जीवन संचार
युवाओं के सर्वांगीण विकास हेतु भावनात्मक लचीलापन
बढ़ाने हेतु पाठ्यक्रम पुस्तिका।

जीवन संचार – पाठ्यक्रम पुस्तिका (मैनुअल) की प्रमुख विशेाताएँ ।

- भारत सरकार की शिक्षा नीति का पूरक।
- युवाओं के समग्र विकास को बढ़ावा देना।
- शैक्षणिक उत्कृष्टता, भावनात्मक स्थिरता और मूल्य–आधारित जीवन कौशल सुनिश्चित करना।
- राष्ट्र के भविष्य को आकार देने के लिए युवाओं को सक्षम बनाना।

I. पाठ्यक्रम पुस्तिका (मैनुअल) का उदेशय :–

युवाओं को उनके सामने आने वाले मुद्दों से समझदारी और सक्रियता से निपटने के लिए प्रोत्साहित करना।

II. यह संशोधित पाठ्यक्रम पुस्तिका (मैनुअल) की जरूरत क्यों ?

जीवन संचार मैनुअल – शिफा मानसिक स्वास्थ्य एवं विकलांगता परियोजना के वर्षों के अनुभवों का परिणाम है, जो युवाओं के साथ काम करती है परियोजना का युवाओं और उनके परिवार के साथ सीधा सम्पर्क है और परियोजन समुदाय–व्यवहारिक कार्यक्रमों से उनको सिखाती है। वर्ष 2014 में इस पाठ्यक्रम पुस्तिका (मैनुअल) का पहला संस्करण लक्षित समुदाय (विकास खण्ड साढ़ौली कदीम के 35– ग्राम पंचायतों) के विभिन्न ग्रामीण क्षेत्रों में युवाओं के लिए विकसित और कार्यान्वित किया गया था। युवाओ के साथ बातचीत के दौरान प्रशिक्षकों द्वारा प्राप्त अंर्तदृष्टि ने युवाओं के विकास और वृद्धि के लिए महत्वपूर्ण मानसिक, सामाजिक एवं भावनात्मक मुद्दों को स्पष्ट रूप से उजागर किया। ऐसे मुद्दों पर विचार करते हुए युवाओं के सामने आने वाली उभरती चुनौतियों के जवाब में मौजुदा मॉड्युल की समीक्षा करने और अतिरिक्त जानकारी शामिल करने की आवश्यकता उत्पन्न हुई।

III. पाठ्यक्रम पुस्तिका (मैनुअल) – निर्माण प्रक्रिया :–

मैनुअल का निर्माण सामुदायिक सामाजिक– क्रियाओं और अनुंसधान प्रक्रियाओं का परिणाम है। शोध–आधारित समीक्षा, पेशेवर सुझावों और व्यापक परामर्श ने इस पाठ्पुस्तिका की प्रमाणिकता को बढ़ाया है।

a. मनोवैज्ञानिको के साझा – विचारों के साथ पाठ्यक्रम पुस्तिका (मैनुअल) का डिजाईन –

शिफा परियोजना के कर्मचारियों और नेतृत्व की पहल के परिणामस्वरूप योग्य और अनुभवी मनोवैज्ञानिकों, प्रशिक्षकों, सामाजिक और विकास कार्यकत्ताओं के साझा–विचारों के साथ शोध तौर–तरीको को अपनाकर इस मैनुअल का डिजाईन तैयार किया गया है।

b. सामुदायिक हितधारकों की भागीदारी से पाठ्यक्रम पुस्तिका (मैनुअल) का डिजाईन –

परियोजना स्वयं सेवकों /सेविकाओं और सामुदायिक सुविधादाताओं के साथ गहन चर्चायें उपयोगी रही। पूर्व प्रतिभागियों एवं उनके अभिभावकों ने मॉड्यूल की प्रासंगिकता को बढ़ाया। सामुदायिक परामर्श से मैनुअल की विषयवस्तु, कार्यप्रणाली और प्रासंगिकता को नए सिरे से परिभाषित करने में मदद् मिली । स्थानीय विद्यालयों के शिक्षकों, प्रधानाचार्यों और विद्यार्थियों की सलाह ने मैनुअल की प्रामाणिकता और इसके प्रासांगिक संरेखण की पुष्टि की । हम इस प्रक्रिया में भाग लेने वाले सभी लोगो के प्रति अपनी कृतज्ञता व्यक्त करते हैं।

IV. पाठ्यक्रम पुस्तिका (मैनुअल) से किसे लाभ होगा ?

यह मैनुअल युवाओं का सर्वांगीण विकास चाहने वाले सभी लोगो के लिए लाभदायक है। विशेषरूप से स्कूलों में शैक्षणिक अध्ययन कर रहे और समुदाय में रह रहे युवाओं के लिए विशेष लाभदायक है।

V. युवाओं को विकास और समृद्धि के लिए तैयार करना –

यह पाठ्यक्रम पुस्तिका (मैनुअल) युवाओं में, सामूहिक शिक्षण, आत्म–जागरूकता और तर्कसंगत–चिंतन के लिए एक मंच प्रदान करता है। विकास और आत्म–विश्वास में आने वाली बाधाओं को एक मजबूत सहायता प्रणाली द्वारा दूर किया जा सकता है। इस मैनुअल में उल्लेखित प्रक्रियाएँ, युवाओं में विकास और कल्याण को प्रोत्साहित करेंगी, जिसके परिणामस्वरूप वे बेहतर भावनात्मक स्थिरता, अर्जित जानकारियों की सहायता से निर्णय लेने की क्षमता और समस्या समाधान कौशल में वृद्धि प्राप्त कर सकेंगे।

VI. पाठ्यकम पुस्तिका (मैनुअल) के माध्यम् से शिक्षण की पद्धति –

स्वतः शिक्षण और आत्म–अन्वेषण इस मैनुअल की मुख्य विशय है । यह मैनुअल एक शिक्षण मंच प्रदान करता है, जो समस्या–आधारित चर्चाओं को बढ़ावा देता है व सामूहिक ज्ञान/बुद्धि को एकत्रित कर, प्रतिभागियों के जीवन में नकारात्मक परिस्थितियों का सामना करने और सामंजस्य स्थापित करने के कौशल और स्वास्थ्य कल्याण को प्रोत्साहित करता है। इस पाठ्यपुस्तिका के सुगमकर्त्ताओं की भूमिका एक ऐसे मदद्गार के रूप में है, जो प्रतिभागियों के साथ मिलकर– सीखने और साथ–साथ बढ़ने के मार्ग पर आगे बढ़ता है। प्रतिभगियों का निरंतर मार्गदर्शन और सहायता जीवन में मौजुदा विभिन्न मुद्दों के प्रति गहरी समझ प्रदान करता है।

VII. पाठ्यकम पुस्तिका (मैनुअल) की विषय–वस्तु एक झलक

- आत्म–जागरूकता और दूसरों को युवाओं और युवाओं की क्षमता एवं कौशल को समझने में मदद् करना।
- आत्मविश्वास में सुधार और तनाव प्रबन्धन कौशल को निखारना्।
- भावनात्मक लचीलेपन में निपुणता प्राप्त करना और अपने अंदर व आसपास के बदलावों के प्रति अनुकूल प्रतिउत्तर देना।
- किशोरावस्था के दौरान समुचित विकास और अच्छी परवरिश को बढ़ावा देना।
- समझदारी से जीवन में चुनाव व निर्णय बनाने के महत्व और लैंगिक समानता को समझना।
- आधुनिक संचार तकनीक का सर्वोत्तम उपयोग करना और हानिकारक सामग्री व पदार्थों से खुद को बचाना।

VIII. पाठ्यकम पुस्तिका (मैनुअल) संबधिंत सुगमकर्त्ताओं के लिए अल्पकालिक प्रशिक्षण –

जो भी संस्था, स्कूल, और सरकारी व गैर–सरकारी संगठन अपने प्रतिभागियों के लिए पाठ्पुस्तिका को उपयोग करना चाहते हैं, वे प्रशिक्षक सुविधा के अल्पकालिक प्रशिक्षण के लिए "शिफा" परियोजना से संपर्क कर सकते हैं प्रशिक्षण के अन्त मे नियमित और पूर्ण प्रशिक्षण प्राप्त करने वाले प्रतिभागियों को प्रशिक्षण/सहभागिता प्रमाण–पत्र प्रदान किया जायेगा।

IX. पाठ्यकम पुस्तिका (मैनुअल) के निमार्ण में सम्मिलित योगदानकर्त्ताओं का परिचय विवरण –

प्रकाशक :

शिफा मानसिक स्वास्थ्य एवं विकलांगता परियोजना, हरबर्टपुर मसीह (लेहमन) अस्पताल के द्वारा प्रकाशित, प्रचारित व सुगमित है।

Profile of contributors to this Manual :

PhD in Psychology and PhD in Public Administration, Gold Medallist in Masters. Currently teaching in Auro University, Surat

Dr. Priya Rajkumar
Head-School of Liberal Arts & Human Sciences

PhD in Management, facilitating Rainbow Consultancy, lawyer by profession

Dr. Rajkumar
Founder, Rainbow Consultancy

Msc Nursing (psychiatry) CMC Vellore, post graduate diploma in health care quality management from TISS, Mumbai

Ms Sulekha Parage
Secretary Mid India Board of Education, Christian Medical Association of India

PhD Psychology, Amity University. Currently Assistant Professor in School of Liberal Arts and Human Sciences, Auro Unviersity, Surat

Dr. Richa Chaudhary

Head of Centre of Counselling and Well Being in Auro University

Dr. Venna Vaishy
Psychologist,
AURO University

Ph.D in Population Geography Educationist

Dr. Subhash Chand
Principal
Janta Inter College-Behet, Saharanpur (UP)

Ph. D in Biotechnology Educationist

Dr Arun Malik
Principal,
Jai Kisan Shakumbhari Devi Inter College-Fatehpur Kala,

Master in Social Work
UG Community Based Development -Canada
Visionary, Pioneer,
Team leader, compassionate

Mr. Robert Kumar
Project Director-Community Health and Development Projects, EHA

Mr. Somesh P Singh
Dy. Director-
Community Health
and Development
Projects, EHA

Master in Social Work
Strategic Thinker
and Innovator

Mr. Raj Kamal
Project Manager,
SHIFA Mental
Health Project-HCH

Master in Social Work
PG Dip. Mental Health
Project Designer,
Project Management
and Analyst

Mr. Rajeev Singh
Project Program Officer,
SHIFA Mental
Health Project-HCH

Bachelors of Social Work
25+ yrs of working experience
in Community Health and
Development projects.
Project Implementor
and Field trainer

LEARN TO LEADERS

Support- Promote –Participate!

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें :

शिफा मानसिक स्वास्थ्य एवं विकलांगता परियोजना, हरबर्टपुर मसीह (लेहमन) अस्पताल, हरबर्टपुर
कार्यक्षेत्र: विकासखण्ड सढ़ोली कदीम व मुजफ्फराबाद, तहसील– बेहट, जिला सहारनपुर (उ0प्र0)।
मोबाइल न0 91–8791822377, ईमेल: chdpherbertpur@eha-health.org website: https://hch-eha.in