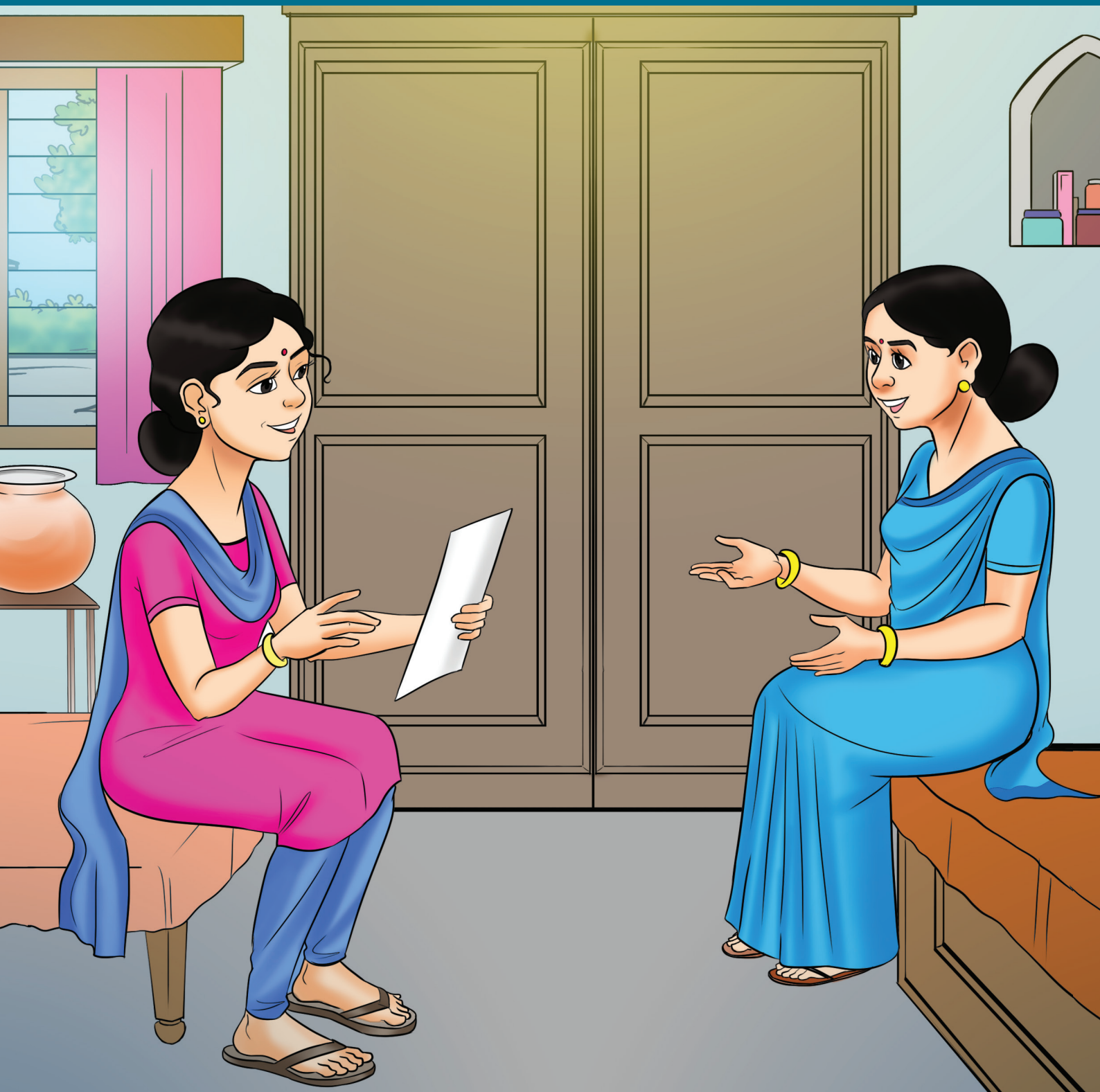
युवाओं के लिए यौन और प्रजनन स्वास्थ्य सेवायें: आशा कार्यकर्ताओं के प्रशिक्षण हेतु मार्गदर्शक पुस्तिका



the yp foundation
INTERSECTIONAL | FEMINIST | RIGHTS-BASED

UNFPA

PREFACE

There are 251 million young people in India between the ages of 15-24 years, contributing to nearly one fifth of its total population. Youth is the most valuable section of the population, with highest potential for development. Life events and circumstances during adolescence and youth shape individuals' entire lives, and nations in consequence. That period of life provides them with opportunities to achieve a satisfying life and ability to contribute to the society. The onset of adolescence brings not only opportunities, but also, along with changes to their bodies, new vulnerabilities in the areas of sexuality, marriage and childbearing.

Both unmarried and married young people in the age group 15-24 years face significant challenges in obtaining age-appropriate sexual and reproductive health (SRH) information and services in India and many parts of the World. Even when a young person is able to overcome their family and society level challenges, they may face barriers in a health facility, including negative provider attitudes.

The needs of young people are reflected in the fact that 27 percent of girls in India are married before the age of 18, and only 5.6 % of married women use a modern contraceptive before having their first child (NFHS-2015-16). These factors increase the likelihood of a pregnancy during adolescence or young age, which in turn can adversely affect the health of the girl, as well as her ability to pursue educational aspirations and employment opportunities.

In order to improve access of health services for young people, it is essential to go beyond the providers in Adolescent Friendly Health Clinics. It is important that all health care providers in facilities as well as community, follow the principles of youth friendliness. Such a mainstreamed approach will have a much larger impact; this has been demonstrated to be both scalable and sustainable in many countries.

UNFPA has developed this Youth Friendly Services (YFS) training package, which consists of a handbook and a facilitator's guide. Through a series of case scenarios, this training package enables the health providers to understand the common SRH needs of young people, and helps to build their skills to provide respectful, confidential and non-judgmental SRH services to young people.

We expect that by addressing the health system barriers faced by young people, the package will enable improved health outcomes and help to contribute to India's efforts towards achieving its commitments for FP 2030, and SDG indicators 3.7 and 5.6.

Argentina Matavel Piccin
Representative India and Country Director Bhutan

United Nations Population Fund 55 Lodi Estate, New Delhi 110003, India
Tel: +91(11)46532333 Fax: +91(11)24628078 Email: india.office@unfpa.org Website: www.india.unfpa.org

आभार

इस प्रशिक्षण पैकेज की अवधारणा संयुक्त राष्ट्र जनसंख्या कोष, भारत द्वारा की गयी है। यह पैकेज विभिन्न रिपोर्टों की समीक्षा, युवा मैत्री सेवा संबंधित शोध और स्वास्थ्य सेवाप्रदाताओं, स्वास्थ्य प्रबंधकों व सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं जैसे आशा के साथ हुए विचारविमर्श पर आधारित है।

हम इस पैकेज के पहले प्रारूप को बनाने के लिए, सेण्टर फॉर हेल्थ एंड सोशल जस्टिस (CHSJ) के योगदान की सराहना करते हैं। इसके अतिरिक्त प्रशिक्षण पैकेज मध्य प्रदेश और ओडिशा में पायलट टेस्ट किया गया एवं उसमें प्राप्त फीडबैक के आधार पर आवश्यक संशोधन किये गए, जिसके लिए हम दोनों राज्य सरकारों के आभारी हैं। इस प्रशिक्षण पैकेज के वर्तमान प्रारूप को "द वाईपी फाउंडेशन" और संयुक्त राष्ट्र जनसंख्या कोष (UNFPA) द्वारा संयुक्त रूप से विकसित किया गया है।

युवाओं की तेजी से बदलती स्थिति और कोविद 19 महामारी द्वारा प्रस्तुत चुनौतियों के सन्दर्भ में, विभिन्न परिस्थितियां के अनुसार इस पैकेज में मामूली बदलाव किया जा सकते हैं। प्रशिक्षण पैकेज को संयुक्त राष्ट्र जनसंख्या कोष की स्वीकृति के साथ गैर-व्यावसायिक उद्देश्यों के लिए उपयोग किया जा सकता है।

Copyright © 2021 United Nations Population Fund
All rights reserved

Contact Information:
United Nations Population Fund
55, Lodhi Estate,
New Delhi 110003
India

विषय-सूची

प्रशिक्षकों के लिए नोट्स 4

पहला दिन 9

गतिविधि 1– परिचय 9

गतिविधि 2– अपेक्षाओं का मानचित्रण 10

गतिविधि 3– मूल नियम 11

गतिविधि 4– सफर का मानचित्रण 11

गतिविधि 5– जरूरतों और चुनौतियों की पहचान करना 12

गतिविधि 6 – केस स्टडी पर चर्चा 15

दूसरा दिन 17

गतिविधि 1– मूल्यों का स्पष्टीकरण 17

गतिविधि 2– युवा मैत्रीपूर्ण होने का क्या मतलब है ? 21

गतिविधि 3– रोल प्ले 21

गतिविधि 4– सारांश 22

प्रशिक्षण–पर्यंत मूल्यांकन 22

परिशिष्ट 1 24

प्रशिक्षक के लिए नोट्स

कुशल प्रशिक्षण के लिए कुछ ऐसी विशेषताएँ होती है जो किसी भी समूह या गतिविधि का नेतृत्व करने के लिए जरूरी होती है। नीचे ऐसी विशेषताओं की सूचि दी जा रही है जो किसी भी प्रशिक्षक में होनी जरूरी हैं:

- स्पष्ट बोली – स्पष्ट बोली के बिना किसी भी प्रशिक्षक को प्रभावी नहीं माना जा सकता। इसके लिए भाषा और आवाज का अभ्यास करना जरूरी है।
- सक्रियता से सुनना – एक अच्छा सुनने वाला व्यक्ति होना प्रशिक्षक की सफलता आसान बना देता है। एक अच्छे प्रशिक्षक में क्षमता होनी चाहिए कि वह प्रतिभागियों को बीच में रोके नहीं और समझे कि वे क्या कहना चाह रहे हैं।
- समय प्रबंधन – कोई भी गतिविधि तब तक सफल नहीं हो सकती जब तक कि प्रशिक्षक समय का ध्यान न रखे। प्रत्येक प्रतिभागी को बराबर अवसर मिलना जरूरी है और इसके अनुसार समय तय किया जाना चाहिए।
- निष्पक्ष दृष्टिकोण – प्रशिक्षक की भूमिका है कि वे अपने मत में निष्पक्ष रहें जिससे कि एक स्वस्थ चर्चा हो सके। पक्षपात से केवल पूर्वानुमानित परिणाम प्राप्त होंगे, जो कि उपयोगी नहीं होंगे।
- सभी का सम्मान – प्रशिक्षक को हर प्रतिभागी का सम्मान करना चाहिए और कभी भी कमांडर की भूमिका नहीं लेनी चाहिए। उन्हें किसी भी प्रतिभागी के नजरिए, पहचान या जरूरतों का अपमान या मानने से इंकार नहीं करना चाहिए, चाहे वह प्रशिक्षक के निजी नजरिये के विपरीत ही क्यों न हो।
- समान भागीदारी सुनिश्चित करें – प्रशिक्षक को प्रत्येक प्रतिभागी की भागीदारी के प्रति सजग रहना चाहिए। यह सुनिश्चित करना जरूरी है कि हर प्रतिभागी को अपनी बात रखने का मौका मिले और सभी के लिए सक्षमकारी माहौल उपलब्ध हो।
- प्रशिक्षण के लिए तैयारी करते समय ध्यान रखने वाली चीजें:
  - जरूरी है कि प्रशिक्षण की तैयारी करते समय प्रशिक्षक आशा मार्गदर्शिका पढ़ें।
  - सुनिश्चित करें कि आप हर गतिविधि के सभी चरणों को समझते हैं जिससे कि आप बिना किसी असमंजस के उनका मार्गदर्शन कर सकें।
  - आप क्या बोलने वाले हैं और क्या गतिविधियां करने वाले हैं, उसकी पहले से तैयारी करें। इससे गतिविधी प्रभावकारी बनेगी और साथ ही पूरी प्रक्रिया और रोचक व मनोहर रहेगी।
  - जरूरी है कि चर्चाएँ मानव अधिकार मूल्यों पर आधारित हों और उनमें युवाओं के शरीर और जीवन पर अधिकारों पर जोर दिया जाए।
  - किसी भी गतिविधि में समय एक महत्वपूर्ण पहलू होता है। समय का ध्यान रखें जिससे कि हर प्रतिभागी और हर गतिविधि को बराबर मौका मिल सके।
- प्रतिभागियों और दर्शकों को प्रेरित बनाए रखने के लिए उनके साथ मैत्रीपूर्ण स्वर बनाए रखना जरूरी होता है। हलका फुलका माहौल भी ऐसी स्थितियों में उपयोगी होता है। लेकिन यह याद रखना जरूरी है की यह मुद्दों की गंभीरता की कीमत पर नहीं किया जाना चाहिए।

प्रशिक्षण एजेंडा

गतिविधि	उद्देश्य	उपयोग की जाने वाली सामग्री	समय
पहला दिन			
स्वागत और प्रशिक्षण–पूर्व मूल्यांकन		प्रशिक्षण–पूर्व प्रश्नावली की प्रतियां (परिशिष्ट 1)	15 मिनट
परिचय	प्रतिभागियों के लिए एक–दूसरे से पहचान बनाने का मौका	व्हाइट बोर्ड, मार्कर और 30 चिट जिनमें एक–दूसरे के पूरक चित्र हों, जैसे कि, बारिश के बादल और छतरी, आईना और चेहरा, चश्मा और आँखें, जूते और पैर, मेज और कुर्सी आदि। यदि प्रशिक्षण में 30 से अधिक प्रतिभागी हों तो इन जोड़ों की संख्या बढ़ाई जा सकती है।	45 मिनट
अपेक्षाओं का मानचित्रण	प्रशिक्षण से प्रतिभागियों की अपेक्षाओं को समझना	मार्कर और फ्लिप चार्ट	15 मिनट
मूल नियम	प्रतिभागियों के लिए कुछ मूल नियमध आचार संहिता स्थापित करना	मार्कर और फ्लिप चार्ट	15 मिनट
सफर का मानचित्रण	प्रतिभागी किसी भी युवा के जीवन में आने वाले यौनिक और प्रजनन स्वास्थ्य परिवर्तनों का मानचित्रण कर सकेंगे	मार्कर और चार्ट पेपर	30 मिनट

गतिविधि	उद्देश्य	उपयोग की जाने वाली सामग्री	समय
जरूरतों और चुनौतियों की पहचान करना	प्रतिभागी किशोरों और युवाओं की यौनिक और प्रजनन स्वास्थ्य जरूरतों की सूचि बनाएंगे और किशोरों या युवाओं के लिए एक स्वस्थ और सार्थक जीवन जीने में आने वाली चुनौतियों पर चिंतन करेंगे	मार्कर और चार्ट पेपर	1 घंटा
केस स्टडी पर चर्चा	प्रतिभागी केस स्टडी के माध्यम से मुद्दों का हल निकालने और किशोरों तथा युवाओं को बेहतर यौनिक एवं प्रजनन स्वास्थ्य सेवाएँ देने में अपनी भूमिका को समझ पाएंगे	आशा मार्गदर्शिका में से केस स्टडी 1, 3, 5, 7, 8, 9, 10 के प्रिन्ट आउट	2 घंटे
मूल्यों का स्पष्टीकरण	प्रतिभागी अपने निजी मूल्यों पर चिंतन करेंगे और यौनिक एवं प्रजनन स्वास्थ्य से जुड़े प्रमुख मुद्दों पर मौजूदा दृष्टिकोड को समझेंगे	कागज की दो शीट जिसमें से एक पर लिखा हो ''सहमत'' और दूसरे पर ''असहमत''	1.5 घंटे
दूसरा दिन			
युवा मैत्रीपूर्ण होने का क्या मतलब है ?	प्रतिभागी युवा मैत्रीपूर्ण यौनिक एवं प्रजनन स्वास्थ्य से जुडी जानकारियाँ और सेवाएं उपलब्ध करवाने के प्रमुख सिद्धांत समझेंगे	चार्ट पेपर, मार्कर, व्हाइट बोर्ड	1 घंटा

गतिविधि	उद्देश्य	उपयोग की जाने वाली सामग्री	समय
रोल प्ले	प्रतिभागी युवा मैत्रीपूर्ण सलाह देने के प्रमुख सिद्धांतों का अभ्यास करेंगे और विभिन्न रोल प्ले के माध्यम से युवाओं के साथ बातचीत करने का कौशल विकसित करेंगे	आशा मार्गदर्शिका में दी गई केस स्टडी 2.5, 4, 6 और 11 के प्रिन्ट आउट	2.5 घंटे
सारांश	प्रतिभागी प्रशिक्षण में सीखी गई चीजों पर चिंतन करेंगे	चार्ट पेपर, मार्कर, पोस्ट इट	30 मिनट
प्रशिक्षण–पर्यंत मूल्यांकन		परीक्षण–पर्यंत प्रश्नावली की प्रतियां (परिशिष्ट 1)	15 मिनट

पहला दिन

स्वागत और प्रशिक्षण-पूर्व मूल्यांकन

समय: 15 मिनट

सामग्री: प्रशिक्षण–पूर्व प्रश्नावली की प्रतियां

निर्देश:

चरण 1: अपना परिचय देते हुए दिन की शुरुआत करें और सभी प्रतिभागियों का इस दो–दिवसीय प्रशिक्षण में स्वागत करें जहां यौनएवं प्रजनन स्वास्थ्य सेवाओं को युवा मैत्रीपूर्ण बनाने पर प्रशिक्षण दिया जाएगा।

चरण 2: सभी प्रतिभागियों को प्रशिक्षण–पूर्व प्रश्नावली (परिशिष्ट 1) भरने के लिए दें। इसे भरने के लिए सभी को 10 मिनट का समय दें। सबके द्वारा फॉर्म जमा कर देने पर गतिविधि समाप्त करें।

गतिविधि 1 - परिचय

उद्देश्य: प्रतिभागियों के लिए एक–दूसरे से पहचान बनाने का मौका

समय: 45 मिनट

सामग्री: व्हाइट बोर्ड, मार्कर और 30 चिट जिनमें एक–दूसरे के पूरक चित्र हों, जैसे कि, बारिश के बादल और छतरी, आईना और चेहरा, चश्मा और आँखें, जूते और पैर, मेज और कुर्सी आदि। यदि प्रशिक्षण में 30 से अधिक भागीदार हों, तो इन जोड़ों की संख्या बढ़ाई जा सकती है।

निर्देश:

चरण 1: हर प्रतिभागी को एक–एक चिट दें। उन्हें बताएँ कि हर किसी को ऐसा प्रतिभागी ढूँढना है जिस के पास उनकी चिट की पूरक चिट हो। ढूंढते समय वे एक–दूसरे से बात नहीं कर सकते। चिट बंद रहेगी और कोई अपनी चिट का चित्र दूसरों को नहीं दिखा सकता।

चरण 2: पूरे खेल के दौरान, हर प्रतिभागी किसी अन्य प्रतिभागी के साथ जोड़ा बनाएंगे। अपना जोड़ा बनाने के लिए उन्हें 10 मिनट का समय दें। उसके बाद प्रतिभागियों को 10 मिनट का समय दिया जाएगा जिसमें वे अपने जोड़ीदार को अपना परिचय देंगे और उनके बारे में जानेंगे।

चरण 3: व्हाइट बोर्ड पर परिचय के बिन्दु लिखें, या मौखिक रूप से उन्हें बताएँ।

- निजी जानकारी (नाम, परिवार, पसंदध्नापसंद, नौकरी के कितने वर्ष हुए, पोस्टिंग कहाँ हुई आदि)
- जब आप 15 वर्ष उम्र के थे तब आप क्या बनना चाहते थे?
- आपकी 19–20 वर्ष कि आयु की कोई याद आप बताना चाहते हों?
- बचपन की एक गोपनीय बात जो आपने अपने परिवार में किसी को नहीं बताई है।

चरण 4: जोड़ों में चर्चा करने के बाद, हर जोड़े से कहें कि वे अपने जोड़ीदार का परिचय पूरे समूह को दें। प्रशिक्षक के पास इस गतिविधि के लिए 20 मिनट का समय होगा।

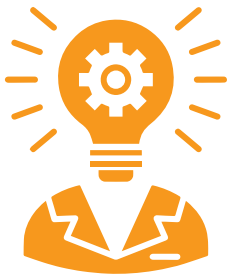
चरण 5: सभी जोड़ों की प्रस्तुति के बाद प्रतिभागियों से पूछें कि उन्हें यह गतिविधि अपना खुद का परिचय देने के मुकाबले किस प्रकार अलग लगी!

इसके कुछ पहलू यह हो सकते हैं:

- बिना बातचीत किए एक दूसरे से संपर्क करने और अपनी पूरक चिट वाले व्यक्ति को ढूंढने में क्या उन्हें अच्छा लगा ?
- एक नये व्यक्ति को जानने का मौका मिला, नहीं तो अक्सर हम उन्हीं लोगों से ज़्यादा बात करते हैं जिन्हें हम पहले से जानते हैं या जिनके साथ काम करते हैं।

चरण 6: प्रशिक्षक चर्चा का समापन यह रेखांकित करते हुए कर सकते हैं कि यह प्रशिक्षण सबसे उपयोगी तभी होगा जब सब लोग इसमें भागीदारी करें और दो दिन की सीखने की इस प्रक्रिया में एक–दूसरे के साथ मेल जोड़ बढ़ाएं। उन्हें प्रशिक्षण के दौरान नये लोगों के साथ चर्चा करने के लिए खुला रहना चाहिए।

गतिविधि 2 - अपेक्षाओं का मानचित्रण



उद्देश्य: प्रशिक्षण से प्रतिभागियों की अपेक्षाओं को समझना
समय: 15 मिनट
सामग्री: मार्कर और फ्लिप चार्ट

निर्देश:

चरण 1: प्रतिभागियों से कहें कि वे यौन युवाओं के लिए यौन एंव प्रजनन स्वास्थ्य सेवाओं के विषय में इस प्रशिक्षण से अपनी अपेक्षाओं की सूचि बनाएँ।

चरण 2: जैसे–जैसे प्रतिभागियों जवाब दें, प्रशिक्षक एक फ्लिप चार्ट पर इन अपेक्षाओं की सूचि बना सकते हैं। इस प्रकार के जवाबों की अपेक्षा की जा सकती है: सेवा के लिए समुदाय में और अधिक युवाओं तक कैसे पहुंचा जाए, युवाओं को इस मुद्दे पर कितनी जानकारी देनी चाहिए, उन्हें परामर्श सेवाएं कैसे दी जाएं, आदि।

चरण 3: जब सब अपनी अपेक्षाओं बता चुके हों, तब प्रशिक्षक उन्हें अलग-अलग श्रेणियों में बाँट सकते हैं जैसे कि जानकारी और ज्ञान, युवाओं के साथ काम करने का कौशल, यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य और अधिकारों पर दृष्टिकोण बनाना, आदि।

चरण 4: अपेक्षाओं की इस शीट को प्रशिक्षण हॉल में प्रदर्शित किया जा सकता है, जिससे कि सब इसे देख सकें।

गतिविधि 3 - मूल नियम

उद्देश्य: प्रतिभागियों के लिए कुछ मूल नियम/आचार संहिता स्थापित करना
समय: 15 मिनट
सामग्री: मार्कर और फ्लिप चार्ट

निर्देश:

प्रतिभागियों से कहें कि वे इस प्रशिक्षण कार्यक्रम के लिए अपने व्यवहार की आचार संहिता/नियम बनाएँ जिसे सभी प्रतिभागी मानेंगे। उन्हें प्रोत्साहित करें कि वे ऐसे नियम बनाएँ जिस से कि वे अपनी अपेक्षाओं और प्रशिक्षण के उद्देश्य प्राप्त कर सकें। कुछ नियम इस प्रकार के हो सकते हैं:

1. समय का पालन करना/समय से आना।
2. अपने फोन को साइलन्ट रखना और प्रशिक्षण हॉल में फोन पर बात न करना।
3. दूसरे प्रतिभागियों को बोलने देना और उन्हें बीच में न रोकना।
4. अन्य लोगों के नजरिये का सम्मान करना।
5. प्रशिक्षण के दौरान और बाद में गोपनीयता बनाए रखना।

गतिविधि 4 - सफर का मानचित्रण

उद्देश्य: प्रतिभागी किसी भी युवा के जीवन में आने वाले यौन और प्रजनन स्वास्थ्य परिवर्तनों का मानचित्रण कर सकेंगे
समय: 30 मिनट
सामग्री: मार्कर और चार्ट पेपर

निर्देश:

चरण 1: सभी आशा कार्यकर्ताओं को बराबर सदस्यों वाले छोटे-छूटे समूहों में बांटें।

चरण 2: हर समूह को चार्ट पेपर और मार्कर दें और उनसे कहें कि वे 10 से 25 वर्ष उम्र की एक टाइम लाइन बनाएँ।

चरण 3: उनसे कहें कि वे एक युवा के जीवन में किशोरावस्था से वयस्क होने तक आने वाली महत्वपूर्ण/पहली बार होने वाली घटनाओं को दर्शाएँ। आधे समूह युवा पुरुष के सफर को दर्शाएँ और आधे समूह एक युवती के सफर को दर्शाएँ। इन महत्वपूर्ण घटनाओं में सभी क) शारीरिक, ख) भावनात्मक या ग) मानसिक अनुभव शामिल हो सकते हैं । निर्देश दें कि ऐसे अनुभवों को प्राथमिकता दें जो कि यौनिक एवं प्रजनन स्वास्थ्य और अधिकारों से संबंधित हों।

चरण 4: यदि प्रतिभागी ऐसे अनुभवों के बारे में न सोच पाएँ, तो उनसे पूछें – ''आपकी समझ में, किशोर और युवा अक्सर किस उम्र में माहवारी, लिंग में तनाव, शारीरिक बदलाव, आकर्षण, अपने रूप के बारे में चेतन हो जाना, रिश्ते बनाना, पहला यौन संबंध, पहली बार गाँव से बाहर जाना, शादी, गर्भधारण, आदि होता है।"

चरण 5: पूरा हो जाने पर, हर समूह से कहें कि वे अपने सफर चार्ट बड़े समूह में प्रस्तुत करें।

चर्चा के बिन्दु:

जैसा कि गतिविधि में हमने देखा, किशोर और युवा बचपन से वयस्क होने तक कई प्रकार के बदलावों का अनुभव करते हैं। इनमें न केवल शारीरिक बदलाव शामिल हैं, बल्कि मानसिक–सामाजिक बदलाव भी होते हैं। आपको क्या लगता है कि किशोर और युवा इन बदलावों के लिए तैयार होते हैं?

इन बदलावों के बारे में जानकारी न होने या फिर अधूरी जानकारी के कारण उनके लिए इन्हें समझना मुश्किल हो जाता है, और इसके कारण किशोरों में तनाव और घबराहट पैदा हो सकती है। सामाजिक कलंक और जैविक विकास से जुड़ी भ्रांतियां, जैसे कि लैंगिक विशेषताएँ, माहवारी, रात्रि–पतन, आकर्षण आदि, इस तनाव और घबराहट को और ज़्यादा बढ़ा देती हैं। इसके गंभीर स्वास्थ्य परिणाम हो सकते हैं। इनमें शामिल है अकेलापन, शर्म, और आत्म–निंदा से पैदा होने वाली मानसिक स्वास्थ्य की समस्याएं जैसे कि घबराहट और अवसाद। इसके अलावा, यौन व प्रजानन स्वास्थ्य सेवाएं प्राप्त ना कर पाने के कारण अस्वस्थता, अनचाहा गर्भधारण, यौन संक्रमण या अन्य परिणाम हो सकते हैं।

इसके अतिरिक्त, इस उम्र में किशोरों और युवाओं को अपने जीवन के लिए महत्वपूर्ण निर्णय भी लेने होते हैं जैसे कि रिश्तों, यौन इच्छाओं, विवाह, और गर्भधारण वह अपनी शिक्षा तथा करियर से संबंधित निर्णय।

ऊपर दिए गए चर्चा के बिंदुओं का उपयोग करते हुए किशोरों और युवाओं के लिए यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य जानकारी और सेवाओं पर ध्यान देने की आवश्यकता पर जोर दें।

गतिविधि 5 - जरूरतों और चुनौतियों की पहचान करना

उद्देश्य: प्रतिभागी किशोरों और युवाओं की यौन और प्रजनन स्वास्थ्य जरूरतों की सूचि बनाएंगे और किशोरों/युवाओं के लिए एक स्वस्थ और सार्थक जीवन जीने में आने वाली चुनौतियों पर चिंतन करेंगे
समय: 1 घंटा
सामग्री: मार्कर और चार्ट पेपर

निर्देश:

चरण 1: प्रतिभागियों से कहें कि वे उन्हीं समूहों में रहें जिनमें उन्होंने पिछली गतिविधि की थी।

चरण 2: प्रतिभागियों से कहें कि वे चार्ट को चार हिस्सों में बाँट दें, जैसे कि नीचे दिखाया गया है।

1. यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य जरूरतें	2. किशोर इन जरूरतों को पूरा करने के लिए कहाँ जाते हैं?
3. चुनौतियाँ (सामाजिक–सांस्कृतिक और प्रणालीगत)	4. प्रमुख साझेदार (बढ़ावा देने वाले और रोकने वाले)

चरण 3: हर समूह से कहें कि वे इन निर्देशों के आधार पर इन्हें भरें:

- पहले कोण में – किशोरावस्था और युवावस्था में इस उम्र में होने वाले बदलावों (जिनका मानचित्रण पिछली गतिविधि में किया है) को समझने और अपने स्वास्थ्य और कल्याण के लिए सूचित निर्णय लेने, विशेषकर यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य से संबंधित निर्णय लेने के लिए आवश्यक संसाधनों (जानकारी, सेवाएँ, या उत्पाद) की सूचि।
- दूसरे कोण में – अपनी यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य संबंधित जानकारी व सेवा की जरूरतों को पूरा करने के लिए किशोर और युवा आमतौर पर किन लोगों/जगहों पर जाते हैं, उसकी सूचि।
- तीसरे कोण में – किशोरों और युवाओं को यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य की सम्पूर्ण और सही जानकारी तथा सेवाएँ प्राप्त करने में किन चुनौतियों और बाधाओं का सामना करना पड़ता है, वे यहाँ लिखें।
- चौथे कोण में – किशोरों और युवाओं के अतिरिक्त और कौन से साझेदार हैं जो किशोरों और युवाओं का स्वास्थ्य और कल्याण सुनिश्चित करने के लिए जिम्मेदार हैं। उनके अनुभवों के आधार पर उन्हें दो समूहों में बांटें:
  - **बढ़ावा देने वाले**: ऐसे लोग जो किशोरों और युवाओं के लिए एक सक्षमकारी वातावरण बनाते हैं जिससे कि वे ऐसे स्रोतों तक पहुँच सकें जो उन्हें अपने स्वास्थ्य और कल्याण के बारे में सूचित निर्णय लेने के लिए सशक्त बनाएँ।
  - **बाधा उत्पन्न करने वाले**: ऐसे लोग जो किशोरों और युवाओं को यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य जानकारियों और सेवाओं तक पहुँचने में रोक या बाधाएँ डालते हैं।

- इस गतिविधि के पूरा होने पर, हर समूह से कहें कि वे बड़े समूह के सामने अपने चार्ट की प्रस्तुति करें। हर कोण के बारे में विस्तृत चर्चा करें और यदि प्रतिभागियों ने कोई जानकारी छोड़ दी हो तो उसे जोड़े।
- प्रतिभागियों से पूछे "आप अपने आप को किस भूमिका में देखते हैं? आप बढ़ावा देने वाले हैं या रोकने वाले?"

चर्चा के बिन्दुः

1. समाज किशोरों और युवाओं को अपने जीवन के बारे में उचित निर्णय के लिए सक्षम नहीं मानता। इसके परिणामस्वरूप, उन्हें नियंत्रण भरा जीवन जीना पड़ता है जिसमें हर कदम पर विभिन्न प्रकार के साझेदारों का नियंत्रण रहता है और वे अक्सर, बेहद जरूरी होने के बावजूद, अपनी माँगें औरध्या चिंताएँ व्यक्त करने के लिए खुद को शक्तिहीन समझते हैं।
2. किशोर और युवा यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य जानकारी और सेवाओं के लिए अक्सर अनौपचारिक स्रोतों पर निर्भर करते हैं, जैसे कि उनके दोस्त, इंटरनेट, दवाई के दुकानदारों, अप्रशिक्षित लोग जैसे कि बाबा और हकीम। ज़्यादातर इन स्रोतों से उन्हें गलत जानकारी ही मिलती है और इससे यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य के प्रति मिथ्याओं और गलतफहमियों को ही बढ़ावा मिलता है। कई बार तो किशोर और युवा ऐसी स्थितियों में फँस जाते हैं जो उनके स्वास्थ्य और कल्याण के लिए हानिकारक हो सकती हैं।
3. यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य के बारे में सही जानकारी और सेवाएँ प्राप्त करने में किशोरों और युवाओं को कई चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। इनमें शामिल हैः
   - **आर्थिक पहलूः** विशेषकर गरीब आर्थिक स्थिति के युवा महंगी यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य सेवाएँ प्राप्त करने में समर्थ नहीं होते।
   - **सामाजिक पहलू या नियमः** सामाजिक मानदंडः यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य मुद्दों से जुड़ी पाबंदियों और सामाजिक कलंक के कारण युवाओं में सेवाएं प्राप्त करने का डर बैठ जाता है, विशेषकर विवाह-पूर्व या समलैंगिक यौन संबंधों के मामलों में।
   - **उन्हें निर्णय लेने के लिए सक्षम नहीं माना जाताः** परिवार के बड़े लोग और सेवा प्रदाता उन्हें निर्णय लेने के लिए सक्षम नहीं मानते। विशेषकर युवतियों को सक्षम नहीं माना जाता कि वे निर्णय ले सकें कि उन्हें कब/कितने बच्चे करने हैं, और करने भी हैं या नहीं।
   - **सेवा प्रदाताओं का रवैया, जानकारी और व्यवहारः** सेवा प्रदाताओं का नैतिक रवैया, उनके पास आने वालों को पूरी और सही जानकारी न देना और बेमतलब के सवाल पूछना - इस सब के कारण युवा इन सेवा प्रदाताओं के पास जाना नहीं चाहते।
   - **एकांत और गोपनीयता न होनाः** अन्य स्टाफ के लोगों और दूसरे मरीजों की मौजूदगी गुणवत्तापूर्ण और सुरक्षित यौनिक एवं प्रजनन स्वास्थ्य सेवाएँ लेने में बड़ी अड़चन पैदा करती हैं।
   - बा**ध्यकारी कानून और कानूनी बाधाएंः** यौन अपराधों से बाल सुरक्षा (पोकसो) अधिनियम और गर्भ का चिकित्सीय समापन (एम.टी.पी.) अधिनियम जिनके अनुसार, सेवा प्रदाताओं के लिए अनिवार्य है कि वे 18 वर्ष से कम उम्र के व्यक्ति द्वारा उनकी सेवा लेने के बारे में उनके अभिभावक की सहमति लें और प्रशासनिक अधिकारी को सूचित करें।

4. आशा कार्यकर्ता होने के नाते, आपको यह सुनिश्चित करना चाहिए कि किशोर और युवा यौनिक एवं प्रजनन स्वास्थ्य के बारे में पूरी और सही जानकारी प्राप्त कर सकें, जो कि गैर आलोचनामक हो। इसके अतिरिक्त, हमें इस में बाधा डालने वालों के साथ भी काम करना चाहिए जिससे कि यह सुनिश्चित किया जा सके कि किशोरों और युवाओं को उनकी यौनिक एवं प्रजनन स्वास्थ्य जरूरतों को पूरा करने के लिए सक्षमकारी माहौल उपलब्ध हो।

गतिविधि 6 - केस स्टडी पर चर्चा

उद्देश्यः प्रतिभागी केस स्टडी के माध्यम से मुद्दों का हल निकालने और किशोरों तथा युवाओं को बेहतर यौनिक एवं प्रजनन स्वास्थ्य सेवाएँ देने में अपनी भूमिका को समझ पाएंगे
समयः 2 घंटे
सामग्रीः आशा मार्गदर्शिका में से केस स्टडी 1, 3, 5, 7, 8, 9, 10 के प्रिन्टआउट

निर्देशः

चरण 1: सभी प्रतिभागियों को 5 समूहों में बांटें।

चरण 2: प्रत्येक समूह को एक केस स्टडी दें और उन्हें निर्देश दें कि वे उसे अच्छी तरह से पढ़ें।

चरण 3: हर समूह को 10 मिनट का समय दें कि वे केस स्टडी के नीचे दिए गए प्रश्नों के जवाब लिखें।

चरण 4: हर समूह से कहें कि वे पूरे समूह के सामने अपनी केस स्टडी और जवाबों की प्रस्तुति दें।

चरण 5: हर प्रस्तुति के अंत में, केस स्टडी के अंत में दिए गए बिंदुओं पर चर्चा करें जिससे कि वे मुद्दों का हल निकालने और किशोरों तथा युवाओं को बेहतर यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य सेवाएँ देने में अपनी भूमिका को बेहतर तरीके से समझ सकें।
प्रशिक्षक के लिए नोटः ऊपर सुझाई गयी 7 केस स्टडीज में से 5 का चुनाव करें, जो आपके अनुसार प्रतिभागियों के समूह के लिए सबसे ठीक रहेंगी, जिसके लिए आप प्रशिक्षण–पूर्व प्रश्नावली में उनके जवाबों को आधार बना सकते हैं।

दूसरा दिन

गतिविधि 1 - मूल्यों का स्पष्टीकरण

उद्देश्यः प्रतिभागी अपने निजी मूल्यों पर चिंतन करेंगे और यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य और मुद्दों से संबंधित प्रमुख दृष्टिकोणों को समझेंगे
समयः 1.5 घंटे
सामग्रीः कागज की दो शीट जिसमें से एक पर लिखा हो ''सहमत" और दूसरे पर ''असहमत"

निर्देशः

चरण 1: ''सहमत" वाली शीट को प्रशिक्षण हॉल में एक तरफ रख दें और उसकी दूसरी तरफ ''असहमत" वाली शीट रख दें।

चरण 2: प्रतिभागियों से कहें कि वे हॉल के बीच में एक घेरे में खड़े हो जाएं। नीचे दी गई सूचि में से वाक्य जोर से पढ़ें (एक-एक करके) और प्रतिभागियों से कहें कि जो लोग इस वाक्य से सहमत हैं वे ''सहमत'' वाले चार्ट के पास जाकर खड़े हो जाएं और जो असहमत हैं वे ''असहमत" वाले चार्ट के पास।

चरण 3: सब प्रतिभागियों से पूछें कि उनके ''सहमत" या ''असहमत" होने के पीछे क्या कारण है

चरण 4: निजी मूल्यों और अधिकारों के भेद को स्पष्ट करते हुए चर्चा करें और बात करें कि कैसे निजी मूल्य/नजरिये यौनिक एवं प्रजनन स्वास्थ्य सेवाएँ देने को प्रभावित करते हैं।
प्रशिक्षक के लिए नोटः आप प्रतिभागियों द्वारा प्रशिक्षण-पूर्व प्रश्नावली में दिए गए जवाबों के आधार पर सबसे उपयोगी वाक्यों का चुनाव कर सकते हैं।

1	एक अविवाहित महिला जिसकी उम्र 18 वर्ष से ऊपर है, अगर वह अकेली आती है तो उसे गर्भपात की सेवा नहीं देनी चाहिए	अगर महिला 18 वर्ष उम्र से ऊपर है, तो वह गर्भपात के लिए अपनी खुद की सहमति दे सकती है। उसे किसी की स्वीकृति की आवश्यकता नहीं है न ही जरूरी है कि उसके साथ कोई आए। सेवा प्रदाता उसे बिना किसी पक्षपात के सेवा और व्यापक जानकारी तथा गर्भपात की सेवा दे सकते हैं, चाहें एक अविवाहित महिला अकेले ही सेवा प्राप्त करने आई हो। हमारे देश में कानून के अनुसार यदि महिला 18 वर्ष से अधिक आयु की है तो उसे किसी परिवार के सदस्य या अभिभावक की सहमति की आवश्यकता नहीं है।

2	युवाओं के लिए कोंडोम ही गर्भ निरोधन का सबसे अच्छा तरीका है क्योंकि वह उन्हें यौन संक्रमणों और अवांछित गर्भ धारण से बचाता है।	यह कई पहलुओं पर निर्भर करता है! कोंडोम एकमात्र ऐसे गर्भ निरोधक हैं जो अवांछित गर्भ धारणऔर यौन संक्रमणों से बचाते हैं, लेकिन कोई भी गर्भ निरोधक पूर्ण रूप से सफल नहीं होता। हर तरीके की अपनी विशेषताएँ होती हैं जिनके अपने ही खतरे और लाभ होते हैं। लोग अलग-अलग तरीकों का प्रयोग करके समझते हैं कि उनके लिए कौन-सा तरीका सब से अच्छा है। उदाहरण के लिए, किसी एक तरीके के दुष्प्रभाव और अन्य लक्षण व बाधाएं इस निर्णय को प्रभावित कर सकती हैं कि वह व्यक्ति कौन-सा गर्भ निरोधक चुनेगा।
3	एक पुरुष विवाह के बाद अपनी पत्नी के साथ जबरदस्ती यौन संबंध बना सकता है।	अपने सहभागी की सहमति के बिना किसी भी प्रकार की यौन गतिविधि एक प्रकार की हिंसा है, चाहें वह विवाह के बाद ही क्यों न हो। अपने सहभागी की सहमति लेना जरूरी है, जो कि मौखिक या गैर-मौखिक रूप से हर बार सेक्स करने से पहले दी जाती है। हमेशा याद रखें कि सहमति स्थायी नहीं होती और इसे किसी भी समय वापस लिया जा सकता है।
4	गर्भ धारण होने से रोकने की जिम्मेदारी महिला पर है।	अवांछित गर्भ धारण रोकने की दोनों साथियों की बराबर जिम्मेदारी होती है। लेकिन, पुरुषों के लिए जरूरी है कि वे खुल कर और सम्मानजनक तरीके से गर्भ निरोधक के उपयोग के बारे में बात करें, क्योंकि सामाजिक कलंक और अधिकारशक्ति कम होने के कारण अक्सर महिलाओं इस विषय पर बात करने से हिचकिचाती हैं। पुरुष इस जिम्मेदारी में इस प्रकार भूमिका निभा सकते हैं: o अपने साथी के साथ परिवार नियोजन क्लिनिक में जाएं जिससे कि उन्हें विभिन्न तरीकों के बारे में जानकारी मिलेगी। o अपने साथी के साथ बात करें कि गर्भ निरोधक का उपयोग कौन करेगा और कौन-सा तरीका ठीक रहेगा। o अपने साथी के गर्भ निरोधक के चुनाव का समर्थन और सम्मान करना। o कोंडोम का उपयोग सही तरीके से और हमेशा करना। o जहां उचित हो, पुरुषों के लिए उपलब्ध अन्य विकल्पों का उपयोग करना, जैसे कि नसबंदी। o गर्भ निरोधक के बिना यौन सम्बन्ध न बनाना।

5	किशोरों को यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य शिक्षा देने से वे जल्दी यौनिक रूप से सक्रिय हो जाते हैं।	यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य जानकारी देने और युवाओं में जल्दी सेक्स गतिविधियां शुरू करने के बीच कोई सीधा जुड़ाव नहीं है। औसतन, किशोरों का विकास 10 वर्ष की उम्र से ही शुरू हो जाता है, युवाओं का यौवनारंभ हो जाता है और वे शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक बदलाव अनुभव करने लगते हैं। 10 से 15 वर्ष की उम्र के बीच, लड़कियों को अपना पहला माहवारी और लड़कों को रात्रि पतन का अनुभव होता है। जैसा कि आपने समुदायों में देखा होगा, यौवनारंभ होते ही कुछ युवाओं के माता-पिता और परिवार उन पर शादी करने का दबाव डालने लगते हैं। ऐसे महत्वपूर्ण मोड़ पर, जानकारी की कमी के कारण वे यौन शोषण और नकारात्मक यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य परिणामों का शिकार बन जाते हैं। उन्हें उचित यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य जानकारी देने से मना करने का मतलब है कि उन्हें जरूरत-आधारित जानकारी देने से मना करना। इसलिए, किशोरों और युवाओं के लिए जरूरी है कि उन्हें उनके शरीर और यौनिकता से संबंधित साक्ष्य-आधारित और चिकित्सीय रूप से सही जानकारी उपलब्ध कराई जानी चाहिए, जिससे कि वे सूचित निर्णय ले सकें और अपने स्वास्थ्य और कल्याण की सुरक्षा कर सकें।
6	युवाओं को विवाह के बाद ही यौन सम्बन्ध बनाना चाहिए	एक वयस्क व्यक्ति जब भी शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक रूप से तैयार हो, यौन सम्बन्ध बना सकता है। कई संस्कृतियों और समुदायों में सेक्स को विवाह के बाद ही स्वीकार्य माना जाता है, लेकिन यह समझना जरूरी है कि किसी भी प्रकार की यौन संबंधी गतिविधि करने का निर्णय व्यक्तिगत होता है, चाहें वह विवाह से पहले ही क्यों न हो। अक्सर यौन सम्बन्ध बनाना है या नहीं, यह निर्णय व्यक्तिगत और वैध होता है और व्यक्ति के संदर्भ और स्थिति पर निर्भर करता है। शरीर उनका है, और इसलिए निर्णय लेने का अधिकार भी उनका है।
7	यदि हम गर्भनिरोधन का सही तरीके से प्रचार करें, तो गर्भपात सेवाओं की जरूरत नहीं रहेगी।	यह सच नहीं है। यह समझना जरूरी है कि कोई भी गर्भनिरोधक 100% प्रभावकारी नहीं होता और गर्भ निरोधक उपयोग करने के बावजूद गर्भ धारण हो सकता है। इस के अलावा काई बार गर्भनिरोधक साधन का चयन या परामर्श ना उपलब्ध होने के कारण कुछ लोग गर्भनिरोधक नहीं इस्तेमाल कर पाते।
8	उन्हें यदि उपलब्ध हो तब भी युवा प्रजनन स्वास्थ्य सेवाओं का उपयोग नहीं करेंगे।	यह सच नहीं है। यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य सेवाओं के कम उपयोग के पीछे जानकारी न होना, यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य लेने पर समाज द्वारा कलंकित होने या सेवा प्रदाता के अलोचनात्मक दृष्टिकोण का दर तहा स्वास्थ सेवाओं में निजता व एकांता की कमी भी होती है, और सेवा प्रदाता द्वारा गलत मतलब निकाले जाने का डर रहता है।

गतिविधि 2 - युवा मत्रीपूर्ण होने का क्या मतलब है?

उद्देश्य: प्रतिभागी युवा मैत्रीपूर्ण यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य जानकारी और सेवाएँ उपलब्ध कराने के प्रमुख सिद्धांतों को समझेंगे
समय: 1 घंटा
सामग्री: चार्ट पेपर, मार्कर, व्हाइट बोर्ड

निर्देश:

चरण 1: प्रतिभागियों से कहें कि वे प्रशिक्षण के पिछले दिन की चर्चाओं को याद करें और कुछ ऐसे सिद्धांतों के बारे में सोचें जो सुनिश्चित करेंगे कि युवा अपने यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य से संबंधित पूरी और सही जानकारियाँ और सेवाएँ प्राप्त कर सकें।
उनके जवाबों की चार्ट पेपर/व्हाइट बोर्ड पर सूचि बनाएँ।

चरण 2: प्रतिभागियों से कहें कि वे ऐसे व्यक्ति के बारे में सोचें जिस पर वे सबसे ज़्यादा विश्वास करते हैं। उस व्यक्ति में ऐसी क्या विशेषताएँ हैं जिस के कारण वे अपने जीवन में उन पर सबसे ज्यादा विश्वास करते हैं? उनके जवाब इकट्ठे करके चार्ट पेपर/व्हाइट बोर्ड पर लिखे बिंदुओं में जोड़ें।

चरण 3: प्रतिभागियों को बताएँ कि चार्ट पेपर/व्हाइट बोर्ड पर लिखी सारी चीजें यह सुनिश्चित करने के लिए जरूरी हैं कि युवाओं को अपने यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य मुद्दे ले कर उनके पास आने में कोई हिचकिचाहट न हो। इसके अतिरिक्त, कुछ और सिद्धांत हैं जो युवा मैत्रीपूर्ण यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य जानकारी और सेवाएँ देने के लिए जरूरी हैं।

चरण 4: उचित उदाहरणों के साथ आशा मार्गदर्शिका में दिए गए सिद्धांतों पर चर्चा करें।

गतिविधि 3 - रोल प्ले

उद्देश्य: प्रतिभागी युवा मैत्रीपूर्ण सलाह देने के प्रमुख सिद्धांतों का अभ्यास करेंगे और विभिन्न रोल प्ले के माध्यम से युवाओं के साथ बातचीत करने का कौशल विकसित करेंगे
समय: 2.5 घंटे
सामग्री: आशा मार्गदर्शिका में दी गई केस स्टडीज 2, 4, 6 और 11 के प्रिन्ट आउट

निर्देश:

चरण 1: सभी प्रतिभागियों को 4 समूहों में बांटें।

चरण 2: हर समूह को एक केस स्टडी दें और उनसे कहें कि वे उसे अच्छी तरह से पढ़ें।

चरण 3: हर समूह से कहें कि वे उनको दी गई केस स्टडी के आधार पर एक रोल प्ले तैयार करें और उन्हें तैयारी केलिए 15 मिनट का समय दें।

चरण 4: हर समूह से कहीं कि वे एक-एक करके अपने रोल प्ले की प्रस्तुति बड़े समूह में करें। हर रोल प्ले के बाद, प्रतिभागियों से कहें कि वे उस कहानी में आशा कार्यकर्ता की भूमिका के बारे में सोचें और क्या वे कुछ अलग करने का सुझाव देना चाहेंगे।

चरण 5: सुझाव बोल कर बताने से बेहतर, प्रतिभागी से कहें कि वे कहानी में आशा कार्यकर्ता कि भूमिका निभाने वाले की जगह खुद नाटक करके बताएँ और ध्यान दें कि इससे कहानी के अंत में क्या बदलाव आता है। 2-3 सुझावों के साथ ऐसा करें। भागीदारों से कहें कि वे सोचें कि क्या उनके सुझाव पिछली गतिविधि में चर्चा किए गए सिद्धांतों के आधार पर हैं या नहीं।

चरण 6: हर रोल प्ले के अंत में, आशा मार्गदर्शिका की केस स्टडीज के नीचे दिए गए बिंदुओं पर चर्चा करें जिससे कि प्रतिभागियों की युवा मैत्रीपूर्ण सेवाओं और जमीनी स्तर पर उसे सुनिश्चित करने में उनकी भूमिका के प्रति समझ विकसित हो।

केस स्टडीज और चर्चा के प्रमुख बिन्दु (आशा मार्गदर्शिका से उपयोग करने हैं)

(प्रतिभागियों के समूह के आधार पर आशा मार्गदर्शिका में से कोई भी 5 केस स्टडी चुनें। हर केस स्टडी के बाद युवा-मैत्रीपूर्ण यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य सेवाएँ उपलब्ध करआने के प्रमुख सिद्धांतों को दोहराएं।)

गतिविधि 4 - सारांश

उद्देश्य: प्रतिभागी प्रशिक्षण में सीखी गई चीजों पर चिंतन करेंगे
समय: 30 मिनट
सामग्री: चार्ट पेपर, मार्कर, पोस्ट इट

निर्देश:

चरण 1: एक चार्ट पेपर पर ''प्रमुख सीखें" लिखें और दूसरे चार्ट पेपर पर लिखें ''समुदाय में लौटने के बाद, मैं"। इन दोनों चार्ट पेपर को प्रशिक्षण हॉल की एक दीवार पर लगा दें।

चरण 2: हर प्रतिभागी को 2 (या अधिक) पोस्ट-इट दें और उनसे कहें कि वे एक पोस्ट-इट पर एक प्रमुख सीख लिखें और एक ऐसी चीज लिखें जो वो अपने क्षेत्रों में वापस जाकर अपने समुदाय के किशोरों और युवाओं के साथ काम करते समय अलग तरह से करेंगे।

चरण 3: प्रतिभागियों से कहें कि वे अपने पोस्ट-इट इन चार्ट पेपर पर चिपका दें। पूरा हो जाने पर, एक-एक पोस्ट-इट को पढ़ें और उस पर थोड़ी देर चर्चा करें।

प्रशिक्षण - पर्यंत मूल्यांकन

समयः 15 मिनट
सामग्रीः परीक्षण–पर्यंत प्रश्नावली की प्रतियां (परिशिष्ट 1)

निर्देशः

चरण 1: सभी प्रतिभागियों को प्रशिक्षण–पर्यंत प्रश्नावली (परिशिष्ट देखें) भरने के लिए दें। उन्हें फॉर्म भरने के लिए 10 मिनट का समय दें। जब सब अपने फॉर्म जमा कर दें तो गतिविधि समाप्त करें।

परिशिष्ट 1
प्रिशिक्षण पूर्व व प्रिशिक्षण पश्चात प्रश्नावली

दिनांक_____

नामः

जिस समय आप फार्म भर रहे हैं, उसके अनुसार सही का निशान लगाएँ –

- ० प्रशिक्षण से पहले
- ० प्रशिक्षण के बाद

तय करें कि आप नीचे दिए गए प्रत्येक वाक्य से "सहमत" (हाँ) हैं या "असहमत" (न)। दी गई जगह में अपना जवाब (हाँ या न) लिखें।

क्र.सं.	वाक्य	सहमत (हाँ)/ असहमत (नहीं)
1.	यदि कोई अविवाहित लड़की गर्भ निरोधक मांगे, तो स्वास्थ्यकर्मी ने उसे दे देना चाहिए।	
2.	युवाओं के पास यौन और प्रजनन स्वास्थय से संबंधित कई तर्कसंगत सवाल होते हैं जिन पर उन्हें ईमानदार और सही जवाब चाहिए होते हैं।	
3.	हस्तमैथुन युवाओं की यौनिकता की एक स्वस्थ अभिव्यक्ति है।	
4.	यदि एक नवविवाहित महिला आशा से गर्भनिरोधक गोली मांगती है तो गोली देने से पहले आशा को उसकी सास या पति से पूछ लेना चाहिए।	
5.	स्वास्थ्यकर्मियों को युवाओं के साथ कोंडोम के बारे में चर्चा करने की कोई जरूरत नहीं है क्योंकि वे यौनिक रूप से सक्रिय नहीं होते।	
6.	यौन संक्रमण से ग्रस्त युवाओं के साथ सही हुआ क्योंकि वे कई साथियों के साथ असुरक्षित यौन सम्बन्ध बनाते हैं।	

क्र.सं.	वाक्य	सहमत (हाँ)/ असहमत (नहीं)
7.	आशा कार्यकर्ताओं को लड़कों और युवाओं को काउन्सिलिंग देने से बचना चाहिए क्योंकि वे यौन और प्रजनन स्वास्थय की जानकारी इंटरनेट से ले लेते हैं।	
8.	यदि आपको पता चले कि कोई युवा यौनिक रूप से सक्रिय है, तो उसके माता-पिता को बताना जरूरी है।	
9.	यौन सम्बन्ध से परहेज करने के अलावा, कोंडोम ही एकमात्र तरीका है जिससे गर्भ धारण और यौन संक्रमण, दोनों से बचा जा सकता है।	
10.	किसी युवा के साथ स्वास्थ्य सुविधा में जाना स्वास्थ्यकर्मी की जिम्मेदारी नहीं है।	
11.	युवा महिलाओं को ई.सी.पी. नहीं देने चाहिए क्योंकि इससे वे और ज़्यादा यौन सम्बन्ध बनाने लगेंगी।	
12.	सुरक्षित गर्भपात का महिला की प्रजनन क्षमता पर कोई प्रभाव नहीं होता।	
13.	रात्रिपतन एक बीमारी है।	
14.	युवा अविवाहित 18 वर्ष उम्र से ऊपर की महिला को गर्भपात सेवा प्राप्त करने के लिए उसके माता-पिता या अभिभावक की अनुमति की जरूरत नहीं है।	
15.	एक किशोर उम्र की लड़की को आपातकालीन गर्भ निरोधक या गर्भपात सेवाएँ देने से उसके स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव पड़ेगा।	
16.	अगर कोई युवती छोटे-छोटे कपड़े पहनती है, तो वो खुद पर उत्पीड़न/हिंसा को आमंत्रित कर रही है।	
17.	आंगनवाड़ी केंद्रों में युवाओं को उनसे बड़ी उम्र की महिलाओं के सामने यौन स्वास्थ्य के विषय पर काउन्सिलिंग देना सही है	

United Nations Population Fund
55, Lodhi Estate, Lodhi Road, New Delhi, Delhi 110003