'समझदार जीवनसाथी एवं जिम्मेदार पिता' कार्यक्रम अर्न्तगत

एनीमेटर्स एव फैसलिटेटर्स का 'मर्द और मर्दानगी' पर

तीन दिवसीय प्रशिक्षण माड्यूल

(चौथा चरण)

आयोजक

सेन्टर फॉर हेल्थ एण्ड सोशल जस्टिश (सी०एच०एस०जे०)

नई दिल्ली

सहयोग

OAK FOUNDATION

पहला दिन

सत्र 01: स्वागत, परिचय एवं उद्देश्य

उद्देश्य : प्रतिभागी एक दूसरे के बारे में जान पायेगें।

पद्वति : व्यक्तिगत चर्चा

समय : 1 घंटा

सामग्री : आवश्यकता नहीं

चरण :

1. फैसलिटेटर सर्वप्रथम सभी प्रतिभागियों का स्वागत करें।
2. इसके बाद फैसलिटेटर प्रतिभागियों को स्पश्ट करें कि हम लोग आपस में एक दूसरे का परिचय करेगें। जिसमें सभी प्रतिभागियों से कहें कि, आप अपना परिचय देंगे।
3. जिसमें प्रतिभागी को अपना नाम, गॉव का नाम तथा एनीमेटर हैं या समूह सदस्य को साझा करने के लिए कहे। सर्वप्रथम फैसलिटेटर अपना परिचय प्रतिभागियों को बताये।
4. फैसलिटेटर चार दिवसीय प्रशिक्षण के उद्देश्यों के बारे में प्रतिभागियों को स्पश्ट करें।
5. तत्पश्चात् इस परियोजना के साथ काम करने वाली सभी साथी संस्थाओं के बारे में स्पट करें।
6. तत्पश्चात् किसी प्रतिभागी को प्रेरित करें की वह कोई गाना सुनाये। यदि प्रतिभागी झिझक के कारण नहीं सुना पा रहे हैं तो स्वयं गाने की शुरूवात करें लेकिन सभी प्रतिभागियों से कहें कि वो भी साथ में गायें।

सत्र का निष्कर्ष :

सत्र के अन्त में प्रतिभागी एक दूसरे के बारे में गहराई से जान पायेंगे व अपने से कमजोर साथियों के साथ मददगार भूमिका बना पायंगे। सत्र उपरान्त प्रतिभागी एक दूसरे के साथी के साथ घुलने मिलने लगेगे तथा आपस में बात करने में झिझक कम हो पायेगी। प्रशिक्षण के खाली समय में प्रतिभागी एक दूसरे से अपने अनुभवों को और गहराई से साझा करने लगेगें।

सहजर्कता के लिए ध्यान देने वाली बातें :

फैसलिटेटर प्रत्येक प्रश्नों पर प्रतिभागियों के अनुभवों को सुनें व उन्हें प्रेरित करें कि वो एक दूसरे को साझा करें। जब प्रतिभागी अपनी बातों को साझा कर रहे हों तो मजाक का माहॅाल न बनने दें। एक दूसरे की बात को ध्यान से सुनने व अपने विचार देने को कहें लेकिन उनके द्वारा बताई बातों, अनुभवों को गलत ठहराने की कोशिश न करें सिर्फ सुनना है और अपने विचार देने हैं।

अन्त में सभी प्रतिभागियों को यह कह कर धन्यवाद दें कि आपने महत्वपूर्ण जानकारी दी जो कि हमें आगामी सत्र संचालनों में मदद करंगे फिर प्रतिभागियों को अपने स्थान में बैठने को कहें।

सत्र 02 : प्रतिभागी अपेक्षाएं, शंकाएं व आधारभूत नियम

उद्देश्य : कार्यक्रम से प्रतिभागियों की अपेक्षाओं को स्थापित करना।

पद्वति : सामूहिक चर्चा, लेखन कार्य व प्रस्तुतीकरण

समय : 45 मिनट

सामग्री : दो कलर के छोटे कार्ड पेपर, स्केच पैंन व बोर्ड मारकर

चरण :

1. प्रतिभागियों से चर्चा करें कि आपको दो कलर के कार्ड दिये जायंगे जिसमें आपको पिंक कलर के कार्ड पर अपेक्षाएं लिखनी हैं तथा नीले कलर के कार्ड पर शंकाएं लिखनी हैं।
2. प्रतिभागियों को यह भी समझा दें कि आपकी बहुत सारी अपेक्षाएं होंगी लेकिन आपको उन में से कोई मुख्य दो अपेक्षाओं व दो शंकाओं को लिखना है।
3. तत्पश्चात कार्ड की अलग अलग ढेरियां बना दें और दो प्रतिभागियों से पढ़ने के लिए कहें। या सहजर्कता टीम से भी कोई पढ़कर प्रतिभागियों को सुना सकता है।
4. जब अपक्षाओं की लिस्ट पढ़ी जा रही हो तो फैसलिटेटर उन अपेक्षाओं को वर्गीकृत क्रम में चार्ट पेपर या बोर्ड पर लिखता जाये।
5. साथ ही फैसलिटेटर, प्रतिभागियों को जिनकी अपेक्षाएं छूट रही हों जोड़ने के लिए प्रोत्साहित करें।
6. तत्पश्चात् फैसलिटेटर चार्ट पेपर या बोर्ड में वर्गीकृत अपेक्षाओं को पढ़कर सुनाए कि हम इस प्रशिक्षण में किन– किन अपेक्षाओं को पूर्ण कर पायेगें।
7. फैसलिटेटर यह भी स्पष्ट कर दे कि दूसरे चरण के प्रशिक्षण में किन–किन अपेक्षाओं को पूर्ण किया जायेगा।
8. इसके बाद फैसलिटेटर दूसरी ढेरी को पढ़ने के लिए कहें या खुद पढ़कर सुनाए तथा प्रतिभागियों की शंकायें क्या है इसकी चार्ट पेपर पर लिस्ट तैयार करे। संम्भावित शंकाएं इस प्रकार निकल कर आ सकती हैं –
   - खाने, रहने आदि व्यवस्था सम्बंधी
   - प्रशिक्षण संचालन सम्बंधीं
   - प्रशिक्षण समय सम्बंधीं
   - प्रशिक्षण से बाहर घुमने के लिए जाने सम्बंधी
   - भाषा सम्बंधी
   - किस तरह के सवाल पूछे जायंगे सम्बंधीं
   - हमारी जानकारी समझ बन पायेगी या नहीं सम्बंधी आदि

आधारभूत नियम :

फैसलिटेटर प्रतिभागियों को प्रशिक्षण सम्बंधी नियमावली व समय सारणी बनाने के लिए उत्साहित करे। नियमावली बनाने के बाद उसे हाल में लगा दें ताकि सभी प्रतिभागी उनका पालन कर सकें।

प्रतिभागियों में हर रोज सहभागी प्रक्रिया बनी रहे इसके लिए हर रोज के लिए व्यवस्था टीम, रिर्पोटिंग टीम व सांस्कृतिक टीम का गठन कर दें, ध्यान रहे कि कोई प्रतिभागी छूटे ना और सभी की भूमिका बनी रहे। इस चार्ट को भी दिवार पर लगा दें।

अन्त में हर रोज का फैसलिटेटर स्व मूल्यांकन हेतु एक चार्ट पर मूड रीडर बनाकर लगा दे तथा प्रतिभागियों को उसके बार में स्पष्ट कर दें। प्रतिभागियों से कहे कि वो लोग पूरे दिन का सत्र समापन के बाद अपनी स्वैच्छा से किसी एक पर टिक लगा दे जिससे कि उसकी फीडबैक फैसलिटेटर को मिलती रहे व फैसलिटेटर दूसरे दिन उस पर सुधार कर सके।
तत्पचात कोई उर्जावान गीत या खेल कराकर सत्र का समापन करें।

गतिविधि उपरान्त प्रकाशित मुद्दे :

सत्र के अन्त में प्रतिभागी यह समझ पायेगें कि तीन दिवसीय प्रशिक्षण में किन–किन विषयों पर जानकारी व समझ बढ़ाई जायेगी तथा किन विषयों को बाद के चरणों में लिया जायेगा। सहभागी प्रशिक्षण प्रक्रिया को आगे बढ़ाने में प्रतिभागियों अपने योगदान को सुनिश्चित कर पायेगें।

सत्र 03: तीसरे चरण के प्रशिक्षण का रिकैप

उद्देश्यः तीसरे चरण के प्रशिक्षण में लिये गये विषयों का रिकैप करना व जानकारी पर स्पष्टता लाना।

पद्वति : क्विज व चर्चा

समय : 1.30 घंटा

सामग्री : प्रश्नोत्तरी, ह्वाईट बोर्ड व मार्कर

चरण :

1. फैसलिटेटर को चाहिये कि सर्वप्रथम प्रतिभागियों को जिलों के आधार पर तीन समूहों में अलग–अलग जगह पर बैठने के लिए कहें।

2. इसके बाद प्रतिभागियों को प्रतियोगिता के नियमों को स्पष्ट कर दें कि जिस टीम से सवाल पूछा जायेगा उस टीम को निर्धारित समय में सही जवाब मिलने पर 10 अंक, अधूरा जवाब मिलने पर 5 अंक दिया जायेगा। अधूरा जवाब या जवाब न मिलने पर वही सवाल दूसरी टीम से पूछा जायेगा और अगर दूसरी टीम ने सही जवाब दिया तो उन्हे बोनस के तौर पर 5 अंक दिये जायेगें। यह क्रम लगातार चलता रहेगा जब तक कि प्रश्नावली पूरी न हो जाय।

3. तत्पश्चात् फैसलिटेटर तीनों समूहों से क्रमशः सवाल पूछे तथा मिलने वाले जवाबों के आधार पर मिलने वाले अंको को ह्वाईट बोर्ड पर लिखते जाय।

4. यदि फैसलिटेटर को लगता है कि टीमों द्वारा सही जवाब नही मिला है या किसी तरह का कन्फ्यूजन है तो उन्हें उस प्रश्न को स्पष्ट करना चाहिये।

5. जब प्रतियोगिता का क्रम पूरा हो जाय उसके बाद यदि प्रतिभागियों की तरफ से कोई सवाल या जिज्ञासा हो तो फैसलिटेटर को उसे स्पष्ट करना चाहिये।

सत्र 04 : तीसरे चरण के प्रशिक्षण के बाद व्यक्ति नियोजन का रिव्यू

उद्देश्यः

- प्रतिभागियों द्वारा किये जाने वाले बदलाव व हस्तक्षेप पर साझा जानकारी बढ़ाना।
- बदलाव की प्रक्रिया में आने वाली समस्याओं व चुनौतियों के समाधानों पर समझ बढ़ाना।

पद्वति : बदलाव की कहानियों की शेयरिंग

समय : 1.30 घंटा

सामग्री : बोर्ड/चार्ट, मार्कर, सफेद पेपर

चरण :

1. फैसलिटेटर को चाहिये कि वे सर्वप्रथम प्रतिभागियों को स्पष्ट कर दें कि उन्हें पिछले प्रशिक्षण में कहानी लेखन के बताये गये ढ़ॉचा के अनुसार व्यक्तिगत तथा समुदाय स्तर पर बदलाव की कहानी लिखना है। *नोट– फैसलिटेटर को चाहिये कि वे ढ़ॉचे को पुनः प्रदर्शित करें।*
2. इसके बाद फैसलिटेटर प्रतिभागियों को कहानी लिखने के लिए 30 मिनट का समय निर्धारित कर दें।

3. प्रतिभागियों से बदलाव/चुनौती/समस्या की कहानियां इकट्ठा करने के बाद कुछ प्रतिभागियों को अपने प्रयासों को शेयर करने के लिए प्रेरित करें।

4. फैसलिटेटर, प्रतिभागियों द्वारा शेयर किये गये प्रयासों के आधार पर आने वाली समस्याओं/ चुनौतियों के आधार पर इनपुट दें ताकि उन्हें कम किया जा सके।

5. यदि फैसलिटेटर को लगता है कि कहानियों में प्रतिभागी अभी कुछ और जोड़ना चाहते हैं तो उन्हें कहानियों की प्रति वापस कर दें तथा अगले दिन कहानी पूरा करते हुए वापस करने के लिए कहें।

सत्र 05 : मर्दांनगी की संरचना

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागी मर्दांनगी की अवधारणा व स्वयं के मर्दांनगी की संरचना को समझ पाएंगे।
समय : 1 घंटा
पद्धति : फ्रीलिस्टिंग व शेयरिंग

चरण : 1 (मर्दानगी की अवधारणा)
1. फैसेलिटेटर प्रतिभागियों से पूछे कि जब 'मर्दानगी' शब्द कहा जाए तो दिमाग में क्या भाव/शब्द आते हैं। उत्तर को बोर्ड पर लिखें उदाहरण :

   निडर, गुस्सा, सेक्स की पहल करे, ताकतवर, रोबीला, नेता, नियंत्रक, बुद्धिमान, लंबा–चौड़ा, कमाने वाला, लड़ाकू, मूछो वाला, रो नहीं सकता, चौड़ी छाती, यौनिक रूप से सक्रिय आदि।

2. अब पुनः फैसेलिटेटर प्रश्न करे कि क्या बोर्ड पर लिखे सभी कुछ यहां पर बैठे सभी पुरुषों पर लागू होता है – यदि हाँ तो कैसे, नहीं तो क्यों?

3. फैसेलिटेटर बताए कि सभी पुरुषों के अंदर यह भाव होता है कि उपरोक्त गुण उसमें हों जबकि जरूरी नहीं है कि सभी पुरुषों में ये सारे गुण हों। बोर्ड को देखे तो ऐसा भाव निकला है कि कोई बहुत ही खुंखार व्यक्ति या जानवर की कल्पना की जा रही है जो सभी के पंसद की नहीं होती।

4. फैसेलिटेटर पुनः प्रश्न करें कि बोर्ड पर लिखे सभी शब्दों में कामन या आम शब्द हो सकते हैं। जवाब निकलेगा 'सत्ता' पावर।

5. फैसेलिटेटर फिर बताएं कि मर्दांनगी का संबंध काफी हद तक सत्ता से है जो सभी के पास या हमेशा नहीं रह सकती। इसका मतलब अलग–अलग लोगें में अलग–अलग मर्दांनगी हो सकी है।

सार – फैसेलिटेटर सत्र का सार बांधते हुए बताएं कि मर्दानगी एक सामाजिक प्रक्रिया है जो पुरूषों को नियंत्रक, सत्ताधारी व हिंसक के रूप में बढ़ाने की बात करती है। मर्दानगी केवल पुरूषों के शरीर से ही नहीं जुड़ती (बलवान, मजबूत मांसपेशिया) बल्कि महिला पुरूष के अलावा जाति में, धर्म मेें, वर्ग में एवं भाषा में भी दिखती है। हम देखते है कि मर्दानगी का उपयोग राज्य एवं कट्टरवादी धर्मों द्वारा सामाजिक क्षेत्र में लगातार किया जाता है। (उदाहरण कथन/यह कहना–हमने कोई चूड़ियां नहीं पहन रखी है, यह राज्य, सेना और धार्मिक कट्टरवादीयों द्वारा उपयोग किया जाता है, जब वे अपने राष्ट्र, धर्म और समुदाय को बचाने के लिए पुरूषों को बुलाते हैं, समुदाय उन पुरूषों के तरफ भी संकेत करता

हैजिनके परिवार की महिलाएं पंचायत चुनाव में खड़ी होती हैं)। मर्दानगी एक सामाजिक संरचना भी है जो सत्ता और हिंसा से जुड़ी हुई है तथा इसका स्वरूप भी समाज, देश, काल व परिस्थिति के अनुसार बदलता रहता है।

चरण : 2 (मर्दांनगी की संरचना)

1. फैसेलिटेटर प्रतिभागियों को 4–5 समहों में बाँटे / समूह में 5–6 लोग हो सकते है।

2. समूह में प्रत्येक प्रतिभागी के अपने जीवन से जुड़ी किसी घटना/कहानी को बताना है जो उसकी मर्दांनगी को बनाती थी या जिससे पुरुष पर मर्द होने का दबाव था (उदाहरण के लिए किसी ने यह कहा कि तुम मर्द हो, तुम्हें डरना नहीं चाहिए।)

3. कहानी सुनाने के लिए प्रत्येक व्यक्ति को 5–6 मिनट का समय दें तथा समूह में एक रिपोर्टर तय करें। यह रिपोटर समूह में कहानी पूरी होने के बाद बड़े समूह में पुनः कहानियों को सुनायेगा।

4. फैसेलिटेटर प्रत्येक कहानी से सीख निकाले कि मर्दांनगी के कौन से तत्व या मर्दांनगी का क्या रूप दिखता है। उसे बोर्ड पर लिखें–

5. फैसेलिटेटर सभी समूहों की प्रस्तुति पूरी हो जाने के बाद पुनः कहानियों से निकले मर्दानगी के तत्वों व स्वरूपों को पढ़ कर सुनाएं।

सार – फैसेलिटेटर सत्र का सार बांधते हुए बताए कि सभी कहानियों में सत्ता की उपस्थिति या सत्ता तक पहुँचने का दबाव लिखा है। कई बार पुरुष अपेन मर्द होने के भाव को स्थापित करने के लिए अपने पसंद से बाहर जाकर आक्रामक स्वरूप को दिखाता है क्योंकि यही आक्रामक मर्दांनगी या धौंस पुरुष मर्दांनगी हमारे समाज में स्वीकार्य है। अन्य मर्दांनगी भी होती है किंतु उन्हें अस्वीकार कर दिया जाता है या दबा दिया जाता है और उसका परिणाम यह होता है कि कई बार संवेदनशील पुरुष भी महिलाओं को दबाकर रखने की वकालत या स्वभाव को पेश करते है। उन्हें उस बात का डर रहता है कि यदि वे ऐसा नहीं करेगें तो लोग उन्हें नामर्द या महिला जैसा कहेंगे।

सत्र 06 : पितृसत्तात्मक मर्दानगी को बनाए रखने की बाध्यता

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागी समझ पाएंगे कि पितृसत्तात्मक मर्दानगी को बनाए रखने की क्यों बाध्यता होती है तथा इसका पुरुषों पर क्या असर होता है।
समय : 1 घंटा
पद्धति : सामूहिक चर्चा

चरण :

1. फैसलिटेटर सर्वप्रथम सत्र के विषय के बारें में प्रतिभागियों को स्पष्ट कर दें।
2. सर्वप्रथम फैसेलिटेटर को चाहिये कि वे प्रतिभागियों से पूछे कि वे क्या कदम या भूमिकाएं है जिनके कारण पुरुष पितृसत्तात्मक मर्दानगी को बनाये रखता है? प्रतिभागियों से निकलने वाले जवाबों को बोर्ड/चार्ट पर एक तरफ लिखते जाय।
3. इसके बाद फैसलिटेटर पुनः प्रतिभागियो से पूछे कि इन भूमिकाओं को करने से पुरूषों पर क्या असर पड़ता है? तथा निकलने वाले जवाबों को बोर्ड/चार्ट के दूसरी तरफ लिखते जाय। निकलने वाले जवाब निम्न प्रकार से हो सकते हैं –

भूमिकाएं/उठाये जाने वाले कदम	पुरूषो पर परिणाम/असर
देर शाम तक घूमने जाना	चोट
तेज मोटरसाईकिल चलाना	चिड़चिड़ा
नशा करना	हिंसा
तुरन्त मारपीट	बीमार
कमाने के लिए कड़ी मेहनत करना	तनाव
महिला से छेड़छाड	दुःखी, आनंद नहीं

सार – फैसेलिटेटर सत्र का सार बांधते हुए बताए कि हर पुरुष व महिला पर यह दबाव रहता है कि व धौंसपूर्ण पित्तसत्तात्मक मर्दानगी को बनाए रखने में अपना योगदान करे। यह दबाव परिवार व दोस्तों दोनों में आता है। इसका असर महिला व पुरुष दोनों पर नकारात्मक तथा हानिकारक होता है फिर भी दोनों करने को बाध्य होते हैं। दिमाग में डर होता है कि पितृसत्ता मे जो भी इनाम, सहूलियत व अधिकार मिलते हैं कहीं वे छिन न जाए। अपनी कुछ इज्जत व सहुलियत पाने के लिए विशेष रूप से पुरुष अपने जीवन भर जोखिम उठाने को तैयार रहता है। जिस पर प्रश्न खड़ा करने की जरूरत है।

दूसरा दिन

सत्र 07 : पहले दिन का पुनरावलोकन

उद्देश्य :

- प्रतिभागी पहले दिन हुई चर्चाओं से बनी सीख का आंकलन कर पायेगें।
- पहले दिन के सत्रों पर प्रतिभागियों के कन्फयूजन पर स्पष्टता बन पायेगी।

पद्धति : व्यक्तिगत शेयरिंग
सामग्री : बोर्ड/चार्ट, मार्कर
समय : 1 घंटा

चरण :

1. फैसलिटेटर दूसरे दिन कार्यक्रम की शुरूआत किसी सामूहिक गीत से करवायें।
2. इसके बाद प्रतिभागियों को स्पष्ट करें कि पहले दिन हुई चर्चाओं के बारे में क्या सीख बनी तथा अभी कौन सा विषय है जिस पर और स्पष्टता चाहिये, बताने के लिए कहें।
3. पहले सभी प्रतिभागियों से बारी–बारी से उनकी सीख को बताने के लिए कहें।
4. प्रतिभागियों की सीख के बाद जिन विषयों में कन्फूयजन हो या जो समझ में न आया हो, उसको बताने के लिए कहें।
5. फैसलिटेटर निकलने वाले बिन्दुओं को बोर्ड/चार्ट में लिखते जाय।
6. अंत में फैसलिटेटर को चाहिये कि निकले हुए बिन्दुओं को पुनः स्पष्ट करें।

सत्र 08 : मर्दानगी की सरंचना से प्रभावित करने वाले कारक

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागी मर्दानगी की संरचना को प्रभावित करने वाले घटकों व कारणों के बारे में समझ पाएंगे।

समय : 1 घंटा

पद्धति : समूह चर्चा

चरण :

1. फैसेलिटेटर प्रतिभगियों को किसी खेल के माध्यम से चार समूह में बांटे तथा सत्र के विषय को स्पष्ट कर दें।
2. प्रत्येक समूह सदस्यों को अपने समूह का नाम तय करने के लिए बोले तथा क्रमशः उन्हें चर्चा करने के लिए एक–एक विषय जैसे परिवार, स्कूल, समुदाय, धर्म दे दें।
3. फैसेलिटेटर हर समूह को बताए कि उसे समूह में चर्चा करके निकालना है कि कौन–कौन से घटक हैं जो मर्दानगी की संरचना को प्रभावित करते है तथा ये घटक कैसे काम करते हैं।
4. समूह कार्य के लिए 20 मिनट का समय निर्धारित करते हुए प्रत्येक समूह को चर्चा के सार को बड़े समूह में प्रस्तुत करने के लिए बताएं। प्रस्तुतीकरण से निम्न बाते निकलकर आ सकती हैं –

परिवार –

घटक	**कैसे काम करता है**
जिम्मेदारी	निर्णय लेना, समस्या दूर करना
अधिकार	संपत्ति, भूमि, सुविधा
भूमिका	कमाना, पंचायत में जाना
व्यवहार	रफ एंड टफ बनना, बॉडी प्रदर्शन
तुलना	उंच – नीच

स्कूल/शिक्षा –

घटक	**कैसे काम करता है**
कांटेन्ट	जीत को महिमामंडित करना, आविष्कार का महिमा मण्डन
अनुशासन	ज्यादा मारपीट, बेइज्जती
प्रतियोगिता	हमेशा जीत को मनाना तथा जीतने का दबाव
डिग्री	डिग्री से इज्जत मिलना

सामूहिक कदम	सामूहिक ताकत, यूनियन, सामूहिक मारपीट

समुदाय/पंचायत –

घटक	कैसे काम करता है
पंचायत में पुरुषों को बुलाना गांव के मामले में पुरुषों को उकसाना नियम कानून बनाना	मुखिया का भाव मिलना, अभिव्यक्ति जीत का एहसास ज्यादा ताकत, नियंत्रण, अभिव्यक्ति

धर्म –

घटक	कैसे काम करता है
गलत–सही का मापदण्ड बनाना	प्रश्न नही उठा सकते
धर्म की रक्षा सर्वोपरि	हिंसा, भय, आंतक को न्यायोचित ठहराना
अधिकारों/कर्तव्यों का निर्धारण	हमेशा कमजोर की कम और मजबूत का ज्यादा
पाप–पूण्य का फैसला	अनिष्ठ होने का डर मन में पैदा होता है
भगवान का डर	परिवार व समाज के नष्ट होने का डर पैदा होता है

सार – फैसेलिटेटर सत्र का सार चारों प्रस्तुतियों से सीख को निकालते हुए बाधें। यह साफ दिखता है कि हमारी मर्दानगी की सरंचना को हमारा परिवार, समुदाय, स्कूल, धर्म, पंचायत मीटिंग, शासन सभी संस्थाए प्रभावित करती है। ये सभी संस्थाएं हमारे दिल व दिमाग पर कब्जा करने की कोशिश करती है जिसमें नीयम, डर, दण्ड व इनाम (अधिकार, सहूलियत, मान–सम्मान, पद) आदि का इस्तेमाल किया जाता है।

अतः यदि हम ऐसी मर्दानगी की संरचना करना चाहते हैं जो प्यार, समानता, केयरिंग, आदर तथा मानवाधिकारेां पर टिकी है तो हमें मर्दानगी की संरचना को प्रभावित करने वाले संस्थाओं व घटकों को समझ कर उन्हें चुनौति देना होगा तथा बदलना होगा।

सत्र 9 : आक्रामक मर्दानगी का हिंसा से सबंध

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागी आक्रामक मर्दानगी का हिंसा से संबंध को समझ पाएंगे।
समय : 1 घंटा
पद्धति : फिल्म शो व चर्चा, कहानी
सामग्री : प्रोजक्टर, साउण्ड सिस्टम, फिल्म, बोर्ड, चार्ट, मार्कर, टेप

चरण :

1. फैसेलिटेटर प्रतिभागियेां को पिता–पुत्र व धर्म युद्ध के कुछ अंश या दिए गए छोटी फिल्म दिखाएं।
2. फिल्म शुरू करने से पहले ही बताए कि उनको फिल्म में देखते हुए पता करना है कि कहाँ, क्या हिंसा हो रही है और उसे कैसे बढ़ाया जा रहा है।
3. फिल्म पूरी होने के बाद प्रतिभागियेां से फिल्म पर चर्चा करें –
   - फिल्म में कहां–कहां हिंसा हुई?

- हिंसा को बढ़ाने के लिए क्या तर्क, विचार या संदेश दिए गए थे?
- क्या इस तरह के संदेश हमारे क्षेत्र में देखने या सुनने को मिले है या मिलते हैं?

4. प्रतिभागियों को अपने अनुभव सुनाने के लिए उत्साहित करें –

सार – फैसेलिटेटर सत्र का सार बांधते हुए बताए कि मर्दानगी एक संरचना है जो 'सत्ता और हिंसा' से जुड़ी हुई हैं। सत्ता व हिंसा एक–दूसरे के पूरक हैं तथा एक–दूसरे के लिए माध्यम का भी काम करते हैं। उनका स्वरूप समाज, देश, काल व परिस्थिति के अनुसार बदल सकता है या यों कहें कि बदलता रहता है।

मर्दानगी का उपयोग महिला पुरुष के अलावा वर्ग, जाति, धर्म, क्षेत्र द्वारा की जाती है। हम देख सकते हैं कि मर्दानगी का उपयोग राज्य एवं कट्टरवादी/चरमपंथी धर्मों द्वारा सामाजिक क्षेत्र में लगातार किया जा रहा है (उदाहरण – यह कथन – 'हमने चूड़िया नहीं पहन रखी है' राज्य, से धार्मिक कट्टरवादियों द्वारा उपयोग किया जाता है।)

सत्र 10 : अपनी मर्दानगी को साबित करने के लिए हिंसा करना

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागी मर्दानगी को साबित करने के लिए किये जाने वाली हिंसा के असर के बारे में समझ पायेगें।
समय : 1 घंटा
पद्धति : चित्र प्रस्तुतीकरण एवं खुली चर्चा
सामग्री : प्रोजेक्टर, सम्बंधित चित्र, बोर्ड, चार्ट, मार्कर, टेप

चरण :

1. फैसलिटेटर, प्रतिभागियों से निम्न सवालो के आधार पर चर्चा को आगे बढ़ायें –
   - पुरूष/लड़के अपनी मर्दानगी को साबित करने के लिए किस–किस तरह से जोखिम लेते/व्यवहार करते हैं?
     (**नोट–** प्रतिभागियों से निकलने वाले उदाहरणों के बाद इससे जुड़े हुए विभिन्न चित्रों को दिखाकर चर्चा कर सकते हैं।)
   - इन जोखिमों से जुड़ी हुई मान्यताएं क्या हैं?
   - ये जोखिम किन–किन रिश्तों से जुड़े हैं?
   - यदि मर्दानगी को किसी तरह की चुनौती मिलती है तो क्या प्रतिक्रिया व पुरूषों पर क्या असर होता है?

2. फैसलिटेटर को चाहिये कि वह प्रतिभागियों से निकलने वाले जवाबों को निम्न टेबिल के अनुसार चार्ट/बोर्ड पर लिखते जाय।

जोखिम/व्यवहार किस तरह से करते	जोखिमों से जुड़ी हुई मान्यताएं	किन–किन रिश्ते में	हिंसात्मक मर्दानगी का पुरूषों पर असर

3. अंत में फैसलिटेटर, प्रतिभागियों से निकली जानकारी का विश्लेषण करवायें तथा छूटे हुए बिन्दुओं को जोड़ते हुए सत्र का सार बांधे।

सार – विभिन्न सामाजिक मान्यताओं के कारण हमारे समाज में पुरूषों व लड़कों पर अपनी मर्दानगी को साबित करने का प्रत्यक्ष व परोक्ष रूप से दबाव होता है। जब कभी भी पुरूषों व लड़को को उनकी मर्दानगी को लेकर कोई चुनौती मिलती है तब भी वे विभिन्न पारिवारिक व सामाजिक रिश्तों में हिंसात्मक व्यवहार अपनाने लगते हैं। लड़कों और पुरूषों के इन हिंसात्मक व्यवहार को बहुत बार सही ठहराने का प्रयास किया जाता है। ऐसी स्थिति में परिवार व समाज में दूसरे लोगों के साथ–साथ खुद पुरूषों को भी कई तरीके से नुकसान उठाने पड़ते हैं। अपनी मर्दानगी को साबित करने के लिए इस तरह का हिंसात्मक व्यवहार गलत है तथा किसी भी तरह से इसे सही नही ठहराया जा सकता है।

सत्र 11 : मर्दानगी को पुर्नगठित करना – जेण्डर भूमिकाएं

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागी मर्दानगी की सकारात्मक अवधारणा हेतु अपनी विभिन्न भूमिकाओं को समझ पायेगें।
समय : 1 घंटा
पद्धति : रोल प्ले एवं चर्चा
सामग्री : बोर्ड, चार्ट, मार्कर, टेप

चरण :

1. फैसलिटेटर सर्वप्रथम प्रतिभागियों को स्पष्ट करें कि सकारात्मक मर्दानगी की अवधारणा के लिए हमें स्वयं, परिवार तथा समाज के स्तर पर विभिन्न स्तर पर अपनी भूमिकाओं व व्यवहार में बदलाव लाना होगा। इस सत्र में हम सकारात्मक मर्दानगी के लिए जेण्डर आधारित भूमिकाओं में बदलाव को समझने का प्रयास करेगें।

2. इसके बाद, प्रतिभागियों को तीन समूहों में बांट दें। इसके लिए तीन जानवरों की के नाम लिखते हुए प्रतिभागियों की संख्या के आधार पर पर्ची बांट दें तथा सभी प्रतिभागियों को पर्ची में लिखे जानवर की आवाज निकालते हुए अपने साथियों को पहचानने के लिए कहें जिससे तीन समूह बन जायेगें जिसके बाद उन्हें तीन अलग–अलग जगहों पर बैठा दें।

3. तीन समूह में प्रतिभागियों के बंट जाने के लिए उन्हें आपस में चर्चा करते हुए निम्न सवालों के आधार पर रोल प्ले तैयार कर प्रस्तुतिकरण करने हेतु कहें –

   समूह नं0 1 – पिता, पति/पार्टनर व भाई होने के नाते **किन–किन घरेलू कार्यो को किया जा सकता है** तथा वह रिश्ता क्या है? जिससे आक्रामक मर्दानगी की छवि को बदला जा सकता है?

   समूह नं0 2 – पिता, पति/पार्टनर व भाई होने के नाते **शारीरिक हाव भाव में क्या–क्या बदलाव किया जा सकता है** तथा वह रिश्ता क्या है? जिससे आक्रामक मर्दानगी की छवि को बदला जा सकता है?

   समूह नं0 3 – पिता, पति/पार्टनर व भाई होने के नाते **बोलचाल की आवाज में क्या–क्या बदलाव किया जा सकता है** तथा वह रिश्ता क्या है? जिससे आक्रामक मर्दानगी की छवि को बदला जा सकता है?

4. तीनों समूहों को रोल प्ले तैयार करने व प्रस्तुतीकरण करने हेतु 20 मिनट का समय निर्धारित कर दें।

5. तीनों समूहों की प्रस्तुतीकरण के बाद फैसलिटेटर द्वारा निकलने वाले प्रमुख बिन्दुओ को निम्न टेबल के ड़ाले तथा प्रतिभागियों की तरफ से छूटे हुए बिन्दुओं को जोड़े।

रिश्ता	घरेलू कार्यो	शारीरिक हाव भाव	बोलचाल की आवाज

सार –समानता आधारित समाज बनाने के लिए पुरूषों और लड़को को अपनी आक्रामक मर्दानगी की छवि को बदलना होगा और इसके लिए उनका घरेलू कार्या में भागीदारी निभाना जरूरी है। लड़कों और पुरूषों द्वारा किये जाने वाले व्यवहार की भाषा, बोलचाल की आवाज ऐसी होनी चाहिये जो किसी भी दूसरे व्यक्ति खासकर महिलाओं को नीचा न दिखाती हो तथा सम्मानजनक हो और उसी के अनुरूप हमारा शारीरिक हावभाव भी होना चाहिये। महिलाओं से जुड़े कार्य, हावभाव (चेहरे में मुस्कान, प्यार दिखाना आदि) व बोली (धीरे बोलना, विनम्र बोलना आदि) यदि उनके लिए अच्छी बात है तो यह पुरूषों के लिए खराब नही हो सकती।

सत्र 12 : मर्दानगी को पुर्नगठित करना – रिश्ते

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागियों की आपसी रिश्तों में निर्णय प्रक्रिया, भेदभाव व हिंसा तथा यौनिकता में सकारात्मक मर्दानगी के विभिन्न पहलुओं पर समझ बन पायेगी।
समय : 1 घंटा
पद्धति : समूह चर्चा व प्रस्तुतीकरण
सामग्री : बोर्ड, चार्ट, मार्कर, टेप

चरण :
1. फैसलिटेटर सभी प्रतिभागियों को पहले अभ्यास में बने समूह के आधार पर पुनः अलग–अलग जगहों पर बैठने के लिए कहें।

2. तीनों समूहों को निम्न सवालों के आधार पर चर्चा कर चार्ट प्रस्तुतीकरण करने हेतु स्पष्ट कर दें तथा यह भी स्पष्ट कर दें कि समूह में कौन व्यक्ति प्रस्तुतीकरण करेगा पहले से तय कर लें। तीनों समूहों को चर्चा करते हुए चार्ट प्रस्तुतीकरण हेतु 20 मिनट का समय निर्धारित कर दें।

   समूह नं0 1– निर्णयो को लेने में धौसपूर्ण मर्दानगी के दबाव को कम करने के लिए क्या प्रयास किया जा सकता है? और इनका परिवार व पुरूषों पर क्या असर पड़ता है?

   समूह नं0 2– भेदभाव व हिंसा को रोकने तथा धौसपूर्ण मर्दानगी के दबाव को कम करने के लिए क्या प्रयास किया जा सकता है ताकि व रिश्तों को मजबूत बनाया जा सकें और इनका परिवार व पुरूषों पर क्या असर पड़ता है?

समूह नं0 3– यौनिक रिश्तो में धौसपूर्ण मर्दानगी का दबाव को कम करने व रिश्तों को मजबूत बनाने के लिए के लिए क्या प्रयास किया जा सकता है और इनका परिवार व पुरूषों पर क्या असर पड़ता है?

3. फैसलिटेटर को चाहिये कि वे प्रतिभागियो को स्पष्ट करें कि वे निम्न टेबिल के आधार पर प्रस्तुतीकरण तैयार करें –

किया जाने वाला प्रयास	**किस रिश्ते में**	**परिवार में असर**	**पुरूषों पर असर**
निर्णय लेने में			
भेदभाव व हिंसा करने			
यौनिक रिश्तो में			

4. टेबिल में निकाले गये प्रमुख बिन्दुओ को स्पष्ट करते हुए फैसलिटेटर अपनी तरफ से छूटे हुए बिन्दुओं को जोड़े।

सार – पुरूष व लड़के यदि अपने रिश्तो को मजबूत बनाना चाहते हैं तो उन्हें अपनी धौसपूर्ण मर्दानगी की छवि को बदलना होगा और इसके लिए धौसपूर्ण मर्दानगी से जुड़े दबावों को कम करना होगा क्योंकि इनका असर उनके कार्यो व व्यवहार पर पड़ता है। धौसपूर्ण मर्दानगी से जुड़े दबावों के कारण पुरूष हमेशा तनाव में रहते हैं, उनके साथ अनेक तरीको से डर आ जाता है और पारिवारिक व सामाजिक रिश्तों में दूरी बढ़ने लगती है। कई बार पुरूष नशा व गलत तथा हिंसक गतिविधियों में शामिल हो जाते हैं। इसलिए पुरूषों को अपने रिश्तो को मजबूत बनाने के लिए सकारात्मक मर्दानगी का अभ्यास करना होगा।

तीसरा दिन

सत्र 13 : दूसरे दिन का पुनरावलोकन

उद्देश्य :

- प्रतिभागी दूसरे दिन हुई चर्चाओं से बनी सीख का आंकलन कर पायेगें।
- दूसरे दिन के सत्रों पर प्रतिभागियों के कन्फयूजन पर स्पष्टता बन पायेगी।

पद्धति : व्यक्तिगत शेयरिंग

सामग्री : बोर्ड/चार्ट, मार्कर

समय : 1 घंटा

चरण :

1. फैसलिटेटर दूसरे दिन कार्यक्रम की शुरूआत किसी सामूहिक गीत से करवायें।
2. इसके बाद प्रतिभागियों को स्पष्ट करें कि पहले दिन हुई चर्चाओं के बारे में क्या सीख बनी तथा अभी कौन सा विषय है जिस पर और स्पष्टता चाहिये, बताने के लिए कहें।
3. पहले सभी प्रतिभागियों से बारी–बारी से उनकी सीख को बताने के लिए कहें।

4. प्रतिभागियों की सीख के बाद जिन विषयों में कन्फूयजन हो या जो समझ में न आया हो, उसको बताने के लिए कहें तथा फैसलिटेटर को चाहिये कि वह निकलने वाले बिन्दुओं को बोर्ड/चार्ट में लिखते जाय।
5. अंत में फैसलिटेटर को चाहिये कि निकले हुए बिन्दुओं को पुनः स्पष्ट करें।

सत्र 14 : मर्दानगी को पुर्नगठित करना – स्वास्थ्य

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागी लड़कियों व महिलाओं के स्वास्थ्य से जुड़ी धौसपूर्ण मर्दानगी की अवधारणाओं को जान पायेगें तथा उनमें बदलाव हेतु साझी समझ विकसित हो पायेगी।
समय : 1 घंटा
पद्धति : समूह चर्चा व प्रस्तुतीकरण
सामग्री : बोर्ड, चार्ट, मार्कर, टेप

चरण :
1. सर्वप्रथम सभी प्रतिभागियों को गोल घेरे में खड़ा कर खेल के माध्यम से चार समूहों में बांट दें।

2. इसके बाद चारो समूहों के सदस्यों को अलग–अलग स्थान पर बैठ़ने के लिए कहें।

3. इसके बाद निम्न सवालों पर चारों समूहों को बैठकर आपस में चर्चा करते हुए प्रस्तुतीकरण हेतु 30 मिनट का समय निर्धारित कर दें –
   समूह नं0 1 – कम उम्र में शादी करने हेतु मर्दानगी से जुड़े कौन–कौन से दबाव काम करते हैं? और इनका पुरूषों पर क्या असर होता है व उनमें क्या बदलाव लाना चाहिये?

   समूह नं0 2 – जल्दी बच्चें पैदा करने सम्बंधी मर्दानगी से जुड़े क्या दबाव काम करते हैं? तथा इनका पुरूषों पर क्या असर होता है व उनमें क्या बदलाव लाना चाहिये?

   समूह नं0 3 – गर्भ निरोधक साधनो के उपयोग सम्बंधी मर्दानगी से जुड़े क्या दबाव काम करते हैं? तथा इनका पुरूषों पर क्या असर होता है व उनमें क्या बदलाव लाना चाहिये?

   समूह नं0 4 – बच्चों तथा महिलाओं की देखभाल से सम्बंधी मर्दानगी से जुड़े क्या दबाव होते हैं तथा इनका पुरूषों पर क्या असर होता है व उनमें क्या बदलाव लाना चाहिये?

4. उपरोक्त निकलने वाले बिन्दुओं को निम्न टेबल के अनुसार डाला जा सकता है –

	मर्दानगी से जुड़े दबाव	**पुरूषों पर असर**	**क्या बदलाव लाना चाहते हैं?**
कम उम्र में शादी			
जल्दी बच्चें पैदा करना			
प्रयोग किये जाने वाले गर्भ निरोधक साधन			

बच्चों व महिलाओं की देखभाल			

5. चारों समूहों की प्रस्तुतीकरण के बाद फैसलिटेटर द्वारा निकले प्रमुख बिन्दुओ को दोहराते हुए अपनी तरफ से छूटे हुए बिन्दुओं को जोड़ा जाना चाहिये।

सार – हमारे समाज में महिलाओं और पुरूषों से जुड़ी अनेक सामाजिक मान्यताएं हैं जो पुरूषों की धौसपूर्ण मर्दानगी को बढ़ाती है। अगर पुरूष इन मान्यताओं को नही मानता तो उसे अनेक प्रकार के ताने दिये जाते हैं। जिसके कारण उनका व्यवहार और भी ज्यादा उग्र हो जाता है, रिश्ते टूटने लगते हैं जिनका सीधा असर महिलाओं, बच्चों व खुद पुरूषों के स्वास्थ्य पर पड़ता है। उदाहरण के लिए अगर शादी के एक साल के अंदर बच्चें पैदा नही होते तो पुरूषों को उनके पुरुषत्व पर सवाल उठाये जाते हैं तथा दूसरे पुरूषों द्वारा ताने दिये जाते हैं ऐसी स्थिति में पुरूषों द्वारा असुरक्षित, इच्छा के विरूद्ध तथा हिंसा व जोखिम पूर्ण सम्बंध बनाये जाते हैं। अतः पुरूषों को उनके स्वास्थ्य से जुड़ी धौसपूर्ण मर्दानगी की धारणाओं को बदलने की जरूरत है।

सत्र15ः मर्दानगी को पुर्नगठित करने में आने वाली बाधाओं की पहचान व कम करने की रणनीतियां

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागी सकारात्मक मर्दानगी की दिशा में आने वाली बाधाओं की पहचान तथा उनको दूर करने की रणनीतियों पर समझ बना पायेगें।

समय : 1 घंटा 30 मिनट

पद्धति : समूह चर्चा व प्रस्तुतीकरण

सामग्री : बोर्ड, चार्ट, मार्कर, टेप

चरण :

1. फैसलिटेटर को चाहिये कि वह सभी प्रतिभागियों को पुनः उन्ही चार समूहों में बैठने के लिए कहें।
2. इसके बाद स्पष्ट कर दें कि अब उन्हें आपस में चर्चा करते हुए कि सकारात्मक मर्दानगी की दिशा में किये जाने वाले प्रयासों में स्वंय, परिवार तथा समाज के स्तर पर किस–किस प्रकार की परेशानियां/दिक्कत आती हैं उन्हें पहचानना है तथा उन्हें दूर करने के लिए क्या प्रयास किया जाना चाहिये लिखना है।

3. उक्त कार्य के लिए 20 मिनट का समय निर्धारित कर दें जिसके बाद प्रत्येक समूह को प्रस्तुतीकरण के लिए कहें। प्रस्तुतीकरण के लिए निम्न ढ़ॉचे का प्रयोग किया जा सकता है –

	सकारात्मक मर्दानगी के अभ्यासों की दिशा में आने वाली समस्याएं/चुनौतियां	**आने वाली समस्याएं/चुनौतियां को कम करने के लिए किये जाने वाले प्रयास/रणनीतियां**
स्वंय के स्तर पर		
परिवार के स्तर पर		
समाज के स्तर पर		

4. तीनो समूहों की प्रस्तुतीकरण करने के बाद फैसलिटेटर द्वारा जरूरी इनपुट दिया जाना चाहिये।

सार – फैसलिटेटर स्पष्ट करें कि जब कोई व्यक्ति मानी जाने वाली भूमिका व परम्परा से हटकर समानता व अधिकार आधारित पहल करता है तो स्वंय, परिवार व समाज के स्तर पर अनेक प्रकार की चुनौतियां व समस्याएं आती हैं क्यांकि पुरूषों व लड़कों को उन छवियों को बनाये रखने का दबाव होता है। इसी प्रकार का दबाव महिलाओं पर भी उनकी वर्तमान परम्परागत छवियों को बनाये रखने के लिए होता है। हमें इन समस्याओं व चुनौतियों को दूर करने के लिए व्यक्तिगत व सामूहिक पहल की शुरूआत करनी होगी ताकि मर्दानगी की सकारात्मक छवि को स्थापित किया जा सकें।

सत्र 16 : बदलाव का नियोजन

उद्देश्य : सत्र के अंत तक प्रतिभागी स्वं बदलाव का नियोजन तैयार कर पायेगें।
समय : 1 घंटा
पद्धति : व्यक्तिगत कार्य नियोजन बनाना
सामग्री : नियोजन फार्मेट की प्रति (प्रतिभागियों की संख्या के आधार पर)

चरण :

1. प्रशिक्षण कार्यक्रम के अंतिम सत्र में सकारात्मक मर्दानगी की पहल हेतु प्रतिभागियों को निम्न ढ़ॉचे के आधार पर बदलाव का नियोजन तैयार करने हेतु कहें –

	घरेलू कार्य	शारीरिक हांवभाव / भाषा	आवाज की संस्कृति	महिलाओं व बच्चों की देखभाल	गर्भ निरोधकों के इस्तेमाल व बच्चों के जन्म में गैप
स्वंय के स्तर पर					
परिवार / समुदाय स्तर पर					

2. नियोजन तैयार करने हेतु 30 मिनट का समय निर्धारित कर दें तथा स्पष्ट कर दें कि प्रत्येक प्रतिभागी को नियोजन में ऐसे ही बदलावों को लिखें जिनके लिए वे स्वंय प्रयास करेगें।

3. फैसलिटेटर प्रतिभागियों को कम से कम दो बदलावों के नियोजन हेतु प्रोत्याहित करें।

4. फैसलिटेटर को चाहिये कि प्रत्येक प्रतिभागी के नियोजन की जांच कर ले तथा यदि कोई अस्पष्टता है तो उसे स्पष्ट करें तथा जरूरी मदद करें।

5. व्यक्तिगत बदलाव के नियोजन की एक प्रति फैसलिटेटर अपने पास रख लें ताकि बाद में उन्हें मदद व रिव्यू किया जा सके तथा एक प्रति प्रतिभागी को अपने पास रखने के लिए कहें।