बच्चों लिए सुरक्षित वातावरण हेतु उनके अभिभावकों के साथ बैठक के संचालन की प्रक्रिया

स्थानीय कार्यकर्ताओं के लिए व्यावहारिक मार्गदर्शिका

BJUP Enabling Society

यह मार्गदर्शिका उन सामुदायिक कार्यकर्ताओं, अभिभावकों, सक्रिय मैदानी कार्यकर्ताओं, शिक्षकों तथा पंचायत के प्रतिनिधियों के लिए तैयार की गई है, जो बच्चों के लिए सुरक्षित, सहयोगी और खुशहाल पारिवारिक एवं सामुदायिक वातावरण के निर्माण हेतु अभिभावकों के साथ प्रभावी बैठकों का आयोजन करना चाहते हैं।

यह मार्गदर्शिका उन्हें अभिभावक बैठकों की योजना बनाने, उनका संचालन करने तथा सकारात्मक पालन-पोषण, बच्चों की भावनात्मक आवश्यकताओं की समझ और उनकी सुरक्षा से संबंधित विषयों को प्रभावी रूप से साझा करने में सहयोग प्रदान करती है, ताकि प्रत्येक बच्चा घर और समुदाय में सुरक्षित, सुना गया और प्रोत्साहित महसूस कर सके।

प्रकाशक: भारतीय जन उत्थान परिषद

बिहारशरीफ,नालंदा ,बिहार-803101

फ़ोन: +91 6112233373

ईमेल: info@bjup.in

वेबसाइट: www.bjup.in

पृष्ट्भूमि

इस मार्गदर्शिका में बच्चों के लिए सुरक्षित और खुशहाल वातावरण सुनिश्चित करने हेतु अभिभावकों के साथ आयोजित बैठकों की संरचना, प्रक्रिया एवं विषय-वस्तु का विस्तृत वर्णन किया गया है। बचपन एक संवेदनशील और विकासशील अवस्था होती है, जिसमें बच्चों के शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक विकास की नींव रखी जाती है। इस दौरान बच्चों को सुरक्षा, स्नेह, समझ और प्रोत्साहन की विशेष आवश्यकता होती है।

आज के समय में बच्चों से जुड़े कई महत्वपूर्ण मुद्‌दे जैसे भावनात्मक असुरक्षा, संवाद की कमी, अनुचित अनुशासन, उपेक्षा, तनाव तथा संरक्षण से संबंधित चुनौतियाँ देखने को मिलती हैं। ऐसे में यह अत्यंत आवश्यक है कि अभिभावक बच्चों की आवश्यकताओं, भावनाओं और अधिकारों को समझें तथा उनके साथ सकारात्मक और सहयोगात्मक व्यवहार अपनाएँ। इसके लिए समुदाय स्तर पर संवाद, चर्चा और साझा सीख की प्रक्रिया को मजबूत करना आवश्यक है।

इसी आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए इस मार्गदर्शिका में अभिभावकों के साथ बैठकों के आयोजन की प्रक्रिया प्रस्तुत की गई है। इसमें बैठक की तैयारी, संचालन, प्रमुख विषयों पर चर्चा तथा सहभागिता बढ़ाने के प्रभावी तरीकों को सरल और व्यावहारिक रूप में शामिल किया गया है।

यह मार्गदर्शिका स्थानीय कार्यकर्ताओं को इस बात में सहयोग प्रदान करती है कि वे अभिभावकों के साथ प्रभावी संवाद स्थापित कर सकें और बच्चों के लिए सुरक्षित, सहयोगी एवं प्रोत्साहनपूर्ण वातावरण के निर्माण की दिशा में सामूहिक प्रयासों को आगे बढ़ा सकें। इस मार्गदर्शिका के साथ अन्य सहायक सामग्री और स्थानीय अनुभवों का उपयोग बैठकों को और अधिक प्रभावी एवं सहभागितापूर्ण बनाने में सहायक हो सकता है।

मार्गदर्शिका का उद्देश्य:

यह मार्गदर्शिका बच्चों के सुरक्षित, सहयोगी और खुशहाल विकास से जुड़े महत्वपूर्ण पहलुओं एवं चुनौतियों पर केंद्रित है। इसका उद्देश्य अभिभावकों के साथ संवाद और विचार-विमर्श की प्रक्रिया को बढ़ावा देना है, ताकि वे बच्चों की शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक आवश्यकताओं को बेहतर ढंग से समझ सकें। बचपन में होने वाले अनुभव और वातावरण का बच्चों के व्यक्तित्व, आत्मविश्वास और व्यवहार पर गहरा प्रभाव पड़ता है, इसलिए अभिभावकों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है।

समाज और परिवार निरंतर बदल रहे हैं। आज बच्चों के सामने नई-नई परिस्थितियाँ, अवसर और चुनौतियाँ हैं। ऐसे में अभिभावकों और बच्चों के बीच संवाद, विश्वास और समझ का मजबूत होना आवश्यक है। यदि समुदाय स्तर पर इन विषयों पर खुलकर चर्चा और साझा सीख को बढ़ावा दिया जाए, तो बच्चों से जुड़ी कई समस्याओं,जैसे भावनात्मक दूरी, अनुचित व्यवहार, असुरक्षा और तनाव को कम किया जा सकता है।

इन्हीं बातों को ध्यान में रखते हुए यह मार्गदर्शिका अभिभावकों के साथ बैठकों के माध्यम से सकारात्मक पालन-पोषण, बच्चों की सुरक्षा, भावनात्मक समर्थन तथा उन्हें मजबूत बनाने के लिए एक प्रारंभिक रूपरेखा प्रदान करती है। यह स्थानीय कार्यकर्ताओं को बैठकों के आयोजन, संचालन और प्रभावी संवाद स्थापित करने में सहयोग देती है। साथ ही, यह भी अपेक्षित है कि कार्यकर्ता स्थानीय परिस्थितियों और अपने अनुभवों के अनुसार इस सामग्री को और समृद्ध बनाएं, ताकि बैठकें अधिक प्रासंगिक और प्रभावशाली बन सकें।

इस मार्गदर्शिका के मुख्य उद्देश्य हैं:

- अभिभावकों में सकारात्मक पालन-पोषण एवं बच्चों की आवश्यकताओं के प्रति समझ को मजबूत बनाना ।
- बच्चों की भावनात्मक सुरक्षा, संवाद और विश्वास को बढ़ावा देना ।
- परिवार और समुदाय में बच्चों के लिए सुरक्षित एवं सहयोगी वातावरण सुनिश्चित करना।
- बच्चों में आत्मविश्वास विकसित करने में अभिभावकों की भूमिका को सुदृढ़ करना ।
- अभिभावक बैठकों के माध्यम से समुदाय स्तर पर जागरूकता और सहभागिता को बढ़ाना ।

यह गतिविधि क्यों जरूरी है?

यह गतिविधि इसलिए अत्यंत आवश्यक है क्योंकि बच्चों का समग्र विकास केवल विद्यालय या बाहरी वातावरण से नहीं, बल्कि मुख्य रूप से परिवार और अभिभावकों के व्यवहार से प्रभावित होता है। बच्चे अपने घर के माहौल, संवाद के तरीके और अभिभावकों के व्यवहार से सीखते हैं। यदि उन्हें सुरक्षित, स्नेहपूर्ण और सहयोगी वातावरण मिलता है, तो वे मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक रूप से मजबूत बनते हैं।

आज के समय में बच्चों के सामने कई प्रकार की चुनौतियाँ होती हैं जैसे तनाव, डर, संवाद की कमी, अनुशासन के कठोर तरीके, या उपेक्षा। ऐसी परिस्थितियों में यदि अभिभावक बच्चों की बात ध्यान से नहीं सुनते या उनकी भावनाओं को नहीं समझते, तो बच्चे असुरक्षित महसूस कर सकते हैं, जिससे उनका आत्मविश्वास और निर्णय लेने की क्षमता प्रभावित होती है।

यह गतिविधि अभिभावकों को यह समझने में मदद करती है कि बच्चों के साथ सकारात्मक और सम्मानजनक व्यवहार करना क्यों जरूरी है। जब अभिभावक बच्चों की बात सुनते हैं, उनकी भावनाओं को महत्व देते हैं और हर परिस्थिति में उनका साथ देते हैं, तो बच्चों में विश्वास, आत्म-सम्मान और आत्मविश्वास विकसित होता है। इससे वे कठिन परिस्थितियों का सामना करने, सही निर्णय लेने और जीवन में आगे बढ़ने के लिए सक्षम बनते हैं।

इसके अलावा, यह गतिविधि समुदाय स्तर पर भी एक सकारात्मक वातावरण बनाने में सहायक होती है, जहाँ अभिभावक आपस में अपने अनुभव साझा करते हैं, एक-दूसरे से सीखते हैं और बच्चों के हित में सामूहिक रूप से बेहतर व्यवहार अपनाने के लिए प्रेरित होते हैं।

इस प्रकार, यह गतिविधि न केवल बच्चों के सुरक्षित और खुशहाल बचपन को सुनिश्चित करती है, बल्कि उन्हें मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक रूप से मजबूत (resilient) बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

बच्चों के लिए सुरक्षित और वातावरण हेतु उनके अभिभावकों के साथ बैठक के आयोजन का उदेश्श्य क्या है ?

1. अभिभावकों को बच्चों की ज़रूरतों को समझाना

माता-पिता/अभिभावकों को यह समझाना कि बच्चों की कुछ बुनियादी ज़रूरतें होती हैं, जैसे:

- **सुरक्षा:** बच्चे घर और बाहर दोनों जगह खुद को सुरक्षित महसूस करें ।
- **अपनापन :** बच्चे को परिवार का महत्वपूर्ण हिस्सा महसूस हो ।
- **सम्मान :** बच्चों की बात सुनी जाए और उन्हें सम्मान दिया जाए ।
- **नियमित दिनचर्या :** पढ़ाई, खेल और आराम का संतुलित समय हो ।
- **सीखने में सहयोग :** माता-पिता बच्चों की पढ़ाई और सीखने में मदद करें ।

2. सकारात्मक पालन-पोषण को बढ़ावा देना

अभिभावकों को ऐसे व्यवहार अपनाने के लिए प्रेरित करना जिससे बच्चों का आत्मविश्वास बढ़े ।

- बच्चों की ध्यान से सुनना ।

- मार-पीट या डांट के बजाय समझाना ।
- बच्चों को प्रोत्साहित करना और उनकी सराहना करना ।

3. तनाव और गुस्सा प्रबंधन सिखाना

अभिभावकों को सरल तरीके बताना जिससे वे अपने तनाव और गुस्से को नियंत्रित कर सकें, जैसे:

- शांत होकर बात करना ।
- तुरंत प्रतिक्रिया देने के बजाय सोचकर जवाब देना ।
- सकारात्मक माहौल बनाना ताकि घर का वातावरण शांत, सुरक्षित और सहयोगपूर्ण बन सके।

4. बाल सुरक्षा की बुनियादी जानकारी देना

अभिभावकों को बच्चों की सुरक्षा से जुड़े महत्वपूर्ण विषयों के बारे में जागरूक करना:

- बुलिंग की पहचान और रोकथाम ।
- दुर्व्यवहार के संकेत पहचानना ।
- ऑनलाइन सुरक्षा के नियम।
- समस्या होने पर समय पर सही जगह रेफर (Referral) करना ।

5. घर-स्कूल/चाइल्ड क्लब के बीच संबंध मजबूत करना

अभिभावकों को प्रोत्साहित करना कि वे:

- स्कूल और चाइल्ड क्लब की गतिविधियों में भाग लें ।
- शिक्षकों और फील्ड स्टाफ से नियमित संपर्क रखें ।
- बच्चों के समग्र विकास के लिए मिलकर काम करें ।

गतिविधि का कार्यक्षेत्र :इस गतिविधि को किन क्षेत्रों में,कब और किस प्रकार संचालित किया जाएगा?

1. कुल बैठकों की संख्या

इस गतिविधि के अंतर्गत कुल **25** बैठकें होंगी जो हमारे 25 हस्तक्षेप वाले गांव के स्कूल एवं समुदाय स्तर पर आयोजित की जाएंगी, ताकि अधिक से अधिक अभिभावकों और समुदाय के सदस्यों तक पहुँच सुनिश्चित की जा सके और बच्चों के लिए सुरक्षित एवं सहयोगी वातावरण के निर्माण हेतु सामूहिक प्रयासों को सुदृढ़ किया जा सके।

2. लक्षित समूह

इस गतिविधि में 6 से 18 वर्ष तक के बच्चों के माता-पिता/अभिभावकों को शामिल किया जाएगा, ताकि वे बच्चों के समग्र विकास और सुरक्षा से जुड़े पहलुओं को बेहतर ढंग से समझ सकें। आवश्यकता अनुसार स्थानीय परिस्थिति को ध्यान में रखते हुए आयु सीमा में कुछ लचीलापन भी रखा जा सकता है।

3.प्रतिभागियों की संख्या एवं सहभागिता:

प्रत्येक बैठक में लगभग 30 प्रतिभागियों को शामिल करना उचित रहेगा, ताकि चर्चा प्रभावी और सहभागितापूर्ण हो सके। साथ ही, समूह में माताओं और पिताओं दोनों की भागीदारी सुनिश्चित करने का प्रयास किया जाना चाहिए, जिससे संतुलित दृष्टिकोण विकसित हो और बेहतर संवाद संभव हो सके।

मीटिंग को रोचक और प्रभावी बनाने के तरीके:

बैठक को अधिक सहभागितापूर्ण और प्रभावी बनाने के लिए विभिन्न सरल एवं व्यावहारिक तरीकों का उपयोग किया जाना चाहिए, जैसे चर्चा समूह **(Discussion Circles)** के माध्यम से प्रतिभागियों को खुले रूप में अपने विचार साझा करने का अवसर देना केस उदाहरण **(Case Scenarios)** के जरिए वास्तविक जीवन की परिस्थितियों पर विचार-विमर्श करना ,भूमिका निभाना (Role Play) के माध्यम से व्यवहार को समझने के लिए छोटे-छोटे नाटकों का प्रयोग करना; तथा सरल उपकरणों जैसे ध्यान से सुनना **(Active Listening**), बच्चों की सराहना करना **(Praise)** और दिनचर्या चार्ट **(Routine Chart)** बनाना आदि का उपयोग करना, ताकि अभिभावक इन व्यवहारों को अपने दैनिक जीवन में आसानी से अपनाकर बच्चों के साथ सकारात्मक संबंध विकसित कर सकें।

भाषा और व्यवहार:

बैठक के दौरान बातचीत स्थानीय हिंदी या में की जानी चाहिए, ताकि सभी प्रतिभागी विषय को आसानी से समझ सकें और खुलकर अपनी बात रख सकें। साथ ही, फील्ड स्टाफ का व्यवहार निष्पक्ष (non-judgmental), संवेदनशील और सहयोगपूर्ण होना चाहिए। किसी भी प्रतिभागी की आलोचना या दोषारोपण से बचते हुए एक सुरक्षित और सम्मानजनक वातावरण बनाया जाए, जहाँ सभी को अपनी बात रखने का समान अवसर मिले और वे बिना झिझक अपने अनुभव साझा कर सकें।

गोपनीयता:

बैठक के दौरान यह सुनिश्चित किया जाना चाहिए कि किसी भी परिवार या बच्चे की व्यक्तिगत समस्या को सार्वजनिक रूप से नाम लेकर साझा न किया जाए। सभी चर्चाएँ पूर्ण सम्मान, संवेदनशीलता और गोपनीयता के साथ की जानी चाहिए, ताकि प्रतिभागी सुरक्षित महसूस करें और बिना झिझक अपने विचार एवं अनुभव साझा कर सकें।

स्थानीय कार्यकर्ताओं के समझने हेतु कुछ महत्वपूर्ण शब्द और उनकी परिभाषाएँ :

1. **Resilience (मजबूत बनने की क्षमता)**

   - बच्चों की वह क्षमता जिससे वे कठिन परिस्थितियों, समस्याओं या असफलताओं के बावजूद संभलकर फिर से आगे बढ़ सकें।

2. **Safe Together (सुरक्षित साथ)**

   - माता-पिता और बच्चों के बीच ऐसा संबंध जिसमें सुरक्षा ,भरोसा और सहयोग हो।

3. **Positive Parenting (सकारात्मक पालन-पोषण)**

   - ऐसा पालनपोषण जिसमें बच्चों के साथ प्यार, सम्मान और समझ के साथ बच्चों को सही दिशा देना।

4. **Non-violent Discipline (बिना हिंसा के अनुशासन)**

   - बच्चों को अनुशासन सिखाने के ऐसे तरीके जिनमें **मारना, डांटना या शर्मिंदा करना शामिल न हो**, बल्कि स्पष्ट नियम और उनके परिणाम बताए जाएं।

5. **Safeguarding (बच्चों की सुरक्षा सुनिश्चित करना)**

   - बच्चों को हर प्रकार के नुकसान, दुर्व्यवहार या खतरे से बचाने के लिए किए गए सभी प्रयास , जैसे:

- **Child Protection (बच्चों की सुरक्षा)**
- **Confidentiality (गोपनीयता बनाए रखना)**
- **Referral System (जरूरत पड़ने पर सही सहायता तक पहुँचाना)**

भूमिकाएँ और जिम्मेदारियाँ

इस गतिविधि को प्रभावी एवं सफलतापूर्वक संचालित करने के लिए सभी संबंधित व्यक्तियों की भूमिकाएँ और जिम्मेदारियाँ स्पष्ट रूप से निर्धारित होना आवश्यक है, ताकि प्रत्येक व्यक्ति अपनी भूमिका को समझते हुए समन्वय के साथ कार्य कर सके और गतिविधि के उद्देश्यों की प्राप्ति सुनिश्चित हो सके।

क्रम संख्य	किसकी भूमिका ?	उनकी ज़िम्मेदारियाँ ?
1.	स्थानीय कार्यकर्ता	• बैठक की योजना बनाना,प्रतिभागियों को जोड़ना, बैठकों का संचालन और दस्तावेज़ीकरण करना। • यह सुनिश्चित करना कि सभी वर्गों की भागीदारी हो, विशेषकर पिता और वंचित हाशिये पर रहने वाले परिवार। • एक व्यक्ति की उपलब्धता सुनिश्चित करना जो बाल सुरक्षा के लिए ज़िम्मेदार हो और जरूरत पड़ने पर बच्चों कको सरकारी सहायता से जोड़ना। • जिन परिवारों को अधिक सहायता की आवश्यकता है, उनके फ़ॉलोअप विजिट या कॉल सुनिश्चित करना।
2	ग्राम विकास समिति ,चाइल्ड क्लब ,विद्यालय प्रबंधन समिति	• बैठक के लिए स्थान उपलब्ध कराना। • समुदाय में सूचना देना और लोगों को की भागीदारी सुनिश्चित करना। • स्थानीय व्यवस्थाएँ सुनिश्चित करना, जैसे बैठने की व्यवस्था ,पानी आदि।
3	अभिभावक / देखभालकर्ता	• बैठक में सम्मानपूर्वक भाग लेना और दूसरों की बात ध्यान से सुनना। • बैठक में हुई चर्चाओं को गोपनीय रखना। • बैठक के बाद घर पर कम से कम एक नई सीख को अपनाने का प्रयास करना। • बच्चों के लिए बिना हिंसा और सहयोगपूर्ण वातावरण बनाने का संकल्प लेना।
4	बाल सुरक्षा हेतु जिम्मेदार व्यक्ति	• यदि किसी बच्चे के साथ हिंसा या दुर्व्यवहार की जानकारी मिलती है, तो उसे निजी और गोपनीय तरीके से संभालना। जरूरत पड़ने पर बच्चे/परिवार को सही संस्था से जोड़ना जैसे , जिला बाल संगरक्षण समिति , चिल्ड्लाइन ,स्वास्थ्य केंद्र ,काउंसलर। • सभी मामलों का रिकॉर्ड सीमित और सुरक्षित जगह में • रखना।

बैठकों के संचालन के लिए प्रक्रिया क्या होगी?

चरण 1

गतिविधि: योजना बनाना और कैलेंडर तैयार करना (बैठक से 10-15 दिन पहले)

इस चरण में पूरी गतिविधि की सुनियोजित तैयारी की जाती है, जिसमें बैठकों की तिथि, स्थान और समय निर्धारित कर कैलेंडर तैयार किया जाता है, ताकि सभी संबंधित लोगों को समय से जानकारी मिल सके और मीटिंग को व्यवस्थित एवं प्रभावी तरीके से संचालित किया जा सके।

1. बैठकों की योजना बनाना

- कुल **25 बैठकों की** (गाँव/स्कूल/समुदाय स्तर पर) की सूची तैयार करें।
- यह तय करें कि किस स्थान पर कब मीटिंग होगी ।

2. तारीख और समय तय करना

- प्रत्येक बैठक की **तारीख और समय पहले से तय करें**
    - **दोपहर 11 बजे से 1 बजे तक**
    - या **शाम 3 बजे से 5 बजे तक**
- ऐसा समय चुनें जब अधिक से अधिक अभिभावक भाग ले सकें

3. टीम और जिम्मेदारी तय करना

- हर बैठक के लिए:
  - **Trainer / Facilitator (संचालक)** तय करें।
  - एक **Safeguarding Focal Person** नियुक्त करें (जो बच्चों की सुरक्षा से जुड़े मामलों को संभालेगा) ।
  - सभी टीम सदस्यों को उनकी जिम्मेदारियाँ स्पष्ट रूप से समझा दें ।

4. स्थान की पहचान करना

बैठक के लिए उपयुक्त स्थान पहले से तय करें, जैसे:

- **स्कूल का हॉल**
- **आंगनवाड़ी केंद्र (AWC)**
- **सामुदायिक भवन/खुला स्थान**

- स्थान ऐसा हो जहाँ:
  - सभी प्रतिभागी आराम से बैठ सकें ।
  - बातचीत में कोई बाधा न हो ।

चरण 2

गतिविधि:लोगों को जोड़ना और आमंत्रण देना

इस चरण का उद्देश्य अधिक से अधिक अभिभावकों की भागीदारी सुनिश्चित करना है, ताकि बैठक प्रभावी और सहभागितापूर्ण बन सके। इसके लिए समय रहते सूचना देना, व्यक्तिगत संपर्क करना तथा समुदाय में जागरूकता बढ़ाना आवश्यक होता है, जिससे अधिक से अधिक अभिभावक बैठक में शामिल हो सकें।

1. घर-घर जाकर आमंत्रण देना (बैठक से 7-10 दिन पहले)

- कार्यकर्ता घर-घर जाकर माता और पिता दोनों को आमंत्रित करे ।
- यह सुनिश्चित करें कि सिर्फ माताएँ ही नहीं, पिताओं की भागीदारी भी हो।

2. मुख्य संदेश स्पष्ट रूप से बताना

- अभिभावकों को आमंत्रित करते समय यह संदेश सरल भाषा में जरूर दें,: **“बैठक** में हम सीखेंगे कि बच्चों को कैसे समझें, उनकी बात कैसे सुनें और उन्हें बेहतर सहयोग कैसे दें।”

3. प्रतिभागियों की संख्या सुनिश्चित करना

- प्रत्येक बैठक में लगभग 30 प्रतिभागियों का लक्ष्य रखें।
- विशेष ध्यान दें कि वंचित/जरूरतमंद परिवार **को** प्राथमिकता दे।
  एवं ऐसे परिवारों को जरूर जोड़ें जिनके बच्चों को अधिक सहयोग की जरूरत है।

4. बैठक में उपस्थिति सुनिश्चित करने के लिए याद दिलाना।

- बैठक से 1 दिन पहले याद दिलाएं ।
- फोन या व्यक्तिगत संपर्क के माध्यम से बैठक वाले दिन सुबह फिर से याद दिलाएं।

चरण 2

गतिविधि:स्थान और व्यवस्थाएँ (बैठक से 3-5 दिन पहले):

इस चरण में बैठक के लिए उपयुक्त स्थान का चयन और सभी आवश्यक व्यवस्थाओं को पहले से सुनिश्चित किया जाता है, जैसे बैठने की उचित व्यवस्था, पीने के पानी की उपलब्धता, स्वच्छता, तथा अन्य आवश्यक संसाधन, ताकि कार्यक्रम सुचारू, व्यवस्थित और सहभागितापूर्ण ढंग से संचालित हो सके।

1. बैठने की व्यवस्था

- प्रतिभागियों को गोल घेरा बनाकर बैठाएं, ताकि सभी एक-दूसरे को देख सकें और खुलकर बात कर सकें ।
- जरूरत अनुसार छोटे-छोटे भी बनाए जा सकते हैं, ताकि चर्चा आसानी से हो सके ।

2. बुनियादी सुविधाएँ सुनिश्चित करना

- पीने का पानी उपलब्ध हो ।
- शौचालय की सुविधा पास में हो।
- स्थान साफ-सुथरा और आरामदायक होना चाहिए ।

3. बच्चों के लिए अनुकूल स्थान

- यदि संभव हो, तो छोटे बच्चों के लिए एक अलग कोना बना दें ।
- इससे अभिभावक बिना बाधा के मीटिंग में ध्यान दे पाएंगे ।

4. आवश्यक सामग्री तैयार रखना

- बैठक के लिए जरूरी सामग्री पहले से तैयार रखें, जैसे:

➢ पेन, रजिस्टर, चार्ट पेपर
➢ पोस्टर/फ्लिपचार्ट (जिनसे समझाना आसान हो)

- सभी सामग्री मीटिंग शुरू होने से पहले ही जगह पर उपलब्ध हो।

चरण 3

गतिविधि:बाल सुरक्षा की तैयारी

इस चरण में यह सुनिश्चित किया जाता है कि बैठक के दौरान बच्चों की सुरक्षा से जुड़े सभी आवश्यक पहलुओं की पूर्व तैयारी की जाए, जैसे सुरक्षित और संवेदनशील वातावरण बनाना, गोपनीयता के नियम स्पष्ट करना, तथा किसी भी संवेदनशील जानकारी या स्थिति को संभालने के लिए उपयुक्त प्रक्रिया तैयार रखना, ताकि सभी प्रतिभागी सुरक्षित और सम्मानजनक माहौल में सहभागिता कर सकें।

1. गोपनीयता का संदेश तैयार करना

- बैठक की शुरुआत में प्रतिभागियों को स्पष्ट रूप से बताएं कि:
  ➢ यहाँ साझा की गई बातें गोपनीय रहेंगी ।
  ➢ किसी भी व्यक्ति या परिवार की बात बाहर साझा नहीं की जाएगी ।

- यह संदेश पहले से तैयार रखें ताकि आप उसे स्पष्ट और सरल भाषा में समझा सकें

2. रेफरल सूची अपडेट रखना

- जरूरत पड़ने पर मदद के लिए तैयार और अपडेट रखें, जैसे:
  ➢ जिला बाल संगरक्षण समिति इकाई
  ➢ चिल्ड्लाइन (1098)
  ➢ नजदीकी स्वास्थ्य केंद्र काउंसलर / संस्था के स्थानीय कार्यकर्ता

- सभी जरूरी नंबर और संपर्क आसानी से उपलब्ध होने चाहिए ।

3. संवेदनशील मामलों की तैयारी

अगर कोई व्यक्ति बैठक में हिंसा या दुर्व्यवहार **से** जुड़ी बात साझा करता है, तो इस प्रक्रिया का पालन करें:

- ➢ ध्यान से और बिना टोके उनकी बात सुने ।
- ➢ बच्चे/व्यक्ति की तत्काल सुरक्षा का ध्यान रखे ।
- ➢ जरूरत के अनुसार उचित संस्था या सेवा से जोड़े ।

4. नियम अपनाना

- बैठक के दौरान यह सुनिश्चित करें कि:
    - ➢ किसी को दोष न दिया जाए ।
    - ➢ किसी को शर्मिंदा न किया जाए ।
    - ➢ सभी प्रतिभागियों के साथ **सम्मान और संवेदनशीलता** से व्यवहार करे।

चरण 4

गतिविधि :बैठकों का संचालन

(कुल समय: 2-2.5 घंटे)

1. पंजीकरण (Registration) - 10 मिनट

इस चरण में सभी प्रतिभागियों का रिकॉर्ड सही तरीके से दर्ज किया जाता है ।

क्या करना है:

- ➢ फील्ड स्टाफ/फैसिलिटेटर सभी प्रतिभागियों का नाम उपस्थिति रजिस्टर में लिखें ।
- ➢ अभिभावक से अंगूठा निशान या हस्ताक्षर लें ।
- ➢ यदि कोई **बच्चों के प्रतिनिधि)** हैं, तो उनकी सूची अलग से नोट करें ।
- ➢ फोटो लेने के लिए प्रतिभागियों से **मौखिक सहमति** लें ।
- ➢ सहमति मिलने पर फैसिलिटेटर रजिस्टर में ✔ (टिक) कर दें

2. बैठक की शुरुआत और नियम तय करना - समय :10 मिनट

इस चरण में मीटिंग का उद्देश्य बताया जाता है और कुछ जरूरी नियम तय किए जाते हैं, ताकि सभी सहज महसूस करें।

संचालक बैठक शुरू करने से पहले क्या संदेश देंगे?

"आज हम बच्चों को समझने और घर में उन्हें बेहतर सहयोग देने के बारे में बात करेंगे।"
"यहाँ किसी का मज़ाक नहीं होगा और सभी एक-दूसरे की बात का सम्मान करेंगे।"
"कोई भी किसी का नाम लेकर शिकायत नहीं करेगा।"
"अगर कोई व्यक्तिगत या संवेदनशील बात है, तो हम उसे अलग से बैठकर बात करेंगे।"

कार्यकर्ताओं के योग्य ध्यान रखने वाली बातें:

- सभी प्रतिभागियों को आरामदायक और सुरक्षित महसूस कराएँ।
- शुरुआत में ही सकारात्मक और भरोसेमंद माहौल बनाएं।
- नियमों को सरल भाषा में समझाएं और सभी की सहमति लें।

दृश्य गतिविधि: "बच्चों की 4 ज़रूरतें"

(समय: 20 मिनट)

1. **पोस्टर के माध्यम से समझाना**

इस गतिविधि का उद्देश्य अभिभावकों को बच्चों की बुनियादी ज़रूरतों को सरल और दृश्य दृ गतिविधि के ज़रिये से समझाना तथा उन्हें अपने व्यवहार और वातावरण पर सोचने के लिए प्रेरित करना है। इससे अभिभावक यह समझ पाते हैं कि बच्चों के समग्र विकास के लिए केवल भौतिक आवश्यकताएँ ही नहीं, बल्कि भावनात्मक और सामाजिक ज़रूरतें भी उतनी ही महत्वपूर्ण होती हैं।

एक पोस्टर/चार्ट तैयार रखें जिसमें 4 ज़रूरतों को चित्र के साथ दिखाया गया हो:

- **सुरक्षा (Safety) - 🛡️ ढाल:**
  बच्चों को घर और समुदाय में शारीरिक एवं भावनात्मक रूप से सुरक्षित महसूस कराना आवश्यक है।
- **प्यार/अपनापन (Love/Belonging) - ❤️ दिल:**
  बच्चों को स्नेह, अपनापन और परिवार से जुड़ाव की भावना मिलनी चाहिए, ताकि वे खुद को महत्वपूर्ण समझें।
- **सम्मान (Respect) - 🤝 हाथ:**
  बच्चों की बात सुनना, उनकी भावनाओं को महत्व देना और उन्हें सम्मान देना जरूरी है।

➢ **नियमित दिनचर्या (Routine) - 🕒 घड़ी:**
बच्चों के लिए एक नियमित दिनचर्या (जैसे पढ़ाई, खेल, आराम) होना उन्हें सुरक्षित और अनुशासित महसूस कराता है। **सीखने में सहयोग (Support for Learning) - 📘 किताब:**
बच्चों को सीखने, सवाल पूछने और नई चीजें समझने के लिए प्रोत्साहित करना जरूरी है।

क्या करना है?

पोस्टर के माध्यम से "बच्चों की 4 ज़रूरतें" समझाने के बाद, अभिभावकों की सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित करने हेतु यह छोटी गतिविधि कराई जाए।

- प्रत्येक अभिभावक को 2 बीज/कंकड़ दिए जाएँ।
- उनसे कहा जाए:
  "आपके अनुसार आपके घर में बच्चों के लिए सबसे ज्यादा किन दो चीज़ों की आवश्यकता है?"
- पोस्टर/चार्ट में दर्शाई गई 4 ज़रूरतों के नीचे वे अपने बीज रखें।
- सभी प्रतिभागियों को एक-एक करके आगे आकर अपना "वोट" (बीज) रखने के लिए प्रोत्साहित किया जाए।

गतिविधि से सीख :इस प्रक्रिया के माध्यम से अभिभावक न केवल अपनी प्राथमिकताओं को व्यक्त कर पाते हैं, बल्कि यह भी समझते हैं कि अलग-अलग परिवारों में बच्चों की ज़रूरतें अलग हो सकती हैं। अंत में, सुविधाकर्ता सभी वोटों को देखकर यह चर्चा कर सकते हैं कि कौन-सी ज़रूरतें अधिक महत्वपूर्ण मानी गईं और क्यों, साथ ही यह संदेश भी दें कि बच्चों के समग्र विकास के लिए इन सभी ज़रूरतों का पूरा होना आवश्यक है।

3.सहभागिता आधारित चर्चा (Interactive Discussion)

- प्रतिभागियों से पूछें: *"आपके अनुसार इनमें से कौन-सी ज़रूरत सबसे महत्वपूर्ण है और क्यों?"*
- 2-3 अभिभावकों को अपने विचार साझा करने के लिए प्रोत्साहित करें ।
- यह स्पष्ट करें कि सभी ज़रूरतें आपस में जुड़ी हुई हैं और सभी का पूरा होना जरूरी है ।

रोल प्ले गतिविधि

(समय: 25 मिनट)

इस गतिविधि का उद्देश्य अभिभावकों को व्यवहारिक अनुभव के माध्यम से यह समझाना है कि बच्चों के साथ किस प्रकार का व्यवहार उनके भावनात्मक विकास, आत्मविश्वास और अभिव्यक्ति पर सकारात्मक या नकारात्मक प्रभाव डालता है। यह गतिविधि अभिभावकों को यह सोचने के लिए प्रेरित करती है कि वे अपने बच्चों के साथ किस प्रकार संवाद करते हैं और उसमें सुधार की क्या संभावनाएँ हैं।

1. गतिविधि कैसे करें?

इस गतिविधि के अंतर्गत दो छोटे-छोटे नाटक (skits) प्रस्तुत किए जाते हैं, जिनके माध्यम से "गलत" और "सही" व्यवहार के बीच का अंतर स्पष्ट किया जाता है।

Scene A (गलत तरीका):

इस दृश्य में दिखाया जाता है कि जब बच्चा अपनी बात कहने की कोशिश करता है, तो माता-पिता उसकी बात बीच में ही रोक देते हैं, बिना पूरी बात सुने उसे डांटते हैं या गुस्से में प्रतिक्रिया देते हैं। इस दौरान बच्चे की भावनाओं को महत्व नहीं दिया जाता, जिससे बच्चा डर, असुरक्षा या चुप्पी महसूस कर सकता है।

Scene B (सही तरीका):

इस दृश्य में माता-पिता बच्चे की बात को ध्यानपूर्वक और धैर्य के साथ सुनते हैं, शांत रहते हैं और बिना गुस्सा किए स्थिति को समझने का प्रयास करते हैं। वे बच्चे के साथ मिलकर समस्या का समाधान ढूंढते हैं, जिससे बच्चा खुद को सुरक्षित, सम्मानित और समझा हुआ महसूस करता है।

2. प्रतिभागियों की भागीदारी (Participation)

इन रोल प्ले को प्रभावी बनाने के लिए अभिभावक स्वयंसेवकों (Parent Volunteers) को भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाए। यदि संभव हो, तो एक बच्चे के प्रतिनिधि और एक अभिभावक को साथ में शामिल किया जा सकता है, ताकि दृश्य और अधिक वास्तविक और समझने योग्य बन सके। इससे प्रतिभागियों की रुचि बढ़ती है और वे गतिविधि से अधिक जुड़ाव महसूस करते हैं।

3. चर्चा (Debriefing & Reflection)

रोल प्ले के बाद सभी प्रतिभागियों के साथ खुली चर्चा की जाए। उनसे प्रश्न पूछे जा सकते हैं जैसे:

- दोनों दृश्यों में आपको क्या मुख्य अंतर दिखाई दिया?
- किस व्यवहार से बच्चे पर सकारात्मक प्रभाव पड़ा और क्यों?
- यदि आप बच्चे की जगह होते, तो आपको कैसा महसूस होता?
- आप अपने घर में किस प्रकार का व्यवहार अधिक अपनाते हैं और उसमें क्या सुधार कर सकते हैं?

इस चर्चा के माध्यम से अभिभावक अपने व्यवहार पर आत्म-चिंतन कर पाते हैं और दूसरों के अनुभवों से सीखते हैं।

"बच्चों को डांटने या उनकी बात को अनदेखा करने से वे डर या संकोच महसूस कर सकते हैं, जबकि ध्यान से सुनने, समझने और शांतिपूर्ण संवाद करने से उनमें विश्वास, आत्म-सम्मान और खुलकर अपनी बात रखने की क्षमता विकसित होती है। सकारात्मक संवाद ही बच्चों के स्वस्थ और मजबूत (resilient) विकास की कुंजी है।"

4. मुख्य संदेश

अंत में सुविधाकर्ता यह स्पष्ट संदेश दें कि:

3. एक सरल तकनीक सिखाना

अभिभावकों को बच्चों को सुनने का एक आसान तरीका सिखाएँ:

1. **"बोलो, मैं सुन रहा/रही हूँ"**
   → बच्चे को पूरा मौका दें अपनी बात कहने का
2. **"तुम्हें ऐसा लगा क्योंकि..."**
   → बच्चे की भावना को समझें और दोहराएँ
3. **"अब हम क्या कर सकते हैं?"**
   →

कार्यकर्ताओं के योग्य ध्यान रखने वाली बातें:

- रोल प्ले को सरल और वास्तविक जीवन से जुड़ा रखें
- किसी को असहज या शर्मिंदा महसूस न होने दें
- चर्चा को सकारात्मक दिशा में ले जाएँ

4. मिलकर समाधान निकालें

6) छोटा विराम (Break)

(समय: 5 मिनट)

- प्रतिभागियों को **5 मिनट का छोटा ब्रेक** दें।
- इस दौरान वे पानी पी सकते हैं, आराम कर सकते हैं।
- ब्रेक के बाद सभी को समय पर वापस बैठने के लिए कहे।

7) बिना हिंसा के अनुशासन का तरीका (Non-violent Discipline Tool)

(समय: 20 मिनट)

इस सेशन का उद्देश्य अभिभावकों को यह सिखाना है कि बच्चों को बिना मार-पीट या डांट के कैसे अनुशासन सिखाया जाए।

1. STOP-BREATHE-SPEAK तकनीक सिखाना

जब गुस्सा आए, तो अभिभावकों को ये 3 आसान कदम अपनाने के लिए कहें:

1. **STOP (रुकें)**
   → तुरंत प्रतिक्रिया देने के बजाय खुद को रोकें।
2. **BREATHE (सांस लें)**
   → **3 गहरी सांस लें**, ताकि मन शांत हो सके।
3. **SPEAK (फिर बोलें)**
   → शांत होकर बच्चे से कहें:

   "गलती हुई है, लेकिन मारना सही नहीं है। हम बात करके इसे ठीक करेंगे।"

"गलती हुई है,लेकिन मारना सही नहीं है। हम बात करके इसे ठीक करेंगे।"

2. (चयन और परिणाम) का उदाहरण

अभिभावकों को समझाएँ कि बच्चों को विकल्प (choice) और उसके परिणाम (consequence) बताना ज्यादा प्रभावी होता है:

"अगर तुम होमवर्क नहीं करोगे, तो TV बाद में देखोगे।" इसमें **मार-पीट या डांट नहीं**, बल्कि स्पष्ट नियम और परिणाम होता है

कार्यकर्ताओं के योग्य ध्यान रखने वाली बातें:

- उदाहरण रोजमर्रा की जिंदगी से दें
- समझाएं कि गुस्से में लिया गया निर्णय अक्सर गलत होता है
- अभिभावकों को अभ्यास करवाएँ (role play या उदाहरण से)

8) संकल्प

(समय: 15 मिनट | लिखना जरूरी नहीं)

इस गतिविधि का उद्देश्य अभिभावकों से छोटे-छोटे सकारात्मक बदलाव के लिए संकल्प लेना है।

कार्यकर्ताओं के योग्य ध्यान रखने वाली बातें:

- सभी को भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करें।
- किसी के जवाब को गलत या छोटा न समझें।
- गतिविधि को हल्का, सहज और सकारात्मक रखें।

1. गतिविधि कैसे करें (Method)

- 3 जार/डिब्बे रखें, जिन पर ये संकेत (icons/labels) हों:
    1. **"10 मिनट सुनना"**
    2. **"मार नहीं, समझ"**
    3. **"1 तारीफ रोज़"**
- हर अभिभावक को **1 कंकड़/बीज (pebble)** दें
- उनसे कहें कि वे **हर जार में 1 कंकड़ डालें**, जो उनके संकल्प को दर्शाता है।

2. रिकॉर्ड रखना

- फैसिलिटेटर प्रत्येक जार में डाले गए कंकड़ों की **संख्या नोट करें**।
- इससे पता चलेगा कि कितने अभिभावकों ने कौन-कौन से संकल्प लिए।

स्थानीय कार्यकर्ताओं के लिए मार्गदर्शन:

इस मार्गदर्शिका के माध्यम से बैठकों के प्रभावी क्रियान्वयन के लिए स्थानीय कार्यकर्ताओं को निम्नलिखित बिंदुओं का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

- **SOP के चरणों का पालन करें:**
  प्रत्येक बैठक को योजना, आमंत्रण, संचालन, समापन और फॉलो-अप के तय चरणों के अनुसार ही आयोजित करें, ताकि प्रक्रिया व्यवस्थित और उद्देश्यपूर्ण बनी रहे।
- **सहभागिता और समावेश सुनिश्चित करें:**
  बैठक में सभी अभिभावकों को बोलने और अपनी बात साझा करने का अवसर दें। विशेष रूप से पिताओं, माताओं तथा वंचित/हाशिए पर रहने वाले परिवारों की भागीदारी सुनिश्चित करने का प्रयास करें।
- **सुरक्षित और सम्मानजनक माहौल बनाएँ:**
  चर्चा के दौरान किसी भी प्रकार की आलोचना, दोषारोपण या शर्मिंदगी से बचें। ऐसा वातावरण बनाएं जहाँ प्रतिभागी खुलकर अपने अनुभव साझा कर सकें और स्वयं को सुरक्षित महसूस करें।
- **सरल भाषा और उदाहरणों का उपयोग करें:**
  स्थानीय भाषा में बातचीत करें और रोजमर्रा के जीवन से जुड़े उदाहरणों का उपयोग करें, ताकि सभी प्रतिभागी विषय को आसानी से समझ सकें।
- **व्यवहारिक सीख पर जोर दें:**
  केवल जानकारी देने के बजाय अभिभावकों को छोटे-छोटे व्यवहारिक कदम (जैसे बच्चों की बात सुनना, सराहना करना, दिनचर्या बनाना) अपनाने के लिए प्रेरित करें।
- **संवेदनशील मामलों को सावधानी से संभालें:**
  यदि किसी बच्चे या परिवार से जुड़ी गंभीर समस्या सामने आती है, तो उसे गोपनीय रखते हुए उचित व्यक्ति/सेवा से जोड़ें (Referral) और आवश्यकता अनुसार सहयोग प्रदान करें।
- **नियमित फॉलो-अप करें:**
  बैठक के बाद 7, 15 और 30 दिनों के भीतर संपर्क कर यह समझने का प्रयास करें कि अभिभावकों ने क्या बदलाव किए और उन्हें किन चुनौतियों का सामना करना पड़ रहा है।
- **दस्तावेजीकरण (Documentation) बनाए रखें:**
  सभी बैठकों और फॉलो-अप की जानकारी को निर्धारित फॉर्मेट/ट्रैकर में सही तरीके से दर्ज करें, ताकि प्रगति को ट्रैक किया जा सके और आगे की योजना बेहतर बनाई जा सके।

समापन: सुरक्षित और खुशहाल बचपन की ओर

यह मार्गदर्शिका अभिभावकों के साथ बैठकों को प्रभावी, सहभागितापूर्ण और परिणामोन्मुख बनाने के लिए तैयार की गई है। इसका उद्देश्य केवल बैठकों का आयोजन करना नहीं, बल्कि अभिभावकों के व्यवहार में सकारात्मक परिवर्तन लाना और बच्चों के लिए सुरक्षित, सहयोगी एवं खुशहाल वातावरण सुनिश्चित करना है। सभी संबंधित कार्यकर्ताओं से अपेक्षा है कि वे इस SOP में दिए गए चरणों, तरीकों और सिद्धांतों का पालन करते हुए बैठकों का संचालन करें। प्रत्येक बैठक को केवल एक गतिविधि के रूप में न देखकर, समुदाय के साथ विश्वास निर्माण और दीर्घकालिक परिवर्तन की प्रक्रिया के रूप में अपनाया जाए। बैठकों के दौरान प्राप्त अनुभवों, चुनौतियों और सीख को नियमित रूप से साझा और दस्तावेजीकृत किया जाए, ताकि भविष्य में इस प्रक्रिया को और अधिक प्रभावी बनाया जा सके।अंततः, यह सुनिश्चित करना आवश्यक है कि प्रत्येक बच्चा अपने घर और समुदाय में सुरक्षित, सम्मानित और समर्थित महसूस करे। यही इस पहल का मूल उद्देश्य है।

सरल संदेश

“सुनें, समझें, सहयोग करें और लगातार संपर्क में रहकर बदलाव को सुनिश्चित करें।”

याद रहे : सुरक्षित बचपन, सशक्त समुदाय !