esjh iapk;r esjh 'kfDr

iapk;r dh fuokZfpr efgyk izfrfuf/k;ksa dk izf'k{k.k

---

izf'k{kdksa ds fy, gSaMcqd

fo"k; lwph

- ifjp; 04
- iz'k{kd dh Hkwfedk rFkk ftEesnkjh 07
- çf'k{k.k dh rS;kjh 08
- vkHkkj 09

- l= 1% tku&igpku 10

गतिविधि 1.1: प्रतिभागियों का परिचय 12

गतिविधि 1.2: क्या जानना और सीखना चाहते हैं? 14

गतिविधि 1.3: बुनियादी नियम 16

गतिविधि 1.4: जीवन की नदी 18

l= 1 & gSMvkmV 26

- Lk= 2% iapk;rh jkt 30

गतिविधि 2.1: पंचायती राज और उसका ढाँचा 32

गतिविधि 2.2: ग्राम सभा क्या है? 34

गतिविधि 2.3: महिला सभा (सामूहिक अभ्यास) 36

गतिविधि 2.4: पंचायत में महिलाओं की भूमिका व ज़िम्मेदारियाँ और आरक्षण 38

Lk= 2 & gSMvkmV 46

- l= 3% 'kfDr ;k lÙkk 56

गतिविधि 3.1: खेल – सत्ता की चाल 58

गतिविधि 3.2: शक्ति/सत्ता को समझना 62

गतिविधि 3.3: सत्ता के विभिन्न रूपों को समझना 66

l= 3 & gSMvkmV 70

- l= 4% tsaMj 76

गतिविधि 4.1: जेंडर क्या है? 78

गतिविधि 4.2: जेंडरीकरण या जेंडर में ढलना क्या है? 82

गतिविधि 4.3: जेंडर व सेक्स में अंतर (खेलः मंगल और शुक्र ग्रह) 88
गतिविधि 4.4: क्या हो रहा है? 92
l= 4 & gSaMvkmV 98

✻ l= 5% lkekftd 0;oLFkk,¡ 100
गतिविधि 5.1: जाति व्यवस्था के संदर्भ को स्थापित करना 102
गतिविधि 5.2: पितृसत्ता की व्यवस्था क्या है 104
l= 5 & gSaMvkmV 106

✻ l= 6% tsaMj vk/kkfjr fgalk 110
गतिविधि 6.1: जेंडर आधारित हिंसा क्या है? 112
गतिविधि 6.2: हिंसा के प्रकार 116
गतिविधि 6.3: अपने जीवन में जेंडर आधारित हिंसा को पहचानना और उसके बारे में बात करना 118
गतिविधि 6.4: हम क्या कर सकते हैं? 122
l= 6 & gSaMvkmV 126

✻ l= 7% usr`Ro 132
गतिविधि 7.1: नेता कौन होता है? 134
गतिविधि 7.2: महिला नेता की स्थिति 138
Lk= 7 & gSaMvkmV 140

✻ l= 8% ukjhokn vkSj ukjhoknh usr`Ro 144
गतिविधि 8.1: नारीवाद क्या है? 146
गतिविधि 8.2: सच क्या, झूठ क्या? 150
गतिविधि 8.3: हम कैसे नेता हैं? 152
Lk= 8 & gSaMvkmV 156

✻ lkfjf'k"V 1% lapkyu ds fy, lgk;d lkexzh 160

ifjp;

वर्ष 2000 में स्थापित, क्रिया एक नारीवादी मानव अधिकार संस्था है जो दिल्ली, भारत, में स्थित है। क्रिया सभी महिलाओं, लड़कियों और ट्रांसजेंडर व्यक्तियों के साथ जुड़कर उन्हें मानव अधिकार की बात कहने, मांग करने और उनको प्राप्त करने के लिए सशक्त करती है। इसके अतिरिक्त, क्रिया मानव अधिकार आंदोलनों और नेटवर्क से जुड़े साथियों के साथ मिलकर, सभी के यौनिक और प्रजनन स्वास्थ्य और अधिकारों के लिए कार्य करती है। क्रिया सामुदायिक, राष्ट्रीय, और अन्तराष्ट्रीय मंचो के माध्यम से सामाजिक बदलाव के लिए पैरवी करती है और सामाजिक कार्यकर्ताओं को प्रशिक्षण के अवसर प्रदान करती है।

;g eUkvy D;k\

क्रिया ने 2002 से ही महिलाओं के नेतृत्त्व को लेकर समुदाय स्तर पर अनेक संस्थाओं के साथ जुड़कर काम करना शुरू किया। तीन हिंदी भाषी राज्यों में कई संस्थाओं के साथ मिलकर और जुड़कर हिंदी भाषा में ही क्षमता निर्माण करने का फैसला क्रिया के लिए बहुत ही स्वाभाविक था, क्योंकि क्रिया में यह विश्वास किया जाता है कि सीखने की कोई उम्र नहीं होती और यदि महिलाओं को मौका मिले तो वे भी नेतृत्त्व कर सकती हैं और अपनी परिस्थिति में बदलाव करके अपने जीवन को बेहतर बना सकती हैं। महिलाओं के नज़रिए से समाज में स्थित सत्ता के ढाँचे में बदलाव कर दबाने वाले ढाँचे को हिला सकती हैं।
साल 2012 में अपने इसी अनुभव को और आगे बढ़ाते हुए क्रिया ने महिला नेतृत्त्व को एक अलग स्तर पर देखने की कोशिश की। 2010 में, पहली बार स्थानीय सरकार के चुनाव झारखंड में हुए थे जिसके परिणामस्वरूप स्थानीय शासन निकायों में निर्वाचित महिला प्रतिनिधि (ई.डब्ल्यू.आर.) चुनकर आईं। झारखंड में पहले से ही क्रिया कुछ महिला संस्थाओं के साथ जुड़कर कार्य कर रही थी। ज़मीनी स्तर पर महिलाओं की क्या स्थिति है और वहाँ हर एक दिन महिलाएँ अपने जीवन से जुड़े निर्णय लेने के लिए किस तरह जूंझ रही थीं उसकी भी एक स्पष्ट समझ बनी थी। क्रिया ने संस्थाओं के साथ–साथ पंचायती राज में पहली बार निर्वाचित होकर आई महिलाओं यानी मुखिया, वार्ड सदस्य आदि के साथ जुड़कर कार्य करना शुरू किया। अनेक निर्वाचित महिलाएँ बचत समूह के साथ जुड़ी हुई थीं। इन महिलाओं के साथ जुड़कर पता चला कि कोई भी नई निर्वाचित महिला पंचायत की बैठकों में नहीं जाती है। किसी को भी निर्वाचित महिला पंचायत नेता के रूप में पहचान नहीं मिली है और उन्हें पंचायत से जुड़े कार्यों व ज़िम्मेदारी की भी कोई जानकारी नहीं है। जेंडर और सामाजीकरण की वजह से अधिकांश महिलाओं ने कभी खुद को नेता के रुप में नहीं देखा और ना ही अपने घर से निकलने की इच्छा रखती थीं।

क्रिया, जो पहले से जेंडर और हिंसा के मुद्दे पर वहाँ कार्य कर रही थी, ने महिलाओं के साथ इसी मुद्दे पर कार्य जारी रखा और जेंडर और पितृसत्ता पर बातचीत के द्वारा एक निर्वाचित महिला सदस्य के रूप में उनकी भूमिका को लेकर उनके साथ चर्चा शुरु की। इस चर्चा और कार्य में महिलाओं के मुद्दों के साथ–साथ पंचायत और उससे जुड़े कार्यों पर भी बात की गई। साल दर साल चलने वाले इस कार्यक्रम में बहुत सी चुनैतियाँ सामने आईं। यह समझ में आया कि सिर्फ पंचायत में चुनकर आ जाना ही काफी नहीं है। घर से पंचायत तक की दूरी तय करने में और भी कई रुकावटें हैं, जैसे– सभी निर्वाचित महिलाओं द्वारा पंचायत के कामकाज के बारे में समझना, उनका खुद को एक ज़िम्मेदार नेता के रूप में देखना, पति और परिवार की रोक–टोक के बिना घर की चौखट से बाहर निकलना, और पंचायत की बैठकों में भाग लेना आदि। कार्य के अनुभव में यह साफ दिखाई दे रहा था कि कुछ महिलाएँ खुद को निर्वाचित भी नहीं मान रही थीं और पति को सारी ज़िम्मेदारी दे रखी थी। तो कुछ पति और परिवार के दबाव में चाहते हुए भी कुछ नहीं कर पा रही थीं।

इस संघर्ष को समझना और उसके अनुसार कार्यक्रम तैयार करना एक चुनौती थी। इसी अनुभव में यह भी महसूस हुआ कि सभी निर्वाचित महिलाओं के साथ नारीवादी नज़रिए पर भी जानकारी बाँटी जाए ताकि एक पंचायत के नेतृत्त्व में नारीवाद भी शामिल हो सके जिससे वे महिलाओं और लड़कियों के मुद्दों को आगे बढ़ा सकें। पंचायत और नारीवादी नज़रिए के प्रशिक्षणों ने बहुत तरह के अनुभव दिए और लगा कि इन्हें समेटकर एक प्रशिक्षण के टूल के रूप में विकसित किया जाए ताकि क्रिया के साथ–साथ अन्य साथी भी पंचायत में चल रहे महिलाओं के साथ कार्य को आगे बढ़ाने में हमारे काम के अनुभव का लाभ उठा सकें। ज़्यादातर प्रशिक्षण टूलकिट या मैनुअल पंचायत से जुड़े मुद्दों पर बात करते हैं पर महिलाओं और हाशिए पर खड़े समुदाय के लिए पंचायत में जगह किस तरह और मज़बूत हो, यह देखना भी आवश्यक है।

fuokfpr efgykvk d lkFk çf'k{k.k d mí';

- महिलाओं और समाज में वंचित समुदायों पर खास ध्यान देने के साथ ई.डब्ल्यू.आर. को सक्षम, प्रशिक्षित और व्यवहारिक रूप से मज़बूत बनाना।
- पी.आर.आई. की तीन स्तरीय प्रणाली के बारे में सही जानकारी प्रदान करना।
- ग्राम सभा के बारे में विस्तार से जानकारी देना।
- निर्वाचित प्रतिनिधियों को लड़कियों और समुदाय के सुधार की दिशा में कदम उठाने के लिए मज़बूत बनाना।
- सूचना के आदान–प्रदान और जानकारी साँझा करने के लिए, आपसी बातचीत के लिए मंच बनाना।
- स्थानीय स्तर पर शासन प्रणाली में नागरिकों की भूमिका और उत्तरदायित्व की बेहतर समझ बनाना।

dku bldk bLrseky dj ldrk g\

वे सभी संस्थाएँ, एक्टिविस्ट और प्रशिक्षक इसका इस्तेमाल कर सकते हैं जो समुदाय में पंचायत में चुनी गई महिलाओं के साथ काम करते हैं। भारत के किसी भी राज्य और ज़िले में थोड़ी बहुत फेरबदल के साथ इस प्रशिक्षण टूल का इस्तेमाल किया जा सकता है। जिस राज्य में पंचायत में कुछ अलग या विशेष प्रावधान हैं तो उसे प्रशिक्षण में ज़रूर शामिल करें। कोई भी व्यक्ति या संस्था जो महिला अधिकारों के मुद्दे पर काम करते हैं, वे भी कुछ मुद्दों पर इस टूल की सहायता से प्रशिक्षण कर सकते हैं।

bldk <kpk D;k g vkj bl dks bLrseky dj\

इस प्रशिक्षण टूलकिट में कोशिश की गई है कि पंचायत से जुड़े कामों व ज़िम्मेदारियों को जेंडर और नारीवाद से जोड़कर देखा जाए। पंचायत के काम और ज़िम्मेदारी को मुख्य विषय के रूप में देखते हुए उसे सबसे पहले अध्याय के रूप में जोड़ा गया है। इसके साथ ही पंचायत और उससे जुड़े कामों को महिलाओं के नज़रिए से देखते हुए उसमें जेंडर और सत्ता से जुड़ी बातें भी रखी गई हैं ताकि सत्ता के इस्तेमाल से होने वाले भेदभाव को भी समझा जा सके। सत्ता की बात को पूरे प्रशिक्षण में जोड़ा जाए तो सभी को इसे समझने में मदद मिलेगी और इससे होने वाले प्रभाव के बारे में ज़्यादा जानकारी मिल सकेगी। सत्ता की समझ यह जानने में भी सहयोग करेगी कि नेतृत्त्व का मतलब केवल सत्ता रखना और उसका उपयोग नहीं है बल्कि उसे बाँटना भी है।

जेंडर, जेंडर भेदभाव और नारीवाद को पंचायत के नज़रिए से देखने की कोशिश करें और उससे जुड़े उदाहरणों का उपयोग करें। पंचायत की बातचीत के बाद जेंडर और सत्ता की बात इसलिए हो रही है

ताकि नई समझ को पंचायत के काम व ज़िम्मेदारियों में जोड़ा जा सके। प्रशिक्षण के आखिर में हमने नेतृत्त्व और नारीवाद पर समझ बनाने की कोशिश की है। नारीवाद के साथ जुड़कर नेतृत्त्व ज़्यादा परिवर्तनकारी हो जाता है। इस प्रशिक्षण की यह विशेष बात है कि इसमें नेतृत्त्व को पारंपरिक ढाँचे से अलग कर नारीवादी नेतृत्त्व के रूप में देखने की कोशिश की गई है ताकि यह बातचीत हो सके कि नेतृत्त्व में सत्ता को किसी को दबाने के लिए नहीं बल्कि उसे ऊपर उठाने के लिए भी उपयोग किया जा सकता है।

if'k{kd dh Hkfedk rFkk ftEenkjh

प्रशिक्षण में प्रशिक्षक या प्रशिक्षक की भूमिका बहुत अहम होती है। कौन प्रशिक्षण दे रहा है और किस नज़रिए से दे रहा है, यह बहुत महत्त्वपूर्ण होता है। प्रशिक्षण में भाग लेने वाले प्रतिभागियों को अक्सर लगता कि प्रशिक्षक को उस विषय की पूरी जानकारी होती है। इसलिए प्रशिक्षक के लिए यह ज़रूरी है कि वे सारी जानकारी रखें और उस विषय में होने वाली नई चीज़ों की भी जानकारी रखें।

असरदार तरीके से प्रशिक्षण देने के लिए कुछ बातों को ध्यान में रखना ज़रूरी है। जैसे :

Û सभी लोगों को बोलने का मौका देना

Û सभी की बातों को पूरे ध्यान से सुनना

Û सभी को भाग लेने के लिए बढ़ावा देना

Û सभी की व्यक्तिगत भावनाओं तथा सोच को महत्त्व देना

Û ऐसा माहौल बनाना कि प्रतिभागी अपनी बात रखने में डरें या हिचकें नहीं, बल्कि खुल कर बात कर सकें

Û प्रतिभागी को विश्वास दिलाएँ कि यहाँ की बातें गोपनीय रहेंगी ताकि वे सुरक्षित महसूस करें

Û चर्चा के दौरान विषय पर नियंत्रण रखना और उसे सही दिशा में ले जाना

Û प्रशिक्षण के दौरान संचालन के लिए समूह को नियम बनाने के लिए प्रोत्साहित करना

Û प्रशिक्षण को दिलचस्प बनाने के लिए अलग–अलग खेलों और दूसरे तरीकों का इस्तेमाल करना

Û किसी भी टकराव वाले मुद्दे को हमेशा मिलजुल के, आराम से, सुलझाने की कोशिश करना

Û यहाँ साँझा की गई बातों पर किसी के प्रति राय कायम ना करना और बाहर जाकर उन बातों पर चर्चा ना करना।

Û महिलाओं और लड़कियों के साथ नये हाशिये पर खड़े समूहों के मुद्दों पर भी चर्चा करना।

çf'k{k.k dh r\;kjh

प्रशिक्षण के सफल या असफल होने पर सारे फायदे और नुकसान की मुख्य ज़िम्मेदारी प्रशिक्षक पर होती है। प्रशिक्षण कितना सफल या असफल रहा इसकी ज़िम्मेदारी से चाहकर भी कोई प्रशिक्षक बच नहीं सकता है। इसलिए यह ज़रूरी है कि प्रशिक्षण को सफल बनाने के लिए हर संभव तैयारी पहले ही कर ली जाए। प्रशिक्षण को शुरू करने से पहले कुछ बातों का ध्यान रखना ज़रूरी है:

- प्रशिक्षण में कितने लोग भाग लेने जा रहे हैं
- भाग लेने वाले व्यक्तियों की पृष्ठभूमि के बारे में जानकारी
- उनकी शिक्षा, संस्था, जेंडर आदि के बारे में जानकारी
- भाषा की जानकारी, जैसे – हिन्दी, अंग्रेज़ी या दोनों
- भाग लेने वाले लोग किस क्षेत्र में काम करते हैं, उसकी जानकारी
- प्रशिक्षण के लिए जो भी आवश्यक सामग्री हो, उसे पहले से तैयार कर लें

इन सारी सूचनाओं को पहले से ही इकट्ठा कर लेने से प्रशिक्षक को प्रतिभागियों की अपेक्षाओं को पूरा करने में अधिक आसानी होगी। साथ ही वे प्रशिक्षण को सही तरीके से चला पाएँगे।

vkHkkj

çe[k y[ku o <kpk% शालिनी सिंह, क्रिया, नई दिल्ली

l'ku lyku y[ku lg;kx% अनुश्री जयरथ, नसरीन जमाल, कल्पना खरे और मयूरी, क्रिया; इशानी सेन, निवेदिता सोनी, मालविका पावमानी, जैनब नाज प्रवाह, नई दिल्ली

l'ku] ldyu vkj y[ku% सुनीता भदूरिया

çkMD'ku leUo;% वर्षा सरकार

çQ jhfMx o fçfVx leUo;% वर्षा सरकार व स्मृति सुधा बेहेरा

liknu% सादिया सईद

vkoj.k ,o lTtk% कृतिका त्रेहन

eæ.k% एस.एस.क्रियेशन

vkfFkd lg;kx% मेदिकस मंडी गिपुज्कोआ

çdk'ku% CREA 2018

bl dk;Øe l tMh lkFkh lLFkk,a

>kj[k.M&

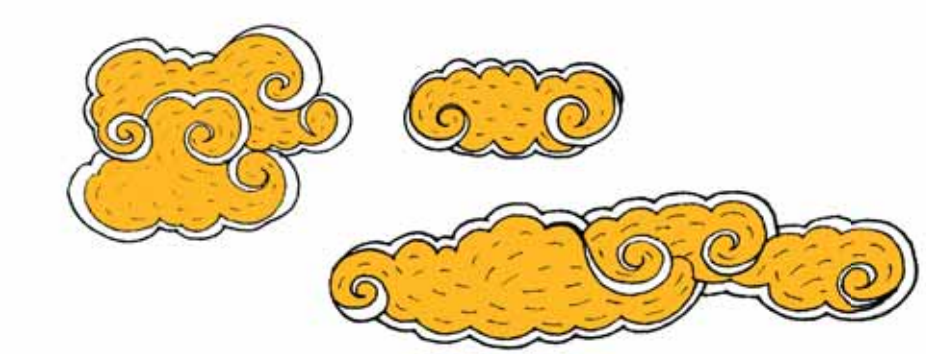
लोक प्रेरणा केंद्र, समाधान, सृजन फाउंडेशन, ग्रामोदय चेतना केंद्र, झारखण्ड महिला उत्थान, महिला मुक्ति संस्थान

mÙkj izn'k&

ग्रामोन्नति संसथान, महिला स्वरोज़गार समिति, साकार

fcgkj&

आकांक्षा सेवा सदन, नारी निधि



l= 1

tku igpku

mís';%

çfrHkkfx;ksa dks ,d&nwljs ls ifjfpr djkuk

xfrfof/k 1-1
çfrHkkfx;ksa dk ifjp;

15 feuV

vko';d lkexzh

कुछ नहीं

izf'k{kd ds fy, rS;kjh

- इस सत्र को चलाने के लिए दो प्रशिक्षक हों तो अच्छा होगा।
- परिचय वाली गतिविधि समझाने के लिए यदि ज़रूरत हो तो प्रतिभागियों को उदाहरण देकर समझाएँ।
- टीम बनाने के लिए 1–2 की गिनती कर सकते हैं।

fooj.k

- सभी प्रतिभागियों का स्वागत करें।
- प्रशिक्षक एक–एक करके अपना परिचय दें।
- कहें कि अब हम कुछ समय साथ मिलकर बिताने वाले हैं और कुछ नई चीज़ें सीखने वाले हैं। इसलिए हमें एक–दूसरे को जान लेना चाहिए। इसके लिए हम एक खेल खेलेंगे।
- प्रशिक्षक प्रतिभागियों से कहें कि वे दो–दो प्रतिभागियों की टीम बना लें।
- बताएँ कि दोनों सदस्यों को एक–दूसरे का परिचय देना है। उसमें अपना नाम और काम बताना है। यह भी बताना है कि उन्होंने अपनी पसंद का आखिरी काम क्या किया था (जैसे छुट्टी मनाना, घूमने जाना, गाना सुनना आदि)।
- इस गतिविधि के लिए 2 से 3 मिनट का समय दें।
- इसके बाद बड़े समूह में प्रतिभागियों को अपने–अपने साथी का परिचय देने के लिए कहें।
- परिचय खत्म होने के बाद प्रशिक्षक सभी प्रतिभागियों से कहें कि आशा है अब सब एक दूसरे को जान गई हैं और साथ में सीखने के लिए तैयार हैं।

l= lekiu d fy,

प्रतिभागियों को बताएँ कि उन्होंने अपनी पसंद के जो काम बताए हैं उनसे हम यह देख सकते हैं कि महिलाओं को उनकी पसंद के काम करने के मौके कम मिलते हैं। उनकी पंसद और नापसंद को इतना महत्त्व नहीं दिया जाता है या परिवार की ज़िम्मेदारी संभालते हुए हम अपने बारे में ध्यान नहीं देते हैं।

e[; ln'k

- इस गतिविधि के बाद प्रतिभागी एक दूसरे को अच्छी तरह जान लेंगी और यह भी जान लेंगी कि सभी प्रतिभागी समुदाय में किस तरह का काम करती हैं।
- इससे सबकी झिझक दूर होगी और प्रतिभागी आपस में आसानी से बातचीत कर पाएँगी।

xfrfof/k 1-2

D;k tkuuk vkj lh[kuk pkgrs gSa\

30 feuV

mís';

- प्रतिभागियों की अपेक्षाएँ जानना
- प्रतिभागियों को कार्यक्रम के उद्देश्य के बारे में बताना

vko';d lkexh

चार्ट पेपर, पेन

if'k{kd ds fy, rS;kjh

- प्रशिक्षण के उद्देश्यों को चार्ट पेपर पर लिख लें या कम्पयूटर पर पी.पी.टी. तैयार करें। खुद उन्हें अच्छी तरह समझ लें।
- कार्यक्रम की संक्षेप में जानकारी पहले से तैयार करके रखें।
- यह जानकारी हैंडआउट 1 में दी गई है।

fooj.k

- प्रतिभागियों से कहें कि आप सब इस कार्यशाला में कुछ सोच कर आई होंगी। तो हमें बताइए कि आप इस प्रशिक्षण से क्या उम्मीद रखती हैं?
- सभी प्रतिभागियों को बारी–बारी से अपनी अपेक्षाएँ बताने के लिए कहें। वे ऐसी कोई भी दो चीज़ें बता सकती हैं, जो वे जानने और समझने की उम्मीद करती हैं।
- प्रशिक्षक उनकी अपेक्षाओं को एक चार्ट पेपर पर लिखते जाएँ और उनकी एक सूची बना लें और बाद में सबको पढ़कर सुनाएँ।

l= leVu d: fy,

प्रतिभागियों से कहें कि हम कोशिश करेंगे कि आप जो जानकारी चाह रही हैं, हम वो आपको दे पाएँ। और अगर अभी कोई चीज़ रह जाती है, तो उसपर आपको बाद में जानकारी देने की कोशिश की जाएगी।

e[; lin'k

- इस अभ्यास से प्रशिक्षक को प्रतिभागियों की अपेक्षाओं की जानकारी मिलेगी जिससे वे सत्रों में ज़रूरत के अनुसार बदलाव कर सकते हैं और साथ ही प्रतिभागियों का संकोच कम होगा और उनमें अपनी बात कहने का आत्मविश्वास बढ़ेगा।

xfrfof/k 1-3
cfu;knh fu;e

15 feuV

mís';

- कार्यशाला के लिए बुनियादी नियम बनाना

vko';d lkexzh

चार्ट पेपर, पेन

izf'k{kd ds fy, rS;kjh

- प्रतिभागियों को खुद नियम बताने के लिए प्रोत्साहित करें।
- यदि कोई महत्त्वपूर्ण चीज़ छूट जाए तो प्रशिक्षक उसे जोड़ दें।

fooj.k

- प्रतिभागियों से कहें कि किसी भी कार्यशाला को सही तरीके से चलाने के लिए कुछ नियमों का पालन करना ज़रूरी होता है। तो चलिए, हम इस कार्यशाला के लिए भी कुछ नियम बना लें। आप लोगों को जो नियम लगता है, होने चाहिए, वे बताएँ।
- प्रतिभागियों को एक–एक नियम बताने के लिए कहें और उनके जवाबों को प्रशिक्षक (या आप किसी प्रतिभागी से भी पूछ सकते हैं, अगर वे लिखना चाहें) एक चार्ट पेपर पर लिखते जाएँ।
- प्रतिभागियों को कार्यशाला के लिए बुनियादी नियम बनाने के लिए प्रोत्साहित करें।
- अगर प्रतिभागियों से कोई नियम छूट गया हो और आपको लगता है कि वह ज़रूरी है, तो आप खुद भी नियमों को सूची में जोड़ सकते हैं।
- नियमों के नमूने की सूची 'सत्र 1 के हैंडआउट' में दी गई है।
- जब प्रतिभागी खुद नियम बनाती हैं, तो उनका पालन भी ज़्यादा आसानी से करती हैं।
- प्रतिभागी चाहें तो यह भी तय कर सकती हैं कि नियम का पालन ना करने वाली को नियम का पालन करने के लिए कैसे बढ़ावा देंगी।

e[; ln'k

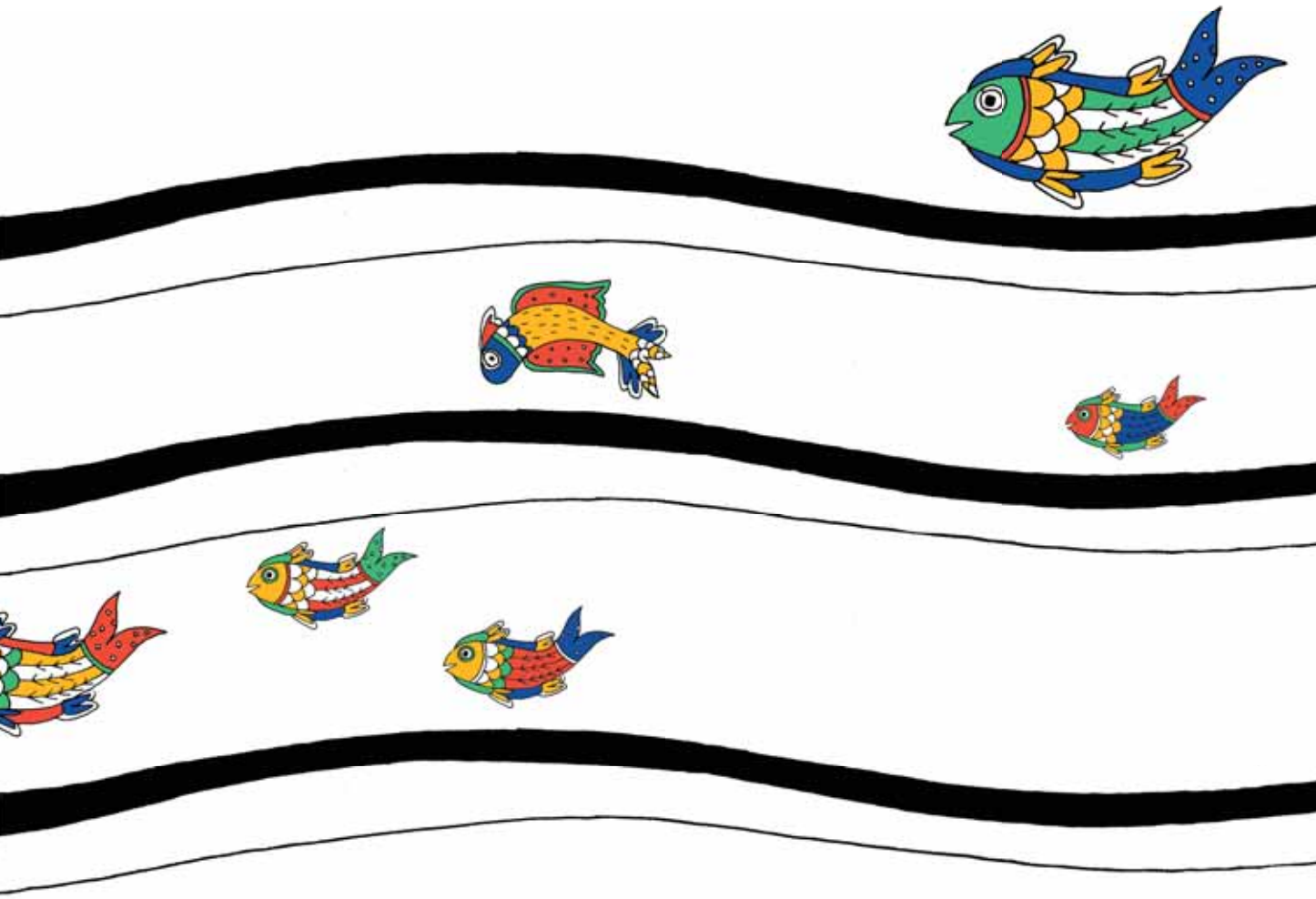
- इस अभ्यास से प्रशिक्षक प्रतिभागियों को यह समझा सकते हैं कि इस कार्यक्रम को गंभीरता से लेना चाहिए और समय का बेहतर तरीके से इस्तेमाल किया जाना चाहिए।
- साथ मिलकर काम करने के लिए कुछ नियम तय करने से काम करना आसान हो जाता है।

xfrfof/k 1-4
thou dh unh

90
feuV

mís';

- अपनी सफलताओं, चुनौतीपूर्ण स्थितियों, प्रेरणाओं, साथ देने वालों, जीवन के भेदभावों आदि को पहचानना और साँझा करना
- अपने जीवन की नदी के बारे में सोचना और बनाना
- व्यक्तिगत अनुभवों और अपने ऊपर हुए लोगों के प्रभावों को देखना
- अपने और समाज के बीच जुड़ाव को समझना



pj.k 1
[ky & lijt muij pedrk g

15 feuV

vko';d lkexh

चार्ट पेपर, पेन, पेंसिलें, रंग, कागज़

if'k{kd d fy, r;kjh

- यह गतिविधि झंझोड़ने का काम भी करेगी।
- ज़्यादातर प्रतिभागी अपनी पसंद के रंगों, खाने आदि से जुड़े वाक्य ही बोलेंगी लेकिन आपको यह पक्का करना होगा कि आप कुछ ऐसे वाक्य कहें, जो प्रतिभागियों के जीवन के अनुभवों से जुड़े हों ताकि वे खुद के बारे में समझें और लोग इनपर अपने अभिमत बदलें।
- प्रतिभागियों को एक गोले में खड़ा करके और ऊपर दिए गए वाक्य बोलकर खेल शुरू करें या अगर आप चाहें तो समूह के अनुसार आप इन वाक्यों को बदल भी सकते हैं।

fooj.k

- प्रतिभागियों से कहें कि अब हम एक खेल खेलेंगे जिसका नाम है – सूरज उनपर चमकता है।
- प्रतिभागियों को एक गोले में खड़े होने के लिए कहें।
- प्रतिभागियों को खेल खेलने का तरीका समझाएँ। उन्हें बताएँ कि आप किसी चीज़ के साथ 'सूरज उनपर चमकता है' जोड़कर बोलेंगे और जो महिलाएँ इससे मेल खाती हैं उन्हें एक–दूसरे के साथ जगह की अदला–बदली करनी है। उदाहरण के लिए – अगर कहा गया है कि जिन्हें टमाटर पसंद हैं, जगह बदलो। तो जिन–जिन महिलाओं को टमाटर पसंद हैं वे जगह बदलेंगी और जिनको पसंद नहीं हैं वे अपनी जगह पर खड़ी रहेंगी।
- जगह की अदला–बदली सामने, अगल–बगल, तिरछे या किसी भी तरह से कर सकती हैं।
- दूसरी ने जो जगह खाली की है वहाँ पर जा सकती हैं, लेकिन किसी को उसकी जगह से हटा नहीं सकतीं।
- जो भी कोई खाली जगह नहीं ढूँढ पाएगी, उसे प्रशिक्षक की जगह लेनी होगी और खेल को आगे चलाने का काम करना होगा।

वाक्य ये हो सकते हैं –

^lij t muij pedrk gS**]

- जिनको मिठाई खाना बहुत पसंद है, जगह बदलो।
- जो स्कूल की परीक्षा में फेल हुए हैं, जगह बदलो।
- जिनके साथ अपने जीवन में किसी तरह की मारपीट या अपमान हुआ है, जगह बदलो।
- जिन्होंने बड़े होते समय लड़की होने के कारण भेदभाव का सामना किया है, जगह बदलो।
- जिन्हें शादी करना पसंद नहीं हैं, जगह बदलो।
- जिन्हें साइकिल चलाना पसंद हैं, जगह बदलो।
- जिन्हें घूंघट निकालना पसंद नहीं है, जगह बदलो।
- जिन्हें सबसे आखिर में खाना खाना पसंद नहीं है, जगह बदलो।
- जिन्हें हर काम में टोका–टोकी पसंद नहीं है, जगह बदलो।
- जिन्हें बाल खुले रखना पसंद है, जगह बदलो।
- जिन्हें फिल्म देखने जाना पसंद है, जगह बदलो।

- खेल 5 मिनट के लिए चलाएँ।
- फिर प्रतिभागियों को खेलने और जोश दिखाने के लिए धन्यवाद दें और पूछें कि यह खेल कैसा लगा।
- क्या उन्हें मज़ा आया ? कुछ प्रतिक्रियाएँ/जवाब लें और कहें कि ठीक है अब हम सत्र को आगे बढ़ाते हैं।

pj.k 2
0;fDrxr t|Mko

45 feuV

vko';d lkexh

चार्ट पेपर, पेन, पेंसिलें, रंग, कागज़

if'k{kd d fy, r;kjh

- ध्यान शुरू कराने से पहले पक्का करें कि प्रतिभागियों के बैठने के लिए खुली जगह हो।
- सबसे ज़रूरी बात है कि प्रशिक्षक जल्दी–जल्दी न बोलें, बल्कि बहुत आराम–आराम से बोंले ताकि प्रतिभागियों को सोचने का समय मिले।
- ऐसा भी हो सकता है कि इस अभ्यास के बाद महिलाएँ थोड़ी भावुक हो जाएँ तो उनके साथ रहें और अगर वे रोना चाहें तो उन्हें रोने दें। उन्हें रोकें नहीं या ज़्यादा बात न करें। प्रशिक्षिण के लिए ऐसी जगह चुनें जहाँ पर आपको दूसरे लोग परेशान न करें और महिलाएँ खुलकर बात कर सकें।

fooj.k

- आप ध्यान (मेडिटेशन) शुरू कराने से पहले प्रतिभागियों को नीचे लिखी हुई बातें बताएँ:
  - ⁎ यह एक व्यक्तिगत गतिविधि है इसलिए प्रतिभागी आपस में बात न करें।
  - ⁎ जैसे आराम लगे वैसे बैठकर मन को शांत कर लें।
  - ⁎ अपनी आँखें बंद करें और जब तक आँखें खोलने के लिए ना कहा जाए, आँखों को बंद ही रखें।
- आप पक्का करें कि सभी की आँखें बंद हों और वे आराम से बैठी हों। हॉल या कमरे में कोई आवाज़ या शोर नहीं होना चाहिए।
- अब धीरे–धीरे और जहाँ ज़रूरत हो वहाँ रुककर नीचे बताई गई बातों को पढ़कर ध्यान शुरू कराएँ।
- कहना शुरू करें :

⁎ अपनी साँस लेने पर ध्यान दें। खुद को ढीला छोड़े और शांत करें। साँस धीरे–धीरे अंदर लें...और बाहर छोड़ें...। साँस अंदर लें...और बाहर छोड़ें...। (इसे 2–4 बार दोहराएँ)

* अपनी साँसों को महसूस करें। मैं जो भी बोलूँ उसकी कल्पना करें। अपने मन में सोचें।
* सर्दी की सुबह है और मौसम ठंडा है। अपने गाँव में बाहर जाने का आपका मन कर रहा है। आप खड़े होकर चलना शुरू करती हैं। आप नदी के किनारे की तरफ चल रही हैं। आप चल रही हैं और आपको ठंड महसूस हो रही है।
* आप नदी के किनारे तक पहुँच गई हैं और एक पेड़ के नीचे बैठ गई हैं। आप पेड़ के नीचे बैठकर अपने आसपास के सुंदर पेड़ों, नदी के बहाव और सूरज को देख रही हैं। थोड़ी देर में आप नदी की तरफ चलती हैं, और नदी में अपनी खुद की परछाईं को देखती हैं।
* जैसे ही आप अपनी परछाईं देखती हैं, आपको आपके अब तक के जीवन की यात्रा याद आने लगती है। आपको याद आता है कि जीवन में आपने किन–किन परेशानियों का सामना किया है। आपको कौन–कौन सी सफलताएँ मिली हैं। जिन लोगों से आप प्यार करती हैं और जिनकी परवाह करती हैं, उनके साथ जीवन के सुंदर पलों को आप याद करती हैं।
* आपको उन लोगों की याद आनी शुरू हो जाती है जो आपको अपने जीवन में आगे जाने के लिए बढ़ावा देते हैं, और इसके साथ ही आप यह भी सोचने लगती हैं कि आपने अपने जेंडर या महिला होने के कारण जीवन में किन–किन भेदभावों या पाबंदियों का सामना किया है। उन अनुभवों के बाद आपके अंदर क्या बदलाव आया है ? जीवन में आपके बदलाव के कौन से मोड़ हैं ?
* अब आप नदी में इन सब चीज़ों की परछाईं भी देखती हैं। उन सभी विचारों के साथ आप उस नदी में नहाने का फैसला करती हैं और सभी कष्टों को धो डालने के लिए डुबकी लगाती हैं।
* अब आप बाहर आकर बैठी हैं।

- प्रतिभागियों को 5–10 मिनट सोचने का समय दें।
- फिर कहें कि अब जब भी आपको ठीक लगे, आप अपनी आँखें खोलें और समूह में वापस आ जाएँ।
- जब आप देखें कि ज़्यादातर लोगों ने अपनी आँखें खोल ली हैं, तो उन्हें कहें कि हम सभी के पास चार्ट पेपर और रंग हैं, अब हम अपने जीवन की नदी बनाएँगी।
- उन्हें बताएँ कि जीवन की नदी में उन्हें यह सब दिखाना होगा – उनकी चुनौतियाँ, उनकी सफलताएँ, उनके जीवन को बदलने वाले मोड़, उनकी प्रेरणा, लोग जो उनके साथ थे, उनके साथ हुए भेदभाव, सामाजिक बहिष्कार के अनुभव आदि।
- उदाहरण दें कि जैसे स्कूल में दाखिला हुआ, शादी की बात चली, नौकरी किया, बच्चे हुए, खेत में काम किया, पढ़ाई छुड़वा दी गई, बाहर आने–जाने पर पाबंदी लगी, खेलने पर पाबंदी लगी इत्यादि।
- प्रतिभागी जितना चाहें उतने रचनात्मक (क्रिएटिव) हो सकती हैं। उन्हें उदाहरण दिखाएँ (सत्र 1 के हैंडआउट में दिया गया चित्र दिखाएँ)।
- नदी बनाने के लिए प्रतिभागियों को 20 मिनट का समय दें।
- जब हर कोई अपने–अपने चार्ट के साथ तैयार हो जाए, तो प्रतिभागियों को दो–दो के जोड़े बनाने के लिए कहें और फिर वे अपने जीवन की नदी और अपने जीवन की यात्रा को जोड़ी में एक–दूसरे को बताएँ।
- खासतौर पर उन्हें उनके जेंडर या लड़की होने के कारण जिन भेदभावों का सामना करना पड़ा, उनके बारे में बताने के लिए कहें।
- अगर आपके पास समय कम है तो आप जोड़ी के बजाय प्रतिभागियों को छोटे समूह में भी बताने को कह सकते हैं।
- सब बता चुकें उसके बाद सभी को बड़े समूह में आने के लिए कहें।
- प्रशिक्षक नीचे लिखे प्रश्न पूछकर बड़े समूह में बात करें –
  - ⁕ आप कैसा महसूस कर रही हैं ? (शायद कुछ महिलाओं के लिए बताना कठिन हो तो आप बीच–बीच में छोटे–छोटे प्रश्न पूछ सकते हैं) बोलने के लिए ज़्यादा दबाव न दें।
  - ⁕ इस प्रक्रिया से आपको अपने बारे में क्या बात समझ आई है ?
  - ⁕ अपनी निजी या मन की बातें ऐसे साँझा करने से समूह पर क्या असर हो सकता है ?
- कुछ प्रतिभागियों से जवाब लें।

l= leVu d: fy,

प्रतिभागियों से कहें कि हम सब अलग–अलग संघर्षों, चुनौतियों से गुज़र चुकी हैं और सबकी जीवन यात्रा अलग–अलग है। हमारे जीवन पर लोगों, परिस्थितियों और अनुभवों का असर पड़ता है। इसका उल्टा भी होता है, जैसे – दूसरे लोगों पर भी हमारी वजह से असर पड़ सकता है। हमारी विभिन्न पहचानें (जाति, धर्म, काम आदि) भी हमारे जीवन पर असर डालती हैं। इस तरह समाज हमें प्रभावित करता है और हम समाज को। हम आज जहाँ हैं, वहाँ अपने जीवन के अनुभवों के कारण ही हैं।

e[; ln'k

- जीवन की नदी का यह सत्र व्यक्ति की जीवन यात्रा पर गहराई से सोच–विचार करने का सत्र है। यह सत्र बताता है कि हम अपनी जीवन यात्रा पर एक नदी की तरह चलते रहे हैं। इस यात्रा में हमारी अपनी सफलताएँ, चुनौतियाँ, प्रेरणाएँ और मोड़ होते हैं।
- यह सत्र प्रतिभागियों के लिए बातें साँझा करने का एक मंच बनाने में मदद करता है, ताकि वे एक–दूसरे के साथ जुड़ सकें और खुद को और एक–दूसरे को बेहतर समझ सकें।

l= 1 & gSMvkmV

Eksjh iapk;r esjh 'kfDr dk;Øe

क्रिया के इस कार्यक्रम का उद्देश्य स्वयं सहायता समूह के सदस्यों और महिलाओं के नेतृत्त्व वाली ज़मीनी गैर सरकारी संस्थाओं के समर्थन के साथ चुनी गई महिला पंचायत प्रतिनिधियों के नेतृत्त्व को समर्थन देना और उनकी क्षमता वृद्धि में सहायता करना है। ताकि वे स्थानीय सरकार (पंचायती राज संस्था) में और समुदाय के स्तर पर परिवर्तन के एजेंटों के रूप में प्रभावशाली ढंग से काम करने के लिए सक्षम हो सकें। साथ ही वे यौन और प्रजनन, स्वास्थ्य एवं अधिकार और जेंडर आधारित हिंसा से जुड़े मुद्दों सहित अपने समुदायों में महिलाओं और लड़कियों को प्रभावित करने वाले मुद्दों को हल करने और संबोधित करने के लिए आवाज़ उठा सकें।

क्रिया संस्था महिलाओं के नेतृत्त्व वाली ज़मीनी गैर सरकारी सस्थाओं के साथ मिलकर झारखंड, बिहार और उत्तर प्रदेश में इस कार्यक्रम को लागू कर रही है।

क्रिया समुदायों में महिलाओं के मानव अधिकारों के लिए सार्वजनिक जागरूकता और समर्थन देकर इस काम को करने में मदद करती है। निर्वाचित महिला प्रतिनिधि (ई.डब्ल्यू.आर.), पंचायती राज इंस्टीटूशन (पी.आर.आई.) अधिकारियों, सामुदायिक हितधारकों और चुने गए प्रतिनिधियों के परिवारों के साथ जुड़कर काम करना कार्यक्रम का एक महत्त्वपूर्ण हिस्सा है। क्रिया सहयोगी गैर सरकारी संगठनों की क्षमता व स्थानीय नेटवर्क को मज़बूत करने और ज़िला, ब्लॉक व राज्य स्तर पर पैरवी को मज़बूत करने के लिए कार्य करती है।

vif{kr ifj.kke

- यौनिकता, जेंडर और अधिकारों पर मूल टीम (चुनी हुई ईडब्ल्यूआर, एस.एच.जी. सदस्यों और गैर सरकारी संगठनों) की क्षमताओं को बढ़ाना
- यौन, प्रजनन व स्वास्थ अधिकार (एस.आर.एच.आर.)* और जेंडर आधारित हिंसा पर ई.डब्ल्यू.आर. और एस.एच.जी. सदस्यों के बड़े समूह की समझ और जानकारी बढ़ाना
- राज्य स्तरीय प्रणालियों और पी.आर.आई. के साथ जुड़ाव के तरीके बनाना
- बातचीत के अवसरों का निर्माण और एस.आर.एच.आर. और जेंडर आधारित हिंसा के मुद्दों पर अपनी आवाज़ उठाने की क्षमता बढ़ाना

इसे हासिल करने के लिए तीन तरीके से कार्य किया जा रहा है। एस.आर.एच.आर, जेंडर आधारित हिंसा, महिला अधिकारों और सामाजिक न्याय के मुद्दों पर नेतृत्त्व को बढ़ाकर क्रिया ई.डब्ल्यू.आर. और एस.एच.जी. सदस्यों की क्षमता को बढ़ाती है। व्यक्तिगत जानकारी, रवैया और कौशल के साथ–साथ उसपर कार्य करने की क्षमता बढ़ाने के लिए, एक 'तीन स्तरीय मॉडल' काम में लिया जाता है:

- चुने हुए ई.डब्ल्यू.आर., एस.एच.जी. सदस्यों और एन.जी.ओ. प्रतिनिधियों को प्रशिक्षकों का प्रशिक्षण (ट्रेनिंग ऑफ ट्रेनर्स) देना
- ई.डब्ल्यू.आर. और एस.एच.जी. सदस्यों के एक बड़े समूह के लिए प्रशिक्षित प्रशिक्षकों द्वारा मासिक सत्र
- ई.डब्ल्यू.आर. और एस.एच.जी. सदस्यों के एक और भी बड़े समूह के साथ छह माही सत्र

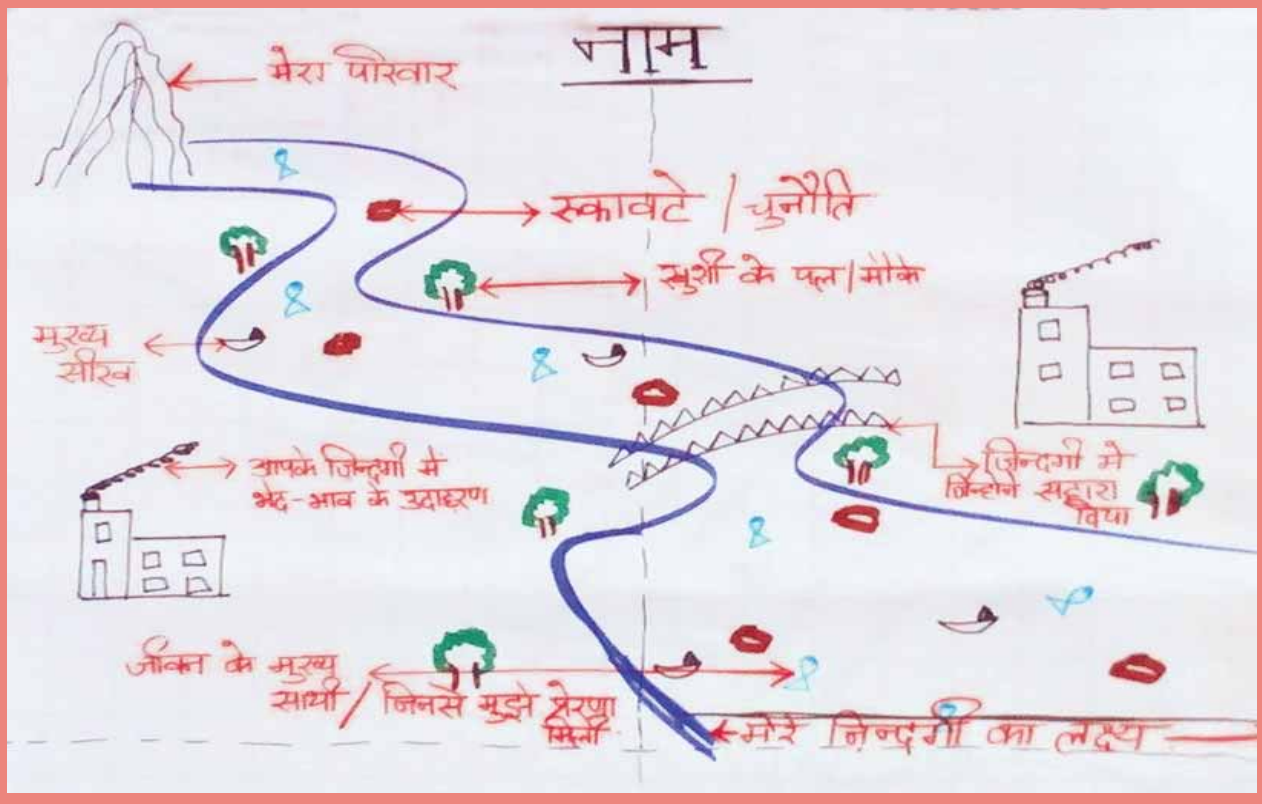
*सेक्सुअल रिप्रोडक्टिव एंड हैल्थ राइट्स

cfu;knh fu;e

कुछ बुनियादी नियम निम्नलिखित हो सकते हैं:

- हम शुरू से आखिर तक प्रशिक्षण में भाग लेंगी (चाय–पानी व दिन खत्म होने का समय साफ–साफ बता दें)
- हम सभी चर्चाओं में भाग लेंगी
- खाना–पीना और आना–जाना समय पर करेंगी
- हम कुछ पूछने या अपने संदेहों को स्पष्ट करने में हिचकिचाएँगी नहीं
- सत्र के आखिर में ही प्रश्न या सवाल पूछे जाएँगे
- सब एक दूसरे के नज़रिए का आदर करेंगी
- कोई बीच में एक–दूसरे से बात या चर्चा नहीं करेंगी
- प्रशिक्षण के दौरान बताए गए व्यक्तिगत या निजी अनुभवों को, किसी बाहर के व्यक्ति को नहीं बताया जाएगा
- कोई प्रश्न सही या गलत नहीं होता है, बस प्रश्न होता है
- सत्र के दौरान मोबाइल फोन या उसकी आवाज़ को बंद रखेंगी
- किसी की बात को बीच में नहीं काटेंगी और बात पूरी करने देंगी
- कुछ पूछने के लिए हाथ उठाएँगी

thou dh unh



नाम
मेरा परिवार
रुकावटे / चुनौती
खुशी के पल / मौके
मुख्य सीख
आपके जिन्दगी मे भेद-भाव के उदाहरण
जिन्दगी मे जिन्होने सहारा दिया
जीवन के मुख्य साथी / जिनसे मुझे प्रेरणा मिली
मेरे जिन्दगी का लक्ष्य

l= 2

lkpk;rh jkt[1]

mís';%

- ipk;rh jkt vkj bldh fo'ks"krkvksa dk foLrkj ls le>uk
- ipk;rh jkt ds <kps ds vyx&vyx Lrjksa ds dke vkj Hkfedkvksa dk le>uk

[1]यह सत्र 'पंचायती राजः नवसाक्षरों के लिए मॉड्यूल', निरंतर, से रूपांतरित है।

xfrfof/k 2-1

iapk;rh jkt vkSj mldk <kapk

1&2 ?kaVs

vko';d lkexzh

चार्ट पेपर, पेन, मार्कर

iz'kk{kd dsfy, rS;kjh

- प्रशिक्षक पंचायती राज के ढाँचे को एक चार्ट पेपर पर पहले से बनाकर रख लें। प्रतिभागियों को दिखाकर समझाने में आसानी होगी।
- प्रशिक्षक पहले से पता करके रखें कि :
  - ✻ जिस गाँव में यह जानकारी दी जा रही है या प्रशिक्षण चल रहा है वह किस ग्राम पंचायत में आता है ?
  - ✻ इस ग्राम पंचायत में कितने वॉर्ड है ?
  - ✻ यह गाँव किस वॉर्ड में आता है ?

fooj.k

- जानकारी देने से पहले प्रतिभागियों से निम्नलिखित सवाल पूछें :
  - ✻ पंचायती राज क्या है ?
  - ✻ क्या आपने वोट डाले हैं ?
  - ✻ वोट क्यों डाले जाते हैं ?
- प्रतिभागी जो भी कहते हैं उसे एक चार्ट पेपर पर लिखते जाएँ ताकि समझाते समय आप उन बिन्दुओं को जोड़कर बता सकें।
- प्रतिभागियों की बात सुनने के बाद बताएँ कि पंचायती राज व्यवस्था गाँव के स्तर की शासन की व्यवस्था है। यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा गाँव के लोग सरकार के काम में भाग लेते हैं। पंचायती राज व्यवस्था लोकतांत्रिक यानी जनता द्वारा चुनी गई सरकार की पहली सीढ़ी है।

- प्रतिभागियों को बताएँ कि इसके लिए ज़रूरी है कि गाँव के लोग योजनाएँ बनाएँ। सब पंचायत पर नज़र रखें और पंचायत को भी अधिकार मिलें। जल, जंगल और ज़मीन पर पंचायत का हक हो। पंचायत के सदस्य मिलकर काम करें।
- प्रतिभागियों से कहें कि अब हम आगे बढ़ते हैं। उनसे पूछें कि क्या वह पंचायती राज व्यवस्था के ढाँचे के बारे में जानती हैं ? और क्या कोई इस विषय पर कुछ बताना चाहेंगी ?
- प्रतिभागियों को बताएँ कि यह कोई परीक्षा नहीं हैं। और वह जो जानती या समझती हैं खुलकर बताएँ।
- प्रतिभागियों के जवाब सुनने के बाद फिर नीचे दिए गए चित्र की मदद से पंचायती राज के ढाँचे के बारे में जानकारी दें।
- बताएँ कि पंचायत के तीनों स्तरों में प्रतिनिधि (यानी पंचायत के तहत चुने गए नेता) जनता का प्रतिनिधित्व (जनता की तरफ से काम) करते हैं। प्रतिनिधि के काम पद के अनुसार बँटे हुए होते हैं।
- पंचायती राज को स्थानीय सरकार का दर्जा दिया गया है। पंचायती राज व्यवस्था की पहली कड़ी ग्राम पंचायत है। इसके दो स्तर और हैं – पंचायत समिति/क्षेत्र पंचायत और ज़िला परिषद/ज़िला पंचायत।
- नीचे दिए गए चित्र को दिखाकर समझाएँ।

- प्रतिभागियों को ग्राम पंचायत और उसकी भूमिका, कार्य समितियों के साथ–साथ अन्य दो स्तरों की जानकारी देने के लिए 'सत्र 2 का हैंडआउट' देखें। प्रतिभागियों की जानकारी के स्तर के हिसाब से जितनी जानकारी देने की ज़रूरत हो उतनी जानकारी दें।

xfrfof/k 2-2
xke lHkk D;k g\

40 feuV

mís';

- ग्राम सभा और इसके कार्यों की जानकारी देना और इसके महत्त्व को समझना

vko';d lkexh

केस स्टडी की कुछ प्रतियाँ (फोटोकॉपी), लिखने के लिए चार्ट पेपर या खाली कागज़ पेन, मार्कर

fooj.k

- प्रतिभागियों से कहें कि अब हम पंचायत के एक और महत्त्वपूर्ण अंग के बारे में जानेंगी।
- प्रतिभागियों से नीचे दिए गए प्रश्न पूछें :
  - ✻ क्या आप ग्राम सभा की बैठक के बारे में जानती हैं ?
  - ✻ क्या आपके गाँव में महिलाएँ ग्राम सभा की बैठक में हिस्सा लेती हैं ?
  - ✻ क्या आपने कभी ग्राम सभा की बैठक में हिस्सा लिया है ?
- प्रतिभागी जो भी कहें उसे ध्यान से सुनें।
- फिर उन्हें बताएँ :
  - ✻ ग्राम सभा पंचायती राज की एक महत्त्वपूर्ण कड़ी है।
  - ✻ आपके गाँव के सभी सदस्य, जिनकी उम्र 18 साल से ऊपर है और जो मतदाता सूची में शामिल हैं – वे सभी ग्राम सभा के सदस्य हैं।
  - ✻ महिलाएँ ग्राम सभा का एक ज़रूरी हिस्सा हैं।
  - ✻ पंचायत के सदस्य पूरे पाँच साल के लिए चुने जाते हैं और काम करते हैं।
  - ✻ ग्राम सभा को गाँव के लिए उपयोगी विकास गतिविधियों की योजना बनाने का अधिकार होता है।
  - ✻ वे केन्द्र सरकार और राज्य सरकारों के पैसों से चलने वाले सरकार के कार्यक्रमों को लागू करने के लिए भी ज़िम्मेदार हैं।

* ग्राम सभा गाँव के विकास के लिए बजट तैयार करती है, विभिन्न योजनाओं के काम की निगरानी करती है।
* ग्राम सभा को स्थानीय प्राकृतिक संसाधनों (जल, जंगल और ज़मीन) का उपयोग कैसे करना है, ये फैसला लेने का अधिकार होता है।

- चर्चा को समेटते हुए ज़रूरत हो तो ग्राम सभा पर और जानकारी दें। इसके लिए 'सत्र 2 के हैंडआउट' वाला भाग देखें।

xfrfof/k 2-3

efgyk lHkk ¼lkefgd vH;kl½

40 feuV

mís';

- महिला सभा और इसके कार्यों की जानकारी देना और इसके महत्त्व को समझना

vko';d lkexzh

चार्ट पेपर या खाली कागज़, पेन, मार्कर

fooj.k

- प्रतिभागियों को (जितनी महिलाएँ हों, उसके अनुसार) 3 – 4 समूहों में बाँट दें।
- हर समूह को निम्न में से कोई एक विषय दें और उन्हें समूह में चर्चा करके उन विषयों से जुड़ी समस्याएँ बताने के लिए कहें।
  - स्वास्थ्य
  - पानी
  - शौचालय
  - शिक्षा
  - रोज़गार
  - हिंसा
- समूहों को चार्ट पेपर और पेन बाँट दें।
- इस अभ्यास के लिए उन्हें 10 मिनट का समय दें।
- समय पूरा होने के बाद समूहों को बारी–बारी से प्रस्तुतीकरण करने के लिए बुलाएँ।
- हर प्रस्तुतीकरण के बाद बाकी के समूहों से उसमें समस्याएँ जोड़ने को कहें।
- जो मुख्य समस्याएँ निकलकर आएँ उन्हें प्रशिक्षक नोट करते जाएँ ताकि बाद में उन्हें महिला सभा से जोड़कर बता सकें।
- महिला सभा के बारे में बताएँ। इसके लिए 'सत्र 2 के हैंडआउट' में दी गई जानकारी का इस्तेमाल करें।

ppk leVu d fy,

प्रतिभागियों को बताएँ कि आमतौर पर महिला सभा हर ग्राम सभा की बैठक से पहले की जाती है। प्रतिभागियों को कहें कि आपको भी 1 साल में महिला सभा की कम से कम 6 बैठकें करने की कोशिश करनी चाहिए। इसका मतलब होगा कि गाँव में महिलाओं को हर ग्राम सभा की बैठक से पहले महत्वपूर्ण योगदान देने का मौका मिलेगा। प्रतिभागियों को यह भी बताएँ कि वे ग्राम सभा को महिलाओं से जुड़े मुद्दे उठाने की एक तैयारी के तौर पर इस्तेमाल कर सकती हैं। जहाँ सभी महिलाएँ खुलकर अपनी समस्याओं के बारे में बात कर सकती हैं। समूहों ने जितनी समस्याओं के बारे में बताया उनपर वे महिला सभा में बात कर सकती हैं। प्रशिक्षक प्रतिभागियों के अनुभवों से जोड़ते हुए ग्राम सभा और महिला सभा की जानकारी को दोहराएँ। यह भी बताएँ कि ग्राम सभा में महिलाओं के खिलाफ हिंसा, बालिकाओं की सुरक्षा, लिंग जाँच की गतिविधियाँ और उनके कारण लिंग चयनित गर्भ समापन, बलात्कार, कम उम्र में लड़कियों की शादी, लड़कियों की शिक्षा, महिलाओं को समुदाय की बैठकों या गतिविधियों में बोलने या भाग लेने से मना करने जैसे मुद्दों को भी संबोधित करना चाहिए।

xfrfof/k 2-4
iapk;r esa efgykvksa dh Hkwfedk
o ft+Eenkfj;k¡ vkSj vkj{k.k[2]

40 feuV

mís';

- पंचायत में महिलाओं की भागीदारी और आरक्षण को विस्तार से समझाना।
- पंचायती राज के अंदर महिलाओं की भागीदारी के लिए आरक्षण का महत्त्व बताना।
- पंचायत में ई.डब्ल्यू.आर. की भूमिकाएँ और ज़िम्मेदारियाँ

vko';d lkexzh

गीत की कुछ लाईन या पंक्तियाँ लिखने के लिए चार्ट पेपर या खाली कागज़, पेन, मार्कर

iz f'k{kd ds fy, rS;kjh

- गीत की लिखी हुई प्रति अपने पास रखें। किसी लोकगीत की तर्ज़ पर उसे तैयार कर लें। सत्र में गाने से पहले उसका अभ्यास करें।
- प्रतिभागियों से पूछें कि अगर कोई और पढ़कर गाना चाहती हैं तो आगे आएँ। या प्रशिक्षक खुद गाएँ और प्रतिभागियों को अपने पीछे–पीछे गाने के लिए कहें।

foooj.k

- प्रतिभागियों को बताएँ कि पंचायती राज देश की लोकतांत्रिक व्यवस्था की पहली सीढ़ी है। इस व्यवस्था के तहत ग्रामीण लोग सरकारी प्रक्रिया में भाग लेते हैं।
- प्रतिभागियों को बताएँ कि इस सत्र में हम पंचायती राज में महिलाओं की भागीदारी को विस्तार से समझेंगी।
- इस प्रक्रिया और व्यवस्था में महिलाएँ ज़रूर शामिल हो सकें, इसके लिए पंचायती राज में महिलाओं को 33 प्रतिशत का आरक्षण दिया गया है। कई राज्यों में महिलाओं के लिए आरक्षण को 33 प्रतिशत से बढ़ाकर 50 प्रतिशत कर दिया गया है। झारखंड और बिहार में महिलाओं के लिए 50 प्रतिशत आरक्षण है।

[2]यह सत्र 'पंचायती राजः नवसाक्षरों के लिए मॉडल' , निरंतर से रुपांतरित है ।

- यानी अब नियम और कानून के अनुसार पंचायत की कुल सीटों में से कम से कम एक तिहाई सीटों पर महिलाएँ ही चुनाव के लिए दावेदार हो सकती हैं लेकिन महिलाओं को सभी सीटों पर पुरुषों के बराबर चुनाव लड़ने का अधिकार है।
- उन्हें बताएँ कि अब आप सबके साथ एक गीत गाने वाले हैं।
- नीचे दिया गया गीत प्रतिभागियों के साथ गाएँ। गीत की कुछ प्रतियाँ उन प्रतिभागियों को दे दें जो पढ़ सकती हैं।
- यदि कोई पढ़ने वाली नहीं है तो प्रशिक्षक गाएँ और प्रतिभागियों को पीछे–पीछे गाने के लिए कहें।

i|pk;r xhr

आया पंचायती राज, बहना हो जा तू तैयार
गाँव–गाँव में महिला निकली हुई, प्रधान सदस्य
ले लो अपना अधिकार, बहना हो जा तू तैयार
आया पंचायती राज...

गाँव में बैठकें मीटिंग कर तू कर ले अपना विकास
आओ बी.डी.ओ. के पास, बहना हो जा तू तैयार
आया पंचायती राज...

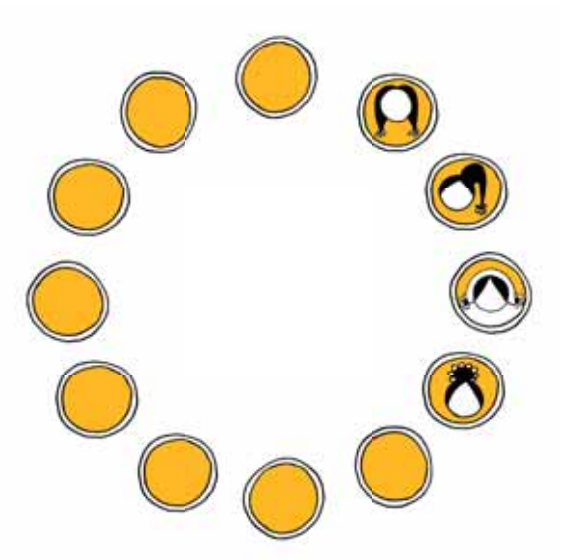
गाँव सभा की बैठक करके, दो सबको जानकारी
करो योजना की बात, बहना हो जा तू तैयार
आया पंचायती राज...

क्या योजना क्या विकास है, जानो ये है तुम्हारा अधिकार
क्या है बजट हमारा, बहना हो जा तू तैयार

-महिला सामाख्या (वाराणसी) से रूपांतरित

- गाने के बाद महिलाओं के साथ निम्नलिखित प्रश्नों की मदद से चर्चा करें।
  - यह गाना किस चीज़ के बारे में है ?
  - महिलाओं के लिए पंचायत का हिस्सा होना क्यों ज़रूरी है ? (ताकि वे महिलाओं और लड़कियों के मुद्दों को पंचायत में उठा सकें।)
  - महिलाएँ किस तरह से पंचायती राज में भागीदारी कर सकती हैं ?
  - अपने गाँव की कौन सी योजना के बारे में आप जानती हैं ?
  - क्या आपको बजट के बारे में पता है ?
- प्रतिभागियों के जवाब ध्यान से सुनें और ज़रूरी बातों को नोट कर लें ताकि जहाँ सही लगे उनका इस्तेमाल किया जा सके।
- आरक्षण की जानकारी को प्रशिक्षक पहले से पढ़कर तैयार कर लें।
- आरक्षण को अच्छी तरह समझने के लिए, अगले पन्ने पर दिए गए चित्र के माध्यम से महिलाओं को समझाएँ।
- प्रशिक्षक चार्ट पेपर पर नीचे दिया गया चित्र बनाएँ। चार्ट पेपर को सभी महिलाओं के सामने लगाएँ और नीचे दिए गए सवाल पूछें :
  - गौना पंचायत में चुनाव होने वाले हैं। बारह चुनाव क्षेत्र हैं। आरक्षण के नियम के अनुसार 33 प्रतिशत सीटें महिलाओं के लिए आरक्षित हैं। तो बताइए, गौना गाँव में कितनी सीटें महिलाओं के लिए आरक्षित हैं ?
- अगर प्रतिभागी बता नहीं पा रही हैं तो आप उनकी मदद करें।
- बारह का एक तिहाई यानी 4 सीटें।

- प्रतिभागियों को कहें कि चार्ट पेपर पर 4 गोलों में महिलाओं के चित्र बनाएँ। अब ये गोले दिखाते हैं कि इन चार क्षेत्रों में महिलाओं की सीट का आरक्षण है।



- इसके बाद प्रतिभागियों को 3 समूहों में बाँट दें। ध्यान रखें कि हर समूह में एक प्रतिभागी पढ़–लिख सकती हो। यदि ऐसा ना हो तो आप समूह को चित्र के द्वारा अपनी बात दिखाने का विकल्प दे सकते हैं।
- सभी समूहों को एक–एक विषय दें और उसपर चर्चा करके, अपनी जानकारी बाकी समूहों के सामने साँझा करने को कहें:
  - ⁎ एक निर्वाचित प्रतिनिधि के रूप में आपको कौन से काम करने होंगे ?
  - ⁎ आपके काम में क्या–क्या चुनौतियाँ आ सकती हैं ?
  - ⁎ आप अपने गाँव में क्या–क्या काम करना चाहेंगी ?
- इस कार्य के लिए 10 मिनट का समय दें।
- फिर प्रत्येक समूह को प्रस्तुतीकरण के लिए बुलाएँ। प्रस्तुतीकरण के बाद बाकी के समूहों से पूछें कि क्या वे कुछ जोड़ना चाहते हैं या कुछ पूछना चाहते हैं।

l= dk leVu d fy,

प्रतिभागियों को बताएँ कि जब आप एक नेता हैं और आपको फैसले लेने हैं, तो स्थानीय संसाधन पैदा करना, समुदाय का समर्थन जुटाना और कुछ गतिविधियों की देख–रेख जैसे विशेष कौशल महत्त्वपूर्ण हो जाते हैं। बताएँ कि किसी भी परियोजना को लागू करने में स्थानीय संस्थाओं की सक्रिय भूमिका होनी चाहिए। सामाजिक भागीदारी की कोशिश ज़रूरी है क्योंकि इन कोशिशों के परिणामस्वरूप स्थानीय लोग मज़बूत और अधिक सक्षम बनते हैं। समर्थन प्राप्त करने के लिए मज़बूत स्थानीय संस्थाएँ ज़रूरी हैं, भले ही लोगों के पास तकनीकी कौशल ना हो। उदाहरण के लिए, अगर गाँव के तालाब की मरम्मत और सुधार किया जा रहा है, तो युवा संगठनों, कॉलेजों और स्कूलों आदि में राष्ट्रीय सेवा सोसायटी (एन.एस.एस.) के स्वयंसेवकों से मुफ्त श्रम माँगा जा सकता है।

सत्र का समापन करते हुए प्रतिभागियों को प्रेरित करने के लिए नीचे दिए गए सवाल पूछें :

- आपने अपने गाँव में किस तरह के काम किए हैं ?
- आपके गाँव या क्षेत्र में महिला प्रधान व महिला सदस्य ने कोई काम किया है तो उसको सभी के साथ बाँटें।

इसके बाद 'सत्र 2 के हैंडआउट' से जानकारी प्रदान करें।

çfrHkkfx;k d lkpu d fy,

प्रतिभागियों से कहें कि वे घर जाकर सोचें और अगली बार आएँ तो बताएँ

(अगर समय है तो प्रतिभागियों से पूछ सकते हैं):

- ई.डब्ल्यू.आर. अपने आसपास के गाँवों का दौरा करें और सभी संस्थाओं को देखें। सभी सरकारी संस्थाओं की एक सूची तैयार करें। और लिखें कि वे सरकार के कौन से स्तर (केंद्र, राज्य या पंचायत) को रिपोर्ट करते हैं।
- स्थानीय संस्थाओं की नीचे दी गई तालिका को पूरा करें। ज़िम्मेदार व्यक्तियों की एक सूची रखना ज़रूरी है ताकि आप विभिन्न गतिविधियों और कार्यक्रमों में समर्थन प्राप्त करने के लिए उन्हें बुला सकें। उदाहरण के लिए, स्थानीय प्राइमरी स्कूल का नाम 'नवोदय कन्या विद्यालय' हो सकता है। इसे दूसरे खाने में भरा जाना चाहिए। अगर एक और स्कूल भी है, तो उसका नाम लिखने के लिए एक और पंक्ति जोड़ दें। तीसरे खाने में, स्कूल के प्रिंसिपल के नाम के साथ उनका फोन नंबर भी लिखें। इसी तरह, बाकी के खाने भी भरें।

lLFkk	lLFkk dk LFkku	lLFkk çe[k dk uke vkj Qku ucj
स्वयं सहायता समूह		
प्राइमरी स्कूल		
सैकेंडरी स्कूल		
प्राइवेट स्कूल		
धार्मिक समूह		
मंदिर समितियाँ/पूजा समितियाँ		
मदरसे		
कॉपरेटिव बैंक		
डाकघर		
पंचायत कार्यालय		
उपयोगकर्ताओं के समूह (समुदाय आधारित)		
युवा समूह		
आंगनवाड़ी केंद्र		

l = 2 &
gMvkmV

ipk;rh jkt

ipk;rh jkt D;k g\

पंचायती राज की बात करने से पहले यह जानना ज़रूरी है कि लोकतंत्र क्या है। लोकतंत्र जिसे जनतंत्र भी कहते हैं। यह शासन का एक ऐसा तरीका है जिसमें जनता अपना प्रतिनिधि यानी नेता खुद चुनती है। लोकतंत्र में जनता ही सरकार को निर्णय लेने और कानून का पालन करवाने की शक्ति देती है। चुनाव के बाद प्रतिनिधि चुने जाते हैं। यही प्रतिनिधि सरकार बनाते हैं। लोकतंत्र में सरकार को बताना पड़ता है कि उन्होंने कोई फैसला क्यों लिया है और कोई कदम क्यों उठाया है। इसमें सरकार अपनी मनमानी से काम नहीं कर सकती है।

18 साल और उससे ऊपर की उम्र के लोगों को वोट डालने का अधिकार है। वोट देकर हम अपने जन–प्रतिनिधि को चुनने की प्रक्रिया में जुड़ते हैं। जिसको सबसे ज़्यादा वोट मिलते हैं वही जन–प्रतिनिधि के तौर पर चुना जाता है। हममें से ज़्यादातर लोगों ने प्रधान, विधायक (एम.एल.ए.), और सांसद (एम.पी.) के चुनाव के लिए कभी ना कभी वोट डाले होंगे। लेकिन इस पूरी प्रक्रिया की ज़रूरत क्या है? और क्यों है? इसके बारे में जानना भी ज़रूरी है।

पंचायती राज व्यवस्था गाँव के स्तर की शासन व्यवस्था है। यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा गाँव के लोग सरकार के काम में भाग लेते हैं। पंचायती राज व्यवस्था लोकतांत्रिक यानी जनता द्वारा चुनी गई सरकार की पहली सीढ़ी है। इसके लिए ज़रूरी है कि गाँव के लोग योजनाएँ बनाएँ। सब पंचायत पर नज़र रखें और पंचायत को भी अधिकार मिलें। जल, जंगल और ज़मीन पर पंचायत का हक हो। पंचायत के सदस्य मिलकर काम करें।

ipk;rh jkt dh fo’k"krk,¡

- यह ग्रामीण स्तर पर शासन में लोगों की भागीदारी को पक्का करती है।
- यह शासन का विकेंद्रीकरण या उसकी ताकतों को केंद्र से ग्रामीण स्तर तक बाँटती है।
- ग्राम विकास की योजना गाँव वालों की भागीदारी से बनती है।

पंचायती राज संस्थाओं की तीन कड़ियाँ हैं। लेकिन कुछ राज्यों में दो ही स्तर होते हैं – पंचायत समिति और ज़िला पंचायत।

पंचायत के चुनाव हर पाँच साल के बाद होते हैं। समय से पहले भी पंचायत भंग हो सकती है। तब छः महीने के अंदर चुनाव करवाना होता है। पंचायतों में 33 प्रतिशत सीटें महिलाओं के लिए आरक्षित हैं।

xke ipk;r

एक ग्राम पंचायत कई वॉर्डों (छोटे क्षेत्रों) में बँटी होती है। प्रत्येक वॉर्ड अपना एक प्रतिनिधि चुनता है। जो वॉर्ड पंच या सदस्य के नाम से जाना जाता है। इसके साथ पंचायत क्षेत्र के लोग सरपंच प्रधान को चुनते हैं। ग्राम पंचायत पाँच साल के लिए होती है।

xke ipk;r dh Hkfedk vkj dke

- गाँव की ज़रूरतों को पहचानना और योजना बनाना।
- पंचायत की बैठक करवाना।
- सरकारी योजनाओं को लाना व लागू करना।
- गरीबी दूर करने के लिए सरकारी योजनाओं को लागू करना।
- गाँव के विकास के लिए योजनाएँ बनाना।
- पीने के पानी और सिंचाई की व्यवस्था देखना।
- खेती के विकास कार्यों की देखभाल करना।
- गाँव में सफाई बनाए रखने के लिए खड़ंजे (कच्ची सड़क जो ईंट की बनी होती है) व नालियाँ बनवाना।
- प्राथमिक शिक्षा, प्रौढ़ शिक्षा और व्यवसायिक शिक्षा की देख–रेख करना।
- स्वास्थ्य की उचित व्यवस्था करना।

- गाँव के लोगों के साथ कोई अन्याय ना हो इसका ध्यान रखना।
- उचित दामों पर विभिन्न वस्तुओं को उपलब्ध कराना।
- महिला और बाल विकास की योजनाओं को लागू करना।

xke ipk;r dh cBd

- ग्राम पंचायत की हर महीने कम से कम एक बैठक होना ज़रूरी है। जिसमें सारे वॉर्ड सदस्य व ग्राम सरपंच शामिल होते हैं।
- बैठक ग्राम पंचायत भवन या किसी सार्वजनिक (ऐसी जगह जहाँ सब आ सकें) जगह पर की जाती है, ताकि सभी सदस्य आसानी से आ सकें।
- कभी–कभी यह बैठक लोगों की माँग पर एक से ज़्यादा बार भी हो सकती है।
- पंचायत की बैठक की तय तारीख से पाँच दिन पहले बैठक की सूचना सभी सदस्यों को लिखित रूप से दी जाती है। जिसमें बैठक की अगुवाई सरपंच करता है और सरपंच की अनुपस्थिति में उसके द्वारा लिखित रूप से चुना गया सदस्य भी बैठक की अध्यक्षता कर सकता है।
- बैठक में जो भी चर्चाएँ होती हैं, फैसले लिए जाते हैं, उन्हें एक रजिस्टर में लिखा जाता है। यह काम ग्राम पंचायत सचिव द्वारा किया जाता है। जिसकी एक कॉपी पंचायत के पास भी रहती है।
- बैठक में जो भी सरकारी सूचना, आदेश या निर्देश लिखे जाते हैं, उन्हें पढ़कर सुनाना, साथ ही पंचायत में चल रहे कार्यों (विकास कार्यों) की जानकारी देना ग्राम पंचायत सचिव का काम होता है।
- पंचायत समिति के सदस्यों के विचारों को महत्त्व देते हुए निर्णय लिए जाते हैं।
- महिलाएँ ग्राम पंचायत की बैठक का ज़रूरी हिस्सा होती हैं।

ipk;r lfefr@Cykd lfefr

ग्राम पंचायत के बाद दूसरा स्तर पंचायत समिति/ब्लॉक समिति का होता है। एक पंचायत समिति में कई ग्राम पंचायतें होती हैं। पंचायत समिति की मदद से ज़िला परिषद सभी ग्राम पंचायतों में बजट के वितरण (बाँटने) की व्यवस्था करती है। यह समिति ज़िला और ग्राम पंचायतों के बीच तालमेल बिठाने का काम करती है।

ipk;r lfefr d dk;

- ग्राम पंचायतों की विकास योजनाओं को लागू करने में मदद करना।
- ग्राम पंचायतों को प्रशासनिक व तकनीकी सहयोग देना।
- ग्राम पंचायत का बजट देखना।
- इन सभी कार्यों की निगरानी करना।

ftyk ipk;r@ftyk ifj"kn

ज़िला स्तर पर भी चुनाव होते हैं और ज़िला परिषद के सदस्य अपना अध्यक्ष चुनते हैं। ज़िला परिषद कई तरह के काम करती है। इनमें से कुछ निम्नलिखित हैं –

- पंचायत समितियों के साथ मिलकर मुख्य और विशेष विकास कार्यों पर काम करना।
- ग्राम पंचायत समिति की योजना को ध्यान में रखकर ज़िला स्तर पर योजना बनाना।
- पंचायत समिति में पैसों का बँटवारा करना। यह तय करना कि किस पंचायत समिति को कितना पैसा मिलेगा।
- ग्राम पंचायत और पंचायत समिति के स्तर पर विकास की अलग–अलग योजनाओं के बीच तालमेल बनाना।
- पंचायत समितियाँ निम्नलिखित हो सकती हैं:
  - शासन प्रबंध
  - वित्त
  - सार्वजनिक कार्य (विशेष रूप से पानी और सड़कें)
  - कृषि
  - स्वास्थ्य
  - शिक्षा

xke lHkk

एक अच्छी पंचायत की नींव ग्राम सभा होती है। ग्राम सभा वह मंच है, जहाँ गाँव के लोग अपने गाँव के विकास की योजना बनाते हैं। उनकी योजनाएँ लोगों की ज़रूरतों के हिसाब से बनती हैं। यह लोकतंत्र की पहली सीढ़ी है। ग्राम सभा के लोगों द्वारा चुने गए प्रतिनिधि गाँव वालों को अपने फैसलों, कामों और खर्चों का ब्यौरा (जानकारी, हिसाब–किताब) भी ग्राम सभा की बैठक में देते हैं। गाँव वाले इस ब्यौरे पर सवाल–जवाब भी कर सकते हैं। ग्राम सभा के प्रतिनिधि पाँच साल के लिए चुने जाते हैं। ग्राम सभा इन पाँच सालों में मनमानी ना करे और गाँव की भलाई के लिए काम करे, इसकी निगरानी गाँव वाले करते हैं। इस तरह शासन में पारदर्शिता (कुछ छुपा नहीं होता साफ–साफ होता है) आती है। ग्राम सभा एक पंचायत क्षेत्र में रहने वाले 18 साल या उससे अधिक उम्र के सभी लोगों की सभा होती है।

xke lHkk dh cSBd

- 1 साल में ग्राम सभा की हर बैठक ज़रूरी होती है – 26 जनवरी, 1 मई, 2 अक्तूबर और 15 अगस्त।
- ग्राम सभा की बैठक साल में कम से कम चार बार होती है।
- बैठक के बारे में ग्राम सभा के लोगों को 15 दिन पहले सूचना दी जाती है।
- ग्राम सभा की बैठक की अध्यक्षता प्रधान करता है। उसके ना रहने पर उप–प्रधान भी अध्यक्षता कर सकता हैं।
- महिलाएँ ग्राम सभा का एक ज़रूरी हिस्सा हैं।
- ग्राम पंचायत का कोई सदस्य प्रस्ताव रखना चाहता है या प्रश्न पूछना चाहता है तो वह इसकी सूचना 10 दिन पहले बैठक के अध्यक्ष को देता है।

xke lHkk dh cSBd cqykuk

बैठक बुलाने का अधिकार प्रधान को होता है। वह किसी भी समय सूचना देकर बैठक बुला सकता है। बैठक में 1/5 सदस्यों का होना ज़रूरी होता है जिसमें एक तिहाई महिलाओं की भागीदारी अनिवार्य है।

xke lHkk ds dk;Z

- पंचायत के कामकाज की समीक्षा करना।
- पंचायत के कार्यों और दस्तावेज़ों पर निगरानी रखना।

- ग्राम पंचायत, ग्राम सभा के सुझावों को लागू करना।
- विकास योजनाओं का फायदा पहुँचाने के लिए ऐसे लोगों का चुनाव करना जिनको इनकी सबसे ज़्यादा ज़रूरत है।
- क्षेत्र पंचायत, ज़िला पंचायत व राज्य सरकार द्वारा दिए गए कार्य करना।
- गाँव की विकास योजनाओं को पारित करना।

efgyk lHkk

आमतौर पर महिला सभा हर ग्राम सभा की बैठक से पहले आयोजित की जाती है। हर ग्राम सभा से पहले महिला सभा करना ज़रूरी है। इससे गाँव में महिलाओं को हर ग्राम सभा की बैठक से पहले महत्त्वपूर्ण योगदान देने का मौका मिलता है।

निम्नलिखित बातें बताती हैं कि महिलाओं के लिए अपनी बात को खुलकर कहने के लिए एक मंच उपलब्ध कराना क्यों ज़रूरी हैं :

- ऐसा देखा गया है कि महिला सभा जो महिलाओं की एक विशेष बैठक होती है, कई राज्यों में पहले से ही अच्छी तरह से काम कर रही है।
- इस बैठक में महिलाएँ अपनी चिंताओं से जुड़े सभी मुद्दों का समाधान करने के लिए एक साथ आती हैं।
- तारीखों की घोषणा कुछ समय पहले की जानी चाहिए। आप एक सालाना कैलेंडर तैयार कर सकती हैं और पहले से ही लोगों को तारीखों के बारे में बता सकती हैं। ध्यान रखें कि बैठकें एक सुविधाजनक समय पर हों ताकि ज़्यादा ये ज़्यादा महिलाएँ इनमें शामिल हो सकें।
- महिला सभा की बैठकों में उठाए गए मुद्दों को फिर ग्राम सभा की बड़ी बैठकों में ले जाया जाता है।
- इसलिए, महिला सदस्यों को सभी मुद्दों पर बात करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है, यह केवल महिलाओं के मुद्दों तक ही यह सीमित नहीं होते।

iapk;r e efgykvk dh Hkkxhnkjh vkj vkj{k.k

,d fuokfpr çfrfuf/k d: i e vkidk dku l dke dju gkx \

- एक सलाहकार और सहभागितापूर्ण तरीके के ग्राम सभा की सालाना विकास योजना तैयार और मंज़ूर करना।
- जेंडर संवेदनशील बजट और महिलाओं के मुद्दों की प्राथमिकताओं को शामिल करते हुए, योजना को लागू करने के लिए सालाना बजट तैयार और मंज़ूर करना (उदाहरण के लिए – अगर आपके गाँव में स्कूल कालेज नहीं हैं तो देखें कि क्या लड़कियों को पास के कॉलेजों में जाने के लिए विशेष बसें देने के लिए कोई अलग से बजट है)।
- स्वैच्छिक सहायता या श्रम दान के माध्यम से विभिन्न विकास कार्यों के लिए सामुदायिक भागीदारी जुटाना (भवन निर्माण, तालाब की सफाई, स्कूल शौचालय, इमारतों की मरम्मत, सामुदायिक केन्द्र, टीकाकरण अभियान, जैसे कामों में आदमियों और औरतों दोनों को बढ़चढ़ कर भाग लेना चाहिए)।
- ग्राम पंचायत की संपत्ति की एक सूची बनाकर रखें।
- केन्द्र और राज्य द्वारा समर्थित विभिन्न ग्रामीण विकास योजनाओं के लिए सालाना योजना तैयार और मंज़ूर करना।
- महिलाओं की चिंताओं को उजागर करने के लिए विभिन्न सरकारी अधिकारियों के साथ बातचीत करना और मुद्दों को आगे बढ़कर सुलझाने के लिए काम करना।
- ग्राम सभा सदस्यों (गाँव के लोगों) की अधिकारों तक पहुँच की सुविधा सुनिश्चित करना।
- अलग–अलग योजनाओं, छात्रवृत्तियों, पेंशन आदि के लाभार्थियों की पहचान करना।
- प्रशासनिक रिपोर्ट तैयार करना और पंचायत स्तर पर लागू की जा रही नेशनल मिशन मोड योजनाओं के संबंध में सर्वेक्षण करना।
- गाँव के लिए विशिष्ट योजनाओं और स्थानीय स्तर पर विकसित की गई गतिविधियों के लिए धन (या टैक्स) इकट्ठा करना और जुटाना।
- विभिन्न संस्थानों की प्रगति की निगरानी करना और विभिन्न समितियों की मासिक बैठकों में (आप सदस्य या अध्यक्ष हैं तो) नियमित रूप से भाग लेना।

एक सक्रिय सदस्य बनें और निम्न समितियों द्वारा किए गए कार्यों पर ध्यान दें :

क) आंगनवाड़ी निगरानी समिति

ख) ग्राम स्वास्थ्य, स्वच्छता और पोषण समिति

ग) महिला सशक्तीकरण पर राष्ट्रीय मिशन

घ) बालिका अनुपात के मुद्दों को संबोधित करना

vkid dk;] Hkfedk, vkj ftEenkfj;k D;k g \

पंचायत की निर्वाचित महिला प्रतिनिधि नेता होती हैं और पंचायत के ज़िला स्तरीय पंचायत, ब्लॉक स्तरीय पंचायत और ग्राम पंचायत स्तर पर सभी कार्यों को दिशा देती हैं।

अगर आप ज़िला पंचायत के एक सदस्य के रूप में काम करने के लिए निर्वाचित या मनोनीत होती हैं तो आपकी मुख्य भूमिका और ज़िम्मेदारियाँ कई गुना ज़्यादा होंगी। सबसे ज़रूरी यह समझना है कि आप सभी प्रमुख हितधारकों के साथ विस्तार से विचार–विमर्श के आधार पर एक एकीकृत या आपस में जुड़ी स्थानीय योजनाएँ बनाने के लिए ज़िम्मेदार होंगी। आपको यह भी देखना है, कि ऐसी योजनाएँ जेंडर संवेदनशील हों और स्थानीय ज़िला स्तर की योजनाओं का जवाब हों।

इस स्तर पर, आपको ना सिर्फ अपने पंचायत क्षेत्र की बल्कि ज़िले के अंतर्गत आने वाली बाकी सभी पंचायतों की भी बेहतर समझ होनी चाहिए। इस भूमिका में पूरे ज़िले के विकास को ध्यान में रखते हुए योजना बनाने और समेकित करने के लिए अतिरिक्त क्षमता की ज़रूरत है। सबसे महत्त्वपूर्ण कार्यों को आगे रखने और सभी पंचायतों की योजना को समर्थन देने की क्षमता भी यहाँ बहुत ज़रूरी है।

ज़िला स्तर पर, आपको कई महत्त्वपूर्ण भूमिकाएँ निभानी होंगी। कार्यों के मुख्य क्षेत्रों में निम्न शामिल हैं :

- ;ktuk cukuk – आपको दो अलग–अलग अवधियों के लिए योजनाएँ तैयार करनी होंगी :
  - पंचवर्षीय परिप्रेक्ष्य योजना
  - वार्षिक विकास योजना
- Li"V y{; crkuk – आपके लक्ष्य भी दो गुना हैं :
  - क्षेत्र की आर्थिक खुशहाली और विकास को बढ़ावा देना।
  - सुनिश्चित करें कि सामाजिक न्याय हो और ग्रामीण क्षेत्रों में सामान्य रूप से छूटे हुए वर्ग शामिल हों –

– वित्तीय समावेशन इसका एक महत्त्वपूर्ण पहलू है।

– सुनिश्चित करना कि सबसे वंचित वर्गों के दस्तावेज़ (राशन कार्ड, बी.पी.एल. कार्ड, आदि) तैयार और पूरे हों।

– राष्ट्रीय (केन्द्रीय योजनाएँ) और राज्य योजनाओं के फायदों के बारे में सभी लाभार्थियों को अच्छी तरह मालूम हो, और आप उन तक पहुँचने में लोगों की सहायता करें।

Û leUo; (प्रमुख विभागों के साथ तालमेल स्थापित करना) & जब ये योजनाएँ बन जाएँ और पहले ग्राम सभा फिर ब्लॉक और ज़िला स्तर पर मंज़ूर हो जाएँ, तब आपकी अगली महत्त्वपूर्ण भूमिका होगी सभी प्रमुख विभागों के साथ तालमेल स्थापित करना ताकि धन का प्रवाह आसानी से हो।

* सुनिश्चित करें कि वार्षिक विकास योजना लागू करने की सभी तैयारियाँ सही से हों।
* सुनिश्चित करें कि ज़िला योजना ठीक से लागू की जाए।

• i lk dk çc/ku (फंड मैनेजमेंट)

* पैसों (फंडस्) का प्रभावी इस्तेमाल

– सुनिश्चित करें कि विभिन्न योजनाओं के तहत उपलब्ध धन, विकास के सभी महत्त्वपूर्ण क्षेत्रों के लिए इस्तेमाल किया जाए।

– सुनिश्चित करना कि धन ब्लॉक और ग्राम पंचायतों के बीच अच्छी तरह से वितरित हो।

– धनराशि के समय पर इस्तेमाल की निगरानी करना।

Û fodkl dk;Øe ykx djuk

* कृषि, सार्वजनिक स्वास्थ्य, शिक्षा, सामाजिक सुरक्षा, आदि से संबंधित विभिन्न परियोजनाएँ सुनिश्चित करना।
* सड़क परियोजनाओं, गरीबों के लिए आवास परियोजनाओं, स्कूली शिक्षा के लक्ष्यों, गरीबी उन्मूलन परियोजनाओं आदि की देखरेख करना।
* विभिन्न स्तरों पर पैसे जुटाने के लिए विचार–विमर्श की शुरुआत करना ताकि सच्ची स्वायत्तता प्राप्त करने के लिए खुद पैसे और संसाधन जुटाया जा सकें।
* विभिन्न विकास संकेतकों के रिकॉर्डों को सांख्यिकीय रूप में इकट्ठा करना जो ज़रूरी होता है। इनमें

मानव विकास संकेतक, कृषि भूमि, अध्यासित (कब्ज़ा की हुई) भूमि, सिंचित भूमि, मिट्टी के प्रकार, विभिन्न मौसमों में फसलों के बीजों की ज़रूरत, पीने के पानी की पहुँच, बिजली की पहुँच, साफ–सफाई की पहुँच आदि शामिल हैं। सबसे महत्त्वपूर्ण यह है कि आँकड़े जेंडर के आधार पर लिए जाएँ, जहाँ भी प्रासंगिक हो।

- f'kdk;r fuokj.k 0;oLFkk

* विभिन्न विकास परियोजनाओं को असरदार तरीके से लागू करने से जुड़ी शिकायतें लें।
* स्थानीय विवादों का निवारण सौहार्दपूर्ण ढंग से करें।
* सेवा प्रदानगी में कमी की निगरानी रखें।
* विभिन्न विभागों के संबंधित अधिकारियों के साथ शिकायतों को उठाएँ।

l= 3

'kfDr ;k lÙkk

mís';%

- शक्ति या सत्ता के विचार को और इसके रूपों को समझना
- परिवार में और अलग–अलग लोगों, समुदाय और कार्यस्थल पर सत्ता और क्षमता को जानना
- सत्ता निर्वाचित महिला प्रतिनिधियों पर व्यक्तिगत रूप से किस तरह असर डालती है या उन्हें कमज़ोर करती है समझना
- सत्ता के ढाँचे, सामाजिक मान्यताओं, जेंडर और जेंडर नियम के बीच संबंध को जानना

xfrfof/k 3-1
[ksy&lÙkk dh pky

60 feuV

vko';d lkexzh

विभिन्न पहचानों बनाने के लिए रंगीन कार्ड, प्रश्नों की सूची,

कार्ड लगाने के लिए सेफ्टीपिन या टेप

iqf'k{kd ds fy, rS;kjh

- कार्ड पर नीचे दी गई पहचानें लिख लें। ये कार्ड पहले से तैयार करके रखें।
- खेल के लिए पहचान और प्रश्नों की सूची 'सत्र 3 के लिए हैंडआउट' में दी गई है।
- प्रशिक्षक सत्ता, उसके प्रकार, उपयोग और दुरुपयोग पर अपनी समझ बनाएँ।
- प्रशिक्षक प्रतिभागियों की समझ या सुविधा को ध्यान में रखते हुए यह भी तय करें कि वे सत्ता शब्द का इस्तेमाल करेंगे या पावर का।

fooj.k

- प्रतिभागियों से कहें कि चलिए अब हम एक खेल खेलेंगे।
- उन्हें कमरे के बीचों बीच एक सीधी लाइन में खड़े होने के लिए कहें।
- हर प्रतिभागी को एक–एक पहचान वाला कार्ड दें और कार्ड को अपने शरीर पर ऐसी जगह लगाने के लिए कहें जहाँ सब कोई देख सके।
- प्रतिभागियों को खेल के नियम समझाएँ। बताएँ कि अब आप एक–एक करके प्रश्न पढ़ेंगी और प्रतिभागियों को हर प्रश्न के बाद अपनी पहचान (जो कार्ड में लिखी है) के अनुसार फैसला लेना है।
- प्रश्न का जवाब अगर ''हाँ'' हो तो प्रतिभागी एक कदम आगे बढ़ जाएँ और अगर जवाब ''ना'' हो तो अपनी जगह पर खड़े रहें।
- सभी प्रतिभायिगों को खुद सोचकर फैसला लेने और आपस में बातचीत ना करने के लिए प्रोत्साहित करें।

- अब प्रशिक्षक एक–एक करके प्रश्न पढ़ें। एक प्रश्न पढ़ने के बाद रुकें और प्रतिभागियों को अपनी जगह लेने का मौका दें। उसके बाद ही अगला प्रश्न पढ़ें।
- सारे प्रश्नों के बाद आप देखेंगे कि कुछ लोग आगे पहुँच जाएँगे और कुछ पीछे रह जाएँगे।
- प्रतिभागियों से पूछें कि उनके अनुसार कुछ लोग पीछे क्यों रह गए हैं ?
- प्रतिभागियों के जवाब लें और उन्हें बोलने के लिए प्रोत्साहित करें।
- उनसे पूछें कि अंत में अपनी जगह देखकर उन्हें कैसा लगा ?

ppk leVu d fy,

प्रतिभागियों से मिलने वाले जवाबों के आधार पर, प्रशिक्षक उनसे पूछें कि यह खेल खेलने के बाद अब उनके क्या विचार हैं। उनके जवाबों को नोट कर लें और अलग–अलग तरह के सामाजिक भेदभाव और अलगाव की पहचान करें, जैसे जेंडर, वर्ग, धर्म, विकलाँगता, जाति, आयु, यौनिकता पर आधारित व अन्य किसी तरह के भेदभाव। अगर ऊपर बताए गए किसी तरह के भेदभाव की बात प्रतिभागी नहीं करती हैं तो प्रशिक्षक उन्हें इनके बारे में अपने विचार बताने के लिए कहें। प्रशिक्षक बाद में सामाजिक अलगाव में शक्ति और सत्ता की भूमिका के बारे में भी बताएँ, जिसके कारण भेदभाव पैदा होता है और सामाजिक समरूपता और न्याय की ज़रुरत महसूस होने लगती है।

बताएँ कि समाज में असमानताओं, शक्ति संतुलन और अवसरों के मिलने या इनके अभाव से हम सबके जीवन पर असर पड़ता है। जेंडर समानता की ज़रूरत पर ज़ोर दें। बताएँ कि बराबरी लाने के लिए यह समझना ज़रूरी है कि समाज के किस–किस ढाँचे में सत्ता होती है। और किस–किस वजह से किसी भी व्यक्ति को सत्ता मिलती है या किसी के पास सत्ता नहीं होती है। ये बातें जानना ज़रूरी है, ताकि हम बदलाव लाने की ओर आगे बढ़ सकें।

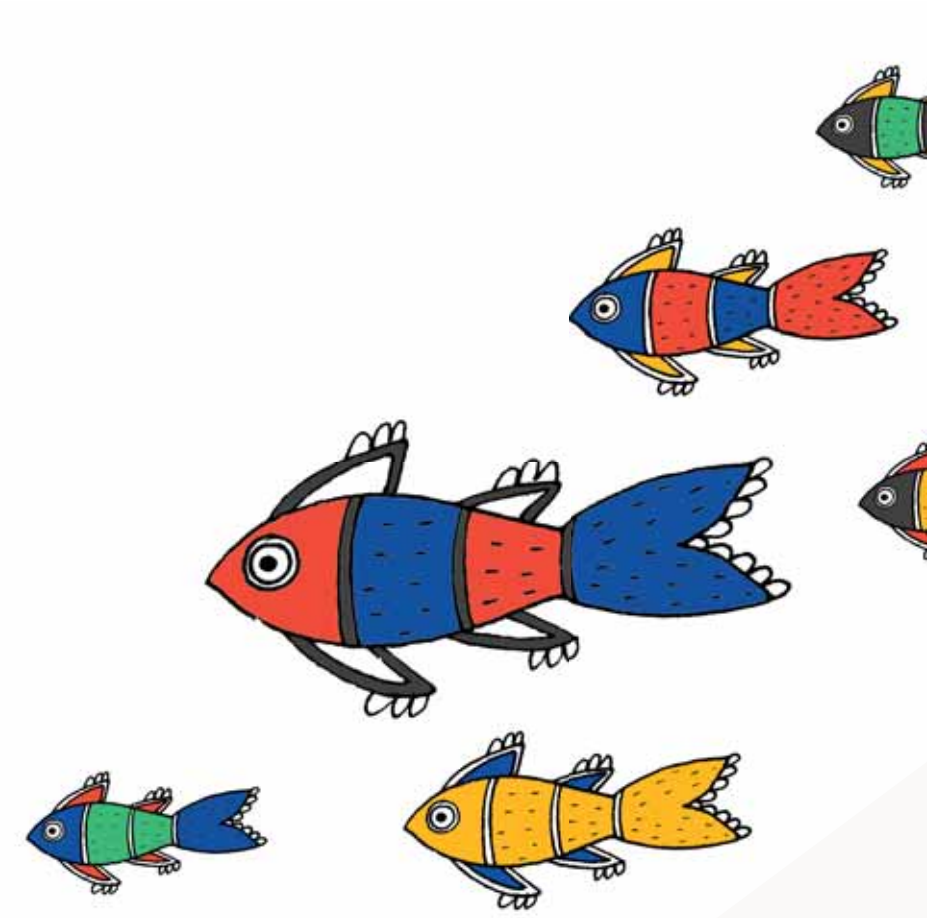
बताएँ कि किस तरह सामाजिक रूप से अलग–अलग लोगों को अपने अधिकार पाने में कठिनाई का सामना करना पड़ता है। प्रतिभागियों को बताएँ कि खेल के दौरान उन्होंने जिस भी स्थिति में खुद को पाया (जो पीछे रह गए), उनकी उस स्थिति का आदर किया जाना चाहिए और उन्हें सुरक्षा मिलनी चाहिए।

बताएँ कि जो पीछे रह गए उसके क्या कारण हैं :

- घरेलू महिला है, तो लग सकता है कि उसके पास सब है, पर उसके नज़रिए से देखा जाए, तो वह भी वंचित हैं।
- महिला घर से बाहर काम करती है और काफी सफल भी है, जैसे – सफल महिला डॉक्टर। लेकिन घर पर महिला होने के नाते उसके साथ हिंसा हो सकती है।
- कुछ पहचानों, जैसे– सड़क पर रहने वाली लड़की की सरकार की तरफ से गिनती ही नहीं होती। हिंसा भी बहुत ज़्यादा होती है, उनके पास कोई संसाधन नहीं हैं।
- अंत में बताएँ कि हमें उनके लिए काम करना चाहिए जिनके पास संसाधन नहीं हैं, जिनके साथ बहुत हिंसा और भेदभाव होता है, जैसे– बहुत पिछड़े वर्ग की महिलाएँ या एकल महिलाएँ। उन तक संसाधन पहुंचाने चाहिए।
- महिला जन–प्रतिनिधि होने के नाते हमें समझना पड़ेगा कि ये कौन लोग हैं ? उनकी स्थिति क्या है ? क्यों है ? और उनको साथ लेकर चलना है। यह समझ बनाना बहुत ज़रूरी है।
- संगठित होना सशक्तीकरण और परिवर्तन के लिए बहुत ज़रूरी है, इससे सत्ता पर दबाव बनता है और यह उपेक्षित समूहों को हक दिलाने का एक ज़रिया है।

e[; ln'k

- हमारे समाज में जाति, पितृसत्ता जैसी गहरी पैठी व्यवस्थाओं के कारण ही महिलाएँ खुद को शक्तिहीन या कुछ ना करने के लायक महसूस करती हैं।
- परिवार, शिक्षा, जाति, वर्ग, संपर्क, उम्र, नाम, काम – यह सब जीवन को प्रभावित करते हैं और इस पर असर डालते हैं। जानकारी होने से या जाति विशेष से संबंध भी हमारी शक्ति या सत्ता के इस्तेमाल पर असर डालते हैं।
- ये सब प्रभाव सकारात्मक (पॉजिटिव) हो सकते हैं या नकारात्मक (नेगेटिव) भी हो सकते हैं। यह परिस्थिति और हर व्यक्ति के जीवन के अनुभव पर निर्भर करता है।



xfrfof/k 3-2
'kfDr@lÙkk dk le>uk
¼;g xfrfof/k 0;fDrxr rkSj ij dh tkuh gS vkSj lHkh blesa Hkkx ysaxs½

60 feuV

vko';d lkexh

चार्ट पेपर, मार्कर, पेन, कागज़

fooj.k

- सभी प्रतिभागियों को शांत होकर अलग–अलग बैठने के लिए कहें।
- फिर उनसे यह याद करने की कोशिश करने के लिए कहें :

  ⁕ आपको पहली बार कब पता चला कि कुछ लोगों के पास दूसरों के मुकाबले में अधिक सत्ता होती है। याद करने का प्रयास करें किस चीज़ ने आपको खासतौर पर यह अहसास दिलाया कि लोगों में आपस में कहीं सत्ता मौजूद होती है। यह शायद इन अनुभवों में से हो :

  – जहाँ कोई किसी दूसरे के कार्यों, व्यवहार या अवसरों को सीधे–सीधे नियंत्रित या तय कर रहा है या

  – जहाँ कोई व्यक्ति अन्य लोगों के कार्यों, व्यवहार या अवसरों को सीधे–सीधे आदेश दिए बिना प्रभावित कर रहा है या

  – जहाँ कोई व्यक्ति या कोई संस्था हमारे व्यवहार, मानदंडों या मान्यताओं को प्रभावित कर रही है और हमें इसका पता भी नहीं चलता।
- जो अपने अनुभव लिखना चाहें उन्हें कागज़ और पेन दे दें और जो न लिखना चाहें वे चित्र बना सकती हैं या याद रख सकती हैं।
- इस काम के लिए 15 मिनट का समय दें।
- इसके बाद प्रतिभागियों को एक ऐसा अनुभव याद करने के लिए कहें :

  – जब आपने खुद को शक्तिहीन महसूस किया हो – क्या हो रहा था? किसका नियंत्रण था? आपने शक्तिहीन क्यों महसूस किया? आपने भावनात्मक रूप से कैसा महसूस किया? आपने क्या किया ? कैसी प्रतिक्रिया की ?

- इस काम के लिए फिर से 15 मिनट का समय दें।
- जो अपने अनुभव लिखना चाहें उन्हें कागज़ और पेन दे दें और जो ना लिखना चाहें वे चित्र बना सकती हैं या याद रख सकती हैं।
- अब प्रतिभागियों से निम्न प्रश्न पूछें :

  – आपने अपने आप को किस स्थिति में पाया है ?

    ⁕ v/khu – जब आप किसी के नियंत्रण में थीं यानी आपके ऊपर कोई सत्ता या अधिकार का इस्तेमाल कर रहा था – आपने कैसा महसूस किया ?

    ⁕ cjkcjh – जब आप दूसरों के साथ मिलकर काम कर रही थीं, संयुक्त अधिकार या नियंत्रण इस्तेमाल कर रही थीं – आपने कैसा महसूस किया ?

    ⁕ fu;=.k – जब आप (व्यक्तिगत रूप से या कुछ और लोगों के साथ) दूसरों पर सत्ता का इस्तेमाल कर रही थीं – आपने कैसा महसूस किया ?

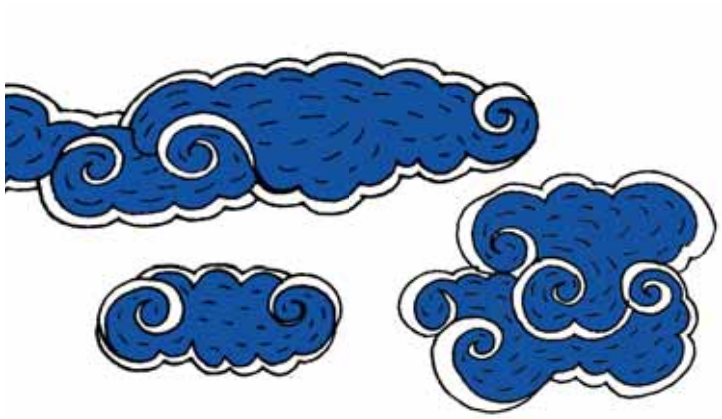
- अब प्रतिभागियों से ईमानदारी से सोचने की कोशिश करने के लिए कहें कि किस स्थिति में आप सबसे अधिक सहज हैं ?
- कुछ प्रतिभागी, जो खुद बोलने को तैयार हों, उनके अनुभव सुनने के बाद पूरे समूह के साथ चर्चा करें।

ppk l eVu d fy,

बताएँ कि सत्ता का सदुपयोग और दुरुपयोग दोनों होते हैं लेकिन अधिकतर सत्ता का दुरुपयोग ही होता है। महिलाओं को सबल और सक्षम बनाने के लिए यह ज़रूरी है कि इन शक्ति के ढाँचों पर चर्चा की जाए और इनमें बदलाव लाया जाए। हममें से कोई भी सत्ता से हमेशा अछूता नहीं रहता। यह हमेशा कम या ज़्यादा होती रहती है। यह कई कारणों से हमें मिलती या दूर रहती है, जैसे – पढ़ाई, पैसा, पद, जाति, धर्म, समुदाय, जेंडर, रंग, व्यवसाय, समाज में दर्जा, परिवार में स्थान, इत्यादि। जैसा कि हमने सत्ता की चाल वाले खेल में भी देखा था महिलाएँ हमेशा अबला नहीं होती। महिलाएँ भी पितृसत्ता के माध्यम से सत्ता

का इस्तेमाल करती हैं और यह इस्तेमाल सही और गलत दोनों तरह से किया जाता है। हम सत्ता का इस्तेमाल कैसे करती हैं इसका फैसला हमारे हाथों में ही होता है, जैसे – जाति प्रथा को हटाकर सभी को बराबरी की नज़र से देखना, हमारे बस में है और यह सत्ता का एक सकारात्मक इस्तेमाल है।

पंचायत से जुड़कर आप लोगों की भलाई के लिए काम करना चाहती हैं या बस नाम के लिए काम करना चाहती हैं, यह तय करना आपके हाथ में है। आप चाहें तो अपने गाँव और समुदाय की बेहतरी के लिए काम कर सकती हैं या सिर्फ अपने और अपने परिवार के लिए – यह फैसला आपका होता है। पंचायत की सदस्य होने के नाते आपके पास भी सत्ता होती है। अगर आप उसको समझकर उसका सही इस्तेमाल करती हैं, तो तरक्की के लिए काम कर सकती हैं। और समाज में समानता लाने के लिए इस पद व सत्ता का उपयोग कर सकती हैं।



xfrfof/k 3-3
lÙkk dk fofHkUu :ikssa dk le>uk

60 feuV

vko';d lkexh

चार्ट पेपर, मार्कर, पेन, कागज़

fooj.k

- प्रतिभागियों से कहे कि चलिए अब सत्ता के अलग–अलग रूपों को देखने की कोशिश करते हैं।
- सभी प्रतिभागियों को 5 समूहों में बाँट दें।
- हर समूह को एक परिस्थिति या परिवेश दें, जैसे –
  - घर
  - अस्पताल
  - पंचायत
  - स्कूल
  - बचत समूह
- हर समूह से कहें कि उन्हें दी गई परिस्थिति या परिवेश में यह दिखाना है कि सत्ता किसके पास और कैसे–कैसे दिखाई देती है, उसपर विचार करके एक छोटा सा नाटक (रोल प्ले) तैयार करना है।
- प्रतिभागियों को तैयारी करने के लिए 15 मिनट का समय दें।
- इसके बाद हर समूह को बड़े समूह में नाटक प्रस्तुत करने के लिए कहें।
- सभी समूहों की प्रस्तुति के बाद 'सत्र 3 के हैंडआउट' से अलग–अलग तरह की सत्ता के बारे में प्रतिभागियों को बताएँ और पूरे समूह के साथ इस विषय पर चर्चा करें।
- प्रतिभागियों को अपने अनुभवों से सत्ता के विभिन्न रूपों को देखने और समझने में मदद करें।

l= leVu d fy,

प्रतिभागियों को बताएँ कि सभी स्थानों पर जाति और धर्म बहुत बड़ी भूमिका निभाते हैं और छोटे–बड़े के अंतर को बनाए रखने में मदद करते हैं। समाज से बाहर या अलग करने का मुख्य कारण भेदभाव होता है। भेदभाव अनेक तरह से हो सकता है; यह जेंडर, वर्ग, जाति, पैसे या धर्म के आधार पर हो सकता है या इनका उपयोग दूसरों को और दबाने के लिए भी हो सकता है।

हर ढाँचे में सत्ता है और नेतृत्त्व द्वारा इसका उपयोग लोगों को मज़बूत बनाने के लिए किया जा सकता है। यह समझना ज़रूरी है कि इस तरह के भेदभाव के कारण ही असमानताएँ या गैर–बराबरी पैदा होती है। समाज में हर व्यक्ति आगे या पीछे सिर्फ खुद की बदौलत नहीं खड़ा होता है। इसके पीछे कई कारण हैं, जैसे– धर्म, शिक्षा, परिवार, जाति आदि जो उस व्यक्ति की जगह तय करते हैं।

असमानताओं को खत्म करने के लिए ज़रूरी है कि समाज में सभी को बराबर मौके मिलें। और उन्हें सहायता भी मिले ताकि वे खुद की जगह बना सकें। जैसे कि पंचायती राज व्यवस्था में महिलाओं को आरक्षण देने से पंचायतों में महिलाओं का प्रतिनिधित्त्व बढ़ा है। महिलाओं की भागीदारी पक्की हुई है। लेकिन अब महिलाओं की ज़िम्मेदारी है कि वे अपनी भूमिका को समझें और उसे सही तरीके से निभाएँ।

e[; lin'k

- सत्ता के अनेक रूप हैं – प्रत्यक्ष यानी सामने और परोक्ष यानी छुपे हुए। सत्ता हमारे जीवन पर कई छुपे हुए रूपों से असर डालती है और अक्सर इसके प्रभाव को समझ पाना कठिन होता है।
- हमारी परम्पराएँ और रीति–रिवाज सत्ता की धारणा को मज़बूत बनाते हैं और शक्तिशाली व शक्तिहीन लोगों के बीच के अंतर को बनाए रखने और इसे बढ़ाने में योगदान देते हैं।
- सत्ता अनेक रूपों में दिखाई देती है, जैसे – जाति का बल, वर्ग यानी अमीरी–गरीबी का बल, यौन रुझानों पर आधारित सत्ता, राजनीतिक सत्ता आदि।

çfrHkkfx;k d lkpu d fy,

प्रतिभागियों से कहें कि वे घर जाकर सोचें और अगली बार आएँ तो बताएँ

(अगर समय है तो प्रतिभागियों से पूछ सकते हैं) :

- क्या सत्ता सिर्फ नकारात्मक (किसी के ऊपर दबाव डालने के लिए) होती है या सकारात्मक (किसी और को सशक्त बनाने के लिए) भी हो सकती है ?
- इस ट्रेनिंग के बाद आप कौन सी तीन बातों को बदलने के लिए सत्ता का उपयोग करेंगी ?

l = 3 &
gMvkmV

lUkk dh pky

खेल के लिए अलग–अलग पहचानों की सूची। (इस सूची में दी गई पहचानों में परिस्थिति या ज़रुरत के अनुसार बदलाव किया जा सकता है)–

- एक व्यवसायी की कम उम्र पत्नी
- मध्यमवर्गीय परिवार की घरेलू महिला
- 19 साल कामकाजी महिला
- 20 साल का कॉलेज जाने वाला लड़का
- निर्माण कार्य में मज़दूरी करने वाला पुरुष मज़दूर
- ईंट के भट्टे पर काम करने वाली मज़दूर महिला
- दूरदराज़ के छोटे से गाँव की 16 वर्षीय लड़की
- शहर के सरकारी स्कूल का छात्र
- महिला डॉक्टर
- नशा करने वाला युवक
- टेलीविज़न कार्यक्रम में काम करने वाली कम उम्र की अभिनेत्री
- एच.आई.वी. से ग्रस्त महिला
- सड़क पर रहने वाली लड़की
- चाय की दुकान पर काम करने वाला लड़का
- गाँव से आया नौजवान खिलाड़ी
- पिछड़े वर्ग की महिला
- 40 साल की महिला जिसकी शादी नहीं हुई है

- महिला यौनकर्मी
- मानसिक तौर पर विकलांग लड़की
- विकलांग युवक (व्हीलचेअर में है)

खेल के लिए प्रश्नों की सूची। हर प्रश्न के बाद प्रतिभागी एक कदम आगे बढ़ेंगी या अपनी जगह पर खड़ी रहेंगी।

- क्या आपके माता–पिता के पास आपकी परवरिश के लिए पर्याप्त धन था ?
- आपमें से कौन जन्म से ही किसी गंभीर रोग से पीड़ित थीं या बाद में गंभीर रोग हो गया ?
- आप में से किस के पास रहने की जगह नहीं है ?
- किसे हिंसा का सामना करना पड़ता है या हिंसा होने का डर रहता है ?
- आप में से किसके पास स्थाई मासिक आमदनी का ज़रिया है ?
- आपमें से कौन है, जिसे लगता है कि उसके साथ भेदभाव होता है ?
- आप में से किसका किसी राजनीतिक दल या मीडिया घराने से ताल्लुक है ?
- आप में से किसे यौन व प्रजनन स्वास्थ्य सेवाओं सहित हर तरह से पर्याप्त स्वास्थ्य देखभाल मिल पाती है ?
- आप में से किसने अपनी मर्ज़ी से विवाह किया है या कर सकती हैं ?
- यहाँ किसने अच्छी शिक्षा प्राप्त की है ?
- आपमें से कौन–कौन इंटरनेट इस्तेमाल करती हैं ?
- आपमें से कौन बेरोज़गार हैं या कम वेतन पाती हैं ?
- किसका बैंक में खाता खुला हुआ है ?
- आप में से कौन सिनेमा देखने जा सकती हैं ?
- क्या आपको किराए पर घर मिलेगा ?

lÙkk dk le>uk

सत्ता मुख्य रूप से तीन स्थानों पर काम करती है :

- **lkoZtfud** यानी जो सबके लिए है (सरकार, सेना, पुलिस, न्यायपालिका, निगमों आदि की सत्ता/पावर के रूप में)।
- **futh** (परिवार, वंश, जातिगत समूहों, शादी, दोस्ती और अन्य रिश्तों में)।
- **viuh vanj** (सत्ता होने या ना होने की भावना जिसे हम अपने अंदर महसूस करती हैं, जैसे आत्मविश्वास, आत्मसम्मान, अपने शरीर पर अपना नियंत्रण होने या ना होने, आदि के मायनों में)।

lÙkk ds ^rhu psgjs* ;k :i gSa%

- दिखाई देने वाली या प्रत्यक्ष सत्ता
- छिपी हुई या अप्रत्यक्ष सत्ता
- अदृश्य सत्ता जिसे कभी–कभी प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष, और 'एजेंडा–सेटिंग पावर' यानी कार्यक्रम तय करने वाली सत्ता भी कहा जाता है

çR;{k lÙkk सार्वजनिक और निजी दोनों जगहों में काम करती है और निश्चित करती है कि फैसले लेने में कौन भाग लेता है और किसे बाहर रखा जाता है। उदाहरण के लिए – सरकार यह फैसला करती है कि देश के विकास की प्राथमिकताएँ क्या होनी चाहिए या ग्राम परिषद के बजट को कैसे खर्च किया जाएगा। प्रत्यक्ष सत्ता राजनीतिक नेताओं (निर्वाचित हों या नहीं!), पुलिस, सेना और न्यायपालिका के पास होती है। यह बड़ी कंपनियों के उच्च अधिकारियों, कुलों और जनजातियों के मुखियाओं, ट्रेड यूनियनों या गैर सरकारी संगठनों और महिला संगठनों जैसे सामाजिक आंदोलन के संगठनों के प्रमुखों के पास भी होती है। निजी (प्राइवेट) क्षेत्र में, यह परिवार, घरानों व कुल जैसे अनौपचारिक सामाजिक समूहों के मुखियाओं के पास होती है, जो कि ज़्यादातर पुरुष होते हैं। जैसे – घर में अगर पैसों की तंगी है तो स्कूल कौन जाएगा इसका फैसला घर का पुरुष ही करेगा, पंचायत में मुख्य फैसले प्रधान ही लेते हैं आदि।

fNih lÙkk (अप्रत्यक्ष सत्ता) यानी बिना किसी स्वाभाविक या सरकारी अधिकार के, पर्दे के पीछे से, चीज़ों को कौन निर्धारित या प्रभावित करता है, और तय करता है। यह सत्ता, कौन से मुद्दों को संबोधित किया जा

सकता है, किसकी आवाज़ सुनी जाएगी या किसी विशेष मुद्दे पर किससे विचार–विमर्श किया जाएगा, इन सब बातों पर असर डालती है। ध्यान रखें, छिपी सत्ता, निजी और सार्वजनिक दोनों स्थानों में पाई जाती है। उदाहरण के लिए – सार्वजनिक क्षेत्र में, छिपी सत्ता को हम तब काम करते हुए देखती हैं जब निजी कंपनियाँ अपना मुनाफा बढ़ाने के लिए या जंगल, भूमि या खनिज जैसे सार्वजनिक संसाधनों पर नियंत्रण प्राप्त करने के लिए सरकार के फैसलों को अपने पक्ष में कर लेती हैं। या अगर किसी पंचायत में मुखिया पिछड़ी जाति से है, तो गाँव का कोई धनी या ऊँची जाति का व्यक्ति पंचायत का सदस्य ना होते हुए भी फैसलों को अपने पक्ष में कर सकता है। परिवारों के अंदर भी हम देखते हैं कि 'अच्छी औरतें' वे हैं जो पितृसत्तात्मक व्यवस्था को पूरी लगन से निभाती हैं। पुरुषों के खास अधिकारों की रक्षा करती हैं। वे अक्सर किसी भी औपचारिक अधिकार के बिना परदे के पीछे से फैसला लेने वाले पुरुषों को प्रभावित करने के लिए सत्ता का प्रयोग करती हैं या घर में जिन महिलाओं की बात आदमी सुनते हैं वे फैसलों को बदलवाने के लिए अपनी ताकत का इस्तेमाल करती हैं।

v–'; lUkk (एजेंडा निर्धारित करने वाली सत्ता), कई मायनों में सबसे घातक है और इसे चुनौती देना या इसका सामना करना सबसे मुश्किल है, क्योंकि हम शायद ही कभी इसे अपने ऊपर काम करते देखते हैं। फिर भी इसमें लोगों की आत्मछवि, आत्मसम्मान, सामाजिक नज़रिए और पूर्वाग्रहों को आकार देने की क्षमता है, वो भी सामने आए बिना। मीडिया (यानी अखबार या टी.वी.) और मार्केटिंग/विज्ञापन उद्योग इस तरह की अदृश्य सत्ता का सबसे बढ़िया नमूना हैं। उदाहरण के लिए, टेलीविज़न पर रोज़ाना समाचार हमारे अंदर यह विश्वास पैदा करते हैं कि दिन की सबसे महत्त्वपूर्ण घटना क्या है क्योंकि उसे बार–बार दिखाया जाता है। लेकिन वे किसको अनदेखा करते हैं और किसकी खबर नहीं देते हैं वह भी महत्त्वपूर्ण हो सकता है। इसी तरह से, विज्ञापन यानी एडवरटाइज़मेंट उद्योग क्या अच्छा है, वांछनीय और सकारात्मक है या क्या बुरा है उल्टा और नकारात्मक है – इसके बारे में नए नियम बनाकर अदृश्य सत्ता का इस्तेमाल करता है। उदाहरण के लिए, महिलाओं के लिए गोरी त्वचा और पतली काया की इच्छा लगभग पूरी दुनिया में होती है। क्योंकि हमें टी.वी. और अखबार में यही दिखाया जाता है कि औरत को 'सुंदर' और गोरा होना चाहिए। इससे हम सोचते हैं कि अगर हम गोरे नहीं हैं तो सुंदर नहीं हैं और हमें कोई उतना महत्त्व नहीं देगा। ये अदृश्य सत्ता का प्रमाण है।

अपने जीवन में दबाव बनाने वाली सत्ता को हम धीरे–धीरे पहचान सकते हैं और इसे कैसे और कब चुनौती देना है, ये फैसला ले सकते हैं। सत्ता के इन तीनों रूपों को समझना और चुनौती देना मुश्किल होता है लेकिन एक पंचायत लीडर के रूप में अगर हम अपनी ताकत को पहचानेंगे तो इसे बहुत से लोगों की स्थिति में बदलाव लाने के लिए उपयोग कर सकते हैं। महिलाओं के स्वास्थ्य व लड़कियों की शिक्षा के लिए काम करना और बाल विवाह को रोकना संभव हो सकता है। गाँव और ज़िले को महिलाओं के लिए और सुरक्षित बनाया जा सकता है। अपनी सत्ता का उपयोग करते हुए, पंचायत की बैठकों में लगातार इन मुद्दों पर बातचीत करके जाति या और तरीके के भेदभावों को दूर करने की कोशिश कर सकते हैं।

l = 4

t Mj

mí' ;%

- जेंडर का मतलब समझना
- जानना कि हमारे काम और चीज़ें जेंडर के अनुसार कैसे तय की जाती हैं
- जानना कि जेंडर का महिलाओं के ऊपर क्या असर होता है

xfrfof/k 4-1
tsMj D;k gS\

30 feuV

vko';d lkexh

चार्ट पेपर, रंगीन पेन, सफेद बोर्ड, एक डिब्बे में औरतों और आदमियों से जुड़े सामान (जैसे – औरतों के कपड़े, दुपट्टे, झुमके, चकला, बेलन, आदि और आदमियों से जुड़े सामान, जैसे – अखबार, बनियान, दाढ़ी बनाने का सामान आदि)

izf'k{kd dh fy, rS;kjh

- आदमियों और औरतों के सामान वाला डिब्बा छुपाकर रखें।
- उसमें कुछ ऐसे सामान रखें जो आदमी और औरतें दोनों इस्तेमाल कर सकते हैं लेकिन जो सामाजिक रूप से आदमियों या औरतों के समझे जाते हैं, जैसे – घड़ी, कान के टॉप्स, मफलर, हुक्का, आदि।
- अगर सामान ना मिले तो आप चार्ट पेपर पर चीज़ों के चित्र बनाकर काटकर डिब्बे में रख सकते हैं।
- प्रतिभागियों को सोचने के लिए उकसाए।

fooj.k

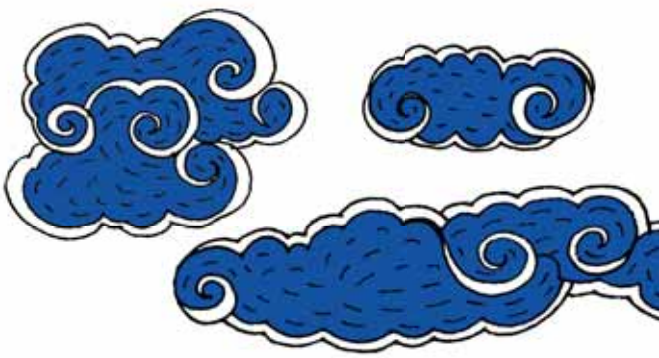
- प्रतिभागियों से कहें कि चलिए, आज हम कुछ अपने बारे में जानने और समझने की कोशिश करते हैं।
- आपमें से कितनी महिलाओं ने 'जेंडर' शब्द सुना है? हाथ उठाएँ। अगर कोई हाथ उठाए तो उसे बताने के लिए कहें।
- और अगर कोई भी हाथ न उठाए तो कहें – चलिए, कोई बात नहीं। आज हम यह सुन भी लेंगी और सीख भी लेंगी।
- इसके बाद प्रतिभागियों को दो समूहों में बाँटें।

- प्रतिभागियों से पूछें कि समान की सूची को देखकर कैसा लग रहा है।
- समूह 1 के प्रतिभागियों को कहें कि वे महिलाओं से जुड़े सामान उठाएँ और सामान से जुड़े काम/व्यवहार की नकल करके दिखाएँ। जैसे बेलन है तो रोटी बेलने की नकल करें।
- इसी तरह समूह 2 को आदमियों से जुड़े सामान उठाने और उससे जुड़े काम/व्यवहार की नकल करके दिखाने के लिए कहें। जैसे हल है तो उसको चलाने की नकल करें।
- अब सवाल पूछें :
  - ⁎ क्या खाना बनाने या घर के दूसरे काम करने के लिए किसी खास गुण या शरीर में किसी अलग अंग की ज़रूरत होती है?
  - ⁎ क्या औरतों और आदमियों के काम या ज़िम्मेदारियाँ भगवान ने बाँटी हैं ? (कई महिलाएँ हाँ भी बोल सकती हैं, सबकी बात को बस सुन लें और इस समय कुछ ना कहें)
  - ⁎ क्या औरतों को घर का काम करना जन्म से आता है ?
  - ⁎ क्या आदमियों को जन्म से पता होता है कि उनको कमाना है या घर चलाना है ?
- प्रतिभागियों को सोचने का समय दें।
- उनके जवाब सुनें और अपनी सुविधा के लिए नोट करते जाएँ। जो भी बोलना चाहे उसे बोलने दें। वे सही ना हो तो भी टोकें नहीं। और जो कुछ नहीं बोल रही हैं, उनपर बोलने के लिए ज़बरदस्ती ना करें, बढ़ावा ज़रूर दें।
- प्रतिभागियों को याद दिलाएँ कि कोई भी जवाब सही या गलत नहीं होता है इसलिए अपने मन से डर निकाल दें और खुलकर बात करें।
- दो चार जवाब लेने के बाद प्रतिभागियों को बताएँ कि किसी भी मुद्दे पर बात करने के लिए उसकी अच्छी समझ ज़रूरी है। जेंडर शब्द का मतलब है कि औरत और आदमी की समाज में अलग–अलग भूमिकाएँ हैं। हमारा परिवार व समाज महिला और पुरुष से कुछ अपेक्षाएँ रखता है। उन्हें वही करने के लिए बढ़ावा दिया जाता है जो समाज तय करता है। औरत और आदमी क्या काम करेंगे, उनकी क्या ज़िम्मेदारियाँ होंगी, उनका व्यवहार कैसा होना चाहिए, और उनके अधिकार क्या हैं, – इन्हीं सब चीज़ों से जुड़ी धारणाओं को जेंडर कहा जाता है।

ppk leVu d fy,

प्रशिक्षक बताएँ कि हमने अभी खेल में देखा कि घर के काम अधिकतर औरतें करती हैं और बाहर के काम आदमी क्योंकि समाज ने यही तय किया है। चाहे फिर उस काम के लिए किसी विशेष अंग की ज़रूरत हो या न हो। लेकिन हर संस्कृति में लड़के और लड़कियों का महत्त्व निर्धारित करने, उन्हें अलग–अलग भूमिकाएँ, जवाबदेही और विशेषताएँ देने के अपने–अपने तरीके होते हैं। सरल शब्दों में कहें तो जेंडर का मतलब है कि एक आदमी और औरत के तौर पर समाज हमसे किन भूमिकाओं और व्यवहारों की उम्मीद करता है। आदमी और औरतों दोनों के काम, पहनावा बदलता रहता है और उसी तरह से उनकी ज़िम्मेदारियाँ भी बदलती हैं। जैसे आज से कई साल पहले औरतें घर से बाहर नहीं निकलती थीं और उनके लिए केवल टीचर या नर्स जैसी नौकरियाँ ही होती थीं। लेकिन आज औरतें बाहर निकलती हैं, आज वे डॉक्टर हैं, इंजीनियर हैं और आप लोग तो पंचायत में चुनकर आई हैं। तो जान लीजिए कि जेंडर भगवान का दिया हुआ नहीं हैं बल्कि समाज ने औरतों को दबाकर रखने के लिए बनाया है। क्योंकि ये भूमिकाएँ और व्यवहार समाज द्वारा तय किए जाते हैं इन्हें केवल आदमी और औरत के भूमिका में ही रखा गया है। लेकिन हमारे समाज में कुछ ऐसे लोग भी हैं जो इन दो ढांचो से बाहर हैं, जैसे – हिजड़ा, किन्नर और ट्रांसजेंडर लोग। क्योंकि ये लोग समाज के बनाए गए ढांचो से अलग हैं, अक्सर समाज में इनके लिए कोई जगह नहीं होती है। ऐसा इसलिए भी है कि ये लोग जेंडर के सख्त ढांचों में सही नहीं बैठते, जैसे – कोई आदमी होते हुए भी लड़कियों की तरह व्यवहार करते हैं तो कोई लड़की होकर लड़कों की तरह रहना पसंद करते हैं। उनके पहनावे, उनके विचार व चाहत भी अलग हो सकते हैं जिसे समाज स्वीकार नहीं करता।

कोई भी काम जिसके लिए बच्चेदानी, स्तन या लिंग की ज़रूरत नहीं है, उसे औरत और आदमी दोनों कर सकते हैं। लेकिन जेंडर की भूमिकाओं के कारण औरतों को आदमियों से कमज़ोर माना जाता है, उन्हें पढ़ने–लिखने या अपनी पसंद से काम करने के मौके नहीं मिलते हैं, उन पर हज़ारों तरीके की बंदिशें लगा दी जाती हैं।



xfrfof/k 4-2

tsMjhdj.k ;k tsMj esa <Yuk D;k gS\

30 feuV

mís';

- जेंडर में ढलना क्या होता है
- जेंडर में ढलना हमें कौन सिखाता है

vko';d lkexh

चार्ट पेपर, रंगीन पेन, सफेद बोर्ड

izf'k{kd ds fy, rS;kjh

- गतिविधि के दो विकल्प दिए गए हैं। आपको जो ठीक लगे उसका इस्तेमाल करें।
- समय हो या लगे कि समझ को और गहरा करने की ज़रूरत है तो दोनों विकल्प भी किए जा सकते हैं।

fooj.k

- प्रतिभागियों से पूछें कि क्या वह किसी बच्चे के अंग देखे बिना बता सकती हैं कि वह लड़की है या लड़का?
- प्रतिभागियों के जवाब लें। उनको बोलने के लिए बढ़ावा दें।
- उनसे कहें कि एक परिवार में एक 4 साल के बच्चे का जन्मदिन मनाया जा रहा है और उसी की उम्र के दूसरे बच्चों को भी बुलाया गया है।
- उनसे पूछें कि क्या इन बच्चों में से yMfd;k vkj yMdk को पहचाना जा सकता है? अगर हाँ, तो कैसे?
- प्रतिभागियों से yMfd;k vkj yMdk की पहचान के चिन्ह बताने के लिए कहें और उन्हें चार्ट पेपर पर लिखते जाएँ।

- पहचान के चिन्ह निम्नलिखित हो सकते हैं :
  - ※ कपड़े
  - ※ जूते
  - ※ श्रृंगार
  - ※ बाल
  - ※ आचार–व्यवहार
  - ※ खिलौने
  - ※ भाषा
  - ※ सोचने का तरीका
- फिर चर्चा को आगे बढ़ाएँ और निम्नलिखित सवालों के द्वारा उन्हें सोचने के लिए उकसाएँ :
  - ※ लड़कियों के बाल लम्बे क्यों होने चाहिए ?
  - ※ लड़कियाँ नाज़ुक और लड़के ताकतवर क्यों होते हैं ?
  - ※ लड़के गुड़ियों से क्यों नहीं खेलते ?
  - ※ क्या लड़कियाँ लड़कों से कमज़ोर होती हैं ?
  - ※ क्या लड़कों का रोना कमज़ोरी की निशानी है ?
- प्रतिभागियों के जवाब सुनें और उन्हें बोलने के लिए प्रोत्साहित करें।

ppk leVu d fy,

प्रशिक्षक बताएँ कि लगभग बारह साल की उम्र तक लड़कियों और लड़कों में जननांगों के अलावा सभी बातें एक जैसी ही होती हैं। बचपन में शारीरिक अंग अलग होते हुए भी व्यवहार लगभग एक जैसा होता है। कपड़े बिलकुल अलग व स्पष्ट होते हैं। बच्चों को लड़कों और लड़की के रूप में बाँटकर रखते हैं पर संभव हो ये दोनो पहचाने भी किसी एक से हो और चाहते भी मिली जुली हों। लेकिन पहचानों को ध्यान से देखने पर पता चलता है कि लड़कियों के कपड़े, जूते, व आचार–व्यवहार ऐसे होंगे जो उनकी चलने–फिरने या आने–जाने को कम करेगें और लड़कों के ऐसे, जिसमें उन्हें कोई परेशानी न हो। खिलौने भी ऐसे होंगे

कि लड़कियाँ गुड़ियों व घर के सामान से खेलेंगी तो लड़कों के पास होगा जहाज़, टेंक या डॉक्टर का किट। खेल में ही बच्चे सीख जाते हैं कि बड़े होकर उन्हें क्या करना है या कैसे करना है। लड़के गालियाँ देंगे और लड़कियाँ दबी आवाज़ में बोलेंगी या हँसेंगी। लड़के हक से चीज़ माँगेंगे जबकि लड़कियाँ चीज़ लेने से पहले इजाज़त माँगेंगी।

इससे हम देख सकते हैं कि लड़कियों को बचपन से ही सिखाया जाता है कि उनके जीवन का लक्ष्य है सुदंर व सुशील बनना और काम करने की क्षमता से उनका कोई लेना–देना नहीं है। सुदंरता के नाम पर उनके ऊपर बहुत सी पाबंदियाँ लगा दी जाती हैं। लड़कियों के खिलौने उन्हें बताते हैं कि उन्हें घर का काम करना हैं, जैसे – खाना बनाना, घर के दूसरे काम करना, परिवार में दूसरों की देखभाल करना, बड़े होकर शादी और बच्चे पैदा करना आदि। लेकिन लड़कों के लिए भागा–दौड़ी करना, काम व शारीरिक मज़बूती ज़रूरी होती है क्योंकि बड़े होकर उनको परिवार की ज़िम्मेदारी उठानी होती है। उनको सिखाया जाता है कि उनको फैसले लेने हैं, रक्षा करनी है आदि।

खुद हम भी अपने घरों में बच्चों को यही सिखाते हैं। जैसे ही लड़कियाँ बड़ी हो जाती हैं, हम उन्हें घर के काम में हाथ बँटाने के लिए कहते हैं, उनको बाहर आने–जाने या खेलने से मना करते हैं। जब वो घर का कोई काम करने के लिए मना करती हैं तो कहते हैं कि ससुराल में मार खाओगी, माँ–बाप की नाक कटवाओगी, ससुराल में कौन बिठाकर खिलाएगा, ज़बान चलाओगी तो ससुराल वाले कहेंगे माँ–बाप ने कुछ नहीं सिखाया आदि। लेकिन लड़कों के लिए ऐसा कुछ कभी नहीं सोचा जाता कि उसके सुसराल वाले क्या कहेंगे। भूमिकाओं में इतना स्पष्ट अंतर रखते हैं कि इसमें थोड़ी भी फेरबदल हलचल उत्पन्न कर देती है। कोई व्यक्ति दोनों भूमिकाओं के साथ या बिल्कुल अलग चाहतों के साथ जीना चाहे तो वो मुश्किल हो जाता है और समाज में उन्हें जगह मिलनी मुश्किल हो जाती है।

fodYi 2

30 feuV

vko';d lkexh

चार्ट पेपर, रंगीन पेन, चिपकाने के लिए गोंद या टेप, पुराने अखबार या पत्रिकाएँ, कैंचियाँ या कटर

fooj.k

- प्रतिभागियों को 6 से 8 के समूहों में बाँट दें (जितनी महिलाएँ हों उस हिसाब से समूह बना लें)।
- समूहों को कहें कि उन्हें अपने समूह में आपस में बात करके पुराने अखबारों और पत्रिकाओं से तस्वीरें काटकर दो चार्ट पेपरों पर लगानी हैं। एक चार्ट पेपर पर वो तस्वीरें लगाएँ जो आदमियों के काम और गुणों को दिखाती हैं। दूसरे चार्ट पेपर पर वो तस्वीरें लगाएँ जो औरतों के काम और ज़िम्मेदारियों को दिखाती हैं।
- सभी समूहों को सामान दे दें और इस काम के लिए 20 मिनट का समय दें।
- समूहों का काम खत्म हो जाने पर बारी बारी से प्रत्येक समूह को बुलाएँ और अपने चार्ट पेपर सभी को दिखाने के लिए कहें।
- बाकी देखने वाले समूहों से पूछें कि क्या वे किसी तस्वीर की जगह बदलना चाहते हैं ?
  यदि हाँ, तो क्यों ?
- औरतों और आदमियों की भूमिकाओं पर समूह को चर्चा करने के लिए प्रोत्साहित करें।

ppk leVu d fy,

अगर बदलाव परम्परागत से आज की नई भूमिकाओं की ओर है, यानी लड़कियों की नई भूमिकाओं की ओर है तो प्रशिक्षक कह सकते हैं कि यह समाज की दी हुई सोच है और आज इसे बदला जा रहा है। अगर आज की भूमिका से पुरानी सोच के हिसाब से तस्वीरें बदली हैं तो आप कह सकते हैं कि ये समाज द्वारा हमें सिखाया जाता है।

प्रशिक्षक यह समझाएँ कि बचपन से ही लड़की व लड़के को उनके जेंडर में ढालने की कवायद शुरू हो जाती है और सिखाने वाले भी हम और समाज ही होते हैं। खाना बनाना, कपड़े धोना, बच्चों की देखभाल करना, आदि ये ऐसे काम हैं जो आदमी और औरत दोनों ही कर सकते हैं लेकिन समाज हमें बताता है कि ये काम औरतों के हैं। कमाना, खेत में काम करना, मज़दूरी करना, घर चलाना ये काम भी दोनों ही कर सकते हैं पर इन्हें आदमियों के काम कहा जाता है। इसी को जेंडरीकरण या जेंडर में ढालना कहते हैं।

गतिविधि 4.3
जेंडर व सेक्स में अंतर
(खेल: मंगल और शुक्र ग्रह)

60 मिनट

उद्देश्य

- जेंडर व सेक्स को समझना
- यह साबित करना कि औरत और आदमी के रूप में हमें भूमिकाएँ सिखाई जाती हैं इसलिए उन्हें चुनौती दी जा सकती है। यह पत्थर की लकीर नहीं है।

आवश्यक सामग्री

चॉक, कागज़ की पर्चियां (जिनपर आदमी और औरतों के काम या गुण लिखे हों), पर्चियाँ डालने के लिए कोई डिब्बा, चार्ट पेपर, रंगीन पेन, सफेद बोर्ड

प्रशिक्षक के लिए तैयारी

- खेल के लिए पर्चियाँ पहले से बना लें। हर पर्ची पर एक आदमी या औरत का काम या गुण लिखें। पर्चियों पर लिखे काम या गुण शारीरिक और सामाजिक तौर पर निर्धारित हो सकते हैं। आगे दी गई सूची से आप काम या गुण चुन सकते हैं।
- चॉक से ज़मीन पर दो बड़े गोले बना कर दो ग्रहों का नाम लिख दें – मंगल और शुक्र।
- जो प्रतिभागी पढ़–लिख नहीं सकती हैं वो प्रशिक्षक या किसी और प्रतिभागी से मदद ले सकती हैं, लेकिन सिर्फ पर्ची पढ़ने के लिए। किस गोले में जाना है यह उनको खुद तय करना होगा।

विवरण

- प्रतिभागियों से कहें कि अब हम एक खेल खेलेंगी।
- सभी प्रतिभागियों को खड़े हो जाने के लिए कहें। सबको एक–एक पर्ची उठाने के लिए कहें।
- प्रतिभागियों को बताएँ कि उन्हें अपनी पर्ची पर लिखे काम या गुण को देखकर अगर लगता है कि वह महिला का काम/गुण है तो वे 'शुक्र ग्रह' के गोले में जाएँ और अगर आदमी का काम/गुण लगता है तो 'मंगल ग्रह' के गोले में जाएँ।

• ज़रूरी है कि प्रतिभागी दोनों में से एक ग्रह को चुनें।

• जब सभी प्रतिभागी दोनों गोलों में बँट जाएँ तो प्रशिक्षक एक तीसरा गोला बनाएँ और उसे पृथ्वी का नाम दें।

• अब प्रतिभागियों को बताएँ कि अगर उन्हें लगता है कि उनकी पर्ची वाला काम या गुण औरत और आदमी दोनों का हो सकता है तो वे 'पृथ्वी ग्रह' वाले गोले में आ जाएँ।

• अब प्रशिक्षक जो महिलाएँ मंगल और शुक्र ग्रह में रह गई हैं, उनसे पूछें कि वे वहाँ क्यों हैं ? इसी तरह जो पृथ्वी ग्रह पर चली गई हैं, उनसे पूछें कि वे वहाँ क्यों गई हैं ?

• प्रतिभागियों को बताएँ कि आज के समय में जेंडर समाज से जुड़ा हुआ शब्द है लेकिन अक्सर जेंडर और सेक्स क्या है, इसमें दुविधा पैदा हो जाती है।

ppk l eVu d fy,

आप यह अंतर साफ बता सकते हैं कि आदमी और औरत में कितना अंतर शारीरिक है और कितना समाज द्वारा बनाया गया है।

मंगल और शुक्र पर वही रह जाएँगे जो शारीरिक गुण वाले होगें। पृथ्वी ग्रह पर जाने वालों के अधिकतर सामाजिक तौर पर दिए गए गुण या काम होंगे। इस अभ्यास से यह स्पष्ट होगा कि :

dN dke ;k x.k doy efgykvk d eku tkr g ¼; 'kØ oky xky e jg tk,x½

• बच्चे को जन्म देना/गर्भावस्था

• स्तनपान कराना

• माहवारी होना

• योनि होना

dN dke ;k x.k doy vknfe;k d eku tkr g ¼; exy oky xky e jg tk,x½

• शुक्राणु देना

• लिंग होना

[3]स्रोतः 'डिफेन्डिग ह्यूमन राइटस्: ए ट्रेनिंग मैनुअल फॉर यंग पीपल', सेंटर फॉर कम्यूनिकेशनस् एण्ड डेवलपमेंट स्टडीज़, 2007 से रुपांतरित।

फिर नीचे दी गई तालिका को चार्ट पेपर पर बड़ा–बड़ा लिखें और पढ़कर सुनाएँ।

t:Mj	l:D l
जेंडर समाज की दी हुई पहचान है और इसे समाज ने बनाया है।	सेक्स जैविक या शारीरिक है। यह शरीर से, शारीरिक अंग से जुड़ा हुआ है, जन्म से होता है।
जेंडर समाज द्वारा बनाया गया है इसलिए यह बदलता रहता है। अलग–अलग समय, स्थान, देशों, समुदायों, परिवारों में भी इसका रूप बदल सकता है।	दुनिया में औरत और आदमी के शरीर के अंग एक माने जाते हैं, परन्तु वास्तव में सभी औरत और सभी आदमी के शरीर बिल्कुल समान नहीं होते। ये ध्यान रखना आवश्यक है कि सभी व्यक्तियों में सभी अंग तथाकथित औरत या पुरूष के नहीं होते हैं। अंगों को पहचानों से जोड़ दिया गया है इसलिए सिर्फ आदमी और औरत के रूप में ही सभी को देखा जाता है। हमारे समाज में अनेक व्यक्ति हैं जिनमें शायद वो सभी शारीरिक अंग उस तरह नहीं होते जो उन्हें स्पष्ट औरत या आदमी की पहचान में रखे इसलिए वो समाज में हाशिय पर हैं। भारत में अनेक सामाजिक आंदोलनों के फलस्वरूप हिजड़े और अन्य व्यक्ति जो खुद को औरत या आदमी की ढांचागत पहचान से अलग मानते हैं उन्हें कानूनी पहचान मिली है।
जेंडर को बदला जा सकता है।	चिकित्सा विज्ञान की सहायता से विशेष प्रक्रिया द्वारा शारीरिक अंगों में भी बदलाव संभव है।

xfrfof/k 4-4
D;k gk jgk g\ ¼fp= fn[kkdj ppkZ½

45 feuV

mís';

- जेंडर पंचायत में महिलाओं पर कैसे असर करता है
- पंचायती राज व्यवस्था में महिलाओं के सामने आने वाली वास्तविक समस्याओं को जानना

vko';d lkexzh

चार्ट पेपर के आकार के चित्र 1 और चित्र 2, चार्ट पेपर, मार्कर, स्केच पेन, केस स्टडी की प्रतियाँ

fooj.k

- प्रतिभागियों को चित्र 1 दिखाएँ।
- फिर चित्र 1 से जुड़े सवाल प्रतिभागियों से पूछें।
- प्रश्न एक–एक करके पूछें। एक प्रश्न पूछें फिर प्रतिभागियों से जवाब लें।
- कुछ जवाबों के बाद फिर दूसरा प्रश्न पूछें और इसी तरह सारे प्रश्न पूछते हुए चर्चा करें।

चित्र 1

fp= 1 ls tqM+s loky

❖ चित्र को देखकर क्या लग रहा है ?

❖ चित्र में महिला नीचे क्यों बैठी है? वह महिला कौन हो सकती है ?

❖ जो पुरुष कुर्सी पर बैठा है, वह कौन है और क्यों बैठा है ?

❖ सभा में बैठी महिलाओं की भागीदारी कैसी दिख रही है ?

- प्रतिभागियों के जवाब चार्ट पेपर पर लिखते जाएँ।

- इसके बाद प्रतिभागियों को चित्र 2 दिखाएँ।
- फिर चित्र 2 से जुड़े सवाल प्रतिभागियों से पूछें।
- प्रश्न एक–एक करके पूछें। एक प्रश्न पूछें फिर प्रतिभागियों से जवाब लें।
- कुछ जवाबों के बाद फिर दूसरा प्रश्न पूछें और इसी तरह सारे प्रश्न पूछते हुए चर्चा करें।

चित्र 2

fp= 2 ppk d: loky

- ❖ चित्र को देखकर क्या लग रहा है ?
- ❖ चित्र में महिला कहाँ बैठी है और वह महिला कौन हो सकती है ?
- ❖ इस सभा में बैठी महिलाओं की भागीदारी कैसी नज़र आ रही है ?

- प्रतिभागियों के जवाब चार्ट पेपर पर लिखते जाएँ।
- फिर प्रतिभागियों से पूछें कि क्या ग्राम सभा की बैठक में महिला सदस्यों का बुलाया जाता है ? उनसे यह बात भी करें कि उनके गाँव में पंचायत में महिला सदस्यों की भागीदारी कैसी होती है ?
- पूछें कि ग्राम सभा की खुली बैठक में गाँव की दूसरी महिलाओं की भागीदारी होती है या नहीं ?
- प्रतिभागियों के जवाबों को ध्यान से सुनें और चार्ट पेपर पर नोट करें।

ppk leVu d: fy,

बताएँ कि अक्सर देखा जाता है कि पंचायत की महिला सीटों पर गाँव के ताकतवर व्यक्ति अपनी पत्नी या घर की किसी महिला को चुनाव में खड़ा कर देते हैं। वह जीतकर सरपंच बन जाती है पर उसके नाम पर सारे काम, सारे फैसले परिवार का वह आदमी ही करता है जिसने उसे चुनाव लड़वाया होता है। उस महिला की भूमिका केवल हस्ताक्षर करने या अंगूठा लगाने तक सीमित होती है।

[4]निरंतर के मैनुअल से रुपांतरित।

हमारे समाज में महिला और पुरुष को समान दर्जा नहीं दिया जाता है। आज भी दोनों के बीच भेदभाव किया जाता है। आरक्षण इसीलिए दिया गया है ताकि महिलाओं को आगे आने और सरकार के काम–काज और फैसलों में हिस्सा लेने का मौका मिल सके।

प्रशिक्षक बताएँ कि जेंडर को ध्यान में रखते हुए अगर हम देखें, तो महिलाओं को आरक्षण मिला है जिससे वे चुनाव जीतकर पंचायत में आ गई हैं लेकिन समाज ने अभी भी उन्हें पूरी तरह से स्वीकार नहीं किया है। पुरुष सदस्य या गाँव के बड़े–बूढ़े पुरुष महिलाओं को महत्त्व नहीं देते हैं। परिवार में भी उन पर पाबंदिया (खास तौर पर बाहर आने–जाने पर) खत्म नहीं हुई हैं। जेंडर की मार के कारण महिलाएँ ज़्यादा पढ़–लिख नहीं पाती हैं और इसलिए उनके पास जानकारी की भी कमी है और वे जवाबदेही नहीं माँग पाती हैं। पंचायतों में अभी भी पुरुषों का बोलबाला है इसलिए अधिकतर काम सड़क, इमारतें, पानी आदि पर केंद्रित होते हैं। सामाजिक या महिलाओं के मुद्दे, जैसे – महिलाओं के खिलाफ हिंसा, शिक्षा, यौन और प्रजनन स्वास्थ्य आदि को पंचायत में नहीं उठाया जाता है। अधिकतर ताकत पंचायत सेवकों के पास होती है क्योंकि पैसों का लेन–देन वही देखते हैं और ये अधिकतर आदमी होते हैं। ये निर्वाचित महिला प्रतिनिधियों को दखल नहीं देने देते जिससे वे कमज़ोर पड़ जाती हैं अपनी ज़िम्मेदारी सही तरीके से नहीं निभा पाती हैं।

प्रतिभागियों से कहें कि आप उन्हें एक कहानी सुनाने वाले हैं और प्रतिभागियों को इसे ध्यान से सुनना है।

dgkuh% b'ekunkjh dh dher

बबीता देवी को हज़ारीबाग ज़िले के मनाई गाँव की सरपंच चुना गया। बबीता ने गाँव के लिए कई काम किए। ब्लॉक ऑफिस से पैसा निकलवाया और बड़ी ईमानदारी से गाँव के फायदे के लिए लगाया। उसने पटवारी को भी अपनी ज़िम्मेदारी निभाने के लिए मजबूर किया। पंचायत में बबीता के अलावा दो और महिलाएँ भी चुनी गई थीं। इन महिलाओं की जगह पर उनके पति पंचायत का काम करते थे। बबीता जल्दी ही दोनों आदमियों को समझ गई। वे पंचायत के पैसों से अपनी जेब भरना चाहते थे मगर बबीता ने उन्हें ऐसा नहीं करने दिया।

दोनों आदमियों ने बबीता से बदला लेने की सोची। दो और सदस्यों के साथ मिलकर बबीता को नोटिस भेजा।

उसमें लिखा था कि बबीता ने पंचायत के पैसों का घोटाला किया है। इसलिए अब पंचायत को उस पर विश्वास नहीं है। पंचायत बबीता के खिलाफ अविश्वास प्रस्ताव पेश करेगी। उसे सरपंच का पद छोड़ना होगा। नोटिस पर महिला सदस्यों के नहीं बल्कि उनके पतियों के दस्तखत थे। इस चाल में पटवारी भी शामिल था।

बबीता सलाह लेने एक संस्था के पास गईं। यह संस्था पंचायत से जुड़े कई मुद्दों पर भी काम करती है। संस्था वालों ने अविश्वास प्रस्ताव से जुड़े नियम बताए। पंचायत की बैठक में सदस्य और सरपंच अविश्वास प्रस्ताव पर वोट डालते हैं। दो–तिहाई वोट सरपंच के खिलाफ हों, तभी उसे हटाया जा सकता है। बबीता ने हिसाब लगाया। उसका विरोध करने वालों के पास इतने वोट नहीं थे। बबीता बी.डी.ओ. के पास गई। बी.डी.ओ. ने उसे बिल्कुल अलग नियम बताए। इनके अनुसार बबीता सरपंच के पद से हटाई जा सकती थी। इधर नोटिस भेजने वालों ने भी सौदेबाज़ी शुरू कर दी। पच्चीस हज़ार रुपए की माँग रखी। और कहा कि इस रकम के बदले अविश्वास प्रस्ताव वापस ले लेंगे।

बबीता अब उलझन में पड़ गई। वह संस्था वालों की बात माने या बी.डी.ओ. की? बी.डी.ओ. तो सरकारी अफसर हैं। वे कैसे गलत हो सकते हैं? उसे पद से हटाया जा सकता है – यह सोचकर बबीता ने छह हज़ार रुपए दे दिए। इतने पैसो में अविश्वास प्रस्ताव वापस लिया गया। लेकिन बबीता ने इस फैसले की भारी कीमत चुकाई। एक ईमानदार सरपंच होकर भी उसे घूस देनी पड़ी। अपनी घबराहट में वह पहचान ही नहीं पाई कि संस्था की जानकारी सही थी।

आरक्षण ने देश भर में लाखों महिलाओं को पंचायत में आने का मौका दिया। क्या वे भी बबीता की तरह ऐसी राजनीति के चंगुल में फँसती रहेंगी?

–'आपका पिटारा', निरंतर

vfo'okl çLrko: प्रतिभागियों को बताएँ कि अविश्वास प्रस्ताव क्या होता है। पंचायत बनने के बाद भी अगर सदस्य सरपंच को हटाना चाहते हैं तो अविश्वास प्रस्ताव लाते हैं। इसके तहत दी गई समय सीमा के अंदर पंचायत सदस्य सरपंच को लेकर वोट डालते हैं। अगर दो–तिहाई या उससे अधिक सदस्य सरपंच के विरोध में वोट डालते हैं तो सरपंच को हटना पड़ता है। जबकि अगर दो–तिहाई या उससे अधिक सदस्य सरपंच के पक्ष में वोट डालते हैं तो सरपंच बनी रहती/रहता है।

- कहानी के बाद प्रतिभागियों से पूछें :
  - * कहानी से आपको क्या समझ आया ?
  - * बबीता को क्या करना चाहिए था ?
  - * क्या आपमें से किसी ने कभी इस तरह की परेशानी का सामना किया है ?
- प्रतिभागियों की बात सुनें और उन्हें बोलने के लिए बढ़ावा दें।

ppk leVu d: fy,

प्रतिभागियों को बताएँ – अभी भी हम देखते हैं कि सभी महत्त्वपूर्ण पदों पर पुरुष ही होते हैं और वे पूरा ज़ोर लगाते हैं कि महिलाओं को आगे न आने दिया जाए। जेंडर के भेदभाव के कारण महिलाओं में शिक्षा और जानकारी की कमी होती है, जिसके कारण पुरुष अक्सर महिलाओं को पीछे धकेलने में कामयाब हो जाते हैं।

महिलाओं को आगे आना होगा और आरक्षण का फायदा उठाते हुए पंचायत की निर्वाचित सदस्य के रूप में अपनी ज़िम्मेदारी को समझना होगा ताकि वे महिलाओं और बच्चों के हितों को आगे बढ़ा सकें।

इसलिए जेंडर को समझना ज़रूरी है ताकि हम अपने अधिकार ले पाएँ। अपनी ज़िम्मेदारियों को समझ सकें और महिलाओं और बच्चों की बेहतरी के लिए काम कर पाएँ। इस तरह हम एक बराबरी का समाज बनाने में अपना योगदान दे सकते हैं।

çfrHkkfx;k d lkpu d fy,

प्रतिभागियों से कहें कि वे घर जाकर सोचें और अगली बार आएँ तो बताएँ (अगर समय है तो प्रतिभागियों से पूछ सकते हैं) :

- आपको कब लगा कि आप एक औरत हैं और यह एहसास कैसे हुआ? क्या कोई ऐसा काम था जो आपको पसंद नहीं था पर करना पड़ा क्योंकि आप एक औरत हैं? या कोई चीज़ आप करना चाहती थीं पर आपके औरत होने के कारण वे आपको नहीं करने दी गई ?
- क्या आप अपने बच्चों से उनके लड़का या लड़की होने के कारण अलग व्यवहार करती हैं ?

l= 4 &
gMvkmV

tsMj

tsMj 'kCn fdlfy,\

इस नए शब्द का जन्म क्यों हुआ? इसके कई कारण हो सकते हैं, जैसे – उत्पीड़न अधिक हो गया है, महिलाओं को कमज़ोर समझा जाता है, भेदभाव को रोकने के लिए इत्यादि। लेकिन क्या वाकई महिलाएँ अपने शरीर की बनावट के कारण कमज़ोर हैं? क्या शरीर की अलग बनावट के कारण कोई कमज़ोर या ताकतवर हो जाता है? प्रकृति ने महिला व पुरुष में Hkn (शरीर अलग–अलग हैं) किया है पर HknHkko (किसी को छोटा–बड़ा नहीं बनाया) नहीं किया है।

tsMj dk ckj esa ckr djus dh D;k t:jr gS\

जहाँ भेदभाव होता है, अधिकार नहीं दिए जाते हैं वहाँ अधिकार लेने पड़ते हैं, और उसके लिए आवाज़ उठानी पड़ती है। जेंडर शब्द को लाया गया ताकि व्यक्ति समाज को पहचान सके और इसके लिए सामाजिक ढाँचे को समझना ज़रूरी है। महिलाओं की खराब स्थिति का कारण समाज है प्रकृति नहीं, इसलिए जेंडर एक तुलनात्मक अध्ययन है और यह सत्ता से जुड़ा हुआ है। महिलाओं को जो कष्ट हैं वे प्राकृतिक नहीं बल्कि समाज के दिए हैं, इंसान के बनाए हुए हैं इसलिए इन्हें बदला जा सकता है। छोटा भाई भी अपने आप को बड़ी बहन का रक्षक समझता है। सुरक्षा और नियंत्रण के बीच बहुत बारीक अंतर होता है और रक्षा करते–करते रक्षक नियंत्रक बन बैठते हैं। पुरुषों को 5 से 50 साल की उम्र तक महिलाओं का बोझ उठाना पड़ता है उनकी रक्षा, शादी और देखभाल की ज़िम्मेदारी उठानी पड़ती है। महिलाएँ जब अपनी सुरक्षा की ज़िम्मेदारी पुरुषों को सौंप देती हैं तो इसका मतलब होता है कि उन्होंने मान लिया है कि वे पुरुषों से कम हैं, कमज़ोर और लाचार हैं। इसलिए पुरुषों को बचपन से ही यह अहसास दिलाया जाता है कि वे घर के मुखिया हैं और उनकी बात सुनी जाएगी।

सत्र की गतिविधियों से जो बातें उभर कर आएँगी उनसे यह साफ नज़र आएगा कि यह भेदभाव एक सामाजिक व्यवस्था के कारण है। हम यहाँ एक सामाजिक व्यवस्था की बात कर रहे हैं। ऐसा माना जाता है कि समाज में सबसे सुरक्षित जगह परिवार होता है, पर ऊपर बताई गई बातों से साफ पता चलता है कि सबसे पहले सारी बंदिशें परिवार ही लगाता है और सबसे ज़्यादा दुख परिवार वालों से ही मिलता है। ये महिला–पुरुष के अंतर, उनकी भूमिकाएँ, अधिकार आदि प्रकृति की देन नहीं हैं बल्कि समाज की इस व्यवस्था का नतीजा हैं और यह व्यवस्था है 'पितृसत्ता'।

महिला आंदोलन ने अभी तक केवल महिलाओं के बारे में ही सोचा है। अब यह समझने का समय आ गया है कि मर्दानगी की धारणा भी जेंडर की देन है, प्रकृति की नहीं। पुरुषों के पास अधिक अधिकार तो हैं परंतु ये अधिकार महिलाओं ने ही उन्हें दिए हैं। पुरुषों को बचपन से सिखाया जाता है कि वे हुकुम दे सकते हैं और उनके हुकुम को माना भी जाएगा।

पितृसत्ता ने दुनिया को दो भागों में बाँट दिया है – निजी और सार्वजनिक। इस बँटवारे के चलते महिलाओं को निर्णय प्रक्रिया में से पूरी तरह काट दिया गया है। इसे स्पष्ट रूप से समझाने के लिए आप प्रतिभागियों को नीचे दिए गए उदाहरण की सहायता से बता सकते हैं कि किस प्रकार सभी क्षेंत्रों में जेंडर के आधार पर महिला व पुरुष में भेदभाव किया जाता है।

पंचायत में महिला को आगे करके शासन उनके पतियों द्वारा ही किया जाता है। महिलाओं को बैठकों में नहीं बुलाया जाता और ना ही उनसे कुछ पूछा जाता है। उन्हें बस खानापूर्ति के लिए रखा जाता है। पुरुष कभी भी अपनी ताकत को छोड़ना नहीं चाहते हैं और हमेशा महिलाओं को पीछे धकेलने के तरीके ढूँढते रहते हैं। वे अभी भी सोचते हैं कि महिलाएँ घर के बाहर के काम ठीक से नहीं कर सकती हैं।

l= 5

lkekftd O;oLFkk,¡

mís';%

- यह देखने की कोशिश करना कि जाति व्यवस्था किस तरह लोगों को प्रभावित करती है
- जाति व्यवस्था किस तरह गैर बराबरी पैदा करती है

30 feuV

xfrfof/k 5-1

tkfr O;oLFkk ds lanHkZ dks LFkkfir djuk

vko';d lkexzh

चार्ट पेपर, रंगीन पेन, सफेद बोर्ड

fooj.k

- प्रतिभागियों को 2–3 (जितने प्रतिभागी हों उनके अनुसार) समूहों में बाँट दें।
- उन्हें अपने–अपने समूह में चर्चा करके यह बताने के लिए कहें :
  - ✻ अपनी जाति के कारण फायदा मिला हो, ऐसा कोई एक अनुभव बताएँ।
  - ✻ अपनी जाति के कारण परेशानी हुई हो, ऐसा कोई एक अनुभव बताएँ।
- चर्चा के बाद दोनों समूहों से एक–एक प्रतिभागी बड़े समूह के सामने प्रस्तुतीकरण करें।
- प्रतिभागियों के बिन्दुओं को बोर्ड या चार्ट पेपर पर लिखते जाएँ।

ppkZ lekiu ds fy,

जवाबों को समेटते हुए कहें कि लोगों को अपनी जाति के कारण फायदा और नुकसान दोनों उठाना पड़ता है। (प्रतिभागियों से ऐसे जवाब आ सकते हैं, जैसे – उच्च जाति से हैं और इसलिए उन्हें नीची जाति के लोगों से काफी मान सम्मान मिलता है; गरीब होते हुए भी केवल उच्च जाति के कारण उन्हें अपने समुदाय में मान सम्मान मिलता है और रीति–रिवाजों के कारण भी महत्त्व मिलता है; ऊँची जाति के होने के कारण, दूसरे व्यक्ति ऊँची जाति के व्यक्ति को चुनौती देते हैं; ऊँची जाति के होने के कारण कुछ समुदायों में महिलाओं को सुरक्षा मिलती है)।

प्रतिभागियों को बताएँ कि जाति एक सामाजिक ढाँचा या व्यवस्था है। हम इसे नियमों, रीति–रिवाजों, कायदे–कानूनों, पहनावे आदि के माध्यम से महसूस करते हैं। अगर हम ना भी चाहें, और कितनी भी बराबरी की सोच रखें फिर भी हमें अपने नाम के कारण जाति से फायदे और नुकसान मिलते हैं। अक्सर अगर कोई अपनी जाति का मिल जाए तो काम आसान हो जाता है क्योंकि अपनी जाति वालों का पक्ष लेना एक सहज बात है। हम चाहे बराबरी की बात करें फिर भी हमारे अपने घरों और परिवारों में हम जाति व्यवस्था से बच नहीं सकते।

यह एक कुटुम्ब बनाती है, एक बड़े पैमाने पर रिश्तों को बनाती है। अगर कहीं लड़ाई हो जाए तो एक जाति वाले एकजुट हो जाते हैं और एक ताकत बन जाते हैं।

यह व्यवस्था लगभग 3000 सालों से चली आ रही है और यह भारत में मजबूती से मौजूद है। यह आज तक चली आ रही है क्योंकि हम सभी को इससे फायदा मिलता है और इसलिए हम इसका हिस्सा हैं। आज चाहे इसका रूप बदल रहा है लेकिन यह अभी भी मौजूद है।

प्रशिक्षक प्रतिभागियों को बताएँ कि हमारे देश में जाति व्यवस्था बहुत मज़बूत है और आज के आधुनिक युग में भी यह हमारे समाज में गहरी बैठी हुई है। हिंदू धर्म में दलित वर्ग जाति व्यवस्था के सबसे आखिरी पायदान पर है जिसके कारण उन्हें कई चीज़ों से वंचित रहना पड़ता है। ध्यान से देखने पर पता चलता है कि समाज में महिलाओं को भी सब अधिकार नहीं मिलते हैं। यह बात सभी वर्ग व जाति की महिलाओं पर लागू होती है। लेकिन मध्यवर्गीय महिलाओं पर इसकी दोहरी मार पड़ती है। कह सकते हैं कि समाज में महिलाओं की स्थिति भी निम्न वर्ग के जैसी ही है क्योंकि उन्हें भी शिक्षा नहीं मिलती, कई जगहों पर मंदिरों में जाने नहीं दिया जाता है, उनके पास कोई संपत्ति नहीं होती, काम की कम कीमत मिलती है, खेत का आधे से ज़्यादा काम करने के बाद भी उन्हें किसान नहीं कहा जाता है। पंचायत में भी जाति व्यवस्था कई तरह से दिखाई देती है। एक तरफ आरक्षण से कई लोगों को पंचायत में आने का मौका मिलता है पर वहीं उन्हें जाति के नाम पर दबाया भी जाता है और उन्हें उनकी जगह नहीं दी जाती है। जाति व्यवस्था को विवाह क्षेत्र, संबंध, कार्य से बनाए रखने की कोशिश की जाती है और इन्हीं के द्वारा जाति व्यवस्था को मजबूत भी किया जाता है। जातिगत ढाँचे में जो लोग भी नीचे आते हैं, जैसे दलित, आदिवासी आदि उन्हें लगातार उपर रहने वाले क्षेत्रिय, ब्राह्मण आदि से भेदभाव व दबाव का सामना करना पड़ता है। रिर्जवेशन के बावजूद बराबरी का सपना अभी बहुत दूर है।

xfrfof/k 5-2
fir`lÙkk dh 0;oLFkk D;k g\

45 feuV

mís';

- प्रतिभागियों को पितृसत्ता के बारे में बताना
- समझाना कि पितृसत्ता की व्यवस्था क्या है और यह किस तरह से काम करती है

vko'd Lkkexh

चार्ट पेपर, रंगीन पेन, सफेद बोर्ड, मार्कर पेन

fooj.k

- प्रतिभागियों को 4–5 (जितने प्रतिभागी हों उसके अनुसार) समूहों में बाँट दें।
- अब समूहों से आपस में चर्चा करके नीचे दी गई स्थितियों के ऊपर एक–एक नाटक तैयार करने के लिए कहें।
  - * पान–बीड़ी की दुकान पर दोस्तों की टोली का दृश्य
  - * घर में शादी का दृश्य
  - * खेत में काम का दृश्य
  - * गाँव से बाहर फिल्म देखने जाने का दृश्य
  - * बीमार दादी की देखभाल का दृश्य
- समूहों को बताएँ कि हर नाटक में आदमी और औरत दोनों किरदार होना ज़रूरी है।
- नाटक की तैयारी के लिए समूहों को 20–25 मिनट का समय दें।
- फिर समूहों को एक–एक करके नाटक प्रस्तुत करने के लिए बुलाएँ।
- देखने वाले समूहों को कहें कि वे ध्यान से देखें कि नाटक में औरतों की भूमिका क्या है और आदमियों की भूमिका क्या है।
- समूहों के नाटक होने जाने के बाद पूछें कि किसके पास ज़्यादा अधिकार दिखाई दिए? फैसले कौन ले रहा था? बाहर कौन घूम सकता है? काम किसको करना पड़ता है?
- प्रतिभागियों के जवाब सुनें और ज़रूरी बिंदुओं को नोट कर लें।

ppk leVu d: fy,

पितृसत्ता से पुरुषों को फायदा होता है। यह एक ऐसी व्यवस्था है जो लगातार पुरुषों को महत्व देती है जैसे घर के बाहर जाति, वर्ग, वर्ण या किसी भी कारण से सम्मान मिले या न मिले, पर अपने परिवार में ज़रूर मिलता है। सार्वजनिक क्षेत्र में पुरुषों की अधिकता होने के कारण राजनैतिक क्षेत्र में या संसद में उन्हें अधिक सीटें मिलती हैं। न्याय, स्वास्थ्य, आर्थिक, राजनैतिक, संचार, प्रशासन और गैर–सरकारी संस्थाओं में पुरुषों का ही नियंत्रण है और उन्हीं की अधिक पहुँच भी है। जज, वकील, डॉक्टर, राजनैतिक नेता, पुलिस, अखबार के संपादक व रिपोर्टर अधिकतर पुरुष ही होते हैं।

जब लड़की सुसराल में आती है तो उससे सबसे दबके नीचे रहने की उम्मीद की जाती है लेकिन जब लड़का अपनी ससुराल जाता है जो उसे बहुत अधिक महत्त्व दिया जाता है और आवभगत की जाती है। सारे व्रत महिलाओं के लिए बने हैं जो उन्हें पति, बेटे या बच्चों के लिए रखने होते हैं। सुंदर पति के लिए महिलाएँ सोमवार का व्रत करती हैं। सोचने की बात है कि क्या लड़कों को सुंदर पत्नियों की इच्छा नहीं होती? क्या पत्नियों की उम्र लम्बी नहीं होनी चाहिए? यहाँ तक कि शादी के बाद सारे बदलाव लड़की में ही होते हैं जिनसे पता चलता है कि उसकी शादी हो गई है (चूड़ियाँ, सिंदूर, बिछिया, मंगलसूत्र आदि) लेकिन आदमियों के लिए कुछ नहीं बदलता। वे फिर भी आज़ाद ही रहते हैं और सारी पाबंदियाँ सिर्फ औरतों पर ही लगाई जाती हैं।

पंचायत में भी देखें तो महिला को चुने जाने के बाद भी, वही घर का चूल्हा–चौका करना पड़ता है। हमारे समाज को इससे कोई परेशानी नहीं होती है क्योंकि उनकी सोच से तो औरतों को घर के अंदर ही रहना चाहिए। आदमी और औरत दोनों अनपढ़ हों तो भी आदमी को ही ज़्यादा अक्लमंद माना जाएगा क्योंकि पितृसत्ता में पुरुष ही उत्तम है।

l= 5 & gMvkmV

fir`lÙkk

पितृसत्ता जेंडर असमानता की जड़ है। पितृसत्ता का मतलब है ''पुरुष की सत्ता''। यह एक सामाजिक व्यवस्था है जिसमें पुरुष को उत्तम माना जाता है। इस व्यवस्था में फैसले लेने और संसाधनों पर पुरुषों का ज़्यादा नियंत्रण होता है। नियंत्रण को निम्नलिखित तरीके से देखा और समझा जा सकता है कि इनसे पुरुषों किस तरह से फायदे होते हैं।

dke& घर के कामों के लिए महिलाओं को कोई पैसे नहीं मिलते और बाहर काम करने पर भी आदमियों से कम पैसे मिलते हैं, चाहे काम एक हो तो भी। आदमी घर में काम नहीं करते क्योंकि समाज उसे अच्छी नज़र से नही देखता लेकिन जैसे ही ये काम बाहर पैसों के लिए करने की बात आती है तो समाज को कोई परेशनी नहीं होती। जैसे घर में आदमी खाना बनाए तो खराब बात लेकिन होटल में खाना बनाए और पैसे कमाए तो ठीक है। मज़दूरी करने पर आदमियों को औरतों से ज़्यादा मज़दूरी मिलती है। महिलाओं को ऊँचे पदों से दूर रखा जाता है। आपने देखा होगा कि एक औरत के लिए पंच या प्रधान बनना कितना कठिन होता है और उसे आदमियों जितनी इज़्ज़त भी नहीं मिलती। इस तरह आमदनी पर आदमियों का नियंत्रण होता है। महिलाओं का शोषण होता रहता है, जिसका फायदा आदमियों को मिलता है।

çtuu& शादी होगी या नहीं, कब और किसके साथ होगी, बच्चे होगें या नहीं और होगें तो कब और कितने – ये सभी बातें आदमी तय करते हैं। गर्भनिरोधकों का इस्तेमाल अधिकतर महिलाओं के लिए है, पुरुषों के लिए यह न के बराबर है। गर्भनिरोध की ज़िम्मेदारी औरतों की होती है। यौनिक संबंध बनाने का अधिकार आदमियों को है लेकिन बच्चा ना ठहरे इसकी ज़िम्मेदारी औरत की है।

;kfudrk& महिलाओं की यौनिकता पर भी आदमियों का नियंत्रण होता है। लगभग सभी धर्मों में शादी के रिश्ते के बाहर महिलाओं की यौनिकता के लिए कोई जगह नहीं है। ऐसा माना जाता है कि महिलाओं को पुरुषों की इच्छा व ज़रूरत के अनुसार यौन सुख देना चाहिए। समाज के नियम व कानून महिलाओं के कपड़ों, रिश्तों, वे किससे मिल सकती हैं, किससे दोस्ती कर सकती हैं आदि पर नियंत्रण रखते हैं।

vkuk&tkuk& पर्दा प्रथा, घर के अंदर रहना, महिला व पुरुष के बीच कम से कम संपर्क होना, इन सब बातों के द्वारा महिलाओं के आने–जाने पर नियंत्रण रखा जाता है। अगर औरत को कहीं जाना है तो उसके साथ कोई आदमी ज़रूर जाएगा फिर चाहे वह कोई छोटा लड़का ही क्यों ना हो। रात को औरत बाहर नहीं जा सकती, अकेले सफर नहीं कर सकती लेकिन आदमियों पर ऐसी कोई पाबंदी नहीं होती है।

lEifRr/kuk ij fu;a=.k& संपत्ति पिता के बाद बेटे को मिलती है। जहाँ महिलाओं को कानूनी हक मिला है वहाँ भी सामाजिक परम्पराओं, भावनात्मक दबाव और रिश्तों की राजनीति से उन्हें इस अधिकार से वंचित कर दिया जाता है। सभी आर्थिक, राजनैतिक, धार्मिक और सामाजिक संस्थाओं पर अधिकतर पुरुषों का नियंत्रण होता है।

ifjokj& ये समाज की बुनियादी इकाई है और सबसे अधिक पितृसत्तात्मक संस्था है। पुरुष घर का मुखिया होता है और घर के सभी छोटे–बड़े सदस्यों पर नियंत्रण रखता है। घर में लड़कियों और महिलाओं का महत्त्व पुरुषों से कम होता है। यहाँ तक कि शादी–ब्याह में भी लड़की वालों को लडके वालों से नीचे देखा जाता है।

/keZ& पहले स्त्री शक्ति की पूजा की जाती थी लेकिन धीर–धीरे इसका अंत हो गया और देवियों की जगह देवताओं ने ले ली। अधिकतर धर्मों को उच्च वर्ग व उच्च जाति के पुरुषों ने बनाया है। नैतिकता, व्यवहार आदि के नियम तय करके उन्होंने ही महिलाओं व पुरुषों की ज़िम्मेदारियाँ व अधिकार तय किए हैं। समाज में धर्म का एक महत्त्वपूर्ण स्थान है और यह एक बड़ी ताकत होती है। धर्म ने कई तरह से यह धारणा पैदा कर दी है कि महिलाओं का स्थान पुरुषों से नीचे है। रीति–रिवाजों के माध्यम से पति, भाई व बेटे को

महत्त्व दिया गया है। धर्म के नाम पर एक को ऊँचा और दूसरे को नीचे देखा जाता है। माहवारी के समय महिलाओं का धार्मिक कामों में भाग लेना और धार्मिक स्थानों पर जाना मना होता है जबकि इसी कुदरती प्रक्रिया से बच्चे का जन्म होता है जिसके लिए खुशियाँ और धार्मिक उत्सव मनाए जाते हैं।

f'k{kk& अधिकतर किताबें पुरुषों द्वारा लिखी गई हैं और इसलिए उनके नज़रिए को पेश करती हैं जिसमें महिलाओं का दर्जा हमेशा पुरुषों से नीचा ही होता है। किताब में औरतों को हमेशा घर का काम करते और पिता को ऑफिस या काम पर जाते दिखाया जाता है। न्याय, स्वास्थ्य, आर्थिक, राजनैतिक, संचार, प्रशासन और गैर–सरकारी संस्थाओं में पुरुषों का ही नियंत्रण है। जज, वकील, डॉक्टर, राजनैतिक नेता, पुलिस, अखबार के संपादक व रिपोर्टर अधिकतर पुरुष ही होते हैं। इन सभी क्षेत्रों को ध्यान से देखें तो पता चलेगा कि पितृसत्ता में एक विशेष वर्ग के पुरुषों को मालिकाना अधिकार होता है और यह है उच्च वर्ग।

जेंडर में शोषित और शोषक का अंतर साफ नहीं होता। परंतु जब हम पितृसत्ता की व्यवस्था को देखते हैं तो यह साफ दिखाई देता है कि पुरुष शोषण करता है और महिला का शोषण होता है।

पितृसत्ता और जाति व्यवस्था एक ही तरह से काम करती हैं। सभी सामाजिक व्यवस्थाएँ शोषण व हिंसा पर आधारित हैं। जेंडर की लड़ाई महिला–पुरुष की लड़ाई नहीं है, यह एक विचारधारा या सोच की लड़ाई है।

l= 6

tsaMj vk/kkfjr fgalk

mís';%

- जेंडर आधारित हिंसा क्या है जानना और समझना
- अलग–अलग तरह की हिंसा और अपने जीवन पर उसके असर को पहचानना
- जेंडर आधारित हिंसा से सुरक्षा हर व्यक्ति का अधिकार है समझना

xfrfof/k 6-1
tsMj vk/kkfjr fgalk D;k gS

45 feuV

mís';

- जेंडर आधारित हिंसा क्या है जानना और समझना
- अलग–अलग तरह की हिंसा और अपने जीवन पर उसके असर को पहचानना
- जेंडर आधारित हिंसा से सुरक्षा हर व्यक्ति का अधिकार है समझना

vko';d lkexzh

फ्लिप चार्ट/चार्ट पेपर, मार्कर

izf'k{kd ds fy, rS;kjh

- यदि समूह में कम पढ़ी लिखी महिलाएँ हैं तो इस गतिविधि को अलग तरह से कर सकते हैं।
- प्रशिक्षक एक चार्ट पेपर पर दो कॉलम (खाने) बना लें और प्रतिभागियों से पूछकर खुद एक में महिलाओं के प्रति हिंसा और दूसरे में पुरुषों के प्रति हिंसा को लिखें।
- बाकी गतिविधि समान ही रहेगी।

fooj.k[5]

- प्रतिभागियों को दो समूहों में बाँट दें।
- एक समूह को महिलाओं और अन्य जेंडर (जो महिला या पुरुष के ढांचे में नहीं आते) के खिलाफ हिंसा के बारे में चर्चा करके एक सूची बनाने के लिए कहें।
- दूसरे समूह को पुरुषों व अन्य जेंडर (जो महिला या पुरुष के ढांचे में नहीं आते) के खिलाफ हिंसा के बारे में चर्चा करके सूची बनाने के लिए कहें।

[5] केयर संस्था के 'जेंडर, इक्विटी, एंड डायवर्सिटी' ट्रेनिंग मैनुअल से रूपांतरित।

- यदि आप चाहें तो प्रतिभागियों को लिखने के बजाय चित्र बनाने के लिए भी कह सकते हैं।
- प्रतिभागियों को इस काम के लिए 15 मिनट का समय दें।
- फिर दोनों समूह बारी–बारी से अपनी सूचियाँ/चित्र सबके सामने पेश करें।
- कुछ ऐसी बातें सामने आ सकती हैंः

i#"kk d f[kykQ çglk	efgykvk d f[kykQ çglk	vU; tMj ¼tk efgyk ;k i#"k d <kp e ugh vkr½ d f[kykQ fglk
• हत्या, मारपीट	• एक महिला के रोज़मर्रा के जीवन का हिस्सा	• अपमान आम बात है
• संपत्ति, भूमि, धन, के कारण झगड़े	• दहेज	• अलग–अलग नामों से बुलाना
• बहन को छेड़ने के लिए भाई द्वारा पिटाई	• यौन उत्पीड़न	• मार–पिटाई करना
• पुलिस द्वारा परेशान करना	• महिलाओं के खिलाफ युद्ध अपराध	• परिवार में स्वीकार ना करना
• राजनीति	• बदला लेने के एक हथियार के रूप में बलात्कार	• यौन शोषण करना
• शराब पीकर लड़ाई	• सती प्रथा	• शिक्षा
• परिवार की जिम्मेदारी	• पत्नी के साथ मारपीट	• नौकरी
• पैसे कमाने का दबाव	• कन्या भ्रूण हत्या	• समाजिक पहचान
• शारीरिक व यौनिक हिंसा	• बाल यौन शोषण	• आदर सम्मान में कमी
	• बाल विवाह/जबरन विवाह	

- इसके बाद निम्नलिखित प्रश्नों के साथ चर्चा शुरू करें :
  - ⁕ आपको पुरुषों, महिलाओं और अन्य जेंडर के खिलाफ हिंसा में क्या अंतर नज़र आता है ?
  - ⁕ पूछें कि आमतौर पर किसके साथ घरेलू हिंसा होती है? किसे यौन उत्पीड़न का डर ज़्यादा होता है ? पुरुष या महिला या अन्य जेंडर ?
  - ⁕ आपको क्या लगता है कि महिलाओं या अन्य जेंडर के व्यक्तियों के खिलाफ हिंसा के क्या कारण हैं ?
  - ⁕ क्या महिलाओं या अन्य जेंडर के व्यक्तियों के खिलाफ हिंसा के विभिन्न रूपों में आपको कोई समानता या पैटर्न दिखाई देता है? आप इस पैटर्न को किससे जोड़ सकती हैं ?
- प्रतिभागियों को जवाब देने के लिए प्रोत्साहित करें।

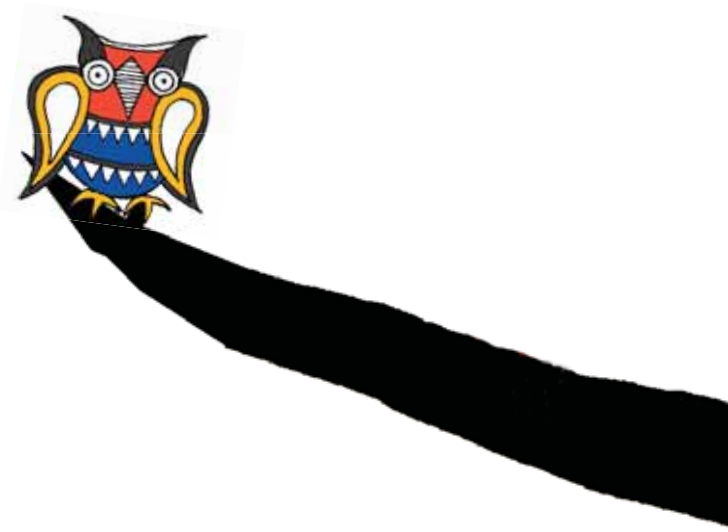
ppk leVu dk fy,

बताएँ कि इस तरह की हिंसा का सामना अधिकतर महिलाएँ या अन्य जेंडर के व्यक्ति करते हैं और वह भी अपने जेंडर के कारण। जिस हिंसा का सामना हम केवल अपने जेंडर के कारण करते हैं, उसे जेंडर आधारित हिंसा कहते हैं।

जेंडर आधारित हिंसा, एक ऐसी हिंसा है जो महिला के खिलाफ इसलिए की जाती है क्योंकि वह महिला है और यह महिला को अनुचित रूप से प्रभावित करती है। यहाँ तक कि जो पुरुष महिला की तरह रहते या व्यवहार करते हैं या अन्य जेंडर में जीवन जीने की कोशिश करता है (जैसे – हिजड़े, ट्रांसजेंडर या समलैंगिक व्यक्ति), उन्हें भी अपने जेंडर के कारण हिंसा का सामना करना पड़ता है।

जेंडर आधारित हिंसा जेंडर भेदभाव का सबसे गंभीर रूप है। जेंडर आधारित हिंसा सीधे पितृसत्ता से जुड़ी हुई है। यह सत्ता संबंधों या पावर रिलेशनशिप के बारे में है और इसमें गहरी सांस्कृतिक और ऐतिहासिक जड़ें हैं।

प्रतिभागियों को समझाएँ कि कैसे महिलाओं या अन्य जेंडर के खिलाफ हिंसा को हमारी परंपराओं और धर्म के द्वारा उचित और स्वीकृत किया जा सकता है। जैसे – कहा जाता है कि ''ढोल (ढोलक), गंवार (मूर्ख), शूद्र, पशु (चाहे जंगली हो या पालतू) और नारी (स्त्री/पत्नी), सकल ताड़ना के अधिकारी''। यानी महिलाओं का निचला दर्जा उनके खिलाफ सभी प्रकार के भेदभावों का आधार बन जाता है। उन्हें पुरुषों से 'कमतर' माना जाता है, और पुरुष पूरी कोशिश करते हैं कि महिलाएँ अपनी पारंपरिक भूमिकाओं में घर के अंदर ही सीमित रहें।



xfrfof/k 6-2
fgalk ds çdkj

40 feuV

vko';d lkexzh

कुछ नहीं

if'k{kd ds fy, rS;kjh

- इस गतिविधि से पहले पक्का करें कि समूह में सब लोग एक–दूसरे के साथ सहज हों।
- यह भी याद दिलाएँ कि यहाँ कही गई बातें बाहर नहीं जाएँगी। और हम सबकी बात को ध्यान से सुनेंगे।
- यहाँ उद्देश्य व्यक्तिगत अनुभव निकलवाना नहीं है, बल्कि यह देखना है कि हम अपने घर, परिवार और समुदाय में मौजूद हिंसा को कैसे देखते हैं।
- इसे गहराई से समझने की ज़रूरत है।
- प्रशिक्षक प्रतिभागियों के मानसिक स्थिति का ध्यान रखे।

fooj.k

- प्रतिभागियों को बताएँ कि हम अब अलग–अलग तरह की जेंडर आधारित हिंसा को देखने की कोशिश करेंगी।
- प्रतिभागियों को पाँच समूहों में बाँट दें।
- अब समूहों को अपने सदस्यों के साथ चर्चा करके नीचे दी गई स्थितियों पर एक छोटा सा नाटक तैयार करने को कहें।
  - ✻ शादी के बाद लड़की का ससुराल में पहला सप्ताह है पर ससुराल वाले शादी में मिले सामान से खुश नहीं हैं।
  - ✻ पति और पत्नी दोंनो शाम को काम के बाद घर वापस आते हैं पर पत्नी की तबीयत थोड़ी खराब है।
  - ✻ महिला गर्भवती है पर पता चला है कि उसको लड़की होने वाली है।

* जुड़वा भाई–बहन हैं और लड़की गाँव के बाहर स्कूल में पढ़ना चाहती है पर माता–पिता दोनों को नहीं पढ़ा सकते।
* पत्नी की सेक्स करने की इच्छा नहीं है लेकिन पति का मन है।

- समूहों को तैयारी के लिए 15 मिनट का समय दें।
- हर समूह को बारी बारी से अपना अपना नाटक दिखाने के लिए बुलाएँ।
- इसके बाद पूछें कि परिस्थितियों में क्या हुआ? इसमें पीड़ित कुछ कर क्यों नहीं पाई?
- प्रतिभागियों को जवाब देने के लिए प्रोत्साहित करें।

ppk leVu d fy,

बताएँ कि आँकड़े बताते हैं कि पुरुषों की तुलना में महिलाएँ व अन्य जेंडर के लोग हिंसा का सामना ज़्यादा करते हैं। इसके कई कारण हैं जो धर्म, जाति, समाज में महिलाओं का दर्जा, परंपराओं आदि से जुड़े हुए हैं।

सभी की प्रस्तुति हो जाने के बाद 'सत्र 6 के हैंडआउट' से हिंसा के अलग–अलग प्रकारों के बारे में जानकारी दें।

हमें अपने आसपास होने वाली हिंसा की इतनी आदत पड़ जाती है कि हमें वो हिंसा दिखाई भी नहीं देती। इसलिए हिंसा को पहचानना बहुत ज़रूरी है क्योंकि केवल तभी हम इसे रोकने के बारे में कोई कदम उठा सकते हैं।

हमें यह भी ध्यान रखना चाहिए कि इंसान का जेंडर कोई भी हो वह हिंसा का अधिकारी नहीं होता हैं। और हर व्यक्ति को हिंसा से सुरक्षा मिलनी चाहिए क्योंकि यह उसका अधिकार है। सरकार भी इस दिशा में प्रयास कर रही है। कई कानूनों पर काम किया जा रहा है ताकि सभी को उनके अधिकार मिल सकें।

xfrfof/k 6-3

viu thou e tMj vk/kkfjr fglk dk igpkuuk vkj mlds ckjs e ckr djuk

30 feuV

mís';

- प्रतिभागी अपने जीवन में जेंडर आधारित हिंसा को पहचान सकें।

vko';d lkexh

फ्लिप चार्ट/चार्ट पेपर, मार्कर

fooj.k

- प्रतिभागियों को कहें कि हम सभी कभी न कभी अपने–अपने जीवन में हिंसा को देखती हैं, सहती हैं और कई बार इसमें भाग भी लेती हैं। चलिए इसे अपने–अपने जीवन, घर और समुदाय में देखने की कोशिश करती हैं।
- उन्हें अलग–अलग भूमिकाओं के बारे में सोचने के लिए कहें जो वे जीवन भर निभाती हैं, जैसे – एक बेटी, माँ, औरत, बहू, और इसके अलावा भी बहुत सारी भूमिकाएँ होती हैं।
- उन्हें हर एक भूमिका में यह सोचने के लिए कहें कि वे कहाँ और किस तरह की हिंसा में शामिल हुई हैं ?
- प्रतिभागियों को सोचने के लिए 10 मिनट का समय दें।
- इसके बाद प्रतिभागियों को 3&4 के समूहों में बाँट दें।
- अब प्रतिभागियों से कहें कि उन्होंने जिस बारे में सोचा है, उसे अपने–अपने समूहों में साँझा करें। साँझा करते समय एक–दूसरे की बात ध्यान से सुनें, और अपने लिए एक ऐसी जगह बनाने में मदद करें जहाँ आप खुलकर सुन और बोल सकें। जहाँ आपको यह सोचना ना पड़े कि दूसरी महिलाएँ आपके बारे में क्या सोचेंगी।
- प्रतिभागियों को साँझा करने के लिए 10 मिनट का समय दें।
- सभी को वापस बड़े समूह में आने के लिए कहें और उनसे पूछें :

  ✻ अपनी बातें साँझा करने से कैसा महसूस हुआ ?
- प्रतिभागियों से जवाब लें।

- फिर बताएँ कि हम सभी कहीं ना कहीं इस जेंडर आधारित हिंसा की व्यवस्था का हिस्सा हैं, और यह ज़रूरी है कि हम इस व्यवस्था में अपने जुड़ाव को भी समझें। देखें कि महिला होकर भी हम कैसे जाने–अनजाने दूसरी महिलाओं या अन्य जेंडर के व्यक्तियों के साथ हिंसा करती हैं।
- उनसे पूछिए कि क्या आपमें से कोई इस पूरे समूह को बताना चाहेंगी कि आपने इस गतिविधि में क्या सोचा था? या कोई और बात या अनुभव जिसे वे साँझा करना चाहती हैं ?
- यदि कोई बताना चाहे तो उसे बताने दें और अगर कोई कुछ ना कहना चाहे तो आप चर्चा को समेटें।
- कहिए कि हमने पिछली गतिविधि में देखा कि महिलाओं और अन्य जेंडर के व्यक्तियों को हिंसा का अधिक सामना करना पड़ता है। हम हिंसा से बचाव के लिए क्या–क्या कदम उठा सकती हैं ?
- प्रतिभागियों से जवाब लें और उन्हें चार्ट पर लिखते जाएँ।

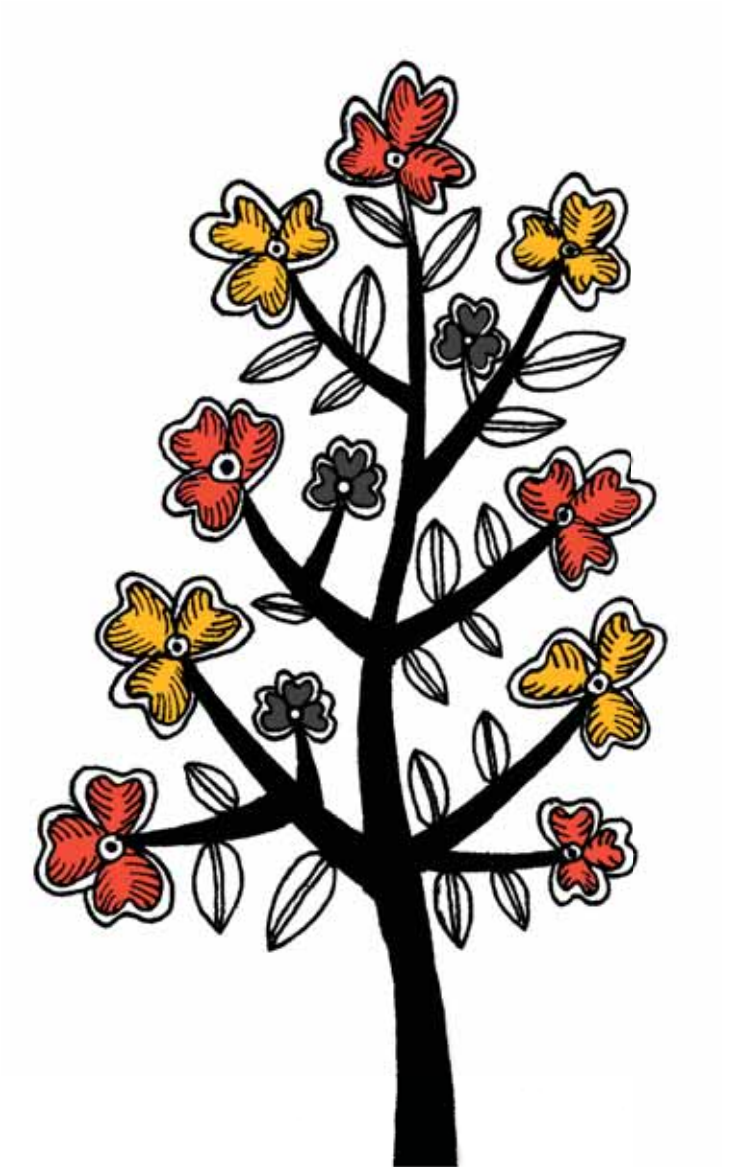
ppk leVu d fy,

प्रतिभागियों से कहें कि अपने अनुभवों को सबके सामने बताना आसान काम नहीं है। क्योंकि हम सब समाज और समाज की व्यवस्थाओं का हिस्सा हैं, हमारे साथ हिंसा होती है और कभी–कभी हम भी हिंसा करते हैं, भले ही वह अनजाने में हो।

जेंडर आधारित हिंसा हमारे जीवन का इतना हिस्सा बन जाती है कि हमें पता भी नहीं चलता कि हमारे साथ हिंसा हो रही है या हम किसी के साथ हिंसा कर रहे हैं। समाज कुछ व्यवहारों को हिंसा नहीं बल्कि एक पुरुष के व्यवहार के तौर पर देखता है, जैसे – गालियाँ देना आदमियों के लिए आम बात है, गुस्सा करना तो आदमियों का अधिकार है, हाथ उठाना और दूसरों के सामने अपमान करना कोई अनोखा काम नहीं है। लेकिन ये सब हिंसा के ही रूप हैं और हमें इनको पहचानना चाहिए।

इसके बाद समझाएँ कि सबसे ज़रूरी बात है, अपनी सोच में बदलाव लाना। गैर बराबरी हिंसा की जड़ में है तो हमें उसे खत्म करने के लिए काम करना चाहिए और इसके लिए कुछ चीज़ें हम अपने स्तर पर कर सकते हैं :

- हिंसा कोई घरेलू मामला नहीं हैं और हिंसा को रोकना हम सबकी ज़िम्मेदारी है।
- किसी पर हिंसा होते देखें तो हमें चुप नहीं रहना चाहिए।
- ससुराल में लड़की के साथ हिंसा हो तो माता–पिता को उसकी मदद करनी चाहिए।
- पुलिस में शिकायत दर्ज करनी चाहिए और जिन लोगों के पास प्रभावित करने की ताकत होती है (पुलिस, वकील, डॉक्टर, टीचर) उनके साथ मुद्दे पर बात करनी चाहिए।
- पंचायत का हिस्सा होने के नाते हमें महिलाओं के मुद्दों पर काम करना चाहिए और हमें हिंसा से बचाव के कानूनों की भी जानकारी होनी चाहिए।



xfrfof/k 6-4
ge D;k dj ldrs g\

20 feuV

mís';

- प्रतिभागियों को बदलाव के लिए प्रेरित करना
- जेंडर आधारित हिंसा के लिए कानून क्या कहता है जानना

vko';d lkexzh

चार्ट पेपर, स्केच पेन, कैंची, टेप, पुराने अखबार या मैगज़ीन या चित्र वाली किताबें।

ifj'k{kd ds fy, rS;kjh

- इस गतिविधि के लिए आप प्रतिभागियों को चार्ट पेपर पर लिखने के लिए कह सकते हैं या चित्र बनाने के लिए कह सकते हैं।
- यदि प्रतिभागी ज़्यादा साक्षर नहीं हैं तो आप पुराने अखबारों या किताबों से चित्र काटकर चार्ट पेपर पर चिपकाने के लिए कह सकते हैं।

foooj.k

- प्रतिभागियों से कहें कि यह इस सत्र की आखिरी गतिविधि है।
- कहिए कि अब हममें से हर एक उन बातों के बारे में सोचेंगी जिससे हम इस हिंसा के वातावरण को बेहतर बना सकती हैं।
- प्रतिभागियों को दो समूहों में बाँट दें।
- एक समूह को पुरुषों द्वारा किए जाने वाले सभी काम और दूसरे समूह को महिलाओं द्वारा किए जाने वाले सारे कामों को सूचीबद्ध करने के लिए कहें।
- इस काम के लिए उन्हें 10 मिनट का समय दें।
- दोनों समूहों को अपनी सूची बनाने के लिए चार्ट पेपर या जो सामान चाहिए दे दें।

- जब उनका काम खत्म हो जाए तो दोनों समूहों के चार्ट पेपर एक साथ लगाएँ।
- अब नीचे दिए गए प्रश्न पूछें :
  - ⁎ ज़्यादा काम कौन करता है ?
  - ⁎ किसका काम ज़्यादा ज़रूरी है ?
  - ⁎ अगर कल से आदमी काम करना बंद कर दें तो क्या होगा ?
  - ⁎ अगर कल से औरतें काम करना बंद कर दें तो क्या होगा ?
  - ⁎ किसके काम को ज़्यादा महत्त्व दिया जाता है ?
- इसके बाद एक तीसरा चार्ट पेपर लगाएँ और प्रतिभागियों से पूछें कि दोनों औरतों और आदमियों के कामों में से ऐसे कौन से काम हैं जो दोनों कर सकते हैं ?
- प्रतिभागियों के जवाबों को तीसरे चार्ट पर लिखते जाएँ।
- बताएँ कि अधिकतर काम आदमी और औरतें दोनों कर सकते हैं। कमाने के लिए किया जाने वाला काम और घर का काम दोनों ही ज़रूरी हैं। लेकिन समाज पुरुषों के काम को अधिक महत्त्व देता है। परंपराओं के अनुसार घर के सारे काम महिलाओं की ज़िम्मेदारी होते हैं लेकिन जब ये काम पैसों के लिए करने होते हैं तो ये पुरुषों द्वारा किए जाते हैं। आपने देखा होगा हलवाई का काम, धोबी का काम, दर्ज़ी का काम अधिकतर आदमी करते हैं और पैसा कमाते हैं। औरतें यही सारा काम घर में करती हैं मगर उन्हें इसके कोई पैसे नहीं मिलते। इसलिए उनके काम को महत्त्व भी नहीं मिलता। औरते मज़दूरी करती हैं और खेत के कामों में भी हाथ बँटाती हैं लेकिन उन्हें किसान का दर्जा नहीं मिलता और ना खेती उनके नाम पर होती है।

ppk leVu d fy,

प्रशिक्षक यह कहते हुए खत्म करें कि हर चीज़ ज़िंदगी में कभी ना कभी पहली बार होती है। हमें सही दिशा में कोशिश करनी चाहिए। हम यह काम अपने घर से, अपने जीवन से शुरू कर सकते हैं। आज काफी बदलाव आ चुका है लेकिन अभी और काम करना बाकी है। हम अपनी दादी–नानी के ज़माने से तो आगे आ गए हैं लेकिन हमें इससे और आगे जाना है। हम अपने बच्चों को सिखा सकते हैं कि घर और बाहर के दोनों काम ज़रूरी हैं और इसे दोनों (महिला और पुरुष) कर सकते हैं। हमेशा बेटियों को घर के काम करने को ना कहें बेटों को भी हाथ बंटाने के लिए कहें। इससे वे बड़े होकर औरतों का सम्मान करना सीखेंगे और हम एक बेहतर समाज बना पाएँगे।

çfrHkkfx;k d lkpu d fy,

प्रतिभागियों से कहें कि वे घर जाकर सोचें और अगली बार आएँ तो बताएँ (अगर समय है तो प्रतिभागियों से पूछ सकते हैं) :

- आप अपने व्यवहार में और समुदाय में क्या बदलाव लाएँगी ?
- आप महिलाओं के खिलाफ हिंसा के बारे में मिली जानकारी को किसके साथ साँझा करेंगीं ?

l= 6 & gSMvkmV

tsaMj vk/kkfjr fgalk ds çdkj

हिंसा को मोटे तौर पर 4 श्रेणियों में बाँटकर देखा जा सकता है :

- शारीरिक
- भावनात्मक
- आर्थिक
- यौनिक

- कहिए कि हिंसा के कई उदाहरण हो सकते हैं, जो समुदाय में देखे जाते हैं। नीचे सूची से देखकर और प्रतिभागियों ने जो नाटक दिखाए हैं उनका उदाहरण देते हुए अलग–अलग तरह की हिंसा के बारे में समझाएँ।

शारीरिक हिंसा	शारीरिक बल जिससे शारीरिक क्षति, चोट या विकार हो जाए • थप्पड़ मारना, धक्का देना, घूंसा मारना, पिटाई करना, नोचना, गला दबाना, जलाना, शरीर का कोई अंग मोड़ देना आदि • किसी महिला को चिकित्सीय सहायता या अन्य कोई मदद लेने से रोकना • घरेलू सामान द्वारा मारना या घायल करना

यौनिक हिंसा	• बलात्कार और अन्य प्रकार के यौनिक हमले • अनचाहे यौनिक प्रयोजन या यौनिक उत्पीड़न • जबरन गर्भ ठहराना, जबरन गर्भसमापन और जबरन नसबंदी • जबरन या जल्दी विवाह
भावनात्मक हिंसा	• महिला या उसके किसी नज़दीकी को चोट पहुँचाने या हिंसा करने की धमकी देना • अपमान जनक व्यवहार और टिप्पणी • अलग–थलग कर देना और महिला पर प्रतिबंध लगाना
आर्थिक हिंसा	महिला की संसाधनों तक पहुँच जिसमें समय, पैसा, उसका आना–जाना, खाना, कपड़ा शामिल हैं, उसपर नियंत्रण रखना और उसे इससे वंचित करना • महिला को काम करने से रोकना • परिवार में होने वाले वित्तीय निर्णयों से उसे बाहर रखना • पैसा और वित्तीय जानकारी उसे ना देना • संयुक्त संपत्ति को बर्बाद करना

- इसके अलावा सामाजिक, सांस्कृतिक और धार्मिक प्रकार की भी जेंडर आधारित हिंसा होती है। उदाहरण के लिए, विधवाओं के साथ होने वाला भेदभाव, बेटियों के आगे बेटों को वरीयता देना, दहेज, अन्य जेंडर के लोगों के साथ हिंसा आदि। औरत के मर जाने के बाद आदमी को अपने रहन–सहन, खान–पान या व्यवहार में कोई बदलाव नहीं करना पड़ता है।
- जेंडर आधारित हिंसा जाति के आधार पर भी होती है। उदाहरण के लिए – नीची जाति की महिलाओं को छूना मना है, उनके हाथ का खाना–पीना मना है लेकिन खेत में उनसे काम करवाया जा सकता है, घरों के अंदर उनसे काम करवाया जाता है, उनका बलात्कार करने पर कोई रोक नहीं है।
- अन्य जेंडर के व्यक्तियों को समाज और परिवार स्वीकार नहीं करते लेकिन उनका शोषण करने में पीछे नहीं रहते।
- पंचायत में अगर कोई महिला जीतती है तो उसे स्वीकार नहीं किया जाता या पुरुष के बराबर सम्मान नहीं मिलता। अगर महिला नीची जाति की हो तो उसे किसी भी चीज़ में शामिल नहीं किया जाएगा। पंचायत में उसे कुर्सी पर सबके बराबर नहीं बैठने दिया जाएगा।

Hkkjr e efgykvk vkj yMfd;k d lkFk cykRdkj l tMk dN dkuu ¼375 vkj 376½

- कानून के अनुसार किसी भी महिला के (उसकी मर्ज़ी के खिलाफ) या 18 साल से कम उम्र की लड़की के शरीर में लिंग, वस्तु या किसी और अंग का डालना बलात्कार माना जाता है और यह भारत में दंडनीय अपराध है।
- बलात्कार के लिए दोषी पाए जाने वाले व्यक्ति को कम से कम सात साल और अधिकतम दस साल या उम्र कैद या मौत की सज़ा हो सकती है।
- बलात्कार की सूचना किसी भी थाने में दी जा सकती है। सूचना को हमेशा गुप्त रखे जाने का प्रावधान है।
- ऐसे मामलों की सुनवाई के समय इस बात को खास ध्यान रखा जाता है कि सुनवाई के समय मामले से जुड़े लोगों के अलावा कोई और वहाँ ना हो।
- जिन महिला के साथ बलात्कार हुआ है उनके बयान लेते समय दोनों अपराधी एवं न्यायाधीश के अलावा न्यायालय में कोई और मौजूद नहीं रहना चाहिए।

- कोई पुरुष यह जानने पर भी कि महिला गर्भवती है, यदि उसके साथ बलात्कार करता है तो उसे कम से कम दस साल की सज़ा हो सकती है।
- 18 साल से कम उम्र की लड़की के साथ बलात्कार करने के लिए कम से कम दस साल की सज़ा हो सकती है।
- यदि सामूहिक बलात्कार का मामला है तो उसमें शामिल प्रत्येक व्यक्ति को कम से कम 20 साल से उम्र कैद की सज़ा हो सकती है।
- संरक्षण या हिरासत में आई हुई लड़की या महिला के साथ बलात्कार करने के लिए कम से कम दस साल या उम्र कैद की सज़ा हो सकती है।

/;ku j[k

- बलात्कार होने पर पीड़िता (महिला या लड़की) को यह बात जल्द ही परिवार या किसी रिश्तेदार को बतानी चाहिए तथा पुलिस में रिपोर्ट करनी चाहिए।
- जल्द से जल्द डॉक्टरी जाँच के लिए जाना चाहिए।
- डॉक्टरी जाँच के पहले नहाना नहीं चाहिए। डॉक्टरी जाँच के लिए ले जाना पुलिस की ज़िम्मेदारी है। डॉक्टर को अपनी हर चोट के बारे में बताना चाहिए।
- पीड़िता के सहमति के बिना (अगर 18 साल से कम उम्र की है तो उसके अभिभावक के सहमति के बिना) डॉक्टर कोई भी डॉक्टरी जाँच नहीं कर सकते हैं।
- बलात्कार के समय पहने गए कपड़ों को बिना धोए पुलिस को जाँच के लिए सीलबन्द करके देना चाहिए। कानूनी कारवाई में ये कपड़े अहम सबूत के रुप में काम आ सकते हैं।

ngt çfr"k/k vf/kfu;e] 1961 l tMh dN ckr

- दहेज लेना और देना दोनों ही अपराध है।
- दहेज लेने और देने दोनों में सहायता करना भी कानूनन अपराध है।
- दहेज लेने या देने के लिए प्रचार–प्रसार करना भी अपराध है।
- दहेज लेने या देने के लिए पाँच साल तक की कैद और कम से कम पन्द्रह हज़ार रुपए का जुर्माना हो सकता है। दहेज की रकम अगर 15000 रुपए से ज़्यादा हो तो उसके बराबर जुर्माना हो सकता है।

- दहेज की परिभाषा में कहा गया है कि किसी भी प्रकार के सामान के लेनदेन को शादी के लिए आवश्यक शर्त माना जाना ही दहेज कहा जाएगा।
- परंपरा के तौर पर दिए गए समान को दहेज नहीं माना जाएगा।
- केवल दहेज माँगने के लिए कम से कम 6 महीने की कैद और जुर्माने की सज़ा हो सकती है।
- शादी के समय दुल्हा और दुल्हन को जो भी सामान दिया जाए उसकी सूची बनाकर दुल्हा–दुल्हन के हस्ताक्षर के साथ रखी जानी चाहिए।
- सूची में लिखे गए उपहार, उसकी लगभग कीमत और उसको देनेवाले का नाम साफ शब्दों में लिखा होना चाहिए। इस सूची में दो लोगों के गवाह के तौर पर हस्ताक्षर भी होने चाहिए।
- शादी के समय जो भी उपहार लड़की को दिए जाते हैं, उनपर पूरी तरह से लड़की का ही हक होता है और वो उसका स्त्रीधन होता है।

Øjrk l lcf/kr dkuu ¼498 ^,*½

- अगर किसी महिला का पति या उसके अन्य रिश्तेदार महिला के साथ शारीरिक या मानसिक रूप से क्रूरता करते हैं तो उन्हें तीन साल की सज़ा और जुर्माना भी हो सकता है।
- इस कानून मे क्रूरता का मतलब सिर्फ मारने या धमकी से नहीं है। किसी भी तरह कि माँग को भी क्रूरता माना जाता है।
- यदि कोई महिला अपने पति या उसके रिश्तेदारों की वजह से आत्महत्या करने को मजबूर होती है तो उसके लिए भी सज़ा का प्रावधान है।
- अगर किसी महिला का पति या उसके अन्य रिश्तेदार उसे गैरकानूनी तरीके से संपत्ति की मांग करते हैं या संपत्ति ना मिलने पर महिला को परेशान करते हैं, तो उन्हें तीन साल की सज़ा और जुर्माना भी हो सकता है।

ng t gR;k ¼304 ^ch*½

- यदि किसी महिला के साथ क्रूरतापूर्ण व्यवहार किया जाता है और शादी के सात साल के अन्दर उसकी किसी अप्राकृतिक तरीके से मृत्यु हो जाती है तो ऐसे में उसके पति और ससुराल वालों को उसकी मृत्यु का ज़िम्मेदार माना जाएगा।

- इस जुर्म के लिए कम से कम सात साल की कैद या उम्र कैद भी हो सकती है।
- जुर्म साबित करने के लिए ये साबित करना आवश्यक है कि मृत्यु के पहले महिला पर किसी प्रकार का अत्याचार किया गया था।
- यदि महिला की मृत्यु आत्महत्या या अप्राकृतिक कारणों से हुई है तो उसके मृत शरीर को सिविल सर्जन के पास जाँच के लिए अवश्य भेजना चाहिए।

vuSfrd 0;kikj ¼fuokj.k½ vf/kfu;e] 2006

- कोई भी व्यक्ति अगर किसी महिला को वेश्यावृति के लिए बेचता है या उसकी मर्जी के खिलाफ उसे भगाकर ले जाता है, तो यह अपराध है। इसके लिए अपराधी को 3 से 14 साल की सज़ा हो सकती है और 2000 रुपए तक का जुर्माना हो सकता है।
- यदि 18 साल से कम उम्र के व्यक्ति को वेश्यावृति के लिए भगाया जाता है या बेचा जाता है तो अपराधी को सात साल से लेकर उम्र कैद की सज़ा हो सकती है।

l= 7

usr`Ùo

mís';%

- एक नेता के रूप में अपनी पहचान को समझना
- एक नेता के गुणों और जीवन मूल्यों को समझना
- प्रभावी नेतृत्त्व के गुण व कार्य–शैली को समझना

xfrfof/k 7-1
urk dku gkrk g\

45 feuV

vko';d lkexh

चार्ट पेपर/फ्लिपचार्ट, मार्कर, पेन, कागज़

if'k{kd d fy, r;kjh

- प्रशिक्षक नेतृत्त्व के ऊपर अपनी समझ बनाएँ।
- प्रशिक्षक जब नेतृत्त्व की चर्चा करें और 'कुशलताओं' के बारे में चर्चा करें, तो महिला जन–प्रतिनिधियों तथा पंचायती राज संस्थाओं के संदर्भ को ध्यान में रखें।
- प्रतिभागियों को बोलने के लिए बढ़ावा दें।
- कहें कि सही और गलत कुछ नहीं है क्योंकि सबकी सोच अलग होती है इसलिए उन्हें जो भी लगता हैं वे खुलकर बताएँ।

fooj.k

- प्रतिभागियों से पूछें :
  - ✻ उनके विचार से नेता में क्या–क्या गुण होने चाहिए ?
  - ✻ एक नेता कैसा होना चाहिए ?
- प्रतिभागियों से जवाब लें और उन्हें एक चार्ट पेपर/फ्लिपचार्ट पर लिखते जाएँ।
- इस चार्ट को अलग रख लें। इसका इस्तेमाल बाद में करेंगे।
- कहें कि चलिए देखती हैं, क्या वाकई नेता ऐसे होते हैं।
- दूसरा चार्ट पेपर/फ्लिपचार्ट लें उसमें नीचे दिए अनुसार खाने बना लें।

i#"k@ efgyk	lkekftd& vkfFkd i"BHkfe	O;fDrxr fo'k"krk	dk'ky@ x.k	urÙo d ifj.kke

- फिर प्रतिभागियों से उनके मनपसंद नेता का नाम बताने के लिए कहें। स्पष्ट करें कि नेता का मतलब सिर्फ राजनेता नहीं है। समाज में, पंचायत में, घर–परिवार में, समुदाय में – नेता हर जगह हो सकते हैं।
- प्रतिभागियों से अपने पसंदीदा नेता के बारे में बताने के लिए कहें (नेता का नाम लेना ज़रूरी नहीं है)। वे नेता की सामाजिक–आर्थिक पृष्ठभूमि, उसकी खासियत, कुशलता, उसके नेतृत्त्व से क्या हुआ है, इसके बारे में बता सकती हैं। इसमें अच्छी और खराब दोनों बातें आ सकती हैं।
- इसके लिए नीचे दिए गए कारणों में से चुनने के लिए कहें :
  - ✻ क्या नेता कुछ बदलाव लाने में सफल रहे हैं ? (इसे 'नेतृत्त्व के परिणाम' वाले खाने में लिखें)
  - ✻ उसमें कुछ कौशल/गुण हैं, (इसे 'कौशल' वाले खाने में लिखें)
  - ✻ वे एक खास पृष्ठभूमि से संबंध रखते हैं ? (इसे 'सामाजिक–आर्थिक पृष्ठभूमि' वाले खाने में लिखें)
- यदि आपको लगे कि प्रतिभागियों को समझ नहीं आया है, तो आप नीचे दी गई सूची से उदाहरण दे सकते हैं।
- प्रतिभागियों से आई प्रतिक्रियाओं को चार्ट पेपर पर लिखते जाएँ।

• कोई गुण छूट जाए तो आप उसे जोड़ सकते हैं। आपकी सूची इस तरह की हो सकती है–

i#"k@ efgyk	lkekftd& vkfFkZd i"BHkwfe	0;fDrxr fo'ks"krk	dk'ky@ xq.k	urÙo dh ifj.kke
	• राजनीतिक परिवार से हैं • अनुभव • जाति का प्रभाव है • पैसे वाले हैं • समाज में उनकी धाक है • उनकी पहुँच है	• चुनौती का सामना करने की ताकत • अनुभव है • उत्साह है • पढ़े–लिखे/अनपढ़ • कम उम्र उम्रदराज़ • समझदार/दूर की सोच • ईमानदार • मुद्दे या विषय की समझ • दिल के अच्छे • ज़बान के पक्के	• आत्मविश्वास • सबको साथ लेकर चलना • सुनना व सही सलाह देना • जानकारी व ज्ञान प्राप्त करने का कौशल • साफ–साफ बोलना • सबके साथ सलाह करके फैसला लेना • महिलाओं से जुड़े मुद्दे उठाते हैं	• अधिकारियों से अच्छा मेल–मिलाप • लोकप्रियता • नाम होना/बदनामी • गाँव या क्षेत्र का विकास/पिछड़ापन • समस्याओं को पहचानना

- प्रतिभागियों से जवाब लेने के बाद आप देखेंगे कि ज़्यादातर नेता पुरुष होंगे। और उनके गुण भी पुरुषों से जुड़े हुए ही होंगे।
- प्रशिक्षक बताएँ कि कौशल और व्यक्ति की खासियत ऐसी चीज़ें हैं जो पैदायशी नहीं होतीं। इन्हें कोई भी इंसान सीख सकता है। नेता होने या सफल नेतृत्त्व करने के लिए कुछ कुशलताएँ ज़रूरी होती हैं, जैसे – बातचीत करने की कला, जागरूकता होना, सबको साथ लेकर चलना आदि।

xfrfof/k 7-2
efgyk usrk dh fLFkfr

45 feuV

vko';d lkexzh

कुछ नहीं

fooj.k

- प्रतिभागियों को तीन समूहों में बाँट दें।
- प्रतिभागियों को बताएँ कि हर समूह को एक–एक विषय दिया जाएगा। उन्हें उसपर समूह के साथ चर्चा करके एक छोटा नाटक तैयार करना है। विषय नीचे दिए गए हैं।
  - ✻ एक महिला अपने आपको नेता के रूप में कैसे देखती है ?
  - ✻ एक परिवार अपनी महिला नेता को कैसे देखता है ?
  - ✻ समाज/समुदाय महिला नेता को कैसे देखता है ?
- नाटक तैयार करने के लिए 15 मिनट का समय दें।
- फिर एक–एक करके सभी समूहों को अपना नाटक दिखाने के लिए बुलाएँ।
- प्रतिभागियों के विचार कुछ ऐसे हो सकते हैं :
  - ✻ महिलाओं की अपने बारे में सोच – नेता बनने से उनकी मान–प्रतिष्ठा बढ़ जाएगी, वे समाज और परिवार के लिए कुछ कर पाएँगी।
  - ✻ परिवार की सोच – घर का काम अब कौन करेगा, परिवार का नाम ऊँचा होगा, परिवार को फायदा मिलेगा।
  - ✻ समाज की सोच – महिलाओं को इतनी समझ नहीं होती, वे कामकाज के फैसले कैसे ले पाएँगी? औरत होकर हुक्म चलाएँगी, बहू–बेटी को बाहर नहीं निकलना चाहिए, ये औरतों के बस की बात नहीं है।
- प्रतिभागियों को बताएँ कि समाज और पुरुष महिलाओं को हमेशा पीछे रखना चाहते हैं। लेकिन आज स्थिति बदल गई और औरतें बाहर निकल रही हैं, पढ़ रही हैं, पंचायत का चुनाव लड़ रही हैं और देश के शासन में हिस्सा ले रही हैं।

- प्रशिक्षक अब सबसे पहले वाला (नेता के गुण) चार्ट पेपर निकालें और सामने लगाएँ।
- प्रतिभागियों को समझाएँ कि हो सकता है कि किसी व्यक्ति में ये सभी गुण मौजूद ना हों। बहुत से गुण ऐसे भी होंगे जो कई नेताओं में देखे जा सकते हैं।
- अगर चार्ट पर बताए गुणों को देखेंगी तो पता चलेगा कि महिलाओं में बहुत से गुण पहले से ही हैं। माना जाता है कि महिलाएँ जब परिवार की देखभाल करती हैं तो उन्हें उन सब कौशलों का इस्तेमाल करना पड़ता है। क्योंकि वे सभी का हित देखती हैं, सबका ख्याल रखती हैं, ज़रूरतों को पूरा करती हैं, बात सुनती हैं।
- ध्यान देने की बात यह है कि ईमानदारी किसी भी नेता का एक विशेष गुण होती है जिसके बारे में हम अक्सर विचार नहीं करते।
- बहुत कम पंचायत की सदस्य या महिला नेता अपने को नेता के तौर पर देखती हैं क्योंकि समाज हमें यही बताता है। लेकिन असल में महिलाओं में कौशल की कोई कमी नहीं है और महिलाओं को इस बात पर ध्यान देना चाहिए।
- अब 'सत्र 7 के हैंडआउट' से नेतृत्त्व के बारे में प्रतिभागियों को बताएँ और समझाएँ।

l= 7 & gSaMvkmV

usr`Ro dkS'ky

किसी भी सार्वजनिक पद पर रहने वाले व्यक्ति को अपने साथ वालों तथा आम लोगों को सही दिशा में बढ़ाने के लिए नेतृत्त्व देना पड़ता है। चाहे यह पद सरकार, राजनीति, पंचायत या गैर–सरकारी संस्थानों या व्यापार संगठनों में क्यों न हों। नेतृत्त्व की विशेष कुशलताएँ इन सभी क्षेत्रों में ज़िम्मेवार पद पर होने वाले व्यक्ति के पास होनी ज़रूरी हैं।

bu dq'kyrkvksa dks bl rjg le>k tk ldrk g%

Lo&tkx:drk rFkk vkRelEeku

- कोई भी व्यक्ति जो नए सिरे से नेतृत्त्व के पद पर आता है या आना चाहता है, उसे अपने बारे में जागरूक होना और आत्म–सम्मानी होना चाहिए। महिला जन–प्रतिनिधियों को, जो नेतृत्त्व की स्थिति में आने से पहले खुद को एक पत्नी, माँ, बहन और भाभी आदि के रूप में देखती थीं, उन्हें खुद को नई भूमिका में देखने की आदत डालनी होगी। यह नेतृत्त्व का पहला कदम है।
- आत्म–विश्वास के साथ बोलने व पेश आने के लिए आत्म–जागरूकता और आत्म–सम्मान आवश्यक हैं। जैसे–जैसे जानकारी होगी और काम में सफलता मिलेगी वैसे–वैसे आत्म–विश्वास भी बढ़ेगा। आत्म–विश्वासी होना एक लगातार चलने वाली प्रक्रिया है।

vkjksa dks lquuk vkSj lgkuHkwfr ds lkFk lykg nsus dk dkS'ky

- महिला जन–प्रतिनिधियों को ध्यान रहे कि उनके क्षेत्र के लोग उन्हें नेता और समझदार इंसान मानते हैं और यह भी मानते हैं कि उनकी समस्याओं का हल उनके पास है। वे सरकारी व्यवस्था और सेवाओं तक पहुँच के लिए भी आपको एक साधन के रूप में देखते हैं। उन्हें सही सलाह देना जन–प्रतिनिधि का काम है।

- परन्तु अगर वे अपनी समस्या का कोई गलत हल सोच रहे हों तो भी सबसे पहले यह ज़रूरी है कि आप उनसे सहानुभूति रखें और दिखाएँ। उन्हें सही सलाह देने के लिए आपको सही जानकारी भी होनी चाहिए। तो महिला जन–प्रतिनिधियों को सही और ताज़ा जानकारी से अपने आपको लैस रखने का कौशल भी हासिल करना चाहिए।
- यही कौशल पंचायती राज संस्था की बैठकों/आम सभाओं के लिए भी आवश्यक है। बैठकों और सभाओं में भी, चाहे बोलने वाले विरोधी ही क्यों न हों, चाहे आप उनसे सहमत हों या न हों, उनकी बातों से सहानुभूति रखते हुए ही उनसे बर्ताव करना चाहिए।

lc dk lkFk ykdj pyuk

- समाज में अलग–अलग व्यक्तियों, मोहल्लों, गाँवों, जाति–समाजों, वर्गों के बीच खींचतान, तनाव व झगड़े होना आम बात है। समाज में कई समस्याएँ भी हैं और विकास की माँगे भी। सारी समस्याएँ एक साथ हल नहीं की जा सकतीं, ना ही सारी माँगे एक साथ पूरी की जा सकती हैं। समस्याएँ व माँगें ऐसी हो सकती हैं जो एक पंचायत–क्षेत्र में सभी पर असर डालती हों। इस कारण से भी समाज में खींचतान होती है।
- एक पंचायत प्रतिनिधि को इन खींचतानों व आपसी टकराव के बीच काम करना होता है। और ऐसा काम, जिससे ज़्यादा से ज़्यादा लोगों का फायदा हो। बहुत अधिक गरीब व उपेक्षितों का विकास करना भी जन–प्रतिनिधियों की ज़िम्मेदारी है। महिलाओं व बच्चों की समस्याओं को दूर करने के कार्य को प्राथमिकता देनी चाहिए।

vke lgefr cukuk

- इसके लिए ज़रूरी है कि व्यक्तिगत रूप से किसी का पक्ष ना लें। समस्याओं और माँगों पर अच्छी तरह समझ बनाएँ और प्राथमिकता तय करें। और अपने विचारों को स्पष्ट और खुले रूप से बताएँ।
- आम राय बनाकर चलने में अधिक समय लग सकता है, पर इस तरह किया गया कोई भी काम लम्बे समय तक असरदार रहता है। इस तरह की प्रक्रिया में और आमतौर से एक जन–प्रतिनिधि के काम में आंतरिक तनाव बहुत होता है। मन में भावनाएँ भी उमड़ती हैं।
- जन–प्रतिनिधियों को सबकी बात सुनकर लोकतांत्रिक प्रक्रिया से फैसला लेने में तनाव से भी जूझना पड़ता है। इस कौशल में यह भी ज़रूरी है कि किसी भी मसले पर सभी पक्षों की बात सुनी जाए। जन–प्रतिनिधि पर यह ज़िम्मेदारी भी है कि ऐसा माहौल बनाएँ कि आपके पंचायत–क्षेत्र के सारे लोग खुलकर अपनी बात बोल सकें।

tkudkjh yuk o Kku çkIr djuk

- आज का समाज, राजनीति व सरकारी तंत्र बहुत ही जटिल है। सरकार के बहुत सारे कानून, सेवाएँ और विकास योजनाएँ हैं। इनके सही रूप से चलने के लिए सरकार ने एक व्यापक और गहरी व्यवस्था बनाई है। आज की राजनीति भी पेचीदगी और खींचतान से भरी हुई है। महिला जन–प्रतिनिधि, चाहे वे शिक्षित हों या अशिक्षित, उन्हें लगातार नई जानकारियों की खोज करनी पड़ेगी।
- जानकारी सब तक पहुँचाने के कई तरीके उपलब्ध हैं। सरकारी आदेश, पुस्तिकाएँ, अखबार, रेडियो, टी.वी., कम्प्यूटर, इंटरनेट ऐसे तरीके हैं, जिनसे पढ़े–लिखे और अनपढ़ दोनों बराबर फायदा उठा सकते हैं। रेडियो एक ऐसा साधन है जो अनपढ़ भी इस्तेमाल कर सकते हैं। औरों से सुनकर भी जानकारी ली जा सकती हैं। टेलीफोन और मोबाईल के माध्यम से दूर–दूर बैठे लोगों से बातचीत कर, चर्चाकर, जानकारी हासिल की जा सकती है।

ijoh djuk

- समस्याओं/माँगों का सही और स्थाई समाधान करना आवश्यक है। साथ ही इस तरह के समाधान को पंचायती राज संस्थाओं और सरकार तक पहुँचाना और उन्हें लागू करने के लिए पैरवी करना ज़रूरी होता है। 'पैरवी' का मतलब है – अपनी बात को हर तरीके से और हर मंच पर, अलग–अलग माध्यमों से उठाना।

- पैरवी के कुछ तरीके निम्नलिखित हैं :
  - * पंचायती राज संस्थान से जुड़े प्रस्ताव को उच्च स्तर की पंचायती राज संस्थाओं में भेजना
  - * संबंधित शासकीय अधिकारियों को प्रस्ताव की जानकारी भेजना
  - * नागरिकों का ज्ञापन
  - * अधिकारियों के सामने अपनी बात उठाना
  - * टेलिफोन/मोबाईल द्वारा संदेश देना
  - * मीडिया में अपनी बात उठाना, पंचायत के प्रस्ताव का प्रचार करना
  - * कोर्ट में जाना

lkQ&lkQ ckyuk

- जनप्रतिनिधि के काम में कई लोगों से बातचीत और बैठकें करनी पड़ती हैं। कभी बातचीत आमने–सामने एक या दो व्यक्तियों के साथ हो सकती है या कभी एक समूह के साथ, पंचायत की बैठकों में, सभाओं में हो सकती है। बातचीत, टेलीफोन या मोबाईल पर भी हो सकती है। अपने काम करवाने के लिए सबसे पहले जनप्रतिनिधि को अपनी बात साफ तरीके से रखना आना ज़रूरी है।
- साफ तरीके से बोलने के लिए स्पष्ट विचार रखना ज़रूरी होता है। खुद क्या चाहती हैं, उसे साफ तरह से समझना चाहिए। इसके लिए खुद से और समूह में उसे हमेशा चिंतन व मनन करना पड़ता है।
- इसके अलावा बातों का बारीकी से विश्लेषण करना, यानी गुण दोष भी आँकना होता है। किसी भी परिस्थिति में निराश होकर अपनी बात को छोड़ देना आसान होता है, पर एक जनप्रतिनिधि जिसपर हज़ारों लोग निर्भर होते हैं, उसे निराश नहीं होना चाहिए। इसके लिए सृजनात्मक विचार करना ज़रूरी है। यह विश्वास रखना कि किसी भी परिस्थिति और समस्या का हल ढूँढ़ा जा सकता है।
- साफ बोलने में कई तरह के जोखिम हैं जिनका जनप्रतिनिधि को सामना करना पड़ता है। कोई काम यदि ठीक से नहीं हो रहा है तो संघर्ष भी करना पड़ता है। जनप्रतिनिधि को संघर्ष करने से भागना नहीं चाहिए। जहाँ गलत काम होता है वहाँ आमना–सामना करना पड़ता है। इसका सामना पूरी जानकारी के साथ, नियम कानून के दायरे में और अपने पंचायत क्षेत्र की आम जनता को विश्वास में लेकर किया जाना चाहिए।

l= 8

ukjhokn vkSj ukjhoknh usr`Ro

mí' ;%

- नारीवाद की विचारधारा को जानना एवं समझना
- नारीवादी विचारधारा और निर्वाचित महिला प्रतिनिधियों के व्यक्तिगत और व्यवसायिक जीवन में क्या संबंध है समझना
- नारीवादी नेतृत्त्व के महत्त्व को समझना

xfrfof/k 8-1
ukjhokn D;k g\

vko';d lkexzh

कुछ नहीं

izf'k{kd ds fy, rS;kjh

- प्रशिक्षक नारीवादी नेतृत्त्व के ऊपर अपनी समझ बनाएँ।
- ध्यान रखें कि हो सकता है कि अधिकतर प्रतिभागियों ने नारीवाद का नाम पहली बार सुना हो।
- नारीवाद के ऊपर शायद ज़्यादा स्पष्टीकारण की ज़रूरत हो तो कोशिश करें कि सरल उदाहरणों से नारीवाद की बुनियादी समझ बनाई जा सके।

fooj.k

- सभी प्रतिभागियों को किसी दूसरी महिला के साथ बैठने को कहें जिन्हें वे नहीं जानती हों।
- उन्हें नीचे दिए गए सवालों पर 2–2 मिनट चर्चा करने के लिए कहें।
- बताएँ कि हर सवाल के बाद उन्हें अपना साथी बदलना है।
- प्रशिक्षक एक–एक करके सवाल पढ़ते जाएँ।
    - ✻ कोई ऐसी घटना याद कीजिए जब आपने पहली बार किसी के साथ कोई असमानता का व्यवहार या हिंसा होते देखा हो।
    - ✻ कोई ऐसी बात याद कीजिए जब आपने पहली बार किसी के अधिकारों के लिए आवाज़ या कदम उठाया।
    - ✻ क्या आप सामाजिक न्याय, जेंडर बराबरी के मुद्दे में विश्वास रखती हैं ? इन विचारों के साथ कैसे जुड़ीं ?

⁎ क्या आपने नारीवाद का नाम कभी सुना है ? यदि हाँ, तो बताएँ –

– मेरे हिसाब से नारीवाद ये है (प्रतिभागी अपने विचार बताएँ)।

– मैं अपने आप को नारीवादी मानती हूँ, हाँ या नहीं ?

- हर सवाल के बाद 2–3 प्रतिभागियों से उनका जवाब पूछें। पूरी चर्चा के बाद प्रतिभागियों को कहें कि वे फिर से अपनी जगह पर बैठ जाएँ।
- प्रशिक्षक इस बात पर ध्यान दें कि कितनी महिलाओं ने नारीवाद का नाम सुना है और कौन नारीवाद के बारे में बता रही हैं। उनको अपनी सुविधा के लिए कहीं नोट कर लें।
- फिर उनसे पूछें कि नारीवाद क्या है ? और वे खुद को नारीवादी क्यों मानती हैं या क्यों नहीं मानती हैं ?
- प्रतिभागियों के जवाब लें और चर्चा करें।
- इसके बाद समूह को बताएँ – नारीवाद के चार मुख्य आयाम हैं :

⁎ यह ऐसी विचारधारा है जो सिर्फ जेंडर समानता यानी आदमी – औरत के बीच बराबरी की बात नहीं करती। ये लोगों की पहचान और सामाजिक स्थानों के आपस में कहीं न कहीं जुड़े होने को स्वीकार करती है। यह भी स्वीकार करती है कि हम आपस में कहीं न कहीं जुड़कर और एक जैसे तरीकों से भेदभाव, बहिष्कार या उत्पीड़न को अनुभव करते हैं। इसलिए, नारीवाद अब केवल जेंडरों के बीच बराबरी का प्रयास नहीं है, बल्कि एक और अधिक गहरा परिवर्तन है, जो सभी जेंडर पहचानों (दुनिया में ऐसे बहुत लोग हैं जो औरत या आदमी के ढाँचे में नहीं आते) को स्वीकार करता है।

⁎ यह एक विश्लेषण के ढाँचे के रूप में काम करता है। नारीवाद ने पितृसत्ता (पुरुष अधिकारों और विशेषाधिकारों की सामाजिक व्यवस्था) और जेंडर की सोच को बदल दिया है।

⁎ यह सामाजिक बदलाव लाने का एक तरीका है। नारीवाद महिलाओं और अन्य उपेक्षित जेंडरों को मज़बूत बनाता है और जेंडर समानता के लिए काम करता है। नारीवाद का मानना है कि जो बदलाव महिलाओं की स्थिति और अधिकारों में बढ़ोतरी नहीं करता है, वह असली बदलाव नहीं है।

* नारीवादी जेंडर शक्ति संबंधों को बदलने और बेहतर बनाने की बात करता है। सत्ता का गलत इस्तेमाल करने वालों की बुराई करना काफी नहीं है, हमें अपने बर्ताव पर भी ध्यान देना चाहिए। जितना ध्यान हम अपने रोज़मर्रा के जीवन को अच्छा बनाने पर देती हैं, उतना ही ध्यान हमें उस दुनिया पर भी देने की ज़रूरत है, जिसकी हम बुराई कर रही हैं।

ppk leVu dk fy,

बताएँ कि एक नारीवादी नज़रिए से नेतृत्त्व करने का मतलब है, नारीवादी चश्में की शक्ति से लैस होना। जो नेता को अन्याय और उत्पीड़न की पहचान करने के लायक बनाता है और उसे और सबको जोड़कर, समुदायों के विकास को सरल बनाने के लिए प्रेरित करता है। नारीवादी नेता निष्पक्षता, न्याय और समानता को महत्त्व देते हैं और जेंडर, नस्ल, सामाजिक वर्ग, यौन पंसद और क्षमता के मुद्दों को सबसे आगे रखने की कोशिश करते हैं। नारीवादी नेतृत्त्व के विशेष तत्वों में व्यक्ति के या छोटे स्तर और समाज के या बड़े स्तर, दोनों पर सामाजिक न्याय की चिंताओं पर ध्यान देना, पिछड़े लोगों की आवाज़ को महत्त्व देना और एक बदलाव लाने के प्रयास के लिए जोखिम लेने की इच्छा शामिल होती है।

इसलिए नारीवादी नेतृत्त्व केवल इसके बारे में नहीं है कि आप अपने साथ या दूसरों के लिए क्या करते हैं, बल्कि इस बारे में भी है कि आप बाहर की दुनिया में जो बदलाव चाहते हैं, उसे पाने के लिए अपने अंदर क्या बदलाव लाते हैं। नारीवादी नेतृत्त्व विश्लेषण और रणनीति से परे दैनिक व्यवहारों में जाता है और इस कारण, हमें अपने सोचने व महसूस करने के तरीके और शारीरिक संवेदनाओं को संबोधित करने की ज़रूरत है। इसका मतलब पंचायत में या बाहर के लोगों के साथ क्या हो रहा है, केवल वही नहीं बल्कि अपने खुद के बारे में, कि हमारे अंदर क्या चल रहा है, उसकी जागरूकता भी होनी चाहिए।

नारीवादी नेतृत्त्व बदलाव की प्रक्रिया में हर व्यक्ति की नेतृत्त्व क्षमता को मान्यता देता है। नेतृत्त्व करने का मतलब बड़े बदलाव के लिए ज़िम्मेदारी लेने की प्रतिबद्धता और उसके लिए अपने तरीके से योगदान देना है, चाहे घर में, परिवार में, पंचायत में, समाज में हमारी भूमिका, स्थिति, शक्ति या पद कोई भी क्यों न हो। हमें नेता होने की भूमिका में निम्न बातों पर ध्यान देना चाहिए :

- सभी पुरुषों और महिलाओं के बीच बराबरी का संबंध होना चाहिए। उदाहरण के लिए एक महिला को भी कमाने के मौके मिलने चाहिए और उसी तरह से एक पुरुष को घर के कामों में हाथ बँटाना चाहिए। ना कि सारे घर के काम औरत ही करें और कमाने की ज़िम्मेदारी सिर्फ आदमी ही उठाए।

- सभी जेंडरों के बीच सत्ता रहित संबंध हों। उदाहरण के लिए महिला, पुरुष और अन्य जेंडर (ट्रांसजेंडर), किसी के साथ भी उनके जेंडर के आधार पर भेदभाव ना हों। सभी को बराबर के मौके मिलें, जैसे, पंचायत में जो भी चुना जाए उसके पद का महत्त्व हो ना कि यह देखा जाए कि वह महिला है या पुरुष या किसी और जेंडर का व्यक्ति। गरिमा पद की हो, व्यक्ति के जेंडर की नहीं।
- अलग–अलग सामाजिक, धार्मिक और आर्थिक समूहों के लोगों के बीच सत्ता संबंध और भेदभाव ना हों। यानी किसी का भी उसकी सामाजिक, धार्मिक और आर्थिक स्थिति के कारण फायदा या नुकसान ना हो। सभी के साथ समान व्यवहार हो।

सरल शब्दों में नारीवाद, पितृसत्ता जो महिलाओं को दबाने वाली व्यवस्था है, उसका जवाब है। तो कह सकते हैं कि बिना किसी पक्षपात के समानता के लिए संघर्ष करना नारीवाद है। आमतौर पर हमारे मन में नारीवादियों की एक नकारात्मक छवि ही होती है। आम धारणा होती है कि पुरुषों जैसे कपड़े पहनने वाली, छोटे बालों वाली, घरों को तोड़ने वाली, सिगरेट व शराब पीने वाली, सामाजिक मान्यताओं को तोड़ने वाली या सीधे शब्दों में "खराब महिलाएँ" नारीवादी होती हैं। वे बराबरी की बात करती हैं, इसलिए उनकी एक नकारात्मक छवि बना दी जाती है।

नारीवाद सोचने या देखने का एक नज़रिया है इसलिए आदमी भी नारीवादी हो सकते हैं।

इस बात पर ज़ोर दें कि नारीवाद पुरुष विरोधी नहीं हैं, बल्कि यह पितृसत्ता के खिलाफ सोच है और असमानताओं का विरोध करती है।

xfrfof/k 8-2

lp D;k] >B D;k\

40 feuV

vko';d lkexzh

प्रश्नों की प्रिंटेड कॉपी

fooj.k

- प्रतिभागियों से कहें कि चलिए देखें हम नारीवाद को कैसे समझते हैं।
- प्रतिभागियों को दो समूहों में बाँट दें। यह ध्यान रखें कि हर समूह में कम से कम एक महिला पढ़–लिख सकती हो।
- अब प्रशिक्षक प्रतिभागियों से कहें कि दोनों समूह नीचे दिए गए प्रश्नों पर चर्चा करें और पेश करें कि वे इन बातों के बारे में क्या सोचती हैं।
  - नारीवाद पुरुषों से घृणा करता है। नारीवाद परिवार विरोधी, संतान विरोधी होता है और महिला को अकेले रहने के लिए बढ़ावा देता है।
  - नारीवाद धर्म विरोधी होता है। अगर आप नारीवादी हैं तो आप एक अच्छी मुसलमान हिन्दू/ईसाई/बौद्ध महिला नहीं हो सकतीं या फिर एक सच्ची बंगलादेशी/भारतीय/नेपाली, अफगानी महिला नहीं हो सकतीं।
  - केवल महिलाएँ ही नारीवादी हो सकती हैं।
  - नारीवाद हमारी 'संस्कृति और परम्पराओं' के खिलाफ है।
  - नारीवादी महिलाएँ बदसूरत, नाखुश, यौन रूप से कुंठित, लेस्बियन (समलैंगिक) होती हैं।
  - नारीवाद की क्या ज़रुरत है? हमारी संस्कृति में तो महिलाओं की पूजा की जाती है!
- जब दोनों समूह अपने–अपने विचार पेश कर लें, उसके बाद बताएँ कि ये जितनी भी बातें नारीवाद के बारे में कहीं जाती हैं, सच नहीं हैं।

ppk lekVu dk fy,

समझाएँ कि नारीवाद पुरुष विरोधी नहीं है, बल्कि यह पुरुषों को विशेष अधिकार दिए जाने की व्यवस्था का विरोध

करता है। नारीवाद सभी को अपनी पसंद के साथी चुनने तथा अपने जीवन से जुड़े फैसले खुद लेने के अधिकार को सही मानता है। नारीवाद परिवार विरोधी नहीं है, बल्कि ऐसे परिवारों का समर्थन करता है, जहाँ किसी तरह का दमन और हिंसा ना हो। नारीवाद संतान विरोधी नहीं है, लेकिन सभी द्वारा अपनी इच्छा से अपनी प्रजनन शक्ति पर नियंत्रण रखने के अधिकार (इसमें संतान न पैदा करने का अधिकार भी शामिल है) का समर्थक है। नारीवाद धर्म विरोधी नहीं है, लेकिन यह जेंडर के आधार पर भेदभाव करने, हिंसा करने और असमानता बढ़ाने को सही ठहराने के लिए धर्म के प्रयोग का विरोध करता है।

नारीवाद एक विचारधारा है – यह जेंडर या प्रजनन अंगों से जुड़ी चीज़ नहीं है। इस विचारधारा को महिला और पुरुष या अन्य कोई भी मान सकता है और अपना सकता है।

नारीवाद परंपरा या संस्कृति विरोधी नहीं है लेकिन यह सवाल ज़रूर उठाता है कि हमारी संस्कृति और परंपरा क्या है, इसका फैसला कौन करता है ? नारीवाद ऐसी प्रथाओं/रिवाजों का विरोध करता है जो जेंडर भेद पर आधारित हैं या हिंसा और असमानता को बढ़ावा देती हैं।

नारीवादी, गुस्सैल, चिड़चिड़ी, परेशान और नाखुश महिलाएँ नहीं होती हैं। ये सामान्य महिलाएँ हैं जो हिंसा, गैर बराबरी, पक्षपात और सिर्फ आदमियों के फायदे के लिए बनाए गए नियमों का विरोध करती है।

यदि पंचायत में नारीवादी नज़रिए से काम करें तो सभी कमज़ोर लोगों को सहायता मिलेगी। यह नज़रिया सभी मुद्दों में से सबसे ज़रूरी मुद्दों को पहचानने में मदद कर सकता है। इसे निम्न में अपनाया जा सकता है :

- योजनाओं को लागू करने में
- जॉब कार्ड का मालिकाना हक निर्धारित करने में
- इंदिरा आवास के लाभार्थी निर्धारित करने में
- राशन कार्ड का मालिकाना हक, सार्वजनिक लाभ की योजना को लागू करने में
- नौकरी वाले पदों में
- घरेलू कामकाज के दायित्व में
- विभिन्न व्यवसाय आधारित जातिगत संबोधन (धोबी, चमार, नाई, इत्यादि) में शब्दों के प्रयोग में
- समान कार्यों में जातिगत भेदभाव के विरुद्ध
- सामान्यतः शब्दों के प्रयोग में

xfrfof/k 8-3
ge dSls urk gSa\

30 feuV

vko';d lkexh

केस स्टडी की कॉपियाँ

fooj.k

- प्रतिभागियों से कहें कि नारीवाद को केवल जानना काफी नहीं है। हमें इसे अपने व्यवहार में लाना भी ज़रूरी है, तभी हम बदलाव की ओर चल सकते हैं।
- प्रतिभागियों को 4 समूहों में बाँट दें। ध्यान रखें कि हर समूह में एक महिला पढ़–लिख सकती हो।
- हर समूह को एक–एक केस स्टडी दें और उसपर चर्चा करने के लिए कहें। चर्चा करते हुए उन्हें यह देखना है कि उनमें क्या चुनौतियाँ आईं या क्या चीज़ें दिखाई दीं

dsl LVMh 1

मनकी एक घरेलू महिला है। उसके पति ने उसे महिला सीट के कारण पंचायत का चुनाव लड़ने के लिए खड़ा कर दिया। मनकी जीत गई लेकिन वह पंचायत का कोई काम नहीं करती। उसका पति ही पंचायत का सारा काम देखता है। वह बैठकों में नहीं जाती और किसी अधिकारी से नहीं मिलती। एक दिन फुलिया मनकी के पास आती है और कहती है कि उसके पास काम नहीं है। फुलिया मनकी को कहती है कि वह उसे मनरेगा में काम दिलवा दे। मनकी अपने पति से फुलिया की बात करती है। उसका पति उसे डाँट कर चुप करा देता है, कहता है, उसे इन सब चीज़ों में पड़ने की ज़रूरत नहीं है।

ppkZ ds fy, ç'u

- आपको इसमें क्या चीज़ें दिखाई दी ?
- क्या कमियाँ हैं ?
- आप मनकी होतीं तो क्या करतीं ?

d:l LVMh 2

रहीमा 12 साल की है और उसका भाई 10 साल का है। वह छट्टी कक्षा में पढ़ती है। उसके अम्मी–अब्बा उसे पढ़ाई बंद करने के लिए कहते हैं। उसके अब्बा दिहाड़ी मज़दूर हैं। अम्मी कहती है, उसे अब स्कूल ना जाकर घर का काम सीखना चाहिए। रहीमा आगे पढ़ाई करना चाहती है। उसके अब्बा कहते हैं कि वे दोनों बच्चों को नहीं पढ़ा सकते इसलिए रहीमा को पढ़ाई छोड़नी पड़ेगी। रहीमा के अम्मी–अब्बा उसके लिए लड़का देखना शुरू कर देते हैं। रहीमा अभी निकाह नहीं करना चाहती। वह अभी आगे पढ़ना चाहती है। वह अपनी सहेली राजो से मिलती है और उसे अपनी स्थिति के बारे में बताती है। रहीमा को समझ नहीं आता कि वह क्या करे और अपने अम्मी–अब्बा को कैसे समझाए।

ppk d: fy, ç'u

⁕ आपको इसमें क्या चीज़ें दिखाई दीं ?

⁕ क्या कमियाँ हैं ?

⁕ आप पंचायत की नेता होने के नाते, उसकी मदद कैसे करतीं ?

d:l LVMh 3

निचकुनिया की शादी को दो साल हो गए हैं। उसके अभी तक बच्चे नहीं हैं। उसकी सास दिन–रात उसे ताने देती रहती है और इलाज कराने के लिए कहती है। निचकुनिया के माता–पिता गरीब हैं। निचकुनिया का पति खेती–बाड़ी का काम करता है। आजकल वह रोज़ शराब पीकर आता है और छोटी–छोटी बात पर उससे लड़ाई करता है। कभी–कभी हाथ भी उठा देता है। गाली देना तो आम बात है। उसकी सास ये सब देखती है लेकिन कुछ नहीं कहती। आज निचकुनिया की तबीयत खराब है। वह सुबह से बिस्तर से भी नहीं उठी है। पति घर आता है, तो वह खाना देती है। पानी लाती है तो उसके हाथ से गिलास गिर जाता है। पति आग–बबूला हो जाता है, उसे पीटता है और घर से निकाल देता है।

ppk d: fy, ç'u

⁕ आपको इसमें क्या चीज़ें दिखाई दी ?

⁕ क्या कमियाँ हैं ?

⁕ पंचायत सदस्य होने के नाते आप क्या करतीं ?

d:l LVMh 4

शिमला देवी प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र में साफ–सफाई का काम करती हैं। उनका बेटा दसवीं कक्षा में पढ़ता है और उसकी सालाना परीक्षा होने वाली है। वह चाहती हैं कि बेटे की पढ़ाई में मदद करने के लिए उनमें या पति में से कोई एक कुछ दिन घर पर रहे और उसका ख्याल रखे। शिमला देवी का पति छुट्टी लेने को तैयार नहीं है, हालाँकि उसके पास छुट्टियाँ हैं। उसका कहना है कि बच्चे की देखभाल करना माँ की ज़िम्मेदारी होती है और इसलिए शिमला देवी को छुट्टी लेनी चाहिए। शिमला देवी अपनी सुपरवाइज़र से छुट्टी देने के लिए बात करती हैं लेकिन सुपरवाइज़र मना कर देती है।

ppk d fy, ç'u

- ✻ आपको इसमें क्या चीज़ें दिखाई दीं ?
- ✻ क्या कमियाँ हैं ?
- ✻ नेतृत्त्व के रूप में यहाँ क्या मुद्दे हैं ? यदि आप सुपरवाइज़र होतीं तो क्या और कैसे फैसला लेतीं ?
- ✻ क्या बच्चे की देखभाल करना केवल महिला की ज़िम्मेदारी है ?

d:l LVMh 5

आपके गाँव की कुछ महिलाएँ जो बचत समूह से जुड़ी हुई हैं, खेत में मज़दूरी करने वाली महिलाओं के यौन शोषण के मुद्दे पर अभियान चलाना चाहती हैं। लेकिन सभी महिलाएँ इस मुद्दे से सहमत नहीं हैं। कुछ उनमें से महिलाएँ घरेलू हिंसा के मुद्दे पर अभियान चलाना चाहती हैं। इसपर बात करने में कुछ असहज हैं और इस प्रस्ताव को अस्वीकार कर देती हैं।

ppk d fy, ç'u

- ✻ कौन सा मुद्दा महत्त्वपूर्ण है ?
- ✻ आप इसपर कैसे बातचीत को आगे बढ़ाएँगी ?
- ✻ आप फैसला कैसे लेंगी ?
- ✻ क्या दोनों मुद्दों पर बात करनी चाहिए ?
- ✻ क्या महिलाओं को घर के अंदर और बाहर सुरक्षा की ज़रूरत है ?

- हर समूह अपने–अपने विचार बारी–बारी से पेश करें। बाकी के समूहों से पूछें कि क्या वो कुछ जोड़ना चाहते हैं।
- सबकी प्रस्तुति होने के बाद पूरे समूह के साथ चर्चा करें।

ppk leVu d fy,

अंत में समाप्त करते हुए प्रतिभागियों को बताएँ – समस्या को समझते हुए निम्न मुख्य बातों का ध्यान रखना चाहिए :

- बात सही या गलत ढूँढने की नहीं होती, समस्या को नारीवादी नज़रिए से देखें। स्थिति कई तरीके से देखी जा सकती है, पर हमें अपना नज़रिया मज़बूत और पैना करने की ज़रुरत है।
- जब समानता का जुड़ाव रोज़ के व्यवहार और सोच में होगा तभी समझिए कि आप नारीवादी नेतृत्त्व कर रही हैं। केवल सत्ता का इस्तेमाल नेतृत्त्व नहीं होता है।
- हमारा पूरा व्यक्तित्व पहचान और अनुभव निर्धारित करते हैं कि हम नेतृत्त्व कैसे कर रही हैं। हमारे नेतृत्त्व का तरीका –सामाजिक, आर्थिक एवं अन्य तरह की पहचान (साथ में इनके साथ उपजने वाले पूर्वाग्रह); हमारे सामाजिक मूल्य, संपर्क, नेटवर्क, हमारी शारीरिक संवेदनाएँ और हमारी क्षमताएँ, इन सब पर निर्भर होता है और ये हमारे नेतृत्त्व के तरीके को भी प्रभावित करते हैं।
- देखना आवश्यक है कि किसी भी परिस्थिति में कौन कमज़ोर है और क्यों कमज़ोर है, किसके साथ भेदभाव हो रहा है और क्यों हो रहा है? यह हमें समस्या को जड़ से खत्म करने में मदद करता है।
- निर्धारित करें कि कौन सा कार्य या सहयोग पहले आवश्यक है और क्यों?
- हमारे व्यवहार और व्यवस्थाओं में सत्ता का उपयोग कम करने के लिए ठोस उपाय करने चाहिए।

e[; ln'k

- नेतृत्त्व के गुणों को विकसित किया जा सकता है और हर व्यक्ति में नेतृत्त्व क्षमता होती है।
- पंचायत की महिला सदस्य अक्सर खुद को नेता के रूप में नहीं देखती हैं। खुद को सामुदायिक नेतृत्त्वकारी भूमिका में देखना बहुत महत्त्वपूर्ण है।
- यह जान लेना चाहिए कि महिलाओं से जुड़े मुद्दों को उठाना महत्त्वपूर्ण हो सकता है लेकिन अगर इसे दया की बजाए महिलाओं के सशक्तीकरण के नज़रिए से देखा जाए तो यह और भी महत्त्वपूर्ण हो जाता है।
- पंचायत का सदस्य होने के नाते केवल नेतृत्त्व करना काफी नहीं हैं, नेतृत्त्व नारीवादी नज़रिए हो यह भी ज़रूरी है।

l=8 &
gSMvkmV

ukjhokn D;k gS \

- एक सोच, दृष्टिकोण, नज़रिया।
- नारीवाद की दृष्टि क्या है/लक्ष्य क्या हैं? सामाजिक असमानता को दूर करना, शिक्षण, अत्याचार को हटाना और मानवाधारित दृष्टि लाना।
- रुढ़ी आधारित व्यवस्था को खत्म करना।

ukjhokn dk y{; D;k gS \

सामाजिक असमानता के स्थान पर समानता स्थापित करना।

शोषण, अत्याचार के बदले मानव अधिकार आधारित व्यवस्था लाना।

ukjhokn 'kCn dk gh ç;ksx D;ksa \

सभ्यता शुरू होने से ही समाज के सभी क्षेत्रों – जाति, धर्म, समुदाय, वर्ग आदि में महिलाएँ ही असमानता की शिकार ही रही हैं।

ukjhoknh dkSu gS \

कोई भी महिला, पुरुष, संगठन, संस्थान, जो असमानता विरोधी नज़रिए से समानता के लिए कार्य करते हुए समाज में बदलाव की वकालत करता है।

vlekurk dk utfj;k D;k gS \ ;s dgk¡&dgk¡ fn[kkbZ nsrh gS \

fj'rksa esa

- बेटी – बहू
- सास – माँ
- बेटा – बेटी

- सास – बहू
- भाई – बहन

thou dh ifjfLFkfr;k e

- विधवा – विधुर
- कुँवारी माँ
- बलात्कार पीड़िता लड़की
- किसी कारण घर से दो रात बाहर रहने वाली लड़की
- राजपूत लड़की और दलित लड़का
- भूमिहीन और भूमि वाले परिवार
- पढ़ा–लिखा और अनपढ़ इंसान
- नौकरीपेशा औरत और मज़दूरी करने वाला आदमी

;k tukvk dk ykx dju e

- जॉब कार्ड का मालिकाना हक
- इंदिरा आवास का लाभार्थी
- राशन कार्ड का मालिकाना हक, सार्वजनिक लाभ की योजना को लागू करना
- नौकरी वाले पदों में
- घरेलू कामकाज के दायित्व में
- विभिन्न पेशा आधारित जातिगत संबोधनों में
- समान कार्यों में जातिगत भेदभाव
- शब्दों के प्रयोग में

ukjhokn D;k [kkl g \

नारीवाद कुछ कारणों से अनोखा है।

- नारीवाद सबसे निजी और पारिवारिक संबंधों में भी सत्ता के संबंधो की बात करता है। जैसे घर में, परिवार, पति–पत्नी और रिश्तेदारी में।

- नारीवाद ने यह भी सिखाया है कि जो व्यक्तिगत है, वह राजनीतिक भी है यानी जो हम घर में करते हैं वही बात हम बाहर भी करते हैं। जैसे औरत के साथ मार–पीट या हिंसा कोई घरेलू मामला नहीं है। बाहर तो हम महिला हिंसा के विरोध में नारे लगाते हैं पर घर में हम मानते हैं कि सब कुछ चलता है। घर में भी हिंसा का विश्लेषण करना चाहिए। बाहर तो समान अधिकार और आर्थिक बराबरी की बात करते हैं, पर घर में विश्लेषण नहीं करते कि बराबरी है या नहीं? क्या हम घर में बराबरी का व्यवहार करते हैं, यह सोचना ज़रूरी है।
- किसी के साथ किसी भी कारण से जेंडर, जाति, रंग, धर्म, शिक्षा, धन इत्यादि, कोई भी भेदभाव नहीं होना चाहिए। सिर्फ महिला और पुरुष के बीच की असमानता की बात नहीं है। सभी धर्मों और जाति के लोगों में भी समानता होनी चाहिए।
- नारीवाद गहरे लोकतंत्र की बात करता है, कहें कुछ और करें कुछ, वाला हिसाब नहीं होना चाहिए। हमें खुद गहराई से इन मूल्यों को मानना चाहिए और शुरुआत खुद से और अपने घर से होनी चाहिए। क्या हम अपने घर के सदस्यों, बच्चों, रिश्तेदारों, काम के साथियों के साथ वैसा व्यवहार करते हैं जैसे व्यवहार की उम्मीद हम उनसे अपने लिए करते हैं ? सभी का सम्मान करना जरूरी है। जब कोई फैसला लिया जा रहा हो तो जिनपर उस फैसले का असर पड़ने वाला है, उनकी बात सुनना एक बुनियादी ज़रूरत है।

  केवल जेंडर या धर्म से जुड़े भेद ही नहीं बल्कि इंसान की पूरी वास्तविकताएँ देखनी चाहिए।

  जैसे अगर मैं दलित महिला हूँ इसलिए मेरे साथ हिंसा हो रही है। मैं पढ़ी–लिखी नहीं हूँ इसलिए किसी थाने नहीं जा पा रही हूँ, तो न्याय के लिए मुझे अनेक तरह से सहायता चाहिए ना कि सिर्फ एक। क्योंकि महिला, जाति और पढ़ाई इन सबकी बात करेंगे तभी न्याय मिलेगा। हमारी एक पहचान नहीं होती है। कई सारी वास्तविकताएँ मिलकर हमारी पहचान बनाती हैं, जैसे, आप महिला हो, आप किसी खास समुदाय की हो, पढ़ी–लिखी हो, नौकरी करती हो, ये सब आपकी पहचान के हिस्से हैं। घरेलू हिंसा महिलाओं का मुद्दा है, यह कहकर इसे टाल देना, कहाँ तक सही है ?

fdlh Hkh 0;fDr dk ukjhoknh D;k gkuk pkfg, \

पितृसत्ता यानी पुरुष महिलाओं से बेहतर हैं, यह सोच हमारे दिमाग में अंदर बहुत गहरे तक बैठ गई है, और हमें यही लगता है। हमें इसमें कोई परेशानी महसूस नहीं होती है। यह सोच हर जगह पर है और फिर भी हम इसे देख नहीं पाते और इसे जीवन का भाग मानते हैं। पितृसत्ता के विचार को और उन मान्यताओं और संस्थाओं को, जिनके माध्यम से पितृसत्ता कायम रहती है, बदलने के लिए नारीवादी विचारधारा, विश्लेषण, बदलाव की कार्य योजनाओं की ज़रुरत होती है और इसीलिए हमें 'नारीवादी नेतृत्त्व' की आवश्यकता है।

नारीवादी हर तरह के भेदभाव को समाप्त करने की कोशिश करते हैं। एक नेता और नारीवादी नेता में बहुत अंतर हो जाता है। आज हमें ज़्यादा से ज़्यादा नारीवादी नेताओं की ज़रुरत है ताकि समाज में बराबरी का माहौल बने। सभी को अपने हक मिलें और आगे बढ़ने का मौका मिले।

ifjf'k"V 1

eku rkMu oky vkj mRçjd [ky ¼vkbl&cdj ,M ,ujtkbtj½

हर कार्यशाला में मौन तोड़ने वाले और उत्प्रेरक खेल सुविधाजनक और मैत्रीपूर्ण वातावरण बनाने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

परिचय के लिए खेल 1 या 2 का प्रयोग किया जा सकता है।

[ky 1 %

प्रतिभागियों को गोलाकार में बैठने को कहें। फिर उनसे उनका नाम और पसंदीदा फल बताने को कहें और साथ ही उस फल और स्वंय में कोई समानता भी बताने के लिए कहें।

mnkgj.k% मेरा नाम मंजुल है और मुझे सेब पसंद हैं क्योंकि मेरे गाल सेब की तरह लाल हैं।

[ky 2 % प्रतिभागियों से अपनी एक खूबी / खामी बताने के साथ अपना नाम बताने को कहें।

mnkgj.k % मेरा नाम चंचल सुनीता है।

प्रशिक्षक को खेल की शुरूआत अपना नाम बताकर करनी चाहिए ताकि प्रतिभागियों को अच्छी तरह समझ आ जाए।

eku rkMu dh fy, ¼vkbl&cdj½

पहला सत्र कार्यशाला के उद्देश्य को स्थापित करने और परिचित होने के लिए बिताना चाहिए। इसे मौन तोड़ने वाले (आइस–ब्रेकर) खेलों के साथ किया जा सकता है, जो शुरूआती सत्र में तनाव और चिंता कम करने और समूह को तुरंत कार्यशाला में जोड़ने की तकनीकें है। आयु, परिपक्वता, और समूह के सदस्यों के अनुभवों के आधार पर प्रशिक्षक निम्न में से एक या एक से अधिक खेलों का इस्तेमाल कर सकते हैं।

HkM+ vkj HkfM+;k

सभी प्रतिभागियों को खड़े होकर एक गोला बनाने को कहें। फिर उनमें से किसी एक को अपनी मर्ज़ी से भेड़ और एक को भेड़िया बनने के लिए कहें। प्रतिभागी एक दूसरे का हाथ पकड़ कर मज़बूत गोला बनाएँ और भेड़ गोले के अंदर खड़ी हो। अब भेड़िये को भेड़ पर हमला करना है और भेड़ को अपने आप को बचाना है, चाहे गोले के अंदर रहकर या उससे बाहर जाकर। गोले में खड़ी प्रतिभागियों को मज़बूती दिखा कर भेड़ की मदद करनी है और भेड़िये को अंदर आने से रोकना है। इसी खेल को दोबारा दूसरी दो महिलाओं के साथ भी खेला जा सकता है।

D;k rEg ;kn g \

सभी प्रतिभागियों को गोला बनाकर बैठने को कहें। अब एक प्रतिभागी दूसरी प्रतिभागी को अपना नाम बताए। फिर दूसरी प्रतिभागी, तीसरी प्रतिभागी को, पहली प्रतिभागी का और अपना नाम बताए। फिर तीसरी प्रतिभागी, पहले दो के साथ, अपना नाम चौथी को बताए और इस तरह आगे नाम जोड़कर बताती जाएँ। प्रशिक्षण के दूसरे दिन यह खेल काफी अच्छा रहता है।

उदाहरण : मेरा नाम मंजू है, मेरा नाम मंजू प्रिया है, मेरा नाम मंजू प्रिया रूनझुन है.....

ekuo J`[kyk

समूह को हाथ पकड़ कर गोले में खड़े होने को कहें। अब एक महिला बंधे हाथों के बीच से निकले और बाकी उसके पीछे पीछे चलें। ज़्यादा संभावना है कि वे आपस में उलझ जाएँगी और हाथ छोड़ देंगी या फिर शायद कुछ देर तक खेल चलता रहे।

eu lqu r eu D;k dgk!

समूह को एक गोले में बैठने को कहें। अब एक महिला कोई एक वाक्य सोचकर दूसरी के कान में कहे। फिर दूसरी, तीसरी के कान में कहे और तीसरी, चौथी के, जब तक कि आखिरी प्रतिभागी ना सुन ले यह सिलसिला इसी तरह चलाते रहें। इसके बाद आखिरी प्रतिभागी को ऊँची आवाज़ में वाक्य दोहराने को कहें। सब बिना हँसे नहीं रह पाएँगी क्योंकि मूल वाक्य अब तक कुछ और ही बन गया होगा।

viuh txg l u fgyuk

कुल संख्या के हिसाब से प्रतिभागियों को तीन या चार समूहों में बाँट दें। अब हर समूह में से एक महिला अंदर खड़ी हो जाए और बाकी उसके आस–पास घेरा बना लें। अब समूहों को बताएँ कि आप उनसे प्रश्न पूछेंगी और उन्हें अपनी जगह से बिना हिले जो दिखाई दे रहा है उसके मुताबिक जवाब देना है। इन जवाबों से सभी को हँसी आएगी, ये पक्का है। इस खेल से हमें ये सीख मिलती है कि जो हम आँख से देखती हैं, वो पूरा सच नहीं होता। इसलिए हमें दूसरों की आलोचना या उनके बारे में ऐसे ही राय कायम नहीं करनी चहिए।

ejk nir.k

प्रतिभागियों को दो समूहों में बाँट दें। दोनों समूहों को एक–दूसरे के एकदम सामने खड़े रहने को कहें। अब एक समूह को मनचाहा काम करने को कहें। सामने खड़ा दूसरा समूह, दर्पण की तरह काम करे और उनकी वैसी ही नकल करे जैसे कि दर्पण में प्रतिबिम्ब दिखाई देता है। पाँच मिनट बाद समूहों की भूमिकाएँ बदल दें।

idid] pdpd

समूह को एक गोले में बैठने को कहें। अब बताएँ कि आपको दो चिड़ियाँ अच्छी लगती हैं, एक का नाम है पकपक और दूसरी का चकचक। उनसे कहें कि जब आप पकपक बोलें तो वे अपने पंजों पर खड़ी होकर कोहनियों को पंखों की तरह हिलाएँ और जब आप चकचक बोंलें तो कोई न हिले। जो गलती करती जाएगी वह गोले से बाहर होती जाएगी। अब देखिए, मज़ा तो सब लेंगी पर आखिर तक कौन बचती है।

çfrHkkfx;ksa dks ckaVus ds fnypLi rjhds

प्रतिभागियों को दो या उससे अधिक समूहों में बाँटने के लिए प्रशिक्षक नए व रुचिकार तरीके अपना सकती हैं। एक तरीका हो सकता है कि एक, दो और तीन की गिनती कर के प्रतिभागियों को पुकारें और फिर सब एक नम्बर एक तरफ, दो नम्बर दूसरी तरफ और तीन नम्बर तीसरी तरफ हो जाएँ, इस तरह तीन समूह बन जाएँगें।

प्रशिक्षक नए खेल बना सकती हैं या फिर ऊपर बताए खेलों के तरीकों को बदल कर उन्हें और रुचिकर भी बना सकती हैं।