"Youth for peace and Development"

"किशोरीलाई सशक्तिकरण गरौं, बालमैत्री स्थानीय शासन प्रवर्द्धन गरौं।"

सामुदायिक स्तरमा लैङ्गिक हिंसा रोकथाम र किशोरी सशक्तिकरण सहजीकरण निर्देशिका

JCYCN 2001

JAGRITI CHILD AND YOUTH CONCERN NEPAL

जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपाल

जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपाल

देवचुली नगरपालिका-१५, नवलपरासी (सुस्ता-पूर्व) गण्डकी प्रदेश, नेपाल

सम्पर्क कार्यालय: का.म.न.पा. वडा नं.-२९ अनामनगर, घट्टेकुलो, सगरमाथा मार्ग

फोन नं.: +९७७ १ ४७७२१११

Email: jcycn2001@gmail.com, https://www.facebook.com/pg/JCYCNepal

https://twitter.com/JagritiAnd, Website: www.jcycnepal.org.np

सामुदायिक स्तरमा लैङ्गिक हिंसा रोकथाम र किशोरी सशक्तिकरण सहजीकरण निर्देशिका

२०७५

जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपाल

देवचुली-१५ नवलपरासी, नेपाल

सम्पर्क कार्यालय

काठमाडौं महानगरपालिका-२९, सगरमाथा मार्ग घट्टेकुलो अनामनगर, काठमाडौं

तालिम सामग्रीको नाम:

सामुदायिक स्तरमा लैङ्गिक हिंसा रोकथाम र किशोरी सशक्तिकरण सहजीकरण निर्देशिका

प्रकाशक:

जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपाल देवचुली नगरपालिका-१५, नवलपरासी सुस्तापूर्व, गण्डकी प्रदेश नेपाल

सम्पर्क कार्यालय:

काठमाडौं महानगरपालिका वडा नं. २९ अनामनगर, घट्टेकुलो, सगरमाथाा मार्ग

फोन नं. : ०१-४७७२१११

इमेल : **jcycn2001@gmail.com**

Website: www.jcycnepal.org.np

लेखन तथा सम्पादन : मिना शर्मा तथा देबकी आचार्य

सम्पादन सहयोगी : दिपकप्रसाद बस्याल

नुरजङ्ग शाह

दिपक शर्मा

श्रदा बर्मा

कम्प्यूटर सेटिङ: Screentech Printing Support Pvt.Ltd. (01-4246623)

प्रकाशन सहयोग: क्यानालन स्वीजरलेण्ड

प्रथम संस्करण: २०७५ माघ

प्रकाशित प्रति: १५००

नोट: यो पुस्तिकाको प्रकाशकको अनुमती विना जस्ताको तस्तै प्रकाशन गर्न पाइने छैन । किशोर किशोरीको सशक्तिकरणका लागि सन्दर्भ सामग्रीको रूपमा स्रोत खुलाई प्रयोग गर्न कुनै समस्या हुनेछैन ।

आभार

जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपाल, बालक्लवका पूर्व सदस्यहरू, सामाजिक अगुवाहरूद्वारा सन् २००१ मा स्थापित भएको गैर सरकारी संस्था हो । यस संस्थाले स्थापना कालदेखि बालबालिका, किशोर, किशोरी र युवाहरूको हकहित तथा अधिकार संरक्षणका प्रबर्द्धन र क्षमता अभिबृद्धिमा कार्य गर्दै आईरहेको छ । यिनै कार्यक्रमहरू गर्ने दौरानमा किशोरीहरूलाई सशक्तिकरण र उनीहरूको क्षमता अभिबृद्धि गर्ने अभिप्रायले विगतका दिनमा कार्य गर्दा संस्थाको आफ्नै अनुभवलाई अझ व्यवस्थित ढङ्गले अगाडि बढाउने सन्दर्भमा यो सामुदायिक स्तरमा लैङ्गिक हिंसा रोकथाम, किशोरी सशक्तिकरण तथा नेतृत्व विकास स्थानीय तहमा स्वयम् किशोरीहरू आफै केही गर्न सक्छन् भन्ने पुष्टि गर्न यो सहजीकरण निर्देशिका उपयोगी हुने विश्वास गरिएको छ। तालिम के हो ? सिकाइ विधि कस्तो हुनुपर्छ ? प्रशिक्षकको गुण तथा व्यवहार कस्तो हुनुपर्छ ? स्थानीय स्तरमा हुने हिंसा, द्वन्द्व विश्लेषण विधि, नेता तथा नेतृत्व, किशोरीसँगको सहकार्य र कार्ययोजनाको प्रारूप कस्तो हुनुपर्दछ भन्ने जस्ता महत्वपूर्ण विषयहरू यस निर्देशिकामा समाविष्ट गरिएका छन् ।

हिंसा न्यूनीकरण प्रक्रियाका सन्दर्भमा कतिपय व्यक्तिको सफलताका कथालाई उदाहरणको रूपमा प्रयोग गरिएको छ। निर्देशिका तयार पार्ने क्रममा राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय रूपमा प्रयुक्त सामग्रीहरू समेत हाम्रा लागि सहयोगी बनेका छन् । स्थानीय तहका विभिन्न बालक्लव, किशोरकिशोरी समूहमा रहेकाहरू (१३-१९ वर्ष समूहका)ले ५ दिनको तालिम प्राप्त गरेपश्चात समुदाय, विद्यालयमा र आफ्ना समूहहरूमा गई सचेतना फैलाउन यो निर्देशिका बढी उपयोगी हुने अपेक्षा र विश्वास गरिएको छ ।

निर्देशिकाको लेखन तथा सम्पादनमा निकै मेहनतसाथ लाग्नुभएका मानव अधिकार संचार प्रतिष्ठान (इह्किन) को अध्यक्ष तथा युवा अधिकार कर्मी मिना शर्मा तथा बालअधिकार कर्मी देबकी आचार्य, सहजीकरण पुस्तिकालाई प्रभावकारी बनाउन मार्गदर्शन गर्ने दिपकप्रसाद बस्याल, नुरजङ्ग शाह, जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपालका महासचिव दिपक शर्मा, बालिका सशक्तिकरण परियोजनाका कार्यक्रम संयोजक श्रदा बर्मा सहित यसलाई प्रकाशन तथा लेखनमा आर्थिक सहयोग प्रदान गर्ने क्यानालन स्वीजरल्याण्ड प्रति हार्दिक आभार सहित धन्यवाद ज्ञापन गर्दछौं । साथै, निर्देशिकालाई आगामी दिनमा थप प्रभावकारी बनाउन सुझावको अपेक्षा पनि गर्दछौं ।

अध्यक्ष,

तिलोत्तम पौडेल

जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपाल

विषय-सुची

१. परिचय

१.१ सहजीकरण निर्देशिका परिचय १

१.२ सहजीकरण निर्देशिकाको उद्देश्य १

१.३ सहजीकरण निर्देशिका कस्का लागि ? १

१.४ सहजीकरण निर्देशिका संरचना र विषयवस्तु २

१.५ सहजीकरण निर्देशिका प्रयोग विधि २

२. तालिम

२.१ तालिम के हो ? ३

२.२ सिकाइ विधि ४

२.३ प्रशिक्षक तथा सहजकर्ताको गुण तथा व्यवहार ५

२.४ तालिमका व्यवहारिक उद्देश्य ६

२.५ कक्षा योजना ६

२.६ तालिममा प्रयोग हुने विधि तथा तरिका ६

२.६.१ सहजीकरण ६

२.६.२ छलफल सहजीकरण ६

२.७ छलफल सहजीकरण विधिका प्रकारहरू ७

३. तालिम उद्घाटन

३.१ तालिमको उद्घाटन सत्र ८

३.२ सहभागीहरूको परिचय ८

३.३ अपेक्षा संकलन १०

३.४ तालिमको परिचय र उद्देश्य ११

३.५ सहभागीहरूको कार्य व्यवस्थापन समूह निर्माण १२

३.६ तालिमका नियमहरू निर्धारण १३

३.७ दैनिक मूल्याङ्कन १४

४. किशोरी (युवती)

४.१ किशोरी को हुन् ? १५

४.२ किशोरीहरूको क्षमता विकास र भूमिका १५

५. लिङ्ग, लैङ्गिकता र लौङ्गिक हिंसा

५.१ लिङ्ग र लैङ्गिकताको अवधारणा १८

५.१.१ लिङ्ग १८

५.१.२ लैङ्गिकता १८

५.१.३ लिङ्ग र लैङ्गिकताका आधारभूत भिन्नताह ? १८

५.२ लैङ्गिक हिंसा २१

५.३ हिंसा तथा शान्ति २१

५.४ लैङ्गिक समानता २२

५.५ लैङ्गिक समता २२

५.६ प्राकृतिक लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिकताबीच भिन्नता २२

५.७ पितृसत्तात्मक सामाजिक सम्बन्ध २४

५.७.१ लैंङ्गिक भूमिका २४

५.७.२ लैङ्गिक भुमिकाले विकासमा पार्ने प्रभाव २४

५.८ लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा र तिनका प्रकारहरू २५

५.९ महिला हिंसा २८

६. यौनजन्य दुर्व्यवहार

६.१ यौनजन्य दुर्व्यवहार : विद्यमान कथन र वास्तविकता २९

६.२ लैङ्गिक समानता सम्बन्धमा नेपालले गरेका राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिवद्धताहरू ३०

६.३ आधद्रनिक विज्ञान र प्रविधिले लैङ्गिक हिंसामा पारेका प्रभावह ३२

६.४ आधद्रनिक विज्ञान र प्रविधिको प्रगति र त्यसले महिलाको मानव अधिकारमा पारेको असरहरू ३३

६.४.१ मानवीय शरीरमाथिका असरहरू ३४

६.४.२ वातावरणीय असरहरू ३७

६.४.३ सामाजिक जीवनमा परेका असरहरू ३७

६.४.४ इन्टरनेटका कारण महिला माथिको हिंसामा वृद्धि ३८

६.५ कानूनी व्यवस्था ३८

६.६ कार्ययोजना निर्माण ३९

६.६.१ कार्ययोजनाको ढाँचा ३९

६.६.२ समन्वय ४०

६.७ समापन सत्र ४१

परिशिष्ट 'क'

१. नेपालमा बालबालिका सम्बन्धी संवैधानिक र कानूनी व्यवस्था ४३

२ नेपालको संविधानमा बालबालिका सम्बन्धी व्यवस्था ४३

२.१ नेपालको संविधान, २०७२ ४३

२.२ बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५

२.३ स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ ४६

२.४ बालअधिकार सम्बन्धी महासन्धि अन्तर्गतका इच्छाधिन आलेखहरू नेपालको प्रतिवेदन ४६

३ बालबालिका सम्बन्धी योजना, नीति, कार्यक्रम तथा संरचनागत व्यवस्था ४७

३.१ योजना तथा कार्ययोजना ४७

३.२ रणनीति ४७

३.३ बालबालिका प्रत्यक्ष लाभान्वित हद्रने केही प्रमद्रख कार्यक्रम तथा सेवा सद्रविधाहरू ४७

परिशिष्ट 'ख'

४. बालविवाह सम्बन्धी कानूनी व्यवस्था ४८

४.१ मुलुकी अपराध (संहिता) ऐन, २०७४ ४८

४.२ मुलकी फौजदारी कार्यविधि (संहिता) ऐन, २०७४ ४९

४.३ बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५ ४९

सन्दर्भ सामग्री

खण्ड एक

१. परिचय

१.१ सहजीकरण निर्देशिका परिचय

यो सहजीकरण निर्देशिका जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपालले तयार पारेको हो । बाल अधिकार, युवा सशक्तिकरण तथा शान्ति स्थापनामा काम गर्दै आएको जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपालले सन् २००१ देखि नेपालको विभिन्न जिल्लाहरूमा सञ्चालन गरेका बालबालिका तथा युवाहरूको नेतृत्व विकास तालिम अनुभवलाई यस निर्देशिकाले लिपिबद्ध गरेको छ ।

जागृति बाल तथा युवा सरोकार नेपालले आयोजना गरेको तालिम पश्चात धेरै बालक्लव, युवाक्लव, समूह तथा संजालहरूले पनि स्थानीय स्तरमा अन्य स्थानीय युवाहरूलाई लक्षित गरी यस्ता तालिमहरू सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । यसरी तालिम गर्दा किशोर, किशोरीहरूले स्थानीय रूपमा प्रशिक्षकहरू भेटाउन गाऱ्हो भएको साथै आफैले तालिम सञ्चालन गर्दा ज्ञान र अनुभव तथा सन्दर्भ सामग्री कम भएको महसुस गरेको अवस्थालाई मध्यनजर गरी यो सहजीकरण निर्देशिका तयार पारिएको हो ।

किशोरकिशोरीहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने र सामुदायिक स्तरमा लैङ्गिक हिंसा रोकथाम गर्नका लागि, बालिकामाथि हुने कुनैपनि प्रकारका हिंसा, दुर्व्यवहार न्युनीकरण गर्नका लागि, लिङ्ग र लैङ्गिकताका विषयहरू के हुन ?, नेतृत्व विकास कसरी गर्ने, नेतृत्व भन्नाले के बुझिन्छ ? भन्ने विभिन्न विषयमा यस तालिम सहजीकरण निर्देशिकाले सहयोग गर्ने अपेक्षा लिइएको छ । यो तालिम पश्चात किशोरकिशोरीहरूले आफैले पनि आफ्ना स्तरका साथीहरूलाई तालिम प्रदान गर्नसक्ने समेतको आङ्कलन गरिएको छ ।

१.२ सहजीकरण निर्देशिकाको उद्देश्य

यस सहजीकरण निर्देशिकाको प्रमुख उद्देश्य “सामुदायिक स्तरमा लैङ्गिक हिंसा रोकथाम, किशोरी सशक्तिकरण र सहजीकरण” तालिम सञ्चालन गर्नकालागि किशोरकिशोरी सहजकर्ताहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने रहेको छ ।

यस निर्देशिकाले:-

इच्छुक किशोरी सहजकर्ता तथा प्रशिक्षकहरूलाई तालिमको अवधारणा, तालिम सञ्चालनका लागि चाहिने सीप तथा ज्ञान प्रदान गर्न मद्दत गर्दछ ।

- हिंसा रोकथाम तथा शान्ति स्थापनाकालागि युवा नेतृत्व विकाससम्बन्धी तालिम सञ्चालनका लागि आवश्यक पथ प्रदर्शन गर्न मद्दत गर्दछ ।

१.३ सहजीकरण निर्देशिका कस्का लागि ?

यस निर्देशिका प्रशिक्षक प्रशिक्षण तालिम लिइ सकेका र युवा परिचालन तथा शान्ति स्थापनासम्बन्धी तालिमहरूमा भाग लिई, यसै सम्बन्धी किशोरकिशोरीहरूलाई तालिम दिन इच्छुक सहजकर्ता तथा प्रशिक्षकहरूलाई लक्षित गरी तयार पारिएको छ । कुनै पनि तालिम नलिएका व्यक्तिहरूले यो निर्देशिकाको आधारमा तालिम सञ्चालन गर्दा प्रभावकारी नहुन पनि सक्छ । यो निर्देशिका प्रभावकारी ढङ्गबाट प्रयोग गर्न तालिम सम्बन्धी राम्रो बुझाई र अनुभव आवश्यक हुन्छ । साथै सहजकर्ता तथा प्रशिक्षकहरूले यस निर्देशिकामा दिइएका कुराहरूलाई आफ्नो स्थानीय सन्दर्भ तथा आवश्यकताका आधारमा अनुकरण वा परिवर्तन गर्न सक्ने हुनु पर्दछ ।

१.४ सहजीकरण निर्देशिका संरचना र विषयवस्तु

यो निर्देशिका ५ दिनको तालिमको लागि तयार पारिएको छ । यसमा विभिन्न सत्रमा प्रमुख विषयवस्तुहरू समावेश गरिएको छ, जुन यस प्रकार रहेका छन् । उद्घाटन सत्र, तालिमको प्रयोग, किशोरकिशोरी, हिंसा र द्वन्द्व, लिङ्ग र लैङ्गिकताको अवधारणा र आधारभूत भिन्नताहरू, लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा र तिनका प्रकारहरू, यौनजन्य दुर्व्यवहार सम्बन्धी विद्यमान कथन र वास्तविकता, लैङ्गिक समानता सम्बन्धमा नेपालले गरेका राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिवद्धताहरू, आधुनिक विज्ञान र प्रविधिले लैङ्गिक हिंसामा पारेका प्रभावहरू, हिंसा र यस सम्बन्धी कानूनी व्यवस्था, लैङ्गिक हिंसा निवारणका लागि नेपालमा भएका प्रयासहरू, लैङ्गिक मैत्री वातावरण, नेतृत्व विकास, तालिमको समष्टिगत मूल्याङ्कन र समापन रहेका छन् । यी विषयवस्तुहरू भित्र विभिन्न विषयहरूलाई समेटिएको छ ।

१.५ सहजीकरण निर्देशिका प्रयोग विधि

यो निर्देशिकालाई दुई खण्डमा विभाजन गरिएको छ। पहिलो खण्ड प्रशिक्षक वा सहजकर्ताकालागि तालिम सञ्चालनगर्नु पूर्व आवश्यक जानकारी, ज्ञान तथा सीपहरू राखिएको छ भने दोस्रो खण्डमा तालिम सञ्चालनकालागि विभिन्न कक्षा चलाउन आवश्यक प्रक्रिया बारे जानकारी राखिएको छ । जस्तैः खण्ड १ मा तालिम निर्देशिका तथा तालिमका विषयहरू समेटिएको छ भने खण्ड २ मा लिङ्ग र लैङ्गिकताको अवधारणा र आधारभूत भिन्नताहरू, किशोरकिशोरी नेतृत्वबारे विभिन्न विषयवस्तुहरूमा तालिम सञ्चालन गर्न आवश्यक निर्देशन समेटिएको छ ।

यस निर्देशिका प्रयोग गर्दा निम्न कुराहरूमा ध्यानदिनु उपयुक्त हुन्छ ।

- आफूले तालिम सञ्चालन गर्नु पूर्व यस निर्देशिकाको राम्रोसँग अध्ययन गर्ने,
- यस निर्देशिकामा उल्लेख भए अनुसार तालिम सामग्री तथा सहभागीलाई वितरण गर्ने सामग्री तालिम पूर्व नै व्यवस्था गर्ने,
- निर्देशिकामा दिइएको निर्देशनहरू यदि कुनै सांस्कृतिक वा सामाजिक सन्दर्भमा सुहाँउदो भएन भने त्यसलाई परिमार्जन गरी स्थानीय समाज तथा संस्कृतिसँग मिल्ने गरी सञ्चालन गर्ने,
- यस निर्देशिकामा दिइएको भूमिका निर्वाह, कथा, उदाहरणहरू पनि सन्दर्भ मिल्ने भएमा मात्र प्रयोग गर्ने लगायत सहभागी र सन्दर्भ सुहाउँदो विभिन्न कथा तथा उदाहरणहरू आफ्नै अनुभवबाट पनि प्रयोग गर्ने,
- यस निर्देशिकामा उल्लेख भए अनुसार तालिम सामग्री तथा सहभागी सामग्री स्थानीय रूपमा उपलब्ध हुन सकेन भने स्थानीय रूपमै उपलब्ध अन्य विकल्पहरूको छनौट गरी प्रयोग गर्ने,
- यस निर्देशिकामा धेरै क्रियाकलापहरू दिइएको छ । ५ दिनको तालिममा यी सबै कक्षा तथा क्रियाकलापहरू गर्न नभ्याउन पनि सकिन्छ । त्यसैले समय, परिस्थिति तथा सहभागी अनुसार उपयुक्त कक्षा तथा क्रियाकलापहरू छानेर प्रयोग गर्ने ।

२. तालिम

२.१ तालिम के हो ?

सामान्यतया तालिम भनेको व्यवहार परिवर्तनको अभ्यास हो । व्यवसायिक वा व्यक्तिगत जीवनमा चाहिने थप ज्ञान, सीप लगायत आवश्यक बानीको निमार्णका लागि तालिमको आयोजना गरिन्छ । यो सहजकर्ताको सहयोगमा सहभागीहरूले निश्चित विषयवस्तु माथिको छलफल अन्तरक्रिया लगायतका विभिन्न विधि अपनाएर साझा धारणा बनाउने सीप अभिवृद्धी गर्ने व्यवहार परिवर्तनको प्रक्रिया हो । तालिमको सफलता वा असफलता सहभागीको व्यवहार मा भएको अपेक्षित परिवर्तनबाट निर्धारण हुन्छ । किशोरीका लागि आयोजना गरिने तालिममा खासगरी उनीहरूको समाज, परिवार वा राष्ट्रको लागि सकारात्मक योगदानको अपेक्षा गरिएको हुन्छ । यसका साथै उनीहरूको आफ्नै व्यक्तित्व विकास र समस्या समाधान तर्फ केन्द्रित हुन्छ ।

युवा, किशोरी शिक्षा, लैङ्गिक हिंसा, द्वन्द्वरूपान्तरण लगायतका विभिन्न आयोजनाहरूमा तालिमको मुख्य भूमिका हुन्छ । किशोरीहरूको बारेमा वा यससम्बन्धी तालिम आयोजना गर्दा विभिन्न कुराहरूमा ध्यान दिन जरुरी छ । तालिमहरू संस्था वा आयोजनाका उद्देश्य पूरा गर्न सहयोग गर्नका लागि आयोजना गरिन्छ । सबै ठाउँमा एकै किसिमको तालिम विधि वा निर्देशिका प्रर्याप्त हुँदैन र एक ठाउँमा प्रयोग हुने गरिएका तालिमको लागि कुनै निर्देशिका वा तालिम योजना हुँदा त्यसले तालिमको प्रभावकारिता बढाउँछ । तालिमको तरिका बारेमा कुरागर्दा हामी आफूले आफैलाई निम्नानुसार प्रश्न सोध्न जरुरी छः-

- तालिमको उद्देश्य के हो ? तालिमबाट हामी के उपलब्धिको आशा गर्छौं ?
- कुन व्यक्तिहरूले यो परिवर्तनमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छन् ?
- ती व्यक्तिहरूलाई के-केमा थप ज्ञान, सीप अभिवृद्धिको जरुरत छ ?
- ती व्यक्तिहरूको हालको क्षमता के छ ?
- उनीहरूको अहिलेको धारणा तथा व्यवहार कस्तो छ ?
- उनीहरूलाई तालिम दिँदा कुन तरिका अपनाउनु जरुरी छ ?
- ती सहभागीहरूलाई के कुरा आवश्यक छ ?
- ती तालिमका उपेक्षित उपलब्धिहरू कसरी नाप्न/थाहापाउन सक्छौं ।
- तालिमका विषयवस्तुहरूलाई हामी कसरी सहभागीको जीवनसँग जोड्न सक्छौं ?
- तालिमको योजना बनाउदा सहभागितात्मक विधि अपनाउनुहोस् ।
- तालिम आयोजना गर्दा समुदायका विशिष्ठतालाई ख्याल राख्नुहोस् ।
- तालिम समूह (सहभागी समूह) मा आवश्यक सबै ठाउँको प्रतिनिधित्व गराउनुहोस् ।
- तालिमको ठाउँ र समय उपयुक्त रूपमा छनोट भएको छ कि छैन ध्यान दिनुहोस् ।
- तालिमको उत्साहजनक सुरुवात गर्नुहोस् ।
- सबै सहभागीको समान सहभागीताका लागि काम गर्नुहोस् ।
- सबैले खेल्नसक्ने वातावरण तयार गर्नुहोस् ।
- उदाहरणहरू दिँदा सहभागीको आस्थामा चोट नपुग्ने र उनीहरूले महसुस गरेर लागुगर्न सक्ने उदाहरण दिनुहोस् ।
- सहभागीहरूद्वारा एउटा स्पष्ट कार्ययोजना बनाउन लगाउनुहोस् ।
- तालिम पछि सहभागीसँगको सम्बन्ध कायम राख्नुहोस् कार्ययोजनाको अनुगमन गर्नुहोस् ।
- आएका परिवर्तनहरूलाई अभिलेख राख्नुहोस् र त्यसबाट पृष्ठपोषण लिनुहोस् ।

२.२ सिकाइ विधि

सिकाइ एउटा निरन्तर प्रक्रिया हो । समाज वा संसारमा रहेका आवश्यक सूचना प्राप्त गरी त्यसअनुसार आफूलाई समायोजन गर्न, परिवर्तनका लागि तयार रहन र प्रतिस्पर्धात्मक रूपमा आफूलाई तयार राख्न सिकाइलाई पनि तीव्रता दिन जरुरी छ । हिजोको पुस्तालाई विश्व परिवेश वा देशभित्रको कम जानकारीमात्रै भएपनि पुग्थ्यो । आज हामीलाई थप जानकारी वा सूचना चाहिने मात्र होइन सोही अनुसार कतिपय ठाउँमा आफूलाई ढाल्न पनि जरुरी छ ।

जानी, नजानी, प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष, औपचारिक, अनौपचारिक, नियमित, अनियमित वा आकस्मिक रुपले हामी विभिन्न कुरा सिकिरहेका नै हुन्छौँ । मुख्य रूपमा सिकाई निम्न उद्देश्यका लागि हुन्छ ।

- हामीलाई आईपर्ने समस्या समाधान गर्न,
- नयाँ परिस्थितिमा आफूलाई समायोजन गर्न,
- हाम्रो व्यक्तिगत, सामुहिक वा सामाजिक जीवनलाई सजिलो बनाउन,
- सन्तृष्टि वा मनोरंन्जन लिन ।

माथि उल्लेख गरिए अनुसार सिकाइ विभिन्न प्रकारले हुन्छ जुन मुख्यतया निम्नानुसारका छन्-

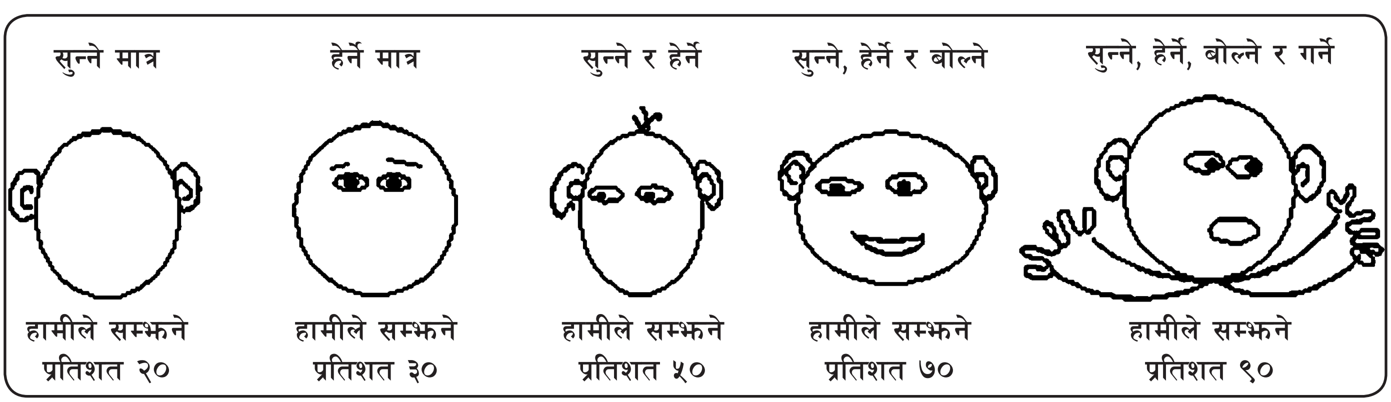
औपचारिक: विद्यालय वा कलेजहरूमा निश्चित समय भित्र हुने सिकाइ जसलाई निश्चित जाँच लिएर पास वा फेलको दर्जा दिइन्छ ।

अनियमित: बाटोमा हिड्दा उठ्दा बस्दा वा दैनिक जीवनयापनका क्रममा हुने सिकाइ यस अन्तर्गत पर्दछ । हामीले सिकेका अधिकांश कुराहरू यसैमाध्यमबाट सिक्छौँ ।

आकस्मिक: यो आकस्मिक वा उपेक्षित रुपबाट हुने सिकाइ हो । उदाहरणको लागि बच्चाले आगोमा हात हाल्नु हुदैन भन्ने सिक्छ ।

अनौपचारिक: विद्यालय वा क्याम्पस बाहिर थप सीप अभिवृद्धिका लागि हुने सिकाई यस अन्तर्गत पर्दछ । हामीले आयोजना गर्ने विभिन्न तालिमहरूबाट हुने सिकाइहरू अनौपचारिक सिकाइ हुन् ।

हामीले सिक्ने विभिन्न माध्यमहरू छन् । सामान्यतया हामी हाम्रा ज्ञानेन्द्रीय (आँखा, कान, नाक, छाला, जिब्रो) को सहयोगले सिक्छौँ । हाम्रा जति ज्ञानेन्द्रीय सिकाइको बेला सक्रिय हुन्छन् र हामी त्यतिनै बढि सिक्छौँ र सिकाइ त्यतिनै बढि र दिगो हुन्छ।



परम्परागत प्रशिक्षण र वयस्क प्रशिक्षण नमूनाका विशेषताहरू

परम्परागत प्रशिक्षण नमूना	वयस्क प्रशिक्षण नमूना
➢ सहभागीहरूलाई पढाउने/सिकाउने उद्देश्य हुन्छ, विशेषज्ञले सहभागीहरूलाई के गर्नुपर्छ भन्ने कुरा भन्छन्। ➢ प्रशिक्षार्थीले किताबबाट ज्ञान आर्जन गर्छन् भन्ने आशा राखिन्छ। ➢ श्रोत व्यक्तिले बनाउने र सहभागीहरूले सुन्नुपर्ने, अन्तिम निर्णय विशेषज्ञले गर्ने । ➢ श्रोत व्यक्ति सहभागी र सहभागी श्रोत व्यक्ति हुन सक्दैन। ➢ श्रोत व्यक्तिले सहभागीहरूले सिक्न चाहेका आवश्यक्ताहरू पहिचान गर्छ । ➢ भाषण सुन्ने, सुनाइ र पढाइ साझा तरिका हुन् । ➢ विशेषज्ञको अनुभवलाई बढी मान्यता दिईन्छ। सिकाइ कुनै व्यक्तिको व्यक्तिगत र सम्वन्धित विषयमा भएको परिवर्तनमा भर पर्दछ । ➢ पूर्व निर्धारित स्तर र निर्देशित दिशाबोधमा यस तरिकाले जोड दिन्छ । ➢ सहभागीहरू उनीहरूलाई दिईएको स्तरको अंक र उनीहरूको प्रतिउत्तरको स्वीकृतिको आधारमा अभिप्रेरित हुन्छन् । ➢ सिक्ने वातावरण औपचारिक हुन्छ ।	➢ सहभागीहरूलाई सिक्ने कुरामा सघाउने उद्देश्य हुन्छ । ➢ सहजकर्ताले सहभागीलाई सिक्ने खाका दिन्छन् । ➢ सहभागीहरूले वर्तमान समस्याहरू पहिचान गर्ने अपेक्षा राखिन्छ र ती समस्या समाधानका बाटाहरूको खोजी गर्छ। ➢ सबै सहभागीहरूले छलफल गरी आम सहमतिमा पुग्ने । ➢ सबै गुरु र सबै चेला । ➢ सहभागीहरूले सिक्न चाहेका आवश्यकता र सिक्नुपर्ने विषयको पहिचान गर्छन् । ➢ छलफल, समूह तथा व्यक्तिगत कार्यहरू यसका साझा तरिका हुन्। ➢ सिकाइ आफै निर्देशित हुन्छ र सहभागीहरू अनुभवलाई पनि मान्यता गरिन्छ। सहभागीहरूको अनुभवनै मुख्य श्रोत मानिन्छ। ➢ सहभागीहरूमा उत्सुकता विकासको निम्ति र उनीहरूको आवश्यकता पुरा गर्ने तरिकाहरूमा जोड दिईन्छ । ➢ सहभागीहरू आफै उनीहरूका उपलब्धिका सन्तुष्टिबाट उत्प्रेरित हुन्छन् । ➢ सिक्ने वातावरण अनौपचारिक हुन्छ । ➢ कथा, कविता, डकुमेन्ट्री, गीतबाट समेत सिक्न सिकाउने कार्य हुन्छ ।

२.३ प्रशिक्षक तथा सहजकर्ताको गुण तथा व्यवहार

एउटा असल प्रशिक्षक वा सहजकर्ता हुनकालागि निम्न गुण तथा व्यवहारहरू हुन आवश्यक छ ।

- सहजीकरण सीप भएको
- राम्रो संचार सीप तथा ध्यान दिएर सुन्ने कला
- विषयवस्तुमा ज्ञान भएको
- स्पष्ट वक्ता
- सहनशीलता तथा धैर्यता
- चतुऱ्याई सहभागीको मनोविज्ञान बुझ्न सक्ने
- अनुशासित
- उपयुक्त हाउभाऊ
- आत्मविश्वास
- मिलनसार
- विश्वासिलो
- समूह सवलीकरण गर्न सक्ने
- नेतृत्व क्षमता भएको
- सबै सहभागीहरूसँग आँखाको सम्पर्क राख्ने
- सबै सहभागीहरूलाई समान व्यवहार गर्ने
- आफूले भनेको कुरा पहिला आफै गर्ने
- मेहेनती

- ❖ समय, सन्दर्भ तथा परिस्थिति अनुसार अनुकरण तथा परिवर्तन गर्न सक्ने
- ❖ सहभागीहरूलाई पृष्ठपोषण दिन सक्ने
- ❖ सिर्जनशील
- ❖ आत्म मूल्याङ्कन गर्नसक्ने
- ❖ असल छवि भएको
- ❖ समयको पालना गर्नसक्ने
- ❖ नयाँ कुराको खोजी गर्नसक्ने ।

२.४ तालिमका व्यवहारिक उद्देश्य

कुनै पनि योजनामा व्यवहारिक उद्देश्य बनाउँदा विषयवस्तु र व्यवहारिक पक्षहरूलाई भुल्नु हुदैन । यसमा यहाँ विषयवस्तु र व्यवहारिक पक्षबीच प्रष्ट बनाउन उदाहरण प्रस्तुत गरिन्छ । व्यवहारिक उद्देश्य प्राप्त गर्दा स्पष्ट अर्थ लाग्ने वाक्यांशलाई प्रयोग गर्नु पर्दछ । कुनैपनि बेला व्यवहारिक उद्देश्य निर्धारण गर्दा संक्षिप्त रूपमा राखिएकाहुनु पर्दछ । कम संक्षिप्त रूपमा भएमा धेरै अर्थ लाग्ने हुन्छ भने धेरै संक्षिप्त रूपमा भएमा केही मात्रा मात्र हुने भएकाले वाक्यांशलाई ध्यानमा राखी व्यवहारिक उद्देश्यहरू निमार्ण, निर्धारण गर्न विर्सनु हुँदैन ।

व्यवहारिक उद्देश्य विशिष्ट किसिमका र मानव व्यवहारसँग सम्बन्धित हुन्छन् । जसलाई पूरा भएको नभएको नाप्न एक दुईवटा प्रश्न सोधिन्छ र थाहा पाइन्छ । व्यवहारिक उद्देश्यहरू पूरा भए नभएको सहभागीलाई भन्न लगाएर, लेख्न लगाएर वा गर्न लगाएर नाप्ने गरिन्छ । महसुस गरिने तथा भावनात्मक क्रियापद तथा वाक्य यसमा हुँदैनन् । उदाहरणको लागि यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले विद्यालयमा हुने हिंसा र द्वन्द्वका कारण थाहा पाउनेछन् वा बुझ्नेछन् भन्दा त्यो विशिष्ठ हुँदैन र व्यवहार हेरेर नाप्न सकिदैन । त्यसको सट्टामा “सहभागीहरूले विद्यालयमा हिंसा र द्वन्द्वका कारण भन्न, लेख्न, सक्नेछन्” भन्दा विशिष्ठ तथा व्यवहारिक हुन्छ ।

२.५ कक्षा योजना

कक्षा योजना तालिमलाई योजनाबद्ध रूपमा सञ्चालन गर्न तालिम सञ्चालन अघि प्रशिक्षक वा सहजकर्ताले बनाएको तयारीपूर्ण योजना हो । यसमा तालिमको त्यस सत्रका व्यवहारिक उद्देश्य, लाग्ने समय, प्रयोग हुने विधि र सामग्री, प्रक्रिया, आवश्यक अन्य परिवेश सहजकर्ताका लागि छोटो नोट र अरू कहिले काँही मूल्याङ्कनका लागि प्रश्नहरू पनि र हन्छन् । यसले सहजकर्तालाई आत्मविश्वास प्रदान गर्छ र प्रशिक्षकलाई संगठित, उपलब्धिपूर्ण र योजनाबद्ध बनाउँछ । यसले सहजकर्तालाई पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुका साथै तालिम सत्रका उद्देश्य पूरा भए नभएको पनि स्पष्ट गर्दछ ।

२.६ तालिममा प्रयोग हुने विधि तथा तरिका

२.६.१ सहजीकरण

सहजीकरण भन्नाले समस्या, बाधा, व्यवधानबाट मुक्त गर्नु र सिकाईलाई सरल र सहज बनाउनु हो । अथवा सामुहिक उद्देश्य प्राप्तिका लागि विभिन्न क्रियाकलापद्वारा तालिम पूर्व, तालिमको समयमा र तालिम पश्चात सहभागीलाई उपस्थित गराउने ।

२.६.२ छलफल सहजीकरण

सहजीकरणमा छलफलको महत्त्वपूर्ण स्थान हुन्छ । छलफलले नै सहजीकरणलाई सहभागितात्मक बनाउछ र तालिम वा सहजीकरणलाई जीवन्त बनाइराख्छ । सहजीकरणमा प्रायः सहजकर्ताको भूमिका प्रश्नकर्ताको रूपमा रहन्छ । प्रश्न गर्नु पनि एउटा कला वा सीप हो । सही समयमा सहि प्रश्न गर्नु तथा सिलसिलेवार किसिमले प्रश्नहरू सोध्नु निक्कै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । सामान्यतया प्रश्न गर्दा सहजकर्ताले तलका चरण अनुसार सोध्नु पर्छ । जसलाई छोटकरीमा ORID विधि पनि भनिन्छ ।

२.७ छलफल सहजीकरण विधिका प्रकारहरू

क) वस्तुगत प्रश्न

सहजीकरणको सुरुमा वस्तुगत प्रश्नहरू सोधी छलफल सुरुवात गर्नुपर्ने हुन्छ । यी प्रश्नहरूको जवाफ विशिष्ठ किसिमको हुन्छ । यसमा हाम्रा ज्ञानेन्द्रीयहरूबाट प्राप्त सूचनाहरूको मात्र अपेक्षा गरिन्छ । जस्तैः- तपाईले के देख्नु भयो ? के सुन्नु भयो ? के भयो ? इत्यादि । यसमा सहभागीको विश्लेषण, मन्थन वा सोचाइको कुरा आउदैन । यसमा खाली विशिष्ठ जवाफ आउछ र सबै सहभागीहरूको एकै किसिमको जवाफ आउछ ।

ख) प्रतिक्रियात्मक

दोस्रो चरण कुनै घटना वा वस्तुका वारेमा सहभागीको प्रतिक्रिया लिन प्रश्नहरू सोधिन्छन् । यस चरणमा प्रश्नहरू सोध्दा सहभागीको मन वा मुटुबाट आएको जवाफको अपेक्षा गरिएको हुन्छ । तपाइलाई कस्तो लाग्यो ? तपाईंलाई के लाग्यो ? कस्तो भयो ? भन्ने जस्ता प्रश्नहरू यसमा सोधिन्छन् । यसबाट आउने उत्तरहरू– डर लाग्यो, राम्रो लाग्यो, दुःख लाग्यो, रिस उठ्यो जस्ता मानव संवेग वा समवेदना झल्काउने विशेषण उत्तरको रूपमा आउछ ।

ग) वर्णनात्मक

प्रश्नहरूको चरणमा सहभागीको विश्लेषण वा विचारविमर्श सहितको उत्तरको अपेक्षा गरिएको हुन्छ । सूचना र प्रतिक्रियाको आधारमा सहभागीले घटना वा वस्तुलाई विश्लेषण गर्दछन् । त्यसैले यो चरण सहभागीको दिमागसँग सम्बन्धित छ । किन भयो ? कसरी भयो ? जस्ता प्रश्नहरू यसमा पर्दछन् । जसको उत्तर सहभागीले फरक फरक किसिमले दिन सक्छन् । जुनकुरालाई उसको ज्ञान सूचना वा परिवेशले प्रभाव पार्दछ । यसमा अरूलाई बुझ्ने सोचाइको घेरा फराकिलो बनाउन सहयोग हुन्छ ।

घ) निर्णयात्मक

माथिका सबै चरण पार गरेपछि सहभागीहरूलाई उनीहरूको निर्णयसँग सम्बन्धित प्रश्न सोध्नु पर्छ । यसमा उनीहरूको निर्णयसँगै कुनै काम (Action)को पनि अपेक्षा गरिएको हुन्छ । यसको सम्बन्ध तालिम पछिको कामसँग सम्बन्धित हुन्छ । जस्तै- तपाईंलाई के लाग्यो ? के गर्नुपर्छ जस्तो लाग्यो ? के हुन्छ जस्तो लाग्यो ? अब तपाईं के गर्नु हुन्छ ? आदि ।

तालिमको पहिलो दिन

३. उद्घाटन

३.१ तालिमको उद्घाटन सत्र

तालिमका सहभागीहरू एउटै समूहमा काम गर्ने वा सहकार्यमा काम गर्ने किशोरकिशोरी युवाहरू भए तापनि उनीहरू विभिन्न ठाउँ र भिन्न सामाजिक पृष्ठभूमिबाट आएका हुन्छन् । यसको अतिरिक्त यस प्रशिक्षण अर्न्तगत समेटिएका विषयवस्तुहरूको संवेदनशिलतालाई मनन् गर्न पनि एक-अर्कामा सहज र मित्रवत् वातावरण बनाइ परिचय गर्न जरुरी हुन्छ । यसका साथै तालिमलाई सरल र सहजताका साथ सुचारु गर्न र व्यवस्थित बनाउन पनि जरुरी हुन्छ । तसर्थ तालिम सञ्चालनको पहिलो सत्रमा निम्न कार्यहरू गरिन्छ ।

- सहभागीहरूको परिचय गर्ने
- सहभागीहरूको अपेक्षा संकलन गर्ने
- तालिमको सामान्य परिचय तथा उद्देश्य बताउने
- सहभागीहरूको कार्य व्यवस्थापन समूह निर्माण गर्ने
- तालिमका नियमहरू निर्धारण गर्ने
- दैनिक मूल्याङ्कन गर्ने

***नोट**: तालिमलाई औपचारिक रूपमा उद्घाटन गर्ने कार्यक्रम भएका जनप्रतिनिधीहरू, नेपाल सरकारका प्रतिनिधी, सामाजिक संघसंस्थाका व्यक्तिहरू र सरोकारवालालाई आशन ग्रहण गरी प्रमुख अतिथिबाट र एकजना सहभागी समेत छनोट गरी संयुक्त रूपमा उद्घाटन समेत गर्न सकिन्छ ।*

३.२ सहभागीहरूको परिचय

उद्देश्य तथा सिकाइ	तालिममा उपस्थित सहभागीहरूलाई स्वागत गर्नु । तालिमका प्रशिक्षक, सहभागी तथा अन्य उपस्थितहरूबीच एक-आपसमा चिनजान गर्नु । सहभागीहरू एक-आपसमा मिलेर काम गर्न वा समूह कार्य गर्न अनुकूल वातावरणको सिर्जना गर्नु । सहभागीहरूबीच एक आपसमा परिचित भई विषयवस्तुका ज्ञान र सीपहरूलाई एक अर्काबाट सिक्ने वातावरण तयार गर्नु ।
सामग्री	सादा कागज, मार्कर, मेटाकार्ड, खैरौ कागज, मास्किङ टेप ।
समय	३० मिनेट (सहभागीहरूको संख्याको आधारमा थपघट हुन सक्दछ)

विधि	आफू बसेकै स्थानबाट प्राथमिकताका आधारमा आफ्नो नाम, ठेगाना, कामको अनुभव, पद, आफ्नो परिवारको बारेमा छोटकरीमा व्यक्त गर्ने ।
क्रियाकलाप १	म र मेरा औँलाहरू सहभागीहरूलाई एक-एकवटा सादा कागजका पाना दिएर उक्त पानामा आफ्नो हत्केलाको पाचैवटा औँलाहरू स्पष्ट आउने गरी चित्र कोर्न लगाउने । सहभागीलाई आफ्नो नाम, ठेगाना, आबद्ध संस्थाको नाम, पद र काम, तथा आफ्नो परिवारलाई आफ्नो हत्केलाको कुन औँलामा राख्न चाहेको हो त्यस औँलामा लेख्न भन्ने । सहभागीहरूले एक-अर्काको लेखाइलाई नक्कल गर्न नसक्ने कुराको सुनिश्चितता गर्ने । प्रत्येक सहभागीले पालैपालो आ-आफ्नै ठाउँबाट उठी कागजमा लेखिए अनुसारको आफ्नो परिचय दिन लगाउने । यस क्रममा सहभागीलाई किन आफ्नो नाम, ठेगाना, संस्था, पद र काम तथा आफ्नो परिवारलाई त्यस औँलामा राख्न चाहानुभएको हो र यो कुरासँग त्यस औँलाको के सम्बन्ध हुन्छ भनेर सोध्ने । यसै प्रक्रियाअनुसार सबै सहभागीहरूले परिचय दिदै जाने । सहभागीहरूबाट निम्न अनुसारका सम्भावित उत्तरहरू आउन सक्छ । म मेरो नामलाई बूढि औँलासँग दाँज्न चाहान्छु, किनकि बूढी औँलाको अरू औँला भन्दा फरक पहिचान छ । यो मेरो पहिचानसँग जोडिन्छ । जस्तै-बूढीऔँलाकै औँठा छाप लगाईन्छ । म मेरो नामलाई माझी औँलामा राख्न चाहन्छु किनकि यो औँला जस्तै मेरो नाम उच्च राख्न चाहन्छु । म कामलाई चोरी औँलासँग राख्न चाहन्छु किनकि यसले सधै सजग गराइरहन्छ आदि ।

सहजकर्तालाई सुझाव

सहजकर्ताले उपस्थित सहभागीहरूको आ-आफ्नो परिचय अतिरिक्त कामको जिम्मेवारी र अनुभवका बारेमा भन्न जोड दिन सक्नेछन् । यसले सहभागीहरूलाई एक अर्कासँग नजिक हुन तथा सम्बन्ध विस्तार गर्न सहज हुनेछ । साथै ज्ञान, सीप र अनुभव आदान-प्रदान गर्न पनि सहज हुनेछ ।

फरक-फरक समूहहरूबाट सहभागी भएको अवस्थामा एकपकको परिचयले सहभागीहरूले नयाँ साथीहरूको नाम सम्झिरहन सक्दैनन् । त्यसैले सहभागीहरू जुन स्थानमा बस्नुभएको छ, त्यहाँ आ-आफ्नो नाम मेटाकार्डमा लेखेर आफ्नो अगाडिको टेबुलमा राख्न सहजकर्ताले सुझाव दिन सक्छन् अथवा नाम लेखेर आफू बसेको टेबुलको अघि टाँस्ने वा डोरीमा उनेर गलामा भिर्न पनि सुझाउन सकिन्छ । ठीक आकारमा काटिएको मेटाकार्ड र मार्कर वा गलामा झुण्ड्याउन मिल्ने डोरी सहितको कार्डहोल्डर सहभागीहरूलाई उपलब्ध गराउनुपर्दछ । सहजकर्ताले परिचयात्मक कार्यक्रमलाई विभिन्न तरिका/खेलद्वारा रोचक ढङ्गले सञ्चालन गर्न सक्छन् । विभिन्न तरिका वा खेल प्रयोग गर्दा जति पनि लामो समय लगाउन सकिने भएकोले सहजकर्ता समयप्रति भने सचेत हुनुपर्दछ ।

३.३ अपेक्षा संकलन

उद्देश्य तथा सिकाइ	सहभागीहरूको तालिम प्रति के अपेक्षा/आशङ्काहरू छन् ? जानकारी लिने । तालिममा समेटिएका विषयवस्तुहरू सहभागीका अपेक्षा अनुसार पर्याप्त छ/छैन अथवा उद्देश्यहरू मेल खान्छ खाँदैन भन्नेबारे प्रस्ट हुने । सहभागीहरूको अपेक्षाहरू पुरा गर्न तालिमको उद्देश्य अनुरुप के गर्न सकिन्छ यसका लागि उपयुक्त वातावरण निर्माण गर्न र तालिमका विषयवस्तुको सिमाना समझदारीपूर्वक निर्धारण गर्न सहयोग पुग्ने ।
सामग्री	विभिन्न रङ्गका मेटाकार्ड, खैरो कागज, मार्कर, मास्किङ टेप ।
समय	२० मिनेट
विधि	मेटाकार्डमा तालिमको अपेक्षा र आशङ्का लेख्न लगाउने ।
क्रियाकलापः १	हाम्रा अपेक्षाहरू सबै सहभागीहरूलाई फरक-फरक रङ्गका दुईदुईवटा मेटाकार्डहरू दिने । दुईवटा खैरो कागज हरूलाई सबैले देख्ने गरी भित्तामा टाँस्ने र एकमा अपेक्षा र अर्कोमा आशङ्का लेख्ने। सहभागीहरूबाट मेटाकार्डमा तालिमका सम्बन्धमा लेखिएका छुटाछुटै अपेक्षा र आशङ्कालाई खैरो कागजमा लेखिएको शीर्षक अनुसार टाँस्दै जाने । अपेक्षा र आशङ्का लेखिएका मेटाकार्डहरूलाई सबैले देख्ने गरी तालिम कक्षाको कुनै स्थानमा टाँस्ने । यस कार्यलाई आशा र शंका नाम दिएर पनि गर्न सकिन्छ । यसका लागि सहजकर्ताले बोर्डमा केहि प्रश्नहरू लेखी त्यसलाई मनन् गर्न लगाउने । जस्तै- म यहाँ के अपेक्षा लिएर आएको छु । यहाँबाट मैले राखेको कुन अपेक्षा पुरा नहोला । यस खेलका लागि सबै सहभागीहरूलाई १, २ - १, २ भन्न लगाई एउटै नम्बर भएका सहभागीहरूलाई जोडी बनाईदिने । प्रत्येक जोडीलाई फरक-फरक रङ्गका दुईवटा मेटाकार्डहरू दिने र ती दुई प्रश्नहरूमा छलफल गरी ५ मिनेट भित्र एउटा मेटाकार्डमा आशा गरिएका कुराहरू र अर्कोमा पुरा नहोला भन्ने शङ्का लागेका बढिमा तीन-तीन वटा कुराहरू लेख्न लगाउने । त्यसपछि प्रत्येक सहभागीहरूलाई दुवै कार्डहरूमा लेखिएका कुराहरू भन्न लगाई शङ्का गरिएका विषयहरू पुरा गर्न कसले के गर्नु पर्ला छलफल चलाउने ।

सहजकर्तालाई सुझाव

सहभागीहरूलाई तालिमको उद्देश्यबारे स्पष्ट पार्न सकिएको खण्डमा सहभागी र सहजकर्ताबीच एउटा राम्रो समझदारी निर्माण हुन सक्दछ । खेलका अतिरिक्त सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई मौखिक रूपमा आफ्ना कुराहरू राख्न प्रोत्साहित गर्न सक्दछन् । सहभागीहरूबाट मौखिक रूपमा आएका त्यस्ता कुराहरूलाई मेटाकार्डमा लेखेर राख्न पनि सकिन्छ ।

३.४ तालिमको परिचय र उद्देश्य

उद्देश्य तथा सिकाइ	सहभागीहरूलाई तालिमको विषयवस्तु, उद्देश्य, सिकाइ, विधि, सामग्री, व्यवस्थापनबारे जानकारी दिने । सहभागीहरूलाई तालिमबाट सिकेका विषयवस्तुहरू कसरी आफू आबद्ध निकाय, आफ्नो काम र व्यवहारमा लागु गर्ने भन्ने बारेमा जानकारी दिने र सो सम्बन्धी छलफल गर्ने ।
सामग्री	प्रस्तुति (पावर प्वाइन्ट) वा तयार पारिएको मेटाकार्ड
समय	२० मिनेट
वीधि	प्रस्तुतीकरण र व्याख्या ।
क्रियाकलाप १	तालिमको सामान्य परिचय र तालिम सञ्चालन गर्नुको उद्देश्यहरू बुँदागत रूपमा प्रस्तुतीकरण वा तयार पारिएको मेटाकार्ड भित्तामा टाँसेर व्याख्या गर्ने । यस तालिमका मुख्य उद्देश्यहरू यस प्रकार रहेका छन्– लिङ्ग र लैङ्गिकताको अवधारणा, लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा, महिला हिंसा, यौनजन्य दुर्व्यवहार, नेतृत्व विकास जस्ता यस स्रोत पुस्तिकाले समेटेका विषयहरूका बारेमा जानकारी दिने । लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा सम्बन्धी राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेजका व्यवस्थाहरू र नेपालका कानूनी प्रावधानहरू बारे जानकारी गराउने । सहभागीहरूलाई लैङ्गिकतामा आधारित हिंसामा परेकाहरूको संरक्षण, सुरक्षा र गोपनीयता जस्ता विषयहरूमा ज्ञान र सीपको विकास गराई लैङ्गिक हिंसामा परेकाहरूलाई हटलाईन सेवासम्म पहुँच अभिवृद्धि गर्न सहयोग पुऱ्याउने । सहभागीहरूको नेतृत्व विकास गरी समुदायमा अधारित युवा समूहहरूको स्थापना गर्ने र यस मार्फत लैङ्गिक हिंसामा परेकाहरूलाई हटलाईन सेवासम्म पहुँच अभिवृद्धि गर्न सहयोग पुऱ्याउने । लैङ्गिक हिंसामा परेकाहरूलाई सेवासम्म पहुँच अभिवृद्धि गर्न सहयोग पुऱ्याउने कार्यमा बालक्लव, किशोरी समूह वा युवा समूहहरूको भूमिका, समन्वय र सचेतनाका कार्यक्रमहरू सम्बन्धी ज्ञान र सीपको विकास गराउने ।

३.५ सहभागीहरूको कार्य व्यवस्थापन समूह निर्माण

उद्देश्य तथा सिकाइ	तालिमलाई व्यवस्थित र उद्देश्यमूलक बनाउन सहभागीहरूबाटनै कार्यव्यवस्थापनका लागि आवश्यक समूह निर्माण गर्नुपर्दछ । यसले तालिमलाई सफल, प्रभावकारी र सहभागितामूलक बनाउन सहयोग गर्नेछ । यसको साथै यसले दैनिक रूपमा नै तालिमको राम्रो पक्ष र तालिमको कमी कमजोरी तत्काल थाहा पाउन र सोही बमोजिम सुधार गर्न सहयोग गर्नेछ ।
सामग्री	ब्राउन पेपर, मार्कर मास्किङ टेप ।
समय	२० मिनेट
विधि	छलफल
क्रियाकलाप १	तालिमलाई सफल, प्रभावकारी र सहभागितामूलक बनाउन सहभागीहरूबाट निम्न ३ प्रकारका समितिहरू गठन गर्न लगाउनेः- १) व्यवस्थापन समिति २) मूल्याङ्कन/प्रतिवेदन समिति र ३) मनोरञ्जन समिति । यी समितिको काम तथा जिम्मेवारी सहभागीहरूको तर्फबाट तय गर्ने र त्यसमा सर्वसम्मति कायम गर्ने ।

तालिमका विभिन्न समितिहरूको काम र कर्तव्यहरू

व्यवस्थापन समिति	**मूल्याङ्कन/प्रतिवेदन समिति**	**मनोरञ्जन समिति**
व्यवस्थापन समितिले तालिमको समयमा गरिनु पने सम्पूर्ण व्यवस्थापनको कार्य गर्ने छ । जस्तै सहभागी र सहजकर्तालाई तालिम सञ्चालन गर्न, अन्त्य गर्न, मनोरञ्जन गर्न, खाना खान, चिया खान छुट्याएको समयको बारेमा जानकारी गराउने । सहभागीहरूको आवतजावतको व्यवस्थापन गर्ने । तालिममा बाँडनु पर्ने सामग्री बाँड्न मद्धत गर्ने । ब्राउन पेपरमा, मेटा कार्ड भित्तामा टाँस्न सघाउने । तालिम सुचारू रुपले सञ्चालन गर्न सघाउने ।	यो समितिले तालिम अवधिमा भएका मुख्य बुँदाहरू टिपोट गर्ने र तालिमका क्रियाकलाप, प्रक्रियाहरू समेटि अर्को दिन तालिम सुरु हुनुभन्दा पहिले प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्ने ।	समितिले समग्रमा तालिमलाई प्रभावकारी बनाउन आवश्यकता हेरी मनोरञ्जनको व्यवस्था गर्ने छ । यसले सत्रको बीचमा एकाग्रता हटाउन मनोरञ्जनको आवश्यकता परे ज्ञानवर्द्धक मनोरञ्जनका विभिन्न कार्यहरू जस्तैः चुट्किला, गीत, कविता, खेल, आदि प्रयोग गर्ने र गराउने ।

सहजकर्तालाई सुझाव

व्यवस्थापन कार्यलाई प्रत्येक दिन यहि रूपमा समितिहरू निर्माण गरी गर्न पनि सकिन्छ वा सबै सहभागीहरूलाई कुनै न कुनै एक समितिमा सहभागी हुने गरी यी समितिहरूको कार्य भूमिकालाई दिनहुँ परिवर्तन गर्न पनि सकिन्छ। जस्तै, आजको व्यवस्थापन समिति अर्को दिन मूल्याङ्कन/प्रतिवेदन समिति हुने, मूल्याङ्कन/प्रतिवेदन समिति मनोरञ्जन समिति हुने र मनोरञ्जन समिति व्यवस्थापन समिति हुने। यसका लागि समितिहरूको भूमिका परिवर्तन गर्दा समितिका सदस्यहरूको नामावली मेटाकार्डमा लेखी ती मेटाकार्ड मात्र दैनिक रूपमा समिति सदस्यहरूको नाम माथि परिवर्तन गर्नुपर्छ ।

३.६ तालिमका नियमहरूनिर्धारण

उद्देश्य तथा सिकाइ	तालिमलाई व्यवस्थित र सुचारु रुपले सञ्चालन गर्नका लागि तालिम अवधिभर सहभागी र सहजकर्ता लगायत सबैले मान्नु पर्ने नियमहरूलाई आपसी समझदारीको आधारमा निर्माण गर्ने । यसले सहभागीहरूबीच एक-आपसमा सम्मानको भावना जागरण हुनेछ भने सहजकर्ता र सहभागीहरूबीच आपसी समझदारी पनि कायम हुनेछ । यसले तालिमलाई मर्यादित बनाउन सघाउ पुऱ्याउनेछ ।
सामग्री	खैरो कागज, मार्कर र मास्किङ टेप
समय	१५ मिनेट
विधि	छलफल
क्रियाकलाप	सहजकर्ता र सहभागीहरूले तालिम अवधिभर के गर्न मिल्ने र के गर्न नमिल्ने जस्ता प्रश्नमाथि छलफल गरी आपसी समझदारीबाट आएका नियमहरूलाई ब्राउन पेपरमा बुँदागत रूपमा लेख्ने र सबैले देख्ने गरी भित्तामा टाँस्ने । जस्तैः गर्नु पर्ने गर्न नहुने सबैले समयलाई ध्यान दिने । अनावश्यक हल्ला नगर्ने । पालैपालो मात्र प्रश्न सोध्ने र त्यस्ता प्रश्नहरू तालिमका विषयवस्तुसँग सम्बन्धित हुनु पर्ने । तालिम अबधीमा धुम्रपान, मद्यपान नगर्ने । अनावश्यक होहल्ला नगर्ने र बोल्नु पर्दा पालैपालो बोल्ने । एक अर्कालाई चोट नपुऱ्याउने । तालिम अवधिमा प्रयोग गरिने सबै प्रकारका खेल, मनोरञ्जन, बोल्ने शब्दहरू लैङ्गिक तथा सामाजिक समावेशि करणमैत्री हुनु पर्ने । तालिम अवधिभर मोबाइल फोनको प्रयोग कक्षकोठाभित्र भरसक नगर्ने, गर्नै परे अरूलाई बाधा नहुने गरी गर्ने । सहजकर्ता तथा अन्य सहभागीहरू बोलिरहदा उनीहरूको कुरा आदरपूर्वक सुन्ने । आफूलाई लागेको वा प्रष्ट नभएको कुरा भन्न र सोध्न लाज नमान्ने । अरुको धर्म, संस्कृति, रीतिरिवाज र विचारलाई सम्मान गर्ने । कुनै पनि प्रकारका हिंसा, अपमान, तिरस्कार र वञ्चितीकरणलाई प्रश्रय नदिने । समूहगत प्रस्तुति गर्दा सबैले पालैपालो गर्नुपर्ने ।

सहजकर्तालाई सुझाव

आपसी समझदारीका आधारमा सहभागितात्मक ढंगबाट तयार गरिएका यी नियमहरू पालना गर्नुपर्ने दायित्व स्वयम् सहभागीको हुने कुरालाई जोड दिदैँ सहजकर्ताले यी दायित्वहरू पालन गर्न सचेत गराउने जिम्मा व्यवस्थापन समितिलाई हुने कुराको स्मरण गराउने । यो आचारसंहिता, नियम वा तालिम अवधीको कानूनलाई ताली बजाई अनुमोदन समेत गराउने ।

३.७ दैनिक मूल्याङ्कन

उद्देश्य तथा सिकाइ	तालिममा दैनिक रूपमा मूल्याङ्कन गर्दा प्रस्तुत गरिएका विषयवस्तु, क्रियाकलाप, खेल, अभ्यास र प्रस्तुतिको प्रभावकारिता बुझ्ने । यसबाट तालिमको व्यवस्थापन तथा कमी-कमजोरी थाहा पाइने हुदाँ त्यसलाई तत्काल अर्को दिनमा सुधार गर्न सकिनेछ ।
सामग्री	मार्कर, मेटा कार्ड, ब्राउन पेपर र मास्किङ टेप आदि ।
समय	२० मिनेट
विधि	चिठी लेखन
क्रियाकलाप	प्रत्येक दिन तालिमको अन्तमा सहभागीहरूलाई दिनभरको तालिम कस्तो रह्यो भन्ने बारेमा आफूलाई लागेको कुरा भन्न, लेख्न लगाउन सकिन्छ । यसका लागि चारवटा न्युजप्रिन्टलाई केहि दुरीमा टाँस्ने । न्युजप्रिन्टको माथि सहभागीहरूलाई चिठी, सहजकर्तालाई चिठी, आयोजकलाई चिठी र प्रायोजकलाई चिठी शीर्षक लेख्ने । त्यसपश्चात सबै सहभागीहरूलाई पालैपालो गरी प्रत्येक शीर्षकमा एक-एक वाक्य लेख्न लगाउने । जस्तैः- पहिलो सहभागीले प्रिय सहभागीहरू नमस्कार लेखेको छ भने अर्को सहभागीले सबैले सक्रिय सहभागिता जनाएकोमा सबैलाई धन्यवाद छ भनेर लेख्न सक्छ । यसरी नै सबै सहभागीहरूलाई सिलसिला मिलाउदै लेख्न लगाउने । अनि अन्त्यमा चार जना सहभागीलाई एक/एकवटा शीर्षकको चिठी पढ्न लगाई सबैको हस्ताक्षर गर्न लगाउने । यसबाट देखिएका सुधारका उपायहरू पहिचान गर्न मूल्याङ्कन/प्रतिवेदन समितिलाई जिम्मा दिने र मूल्याङ्कन/प्रतिवेदन समितिलाई भोलिपल्ट आफ्नो प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्ने बेलामा मूल्याङ्कनका कुराहरू पनि समावेश गर्न लगाउने ।

सहजकर्तालाई सुझाव

यस मूल्याङ्कन विधि अपनाउँदा सहजकर्ताले ख्याल गर्नुपर्ने कुराहरूः-

१) सहभागीहरूले मूल्याङ्कन चिठी लेखिरहँदा कसैले पनि देख्न नसकिने सुनिश्चितता हुनुपर्छ । यसको लागि दैनिक मूल्याङ्कनगर्ने ठाउँ फरक हुनुपर्दछ ।

२) सहभागीहरूले मूल्याङ्कन गर्ने समयमा सहजकर्ताहरू सहभागीहरूबाट टाढा रहनुपर्छ ।

३) सहजकर्ताले हरेक दिनको सत्र समाप्त गर्नु अघि अन्य माध्यमहरूबाट पनि मूल्याङ्कन गर्न सक्छन् ।

जस्तैः- सहभागीहरूबाटै बोल्न लगाउने वा समितिलाई प्रतिवेदनमा उल्लेख गर्न लगाउने ।

४. किशोरी (युवती)

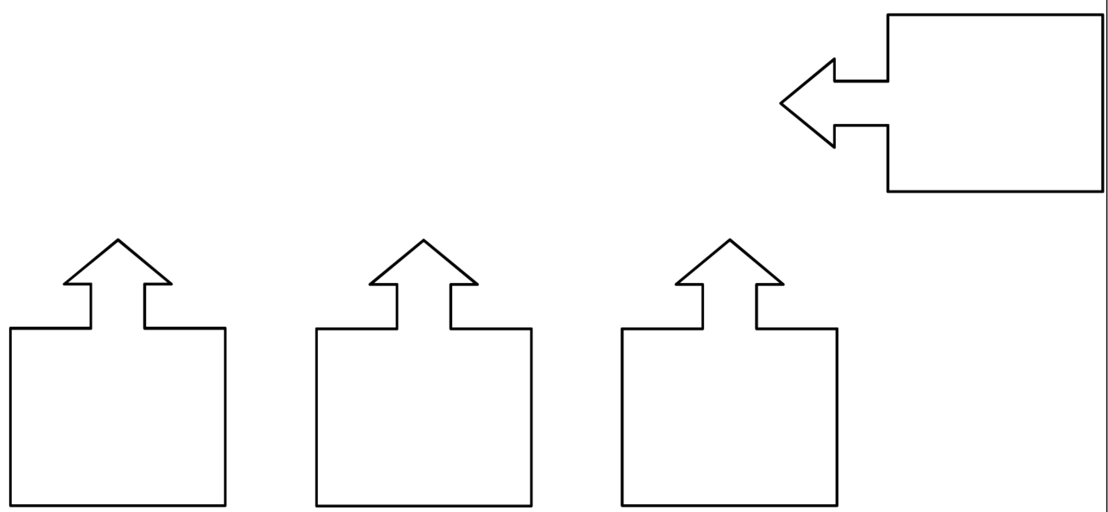
४.१ किशोरीहरू को हुन् ?

सत्र शीर्षक	किशोरी
उद्देश्य	यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू किशोरीलाई परिभाषित गर्न सक्नेछन् । यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू नेपालमा किशोरीहरूको अवस्थालाई हेरेर आफ्नो दायित्वको सूची बनाउन सक्नेछन् ।
समय	३० मिनेट
आवश्यक सामग्री	मार्कर, न्यूज प्रिन्ट, सेतोपाटी
स्थान	खुला चौर, खुला हल
विधि	छलफल, मस्तिष्क मन्थन, व्याख्यान, खेल
प्रक्रिया	☐ सर्वप्रथम सहभागीलाई खुलाचौर वा खुला ठाउँमा लैजानुहोस् । ☐ त्यो चौरलाई तालिम चलाइएको जिल्ला मानी सहभागीहरूलाई आफ्नो घर कतातिर छ सोही ठाउँमा उभिन भन्नुहोस् । ☐ करिव ५ मिटरको दुरीमा त्यो चौरमा दुईवटा चिन्ह लगाउनुहोस् र एउटा छेउलाई पूर्णतया ठीक र एक छेउलाई पूर्णतया वेठीकको संज्ञा दिनुहोस् । ☐ त्यसपछि सहभागीलाई अहिलेका कामबाट कति सन्तुष्ट हुनुहुन्छ भनि सोध्नुहोस् । पूर्ण सन्तुष्ट भए सोही छेउमा । पूर्णतया असन्तुष्ट भए वेठीक भनिएको ठाउँमा उभिन भन्नुहोस् । ☐ त्यसपछि बाँकीलाई कुन कति सन्तुष्ट हुनुहुन्छ त्यसैठाउँमा उभिन भन्नुहोस् जस्तै अलि बढि सन्तुष्ट हुनेहरू पूर्ण ठीकको नजिक, सन्तुष्ट र असन्तुष्ट बराबरी हुनेहरू त्यसको बीचमा र असन्तुष्ट हुनेहरू बेठीकको नजिक उभिनुहोस् । ☐ त्यसपछि सहभागीहरूलाई किन त्यस ठाउँमा उभिएको भनेर सोध्नुहोस् । एउटा किशोरीको रूपमा तपाई किन सन्तुष्ट वा असन्तुष्ट हुनु भयो भनेर सोध्नुहोस् । सबै सहभागीलाई आफू त्यस ठाउँमा उभिनुको कारण भन्न लगाउनुहोस् । ☐ त्यसपछि सोही रेखामा आफ्नो दायित्त्व समाजमा हामीले कसरी पुरागरेका छौं र आफूले समाजमा गरेको योगदानलाई हेरेर आफूलाई कुन ठाउँमा राख्नु हुन्छ भनी प्रश्न गर्नुहोस् । ☐ सोही समयमा सहभागीलाई आफूलाई किन त्यहाँ उभ्याउनु भयो ? किन तपाईंले आफ्नो दायित्व पूरा गर्नु भएन ? के-के दायित्व पूरा गर्नु भयो ? के-के दायित्व पूरा गर्नु भएन ? भनी प्रश्न सोध्नुहोस् । ☐ त्यसपछि सहभागीलाई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् र एउटा समूहलाई किशोरीहरूको अवस्था, दोस्रोलाई किशोरीहरूको अधिकार, तेस्रोलाई किशोरीहरूको दायित्त्व र चौथोलाई किशोरीका प्रमुख मुद्घाहरूमा समूह कार्य गर्न लगाउनुहोस् । ☐ सबैलाई पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाई छलफल गर्नुहोस् । **<u>छलफलका लागि प्रश्नहरू</u>** ☐ सुरुमा जिल्लाको नक्शामा घर अनुसार उभिदा कस्तो लाग्यो ? ☐ दोस्रो पटक सरकारको कामबाट सन्तुष्ट हुँदा वा नहुँदा लाइनमा उभिदा कस्तो लाग्यो ? ☐ दायित्वको लाइनमा उभिदा कस्तो लाग्यो र किन ? अधिकार पछि दायित्वको कुरा गर्दा कस्तो लाग्यो ?

४.१.१ किशोरी भनेका को हुन् ?

सामान्यतया बाल अवस्था र वयस्क अवस्थाबीच विकासमान प्रक्रियामा हुर्किरहेको मानिसलाई किशोर र किशोरी भन्दछौँ । नेपालमा १२-१९ वर्षसम्मको अवस्थालाई र अन्य देशहरूमा १०-१९ वर्षसम्मको अवस्थालाई किशोर र किशोरी (विश्व स्वास्थ्य संघको परिभाषा अनुसार) भनिन्छ । यस कालमा उनीहरूको शारीरिक परिवर्तनको साथै मनोवैज्ञानिक र सामाजिक अवस्था पनि विशेष परिस्थितिको हुने गर्दछ ।

४.२ किशोरीहरूको क्षमता विकास र भूमिका

सत्र शीर्षक	किशोरी क्षमता विकास र भूमिका
उद्देश्य	यस कक्षा पछि, सहभागीहरूले समाजमा किशोरीको भूमिकाको बारेमा सोच्न शुरु गर्नेछन् र यसलाई किशोरीहरूको क्षमता विकाससँग जोड्नेछन् ।
समय	३० मिनेट
आवश्यक सामाग्री	चारवटा कुर्सी
स्थान	भित्र वा बाहिर जँही पनि गर्न सकिन्छ
विधि	छलफल, मस्तिष्क मन्थन, व्याख्यान
प्रक्रिया	१. कक्षा सुरु गर्नु अघिचारवटा कुर्सीहरूलाई मिलाएर राख्नुहोस् । ४ मध्ये ३ वटा कुर्सीलाई एउटै लाईनमा राख्नुहोस् र अर्को एउटा कुर्सीलाई तल चित्रमा दिए बमोजिम फरक तरिकाबाट राख्नुहोस्। २. अब सबै सहभागीलाई भन्नुहोस् तपाई एउटा संग्राहलयमा हुनुहुन्छ र यो एउटा मूर्ति हो । अब यस ४ वटा कुर्सीहरूको मुर्तिलाई अवलोकन गर्न लागाउनुहोस् । संग्राहलयको मूर्ति छुन पाउनुहुन्न अवलोकन मात्र गर्न भन्नुहोस् र निम्न प्रश्नमा छलफल चलाउनुहोस् ।  संग्राहलयको मूर्ति छुन पाउनुहुन्न अवलोकन मात्र गर्न भन्नुहोस् र निम्न प्रश्नमा छलफल चलाउनुहोस्। ● तपाईहरूले के देख्नु भयो ? ● यसले के देखाउँछ ? वा के प्रस्तुत गर्दछ । ● कुन कुर्सीमा सबैभन्दा बढि शक्ति छ ? किन ? ● कुन कुर्सीमा सबैभन्दा कम शक्ति छ वा कमजोर छ ? किन ?

प्रक्रिया	३. धेरै भन्दा धेरै सहभागीहरूलाई आफ्नो विचार राख्न उत्प्रेरित गर्नु होस् र सोध्दै जानुहोस् । ४. अब सहभागीहरूलाई कुन कुर्सीले तपाईहरूको प्रतिनिधित्व गर्छ वा किशोरीहरू यी मध्ये कुन कुर्सीमा छन् भनेर प्रश्न गर्नुहोस् र किन भन्ने प्रश्न सोध्नुहोस् । ५. कसैले किशोरीहरू शक्तिशाली भनेर व्याख्या गर्लान् कसैले कमजोर भनेर व्याख्या गर्छन् । ६. सबै सहभागीहरूले आफ्नो विचार राखे पछि अब सहभागीलाई यदि किशोरीहरू र समाजलाई ध्यानमा राखि आफैले यी ४ वटा कुर्सीहरू प्रयोग गरी आफ्नै मुर्ति बनाउन आग्रह गर्नुहोस् र सहभागीहरूले त्यस्तो मूर्ति बनाएपछि त्यसको व्याख्या गर्न लगाउनुहोस् । ७. सहभागीहरूले प्रस्तुत गर्दै जाँदा किशोरीहरू समाजको सन्दर्भमा कत्तिको शक्तिशाली वा कमजोर छ भन्ने छलफल हुन्छ। यस्तो छलफलको आधारमा आफ्नो निर्ष्कष दिँदै कक्षा समापन गर्नु होला।
छलफलका लागि प्रश्नहरू	क) तपाईले किन यस्तो मूर्ति बनाउनु भयो ? ख) तपाईले किन फरक मूर्ति बनाउनु भयो ? ग) किशोरीहरूलाई किन त्यस्तो अवस्थामा देख्नु भयो ? घ) तपाई आफू पनि त्यस्तै अवस्थामा हुनु हुन्छ ? ङ) सबै किशोरीहरू यस्तै अवस्थामा छन् ?

सहजकर्ताको लागि नोट

संसारमा अझ विशेष गरी अविकसित देशमा किशोरीहरूलाई हिंसा र द्वन्द्वमा प्रयोग गरिन्छ । राजनीति, धार्मिक, सामाजिक वा अन्य स्वार्थ पूरा गर्न किशोरकिशोरी र युवाहरूलाई नै प्रयोग गरिन्छ ।

अल्पविकसित देशका किशोरीहरूको ठूलो हिस्सा गुणस्तरीय शिक्षा तथा रोजगारीका अवसरबाट वंचित छन् । सामाजिक वा राजनीतिक मूल प्रवाहिकरणको अभावमा विद्रोही स्वभावका हुन्छन् । त्यसैले सानासाना द्वन्द्वात्मक घटनाले पनि उनीहरूलाई पीडित बनाउन सक्छ ।

द्वन्द्वलाई विकास वा परिवर्तनको सुरुवात मानिन्छ । द्वन्द्वले नयाँ विचार वा कुरा स्थापित गर्छ तर द्वन्द्वलाई हेर्ने दृष्टिकोणमा परिवर्तन ल्याई त्यसलाई उपयुक्त तवरले रूपान्तरण गर्नु जरुरी छ । यसका लागि किशोरकिशोरीको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

५. लिङ्ग, लैङ्गिकता र लौङ्गिक हिंसा

५.१ लिङ्गर लैङ्गिकताको अवधारणा

५.१.१ लिङ्ग

जन्मजात रूपमा प्रकृतिले छुट्टयाएको भिन्नता, जसलाई साधारणतया परिवर्तन गर्न सकिँदैन त्यसलाई लिङ्ग भनिन्छ । प्रत्येक व्यक्तिले जन्मिदादेखि नै लिङ्ग प्राकृतिक रूपमा साथ लिएर आएको हुन्छ । जस्तै महिला र पुरुष । उनीहरूमा फरक-फरक लिङ्ग रहेको हुन्छ । त्यसैले लिङ्ग शारीरिक रूपमा नै फरक हुन्छ । लिङ्ग प्राकृतिक हो, यो स्थायी हुन्छ । लिङ्ग संसारभर एकैनासको हुन्छ । महिलाले गर्भधारण गरी बच्चा जन्माउने, स्तनपान गराउने तथा पुरुषले शुक्रकिट उत्पादन गर्ने जस्ता गुणहरू महिला र पुरुषमा फरक र स्थायी हुन्छन् । प्रकृतिद्वारा प्रदत्त यी गुणहरू जसले महिला र पुरुषलाई छुट्याउन मद्दत गर्दछ त्यसलाई नै लिङ्ग भनिन्छ । जस्तैः- शरीरको भिन्नता बाहेक केटा र केटीबीच अन्य भिन्नता पाइँदैन । यो प्राकृतिक लिङ्ग भेद प्रकृतिले बनाएको हो । यस्तो विभेद प्रत्येक परिवार, समाज र मुलुकमा एउटै हुन्छ अथवा शारीरिक रुपले केटा र केटी जहाँ पनि केटा र केटी नै हुन्छन् ।

५.१.२ लैङ्गिकता

केटा र केटीबीच शारीरिक भिन्नता बाहेक अन्य जुन भिन्नताहरू पाइन्छन्, जस्तैः- लुगा लगाई, व्यवहार, शिक्षा र समाजको दृष्टिकोण, यसलाई लैङ्गिकता वा सामाजिक लिङ्ग भनिन्छ । यी सबै सामाजिक विभेदहरू हुन् । यस्ता भिन्नताहरू प्राकृतिक होइनन् । यी भूमिका एवम् कार्यहरूलाई समाजले बनाएकाले अस्थायी र परिवर्तन गर्न सकिने हुन्छन् । त्यसैले यस्तो भिन्नता प्रत्येक परिवार र समाजमा एकै किसिमको हुँदैन । अनि यस्ता भिन्नताहरू समाजले बनाएका वा छुट्टयाएका हुन्छन्, जुन सधैं एकनास हुँदैनन् र परिवर्तन हुने गर्दछन् । यस्ता सामाजिक भिन्नतालाई सामाजिक लिङ्गभेद वा लैङ्गिकता (जेण्डर) भनिन्छ । समाजले बनाएको सामाजिक लिङ्ग विभिन्न जात, धर्म, संस्कृति र स्थान विशेषका आधारमा फरक-फरक पनि हुन सक्दछन् किनभने सबै ठाउँमा एउटै किसिमको चालचलन तथा रीतिरिवाज हुँदैन । यस अर्थमा महिला र पुरुषको भूमिका पनि समाज, वर्ग, संस्कृति, स्थान र धर्म अनुसार फरक-फरक हुन्छ । समाजले सिर्जना गरेको यस विभेदलाई परिवर्तन गर्न सकिन्छ र परिवर्तन गर्नु आवश्यक पनि छ ।

५.१.३ लिङ्ग र लैङ्गिकता बीचको आधारभूत भिन्नताहरू

उद्देश्य तथा सिकाइ	• सहभागीहरूले प्राकृतिक र सामाजिक लिङ्गभेद बारे छुट्याउन सक्नेछन् । • सहभागीहरूले लिङ्ग र लैङ्गिकताबीचका आधारभूत भिन्नताहरूबारे व्याख्या गर्न सक्नेछन् । • सहभागीहरूले लैङ्गिक भूमिकाको कारण विकासमा पर्ने प्रभावहरूका बारेमा थाहा पाउनेछन् । • सहभागीहरूले समता र समानताका बारेमा बताउन सक्नेछन् । • सहभागीहरूले लैङ्गिकताको संरचनाबारे भन्न सक्नेछन् ।
सामग्री	फरक फरक रंगका मेटाकार्ड, सादा कागज, मास्किङ टेप, मार्कर, पावरप्वाइन्ट
समय	क्रियाकलाप १- २० मिनेट, क्रियाकलाप २- २० मिनेट
विधि	समूहगत अभ्यास, प्रस्तुतीकरण र व्याख्या/प्रवचन

<table>
<tr>
<td>क्रियाकलाप</td>
<td>

१. मूल्य र मान्यता सम्बन्धी समूहगत अभ्यास

● यस खेलका लागि एउटा मेटाकार्डमा सहमत, अर्कोमा असहमत र तेस्रोमा अनिश्चित लेख्ने र तीन तिरका भित्तामा सबैले देख्न सक्ने गरी टाँस्ने ।

● सादा कागजलाई टुक्रा पारी ती टुक्राहरूमा समाजमा विद्यमान अलग अलग मूल्य र मान्यताहरू सम्बन्धी वाक्यांशहरू लेख्ने ।

जस्तैः-

✓ रोजगारीको लागि लिङ्ग होइन सीप चाहिन्छ ।

✓ पुरुषले रुनु ठीक होइन ।

✓ श्रीमान् श्रीमती दुवै घर बाहिर काम गर्ने भए हप्ताको ३ दिन पुरुषले खाना पकाउनु पर्दछ।

✓ छोरा छोरीको स्याहार सुसारको जिम्मा आमाको हो ।

✓ श्रीमान् श्रीमतीको यौन सम्बन्धमा बलात्कार हुन सक्दैन ।

✓ महिलाले रात, साँझ हिड्नु हुदैन ।

✓ बच्चा जन्माउने काम महिलाको हो ।

✓ घर भित्रको काम महिलाको मात्र हो ।

✓ कस्ति महिला, लोग्नेमानिस जस्तै बलियो वा हिम्मत भएकी ।

✓ आमाको दूध बच्चाको लागि पोषिलो हुन्छ ।

✓ बच्चाको संभार गर्ने काम आमाको हो ।

✓ लोग्ने मान्छे भएर कस्तो आइमाई जस्तो रोएको ।

● ती मूल्य र मान्यताहरूलाई पालैपालो गरी पढ्ने र सहभागीहरूलाई ती मूल्य र मान्यता प्रतिको आफ्नो दृष्टिकोण के हो ? सोहि कुनामा गएर उभिन लगाउने ।

● प्रत्येक समूहलाई केही समय छलफल गर्न दिई एक जनालाई बोल्न दिने ।

● आफ्नो अडान वा समूह छोड्न चाहनेलाई सो गर्ने मौका दिई किन समूह छोडेको भनेर सोध्ने ।

● एवम्रितले बाँकी वाक्यांश पनि पढ्ने र माथि कै प्रक्रिया बमोजिम गर्दै जाने ।

</td>
</tr>
</table>

क्रियाकलाप	**२. मान्यता** ● समूहगत अभ्यासका लागि सहभागीहरूलाई दुई समूहमा विभाजन गर्ने । ● समूह विभाजनका लागि सहभागीहरूलाई क्रमैसँग १ र २ भन्न लगाउने । ● त्यसपछि १ भनेका सहभागीहरू समूह १ मा र २ भनेकाहरू समूह २ मा बस्न लगाउने । ● यी दुईवटै समूहमा समूह १ लाई तपाईलाई महिला भन्ने वित्तिकै के सम्झिनु हुन्छ वा बुभ्नु हुन्छ ? र समूह २ लाई तपाईं पुरुष भनेपछि के सम्झिनु हुन्छ वा बुभ्नु हुन्छ ? भनी प्रश्नहरू सोधी ७ मिनेटमा समूहबाट आएका उत्तरहरू छुट्टाछुट्टै मेटाकार्डमा लेख्न लगाउने । ● एउटा मेटाकार्डमा एउटा प्रश्नको मात्र उत्तर लेख्न लगाउने । ● दुवै समूहले उत्तर लेखिसकेपछि सहजकर्ताले तालिम कक्षाको भित्तामा दुईवटा छुट्टाछुट्टै खैरोकागज अलिकति फरकमा टाँस्ने । ● एउटा खैरोकागजको सबै भन्दा माथि महिलाको चित्र टाँस्ने र अर्को खैरोकागजको माथि पुरुषको चित्र टाँस्ने । ● त्यसपछि समूह प्रस्तुतीकरण अन्तर्गत समूहका प्रतिनिधिहरूलाई आ-आफ्नै समूहको उत्तरहरू एक-एक गरी खैरो कागजमा टाँस्न लगाउने । ● यसरी टाँस्ने क्रममा महिलाको चित्र भएको खैरो कागजमा महिला सम्बन्धी लेखिएका उत्तर भएको मेटाकार्ड र पुरुषको चित्र भएको खैरो कागजमा पुरुषसम्बन्धी उत्तर लेखिएका मेटाकार्डहरू टाँस्न लगाउने । ● यति गरेपछि सहजकर्ताले फेरी अर्को एउटा खैरो कागजमा टाँस्ने र त्यसको माथिपट्टी महिला र पुरुष दुवै अंकित भएको चित्र टाँस्ने । ● अब सहजकर्ताले अगाडिका उत्तरहरूलाई एक एक गरी पढ्दै के यो महिला/पुरुषले मात्र गर्न सक्ने वा महिला/पुरुषसँग मात्र सम्बन्धित हुने कुरा हो ? के यो महिला/पुरुष दुवैले गर्न सक्दैनन्, दुवैसँग सम्बन्धित छैनन् ? जस्ता प्रश्नहरू सोध्दै त्यसलाई एक-एक गरी निकालेर महिला पुरुष दुवै अंकित भएको चित्र टाँसेको खैरो कागजमा टाँस्दै जाने । ● जुन उत्तर केवल महिला/पुरुषले मात्र गर्न सक्ने वा सम्बन्धित रहेको हुन्छ त्यसलाई यथास्थानमा नै रहन दिने ।

सहजकर्ताका लागि सुझाव

क्रियाकलाप २ मा समूहगत अभ्यास गराउँदा यदि महिला र पुरुष सहभागीहरू बराबर जस्तो छन् भने सहजकर्ताले महिला र पुरुषको अलग-अलग समूह बनाउन सक्नेछन् । अनि महिलालाई पुरुष भनेपछि तपाईं के बुझ्नु/सम्झिनु हुन्छ ? भनी प्रश्न गर्ने र पुरुषलाई महिला भनेपछि तपाईं के बुझ्नु/सम्झिनु हुन्छ ? भनी प्रश्न गर्ने । प्रश्नको उत्तर माथिको विधि अनुसार नै मेटाकार्डमा लेख्न लगाई अभ्यास गराउन सकिन्छ ।

५.२ लैङ्गिक हिंसा

लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा भन्नाले सामाजिक मूल्यमान्यताको आधारमा कुनै पनि व्यक्तिलाई गरिने लैङ्गिक विभेद र भेदभावपूर्ण व्यवहार हो । यस्तो हिंसाभित्र शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य पीडा र पीडा पुऱ्याउने खालको व्यवहार गर्नेदेखि लिएर त्यस्ता कार्यहरू गर्न धम्काउने, डराउने, कसैको आधारभूत स्वतन्त्रता खण्डित गर्नेसम्मको कामहरू हुन सक्दछन् । महिला, पुरुष, बालक, बालिका जो कोही पनि लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसामा पर्ने वा हिंसाबाट प्रभावित हुने भए तापनि त्यस्तो हिंसाबाट महिला र बालिकाहरू प्रमुख रूपमा पर्ने वा प्रभावित हुने गरेका छन् र यस्तो हिंसाले समाजमा अरू भन्दा बढि उनीहरूलाई पीडा पुऱ्याएको हुन्छ ।

५.३ हिंसा तथा शान्ति

उद्देश्य	यस कक्षा पछि, सहभागीहरूले द्वन्द्व र हिंसाको फरक बुझाउन सक्नेछन् तथा शान्तिको अवधारणा पनि बुझाउन सक्नेछन् ।
समय	२ घण्टा
आवश्यक सामाग्री	ह्वाइट बोर्ड, बोर्ड मार्कर, सबै सहभागीकालागि खाली पाना कागज
स्थान	भित्र वा बाहिर जँहा पनि गर्न सकिन्छ
विधि	छलफल, मस्तिष्क मन्थन, व्याख्यान
प्रक्रिया	१. सबै सहभागीहरूलाई आफ्नो कापीबाट एक पाना झिक्न भन्नुहोस् । २. सहभागीहरूलाई त्यस पानालाई नष्ट गर्न भन्नुहोस्। उनीहरूले जसरी पनि नष्ट गर्न सक्छन्। ३. सबैले यसरी आ-आफ्ना पाना नष्ट गरे पछि उनीहरूलाई पुनः पहिलाको जस्तै बनाउन भन्नुहोस् । सहभागीहरूले सकिँदैन भन्छन् भने किन भनेर प्रश्न गर्नुहोस् र यस्तो क्रियाकलापलाई के भन्न सकिन्छ भनेर सोध्नुहोस्। यो क्रिया हिंसा हो भनेर बुझाउनुहोस्। ४. अब फेरी सहभागीहरूलाई आफ्नो कापीबाट अर्को पाना झिक्न भन्नुहोस् । ५. अब उक्त पानासँग द्वन्द्व गर्न भन्नुहोस् । ६. सहभागीहरू अल्लमल्ल पर्न सक्छन् । सहजकर्ताले थप केहि कुरा नभनी सहभागीहरू क-कस्ले के-के गर्छन् ध्यान दिएर अवलोकन गर्नुहोस् र यो कुरा सम्झनुहोस् पछि छलफलको क्रममा उदाहरणहरू प्रस्तुत गर्दै छलफल गर्न सकिन्छ । ७. अवलोकनको क्रममा कसैले पाना च्यातेको देख्नु होला, कसैले पानालाई पिटेको, कसैले प्वाल पारेको, कसैले कच्याककुचुक पारेको हुन सक्छ भने कसैले पानामा लेखेको, पानाबाट केहि चिजविज बनाएको पाउनु हुन्छ । ८. अब सहभागीलाई अहिले उनीहरूले पानासँग गरेको क्रियाकलाप के हो ? भनेर सोध्नुहोस् । यी क्रियाकलापहरू अघिको हिंसा भन्दा कसरी फरक छ भनेर सोध्नुहोस् । जस्तै पाना च्यातेको, पानालाई पिटेको, प्वाल पारेको, कच्याककुचुक पारेको आदि सबै हिंसा हो; द्वन्द्व होइन भनेर व्याख्या गर्नुहोस् र द्वन्द्व र हिंसाबीचको फरक बारे बुझाउनुहोस् । ९. अब सहभागीहरूलाई शान्ति के हो ? भनेर सोध्नुहोस् र सबैले आ-आफ्नो भनाइ राखे पछि शान्ति के हो ? भन्ने बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।
छलफलको लागि प्रश्नहरू	क) हिंसा के हो ? द्वन्द्व के हो ? के हिंसा र द्वन्द्व एउटै कुरा हो ? ख) के सबै द्वन्द्वबाट हिंसा नै हुन्छ ? द्वन्द्वबाट हिंसा हुन्छ कि हिंसाबाट द्वन्द्व हुन्छ ? ग) के सबै द्वन्द्व नकारात्मक मात्रै हुन्छन् ? घ) शान्ति के हो ?

सहजकर्ताको लागि

नोट– सहभागीहरूसँग पालैपालौ द्वन्द्व, हिंसा र शांन्तिको विषयमा समुदायमा गरेको प्रयासबारे विस्तृतमा छलफल चलाउनुहोस् ।

५.४ लैङ्गिक समानता

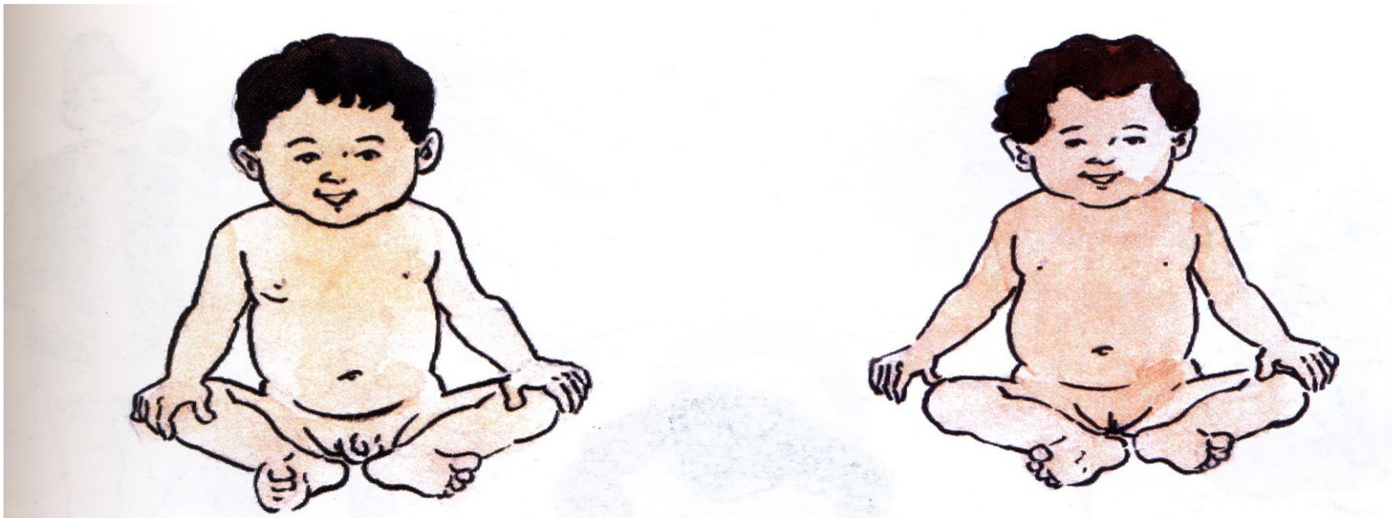
साधारणतया समानता भन्नाले सबैलाई समान व्यवहार र अवसर प्रदान गर्नु हो । लैङ्गिक समानता भनेको महिला र पुरुषलाई समान मानव व्यक्तिको रूपमा समान व्यवहार गर्नु हो । महिला र पुरुषहरूबीच समान अवस्थामा आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक राजनीतिक विकासबाट समान रूपमा लाभान्वित हुनुलाई लैङ्गिक समानता भनिन्छ । उदाहरणः समान ज्याला, समान मताधिकार, समान अवसरहरू आदि । यसमा सबैलाई एकै नजरले हेरिन्छ तथा कुनै पनि कार्यमा सबैलाई समान अवसर प्रदान गरिन्छ । तर यसरी सबैलाई समान अवसर तथा व्यवहार गर्दा पछाडि परेको वा पारिएको वर्ग, समुदाय र क्षेत्रले अगाडि रहेको वर्ग समुदायसँग समान रूपमा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्दैन । जसले गर्दा पछाडि रहेको वर्ग समुदायले अवसर पाए पनि पछाडि नै रहन्छ । त्यसैले उनीहरूका लागि राज्यले विशेष व्यवस्थाहरू गर्नु पर्दछ । कुनै पनि व्यक्तिलाई जाति, लिङ्ग धर्म आदिको कारणले भेदभाव नगरी समान दृष्टिले हेर्नु समानता हो । लैङ्गिक समानता भनेको महिला र पुरूषलाई एउटा समान मानव प्राणी/व्यक्तिहरूका रूपमा समान व्यवहार गर्नु हो । उदाहरण स्वरूप : समान ज्याला, समान मताधिकार, समान प्रतिनिधित्व । समानता औपचारिक, सुरक्षात्मक र सुधारात्मक हुन्छ ।

५.५ लैङ्गिक समता

साधारणतया समता भन्नाले सबैलाई समान व्यवहार नगरी मान्छेको आर्थिक, समाजिक तथा शैक्षिक स्थितिका आधारमा व्यवहार तथा अवसर प्रदान गर्नु पर्दछ भन्ने जनाउँदछ । जस्तै पछाडि परेको वा पारिएको वर्ग, समुदाय र क्षेत्रको उत्थानका लागि विशेष कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्नु पर्दछ । उदाहरणका लागि विपन्न तथा पछाडि परेको समुदायलाई शिक्षा, रोजगारीमा समावेश गर्न आरक्षणको व्यवस्था गर्नु । महिला र पुरुषप्रति समान व्यवहार सुनिश्चित गर्न विशेष प्रावधान वा सकारात्मक विभेद गरिन्छ भने त्यो लैङ्गिक समता हो । जस्तैः बालिकालाई छात्रवृत्ति प्रदान गर्ने, महिलाहरूलाई निजामती सेवामा गरिएका आरक्षण र बढुवामा सुविधा आदि । लैङ्गिक समतालाई यसरी पनि बुझ्न सकिन्छ जस्तो उदाहरणका लागि, काग र बकुल्लालाई एउटै प्रकारको भाँडोमा राखेर पानी दिंदा दुईटैले समान रूपमा पिउन सक्छन् ? सक्दैनन् । किनभने कागको चुच्चो सानो हुन्छ भने बकुल्लाको चुच्चो लामो हुन्छ । त्यसैले काग र बकुल्लालाई मिल्ने किसिमको छुट्टाछुट्टै भाँडोमा राखेर पानी पिलाउनु पर्दछ । यसलाई समता भन्न सकिन्छ ।

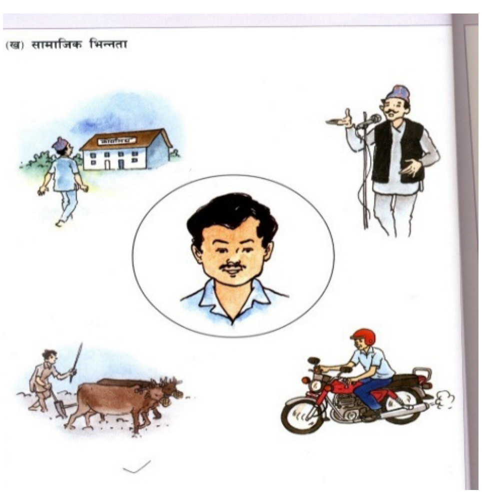
५.६ प्राकृतिक लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिकताबीच भिन्नता

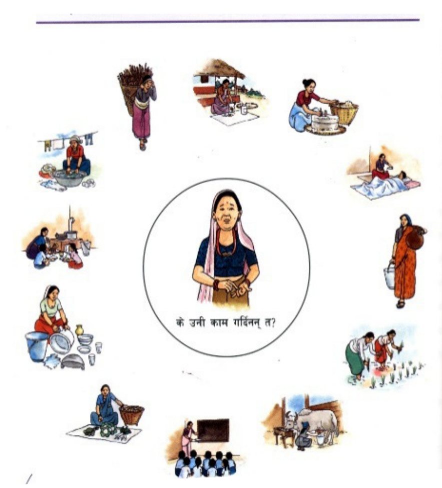
प्राकृतिक लिङ्ग	सामाजिक लैङ्गिकता
शारीरिक रूपमा नै फरक हुन्छ ।	शारीरिक रूपमा फरक हुँदैन ।
जन्मदेखि नै फरक भएर आएको हुन्छ ।	यो जन्मजात फरक हुँदैन । सामाजिक मूल्य र मान्यताको आधारमा फरक हुन्छ ।
साधारणतया परिवर्तन गर्न सकिदैन । स्थायी हुन्छ ।	परिवर्तन गर्न सकिन्छ । अस्थायी र परिवर्तनशील हुन्छ ।
यो संसारभर उस्तै हुन्छ । फरक हुँदैन ।	यो समय, भौगोलिक अवस्था, परिवेश, परिस्थिति, संस्कृति, धर्म अनुसार फरक-फरक हुन्छ । एकनासको हुँदैन ।
प्रकृतिप्रद्धत्त शारीरिक बनोट हो ।	समाजको रीतिरिवाज र परम्परागत धारणा तथा मान्यताबाट विकसित सोँच वा व्यवहार हो ।



प्राकृतिक र सामाजिक कार्य विभाजन

महिलाले मात्र गर्न सक्ने	पुरुषले मात्र गर्न सक्ने	महिला पुरुष दुवैले गर्न सक्ने
महिलाले मात्र बच्चा जन्माउन सक्छन् ।	पुरुषले मात्र शुक्रकिट उत्पादन गर्न सक्छन् ।	महिला पुरुष दुवैले सबै प्रकारका कामहरू गर्न सक्छन् तर समाज र परिवार कतिपय कामहरू महिलाले गर्न सक्दैनन् भन्ने ठान्छन् ।
महिलाले मात्र स्तनपान गराउन सक्छन् ।	प्रायः दाह्री जुँगा पुरुषको मात्र आउने गर्दछ ।	महिला पुरुष दुवैले केटाकेटी तथा वृद्धहरूको स्याहर सुसार गर्न सक्छन् तर समाज र परिवारमा केटाकेटी तथा वृद्धहरूको स्याहार सुसार गर्ने कार्य महिलाको हो भन्ने ठानिन्छ ।
महिलाले मात्र र्भधारण गर्न सक्छन् ।	पुरुषले मात्र विर्यदान गर्न सक्दछन् ।	महिला पुरुष दुवैले खाना बनाउन सक्दछन् । तर खाना पकाउने, भाडा माझ्ने कार्य महिलाको हो भन्ने ठानिन्छ । महिला पुरुष दुवै डाक्टर, इञ्जिनीयर, सुरक्षाकर्मी, नारीवादि आदि हुन सक्दछन् तर महिलाहरू यस्तो कार्य गर्न सक्दैनन् भन्ने ठानिन्छ र यस्ता कार्यहरूमा महिला देखिए अचम्म मानिन्छ । अनि नारीवादी, महिलावादी पुरुषलाई साथीभाइहरूबाट होच्याउने काम गरिन्छ ।
महिलाहरूको मात्र रजस्वला हुन्छ ।		





सहजकर्ता लाई सुझाव

लैङ्गिकतालाई सघाउ पुऱ्याउने संरचना सम्बन्धी अन्तर्क्रियामा सहजकर्ताले एउटा रूखको चित्रलाई डाँठ (सामाजिक भेदलाई सघाउ पुऱ्याउने संस्थाहरू)लाई प्रश्रय दिई राखेका नराम्रा असर पुऱ्याउने जराहरू (लैङ्गिक भेदका जड, कारण र विभेदपूर्ण मूल्य मान्यताहरू) र यस्ता मूल्य र मान्यताको कारणले फल (भेदभावपूर्ण अवस्थाले गर्दा परेका प्रभावहरू) हुन् भन्ने अभ्यासका माध्यमबाट पनि लैङ्गिकताको संरचना र यसका प्रभाव वा असरहरू हुन भनेर प्रष्ट पार्न सक्छन् । यस क्रियाकलापलाई फरक ढङ्गले प्रस्तुत गर्न सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई तीन समूहमा बाँडेर समूहगत अभ्यास पनि गराउन सक्दछन् । समूह १ लाई उखान टुक्का, समूह २ लाई संस्थागत संरचना र समूह ३ लाई परिणामहरू मेटाकार्डमा लेख्न लगाई प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउन सकिन्छ ।

५.७ पितृसत्तात्मक सामाजिक सम्बन्ध

समाजमा पितृसत्तात्मक सोच व्याप्त छ । यसले पुरुषहरूको हैसियत सदैव माथि रहेको, शक्तिशाली भएको र हुनुपर्ने देख्दछ । यहि भ्रमात्मक धारणाले गर्दा पुरुषहरूले महिलाहरूप्रति सोही तरिकाले व्यवहार गर्दछन् वा गर्न चाहिरहेका हुन्छन् । यस्तो अवस्थालाई सदैव जीवित राखी राख्न प्रयास गरिरहेका हुन्छन् । त्यसैले परिवर्तन चाहँदैनन् वा मन पराउँदैनन् । यही कारणले गर्दा महिलाहरू सधैं अन्यायमा परिरहेका हुन्छन् वा पारिएका हुन्छन् ।

५.७.१ लैङ्गिक भूमिका

साधारणतया महिला र पुरुषले आफ्नो घरपरिवार, समुदाय, संस्था, सामाजिक र आर्थिक मूल्य मान्यता अनुसार आ-आफ्नो व्यवहार निभाइरहेका हुन्छन् र यसलाई नै लैङ्गिक भूमिका भनिन्छ । व्यक्ति जन्मदै यो कामको भूमिका महिलाले निभाउनु पर्ने र यो कामको उत्तरदायित्व पुरुषले निर्वाह गर्नुपर्ने जस्ता कुरा उल्लेख भएको पाइदैन । तर सामान्यतया समाजले महिला र पुरुषमा हुने जैविक भिन्नताकै आधारमा उनीहरूलाई निश्चित व्यवहार, भूमिका, उत्तरदायित्व, चालचलन हुनुपर्छ भन्ने मान्यता राखेको हुन्छ । यसलाई विभिन्न संस्था, संस्कृति, कानून आदिले अझ मलजल गरेर बढावा दिइरहेको पाइन्छ ।

५.७.२ लैङ्गिक भूमिकाले विकासमा पार्ने प्रभाव

सामाजिक लिङ्गभेद सामाजिक विचारधाराहरूले निर्धारण गरेका हुन्छन् । यस्ता विचारधाराहरू समाज तथा मान्छे का मूल्य र मान्यता अनुसार निर्माण हुने हुँदा पुस्ता, स्थान, समय र संस्कृति अनुसार फरक-फरक हुन्छन् । यस्ता मान्यताहरू घर, परिवार र समाजले हामीसँग राख्ने अपेक्षाहरूले, हामीलाई गर्न दिने व्यवहारहरूले र हामीलाई दिने मूल्य र मान्यताहरूले गर्दा फरक-फरक हुने गर्दछन् । यसले गर्दा महिला र पुरुषहरूले घर, परिवार, समुदाय, समाज र परिवेशहरूमा विभिन्न किसिमका फरक-फरक भूमिका निर्वाह गर्नु पर्ने बाध्यता रहन्छ जसले उनीहरूको शिक्षादिक्षा, हुर्काइ र बुझाँइ फरक हुने गर्दछ । उनीहरूले आफूले चाहेको भन्दा पनि समाजले चाहे बमोजिम काम गर्नपर्ने हुन्छ । यस्ता भूमिकाहरू महिला प्रति अनुदार र विभेदपूर्ण हुने गरेका कारण महिलाले गरेको कामलाई महत्व नदिने र काम नठान्ने सोँच र व्यवहार समाजमा व्याप्त छ । यतिमात्र नभएर जिम्मेवारी, अवसर, श्रोत तथा साधनमा पहुँच वा नियन्त्रण तथा निर्णयका अधिकारमा निकै फरक पाईन्छ । फलस्वरुप महिला विकासमा निकै पछाडि छन् ।

सहजकर्तालाई सुझाव

सहजकर्ताले यस सत्रलाई अझ स्पष्ट पार्न सहभागीहरूलाई काठमाडौँमा एक दिन महिलाको हडताल भएको परिकल्पना गर्न लगाई त्यस दिन काठमाडौँ कस्तो हुन्छ होला भनी कल्पना गर्न लगाउने ।

सम्भावित परिकल्पनाहरू

१. त्यस दिन बच्चाहरू सुतेको सुत्यै भएकाले सबै विद्यालयहरू बन्द भए ।

२. घरमा खाना पकाउनु पर्ने, घर सफा गर्नं पर्ने, बाआमाको स्याहार गर्नं पर्ने भएकोले कार्यालयहरूमा पुरुष कर्मचारीहरू पनि जान पाएनन् वा गए पनि सबै जना आधा दिन पछि मात्र पुगे आदि ।

५.८ लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा र तिनका प्रकारहरू

लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा भन्नाले सामाजिक मूल्य मान्यताको आधारमा कुनै पनि व्यक्तिलाई गरिने लैङ्गिक विभेद र भेदभावपूर्ण व्यवहार हो । यस्तो हिंसाभित्र शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य पीडा र पीडा पुऱ्याउने खालको व्यवहार गर्नेदेखि लिएर त्यस्ता कार्यहरू गर्न धम्काउने, डराउने, कसैको आधारभूत स्वतन्त्रता खण्डित गर्नेसम्मको कामहरू हुन सक्दछन् । महिला, पुरुष, बालक, बालिका जो कोही पनि लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसामा पर्ने वा हिंसाबाट प्रभावित हुने भए तापनि त्यस्तो हिंसाबाट महिला र बालिकाहरू प्रमुख रूपमा पर्ने वा प्रभावित हुने गरेका छन् र यस्तो हिंसाले समाजमा अरू भन्दा बढि उनीहरूलाई पीडा पुऱ्याएको हुन्छ ।

लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा भनेको महिला विरुद्ध भेदभावकै एक स्वरुप हो । यसले पुरुष सरह महिलाले स्वतन्त्रता र अधिकारको उपभोग गर्नबाट वञ्चित गर्दछ ।

- महिला विरुद्ध भेदभाव उन्मुलन समितिको सिफारिस नं १९

"लैङ्गिक हिंसा" भन्नाले सार्वजनिक वा निजी जीवनमा लिङ्गको आधारमा कसै प्रति शारीरिक, यौनजन्य वा मानसिक क्षति वा पीडा पुऱ्याउने कार्य सम्झनु पर्छ र सो शब्दले लिङ्गको आधारमा हुने वा हुन सक्ने कुनै पनि प्रकारको अपमानजन्य, पीडाजन्य वा धम्कीपूर्ण व्यवहार, दवाव, करकाप वा स्वेच्छाचारी रूपमा महिलालाई स्वतन्त्रताको उपभोग गर्नबाट वञ्चित गर्ने कुनै कार्य समेतलाई जनाउँछ ।"

लैङ्गिक हिंसाको संसोधित परिभाषा

लैङ्गिक समानता ऐन, २०७२ ले लैङ्गक हिंसाको परिभाषामा संशोधन गरी लैङ्गिक हिंसा भन्नाले सार्वजनिक वा निजी जीवनमा लिङ्गको आधारमा कसैप्रति शारीरिक, यौनजन्य वा मानसिक क्षति वा पीडा पुऱ्याउने कार्य सम्झनुपर्छ । सो शब्दले लिङ्गको आधारमा हुने वा हुन सक्ने कुनै पनि प्रकारको अपमानजन्य, पीडाजन्य वा धम्कीपूर्ण व्यवहार, दवाव, करकाप वा स्वेच्छाचारी रूपमा महिलालाई स्वतन्त्रताको उपभोग गर्नबाट वञ्चित गर्ने कुनै कार्यसमेतलाई जनाउने व्यवस्था गरिएको छ ।

उद्देश्य तथा सिकाइ	• सहभागीहरूले लैङ्गिकतामा आधारित हिंसाका कारण र परिणामहरू बारे थाहा पाउनेछन् । • सहभागीहरूले लैङ्गिकतामा आधारित हिंसाका प्रकारहरूका बारेमा बताउन सक्नेछन् । • सहभागीहरू महिलाहरूले हिंसा सहनु पछिका कारणहरू बारे भन्न सक्नेछन् । • सहभागीहरूले हिंसाले जीवनमा पार्ने प्रभावहरूका बारेमा बताउन सक्नेछन् ।
सामग्री	खैरो कागज, मार्कर, मेटाकार्ड, पावरपवाइण्ट, मास्किङ् टेप
समय	क्रियाकलाप १- २० मिनेट, क्रियाकलाप २- २० मिनेट, क्रियाकलाप ३- २० मिनेट
विधि	खेल, अभ्यास, प्रस्तुतीकरण, प्रवचन

क्रियाकलापहरू	**१. आउनुहोस् चुनाव गरौं ।** ● यस सत्रलाई शुरु गर्नु अघि सहभागीहरूलाई महिला हिंसाको सम्बन्धमा उनीहरूको विचार र मान्यता प्रष्ट्याउन एउटा अभ्यास प्रस्तुत गर्ने । ● अभ्यास शुरु गर्नु अगावै फरक-फरक रङ्गका मेटाकार्डहरूमा तल दिईएका जस्तै लिखित मान्यताहरूलाई लेख्ने । ● यस अभ्यासका लागि दुईवटा फरक रङ्गका मेटाकार्डहरूमा सहमत र असहमत लेखि तालिम कक्षको फरक स्थानहरूमा टाँस्ने । ● सहजकर्ताले यी विचारहरूलाई क्रमशः पढ्दै जाने र सहभागीहरूलाई प्रस्तुत गरिएका विचारहरूमा आ-आफ्नो सहमति वा असहमति के छ सोहि अनुसारको स्थानमा जान भन्ने । ● यस पछि दुवै समूहरूबाट कम्तिमा दुई जनाले आफ्नो समूहको तर्क वा विचार भन्न लगाउने **विचार वा मान्यताहरूका केही नमूनाहरू** ● महिला हिंसा महिलाहरूकै अज्ञानताको कारण हुन्छ। त्यसैले यसको जिम्मेवार पनि उनीहरू नै हुन्। ● कतिपय अवस्थामा महिलाहरूले नै हिंसालाई बढावा दिईरहेका हुन्छन्। जस्तै तिजमा पुरुषका खुट्टा धोएर पानी पिउनु । ● महिलाका हाउभाउ र व्यवहारहरूले नै पुरुषलाई हिंसा गर्न उत्प्रेरित गरेका हुन्छन् । जस्तै छोटो लुगा लगाउने, कटाक्षपूर्ण हाउभाउ । ● अहिलेको जमानामा महिला हिंसाको मात्रै के कुरा गर्नु, अब पुरुष हिंसाको पनि कुरा गर्ने बेला भईसक्यो । ● महिलाहरूले हुन्न भनेकै हुन्छ भनेको जस्तै हो । ● वैवाहिक बलात्कार पुष्टि गर्नु असम्भव कुरा हो । ● बहादुरी प्रर्दशन गर्नु पुरुषको जन्मजात स्वाभाव नै हो । ● महिला हिंसाको अन्त्य सम्भव छैन । ● यौन व्यवसायीमाथिको बलात्कार, बलात्कार होइन । **२. मेरो विचारमा महिला हिंसा** ● अभ्यास शुरु गर्न सबै सहभागीहरूलाई दुईवटा मेटाकार्डहरू दिने । ● सहभागीहरूलाई एउटा मेटाकार्डमा मेरो विचारमा महिला हिंसा भन्नाले.................... हो र अर्को मेटाकार्डमा मेरो विचारमा यी ....कार्यहरू महिला हिंसा होइनन् भनि कम्तिमा ५, ५ वटा बुदाँहरू लेख्न लगाउने । यसरी लेखिएका बुदाँहरूलाई सबै सहभागीहरूलाई पालैपालो पढ्न लगाई अन्त्यमा सहजकर्ताले महिला हिंसाको परिभाषा प्रस्तुत गर्दै सत्रलाई अघि बढाउने । **३. लैङ्गिक भेदभावसम्बन्धी अभ्यास** ● सहभागीहरूलाई महिला र पुरुष अनुसार दुई समूहमा विभाजन गर्ने । ● सबै सहभागीहरूलाई एकएक वटा मेटाकार्ड दिने र सोधिएका प्रश्नका उत्तरहरू त्यसमा लेख्न लगाउने ।

क्रियाकलापहरू	**केहि नमूना प्रश्नहरू** तपाईंलाई कहिले आफू केटा वा केटी भएको महशुस भयो ? सम्भावित उत्तरहरू ✓ जुन दिन मेरो महिनावारी भयो । ✓ जुन दिन मेरो जुंगाको रेखि बस्यो । ✓ जुन दिन भाइसँग म फुटबल खेल्न जान सकिन । ✓ जुन दिन आमाले बजारबाट ब्रा किनेर ल्याईदिनुभयो । ✓ जुन दिन पहिलो पटक म घर बाहिर बसे तर दिदीले त्यसो गर्दा गालि खाई । ✓ जुन दिन आमाले मलाई एक्लै घरबाहिर नजान भन्नुभयो । ● तपाईलाई कुन घटनाले केटी हुनुको पीडा महशुस भयो ? तपाईलाई कुन घटनाले केटा हुनुको खुशी या पीडा दियो ? **सम्भावित उत्तरहरू** ✓ महिनावारी भएर एक्लै सुतेको बेला । ✓ बाबाले मेरो लागि साईकल किनेर ल्याएको बेला । ✓ स्कुल जादाँ केटाहरूले जिस्काएको तर आमालाई सुनाँउदा उल्टै आफैले गालि खाएको, आदि । ● तपाईलाई भाइ वा दिदी भन्दा फरक के-के काम सिकाइयो ? **सम्भावित उत्तर** ✓ खाना पकाउन ✓ लुगा धुन ✓ साइकल चलाउन ✓ घर बढार्न ✓ कामदारहरूको काम हेर्न ● महिलाहरूलाई मात्र सोध्ने ● कुन बेला तपाईलाई महिला हुनुको आनन्द महशुस भयो ? **सम्भावित उत्तर** ● महिला भएर पनि उच्च शिक्षा पुरा गरेकोमा , ● घर बाहिर गएर जागिर गरेकोमा , ● बाबाले मलाई मन परेको उपहार किनिदिएको दिन , ● बाबाले मेरो छोरा भने पनि उहि हो भनेको दिन , ● घरमा आमाले असाध्यै लक्षिनकि बुहारी छिन् भनेको दिन ।

सहजकर्तालाई सुझाव

धेरै सहमति वा असहमतिका तर्क वा विचारहरू प्रयोग गर्दा समय अभावको कारण लामो हुन सक्ने हुदाँ सहजकर्ताले यसतर्फ विचार गर्नु पर्दछ । समय भएको खण्डमा विचारहरू प्रस्तुत गरिसके पछि सहभागीहरूलाई उक्त विचारहरूमा तर्क गर्दै छलफललाई अगाडि बढाउनु पर्दछ ।

सहजकर्ताले माथिको अभ्यासमा सहभागीहरूलाई समूहमा विभाजन गरेर पनि खेलाउन सक्छन् । यसका लागि सहभागीहरूलाई सहमत र असहमत गराएर पनि अभ्यास गराउन सकिन्छ ।

सहजकर्ताले यिनै अभ्यासहरूको साथ लिङ्ग र लैङ्गिकताको फरक बताउदै जाने र आवश्यकता अनुसार दिइएका अभ्यासहरूपनि गराउदै लैजाने गरेर सत्रलाई अगाडि लैजाने गर्नु पर्दछ । दिईएका अभ्यास तथा खेलहरूलाई सत्रको बीचबीचमा प्रस्तुत गरेमा त्यसले सहभागीहरूमा हुनसक्ने आलस्य र थकानलाई पनि हटाउन मद्दत पुग्दछ ।

५.९ महिला हिंसा

लिङ्गको आधारमा महिलामाथि गरिने कुनै पनि प्रकारका हिंसाहरू महिला विरुद्धका लैङ्गिक हिंसाहरू हुन् । यस्ता हिंसाहरूमा मुख्यतः लिङ्गका आधारमा महिलामाथि गरिने भेदभाव, असमानता, बहिष्करण तथा कसुरजन्य क्रियाकलाप हुन् । परिवार, समाज र राज्यले महिलाको जैविक भिन्नतालाई हतियार बनाई उनीहरूको प्रकृति प्रदत्त गुणको गलत अर्थ र प्रयोग गरेको कारण लैङ्गिक हिंसाले जरो गाडेको हो ।

"महिला विरुद्धको हिंसा" भन्नाले सार्वजनिक वा निजी जीवनमा लिङ्गको आधारमा हुने हिंसाजन्य कार्य हो, जसले महिलालाई शारीरिक, यौनजन्य वा मानसिक क्षति वा पीडा पुऱ्याउँदछ वा पुऱ्याउने संभावना हुन्छ, जसअन्तर्गत त्यस्तो कार्य गर्ने धम्की, दबाव र स्वेच्छाचारी रूपमा महिलाको स्वतन्त्रतामा बन्देज समेत पर्दछ ।

- महिला विरुद्धको हिंसा उन्मूलन सम्बन्धी घोषणापत्र, १९९३

महिलाविरुद्धका हिंसाजन्य अङ्गभङ्ग कुटपिट

लैङ्गिक समानता ऐन, २०७२ले मुलुकी ऐन कुटपिटको महलमा पनि लैङ्गिक दृष्टिबाट संशोधन गरेको छ । त्यसमा संशोधन गरी "महिलाको स्तन काटी दिएमा" तथा "महिलालाई बाँझोपन र पुरुषलाई पुरुषत्वहीन बनाएमा" पनि अङ्गभङ्ग कुटपिट ठहर्ने व्यवस्था गरिएको छ । तदनुरुप दण्डसजायको व्यवस्था पनि गरिएको छ । महिलाको स्तन काटेको वा महिलालाई बाँझोपन सिर्जना गर्ने गरी अङ्गभङ्गको अपराध गरेमा त्यसको जिम्मेवार व्यक्तिलाई आठ वर्ष कैद र तीन लाख रुपियाँ जरिवाना गर्नुपर्ने किटानी व्यवस्था गरिएको छ । त्यसैगरी मेरुदण्ड, डँडाल्नु, हात खुट्टा वा यिनैको जोर्नी भाँची, फोरी फुकाली बेकम्मा पारिदिएमा पनि अङ्गभङ्ग गरिदिएको मानिने व्यवस्था छ ।

६. यौनजन्य दुर्व्यवहार

६.१ यौनजन्य दुर्व्यवहार : विद्यमान कथन र वास्तविकता

उद्देश्य तथा सिकाइ	• सहभागीहरूले यौनजन्य दुर्व्यवहार बारे आधारभूत रूपमा व्याख्या गर्न सक्नेछन् । • सहभागीहरूले यौनजन्य दुर्व्यवहारका मिथ्याहरूका बारेमा थाहा पाउनेछन् । • सहभागीहरूले यौनजन्य दुर्व्यवहारबारेका कानूनी व्यवस्थाहरूका बारेमा बताउन सक्नेछन् । • सहभागीहरूले यौनजन्य दुर्व्यवहारको कारण पीडितलाई पर्ने असरहरूबारे भन्न सम्नेछन् ।
सामग्री	फरक-फरक रङ्गका मेटा कार्ड, सादा कागज, मास्किङ् टेप, मार्कर, पावरप्वाइन्ट
समय	२ घण्टा
विधि	समूहगत अभ्यास, प्रस्तुतीकरण र व्याख्या/प्रवचन

दमयन्ति विवाह गरेर आफ्नो श्रीमान् गजेन्द्रसँग काठमाडौँमा बस्न थालेको पनि ५ वर्ष पुग्न थाल्यो । गजेन्द्रको आफ्नै एउटा सैलुन छ । ऊ सातै दिन दिनभरी नै व्यस्त हुन्छ । त्यसोत उसले सैलुनमा अरू दुई जना काम गर्ने मानिसहरू पनि राखेको छ तर उसले कहिल्यै उनीहरूको भरमा मात्रै सैलुन छोडेको छैन ।

दमयन्ति दिनभरी घरै बस्छे । गजेन्द्रलाई एकपल्ट खाना पुऱ्याईदिए पछि उसको दिनभरीको लागी कामै सकिन्छ । पहिलापहिला त आफ्ना साथीहरू भेटन जान्थी तर एकपल्ट गजेन्द्रले खै किन हो नजानु भने पछि चाही साथीहरू भेट्न पनि चटक्कै छाडिदिई । केही दिनदेखि दमयन्तिलाई ज्वरो आईरहेको थियो । विस्तारै खाना खान पनि कम हुदै गयो । ऊ दुब्लाउदै गएकिथिई । गजेन्द्र यी सबै कुरामा कमै ध्यान दिन्थ्यो भने दमयन्ति पनि लोग्नेलाई यस्तो कुरा सुनाउदिन थिई । गजेन्द्र अवेर राती घर आउथ्यो । खाना खान्थ्यो अनि सुत्थ्यो ।

एकदिन दमयन्ति खाना नखाईकन नै सुती । उसलाई हनहन्ती ज्वरो आएको थियो । गजेन्द्र राति अवेर घर आयो । सायद उसले बाहिर नै रक्सि पनि खाएर आएको थियो । उसले खाना खानु अगावै दमयन्तिसँग यौन सर्म्पक राख्न खोज्यो । दमयन्तिले आफू विरामी भएको, ज्वरो आएकोले उसलाई गाह्रो भएको छ भनी तर उसले दमयन्तिको कुरै सुनेन । उसलाई गालि गर्दै जर्वजस्ती गर्यो । त्यतीमात्र होइन अरू तथानाम आरोप पनि लगायो । उसको अरूनै केटा साथी छन् रे । त्यही भएर ऊ आफ्नो पतिसँग पनि सर्म्पक राख्न चाहदिन रे । त्यस पछि त यस्ता घटनाहरू दिनहुँ जसो हुन थाले । दमयन्ति यि सब कुराहरूलाई आफ्नो भाग्य ठान्छे । ऊ ठान्छे यस्तो कुरा कसरी बाहिर गर्दै हिड्नू ।

३. हाजिरी जवाफ

- सहभागीहरूलाई दुईदुईवटा मेटाकार्ड दिने र उनीहरूलाई त्यसमा सहमत वा असहमत लेख्न लगाउने ।
- सहजकर्ताले अगाडि नै तयार गरिएका वाक्यांशहरू पढि सहभागीहरूलाई ती वाक्यांशहरू सही वा गलत के हुन्, सोही अनुसार सहमत वा असहमत लेखिएका मेटाकार्डहरू देखाउन भन्ने ।
- सहमत वा असहमत भन्ने सहभागीहरूबाट दुईदुई जनालाई आ-आफ्ना तर्कहरू पेश गर्न लगाउने ।

तपाईको विचारमा तलका वाक्यांशहरू सही वा गलत के हुन्, छुटयाउनुहोस् ।

- महिलाहरू आफ्नो पतिले कहिलेकाही पिटनु, गालि गर्नु स्वाभाविक नै ठान्छन् । उनीहरूको विचारमा पतिले यसो गर्दा अझ बढि माया गरेको हुन्छ ।
- लोग्ने स्वास्नीको झगडा परालको आगो ।
- महिला पुरुष दुवैले एकअर्कालाई उक्तिकै समान रूपमा हिंसा गर्न सक्छन् ।
- घरेलु हिंसा अशिक्षित, गरीब परिवारमा बढि हुन्छ ।
- पिटनु, लडाउनु जस्ता शारीरिक कुरामात्रै लैङ्गितामा आधारित हिंसाहरू हुन् ।
- लैङ्गिक हिंसाको मुख्य कारण नै रक्सि, लागु पदार्थ जस्ता वस्तुहरूको प्रयोगको कारणले हुन्छ ।
- घरेलु हिंसा पारिवारिक विषय हो । यसमा अरूले दखल दिन मिल्दैन ।

सहजकर्तालाई सुझाव

सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई उल्लेखित विभिन्न अभ्यास तथा खेलहरूको माध्यमबाट यौनजन्य दुर्व्यवहारका विषयवस्तुहरू माथि प्रकाश पार्दै माथिका विचारहरू गलत वा सही के हुन् । किन गलत वा सही ठान्नु हुन्छ ?भनि छलफल चलाउन सक्छन् । यसका अतिरिक्त सहभागीहरूलाई उनीहरूको समाज, परिवार र सस्कृतिमा यस सम्बन्धमा भएका विविध विषयहरू राख्न लगाई थप छलफल पनि चलाउन सक्छन् ।

६.२ लैङ्गिक समानता सम्बन्धमा नेपालले गरेका राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिवद्धताहरू

उद्देश्य तथा सिकाइ	• सहभागीहरूले महिला अधिकारको अन्तर्राष्ट्रिय विकासक्रम बारे थाहा पाउनेछन् । • सहभागीहरूलेलिङ्ग र लैङ्गिकता सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेजहरूमा गरिएका प्रावधानहरू बारे बताउन सक्नेछन्। • सहभागीहरूले लिङ्ग र लैङ्गिकता सम्बन्धमा भएका अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेजहरूको व्यवस्थाहरूको स्थानीयकरण सम्बन्धी व्यवस्थाहरू बारे भन्न सक्नेछन् ।
सामग्री	फरक-फरक रङ्गका मेटा कार्ड, सादा कागज, मास्किङ टेप, मार्कर, पावरप्वाइन्ट
समय	२ घण्टा
विधि	समूहगत अभ्यास, प्रस्तुतीकरण र व्याख्या/प्रवचन

क्रियाकलाप	**१. ठीक वेठीक छुट्ट्याउनुहोस् ।** ● सहजकर्ताले यो सत्र शुरु गर्नु भन्दा पहिले नै तल लेखिएका वाक्याशहरूलाई सहभागी संख्या अनुसार प्रिन्ट गर्ने । ● सहभागीहरूलाई प्रिन्ट गरिएको विषय बाढि उल्लेखित विषयहरू ठीक वा वेठीक के हुन लेख्न लगाउने । ● सहभागीहरूले अभ्यास सम्पन्न गरिसके पछि त्यसलाई संकलन गर्ने र कुन ठीक वेठीक हो क्रमशः छलफल गर्दै जाने । **अभ्यासका लागि दिने वाक्याशंहरू** ● नेपालको संविधानमा महिला हिंसाका बारेमा छुट्टै धारामा व्यवस्था गरिएको छ । ● नेपालले सिडलाई हालसम्म अनुमोदन गरेको छैन । ● नेपालको कानून अनुसार सिडका कुनै पनि व्यवस्थाहरू कानून नबनाई कार्यान्वयन हुन सक्दैनन् । ● दक्षिण एशियामा मानव अधिकार सम्बन्धी कानून पारित गर्ने एकमात्र देश नेपाल हो । ● महिलाका सबै अधिकारहरू मानवअधिकार हुन् । ● अधिकार मानवीय इच्छा मात्र हुन् जसलाई लागू गराउन सकिन्न । ● अधिकारहरू घटबढ हुन सक्छन् । ● निजीस्तरमा हुने महिला अधिकारको उलंघनलाई अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेजहरूमा समेत सम्बोधन गरिएको छ । ● राष्ट्रिय महिला आयोगलाई संवैधानिक निकायको रूपमा रहने व्यवस्था गरिएको छ । ● नेपालले मानव अधिकार सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेजहरूलाई अनुमोदन नगरे पनि ती दस्तावेजहरू देशको कानून सरह हुन्छन् । ● संयुक्त राष्ट्रसंघ, सुरक्षा परिषदको प्रस्ताव नं.१३२५ र १८२० द्वन्द्व र महिला शान्ति र सुरक्षासँग सम्बन्धित छ । ● नेपालमा तेस्रो विश्व महिला सम्मेलन सम्पन्न भएको थियो । सहजकर्तालाई सुझाव सहजकर्ताले यो अभ्यास शुरु गर्नुभन्दा अगाडि कार्यक्रममा सहभागीहरूको बुझाईको स्तरलाई मनन् गरेर यस अभ्यासका बुदाँहरूलाई सहभागीहरूको स्तर अनुसार मिलाउन सक्छन् । यस अभ्यासमा सहभागीहरूको नाम र उनीहरूले प्राप्त गर्ने अङ्क गोप्य राख्न सकिन्छ । **२. हिंसाको पहिचान** ● सहभागीहरू मध्ये कुनै एक सहभागीलाई उठाएर महिला विरुद्धका सबै प्रकारका भेदभाव उन्मूलन गर्ने सम्बन्धी महासन्धि (CEDAW) को धारा १ ले दिएको भेदभावको परिभाषा पढ्न लगाउने । ● अन्य सहभागीलाई उक्त परिभाषाले महिला विरुद्ध हिंसा र शोषणलाई जनाउँछ कि जनाउँदैन भनी छलफल गरी टिपोट गर्न लगाउने । ● दिएको सन्दर्भ साम्रगीको आधारमा भेदभाव तत्त्वको उदाहरण सहित व्याख्या गरी सहभागीहरूलाई बुझाउने ।

सहजकर्तालाई सुझाव

सहजकर्ताले समय प्रयाप्त भएको खण्डमा सहभागीहरूलाई महिला महासन्धिको प्रावधानहरू पढ्न दिई निम्न प्रश्नहरूको आधारमा छलफल गराउन पनि सक्छन् ।

प्रश्नहरू:

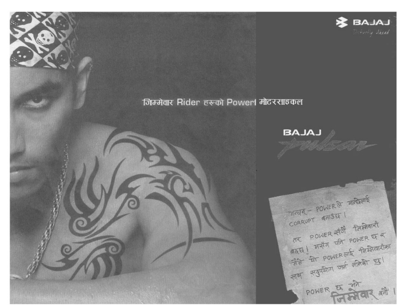
१. 'महिलाको महासन्धि' ले के-कस्ता अधिकारहरूको ग्यारेन्टी गरेको छ ?

२. 'महिलाको महासन्धिले प्रत्याभूत गरेका विषयहरू महिलाका अधिकारमात्र हुन् ? कि मानव अधिकार हुन् ?

३. यी अधिकारहरूको प्राप्तिका लागि राज्यले कस्तो दायित्व निर्वाह गर्नु पर्ला ?

६.३ सत्र ६ आधुनिक विज्ञान र प्रविधिले लैङ्गिक हिंसामा पारेका प्रभावहरू

उद्देश्य र सिकाई	● सहभागीहरूले आधुनिक विज्ञान र प्रविधिले लैङ्गिक हिंसामा के-कस्ता प्रभावहरू पारेका छन् उक्त कुरा भन्न सक्नेछन्। ● सहभागीहरूले आधुनिक विज्ञान र प्रविधिले लैङ्गिक हिंसाका घटनाहरूमा ल्याएका जटिलताहरूबारे थाहा पाउनेछन्। ● सहभागीहरूले यस सम्बन्धमा भएका कानूनी व्यवस्थहरूका बारेमा थाहा पाउनेछन् ।
सामग्री:	ब्राउन पेपर, मार्कर, मेटाकार्ड, मास्किङ्ग टेप, सेतो बोर्ड, तयारी अभ्यासहरू, पावरप्वाइण्ट
समय	२ घन्टा (क्रियाकलाप १ - ३० मिनेट)
विधि	भूमिका अभिनय, खेल, प्रस्तुति, प्रवचन र अभ्यास
क्रियाकलाप	**१. विज्ञापन अभ्यास** ● सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूलाई पुग्ने गरी विभिन्न पत्रपत्रिकाहरूमा छापिएका रङ्गिन विज्ञापनहरू काटेर संकलन गरी बाँड्ने। यस्ता विज्ञापनहरूमा महिला वा पुरुष मोडलहरूको प्रयोग गरिएको होस्। ● त्यसपछि सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूलाई एकएक वटा मेटाकार्ड दिई उक्त विज्ञापनमा लिङ्ग र लैङ्गिकताका सम्बन्धमा कस्तो बुझाई वा प्रस्तुती रहेको देखिन्छ, १० मिनेट भित्र दिईएको मेटाकार्डमा लेख्न लगाउने । ● त्यसपछि सबै सहभागीहरूलाई पालैपालो आ-आफ्नो मेटाकार्डमा लेखिएको विचार पढ्न लगाई छलफल गर्न लगाउने । सहजकर्तालाई सुझाव विज्ञापन भनेको अरूलाई त्यस वस्तुप्रति आकषर्ण गर्न, प्रभावित गर्न अपनाइने एउटा महत्त्वपूर्ण माध्यम हो। यसले समाजका मूल्य र मान्यताहरूलाई बोकेको हुन्छ। जस्तो: प्रायजसो बलियो, शक्तिशाली, टिकाउ देखाउन विज्ञापनहरूमा पुरुष मोडलहरू र सहनशील, मनोरञ्जन, सजावट र रङ्गींचंङ्गी देखाउन महिला मोडलहरूको प्रयोग गरिएको हुन्छ । अब सहजकर्ताले किन यस्तो गरिन्छ भन्दै लैङ्गिक संरचनाको सम्बन्धमा उल्लेख गर्दै छलफललाई अगाडि बढाँउन सक्छन् । यस अभ्यासलाई सहजकर्ताले कुनै एक हप्ताको पत्रिका ल्याएर त्यसमा भएका विज्ञापनहरू संकलन गर्न लगाई समूह कार्य दिन पनि सक्नेछन् । यसलाई अझ प्रभावकारी बनाउन सहभागीहरूलाई सहरको कुनै क्षेत्रको फिल्ड अनुगमन गर्न लगाई त्यँहा देखिएका विज्ञापनहरूमा लैङ्गिक सवालका विषयको विश्लेषण गराउन पनि सक्नेछन् । अभ्यासका लागि केही तस्वीरहरू–



६.४ आधुनिक विज्ञान र प्रविधिको प्रगति र त्यसले महिलाको मानव अधिकारमा पारेको असरहरू

२१ औं शताब्दीको यो युग विज्ञान र प्रविधिको दृष्टिकोणबाट अत्यन्तै प्रभावशाली युग हो । आधुनिक विज्ञान र प्रविधिले प्रभाव नपारेका कुनै पनि विषय र क्षेत्रहरू पाउन मुस्किल पर्दछ । वैज्ञानिक आविष्कारहरूले सम्पन्न भएको विश्वमा जुनसुकै विषय वा सन्दर्भलाई यसको सम्बन्धबाट छुट्याउन सकिदैन । विज्ञान र प्रविधिको कारण मानवीय चेतना, संस्कार र जीवनका प्रायः सबै क्षेत्रहरूमा व्यापक परिवर्तनहरू भएका छन् । विज्ञानले हिजोका असम्भव कल्पनाहरूलाई आज यर्थाथमा परिणत गरिदिएको छ । तर यसले जीवनलाई सरल मात्र नबनाई अनेकौं जटिलताहरू समेत थप गरेको छ । विज्ञान र प्रविधिको आविष्कार र होडबाजीको दौड कानूनको दायरा र कल्पनाभन्दा व्यापक अगाडि छ । कानून र मानव अधिकारको विषयलाई विज्ञान र प्रविधिले यो दौडमा धेरै पछाडि र दयनीय अवस्थामा छोडेको पाइन्छ । वैज्ञानिक कला र सीपको विकासलाई मानवीय विकास र शान्तिको पक्षमा प्रयोग गर्नपर्ने अवस्थामा अझ यसको दुरुपयोग रोक्न कानूनलाई हम्मेहम्मे परेको छ । यसले मानव अधिकारको विषयलाई कयौं क्षेत्रमा घाइते तुल्याएको छ भने कयौं क्षेत्रमा सोचनीय समेत बनाएको छ ।

गरिबी, शिक्षा र सम्पत्तिमा पहुँचको कमि तथा परिवार र समाजले महिलालाई हेर्ने दृष्टिकोण लगायतका कारण महिलाहरू समाजमा दोस्रो दर्जाको नागरिकको रूपमा बाँच्न वाध्य छन् । विद्यमान संविधान तथा कानूनहरूले दिएका आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक तथा नागरिक अधिकारहरूको सम्मानजनक उपभोगसम्म गर्न नसकिरहेका महिलाहरूले आधुनिक विज्ञान र प्रविधिबाट सिर्जित विकास, कला र सीपको उपभोग गर्न पाउने भन्ने कुरा झन् टाढाको विषय बन्न पुगेको छ । बरु यसको अलावा विज्ञान र प्रविधिले उनीहरूको जीवनमा नकारात्मक असरहरू थप गरेको छ । जसको निधानकालागि सकारात्मक पहल नहुँदा उनीहरूको मानव अधिकारको विषयहरूमा गम्भीर असरहरू परेको छ । साधारणतया विज्ञान र प्रविधिको विकासबाट महिलाहरूलाई विशेषतः तीनवटा क्षेत्रहरूमा गम्भीर असर पुऱ्याएको छ जुन विषयहरू मानव अधिकारको दृष्टिकोणबाट अत्यन्त संवेदनशील मानिन्छन् ।

क) मानवीय शरीरमा पारेको असर

ख) वातावरणीय असर

ग) सामाजिक असर

विज्ञान र प्रविधि मानवीय विकासका दृष्टिले अत्यन्तै सरल र अपरिहार्य विषय हो तर सधैं यसले मानवीय विकासमा सहयोग मात्र पुऱ्याउँदैन कहिलेकाहि घातक परिणामहरू पनि दिने गरेको छ भन्ने गरिन्छ ।वैज्ञानिक ज्ञान र सीप मानवीय उद्धारमा केवल एक प्रतिशत मात्र प्रयोग हुन सकेको छ भने ५१ प्रतिशत ज्ञानलाई केवल हातहतियारको निर्माणमा मात्र प्रयोग गरेको पाईन्छ । विज्ञानले मानव अधिकारको विकासको लागि प्रशस्त अवसरहरूको सिर्जना गरेको छ तर यसको प्रतिफलको समान वितरण र उपभोग भएको पाइदैन । सडकमा गुड्ने टेम्पोदेखि आकाशमा उड्ने बोइङ्ग र समुन्द्रमा डुब्ने पनडुब्बिसम्मको विकास विज्ञानकै योगदान हो । रुघा खोकी र ज्वरोले मृत्यु हुने मान्छे आज क्यान्सर, एड्स, हेपाटाइटिस, इबोला र मर्सजस्ता रोगहरूसँग जुधिरिहेको छ । विज्ञानकै कारण यसमा सफलता समेत पाइरहेको छ । कहिलेकाही विज्ञान र प्रविधिको विकास मानवीय जीवनको साथी मात्र नभई शत्रु समेत सावित हुने गरेको छ । खासगरी शान्ति र सुरक्षाको दृष्टिकोणबाट हेर्दा विज्ञानले मानिसलाई कहिले नसकिने चिन्ता र भय दिएको छ । मानवीय हातबाट हुने प्रलय प्राकृतिक प्रलयभन्दा हजारौं गुणा घातक र विनासकारी सिद्ध भएका छन्, जसले मानिसको शान्तिपूर्वक बाँच्न पाउने अधिकारमाथि नै कुठाराघात गरेको छ ।

विज्ञानका आम विनासकारी हातहतियार र अप्राकृतिक वस्तुको बढि प्रयोगको कारण स्वच्छ र सफा वातावरणमा बस्न पाउने मानिसको अधिकार प्रायः असम्भव सिद्ध भएको छ। विज्ञानको प्रगतिको कारण मानवीय अङ्गहरू बजारमा किनबेच हुन सजिलो भएको छ। एकातिर रोबोट जस्तो यन्त्रको लागि लाखौं डलर खर्चिएको छ भने अर्कोतिर स्वच्छ खाना र पानीको अभावले लाखौं मानिसहरूले अनाहकमा ज्यान गुमाएका छन् । यसले मानवीय जीवन र मूल्यको धज्जि उडाएको छ । अव्यवस्थित विकासको कारण प्राकृतिक सम्पदाको अत्यन्तै विनाश भएको छ भने त्यसै विनाशको कारणबाट वातावरणीय ह्रास, अनिकाल र खडेरीले ग्रस्त भएको छ । जर्वजस्ती गर्भपतन, अप्राकृतिक गर्भधारण, टेस्टट्युब बेबी, दयापूर्ण मृत्यु, प्रतिस्थापित मातृत्व, लिङ्ग निर्धारण जस्ता विषयहरूमा प्रशस्तै नैतिक र मानव अधिकार सम्बन्धी प्रश्नहरू उठेका छन् । यसले महिलाको स्वतन्त्रता, आत्म निर्णयको अधिकार र मानव अधिकारको स्वतन्त्र उपभोगमा प्रश्न चिन्ह उब्जाएको छ।

युद्धको संत्राशबाट मुक्ति पाउनु, शान्तिपूर्वक जीवन बाँच्न पाउनु र विकासका अवसरहरूको समान उपभोग गर्न पाउनु मानव अधिकारको प्राथमिक शर्तहरू हुन् । जीवनको अधिकार, स्वतन्त्रताको अधिकार शान्तिपूर्ण समाजको अभावमा असम्भव छ तर आज दुनियाँ युद्धमा होमिएको छ र आम विनासकारी शस्त्रहरूको बढि प्रयोग भएको छ। यसले महिलाको शान्ति, सुरक्षा र मानव अधिकारको विषयलाई ओझेलमा पारेको छ । युद्धको संत्रासबाट प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा महिला र बालबालिकानै बढि प्रभावित बनेका छन् । सूचना र संचारको क्षेत्रमा आएको वैज्ञानिक परिवर्तनले मानिसको गोपनीयताको हकको उपयोगिता सिद्धिएको छ । महिला र बालबालिकाका संवेदनशील विषयहरूमा गोपनीयता कायम गर्न कठिन हुँदै आएको छ । शिक्षामा भएको व्यापारीकरणले गरीब मानिसहरू, विशेषगरी बालिकाहरू, ज्ञानको स्रोत र साधनबाट वञ्चित भएका छन् भने वैज्ञानिक ज्ञान, सीप र विकासको समान उपभोग गर्न पाउने अधिकारहरूबाट वञ्चित भएका छन् । तसर्थ महिलाका मानव अधिकारका विषयहरू आधुनिक विज्ञान र प्रविधिको प्रभावबाट अलग छैनन् ।

मानव अधिकारको आन्दोलनलाई आजको महत्त्वपूर्ण स्थानसम्म ल्याईपुऱ्याउनका लागि करिब आधा शताब्दीभन्दा बढि समय लागेको छ। यस बीचमा मानवीय जीवनमा विज्ञानले एउटा क्रान्ति नै ल्याइदिएको छ। विज्ञानले आविष्कार गरेको आधुनिक प्रविधिको कारण दुःख, सुख र पीडाहरू यस्तो विकास सँगसँगै आएका छन्। विज्ञानले गरेको आधुनिक प्रविधिको आविष्कारको कारण दुई वटा विश्वयुद्ध र अन्य हजारौं युद्धहरूको कारण मानव समुदायले अत्यन्तै ठूलो दुःख र पीडा सहनु परेको थियो। यसमा सबैभन्दा बढि प्रभावित महिला र बालिकाहरू नै भएका थिए। विज्ञान र प्रविधिको विकासको कारण स्वतन्त्रता र समानताको कुरा हुनेखाने धनीहरूका लागि अधिकार र शक्ति हत्याउने नयाँ प्रपञ्च बनेको छ ।

विज्ञानको सफलताका कारण मानव शरीरका अङ्गहरू बिक्रि भए र गरीबी र अभावमा बाचेका कैयौं व्यक्तिहरूले आफ्नो शरीरका अङ्गहरू समेत बिक्रि गरे । यसले गर्दा जीवनको अधिकार, स्वस्थ जीवन बाँच्न पाउने अधिकार, गरीबीबाट मुक्तिको अधिकार जस्ता मानव अधिकारको महत्त्वमाथि यसले प्रश्न चिन्ह खडा गरिदिएको छ । अर्काको लागि बच्चा जन्माइदिने प्रतिस्थापित मातृत्व, अप्राकृति गर्भधारण, टेस्टट्युब बेबीको विकास, शारीरिक अङ्गहरूको प्रत्यारोपण र क्लोनिङ्ग जस्ता प्रविधि र सीपको विकास र सम्भावनाले आज मानव अधिकारमाथि कानूनी र नैतिक धरातलका थुप्रै प्रश्न चिन्हहरू उब्जिएका छन् ।

क) मानवीय शरीरमाथिका असरहरू

अंङ्गप्रत्यारोपण

विज्ञानको देन स्वरुप एउटा मानवीय शरीरका अंङ्गहरू दोस्रो व्यक्तिको मानवीय शरीरमा प्रत्यारोपण गर्न सकिन्छ । यसरी प्रत्यारोपण गर्न सकिने अंङ्गहरू मध्ये मृगौला, छाला, मुटु, कलेजो, आन्द्रा, आखाँको भित्री गेडी र ढकनी हड्डी र हाडभित्रको मासी आदि प्रमुख रहेका छन् । अङ्ग प्रत्यारोपण विज्ञानको देन हो तर यसले एकातीर थुप्रै कानूनी र नैतिक प्रश्नहरू उठाएको छ भने अर्कोतर्फ कतिपय मानव अधिकारका विषयहरूमा समेत असर पुऱ्याएको छ ।

स्वस्थ्य जीवन बाँच्न पाउनु प्राय संसारका सबै राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार सम्बन्धी दस्तावेजहरूबाट स्वीकृत अधिकार हो। मानव अधिकार सम्बन्धी विश्वव्यापी घोषणापत्रको धारा २५, आर्थिक, सामाजिक तथा साँस्कृतिक अधिकार सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय अनुबन्धको धारा १२, विश्व स्वास्थ्य संगठनको प्रस्तावना, मानिस तथा नागरिक अधिकार सम्बन्धी अफ्रिकी घोषणापत्रको धारा १६, नागरिकको अधिकार तथा कर्तव्य सम्बन्धी अमेरिकी घोषणापत्रको धारा ११, युरोपीयन सामाजिक बडापत्रको धारा ११ आदि जस्ता कयौ मानव अधिकार सम्बन्धी दस्तावेजहरूले स्वस्थ्य जीवन बाँच्न पाउने, स्वस्थ्य जीवनको सुनिश्चितताको अधिकार आदि जस्ता अधिकारहरूको प्रत्याभूति गरेका छन्। यी दस्तावेजहरूले जीवनको अधिकारसँगै औषधि सम्बन्धी प्रयोगको निषेध सम्बन्धी अधिकारको सुनिश्चितता गरेका छन्।

अङ्ग प्रत्यारोपणले चोरी गरी अङ्ग बिक्रि गर्ने अपराध बढेको छ। मेडिकल परीक्षणको निहुँमा कयौं यस्ता घटनाहरू घटेका हामीले सुन्दै र देख्दै आएका छौं। जसले व्यक्तिको स्वस्थ बाँच्न पाउने अधिकार, आफ्नो शरीरमाथिको आफ्नो नियन्त्रणको अधिकारको गम्भीर उल्लंघन भएको छ। वर्तमान विश्वमा अङ्ग प्रत्यारोपण गर्नेको संख्या दिनहुँ बढिरहेको छ जसले गर्दा यस सम्बन्धी अपराधहरू पनि बढेका छन्। विशेषगरी महिलाहरूलाई अङ्ग किनबेच गर्ने प्रयोजनकालागि बेचबिखन गर्नेको संख्या दिन प्रतिदिन बढ्दै गइरहेको पाइन्छ। गरिबीको मार सबैभन्दा बढि महिलाहरूले व्यहोर्नु पर्ने हुँदा यस्तो किनबेचमा पनि महिलाहरूलाई नै प्रयोग गरेको पाइन्छ तर सम्पत्ति उपभोग सम्बन्धी महिलाहरूको कमजोर निर्णय क्षमता र पहुँचको कारण यस प्रकारको फाईदाबाट भने उनीहरूले वंञ्चित हुने गरेका छन्। त्यसैगरी यसले व्यक्तिका स्वास्थ्यसम्बन्धी विभिन्न विषयहरूमा गम्भीर असर पुऱ्याएको छ। जस्तो– डाईबिटिज, मृगौला सम्बन्धी रोग, उच्च रक्तचाप। यसले व्यक्तिको स्वस्थ जीवन बाँच्न पाउने आधारभूत मानव अधिकारमाथि कुठाराघात गरेको छ। यसले एकातर्फ व्यक्तिको आधारभूत मानव अधिकारमाथि कुठाराघात गरेको छ भने अर्कोतर्फ एक व्यक्तिको शारीरिक अङ्ग अर्को व्यक्तिमा प्रत्यारोपण हुनुबाट सबैबीच समानताको अधिकारमा पनि प्रश्न चिन्ह उठेको छ।

जर्वजस्ती गर्भपतन

औषधि विज्ञानको फलस्वरूपम सजिलै गर्भपतन गर्न सकिन्छ। चाहे त्यो ईच्छाधिन होस् वा अनिच्छित। यसले मानव अधिकार सम्बन्धी थुप्रै प्रश्नहरू जन्माउछ। यसले एकातिर बच्चाको स्वतन्त्र रूपमा जन्मन पाउने अधिकार को हनन् गर्दछ भने अर्को तर्फ यसमा आफ्नो शरीरमाथिको नियन्त्रण सम्बन्धी अधिकारको प्रश्न उठाउन सकिन्छ। धेरै देशहरूमा गर्भपतन कानूनी अपराध समेत मानिन्छ। जर्वजस्ती गर्भपतनबाट शरीरमा घाउ चोट लाग्न सक्ने, मानसिक तनावको कारणबाट जीवन नै वर्वाद हुन सक्ने र कहिले काहीँ त मृत्यु समेत हुन सक्ने कारणबाट व्यक्ति र तिनका परिवारले हैरानी, दुःख र पीडा बारम्बार झेल्नु परिरहेको हुन्छ। अर्कोतिर विधिशास्त्रीय दृष्टिकोणबाट हेर्दा बच्चाको जन्मन पाउने अधिकारको कुठाराघात भएको छ जुन नैतिक धरातलबाट समेत निन्दनीय छ। यदि गर्भपतन हुन नसक्ने अवस्थामा जर्वजस्ती गर्भपतन गराउन खोजे बच्चाको शारीरिक दुर्घटना हुन सक्ने, मानसिक रूपमा विक्षिप्त हुन सक्ने, अपाङ्गता सम्बन्धी समस्याहरू आउन सक्ने हुनसक्छ, जुन बच्चाको सुरक्षित जन्मन पाउने र हेरचाह पाउने जस्ता अधिकारहरूको प्रतिकूल हो। गर्भपतन हत्या हो कि होइन भन्ने प्रश्न त्यस देशले गर्भपतन सम्बन्धी कस्तो कानूनी व्यवस्था गरेको छ भन्ने कुराबाट निर्धारण हुने विषय हो। यसलाई कतिपय देशमा शर्त सहित छुट दिइएको छ, जुन आजसम्म धेरै चर्चा र वहसको विषय बनेको छ।

टेस्टटयुब बेबी

करिव चार दशक अगाडि टेस्टटयुब बेबीको सफल अवतरण भएपछि आजसम्म १० औं लाखभन्दा बढि बच्चाहरूको यसरी जन्म भइसकेको छ, जुन विज्ञानको देन हो। टेस्टटयुब बेबीको जन्म पश्चात यस सम्बन्धी थुप्रै क्षेत्रहरूबाट नैतिक र कानूनी वहस र चर्चाहरू भएका छन्। बच्चाविहिन व्यक्तिहरूलाई आफ्नो सन्तान जन्माउने जुन रहर हुन्छ त्यसलाई यस प्रक्रियाले पूरा त गरेको छ तर विविध कारणहरूबाट यो त्यतिकै रूपमा खतरा समेत सावित

हुन सक्दछ । आमाले आफ्नै कोखबाट जन्म नदिएको कारण बच्चाले भविष्यमा उचित माया ममता नपाउने, हेरचाह, पोषण, शिक्षा दिक्षामा कमि आउने हुन सक्दछ । यसरी जन्मिने बच्चाहरू शारीरिक रुपले अशक्त भएमा यस्तो सम्भावना अझ बढेर जान्छ । यदि त्यस्तो अप्राकृतिक गर्भधारण पश्चात लोग्नेको मृत्यु हुन गएमा यसले अझ विकराल रुप लिन सक्दछ । यसले मानवमर्यादा र गोपनीयताको सम्बन्धमा मानव अधिकारको क्षेत्रबाट सुनिश्चित गरिएका अधिकारहरू, मर्यादापूर्ण ढङ्गबाट जीवनयापन गर्न पाउने अधिकार, आफ्नो गोपनीयता कायम राख्न पाउने अधिकारलाई कमजोर बनाउन सक्ने सम्भावना हुन्छ । यसरी जन्मिएको बच्चामाथि जिम्मेवारी, दायित्व सम्बन्धी कानूनी प्रश्नहरू उब्जिन सक्दछन् । यस्ता प्रश्नहरू सम्बन्धित व्यक्तिको धर्म, दर्शन र मूल्यहरूमा बढि भर पर्दछ ।

प्रतिस्थापित मातृत्व

कुनै महिलाले आफ्नो गर्भमा अरू कसैको भ्रुण हुर्काएर त्यस बालकको जन्म पश्चात उनीहरूलाई नै बच्चा फिर्ता गर्ने करारका साथ अप्राकृतिक तरिकाबाट गर्भधारण गरी बच्चा जन्माउने प्रक्रियालाई प्रतिस्थापित मातृत्व भनिन्छ । यस्तो चलन पश्चिमी देशहरूमा बढि प्रचलित भए पनि हाल दक्षिण एशियाका देशहरूमा समेत भित्रिएको छ । तर विज्ञानको यो सफलता सँगसँगै यसमा मानव अधिकार सम्बन्धी गम्भीर प्रश्नहरू उठ्ने गरेका छन् । बच्चा जन्मिएपछि उक्त बच्चा र जन्माउने आमाबीचको सम्बन्ध के हुने ? बच्चाको वास्तविक आमा कसलाई मानिने ? बच्चालाई मातृवात्सल्यको अधिकारबाट वञ्चित गर्न मिल्छ कि मिल्दैन ? आदि जस्ता थुप्रै प्रश्नहरूलाई यसले जन्म दिएको छ । यदि बच्चाको जन्म पश्चात जन्म दिने आमाले उक्त बच्चा अरूलाई दिन अस्वीकार गरेमा त्यसको कानूनी र नैतिक मान्यता के हुने भन्ने प्रश्न अझै गहिरो ढंगबाट उठ्न सक्दछ । त्यसैगरी बच्चाले जन्म दिने आमासँग सम्पर्क गर्न पाउने कि नपाउने, उसलाई त्यस सम्बन्धी जानकारी पाउने अधिकार हुन्छ कि हुदैन जस्ता प्रश्नहरू पनि जटिल विषय बन्न सक्दछन् । त्यसै गरी जन्मिने बच्चा शारीरिक र मानसिक रूपमा अस्वस्थ भएर जन्मिएमा र उसलाई अस्विकार गरिएमा त्यस बच्चाको जिम्मेवारी कसले लिने ? उसको हेरचाहको जिम्मेवारी कसको हुने ? भन्ने जस्ता समस्याहरू पनि देखिन सक्दछन् । अझ यस विषयमा पूँजीगत दायित्व समेत हुने हुनाले यसले अरु जटिलताहरू निम्त्याउन सक्दछ । यसले गर्भधारण गर्ने आमाको स्वास्थमा गम्भीर समस्याहरू देखा पर्न सक्दछ । यदि त्यस्तो भएमा त्यसको जिम्मेवारी कसको हुने ? त्यसैले प्रतिस्थापित मातृत्व विज्ञानको सफलता भएतापनि यसमा आमा तथा बच्चाको स्वास्थ्य मनोवैज्ञानिक असर तथा कानूनी र नैतिक जटिलताहरू र अन्य थुप्रै मानव अधिकारसम्बन्धी समस्याहरू रहेका छन् ।

क्लोनिङ्ग

अप्राकृतिक तवरबाट एउटै कोष जस्तै देखिनेगरी पुनः सयौं संख्यामा उस्तै कोषहरूको जन्म गराउने कार्य नै क्लोनिङ्ग हो । विज्ञानले यो प्रविधिलाई मानवीय शरीरमा समेत प्रयोग सिद्ध गरिसकेको छ । सबैभन्दा पहिला डलि नामक भेडाको यसै प्रविधिद्वारा जन्म गराईएको थियो । तर कतिपय देशहरूले मानव क्लोनिङ्गको विकास र प्रयोगमा प्रतिबन्ध समेत लगाएका छन् । यसले विविध जटिलताहरू ल्याउने भएकै कारण यसमा प्रतिबन्ध लगाईएको हो । यसले व्यक्तिको सामाजिक तथा मर्यादित जीवन बाँच्न पाउने अधिकार, निजी पहिचानको अधिकार, बच्चाको स्वस्थ्य र सकुशल जन्मन पाउने अधिकार, वंशको अधिकार जस्ता कयौ अधिकारहरूको बर्खिलाप हुन गएको छ । यसले समानता र स्वतन्त्रताको अधिकारमा समेत गम्भीर असर पुऱ्याएको छ ।

लिङ्ग निर्धारण

विज्ञानको सफलताकै कारण बच्चा जन्मनु अगावै लिङ्ग निश्चित गर्न सकिन्छ । प्रायजसो अभिभावकहरूमा कम्तिमा एकचोटि यसरी लिङ्ग निर्धारण गर्ने गराउने प्रचलन बढ्दो छ । यस्तो हुनुको पछाडि विविध सामाजिक, आर्थिक, धार्मिक अन्धविश्वासले काम गरेको हुन्छ । बच्चा छोरा हो वा छोरी हो भनेर जान्नुको पछाडि केही कारणहरू छन्

जस्तो उनीहरू छोरा वा छोरीमध्ये एक रोज्न चाहन्छन् र अनिच्छित गर्भलाई त्याग्न चाहन्छन् । यसले सबैभन्दा ठूलो समस्या बालिकाको भ्रूण हत्या र आमाको स्वास्थ्यमा देखा परेको छ । यसले विभिन्न अपराधहरूको जन्म दिएको छ ।

लिङ्ग पहिचान गरेर गरिने भ्रूण हत्या अपराध हो कि होइन ? व्यक्तिको सकुसल बाँच्न पाउने अधिकारलाई यसले हनन् गर्छ कि गर्दैन ? यदि आमा आफ्नो सन्तान जे भएपनि जन्माउन चाहन्छिन भने अरूले जर्वजस्ती गर्भपतन गराउन सक्छन् कि सक्दैनन् ? यसले आमाको आत्म निर्णयको अधिकारमाथि कस्तो असर पुऱ्याउदछ ? यी यस सम्बन्धका जटिल प्रश्नहरू हुन् । यसले व्यक्तिको जीवनको अधिकार, गोपनीयताको अधिकार, शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थको अधिकार, आमाको स्वास्थ जीवन, आत्म निर्णयको अधिकारको उल्लंघन गरेको हुन्छ । जन्मनु अगावै लिङ्ग निर्धारण निश्चित गर्ने कार्यले गैह्र कानूनी गर्भपतनलाई सहयोग पुऱ्याइरहेको हुन्छ । यसले जन्मिने बच्चा र आमा दुवैको विविध अधिकारहरूको हनन् गर्दछ ।

अप्राकृतिक गर्भधारण

कुनै कारणबाट सन्तान जन्माउन असफल आमा बाबुले अप्राकृतिक तरिकाबाट गर्भधारण गरी सन्तान जन्माउन सक्दछन् । बाबु वीर्यदान गर्न असमर्थ भए अन्य पुरुषको वीर्य कुनै प्रक्रियाबाट आमाको गर्भमा राखि गर्भधारण गर्न सकिन्छ वा बाबुकै वीर्य कुनै प्रक्रियाबाट निकालेर गर्भधारण गराउन सकिन्छ । अन्य पुरुषको वीर्यबाट गरिने गर्भधारणले भने निक्कै अप्ठयारो परिस्थितिको सिर्जना गराउन सक्दछ, जुन मानव अधिकारका दृष्टिले व्यक्तिको जीवन र स्वास्थ्यको अधिकार र मर्यादित जीवन बाँच्न पाउने अधिकार आदिमाथि गम्भीर असर पुऱ्याउदछ । यसको कारण आमाले मानसिक तनाव व्यहोर्नँ पर्ने हुन सक्दछ । बाबुले आफूलाई जहिले पराई ठान्न सक्दछ जसको कारण पारिवारिक मिलन, परिवारको जिम्मेवारी र हेरचाहमा कमि आउन सक्दछ र यसको प्रत्यक्ष प्रभाव महिलाले नै व्यर्होनु पर्दछ ।

६.४.२ वातावरणीय असरहरू

आधुनिक विज्ञान र प्रविधिको कारण वातावरणीय क्षेत्रमा विकराल परिस्थिति जन्माएको छ । वायु प्रदुषण, पानी प्रदुषणले स्वस्थ मानवीय जीवन जिउन असाध्यै कष्टकर भएको छ । वातावरणीय ह्रासको कारण जलवायु परिवर्तन र मरुभूमीकरण बढ्दो अवस्थामा छ । यसको सबैभन्दा बढि मार महिलाहरूले व्यहोर्नँ परेको छ । यसले एकातिर मानिसको प्राकृतिक वातावरणमा जिउन पाउने अधिकारको उल्लंघन भएको छ भने पानी र प्राकृतिक सम्पदाको निर्वाध र पूर्ण उपभोग गर्न पाउने आधारभूत अधिकारमाथि गम्भीर असर पुऱ्याएको छ । सम्पूर्ण मानव अधिकारको निर्वाध उपभोग गर्न स्वच्छ वातावरण पहिलो र प्राथमिक शर्त हो जसको अभावमा स्वतन्त्रता, समानता र जीवनको अधिकार, शिक्षा र स्वास्थको अधिकार सबैभन्दा बढि प्रभावित हुन्छन् । वातावरणीय ह्रासको कारण देखिएका असर हरूले महिलाहरूलाई घरेलु जिम्मेवारीमा बढि बोझ दिएको छ । यसको अप्रत्यक्ष असर उनीहरूको शिक्षा, रोजगारी, स्वास्थ्य र मर्यादित जीवन ज्यून पाउने अधिकारमा समेत परिरहेको हुन्छ ।

६.४.३ सामाजिक जीवनमा परेका असरहरू

विज्ञान र प्रविधिको कारण सूचना तथा संचारमा आएको व्यापक परिवर्तन र विकासको कारणले मानव अधिकार को क्षेत्रमा बढि नै प्रभाव पारेको छ । यसले बढि नै प्रभाव पारेको क्षेत्र गोपनीयताको अधिकारको क्षेत्र नै हो । सूचना भनेको शक्ति हो जसले व्यक्तिका अन्य कैयौं अधिकारहरूको स्वतन्त्र उपभोगमा विभिन्न समस्याहरू उल्झाउन सक्दछन् । समाजमा मर्यादित जीवन जिउन पाउनु, अवसरहरूको समान पहुँच हुनु, अरू सरह स्वतन्त्र र समानतापूर्वक जीवन बाँच्न पाउनु व्यक्तिका लागि मानव अधिकारका आधारभूत शर्तहरू हुन् । स्वास्थको गोपनीयता भङ्ग भएमा,

रोजगारीको समान अवसरहरूबाट वञ्चित हुन सक्दछ, विमा सम्बन्धी समस्या आउन सक्दछ र शिक्षाको पहुँचबाट वञ्चित हुन सक्दछ । विज्ञान र सीपको विकासले उपभोक्ताहरूको अधिकारमा समेत समस्या देखा परेका छन् । विज्ञापनको होडबाजीले अन्यौलता थपेको छ र लैङ्गिक रूपमा महिलाहरूलाई अनावश्यक रूपमा प्रयोग गरिएको छ । यसले महिलाहरू माथिको हिंसा, नैतिक चरित्र र उनीहरूको स्वतन्त्रतामा समेत असर पुऱ्याएको छ ।

विद्युतीय माध्यम प्रयोग गरेर महिलाविरुद्ध हुने दुर्व्यवहार नियन्त्रण सम्बन्धी व्यवस्था

ईमेल, इन्टरनेटलगायतका विद्युतीय माध्यमको प्रयोग गरेर महिलाविरुद्ध हिंसा गर्ने क्रम बढ्दो छ । त्यसलाई नियन्त्रण गर्न विद्युतीय (इलेक्ट्रोनिक) कारोबार ऐन, २०६३ मा संशोधन गरी केही महत्त्वपूर्ण व्यवस्था गरिएको छ । ऐनको दफा ४७ को उपदफा (१) मा विद्युतीय माध्यमप्रयोग गरेर "महिलालाई जिस्क्याउने, हैरानी गर्ने, अपमान गर्ने वा यस्तै अन्य कुनै किसिमको अमर्यादित कार्य"लाई दण्डनीय बनाइएको छ । साथै दफा ५८ (क) विद्युतीय कसुरबाट पीडित व्यक्तिलाई हुन गएको हानी-नोक्सानी विचार गरी कसुरदारबाट पीडितलाई मनासिव क्षतिपूर्ति भराई दिने व्यवस्था पनि गरिएको छ ।

६.४.४ इन्टरनेटका कारण महिला माथिको हिंसामा वृद्धि

आजको युग विज्ञान र प्रविधिको युग हो ।वैज्ञानिक ज्ञान र सीपको विकासले नछोएको कुनै पनि क्षेत्र छैन । मानव अधिकारको क्षेत्रमा समेत विज्ञान र प्रविधिको सशक्त दबदबा छ तर यसबाट सिर्जित भएका समस्या र चुनौतीहरूलाई महिलाहरूले नै बढि व्यहोर्नं परेको छर यसका असरहरू पनि उनीहरू कै जीवनमा बढि देखिएका छन् । समाजको वर्तमान शक्ति संरचनामा महिलाहरू पछि परेकै कारणबाट विज्ञान र प्रविधिको ज्ञान र सीपको उपभोगमा समेत पछाडि परेका छन् । आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक र राजनीतिक दृष्टिकोणका कारण लैङ्गिक मूल्यहरूलाई महत्त्व नदिएकै कारण पनि महिलाहरू विज्ञान र प्रविधिको उपभोग, ज्ञान र सीपको आर्जनमा ठगिएका छन् तर यसका नकारात्मक असरहरूलाई उनीहरूले नै व्यहोर्नं परेको छ । तसर्थ विज्ञान र प्रविधिको विकास वरदान मात्र सावित भएको छैन बरु यसले थुप्रै नकरात्मक समस्या र जटिलताहरू समेत थपेको छ, जुन महिलाहरूको जीवनमा बढि असरदायक देखिएका छन् ।

६.५ कानूनी व्यवस्था

कम्प्युटर, इन्टरनेट लगायतका विद्युतीय सञ्चार माध्यमहरूमा प्रचलित कानूनले प्रकाशन तथा प्रर्दशन गर्न नहुने भनी रोक लगाएका सामग्रीहरू वा सार्वजनिक नैतिकता, शिष्टाचार विरुद्धका सामग्री वा कसैप्रति घृणा वा द्वेष फैलाउने वा विभिन्न जात जाति र सम्प्रदायबीचको सुमधुर सम्बन्धलाई खलल पार्ने किसिमका सामग्रीहरू प्रकाशन वा प्रदर्शन गर्ने, महिलालाई जिस्क्याउने, हैरानी गर्ने, अपमान गर्ने वा यस्तै अन्य कुनै) किसिमको अमर्यादित कार्य गर्ने वा गर्न लगाउने व्यक्तिलाई एक लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना वा पाँच वर्षसम्म कैद वा दुवै सजाय हुन्छ । त्यसै गरी कुनै व्यक्तिले उपदफा (१) बमोजिमको कसूर पटक-पटक गरेमा त्यस्तो कसूर वापत अघिल्लो पटक भएको सजायको डेढी सजाय हुनेछ ।

सहजकर्तालाई सुझाव

सहजकर्ताले ईन्टरनेटको बढ्दो प्रयोगको कारण महिला हिंसामा भएका बृद्धि, गोपनियतामा आएको चुनौति, कुनै एक महिलाको फोटोमा अरूकै टाउँको वा शरीर जोडेर सामाजिक संजालहरूमा गरिने पोष्ट जस्ता हिंसाका समाचार, घटनाहरूलाई सहभागीहरू आफैलाई गृहकार्यको रूपमा तथ्यहरू संकलन गर्न लगाएर छलफल पनि गर्न सक्छन् ।

६.६ कार्ययोजना निर्माण

कार्ययोजना एउटा यस्तो विस्तृत खाका हो, जसमा विभिन्न क्रियाकलाप र सो अन्तर्गतका उप-क्रियाकलाप, सो सञ्चालन गर्न लाग्ने समयावधि, सञ्चालन गर्ने व्यक्तिहरू, सञ्चालन गर्ने स्थान र तरिका आदि बारे स्पष्ट रूपमा देखाइएको हुन्छ ।

याद राख्नुपर्ने कुराहरू

- समस्या स्पष्ट किटान भएपछि मात्र कार्ययोजना तयार गर्ने ।
- कार्ययोजना व्यवहारिक, उपयोगी र प्राप्य हुनु पर्दछ (SMART)।
- कार्ययोजना कस्तो बनाउने हो ? (मन्त्रालयको, विभागको, वा GFP/Planning officer को वा अन्य) स्पष्ट हुनु पर्दछ ।
- कार्यक्रमको हरेक गतिविधिहरू कुन महिनामा गर्ने हो सो स्पष्ट हुन पर्दछ ।
- सकभर सबै क्रियाकलाप आफैले वा समूहले सञ्चालन गर्न सक्ने खालको हुनु पर्दछ ।

६.६.१ कार्ययोजनाको ढाँचा

समूहको वा संस्थाकोनाम..

कार्ययोजना तयार गर्ने पदाधिकारी, सहभागी :

कार्ययोजना तयार गरेको मिति :

क्र.सं.	क्रियाकलापहरू	कहिले	लक्षित समूह	स्थान	जिम्मवारी	अनुमानितलागत	लगानीको स्रोत	कैफियत

६.६.२ समन्वय

औपचारिक वा अनौपचारिक रूपमा आफ्नो उद्देश्यसँग मेल खाने क्षेत्रमा काम गरिरहेको व्यक्ति वा संगठनसँग समान उपलब्धीको लागि आपसी सहयोगको बाटो पहिल्याउन राखिने सम्बन्ध नै समन्वय हो ।

क) स्थानीय स्तरमा समन्वय गर्नुपर्ने निकायहरू

विषय	निकाय
अधिकारको सचेतना	• जन प्रतिनिधी • विद्यालय • स्थानीय संघ/संस्थाहरू तथा निकायहरू • राजनीतिक दल • बालकल्याण समिति • बालक्लवहरू
रोकथाम	• प्रहरी तथा जिल्ला प्रशासन कार्यालय • विद्यालय • स्थानीय तह • बालकल्याण समिति • हटलाईन सेवा
न्यायमापहुँच	• वर्तमान समयमा स्थानीय निकाय • न्यायिक समिति • कानूनी सहायता समिति • नि:शुल्क कानूनी सेवादिने कानून व्यवसायी • नि:शुल्क कानूनी सेवा दिने संस्था • अदालत (वैतनिक वकिल) • प्रहरी • महिला बालबालिका सेल • निगरानी समूह • जिल्ला प्रशासन कार्यालय
असर पर्ने व्यक्तिलाई सहयोग प्रणालीको समन्वय	• स्थानीय तह • स्वास्थ्यकर्मी संस्था • मानसिक परामर्शदाता/परामर्श दिने संस्था • सेवा केन्द्र • पुर्नस्थापना केन्द्र • आयआर्जन सम्बन्धी कार्यक्रम • बालमन्दिर संगठन • बालग्राम • स्थानीय बार एशोसियसनको इकाइ • स्थानीय संस्था

समन्वय गर्दा विचार गर्नुपर्ने कुराहरू

- आफ्नो लक्ष्य र उद्देश्यमा स्पष्टता हुनु पर्ने,
- भेट्नु अघि छलफलको लागि के कुरा गर्ने आवश्यक तयारी हुनुपर्ने,
- भेटघाटको दौरान विषयवस्तुमा केन्द्रित हुने ।
- आफ्नो शारीरिक हाउभाउ र भाषिक प्रस्तुती प्रभावपूर्ण हुनुपर्ने ।
- आफ्नो कुराहरू राख्दा अरूले बोलेको कुरालाई पनि सम्मान प्रकट गर्नुपर्ने ।
- अर्को पक्षबाट राखिएका कुरालाई ध्यानपूर्वक सुन्नुपर्ने ।
- नियमित भेटघाट हुनुपर्ने ।
- आफू बीच कुनै समस्या देखिएमा बाहिर कुरा राख्नु भन्दा आपसमा बसी सुल्झाउने प्रयास गर्नुपर्ने ।
- समन्वयलाई दीर्घकालीन रूपमा स्थायित्व दिनेतर्फ प्रयास गर्नुपर्ने ।
- समन्वय स्थापनाको क्रममा भएगरेका कुराहरूको गोप्यता राख्नु पर्ने ।

६.७ समापन सत्र

यस सत्रमा सहभागीहरूलाई उनीहरूको तालिमको अनुभव आदानप्रदान गर्ने वातावरण तयार गर्नु पर्छ। सहजकर्ताले सहभागीहरूसँग सामान्य प्रश्नहरूबाट शुरु गरी पाँच दिनको सिकाईलाई कार्यालयसँग, कामसँग, क्षमतासँग कसरी जोडने लगायतका प्रश्नहरू सोध्ने तर सहजकर्ताले गहिरोसँग मनन् गर्नु पर्ने कुरा के हो भने यसले उनीहरूलाई हतोत्साहीत गर्ने, अपमान गर्ने वा उत्तर दिन मन नलागेका कुराहरू भने सोध्न हुदैन । यसको साथै समयको पनि ख्याल गर्न आवश्यक हुन्छ। समापनमा सहभागी र आयोजकहरू मिलेर विशिष्ट पाहुँनाहरु उपलब्ध भएमा ५ दिनको सिकाइ बाड्ने प्रतिबद्धता गराउने र प्रमाणपत्र वितरण गर्ने कार्यक्रम समेत गर्न सकिन्छ ।

तालिमको समष्टिगत मूल्याङ्कन

प्रश्न १: तालिम पश्चात तपाईं निम्न विषयहरूमा कतिको प्रष्ट हुनुभयो ? उपयुक्त मापकमा चिन्ह (√) लगाउनुहोस् ।

क्र.सं.	शीर्षक	धेरै प्रष्ट	प्रष्ट	ठिकै	स्पष्ट भएन
१.	लिङ्ग र लैङ्गिकता: अवधारणा र आधारभूत भिन्नताहरू				
२.	लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा				
३.	घरेलु हिंसा र यस सम्बन्धी कानूनी व्यवस्थाहरू				
४.	यौनजन्य दुर्व्यवहार: विद्यमान कथन तथा तिनका प्रतिवादका तर्कहरू				
५.	लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा सम्बन्धी कानूनी व्यवस्थाहरू				
६.	नेतृत्व विकास र महिला सशक्तिकरण				
७.	कार्यस्थलमा हुने यौनजन्य दुर्व्यवहार र लैङ्गिक मैत्री कार्य वातावरण				

प्रश्न २ : तपाईंलाई यो तालिम कस्तो लाग्यो ? उपयुक्त मापकमा (√) चिन्ह लगाउनुहोस् ।

क्र.सं.	विवरण	अति राम्रो	राम्रो	ठिकै	कमजोर
१.	तालिमको व्यवस्थापन (पानी, खाजा, चिया, सेवा, बसाई, कोठा, प्रकाश आदि)				
२.	तालिमको स्थान				
३.	तालिमको समयावधि				
४.	तालिममा प्रयोग भएका सामग्रीहरू				
५.	सहजकर्ताहरू				

प्रश्न ३: आगामी गोष्ठी/तालिमलाई अझ प्रभावकारी बनाउन तपाईं कस्तो सुझाव दिनुहुन्छ ?
(छोटकरीमा बुदाँगत रूपमा लेख्नुहोस्)

...........तपाईंको अमूल्य समय दिएर फारम भरिदिनु भएकोमा धेरै धन्यवाद । ......

परिशिष्ट "क"

वर्तमान समयमा नेपालमा बालबालिका सम्बन्धीका कानूनी प्रयास र प्रावधानहरू के-कस्ता रहेका छन् ?

१ नेपालमा बालबालिका सम्बन्धी संवैधानिक र कानूनी व्यवस्था

नेपालको पहिलो मुलुकी ऐन, वि.सं. १९१०, मुलुकी ऐन २०२० र नेपाल अधिराज्यको संविधान, २०४७मा बालबालिकाको हित र संरक्षणका केही विषयहरू समावेश भएको पाइन्छ । संयुक्त राष्ट्र संघीय बाल अधिकार सम्बन्धी महासन्धि, १९८९ लाई सन् १९९० को १४ सेप्टेम्बरमा (भदौ २९, २०४७) अनुमोदन गरेपछि महासन्धिले प्रत्याभूत गरेका प्रावधानहरू अनुरुप बालबालिकाको हकअधिकार सम्बन्धी विषयबस्तु सहित समावेश गरी बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०४८ कार्यान्वयनमा ल्याइएको थियो । नेपाल अधिराज्यको संविधान, २०४७ र नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा बालबालिकाको हकअधिकार सम्बन्धी विषयवस्तुका प्रावधानहरू समावेश गरिएका थिए ।

नेपालको संविधान (२०७२) को राज्यका निर्देशक सिद्धान्त, नीति तथा दायित्व अन्तर्गत बालबालिकाको सर्वोत्तम हितलाई प्राथमिक रुपमा ध्यान दिने भन्ने उल्लेख समेत संविधानको धारा ३९ मा बालबालिकाको आधारभूत अधिकार तथा संरक्षणका विषयहरू समेटिएका छन् । मुलुकी देवानी (संहिता) ऐन, २०७४ र मुलुकी अपराध (संहिता) ऐन, २०७४ मा बालबालिकाका विषयहरू समावेश गरिएका छन् । २०७५ साल असोज ३ गतेदेखि बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०४८ खारेज गरी बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५ लागू भएको छ ।

२ नेपालको संविधानमा बालबालिका सम्बन्धी व्यवस्था

नेपाल अधिराज्यको संविधान, २०४७ को मौलिक हक अन्तर्गत बालबालिकाको संरक्षण वा विकासको लागि कानूनद्वारा विशेष व्यवस्था गर्न सकिने, प्रत्येक समुदायले बालबालिकालाई प्राथमिक तहसम्म आफ्नो मातृभाषामा शिक्षा दिने गरी विद्यालय सञ्चालन गर्न पाउने, नाबालकलाई कुनै कलकारखाना, खानी वा यस्तै अन्य कुनै जोखिमपूर्ण काममा लगाउन नपाइने प्रावधान रहेका थिए । यसैगरी राज्यले बालबालिकाको शोषण हुन नदिई उनीहरूको हक र हितको रक्षा गर्न आवश्यक व्यवस्था गर्ने र निःशुल्क शिक्षा प्रदान गर्ने व्यवस्था क्रमशः गर्दै जाने लगायत राज्यले अनाथ बालबालिका, असहाय महिला, बृद्ध, अपाङ्गता भएका र अशक्तहरूको संरक्षण र उन्नतिका लागि शिक्षा, स्वास्थ्य र सामाजिक सुरक्षाको विशेष व्यवस्था गर्ने नीति अवलम्बन गर्ने नीतिगत प्रावधान रहेका थिए ।

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा २२ मा बालबालिकाको हक अन्तर्गत प्रत्येक बालबालिकालाई लालनपालन, आधारभूत स्वास्थ्य र सामाजिक सुरक्षा प्राप्त गर्ने हक हुने, प्रत्येक बालबालिकालाई शारीरिक, मानसिक वा अन्य कुनै पनि किसिमको शोषण विरुद्धको हक हुने, कुनै पनि नाबालकलाई कुनै कलकारखाना, खानी वा यस्तै अन्य कुनै जोखिमपूर्ण काममा लगाउन वा सेना, प्रहरी वा द्वन्द्वमा प्रयोग गर्न नपाइने जस्ता प्रावधानहरू रहेका थिए ।

२.१ नेपालको संविधान, २०७२

नेपालको संविधान (२०७२) को धारा ३९ अन्तर्गत बालबालिकाको हक शीर्षकमा १० वटा उपधारामा बालबालिकाको विकास, संरक्षण, सहभागिता लगायतको हकको प्रत्याभूति गरिएको छ । नेपालको संविधानमा राज्यको निर्देशक सिद्धान्त, नीति तथा दायित्व अन्तर्गत बुँदा (ञ) को सामाजिक न्याय र समावेशीकरण सम्बन्धी नीति अन्तर्गतको उपबुँदा (५) मा बालबालिकाको सर्वोत्तम हितलाई प्राथमिक रुपमा ध्यान दिने भन्ने व्यवस्था उल्लेख भएको छ । यस संविधानमा बाल अधिकारका मूलभूतः सिद्धान्तहरू सहित बाल अधिकारका आधारभूत मान्यताहरूलाई स्पष्ट रुपमा अङ्गीकार गरिएकोले बाल अधिकारको दृष्टिकोणबाट यो संविधान अत्यन्तै प्रगतिशील देखिन्छ ।

धारा ३९: बालबालिकाको हक

१. प्रत्येक बालबालिकालाई आफ्नो पहिचान सहित नामकरण र जन्मदर्ताको हक हुनेछ ।

२. प्रत्येक बालबालिकालाई परिवार तथा राज्यबाट शिक्षा, स्वास्थ्य, पालन पोषण, उचित स्याहार, खेलकुद, मनोरञ्जन तथा सर्वाङ्गीण व्यक्तित्व विकासको हक हुनेछ ।

३. प्रत्येक बालबालिकालाई प्रारम्भिक बाल विकास तथा बाल सहभागिताको हक हुनेछ ।

४. कुनै पनि बालबालिकालाई कलकारखाना, खानी वा यस्तै अन्य जोखिमपूर्ण काममा लगाउन पाइनेछैन ।

५. कुनै पनि बालबालिकालाई बालविवाह, गैरकानूनी ओसारपसार र अपहरण गर्न वा बन्धक राख्न पाइने छैन ।

६. कुनै पनि बालबालिकालाई सेना, प्रहरी वा सशस्त्र समूहमा भर्ना वा प्रयोग गर्न वा सांस्कृतिक वा धार्मिक प्रचलनका नाममा कुनै पनि माध्यम वा प्रकारले दुर्व्यवहार, उपेक्षा वा शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य वा अन्य कुनै प्रकारको शोषण गर्न वा अनुचित प्रयोग गर्न पाइने छैन ।

७. कुनै पनि बालबालिकालाई घर, विद्यालय वा अन्य जुनसुकै स्थान र अवस्थामा शारीरिक, मानसिक वा अन्य कुनै किसिमको यातना दिन पाइनेछैन ।

८. प्रत्येक बालबालिकालाई बाल अनुकूल न्यायको हक हुनेछ ।

९. असहाय, अनाथ, अपाङ्गता भएका, द्वन्द्वपीडित, विस्थापित एवम् जोखिममा रहेका बालबालिकालाई राज्यबाट विशेष संरक्षण र सुविधा पाउने हक हुनेछ ।

१०. उपधारा (४), (५), (६) र (७) विपरीतका कार्य कानून बमोजिम दण्डनीय हुनेछन् र त्यस्तो कार्यबाट पीडित बालबालिकालाई पीडकबाट कानून बमोजिम क्षतिपूर्ति पाउने हक हुनेछ। यस अतिरिक्त अन्य ११ वटा धाराहरू प्रत्यक्ष वा परोक्ष रुपमा बालबालिकाको विकास र संरक्षणसंग सम्बन्धित छन्। संविधानको भाग-२ मा नागरिकता शीर्षक अन्तर्गत

धारा ११(४) मा नेपालको नागरिक ठहर्ने उपशीर्षकमा “नेपालभित्र फेला परेको पितृत्व र मातृत्वको ठेगान नभएको प्रत्येक नाबालक निजको बाबु वा आमा फेला नपरेसम्म वंशजको आधारमा नेपालको नागरिक ठहर्नेछ” भन्ने उल्लेख भएको छ।

धारा १८ मा समानताको हक अन्तर्गत रहेका देहायका उपधाराहरू पनि बालबालिकासंग सम्बन्धित छन् :

१. सबै नागरिक कानूनको दृष्टिमा समान हुनेछन् । कसैलाई पनि कानूनको समान संरक्षणबाट वञ्चित गरिनेछैन ।

२. सामान्य कानूनको प्रयोगमा उत्पत्ति, धर्म, वर्ण, जात, जाति, लिंग, शारीरिक अवस्था, अपाङ्गता, स्वास्थ्य स्थिति, वैवाहिक स्थिति, गर्भावस्था, आर्थिक अवस्था, भाषा वा क्षेत्र, वैचारिक आस्था वा यस्तै अन्य कुनै आधारमा भेदभाव गरिनेछैन ।

धारा २९ मा व्यवस्था गरिएको शोषण विरुद्धको हक अन्तर्गत देहायका उपधाराहरूले पनि बालबालिकालाई समेट्दछ :

१. प्रत्येक व्यक्तिलाई शोषण विरुद्धको हक हुनेछ ।

२. धर्म, प्रथा, परम्परा, संस्कार, प्रचलन वा अन्य कुनै आधारमा कुनै पनि व्यक्तिलाई कुनै किसिमले शोषण गर्न पाइनेछैन ।

३. कसैलाई पनि बेचबिखन गर्न, दास वा बाँधा बनाउन पाइनेछैन ।

४. कसैलाई पनि निजको इच्छाविरुद्ध काममा लगाउन पाइनेछैन ।

उपधारा (३) र (४) विपरीतको कार्य कानून बमोजिम दण्डनीय हुनेछ र पीडितलाई पीडकबाट कानून बमोजिम क्षतिपूर्ति पाउने हक हुनेछ ।

धारा ३१ मा शिक्षा सम्बन्धी हक अन्तर्गत देहाय बमोजिमका उपधाराहरू बालबालिकासंग सम्बन्धित छन् :

१. प्रत्येक नागरिकलाई आधारभूत शिक्षामा पहुँचको हक हुनेछ ।

२. प्रत्येक नागरिकलाई राज्यबाट आधारभूत तहसम्मको शिक्षा अनिवार्य र निःशुल्क तथा माध्यमिक तहसम्मको शिक्षा निःशुल्क पाउने हक हुनेछ ।

३. अपाङ्गता भएका र आर्थिक रूपले विपन्न नागरिकलाई कानून बमोजिम निःशुल्क उच्च शिक्षा पाउने हक हुनेछ ।

४. दृष्टिविहीन नागरिकलाई ब्रेललिपि तथा बहिरा र स्वर वा बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका नागरिकलाई साङ्केतिक भाषाको माध्यमबाट कानून बमोजिम निःशुल्क शिक्षा पाउने हक हुनेछ ।

५. नेपालमा बसोबास गर्ने प्रत्येक नेपाली समुदायलाई कानून बमोजिम आफ्नो मातृभाषामा शिक्षा पाउने र त्यसका लागि विद्यालय तथा शैक्षिक संस्था खोल्ने र सञ्चालन गर्ने हक हुनेछ ।

धारा ३५ मा स्वास्थ्य सम्बन्धी हक अन्तर्गत देहाय बमोजिमका व्यवस्था गरिएको छ-

१. प्रत्येक नागरिकलाई राज्यबाट आधारभूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क प्राप्त गर्ने हक हुनेछ र कसैलाई पनि आकस्मिक स्वास्थ्य सेवाबाट वञ्चित गरिनेछैन ।

२. प्रत्येक व्यक्तिलाई आफ्नो स्वास्थ्य उपचारको सम्बन्धमा जानकारी पाउने हक हुनेछ ।

३. प्रत्येक नागरिकलाई स्वास्थ्य सेवामा समान पहुँचको हक हुनेछ ।

४. प्रत्येक नागरिकलाई स्वच्छ खानेपानी तथा सरसफाइमा पहुँचको हक हुनेछ ।

संविधानको भाग-४ मा राज्यका निर्देशक सिद्धान्त, नीति तथा दायित्व अन्तर्गत धारा ५१ मा राज्यका नीतिहरू उल्लेख गरिएको छ । तीमध्ये देहायका नीतिहरू बालबालिकासंग समेत सम्बन्धित देखिन्छन् : (झ) श्रम र रोजगार सम्बन्धी नीति : (३) बालश्रम लगायत श्रमशोषणका सबै रुपको अन्त्य गर्ने ।

(ञ) सामाजिक न्याय र समावेशीकरण सम्बन्धी नीति : (४) बालबच्चाको पालन पोषण, परिवारको हेरचाहजस्ता काम र योगदानलाई आर्थिक रूपमा मूल्याङ्कन गर्ने । (५) बालबालिकाको सर्वोत्तम हितलाई प्राथमिक रूपमा ध्यान दिने ।

२.२ बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५

बालबालिका सम्बन्धी कानूनलाई संशोधन र एकीकरण गर्न बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५ जारी भएको छ । नेपालको संविधानले बालबालिकाको हकलाई मौलिक हकको रूपमा स्थापित गरिसकेपछि मौलिक हकको कार्यान्वयन तथा नेपालले बाल अधिकार सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा दर्शाएको प्रतिबद्धतालाई कार्यान्वयन गर्न बालबालिका सम्बन्धी ऐन २०४८ मा समय सापेक्षिक सुधार गरी बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५ जारी गरिएको हो । यस ऐनमा संयुक्त राष्ट्रसंघको बाल अधिकार सम्बन्धी महासन्धि, १९८९ को मूलभूत सिद्धान्त र विषयगत चार आयामहरू (बचावट, संरक्षण, विकास र सहभागिता) समेटिएका छन् ।

यस ऐनको परिच्छेद २ मा बाल अधिकार अन्तर्गत दफा ३ मा बाँच्न पाउने अधिकार, दफा ४ मा नाम, राष्ट्रियता र पहिचानको अधिकार, दफा ५ भेदभाव विरुद्धको अधिकार, दफा ६ बाबु आमासँग बस्ने र भेटघाट गर्ने अधिकार, दफा ७ मा संरक्षणको अधिकार, दफा ८ मा सहभागिताको अधिकार, दफा ९ मा अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता र सूचनाको अधिकार, दफा १० मा संस्था खोल्ने र शान्तिपूर्वक भेला हुने अधिकार, दफा ११ मा गोपनीयताको अधिकार, दफा १२ मा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको विशेष अधिकार, दफा १३ मा पोषण तथा स्वास्थ्यको अधिकार, दफा १४ मा खेलकुद, मनोरञ्जन तथा साँस्कृतिक अधिकार र दफा १५ मा शिक्षाको अधिकारका प्रावधानहरू समावेश गरिएका छन् ।

यसैगरी यस ऐनको परिच्छेद ३ मा बालबालिका प्रतिको दायित्व अन्तर्गत दफा १६ मा बालबालिकाको सर्वोत्तम हितलाई प्राथमिकता दिनुपर्ने, दफा १७ मा परिवार वा संरक्षकको दायित्व, दफा १८ मा राज्यको दायित्व र दफा १९ मा सञ्चार क्षेत्रको दायित्व सम्बन्धी प्रावधानहरू समावेश गरिएका छन् (विस्तृत अनुसूची १ मा दिइएको छ)। परिच्छेद ४ मा बाल न्याय अन्तर्गतका विभिन्न प्रावधानहरू राखिएका छन्। परिच्छेद ५ मा बालबालिकाको विशेष संरक्षण र पुनर्स्थापना अन्तर्गत दफा ४८ मा विशेष संरक्षणको आवश्यकता भएका बालबालिकाको समूह, दफा ४९ मा बैकल्पिक हेरचाहको व्यवस्था, दफा ५० मा बालबालिकाको संरक्षण, दफा ५१ मा संरक्षकको नियुक्त गर्ने वा तोक्ने, दफा ५२ मा बालगृहको स्थापना तथा सञ्चालन लगायत दफा ५७ मा बाल संरक्षण सम्बन्धी मापदण्डका विषयहरू समावेश भएका छन्।

यसैगरी परिच्छेद ६ मा बाल अधिकार तथा बाल कल्याण सम्बन्धी संस्थागत व्यवस्था अन्तर्गत दफा ५९ मा राष्ट्रिय बाल अधिकार परिषद्, दफा ६० मा प्रदेश र स्थानीय तहको बाल अधिकार समिति, दफा ६१ मा बाल कल्याण अधिकारी, दफा ६२ मा समाजसेवी तथा बाल मनोविज्ञ लगायत दफा ६३ मा बाल कोषको विषयका प्रावधानहरू रहेका छन्। ऐनको परिच्छेद ७मा बालबालिकाको अधिकार तथा निजप्रतिको दायित्वको संरक्षण र प्रचलन सम्बन्धी प्रावधानहरू उल्लेख गरिएका छन् यस अतिरिक्त परिच्छेद ८ मा बालबालिका विरुद्धको कसूर, परिच्छेद ९ मा सजाय, क्षतिपुर्ति तथा मुद्दा हेर्ने अधिकारीको विषयहरू रहेका छन्। साथै, परिच्छेद १० मा विविध अन्तर्गत दफा ७७ मा बालबालिकाको कर्तव्य अन्तर्गत बाबु, आमा, संरक्षक, परिवारका अन्य सदस्य, शिक्षक तथा समाजसेवीले बालबालिकाको सर्वोत्तम हितलाई विचार गरी दिएको सल्लाह, सुझाव, मार्गदर्शन र निर्देशन पालना गर्नु सबैलाई सम्मान र आदर गर्नु प्रत्येक बालबालिकाको कर्तव्य हुने भन्ने उल्लेख भएको छ (बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५)। २०७५ आश्विन २ गते प्रमाणीकरण गरिएका केही कानूनहरूमा बालबालिकासंग सम्बन्धित व्यवस्थाहरू अनुसूची १मा दिइएको छ।

२.३ स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४

नेपालको संविधान बमोजिम स्थानीय तहको अधिकार सम्बन्धी व्यवस्था कार्यान्वयन गर्न तथा संघ, प्रदेश र स्थानीय तहबीचको सहकारिता, सह-अस्तित्व र समन्वयलाई प्रवर्द्धन गर्दै जनसहभागिता, उत्तरदायित्व, पारदर्शिता सुनिश्चित गरी सुलभ र गुणस्तरीय सेवा प्रवाह गर्न ... लगायत स्थानीय तहमा विधायिकी, कार्यकारिणी र न्यायिक अभ्यासलाई संस्थागत गर्न "स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४" तर्जुमा गरिएको छ। यस ऐनले बालबालिकाकालागि आधारभूत तथा माध्यमिक शिक्षा, आधारभूत स्वास्थ्य र सरसफाई लगायत बाल संरक्षणसंग सम्बन्धित विविध विषयगत पक्षहरूमा स्थानीय सरकारका अङ्गहरूले गर्नुपर्ने कार्यहरूलाई समावेश गरेको छ।

२.४ बालअधिकार सम्बन्धी महासन्धि अन्तर्गतका इच्छाधिन आलेखहरू र नेपालको प्रतिवेदन

संयुक्त राष्ट्रसंघको बाल अधिकार सम्बन्धी महासन्धि, १९८९ अन्तर्गत देहायका तीनवटा इच्छाधिन आलेखहरू पनि जारी भएका छन् :

१) सशस्त्र संघर्षमा बालबालिकाको संलग्नता सम्बन्धी इच्छाधिन आलेख, २०००

२) बालबालिकाको बेचबिखन, यौनशोषण र अश्लील चित्रण सम्बन्धी इच्छाधिन आलेख, २०००

३) बाल अधिकार हनन्को उजुरीबारे सञ्चार कार्यविधि सम्बन्धी इच्छाधिन आलेख, २०११

उपर्युक्त इच्छाधिन आलेखहरूमध्ये नेपालबाट "बाल अधिकार हनन्को उजुरीबारे सञ्चार कार्यविधि सम्बन्धी इच्छाधिन आलेख, २०११" लाई अनुमोदन गर्न बाँकी छ। नेपालले अनुमोदन गरेको अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धि र सो अन्तर्गतका इच्छाधिन आलेखहरूका प्रावधानहरूको परिपालना गर्नु राज्यका सबै अङ्गहरूको दायित्व हुन्छ।

३ बालबालिका सम्बन्धी योजना, नीति, कार्यक्रम तथा संरचनागत व्यवस्था

३.१ योजना तथा कार्ययोजना

नेपाल सरकारले संयुक्त राष्ट्रसंघको बाल अधिकार सम्बन्धी महासन्धि, १९८९ लाई अनुमोदन गरेपछि आठौं योजना देखि बालबालिकाको विषयलाई प्राथमिकताका साथ समावेश गर्दै आएको छ। चौधौं योजना (२०७४-०७५/७६) मा बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको हक अधिकारको संरक्षण गर्दै उनीहरूलाई सक्षम र योग्य नागरिक बन्ने वातावरण निर्माण गर्ने सोच र बालबालिका विरूद्ध हुने सबै प्रकारका शारीरिक तथा मानसिक हिंसा, क्षति वा दुर्व्यवहारबाट बालबालिका र किशोरकिशोरीलाई संरक्षण गर्ने लक्ष्य लिएको छ। यो आर्थिक वर्ष यस योजनाको अन्तिम वर्ष हो। यस योजनाले लिएका उद्देश्यहरूमा - १) बालबालिका र किशोरकिशोरीको समग्र अधिकारको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्नु, र २) बालबालिका र किशोरकिशोरीउपर हुने सबै प्रकारका भेदभाव, शोषण, हिंसा, उपेक्षा र दुर्व्यवहारको अन्त्य गर्नु रहेका छन्। यी उद्देश्यहरूको प्राप्तिका लागि देहाय अनुसारका रणनीतिहरू र कार्यनीतिहरू अवलम्बन गरिएका छन्:-

३.२ रणनीति:

१. बालबालिकालाई गर्भावस्थादेखि नै आवश्यक स्वास्थ्य र पोषण सेवा सुनिश्चित गर्ने।

२. बालबालिका र किशोरकिशोरीको शारीरिक, मानसिक र बौद्धिक विकासमा जोड दिने।

३. बालबालिका र किशोरकिशोरी विरूद्ध हुने सबै प्रकारका हिंसा अन्त्यका लागि निरोधात्मक, उपचारात्मक र प्रवर्द्धनात्मक उपाय अवलम्बन गर्ने।

४. सबै प्रकारका बालश्रम न्यूनीकरण तथा निषेध गर्ने।

५. सडक बालबालिकाको उद्धार, संरक्षण, नियन्त्रण गर्ने।

३.३ बालबालिका प्रत्यक्ष लाभान्वित हुने केही प्रमुख कार्यक्रम तथा सेवासुविधाहरू

सरकारी स्तरबाट बालबालिकाका लागि निःशुल्क विद्यालय शिक्षा, निःशुल्क पाठ्यपुस्तक लगायत गरीब, दलित, सीमान्तकृत, अपाङ्गता, मुक्त कमलरी, द्वन्द्व प्रभावित जस्ता बालबालिकाका लागि आवासीय र गैरआवासीय गरी दुई थरिका छात्रबृत्तिका साथै बालिका छात्रबृत्तिको व्यवस्था गरिएको छ। यसबाहेक विभिन्न पटके र विशेष छात्रबृत्तिको समेत व्यवस्था रहेको छ। तोकिएका केही जिल्लाका विद्यालयहरूमा दिवा खाजा कार्यक्रम पनि सञ्चालनमा रहेका छन्।

स्वास्थ्य क्षेत्रमा बालबालिकाका लागि विभिन्न खोप, भिटामिन, पोषणयुक्त खानेकुरा लगायत तोकिएको स्वास्थ्य सेवा र तोकिएको औषधि तथा उपचार सेवा निःशुल्क उपलब्ध हुने गरेको छ। कार्यक्रमको सन्दर्भमा एकीकृत बालस्वास्थ्य एवम् पोषण कार्यक्रम, राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम, समुदायमा आधारित नवजात शिशु तथा बालरोगको एकीकृत व्यवस्थापन कार्यक्रम, सुनौला हजार दिन जस्ता कार्यक्रम सञ्चालनमा रहेका छन्।यस अतिरिक्त जोखिममा रहेका र विपद्मा नेपालमा बालबालिकाको स्थिति,२०७५ ढ परेका बालबालिकाका लागि सहयोग लगायत बालविवाह, बाल यौनशोषण, श्रमशोषण विरुद्धका सचेतना कार्यक्रम समेत सञ्चालनमा रहेका छन्।

गैर सरकारी संस्था लगायत विभिन्न विकासका साझेदार संस्थाहरूबाट समेत बालबालिका प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष रुपबाट लाभान्वित हुने शिक्षा, स्वास्थ्य लगायत बाल संरक्षण तथा हिंसा एवम् चेतना जागरण र क्षमता अभिबृद्धिका विभिन्न कार्यहरू भइरहेका छन्। विशेष संरक्षणको आवश्यकता भएको केही बालबालिकाका लागि बाल सुधार गृहहरू र बालगृहहरू सञ्चालन भइरहेका छन्। साथै कर्णाली क्षेत्रका सबै र अन्य जिल्लाहरूका दलित बालबालिकाका लागि पोषण अनुदान चलिरहेको छ। सामाजिक सुरक्षा सम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रमहरूबाट पनि बालबालिका लाभान्वित भइरहेका छन्। हालको परिवर्तित संरचना अनुसार स्थानीय सरकारबाट शुरु भएका र शुरु हुन लागिरहेका कार्यक्रमहरूको यकिन जानकारी आउन बाँकी छ। एकादुई स्थानीय तहबाट अनाथ/टुहुरा बालबालिकाका लागि छुट्टै भत्ताको व्यवस्थासमेत गरेको जानकारीमा आएको छ।

परिशिष्ट "ख"

४. बालविवाह सम्बन्धी कानूनी व्यवस्था

४.१ मुलुकी अपराध (संहिता) ऐन २०७४

परिच्छेद- ११

बाल विवाह सम्बन्धी कूसर

१७३. **बाल विवाह गर्न नहुने :** (१) विवाह गर्ने व्यक्तिको उमेर बीस वर्ष नपुगी कसैले विवाह गर्न वा गराउन हुँदैन ।

(२) उपदफा (१) विपरीत भएको विवाह स्वतः बदर हुनेछ ।

(३) उपदफा (१) बमोजिमको कसूर गर्ने व्यक्तिलाई तीन वर्षसम्म कैद र तीस हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना हुनेछ ।

१७६. हदम्याद : यस परिच्छेद अन्तर्गतको कसूरमा कसूर भए गरेको कुरा थाहा पाएको मितिले तीन महिना नाघेपछि उजुर लाग्ने छैन ।

बालविवाह गर्ने वा गराउने दुवैलाई नेपालको कानूनले कसुरदार मानेको छ । अतः त्यस्तो कसूर गर्ने व्यक्तिलाई तीन वर्षसम्म कैद र तीस हजार रूपैयाँसम्म जरिवाना हुनेछ । आ-आफ्नो इच्छाले वा अरूको करकापले होस्, बालविवाह गर्न पाइँदैन । गरेमा स्वतः बदर हुन्छ । स्वेच्छाले गरे पनि सो विवाह कायम भएको मानिदैन । स्वेच्छाले भनेर विवाह गर्ने बालक बालिकालाई पनि मुद्धा लाग्नसक्छ र सजाँयको भागीदार हुनसक्छ । तर बालबालिकालाई भने संजाय केही कम हुन्छ । दफा १७३ बमोजिम विवाह गर्न पूरा हुनु पर्ने अर्थात २० वर्ष उमेर पूरा नभएको व्यक्तिले दिएको मञ्जुरीलाई विवाह सम्बन्धी कसूरका सम्बन्धमा मञ्जुरी मानिने छैन ।

परिच्छेद- ५

सजाय र अन्तरिम क्षतिपूर्ति सम्बन्धी व्यवस्था

४५. **बालबालिकालाई हुने सजाय : (१)** कानून बमोजिम कसूर ठहरिने कुनै काम गर्ने व्यक्तिको उमेर त्यस्तो काम गर्दाका बखत दश वर्ष पुगेको रहेनछ भने निजलाई कुनै सजाय हुने छैन ।

(२) दश वर्ष वा दश वर्षभन्दा माथि र चौंध वर्षभन्दा कम उमेर भएको व्यक्तिलाई कैदको सजाय गर्दा बढीमा छ महिनासम्म कैदको सजाय गर्न वा कैद नगरी बढीमा एक वर्षसम्म सुधार गृहमा राख्न सकिनेछ ।

(३) चौंध वर्ष वा चौध वर्षभन्दा माथि र सोन्ह वर्षभन्दा कम उमेरको व्यक्तिले कैदको सजाय हुने कुनै कसूर गरेमा निजलाई उमेर पुगेको व्यक्तिलाई कानून बमोजिम हुने सजायको आधा सजाय हुनेछ ।

(४) सोह्र वर्ष वा सोह्र वर्षभन्दा माथि र अठार वर्षभन्दा कम उमेरको व्यक्तिले कैदको सजाय हुने कुनै कसूर गरेमा निजलाई उमेर पुगेको व्यक्तिलाई कानून बमोजिम हुने सजायको दुई तिहाई सजाय हुनेछ ।

४.२ मुलकी फौजदारी कार्यविधि (संहिता) ऐन, २०७४

परिच्छेद - २ कसुरको सुचना तथा अनुसन्धान सम्बन्धी व्यवस्था

४. **कूसरको जाहेरी दरखास्त वा सूचना दिनु पर्ने :** (१) अनुसूची-१ मा उल्लिखित कुनै कसूर भएको, भइरहेको वा हुन लागेको छ भन्ने कुरा थाहा पाउने व्यक्तिले त्यस्तो कसूरका सम्बन्धमा आफूसँग भएको वा आफूले देखे जाने सम्मको सवुद प्रमाण खुलाई त्यस्तो कुराको लिखित जाहेरी दरखास्त वा मौखिक सूचना वा विद्युतीय माध्यमको सूचना अनुसूची-५ बमोजिमको ढाँचामा नजिकको प्रहरी कार्यालयमा यथाशिघ्र दिनु पर्नेछ ।

(४) उपदफा (१), (२) वा (३) मा जुनसुकै कुरा लेखिएको भए तापनि अनुसूची-१ मा उल्लिखित कुनै कसूर भएको कुराको सूचना वा जानकारी प्रहरीले अन्य कुनै स्रोतबाट वा आफैंले प्राप्त गरेमा सो सम्बन्धमा अनुसूची-५ मा उल्लिखित विवरण सहितको प्रतिवेदन खडा गर्नु पर्नेछ ।

विवाह सम्बन्धी कसूर अनुसूची-१ भित्र पर्ने भएकाले यस सम्बन्धमा थाहा पाउने व्यक्तिले प्रहरीमा उजुरी दिनु पर्दछ। उजुरी नपरेको अवस्थामा पनि प्रहरीले कुनै माध्यमबाट थाहा पाएमा प्रतिवेदन खडा गरी कारवाही अघी बढाउनु पर्छ।

४.३ बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५

बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५को दफा ६६(२)(ण) अनुसार बालबालिकासँग विवाह गर्नु गराउनु बालबालिका विरुद्धको कसूर मानिने छ र त्यस्तो कसूर गर्नेलाई दफा ७२(३)(ख) अनुसार पचहत्तर हजार रूपैयासम्म जरिवाना र तीन वर्षसम्म कैद हुन्छ ।

दफा ६७ अनुसार बालबालिका विरुद्धको कसूर गरेको ठहरिएका व्यक्तिले १० वर्षसम्म बालबालिकासँग सम्बन्धित सार्वजनिक तथा नीजी क्षेत्रमा कामगर्न, मनोनित हुन, निर्वाचित हुन पाउँदैन ।

सन्दर्भ सामग्री

- बालबालिकाको स्थिति प्रतिवेदन २०७५, केन्द्रीय बालकल्याण समिति, हरिहरभवन पुल्चोक, ललितपुर ।
- नेपालको संविधान, २०७२
- बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५
- राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोगको वार्षिक प्रतिवेदन, २०७५
- बालबालिकाको स्थिति प्रतिवेदन २०७५, केन्द्रीय बालकल्याण समिति, हरिहरभवन पुल्चोक, ललितपुर ।
- किशोरी कार्यक्रम सञ्चालनका लागि सहायक पुस्तिका, रेडबार्ना नेपाल ।
- केयर नेपालका प्रकाशनहरू
- युएन वुमेन नेपाल

- नेपाल कानून समाजद्वारा प्रकाशित सामग्रीहरू
- सर्च फर कमन ग्राउण्डको युवा तालिम पुस्तिका
- राष्ट्रिय महिला आयोगबाट प्रकाशित सामग्री एवं तथ्याङ्कहरू
- वुमेन लिड नेपाल
- मावन वेचविखन विरुद्ध एटविनको २० वर्ष नामक पुस्तक
- लुम नेपालको महिला तथा बालबालिका सम्बन्धी अध्ययन प्रतिवेदन, २०१८
- शक्ति समूहका प्रकाशन सामग्री
- महिला कानून तथा विकास मन्च नेपाल
- Legal Provisions on Child Marriage: Tarak Dhital, (dhitaltarak@gmail.com)

"Empower the Girl, Change the World"

बालिकाविरूद्धको विभेद अन्त्य गरौं ।

प्रकाशन सहयोगः

KANALLAN
GIVING RIGHT NOW