछ उदाहरणों को बांटे।

- निम्न तीन बिन्दुओं के आधार पर प्रषिक्षक, प्रतिभागियों के साथ नियोजन करें। इसके लिए प्रतिभागियों को 30 मिनट का समय देते हुए सामूहिक बदलाव हेतु किये जाने वाले प्रयासों का प्रस्तुतीकरण करने हेतु कहें।
  (क) इस प्रषिक्षण से हमने क्या सीखा?
  (ख) हम व्यक्तिगत बदलाव के लिए क्या कदम उठायेगें?
  (ग) समूह या गांव में सामूहिक बदलाव के लिए क्या कदम उठायेगें?

- छूटी हुई जरूरी बातों को प्रषिक्षक जोड़ने में प्रतिभागियों की मदद करें।