NATIONAL HEALTH MISSION

THE CHALLENGE INITIATIVE

HEALTHY CITIES INDIA

शहरी सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता का रेफरल प्रणाली पर प्रशिक्षण

प्रशिक्षण मार्गदर्शिका

प्रस्तावना

राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन के लागू होने के उपरांत मध्यप्रदेश में शहरी स्वास्थ्य कार्यक्रम का क्रियान्वयन अत्यंत ही प्रभावी रूप से किया जा रहा है। राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन का उद्देश्य शहरी स्वास्थ्य केन्द्रों के माध्यम से वंचित समुदाय को आवश्यकता अनुसार गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराकर शिशु/मातृ मृत्यु दर में गिरावट लाना है। इस हेतु रेफरल प्रणाली को प्रभावी रूप से लागू करना एक महत्वपूर्ण गतिविधि के रूप में चिन्हांकित किया गया है, ताकि हितग्राही को उनकी बीमारी के अनुरूप उनके निकटस्थ स्वास्थ्य केंद्र, उच्च संस्था (रेफरल केंद्र) में स्वास्थ्य सेवाएं प्राप्त हो सकें।

प्रदेश में रेफरल प्रणाली को प्रभावी ढंग से लागू करने के लिए यूएसएआईडी के सहयोग से द चैलेंजेज इनीशियेटिव फॉर हेल्दी सिटीज (टीसीआईएचसी) परियोजना के द्वारा प्रदेश के 10 चयनित शहरों (भोपाल, इन्दौर, ग्वालियर, जबलपुर, रीवा, सतना, सागर, रतलाम, देवास एवं उज्जैन) में तकनीकी सहायता प्रदान की जा रही है। रेफरल प्रणाली का उद्देश्य महिला आरोग्य समिति/आशा के द्वारा हितग्राही को शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस (यूएचएनडी) पर मूलभूत स्वास्थ्य सुविधा हेतु रेफर करना है। शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस (यूएचएनडी) पर सेवाएं प्रदान करने के बाद प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाएं प्राप्त करने हेतु शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र पर भेजा जाना चाहिए। शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र (यूपीएचसी) से आवश्यकता अनुसार विशेषज्ञों की सेवाएं लेने हेतु शहरी सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र/जिला चिकित्सालय रेफर किया जाना चाहिए। शहरी स्वास्थ्य कार्यक्रम के तहत सुनियोजित रेफरल प्रणाली स्थापित की जा रही है, जिसके दूरगामी परिणाम स्वरूप बड़ी स्वास्थ्य संस्थाओं पर मरीजों का भार कम किया जा सकेगा। इस व्यवस्था से उच्च संस्थाओं पर विशेषज्ञ सेवाएं कम समय में प्रभावी रूप से प्राप्त हो सकेंगी।

रेफरल प्रणाली स्थापित करने में सामुदायिक कार्यकर्ता से लेकर चिकित्सा स्टाफ का सहयोग आवश्यक है। समुदाय स्तर पर रेफरल प्रणाली स्थापित करने हेतु एक दिवसीय प्रशिक्षण/उन्मुखीकरण माड्यूल निर्मित किया गया है। इस माड्यूल का उपयोग मास्टर ट्रेनर के साथ-साथ सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता द्वारा किया जाएगा।

-लेखन एवं संपादन टीम

आभार

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के प्रमुख उद्देश्यों में प्रदेश के प्रत्येक निवासी को उच्च कोटि की स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करना है। ग्रामीण क्षेत्रों में स्वास्थ्य प्रणाली इस तरह व्यवस्थित रूप से कार्यरत है कि प्रत्येक हितग्राही के स्वास्थ्य के लिए जिम्मेदार स्वास्थ्य कर्मी (आशा, एएनएम, चिकित्सा अधिकारी) एवं स्वास्थ्य संस्थाओं (उप–स्वास्थ्य केन्द्र, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र, सिविल अस्पताल एवं जिला अस्पताल, मेडिकल कालेज) को जवाबदेही एवं जिम्मेदारी दी गयी है, किन्तु शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य संस्थाओं एवं शहर में कार्यरत स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं की अधिकता होते हुए भी सही कार्यप्रणाली के अभाव में स्वास्थ्य सेवाएं गुणवत्तापूर्ण तरीके से हितग्राही तक नहीं पहुंच पा रही हैं। शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य संसाधनों का सही एवं युक्तियुक्त पूर्ण उपयोग हो सके, इस हेतु राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन द्वारा प्रदेश के 10 बड़े शहरों (भोपाल, इन्दौर, ग्वालियर, जबलपुर, रीवा, सतना, सागर, रतलाम, देवास एवं उज्जैन) में रेफरल प्रणाली की स्थापना हेतु स्वीकृति प्रदान की गई है।

रेफरल प्रणाली का उद्देश्य इस प्रकार की स्वास्थ्य व्यवस्था स्थापित करना है, जिससे शहर में रहने वाले प्रत्येक हितग्राही को उसकी चिकित्सकीय आवश्यकता अनुसार उच्चतम गुणवत्ता की निवारक, प्रचारक और उपचारात्मक (प्रिवेन्टिव, प्रमोटिव एंव क्यूरेटिव) सेवाएं प्राप्त हो सकें। रेफरल प्रणाली की स्थापना से शहरी स्वास्थ्य प्रणाली का एक मूलभूत स्वास्थ्य प्रदायगी का ढाँचा तैयार करने में मदद मिलेगी, जिससे दी जाने वाली स्वास्थ्य सेवाओं के प्रति जवाबदेही सुनिश्चित की जा सकेगी। रेफरल प्रणाली के अन्तर्गत शहर की स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं एवं संस्थाओं को उनके द्वारा प्रदाय की जाने वाली स्वास्थ्य सेवाओं के आधार पर विभिन्न स्तरों में विभाजित किया जायेगा। रेफरल प्रणाली का एक महत्वपूर्ण घटक स्वास्थ्य सेवाओं के लाभार्थियों एवं स्वास्थ्य सेवा प्रदाता के व्यवहार में परिवर्तन करेगा।

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के अंतर्गत शहरी स्वास्थ्य संस्थाओं जैसे सिविल अस्पताल सामुदायिक/शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, सिविल डिस्पेन्सरी आदि को सुदृढ़ करने के उद्देश्य से रेफरल प्रणाली की परिकल्पना की गई है। रेफरल प्रणाली के अन्तर्गत सम्पूर्ण शहरी क्षेत्र की सूक्ष्म स्तरीय योजना (माइक्रो प्लानिंग) इस प्रकार की जानी है ताकि प्रत्येक हितग्राही के लिये उत्तरदायी प्रत्येक स्तर की स्वास्थ्य संस्था एवं कार्यकर्ता को निर्देश दिया जा सके। इस तंत्र को मजबूत करने हेतु टीसीआईएचसी परियोजना के अंतर्गत तैयार मार्गदर्शिका से सामुदायिक कार्यकर्ताओं की क्षमता बढ़ाने में सहयोग मिलेगा।

इस प्रशिक्षण मार्गदर्शिका के विकास के लिए मैं डॉ. अर्चना मिश्रा, उपसंचालक शहरी स्वास्थ्य, राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन का आभार व्यक्त करता हूं, साथ ही डॉ. राहुल भदोरिया, तकनीकी सलाहकार, सेव द चिल्डन, टीसीआईएचसी का आभार व्यक्त करता हूं, जिनके सतत मार्गदर्शन एवं परामर्श से यह माड्यूल तैयार हो सका। श्री कृपाशंकर यादव, परियोजना प्रबंधक व डॉ. दीपा पारख, सलाहकार का विशेष आभार, जिनके प्रयास से यह माड्यूल तैयार हो सका है। मैं इस परियोजना के अंतर्गत समस्त सलाहकारों का आभारी हूं जिन्होंने समय–समय पर अपना सुझाव इस माड्यूल को पूर्ण करने हेतु दिया। मुझे विश्वास है कि यह मार्गदर्शिका रेफरल प्रणाली पर प्रशिक्षण कार्यक्रमों में बेहद उपयोगी सिद्ध होगी।

अनुक्रमणिका

सत्र	सत्र के विषय	पृष्ठ क्रमांक
01	प्रस्तावना	
02	आभार	
03	इस सामग्री का उपयोग कैसे करें	
04	इस पाठयक्रम के बारे में	
05	सुगमकर्ता (प्रशिक्षक) की भूमिका	
06	एक दिवसीय उन्मुखीकरण कार्यशाला की रूपरेखा	
07	सत्र – 1 पंजीयन एवं परिचय	
08	सत्र – 2 प्रशिक्षण का उद्देश्य, अपेक्षा एवं प्रशिक्षण पूर्व समझ	
09	सत्र – 3 राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन के उद्देश्य एवं गतिविधियाँ	
10	सत्र – 4 स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस एवं महिला आरोग्य समिति के दायित्व	
11	सत्र – 5 रेफरल प्रणाली के उद्देश्य, प्रकार एवं प्रोटोकॉल, रेफरल प्रपत्र	
12	सत्र – 6 प्रभावी संचार एवं अंतर्वैयक्तिक संवाद कौशल	
13	सत्र – 7 सत्रों का संक्षेपण एवं सीख	
14	सत्र – 8 प्रशिक्षण पश्चात समझ (पोस्ट–टेस्ट)	

इस सामग्री का उपयोग कैसे करें?

इस सामग्री का उपयोग आशा, आँगनबाडी कार्यकर्ता, एएनएम की क्षमता बृद्धि हेतु बनाये गये माड्यूल के सत्र संचालन हेतु किया जायेगा। इसमें प्रत्येक सत्र के उद्देश्य, सत्र का समय, विषयवस्तु, प्रशिक्षण की विधि, उपयोग होने वाली सामग्री के बारे में वर्णन किया गया है एवं सत्र के संचालन की प्रक्रिया को उल्लेखित किया गया है, ताकि सुगमकर्ता (प्रशिक्षक) प्रशिक्षण की प्रक्रिया के अनुरूप सत्र का संचालन प्रभावी ढंग से कर सकें।

सत्र संचालन के पूर्व प्रशिक्षक मार्गदर्शिका एवं पठन सामग्री को पढ़ें। साथ ही इसे अपने पास रखें। सत्र के दौरान मार्गदर्शिका में बतायी गयी प्रक्रिया का अनुसरण करें ताकि सत्र संचालन सुचारू ढंग से हो सके।

इस पाठ्यक्रम के बारे में ...

यह पाठ्यक्रम शहरी सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता, महिला आरोग्य समिति के सदस्यों की क्षमता वृद्धि के लिए बनाया गया है जो स्वास्थ्य सेवाओं एवं रेफरल सेवा प्रणाली को सशक्त करने में अपनी भूमिका निभा रहे हैं। इस पाठ्यक्रम से जमीनी कार्यकर्ताओं, सुगमकर्ताओं, विश्लेषकों में उनकी भूमिका को लेकर नई सोच विकसित करने व उसे व्यवहार में लाने के लिए महत्वपूर्ण जानकारी मिलेगी। इसी उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए एक दिवसीय व्यवस्थित प्रशिक्षण मार्गदर्शिका एवं पठन सामग्री तैयार की गयी है। इस पठन सामग्री की मुख्य विषयवस्तु निम्नलिखित है –

एक दिवसीय पाठ्यक्रम की विषयवस्तु

इस पाठ्यक्रम में निम्न प्रमुख विषय शामिल किये गये हैं –

- राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन के उद्देश्य एवं गतिविधियां
- रेफरल प्रणाली
- शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस
- महिला आरोग्य समिति के दायित्व
- प्रभावी संचार एवं अंतर्वैयक्तिक संवाद कौशल

सुगमकर्ता (प्रशिक्षक) की भूमिका

रेफरल प्रणाली पर प्रशिक्षण कार्यशाला में सुगमकर्ता की भूमिका बेहद महत्वपूर्ण है। सुगमकर्ता को प्रशिक्षण में वयस्कों को सीखने के सिद्वांत को ध्यान में रखते हुए प्रतिभागियों को सहभागी पद्धति से सीखने–सिखाने की प्रक्रिया पर बल देना है। अत: उन्हें कार्यशाला के पूर्व एवं कार्यशाला के दौरान तथा कार्यशाला के बाद कई तरह की जिम्मेदारियां निभानी हैं।

प्रशिक्षण कार्यशाला के पूर्व

- कार्यशाला स्थल का निरीक्षण करें एवं कार्यशाला व्यवस्था एवं सामग्री आदि के संबंध में सुनिश्चित कर लें, यदि किसी तरह की दुविधा या खास कमी जान पड़ रही हो तो उसका निराकरण कर लें। यदि ऐसा महसूस हो रहा हो कि कार्यशाला स्थल, कार्यशाला के अनुकूल नहीं है तो संबंधित अधिकारी से तत्काल संपर्क करके कार्यशाला केन्द्र में बदलाव लाने के लिए कहें।
- प्रत्येक कार्यशाला की योजना बनायी जाये ताकि कार्यशाला से संबंधित सभी गतिविधियां एवं कार्य समय से पूरे हो सकें। इस योजना के तहत सहभागियों को सूचना से लेकर कार्यशाला समाप्ति तक की योजना शामिल करें।
- कार्यशाला से पूर्व सुगमकर्ता टीम की बैठक होना बेहद जरूरी है एवं यह कार्य कार्यशाला के एक दिन पूर्व निश्चित रूप से कर लिया जाना चाहिए।
- प्रशिक्षण स्थल कम से कम 20'50 फीट का होना चाहिए।
- प्रशिक्षण कक्ष में पर्याप्त रोशनी एवं हवा होना चाहिए।
- प्रशिक्षण स्थल के साथ स्वच्छ शौचालय एवं पानी की व्यवस्था होना चाहिए।
- प्रशिक्षण स्थल कक्ष के बाहर स्वच्छ पीने के पानी की व्यवस्था होना चाहिए।

प्रशिक्षण कार्यशाला के दौरान

- कार्यशाला स्थल पर माहौल उर्जावान एवं गरिमामय तथा सृजनात्मक बनाये जाने में सुगमकर्ताओं की भूमिका बेहद महत्वपूर्ण है। ध्यान रखें कि कार्यशाला के दौरान गीत, खेल, रोचक प्रसंगों आदि के द्वारा माहौल को उत्साहयुक्त बनायें।
- कार्यशाला स्थल की व्यवस्थाओं को कार्यशाला के अनुकूल बनाये रखने के लिए व्यवस्था संबंधी हर कार्य समय से एवं गुणवत्तापूर्ण होना जरूरी है।
- सहशिक्षण से संबंधित सभी तरह की सामग्री कार्यशाला कक्ष में हमेशा मौजूद रहे एवं किसी सामग्री की कमी महसूस होने पर पहले से सुनिश्चित कर लें कि वह सामग्री समय से उपलब्ध हो जाये।
- सभी सुगमकर्ता दल के सदस्य सहशिक्षण की विषयवस्तु का गहराई से अध्ययन करें ताकि सत्र संचालन के लिए उनकी समझ बेहतर हो। किसी तरह के संशय की स्थिति में साथी सुगमकर्ता से चर्चा कर लें।
- सुगमकर्ता टीम में आपसी समन्वय होना कार्यशाला को ज्यादा प्रभावी एवं सफल बनाता है। अत: सुगमकर्ता टीम के हर सदस्य को ध्यान रखना चाहिए कि कार्यशाला को सफल बनाने की जिम्मेदारी पूरी टीम की है, न कि किसी एक सदस्य की। अत: आपस में बेहतर साझेदारी एवं समन्वय कायम करें।
- कार्यशाला पूर्व स्वमूल्यांकन प्रपत्र को जांचना एवं जांच के उपरांत जिन सवालों पर प्रतिभागियों का समझ का स्तर कम दिखायी देता है, उन सत्रों पर विशेष ध्यान देते हुए प्रतिभागियों में समझ विकसित करें।

प्रशिक्षण कार्यशाला के पश्चात

- प्रशिक्षण कार्यशाला के बाद भरे गये प्रपत्रों को प्रशिक्षण समन्वयक तक पहुंचाने की व्यवस्था करें।
- शिक्षण सामग्री को व्यवस्थित रखें एवं आयोजक संस्था को वापस कर दें।
- प्रशिक्षण प्रतिवेदन कार्यशाला के तत्काल बाद ही पूरा करके भेज दें।

एक दिवसीय उन्मुखीकरण प्रशिक्षण कार्यशाला की रूपरेखा

क्र.	समय	सत्र का नाम	विधि	समग्री
1	09.30 – 10.00	पंजीयन एवं परिचय	परिचय खेल	पंजीयन प्रपत्र, फलों/फूलों/सब्जियों के नाम की सूची
2	10.00 – 10.30	प्रशिक्षण का उद्देश्य, अपेक्षा एवं प्रशिक्षण पूर्व समझ	व्याख्यान, चर्चा, वैकल्पिक प्रश्नपत्र भरना	प्रशिक्षण पूर्व समझ का प्रश्न–पत्र की फोटोकॉपी प्रतिभागियों की संख्या के अनुसार
2	10.30 – 11.00	राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन के उद्देश्य एवं गतिविधियाँ	व्याख्यान, प्रस्तुतिकरण	सत्र पर आधारित प्रस्तुतिकरण (पीपीटी)
2	11.00 – 11.15	स्वच्छता अवकाश		
2	11.15 – 12.00	शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस एवं महिला आरोग्य समिति के दायित्व	व्याख्यान, प्रस्तुतिकरण	सत्र पर आधारित प्रस्तुतिकरण (पीपीटी)
2	12.00 – 02.00	रेफरल प्रणाली के उद्देश्य, प्रकार एवं प्रोटोकॉल, रेफरल प्रपत्र	व्याख्यान, चर्चा	सत्र पर आधारित प्रस्तुतिकरण (पीपीटी) एवं आईईसी सामग्री एवं रेफरल टूल्स/प्रपत्रों की फोटोकॉपी
	02.00 – 02.45	भोजनावकाश		
6	02.45 – 04.00	प्रभावी संचार एवं अंतर्वैयक्तिक संवाद कौशल	व्याख्यान, रोल प्ले, फिल्म प्रदर्शन	एलसीडी प्रोजेक्टर, लेपटाप, फ्लिप चार्ट, बोर्ड मार्कर, रोलप्ले, चेकलिस्ट की फोटोकापी, आईपीसी फिल्म
7	04.00 – 04.15	सत्रों का संक्षेपण एवं सीख	चर्चा	फ्लिप चार्ट, बोर्ड मार्कर,
8	04.15 – 04.30	प्रशिक्षण पश्चात समझ का आंकलन	प्रश्न–पत्र भरना	प्रशिक्षण पश्चात समझ के प्रश्न–पत्र की फोटोकॉपी, प्रतिभागियों की संख्या के अनुसार

सत्र 1

पंजीयन एवं परिचय

सत्र का उद्देश्य

- ✧ विभिन्न क्षेत्रों से आये प्रतिभागियों की जान–पहचान कराना।
- ✧ प्रशिक्षण में ऐसा वातावरण बनाना ताकि सभी प्रतिभागी आपस में घुल–मिल सकें एवं अपने अनुभवों को साझा कर सकें।
- ✧ प्रशिक्षण की आयोजक संस्था के बारे में प्रतिभागियों को अवगत कराना।
- ✧ प्रशिक्षण के उद्देश्य के बारे में प्रतिभागियों को जानकारी देना।

विषयवस्तु	विधि	सामग्री	समयावधि	अपेक्षित परिणाम
• पंजीयन • स्वागत एवं परिचय • आयोजक संस्था के बारे में जानकारी देना	• पंजीयन प्रपत्र में प्रविष्टि करना • प्रार्थना • परिचय	• पंजीयन प्रपत्र • विभिन्न फलों, सब्जियों के नामों की पर्चियां • बोर्ड मार्कर • व्हाइट बोर्ड मार्कर	30 मिनट	• सभी प्रतिभागियों का आपस में मेलजोल होगा एवं वे सुगमकर्ता के साथ बेझिझक बात कर सकेंगे। • प्रशिक्षण के लिए सहज वातावरण का निर्माण होगा। • प्रतिभागी एक दूसरे के अनुभवों व खूबियों से लाभान्वित होंगे।

प्रक्रिया एवं गतिविधि

पंजीयन संलग्न प्रपत्र (परिशिष्ट 1) में कराया जायेगा। पंजीयन के पश्चात् प्रार्थना की जायेगी, जो कि सर्वधर्म समभाव से संबंधित हो, **उदाहरणतः** – इतनी शक्ति हमें देना ...., ऐ मालिक तेरे बंदे हम। यह प्रार्थना सहभागियों द्वारा या फिर म्यूजिक सिस्टम से की जा सकती है। (परिशिष्ट 4)

इसके बाद सुगमकर्ता (स्रोत व्यक्ति) द्वारा सभी प्रतिभागियों का स्वागत किया जायेगा एवं प्रतिभागियों को परिचय के लिए आमंत्रित किया जायेगा। परिचय के नियमों को बताया जायेगा। इस परिचय गतिविधि को निम्न तरह से किया जायेगा –

- सुगमकर्ता द्वारा सभी प्रतिभागियों को गोल घेरे में खड़े होने के लिए कहा जायेगा एवं बताया जायेगा कि सभी परिचय गतिविधि में सक्रियता एवं रूचि के साथ हिस्सा लेंगे।
- सुगमकर्ता द्वारा फलों, सब्जियों या फूलों के नाम की दो पर्चियां (यानि एक नाम की दो/जोड़ा पर्चियां) सहभागियों की संख्या के अनुसार बनायी जायेंगी। इन पर्चियों को मोड़कर एक प्लेट/पात्र में रखा जायेगा।
- सुगमकर्ता द्वारा सभी सहभागियों को गोल घेरे में खड़े प्रतिभागियों को क्रम से पात्र में रखी पर्चियों को उठाने के लिए कहा जायेगा।
- सभी सहभागियों को द्वारा पर्ची उठा लेने के बाद उसे खोलने के लिए कहा जायेगा। जिस सहभागी के पास जो पर्ची आयेगी, उसी जोड़े की दूसरी पर्ची वाले साथी को ढूंढने को कहा जायेगा एवं इस तरह सभी सहभागी जोड़े में विभक्त हो जायेंगे। कोई अकेला साथी बचता है तो उसके साथ सुगमकर्ता खुद जोड़े के रूप में शामिल होंगे।
- जोड़े में शामिल सहभागी एक दूसरे का परिचय करेंगे। इसके लिए सहभागियों को 5 मिनट का समय दिया जायेगा। परिचय में नाम, गांव या मोहल्ले/कॉलोनी का नाम, काम/व्यवसाय तथा अपना एक रुचि/खूबी शामिल होगा।
- एक दूसरे का परिचय करने के बाद एक दूसरे साथी के बारे में पूरे सहभागियों को बतायेंगे।
- परिचय समाप्त होने के बाद सुगमकर्ता द्वारा प्रशिक्षण के उद्देश्यों के बारे में बताया जाये।

सभी का धन्यवाद करते हुए एवं सत्र के अगले भाग के बारे में जानकारी देते हुए परिचय गतिविधि की समाप्ति की जाये।

सुगमकर्ता के लिए ध्यान देने वाली बातें

- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों का पंजीयन परिचय से पूर्व सुनिश्चित कर लें।
- परिचय करते समय ध्यान रखें कि सभी प्रतिभागी परिचय गतिविधि में सक्रियता से भागीदारी करें। खेल की समाप्ति के बाद यह भी पूछें कि कोई प्रतिभागी ऐसा हैं जिसने एक भी प्रतिभागी का परिचय नहीं किया।
- परिचय शुरू करने से पहले परिचय के लिए पर्याप्त जगह की व्यवस्था देख लें।

सत्र 2

प्रशिक्षण का उद्देश्य, अपेक्षा एवं प्रशिक्षण पूर्व समझ

सत्र के उद्देश्य

- प्रतिभागियों के प्रशिक्षण पूर्व ज्ञान के स्तर का आकलन करना।
- प्रतिभागियों के ज्ञान एवं समझ के आधार पर प्रशिक्षण की रणनीति बनाना
- प्रतिभागियों की अपेक्षाओं को समझना

विषयवस्तु	विधि	सामग्री	समयावधि	अपेक्षित परिणाम
• प्रशिक्षण का उद्देश्य स्पष्ट करना • प्रतिभागियों की अपेक्षाएं • प्रतिभागियों का स्व–मूल्यांकन • प्रशिक्षण का उद्देश्य	• स्व–मूल्यांकन प्रपत्र भरना एवं उद्देश्य बताना • खुली चर्चा	• स्व–मूल्यांकन प्रपत्र • चार्ट पेपर • बोर्ड मार्कर • व्हाइट बोर्ड • डस्टर	30 मिनट	• प्रतिभागियों के प्रशिक्षण पूर्व ज्ञान के स्तर का पता चलेगा • सुगमकर्ताओं द्वारा प्रतिभागियों की समझ के अनुसार सत्र की रणनीति बन सकेगी। • प्रतिभागियों की अपेक्षाओं को भी कार्यशाला में शामिल किया जा सकेगा • प्रतिभागी प्रशिक्षण के उद्देश्यों को जान जायेंगे।

प्रक्रिया एवं गतिविधि

- ✧ सुगमकर्ता सत्र को प्रारंभ करते हुए इस प्रशिक्षण के उद्देश्यों को प्रतिभागियों को बतायेंगे।
- ✧ सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को स्व-मूल्यांकन प्रक्रिया एवं जरूरी निर्देश देंगे एवं स्व-मूल्यांकन प्रपत्र (परिशिष्ट-2) का वितरण करेंगे।
- ✧ प्रतिभागियों को स्पष्ट करें कि यह आपकी परीक्षा नहीं है, बल्कि इस प्रक्रिया के जरिये प्रशिक्षण से संबंधित विषयों पर आपकी समझ का पता चलेगा एवं इससे हमें प्रशिक्षण सत्र की रणनीति बनाने में मदद मिलेगी। साथ ही प्रशिक्षण के दौरान हम सब ने क्या सीखा, इसका पता चल सकेगा।
- ✧ 15 मिनट के बाद सभी प्रतिभागियों से स्व-मूल्यांकन प्रपत्र एकत्र कर लें एवं सभी को धन्यवाद दें।
- ✧ स्व-मूल्यांकन प्रपत्रों के उत्तरों की जांच एवं विश्लेषण करके यह पता करें कि किन सवालों पर प्रतिभागियों की समझ कम है। प्रशिक्षण के दौरान उन विषयों पर विशेष ध्यान दें ताकि प्रतिभागियों की समझ संबंधित विषयों पर बन सके।

एक दिवसीय प्रशिक्षण के उद्देश्य

प्रशिक्षण की समाप्ति पर सामुदायिक कार्यकर्ता सीख सकेंगे-

- ✧ शहरी स्वास्थ्य रेफरल सेवाओं एवं शहरी स्वास्थ्य पोषण दिवस में उपलब्ध सेवाओं में गुणात्मक सुधार।
- ✧ शहरी स्वास्थ्य पोषण दिवस व शहरी स्वास्थ्य केंद्र में कार्यरत अधिकारियों व कर्मचारियों का क्षमतावर्धन करना।
- ✧ रेडिनेस असेस्मेंट के माध्यम से स्वास्थ्य सेवाओं को सुदृढ़ता प्रदान करना।

- ✧ सभी का धन्यवाद करते हुए एवं अगले सत्र के बारे में जानकारी देते हुए सत्र की समाप्ति की जाये। प्रतिभागियों को बताएं कि इस मूल्यांकन से हमारे मन में कई तरह के सवाल उभर रहे होंगे, आइये अगले सत्र में हम मिलकर चर्चा करते हैं।
- ✧ प्रतिभागियों की अपेक्षाएं जानने के लिए खुली चर्चा करें एवं सभी प्रतिभागियों से पूछें कि आप घर से निकले होगें तो आपके मन में कुछ सवाल उभरें होंगे कि प्रशिक्षण में हम क्या चर्चा करेंगे, क्या नया सीखेंगे या हम संबंधित विषय पर अपने क्या सवाल रखेंगे आदि। यहां आज किस विषय पर चर्चा करना चाहते हैं।
- ✧ प्रतिभागी चर्चा के दौरान जो भी मुददे या सवाल रखेंगे उन्हें सूचीबद्व करें और उन्हें संक्षेपित करते हुए बतायें कि हम आपके द्वारा सुझाए गये बिंदुओं को प्रशिक्षण में यथासंभव शामिल करेंगे।
- ✧ आमतौर पर प्रतिभागियों की अपेक्षाएं विषय क्षेत्र से अलग भी निकलकर आती हैं। प्रतिभागियों को बताएं कि जानकारी प्राप्त करने के अनेक स्त्रोतों को प्रयोग करने से भी नवीन जानकारियां हासिल की जा सकती हैं, कुछ पढ़कर, कुछ अनुभवी लोगों से चर्चा करके और इंटरनेट के जरिये विभाग एवं अन्य बेबसाइट से भी अनेक जानकारी हासिल की जा सकती है।

सुगमकर्ता के लिए ध्यान देने वाली बातें

- सुगमकर्ता स्व-मूल्यांकन प्रपत्र की प्रति, प्रतिभागियों की संख्यानुसार अपने पास पहले से रखें।
- स्व-मूल्यांकन की पूरी प्रक्रिया एवं निर्धारित समय पूर्व से स्पष्ट कर दें ताकि कोई अस्पष्टता की स्थिति न बने।
- स्व-मूल्यांकन प्रपत्र निर्धारित समय पर वापस ले लें, प्रपत्र किसी प्रतिभागी का अपूर्ण रहने पर भी अतिरिक्त समय न देवें।
- सत्र के अंत में प्रतिभागियों को धन्यवाद दें एवं सत्र समापन की घोषणा करें।

सत्र 3

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के उद्देश्य एवं गतिविधियाँ

सत्र के उद्देश्य

- ✧ राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के उद्देश्य एवं अनुभवों को साझा करना
- ✧ राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के तहत की जा रही गतिविधियों को समझना।

विषयवस्तु	विधि	सामग्री	समयावधि	अपेक्षित परिणाम
• राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के उद्देश्य एवं मुख्य गतिविधियां	• व्याख्यान • प्रस्तुतिकरण	• पी पी टी • प्रोजेक्टर • लेपटाप • मार्कर • व्हाइट बोर्ड • डस्टर	30 मिनट	• प्रतिभागी राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के उद्देश्य एवं गतिविधियों को समझ सकेंगे

प्रक्रिया एवं गतिविधि

सुगमकर्ता सत्र की शुरुवात स्वास्थ्य सेवाओं के ढांचे एवं उनके विकास से कर सकते हैं। माहौल बनाने के लिए गीत या छोटा खेल भी किया जा सकता है। इस सत्र में प्रदेश में स्वास्थ्य सेवा तंत्र के मौजूदा स्वरूप एवं अनुभवों को साझा करने के बारे में चर्चा करेंगे। खासतौर पर रेफरल प्रणाली की व्यवस्था को समझने का प्रयास किया जायेगा।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से पूंछें कि शहरी स्वास्थ्य सेवाओं के वर्तमान स्वरूप में सुधार लाने के लिए तथा शहरी गरीब वर्ग में स्वास्थ्य सेवाओं के प्रति विश्वास कायम करने के लिए किस तरह की गतिविधियां एवं प्रणाली अपनायी जा रही हैं –

- शहरी झुग्गी बस्ती या मोहल्ले में स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ पाने के लिए किस तरह की दिक्कतों का सामना करना पड़ता है ?
- शासन द्वारा स्वास्थ्य सेवा से जुड़ी कौन–कौन सी योजनाएं एवं सुविधाएं उपलब्ध कराई गईं ?

चर्चा से निकले बिंदुओं को संक्षेपित करें एवं पीपीटी के माध्यम से राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा मिशन के बारे में प्रतिभागियों को जानकारी दें एवं सवालों को स्पष्ट करें। पीपीटी एवं प्रोजेक्टर को पूर्व से व्यवस्थित करके रखें, ताकि समय की बचत हो।

सत्र - 4

शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस एवं महिला आरोग्य समिति के दायित्व

सत्र के उद्देश्य

- ✧ स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस गतिविधि एवं प्रक्रिया को समझना
- ✧ महिला आरोग्य समिति के दायित्व को जानना

विषयवस्तु	विधि	सामग्री	समयावधि	अपेक्षित परिणाम
• स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस • महिला आरोग्य समिति	• व्याख्यान • प्रस्तुतिकरण	• पी पी टी • प्रोजेक्टर • लेपटाप • मार्कर • व्हाइट बोर्ड • डस्टर • फिल्म	60 मिनट	• प्रतिभागी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस के आयोजन में सक्षम होंगे • महिला आरोग्य समिति के दायित्व से परिचित होंगे • समिति को अनाबद्ध राशि के उपयोग को समझ सकेंगे

प्रक्रिया एवं गतिविधि

सुगमकर्ता शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस पर चर्चा करते हुए इस महत्वपूर्ण गतिविधि के बारे में प्रतिभागियों को जानकारी देंगे –

- सुगमकर्ता बतायेंगे कि शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस समुदाय के साथ मिलकर की जाने वाली ऐसी स्वास्थ्य गतिविधि है जिसमें मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य, किशोरी स्वास्थ्य, स्वास्थ्य संवर्धन से जुड़ी सेवायें एक ही दिन एक स्थान पर मुहैया करायी जाती हैं।
- किस तरह से शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस आयोजित करने से आवश्यक उपचार देने के बाद हितग्राही को सही संस्था पर रेफ़र करना है।
- मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाओं को बेहतर बनाने एवं रेफरल प्रणाली को मजबूत बनाने में शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। यह समुदाय एवं शहरी स्वास्थ्य सेवाओं एवं समुदाय को जोड़ने के लिए एक कड़ी के रूप काम करता है। स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस पर बनी फिल्म दिखायें।
- राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन के अंतर्गत महिला आरोग्य समिति का गठन समुदाय स्तर पर स्वास्थ्य एवं पोषण पर जन समुदाय को जोड़ने एवं व्यवहार परिवर्तन करने हेतु किया गया है।
- शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस के आयोजन में महिला आरोग्य समिति की भूमिका को रेखांकित करते हुए महिला समिति के दायित्व के बारे में भी प्रतिभागियों से पूछें।
- महिला आरोग्य समिति शहरी गरीबों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं, विशेष स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने मे कैसे सहायक सिद्ध हो सकती हैं। महिला आरोग्य समिति के दायित्व, स्वास्थ्य एवं पोषण सेवाएं प्रदान करने हेतु समिति स्तर पर उपलब्ध अनाबद्ध राशि के उपयोग की जानकारी के साथ उपयोग की समझ विकसित की जाएगी।

महिला आरोग्य समिति

महिला आरोग्य समिति समुदाय की महिलाओं का एक ऐसा समूह होता है, जिसमें 9–15 सदस्य होते हैं। इन सदस्यों का चुनाव समुदाय द्वारा आपसी चयन प्रक्रिया द्वारा किया जाता है। इस समिति का गठन आशा कार्यकर्ता के क्षेत्र में 500–1000 की जनसंख्या पर किया जाता है। महिला आरोग्य समिति में समुदाय से एक पढ़ी–लिखी, सामाजिक, समझदार व समुदाय में सामंजस्य स्थापित कर कार्य करने वाली महिला को अध्यक्ष बनाया जाता है व आशा कार्यकर्ता इस समिति की सचिव के रूप में कार्य करती है।

चर्चा के बाद पीपीटी के जरिये मुख्य बिंदुओं को बतायें एवं सवालों को स्पष्ट करें।

स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस

शहरी स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस (यू.एच.एन.डी.) एक ऐसा मंच है जहाँ लोगों को आशा, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता एवं ए.एन.एम, द्वारा स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ माह में एक दिन समुदाय को दिया जाता है। ए.एन.एम. बच्चों को रोग प्रतिरोधक टीके लगाती है, गर्भवती महिलाओं की प्रसव-पूर्व देखभाल करती है और विवाहित दम्पत्तियों को गर्भनिरोधक एवं सलाह देती है। इसके अतिरिक्त, ए.एन.एम. छोटी बीमारियों में बुनियादी इलाज करती है और आवश्यकता पड़ने पर चिकित्सक के पास रेफर करती है। स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस स्वास्थ्य से संबंधित अनेक विषयों पर सूचनाओं का आदान-प्रदान करने का अच्छा मंच है।

सुगमकर्ता के लिए ध्यान देने वाली बातें

- उन्मुखीकरण कार्यशाला में यह सत्र दो महत्वपूर्ण सामुदायिक गतिविधियों से जुड़ा है, इस सत्र के दौरान कार्यशाला प्रतिभागियों को प्रेरित करें कि वे इन गतिविधियों को समुदाय में भविष्य में खुद करवाने वाले हैं अत: इस सत्र में वे आशा कार्यकर्ता से पूछें कि वे कैसे इस गतिविधि का आयोजन करते हैं।
- प्रतिभागियों में से यदि कुछ ने इस गतिविधि को किया है तो उनके अनुभवों को सुनें।
- सत्र के अंत में प्रतिभागियों को धन्यवाद दें एवं सत्र समापन की घोषणा करें।

सत्र - 5

रेफरल प्रणाली के उद्देश्य, प्रकार एवं प्रोटोकॉल, प्रपत्र

सत्र के उद्देश्य

- ✧ शहरी क्षेत्रों में रेफरल प्रणाली की संपूर्ण व्यवस्था को समझना
- ✧ रेफरल प्रोटोकाल्स के उद्देश्यों को जानना

विषयवस्तु	विधि	सामग्री	समयावधि	अपेक्षित परिणाम
• रेफरल प्रणाली • रेफरल प्रोटोकाल्स	• व्याख्यान • प्रस्तुतिकरण • अभ्यास	• पी पी टी • प्रोजेक्टर • लेपटाप • मार्कर • रेफरल स्लिप • रेफरल प्रोटोकाल्स	60 मिनट	• आशा /एएनएम अपने क्षेत्र में स्थापित शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र पर उपलब्ध सेवाओं एवं रेफरल प्रणाली को जान पाएंगी। • द्वितीय व तृतीय श्रेणी की स्वास्थ्य संस्थाओं पर भार कम हो सकेगा तथा वह रेफरल संस्था के रूप में स्थापित होंगी।

प्रक्रिया एवं गतिविधि

सुगमकर्ता रेफरल प्रणाली पर विस्तृत चर्चा करेंगे एवं रेफरल प्रणाली की पूरी व्यवस्था को बतायेंगे-

- ✧ रेफरल प्रणाली क्यों बनायी गयी है, अलग अलग स्तरों पर स्वास्थ्य संस्थाओं में किस तरह की स्वास्थ्य सेवाएं एवं सुविधाएं उपलब्ध हैं।
- ✧ रेफरल प्रोटोकाल्स मध्यप्रदेश के 10 बड़े शहरों के लिए शहरी क्षेत्र में स्थापित शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र/सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र/सिविल अस्पताल/जिला अस्पताल/प्रसव केन्द्र/ तृतीय श्रेणी के अस्पताल को ध्यान में रखकर बनाए गए हैं।
- ✧ समय-समय पर संसाधन की उपलब्धता होने पर रेफरल प्रोटोकाल्स मे बदलाव अपेक्षित हैं। रेफरल प्रोटोकाल्स का उद्देश्य शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र के प्रभाव क्षेत्र में निवासरत जनसंख्या को प्राथमिक चिकित्सा सेवा अपने निकटतम प्राथमिक केन्द्र में प्रदान करना है।
- ✧ चर्चा के बाद पीपीटी द्वारा मुख्य बिंदुओं को बताया जायेगा एवं प्रतिभागियों के सवालों को स्पष्ट किया जायेगा।
- ✧ विभिन्न स्तर पर रेफर करने की प्रक्रिया में उपयोग किये जाने वाले प्रपत्रों (परिशिष्ट - 3) को भरने का अभ्यास किया जायेगा।
- ✧ प्रतिभागियों को धन्यवाद के साथ सत्र की समाप्ति अगले सत्र के बारे में बताते हुए की जायेगी।

सुगमकर्ता के लिए ध्यान देने वाली बातें

- सुगमकर्ता रेफरल प्रपत्रों को बारीकी से स्वयं समझें।
- सुगमकर्ता ऐसे प्रतिभागियों को चिन्हित कर लें जिन्होंने रेफरल प्रक्रिया का इस्तेमाल किया हो या कर रहे हैं। उनके अनुभवों को भी सुनें।
- रेफरल स्लिप, प्रपत्र, प्रोटोकाल पूर्व से रख लेवें ताकि किसी तरह की कठिनाई न आये।
- रेफरल प्रपत्रों को भरने का अभ्यास समूहों में करें एवं प्रत्येक समूह में अनुभवी प्रतिभागियों को शामिल करें।
- सत्र के अंत में प्रतिभागियों को धन्यवाद दें एवं सत्र समापन की घोषणा करें।

सत्र - 6

प्रभावी संचार एवं अंतर्वैयक्तिक संवाद कौशल

सत्र के उद्देश्य

- ✧ सभी प्रतिभागियों को संचार के माध्यम समझाना
- ✧ एक-तरफा और दो-तरफा संचार के फर्क और प्रभाव समझना
- ✧ प्रतिभागियों में अंतर्वैयक्तिक संवाद कौशल को बढ़ाना

विषयवस्तु	विधि	सामग्री	समयावधि	अपेक्षित परिणाम
• प्रभावी संचार • अंतर्वैयक्तिक संवाद कौशल	• खुली चर्चा • रोल प्ले • प्रस्तुतिकरण • फिल्म प्रदर्शन	• मार्कर • व्हाइट बोर्ड • एलसीडी प्रोजेक्टर • प्रजेंटेशन • फिल्म • लेपटाप	90 मिनट	• प्रतिभागी संचार की अवधारणा को जानेंगे • प्रतिभागी संचार के माध्यमों को जानेंगे • प्रतिभागी अंतर्वैक्तिक संचार कौशल पर समझ बना सकेंगे

प्रक्रिया एवं गतिविधि

सुगमकर्ता पिछले सत्रों की गतिविधियों से चर्चा को जोड़ते हुए बताएं कि अभी हमने स्वास्थ्य सेवाओं एवं रेफरल प्रणाली के बारे में जानकारी प्राप्त की है, इन सब जानकारी को समुदाय तक पहुंचाने के लिए हमें बेहतर संचार कौशल की जरूरत होगी। इस सत्र में हम अंतर्वैयक्तिक संवाद कौशल के बारे में चर्चा करेंगे।

सुगमकर्ता तीन पर्चियों पर निम्नलिखित सन्देश लिखें–

1. बोर्ड पर लिख कर सभी प्रतिभागियों को खड़े होने के निर्देश दें।
2. सभी प्रतिभागियों को बोल कर बैठने के निर्देश दें।
3. सभी प्रतिभागियों को इशारे से चार हिस्से में बँटने के निर्देश दें।

किसी एक प्रतिभागी को बुलाकर उसे एक–एक पर्ची के अनुसार प्रतिभागियों को निर्देशित करने को कहें। सभी पर्चियों के निर्देशों का पालन हो जाने के बाद शेष प्रतिभागियों से पूछें एवं सवाल करें कि निर्देश किस–किस तरह से दिए गए ? संभावित उत्तर होगा:– लिखकर, बोलकर, इशारों से।

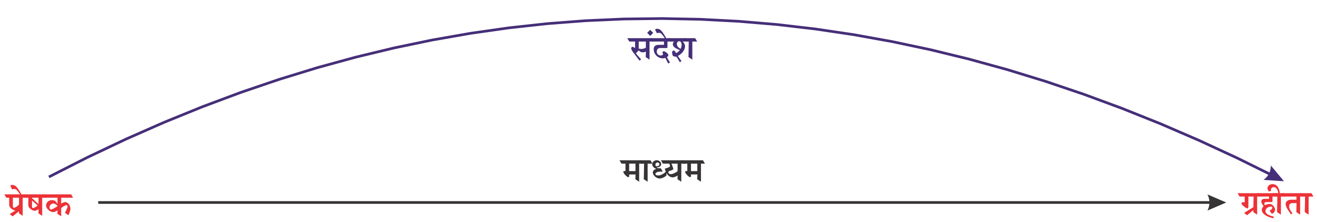
प्रतिभागियों को बताएँ कि आपको निर्देशित करने वाले प्रतिभागी को पर्ची के रूप में लिखित निर्देश मिले और उसके द्वारा आपके पास तीन तरह से बात पहुँचाई गई। लिखकर, बोलकर और इशारों से ही अपने विचार दूसरों तक पहुँचाए जा सकते हैं। ***अपने विचारों, भावनाओं और सूचनाओं को एक या अनेक लोगों तक पहुंचाने की प्रक्रिया को ही संचार कहते हैं।***

पुन: सवाल करें कि किस निर्देश का पालन नहीं कर सके?

संभावित उत्तर: अन्तिम निर्देश का। पुन: सवाल करें कि: क्यों ?

सभी प्रतिभागियों के जवाबों को बोर्ड/शीट पर नोट करें और समझाएँ कि अन्तिम सन्देश को ''इशारों'' में बताने के कारण सभी को इस निर्देश का पालन करने में कठिनाई आई।

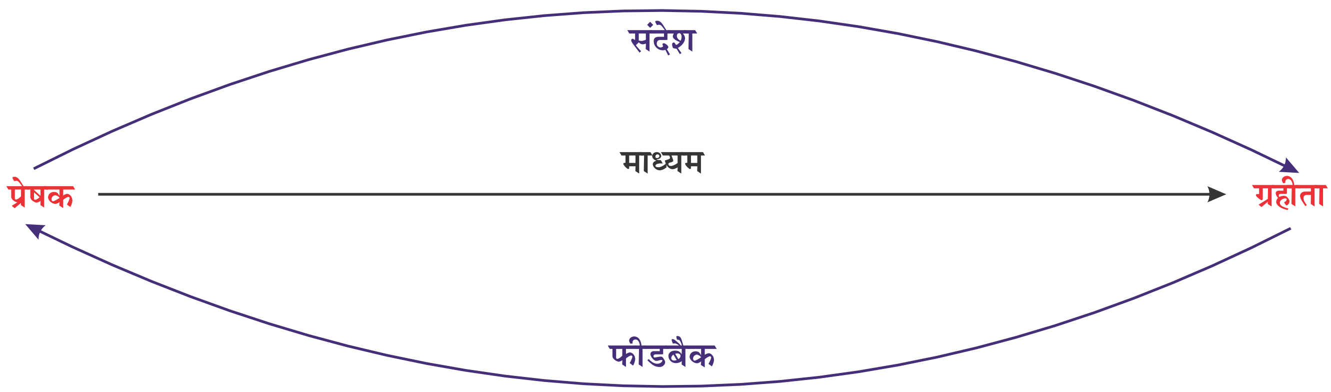
फ्लिप चार्ट या वाइट बोर्ड पर निम्नानुसार रेखा चित्र बनाएँ:–



उपरोक्त चित्र में एकतरफा संचार हो रहा है।

प्रतिभागियों को बताएँ किः-

एक सन्देश का संचार हो गया। ये एक-तरफा बातचीत भी हो गई। यहाँ अभी फीडबैक नहीं लिया गया है। पहले बनाए गए रेखा चित्र के नीचे निम्नानुसार एक और रेखा चित्र बनाएँ-



उपरोक्त रेखाचित्र को स्पष्ट करने के लिए प्रतिभागियों से कहें कि आप एक वाक्य बोलने जा रहे हैं, प्रतिभागी उसे सुनें तथा उस पर प्रतिक्रिया दें।

इसके बाद अंतर्वैक्तिक संचार कौशल के बारे में चर्चा करें एवं प्रतिभागियों से सवाल करें कि जब वे किसी से मिलते हैं तो किस तरह से अपनी बात को रखते हैं या उनकी बातों को सुनते हैं। चर्चा के साथ ही अतर्वैयक्तिक संचार की गैदर पद्वति को समझायें एवं इसके महत्व को रेखांकित करें।

अंतर्वैयक्तिक संचार

''अंतर्वैयक्तिक संवाद दो या दो से अधिक व्यक्तियों के बीच में आमने सामने शाब्दिक या गैर शाब्दिक सूचनाओं या भावनाओं का आदान प्रदान है''

अंतर्वैयक्तिक संचार में गैदर (GATHER) पद्धति

क) अभिवादन GREET

ख) हालचाल पूछना ASK

ग) बताना TELL

घ) मदद करना HELP

ड़) समझाना EXPLAIN

च) समुदाय में लौटना RETURN

इसके बाद पीपी प्रजेंटेशन के माध्यम से संचार के माध्यमों, तरीकों, संचार के प्रकार, संचार कौशल आदि के बारे में चर्चा करें।

इसके बाद फिल्म (बात बनी बातों से) का प्रदर्शन करें। इस फिल्म पर चर्चा करें एवं स्पष्ट करें कि संचार के तरीकों से हम व्यक्ति को प्रभावित करने में सफल हो सकते हैं।

सबको धन्यवाद देते हुए सत्र को समाप्त करें। साथ ही बतायें कि इस सत्र में हमने संचार के कौशल के बारे में विस्तार से चर्चा की है और अब हम अगले सत्र में पूरे दिन भर हुई चर्चा के सार को जानने का प्रयास करेंगे ताकि पूरे दिन की चर्चा को एक बार फिर से याद कर सकें।

सुगमकर्ता के लिए ध्यान देने वाली बातें

- यह सत्र बहुत महत्वपूर्ण है और इससे प्रतिभागियों की संचार कुशलता बढ़ेगी।
- सुगमकर्ता इस सत्र के दौरान संचार के अच्छे व खराब अनुभवों के उदाहरणों का उपयोग करें कि किस तरह से अच्छे संचार के परिणाम अच्छे होते है और खराब संचार से परिणाम खराब ही होते हैं।
- फिल्म प्रदर्शन के बाद उस पर चर्चा अवश्य करें।
- फिल्म दिखाने के लिए प्रोजेक्टर एवं बिजली आदि की व्यवस्था पहले से सुनिश्चित कर लें।
- सत्र के अंत में प्रतिभागियों को धन्यवाद दें एवं सत्र समापन की घोषणा करें।

सत्र - 7

सत्रों का संक्षेपण एवं सीख

सत्र के उद्देश्य

- ✧ दिन भर के सत्रों की चर्चा का सार
- ✧ दिन भर के सत्रों से निकली सीखों को याद करना

विषयवस्तु	विधि	सामग्री	समयावधि	अपेक्षित परिणाम
• दिन भर की चर्चा का संक्षेपण • आज के प्रशिक्षण की सीख	• व्याख्यान	• चार्ट पेपर • बोर्ड मार्कर	15 मिनट	• प्रतिभागी आज के सत्रों की याद ताजा कर पायेंगे • प्रतिभागी आज के सत्रों से निकली सीखों को समझ सकेंगे

प्रक्रिया एवं गतिविधि

सुगमकर्ता द्वारा सत्र की शुरूवात प्रेरक गीत से करायें ताकि उत्साहजनक माहौल बने। गीत के बाद प्रतिभागियों से दिन भर के सत्रों के अनुभवों के बारे में चर्चा की जाये। प्रतिभागियों से अलग–अलग सत्रों के बारे में कुछ चुनिंदा सवाल किये जायें एवं प्रतिभागियों को उनके जवाब देने के लिए प्रेरित करें।

प्रतिभागियों द्वारा सवालों के जवाब के बाद सुगमकर्ता दिन भर के सत्रों के बारे में क्रमश: बतायेंगे और हर सत्र से निकली मुख्य सीखों एवं निष्कर्षों के बारे में साझी समझ बनायेंगे।

सुगमकर्ता के लिए ध्यान देने वाली बातें

- उन्मुखीकरण प्रशिक्षण में दिन का यह सत्र बहुत महत्वपूर्ण है, इस सत्र के दौरान प्रशिक्षण में मुख्य संदेश को कम समय में प्रतिभागियों को याद दिलाना है ताकि वे उस सीख को अपने साथ ले जा सकें
- सुगमकर्ता टीम से कोई मुख्य विषयवस्तु या महत्वपूर्ण बिंदु जो दिन भर के सत्रों किन्हीं कारणोंवश छूट गया हो, उसे जोड़ा जाये।
- प्रतिभागियों को प्रेरित करें और बतायें कि वे स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ शहरी गरीबों को मुहैया कराने वाले तंत्र का महत्वपूर्ण कड़ी हैं, उनकी कार्यक्षमता बढ़ने से रेफरल प्रणाली को मजबूत करने में वे महत्वपूर्ण भूमिका निभायेंगे।
- सत्र के अंत में प्रतिभागियों को धन्यवाद दें एवं सत्र समापन की घोषणा करें।

सत्र - 8

प्रशिक्षण पश्चात समझ का आकलन

सत्र के उद्देश्य

- ✧ प्रतिभागियों के उन्मुखीकरण कार्यशाला के बाद ज्ञान के स्तर समझना।
- ✧ प्रतिभागियों के ज्ञान एवं समझ के आधार पर आगे सहयोग करने हेतु रणनीति बनाना

विषयवस्तु	विधि	सामग्री	समयावधि	अपेक्षित परिणाम
• प्रतिभागियों का स्व–मूल्यांक	• स्व–मूल्यांकन प्रपत्र भरना	• स्व–मूल्यांकन प्रपत्र भरना	15 मिनट	• प्रतिभागियों के उन्मुखीकरण के बाद ज्ञान के स्तर का पता चलेगा • सुगमकर्ताओं द्वारा प्रतिभागियों की समझ के अनुसार आगे की रणनीति बन सकेगी

प्रक्रिया एवं गतिविधि

- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को स्व–मूल्यांकन प्रक्रिया एवं जरूरी निर्देश देंगे एवं स्व–मूल्यांकन प्रपत्र (प्रपत्र–2) का वितरण करेंगे।
- प्रतिभागियों को स्पष्ट करें कि यह आपकी परीक्षा नहीं है, बल्कि इस प्रक्रिया के जरिये प्रशिक्षण से संबंधित विषयों पर आपकी समझ का पता चलेगा एवं इससे हमें आगे की रणनीति बनाने में मदद मिलेगी। साथ ही प्रशिक्षण के दौरान हम सब ने क्या सीखा, इसका पता चल सकेगा।
- 15 मिनट के बाद सभी प्रतिभागियों से स्व–मूल्यांकन प्रपत्र एकत्र कर लें एवं सभी को धन्यवाद दें।
- स्व–मूल्यांकन प्रपत्रों के उत्तरों की जांच करें एवं विश्लेषण करके प्रतिभागियों की समझ का मूल्यांकन करें। इस आकलन को प्रशिक्षण रिपोर्ट में उल्लेखित करें।
- सभी का धन्यवाद करते हुए कार्यशाला का समापन करें।

परिशिष्ट 1 : पंजीयन प्रपत्र

शहरी सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं का रेफरल प्रणाली पर उन्मुखीकरण

एक दिवसीय कार्यशाला

पंजीयन/उपस्थिति प्रत्रक   दिनांक ....

क्र.	नाम	पद	कार्यक्षेत्र	मोबाइल न.	हस्ताक्षर

दिनांक ....   सत्र समन्वयक के हस्ताक्षर........................

परिशिष्ट 2 : स्व-मूल्यांकन प्रपत्र

शहरी सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं का रेफरल प्रणाली पर उन्मुखीकरण

प्रशिक्षण पूर्व समझ हेतु स्व-मूल्यांकन प्रपत्र

प्रश्न के साथ दिये गये उत्तरों (अ ब स द) में से किसी एक पर टिक करें **समय . 15 मिनट**

1. **यूएचएनडी में प्रमुख भूमिका किसकी है?**

   अ. आशा व एएनएम   ब. आशा/एएनएम/एमपीडब्ल्यू

   स. आशा /एएनएम/एमपीडब्ल्यू/एमएएस   द. उपरोक्त में से कोई नहीं

2. **यूएचएनडी में सेवाओं में क्या शामिल है?**

   अ. दस्त व निमोनिया प्रबंधन

   ब. टीका कारण /एएनसी जांच/पीएनसी जांच /किशोरी जांच

   स. परिवार नियोजन सेवाएं

   द. उपरोक्त सभी

3. **महिला आरोग्य समिति का काम है?**

   अ. बच्चों का टीकाकरण करना

   ब. समुदाय को स्वस्थ्य सेवाओं के प्रति जागरूक करना

   स. केवल बैठक में आना

   द. उपरोक्त में से कोई नहीं

4. **रेफर करने से तात्पर्य/अभिप्राय है?**

   अ. 108/102 बुलवाकर उच्च संस्था में भेजना

   ब. सबसे पास की संस्था में चिकित्सक के पास ले जाना या भेजना

   स. लक्षण पहचान कर अस्पताल चिन्हित करना व भेजना

   द उपरोक्त में से कोई नहीं

5. **शहरी प्राथमिक स्वस्थ्य स्तर पर सेवा प्रदाता है?**

   अ. आशा/आँगनबाडी कार्यकर्ता   ब. एएनएम

   स. शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र   द. उपरोक्त सभी

6. **रेफरल प्रणाली को प्रभावी एवं सफल बनाने के लिए आवश्यक है?**

अ. प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र की मैपिंग होना।

ब. समस्त सामुदायिक कार्यकर्ता को अपने कार्य क्षेत्र की जानकारी होना।

स. अ एवं ब

द. कोई नहीं।

7. **रेफरल प्रणाली कार्य करती है?**

अ. केवल एक संस्था से दूसरी संस्था तक

ब. केवल समुदाय में

स. समुदाय से संस्था तक

द. उपरोक्त में से कोई नहीं

8. **अगर शहर में रेफरल प्रणाली प्रभावी रूप में कार्य करेगी?**

अ मरीज को कम समय में स्वास्थ्य लाभ मिल पाएगा

ब. मरीज के पास से कम पैसा खर्च होगा

स. उच्च संस्थाओं में ज्यादा विशेषज्ञ सेवाएं कम समय में उपलब्ध

द. उपरोक्त सभी

9. **शहरी स्वस्थ्य कार्यक्रम का उद्देश्य?**

अ. झुग्गी बस्तियों को बेहतर स्वस्थ्य सुविधा उपलब्ध करवाना

ब. अस्पताल खोलना

स. टीकाकरण करवाना

द उपरोक्त में से कोई नहीं

10. **शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र का कार्य है?**

अ अपने क्षेत्र में आने वाली जनसंख्या को समस्त प्राथमिक स्वास्थ्य सुविधा उपलब्ध करवाना

ब मरीज का उपचार करना

स गर्भवती महिलाओं की देखभाल

द उपरोक्त में से कोई नहीं

11. **आई पी सी (IPC) क्यों आवश्यक है?**

अ लागों से सीधे संवाद हेतु

ब सदेशों/सूचनाओं के आदान प्रदान हेतु

स लोगों को प्रेरित करने के लिए

द उपरोक्त सभी

12. **आपसी बातचीत में GATHER का अर्थ है?**

G………………A………………T………………H………………E………………R………………

प्रतिभागी का नाम ……………………………………………………………………………………………………

पद ……………………………………………………………………………………………**दिनांक** ……………………

परिशिष्ट 3 : रेफरल स्लिप/प्रपत्र

परिशिष्ट 4 : प्रार्थना एवं प्रेरक गीत

- इतनी शक्ति हमें देना दाता ...
- ये मालिक तेरे बंदे हम ...
- मन में है विश्वास...
- दरिया की कसम ...
- गीत गा रहे हैं आज ...

इतनी शक्ति हमें देना दाता

इतनी शक्ति हमें देना दाता
मन का विश्वास कमज़ोर हो ना
हम चलें नेक रास्ते पे हमसे
भूलकर भी कोई भूल हो ना ...

दूर अज्ञान के हो अन्धेरे
तू हमें ज्ञान की रौशनी दे
हर बुराई से बच के रहें हम
जितनी भी दे, भली ज़िन्दगी दे
बैर हो न किसी का किसी से
भावना मन में बदले की हो ना...
हम चलें...

हम न सोचें हमें क्या मिला है
हम ये सोचें किया क्या है अर्पण
फूल खुशियों के बाटें सभी को
सबका जीवन ही बन जाये मधुबन
अपनी करुणा को जब तू बहा दे
करदे पावन हर इक मन का कोना
हम चलें...

हर तरफ़ ज़ुल्म है बेबसी है
सहमा–सहमा–सा हर आदमी है
पाप का बोझ बढ़ता ही जाये
जाने कैसे ये धरती थमी है
बोझ ममता का तू ये उठा ले
तेरी रचना का ये अन्त हो ना
हम चलें...

हम अन्धेरे में हैं रौशनी दे
खो ना दें खुद को ही दुशमनी से
हम सज़ा पायें अपने किये की,
मौत भी हो तो सह लें खुशी से
कल जो गुज़रा है फिर से न गुज़रे
आने वाला वो कल ऐसा हो ना
हम चलें नेक रास्ते पे हमसे
भूलकर भी कोई भूल हो ना ...
इतनी शक्ति हमें देना दाता
मनका विश्वास कमज़ोर हो ना ...

ऐ मालिक तेरे बंदे हम

ऐ मालिक तेरे बंदे हम
ऐ मालिक तेरे बंदे हम
ऐसे हो हमारे करम
नेकी पर चलें और बदी से टलें
ताकि हंसते हुये निकले दम
ऐ मालिक तेरे बंदे हम

जब जुल्मों का हो सामना
तब तू ही हमें थामना
वो बुराई करें हम भलाई भरें
नहीं बदले की हो कामना
बढ़ उठे प्यार का हर कदम
और मिटे बैर का ये भरम
ऐ मालिक तेरे बंदे हम

ये अंधेरा घना छा रहा
तेरा इनसान घबरा रहा
हो रहा बेखबर
कुछ न आता नज़र
सुख का सूरज छिपा जा रहा
है तेरी रोशनी में वो दम
जो अमावस को कर दे पूनम
ऐ मालिक तेरे बंदे हम

बड़ा कमज़ोर है आदमी
अभी लाखों हैं इसमें कमीं
पर तू जो खड़ा
है दयालू बड़ा
तेरी कृपा से धरती थमी
दिया तूने हमें जब जनम
तू ही झलेगा हम सबके ग़म
ऐ मालिक तेरे बंदे हम ...

होंगे कामयाब होंगे कामयाब

हम होंगे कामयाब एक दिन
हो हो हो मन मे है विश्वास
पूरा है विश्वास
हम होंगे कामयाब एक दिन
होगी शांति चारों ओर
होगी शांति चारों ओर
होगी शांति चारों ओर एक दिन
हो हो हो मन में है विश्वास
पूरा है विश्वास होगी
शांति चारों ओर एक दिन
हम चलेंगे साथ साथ डाले हाथों में हाथ
हम चलेंगे साथ साथ एक दिन
हो हो हो मन में है विश्वास
पूरा है विश्वास
हम चलेंगे साथ साथ एक दिन
नहीं डर किसी का आज
नहीं भय किसी का आज
नहीं डर किसी का आज के दिन
हो हो हो मन में है विश्वास
पूरा है विश्वास
हम होंगे कामयाब एक दिन

गीत गा रहे हैं ...

गीत गा रहे हैं आज हम रागिनी को ढूँढते हुए,
आ गये यहाँ जबा कदम जिन्दगी को ढूँढते हुए

है दहेज का बुरा रिवाज आज देश में समाज में
है तबाह आज आदमी लूट पर टिक समाज में
हम समाज भी बनायेंगे आदमी को ढूँढते हुए
गीत गा रहे ...

फिर न रो सके कोई दुल्हन जोर–जुल्म का न हो निशा
मुस्कुरा उठे धरा गगन हम रचेंगे ऐसी दास्तां
हम वतन को यूँ सजायेंगे, हर खुशी को ढूँढते हुए
गीत गा रहे ...

इन दिनों मे यह उमंग है, इक जहाँ नया बसायेंगे
जिन्दगी का दौर आज से, दोस्तों को हम सिखायेंगे
फूल हम नया खिलायेंगे, ताजगी को ढूँढते हुए
गीत गा रहे ...

दरिया की कसम...

दरिया की कसम मौजों की कसम, ये ताना बाना बदलेगा
तू खुद को बदल, तू खुद को बदल तब ही तो ज़माना बदलेगा
तू चुप रहकर जो सहती रही, तो क्या ये ज़माना बदला है?
तू बोलेगी, मुँह खोलेगी, तब ही तो ज़माना बदलेगा
दस्तूर पुराने सदियों के, ये आए कहाँ से, क्यों आए
कुछ तो सोचो, कुछ तो समझो, ये क्यों तुमने हैं अपनाए
ये पर्दा तुम्हारा कैसा है, क्या ये मज़हब का हिस्सा है
कैसा मज़हब, किसका पर्दा, ये सब मर्दों का किस्सा है
आवाज़ उठा, कदमों को मिला, रफ्तार ज़रा कुछ और बढ़ा
मशरिफ उठो, मगरिब से उठो, उत्तर से उठो, दक्षिण से उठो
फिर सारा ज़माना बदलेगा तू खुदको बदल