बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि

# सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो

बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह
(कन्सोर्टियम)

# बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो

**बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम)**

विजुली बजार, काठमाण्डौं

फोनः ४४९०२९७

इमेलः consortium@mos.com.np

participation.consortium@gmail.com

www.consortium.org.np

पुस्तकः **बालसहभागिता प्रवद्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो**

लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई

प्रकाशकः बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम)
फोनः ४४८०२८७
इमेलः consortium@mos.com.np
www.consortium.org.np

प्रकाशन वर्षः डिसेम्बर, २०१०

फोटोः कन्सोर्टियम

सर्वाधिकारः प्रकाशकमा सुरक्षित

लेआउट र डिजाइनः एलिमेन्टस् प्रा. लि. काठमाडौं, ०१ ४४११५३४
www.elements.com.np

# कृतज्ञता

**बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो** नामक यस पुस्तक विज्ञ, पाठक एवम् प्रयोगकर्ताको हातमा आइपुगेको छ । स्थानीयस्तरमा बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहज र सरल विधिहरूको बारेमा जानकारी नभइरहेको अवस्थालाई यस प्रकाशनले केही हदसम्म सम्बोधन गर्न सक्ने अपेक्षा कन्सोर्टियमले लिएको छ । हुन त बालसहभागिता आफैंमा नविनतम एवम् सृजनात्मक प्रक्रिया हो र यसलाई कुनै निश्चित ढाँचा, विधि र प्रक्रियाभित्र मात्र सिमित गर्न सकिंदैन । तर बालसहभागिताका लागि स्थानीयतहमा क्रियाशील सहजकर्ताहरूमाफ यस सङ्गालो पुऱ्याउँदा रचनात्मकरूपमा स्थानीयस्तरमा उपयोग गर्न सकिने विधिहरूको विकास र अभ्यास गर्न समेत थप अवसरको सृजना हुने अपेक्षा हामीले गरेका छौं ।

यो सङ्गालोका विधिहरूको सङ्कलन, लेखन तथा सम्पादन गरी हामी समक्ष ल्याउन बालअधिकार प्रवर्द्धनका क्षेत्रमा लामो समयदेखि कियाशील साथीहरु श्री चन्द्रिका खतिवडा, श्री जियमबाबु श्रेष्ठ र श्री कुमार भट्टराईले महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउनु भएको छ । उहाँहरूको योगदानप्रति कन्सोर्टियम हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछ । यस सङ्गालोको तयारीका क्रममा बालअधिकार अध्ययन प्रतिष्ठानमा कार्यरत श्री शिवबहादुर थापा, कन्सोर्टियमका श्री कुशुम शर्मा तथा श्री शुशिला अधिकारीले आफ्ना जानकारी वा सङ्कलनमा रहेका विधिहरु उपलब्ध गराउनु भई अमूल्य सहयोग पुऱ्याउनु भएको थियो । उहाँहरु सबैलाई हार्दिक धन्यवाद दिन्छु ।

कन्सोर्टियमका सल्लाहकार समिति तथा कार्यसमितिका साथीहरूले यस पुस्तकको तयारीको प्रक्रियामा पुऱ्याउनु भएको सहयोगको हार्दिक प्रशंसा गर्दै धन्यवाद दिन्छु । यसैगरी कन्सोर्टियमका सदस्य संस्थामा कार्यरत बालक्लब सहजकर्ता प्रतिनिधिहरूसँग भक्तपुरमा सम्पन्न परामर्श गोष्ठीबाट प्राप्त सुझावहरु तथा उहाँहरूको प्रयोगमा रहेका थप विधिहरूलाई पनि यस सामग्रीमा समावेश गरिएको छ । यसका साथै गोष्ठी पछि उहाँहरूले आ-आफ्नो कार्यक्षेत्रमा गई संङ्गालोमा संग्रहित विधिहरूको प्रयोग गरी व्यवहारिक सुझावहरु पठाइदिएर ठूलो गुन लगाउनु भएको छ । उहाँहरूको लगन तथा मेहनतको हार्दिक कदर गर्दै धन्यवाद दिन्छु ।

यस सङ्गालोको तयारी तथा प्रकाशनका लागि आर्थिक तथा प्राविधिक सहयोग उपलब्ध गराउने वर्ल्ड भिजन इन्टरनेशनल र यसका बालसंरक्षण संयोजक श्री दिपेशपल ठाकुर तथा प्लान नेपाल र यस संस्थाका बालअधिकार तथा लैङ्गिक कार्यक्रम टिमका संयोजक श्री मधुवन्ति तुलाधरप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछु ।

यस सङ्गालोबाट बालसहभागिता प्रवर्द्धनमा अपेक्षा गरिए बमोजिम योगदान पुग्ने विश्वासका साथ यस सामग्रीलाई यस रूपमा ल्याउन प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा सहयोग पुऱ्याउने सबै महानुभावहरूमा कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु । हामी विज्ञहरूको रचनात्मक सुझावको सदैव अपेक्षा गर्दछौं र त्यसको उचित सम्मान गर्दछौं । धन्यवाद ।

मिलन धरेल
अध्यक्ष, सञ्चालक समिति
बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम)
बिजुली बजार, काठमाडौं ।

# विषयसूची


| | | |
|---|---|---|
| **परिच्छेद १ः** | **पुस्तकको परिचय** | **१** |
| १.१ | पुस्तकको बारेमा | १ |
| १.२ | बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि १९८९ को अनुमोदन र बालसहभागिताको प्रवर्द्धनको सन्दर्भ | ३ |
| १.३ | सहभागितामूलक विधि/क्रियाकलाप/खेलको उपादेयताबारे केही कुरा | ६ |
| १.४ | यस स्रोत-सामग्रीका खण्डहरू तथा परिच्छेदहरू | ८ |
| **परिच्छेद २ः** | **बालक्लब गठनमा उपयोगी हुने विधिहरू** | **९** |
| क्रियाकलाप/खेल-१ः | बालक्लव गठनको तयारी- 'एकता नै बल हो' | १० |
| क्रियाकलाप/खेल-२ः | बालक्लव गठनको तयारी गीत- 'एकता नै बल हो' | १२ |
| क्रियाकलाप/विधि-३ः | बालक्लव गठनको प्रारम्भिक छलफल (छलफल विधि) | १५ |
| क्रियाकलाप-४ः | बालक्लवको निर्वाचन | १८ |
| क्रियाकलाप-५ः | सर्वसम्मत/सहमतिमा बालक्लवका पदाधिकारीको गठन | २० |
| **परिच्छेद ३ः** | **बालक्लवको योजना तर्जुमा प्रक्रियामा उपयोगी हुने विधिहरू** | **२२** |
| विधि-६ः | जोखिम नक्सांकन (Risk Mapping) | २३ |
| क्रियाकलाप/विधि-७ः | मष्तिस्कमन्थन (Brain Storming) | २६ |
| क्रियाकलाप/विधि-८ः | नाटक/अभिनय प्रस्तुति | २८ |
| क्रियाकलाप-९ः | पर्यटक गाइड/समुदाय भ्रमण | ३० |
| विधि-१०ः | सामाजिक नक्साङ्कन (Social Mapping) | ३३ |
| विधि-११ः | कल्पना वृक्ष (Dream Tree) | ३६ |
| विधि-१२ः | विकासका लागि नाटक (Theatre for Development) | ३९ |
| विधि-१३ः | घटना अध्ययन (Case Studies) | ४१ |
| विधि-१४ः | भूमिका प्रदर्शन (Role Play) | ४३ |
| विधि-१५ः | समूहगत छलफल (Group Discussion) | ४५ |
| विधि-१६ः | भेन डायग्राम (Venn Diagram) | ४७ |
| विधि-१७ः | मौसमी पात्रो (Seasonal Calendar) | ५० |
| क्रियाकलाप/खेल-१८ः | टिका खेल | ५३ |
| **परिच्छेद ४ः** | **बालक्लबको सञ्चालन, संस्थागत विकास तथा सदस्यहरूको सशक्तिकरणमा उपयोगी हुने विधिहरू** | **५६** |
| विधि-१९ः | दैनिक क्रियाकलाप चार्ट (Daily Activities Chart) | ५७ |
| विधि-२०ः | सोक विश्लेषण (SOWC Analysis) | ५९ |
| विधि-२१ः | वेटेड प्याकिङ् (Weighted Ranking) | ६१ |

| | | |
|---|---|---|
| विधि-२२: | मौन प्राथमिकरण (Silent Prioritization) | ६४ |
| क्रियाकलाप-२३: | संस्थागत स्वरूप तथा नेतृत्व छनौटसम्बन्धी छलफल | ६६ |
| क्रियाकलाप-२४: | स्थलगत अवलोकन भ्रमण | ६८ |
| क्रियाकलाप-२५: | पिरामिड (Pyramid) | ७० |
| क्रियाकलाप-२६: | पजल स्क्वायर (Puzzle Square) | ७२ |
| क्रियाकलाप/विधि-२७: | गतिशिलता स्तरीकरण खेल (Movement Ranking Game) | ७४ |
| विधि-२८: | वृत्त विश्लेषण (Circle Analysis) | ७६ |
| क्रियाकलाप/खेल-२९: | प्रभावकारी सञ्चार | ७८ |
| क्रियाकलाप/खेल-३०: | प्रभावकारी सञ्चारका अवरोधहरू | ८१ |

**परिच्छेद ५: बालभेला, परामर्श बैठक/गोष्ठीको सञ्चालन/व्यवस्थापनमा उपयोगी हुने विधिहरू ८४**

| | | |
|---|---|---|
| क्रियाकलाप-३१: | सामुहिक उद्घाटन प्रक्रिया | ८५ |
| क्रियाकलाप/खेल-३२: | समावेशी अभिवादन | ८७ |
| क्रियाकलाप/खेल-३३: | सहभागीको परिचयका लागि जोडी पत्ता लगाउने खेल-१ | ८९ |
| क्रियाकलाप/खेल-३४: | परिचय-जोडी पत्ता लगाउने खेल-२ | ९१ |
| क्रियाकलाप/खेल-३५: | भकुण्डो फालेर गरिने परिचय खेल | ९३ |
| क्रियाकलाप/खेल-३६: | आत्मियता बढाउने खेल | ९५ |
| क्रियाकलाप/खेल-३७: | परिचयका लागि अटोग्राफ | ९७ |
| क्रियाकलाप/विधि-३८: | कार्ड छट्टयाउने (Card Sorting) | ९९ |
| क्रियाकलाप-३९: | दुई ठीक एक बेठीक (Two True- One False) | १०१ |
| क्रियाकलाप/खेल-४०: | परिचयका लागि बेलुन फुटाएर खेल्ने खेल | १०४ |
| क्रियाकलाप/खेल-४१: | परिचयका लागि माकुरी जालो | १०७ |
| क्रियाकलाप/खेल-४२: | मित्र बनाएर एक आपसमा प्रशंसा गरी खेल्ने खेल | ११० |
| क्रियाकलाप/खेल-४३: | पछ्यौरी ओढाउने खेल | ११२ |
| क्रियाकलाप-४४: | भित्तेपत्रिका प्रकाशन | ११४ |
| क्रियाकलाप-४५: | फोटो प्रतिवेदन | ११६ |
| क्रियाकलाप/खेल-४६: | समूह विभाजन खेल | ११८ |
| क्रियाकलाप/खेल-४७: | 'कति भाइ कति, कति बैनी कति? तपाईंले भने जती' | १२० |
| क्रियाकलाप-४८: | मैनबत्ती बाल्ने | १२२ |
| विधि-४९: | स्नो बलिङ्ग (Snow Balling) | १२४ |
| क्रियाकलाप-५०: | समयकालीन बैठक | १२६ |

**परिच्छेद ६: सूचना सङ्कलन तथा व्यवस्थापनमा उपयोगी हुने विधिहरू १२८**

| | | |
|---|---|---|
| विधि-५१: | गतिशिल नक्साङ्कन (Mobility Mapping) | १२९ |

| | | |
|---|---|---|
| क्रियाकलाप-५२: | तत्क्षण चित्र लेखन विधि (Spontaneous Drawing) | १३१ |
| विधि-५३: | विषयगत चित्र लेखन (Thematic Drawing) | १३३ |
| विधि-५४: | फोटोग्राफी (Photography) | १३५ |
| विधि-५५: | अनौठो भित्तो (Wall of Wonder) | १३७ |
| विधि-५६: | 'एच' विश्लेषण ('H' Analysis) | १३९ |
| विधि-५७: | मूल्यमान्यताबारे छलफल (Value Line Discussion) | १४१ |
| विधि-५८: | बेलुन विधि (Balloon Exercise) | १४३ |
| विधि-५९: | म्याट्रिक्स कार्ड एक्सरसाइज (Matrix Card Exercise) | १४५ |

**परिच्छेद ७: मूल्याङ्कन तथा अनुगमनका लागि उपयोगी हुने विधिहरू** १४८

| | | |
|---|---|---|
| विधि-६०: | माकुरे जालो विधि (Spider Web Tool) | १४९ |
| क्रियाकलाप-६१: | अड वान आउट (Odd one Out) | १५३ |
| विधि-६२: | शरीर नक्साङ्कन (Body Mapping) | १५५ |
| विधि-६३: | उल्लेख्य परिवर्तनका कथाहरू (Most Significant Change) | १५७ |
| क्रियाकलाप/खेल-६४: | तातो आलु खेल | १६० |
| क्रियाकलाप/खेल-६५: | 'इन्टु मिन्टु' खेल | १६२ |
| क्रियाकलाप/खेल-६६: | 'एक पन्थ दुईकाज' | १६४ |
| क्रियाकलाप/खेल-६७: | मतदान गरेर गरिने मूल्याङ्कन | १६६ |
| क्रियाकलाप/खेल-६८: | माछा मार्ने खेल | १६८ |

**अनुसूचिहरू**

अनुसूचि-१: बालक्लबको सदस्यहरूको सामाजिक सम्बन्ध र उनीहरूको शिक्षासम्बन्धी केही टिप्सहरू १७०

अनुसूचि-२: सहभागितामूलक विधिहरूबारे छलफल कार्यक्रमका सहभागीहरूको नामावली १७४

अनुसूचि-३: कार्यक्षेत्रमा नमूनाका रूपमा विधि प्रयोगमा ल्याएपछि पठाउनु पर्ने प्रतिवेदनको खाका १७५

अनुसूचि-४: भक्तपुरमा भएको छलफल पछि सदस्य संस्थाका सहजकर्ताहरूले प्रयोगमा ल्याइएका विधिहरूबारे अनुसूचि ३ को ढाँचाअनुसार प्राप्त प्रतिवेदनको सारसङ्क्षेप १७६

# परिच्छेद १
# पुस्तकको परिचय

## १.१ पुस्तकको बारेमा

यो पुस्तक कुनै विषयमा तालिम सञ्चालनको कार्यविधि नभई बालसहभागितालाई प्रवर्द्धन गर्न सहयोग पुऱ्याउने विभिन्न विधिहरूको सङ्गालो हो । यसभित्र खेल, क्रियाकलापहरू र सहभातितामूलक विधिहरू समेटिएका छन् । बालसहभागिता प्रवर्द्धनको लागि सञ्चालन गरिने विभिन्न क्रियाकलापका सन्दर्भमा यसमा संग्रहित विधि, क्रियाकलाप र खेलहरूलाई प्रसङ्ग मिल्ने गरी उपयोगमा ल्याउन सकिन्छ । यसमा संकलित सामग्रीहरूलाई आवश्यकताअनुसार बालबालिका तथा वयस्कहरूसँग समूह क्रियाकलाप गर्दा र बालबालिका तथा वयस्कहरूका विचार, धारणा र मतहरू अभिव्यक्त गर्न उनीहरूलाई सहज पुऱ्याउने किसिमबाट प्रयोग गर्न सकिन्छ । यहाँ भएका विधि⁄क्रियाकलाप⁄खेलहरू व्यवहारमा आइरहेका विधिहरू नै हुन् । कतिपय विधिहरू अरूले सङ्कलन गरेका सामग्रीबाट साभार गरिएका छन् र कतिपय अंग्रेजी भाषाबाट अनुबाद गरिएका छन् । यस पुस्तकमा दिइएका विधिहरू सिडिमा पनि उपलब्ध छन् ।

### ● पुस्तकको उद्देश्य तथा आवश्यकता

बालक्लबलगायत समाजका अन्य थुप्रै समूहहरूसँग काम गर्दा प्रशस्तै विधिहरू प्रयोगमा आइरहेका छन् । तर तिनीहरूको समुचित अभिलेखीकरणको अभावमा त्यत्तिकै हराएर जाने स्थिति छ । यसर्थ, सञ्चालनमा आइरहेका विधिहरूलाई संकलित तथा संग्रहित गर्न सकिएमा तिनीहरू अभिलेखका रूपमा रहने र प्रयोगकर्ताहरूलाई उपयोगी हुनेछ भन्ने अपेक्षाका साथ यो संग्रह प्रकाशित गर्ने सोच आएको हो । यस सामग्रीमा प्रयोगमा रहेका तथा छरपस्ट रूपमा यत्रतत्र रहेका अनि अभिलेखमा रहेका वा नरहेका विधिहरूलाई एक ठाउँमा सङ्कलन तथा अभिलेखीकरण गर्नु नै यस पुस्तकको उद्देश्य हो ।

### ● पुस्तक तयारीको प्रक्रिया

सर्वप्रथमतः यस पुस्तक तयार गर्न कन्सोर्टियमको तर्फबाट तीन जनाको समूहलाई जिम्मा दिइएको थियो । सो समूहले सामग्रीको प्रारम्भिक मस्यौदा तयार गरेपछि त्यसमाथि कन्सोर्टियमको कार्यसमितिमा व्यापक छलफल गरियो । साथै, सामग्रीलाई सदस्य संस्थाका प्रतिनिधिहरूबीच लगेर छलफल गर्न कन्सोर्टियमको स्टेरिङ्ग कमिटिबाट सुझाव

आयो । त्यसै अनुरूप सन् २०१० को अगष्ट २७ देखि ३० तारिखसम्म पुस्तकको मस्यौदामाथि देशका विभिन्न भागहरूबाट आएका ३० जना सहभागिहरूबीच चारदिनसम्म व्यापक छलफल गरियो । कार्यशालाका सहभागीहरूले सङ्कलित विधिहरू र तिनको उपयोगिताबारे आफ्ना विचारहरू राख्नुको साथसाथै यस पुस्तकमा सङ्कलन नभैसकेका तर आफूहरूले प्रयोगमा ल्याइरहेका विधि, क्रियाकलाप तथा खेलहरूबारे समेत टिपोट गरिदिनुभयो । यसरी सो कार्यशालाका सहभागीहरूबाट प्राप्त भएका उपयुक्त विधि, क्रियाकलाप तथा खेलहरूलाईसमेत यस सामग्रीमा उचित ठाउँ दिएर मस्यौदालाई परिमार्जित गरियो *(कार्यशालाका सहभागीहरूको विवरण पुस्तिकाको अनुसूचि दुईमा दिइएको छ)* । यसबाहेक कन्सोटियम सदस्य संस्थाहरूले प्रस्तुत पुस्तकमा संकलित विधि, क्रियाकलाप तथा खेलहरूलाई उपयोग गरी त्यसको आधारमा वास्तविक परिस्थितिमा यी विधि, क्रियाकलाप तथा खेलहरू के कति उपयोगी छन् भनी बालक्लबलगायत विभिन्न सरोकारवालाहरूबीच परिक्षण गरिएको थियो । उक्त परीक्षणबाट प्राप्त सुझावलाईसमेत पुस्तकलाई अन्तिमरूप दिने क्रममा ध्यानमा राखिएको थियो ।

## ● पुस्तकको सीमा

यस सामग्रीमा बालसहभागितालगायत अन्य क्षेत्रमासमेत प्रयोगमा रहेका विधि, क्रियाकलाप र खेलहरूमध्ये खासगरी बालबालिकाको समूहसँग प्रयोगमा ल्याउन उपयुक्त ठानिएका विधि, क्रियाकलाप र खेलहरू समावेश गरिएका छन् । यद्यपि यस सामग्रीमा अन्य धेरै उपयोगी हुन सक्ने विधिहरू समेट्न बाँकी नै छ ।

पुस्तकमा वर्णन गरिएको कुराहरूको आधारमा मात्र सबै विधि, क्रियाकलाप र खेलहरू प्रयोगमा ल्याउन कठिन हुन सक्तछ । तसर्थ, यिनीहरूलाई अभ्यासमा ल्याएपछि मात्र प्रयोगकर्तामा निखारपन आउँछ र सङ्कलित विधि, क्रियाकलाप र खेलहरू प्रयोग गर्ने आत्मविश्वास जाग्दछ । तथापि हामीले यस पुस्तिकामा सबै विधि, क्रियाकलाप र खेलहरूलाई कसरी प्रयोगमा ल्याउने भनेर एक ढाँचा प्रस्तुत गरेका छौं । यसले सहजीकरण गर्ने व्यक्तिलाई सघाउँछ भन्ने हाम्रो विश्वास छ । सहजकर्ताले यस सामग्रीमा संकलित वा संग्रहित विधिको प्रयोग गर्दा र निर्णय गर्दा स्वविवेकलाई ध्यान दिनुपर्दछ ।

## ● पुस्तकमा सङ्कलित तथा संग्रहित बालक्लबको सञ्चालनमा उपयोगी हुने विधिहरू

बालक्लबको सञ्चालनका क्रममा आ-आफ्नै किसिमका थुप्रै विधिहरू प्रयोग हुँदै आएका छन् । कतिपय विधिहरू बालक्लब तथा तिनलाई सहजीकरण गर्ने संस्थाहरूले तत्काल आवश्यक ठानेर प्रतिपादन गरेका विधिहरूसमेत पर्दछन् । बालक्लबको सहजीकरणमा प्रयोग भइरहेका र हुनसक्ने विधिहरूलाई संकलित र संग्रहित गर्न सकिएमा अरू बालक्लबहरू तथा सहजीकरण गर्ने संघसंस्थाहरूलाई उपयोगी हुन सक्दछन् । तर अहिलेसम्म तिनलाई समेटेर एकाठाउँमा ल्याउने र विधि सञ्चालनको मापदण्ड तयार पार्ने काम भने हुन सकेको थिएन । यसै पक्षलाई ध्यानमा राख्दै बालक्लबको सहजीकरणमा उपयोगी स्रोत-सामग्रीको रूपमा तयार पारिएको यस पुस्तिकामा बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्न र खासगरी बालक्लबहरूको स्थापना र सहजीकरणका लागि उपयोगी हुने विधिहरू सङ्कलन गरिएको छ । साथै, यस पुस्तिकामा ती विधिहरूलाई कसरी र कुन कुन सन्दर्भमा उपयोग गर्न सकिन्छ भन्ने कुरामा समुचित निर्देश पाइनेछ । त्यसैले यो स्रोत-सामग्री सम्बन्धित सबैलाई उपयोगी हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

## ● यस स्रोत-सामग्रीमा संकलित विधिहरू प्रस्तुतिको खाका

यस स्रोत-सामग्रीमा प्रस्तुत गरिएका विधिहरूलाई देहाय बमोजिमको ढाँचामा प्रस्तुत गरिएको छः

१. विधिको परिचय
२. विधिको प्रयोग क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

३. आवश्यक सामग्री र तयारी
४. विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू
५. विधि प्रयोगमा लाग्ने अनुमानित समय
६. विधिको प्रयोगका सन्दर्भमा सहजकर्ताले ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू
७. छलफलको क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन ।

### ● पुस्तकमा कुन बालक्लबका अनुभवहरूलाई समेटिएको छ ?

नेपालमा बालक्लबहरू मुख्यतया विद्यालय तथा समुदायमा आधारित भएर स्थापना भएका तथा सञ्चालनमा रहेका छन् । यी दुबै खालका बालक्लबहरूमा धेरै समानता छन् । तर स्थापना तथा सञ्चालनका ढाँचाहरूमा भने यिनीहरूमा केही भिन्नताहरू पनि छन् । यस स्रोत-सामग्री तयार गर्दा विद्यालय तथा समुदाय दुबै परिवेशमा आधारित भएर क्रियाशील भएका बालक्लबका अनुभवलाई समेट्ने कोशिस गरिएको छ ।

### ● यो स्रोत-सामग्री कसकसलाई उपयोगी हुन सक्दछ ?

यस स्रोत-सामग्रीमा समावेश भएका विधि/क्रियाकलाप/खेलहरू बालबालिका तथा युवा/किशोरकिशोरीहरूको सहभागिताका क्षेत्रमा कार्यरत सबै निकाय तथा संस्थाका लागि उपयोगी हुनसक्तछ । यद्यपि यस सामग्रीको विशेष रूपमा उपयोग हुने क्षेत्रहरूमाः

- बालक्लब, बालक्लबका सदस्य र वयस्क सहजकर्ताहरू
- बालक्लबलाई सहजीकरण तथा सहयोग गरिरहेका वा गर्न चाहने संस्थाहरू
- युवाक्लबहरू पर्दछन् ।

नोटः *सकारात्मक विभेदका लागि श्रमिक बालबालिकाको छुट्टै बालक्लव गठन गर्ने अवस्थामा केही थप कुराहरूमा समेत ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ । यसका लागि रोजगार दातालाई बालसहभागिताका विषयमा तयार गराउने, उनीहरूलाई समय उपलब्ध गराउन आह्वान गर्ने लगायत समय ब्यवस्थापनसम्बन्धी सीपमा ध्यान दिनुपर्दछ । बालबालिकाको बालक्लब वा समूहको तर्फबाट गर्दै आएको काम वा क्रियाकलापमा उनीहरूको सीप बढाउने थप प्रयास गरिनुपर्दछ । त्यस्तै, बालबालिकाको संरक्षणलाई कसरी समन्वय गर्ने भन्ने कुरामा सहजकर्ताले बालक्लवको सहजीकरणका बेलामा ध्यान पुऱ्याउन आवश्यक छ ।*

## १.२ बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि १९८९ को अनुमोदन र बालसहभागिताको प्रवर्द्धनको सन्दर्भ

संयुक्त राष्ट्रसंघीय बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि १९८९ लाई नेपालले सन् १९९० सेप्टेम्बर १४ मा अनुमोदन गरिसकेपछि हाम्रो देशको बालअधिकार आन्दोलनले गति लिन थालेको हो । बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धिको अनुमोदन पश्चात नेपालमा बालबालिकाको विचार अभिव्यक्ति र त्यसको अभ्यासका सन्दर्भमा पनि उल्लेख्य प्रगति भएको मान्न सकिन्छ । नेपालमा बालक्लबहरूको विकास र विस्तार सँगसँगै बालबालिकाको सहभागितासम्बन्धी क्रियाकलापहरू भएका दृष्टान्तहरू प्रशस्त छन् । बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धिको अनुमोदन सँगसँगै स्थापना र सञ्चालन भएका बालक्लबको इतिहासले पनि डेढदशक पार गरिसकेको छ । यस अवधिमा उल्लेख्य संख्यामा बालबालिका बालक्लबहरूमा आवद्ध भएर खासगरी समुदायमा बालअधिकार प्रवर्द्धन कार्यमा परिचालित भएका छन् ।

## ● बालअधिकार कार्यान्वयनको सन्दर्भमा प्रस्तुत स्रोत-सामग्री

हाल नेपाल नयाँ संविधान निर्माणमा जुटिरहेको छ । नयाँ संविधानमा बालअधिकार सुनिश्चित गर्नेतर्फ बालकेन्द्रीत संस्थाहरू क्रियाशील रहेका छन् । साथै, विद्यमान संविधान, ऐन तथा नियमावलीमा रहेका प्रावधानहरूलाई बालबालिकाको हितमा प्रभावकारी रूपमा कार्यान्वयन गर्नको लागि कार्यान्वयनको कार्यढाँचा, विधि र प्रक्रियाहरूको तर्जुमा पनि भइरहेको छ । यसक्रममा 'अधिकारका धारक' का रूपमा रहेका बालबालिकालाई उनीहरूका हकअधिकारको प्राप्तिका लागि क्रियाशील हुने वातावरण तयार गर्नु पनि त्यत्तिकै महत्वपूर्ण हुन्छ । यस परिवेशमा बालबालिका स्वयम्ले बालअधिकारका लागि खेल्नसक्ने भूमिकाको पहिचान गर्ने र उनीहरूलाई परिचालित गर्ने कुरालाई पनि ध्यानमा राख्न जरूरी छ । प्रस्तुत स्रोत-सामग्रीले बालबालिकालाई अधिकारका धारकका रूपमा सक्रिय हुन एवम् बालक्लबमार्फत् खासगरी समुदायतहमा बालअधिकार प्रवर्द्धन गर्ने कार्यलाई सशक्त बनाउन सहयोग पुऱ्याउनेछ । यस सामग्रीबाट बालसहभागिताका क्षेत्रमा सरल र सहज ढंगले सहजीकरणमा सघाउ पुऱ्याउने र कुनै कार्यक्रम, गोष्ठी, तालिम, सेमिनार, भेला-बैठकजस्ता कार्यक्रमहरूलाई सहज बनाउन पनि मद्दत गर्नेछ । यसका साथसाथै यस सामग्रीलाई कक्षाकोठामा शिक्षकहरूले समेत उपयोग गर्न सक्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

## ● बालसहभागिताबारे केही कुराहरू

बालबालिकाको विचार, भावनाको प्रतिनिधित्व र त्यसको उनीहरूको उमेर, विकासको स्तर र परिपक्वताको सापेक्षतामा उचित कदर गरिनु नै बालसहभागिता हो । बालसहभागिता आफैंमा लोकतान्त्रिक संस्कार एवम् प्रक्रिया हो । बालसहभागितामा बालबालिकाको सर्वोत्तम हितलाई ख्याल राखिनुपर्दछ । र, सहभागिताका लागि गरिने क्रियाकलापले बालबालिकालाई अधिकतम अवसर सिर्जना गर्न सक्नुपर्दछ ।

### बालसहभागिता भनेको के हो ?

बाल्यावस्था भनेको नै सिक्ने, बुझ्ने जान्ने जिज्ञासु अवस्था हो । जीवनका अत्यावश्यक सबै आधारभूत सीपहरू सिक्ने समय हो । बालबालिका आफैं गरेर, छोएर र हेरेर जान्न बुझ्न चाहन्छन् । बालबालिकाले कुनै पनि विषयबस्तुको बारेमा जान्नको लागि सहभागिता अनिवार्य हुन्छ । बालबालिका स्वयं सामाजिक, साँस्कृतिक, सामुदायिक, पारिवारिक सम्पूर्ण गतिविधिमा सहभागी हुन चाहन्छन् । यस्तै उनीहरूको आफ्नो जीवनमा प्रभाव पार्ने हरेक विषयमा प्रत्यक्ष सहभागी भई आफ्नो विचार अभिव्यक्त गर्न पाउनु, त्यस्ता विषयहरूको निर्णय प्रक्रियामा हुने छलफलमा प्रत्यक्ष रूपमा भाग लिई आफ्नो आवाज राख्ने र त्यसमा सुनुवाइ हुनु नै वास्तविक सहभागिता हो । सहभागिता बिना बालबालिकाले सिक्न, बुझ्न र विकास गर्न सम्भव छैन । सहभागिता बिनाको जीवन विकास अपूर्ण हुन्छ ।

### अधिकारका रूपमा बालसहभागिता

बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि १९८९ ले बालबालिकाको सहभागिताको अधिकारलाई सर्वप्रथम स्पष्ट केही प्रावधानसहित अगाडि ल्यायो । यी प्रावधानहरूले बालबालिकालाई आफूलाई असर पार्ने कुनै पनि विषय वा कार्यविधिका सम्बन्धमा आफ्नो विचार प्रकट गर्न पाउने र त्यस विचारले उचित मान्यता पाउनुपर्ने अधिकार (धारा १२), र जानकारी प्राप्त गर्ने तथा त्यसबारे विचार व्यक्त गर्ने अधिकार (धारा १३) प्रदान गरेको छ । त्यसैगरी, उमेरको बढ्दो क्षमताअनुसार विचार, विवेक र धार्मिक स्वतन्त्रताको अधिकार (धारा १४) तथा अरूहरूसँग भेटघाट गर्न पाउने र संघसस्थामा भाग लिन वा खोल्न पाउने (धरा १५) लगायतका अधिकारहरू प्रदान गरिएको छ । बालसहभागितालाई स्पष्ट पार्न उल्लेखित अधिकारहरूको उपयोग गर्दा अर्काको अधिकार हनन् नहुने गरी गर्नुपर्ने कुरालाई समेत स्पष्ट शब्दमा व्याख्या गरिएको छ । बालबालिकाको उच्चतम हित तथा बालबालिकालाई कुनै पनि अधारमा भेदभाव नगरिने लगायतका बालअधिकारका सिद्धान्तहरू एवम् बाबुआमा वा अभिभावकको उचित मार्गदर्शनजस्ता प्रावधानहरूलाई बालसहभागिताका सन्दर्भमा महत्वका साथ उल्लेख गर्न सकिन्छ ।

आफ्नो बाल्यजीवनका हरेक क्षण तथा क्षेत्रमा सहभागितात्मक ढंगबाट विकास हुन पएका बालबालिका आफूमा रहेका अन्तरनिहित क्षमताको पहिचान र व्यक्तित्व विकासमा पूर्ण सचेत भएका हुन्छन् । पछि गएर आफ्नो अधिकार र कर्तव्यको जानकारी राख्नुका साथै जिम्मेवार वयस्क हुन्छन् । कुनै पनि कार्यमा स्थानीय स्रोत र साधनको अधिकतम प्रयोग र सो कार्यको दिगोपन हुने गरी कार्यक्रम बनाउन सक्षम हुन्छन् । आफ्ना तथा समाजका आवश्यकता पहिचान गरी योजना बनाउने, सोको कार्यन्वयन गर्ने र अनुगमन, मल्याङ्कन गर्न सक्षम हुन्छन् भने आफ्ना तथा समाजिक चुनौतिको सामना गर्न तयार हुन्छन् । सहभागितामूलक वातावरणमा हुर्केका बालबालिकाको विकास र संरक्षण उचित ढंगबाट भएको हुन्छ । उनीहरूमा आफ्नो जीवन तथा समाजिक कार्यको छलफल तथा निर्णय गर्ने सम्पूर्ण प्रक्रियामा सक्रिय रही खुल्ला अन्तरक्रिया/छलफलमा सहभागी भई सम्बन्ध-विस्तार र आत्मविस्वासको विकास भएको हुन्छ । उनीहरू आफ्नो ज्ञान, क्षमता र दृष्टिकोणलाई व्यवहारमा प्रयोगमा ल्याउन सक्षम हुन्छन् । यस्तो वातावरणमा हुर्केका बालबालिका वयस्क हुँदा आत्मविश्वासी, लगनशील र सम्मानित वयस्कको रूपमा तयार हुन्छन् ।

**बालबालिकाको कुरा नसुन्नु/सहभागी नगराउनु भनेको के हो ?**

- वयस्कले आफ्नो शक्तिको दुरूपयोग गर्नु
- वयस्कले सधैं बालबालिकाको उच्चतम हितमा काम नगर्नु
- वयस्क तथा अभिभावकहरूलाई प्राथमिकता दिनु
- बालबालिकाको हितलाई सार्वजनिक नीतिमा उचित स्थान नदिनु
- ठूलाहरूको फाइदाको लागि उनीहरूलाई प्रयोग गर्नु
- देखाउनको लागि सहभागी गराउनु
- उनीहरूको क्षमता र सरोकारका विषयभन्दा बाहिरको विषयमा प्रयोग गरिनु, आदि ।

**बालसहभागितासम्बन्धी भ्रम**

बालबालिकालाई कुनै पनि विषयको बैठक वा कार्यक्रममा उपस्थित गराउँदैमा सहभागिता भएको भनिने गरेको पाइन्छ तर उक्त कार्यक्रमका बारेमा उनीहरूलाई पूर्व जानकारी दिइएको छैन र बैठक पछाडि पनि विषयवस्तुका बारेमा उनीहरू अनविज्ञ रहेको अवस्था छ भने त्यसलाई बालसहभागिता भन्न मिल्दैन । यो त उनीहरूको उपस्थिति मात्र हो ।

यस्तै कतिपय अवस्थामा बालबालिकाको सरोकार विषय भए तापनि वयस्कहरूले गर्नुपर्ने कामहरूसमेत बालक्लवको जिम्मा लगाएको पाइएको छ । यसबाट बालबालिकामा कार्यबोझ बढ्न जाने र उनीहरूको स्वस्फूर्त बालपनामा हस्तक्षेप हुन पुग्छ । त्यसैले बालबालिकालाई जिम्मेवारी थप्दै जानु पनि बालसहभागिता होइन । त्यसैले बालसहभागिताको विषय जति महत्वपूर्ण छ त्यतिनै वयस्कहरूको उत्तरदायित्व पनि छ । बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि वयस्कहरूले समाजमा बालसुलभ वातावरण सिर्जना गर्न हरदम प्रयास गर्नुपर्दछ ।

**बालसहभागिताका निम्ति सहजकर्ताले ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू**

- बालबालिकाका प्राथमिकताका विषयहरू सुन्ने र बुझ्ने
- आफूले हाँसिल गर्न खोजेको विषयमा स्पष्ट हुने
- निर्धारित क्रियाकलापको सीमाहरूबारे स्पष्ट हुने
- आवश्यक तयारी गर्ने
- बालसहभागिताका निम्ति बालबालिकासँग सरसल्लाह गर्न तयार रहने
- बालबालिका ज्ञानका स्रोत हुन्, फरक-फरक बालबालिकासँग फरक-फरक क्षमता र दृष्टिकोण हुन्छ भन्ने कुरामा ध्यान दिने

- बालबालिकाको निम्ति समय दिन तयार हुने
- बालबालिकालाई आवश्यक सामग्रीहरू उपलब्ध गराउने
- बालबालिका तथा वयस्कहरूसँग काम गर्दाको महत्वबारे जानकार रहने
- चुनौतिहरू सामाना गर्न तयार रहने
- बालबालिकालाई उपेक्षा नगर्ने (निचो नदेख्ने)
- बालबालिकासँगको सहकार्यमा उनीहरूको सक्रिय सहभागिताको लागि आवश्य सूचक वा लक्ष्यको विकास गर्ने
- काम गर्दा गल्ती हुन्छ भन्ने मान्यता राख्ने र त्यसलाई सुधार गर्दै जाने
- बालबालिकाले बुझ्ने भाषामा पर्याप्त समय दिएर विषयवस्तुबारे बताउने
- सहभागी गराउँदा बालबालिकाको सर्वोतम हितलाई नबिर्सने
- बालबालिकाको उमेर, क्षमता र परिपक्कताजस्ता महत्वपूर्ण पक्षलाई ख्याल गर्ने, आदि ।

## १.३ सहभागितामूलक विधि/क्रियाकलाप/खेलको उपादेयताबारे केही कुरा

**विधिः** कुनै पनि कामलाई सहज बनाउन अपनाईने तरिका नै विधि हो । विधिपूर्वक गरिएका कामहरू परिणाममुखी हुन्छन् । एउटा विधिको प्रयोग गर्न अनेक क्रियाकलापहरूको आवश्यकता पर्न सक्तछ । एउटा विधि अन्तर्गतका हरेक क्रियाकलापहरू आफैंमा परिभाषित भएका हुन्छन् । विधिको उपयोगका लागि साखखास सीप वा दक्षताको आवश्यकता पर्दछ । विधिको प्रयोगबाट व्यक्ति वा समूहको ज्ञान, सीप र कल्पना गर्ने शैली तथा अनुभवी सिकाइलाई सुदृढ बनाउँछ । यसको साथसाथै :

- विधि प्रयोगको खास विषयगत उद्देश्य (Thematic Objectives) हुन्छ ।
- विधि आफैंमा प्रमाणित भइसकेका र अभ्यास/चलनचल्तिमा आइराखेका स्थापित तरिकाहरू हुन् ।
- विधिमा एकभन्दा बढी क्रियाकलापहरू हुन्छन्, क्रियाकलापहरू परिभाषित भएका हुन्छन् र तिनले छुट्टाछुट्टै रूपमा र समग्रमा निश्चित उद्देश्य पूरा गर्न सघाइरहेका हुन्छन् ।
- विधि आफैंमा विस्तृत र व्यवस्थित हुन्छ ।
- विधिको आफ्नै प्रक्रिया हुन्छ र विधि प्रयोगमा ती प्रक्रियालाई एकपछि अर्को गर्दै चरणवद्ध रूपमा अगाडि बढाउनुपर्दछ (अर्थात् प्रक्रियाउन्मुख बनाउनुपर्दछ) ।
- विधि प्रयोगमा खासखास सीप वा दक्षता आवश्यक हुन्छ । विधिमा समय बढी लाग्ने हुन्छ र पूर्व तयारी/पूर्वाअभ्यासविना विधिको उचित प्रयोग गर्न गाऱ्हो पर्दछ ।

**क्रियाकलाप/खेलः** सहभागिताका क्षेत्रमा क्रियाकलाप/खेल कुनै खास उद्देश्यले गरिन्छ तर विषयगत उद्देश्य (Thematic Objective) नहुन पनि सक्तछ । क्रियाकलाप/खेल छोटो समयमा नै सञ्चालन गर्न सकिन्छ र यसले विषयको कुनै खास पक्षलाई उजागर गर्न मद्दत गर्दछ । क्रियाकलाप/खेल आफैंमा पूर्ण हुन्छ र यसले कुनै विधिको अंशको रूपमासमेत योगदान पुऱ्याउन सक्तछ । त्यस्तै :

- सहभागितामूलक सहजीकरणमा क्रियाकलाप/खेलले सहभागीहरूलाई मनोरञ्जन दिनुको साथै कुनै खास विषयमा धारणा बनाउन मद्दत गर्दछ ।
- क्रियाकलाप/खेललाई पुनर्ताजगीको लागि मात्र र/वा उद्देश्यमूलक रूपमा कुनै विषयमा सहभागीहरूको विचार वा दृष्टिकोण ल्याउनको लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- क्रियाकलाप/खेलमा प्रक्रियाउन्मुख नभई एक वा दुई चरणमा सकिने खालको हुन्छ ।
- क्रियाकलाप/खेलको लागि समय कम लाग्दछ र त्यसको सञ्चालनका लागि खासै पूर्व तयारी वा विशेष सीप/दक्षताको आवश्यकता नपर्न सक्दछ ।

**विधि/क्रियाकलाप/खेल प्रयोगको उपादेयाता (फाइदा)**

- विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेल आफैंमा साध्य होइन, यो साधन मात्र हो । विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेल सञ्चालन गर्नुको एक मात्र उद्देश्य सहभागीहरूलाई कुनै विषयमा आफ्ना विचार तथा अवधारणा व्यक्त गर्न सहज बनाउनु हो ।
- विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेल प्रयोगको लक्ष्य सहभागीहरूलाई तोकिएको विषयमा छलफल गर्नको लागि मद्दत गर्नु भएकोले यसलाई सञ्चालन गर्दा निश्चित उद्देश्यमा केन्द्रित हुनुपर्दछ नकि सो विधिको भिजुयल चित्र बनाउनमा । उदाहरणको लागि सामाजिक नक्सा विधिको प्रयोग गर्दा सो विधिले उजागर गर्न खोजेको विषयमा जोड दिनुपर्दछ, चिटिक्क परेको नक्सा तयार गर्नमा होइन ।

**विधि/क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्दा ख्याल गर्नुपर्ने कुराहरू**

सहजकर्ताले विधिको प्रयोगगर्दा सहभागीहरूको पृष्ठभूमिलाई ख्याल गर्नुपर्दछ । अन्यथा कहिले काँही यसले अनावश्यक विवाद र झञ्झट निम्त्याउन सक्तछ । सहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनु केही कुराहरू यसप्रकार रहेका छन् :

- सहजकर्ताले सहभागीहरूको धर्म, सँस्कृतिको पृष्ठभूमि विचार गरेर मात्र विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेलको छनौट गर्नुपर्दछ । उदाहरणका लागि मुस्लिम पृष्ठभूमिका मानिसहरू सुँगुरलाई छुन नहुने जनावरका रूपमा हेर्दछन् । यस अवस्थामा हामीले जनावरको छनौट गराउँदा विचार पुऱ्याउनुपर्दछ ।
- विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेल सञ्चालन गर्दा सहजकर्ताले जहिले पनि सहभागीहरूको लैङ्गिक सम्वेदनशीलतालाई विचार पुऱ्याउनुपर्दछ ।
- विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेल सञ्चालन गर्ने स्थानको छनौट गर्दा स्थानको उपयुक्ततालाई पनि ख्याल गर्नुपर्दछ । कहिले काँही खुला चौरमा गरिने र समूहमा बल प्रयोग गरी गरिने क्रियाकलाप असुरक्षित र जोखिमपूर्ण पनि हुन सक्तछन् ।
- सहजकर्तामा सहभागीहरूमध्ये अपाङ्गतामा रहेका वा नरहेकाबीचको संवेदनशीलता हुन पनि जरूरी छ । सबैजना सहभागी हुन सक्ने ध्येय राखेर कतिपय विधिमा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई पनि अवसर दिन सकिन्छ, तर त्यो कसरी गर्ने भन्नेमा ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ । उदाहरणका लागि नजिकको साथीको मद्दत लिन सकिन्छ । यसो गर्दा सहयोगी साथीको पनि संवेदनशीलता बढ्न सक्दछ ।
- सहजकर्ताले आफूले सञ्चालन गर्न खोजेको विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेल अक्षर पढ्न-लेख्न जान्ने वा नजान्ने कसकाबीच गर्न लागेको हो भन्ने पनि  विचार पुऱ्याउनुपर्दछ ।
- विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेलमा सबैले अवसर पाउने गरी सामाजिक समावेशीकरणलाई पनि उत्तिकै विचार पुऱ्याउनुपर्दछ । बालबालिकासँग गरिने जुनसुकै गतिविधि पनि उनीहरूलाई संस्कार सिकाउने सुवर्ण अवसरका रूपमा सहजकर्ताले बुझ्नुपर्दछ । शान्ति, मेलमिलाप, धैर्यता प्रवर्द्धन गराउने सामग्री ⁄ विधिहरूलाई सहजकर्ताले सहभागीबीच प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ । विधिको प्रयोग सीप हस्तान्तरण गर्ने सशक्त माध्यम भएकाले यसको प्रयोगमा विशेष केन्द्रित हुनुपर्दछ ।
- कुनै पनि विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेल गराउँदा सहभागीहरूलाई अनावश्यक दवाव नपरोस् भन्ने कुरामा सचेत रहनुपर्दछ । विधि ⁄ क्रियाकलाप ⁄ खेलको प्रक्रियाका बारेमा बताउँदा आदेशको भाषाभन्दा पनि अनुरोधपूर्ण शिष्ट भाषाको प्रयोग गर्नुपर्दछ ।
- कार्यक्रम सञ्चालन गर्दा प्रक्रियागत अभिलेखिकरणमा विशेष जोड दिनुपर्दछ । उदाहरणका लागि जुनसुकै कार्यक्रममा पनि सहभागीहरूको नाम दर्ता गराउने पहिलो प्रक्रिया हुन आउँछ भने सहभागी जम्मा भैसकेपछि अभिवादन, परिचय र त्यसपछिका कामलाई अगाडि बढाउनुपर्दछ । कार्यक्रम सञ्चालन गर्नु अगाडिको तयारीले पनि यस कार्यलाई सघाउ पुऱ्याउनेछ ।

- भेला, बैठक समावेशी भए नभएको विचार पुऱ्याउनुपर्दछ । यसमा लिङ्ग, जातजाति, अपाङ्गता, भौगोलिकता आदि जस्ता पक्षलाई आधार मान्नुपर्दछ ।
- बालबालिकासँग उनीहरूका अधिकारको चर्चा गरिरहँदा बालबालिकाको जिम्मेवारीलाई पनि उत्तिकै गम्भीरतापूर्वक उठाइदिनुपर्दछ ।

## १.४ यस स्रोत-सामग्रीका खण्डहरू तथा परिच्छेदहरू

यस स्रोत-सामग्रीलाई जम्मा ७ परिच्छेदमा विभाजन गरिएको छ । पहिलो परिच्छेदमा **पुस्तकको परिचय** प्रस्तुत गरिएको छ र त्यसपछिका परिच्छेदहरूमा विभिन्न सन्दर्भमा बढी उपयोगी हुने विधिहरू सङ्कलन गरिएका छन् । परिच्छेद २ मा **बालक्लब गठन प्रक्रियामा उपयोगी हुने विधिहरू**, परिच्छेद ३ मा **बालक्लवको योजना तर्जुमा प्रक्रियामा उपयोगी हुने विधिहरू,** परिच्छेद ४ मा **बालक्लबको सञ्चालन, संस्थागत विकास तथा सदस्यहरूको सशक्तिकरणमा उपयोगी हुने विधिहरू** र परिच्छेद ५ मा **बालभेला, परामर्श बैठक/ गोष्ठीको सञ्चालन/व्यवस्थापनमा उपयोगी हुने विधिहरू** समावेश गरिएको छ । त्यसरी नै परिच्छेद ६ मा **सूचना सङ्कलन तथा व्यवस्थापनमा उपयोगी हुने विधिहरू** र परिच्छेद ७ मा **मूल्यांकन तथा अनुगमनका लागि उपयोगी हुने विधिहरू**का बारेमा छलफल गरिएको छ । साथै, अनुसूचिमा **बालक्लबको सदस्यहरूको सामाजिक सम्बन्ध र उनीहरूको शिक्षासम्बन्धी केही टिप्सहरू** लगायतका सामग्रीहरू समावेश गरिएका छन् ।

# परिच्छेद २
# बालक्लब गठनमा उपयोगी हुने विधिहरू

समुदाय तथा विद्यालयमा बालक्लब गठन गर्ने कार्य बालसहभागिताका लागि ज्यादै महत्वपूर्ण कदम हो । यसका लागि पूर्व तयारी गर्नु आवश्यक छ । क्लब गठन हुने स्थान यदि समुदाय हो भने बालबालिकाका अभिभावक, समुदायका अग्रज, त्यहाँ भएका आमासमूह तथा युवाक्लबलगायत समुदायमा आधारित अन्य संघसंस्थाहरूलाई बालसहभागिता र बालक्लबको महत्वबारे जानकारी गराउँदै बालक्लब गठनका लागि सहमत गराउनुपर्दछ । बालक्लबमा संगठित हुने बालबालिका स्वयम् पनि क्लब गठन तथा सञ्चालनका लागि तयार हुनुपर्दछ । यसैगरी विद्यालयका हकमा पनि विद्यालय प्रशासनलगायत प्रधानाध्यापक, शिक्षकहरू तथा विद्यार्थीहरूले पनि बालक्लब गठन तथा परिचालनको महत्वबारे जानकारी पाउनुपर्दछ । यसरी पूर्वतयारी पछि गठन गरिएका बालक्लबहरू मात्र लामो समयसम्म सञ्चालन हुनसक्तछन् ।

बालक्लब गठनको पूर्व तयारी पछि मात्र क्लब गठनको पालो आउँछ । बालक्लब गठनका निमित्त थुप्रै विधिहरू अपनाउन सकिन्छ । तीमध्ये केहीलाई यस परिच्छेदमा उल्लेख गरिएका छन् ।

# क्रियाकलाप/खेल- १:
# बालक्लब गठनको तयारी- 'एकता नै बल हो'

## क्रियाकलाप/खेलको परिचय

बालक्लव गठन गर्ने क्रममा बालबालिकालाई संगठन/एकताको महत्व बुझाउन आवश्यक छ । एकताको महत्व बुझाउने विभिन्न तरिकाहरू हुनसक्तछन् । यीमध्ये बालबालिकाको आवाजलाई शक्तिशाली बनाउन एकता नै बल हो भन्ने खेल खेलाउन सकिन्छ ।

## क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस क्रियाकलाप/खेलको प्रयोग क्षेत्र समुदाय अथवा विद्यालयमा गठन हुने बालक्लबहरू हुन् । यस क्रियाकलाप/खेलको उद्देश्य सहभागीहरूलाई बालक्लव एकताको प्रतिकको रूपमा बुझाउने तथा समूहमा आवद्ध हुँदाका फाइदाहरू महसुस गराउने रहेको छ ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

सहभागीहरूको संख्या हेरेर सबैलाई एक एकवटा मुठा पार्न पुग्ने संख्यामा सिन्काहरू, मुठा पार्नको लागि डोरी ।

### क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

दुबै चरण गरी १५ मिनेट ।

### क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

यस क्रियाकलाप⁄खेल सञ्चालन प्रक्रियाहरूमा एक अर्कामा घनिष्ट सम्बन्ध भएका देहायका चरणहरू रहेका छन्ः

- सहभागी बालबालिकालाई अलि फराकिलो ठाउँमा गोलो गरेर उभ्याउने । शारीरिक अपाङ्गता भएका बालबालिका भए बसेर नै यो क्रियाकलाप⁄खेल सञ्चालन गर्ने ।
- सहभागी सबै बालबालिकालाई एक एकवटा सिन्को दिने ।
- सबै सहभागीहरूलाई आ–आफ्नो हातमा भएको सिन्को भाँच्न भन्ने ।
- भाँच्न गाह्रो भयो वा सजिलो भन्ने बारेमा छलफल गर्ने ।
- त्यसपछि सबै सहभागीहरूलाई पुनः एक एकवटा सिन्को दिने, सिन्काहरू बटुल्न लगाउने र मुठा पार्ने ।
- मुठा पारिसकेपछि फेरि सबै सहभागी बालबालिकालाई पालैपालो सिन्काको मुठा भाँच्न भन्ने ।
- बालबालिकाले सिन्काको मुठालाई भाँच्न सके वा सकेनन् र किन सकेनन् भनेर सबैसँग पालैपालो सोध्ने ।
- एउटा मात्र सिन्का हुँदा सजिलैसँग भाँच्न सकिएको तर सिन्कालाई मुठा पारेपछि भाँच्न गाऱ्हो भएको बारेमा बालबालिकासँग छलफल गर्ने ।

सिन्काको दृष्टान्तबाट हामी बालबालिका पनि मुठा पारिएको सिन्का झैं बालक्लबमा एकत्रित भएमा बालअधिकारका लागि लाग्न सक्ने भइन्छ र समाजका ठूला मानिसहरू र संघसंस्थाहरूले पनि बालबालिकाका कुरा सुन्न थाल्नेछन् भन्ने निष्कर्षमा पुग्ने । यसरी एकता नै बल हो भन्ने कुरा सार्थक हुनजान्छ ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलाप⁄खेल प्रयोग गर्नु अगाडि हातको औंला प्रयोग गर्न नसक्ने अपाङ्गता भएका बालबालिका पनि समूहमा रहेको अवस्थामा सिन्का भाँच्न अरूले सहयोग गरिदिने वा स्थितिअनुसार तरिका नै पनि परिवर्तन गर्न सकिन्छ । यसरी भिन्न तरिका अपनाउँदा सबैले सजिलै गर्न सक्ने खालको हुनुपर्दछ, कसैलाई चोट पर्नुहुँदैन । यसका लागि कथा वाचन, गीत आदि तरिका उपयुक्त हुनसक्तछन् र यी तरिकाबाट पनि एकता वा संगठनको महत्व बुझाउन सकिन्छ । गीत वा सिर्जनशील कथा वाचन पछि छलफल भने अवश्य गर्नुपर्दछ र उद्देश्यसँग मेल खाने गरी निष्कर्ष निकाल्नुपर्दछ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप⁄खेल सञ्चालन गरिसके पछिको छलफलमा आएका महत्वपूर्ण कुराहरूलाई टिपोट वा सङ्कलन गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नु ज्यादै आवश्यक छ । यसरी व्यवस्थित तरिकाले टिपोट गरिएका सामग्रीबाट अगाडिको छलफललाई ज्यादै मद्दत पुग्दछ ।

✦

## क्रियाकलाप⁄खेल- २:
## बालक्लब गठनको तयारी गीतः 'एकता नै बल हो'

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

बालक्लव गठन गर्ने क्रममा बालबालिकालाई गीतको माध्यमबाट संगठन⁄एकताको महत्व बुझाउन सकिन्छ । गीतले दिने सन्देशबाट बालबालिकाले एकता⁄संगठनको महत्व बुझ्दछन् । यसबाट बालक्लब गठनको महत्व बढेर जान्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस क्रियाकलाप⁄खेललाई जुनसकै स्थान वा क्षेत्रमा प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । तथापि बालक्लब गठन प्रक्रिया र बालबालिकाको जमघटमा यो क्रियाकलाप सबैभन्दा बढी सुहाँदिलो देखिन्छ । यस क्रियाकलापको उद्देश्यमा सहभागीहरूलाई बालक्लवला एकताको प्रतिकको रूपमा बुझाउनु तथा समूहमा आवद्ध हुँदाका फाइदाहरू महसुस गराउनु रहेको छ ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

सबैलाई पुग्ने गरी गीत लेखिएको कागज वा सबैले देख्न र पढ्न सक्ने गरी गीत भित्तामा गीत टाँस्ने ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सबैले देख्ने र पढन सक्नेगरी गीत भित्तामा टाँसिदिने वा सबैलाई एक एकप्रति दिने ।
- सहजकर्ताले आफूले गीत गाएर सबैलाई दोहऱ्याउन भन्ने, सहभागीमध्ये कसैलाई यो गीत आउँछ भने गाउन जान्नेलाई गीत गाउन लगाउन पनि सकिन्छ ।
- आवश्यकताअनुसार गीतलाई दोहऱ्याएर गाउन पनि सकिन्छ ।
- यसपछि गीतमा भनिएका कुराहरूका आधारमा छलफल चलाउने । निष्कर्षमा एकता नै बल हो र संगठित हुँदा प्राप्त हुन्छ भन्ने कुरा बुझाउने ।

## क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

सबैले सहभागिता जनाउन मिल्ने यो गीत विधिमा सबै बालबालिकालाई खुलेर गीत गाउन प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ र छलफलमा सबैको सहभागिताको सुनिश्चतता हुनुपर्दछ । सहभागीमध्ये कोही गीत गाउन नसक्ने छन् भने सोहीअनुसार व्यवस्थापन मिलाउनुपर्दछ । गीत गाउनु अगाडि गीतकार, सङ्गीतकार तथा गायकहरूका बारेमा उल्लेख गरिदिनुपर्दछ । यसरी सम्झनु उहाँहरूप्रतिको कृतज्ञता बोध पनि हो । यस्ता कुराहरूबाट बालबालिकाले प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष राम्रो संस्कार सिकिरहेका हुन्छन् ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब १५ मिनेट ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस क्रियाकलापबाट आएका महत्वपूर्ण कुराहरूलाई टिपोट वा सङ्कलन गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नु ज्यादै आवश्यक छ । यसरी व्यवस्थित तरिकाले टिपोट गरिएका सामग्रीले भविष्यमा अन्यत्र वा सोही स्थानमा हुने छलफललाई ज्यादै मद्दत पुग्दछ ।

**गीतको उदाहरण**

# साना साना ढुङ्गामाटो

साना साना ढुङ्गामाटो मिली अग्लो पहाड बन्छ
साना साना खोलाखोली मिली ठूलो नदी बन्छ
मिली ठूलो सागर बन्छ, मिली ठूलो सागर बन्छ ।

सानोले नै ठूलो हुन्छ विहानीले दिन हुन्छ
आज लड्ने केटाकेटी भोलि देश उठाउने हुन्छ
आज रूने केटाकेटी भोलि देश हँसाउने हुन्छ

साना साना...............

एक एकले सय हुन्छ, हजार हुन्छ, लाख हुन्छ
एक्लै गरे के पो हुन्छ मिली गरे जे पनि हुन्छ

साना साना .............

*(यस गीतका रचनाकार श्याम तमोट र संगीतकार जे .बि. टुहुरे हुनुहुन्छ । यो गीत जनताका गीत भाग १ क्यासेटमा संग्रहित छ ।)*

✦

# क्रियाकलाप/विधि- ३:
# बालक्लब गठनको प्रारम्भिक छलफल (छलफल विधि)

## क्रियाकलाप/विधिको परिचय

बालबालिका समूहमा बसेर सबैको राय सल्लाह लिई निष्कर्षमा पुग्ने तरिका नै छलफल विधि हो । बालक्लब/संगठनको एकताको महत्व बुझाउने अभ्यास पछि बालबालिकालाई गठन हुने बालक्लबका बारेमा जानकारी गराउनुपर्दछ । स्थानीयस्तरको स्रोत पहिचान र परिचालनका लागि छलफल एउटा उपयुक्त विधि हुनसक्तछ । छलफल गर्दा सबै सहभागीहरूले एकअर्कालाई देख्ने गरी वरिपरी बसेर गर्नुपर्दछ ।

## क्रियाकलाप/विधिको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

छलफल विधि जुनसुकै क्षेत्रमा र जहिले पनि उपयोग गर्न सकिने हुँदा यो ज्यादै प्रयोगमा आउने विधि हो । छलफल आफैंमा एउटा सहभागितामूलक, पारदर्शी र लोकतान्त्रिक अभ्यास हो । बालक्लबमा गरिने छलफलको उद्देश्य बालक्लब निर्माणमा उत्सुक बालबालिकाबीचमा रहेर बालक्लबका बारेमा स्पष्टता ल्याउने रहेको छ । यसरी गरिने छलफल समुदाय वा विद्यालयस्तरमा हुने बालक्लव गठनको पूर्व तयारीमा ज्यादै नै उपयोगी हुन्छ । छलफल स्थानीयस्तरमा स्रोतको पहिचान तथा सोको परिचालनका लागि रणनीति तय गर्न पनि सहयोगी हुन्छ ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

- छलफलका लागि स्थान वा बैठक बस्ने स्थान,
- न्यूज प्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्करहरू, मास्किङ्ग टेप, टिपोट गर्न छुट्टै माइन्यूट कापी, कलम आदि ।

## क्रियाकलाप/विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

यस क्रियाकलाप/विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू यस प्रकार छन्ः

- विद्यालयमा बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने बालक्लब गठन गरिने हो भने सामान्यतया ७ देखि ९ कक्षा सम्मका विद्यार्थीहरू र समुदायस्तरमा गठन गरिन लागिएको हो भने समुदायका ८ वर्षदेखि माथि १८ वर्षसम्मका निश्चित सेवा क्षेत्रका बालबालिकालाई भेला गराउने । यसका लागि सबैजना अट्ने र एकअर्कालाई देख्न सकिने बन्द कोठा वा चौरमा सबैजना गोलाकार भएर वा बैठक बस्ने शैलीमा बस्न सकिन्छ ।
- भेटघाट वा छलफलको उद्देश्यबारे जानकारी गराउने र छलफलको विषयवस्तु प्रस्तुत गर्ने ।
- सहभागी बालबालिकाका मुद्दाहरू अर्थात् समस्याहरू पहिचान गरी छलफल गर्ने ।
- विभिन्न बालबालिकाले भोगेका समस्या समाधानका लागि के के गर्न सकिन्छ भनी खोजी गर्ने ।
- विभिन्न क्षेत्रका बालबालिकाको समस्या समाधानका लागि संगठित हुनपर्दछ भन्ने आवश्यकता बोध गराउने ।
- बालक्लवको आवश्यकता, औचित्य, उद्देश्य, स्वरूप, संगठनात्मक संरचनाबारे छलफल चलाउने । छलफल गर्दा सबैको ध्यान एकीकृत भए नभएको ख्याल गर्ने र नबोलिरहेका सहभागीलाई विचार राख्नका लागि प्रोत्साहन गर्ने ।
- सामान्य रूपमा बालक्लवको उद्देश्य र बालक्लबले गर्ने कार्यकाबारे जानकारी गराउने ।
- बालक्लवको स्वरूप निर्धारण गर्ने र आवश्यक पर्ने पदहरू निर्क्योल गर्ने ।
- बालक्लवले गर्नसक्ने तथा गर्नुपर्ने कार्यहरूबारे टिपोट गर्ने । जस्तैः नियमित बैठक, गरिने क्रियाकलाप आदि,
- बालक्लव गठन प्रक्रियामा प्रवेश गर्ने ।
- बालक्लबलाई सहयोग गर्न सक्ने संघसंस्था र निकायहरू को को हुन सक्दछन् भन्ने टिपोट गर्ने र ती संस्थाहरूमा कसरी पहुँच बढाउने भनी योजनाहरू तय गर्ने ।

## क्रियाकलाप/विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

यस क्रियाकलाप/विधिको सञ्चालनका लागि १ घण्टा लाग्न सक्छ । तर सो समयभित्र छलफल नटुङ्गिएमा समय बढाउनुपर्दछ ।

## क्रियाकलाप/विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलाप/बिधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले सरल भाषाको प्रयोग गर्दै वातावरणलाई मनोरञ्जक बनाउने तर्फ थप ध्यान दिनुपर्दछ । सहभागी सबै बालबालिका छलफलमा उत्तिकै सहभागी नहुने हुँदा कम बोल्ने बालबालिकालाई विचार राख्न प्रोत्साहन गरिनुपर्दछ । यस छलफलमा बालक्लब सहजकर्ता/सहयोगी शिक्षकको पनि

उपस्थिति रहने हुँदा समय समयमा उहाँहरूका विचार पनि बुझ्नु उपयोगी हुन्छ । यसरी छलफलमा सहभागी गराउँदा वातावरणमा उहाँहरूको उपस्थितिको दवाव बढ्न नदिन सजग रहनुपर्दछ । अपनाइएका क्रियाकलापहरूलाई समेटी विस्तारमा प्रतिवेदन तयार गर्न भुल्नुहुँदैन ।

बालबालिकासँग गरिने जुनसुकै गतिविधि पनि उनीहरूलाई सामाजिक संस्कार सिकाउने सुवर्ण अवसरका रूपमा लिनुपर्ने हुँदा सहजकर्ताले छलफल चलाउँदा पनि सबैको विचार आउने गराउन प्रयत्नशील रहनुपर्दछ । तसर्थ सबैले आ–आफ्ना विचार राखे कि राखेनन्, नराखेका भए पालो दिएर भए पनि सबैको सहभागिता सुनिश्चित गरिनुपर्दछ । यस प्रक्रियाबाट बालबालिकाले कसरी छलफल गरिनुपर्दोरहेछ भन्ने कुरा सिक्नेछन् र उनीहरूमा अरूलाई पालो दिने र पालो पर्खिएर बोल्ने संस्कारको विकास हुँदै जानेछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप/विधि प्रयोग गर्दा आएका महत्वपूर्ण कुराहरूलाई टिपोट/सङ्कलन गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ । यसरी व्यवस्थित तरिकाले टिपोट गरेर बनाइएको प्रतिवेदन सबैका लागि सहयोगी हुन सक्तछ ।

✦

# क्रियाकलाप- ४:
# बालक्लबको निर्वाचन

## क्रियाकलापको परिचय

बालक्लवका बारेमा जानकारी पाइसकेपछि सदस्यहरू कुन पदका लागि को इच्छुक छन् सोका आधारमा बालक्लबको गठन गर्नुपर्दछ । यसका लागि अपनाइने तरिकाहरूमध्ये निर्वाचन पनि एक हो । बालक्लबमा पदाधिकारीहरूको छनौटका लागि सबैको एक मत भएमा सर्वसम्मत र कुनै पदका लागि एकभन्दा बढी उमेदवार भएमा निर्वाचनको तरिका अपनाउन सकिन्छ । बालबालिकालाई सानै उमेरदेखि लोकतान्त्रिक संस्कार सिकाउन उनीहरूका संघसंस्था र संगठनमा आवश्यकताअनुसार निर्वाचन पद्धतिलाई प्राथमिकता दिनु राम्रो पनि हो । जे होस् पदाधिकारी छनौटका लागि कुनै पदको उमेदवारको पक्ष र विपक्षमा सहभागीहरूलाई हात उठाउन लगाएर पनि उनीहरूको मत वुझ्न सकिन्छ र गोप्य निर्वाचन प्रणालीमा पनि जान सकिन्छ ।

## क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप बालक्लव गठनको समयमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसका साथै यो क्रियाकलाप समुदाय, गाविस, वडा, विद्यालयजस्ता संघसंस्थासँग छलफल गर्न जाने प्रतिनिधि छनौट वा अन्य कार्यक्रमका लागि प्रतिनिधि छनौटमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । बालबालिकामा लोकतान्त्रिक भावना जागृत गराई नेतृत्व चयन गराउनु नै यस क्रियाकलापको प्रमुख उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री र तयारी

पदाधिकारी छनौटमा निर्वाचन प्रणाली अपनाउने निश्चित भए पछि सोहीअनुसारको तयारी गर्नुपर्दछ । उमेदवारहरूको नाम र पदमा रेजा (√) चिन्ह लगाउने निर्वाचन शैलीका आधारमा हेर्दा यसका लागि निर्वाचन

अधिकृतका रूपमा शिक्षक वा सोबारे जानकार अन्य कोही व्यक्ति छान्नुपर्छ । र, आवश्यक सामग्री जस्तै कागज, कलम, स्केल आदिको आवश्यकता पर्दछ । निर्वाचनका लागि आवश्यक जनशक्तिका रूपमा छलफलमा उपस्थित तर पदाधिकारी नरहेका सहभागीहरूलाई पनि निर्वाचन कार्यमा परिचालित गर्न सकिन्छ ।

## क्रियाकलाप सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

निर्वाचन विधिलाई अपनाउँदा ख्याल गर्नुपर्ने प्रक्रिया/चरणहरू निम्नानुसार रहेका छन्ः

- बालक्लबका पदाधिकारी बन्नका लागि बालबालिकालाई उमेदवारी दिन लगाउने ।
- बालक्लबको पदाधिकारी बन्न उमेदवार बनेका बालबालिका र उनीहरूले इच्छाएको पदको सूचि तयार गर्ने । यस्ता सूचिहरू मतदाताको संख्या हेरेर कतिवटा चाहिने हो निर्धारण गर्ने र सोहीअनुसार बनाउने ।
- उक्त सूचिलाई एउटा एउटा कलम सहित छुट्टाछुट्टै कोठामा राखिदिने । यसका लागि स्कूलका कक्षा कोठा उपलब्ध हुनसके राम्रो हुन्छ ।
- उमेदवारलाई चुनावी प्रचारका लागि केही समय दिनुका साथै उनीहरूलाई आफू सो पदमा उपयुक्त रहेको प्रमाणित गर्नका लागि सबैका सामु बोल्न लगाउने । उमेदवारले चुनावी प्रचारप्रसारमा लाग्दा आफू निर्वाचनमा पराजित भएमा पनि बालक्लबप्रति उत्तरदायी हुन प्रतिवद्ध गराउने ।
- पालैपालो मतदातालाई आफूले मन पराएका उमेदवारको नाम अगाडि कलमले ठीक चिन्ह (रेजा) लगाएर छनौट गर्न लगाउने । मतदान गोप्य हुनुपर्ने कुरामा ध्यान दिने ।
- मतदाताले मत दिइ सकेपछि कसको कति मत आयो भनेर गन्ने । मतसंख्या गनिसकिसकेपछि सबैलाई एकाठाउँमा राखेर पराजित उमेदवारलाई ढाडस दिंदै परिणाम सुनाउने ।
- पदाधिकारी गठन प्रक्रियाको समापनमा बधाइ तथा सपथ ग्रहणको कार्यक्रम राख्ने । परिस्थिति हेरेर उपस्थित सहभागी तथा अतिथिहरूमध्येबाट बोल्न दिने ।
- उपस्थित सबैलाई अविर लगाइदिएर क्लब गठनको महत्ता बढाइदिने ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव १ घण्टा । तर मतदाताको संख्याअनुसार समय बढी वा घटी लाग्न सक्तछ ।

## क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा बालक्लवका सदस्यहरूबीच मनमुटाव नआउने वातावरण तयार गर्न ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ । बालबालिकालाई लोकतान्त्रिक विधिका बारेमा जानकारी गराउने यो उत्तम अवसर भएकाले आवधिक निर्वाचन र बालक्लबका लागि गरिएको निर्वाचनको तुलना गरी छलफल चलाउन सकिन्छ । निर्वाचनमा हार-जित हुन्छ र पराजयलाई स्वीकार्नु र पछि पनि समूहको विकासका लागि लाग्नु नै लोकतान्त्रिक आचरण हो भनेर बुझाउनुपर्दछ । पदाधिकारी चयनमा जहिले पनि समावेशीकरण भएको छ कि छैन ध्यान दिनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप गर्दा आएका महत्वपूर्ण कुराहरू तथा अनुभवहरूलाई टिपोट वा सङ्कलन गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ । यसरी व्यवस्थित तरिकाले टिपोट गरेर बनाइएको प्रतिवेदन सबैका लागि सहयोगी हुन सक्तछ ।

# क्रियाकलाप- ५ :
# सर्वसम्मत/सहमतिमा बालक्लबका पदाधिकारीको गठन

### क्रियाकलापको परिचय

बालक्लवको गठन प्रक्रियामा सर्वसम्मत तरिकाले पदाधिकारीको छनौट हुन सक्तछ । कुन पदका लागि को इच्छुक छ र त्यसमा सबैको समर्थन छ कि छैन हात उठाएर वा अन्य माध्यमबाट पत्ता लगाएर दावीविरोध नभइकन पदाधिकारीको चयन गर्नु नै सर्वसम्मत तरिका हो । पदाधिकारी चयनका क्रममा बालक्लबको स्वरूप र पदाधिकारीको संख्या निर्धारण गरेर क्लबमा रहन इच्छुकहरूका बीचमा मात्रै पनि पदाधिकारी चयन गर्न सकिन्छ । र, सबै बालबालिकाका बीचमा शुरूमा नै कुन पदका लागि कसले इच्छा गरेको हो भनी सोधेर सोहीअनुसार पनि पदाधिकारी छनौट हुन सक्तछन् । सर्वसम्मत गरी सहमतिमा नेतृत्व चयन गर्नु पनि लोकतान्त्रिक अभ्यास नै हो ।

### क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

समूह वा संगठन बनाउने हरेक क्षेत्रमा सर्वसम्मत विधिको उपयोग हुनसक्दछ । बालक्लव गठनका क्रममा यस क्रियाकलापको उद्देश्य बालक्लबका पदाधिकारी चयन गर्नु नै हो ।

## आवश्यक सामग्री र तयारी

पदाधिकारीहरूको सर्वसम्मत चयन गर्ने क्रियाकलापमा विशेष सामग्रीको आवश्यकता पर्दैन । तैपनि छलफलमा उठेका कुराहरू लेख्नका लागि हातमा कापी कलम भैरहनुपर्दछ ।

## क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

पदाधिकारीहरूको सर्वसम्मत चयन गर्दा बालक्बलको विभिन्न पदमा रहन इच्छुकहरूका बीचबाट पदाधिकारी चयन गरेर वा एकै पटक पदाधिकारी नै छनौट प्रक्रिया अपनाउन सकिने भएकाले सर्वप्रथमतः सोही प्रक्रियाको छिनोफानो गर्नुपर्दछ । बालक्लबको स्वरूप कस्तो हुने, कतिजना पदाधिकारी रहने भन्ने बारे पनि छलफल र निर्णय भैसकेको हुनुपर्दछ । त्यसपछि कुन पदमा को बस्ने भनेर छलफल गर्दै सबैको सहमति छ छैन भनेर सोध्नुपर्दछ । यस क्रममा कुनै पदमा एकभन्दा बढी उमेदवारी परेमा आफूआफूमा छलफल गराएर सहमति खोज्न सकिन्छ । अन्यथा सो पदका लागि मात्रै पनि निर्वाचनमा जान सकिन्छ ।

सबै पदाधिकारीको चयन भैसकेपछि गठन प्रक्रियाको समापनमा बधाइ तथा सपथ ग्रहणको कार्यक्रम राख्नुपर्दछ । पदाधिकारीलगायत उपस्थित सबैलाई अविर लगाइदिएर क्लब गठनको महत्ता बढाइदिनुपर्दछ ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव १ घण्टा ।

## क्रियाकलाप सञ्चालन गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

बालबालिका स्वभावैले प्रतिष्पर्धी हुन्छन् । तसर्थ, पदाधिकारी चयनका बेला हारजित हुने भएकाले उनीहरूमा मनमुटाव आउन नदिन विचार पुऱ्याउनुपर्दछ । यस अवसरलाई बालबालिका माझ लोकतान्त्रिक संस्कारबारे बताउन सदुपयोग गर्न सकिन्छ । पदाधिकारी चयनमा जहिले पनि समावेशीकरण भएको छ कि छैन ध्यान दिनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप गर्दा आएका महत्वपूर्ण कुराहरू तथा अनुभवहरूलाई टिपोट वा सङ्कलन गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ । यसरी व्यवस्थित तरिकाले टिपोट गरेर बनाइएको प्रतिवेदन सबैका लागि सहयोगी हुन सक्तछ । यसो गर्नाले सहजकर्ताको आफ्नै ज्ञानको क्षेत्र पनि विस्तार हुँदै जान्छ ।

# परिच्छेद ३
# बालक्लबको योजना तर्जुमा प्रक्रिया

बालक्लब गठनसँगै बालक्लबले आफूले गर्ने क्रियाकलापको योजना तर्जुमा गर्नुपर्दछ । योजना तर्जुमाले क्लबको कामलाई व्यवस्थित गर्दै क्लबलाई संस्थागत गराउँदै लैजान सघाउ पुर्‍याउँदछ । बालक्लवले सामन्यतया एक वर्षका लागि कार्यक्रम तय गर्नु उपयुक्त हुन्छ । यसरी वार्षिक कार्यक्रम तयार गर्दा मासिक, त्रैमासिक, अर्धवार्षिक र वार्षिक गरी आवधिक कार्ययोजना तयार गर्न सकिन्छ । बालक्लबमा समावेश हुने सबैजसो बालबालिका विद्यालय तथा कलेजमा अध्ययन गरिरहेका हुने हुँदा उनीहरूका लागि प्रत्येक सप्ताह क्रियाकलाप नराख्नु नै राम्रो हुन्छ । उनीहरूको व्यक्तिगत उन्नति र बालक्लबको दीगोपनका लागि पनि बालक्लबमा समावेश हुनेहरूको पढाई ज्यादै महत्वपूर्ण छ । बालक्लबका योजनाहरूले पनि समग्र बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकास विशेषतः चारित्रिक विकास, वौद्धिक विकास र सामाजिक दायित्वको भावनाको विकासमा सघाउने खालका हुनुपर्दछ ।

आवधिक योजना तर्जुमामा सघाउ पुर्‍याउने खालका केही विधिहरूलाई यस परिच्छेदमा राखिएका छन् । आवधिक योजना तर्जुमाको महत्वपूर्ण पाटो भनेको बालक्लब गठन भएको क्षेत्र (विद्यालय/समुदाय) मा बालअधिकारको अवस्थाका बारेमा ज्ञान हुनु हो । तसर्थ, यस परिच्छेदको शुरूमा सोहीअनुसारका विधिहरूको छलफल गरिएको छ त्यसपछि मात्र योजना तर्जुमा विधिबारे चर्चा गरिएको छ ।

समुदायमा बालअधिकार/बालबालिकाको स्थिति अध्ययनमा सहयोग पुर्‍याउने केही विधिहरू निम्नानुसार दिइएका छन्ः

## विधि- ६:
## जोखिम नक्साङ्कन (Risk Mapping)

### विधिको परिचय

बालबालिकाको पहुँच भएका स्थानहरू कत्तिको जोखिम वा सुरक्षित छन् भनी विश्लेषण गर्ने एउटा महत्वपूर्ण विधि जोखिम नक्साङ्कन विधि हो । यो सहभागितामूलक ग्रामीण लेखाजोखा (पिआरए) अन्तर्गत समुदायमा तयार गरिने स्रोत नक्सांकन जस्तै हो । यस विधिमा बालबालिकाले आफ्नो घर, छिमेकी समुदाय, विद्यालय, बजार आदिको नक्शा कागजमा उर्ताछन् र आफू ती ठाउँहरूमा सुरक्षित वा जोखिममा रहेको भनेर औंल्याउँछन् । जोखिम नक्साङ्कन विधिले समुदायमा बालबालिकालाई प्रभाव पार्ने जोखिमी अवस्थाहरूको लेखाजोखा गर्न तथा सुरक्षाका सवालहरूबारे जानकारी लिन सहयोग पुऱ्याउँदछ । ८ देखि १८ वर्षसम्मका २५ जनासम्म बालबालिकाबीचमा यो विधि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

जोखिम नक्साङ्कन विधिको प्रयोगको क्षेत्र व्यापक हुन सक्तछ । बालबालिकाको बारेमा जान्न चाहने जोसुकैले अर्थात् गाउँविकास समिति (गाविस), विद्यालय, सरकारी तथा गैरसरकारी संघसंस्था, स्थानीय प्रहरी चौकी, बालक्लव स्वयम्, जुनियर रेडक्रम सर्कल र आमासमूहलगायत समुदायमा आधारित संस्थाहरूले यस

विधिलाई अपनाउन सक्तछन् । विशेषगरी बालबालिकाका भेला, बैठक नै यस विधिको प्रयोग क्षेत्र हुन् । यद्यपि आवश्यकताअनुसार यसलाई अन्यत्र पनि प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । समुदायमा बालबालिकाका लागि सुरक्षित तथा असुरक्षित क्षेत्रहरूको पहिचान गरी योजना तर्जुमा गरी सुरक्षाको उपाय पहिल्याउने क्रियाकलाप विकास गर्न सघाउ पुऱ्याउनु यस विधिको उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री र तयारी

कागज, न्यूजप्रिन्ट पेपर, मार्कर, पेन्सिल, ईरेजर, मास्किङ्ग टेप, रातो र हरियो रङ्गका टिकाहरू वा मेटाकार्ड आदि र उपलब्ध भएसम्म बिभिन्न मुद्रामा (हँसिलो र दुःखी) भएका बालबालिकाको चित्र वा चित्रस्टिकरहरू ।

## विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- बालबालिकालाई सानोसानो समूहमा बाँडेर ठूलो कागज/न्यूजप्रिन्ट पेपर तथा मार्करहरू दिने र बालबालिकालाई आफ्नो समुदायको नक्सा लेख्न लगाउने । त्यस नक्सामा घर, धारा, विद्यालय, चौर, जंगल, मन्दिर, बाटो, बजार, खेतबारी, पाटीपौवा, चौतारा आदिजस्ता ठाउँहरूलाई संकेत गरिनुपर्दछ । बालबालिकासँग छलफल गरी उचित ठाउँमा ती चित्रहरू राख्न लगाउने ।
- नक्शाचित्रमा सुहाउँदो रङ्ग भर्ने जस्तैः जंगललाई हरियो ।
- बालबालिकाले आफ्नो समुदायको नक्सा बनाइसकेपछि त्यसमा समुदायको जुन जुन स्थानमा बालबालिकाका लागि सुरक्षित स्थान छ त्यहाँ हँसिलो अनुहारको बालक वा बालिका बनाउन लगाउने वा चित्र तथा स्टिकर टाँस्न लगाउने ।
- त्यस्तै बालबालिकाका लागि असुरक्षित तथा डरलाग्दा स्थानहरूमा दुःखी अनुहारको बालक वा बालिकाको चित्र बनाउन लगाउने ।
- सहभागीहरूसँग उनीहरूको समुदायमा बालबालिकाको हकअधिकारको सन्दर्भमा परिवर्तन गर्नुपर्ने तीनवटा कुराहरू के के हुन् र ती कुराहरू कहाँ कहाँ छन् तिनमा तारा चिन्ह लेख्न लगाउने ।
- माथिका सबै सवालहरूमा बालबालिकाबीच छलफल गर्न लगाउने । छलफल गर्दा उनीहरूले भनेका क्षेत्र किन सुरक्षित र किन असुरक्षित छन् त भनी कारण पनि खोतल्ने । अन्त्यमा बालबालिका लागि समुदायका यी क्षेत्र सुरक्षित र यी यी क्षेत्र असुरिक्षित रहेछन् भनी निष्कर्षमा पुग्न सकिन्छ ।

## विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

२ देखि २ घण्टा ३० मिनेट ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो बिधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले सहभागी बालबालिकाले गर्नुपर्ने काम र त्यो कसरी गर्ने भन्ने कुरा प्रष्ट पारिदिनुपर्दछ । बालबालिकाले आफू रहेको समुदायका बारेमा सूचना सङ्कलनको काम गर्ने भएकाले कहाँ के परिस्थिति छ उनीहरूबाट आउन दिनुपर्दछ के के लेख्ने भनी निर्देश गर्नुहुँदैन ।

यस विधिको प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले स्थानीय श्रोत तथा सामग्रीहरूको प्रयोगमा विशेष जोड दिनुपर्दछ । उदाहरणका लागि घर आदिको संकेत गर्न ढुंगा, पात आादिको प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसरी बालबालिकाले जोखिमपूर्ण स्थान भनेर इङ्गित गरेका क्षेत्रलाई सुरक्षित बनाउने वा त्यहाँबाट जोगिने रणनीति तय गर्नमा सघाउनुपर्दछ । द्वन्द्वग्रस्त समुदायमा यो विधि अझ सार्थक हुन सक्तछ । समयको वचतका लागि माथि उल्लेखित ठाउँहरूको चित्र (आकार) पहिले नै तयार गरी लैजान पनि सकिन्छ तर सामाजिक चित्र बालबालिका स्वयम्ले बनाउँदा यस विधिको प्रभावकारिता बढ्दछ । जोखिमका क्षेत्र पहिचान गर्दा सहभागीहरूलाई भौगोलिकता, सामाजिक र अन्य के कारणले जोखिम भएको हो खुलाउन भन्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

विधि प्रयोग गर्दा आएका महत्वपूर्ण कुराहरू तथा अनुभवहरूलाई टिपोट वा सङ्कलन गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ । यसरी व्यवस्थित तरिकाले टिपोट गरेर बनाइएको प्रतिवेदन सबैका लागि सहयोगी हुन सक्तछ । यसो गर्नाले सहजकर्ताको आफ्नै ज्ञानको क्षेत्र पनि विस्तार हुँदै जान्छ ।

✦

# क्रियाकलाप⁄विधि- ७:
# मस्तिष्कमन्थन (Brain Stroming)

## क्रियाकलाप/विधिको परिचय

योजना तर्जुमाका बेला नयाँनयाँ विचारहरू आएमा मात्र राम्रो र प्रभावकारी योजना तर्जुमा हुन सक्तछ । यसका लागि सिर्जनशील विचारहरू ल्याउने एउटा उत्तम तरिका मस्तिष्कमन्थन विधि हो ।

## प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालक्लबलगायत कार्ययोजना तर्जुमा गर्ने जुनसुकै निकाय पनि यस विधिको प्रयोग क्षेत्र हुन सक्तछन् । सहभागी सबैबाट नयाँनयाँ विचार सङ्कलन गरी योजना तर्जुमा गर्नु नै यस विधिको मुख्य उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री तयारी

यस विधिको तयारीका क्रममा बालबालिकालाई यथासमयमा यथास्थानमा तयारी अवस्थामा राखिनुपर्दछ । टिपोट गर्ने न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किङ्ग टेप आदि यस विधिका आवश्यक सामग्रीहरू हुन् ।

## विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सबैले देख्नेगरी न्यूजप्रिन्टलाई भित्तामा टाँस्ने ।
- सहभागीहरूलाई कुनै एक विषयमा आफ्ना विचारहरू राख्न प्रोत्साहन गर्ने ।
- जति पनि विचारहरू आउँछन् सहजकर्ता वा सहयोगीले टाँसिएको न्यूजप्रिन्ट वा मेटाकार्डमा टिप्दै जाने ।
- सबै विचारहरू आइसकेपछि त्यसैमा आधारित भएर छलफल गर्ने र निचोडमा पुग्ने ।

## क्रियाकलाप/विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव एक घण्टा ।

## क्रियाकलाप/विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यस विधिमा शुरूमा बालबालिकाले उठाएका विचारहरूमा सहजकर्ताले कुनै प्रतिक्रिया जनाउनुहुँदैन । मस्तिष्कमन्थन प्रक्रियामा आएका विचारहरूको सम्मानपूर्वक टिपोट गर्दै जानु महत्वपूर्ण नियम हो । त्यस्तै, मनमा आएका विचारलाई जेजस्तो रूपमा आएका छन् अभिव्यक्त गर्न बालबालिकालाई प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ । जति धेरै विचारहरू जम्मा भए उत्तिकै नयाँनयाँ राम्रा विचारहरू छनौट गर्न सकिने कुरामा विस्वस्त हुन सकिन्छ । त्यसैले सहजकर्ताले बालबालिकालाई नयाँनयाँ विचार ल्याउन प्रोत्साहन गर्दै यस प्रक्रियाबाट योजना तर्जुमामा सबैको योगदान रहने कुरा बुझाउनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# क्रियाकलाप/विधि- ८:
# नाटक/अभिनय प्रस्तुति

## क्रियाकलाप/विधिको परिचय

समुदायमा बालबालिकाले भोगिरहेका समस्याहरू, त्यसका कारण र परिवेशका बारेमा विस्तारमा छलफल गरी सोही कुरालाई अभिनयका माध्यमबाट प्रस्तुत गर्नु नै नाटक वा भूमिका प्रदर्शन हो । यस विधिबाट आएका विचारहरूका आधारमा कार्यक्रम निर्माणका लागि मार्गदर्शन प्राप्त हुन्छ । बालबालिका पनि यसबाट रमाउँछन् ।

## क्रियाकलाप/विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्य

यो क्रियाकलाप/विधि आवश्यकताअनुसार विभिन्न विषयमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । उदाहरणका लागि बालबालिकाको समस्या तथा आवश्यकता पहिचान गर्न र साथै उनीहरूका सकारात्मक वा नकारात्मक अनुभवहरू जान्नका लागि यो क्रियाकलाप/विधि उपयुक्त हुन सक्तछ । आवश्यकता पहिचान भए पछि सोहीअनुसार योजना तयार गर्न सकिन्छ । यो क्रियाकलाप/विधि बालबालिकासँग सवालहरूका बारेमा पैरवी (एडभोकेसी) का लागि पनि प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । नाटक वा अभिनयको माध्यमबाट बालबालिकाका समस्या पहिचान गरी योजना तर्जुमामा सघाउ पुऱ्याउनु नै यस क्रियाकलाप/विधिको प्रमुख उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री र तयारी

नाटक वा अभिनयको माध्यमबाट प्रस्तुत हुँदा कुनै घटना वा परिवेश बुझाउनका लागि बालबालिका जम्मा भएको स्थान वरिपरि पाइने लौरो, विरूवा, टोपी, रूमाल आदिजस्ता सामग्रीहरू नै यस क्रियाकलाप⁄विधिका लागि पर्याप्त सामग्री हुन्छन् । यो कुनै नाटकको तयारी नभई समस्या पहिचान गर्ने नाटकीय स्वरूप मात्र भएकाले यसलाई विशेष तयारी गरिरहनुपर्दैन । वरिपरी र आफैंसँगका सामग्री नै पर्याप्त हुन्छन् ।

## क्रियाकलाप/विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- उपस्थित बालबालिकासँग समुदायमा बालबालिकासँग सम्बन्धित सवालहरूका बारेमा छलफल सञ्चालन गर्ने । यसमा उनीहरूसँग घरपरिवार, विद्यालय, समुदायमा रहँदा अनुभव गरिएका सकारात्मक तथा नकारात्मक अनुभवहरू के के हुन् भनी छलफल चलाउँदा सजिलो हुन्छ ।
- छलफलमा उठेका मुख्य मुख्य कुराहरूको बुँदा टिप्ने⁄टिप्न लगाउने ।
- टिपिएका बुँदाहरूका आधारमा बालबालिकालाई नाटक बनाउन, त्यसको सामान्य तयारी गर्न र अभिनय गरेर प्रदर्शन गर्न सघाउने ।

## क्रियाकलाप/विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

३० मिनेट देखि १ घण्टासम्म ।

## क्रियाकलाप/विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

नाटक वा भूमिका प्रदर्शन सीर्जनशील कार्य भएकाले सहजकर्तामा नाटकको धेरथोर ज्ञान हुँदा राम्रो हुन्छ । नाटकमा खेल्न इच्छुक बालबालिकालाई अभिनय लागि छनौट गर्नुपर्दछ । बालक्लवमा काम गरिसकेका बालबालिका भए यो क्रियाकलाप⁄विधिको प्रयोग सरल हुन्छ । लजालु स्वभाव भएका तथा दर्शकमाझ यस अघि कहिल्यै प्रस्तुत नभएका बालबालिकालाई भने केही थप तयारी गर्नु आवश्यक देखिन्छ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यो क्रियाकलाप⁄विधि प्रयोग गर्दा आएका महत्वपूर्ण कुराहरू तथा अनुभवहरूलाई टिपोट वा सङ्कलन गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ । यसरी व्यवस्थित तरिकाले टिपोट गरेर बनाइएको प्रतिवेदन सबैका लागि सहयोगी हुन सक्तछ । यसो गर्नाले सहजकर्ताको आफ्नै ज्ञानको क्षेत्र पनि विस्तार हुँदै जान्छ ।

✦

# क्रियाकलाप- ९:
# पर्यटक गाइड/समुदाय भ्रमण

### क्रियाकलापको परिचय

बालबालिका स्वयम्लाई समुदाय भ्रमण गराएर समुदायका मानिसको जीवनशैली र स्तर, समुदायमा उपलब्ध श्रोतहरू तथा समुदायका समस्याका बारेमा प्रत्यक्ष अनुभव गराई समस्या पहिचान गर्ने क्रियाकलाप नै पर्यटक गाइड विधि हो । यसरी बालबालिका स्वयम्लाई नै समुदायसँग प्रत्यक्ष परिचित गराएर बनाइने योजना बालबालिकाको हितमा निकै व्यवहारिक ठहरिन सक्तछ ।

### क्रियाकलापको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

पर्यटक गाइड विधिलाई योजना तर्जुमा, समस्या प्राथमिकीकरण र श्रोत परिचालनका सन्दर्भमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । बालक्लबलगायत युवाक्लब, गाविस, वडा, विद्यालय, समुदाय र संघसंस्था जो सुकैले पनि यस विधिलाई अपनाउन सक्तछन् । विधिको प्रयोग गर्ने संस्थाको आवश्यकताअनुसार पनि यसको उद्देश्यमा विविधता आउन सक्तछ । यद्यपि बालबालिका स्वयम्ले समुदायको प्रत्यक्ष अनुभव गरी बालबालिकाका समस्या प्राथमिकीकरण गरी योजना तर्जुमामा सघाउ पुऱ्याउनु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री र तयारी

टिपोटका लागि आवश्यक सामग्री जस्तै कापी, कलम आदि यस विधिको लागि आवश्यक सामाग्री हुन् । दिइएको समयमा सहभागी भेला गर्नु नै यसको पूर्व तयारी हो ।

### क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

बालक्लब स्वयम्ले वा गाविस⁄नगरपालिका (नपा) वा सामाजिक संघसंस्था आदिले बनाउन लागेको योजनाको क्षेत्रका आधारमा समुदायमा भ्रमणमा को रहने भन्ने कुरा भर पर्दछ । यदि बालबालिकाका निम्ति योजना तर्जुमा गर्नको लागि समस्या प्राथमिकीकरण गर्न खोजिएको हो भने सम्बन्धित स्थानीय बालबालिकाको समूहसँग सम्बन्धित वयस्कहरूको समूह पनि साथैमा हुनु जरूरी छ । यस क्रियाकलापको प्रयोगका लागि तलका प्रक्रियाहरू अपनाउनुपर्दछः

- बालबालिकाको सल्लाहमा भ्रमणको उद्देश्य तय गर्ने ।
- भ्रमणको बाटो मिलाउने ।
- भ्रमणमा जाँदा कहाँ कहाँ पुगियो वरिपरि के के देखियो आफू-आफू वा समूहमा रहेर टिपोट गर्दै⁄गराउँदै जाने ।
- भ्रमणमा गएका बालबालिकाले आफ्नै तरिकाले समस्याग्रस्त क्षेत्रहरू, बालबालिका गाईवस्तु चराउन जाने स्थान र त्यहाँको अवस्था, जोखिमपूर्ण क्षेत्र, बिग्रिएर बनाउनुपर्ने भएका बाटाहरू, विद्यालयको अवस्था, खेल मैदान र यसको स्थिति, विकास निर्माणका कार्यहरू, वनजंगल र वातवरणीय स्थिति, स्वास्थ्य केन्द्र, बालविकास केन्द्र, व्यापार⁄पसल आदिका बारेमा टिपोट गर्नेछन् ।
- कार्यक्रम स्थलमा फर्किएर आइसकेपछि भ्रमणका अनुभवबारे जानकारी लिइसकेपछि समुदायमा पाइएका स्रोतहरूको बारेमा चर्चा गर्न सकिन्छ जसबाट हामी अभाव र समस्यामा मात्र छैनौ भन्ने भाव बालबालिकामा जागृत हुन जान्छ ।
- समस्या के के देखियो र स्थानीय स्रोतको परिचालन गरी कसरी समाधान निकाल्न सकिन्छ भनी छलफल गर्दै प्राथमिकीकरण गर्दै योजना तर्जुमामा लाग्नुपर्दछ ।

### क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

यो क्रियाकलापका लागि लाग्ने समय भ्रमणको क्षेत्र तथा बाटोको अवस्थाअनुसार निर्धारण गर्नुपर्दछ ।

### क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू

बालबालिकालाई समुदाय भ्रमणमा लैजानु भनेको बालबालिका स्वयम्ले दिनहुँ देखिरहेका वा भोगिरहेका वास्तविकतासँग सुव्यवस्थित तरिकाले परिचित गराउनु हो । तसर्थ, सहजकर्ताले भ्रमण तथा छलफलका क्रममा बालबालिकामा समाजप्रतिको दृष्टिकोण परिवर्तन ल्याउने अवसरका रूपमा लिनुपर्दछ । भ्रमणका क्रममा र त्यसपछि उनीहरूसँगको सम्वाद र अन्तरक्रियाबाट नै यो सम्भव छ । भ्रमणको तयारी, भ्रमण र छलफलका क्रममा समाज के हो, कसरी चलेको हुन्छ, समाजमा के कस्ता सामाजिक व्यवस्था रहेका हुन्छन् जस्ता समाजिक विषयका छलफल चलाएर उनीहरूको ज्ञानको भण्डारलाई व्यापक गराउन सकिन्छ भने अर्कातिर समाजमा विद्यमान विशेषतः

बालबालिकाका समस्या समाधान गरी कसरी बालबालिका समाज परिवर्तनका सम्वाहक हुन सक्तछन् भनी प्रष्ट्याउन सकिन्छ । यसबाट बालबालिकामा आत्मविश्वास र समाजप्रतिको दायित्वको भावना जागृत हुन्छ । यो क्रियाकलाप गर्दा स्थानीय क्षेत्रका समावेशी सिद्धान्तका आधारमा बालबालिकाको सहभागितामा ध्यान दिनुपर्दछ । यस क्रममा बालबालिकामा भ्रमणको उद्देश्य प्रष्ट भएको हुनुपर्दछ र बालबालिकासँग चिनापर्ची भएको व्यक्तिले यो क्रियाकलाप गरेमा बढी सहज हुन्छ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यो क्रियाकलापको शुरूदेखि नै तथ्य तथा अनुभवहरूको टिपोट वा सङ्कलन गर्नु ज्यादै महत्वपूर्ण हुन्छ । संकलित टिपोटका आधारमा छलफल अगाडि बढ्ने हुँदा लेख्ने कार्यमा पटक्कै अल्छि गर्नुहुँदैन । यसरी टिपोट गरी बनाइएको प्रतिवेदन सबैका लागि सहयोगी हुन सक्तछ । लेख्ने बानीले आफ्नै ज्ञानको क्षितिज बढाउन पनि मद्दत गर्दछ ।

✦

# विधि- १०:
# सामाजिक नक्साङ्कन (Social Mapping)

### विधिको परिचय

सामाजिक नक्साङ्कन बालबालिकाको सूचना सङ्कलन गर्ने सहभागितात्मक विधि हो । कुनै खास क्षेत्रमा बालबालिकासम्बन्धी विविध सूचनाहरू सङ्कलनमा यसले मद्दत गर्दछ । एउटा निश्चित क्षेत्रमा कहाँ के के छ भन्ने कुरा, कुन घरमा के कति उमेरका बालबालिका छन्, ती बालबालिका विद्यालय जान्छन् कि जाँदैनन्, बालक्लवका सदस्य हुन वा होइनन्, बालक्लवका कार्यसमितिका सदस्यहरू कहाँ कहाँ बस्छन्, बालक्लवले गरेका क्रियाकलापहरू कहाँ र के कस्ता छन्, कुन ठाउँका बालबालिका प्रायः बालक्लवमा आउँदैनन, कुन ठाउँका बालबालिका प्रायः विद्यालय जादैनन् भन्ने जस्ता बालबालिकासँग सम्बन्धित सवालहरूबारे जानकारी लिन यो विधि उपयोगी हुन्छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो बिधि कुनै समुदाय, विद्यालय, गाविसलगायत बालक्लव तथा गैरसरकारी संस्थाहरूलाई आफूले काम गर्ने क्षेत्रमा रहेका समस्या तथा आवश्यकता पहिचान गर्न उपयुक्त देखिन्छ । यो बिधि प्रयोग गर्दा प्रक्रियागतरूपमा सहजीकरण गर्नु उपयुक्त देखिन्छ । समुदायका बालबालिकाको वास्तविक स्थिति पत्ता लगाउनु सामाजिक नक्साङ्कन विधिको उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री र तयारी

यस विधि प्रयोगको लागि निम्नानुसारका सामग्रीहरू आवश्यक पर्दछन्ः

- ठूलो कागज वा न्यूजप्रिन्ट पेपर ।
- आवश्यकताअनुसार घर, विद्यालय, चौर, मन्दिर, बालक्लव आदि अंकित स-साना रंगिन कार्डहरू । *(यो विधिका लागि ठाउँ र उपलब्धता हेरी स्थानीय सामग्री चक, ढूंगा काठ आदिको प्रयोग गर्न पनि सकिन्छ)*
- समूह समूह बसेर छलफल गर्ने र न्यूजप्रिन्ट पेपर ओछ्याएर लेख्ने पर्याप्त स्थान ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरूलाई ६ देखि १० जनाको समूहमा विभाजन गर्ने ।
- बालक्लवका सदस्यहरूलाई आ-आफनो घर वा बस्ने ठाउँको नक्सा बनाउन दिने र घरको चित्र अंकित मेटाकार्ड टाँस्न लगाउने । त्यसको मुनि आफ्नो नाम उल्लेख गर्ने । एक स्थानबाट अर्को स्थान जान कति समय लाग्छ त्यो पनि उल्लेख गर्ने ।
- सदस्यहरूको उमेर र लिङ्गअनुसार १२ वर्ष मुनिका बालिकालाई जनाउन हरियो रंगको थोप्ला, १२ वर्ष मुनिका बालकहरूका लागि गाढा नीलो, १२ वर्ष माथिका बालिकाहरूलाई जनाउन पहैंलो, १२ वर्षभन्दा माथिका बालकहरूको हकमा रातो रंगको थोप्ला लगाउने । यसैगरी पाँच वर्ष मुनिका बालबालिकाको पनि पहिचान गर्न सकिन्छ ।
- त्यस्तै बालक्लवको मिटिङ्ग हुने स्थान, पढ्ने पाठशाला, काम गर्नुपर्ने बालबालिका भए काम गर्ने स्थानको नक्सा बनाउन दिने । र, ती स्थानअनुसारको चित्र अंकित मेटाकार्ड ठीकठीक ठाउँमा टाँस्ने ।
- बालक्लबमा सदस्य नभएका तर बालक्लब उमेरका बालबालिकाको पनि अन्य सदस्यहरूको सहयोग लिएर घर तथा उमेर र लिङ्ग छुट्टिने गरी थोप्ला लगाउने ।
- सबै मिलेर बालक्लबको सदस्य नभएका अन्य बालबालिकाका पनि घर तथा उमेर बुझाउने थोप्ला टाँस्न लगाउने ।
- बालबालिकाले बालक्लवको सदस्य बन्न के गर्नुपर्दछ भन्ने बारेमा छलफल गर्ने ।
- अव बालक्लबको बैठक हुने ठाउँ तथा बालक्लबले कार्यक्रमहरू गर्ने स्थानहरूको बारेमा छलफल गर्ने र रंगिन मेटाकार्डले कार्यक्रम गर्ने ठाउँको चिनो लगाउने ।
- कुन कुन सदस्यहरू नियमितरूपमा बालक्लबको बैठकमा आउँदछन् तिनीहरूको नाम तथा घरमा लगाउने । त्यसैगरी बालक्लबको बैठकमा नियमित नआउने बालबालिकाको नाम र घरमा अर्को रंगले चिनो लगाउने ।
- अव वरिपरि गोलाकार भएर बस्ने र नक्सामा हेर्दै बालक्लवमा कति बालबालिका सदस्य भएका छन् ? कुन बालबालिका बालक्लबमा नियमितरूपमा आउँछन् र को आउँदैनन् भन्ने विषयमा छलफल गर्ने । बालक्लबमा बालकहरूको संख्या बालिकाहरूको संख्या के कति रहेको छ आदि बारे छलफल गर्ने । त्यस्तै कार्यसमितिको गठन, कार्यसमितिमा रहेका सदस्यहरूका उमेर र लिङ्गको बारेमा छलफल गर्ने । त्यस्तै बालक्लबमा जातियता, आदिवासी जनजातिका बालबालिका आदिको सहभागिताका बारेमा समेत छलफल गर्ने । (सहभागीहरूले घरको चित्र बनाउँदा उत्तर फर्काएर बनाउने गर्नाले हेर्न सजिलो हुने कुरा बताइदिने) ।

### विधि प्रयोग गर्दा लाग्ने अनुमानित समय

यो विधि सञ्चालनका लागि साधारणतया १ घण्टा समय लाग्दछ । तर बालबलिकाको स्तर र क्षमताअनुसार समय फरक पर्न सक्छ ।

### विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यस विधिमा एकभन्दा बढी समूहमा छलफल र क्रियाकलाप गरिने हुँदा समूहको संख्याअनुसार आवश्यक संख्यामा सहजकर्ताको व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ । विधि प्रयोग गर्नु अगाडि सहभागी बालबालिकालाई यस विधिको उद्देश्य तथा यसमा गर्नुपर्ने क्रियाकलापका बारेमा प्रष्ट पार्नुपर्दछ । सामाजिक परिवेश, सामाजिक बनोटलगायत समाजका बारेमा बालबालिकालाई थाहा दिने यो राम्रो अवसर पनि हो । यो विधि प्रयोग गर्नु अगाडि पूर्वाभ्यास पनि गराउन सकिन्छ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

विधिको अन्तमा विभिन्न क्रियाकलाप गर्दाका अनुभवहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

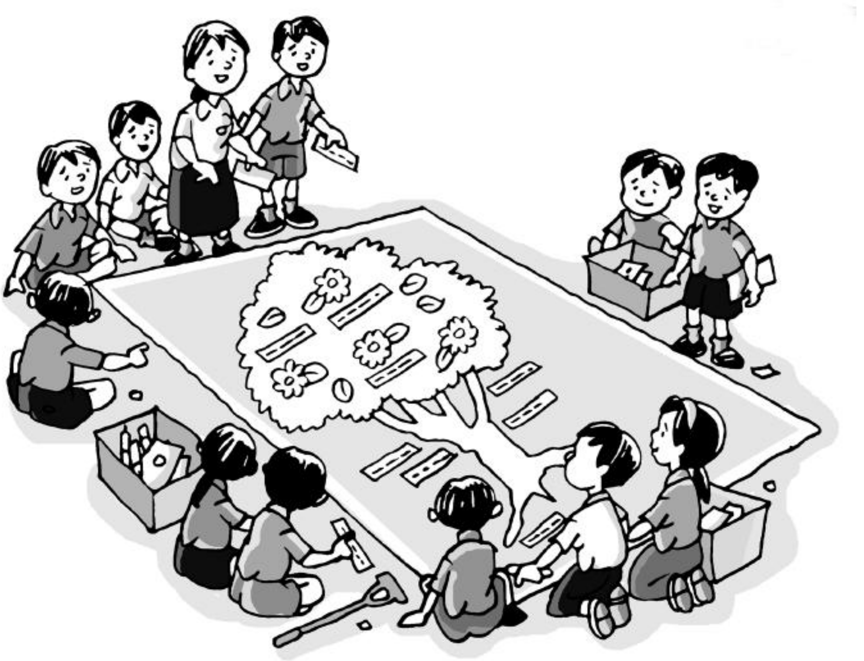
✦

## बालक्लबसँग सम्बन्धित मुद्दाको पहिचान,  क्रियाकलापहरू निर्धारण र यसको प्राथमिकीकरण

बालबालिकाको स्थितिका बारेमा प्रष्टता आइसकेपछि बालक्लबले प्राथमिककीकरणका आधारमा समुदायमा कस्ता गतिविधिहरू सञ्चालन गर्न सक्तछन् सोको तर्जुमा गर्नुपर्दछ । यसका निम्ति उनीहरूसँग सहभागितात्मक तरिकाले उनीहरूले के कस्ता गतिविधिहरू सञ्चालन गर्न खोजेका हुन् पत्ता लगाउने, प्राथमिकीकरण गर्ने र योजना बनाउने गर्नुपर्दछ ।

बालक्लब क्रियाशील रहेका क्षेत्रमा बालबालिकासँग सम्बन्धित विभिन्न विषय वा मुद्दाहरू हुन्छन् । ती मुद्दाहरूको पहिचान भएमा मात्र तिनको सम्बोधन हुन सक्ने हुँदा उनीहरूका जल्दाबल्दा सवालहरू पहिल्याउनुपर्दछ । यसरी बालबालिकाका सवालहरू पहिल्याउन र त्यसको आधारमा गर्न चाहेका क्रियाकलापहरू पत्ता लगाउनका लागि उपयुक्त केही विधिहरू तल उल्लेख गरिएको छ :

## विधि- ११:
## कल्पना वृक्ष (Dream Tree)



### विधिको परिचय

कल्पना वृक्ष बालबालिकाका लागि कार्यक्रम पहिल्याउन प्रयोगमा ल्याउन सकिने एउटा उपयुक्त विधि हो । एउटा रूखको स्वरूपमा क्रियाकलापहरू सञ्चालन गरिने भएकाले यसलाई कल्पना वृक्ष विधि भनिएको हो । यसमा

बालबालिकाको जीवनमा अवसर तथा संरक्षणको हिसावले सक्षम बनाउने न्याय, मायाममता आदिजस्ता तत्वहरूलाई रूखको जराका रूपमा उनीहरूले तत्काल भोगिरहेका शोषण, भेदभाव, अशिक्षाजस्ता समस्याहरूलाई काण्डमा र बालबालिकाको जीवनमा देख्न चाहेको स्थितिलाई फूल तथा फलका रूपमा चित्रण गरी चाहेको स्थिति ल्याउन के कस्ता गतिविधि सञ्चालन गर्ने र कहाँ कहाँ के कस्ता परिवर्तन आवश्यक छ भनी छलफल गर्दै समस्या समाधानका निम्तिका रणनीतिहरू तय गर्न सकिन्छ ।

## विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो विधि बालक्लब, सम्बन्धित गैरसरकारी सँस्थालगायत गाविस तथा वडाले बालबालिकाका लागि कार्यक्रम निर्माण गर्ने क्रममा प्रयोग गर्न सकिन्छ । बालबालिकाले भोग्नुपरेका समस्याहरू र उनीहरूले चाहेको परिवर्तनसहितका अवस्थाहरूबारे जानकारी प्राप्त गर्नु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री र तयारी

यस विधिका लागि न्यूजप्रीन्ट पेपर वा कार्डबोर्ड र विभिन्न आकारमा काटिएका मेटाकार्ड, विभिन्न रंगको मार्कर, ग्लूस्टिक वा मास्किङ् टेप, आदि सामग्रीहरू तयारी अवस्थामा रहनुपर्दछ ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालबालिकाको एक सानो समूह बनाउने ।
- कार्डबोर्डमा जरादेखि फूलसम्म भएको रूखको आकृति बनाउन लगाउने ।
- सहभागी बालबालिकालाई के के कुराको व्यवस्था भएमा आफ्नो सुरक्षा तथा बालअधिकारको संरक्षण हुन्छ भनेर छलफल गर्दै ती कुराहरू जरामा लेख्न लगाउने । जस्तै न्याय, माया-ममता तथा समानता ।
- रूखको डाँठमा हाल बालबालिकाले भोग्न परिरहेका अवस्थाहरू जस्तै शोषण, भेदभाव, शिक्षाको अभाव आदि मेटाकार्डमा लेखेर टाँस्न लगाउने ।
- फूल तथा फलको भागमा बालबालिकाले आफ्नो जीवनमा देख्न चाहेको राम्रो अवस्थाबारेमा मेटाकार्डमा लेखेर टाँस्न लगाउने ।
- रूख वरिपरिका भागमा भने बालबालिका आफैंले त्यस अवस्थामा परिवर्तन ल्याउन गर्न सक्ने क्रियाकलापहरूबारे लेख्न लगाउने *(यसमा बालबालिकाले व्यक्तिगत रूपमा वा समूहगत रूपमा गर्न सक्ने प्रकारका क्रियाकलापहरू हुन सक्दछन्)* ।

## विधि सञ्चालनका लागि लाग्ने अनुमानित समय

यो विधिका लागि १ घण्टा समय आवश्यक हुन्छ ।

### विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

बालबालिकाको समूहको रणनीति तथा क्रियाकलापहरूको तर्जुमाका लागि यो विधि प्रयोग गर्न सकिने हुँदा सहजकर्ताले यस विधिलाई गम्भीरतापूर्वक गराउनुपर्दछ । यसबाट समुदाय तथा गाउँमा बालबालिकाले काम गर्ने बेलामा के कस्ता लक्ष्य लिन आवश्यक छ भन्ने कुराको जानकारी गराउन पनि यसले मद्दत पुग्छ भन्ने कुरालाई सहजकर्ताले ध्यान दिनुपर्दछ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यो विधि अन्तर्गत विभिन्न क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्दा सहजकर्ता वा सहभागी बालबालिकाका अनुभवहरू तथा छलफलबाट आएका बुँदाहरू टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

## विधि- १२ :
## विकासका लागि नाटक (Theatre for Development)

### विधिको परिचय

समुदायमा बालबालिकाका सवाल तथा त्यसको सम्बोधनका लागि गर्नुपर्ने क्रियाकलापको पहिचानका लागि विकासका लागि नाटक विधि प्रयोग गर्न सकिन्छ । आफूले निर्धारण गरेका क्रियाकलापहरूको नाटकीय प्रस्तुति र त्यसपछि कुनै खास विषयमा केन्द्रित भएर गरिने छलफलको समग्र रूप नै विकासका लागि नाटक हो ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालक्लबहरूनै यस विधिका प्रयोगका क्षेत्रहरू हुन् । यसलाई अन्य क्षेत्रमा पनि उपयोग गर्न सकिन्छ । समस्या पहिचान र समाधानका क्रियाकलापको प्राथमिकीकरण गर्न सघाउ पुऱ्याउने यसको उद्देश्य रहेको छ ।

### आवश्यक सामग्री र तयारी

नाटकका लागि पात्रहरू (अर्थात् सहभागी बालबालिका) को तयारी पहिलेबाट गरिनुपर्दछ । कथाको विषयअनुसार आवश्यक सामग्री फरक फरक हुन सक्दछन् । तर स्थानीयस्तरमा उपलब्ध सामग्रीहरू नै उपयोगमा ल्याउनुपर्दछ ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालबालिकासँग छलफल वा मस्तिस्कमन्थनबाट उनीहरूका महत्वपूर्ण सवालहरू पहिल्याउने ।
- प्राप्त सवालहरूमध्ये बालबालिकाले चाहे अनुसार प्राथमिकीकरण गर्न लगाउने ।
- ती सवालहरू वा बुँदाहरूको आधारमा ५/७ मिनेटको समयभित्र नाटक तयार गर्न लगाउने ।
- दर्शकहरूमाझ नाटक मञ्चन गर्न लगाउने ।
- नाटक मञ्चनपश्चात् नाटकमा उठाइएका विषयबस्तुहरू बारेमा छलफल गरी निचोड निकाल्ने ।

## विधिको प्रयोगमा लाग्ने अनुमानित समय

विषय र समयको उपलब्धता हेरी ३० मिनेटदेखि २ घण्टा ३० मिनेटसम्म ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो विधि प्रयोग गर्दा नाटकमा अभिनय गर्न चासो भएका तथा हाउभाउ, प्रस्तुतिकरण र नाटकका बारेमा चासो राख्ने र सामान्य जानकारी पाएका बालबालिका भएमा यो विधि थप सहज हुन सक्तछ । अन्यथा सहजकर्ताले नै बालबालिकालाई नाटकबारे आवश्यक कुराहरू सिकाउन तुलनात्मक रूपमा अलि बढी समय खर्चिनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

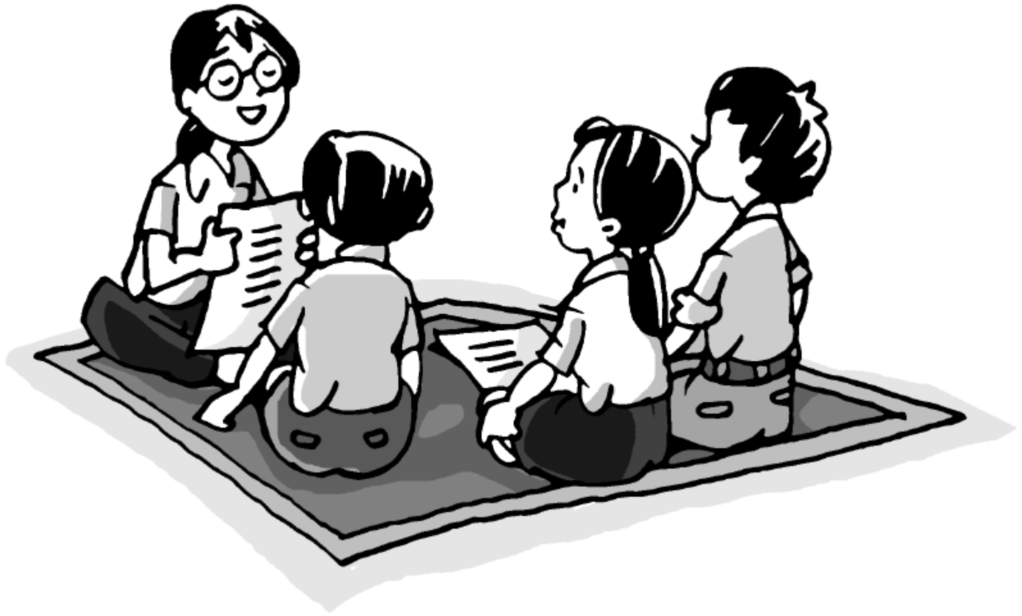
यस विधि अन्तर्गतका क्रियाकलाप गर्दाका अनुभवहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

**बालबालिकाका तथा बालक्लबले भोग्नुपरेका समस्याहरूको विश्लेषण**

आफ्नो जीवनमा आइपर्ने समस्याहरूको समाधान कसरी खोज्ने भन्ने ज्ञान बालबालिकामा हुनुपर्दछ । यसका लागि उनीहरूमा समस्या विश्लेषणका सीपहरू हुन जरूरी छ । समस्या विश्लेषणका लागि विभिन्न विधि तथा तरिकाहरू हुन सक्तछन् । तीमध्ये केहीलाई तल प्रस्तुत गरिएका छन्ः

## विधि- १३:
## घटना अध्ययन (Case Study)



### विधिको परिचय

घटना अध्ययन विधि कुनै पनि बालबालिका वा समुदायमा घटेका घटनालाई उदाहरणका रूपमा लिएर उक्त विषयमा विस्तृत छलफल गर्ने एउटा प्रक्रिया हो । यसमा घटना-कथालाई उदाहरण बनाएर समस्या विश्लेषण गरिन्छ र आवश्यक योजना तर्जुमा गर्न सकिन्छ । यो विधि कुनै समस्याका कारण तथा प्रभावहरू केलाएर समाधानका उपायहरू खोज्न पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । बालअधिकारको व्याख्यानका लागि यो विधि ज्यादै उपयुक्त हुन सक्तछ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो विधि कुनै विषयमा बालबालिकालाई गहन अध्ययन गराउन, समस्या विश्लेषणबारे जानकारी दिन तथा समस्यालाई विविध पक्षबाट कसरी हेर्ने र निराकरणका उपाय खोज्ने भन्ने सन्दर्भमा जानकारी दिन उपयुक्त छ ।

बालबालिकालाई घटनाका विविध पक्ष केलाएर समस्या समाधानका उपायहरू पत्ता लगाउन सक्षम बनाउनु नै यस विधिको मुख्य उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री र तयारी

समूहका सबैलाई पुग्ने गरी विषय सुहाउँदो घटना कथा लेखिएको कागजका प्रतिहरू तयार गरिनुपर्दछ । यस विधिको प्रयोगमा न्यूज प्रिन्ट, मार्करहरूको आवश्यकता पर्दछ ।

### विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरूलाई स-साना समूहहरू (एक समूहमा ३/४ जना भएको) मा विभाजन गर्ने ।
- घटना वा कथाको एक एकप्रति सहभागी बालबालिकाका समूहलाई दिने ।
- समूहभित्र कुनै एक जनालाई आफ्नो समूहलाई प्राप्त भएको कथा पढ्न दिने ।
- कथा पढिसकेपछि त्यसमा बालबालिकाका कुन कुन अधिकारहरूको हनन् भएको छ र किन यसरी अधिकार हनन् भइरहेको छ भन्ने बारेमा समूहमा छलफल गरेर निचोड निकाल्न लगाउने ।
- त्यस पछि समूहको प्रतिनिधिबाट प्रस्तुत गर्न लगाउने ।

### विधि सञ्चालनका लागि लाग्ने अनुमानित समय

यो विधि सञ्चालनका लागि समूह विभाजन, छलफल, बुँदा टिपोट तथा प्रस्तुतिकरणसमेत गरेर करिब १ घण्टा समय लाग्छ ।

### विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

बालअधिकार के के हुन् र त्यो कसरी प्राप्त हुन्छ भने जस्ता बालअधिकारसँग सम्बन्धित विषयमा बालबालिकालाई जानकारी दिनु राम्रो हुन्छ । यसो गर्दा सहभागी बालबालिकालाई घटनासँग बालअधिकारका विषयलाई दाँजेर हेर्ने अवसर प्राप्त हुन्छ । समूहको स्वरूप, विषय वा प्रसङ्ग सुहाउँदो किसिमको बालमैत्री घटना कथाको छनौटमा भने ध्यान दिनुपर्दछ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस विधि अन्तर्गतको क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताहरू तथा सहभागीहरूका अनुभवहरू टिपोट गर्नु/ गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

## विधि- १४:
## भूमिका प्रदर्शन (Role Play)

### विधिको परिचय

समस्या विश्लेषणका लागि भूमिका प्रदर्शन एउटा राम्रो विधि हो । कसैलाई केही कुरा बुझाउन तत्काल सो विषयमा अभिनय गरेर प्रस्ट्याउनु नै भूमिका प्रदर्शन हो ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिका माथि हुने गरेका दुर्व्यवहार, शारीरिक तथा मानसिक यातना आदिका बारेमा समस्या विश्लेषण गर्न यो विधि उपयुक्त देखिन्छ । गैसस, बालक्लव, गाविस, वडालगायत जुनसुकै संस्थाले पनि बालबालिकासम्बन्धी कार्यक्रम तर्जुमा गर्दा समस्या विश्लेषणका लागि यो विधि अपनाउन सकिन्छ । बालबालिकाका समस्या पहिचान गरी विश्लेषण गर्नु नै यस विधिको प्रमुख उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री र तयारी

न्यूजप्रिन्ट पेपर, मार्कर, मास्किङ्ग टेप आदि यस विधिका लागि आवश्यक सामग्री हुन् । विधिको तयार ीका क्रममा सहभागी बालबालिकालाई भूमिका प्रदर्शनबारे जानकारी गराउनुपर्दछ ।

## विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरूबीच बालअधिकार र अधिकार हनन् सम्बन्धी सवालहरूबारे मस्तिष्कमन्थन गर्न लगाउने ।
- बालबालिकाले उठाएका सवालहरूलाई न्यूजप्रिन्ट पेपरमा टिपोट गर्ने/गर्न लगाउने र ती सवालहरू समावेश गरेर भूमिका प्रदर्शन गर्न लगाउने ।
- नाटक सकिए पछि नाटकमा देखिए जस्तो घटना सहभागी बालबालिकाले देखेका, सुनेका वा भोगेका छन् कि छैनन् भनी त्यसबारे विस्तृत छलफल गरेर निर्क्योल निकाल्ने ।

## विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव १ घण्टा ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

बालअधिकार के के हुन् र त्यो कसरी प्राप्त हुन्छ भन्ने जस्ता बालअधिकारसँग सम्बन्धित विषयमा बालबालिकालाई जानकारी दिनु राम्रो हुन्छ । यसो गर्दा सहभागी बालबालिकालाई नाटकमा उठेका सवालसँग बालअधिकारका विषयलाई दाँजेर हेर्ने अवसर प्राप्त हुन्छ । कार्यक्रमको अन्तमा दर्शकलाई लागेका कुरा सोध्न भने बिर्सनुहुँदैन ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

विधिको अन्तमा सहजकर्ता तथा सहभागीहरूका अनुभवहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# विधि- १५ :
# समूहगत छलफल (Group Discussion)

## विधिको परिचय

लैङ्गिकता, उमेर, जाति⁄जनजाति, ग्रामीण⁄शहरी क्षेत्रमा बसोबास गर्ने तथा आन्तरिक रूपमा विस्थापितलगायत सशस्त्र समूहमा संलग्न रहेका जस्ता विविध पृष्ठभूमि⁄अनुभवहरू भएका बालक र बालिकाहरूबीच समूहगत छलफल गराउने विधिलाई नै समूहगत छलफल विधिका रूपमा लिइएको छ ।

## विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

फरक फरक पृष्ठभूमिबाट आएका बालिका तथा बालकहरू नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्रहरू हुन । बालबालिकाका विविध अनुभवलाई बाहिर ल्याउन, द्वन्द्व वा द्वन्द्वपछिको अवस्थामा बालबालिकाले गरेका सबैभन्दा महत्वपूर्ण अनुभवहरू (सकरात्मक वा नकरात्मक), सामना गरिएका चुनौतिहरू, उनीहरूलाई गरिएको व्यवहारबारे थाहा पाउनु विधिको उद्देश्य हो । साथै, ती विविध अवस्थामा उनीहरूले चुनौतिहरूको सामना गर्न अपनाएका सकरात्मक तरिका र कसबाट सहयोग पाए भन्ने कुरा थाहा पाउनु पनि यस विधिको उद्देश्य हो । यसको प्रयोग बालबालिका बाहेकका अन्य समूहहरूसँग पनि गर्न सकिन्छ ।

## विधि सञ्चालनमा लाग्ने अनुमानित समय

१ घण्टा ३० मिनेट ।

## आवश्यक सामग्री र तयारी

यस विधिका प्रयोगका क्रममा नोट प्याड र कलमको आवश्यकता पर्दछ । यस विधि प्रयोगको तयारी गर्दा विभिन्न पृष्ठभूमिका बालबालिकाको पहिचान गरिनुपर्दछ ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालबालिका र किशोरकिशोरीहरूका समूहहरू निर्माण गर्ने । यसरी समूह निर्माण गर्दा विभिन्न पृष्ठभूमिका फरकफरक अनुभव बोकेका बालबालिकाको फरकफरक समूह निर्माण गर्न सकिन्छ । उदाहरणका लागि ठूला र साना उमेरका बालिकाहरू, ठूला तथा साना उमेरका बालकहरू, ग्रामीण तथा शहरी क्षेत्रबाट आएका बालबालिका वा विविध जाति/जनजातिका बालबालिका आदि ।
- समूहगत छलफललाई सहजीकरण गर्नका लागि प्रत्येक समूहमा एक जना वयस्क सहजकर्ता हुनुपर्दछ । सहजकर्ताले तल उल्लेखित विषयहरू माथि छलफल गराउने र उठेका सवालहरूको टिपोट गर्नुपर्दछः *(उदाहरणः द्वन्द्वको सवाल)*
    - द्वन्द्व र द्वन्द्वपछिको स्थितिमा तपाईंका सबैभन्दा महत्वपूर्ण अनुभवहरू (सकारात्मक/नकारात्मक) कस्ता रहेका छन् ?
    - तपाईंले सामना गरेका सबैभन्दा ठूला चुनौतिहरू के के हुन् ?
    - तपाईंलाई मानिसहरूले कसरी व्यवहार गरे ? तपाईंले यसलाई कसरी सामना गर्नुभयो ? कसबाट तपाईंले सबैभन्दा राम्रो सहयोग पाउनुभयो ?
    - तपाईंलाई समाजमा समुचित तरिकाले रहन र समाजमा तपाईंको सकरात्मक भूमिकाका लागि कुन प्रकारको सहयोग सबैभन्दा बढी आवश्यक छ जस्तो लाग्दछ ?
- हरेक समूहलाई ३ देखि ५ वटासम्म पृष्ठपोषण दिनका लागि प्रोत्साहन गर्ने ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- कार्यक्रम चलिरहेको बेला र भोलिपल्टको विहान अघिल्लो दिनको कार्यक्रमलाई सम्झना गर्दा माथि सोधिने प्रश्नहरूबाट बालबालिका भावनात्मक रूपले गम्भीर हुन सक्तछन् । तसर्थ कसैकसैलाई सहयोग चाहिएको अवस्थामा तत्कालै सहयोग पुऱ्याउन तयार हुनुपर्दछ ।
- यस विधिको प्रयोगमा बालबालिकाको जोखिम नक्साङ्कन (रिस्क म्यापिङ्) विश्लेषण पनि समावेस गराउन सकिन्छ ।

✦

## विधि- १६:
## भेन डायग्राम (Venn Diagram)

### विधिको परिचय

कुनै पनि संस्था वा समूहको सम्बन्ध अन्य संस्था वा समुदायका व्यक्ति, समूहहरूसँग के कस्तो छ भन्ने बारे सहभागी वा संस्थाका सदस्यहरूबीच स्पष्टता ल्याउन यो विधि प्रयोग गरिन्छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो विधि खासगरी संस्था वा समूहभित्र रहेका सदस्यहरूसँग गर्ने गरिन्छ । यद्यपि कुनै खास समुदायमा रहेका सदस्यहरूसँग पनि यसको प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसले समुदायमा रहेका संस्था, त्यसका भूमिका र आपसी सम्बन्धका बारेमा जानकारी प्राप्त गर्न र महत्वपूर्ण वा नभइनहुने सम्बन्ध र त्यसका बाधाहरूबारे सहभागी तथा संस्थाका तर्फबाट मूल्यांकन गरी उनीहरूका बुझाईका आधारहरू तय गर्न सहयोग गर्दछ ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस विधिका लागि पेन, कागज, कैंची, टेप वा गम र कार्डबोर्डको आवश्यकता पर्दछ । कागजलाई केही संख्या (२०-३० वटा) गोलाकारमा काटेर एक ठाउँमा जम्मा गरेर राख्नुपर्छ ।

## विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

कम्तिमा पनि १ घण्टा ।

## विधि सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरू सबै उपस्थित भइसकेपछि आफ्नो संस्था वा समूहसँग सम्बन्ध राख्ने अन्य व्यक्ति वा संस्थाबारे छलफल गर्नेछौं भनी जानकारी दिने ।
- एकैखालका वा एकै संस्थाका सहभागीहरूलाई समूहमा विभाजन गर्ने/समूहमा विभाजन गर्दा एउटैस्तर वा तहका व्यक्तिहरूलाई एक समूहमा पर्ने कुरामा ध्यान दिने ।
- प्रत्येक समूहका लागि केही संख्यामा गोलाकार कागजका टुक्राहरू दिने ।
- सहभागीहरूसँग आफ्नो संस्था, व्यक्ति वा समूहसँग सम्बन्ध राख्ने अन्य समूह वा संस्थाहरू कुन कुन होला भनी समूहमा छलफल गर्न लगाउने ।
- छलफल गरी समूहबाट मान्य भएको समूह, संस्था वा व्यक्तिको नाम गोलाकार कागजका टुक्रामा लेख्न लगाउने ।
- सबै समूहले संस्थासँग सम्बन्ध राख्ने सबैजसो संस्था, समूह वा व्यक्तिको नाम लेखिसकेपछि सहजकर्ताले एउटा ठूलो कार्डबोर्ड वा न्युजप्रिन्टमा आफ्नो संस्था वा कुनै एक समूहको नाम लेख्ने वा लेख्न लगाउने ।
- यसपछि सो कार्डबोर्डमा लेखिएको संस्थासँग सबभन्दा नजिकको सम्बन्ध राख्नुपर्छ कि पर्दैन भनी प्रत्येक समूहका सहभागीलाई आआफ्नो समूहको तर्फबाट यसअघि समूहबाट तयार गरिएको *(गोलाकार कागजका टुक्रामा लेखिएको)* संस्थाको नाम पालैपालो टाँस्न लगाउने ।
- कुनै समूह वा संस्थाको नाम दोहोरिएको छ भने तीमध्ये एक मात्र टाँस्न लगाउने ।
- अब, यी सबै समूहबाट आएकामध्ये को सबभन्दा नजिक छ वा हुनुपर्छ भनी छलफल गर्ने र सर्वसम्मत रूपमा सोहीअनुसार नजिक वा टाढा गरी टाँस्न लगाउने *(समूहका सहभागीले आफूले छलफल गरी ल्याएको संस्था वा समूहलाई नजिक पार्न चाहन्छन् । यसर्थ सहजकर्ता यसबारे सजग हुँदै यसको कारण खोज्नुपर्छ ताकि सबै सहभागी वा समूह यसबारे स्पष्ट हुनसकुन्)* ।
- यही विधिअनुसार अलि टाढा, अझ टाढाको सम्बन्ध राख्ने संस्था वा समूहको नाम सोही आधारमा संस्थाको नामलाई टाँस्न लगाउने ।
- यसो गर्दा कुनै समूह वा संस्थाको नाम गोलो घेरामा खप्टिन्छन् भने कुनै अलि टाढा टाँस्नुपर्ने हुन्छ ।
- सबै समूहबाट ल्याइएको समूह वा संस्थाको नाम टाँसेपछि ती छुट्टाछुट्टै संस्था/व्यक्तिहरूको सम्बन्ध छुट्याउने ।
- यस आधारमा संस्थासँग नजिक सम्बन्ध हुने संस्था, समूह वा व्यक्तिबारे जानकारी दिने ।
- एकआपसमा खप्टिएका साना गोलाकार संस्थाहरू र तिनीहरूबीच रहेको सहकार्य, समन्वय र सहयोग निर्णय प्रक्रियामा सहभागिताका बारेमा छलफल गर्ने ।
- जब सबै सम्बद्ध सरोकारवालाहरूको बारेमा छलफल गरी टाँस्ने काम सकिन्छ, त्यसमा आवद्ध सम्पूर्ण संस्था तथा समूह र तिनीहरूबीचमा रहेका सम्बन्धबारे एकएक गरी विश्लेषण गर्ने । विश्लेषणबाट आएका कुराहरूलाई टिपोट गरी अभिलेखीकरण गर्ने ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- कुनै संस्थाले खेलेको भूमिका प्रत्यक्ष देख्ने खालको हुने भएकाले भेन डायग्रामको सम्पूर्ण प्रक्रियामा विशेष ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ ।
- यसले विभिन्न व्यक्ति तथा संस्थाप्रति राखिने बुझाइबारे जानकारी दिन मद्दत गर्ने र सम्बन्धको मापन र महत्व फरक मतका क्षेत्र तथा त्यसको समाधानको उपायबारे प्रकाश पार्ने भएकाले सहभागीलाई यसबारे जानकारी दिनुपर्दछ ।
- भेन डायग्राम बनाउने प्रक्रियामा- क) देखापर्ने विभिन्न स्थिति, ख) विभिन्न संस्था वा व्यक्ति वा भूमिका निर्वाहकर्ताहरू, ग) सहभागीहरूले द्वन्द्व/फरक मतको निराकरण गर्न उपाय पत्ता लगाउने, घ) संस्थागत दूरी र ङ) आपसमा गाँसिएको सम्बन्धबारे सहजकर्ताले अग्रिम गृहकार्य गरेमा सहजीकरण गर्न सहज हुन्छ ।

## विधिको प्रयोगका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

विधिको प्रयोग गर्दा हरेक चरणका अनुभवहरूको टिपोट गर्दै जानुपर्दछ र प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ ।

✦

## विधि- १७:
## मौसमी पात्रो (Seasonal Calendar)

### विधिको परिचय

यो विधि खासगरी कुनै एक संस्था वा समूहको वार्षिक वा आवधिक योजना निर्माणका लागि स्थानीय समुदायको कार्य व्यवस्तता बुझ्न प्रयोग गरिन्छ । हरेक महिना वा मौसमअनुसार ग्रामीण परिवेशमा फरक हुने र सोहीअनुसार कामको बोझ हुने भएकाले संस्था वा समूहका गतिविधि न्यून गर्नुपर्ने हुन्छ । मौसम (समय) अनुसारका गतिविधिहरूबारे छलफलमा ल्याई योजना वा समीक्षा गरिने भएकाले यस विधिलाई मौसमी पात्रो भनिएको हो ।

मौसमी पात्रोले वार्षिक रूपमा हुने खाद्यन्नको कमी, रोजगारी, रोगव्याधि, विदा, चाडपर्व, मौसम आदिका बारेमा जानकार भई त्यसै अनुरूप कार्ययोजना तर्जुमा गर्न मद्दत गर्दछ । मौसमी पात्रोले समाजमा रहेका व्यक्ति, महिला, पुरूष, बालबालिका र वयस्कहरू कुन समयमा बढी व्यस्त वा फुर्सदमा रहन्छन् भन्ने पत्ता लगाउन सकिन्छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस विधिलाई एकै संस्थाका सदस्यहरूबीच प्रयोग गरिंदा राम्रो हुन्छ । तथापि, एकै प्रकृतिका र भौगोलिक अवस्था मिल्ने समूहहरू (बालक्लव, महिला समूह) बीच पनि गर्न सकिन्छ । यस विधिले वार्षिक रूपमा

हुने परिवर्तनबारे जानकारी प्राप्त गर्न मद्दत गर्न, समुदायमा जोखिममा वा व्यस्तता हुने मौसम वा समयबारे जानकारी प्राप्त गरी सोहीअनुसार योजना निर्माण गर्न मद्दत गर्दछ ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

स्थानीयस्तरमा पाइने सामग्रीहरू जस्तैः ढुङ्गा, इँटा, गेडागुडी, चक, पेन, कागज आदि नै यस विधिका लागि आवश्यक सामग्री हुन् । विधिको बारेमा सहभागीहरूलाई अग्रिम जानकारी भएमा सहभागीहरू थप गम्भिरताका साथ काम गर्दछन् ।

## विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

कम्तिमा १ घण्टा ।

## विधि सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- उपस्थित हुनुपर्ने सबैजना सहभागी आए नआएको सुनिश्चित गर्ने । यसपछि सहभागीहरूलाई समूहमा विभाजन गर्ने र मौसमी पात्रो तयार गर्न आवश्यक स्थानीय सामग्री जस्तै ढुङ्गा, इँटा, गेडागुडी, चक, पेन, कागज आदि जम्मा गर्न लगाउने ।
- सहभागीले सामग्री जम्मा गरिसकेपछि एक ठाउँमा जम्मा हुने र दुईजना सूचना सङ्कलन गर्ने प्रतिनिधि सहभागीबाट नै छान्न लगाउने । यी प्रतिनिधिले मौसमी पात्रो बनाउनमा सहयोग गर्नुपर्दछ ।
- अब, एकवर्षको समयावधिलाई १२ महिना (वा सम्भव नभए चार वटा मौसम) मा छुट्याउन लगाउने र उक्त निर्धारण गरिएको मौसम वा सिजनअनुसार भूईंमा वा कागजमा त्यति नै कोठा तयार पार्ने र ती महिना वा मौसमहरूको नामाकरण गर्ने ।
- यसपछि सहजकर्ताले सहभागीहरूसँग महिना वा आवधिपिच्छे क्रमशः स्थानीय रूपमा मानिसहरूले गर्नुपर्ने कामबारे भन्न लगाउने । जस्तै असारमा धान रोप्ने, मकैमा उकेरा लगाउने, कोदो रोप्ने र मंसिरमा धान, कोदो स्याहार्ने, दाइँ हाल्ने आदि ।
- सहजकर्ताले छनौट गरिएका प्रतिनिधिलाई उक्त महिना वा मौसममा हुने प्रत्येक कामको एक ढुंगा, इटा, चक राख्न वा सिन्काले कोर्न लगाउने ।
- सबै महिना वा अवधिमा गरिने क्रियाकलापहरूको सूची (छलफलबाट) तयार भएपछि सहभागीहरूलाई कुन महिना वा मौसममा समुदायको कार्यव्यस्तता बढी छ त भनी केहीबेर छलफल गराउने र स्पष्ट हुन दिने ।
- अब ती महिना वा मौसममा मानिसहरूको कार्यव्यस्तता बढी भएकाले संस्था वा समूहको क्रियाकलापलाई तीबाहेक अन्य महिना वा मौसममा बढी गर्ने गरी कार्ययोजना तयार गर्ने ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- सहभागीको स्पष्ट बुझाईका लागि मौसमी फरक पत्ता लगाउन भिन्न सामग्रीहरूको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- सबै मौसमी स्वरूपहरूलाई एकै ठाउँमा हेर्न मिल्ने गरी खुल्ला ठाउँमा मौसमी पात्रो बनाउनुपर्दछ जसले गर्दा एकआपसमा भिन्नता र समानता पत्ता लगाउन सजिलो पर्दछ ।

- कुनै पनि महिना वा मौसममा बढीभन्दा बढी क्रियाकलाप खोज्नका लागि सहभागीलाई प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ र सोका लागि पर्याप्त समय दिने र आवश्यकताअनुसार प्रक्रियामा सुधार गर्दै जानुपर्दछ ।
- मौसमी पात्रोको निर्माण भएपछि सम्पूर्ण सहभागीबीच तयार गरिएको मौसमी पात्रोको प्रस्तुति गर्ने र सबै सहभागीलाई अवलोकन गर्ने समय दिई सुझाव लिनुपर्दछ ।

### विधि प्रयोगका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

विधिको प्रयोगका क्रममा प्राप्त अनुभवहरू र सुझावहरूलाई निरन्तर टिपोट गर्दै जानुपर्दछ । अन्तमा प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ ।

✦

## क्रियाकलाप/खेल- १८:
## टिका खेल

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

नेपाली समुदायमा बालबालिकाबीच पनि जातिय, लैङ्गिक, भौगोलिक आदि आधारमा भेदभाव हुने गर्दछ । यसर्थ, यस विषयबारे सहभागीहरूलाई बुझाउन टिकाको प्रयोग गरी “टिका खेल” खेलाउन सकिन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस खेललाई बालक्लबमा भएका बालबालिका, विद्यालयमा पढ्ने तथा पढ्न लेख्न नजान्ने बालबालिका, परिस्थितिमा रहेका बालबालिका, श्रमिक बालबालिका सबै खालका बालबालिकामाझ प्रयोग गर्न सकिन्छ । यस खेलबाट बालबालिकाले समाजमा जातिय आधारमा लैङ्गिक आधारमा, सामाजिकस्तरका आधारमा कस्तो भेदभाव गरिन्छ भन्ने थाहा पाउने छन् । यस खेलबाट बालबालिकाले भेदभावबारे आत्मानुभूति गरी अरूमाथि भेदभाव गर्न नहुने कुरा बुझ्न सक्नेछन् ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस खेलको तयारीका क्रममा तीनवटा रंगका ठूलो आकारका टीका (रातो, हरियो र कालो) आवश्यक पर्दछ ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव ३० मिनेट ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सहभागी सबै बालबालिकालाई गोलाकारमा उभिन लगाउने ।
- खेलको नियमबारे सहभागीलाई जानकारी दिने ।
    - यस खेलका लागि सबैभन्दा पहिले सहभागीले आँखा चिम्लिनेछन् । त्यसपछि सहजकर्ताले सहभागीलाई तीन रंगको टिकामध्ये एक एकवटा टिका लगाइदिनेछन् । कुनै पनि सहभागीले आफूलाई लगाइदिएको टिकाको रंगबारे थाहा हुनुहुँदैन ।
    - सबैलाई टिका लगाइसकेपछि आँखा खोल्नका लागि भनिनेछ र त्यसपछि सबै सहभागी समूहमा घुलमिल भई देहायअनुसारका व्यवहार गर्नेछन् ।
- रातो रंगको टिका लगाएको साथीलाई देख्ने वित्तिकै बडो विनम्र तरिकाले 'नमस्ते गर्ने र मीठो भाषामा हजुर आरामै हुनुहुन्छ' भन्नेछन् ।
- हरियो रंगको टिका लगाएको साथीलाई देख्दा सामान्य हिसाबले 'नमस्ते के छ ?' भनेर सोध्नेछन्, र
- कालो रंगको टिका लगाएको साथीलाई भेट्दा वास्ता नगर्ने र देख्न नचाहेको जस्तो व्यवहार गर्नेछन् (तर कुनै पनि सहभागीले सहजकर्ताको निर्देशन विना टिका निकालेर हेर्न मनाही गरिनेछ ।)
- यस खेलको नियम पालना गर्न मञ्जुर भए वा नभएको सुनिश्चित गर्न सहजकर्ताले सबैको सहमति लिनेछन् । र, सबैले सावधानीपूर्वक नियमको पालना गर्नेबारे सहकर्तालाई विश्वस्त गराउनुपर्दछ ।
- अब, सहजकर्ताले सबै सहभागीलाहरूई आँखा बन्द गर्न लगाउनेछन् । सबै सहभागीले आँखा राम्रोसँग बन्द गरेपछि सहजकर्ताले सबैको निधारमा कोहीलाई रातो, कोहीलाई हरियो, कोहीलाई कालो रंगको टिका लगाइदिनेछन् ।
- टिका लगाइसकिएपछि बालबालिकालाई आँखा खोल्न लगाउने र खेलको नियम बमोजिमको क्रियाकलाप गर्न लगाउने ।
- केही समय खेल खेलेपछि सबै सहभागीलाई आ-आफ्नो स्थानमा गोलाकार भएर बस्न लगाउने । यस बेलासम्म सहभागीले आफ्नो निधारमा कस्तो रंगको टिका छ भन्ने थाहा पाएका हुँदैनन् ।
- आफ्नो स्थानमा बसेपछि सहभागीलाई आफ्नो निधारको टिका निकालेर कस्तो रंगको रहेछ भनी हेर्न लगाउने ।
- तत्पश्चात रातो रंगको टिका लगाउने बालबालिकालाई साथीहरूले कस्तो व्यवहार गरे भनेर अनुभवहरू आदानप्रदान गर्न लगाउने *(सामान्यतया रातो रंगको टिका लगाउने सहभागीहरूले सुखद वा राम्रो अनुभव भएको सुनाउछन् )* ।
- रातो रंगको टिका लगाएका सहभागीको अनुभव पछि हरियो रंगको टिका लगाउने बालबालिकालाई पनि उनीहरूको अनुभव सुनाउन लगाउने । र, अन्तिममा कालो रंगको टिका लगाउने सहभागीहरूलाई अनुभव सुनाउन लगाउने ।
- यी सबै अनुभवहरूलाई सहजकर्ताले छुट्टाछुट्टै रूपमा टिप्नेछन् । अनि टिपिएको बुँदाको आधारमा सहजकर्ताले हाम्रो समाजमा जातीय, लैङ्गिक, भौगोलिक, सामाजिक आधारमा विद्यमान भेदभाव भोग्ने व्यक्ति वा बालबालिकाले कस्तो अनुभव गर्दा रहेछन् भनेर छलफल गर्ने । छलफलमा सहभागीलाई विचार अभिव्यक्त गर्न अवसर दिनुपर्दछ ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- टिका लगाइदिंदा वास्तविक जीवनमा जातीय वा लैङ्गिक आधारमा पछाडि परेका वा पारिएका बालबालिकालाई कालोभन्दा रातो टिका लगाइदिनुपर्दछ । अर्थात् यस क्रियाकलापले कसैलाई पनि पीडा नहोस् भन्ने कुरामा ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ ।
- शारीरिक अपाङ्गता भएका वा हिड्डुल गर्न गाह्रो हुने बालबालिका भएको अवस्थामा उनीहरूलाई अनुकुल हुने वातावरण सिर्जना गर्न सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

बालबालिकाले आफूप्रति साथीहरूले गरेको व्यवहार आदानप्रदान गर्दा सहजकर्ता वा सहयोगीले टिपोट गर्नुपर्दछ । यसबाट प्रतिवेदन तयारीमा सहयोग पुग्नेछ ।

# परिच्छेद ४
# बालक्लबको सञ्चालन, संस्थागत विकास तथा सदस्यहरूको सशक्तिकरणमा उपयोगी हुने विधिहरू

## बालक्बलको सञ्चालन

अन्य संघसंगठन जस्तै बालक्लबका गतिविधि सम्पादन गर्न र क्लब सञ्चालनका लागि आर्थिक स्रोतको आवश्यकता पर्दछ । यसका निमित्त स्थानीय स्रोतको पहिचान गरी सोको परिचालनमा ध्यान दिनुपर्दछ । सामान्यतया स्थानीयस्तरमा कार्यरत सामाजिक संघसंस्थाहरू, जिविस, गाविस/नपा, जिल्ला बालकल्याण समिति, युवाक्लब, आमासमूह आदि आर्थिक स्रोतका माध्यम हुन सक्तछन् । यस बाहेक बालबालिका स्वयम्ले गर्न सक्ने सिर्जनशील कार्यबाट समेत स्रोत जुट्न सक्तछ ।

## सञ्जाल निर्माण/सहकार्यको विकास

बालक्लब अभियानलाई प्रभावकारी ढंगले लैजान तथा बालक्लबहरूले गरेका कामहरूको अनुभव आदानप्रदान गर्न सञ्जाल निर्माण गरिनु ज्यादै महत्वपूर्ण हुन्छ । यस सम्बन्धमा तलका सवालहरू महत्वपूर्ण छन्ः

- सञ्जाल निर्माण कसरी गर्ने ?
- बालक्लबको सवलीकरण कसरी गर्ने ?
- बालक्लबले काम गर्नुपर्ने विषय/सवालको पहिचान कसरी गर्ने ?
- बालक्लबका सदस्यहरूको भूमिका के कसरी गर्ने स्पष्ट पार्ने ?
- गाविस/नपा तथा जिबाकसलगायतका निकायहरूसँग बालक्लबको सम्बन्ध विस्तार कसरी गर्ने ? आदि ।

## बालक्लबको संस्थागत विकास तथा सदस्यहरूको सशक्तिकरण

बालक्लबको संस्थागत विकास तथा सशक्तिकरण नभइकन यसको दीगोपना हुँदैन । तसर्थ, बालक्लबको संस्थागत विकासका लागि क्लबका लागि उपयुक्त स्थान, नियमित बैठक, भेटघाट, योजना तर्जुमा, कार्यान्वयन, अनुगमन/मूल्यांकन तथा तिनको व्यवस्थित अभिलेखिकरण ज्यादै आवश्यक छ । संगठनको संस्थागत विकास र सशक्तिकरणका लागि आफैंभित्र नियाल्ने र भएका सबल पक्षलाई बढाउँदै कमजोरी पक्ष हटाउँदै लैजानुपर्दछ ।

यस परिच्छेदमा बालक्लबको सञ्चालन, सञ्जाल निर्माण, बालक्लबको संस्थागत विकास एवम् सदस्यहरूको सशक्तिकरणका लागि उपयोगी हुनसक्ने केही विधिहरू उल्लेख गरिएको छन्ः

## विधि- १८:
## दैनिक क्रियाकलाप चार्ट (Daily Activities Chart)

### विधिको परिचय

बालबालिकाको जिम्मेवारीअनुसार उनीहरूले दैनिक रूपमा गर्ने कामको सूची तयार गरी छलफल अगाडि बढाइने विधि नै दैनिक क्रियाकलाप चार्ट विधि हो । यस विधिलाई बालबालिकाको व्यक्तिगत जीवनदेखि बालक्लवको तहसम्मका गतिविधिहरूको टिपोट गरी आईपर्ने समस्या विश्लेषण गर्ने र समाधानका उपाय निकाल्नका लागि प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । यसरी बालक्लबको संस्थागत विकास र बालबालिकाको सशक्तिकरणका लागि यो विधि लाभदायक छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

श्रमिक बालबालिकालगायत सबै बालबालिका र बालक्लबहरू यसका प्रयोग क्षेत्र हुन सक्तछन् । बालबालिका वा बालक्लबका समस्या पहिचान गरी समाधानका उपायहरू पत्ता लगाउनु नै यस विधिको मुख्य उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

कागज, न्यूजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किङ्ग टेप आदि ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

सहभागी बालबालिकाको पृष्ठभूमिका आधारमा छलफलका प्रक्रियामा केही अन्तर आउन सक्तछ । तसर्थ, यहाँ श्रमिक बालबालिका र बालक्लब गरी छलफलका प्रक्रियालाई दुई खण्डमा छुट्ट्याइएको छ ।

**श्रमिक बालबालिकाः**

१) सहभागी बालबालिकासँग आफ्नो दैनिक कार्यतालिका अर्थात् आफू विहान उठेदेखि गर्नुपर्ने/गर्ने कामको टिपोट गर्ने ।

२) परिवारमा आफ्नो भूमिका तथा जिम्मेवारी के के छ त्यस बारेमा छलफल गर्न लगाउने ।

३) सकारात्मक वा जुझारू सीप तथा बाँच्नका लागि बालबालिकाले विकास गरेका रणनीतिहरूबारे छलफल गर्न लगाउने ।

४) दैनिक काममा बालबालिकालाई कुन काम मन पर्छ वा कुन काम मन पर्दैन त्यसको बारेमा पनि छलफल गर्न लगाउने । कुनै काम किन मन परेको हो र किन मन नपरेको हो भन्ने बारेमा पनि छलफल गर्न लगाउने ।

५) आइपरेका समस्याका बारेमा छलफल गरी व्यवहारिक समाधान निकाल्ने ।

**बालक्लबका सदस्यहरूः**

१) सहभागी बालबालिकाबाट बालक्लबले नियमित गरिआएका क्रियाकलापहरूको टिपोट गर्ने/गराउने ।

२) यस्ता काम गर्दा कुनै काम किन मन परेको हो र किन मन नपरेको हो भन्ने बारेमा पनि छलफल गर्न लगाउने ।

३) बालक्लबका प्रशासनिक तथा कार्यक्रमिक क्रियाकलाप गर्दा के कस्ता समस्या आइपरे छलफल गर्ने र सो को व्यवहारिक समाधान निकाल्ने ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब १ घण्टा ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो विधि प्रयोग गर्दा लेख्नुपर्ने पनि भएकाले सबै बालबालिका लेख्नका लागि सक्षम छन् कि छैनन् भन्ने कुरामा ख्याल पुऱ्याउनुपर्दछ । लेख्न नसक्ने बालबालिका रहेको अवस्थामा बुँदा टिपिदिने वा लेखिदिने सहयोगीको व्यवस्था मिलाइदिनुपर्दछ । यस विधिको प्रयोगका क्रममा बालबालिकालाई राम्रो लाग्ने, नराम्रो लाग्ने, मनपर्ने/नपर्ने व्यक्ति,मन पर्ने/नपर्ने समय, खुशी लागेको दिन, दुख लागेको दिन आदिका बारेमा समेत प्रसङ्ग मिलाएर छलफल अगाडि बढाउनाले बालबालिका भित्रैदेखि खुलेर प्रस्तुत हुन मद्दत पुग्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# विधि- २०:
# सोक विश्लेषण (SWOC Analysis)

### विधिको परिचय

बालबालिकाको समूह वा बालक्लमा विद्यमान बलिया पक्ष (Strengths), कमजोर पक्ष (Weakness) हरूका साथै विद्यमान अवसर (Opportunities) तथा चुनौति (Challenges) हरूलाई खोतलेर भावि योजना तथा कार्यक्रम तर्जुमा गर्न प्रयोग गर्ने विधि नै सोक विश्लेषण (SWOC Analysis) विधि हो । यस विधिको प्रयोगले बालक्लबको विद्यमान स्थिति उजागर हुनजान्छ र क्लबको विकासका लागि भावी योजना निर्माणमा सघाउ पुग्न जान्छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो विधिका प्रयोगबाट संघसंगठन, व्यक्ति, बालक्लब आदिको मूल्यांकन गर्न सकिने भएकाले यसको प्रयोग क्षेत्र ज्यादै विस्तृत रहेको छ । बालक्लबको विद्यमान स्थिति थाहा पाउनु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

- न्यूजप्रिन्ट पेपर, मार्कर मेटाकार्ड आदि ।
- सबै सहभागीहरूलाई पुग्ने गरी A4 साइज पेपरमा र समूहका लागि न्यूजप्रिन्ट पेपरमा SWOC Chart तयार गर्ने । न्यूजप्रिन्टमा तयार गर्ने चार्टको नमूना तल दिइएको छः

| | |
|---|---|
| बालक्लवका बलिया पक्षहरू....... | बालक्लवका कमजोर पक्षहरू..... |
| बालक्लवका लागि अवसर...... | बालक्लवका चुनौतिहरू..... |

### विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सहभागी बालबालिका सबैलाई कार्यक्रमको उद्देश्य प्रस्ट्याउने । र, उदाहरणहरू दिएर कुनै पनि व्यक्ति अथवा संस्थाका बलिया पक्ष, कमजोर पक्ष, अवसर तथा चुनौति भनेको के हो भनेर प्रस्ट्याउने ।
- सहभागी बालबालिकाको संख्यालाई हेरेर बढीमा चार समूहमा विभाजन गर्ने ।
- चार समूह भए एउटा एउटा विषयमा छलफल गराउने अन्यथा समूहअनुसार विषयका सबै समूहमा चार्ट उपलब्ध गराउने छलफल गराउने ।
- छलफलबाट आएका बुँदाहरू चार्टमा भर्दै जाने ।
- समूह छलफलका आधारमा बालक्लबका बलियो पक्ष, कमजोर पक्ष, अवसर तथा चुनौतिहरूको टिपोट भैसके पछि सबै सामु प्रस्तुत गराउने र आएका विषयहरूमाथि छलफल गर्ने । यसैका आधारमा क्लबलाई अझ सशक्त बनाउन चाहिने रणनीति तथा कार्यक्रमहरूको तर्जुमा गर्ने ।

### विधि सञ्चालनका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव २ घण्टा ।

### विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

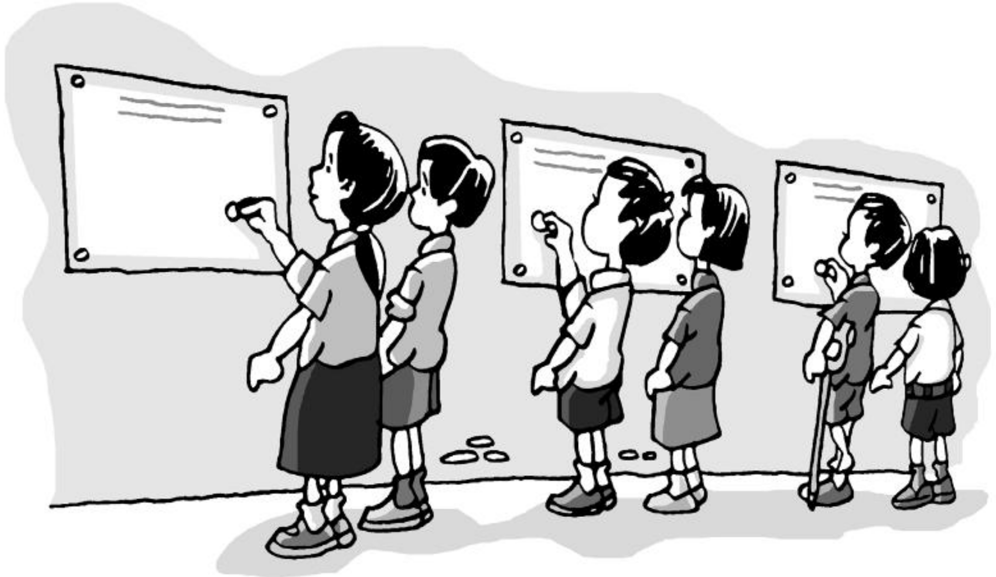
यस विधिको प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले शुरूमा  हासिल गरेका उपलब्धिहरू वा आफ्ना क्षमताहरूबाट कुरा अगाडि बढाउन जोड दिनु राम्रो हुन्छ । बालबालिकाले सजिलै आफ्नो वा आफ्नो बालक्लबका बलिया, कमजोर, अवसर तथा चुनौतिलाई खुट्याउन गाह्रो हुन सक्तछ । तसर्थ, बेलाबेलामा उदाहरण दिएर सहजीकरण गर्नुपर्दछ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# विधि- २१:
# वेटेड र्याङ्किङ (Weighted Ranking Method)



### विधिको परिचय

यस विधिलाई सामूहिक निर्णयमा विबाद उठ्दा प्राथमिकिकरण गरी सामूहिक निर्णय गर्न महत्वपूर्ण विधिको रूपमा लिन सकिन्छ । समूहमा आउने विवादको समाधान निकाली सांगठानिक विकास गर्न यस विधिले सघाउ पुर्याउँदछ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालक्लबलगायत योजना तर्जुमा हुने जुनसुकै क्षेत्र पनि यस विधिका प्रयोग क्षेत्र हुन सक्तछन् । बालक्लबमा उठेका सवालहरूलाई प्राथमिकीकरण गर्ने र सबैलाई मान्य हुने कार्यक्रम तयार गर्नु नै यस विधिको मुख्य उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्रीहरू

- मेटाकार्डहरू, ससाना ढुंगाहरू ।
- खालि ठाउँ वा न्यूजप्रिन्ट पेपर, चक वा मार्कर ।
- भोट दिन मेटाकार्डका टुक्राहरू ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरूलाई सेसनको उद्देश्यबारे जानकारी दिने ।
- सहभागीहरूको छलफलमा उठेका सवालहरूलाई तालिकामा टिपोट गर्ने ।
- त्यसपछि तयार भएको लिस्टमा भोट दिनु अगाडि कुन कुन विषयमा आफ्नो मत राख्ने हो राम्रोसँग विचार पुऱ्याउनुपर्दछ भनेर बालबालिकालाई जानकारी गराउने ।
- अब उठेका सवालहरूमध्ये बालबालिकाका लागि सबैभन्दा महत्वपूर्ण सवाल कुन हो भनेर भोट खसाल्न दिन वा हात उठाएर मत व्यक्त गर्न दिने । उनीहरूले दिएको भोटलाई निम्नानुसार टिप्न सकिन्छ ।
- उदाहरणका लागि एउटा समूहमा खेलमैदान, ट्वाइलेट र बैसाखीको विषयमा प्राथमिकीकरण गर्नुपर्ने भयो भने तल दिइए अनुसार छुट्टाछुट्टै लेखिएको मेटाकार्ड अलगअलग ठाउँमा टाँसेर मतदान गराउन सकिन्छ ।

| खेलमैदान | ट्वाइलेट | बैशाखी |
|---|---|---|
| | | |

यी तीन विषयमध्ये

| खेलमैदान | ट्वाइलेट | बैशाखी |
|---|---|---|
| १२ | ६ | २ |

- अब बालबालिकालाई उनीहरूले छानेको ठीक तथा जायज छ कि छैन वा उनीहरू आफ्नो मत परिवर्तन गर्न चाहन्छन् कि भनेर सोध्ने । बालबालिकाले ठीक या बेठीक के भन्दछन् टिपोट गर्ने ।
- ती विषयका आ–आफ्नै महत्वका बारेमा टिप्ने, जस्तै क) बालिकाहरूलाई ट्वाइलेटको आवश्यकता, ख) अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई बैशाखीको महत्व तथा ग) सबै बालबालिकाको स्वाभाविक विकासको लागि खेलमैदानको महत्व आदि ।
- **आवश्यकता** र **प्राप्ति**का सम्बन्धमा पनि सहजकर्ताले छलफल चलाउन मद्दत गर्नुपर्दछ । यस क्रममा के त्यो विषयमा सहजता छ छैन भन्ने बारे छलफल गराउन सकिन्छ ।
- बालबालिकाले त्यो प्राप्त गर्दा वा नगर्दा त्यसबाट उनीहरूमा पर्न सक्ने सकारात्मक प्रभाव वा नकारात्मक असरहरूका सम्बन्धमा पनि बालबालिकासँग छलफल चलाउनुपर्दछ । त्यस्तै सोबाट लाभ पाउने बालबालिकाको संख्या आदिका सम्बन्धमा पनि छलफल गर्नु राम्रो हुन्छ ।
- उनीहरूले उठाएका यस्ता विषयहरू समावेस गरेर निम्नानुसारको तालिका बनाउन सकिन्छ ।

| | **फाइदा पाउनेको संख्या** | **सुविधाबाट बञ्चित बालबालिकाको संख्या** | **आवश्यकता (कतिको हतार छ ?)** | **सकारात्मक प्रभाव** | **प्राप्त गर्न कति सहज छ ?** | **प्राप्त संख्या** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| खेलमैदान | | | | | | |
| ट्वाइलेट | | | | | | |
| बैशाखी | | | | | | |

सहभागीहरूलाई आफूले भोट दिए अनुसार समूहमा विभाजन गर्ने । यसो गर्दा तीन समूह बन्दछ । प्रत्येक समूहलाई दश दशवटा स-साना ढूंगाहरू वा टांस्न मिल्ने स्टिकर दिने । सबै बालबालिकालाई छलफल गर्दै प्रत्येक कोलमहरूमा ती स्टिकरहरू टाँस्न लगाउने । टाँसिसकेपछि सबै समूहसँग आ-आफ्नो प्राथमिकिकरणको कारणबारे जानकारी लिने । यसबाट कुन विषयमा तत्काल महत्वका साथ ध्यान दिनुपर्ने निर्क्यौल निकाल्न सजिलो हुन्छ ।

### विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब १ घण्टा ३० मिनट

### विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू

विधि प्रयोग गर्दा बालबालिकाले दिएको निर्देशन बुझे नबुझेको राम्ररी ख्याल गर्नुपर्दछ । उनीहरूले प्रक्रिया बुझेनन् भने विधि प्रयोगमा जटिलता थपिदिनेछ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

## विधि- २२:
## मौन प्राथमिकीकरण (Silent Prioritization)

### विधिको परिचय

बालक्लबका सवालहरूलाई प्राथमिकीकरण गर्न मौन प्राथमिकीकरण विधिले मद्दत गर्दछ । समस्याहरूको प्राथमिकीकरण गर्न सकेको अवस्थामा मात्र बालक्लबको संस्थागत विकास तथा सशक्तिकरण हुन सक्तछ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

आफ्नो संस्थाले गर्नुपर्ने कार्यसँग सम्बन्धित विभिन्न सवालहरूलाई प्राथमिकीकरण गर्नुपर्ने सबै बालक्लब, समूह तथा संघसंस्थाहरूले यस विधिको प्रयोग गरी आफ्नो कार्यक्रम तय गर्न सक्दछन् । बालबालिकाका सवाललाई प्राथमिकीकरण गरी कार्यान्वयनमा सघाउ पुऱ्याउनु नै यस विधिको मुख्य उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

मेटाकार्ड, मार्कर, मास्किङ्ग टेप आदि ।

## विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सहभागी बालबालिकासँग मस्तिष्कमन्थन गरी सञ्चालित कार्यक्रमहरूका बारेमा छलफल गर्दै कार्यक्रमसँग सम्बन्धित सवालहरूको पहिचान गर्नेगरी तिनको सूचि तयार गर्ने ।
- सहभागीहरूलाई सानोसानो समूहमा विभाजन गर्ने ।
- उठेका सवालहरूलाई एउटा एउटा मेटाकार्डमा प्रष्ट रूपमा लेख्ने र ती लेखिएका सवालहरू वा कार्यक्रमबारे सहभागी सबै बालबालिकाले बुझ्ने गरी प्रस्ट पार्ने ।
- ती लेखिएका मेटाकार्डलाई अलगअलग गरी भूईमा राख्ने ।
- समूहका सबै सहभागीलाई चुपचापसँग मेटाकार्डमा रहेका कुरा पढ्न र त्यसलाई क्रमबद्ध रूपमा प्राथमिकताक्रममा राख्न भन्ने ।
- प्राथमिकताक्रममा क्रमबद्ध राखेपछि कसैलाई चित्त नबुझेको भए समूहले चाहे अनुसार परिवर्तन गर्न समय दिने ।
- उक्त कार्यक्रम वा सवाललाई किन त्यसरी वा त्यो क्रममा राखिएको हो त्यस बारेमा समूहमा छलफल गर्न लगाउने ।
- कुनै सवाललाई प्राथमिकता क्रममा क्रमबद्ध गरिसके पछि कुनै सदस्यले त्यसमा परिवर्तन गरेको छ भने उसले किन त्यसरी परिवर्तन गरेको हो सोको कारणबारे समूहमा बताउन लगाउने ।
- यसैका आधारमा बालक्लब वा संस्थाको कार्यक्रम तय गर्ने ।

## विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब १ घण्टा ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

सहजकर्ताले आफूले समूहसँग के कसरी छलफल अगाडि बढाईरहेका छु भन्ने बारेमा ध्यान दिनुपर्दछ । समस्या प्राथमिकीकरणको प्रक्रियामा सामाजिक समावेशीकरण *(बालक, बालिका, अपाङ्गता भएका, दलित समुदायका बालबालिका आदि)* को सन्दर्भलाई जहिले पनि ख्याल गर्नुपर्दछ । साक्षर नभएका बालबालिकाबीच यो विधि प्रयोग गर्ने हो भने रंगिन कार्डहरूको प्रयोग गरेर कुन कार्डले के कुराको प्रतिनिधित्व गरेको छ भन्ने बारे प्रस्ट्याउनुपर्दछ । वा कार्डमा लेखिएका विचारहरूलाई प्रतिविम्बित गर्ने चित्रहरू कोरेर पनि अक्षर नचिनेका बालबालिकाका समूहलाई यस विधिमा सहभागी हुन मद्दत गर्न सकिन्छ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# क्रियाकलाप- २३:
# संस्थागत स्वरूप तथा नेतृत्व छनौटसम्बन्धी छलफल

## क्रियाकलापको परिचय

बालक्लबलाई कुन संगठनात्मक ढाँचा र नेतृत्व शैलीमा सञ्चालन गर्ने भनेर छलफल गर्ने तरिका नै संस्थागत स्वरूप तथा नेतृत्व छनौट विधि हो । सांगठानिक ढाँचा तथा नेतृत्व शैलीका आधारमा पनि बालक्लबको संस्थागत विकास तथा सशक्तिकरण गर्न सकिन्छ ।

## क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

संगठन निर्माणमा लागेका जुनसुकै समूहहरूले यस क्रियाकलाप प्रयोग गर्न सक्दछन् । बालक्लबलाई प्रभावकारी बनाउनका लागि कस्तो प्रकारको नेतृत्व र संगठनात्मक ढाँचा सुहाउँदो हुन्छ भनेर निर्णय गर्नका लागि सघाउनु नै यस क्रियाकलापको उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री

- विविध खाले संगठनात्मक ढाँचा अंकित चित्र कार्डहरू, उदाहरणका लागि एकजना मात्र निर्णयकर्ता हुने कक्षा कोठा, विभिन्न तह भएको सरकारी कार्यालय, खासै तहगत संरचना नभएको बचत तथा ऋण समूह वा महिला समूह आदि ।

## क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरूको संख्या हेरेर विभिन्न समूहहरूमा विभाजन गर्ने ।
- प्रत्येक समूहलाई संरचनाका उदाहरण कार्डहरू दिने र त्यसबारे छलफल गराउने ।
- छलफलका लागि नमूना प्रश्नहरू जस्तै चित्रमा कस्तो कस्तो खालको सांगठानिक स्वरूप देखिन्छ, आाफ्नो बालक्लवको स्वरूप कुन कार्डसँग मिल्छ वा कुनैसँग पनि मिल्दैन जस्ता प्रश्नहरूका आधारमा छलफल चलाउने ।
- त्यसपछि यी संगठनात्मक स्वरूपको फाइदा वा बेफाइदासमेतका बारेमा छलफल गर्ने ।
- अनि उक्त संगठनात्मक स्वरूपअनुसारका कार्डमा कस्ता प्रकारका नेता रहन्छन् भन्ने बारेमा छलफल गर्ने र समूहगत प्रस्तुतिकरण गर्न लगाउने ।
- अन्तमा आफ्नो समूह वा बालक्लवमा कुन प्रकारको संगठनात्मक स्वरूप चाहिने हो र किन भन्ने बारे सहभागी बालबालिकासँग छलफल गर्ने ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव १ घण्टा ।

## क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

बालबालिकाले सांगठानिक ढाँचा र नेतृत्वको छनौट गर्दा सबैभन्दा लोकतान्त्रिक हुन सक्ने ढाँचातर्फ उन्मूख गराउन प्रयास गर्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# क्रियाकलाप- २४:
# स्थलगत अवलोकन भ्रमण

## क्रियाकलापको परिचय

राम्रो काम गरिरहेका बालक्लबहरूको स्थलगत अवलोकन, विश्लेषण र समीक्षा गरी आफ्नो बालक्लबमा सुधार गर्न अपनाइने विधि नै स्थलगत अवलोकन भ्रमण विधि हो ।

## क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

जिज्ञासु बालक्लबहरू नै यस क्रियाकलापको प्रयोगका क्षेत्र हुन सक्तछन् । यद्यपि यस विधिलाई अरूले गरिरहेको कामबाट सिक्न चाहने जसकसैले पनि प्रयोगमा ल्याउन सक्तछ । राम्रा काम गरिरहेका समूह वा बालक्लबको अवलोकन भ्रमण गरी सो सिकाइबाट आफ्नो बालक्लबमा सुधार ल्याउनु नै यस क्रियाकलापको उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री

अवलोकन भ्रमण जाँदा टिपोट गर्ने कापी र डटपेन ।

### क्रियाकलाप सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- आफ्नो बालक्लबबाट नजिक पर्ने राम्रो काम गरिरहेका बालक्लबहरूको छनौट गर्ने ।
- अवलोकन भ्रमणका बेला थाहा पाउन चाहेको विषयवस्तुको टिपोट गर्ने (जस्तैः व्यवस्थापन, संचरना, श्रोत परिचालन, गतिविधि, सञ्जाल आदि) ।
- भ्रमणमा जाने समूह निर्माण र भ्रमण गर्न जाने बालक्लबमा पुग्न लाग्ने समयलगायत अन्य व्यवहारिक सरसल्लाह गर्ने ।
- दिइएको समयमा भ्रमण तथा अन्तरक्रिया गर्ने, प्रतिवेदन तयारी गर्ने ।
- समूहमा फर्किएपछि भ्रमणको समीक्षा र सिकाईलाई आफ्नो समूहमा लागू गराउन योजना तर्जुमा तथा कार्यान्वयनको प्रक्रिया निर्धारण ।

### क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

भ्रमणमा जाने बालक्लबको दुरी र छलफलको विषयअनुसार समय निर्धारण गर्नुपर्दछ ।

### क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- बालक्लब छनौटको आधार स्पष्ट हुनुपर्दछ ।
- अवलोकनमा जाने समूहलाई समावेशी बनाउनुपर्दछ ।
- भ्रमण तालिका सदस्यहरूको क्षमताअनुसार कार्यविभाजन गर्नुपर्दछ ।

### अवलोकन भ्रमणबाट प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

अवलोकन/छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा प्रतिवेदन तयार गर्दा समीक्षा कार्यमा सघाउ पुग्दछ ।

✦

## क्रियाकलाप- २५ :
## पिरामिड (Pyramid)

### क्रियाकलापको परिचय

बालक्लबलाई संस्थागत गरी मजबूत बनाउन यसको संरचनात्मक स्वरूप र सोही अनुरूपको नेतृत्व हुनुपर्दछ भन्ने महसुस गराउनका लागि प्रयोग गरिने क्रियाकलाप नै पिरामिड विधि हो ।

### क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

संस्थागत संरचनाका बारेमा छलफल गरिने संघसंस्था नै यस क्रियाकलापका प्रयोग क्षेत्र हुन् । यस पिरामिड विधिको मुख्य उद्देश्य बालक्लब गठन प्रक्रियामा संगठनात्मक स्वरूपको आवश्यकता र महत्व बुझाउने रहेको छ ।

### आवश्यक सामग्री

बाक्लो कागजको २ वा ३ इन्च साइजको लाम्चो कागजलाई पट्याएर बनाएको ३० वटाजति त्रिकोणहरू ।

## क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- संस्थागत रुपमा मजबूत बनाउन बालक्लबलाई संरचनात्मक स्वरूप र सोही अनुरूपको नेतृत्व चाहिन्छ भन्ने जानकारी दिने ।
- सहभागीहरूलाई कागजका त्रिकोणहरूबाट पिरामिड बनाउन भन्ने ।
- पिरामिडको स्थायित्वका लागि प्रत्येक पिरामिडको अंशहरूको महत्व हुने कुरा बताउने ।
- पिरामिडमा भएकामध्ये कुनै एक त्रिकोण निकाल्ने हो भने समग्र पिरामिड नै ढल्न पुग्छ भन्ने बारेमा सबै सहभागी बालबालिकालाई जानकारी गराउने ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब ४५ मिनेट ।

## क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

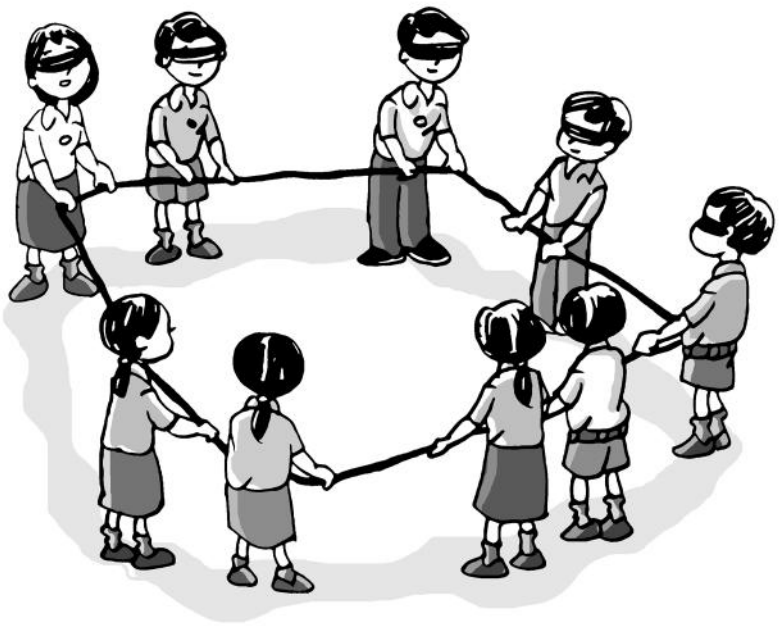
सहजकर्ताले बालक्लव पनि पिरामिड जस्तै सबै सदस्यहरूको सहयोगमा बनेको हुन्छ भनेर जानकारी गराउनुपर्दछ । यदि एउटा सदस्यले मात्र पनि बालक्लबबाट हात झिकेको खण्डमा अघिको क्रियाकलापमा पिरामिड ढले जस्तै बालक्लब पनि ढल्न सक्दछ । त्यसैले सबै सदस्यहरूले बालक्लबको संरचनालाई पिरामिडमा प्रयोग भएका त्रिकोणले जस्तै गरी टेवा पुऱ्याउनुपर्दछ भनेर स्पष्ट पार्ने । त्यस्तै बालक्लबको नेतृत्वतहमा रहेका जिम्मेवार व्यक्तिले बालक्लबलाई मजबूत बनाइ राख्न तथा सबै सदस्यहरूलाई सक्रिय बनाइराख्न ध्यान दिनुपर्दछ भन्ने कुरा बताईदिनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

## क्रियाकलाप- २६:
## पजल स्क्वायर (Puzzle Square)



### क्रियाकलापको परिचय

बालबालिकालाई सामुहिक रूपमा पूरा गर्नुपर्ने कुनै पनि जिम्मेवारीका लागि एकापसमा समन्वय हुनुपर्ने र असल नेतृत्वको पनि आवश्यकता पर्ने कुरालाई दर्शाउन गरिने एक क्रियाकलापलाई पजल स्क्वायर भनिन्छ । यस क्रियाकलापले व्यवहारिक रूपमा नेतृत्वका सवालहरू तथा सूचना प्रशारण गर्नुपर्ने विषयका सम्बन्धमा जानकारी बटुल्न र बालक्लब वा संस्थामा टिमवर्कका लागि अवश्यक जानकारी लिनदिनसमेत मद्दत गर्दछ ।

### क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिकाका लागि आयोजित तालिम/भेला वा गोष्ठीहरूमा यस क्रियाकलाप प्रयोग हुने क्षेत्रहरू हुन् । सामुहिक रूपमा मात्र सम्पन्न गर्न सकिने जटिल कार्यमा नेतृत्वको कुशलता र एकापसमा समन्वयको आवश्यकता महशुस गराउनु नै यस क्रियाकलापको उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

८, १० फिट लामो एउटा डोरी र आँखा छोप्न मिल्ने रूमालहरू ।

## क्रियाकलाप सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरूलाई ६ देखि १० जनासम्मको समूहमा विभाजन गर्ने ।
- डोरीको प्रयोग गरेर चारकुने (Square) बनाउने कुरा बताउने ।
- एक पटक डोरी समाते पछि छोड्न नपाईने र छोडेमा पुन समाउन नपाउने नियम बताउने ।
- सहभागीहरूलाई शुरूमा आँखा नछोपीकन उक्त क्रियाकलापको अभ्यास गर्न दिने ।
- त्यसपछि केही प्रश्न छ कि भनेर सोध्ने ।
- सहभागीहरूलाई वृत्ताकारमा उभिन भन्ने र डोरीलाई हातमा नदिकन वृत्ताकारको बीचमा राख्ने, सबैको आँखा बन्द हुने गरी कपडा वा रूमालले बाँध्ने ।
- अव डोरीबाट सहभागीहरू चारतिर बसेर चारकुने बनाउन भन्ने र त्यसको लागि पाँच मिनेट समय दिने ।
- समय सकिएपछि नेतृत्वका सवालहरू र सूचनाको प्रवाह विषयमा छलफल गर्ने । उदाहरणका लागिः छलफलमा ल्याउन सकिने प्रश्नहरूः
    - समूहमा कसैलाई नाइके छानेको छ वा छैन, उक्त छनौटका सकारात्मक तथा नकारात्मक पक्षहरू के के रहे ?
    - सहभागीहरूको आ-आफ्नो भूमिका प्रस्ट थियो थिएन ?
    - सूचनाको प्रवाह कस्तो प्रकारले भएको थियो ? के हुनुपर्थ्यो ?
    - सहभागीहरूले आ-आफ्नो भूमिका वा काममा ध्यान दिएका थिए वा थिएनन् ?
    - समूह परिचालनको स्थिति कस्तो थियो ?
    - समूहभित्रको व्यबहार र वास्तविक जीवनको व्यबहारमा के के अन्तर हुन्छन् ?
    - क्रियाकालापलाई बढी प्रभावकारी बनाउन के गर्नुपर्थ्यो वा के गरेको भए अझ प्रभावकारी हुनेथियो ।
    - भविष्यमा गर्ने काममा नेतृत्व प्रक्रिया कस्तो हुने विश्वास गर्नुभएको छ? आदि ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब ४५ मिनेट ।

## क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

सहजकर्ताले अभ्यासको समयमा भएका प्रत्येक क्षणलाई राम्रोसँग अवलोकन गर्न र मुख्य बुँदाहरूको टिपोट गर्न बिर्सनु हुँदैन ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

# क्रियाकलाप/विधि- २७:
# गतिशिलता स्तरीकरण खेल (Ranking Movement Game)

## क्रियाकलाप/विधिको परिचय

बालक्लबको सदस्यहरूको व्यक्तिगत स्वभाव पत्ता लगाउन गरिने क्रियाकलाप नै गतिशिलता स्तरीकरण विधि हो । यस विधिबाट बालक्लबमा नियमित बैठकमा उपस्थित हुने बालबालिका, बैठकपछाडि सरसफाइको बारेमा ध्यान दिने बालबालिका, बालक्लबमा खासगरी निर्णय गर्ने व्यक्ति, बढी हँसाउने तथा हास्ने व्यक्ति वा रमाइलो बनाउने व्यक्ति, परिवारको सहयोगको लागि बढी समय दिनुपर्ने बालक वा बालिका, बालक्लबको बैठकमा बढी मात्रामा बोल्ने बालक वा बालिका, बालक्लवमा के गर्ने भन्ने सम्बन्धमा बढी मात्रामा चिन्तनशील हुने बालक वा बालिका, आदिका बारेमा जानकारी पाउन सकिन्छ ।

## क्रियाकलाप/विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालक्लबको भेटघाट, बैठक, भेला आदि नै यस क्रियाकलाप/विधि प्रयोगका क्षेत्रहरू हुन् । बालक्लबका बालबालिकाको व्यक्तिगत स्वभावका बारेमा जानकारी पाउनु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस विधिका लागि बालबालिका सहज तरिकाले यताउता गर्न मिल्ने फराकिलो स्थान हुनु राम्रो हुन्छ । थप सामग्री नभए पनि हुन्छ ।

## क्रियाकलाप/विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सबै सहभागीहरूलाई गोलाकार गराएर उभ्याउने ।
- बालबालिकाका सम्भावित स्वभावहरू विभिन्न विषयअनुसार लामवद्ध गराउने, उदाहरणका लागि हास्ने/हँसाउनेको लाममा सबैभन्दा बढी हाँस्नेलाई सबैभन्दा अगाडि र अन्य क्रमश पछाडि बस्दै लामबद्ध गराउँदै लैजाने, त्यसैगरी सबैभन्दा नियमित रूपमा बैठकमा उपस्थित हुने व्यक्ति सबैभन्दा अगाडि त्यसपछि उनीभन्दा कम उपस्थित हुने व्यक्ति हुँदै लाममा बस्ने ।
- त्यसपछि केहीक्षण सबै जना गोलाकार भएर उभिने । यही प्रक्रिया दोहोऱ्याएर अर्को विषयअनुसार लामबद्ध गराउँदै जाने ।

## क्रियाकलाप/विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब आधा घण्टा ।

## क्रियाकलाप/विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

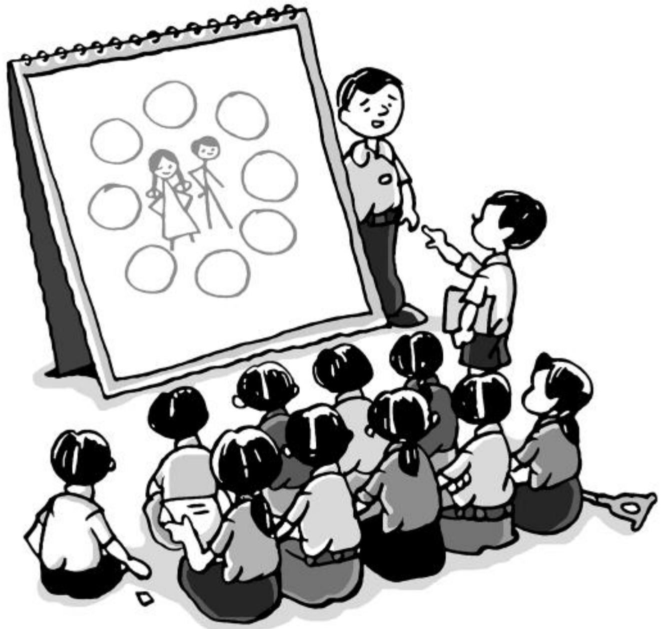
यो क्रियाकलाप/विधि बालबालिका स्वयम्लाई आफ्नो मूल्यांकन गराउने विधि हो । तसर्थ, उनीहरूलाई लामवद्ध गराउँदा कुनै पनि बालबालिकाको मनमा चोट नपुगोस् भनेर सजग रहनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# विधि- २८:
# वृत्त विश्लेषण (Circle Analysis)



## विधिको परिचय

वृत्त विश्लेषण विधि व्यक्तिगत रूपमा बालबालिका, परिवार, बालक्लब/संगठन, विद्यालय/कार्यक्षेत्र, समुदाय, जिल्ला, राष्ट्र र अन्तर्राष्ट्रिय तहमा प्रतिनिधित्व हुनेगरी एक एक जना बालबालिकालाई आठवटा वृत्तहरूका बीचमा राखेर (राष्ट्र र अन्तर्राष्ट्रको प्रतिनिधित्व गर्नेमा भित्र र बाहिरबाट गराउन सकिन्छ) दृश्यात्मक तश्विर देखाउने विधि हो । यसबाट - क) विभिन्नस्तरमा बालअधिकारको प्रवर्द्धनका लागि बालबालिका स्वयम्ले के कस्ता भूमिका निर्वाह गरिहेका छन्, र ख) बालबालिकाले विभिन्न तहमा बालअधिकार प्रवर्द्धनका लागि कस्ता भूमिका निर्वाह गर्न सक्तछन् भन्ने पत्ता लाग्दछ । बालअधिकार र यसको प्रवर्द्धनका लागि बालबालिका स्वयम्को दृष्टिकोण र बुझाई थाहा पाउन यो विधि उपयुक्त छ ।

## विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिका, परिवार, बालक्लब/संगठन, विद्यालय, समुदाय आदि नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्रहरू हुन् । यसका प्रमुख उद्देश्यहरूमाः

- बालबालिकाहरूले विभिन्नस्तरमा (व्यक्तिगत, परिवार, बालक्लब/संगठन, विद्यालय/कार्यक्षेत्र, समुदाय, जिल्ला, राष्ट्र र अन्तर्राष्ट्रिय) बालअधिकारको प्रवर्द्धनमा गरेका कार्यहरू थाहा पाउने,

- विभिन्न स्तरमा बालअधिकार प्रवर्द्धनका लागि बालबालिकाले गर्न सक्ने कामहरूबारे थाहा पाउने,
- बालअधिकार तथा बालसहभागिता अभिवृद्धि गर्न बालबालिकालाई प्रभावकारी लाग्ने क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्न उनीहरूलाई के कस्तो सहयोगको आवश्यकता रहेको छ थाहा पाउने आदि रहेका छन् ।

### आवश्यक सामग्रीहरू

फिल्प चार्ट पेपर, मार्कर, कलम, टेप आदि ।

### विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- एउटा फ्लिप चार्ट पेपरमा दुईवटा चित्र कोर्नुहोस् : आठवटा कन्सेन्ट्रिक सर्कल (वृत्त) को मध्यभागमा एउटा बालक/बालिकाको चित्र बनाउने जसले बालबालिका, परिवार, बालक्लब/संगठन, विद्यालय/कार्यक्षेत्र, समुदाय, जिल्ला, राष्ट्र र अन्तर्राष्ट्रिय) को प्रतिनिधित्व गर्नेछ । राष्ट्र र अन्तर्राष्ट्रको प्रतिनिधित्व गर्ने सन्दर्भमा वृत्तको भित्र र बाहिरबाट गराउन सकिन्छ ।
- बालबालिकाका समूहहरूलाई दुईवटा कन्सेन्ट्रिक सर्कलका संकेत (इमेज)हरू दिनुपर्दछ । पहिलो चरणमा उनीहरूले आपसमा छलफल गर्नेछन् र त्यसपछि विभिन्नस्तरमा बालअधिकार प्रवर्द्धनका लागि उनीहरूले गरिरहेका कामहरूको टिपोट गर्नेछन् ।
- दोस्रो चरणमा पुनः उनीहरूले आपसमा छलफल गर्नेछन् र विभिन्नस्तरमा बालअधिकार प्रवर्द्धनका लागि उनीहरूले गर्न सक्ने कामहरूको टिपोट गर्नेछन् ।
- टिपोट गरिएका कुराहरूलाई प्रस्तुत गर्न लगाउने र बालअधिकार तथा बालसहभागिता अभिवृद्धि गर्न बालबालिकालाई प्रभावकारी लाग्ने क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्नका लागि उनीहरूलाई चाहिने सहयोगका बारेमा छलफल गर्ने ।

### विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

४० देखि ६० मिनेट ।

### विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनु पर्ने कुराहरू

यस विधिलाई वयस्कहरूका बीचमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसबाट विभिन्नस्तरमा बालअधिकार प्रवर्द्धनका लागि बालबालिकाले गरिरहेका कामहरूबारे वयस्कहरूमा रहेको जानकारीको स्तर थाहा पाइनुका साथै बालअधिकार प्रवर्द्धनमा बालबालिकाले गर्न सक्ने कामहरूका बारेमा उनीहरूको धारणा बुझ्न सघाउ पुग्दछ । यसका साथै यसबाट बालबालिकाको प्रयासमा उनीहरूले कसरी प्रभावकारी सहयोग पुऱ्याउन सक्तछन् भन्ने पनि थाहा पाउन सकिन्छ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

# क्रियाकलाप/खेल- २९:
# प्रभावकारी सञ्चार

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

यो क्रियाकलाप/खेल सामूहिक रूपमा खेलिन्छ । यसले सहभागीबीच प्रभावकारी सञ्चारको महत्व बुझ्न सहयोग गर्दछ । साथै, सहभागीहरूलाई यो क्रियाकलाप/खेल रमाइलो लाग्न सक्दछ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस क्रियाकलाप/खेललाई सामान्यतया तालिम, गोष्ठीहरूमा प्रयोग गर्न सकिन्छ र कुनै पनि बैठक वा बालभेलाहरूमा मनोरञ्जनात्मक हिसाबले प्रयोग गर्न सकिन्छ । यस क्रियाकलाप/खेलको खास उद्देश्य भनेको सहभागीलाई प्रभावकारी सञ्चारको महत्व बुझाउनु हो र अझ, सञ्चारले मानवीय संवेगमा पार्ने असरबारे सहभागीमा जागरण ल्याउनु पनि हो ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस क्रियाकलाप/खेलका लागि एउटा ठूलो कोठा (हल) वा खुल्ला चौर चाहिन्छ । उपयुक्त ठाउँमा बाहिरी व्यक्तिहरूले बाधा नगर्ने खालको र सो ठाउँमा सकेसम्म कम भौतिक सामग्रीहरू (कुर्सी, टेबलहरू) भएको हुनुपर्नेछ ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव ३० मिनेट ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

प्रत्येक समूहमा बराबर सख्या हुने गरी सहभागीहरूलाई २ वटा समूहमा विभाजन गर्ने ।

### पहिलो चरण

- यी दुईवटा समूहहरूमध्ये पहिलो (क) समूहलाई कोठा बाहिर वा सो ठाउँदेखि टाढा अन्यत्र पठाउने ताकि ती सहभागीले दोस्रो (ख) समूहमा भएका कुराकानी सुन्न नसकुन् ।
- (ख) समूहमा रहेका सहभागीलाई 'यू' आकारमा बस्न लगाउने र (क) समूहका सहभागीले एकएक जनासँग मुखामुख गरेर बस्न भन्नेछन् । र, सहजकर्ताको संकेतपछि २/३ मिनटको समयमा धेरैभन्दा धेरै प्रश्नहरू गर्नेछन् तर अर्को समूहलाई कुनै पनि प्रश्नको सही वा ठीक उत्तर नदिनु भन्ने निर्देशन दिइएको हुनेछ । जस्तै : 'के गरिरहेको ?' भन्दा 'उफ् कस्तो गर्मी भयो' भन्ने । 'घरमा को को छन् ?' भन्दा 'हत्तेरिका भोकले पेटमा मुसा कुद्न थाल्यो' भन्ने । 'आज घुम्न जाने ?' भन्दा 'कुकुर बाध्नुपर्ने कता गयो गयो' भन्ने, आदि ।
- अब (क) समूहका सहभागीलाई अर्को समूहका साथीहरू पर्खिरहेका अवस्थामा हुनेछन् । उनीहरूमध्ये एकएक जनासँग मुखामुख गरेर बस्ने । र, सहजकर्ताबाट संकेत पाएपछि २/३ मिनटको समयमा धेरैभन्दा धेरै प्रश्नहरू गर्ने र उनीहरूबारे धेरैभन्दा धेरै सूचना सङ्कलन गर्नु भन्ने निर्देशन दिने ।
- यसपछि सहजकर्ताले आआफ्नो जिम्मेवारी निर्वाह गर्न आग्रह गर्ने ।
- २/३ मिनेट यसरी कुराकानी गर्न दिएपछि समय सकिएको जानकारी गराउने ।

### दोस्रो चरण

- अब कार्यविभाजन साटफेर गर्ने । (क) समूहलाई कोठाभित्र वा सो ठाउँमा नै रहन दिई (ख) समूहका सहभागीहरूलाई बाहिर वा सो ठाउँदेखि अन्यत्र पठाउने । यसमा पनि (ख) समूहका सहभागीले (क) समूहको कुराकानी सुन्नुहुँदैन ।
- यसपटक (क) समूहका सहभागीलाई यस अधिको निर्देशन झैं 'यु' आकारमा बस्न लगाउने र (ख) समूहका सहभागी एकएकजना गरी आमनेसामने बसी २/३ मिनटको समयसम्म प्रश्न गर्नेछन् । तर उनीहरूलाई 'सोधेका प्रश्नहरूको नम्र तरिकाले सही उत्तर दिनू' भन्ने निर्देशन दिने ।
- अब (ख) समूहका सहभागीलाई यसअघि झैं (क) समूहका साथीहरूसँग आमनेसामने गरी बस्ने र सहजकर्ताको निर्देशनपछि २/३ मिनटको समयमा धेरैभन्दा धेरै प्रश्न गरी उनीहरूबारे जानकारी लिनू र टिपोट गर्नु भन्ने निर्देशन दिने ।
- अब (क) समूहका सहभागीलाई (ख) समूहको नजिक ल्याउने र उपयुक्त निर्देशनअनुसार एकएक जना साथीसँग आमनेसामने गरेर बस्न लगाउने ।
- यसपछि सहजकर्ताले आआफ्नो जिम्मेवारी निर्वाह गर्न आग्रह गर्ने ।
- २/३ मिनेट यसरी कुराकानी गर्न दिएपछि समय सकिएको जानकारी गराउने ।

**तेस्रो चरण**

- यसपछि सहभागीहरूलाई जुनजुन साथीसँग प्रश्नउत्तर गरिएको छ, उहीउही साथीसँग जोडा मिलाएर बस्न लगाउने ।
- सहजकर्ताले खेलबारे निम्नअनुसारका प्रश्न गर्दै छलफल अगाडि बढाइ आवश्यकतानुसार टिपोट गर्ने ।

**नमूना प्रश्नहरू :**

- खेल कस्तो लाग्यो ?
- सही उत्तर नपाउने साथीहरूले कस्तो महसुस गर्नुभयो ?
- सही उत्तर पाउने साथीहरूलाई कस्तो महसुस भयो ?
- हामीले अरूलाई सही उत्तर नदिंदा उक्त व्यक्तिलाई कस्तो महसुस हुने रहेछ ? आदि ।

## क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- बाहिर गएका वा टाढा भएका समूहका सदस्यहरूले अर्को समूहको सहभागीसँग गरिएको निर्देशन सुन्नुहुँदैन ।
- दुवै समूहमा सहभागीहरूको संख्या बराबर हुनुपर्छ ।
- सहभागीहरूले खेलको लागि दिएको निर्देशन पालना गरिरहेका छन् वा छैनन् जाँच्नु आवश्यक हुन्छ ।
- खेलको मूल्यांकन गर्दा अघिल्लो प्रश्नको उत्तरको आधारमा अर्को प्रश्न तयार पार्नुपर्छ । जस्तैः उत्तर सही नपाउँदा कस्तो लाग्यो ? नरमाईलो लाग्यो, रिस उठ्यो । त्यसपछि के सोच्नु भयो ? आदि ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस क्रियाकलाप⁄खेलको प्रयोगका क्रममा प्राप्त सुझाव तथा अनुभवहरूलाई टिपोट गर्दै जानुपर्दछ र प्रतिवेदन तयार पार्नुपर्दछ ।

✦

## क्रियाकलाप/खेल- ३०:
# प्रभावकारी सञ्चारका अवरोधहरू

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

सञ्चार दुई पक्षबीच आशय, विचार अनुभूति, तथा संकेतहरू आदानप्रदान गर्ने एक प्रक्रिया हो । सञ्चारमा विभिन्न कारणले बाधा पुग्न सक्दछ । यसरी बाधा पुग्ने कारण र त्यसलाई निराकरण गर्ने उपायबारे क्रियाकलापमार्फत् छलफल अगाडि बढाउन यस सञ्चार क्रियाकलाप/खेल विधिको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस क्रियाकलाप/खेललाई सहभागीहरूमाझ सञ्चारका लागि विभिन्न कारणबाट आउनसक्ने बाधा र त्यसलाई निराकरण गर्ने उपाय पत्ता लगाउन, सहभागीको सञ्चारसम्बन्धी व्यवहारमा परिवर्तन गर्न र अरूले भनेका कुरा ध्यान दिएर सुन्ने बानीको विकास गराउन सहयोगी हुनेछ । यो क्रियाकलाप तालिम, गोष्ठी तथा बैठकहरूमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

सहभागीहरूलाई विभिन्न क्रियाकलाप गर्न निर्देशन लेखिएको कागज (चिटहरू) आवश्यक पर्दछ । यस्ता निर्देशनात्मक चिटहरू सबै सहभागीलाई पुग्ने भयो भने राम्रो हुन्छ । नभए केहीलाई मात्र यस्तो चिट दिई बाँकीले

ध्यानपूर्वक सुन्ने भनी निर्देशन दिन पनि सकिन्छ । यी निर्देशनसम्बन्धी उदाहरणका रूपमा ती कागजमध्ये एउटामा ध्यान दिएर सुन्ने, अर्कोमा 'हो' भनेर टाउको हल्लाउने, कुनै कागजमा प्रश्नहरू बढी सोध्ने, कुनैमा एउटै कुराबारे सोधेको सोध्यै गर्ने, कुनैमा कागजका साना टुक्राले नजिकका साथीलाई हान्ने, कुनैमा सुत्ने, कुनैमा नजिकको साथिसँग कुरा गर्ने आदि लेख्न सकिन्छ । यी कागजहरूलाई भित्र लेखिएको अक्षर नदेखिने गरी डल्लो बनाएर राख्नुपर्छ ताकि सहभागीले इच्छानुसार छनौट गर्न नसकून् ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

लगभग १ घण्टा ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- यस क्रियाकलाप/खेलका लागि सहभागीमध्येबाट स्वयंसेवीका रूपमा एक जना प्रतिनीधि (नेता) छनौट गर्ने । यसोगर्दा प्रायजसो सहजकर्ताको कुरालाई ध्यान नदिने वा चकचक गर्ने वा बढी हल्ला गर्ने वा रचनात्मक योगदान नदिने वा सहकर्मीहरूलाई बाधा पुऱ्याइरहने खालको स्वभाव भएको सहभागीलाई छनौट गर्न पनि सकिन्छ ।
- उक्त सहभागी प्रतिनिधिलाई केही समय सो ठाउँबाट बाहिर लगेर आफूलाई थाहा भएको कुनै पनि विषयबारे *(वा यसबारे सहजकर्ताले कुनै विषय छनौट गर्नेबारे सघाउन पनि सकिन्छ)* अन्य सहभागीहरूलाई जानकारी दिने वा प्रवचन दिने वा कक्षा लिन लगाउने । यसको तयारीको लागि केही समय बाहिर नै रहन आग्रह गर्ने ।
- सो समयमा बाँकी सहभागीहरूलाई पहिले नै तयार पारिराखेको चिटहरू एकएक वटा लिन लगाउने र छनौट गरिएको प्रतिनिधिले केही कुराबारे जानकारी दिइरहँदा वा भन्दा सो चिटमा आफूलाई परेको निर्देशनअनुसार सोही कार्य गर्नका लागि निर्देशन दिने ।
- अब सो प्रतिनिधिलाई अन्य सहभागी भएको ठाउँ वा कक्षामा बोलाउने र अघिको निर्देशनअनुसार केही कुरा शुरू गर्न लगाउने र अन्य सहभागीहरूले चिटमा पाएको भूमिकाअनुसारका काम गर्नेछन् ।
- एकछिनमा सो प्रतिनिधि थाकेर 'अब म सक्दिन अथवा केही नबोल्ने' स्थितिमा पुगेपछि उसलाई धन्यवाद दिने र आफ्नो स्थानमा बस्न लगाउने ।
- अब, सबै सहभागीमाझ पहिले छनौट गरिएको प्रतिनिधिलाई 'कस्तो लाग्यो?' भनेर अनुभव सुनाउन लगाउने ।
- यसपछि अन्य सहभागीहरूलाई पनि आफूलाई परेको निर्देशन र आ-आफ्नो अनुभवबारे सुनाउन लगाउने ।
- यी अनुभवपश्चात् के सिकाइ भयो भनेर सो छनौट गरिएको प्रतिनिधि र अन्य सहभागीलाई सोध्ने ।
- अन्त्यमा, सहजकर्ताले आफूले बोलेको बेला अरूले नसुन्दा, ध्यान नदिदा तथा आफूले बोलेको बेला अरूले महत्व नदिदा सबैलाई नराम्रो नै लाग्छ । यसर्थ, अरूले बोल्दा पनि हामीले सदैव यसबारे ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ भन्ने निचोड बताउने ।

### क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- दुईजना सहजकर्ताहरू हुनुहुन्छ भने एकजनाले छनौट गरिएको सहभागी प्रतिनीधि (नेता) लाई बाहिर लगेर उसको भूमिका सम्झाउने र त्यही समयमा अर्को सहजकर्ताले अन्य सहभागीहरूलाई आ-आफ्नो भूमिकाका लागि चिटहरू बाँड्ने र सोहीअनुसार गर्नका लागि तयारी गर्न सकिन्छ ।
- यदि एकजना मात्र सहजकर्ता भएमा दुवै समूहलाई सम्हाल्न सक्ने गरी रणनीति तयार गर्नुपर्दछ वा सहभागीमध्ये एक जनाको सहयोग लिन सकिन्छ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस क्रियाकलाप/खेलबारे प्राप्त भएका सुझाबलाई सङ्कलन गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ । यस कार्यका निम्ति एकजना सहयोगी हुनु जाति हुन्छ ।

# परिच्छेद ५
# बालभेला, परामर्श बैठक/गोष्ठीको सञ्चालन/व्यवस्थापनमा उपयोगी हुने विधिहरू

बालक्लबमा भेला, बैठक, गोष्ठी, तालिम, भ्रमणजस्ता विभिन्न कार्यक्रमहरूमा सहभागिताका अवसरहरू आइरहन्छन् । यस्ता अवसरहरूबाट कतिपय बालक्लबहरूमा मुख्य पदाधिकारीहरूले मात्र फाइदा लिएको पाइन्छ । यसरी क्लबका एकादुईले मात्र फाइदा लिने वातावरणलाई निरूत्साहित गरी बालप्रतिनिधिको छनौट प्रक्रियामा नै विचार पुऱ्याएर सबैमा अवसरहरू पुऱ्याउने प्रयास गरिनुपर्दछ । यसरी बालबालिकाबीच उत्तिकै अवसरहरू पुऱ्याउने सन्दर्भमा तल केही विधिहरू प्रस्तुत गरिएका छन्ः

## बालभेलालगायतका ठूला कार्यक्रमको सञ्चालन/व्यवस्थापन

बालक्लबहरू सक्रिय रहेका जिल्ला तथा क्षेत्रमा बालबालिकाका भेला बैठक तथा सम्मेलनहरू आयोजना भैरहन्छन् । बालक्लबको सबै सदस्यहरूलाई अवसरको समान बाँडफाँड तथा बालभेलालगायतका कार्यक्रमहरूको आयोजनामा हुने औपचारिक क्रियाकलापलाई व्यवस्थित गर्न उपयोगी हुने केही क्रियाकलाप/विधिहरूलाई यस खण्डमा देहायअनुसार उल्लेख गरिएका छन्ः

क्रियाकलाप- ३१:

# सामुहिक समुद्घाटन प्रक्रिया

### क्रियाकलापको परिचय

उद्घाटन गरेर कार्यक्रम अगाडि बढाउनु पर्ने बालभेला/बालसम्मेलनजस्ता कार्यक्रमको उद्घाटनका लागि बालबालिकाले सामुहिक रूपमा सन्देशमूलक तरिका अपनाउन सक्तछन् । यसमा उपस्थित सम्पूर्ण बालबालिकाको सहभागिता रहेको भएकाले यसको थप महत्व रहेको छ ।

### क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालभेला तथा बालसम्मेलनजस्ता ठूला कार्यक्रमहरू नै यस क्रियाकलापको प्रयोग क्षेत्रहरू हुन् । उद्घाटन समारोहलाई सहभागितात्मक सन्देशमूलक तथा रोचक बनाउनु नै यस क्रियाकलापको मूल उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

- नेपालको नक्सा लेखिएको तीन फिट चौडा र छ फिट लामो टिनको पाता एक ।
- सहभागीहरूको संख्याअनुसार सबैलाई एउटा एउटा पुग्ने गरी दियो वा मैनबत्ती ।

## क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सबै सहभागी बालबालिकालाई लामबद्ध गराउने ।
- पालैपालो मैनबत्ती वा दियो बालेर आफू प्रतिनिधित्व गरेको जिल्लामा पर्नेगरी उक्त नक्सामा राख्ने ।
- सामुहिक उद्घाटन सम्पन्न गर्ने ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब २० मिनेट ।

## क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

सबै बालबालिका सहभागी हुन मिल्ने यस क्रियाकलापमा सबैजनाको सहभागिता सुनिश्चितता गर्न ध्यान दिनुपर्दछ । सहभागी सबैलाई पुग्नेगरी मैनबत्ती वा दियोलगायत अन्य आवश्यक तयारी भएको हुनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

औपचारिक कार्यक्रम पछि बालबालिकासँग सञ्चालन हुने छलफल कार्यक्रममा यस उद्घाटन विधिका बारेमा सबै बालबालिकाको विचार बुझेर उनीहरूलाई लागेका कुराहरू टिपोट गर्दै जानुपर्दछ । यसबाट क्रियाकलापका सम्बन्धमा थप सिकाई हुँदै जान्छ । प्रक्रियागत प्रतिवेदनमा सबै क्रियाकलापलाई विस्तारमा लेख्नुपर्दछ ।

✦

# क्रियाकलाप/खेल- ३२:
# समावेशी अभिवादन

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

बालबालिकाले आफ्नो परिचय दिनु अगाडि अभिवादन गर्दछन् । सामान्यतया नमस्कारबाट परिचय दिन शुरू गरिन्छ । तर यस अभिवादनको प्रक्रियालाई समावेशी बनाउँदा सहभागीलाई रमाइलो लाग्नुका साथै गर्ववोध हुन जान्छ । अभिवादनलाई समावेशी बनाउने भनेको विभिन्न जाति तथा समुदायबाट आएका सहभागीहरूलाई उनीहरूकै रितिथितिअनुसार अभिवादन गराउने भनिएको हो ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिका जमघट हुने बालभेलाजस्ता कार्यक्रमहरूलगायत वयस्कका भेलाहरूमा पनि यो क्रियाकलाप/खेल गराउन सकिन्छ । यस क्रियाकलाप/खेलको मुख्य उद्देश्य भनेकै सहभागीहरूलाई आफ्नो संस्कृतिप्रति गर्व गर्दै अभिवादन गर्न लगाउनु रहेको छ ।

## आवश्यक सामग्री

यस क्रियाकलाप⁄खेलका लागि कुनै विशेष सामग्रीको आवश्यकता पर्दैन । परिचय दिने क्रममा अभिवादन गरिने भएकाले जुन स्थानबाट परिचय दिन भनिएको छ सो स्थानमा उभिएर आफ्ना कुराहरू भन्नु नै पर्याप्त हुन्छ ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरूलाई परिचय दिने समय भएको जनाउ दिने ।
- परिचय दिन उभिएका हरेक सहभागीले अभिवादनका रूपमा आफ्नै जाति विशेषले गर्ने अभिवादनको शैली अपनाउन निर्देश गर्ने । अभिवादनको शैली अपनाउँदा सो जातिमा भनिने शव्द र गरिने क्रियाकलाप दुवै गर्न लगाउने । उदाहरणका लागि कतिपय जातिमा दायाँ हातलाई कलात्मक तरिकाले घुमाएर निधारमा पुऱ्याएर उनीहरूकै भाषामा अभिवादन गर्ने चलन हुनसक्तछ भने कतिपय जातिमा शरीरलाई झुकाएर अभिभावदन गरिन्छ ।
- परिचय दिने सहभागीले अभिवादन गरेकोमा सोही अनुरूप बाँकी अरू सहभागीहरूलाई अभिवादन फर्काउन लगाउने ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

सहभागीको संख्याअनुसार आधा घण्टासम्म ।

## क्रियाकलाप/खेलमा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

सहजकर्ताले हाम्रो देश सुन्दर हुनुको कारण जातिय, भाषिक, साँस्कृतिकलगायत परम्परागत विविधता पनि हो भनेर बुझाइदिनुपर्दछ । यसले सहभागीमा आफ्नो जातिको कला संस्कृतिप्रति गर्ववोध हुन जान्छ । सहजकर्ताको सानो प्रोत्साहनले सहभागीहरूमा आत्मसम्मानको भाव जागृत हुन सक्तछ जुन मानिसको जीवनमा ज्यादै मूल्यवान कुरा हो ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

परिचयको कार्यक्रम सकिएपछि सहभागीहरूलाई समावेशी अभिवादन कस्तो लाग्यो भनेर प्रतिक्रिया लिने । उनीहरूलाई लागेका कुराहरूको टिपोट गर्दै जानुपर्दछ । यसबाट यस क्रियाकलापका सम्बन्धमा थप सिकाइ हुँदै जान्छ ।

✦

## क्रियाकलाप/खेल- ३३:
## सहभागीको परिचयको लागि जोडी पत्ता लगाउने खेल- १

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

बालभेलालगायतका कार्यक्रमहरूमा विभिन्न स्थानबाट जम्मा भएका बालबालिकाबीच रमाइलो तरिकाले परिचय गराउने थुप्रै विधिहरू हुनसक्तछन् । यसका लागि जोडि पत्ता लगाउने क्रियाकलाप/खेल खेलाउन सकिन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिका जमघट हुने बालभेलाजस्ता कार्यक्रमहरू नै यस विधिका प्रयोगका क्षेत्र हुन् । भेला भएका बालबालिकालाई रमाइलो तरिकाले एकआपसमा परिचित गराउनु नै यस क्रियाकलाप/खेलको प्रमुख उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

चिठ्ठा बनाउने कागज, कलम र चिठ्ठा राख्ने सानो बाकस ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सबै सहभागीहरूलाई स्वागत गर्ने ।
- विषयसँग सम्बन्धित शब्द वा भनाईलाई लिएर सहभागीको संख्याअनुसार चिठ्ठा बनाउने र त्यसलाई एउटा बाकसमा हाल्ने ।
- पालैपालो सहभागीहरूलाई चिठ्ठा झिक्न लगाउने ।
- आफूसँग भएको शब्द वा भनाइलाई पूरा गराउनका लागि जोडीको आवश्यकता पर्दछ । समूहमा गएर सोको खोजी गर्ने । आफ्नो जोडी छिटो पत्ता लगाउन निर्देश गर्ने ।
- जोडी पत्ता लागिसकेपछि केही समय जोडीसँग आ–आफ्नो नाम, ठेगाना र आफ्नो बालक्लवका बारेमा एक आपसमा सूचना आदन प्रदान गर्ने ।
- सबै जनाले आफ्नो जिम्मेवारी पूरा गरिसकेर एकाठाउँमा भेला भैसकेपछि जोडी जोडीबाट एकले अर्काको परिचय दिँदै जाने ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

सहभागीको संख्या हेरेर आधा घण्टादेखि १ घण्टासम्म ।

## क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

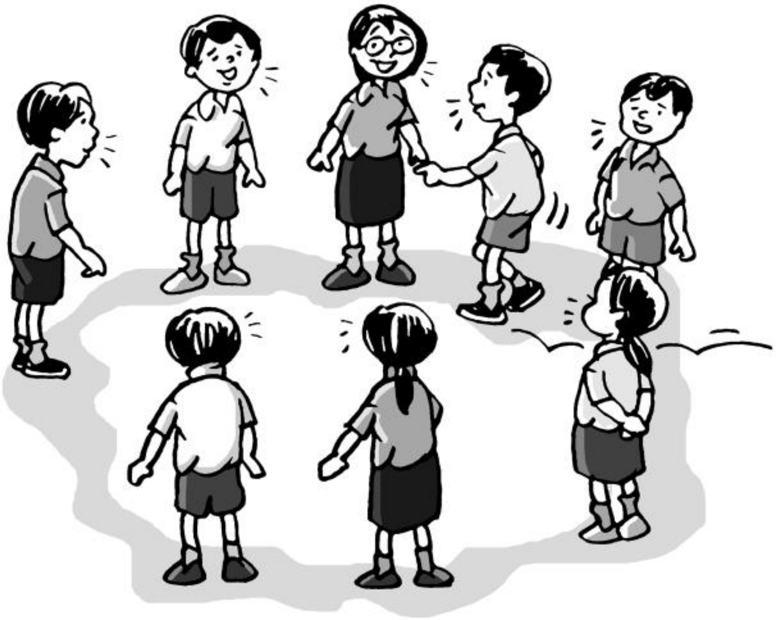
सबै बालबालिका सहभागी हुने यस क्रियाकलाप/खेलमा बालबालिकालाई एकापसमा घुलमिल गर्न र क्रियाशील हुन प्रेरित गरिरहनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस क्रियाकलाप/खेल सकिएपछि बालबालिकासँग खेल कस्तो लाग्यो भनेर प्रतिक्रिया लिने । उनीहरूलाई लागेका कुराहरूको टिपोट गर्दै जानुपर्दछ । यसबाट यस क्रियाकलाप/खेलका सम्बन्धमा थप सिकाई हुँदै जान्छ । प्रक्रियागत प्रतिवेदनमा यस क्रियाकलाप/खेलबारे विस्तारमा लेख्नुपर्दछ ।

✦

## क्रियाकलाप/खेल- ३४:
## परिचय- जोडी पत्ता लगाउने खेल-२



### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

बालभेलालगायतका कार्यक्रमहरूमा विभिन्न स्थानबाट जम्मा भएका बालबालिकाबीच रमाइलो तरिकाले परिचय गराउन जनावरको आवाज निकालेर जोडी पत्ता लगाएर परिचित हुने विधि पनि एक हो । यसमा सबै बालबालिकाको सहभागिता रहने भएकाले यो ज्यादै रमाइलो हुन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिका जमघट हुने बालभेलाजस्ता कार्यक्रमहरू नै यस विधिका प्रयोगका क्षेत्र हुन् । भेला भएका बालबालिकालाई रमाइलो तरिकाले एकआपसमा परिचित गराउनु नै यस विधिको प्रमुख उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

- विभिन्न जनावरहरूले निकाल्ने स्वरहरू लेखेको कागजका दुई दुई टुक्राहरू ।
- यी टुक्राहरू मिसाएर चिठ्ठा बनाउने र तिनलाई राख्ने एउटा कागजको बाकस ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सबै बालबालिकालाई गोलाकारमा राख्ने ।
- यस विधिबारे प्रष्टसँग निर्देश गर्ने ।
- सबै सहभागीहरूलाई एक एक गरेर कागजको बाकसबाट चिठ्ठा लिन लगाउने ।
- आफूलाई जुन जनावरको चिठ्ठा परेको छ त्यही जनावरको जस्तै आवाज निकाल्दै समूहमा प्रवेश गर्ने, उस्तै आवाज निकालिरहेको साथी पहिचान गरी जोडी बनाउने ।
- आफ्नो साथी फेला परेपछि उसँग नाम, ठेगाना र बालक्लवको परिचय आदान-प्रदान गर्ने ।
- सबै जोडीको आपसी परिचय सकिएपछि सबैको उपस्थितिमा एकले अर्काको परिचय दिने ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

सहभागीहरूको संख्या हेरेर आधा घण्टा देखि १ घण्टासम्म ।

## क्रियाकलाप/खेलमा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

सबै बालबालिका सहभागी हुने यस क्रियाकलाप⁄खेलमा बालबालिकालाई एकापसमा घुलमिल गर्न र क्रियाशील हुन प्रेरित गरिरहनुपर्दछ । कुनै जनावरको चित्र पर्दा बालबालिकालाई हिनताबोध हुनजान्छ भने त्यस्ता जनावरको चित्र नराख्नु नै राम्रो हुन्छ । कतिपय अवस्थामा सिंहको चित्र पर्ने व्यक्तिले आफूलाई शक्तिशाली भएको र कुनै अर्को जनावरको चित्र पर्नेले आफूलाई कमजोर भएको ठान्न सक्तछ । कहिले काँही धर्म विशेषको आधार मा पनि कुनै जनावर उचो र निचोमा पर्ने हुन सक्तछ । यसका लागि सहजकर्ताले शुरूमा नै जनावरका सम्बन्धमा वातावरण सहज बनाउनपर्दछ । यो क्रियाकलाप⁄खेल रमाइलोका लागि मात्र भएको बुझाइदिनुपर्दछ । कुनै कुनै परिस्थितिमा कार्यक्रम अवधिभर कुनै कुनै बालबालिकालाई सोही जनावरका नामबाट बोलाइएको पनि पाइएको छ । त्यसलाई हतोत्साहित गर्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप⁄खेल सकिएपछि बालबालिकासँग खेल कस्तो लाग्यो भनेर प्रतिक्रिया लिने । उनीहरूलाई लागेका कुराहरूको टिपोट गर्दै जानुपर्दछ । यसबाट यस क्रियाकलाप⁄खेलका सम्बन्धमा थप सिकाई हुंदै जान्छ । प्रक्रियागत प्रतिवेदनमा यस क्रियाकलाप⁄खेललाई विस्तारमा लेख्नुपर्दछ ।

✦

## क्रियाकलाप/खेल- ३५:
## भकुण्डो फालेर गरिने परिचय खेल

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

सहभागीहरूबीच भकुण्डोलाई पास गरेर खेल्ने खेलबाट पनि एकआपसमा परिचित हुन सक्तछन् । बालबालिकाले भकुण्डो यताउता फाल्दा परिचयात्मक कार्यक्रम रोचक हुनजान्छ ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिका जमघट हुने बालभेलाजस्ता कार्यक्रमहरू नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्र हुन् । भेला भएका बालबालिकालाई रमाइलो तरिकाले एकआपसमा परिचित गराउनु नै यस विधिको प्रमुख उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

एउटा नरम खालको भकुण्डो ।

### क्रियाकलाप/खेल सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सबै सहभागीहरूलाई गोलाकार गराइ उभ्याउने ।
- खेलको बारेमा राम्ररी निर्देश गर्ने, यसका लागि बल जसको हातमा पर्छ उसले आफ्नो परिचय दिनुपर्दछ भनेर सबैलाई सम्झाउने ।
- सहजकर्ताले कुनै सहभागीलाई बल दिएपछि बल पाउनेले आफ्नो नाम भन्दै जसको नाम जान्न वा परिचय पाउन मन लागेको छ उसैलाई लक्षित गरी बल फाल्न लगाउने । यसरी सबै सहभागीको पालो पूरा भएपछि सहजकर्ताले सबै सहभागीको नाम सम्झनको लागि दोहोऱ्याउन लगाउन सक्दछन् । लगातार दोहऱ्याउँदा सबैको नाम सम्झिन सकिन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

सहभागीको संख्या हेरेर आधा घण्टादेखि १ घण्टासम्म ।

### क्रियाकलाप/खेलमा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

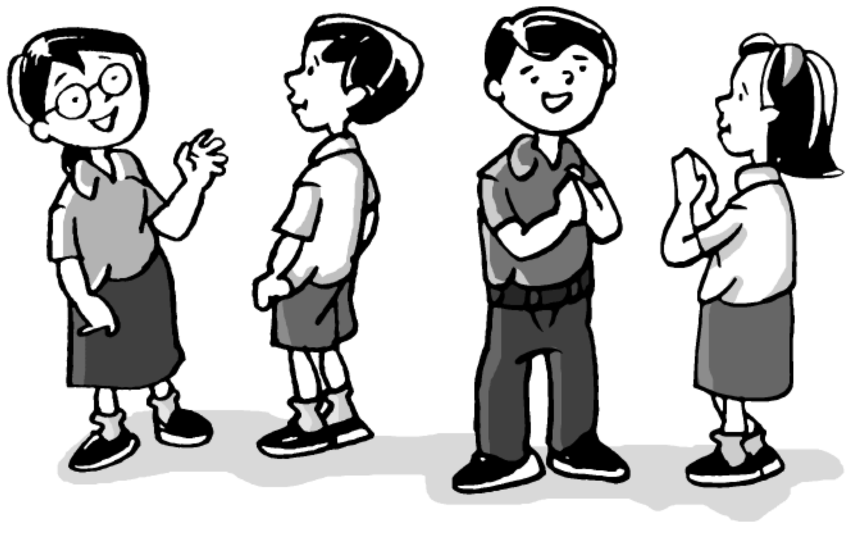
सबै बालबालिका सहभागी हुने यस खेलमा बालबालिकालाई रमाइलो गराउन प्रयास गर्नुपर्दछ । सहभागीमध्ये शारीरिक रूपमा अपाङ्गता भएका बालबालिका भएमा क्रियाकलाप/खेलको विकल्प सोच्न सकिन्छ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप/खेल सकिएपछि बालबालिकासँग कस्तो लाग्यो भनेर प्रतिक्रिया लिने । उनीहरूलाई लागेका कुराहरूको टिपोट गर्दै जानुपर्दछ । यसबाट क्रियाकलाप/खेलका सम्बन्धमा थप सिकाइ हुँदै जान्छ । प्रक्रियागत प्रतिवेदनमा क्रियाकलापबारे विस्तारमा लेख्नुपर्दछ ।

✦

## क्रियाकलाप/खेल- ३६:
## आत्मियता बढाउने खेल



### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

बालबालिका जम्मा हुने ठूला समारोहमा आत्मियता बढाउने खेलबाट पनि बालबालिकालाई एकापसमा परिचित गराउन सकिन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिका जमघट हुने बालभेलाजस्ता कार्यक्रमहरू नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्र हुन् । भेला भएका बालबालिकालाई रमाइलो तरिकाले एकआपसमा परिचित गराउनु नै यस विधिको प्रमुख उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री र तयारी

यस क्रियाकलाप/खेलका लागि कुनै विशेष सामग्रीको आवश्यकता पर्दैन । बालबालिका राम्ररी चलखेल गर्न सक्ने फराकिलो स्थान भए पुग्छ ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सबै सहभागीहरूलाई खुला ठाउँ वा कोठामा यताउति उभिन लगाउने, निश्चित समय (पाँच मिनेट) भित्र बढीभन्दा बढी सहभागी साथीसँग परिचय गर्ने भन्ने । यसको लागि आफूले जुन साथीसँग परिचय गर्न चाहेको हो ऊ साथी भएको ठाउँमा गएर साथीको आँखामा हेर्दै मुसुक्क हाँस्ने । पहिलो पटक भेटिएको साथीका बारेमा कुनै तारिफ गर्ने शब्द वा बोली बोल्दै आफ्नो परिचय दिने साथीको परिचय लिने र कुनै एक विषयमा कुरा शुरू गर्ने र साथीको विचार ध्यानपूर्वक सुन्ने ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

सहभागीको संख्या हेरेर आधा घण्टादेखि १ घण्टासम्म ।

## क्रियाकलाप/खेलमा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

सबै बालबालिका सहभागी हुने यस खेलमा सबैलाई एकापसमा खुलेर परिचित हुन उक्साउनुपर्दछ । सहभागीमध्ये केही शारीरिक रूपमा अपाङ्गता भएका भएमा खेलको स्वरूपलाई अलिकति बदलिदिन सकिन्छ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप/खेल सकिएपछि बालबालिकासँग खेल कस्तो लाग्यो भनेर प्रतिक्रिया लिने । उनीहरूलाई लागेका कुराहरूको टिपोट गर्दै जानुपर्दछ । यसबाट यस क्रियाकलाप/खेलका सम्बन्धमा थप सिकाई हुँदै जान्छ । प्रक्रियागत प्रतिवेदनमा यस क्रियाकलाप/खेलबारे विस्तारमा लेख्नुपर्दछ ।

✦

# क्रियाकलाप/खेल- ३७:
# परिचयका लागि अटोग्राफ

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

कुनै कार्यक्रमका लागि जम्मा भएका बालबालिकालाई एकाअपसमा घुलमिल गराउन एकअर्काको हस्ताक्षर लिएर खेलाइने खेल नै अटोग्राफ सङ्कलन क्रियाकलाप/खेल हो । यसमा सहभागीहरूलाई कापीको कुनै एक पेजमा धेरैभन्दा धेरै हस्ताक्षर लिन प्रोत्साहन गरिन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोगका क्षेत्रतथा उद्देश्यहरू

बालबालिका जमघट हुने बालभेलाजस्ता कार्यक्रमहरू नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्र हुन् । भेला भएका बालबालिकालाई रमाइलो तरिकाले एकआपसमा परिचित गराउनु नै यस विधिको प्रमुख उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

सबैलाई पुग्ने गरी अटोग्राफ डायरी, कलम ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई खुला ठाउँ वा कोठामा यताउती उभिन लगाउने ।
- आ-आफ्नो डायरी र कलम ठीक पार्न भन्ने ।
- पाँच मिनेटको समय दिने दिइएको समयभित्र बढीभन्दा बढी सहभागीहरू कहाँ पुगेर आफ्नो परिचय दिंदै अटोग्राफ लिने र दिने काम गर्न निर्देशन दिने ।
- अन्तमा कसले कतिवटा अटोग्राफ लिए, गन्न लगाउने ।
- सबैभन्दा बढी अटोग्राफ लिनेलाई पुरस्कृत गर्न पनि सकिन्छ ।

## क्रियाकलापका/खेल लागि लाग्ने अनुमानित समय

सहभागीको संख्या हेरेर आधा घण्टासम्म ।

## क्रियाकलाप/खेलमा सहजकर्ताले ध्यान पु्र्याउनुपर्ने कुराहरू

सबै बालबालिका सहभागी हुने यस खेलमा सबैलाई एकापसमा खुलेर परिचित हुन उक्साउनुपर्दछ । सहभागीमध्ये कोही शारीरिक रूपमा अपाङ्गता भएका भएमा खेलको स्वरूपलाई अलिकति बदलिदिन सकिन्छ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप/खेल सकिएपछि सहभागीसँग खेल कस्तो लाग्यो भनेर प्रतिक्रिया लिने । उनीहरूलाई लागेका कुराहरू टिपोट गर्दै जानुपर्दछ । यसबाट यस क्रियाकलाप/खेलका सम्बन्धमा थप सिकाई हुंदै जान्छ । प्रक्रियागत प्रतिवेदनमा क्रियाकलापबारे विस्तारमा लेख्नुपर्दछ ।

✦

# क्रियाकलाप/विधि- ३८ः
# कार्ड छुट्टाउने (Card Sorting)

## क्रियाकलाप/विधिको परिचय

बालबालिकाले पाएका अवसरहरू लेखाजोखा गर्न कार्डको सहायताबाट प्रस्ट्याउने विधि नै कार्ड-सर्टिङ्ग विधि हो । यस विधिको प्रयोग बालक्लबमा तालिम, कार्यशाला गोष्ठीलगायतका अवसरमा सहभागी हुन जाने सहभागीको छनौट वा सिफारिस गर्ने प्रक्रियामा गर्न सकिन्छ ।

## क्रियाकलाप/विधिको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्य

बालक्लब बैठक यस क्रियाकलाप/विधिको प्रयोगको क्षेत्र हो । यसको उद्देश्य बालक्लबका सबै बालबालिकामा प्राप्त अवसरहरूको समान पहुँच पुऱ्याउन सहयोग गर्नु रहेको छ ।

## आवश्यक सामग्री

मेटाकार्ड, मार्कर, बोर्ड, पिन, न्यूजप्रिन्ट आदि ।

## क्रियाकलाप/विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- न्यूजप्रिन्ट पेपरमा सहभागीहरूसँग मष्तिस्कमन्थन गरेर हालसम्म बालक्लव सहभागी भएका तालिम गोष्ठीआदिको सूचि तयार गर्ने ।
- सहभागीहरूलाई मेटाकार्ड दिएर आ-आफ्नो नाम लेखाउँदै उक्त मेटाकार्डलाई खाली भुईंमा राख्न लगाउने ।
- जुन तालिम वा गोष्ठीमा जो जो भाग लिन गएका छन् तिनीहरू आएर आ-आफ्नो नाम लेखिएको मेटाकार्ड लिएर न्यूजप्रिन्ट पेपरमा आफूले भाग लिएको कार्यक्रम लेखिएको स्थानमा टाँस्न लगाउने ।
- त्यसपछि अर्को तालिम वा कार्यक्रममा जो जो सदस्यहरू गएका छन् उनीहरूको नाम लेखिएको मेटाकार्ड टाँस्न लगाउने ।
- अव कुन व्यक्ति कतिवटा तालिममा सहभागी भएको छ त्यो गन्ने । यसबाट बालक्लबका सबै सदस्यहरूले बराबर सहभागी हुने अवसर पाए नपाएको अथवा कुनै एकजना सहभागी मात्र बराबर तालिम वा गोष्ठीमा जाने गरेको भन्ने सजिलै थाहा लाग्नेछ ।
- यस क्रियाकलाप⁄विधिबाट पत्ता लागेको अवस्थाका बारेमा छलफल चलाउने र समानुपातिक अवसरका लागि योजना बनाउने ।

## क्रियाकलाप/विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव १ घण्टा ।

## क्रियाकलाप/विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

प्रतिफल अथवा अवसरमा सबैको समान पहुँच हुनुपर्दछ भन्ने लोकतान्त्रिक मान्यतालाई बालबालिकाबीच स्थापित गर्ने यो एउटा राम्रो अवसर हो । यसमा सामाजिक समावेशीकरणको सिद्धान्तअनुसार पुराना, नयाँ, केटा, केटी, जातजाति, फरक क्षमता भएका आदि सबैलाई बराबर मौका दिलाउनुपर्दछ भनेर बालबालिकालाई बुझाउनुपर्दछ । यदि बालक्लबका सदस्यहरूले बराबर मौका पाएका छैनन् भन्ने निष्कर्ष आएमा उनीहरूबीच छलफल चलाएर सबैको पालो पुऱ्याउने योजना तर्जुमा गर्न सघाउनुपर्दछ ।

यस विधिबाट कहिलेकाँही अवसर पाइरहेका बालबालिकाको अवसर हरण हुने स्थिति आउने हुँदा उनीहरूले स्वभाविक रूपमा चित्त दुखाउन सक्तछन् र बालक्लवमा द्वन्द्वको स्थिति आउन पनि सक्तछ । तसर्थ, क्रियाकलाप⁄विधिको प्रयोग गर्दा सहभागी बालबालिकाबीच कुनै पनि खालको द्वन्द्व हुन नदिन सहजकर्ताले आवश्यक पृष्ठभूमि तयार गर्नुपर्दछ । बालक्लबका सबै बालबालिका उत्तिकै चलाख र बोल्ने खालका नहुने हुँदा पछाडि परेकाहरूलाई कार्यक्रममा सहभागी हुनजानु अगाडि विशेषगरी विषयवस्तुको प्रस्तुति सीपको तयारीमा सघाइदिनु पर्दछ । यसबाट त्यस्ता बालबालिकामा आत्मविश्वास जागृत हुन जान्छ र उनीहरू पछिल्ला कार्यक्रमहरूमा सहभागिताका लागि नहिच्किचाउने हुन्छन् ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप⁄विधिको प्रयोगका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु⁄गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

# क्रियाकलाप- ३८:
# दुई ठीक एक बेठीक (Two True- One False)

## क्रियाकलापको परिचय

यो क्रियाकलापले तालिम/छलफल/गोष्ठी सञ्चालनको शुरूवातमा सहभागीको ध्यान विषयवस्तुतिर केन्द्रित गर्न तथा सिकाइयुक्त वातावरण तयार गर्न मद्दत गर्दछ । यस क्रियाकलापबाट तालिम/गोष्ठीको अवधिमा कुन विषयबारे छलफल गरिन्छ भन्ने बारे पनि सहभागीलाई जानकारी दिन्छ । साथै, सहभागीलाई ती सूचना/जानकारीप्रति जिज्ञासा रहिरहने भएकाले समग्र तालिम/छलफल गोष्ठीको अवधिमा यसबारे उत्तर खोज्दछन् र सो जानकारी सूचना उनीहरूको ज्ञानको तहमा दीगो रहिरन्छ । साथै, यसको माध्यमबाट संस्था तथा सहजकर्ता समूहको बारेमा सहभागीको धारणा बुझ्न एवम् आवश्यकतानुसार थप जानकारी दिन सजिलो हुन्छ ।

## क्रियाकलाप प्रयोगको क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप तालिम वा गोष्ठीमा सहभागीलाई स्वागत गरेर एकापसमा परिचय गरेपछि र सत्र/विषयमा प्रवेश गर्नुभन्दा ठीक अगाडि गर्नु उपयुक्त हुन्छ । यस क्रियाकलापबाट सहभागीहरू र सहजकर्ताबीच आपसी सम्बन्ध विस्तारको वातावरण तयार पार्ने र सहभागीहरूमा ज्ञानको भोक जगाउनुका साथै सिकाइयुक्त वातावरण सृजना गर्ने उद्देश्य राखिएको छ ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यसका लागि न्यूजपेपर, पर्मानेन्ट मार्कर र पेपर टेपलगायतका सामग्रीको आवश्यकता पर्दछ । सहजकर्ताले तालिम वा गोष्ठीका लागि तयार पारिएको विषयवस्तुका आधारमा छलफलको प्रश्नहरू तथा प्रत्येक प्रश्नको तीनवटा वैकल्पिक उत्तर न्यूजपेपरमा उतार गर्नुपर्दछ । तीनवटा वैकल्पिक उत्तरमध्ये दुईवटा सही र एक गलत उत्तर हुनुपर्दछ । सबै प्रश्न विषयवस्तुमा मात्र आधारित नभई संस्था वा सहजकर्ताको बारेमा पनि जानकारी दिने उद्देश्यले तयार गर्न सकिन्छ । प्रश्नको क्रमलाई मिलाउँदा शुरूका प्रश्नहरू एकदमै सजिलो भयो भने सहभागीहरू उत्साहित हुनेछन् ।

## क्रियाकलाप सञ्चालनका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१५ मिनट (योभन्दा बढी हुनुहुँदैन) ।

## सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

१) यस क्रियाकलापमा प्रयोग गरिने प्रत्येक प्रश्नको तीनवटा वैकल्पिक उत्तर हुने गरी बढीमा १५ वटा प्रश्नहरूलाई न्यूजपेपरमा उतार गर्ने ।

२) उक्त न्यूजपेपरलाई ह्वाइट बोर्ड वा भित्तामा टाँस गर्ने । यसो गर्दा न्युजपेपरमा लेखिएको प्रश्नहरू छोप्नु आवश्यक हुन्छ ।

३) सबै सहभागीहरूको ध्यान केन्द्रित गराउने ।

४) अब सहभागीलाई निम्न कुराको जानकारी गराउनेः

- यस क्रियाकलापमा प्रयोग गरिने सबै प्रश्नहरू वैकल्पिक उत्तरको छनौटमा आधारित हुनेछन् । प्रश्नहरू तालिम/गोष्ठीको बेला छलफल गरिने विषयवस्तु र आयोजक संस्था तथा सहजकर्ताको बारेमा जानकारी दिनेगरी तयार गरिएको छ ।
- प्रत्येक प्रश्नको उत्तरमा तीनवटा विकल्पहरू हुनेछ । तीमध्ये दुई ठीक र एक बेठीक हुनेछ ।
- सहजकर्ताले एकएक गरेर प्रश्न गर्नेछन् र उत्तरमा भएका विकल्प पढ्नेछन् । र, प्रत्येक विकल्पभन्दा सबै सहभागीले एकैसाथ 'हो' वा 'होइन' भन्नुपर्नेछ । यसको लागि सबै सहभागीहरूले सहजकर्ताले विकल्प पढ्दा असाध्यै ध्यान दिनुपर्नेछ ।
- उत्तर दिदा बेठीक भए पनि चिन्ता नगर्न आग्रह गर्ने किनकि यी विषयबारे तालिम/गोष्ठीको अवधिमा छलफल गरिने नै छ भनी बताउनुपर्दछ ।

५) सहभागीहरू क्रियाकलापका नियम र प्रक्रियाबारे जानकार भए वा नभएको एकीन गर्ने ।

६) सबै सहभागी स्पष्ट भएमा क्रियाकलाप अगाडि बढाउने र स्पष्ट नभएको खण्डमा पुनः स्पष्ट पारिदिने । अनि, परीक्षणको रूपमा एउटा प्रश्न देखाएर जाँच (Trial/Test) गर्ने ।

७) अब अघि टाँसिएको न्युजपेपरमा भएको प्रश्नहरूमध्ये एक एक गर्दै र प्रत्येक प्रश्नका वैकल्पिक उत्तरहरू एउटा एउटा मात्र देखिने गरी पढ्ने ।

८) प्रश्नका वैकल्पिक उत्तरमा सबै सहभागीहरूले एकै स्वरमा 'हो' वा 'होइन' के भनेका छन् भन्ने हेक्का राख्नुपर्दछ । यदि सहभागीहरू अलमलिएका छन् वा कोहीले 'हो' र कोहीले 'होइन' भनेका छन् भने त्यस प्रश्नका उत्तरहरूबारे छलफल गरी सही बताइदिने र कुनै कुनै कुरा सत्रमा छलफलमा आउँदछन् है भनी छोडिदिने ।

## क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनु पर्ने कुराहरू

- प्रश्नहरू तयार गर्दा विषयवस्तु, आयोजक संस्था तथा सहजकर्ताबारे सहभागीहरूलाई जानकारी दिनेगरी सकेसम्म सजिलो प्रश्न तथा त्यसका उत्तर तयार पार्नुपर्दछ । र, यसो गर्न नसकिएमा सजिलो, अलि कम सजिलो प्रश्नहरू गरी क्रम निर्धारण गर्नुपर्दछ ।
- प्रश्नहरू विषयवस्तु र आयोजक संस्था तथा सहजकर्ताको जानकारी एक पछि अर्को वा बढीमा दुई वा तीन प्रश्नमा विषयवस्तुबारे जानकारी भएको खण्डमा अर्को प्रश्न संस्था वा सहजकर्ताको जानकारीसँग सम्बन्धित हुनुपर्दछ ।
- सहजकर्ताले सहभागीलाई शुरूदेखि नै उत्साहित बनाउनुपर्दछ । सहभागीमा आफूहरूले वताएको उत्तर गल्ती होला कि भनेर डराउने खालको भावना आउन दिनुहुँदैन ।
- सहभागीहरूको एकआपसमा मत बाझिएमा त्यसलाई कसरी समाधान गर्ने भन्ने खालका उपायहरू सर्तकताका साथ अपनाउनुपर्दछ ।

## छलफलको क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

प्राप्त सुझाव तथा अनुभवहरूलाई टिपोट गर्दै प्रतिवेदन तयार गनपर्दछ ।

**यस क्रियाकलापको लागि प्रश्न तथा वैकल्पिक उत्तरको ढाँचा यस प्रकार छः**

१) यस तालिम/गोष्ठीको उद्देश्य सबै सहभागीहरूलाई ........

क) बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्न आवश्यक पर्ने विधि/औजारलाई सबैले बुझ्ने गरी निर्माण गर्नु हो ।

ख) सहभागीलाई एकठाउँमा जम्मा गरी हांसीमजाक मात्र गर्ने वा काम मात्र कजाउने हो ।

ग) आफूजस्तै अरू बालबालिकाको अधिकारबारे बुझ्न सक्ने बनाउनु हो ।

२) तालिममा यी अपेक्षा पूरा गर्न सकिन्छ....

क) एकआपसमा जानेका कुरा सिकाउने र नजानेका कुरा सिक्ने वातावरण तयार गर्ने ।

ख) काठमाण्डौं-भक्तपुरका राम्रा ठाउँहरूको अवलोकन गराउने ।

ग) देशको विभिन्न क्षेत्रमा बालसहभागितामा भएगरेका अनुभवहरूलाई एकीकृत गर्दै अभिलेख गर्ने/गराउने ।

३) यस तालिमका आयोजक कन्सोर्टियम भनेको ...

क) बालसहभागिताको क्षेत्रमा काम गर्ने संस्थाहरूको साझा सञ्जाल हो ।

ख) राष्ट्रियस्तरमा बालसहभागितासम्बन्धी नीति निर्माणका लागि वकालत गर्दछ ।

ग) बेलामौकामा सदस्य संस्थाहरूलाई दुःख मात्र दिइरहन्छ ।

## क्रियाकलाप/खेल- ४०:
# परिचयका लागि बेलुन फुटाएर खेल्ने खेल

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

परिचयका लागि परम्परागत विधिको वैकल्पिक उपायको रूपमा वेलुन फुटाएर खेल्ने क्रियाकलाप/खेललाई लिन सकिन्छ । सकेसम्म कम समयमा सहभागीहरूलाई एकापसमा घुलमिल गराउने र बढीभन्दा बढी छलफलमा भाग लिने बनाउनका लागि यो विधि उपयुक्त हुन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप/खेल विधि कुनै पनि तालिम, भेला, गोष्ठी, छलफल आदि कार्यक्रमको शुरूमा सहभागीहरूलाई रमाइलो वातावरणमा परिचयका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यो क्रियाकलाप/खेल बालबालिकासँग प्रयोग गर्न सकिन्छ तर वयस्कहरूसँग प्रयोग गर्दा होस पुऱ्याउनुपर्दछ । किनभने कतिपय बयस्कहरू शुरूमै खेलका लागि तयार नहुन पनि सक्छन् । यस क्रियाकलाप/खेलको मुख्य उद्देश्य भनेको खेलमार्फत् सहभागीहरूबीच एकआपसमा घुलमिल गराई छलफलको वातावरण सृजना गर्न तयार गर्ने हो । यसो गर्दा मनोरञ्जन पनि हुन्छ । जस्तो अपरिचित व्यक्तिले सहभागीको बेलुन फुटाउँदा सबैजना हाँस्छन् । यसबाट नजिकपन बढ्ने भएकाले लाज हटाउन सहयोगी हुनजान्छ ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

सहभागीको संख्याअनुसार बेलुन र त्यसलाई बाँध्ने मिल्ने टुक्रामा धागोको व्यवस्था कार्यक्रम सञ्चालनपूर्व नै गर्नुपर्दछ । बेलुन विभिन्न रंगको हुनुपर्दछ । र, सम्भव भएमा बेलुनमा हावा भर्ने पम्पसमेतको व्यवस्था गर्नु आवश्यक हुन्छ किनकि कुनै कुनै सहभागीले बेलुन फुक्न गाह्रो हुने वा लाज लागेर ठूलो बनाउन सक्दैनन् जसका कारण बेलुन नफुट्ने हुनसक्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१ घण्टा (बढीमा २५ जना सहभागीका लागि) ।

### क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- कार्यक्रमका लागि सबैजना सहभागी उपस्थित भइसकेपछि गोलाकारमा बस्न लगाउने, ताकि सहभागीहरूले एकापसमा अनुहार सरसर्ती नियाल्न सकिने होस् । यसले उनीहरूबीच औपचारिक परिचय गर्नु अगाडि एक किसिमले अनुहारबाट नै परिचय गराउँदछ र आगामी क्रियाकलापका लागि सहज वातावरण बन्नेछ ।
- अब, सहभागीहरूलाई सानो कागजको टुक्रा बाँड्ने र त्यस टुक्रामा आआफ्नो नाम, ठेगाना र आफू संलग्न भएको संस्था वा बालक्लवको नाम लेख्न लगाउने ।
- यसपछि प्रत्येक सहभागीलाई १/१ वटा बेलुन र धागो दिने । त्यसपश्चात् अघि बेलुनभित्र आफ्नो परिचय लेखिएको कागज राख्ने र बेलुनमा सकेसम्म धेरै हावा भरेर ठूलो बनाई यसको मुख धागोले बाँध्न लगाउने ।
- सहभागीहरूको अघिल्तिर रहेको फराकिलो खाली ठाउँमा सबै सहभागीले फुकेको बेलुन राख्न लगाउने ।
- सहजकर्ताले सहभागीहरूमध्ये कुनै एकजनालाई ‘आफ्नो बेलुन अगाडि राख्न’ भन्ने । यसपछि उक्त बेलुनमाथि एक अर्को सहभागी वा सहजकर्ता स्वयं बसेर फुटाउने वा फुटाउन लगाउने ।
- अघि फुटाएको बेलुनभित्र रहेको सहभागीको नाम, ठेगाना, संस्था लेखिएको कागजको टुक्रा बाहिर झिकेर यसलाई हातमा लिएर त्यसमा लेखिएको सहभागीको नाम सबैले सुन्नेगरी पढ्ने र उक्त नाम भएको साथीलाई उठ्न आग्रह गर्ने । साथी उठिसकेपछि साथीको बाँकी परिचय सबैले सुन्नेगरी बताइदिने ।
- अब उक्त बेलुन फुटाउने साथी बस्ने र परिचय पाउने सहभागीले अर्को कुनै सहभागीको बेलुन अगाडि राख्न भन्ने र अघिकै विधिअनुसार अर्को साथीको परिचय दिंदै क्रियाकलाप अगाडि बढाउने र क्रमशः सबै जनाको पालैपालो परिचय गराउने ।
- परिचयको क्रममा सहजकर्ताले पनि सहभागीले जस्तै कागजमा नाम लेखी टाँस्ने, बेलुनमा राखी फुक्ने र धागोले बाँधेर सहभागीहरूका साथमा परिचय दिनु राम्रो हुन्छ ।
- परिचयको नयाँ तरिका कस्तो लाग्यो भनी सोध्ने ? सहभागीको उत्तर आएपछि परिचय दिएकोमा सबै जनालाई धन्यवाद दिने ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू

- सहजकर्ता तथा आयोजकले सहभागीको संख्याअनुसार बेलुन र धागोको व्यवस्था गर्नुपर्दछ ।

- सहभागी सबैले आआफ्नो नाम, ठेगाना लेखिएको सानो कागज बेलुनमा राखे वा नराखेको ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ ।
- फुकेको बेलुनबीचमा राखेर पालैपालो बेलुनमाथि बस्ने बेलामा सकेसम्म चिनजान नभएको सहभागी साथी हुनेगरी सजग हुनुपर्दछ ।
- परिचयको क्रममा सहजकर्ता, आयोजक पनि सामेल भएमा सहभागीसँग घुलमिल हुन सजिलो हुन्छ ।

**क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्दा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन**

यस क्रियाकलाप/खेलका सम्वन्धमा सहभागीका धारण टिपोट गरी प्रतिवेदन तयार गर्नु राम्रो हुन्छ ।

✦

# क्रियाकलाप⁄खेल- ४१ः
# परिचयका लागि माकुरी जालो

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

यो विधि विशेषतः तालिम तथा गोष्ठीहरूमा सहभागी परिचयका लागि प्रयोग गरिन्छ । सहभागीहरू एकआपसमा मिली धागोको सहायताले परिचय दिंदै गर्दा माकुराले बनाउने जालो जस्तै हुने भएकाले यस विधिको नाम 'माकुरी जालो' रहेको हो । यसले सहभागीहरूबीच एकअर्काको नाम सम्झिन पनि सजिलो पर्दछ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस क्रियाकलाप⁄खेलले सहभागीबीच सहज तरिकाले परिचय गरी तालिम वा गोष्ठीका लागि मैत्रीपूर्ण वातावरण र ऐक्यवद्धताको भावना सिर्जना गर्ने अपेक्षा राखिएको छ । सहभागीहरूले यस क्रियाकलाप⁄खेलको माध्यमबाट रमाइलो मानी एकअर्काको परिचय लिन र दिन सक्दछन् ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस क्रियाकलाप⁄खेलका लागि मोटो खालको धागोको डल्ला (नचुडिने खालको ऊनीको धागो) आवश्यक पर्दछ । यस्तै, सहभागीहरूलाई नाम लेख्नका लागि सहभागीको संख्यानुसार विभिन्न रंगको साइन पेन र सानो आकारको मेटाकार्ड जरूरी हुन्छ । साथै यसअनुसार सहभागीको नाम लेखिएको मेटाकार्ड टाँस्नका लागि मास्किङ टेप चाहिन्छ ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

३० मिनेट (सहभागीको संख्याअनुसार) ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सबै सहभागीहरू कोठा वा हलभित्र आएपछि आ-आफ्नो स्थानमा बस्न लगाउने र उनीहरूलाई मेटाकार्ड र साइन पेन दिई आआफ्नो नाम लेख्न भन्ने ।
- सबैले नाम लेखिसकेपछि आ-आफ्नो स्थानमै उभिन लगाउने र एक/अर्का सहभागीको हात समाती गोलो आकार बनाउने ।
- अब, सहजकर्ताले सहभागीलाई एकआपसमा समातिएको हात छोड्ने र एक सहभागीलाई धागोको टुप्पो समात्न दिने ।
- उक्त धागोको टुप्पा समातेको साथीले आफ्नो परिचय (नाम, ठेगाना, आबद्ध संस्था, रूचि आदि) भन्न लगाउने, र सोहीअनुसार नै अन्य सहभाथीहरूले पनि भन्नुपर्नेछ भनी सहभागीलाई सम्झाउने ।
- यसपछि उक्त धागोको टुप्पो आफूले समाती डल्लोलाई सहभागीमध्ये कुनै एक जना अर्का सहभागीतिर फाल्ने ।
- अर्का सहभागीले धागोको डल्लोलाई समात्ने र आफ्नो परिचय दिने । अनि, उक्त सहभागीले धागोलाई आफ्नो औंलामा अल्झाएर फेरी अर्को कुनै सहभागीलाई धागोको डल्ला फ्याँक्ने ।
- अब, अघिकै विधिअनुसार क्रमशः धागो हातमा पर्ने सहभागीले आफ्नो परिचय दिने, धागोलाई आफ्नो औलामा अल्झाउने र अर्को सहभागीकहाँ धागोको डल्लो फाल्ने ।
- यसरी सबै सहभागीको परिचय पालैपालो गरी नसकुन्जेल यो प्रक्रिया जारी राख्ने र अन्तिम सहभागीले धागोको डल्लो लिएर परिचय दिएपछि कैंचीले डल्लोको छेऊ काटी धागो मात्र समात्न दिने र डल्लोलाई सहजकर्ताले राख्ने ।
- यो विधिबाट जालो तयार हुन्छ र यस जालोलाई सबै सहभागीको सहयोगमा स्वरूप नबिग्रनेगरी कोठा वा हलको खुल्ला भित्तामा मास्किङ टेपको सहयोगले टाँस्ने ।
- मास्किङ टेपले धागोको जालो सहभागी आफूले टाँसेको ठाउँमा अघि आफ्नो नाम लेखिएको मेटाकार्ड टाँस्ने । सबैले यसरी नै टाँसी सकेपछि एकसाथ सहभागी मिलेर ताली बजाइ क्रियाकलाप अन्त्य गर्ने ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- सहजकर्ताले साइनपेनको छनौट गर्दा सकेसम्म सबैले स्पष्ट देख्ने खालको रंगको छनौट गर्नुपर्छ । यसमा खासगरी कालो र निलो रंग उत्तम हुन्छ भने मेटाकार्ड पहेलो, सेतो र हरियो मात्र प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ ।
- जालोको निर्माण गर्दा सावधानीपूर्वक सही निर्देशन दिनुपर्दछ र सहभागीले बुझेनबुझेको एकीन गरेर मात्र काम अगाडि बढाउनुपर्दछ । साथै, सहभागीलाई दुई तीनपटक तरिकाबारे सिकाउँदा पनि बुझ्न कठीन भयो भने एक दुई जनाबीच अभ्यास गराएर क्रियाकलापबारे प्रष्ट हुने अवसर दिनुपर्दछ ।
- धागो फाल्दा सकेसम्म टाढाको सहभागीमा पुऱ्याउन आग्रह गर्ने ताकि नजिकै रहेको साथीसँग पहिल्यै चिनजान भएको र सानो आवाजमा (मसिनो स्वर) परिचय दिने काम निरूत्साह गर्न सकियोस् । यसबारे पूर्वसावधानी तथा नियममा यसबारे सचेत गराइरहनेछ र सहजकर्ताले 'हो' वा 'ल ल ल' भनी उत्साह पनि थपिदिन सक्नेछन् ।

- जालो तयार भइसकेपछि भित्तामा टाँस्दा निकै ख्याल पुऱ्याउनुपर्ने हुन्छ ताकि जालोको अघिको स्वरूप बिग्रन नपाओस् । यसका लागि सबभन्दा माथि टाँस्ने सहभागीका लागि कुर्ची वा टेबलको व्यवस्था मिलाउने र ती सहभागीलाई सहजकर्ताले सहयोग गर्ने ।
- अपाङ्गता भएका सहभागीलाई अन्य सहभागीहरूको सहयोगमा भित्तामा टाँस्न वा उनको अनुमति लिई धागोको टुप्पोलाई सहजकर्ता वा अन्य सहभागीहरूले टाँस्न सहयोग गर्नुपर्दछ ।

**क्रियाकलाप सञ्चालन गर्दा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन**

यस क्रियाकलापका सिकाइ तथा सहभागीका अुझावहरू टिपोट गरी प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ ।

✦

## क्रियाकलाप/खेल- ४२:
## मित्र बनाएर एक आपसमा प्रशंसा गरी खेल्ने खेल

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

धेरैजसो मानिसहरू अरूका कमजोरी मात्र केलाउने गर्दछन् । हामीले यस किसिमको बानी, व्यवहार विभिन्न कार्यक्रम तथा दैनिक गतिविधिको क्रममा देख्न सक्छौं । यसर्थ, कुनै पनि कार्यक्रमको सहभागीहरूमाझ आपसमा भएका राम्रा कुरा खोतल्ने र त्यसलाई खुलस्त व्यक्त गर्ने बानीको विकास गर्नका लागि मित्र बनाएर एक आपसमा प्रशंसा गरी खेल्ने खेल उपयुक्त हुन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप/खेल बालक्लवका वा गैरसरकारी संस्थाका तालिम, अभिमुखिकरण तथा सहजीकरणमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । अझ, यो क्रियाकलाप/खेल विशेषगरी “सकारात्मक सोधखोज” का तालिम/अभिमुखिकरण/सेसनको दौरानमा प्रयोग गर्दा झनै उपयोगी हुन्छ । कार्यक्रम शुरू भएको करिव एक दिनसम्म साथीसँगको बसाइ, कुराकानी पछि यो क्रियाकलाप गर्दा उपयुक्त हुन्छ । यसले सहभागीबीच एकापसमा भएका सकारात्मक व्यवहार, गुण, बानी, स्वभाव आदिको प्रशंसा गर्ने र सकारात्मक विषयको उठान गरी सहभागीकका क्रियाकलाप वा काममा थप उत्साह र प्रोरणा दिने बानीको विकास गर्न मद्दत गर्दछ ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

सहजकर्तालाई क्रियाकलाप सञ्चालनका लागि जोडी तयार गर्ने विधिबारे पूर्व ज्ञान हुनुपर्दछ । सहभागीले एकअर्काको प्रशंसायोग्य कुरा, व्यवहार, बानीबारे टिपोट गर्नका लागि छुट्टै कागज वा कापीको पाना तयार गर्नुपर्दछ । यस्तै एकापसमा घुलमिल हुनका लागि उपयुक्त हल/कक्ष आवश्यक हुन्छ ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१५ देखि २० मिनेट ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- तालिम हल वा कोठामा उपस्थित सबै सहभागीहरूलाई समूह निर्माण विधिको प्रयोग गरी जोडी-जोडी समूहमा विभाजन गर्ने । समूह विभाजनका लागि उपलब्ध कागजलाई सहभागीको संख्याअनुसार विभिन्न टुक्राहरू बनाउनुपर्छ जसमा जोडी-जोडीको संख्यामा गीतको टुक्रा वा उखानटुक्का वा चित्र वा विभिन्न आकारमा काटिएको चित्र बनौटलाई सहभागीबीच बाँड्ने । वा यस प्रकारको तयारी भएन भने सरल रूपमा सहभागीको ठीक आधा हुने गरी एक, दुई, तीन गर्दै आठ-दश-बाह्रसम्म गन्न लगाउने र यसपछि फेरि उक्त अंकलाई एकदेखि उक्त अंकसम्म गन्न लगाउने ।
- सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई 'आफ्नो जोडी' खोज्न र जोडी पाइएपछि उक्त जोडीसँगै बस्न भन्नेछन् ।
- सबै सहभागीले आआफ्नो जोडी पाएपछि २ मिनटजति समूहको एकले अर्का सहभागीबारे प्रशंसायोग्य बोली, बानी व्यवहारबारे टिपोट गर्न लगाउने । यसोगर्दा सकेसम्म राम्रा बानी, व्यवहारमा ध्यान केन्द्रित गराउनका लागि अनुरोध गर्ने, जसले अरू सहभागीहरूलाई पनि उत्प्रेरणा जाग्नेछ वा सिकाइ हुनेछ ।
- अब, आआफ्ना जोडीको एक साथीले अर्को साथीको पालैपालो २/२ मिनेट वा ३/३ मिनेटको समयमा प्रशंसा गर्न सक्नेछन् भनी सहजकर्ताले संकेत गर्ने । पहिलेको साथीले प्रशंसा गर्ने समय सकिएपछि अर्को साथीको प्रशंसा गर्ने समय छुट्ट्याउन सहजकर्ताले बीचमासंकेत गर्न पनि सक्नेछन् ।
- सहभागीले एकापसमा प्रशंसा गर्ने पालो सकिएपछि सबै सहभागीले ताली बजाउन लगाउने ।
- यसपछि सहभागीहरूलाई सोही साथीसँगै बस्नका लागि अनुरोध गर्ने र यस क्रियाकलाप गरेपछि कस्तो अनुभव भयो भनी सहभागीसँग सोध्ने । सहभागीबाट आएका कुराहरू टिपोट गर्ने ।

## क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

क्रियाकलाप/खेलको प्रक्रियाबारे सहभागी सबैलाई राम्ररी जानकारी दिनुपर्ने र यस क्रियाकलाप/खेल मात्र नभई जीवन भरिका लागि काम लाग्ने जीवनपयोगी भएकाले यसबारे संवेदनशील हुनुपर्छ भनी सहभागीलाई अनुरोध गर्नुपर्दछ । सहभागी सबैले बुझेनबुझेको अवस्थाबारे जानकारी लिनुपर्दछ जसले गर्दा क्रियाकलापलाई प्रभावकारी ढंगले अगाडि बढाउन सकियोस् ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप/खेलको अन्त्यमा सहभागीलाई क्रियाकलाप कस्तो लाग्यो र के सिकाइ वा फाइदा भयो भनी सोध्ने र के भएमा वा के गरिएमा अझ थप प्रभावकारी हुनसक्थ्यो भनी सोध्नुपर्छ । प्राप्त सुझावलाई प्रतिवेदनमा समेट्नुपर्दछ ।

# क्रियाकलाप/खेल- ४३:
# पछ्यौरी ओढाउने खेल

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

यो खेल सहभागीहरूबीच गोलाकारमा बसी दुई छुट्टाछुट्टै रङ्गको पछ्यौरी (सल) को सहायताले खेल्ने र दुवै पछ्यौरी घुमाउँदै एकजना कहाँ पुगेर सो व्यक्तिलाई दुवै पछ्यौरी ओढाउने भएकाले एसलाई पछ्यौरी ओढाउने खेल भनिएको हो । यस खेलमा पछ्यौरीको साटो गलबन्दीजस्तै लामो आकारको गाँठो बनाउन सकिने लुगा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो खेल तालिम मूल्यांकनको क्रममा प्रयोग गर्न सकिन्छ । यस खेलले मनोरञ्जनात्मक ढंगले मूल्यांकन गर्न सहयोग पुऱ्याउँदछ । सहभागीहरू जिम्मेवारी लिन कति तयार छन् भन्ने कुरा थाहा पाउनु यस विधिको उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

छुट्टाछुट्टै रङ्गको दुइवटा पछ्यौरीहरू ।

### क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

कम्तीमा १०-१५ मिनेट *(सहभागीको संख्याको आधारमा र कतिजनाबाट मूल्यांकन गरिने हो त्यसको आधारमा पनि समय कम बढी लाग्दछ ।)*

### क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सबै सहभागिहरूलाई हात समातेर गोलो घेरामा उभिन लगाउने र गोलो घेरा बनिसकेपछि हात छोड्न भन्ने ।
- छुट्टाछुट्टै रङ्ग (जस्तै रातो र सेतो) को दुई पछ्यौरीमध्ये एउटा पछ्यौरी (रातो) सहभागीहरूमध्ये एक जनालाई दिने र अर्को पछ्यौरी (सेतो) करिब ८-१० जनाको फरकमा अर्को सहभागीलाई दिने ।
- सहजकर्ताले सहभागीको ध्यान आफूतिर खिची खेलको नियम बताउने ।
- सेतो पछ्यौरी समाउने सहभागीले त्यसलाई आफ्नो घाँटीमा बेरेर दुईपटक गाँठो पार्ने । त्यसपछि फेरि गाँठो फुकाएर सो पछ्यौरीले दाँयातिरको अर्को साथीलाई ओढाइदिनेछन् । उक्त सहभागीले यस अघिको साथीले गरेझैं सोही क्रियाकलाप दोहोऱ्याउँदै अघि बढ्नेछन् ।
- अनि, रातो पछ्यौरी समाउने सहभागीले त्यसलाई आफ्नो घाँटीमा बेर्ने र एकपटक गाँठो पार्ने । अनि तुरून्तै पछ्यौरीको गाँठो फुकाएर सो पछ्यौरी दाँयातिरको अर्को साथीलाई ओढाउने । उक्त सहभागीले यस अघिको साथीले गरेझैं सोही क्रियाकलाप दोहोऱ्याउदै खेल अघि बढाउने ।
- दुईवटै पछ्यौरी एकैफेर जसकहाँ पुग्दछ उसले सेसनमा अहिलेसम्म सिकेको विषयमध्ये कुनै एक महत्वपूर्ण कुरा भन्नुपर्नेछ ।
- सबै सहभागीले खेलको नियम बुझे, नबुझेको बारे सहभागीको प्रतिक्रिया लिएर सहजकर्ताले खेल सञ्चालन गर्ने ।
- यसरी खेल खेल्दा फेरि फेरि पनि जुन व्यक्तिले दुईवटै पछ्यौरी एकसाथ ओढ्दछ, उसलाई अहिलेसम्म सिकेको विषयबारे अगाडि भनिसकेका कुराहरू नदोहोऱ्याउने गरी भन्नुपर्दछ । यसमा सहजकर्ताले प्रश्न गरेर सहभागीहरूलाई उनीहरूको विचार व्यक्त गर्न सघाउन सक्दछन् ।
- यसप्रकार सहजकर्ताले खेल सञ्चालन गर्दै जाने र निश्चित समयपछि वा निश्चित व्यक्तिबाट तालिम वा छलफलको मूल्यांकन गरीसकिएपछि यसको अन्त्य गर्ने ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

सबै सहभागीले खेलको नियम *(जस्तो कि एक सल चाँही दुई गाँठो बनाउने, फुकाउँने र अर्को साथीलाई ओढाउँने । भने दोस्रो सल एक गाँठो पारेर बनाउने, फुकाउँने र अर्को साथीलाई ओढाउने)* को पालना गरेका छन् वा छैनन् भन्ने बारे ध्यान दिनुपर्दछ । किनकि सहभागीले आफूलाई पालो नपरोस् भनेर खेलमा चलाखी गर्न सक्दछन् । खेल खेल्दा सहभागीलाई सहजकर्ताले निरन्तर प्रोत्साहित गर्नु आवश्यक हुन्छ ।

### क्रियाकलापका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस क्रियाकलापका क्रममा प्राप्त हुने सुझाव तथा सिकाईलाई टिपोट गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ ।

# क्रियाकलाप- ४४:
# भित्तेपत्रिका प्रकाशन

### क्रियाकलापको परिचय

तालिम, भेला आदिमा दैनिक क्रियाकलापको प्रतिवेदन तयार गर्न सहभागीहरूमध्येबाट प्रतिवेदन समूह बनाउन सकिन्छ । यसरी बनाइएका समूहको कामका लागि यो क्रियाकलाप उपयुक्त हुन्छ । यसमा दैनिक रूपमा अघिल्लो दिनको क्रियाकलापलाई समेटी भित्तेपत्रिका प्रकाशन गर्ने गरिन्छ । यस्तो प्रकाशनमार्फत् सहभागीहरूले आफ्नो सृजनशीलता प्रदर्शन गर्न सक्दछन् । जस्तै कार्यक्रममा प्रयोग भएका विषयवस्तु, सुधार्नुपर्ने कुराहरू, समाचार, कथा, कविता, चित्र, चुटकिला वा व्यंग्यहरूलाई भित्तेपत्रिकामा स्थान दिन सकिन्छ । तर ती सबैलाई तालिमका विषयवस्तुसँग सम्बन्धित बनाउन सकिएमा उत्तम हुन्छ ।

### क्रियाकलापको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप लामो समयका लागि सञ्चालन हुने तालिम कार्यक्रममा एउटै विधि वा तरिकाले अघिल्लो दिनको क्रियाकलाप पुनरावलोकन गर्ने तरिकालाई दोहोऱ्याइरहनुभन्दा वैकल्पिक र सृजनशील तरिकाले पुनरावलोकन गर्न सहभागीहरूलाई सक्रिय बनाइराख्न भित्तेपत्रिका प्रकाशन उपयुक्त हुन्छ । यसमा धेरै जना सहभागीहरूको संलग्नता आवश्यक पर्ने भएकाले सहभागीहरूले आ-आफ्नो रूचिअनुसारका कुराहरूमा योगदान दिन सक्दछन् । यसबाट सहभागीहरूबीच सामुहिक भावनाको विकास हुनुका साथै उनीहरूले भित्तेपत्रिका निकाल्ने सीप जान्दछन् र आफ्नो प्रतिभा प्रस्फूटन गर्ने अवसर पाउँदछन् ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस क्रियाकलापका लागि न्युजप्रिन्ट पेपर, ह्वाइट पेपर, मार्कर, विभिन्न रंगका साइनपेन, कार्डवोर्ड पेपर, स्केल, मेटाकार्डको आवश्यकता पर्दछ ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिव १ घण्टा ।

## क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सहजकर्ताले यस क्रियाकलापका लागि प्रतिवेदन समूहलाई अघिल्लो दिन नै जिम्मेवारी दिनेछन् र अन्य सहभागीहरूलाई पनि त्यस प्रक्रियामा सहयोग पुऱ्याउन प्रोत्साहन गर्नेछन् ।
- रिपोर्टिङ्ग गर्नको लागि प्रतिवेदन समूहका सदस्यहरूलाई विहानदेखि नै सेसन तथा छलफलको बुँदाहरू टिप्न भन्नेछन् ।
- कार्डबोर्ड वा न्यूजप्रिन्ट पेपरमा भित्तेपत्रिकालाई सहभागीको रूचिअनुसार नामाकरण गर्ने र मार्करको सहायताले ठूलो र राम्रो अक्षरमा लेख्न भन्नुपर्दछ ।
- सबै सहभागीबाट प्राप्त भएका सामग्रीलाई प्रस्तुत गर्नका लागि प्रतिवेदन समूहले तिनलाई व्यवस्थित रूपमा सफा कागजमा सार्ने वा सामग्री उपलब्ध गराउने सहभागीलाई नै सानो टुक्रामा सफासँग लेख्न लगाउनुपर्दछ ।
- कार्डबोर्ड पेपरमा सबै सामग्रीलाई भित्तेपत्रिकाका रूपमा टाँसी तयार भएपछि प्रतिवेदन समूहले अर्को दिन विहान रिपोर्टिङ्ग गर्ने समयमा तालिम हलमा ल्याई टाँस्नेछन् र त्यसबारे सबै सहभागीहरूलाई औपचारिक रूपमा ब्रिफिङ्ग गर्नेछन् ।
- सहजकर्ताले सबै सहभागीलाई फूर्सदको समयमा उक्त भित्तेपत्रिका पढ्न भन्नेछन् र केही सुझाव वा प्रतिक्रिया भएमा प्रतिवेदन समूहका सदस्यहरूलाई दिन भन्नेछन् ।

## क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- अक्षर पढ्न लेख्न सक्ने सहभागीहरूका लागि मात्र यो विधि उपयुक्त छ । यसर्थ, सहभागीको लेखपढ् गर्नसक्ने अवस्था हेरेर मात्र यो विधि प्रयोग गर्नुपर्दछ ।
- यो विधिका लागि धेरै समय पनि लाग्न सक्छ । तर यसलाई तालिमको औपचारिक समय सकिएपछि विहान वेलुकाको फूर्सदको समय उपयोग गर्नुपर्दछ । भित्तेपत्रिकाबारे कम ज्ञान भएका सहभागीहरूलाई सहजकर्ताले सहयोग पुऱ्याउनुपर्दछ ।

## क्रियाकलापका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस क्रियाकलापका क्रममा प्राप्त भएका सुझावहरू सङ्कलन गर्नुपर्दछ । यसले प्रतिवेदन तयारीका क्रममा सघाउ पुऱ्याउनेछ ।

✦

# क्रियाकलाप- ४५:
# फोटो प्रतिवेदन

## क्रियाकलापको परिचय

दुई वा सोभन्दा बढी दिनको कुनै पनि तालिम, गोष्ठीहरूमा फोटो प्रतिवेदन विधि उपयोग गरिन्छ । यस विधिमा पहिलो दिन भएका प्रायः सबै गतिविधिहरूलाई क्यामेराको सहयोगले फोटो खिचेर ती फोटाहरूमध्ये छानिएका फोटोलाई अर्को दिन प्रतिवेदनको रूपमा प्रस्तुत गर्न सकिन्छ । यस विधिको माध्यमबाट अघिल्लो दिनका गतिविधिहरूको झलकको आधारमा गरिएका छलफलको पुनरावलोकन गर्न सकिन्छ ।

## क्रियाकलापको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप गर्न विद्युतको सुविधा भएका ठाउँ, क्यामरा, तथा खिचिएका तस्वीर छाप्नको लागि प्रिन्टरको सुविधा उपलब्ध हुनुपर्दछ । साथै, तालिम, गोष्ठी दुई दिनभन्दा बढीको अवधिका लागि सञ्चालन भएको हुनुपर्दछ । यस क्रियाकलापले अघिल्लो दिन भएका हरेक गतिविधिको पुनःस्मरण गराउँदछ र फोटोग्राफी समूहले जुनसुकै बेलामा फोटो खिचिराख्ने भएकोले सहभागीहरू सेसनमा सजग तथा सक्रिय हुनुपर्ने ठान्न सक्दछन् *(जस्तो कुनै साथी निदाएको बेलाको फोटो प्रकाशित भयो भने त्यो उसलाई व्यङ्ग गर्ने विषय हुन सक्दछ)* ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस क्रियाकलापका लागि डिजिटल क्यामरा, कम्प्यूटर/ल्यापटप, प्रिन्टर र मल्टीमिडिया आदि आवश्यक पर्दछ ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

प्रस्तुत गर्नका लागि बढीमा ३० मिनेट ।

## क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सहजकर्ताले सबै सहभागीलाई फोटो प्रतिवेदनबारे जानकारी दिनेछन् । यस क्रियाकलापमा त्यस दिन (आज) भएका प्रत्येक गतिविधिहरू फोटो खिची अर्को दिन (भोलिपल्ट) मल्टीमिडियामार्फत् वा प्रिन्टरको सहायताले फोटोहरू छापी सबैले देख्न सक्नेगरी कार्डवोर्ड पेपरमा सजाएर भित्तामा टाँसी प्रदर्शन गरिनेछ ।
- फोटो खिच्नका लागि एकजना सहभागीलाई जिम्मेवारी दिनुपर्दछ । यसो गर्दा फोटोग्रफीमा रूचि भएका सहभागीलाई छनौट गर्नुपर्दछ ।
- यसरी जिम्मेवारी पाएका सहभागीले कार्यक्रमका मुख्य क्रियाकलापहरूको शुरूदेखि फोटोहरु लिनेछन् । त्यस दिनको औपचारिक सेसनको अन्त्य भएपछि सिलसिलेवार रूपमा आफू (हरू) ले खिचेका फोटाहरूको व्यवस्थापन गर्नेछन् । र, अर्को दिनको शुरूमा अघिल्लो दिनका गतिविधिहरूलाई फोटाहरूको माध्यमबाट सिलसिलेवार रूपमा देखाउँदै महत्वपूर्ण छलफलहरूलाई समेट्दै पुनरावलोकन गरिनेछ । अन्त्यमा सबै सहभागीहरूलाई छुटेका महत्वपूर्ण कुराहरू भन्ने अवसर दिएर छलफललाई टुङ्ग्याउनेछन् ।
- पुनरावलोकन कार्य सकिएपछि फोटाहरूको बारेमा र फोटो प्रस्तुतिका बारेमा सहभागीहरूलाई केही बोल्न र आफ्ना विचार व्यक्त गर्न अवसर दिनु ज्यादै उपयोगी हुन्छ ।

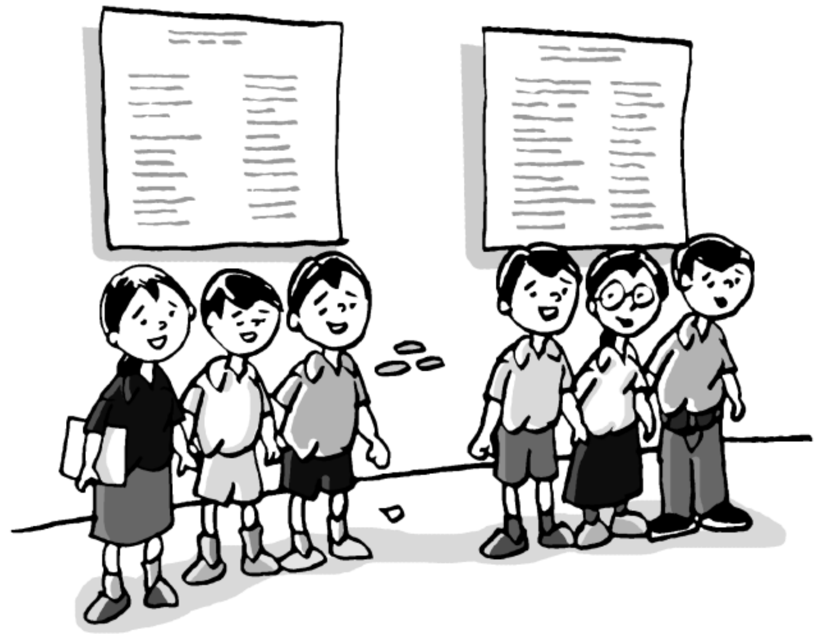
## क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- फोटो खिच्ने खास जिम्मेवारी पाएको सहभागीले नछुटाइकन कार्यक्रमको फोटो लिइरहने ।
- फोटो सिलसिलेवार मिलाउने र सोहीअनुसार क्याप्सन वा त्यस फोटोको सन्दर्भका बारेमा टिपोट गर्दै जाने ।
- यसरी फोटो खिच्दा कार्यक्रमको औपचारिक क्रियाकलापको मात्र नभई सेसन बाहिरका क्रियाकलापहरूलाई पनि स्मरणका लागि फोटो खिची राख्न सकिन्छ । तर यसरी राख्दा ती क्रियाकलाप सार्वजनिक गराउँदा कुनै व्यक्तिलाई नकारात्मक असर पर्न सक्ने कुराहरूमा भने ख्याल गर्नुपर्दछ ।
- दृष्टिसम्बन्धिको अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू एवम् बालबालिका सहभागी भएको अवस्थामा यो विधिको आधारमा पुनरावलोकन गर्नु उपयुक्त हुँदैन ।
- मल्टिमिडिया प्रोजेक्टर उपलब्ध हुने र विजुलीको व्यवस्था भएको शहरी क्षेत्रमा फेटो नधुलाईकन नै त्यसलाई कम्प्यूटरमा जोडी फोटो पुनरावलोकन विधिलाई प्रभावकारी रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

## क्रियाकलापका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस विधिको प्रयोगका क्रममा प्राप्त सुझाव तथा सिकाइलाई टिपोट गर्दै प्रतिवेदनमा समेट्नुपर्दछ ।

# क्रियाकलाप/खेल- ४६:
# समूह विभाजन खेल



## क्रियाकलाप/खेलको परिचय

कुनै तालिम वा भेलामा सहभागीहरूलाई समूहमा बिभाजन गर्न आवश्यक पर्दा यो विधि प्रयोग गर्न सकिन्छ । सहभागितात्मक रूपमा सेसनको विषयगत छलफल, मूल्याङ्कन गर्दा सहभागीहरूलाई सानोसानो समूहमा विभाजन गरी निश्चत समय र निश्चित विषय दिएर समूहकार्य गर्न लगाउनु आफैंमा सिकाईको प्रभावकारी तरिका हो ।

## क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस क्रियाकलाप/खेल तालिम वा छलफललाई सहभागितात्मक बनाउन, तालिमका विविध क्रियाकलापहरूमा अपनत्व बढाउन र सामूहिक कार्यका लागि प्रोत्साहन गर्ने उद्देश्यले सञ्चालन गरिन्छ । समूह विभाजनको क्रममा आवश्यकताअनुसारको संख्यामा सहभागीहरूलाई बाड्न र कुनै खास जिम्मेवारी तोक्न सकिन्छ *(जस्तै प्रतिवेदन समूह, मनोरञ्जन समूह, तालिम व्यवस्थापन समूह, मूल्यांकन समूह आदि)* । यसरी सहभागीहरूलाई समूहमा बाँड्ने प्रक्रियासमेतलाई रोचक बनाउन सकिन्छ ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस क्रियाकलाप/खेलका लागि आवश्यकतानुसारको संख्यामा सहभागी रहने गरी समूह विभाजन गर्ने भन्ने कुराको निर्क्यौल गर्नुपर्दछ । र, समूहको संख्या निर्धारित गरिसकिएपछि विभिन्न प्रकारका रंगको मेटाकार्डको गोलो

आकार (चपाती) तयार गनुपर्नेछ । र, ती चपातीको संख्या सम्पूर्ण सहभागीको संख्या बराबर हुनुपर्दछ । यसको साथै, नाम टिपोट गर्नका लागि न्यूजप्रिन्ट पेपर, मार्कर, मेटाकार्ड पनि व्यवस्था गर्नुपर्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

४५ मिनेट ।

### क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरूको संख्यानुसार कति समूहमा विभाजन गर्ने हो भन्ने कुरा सहजकर्ताले निर्क्यौल गर्नेछन् ।
- निश्चित गरिएको समूह र सदस्यहरू बरबार आवश्यक संख्यामा रंगाइएका चपातीहरूलाई एकठाउँमा मिसमास पारी थुप्रो बनाउने र सबै सहभागीहरूलाई आफूलाई मनपर्ने रंगको चपाती एक एकवटा टिप्न लगाउने ।
- अब, सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई आफूले छनौट गरेको रंगअनुसार मिल्नेगरी सोही रंग मिलेको चपाती लिने साथीहरू खोजी गरेर एक ठाउँमा जम्मा हुन लगाउनेछन् ।
- यसरी समूह तयार हुन्छ र सो समूहलाई सहजकर्ताले एक एकवटा जिम्मेवारी तोक्नेछन् ।
- यसपछि प्रत्येक समूहको नाम, जिम्मेवारी, सदस्यहरूको नाम उल्लेख गर्नका लागि प्रत्येक समूहलाई एक एकवटा न्यूजप्रिन्ट पेपर दिइनेछ । *(समूह नाम र जिम्मेवारी छुट्टाछुट्टै रंगको मेटाकार्डमा लेख्न लगाएर पनि टाँस्न सकिन्छ ।)*
- सहजकर्ताले समूहले निर्वाह गनुपर्ने जिम्मेवारीबारे सबै सहभागीहरू स्पष्ट भएपछि आफ्नो समूहमा सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्न आग्रह गर्नेछन् ।
- सहभागीले समूहकार्यबाट गरेर ल्याएका कार्यहरूलाई सबैले देख्न सक्नेगरी भित्तामा टाँसी आआफ्ना स्थानमा बसी सक्रिय हुन थाल्नेछन् ।

### क्रियाकलाप/खेलमा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू

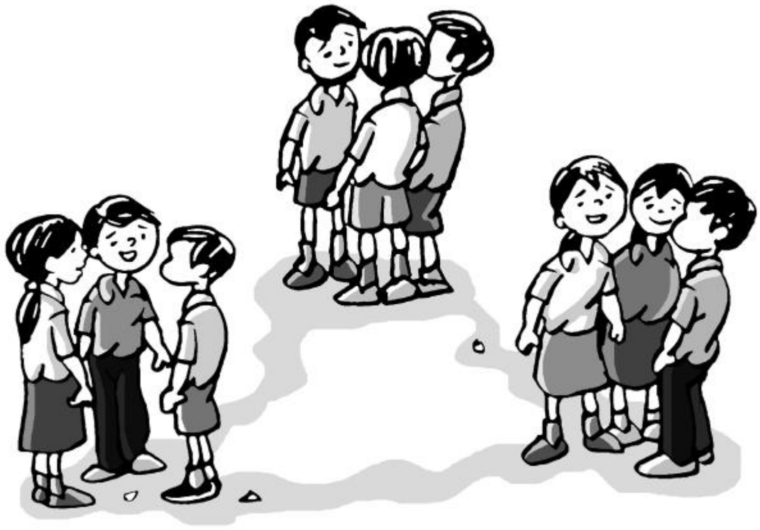
- यस क्रियाकलाप/खेलमा सबै सहभागीहरूलाई कुनै न कुनै जिम्मेवारीकासाथ समूहमा समेट्नुपर्दछ ।
- चपाती टिप्नु अघि सहजकर्ताले भिन्नभिन्न कामको लागि समूह गठन हुन लागेको हो भने ती भिन्नभिन्न समूहका उद्देश्यहरू बताउन सक्नेछन् । र, समूहले गर्नुपर्ने कामको बारेमा पनि सबै सहभागीहरू प्रष्ट हुने गरी बताइदिनुपर्दछ ।
- यस क्रियाकलाप पछि अन्य सहभागीहरू उपस्थित भए भने उनीहरूलाई पूर्व विभाजित समूहमा मिलान गर्नुपर्नेछ ।

### क्रियाकलाप/खेलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप/खेल सञ्चालनका क्रममा प्राप्त हुने सुझाव तथा अनुभवलाई टिपोट गरी प्रतिवेदनमा समेट्न सकिन्छ ।

✦

# क्रियाकलाप/खेल- ४७:
# 'कति भाइ कति, कति बैनी कति? तपाईंले भने जती'



## क्रियाकलाप/खेलको परिचय

तालिम, गोष्ठीका सहभागीहरूलाई समूहमा विभाजन गर्न मद्दत पुऱ्याउने यो मनोरञ्जनात्मक खेल हो । सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई समूहमा विभाजन गर्नुपर्दा यो क्रियाकलाप गरेमा सजिलै समूह विभाजन मात्र नभई उनीहरूमा समूहमा मिलेर काम गर्नुपर्छ भन्ने भावना वृद्धि गर्न सकिन्छ ।

## क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस क्रियाकलाप/खेलले सहभागीहरूलाई मनोरञ्जनात्मक ढंगले सजिलै समूह विभाजन गर्न र एकापसमा गर्न र एकापसमा घुलमिल हुन तथा आत्मियता बढाउन मद्दत गर्दछ । बालबालिकाका तालिम, गोष्ठी तथा भेलाहरू नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्रहरू हुन् ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस क्रियाकलाप/खेलको लागि खासै सामग्रीको आवश्कता पर्दैन । तर समूह निर्माण भएपछि कुनै विषयमा छलफल गर्नुपर्नेछ भने त्यसको लागि आवश्यक सामग्रीको जोहो गरिनुपर्दछ ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

३० मिनेट ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- यो क्रियाकलाप⁄खेल सञ्चालन गर्न सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूलाई सम्भव भएसम्म बाहिर खुल्ला चौरमा आई हात समाती गोलो घेरामा उभिन लगाउनेछन् ।
- सहभागीहरूको गोलो घेरा बनिसकेपछि सहजकर्ताले खेलको नियमबारे बताउने । यस खेलको नियमहरूमाः
    - ◆ खेलका लागि सहजकर्ताले 'कति भाइ कति, कति बहिनी कति' भन्नेछन् र यसपछि सहभागीहरूले 'तपाईंले भने जति' भन्दै गोलो घेरालाई नविगारिकन विस्तारै दौड्नुपर्नेछ ।
    - ◆ अनि सहजकर्ताले २ वा ३ वा ४ वा ५ वा १ वा १० जुनसुकै नम्बर भन्नेछन्, त्यसपछि सहभागीहरूले सहजकर्ताले भनेअनुसारको संख्यामा समूह बनाउनुपर्नेछ ।
- त्यसपछि सहजकर्ताले पुनः खेललाई दोहोऱ्याउँछन् र अन्त्यमा आफूलाई चाहिने संख्याका सदस्यहरू भएको समूह बनेपछि खेल अन्त्य गर्नेछन् ।
- नियमबारे सहभागीहरू प्रष्ट भएपछि एकआपसमा समातेको हात छोड्न लगाई लाइन लागेर खेल अगाडि बढाउने ।
- समूह निर्माण गरिसकेपछि खेल कस्तो लाग्यो भनी सहभागीसँग प्रश्न गरी अनौपचारिक छलफल गर्ने ।

## क्रियाकलाप/खेलमा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- उपस्थित सहभागी संख्याको आधारमा आफूले कति जना सदस्य भएको समूह बनाउन चाहेको हो भन्नेबारे सहजकर्ता पहिले नै निश्चित हुनुपर्नेछ ।
- सहभागीहरूलाई हल्का दौड्नुपर्ने भएकोले होशियारी अपनाउन सचेत गराउन र दुर्घटना हुने सम्भावित जोखिमहरूलाई हटाउनेबारे सहजकर्ताले सबैको ध्यान आकृष्ट गर्नुपर्दछ । त्यस्तै, सहभागीहरूको उमेर र उनीहरूको शारीरिक अवस्थाबारे पनि उचित ध्यान दिनुपर्नेछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावलाई टिपोट गरी सो सिकाईलाई अरू कुनै ठाउँमा यो खेल खेलाउँदा उपयोग गर्नुपर्दछ ।

✦

# क्रियाकलाप- ४८:
# मैनबत्ती बाल्ने

### क्रियाकलापको परिचय

मैनबत्ती बालेर कुनै सभा, समारोह, संस्थाको कार्यक्रम आदि सहभागितात्मक रूपमा समुद्घाटन गरिने भएकाले यस उद्घाटन तरिकालाई मैनबत्ती बाल्ने क्रियाकलाप भनिएको हो ।

### क्रियाकलापको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

जुनसुकै भेला पनि यस क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र हुन सक्दछन् । सबै सहभागीलाई उद्घाटनमा संलग्न गराई सहभागितामूलक भावनाको विकास गर्नु र कार्यक्रमप्रति उत्साहित बनाउनु यस क्रियाकलापको मुख्य उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस क्रियाकलापका लागि सहभागीको संख्याअनुसार सलाइको काँटी भएको बट्टा र एक एकवटा मैनबत्ती आवश्यक पर्दछ । यस्तै सलाई कोरेर मैनवत्ती बालेपछि उक्त काँटी फाल्ने डस्टविन पनि हुनु आवश्यक हुन्छ ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१० मिनेट ।

## क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सहजकर्ताले सबै सहभागीलाई लाइनमा अंग्रेजीको U अक्षरको आकारमा उभिन लगाउने ।
- सबै सहभागीहरू U आकारमा उभिएपछि प्रत्येकलाई एक एकवटा सलाइको बट्टा दिने ।
- यसमध्ये लहरको एकाछेउमा अन्तिममा उभिएका सहभागीलाई एउटा मैनबत्ती दिने *(उक्त व्यक्तिलाई कार्यक्रम उद्घाटनका लागि प्रमुख अतिथिको रूपमा मान्न पनि सकिन्छ)* ।
- अब सहभागीहरूलाई यस क्रियाकलापको नियमबारे जानकारी दिनेः
    - ◆ उभिएका सहभागीहरूमध्ये एक छेउबाट सलाईको काँटी बालेर क्रमशः एकले अर्कोको सलाई काँटीमा जोड्दै जाने ।
    - ◆ अन्तिम छेउको सहभागी (मुख्य अतिथि) मानिएको व्यक्तिले सो बलेको काँटीबाट मैनबत्ति बाल्नेछन् र अरू सहभागीले ताली बजाउनेछन् ।
- सहजकर्ताले कार्यक्रम उद्घाटनमा सहयोग पुऱ्याएकोमा सबैलाई धन्यवाद दिनुपर्दछ ।

## क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- सहभागीको संख्या धेरै भएमा यो क्रियाकलाप गर्न जटिल हुन्छ । तालिम हलमा हावा चलिरहेको अवस्थामा मैनवत्ती निभेर समस्या हुनसक्छ ।
- साना उमेरका सहभागीमाझ यो क्रियाकलाप गर्दा बढी होशियार हुनुपर्दछ । त्यस्तै, आगो चलाउनुपर्ने भएकोले यो विधि प्रयोग गर्दा हुनसक्ने जोखिमका बारेमा सावधानी अपनाउनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

सहजकर्ता वा सहयोगीले छलफलको क्रममा आएका सुझावहरूको टिपोट तयार गर्नुपर्दछ । यसबाट प्रतिवेदन तयारीमा सघाउ पुग्दछ ।

✦

# विधि- ४८:
# स्नो बलिङ्ग (Snow Balling)

## विधिको परिचय

यो विधि सानासाना हिउँका टुक्रा मिलेर ठूलो ढिक्का भए जस्तै व्यक्तिव्यक्तिका विचार एकअर्कामा मेल खाँदै नयाँ विचारको विस्तार हुंदै जाने र निचोडमा पुग्ने तरिका हो । यस विधि अन्तरगत कुनै विषयमा छलफल गर्दा वा मुद्दा पहिचान गर्दा वा योजना तयार गर्दा एक व्यक्तिको विचारसँग अर्को व्यक्तिको फरक विचार र मिल्दो विचारको समीक्षा गर्ने र सोही तरिकाले अन्य समूहसँग पनि समान तथा फरक विचारको समीक्षा गर्दै साझा विचार लिएर प्रस्तुत हुन सकिन्छ ।

## विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस विधि प्रयोगको क्षेत्र ज्यादै व्यापक हुन सक्तछ । कुनै पनि विषयमा सहभागीहरूको विचार सङ्कलन गर्नुपर्ने अवस्थामा यस विधिको प्रयोग गर्न सकिन्छ । तसर्थ, बालक्लबलगायत जुनसुकै संस्थाको योजना तर्जुमा, श्रोत व्यवस्थापन, परिचालन र मूल्याङ्कन प्रक्रियालगायत तालिमहरूमा पनि यस विधिलाई प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । उदाहरणका लागि बालसहभागिता के हो र के होइन भन्नेबारेमा सहभागीहरूबीच छलफल चलाउने क्रममा यो विधि उपयुक्त हुन सक्दछ । सहभागीहरूका विबिध विचारलाई संस्लेषण गरी एकै ठाउँमा ल्याउनु नै यस विधिको प्रमुख उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस विधिको प्रयोगका लागि मेटाकार्ड, मार्कर, न्यूजप्रिन्ट तथा टेप आदि आवश्यक हुन्छ ।

## विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

सहभागीको संख्या र दिइएको विषयको गम्भीरताका आधारमा बढीमा ४५ मिनटसम्म ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- प्रत्येक सहभागीहरूलाई छलफलको विषयबारे जानकारी दिने र उक्त विषयमा निश्चित समयभित्र आफ्ना विचार बुँदागत रूपमा आआफ्नो कापीमा टिपोट गर्न लगाउने ।
- व्यक्तिगत टिपोट सकिएपछि नजिकको साथीसँग टिपोट गरिएका बुँदाहरू कुन कुन समान छन् र कुन कुन फरक छन् छलफल गर्न लगाउने ।
- समान तथा फरक बुँदाहरू छुट्टाछुट्टै मेटाकार्डमा टिपोट गर्ने ।

- दुई जनाको समूहमा गरिएको अभ्यासलाई अर्को दुईजनाको समूहमा पनि दोहऱ्याउने ।
- सहभागीको संख्याअनुसार एकजनाबाट दुईजना, दुईजनाबाट चारजना र चारजनाबाट आठजनाको समूहमा अघिल्लो अभ्यासलाई दोहऱ्याउन सकिन्छ ।
- समूह अभ्यास सकिएपछि संस्लेषित भएका समान तथा फरक विचारलाई मेटाकार्डमा लेखिएको भए अगाडि टाँस्न लगाउने र कपिमा मात्र लेखिएको भने समूहबाट भन्न लगाई न्युजप्रिन्टमा टिपोट गर्दै जाने ।
- टिपोट भएका विचारहरूमा सहभागिहरूबीच छलफल गर्न लगाउने र उनीहरूलाई निष्कर्षमा पुग्न मद्दत गर्ने ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यस विधिको अन्तिम चरणमा सहभागीबाट निचोरिएर आएका विचारहरूका बारेमा हुने छलफलका क्रममा सहजकर्ताले ध्यानपूर्वक सुन्नुपर्दछ र उनीहरूलाई निष्कर्षमा पुग्न मद्दत गर्नुपर्दछ । सहभागीहरूलाई आफ्ना विचार दिन प्रोत्साहन गर्दा कुनै पनि विचारहरू गलत हुँदैनन् भन्ने कुरा सहजकर्ताले प्रष्ट्याउनु जरूरी हुन्छ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलमा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# क्रियाकलाप- ५०:
# सायमकालीन बैठक *(बालगृहमा नियम निर्धारण गर्दा वा अनुशासन कायम गर्न अपनाउन सकिने विधि)*

### क्रियाकलापको परिचय

सायमकालीन बैठक बालगृहमा रहेका बालबालिकाबीच प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । बालगृहको नियम निर्धारण गर्दा वा अनुशासन कायम राख्न तथा बालबालिकालाई आफ्ना मनका कुरा अभिव्यक्त गराउन सायमकालीन बैठक क्रियाकलाप ज्यादै सार्थक हुन्छ । दिनभरिका क्रियाकलापको समीक्षा गर्ने र कोही कसैबाट कुनै गल्ति भएको वा साथीसाथीबीच असमझदारी रहेको स्थितिलाई सहजता कायम गर्न पनि यो क्रियाकलाप ज्यादै उपयुक्त सिद्ध हुँदै आएको छ । यसैगरी आफ्ना मनका कुराहरू भन्नका लागि वातावरण तयार गरी बालबालिकाले पहिले कहिल्यै नभनेका मनका कुराहरू भनाउन र उनीहरूलाई हलुका बनाउन पनि यो क्रियाकलाप प्रभावकारी रहँदै आएको छ ।

### क्रियाकलापका प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस क्रियाकलापको प्रयोगको क्षेत्रहरूमा बालबालिका भएका परिवारदेखि विद्यालयका होस्टल तथा संघसंस्थाहरूले सञ्चालन गरेका बालगृहहरू हुन सक्तछन् । यस क्रियाकलापको मूल उद्देश्य सहभागितामूलक तरिकाले बालगृहमा नियम निर्धारण गर्न वा अनुशासन कायम गर्न तथा बालबालिकाका मनका कुराहरूलाई सबैका सामु भन्न प्रोत्साहन गर्ने रहेको छ ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

बैठक पुस्तिका र कलम । तयारीका हकमा बैठक बस्न निश्चित गरिएको बेलुकाको समय र बालबालिका तथा सहजकर्ताको उपलब्धता नै यसका लागिको पूर्व तयारी हो ।

### क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

आवश्यकताअनुसार १ घण्टासम्म, कहिलेकाँही समय लम्बिन पनि सक्दछ ।

### क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू,

- बालगृहमा रहेका बालबालिकालाई बेलुकाको निश्चित समयमा सभाकक्षमा जम्मा हुन बानी पार्ने ।
- सबै जना भेला भैसकेपछि उपस्थित सबैलाई स्वागत गरेर बैठकलाई सहजीकरण गर्ने ।
- आजको दिन कस्तो रह्यो भनेर सबैको राय बुझ्ने । कसैले केही बिज्याइँ गरेको पाइएमा बैठकमा नै कसरी समाधान गर्ने भनेर छलफल गराउने ।
- बिज्याइँ गर्ने बालबालिकालाई शिष्ट र सम्मानयुक्त भाषामा आफ्नो गल्तिको महशुस गराउने ।

- बिज्याइँ गर्नेलाई सजाय दिनु भनेको उनीहरूलाई चोट पुऱ्याउने भन्दा पनि आफ्नो गल्ति कमजोरी सुधार गर्न प्रोत्साहन गर्ने हो भनेर बुझाउने ।
- बिज्याइँ गर्नेले कुनै न कुनै रूपको सजाय पाउनै पर्ने भएकाले सजायका रूपमा सिर्जनशील कार्यमा जोड दिने । यसमा सरसफाइमा काममा सहयोग, भान्साका काममा सहयोग, फूलबारी गोडमेलका काममा सहयोग जस्ता काममा लगाउन सकिन्छ ।
- कहिलेकाँहीको बैठकमा बालबालिकालाई आफ्नाबारेमा बताउन प्रोत्साहन गर्ने । यसका लागि आफैले आफ्ना घटनाहरू भन्ने र त्यसबाट भएका सिकाईहरू सुनाउने गर्न पनि सकिन्छ ।

## क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

कहिलेकाँहीको बैठकमा कथाहरू सुनाएर पनि बालबालिकालाई सहीमार्गमा हिड्नका लागि प्रोत्साहन गर्न सकिन्छ । विभिन्न पुस्तकमा पाइने कथाहरूका अलवा नीतिकथा तथा आफैंले कसैको जीवनसँग मिल्ने कथाहरू सुनाउन सकिन्छ ।

साथै, उनीहरूका जीवनकथा सुनाउने वातावरण बनाउन कहिलेकाँही बैठकलाई कथा वाचन सत्रका रूपमा सञ्चालन गर्न सकिन्छ । यसरी विभिन्न जोखिम परिस्थितिबाट आएका बालबालिकाले आफ्नो मनमा गाँठो परेर रहेका कतिपय घटनाहरू सुनाउन सक्तछन् र आफूलाई हल्का महशुस गर्न सक्तछन् भने सहजकर्तालाई बालबालिकाका बारेमा आवश्यक सूचना प्राप्त गर्न सक्तछ । यसरी प्राप्त हुने सूचनाबाट कतिपय अवस्थामा गृहमा रहेका बालबालिकाको पुनर्स्थापनाको बाटो खुल्न सक्तछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

सहजकर्ताले छलफल तथा महत्वपूर्ण निर्णयहरूलाई बैठक पुस्तिकामा टिपोट गर्नुपर्दछ ।

# परिच्छेद ६
# सूचना सङ्कलन तथा व्यवस्थापनमा उपयोगी हुने विधिहरू

बालक्लबको योजना तर्जुमामा सूचना सङ्कलन ज्यादै महत्वपूर्ण पक्ष हो । सूचना सङ्कलन भएर मात्र पुग्दैन त्यसको समुचित व्यवस्थापन गर्नु पनि उत्तिकै आवश्यक छ । यी दुबै कामका लागि बालबालिका स्वयम्लाई अग्रसर गराउनुपर्दछ । सूचना सङ्कलनको महत्वपूर्ण माध्यम अनुसन्धान हो । यसर्थ, यसै बेलादेखि नै बालबालिकाको सहभागिता गराउनाले उनीहरूमा आत्मविश्वास जागृत हुन जान्छ । यस परिच्छेदमा बालबालिकासमेतको सहभागितामा हुने अनुसन्धानका लागि अपनाउन सकिने केही विधिहरू उल्लेख गरिएका छन् ।

### अनुसन्धानः बालकेन्द्रित सहभागितात्मक अनुसन्धान पद्दति

अनुन्धानमा बालबालिकालाई सक्रिय बनाउने थुप्रै विधिहरूको विकास भएको पाइन्छ । केही विधिहरू यहाँ उल्लेख गरिएका छन् ।

## विधि- ५१:
## गतिशिल (वा स्थानान्तर) नक्साकन (Mobility Mapping)

### विधिको परिचय

आफूले एक दिनभरि गरेका कार्यहरूको विवरण तयार गरी सूचना सङ्कलन गर्ने विधि नै गतिशिल नक्सांकन विधि हो । यसमा आफूले गरेका काम बाहेक हिंडेका स्थानहरूको नक्साङ्कन गराएर पनि सूचना सङ्कलन गर्न सकिन्छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

सूचना आवश्यक पर्ने बालक्लबलगायत सम्पूर्ण निकायहरू यस विधिको प्रयोगका क्षेत्र हुन सक्तछन् । बालबालिकासँग सम्वन्धित सूचनाहरूको सङ्कलन गर्नु नै यस विधिको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

### आवश्यक सामग्री

- चित्र कोर्ने कागज, पेन्सिल र रंगिन पेन्सिल वा रंग आदि ।
- बालबालिकालाई वितरणका लागि चकलेटहरू ।

## विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- बालबालिकालाई संख्या र स्थान हेरी गोलाकार रूपमा बसाउने ।
- सहभागीहरूको आपसमा परिचय गराउने ।
- बालबालिकालाई गरिन लागेको सूचना सङ्कलन अनुसन्धानका बारेमा जानकारी दिने ।
- सबैलाई चित्र लेख्ने कागज, पेन्सिल र रंगिन कलम वितरण गर्ने ।
- सबै सहभागीलाई अघिल्लो विहानदेखि बेलुकासम्म आफूले गरेका कामहरू सम्झिनका लागि ३ मिनेटको समय दिने ।
- त्यसपछि कागजको बीचमा आफ्नो सानो आकृति बनाउन लगाउने ।
- वरिपरि हिजो आफू बिहान उठेदेखि बेलुका सुत्ने बेलासम्म आफूले गरेका कार्यहरू सम्झँदै त्यसको चित्र बनाउन लगाउने ।
- चित्र राम्रो नराम्रो जस्तो भए पनि हुन्छ तर त्यसमा आफूले गरेको वा भोगेको कुरा झल्किएको हुनुपर्दछ भन्ने कुरा सम्झाउने ।
- सबै सहभागीले आफ्नो चित्र तयार गरिसकेपछि उनीहरूलाई आफ्ना चित्रमा समेटिएका विषयहरूबारे प्रस्तुत गर्न र छलफल गर्न लगाउने ।

## विधि सञ्चालनका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब १ घण्टा ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू

यस विधिमा लेख्नुपर्ने भएकाले सहभागी सबै बालबालिका लेख्न सक्ने हुन् होइनन् विचार पुर्‍याउनुपर्दछ । सूचना सङ्कलनका लागि बालबालिकालाई सहजीकरण गर्दै सानामसिना सबै गतिविधिहरू लेखाउनका लागि प्रयास गर्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधार मा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# क्रियाकलाप- ५२:
# तत्क्षण चित्र लेखन विधि (Spontaneous Drawing)

### क्रियाकलापको परिचय

यस क्रियाकलापमा सहभागी बालबालिकामा तत्काल जे लेख्न मन लाग्छ त्यसको चित्र उतार्न लगाइन्छ । यसबाट बालबालिकाले मन छुने र प्रभाव पर्ने गरी आफूले देखेभोगेका वा घटेका घटनाहरूका बारेमा बताउने भएकोले यस विधिबाट बालबालिकाका विषयमा थाहा पाउन सकिने हुन्छ ।

### क्रियाकलाप प्रयोग गर्न सकिने क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिकाका तालिमलगायतका बैठक यसका प्रयोग क्षेत्र हुन् । बालबालिकाले भोगेका घटनाहरूको अभिव्यक्ति गराउनु र उनीहरूका बारेमा थाहा पाउनु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

- चित्र कोर्ने कागज, पेन्सिल र रंगिन पेन्सिल वा रंग आदि ।
- बालबालिकालाई वितरण गर्न चकलेटहरू ।

### क्रियाकलाप सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- बालबालिकालाई संख्या र स्थान हेरी लाइनमा वा गोलाकार रूपमा राख्ने । सहभागीहरूको आपसमा परिचय गर्ने *(यदि सबै बालबालिका पहिल्यै परिचित छैनन् भने)* ।
- सहजकर्ताले गरिन लागेको अनुसन्धानबारे जानकारी दिने र यस क्रियाकलापबाट केकस्ता सूचना वा जानकारी सङ्कलन गर्न खोजिएको हो त्यसबारेमा विस्तृत रूपमा बताउने ।
- सबैलाई चित्र लेख्ने कागज, पेन्सिल र रंगिन कलम दिने । कागजको पछाडि पट्टी आ-आफ्नो नाम, ठेगाना लेख्न भन्ने । बालबालिकालाई आफूलाई जे मन लाग्यो त्यस चिजको चित्र बनाउन भन्ने । रंग लगाउन दिने ।
- चित्र बनाइसकेपछि उक्त चित्र केको हो र उक्त चित्र लेख्नुको कारण के हो भन्ने बारेमा समेत छलफल गर्ने ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब १ घण्टा ।

## क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

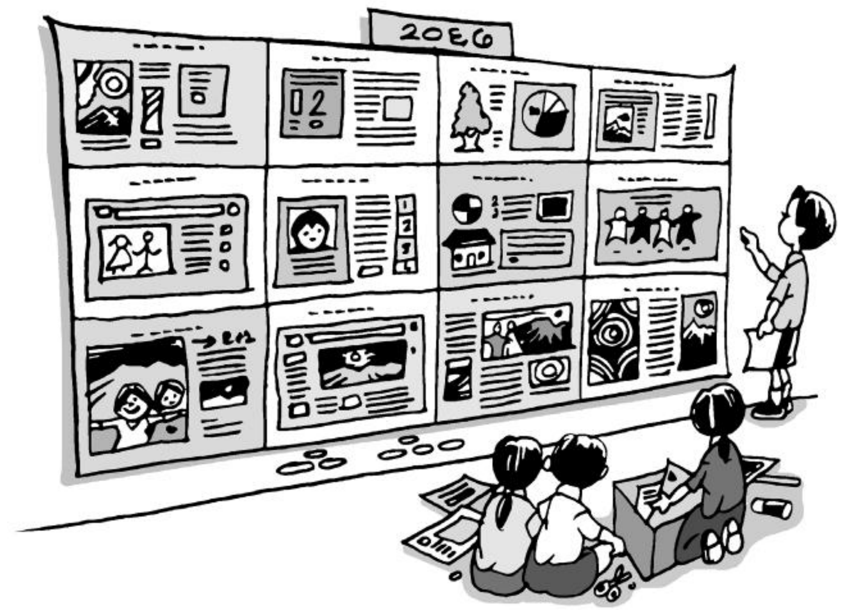
यस क्रियाकलापमा चित्र कोर्नुपर्ने भएकाले सहभागी सबै बालबालिका लेख्न सक्ने हुन् होइनन् विचार पुऱ्याउनुपर्दछ । सूचना सङ्कलनका लागि बालबालिकालाई सहजीकरण गर्दै साना मसिना सबै गतिविधिहरू लेखाउनका लागि प्रयास गर्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# विधि- ५३:
# विषयगत चित्र लेखन (Thematic Drawing)



## विधिको परिचय

चित्रको माध्यमबाट सूचना सङ्कलन गर्ने विधि नै विषयगत चित्र लेखन विधि हो । यसमा सूचना सङ्कलन गर्न चाहेको विषयमा सहभागीहरूलाई चित्रका माध्यमबाट अभिव्यक्त गराइन्छ ।

## प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालक्लबलगायत सूचनाको उपयोग गरी योजना तर्जुमा गरिने संघसंस्था निकायहरू नै यस विधि प्रयोगका क्षेत्रहरू हुन् । यस विधिलाई बालबालिकाका मनका कुरा खोतल्ने सन्दर्भमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । बालबालिकाको परामर्श (काउन्सिलिङ्ग) मा पनि यस विधिलाई उपयोगमा ल्याउन सकिन्छ । चित्रको माध्यमबाट सूचना सङ्कलन गर्नु नै यस विधिको मुख्य उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री

चित्र कोर्ने कागज, पेन्सिल र रंगिन पेन्सिल वा रंग आदि । वितरणका लागि चकलेटहरू ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालबालिकालाई संख्या र स्थान हेरी लाइनमा वा गोलाकार रूपमा बसाउने ।
- सहभागीहरूको आपसमा परिचय गराइदिने *(यदि बालबालिका पहिल्यै नै परिचित भएका छैनन् भने),*
- अनुसन्धानबारे जानकारी दिने ।
- सबैलाई चित्र लेख्ने कागज, पेन्सिल र रंगिन कलम वितरण गर्ने ।
- कागजको पछाडिको भागमा आ-आफ्नो नाम, ठेगाना उमेर, आफू पढिरहेको कक्षा आदि लेख्न लगाउने ।
- जुन विषयमा सूचना सङ्कलन गर्न लागिएको हो *(उदाहरणका लागि बालअधिकारको स्थिति आदि)* त्यसमा केन्द्रित भएर चित्रहरू लेख्न भन्ने ।
- चित्र लेखिसकेपछि उक्त चित्रहरू केको हो ?, केको प्रतिनिधित्व गर्दछ ? र, उक्त चित्र लेख्नुको कारण के हो ? भन्ने बारेमा समेत छलफल गर्ने ।

## विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब १ घण्टा ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यस विधिमा चित्र कोर्नुपर्ने भएकाले सबै सहभागी बालबालिका लेख्न सक्ने हुन् होइनन् विचार पुऱ्याउनुपर्दछ । सूचना सङ्कलनका लागि बालबालिकालाई सहजीकरण गर्दै साना मसिना सबै गतिविधिहरू लेखाउन प्रयास गर्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# विधि- ५४:
# फोटोग्राफी (Photography)

## विधिको परिचय

फोटोका माध्यमबाट गरिने सूचना सङ्कलन विधि नै फोटोग्राफी विधि हो । साधारणतया अनुसन्धानकर्ताले झट्ट देख्न नसकेका विषयबस्तुहरूमा सूचना लिन यो विधि उपयुक्त हुन्छ ।

## विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्य

विशेषगरी बालअधिकार हनन् अथवा उपयोगका सम्बन्धमा गरिने सूचना सङ्कलन/अनुसन्धान नै यस विधिको प्रयोग क्षेत्र हो । फोटोका माध्यमबाट सूचना सङ्कलन गर्नु नै यस विधिको मूल उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्री

- सहभागीहरूको संख्याअनुसार डिस्पोजेवल क्यामरा, लेख्नका लागि कपि, कलम, आदि ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सहभागी बालबालिकालाई क्यामरा चलाउने तरिका र फोटोग्राफीबारे जानकारी/प्रशिक्षण दिने ।
- यसरी तालिम पाएपछि सहभागीहरू क-कस्को वा के कस्तो खालको फोटो खिच्ने हो भन्ने बारेमा जानकारी दिने । उदाहरणका लागि बालश्रमिकको सवालमा आफूले गर्ने काम, काम गर्ने ठाउँ, आफूलाई सबैभन्दा मन पर्ने व्यक्ति, माया गर्ने व्यक्ति, आफूलाई सबैभन्दा मन नपर्ने व्यक्ति आदिको तस्वीर लिन सकिन्छ ।
- सहभागीहरूलाई के कति समय लाग्छ र कहिले फोटो खिच्न सकेर फर्कने भन्ने जस्ता कुराहरू तय गर्ने । सहभागीहरूलाई क्यामरा दिएर पठाउने ।
- सबै सहभागीले फोटो खिचिसकेर फर्के पछि कुन कसले फोटो खिचेको क्यामराको रील हो त्यसमा उनीहरूको नामथरसहितका विवरण लेख्न लगाउने ।
- कारणबस कुनै सहभागी बालबालिकाले क्यामरा बिगारेमा वा हराएमा अर्को क्यामरा दिने र फेरि फोटो खिच्ने अवसर दिने ।
- सहभागी बालबालिकाले खिचेको फोटो धुलाई र छपाई गराउने ।
- फोटोको बारेमा समूह र व्यक्तिगत रूपमा विस्तृत छलफल गर्ने र प्रत्येक फोटोको पछाडि सिसाकलमले फोटो खिच्ने बालबालिकाको नामथर र फोटोलाई सुहाउँदो खालको क्याप्सन लेख्न लगाउने । साथै, प्राप्त सूचनाहरू व्यबस्थित गर्ने ।

## विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

यो विधि कम्तिमा एक हप्ताको समयावधिमा सम्पन्न गर्न सकिन्छ तर सहभागी बालबालिकालाई कहाँ फोटो खिच्न पठाउने भन्ने सबाल र कति दिनको अवधिभित्र फोटो खिचिसक्नुपर्दछ भन्ने कुराले यसमा लाग्ने समयावधिलाई निर्धारण गर्दछ ।

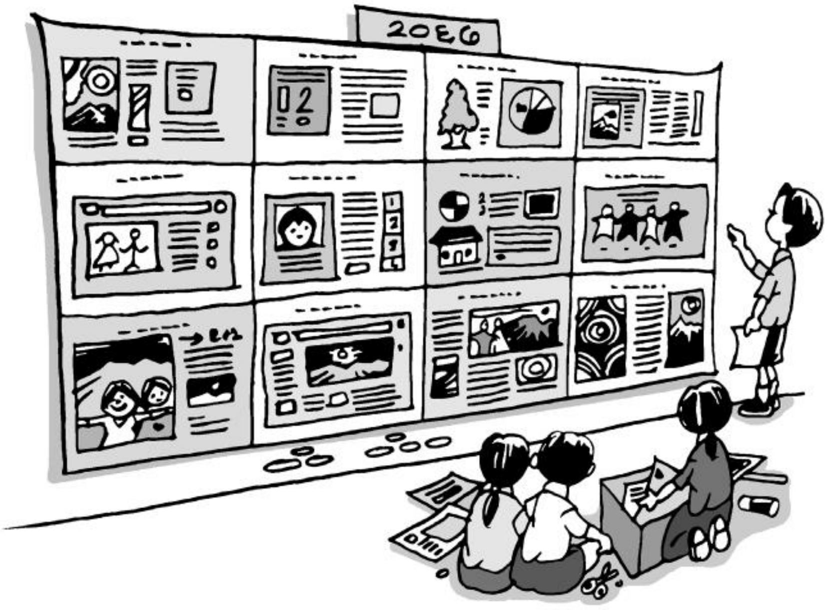
## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

फोटो खिच्ने कार्य सरल होइन । अरूको फोटो खिच्दा सोधेर मात्र खिच्नुपर्दछ । यसो गर्नु भनेको जसको फोटो खिचिंदै छ उसको मर्यादाको सम्मान गर्नु हो । साथै, आफूले कुन प्रयोजनले किन फोटो खिचेको हो र त्यसको सम्भावित प्रयोग कहाँ हुन सक्दछ भन्ने बारेमा पनि फोटो खिच्नु अगावै जानकारी गराउनु आवश्यक पर्दछ अन्यथा फोटो खिच्ने कार्यले विवाद पनि निम्त्याउन सक्दछ । तसर्थ, बालबालिकालाई क्यामरा चलाउने प्रशिक्षण दिने बेलामा नै सो कुराको जानकारी दिनुपर्दछ । समुदायमा फोटो खिच्दा उत्ताउलो भएर जथाभावी खिच्ने भन्दा पनि आफ्नो उद्देश्यसँग मिल्दो परिस्थिति/व्यक्ति वा स्थानको फोटो खिच्नुपर्दछ भनेर सम्झाउनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

फोटो धुलाई सकेपछि गरिने छलफलका महत्वपूर्ण बुंदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । सबै सहभागी बालबालिकालाई फोटो खिच्न जाँदा आफूले गरेको अनुभवलाई पनि बुंदागत टिपोट गर्नु अह्राउनुपर्दछ । यी टिपोटहरूले यससम्बन्धी प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

## विधि- ५५:
## अनौठो भित्तो (Wall of Wonder)



### विधिको परिचय

अनुसन्धानको विभिन्न विधिहरूमध्ये यो विधि सहभागितामूलक ग्रामीण लेखाजोखा (पिआरए) का विधिको समय रेखा (Time Line) र घटना विवरणको मिश्रण रहेको एक थप विधि हो । यसबाट समयअनुसारको संस्थालाई महत्वपूर्ण अध्याय थप्ने कोशेढुङ्गा सावित हुने घटनाहरूको संगालो *(फोटो पत्रिकाको कटिङ्, लेख आदि)* समयअनुसार राखिएको हुन्छ । संस्थाको स्थापना वा शुरूका संघर्षको कालखण्ड/इतिहासलाई अभिलेखीकरण गर्न यो विधि ज्यादै उपयुक्त छ । यस विधिलाई योजना तर्जुमाका सन्दर्भमा पनि उपयोग गर्न सकिन्छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्रहरू र उद्देश्य

बालक्लबको अवस्था थाहा पाउन गरिएका छलफल बैठकहरू नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्रहरू हुन् । बालक्लबको जीवनमा हालसम्मको अवधिमा घटेका महत्वपूर्ण घटनाहरूको अभिलेखीकरण गर्नु नै यस विधिको मूल उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्रीहरू तथा तयारी

लामो सेतो कपडा वा कागज र त्यसमा लेख्नका लागि रङ्गिन कलम, रंगरोगन, टाँस्ने सामग्री आदि ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- लामो सेतो कपडा वा कागज तयार पार्ने र कोठाको भित्तामा टाँस्ने ।
- कति समयसम्मको दस्तावेज तयार गर्ने हो सोअनुसार कपडा वा कागजलाई वर्ष वा महिनामा भाग लगाउने ।
- दिइएको वर्ष वा महिनाभित्र घटेका घटनाहरूको लेख, न्यूजकटिङ्ग, फोटो, भनाइहरूलाई सोही समयको लागि छुट्याइएको भागमा टाँस्ने वा लेख्ने । न्यूज कटिङ्ग, फोटो आदि छैन भने सो कपडा वा कागजमा घटनाहरू तथा विवरण लेख्न सकिन्छ । यस अनौठो भित्तोलाई जतनसाथ राख्नुपर्दछ ।

## विधि सञ्चालनका लागि लाग्ने अनुमानित समय

घटना विवरण र फोटो, न्यूज कटिङ्ग आदि तयारी रहेको अवस्थामा २ देखि ३ घण्टा ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

विधिको प्रयोग गर्दा सबै बालबालिका उत्तिकै क्रियाशील भए नभएको ख्याल गर्नुपर्दछ । एउटै समयमा धेरै घटनाहरूलाई समेट्नुपर्ने भए वा छुट्याइएको भागले नपुगे त्यहाँ कपडा वा कागज थपिदिनुपर्दछ । बालबालिकालाई महत्वपूर्ण घटनाहरू सम्झाउनका लागि बेला बेलामा सहजीकरण गरिरहनुपर्दछ । सकिन्छ भने घटनालाई पेन्टिङ्गबाट उतार्दा प्रभावकारी देखिन्छ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

## बालक्लबको प्रभावकारिता मापन

बालक्लबका पदाधिकारीहरूलाई बालक्लबले गरेका कामहरूको प्रभावकारिताबारे जानकारी भइरहनुपर्दछ । यसरी प्रभावकारिता मापन गर्न विधिन्न विधिहरू अवलम्बन गर्न सकिन्छ तिनीहरूमध्ये केही तल छलफल गरिएका छन्ः

# विधि- ५६ः
# एच विश्लेषण ('H' Analysis)

### विधिको परिचय

अंग्रेजी वर्णमालाको एच (H) जस्तै बनाएर संस्थाको अवस्था, कार्यक्रमको प्रभावकारिता विश्लेषण गर्ने यो एक विधि हो । यस विधिमा 'एच'को बायाँपटिको भागमा संस्थाको सवलपक्षहरू र दायाँपटीको भागमा कमजोर पक्षहरू र बीचको भागमा सुझावहरू लेखिन्छ भने बीचको माथिल्लो पटिको भागमा संस्थाको परिचय र ठेगाना र विश्लेषण गरिएको मिति लेखिन्छ । यसक्रममा सवलपक्षलाई निरन्तरता दिने योजनाहरू 'एच' भित्रको माथिल्लो भागमा र कमजोर पक्षलाई सुदृढ बनाउने भावी योजनाहरू 'एच' भित्रको तल्लो भागमा लेखिन्छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्य

कार्यक्रम तथा संस्थागत विकासमा सवल पक्ष र कमजोर पक्षका साथै सुधार गर्नुपर्ने विषयहरू पत्ता लगाउन आयोजना गरिएका भेला बैठक नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्र हुन् । संस्थाको वर्तमान अवस्था र कार्यक्रमको प्रभावकारीता विश्लेषण गर्नु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्रीहरू

न्यूजप्रिन्ट, मार्कर, साइनपेन, गम वा मास्किङ्ग टेप आदि ।

## विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

- ठूलो आकारको न्यूजप्रिन्ट लिने वा दुईवटा न्यूजप्रिन्ट जोडेर ठूलो आकार बनाउने ।
- उक्त न्यूजप्रिन्टमा ठूलो आकारमा अंग्रेजीको (H) अक्षर बनाउने ।
- एचको बायाँ भागमा बालबालिकाको सहभागिताका सवलपक्षहरू लेख्न लगाउने, त्यस्तै दायाँभागमा कमजोरपक्षहरू र बीचको भाग ('एच'को तेस्रो डण्डी) को माथितर्फ सवल पक्षलाई निरन्तरता दिने कार्यक्रम/क्रियाकलाप तथा डण्डीको तलतिर कमजोर पक्षहरू हटाउनका लागि सुझावहरू लेख्ने ।
- 'एच'को बीचको माथिल्लो भागमा संस्थाको नाम, ठेगाना र विश्लेषण गरेको मिति लेख्ने ।
- 'एच'को बीचभागको तल्लो भागमा यो विधि प्रयोग गर्ने सहभागीहरूको नामावली लेख्ने ।

## विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब २ घण्टा ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यस विधिमा लेख्नुपर्ने भएकाले सहभागी सबै बालबालिका लेख्न सक्ने हुन् होइनन् विचार पुऱ्याउनुपर्दछ । सूचना सङ्कलनका लागि बालबालिकालाई सहजीकरण गर्दै साना मसिना सबै पक्षहरू लेखाउन प्रयास गर्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधार मा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# विधि- ५७:
# मूल्य मान्यतामा छलफल (Value Line Discussion)

## विधिको परिचय

विभिन्न धारणा भएका व्यक्तिहरूलाई सहभागी गराई व्यवस्थित तरिकाले छलफल सम्पन्न गरी एउटा निचोडमा पुऱ्याउन सघाउने विधिहरूमध्ये मूल्य मान्यता छलफल विधि पनि एक हो । न्यूनतम १० देखि अधिकतम २० जनासम्म सहभागी भएर छलफल गरिने यो विधि कुनै सामाजिक वा अन्य विचार, भनाई, धारणा, व्यवहारबारे पक्ष वा विपक्ष बनेर छलफल गर्न सकिन्छ ।

## विधिको प्रयोग क्षेत्र तथा उद्देश्य

कुनै समसामयिक विषयमा बालबालिकाका धारणा बुझ्नका लागि तर्जुमा गरिएका बालबालिकाका भेला, बैठक, तालिम, गोष्ठी आदि नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्र हुन् । कुनै समसामयिक वा गहन विषयमा बालबालिकाको अवधारणा बुझ्ने तथा अवधारणागत स्पष्टता ल्याउनु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।

## आवश्यक सामग्रीहरू

मेटाकार्ड, मार्कर, मास्किङ्ग टेप आदि ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- एउटा मेटाकार्डमा छलफल गर्नुपर्ने विषय लेख्ने ।
- पूर्णतया सहमत, सहमत, तटस्थ, असहमत, पूर्णतया असहमत, लेखेको ५ वटा कार्डहरूलाई कोठाको चार भित्ताहरूमा टाँस्ने तर तटस्थलाई कोठाको भुँइको बीचमा टाँस्ने ।
- सहजकर्ताले छलफल गराउनुपर्ने विषयवस्तुबारे मेटाकार्डमा लेखिएको वाक्यलाई पढेर सुनाउने र यसको अर्थ बुझाउने ।
- सबै सहभागीहरूले बुझिसकेपछि आफ्नो विचारअनुसार सहमत, असहमत, तटस्थ, जहाँ बस्नुपर्ने हो, त्यही गएर समूहमा बस्न लगाउने ।
- सहजकर्ताले प्रत्येक समूहलाई आफू किन त्यस समूहमा बसेको भनेर सोही समूहमा छलफल गराई पालैपालो आफ्नो तर्क राख्न अवसर दिने ।
- कुनै सवालमा विवाद भएमा सहजकर्ताले निष्पक्ष भएर सहजीकरण गर्ने ।
- विचार, तर्क सुनिसकेपछि सहभागीहरूले आफ्नो ठाउँ छोडेर मनपराएको तर्क भएको नयाँ ठाउँमा जाने अवसर दिने ।
- सहजकर्ताले मुख्य मुख्य तर्कहरूलाई टिपोट गर्दै जाने ।

## विधि सञ्चालन गर्दा लाग्ने अनुमानित समय

विषयअनुसार कम्तिमा ३० मिनेट लाग्दछ ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

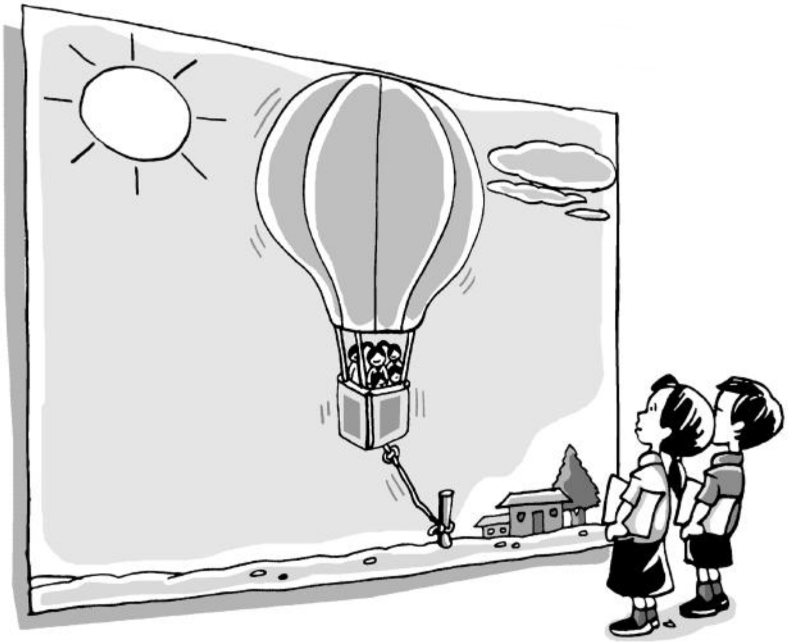
सहभागीहरूलाई आफ्ना विचार राख्दा व्यक्तिगत आक्षेप नलगाई शिष्ट भाषामा विचार अभिव्यक्त गर्न प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ । बस्ने स्थानको निर्धारण गर्दा पक्ष विपक्ष आमने सामने भएर तर्क राखेमा एक आपसमा बुझ्न बुझाउन सजिलो हुने भएकाले सकेसम्म सोहीअनुसार व्यवस्थापन गर्नु राम्रो हुन्छ । सहजकर्ताले सदैव सहभागिता कत्तिको समावेशी छ ख्याल गरिरनुपर्दछ । शारीरिक रूपमा फरक क्षमता भएका बालबालिका भएमा सोही अनुरूप विचार गरी विधि सञ्चालन गर्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

## विधि- ५८:
## बेलुन बिधि (Baloon Exercise)



### विधिको परिचय

मानिससमेत बसेर उडाउन मिल्ने बेलुनको चित्रबाट बालअधिकार प्रवर्द्धन तथा बालसहभागिता बढाउन बालबालिकाको भूमिकाका सम्बन्धमा छलफल गर्न अपनाइने विधि नै बेलुन विधि हो । बेलुनका विभिन्न खण्डमा अवरोध, सघाउने तत्व, संभावित खतरा तथा चाहेको अवस्था परिकल्पना लेखेर छलफल गरिन्छ । यस विधिका लागि बालबालिकाको सानोदेखि ठूलो समूहलाई सहभागी गराउन सकिन्छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालअधिकार प्रवर्द्धन तथा बालसहभागिता बढाउने प्रक्रियाबारे छलफल गर्न जम्मा भएका बालबालिकाका भेला, बैठक, गोष्ठी नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्र हुन् । बालबालिकालाई बालअधिकार प्रवर्द्धन तथा बालसहभागिता बढाउनमा उनीहरूले खेल्न सक्ने भूमिकाका बारेमा स्पष्ट जानकारी दिनु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्रीहरू

न्यूजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, रंगीन कलम, मार्कर, मास्किङ् टेप वा गम ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- न्यूज प्रिन्ट पेपरहरू जोडेर एउटा ठूलो सिट तयार गर्ने ।
- त्यो कागजको माथि दायाँपटीको कुनामा सूर्यको ठूलो आकृति बनाउने । सो आकृतिभित्र बालअधिकार प्रवर्द्धन तथा बालसहभागिता भएको अवस्थामा बालबालिकाको जीवनमा र समुदायको वातावरणमा कस्तो सकारात्मक परिवर्तन आउँछ सो लेख्ने । त्यस्तै बाँया पटीको कुनामा बादल लागेको आकृति बनाउने । त्यस आकृतिमा बालअधिकार प्रवर्द्धन तथा बालसहभागिता बढाउनका लागि अवरोध वा खतरा वा बाधा पुऱ्याउने पक्षहरू लेख्ने ।
- त्यो कागजमा पूरा बेलुनको आकार बनाउने । त्यसमा उडेको बेलुन, त्यसको तल मानिस बस्ने बाकस, बाकस र उड्ने बेलुनलाई जोडेको डोरी, मानिस बस्ने बाकसलाई डोरीले बाँधेको र सो डोरीलाई भूँइमा किला ठोकेर बाँधेको जसले बेलुनलाई उड्न दिएको छैन जस्ता चित्र स्पष्ट देखाउने ।
- बालअधिकार प्रवर्द्धन तथा बालसहभागिताको प्रक्रियामा कोको सहभागी हुन सक्छन् भन्ने देखाउनका लागि बेलुनको बास्केट वा बाकसमा विभिन्न वर्गका बालबालिका रहेको आकृति बनाउने ।
- बेलुन र बाकसलाई जोड्ने डोरीहरूमा बेलुन उड्न सघाउने तत्व वा परिकल्पनाका सबल पक्षहरू लेख्न लगाउने ।
- सहभागीहरूलाई समुदायमा बालअधिकार प्रवर्द्धन भएपछि तथा बालसहभागिता बढ्दा आगामी ५/७ वर्ष पछि कस्तो परिवर्तन आउँदछ होला भनी परिकल्पना गर्न लगाउने र लेख्न लगाउने ।
- मानिस बस्ने बाकसलाई जोड्ने किलामा बाँधेको डोरीलाई अवरोध वा बाधा मानी परिकल्पनामा पुग्ने बाधा अवरोधमा छलफल गरेर डोरीको समानान्तरमा लेख्ने ।

## विधि सञ्चालनमा लाग्ने अनुमानित समय

करिब ३ घण्टा ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यस विधिमा छलफल गर्दा बालबालिकालाई बालअधिकार प्रवर्द्धन तथा बालसहभागिता बढाउन बालबालिकाको भूमिकाकाबारे छलफल गर्न सकिन्छ । समाजमा बालअधिकार प्रवर्द्धन तथा बालसहभागिता बढाउन बालक्लबमा स्थापित गर्न खोजिएको समावेशीकरणको सिद्धान्त कत्तिको महत्वपूर्ण छ भनी बुझाउनुपर्दछ । कहिले काँही छलफलका लागि देखाइएको बेलुनबारे बालबालिकालाई थाहा नहुन सक्छ, त्यसबारे सान्दर्भिक बनाउन चित्र देखाउने र यो कस्तो हुन्छ? कसरी उड्छ आदिबारे वर्णन गरिदिनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

## विधि- ५८:
## म्याट्रिक्स कार्ड एक्सरसाइज (Matrix Card Exercise)

### विधिको परिचय

यस विधिमा कार्डहरूको प्रयोग गर्दै लहरहरू निर्माण गरी छलफल गरिन्छ र विश्लेषणात्मक र अभिलेखीकरणको ढाँचा तयार गरिन्छ । यसले मुख्य अनुसन्धानका क्षेत्रबाट सूचनाहरू सङ्कलन गर्न र सूचना सङ्कलनका क्रममा देखिएका कमजोरीहरूको पहिचान गर्न अपनाइएका विधिहरू र तिनीहरूमध्ये सबैभन्दा प्रभावकारी विधिको विश्लेषणलाई समावेश गरिएको छ । यस विश्लेषणबाट अनुसन्धान योजनालाई सघाउ पुग्दछ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस विधिको प्रयोगका क्षेत्र अभिलेखीकरण गर्नुपर्ने जुनसुकै क्षेत्र पनि हुन सक्तछन् । तथापि यसका उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्:

- विश्लेषणात्मक र अभिलेखीकरणको ढाँचाका बारेमा रहेको बुझाइलाई अभिवृद्धि गर्ने ।
- कुन उद्देश्यका लागि कुन विधि प्रभावकारी हुन्छन् भन्ने विश्लेषण गर्ने ।
- सङ्कलन गरिएका सूचनामा देखिएका कमजोरीहरू पत्ता लगाउने ताकि अनुसन्धानका लागि तयार गरिएको कार्ययोजनाले ती कमजोरीहरूलाई सम्बोधन गर्न सकियोस् ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

रंगिन कार्डहरू, स्टिकर, कलमहरू, विश्लेषण र अभिलेखीकरण ढाँचा र बालमैत्री चेकलिष्ट ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

### खण्ड क) अनुसन्धान, विश्लेषणात्मक निर्माण म्याट्रिक्स

- विषयगत मूल्यांकनका मुख्य विषयवस्तु *(द्वन्द्व, शान्ति निर्माण, बालसहभागिता/संघसंस्था, बालबालिका अनुभव/सहभागिताका सन्दर्भमा वयस्कहरूका विचारहरू तथा अनुसन्धान प्रक्रिया)* हरेकलाई ठूला कार्डमा छुट्टाछुट्टै लेख्ने *(अनुसन्धान/विषयगत मूल्यांकनका प्रमुख खण्ड जसरी)* । तिनीहरू म्याट्रिक्सको सबैभन्दा माथि रहन्छन् ।
- विभिन्न रङ्गका साना कार्डहरूमा प्रयोगमा ल्याइने विभिन्न अनुसन्धान विधिहरूको टिपोट गर्ने । अनुसन्धान विधिहरूमा शारीरिक नक्सांकन, जोखिम म्याप, ट्रि एनालिसिस, स्पाइडर टुल, पिस विल्डिङ्ग बलुन, पिस सर्कल एनालिसिस, भिजनिङ्ग, अन्तरवार्ताहरू, समूह केन्द्रित छलफल, सबैभन्दा महत्वपूर्ण परिवर्तनका कथाहरू, कविता, नाटक, चित्रकला, घटना अध्ययन, अन्य प्रतिवेदनहरू, पत्रपत्रिकाका कटिङ्गहरू इत्यादिलाई लिन सकिन्छ ।
- मस्यौदा विश्लेषणात्मक तथा अभिलेखीकरण ढाँचाबाट प्रमुख खण्डहरू/टिप्सहरू पनि लेख्ने *(हरेक बुँदालाई छुट्टाछुट्टै कार्डको व्यवस्था गर्ने)* ।
- बालबालिका (र वयस्क) सँग/द्वारा म्याट्रिक्स निर्माण गर्ने ।
  - **पहिलो चरणः** हरेक अनुसन्धान विधि *(शारिरीक नक्सांकन, जोखिम नक्सा, स्पाइडर टुल आदि)* मा कुन अनुसन्धानका लागि कुन विधि उपयुक्त हुनसक्तछ भनि सोध्नुहोस् । उदाहरणका लागि के यो विधि द्वन्द्व वा शान्ति निर्माण वा सहभागिता वा वयस्यकहरूका दृष्टिकोण वा अनुसन्धान प्रक्रियाका लागि उपयुक्त छ ? यदि कुनै एउटा विधि (समूहगत छलफल) विविध शिर्षकमा उपयुक्त छन् भने यस कार्डलाई थप अरू बनाउनु होस् र उपयुक्त शिर्षकको तलतिर राखिदिनुहोस् ।
  - **दोश्रो चरणः** एकपटक म्याट्रिक्स बनिसकेपछि प्रत्येक मुख्य शीर्षक *(द्वन्द्व, शान्ति निर्माण इत्यादि)* का निम्ति यस शिर्षकमा गरिएको धेरै, अलिकति वा थोरै सूचनाको अवस्था थाहा पाउन स्टिकर *(१–३ स्टिकरहरू)* को प्रयोग गर्नुहोस् । स्टिकरहरू विल्डिङ्ग ब्लक्स *(मुख्य शीर्षक)* मा राख्नुहोस् । स्टिकर राखिएको आधारमा अर्को अनुसन्धानका लागि कुन कुरालाई प्रमुखताका साथ सम्बोधन गर्नुपर्दछ भन्ने पत्ता लगाउनुहोस् ।
  - **तेस्रो चरणः** दशवर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिकासँग वा उनीहरूबाट वा अपाङ्गतामा रहेका तथा अल्पसंख्यक समुदायका बालबालिका लगायतसँग सूचना सङ्कलन गर्दा सबैभन्दा उपयुक्त देखिएको विधिलाई महत्व दिनका निम्ति अर्को रंगको स्टिकर (वा तारा) को प्रयोग गर्नुहोस् ।
  - **चौथो चरणः** शान्ति निर्माणमा बालसहभागिता बढाउन शान्ति निर्माण शीर्षक अन्तरगत रहेका विधिहरूले किन धेरै ताराहरू पाए भन्ने बारेमा हरेकले खोजि गर्न सक्नेछन् । यसमा किन र कसरी भन्ने सम्बन्धमा एक दुईवटा उदाहरणहरू दिनुहोस् ।

**खण्ड ख) विश्लेषण र अभिलेखीकरण माथिको निर्देशिका आदानप्रदानः**

- विश्लेषण तथा अभिलेखीकरणमा थप निर्देश गर्नका लागि हरेक टिप्स/कार्डमा रहेका विश्लेषणात्मक ढाँचाका बुँदाहरूलाई अध्ययन गर्नुहोस् ।
- देशीय अनुसन्धान समूह, स्थानीय अनुसन्धान समूहहरू र बालबालिकाका संगठन/क्लबहरूका भूमिका तथा जिम्मेवारीलाई स्पष्टता ल्याउनका लागि छलफल *(र स्टिकरको प्रयोग)* चलाउन सकिन्छ ।
- बालमैत्री चेकलिष्टका बारेमा छलफल गर्न सकिन्छ ।
- वासिङ्ग लाइन *(उदाहरणका लागि फ्लिप चार्टको बीचमा स्ट्रिङ्ग राखेर बनाइएको)* मा हरेक समूहको म्याट्रिक्स झुण्ड्याउनुहोस् ।
- हरेक समूहबाट एक एकजना स्वयम्सेवीलाई आ–आफ्नो म्याट्रिक्स मुनी बसेर कुनै निश्चित विषय *(शान्ति निर्माण, सहभागिता इत्यादि)* मा किन धेरै ताराहरू आए भन्ने सम्बन्धमा विधि नै पिछे व्याख्या गर्न लगाउनुहोस् । यसरी कुनै निश्चित विधि कुनै विषय अन्तरगत सूचना सङ्कलनका लागि उपयोगी र कम उपयोगी रहेको पत्ता लाग्नेछ ।
- अरू नयाँ स्वयम्सेवीलाई पनि अवसर दिनुहोस् ।
- यही प्रक्रियाबाट दश वर्षभन्दा कम उमेर, जनजाति आदिबाट आएका बालबालिकालाई अनुसन्धान प्रक्रियामा संलग्न गराउने सम्दर्भमा पनि उपयुक्त विधि कुन हुन सक्तछ भनेर विवेचना गर्न सकिन्छ । यसले फेरि पनि सबल र कमजोर पक्षलाई औंल्याउन सहयोग गर्न सक्तछ ।
- प्रस्तुत गरिएका सूचनाहरूलाई झिक्नुहोस् र बालबालिकालाई ठूलो फ्लिचार्ट पेपरमा चित्रहरू बनाउन लगाउनुहोस् । यसबाट सबैभन्दा बढी तथा सबैभन्दा कम सूचना सङ्कलन भएको देखाउने (फ्लिप चार्ट १) र कुन चाहिं सबैभन्दा उपयोगी र किन (फ्लिप चार्ट २) भन्ने देखाउन सकिनेछ ।

**विधि सञ्चालन गर्दा लाग्ने अनुमानित समय**

६०–९० मिनेट ।

**छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन**

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

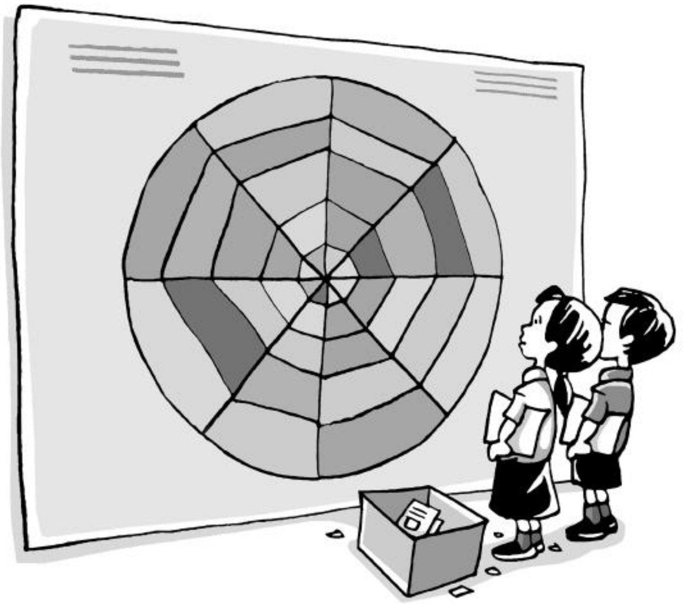
✦

## परिच्छेद ७

# अनुगमन तथा मूल्याङ्कनका लागि उपयोगी हुने विधिहरू

बालक्लवहरूले समयसमयमा आफ्नो बालक्लवको मूल्यांकन गरिरहनुपर्दछ । यसरी स्व-मूल्याङ्कन गर्दा आफू कुन हैसियतमा रहेछौं र भविष्यमा कस्ता खालका सुधार आवश्यक छन् भन्नेबारे स्पष्ट ज्ञान हुन्छ । मूल्याङ्कनबाट स्वभाविक रूपमा संस्थाको अनुगमन पनि हुन्छ । यसका निम्ति तल उल्लेखित विधिहरूको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

## विधि- ६०:
## माकुरे जालो विधि (Spider Web Tool)



### विधिको परिचय

माकुरे जालो विधि समुदायमा आधारित संगठनको तत्कालको लेखाजोखा गर्न सहभागितामूलक स्व-मूल्यांकनका क्रियाकलापको रूपमा सर्वप्रथम नेपालमा नै विकास भएको विधि हो । माकुराको जस्तो जालो बनाएर संघसंस्था *(हाम्रो सन्दर्भमा बालक्लब)* को मूल्यांकन गरिने भएकोले यसलाई माकुरे जालो विधि भनिएको हो । यो विधि सहभागितामूलक भएका कारण बालक्लबका सबैलाई सहभागी गराउन सकिन्छ ।

### प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस विधिको प्रयोग आफ्नो बालक्लबको मूल्यांकनका लागि भेला भएका बालबालिकाको छलफल, बैठक आदि नै यस विधिको प्रयोग क्षेत्र हो । आवश्यकताअनुसार अन्य समूह तथा निकायका कार्यक्रमहरूमा पनि यस विधिलाई प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । यस विधिको मूल उद्देश्य भनेको बालक्लब वा बालसमूहको वर्तमान अवस्थाका बारेमा स्व-मूल्यांकन गर्ने तथा भविष्यमा बालक्लबले सुधार गर्नुपर्ने क्षेत्रको पहिचान गर्नु हो ।

## आवश्यक सामग्री र तयारी

सहभागी बालबालिका सहज तरिकाले अट्न र क्रियाकलाप सम्पन्न गर्न सक्ने ठूलो कोठा वा खुल्ला मैदानमा पीनबोर्ड वा एउटा ठूलो भित्ता वा ठूलो कागज तयारी अवस्थामा राख्नुपर्दछ । यस विधिमा आवश्यक पर्ने सामग्रीहरूमा फरकफरक रङ्का चक, कलम वा विभिन्न रङ्का चहकिलो उनी धागो वा लठ्ठीहरू र टाँस्ने नीलो ट्याग, फ्लिप चार्ट र यसमा लेख्ने कलमहरू पर्दछन् ।

## विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

माकुरे जालो बनाउने प्रक्रियाः

### क) बालक्लवको मुख्य मुख्य गुणात्मक तत्वहरू पत्ता लगाउने

कस्तो बालक्लवलाई उत्कृष्ट बालक्लब भनिन्छ ? भन्ने प्रश्नको उत्तर खोज्ने । मिल्दोजुल्दो सवालहरूलाई एउटै गुणात्मक तत्व बनाउने र त्यही नै बालक्लबको गुणात्मक तत्व वा सूचक हो भनी बताउने ।

### ख) प्रत्येक गुणात्मक तत्वको बारेमा छलफल गर्ने

- प्रत्येक गुणात्मक तत्वमा बालक्लवको शुरूको अवस्थादेखि हालको अवस्था र भविष्यमा कस्ता उत्कृष्ट अवस्था आउनेछन् सो अवस्थाको वर्णन गर्ने र टिपोट गर्ने । सो अवस्थाहरू आफ्नै बालक्लवको आफ्नै अनुभव वा अन्य बालक्लवबारे सुनेको आधारमा पनि तयार हुन सक्दछ ।
- प्रत्येक गुणात्मक तत्व वा सूचकको अवस्थाहरूलाई क्रमशः ४ भागमा स्तरीकरण गर्ने । यस मुख्य गुणात्मक तत्व वा सूचक १ देखि ४ को अर्थहरू वर्णन गर्ने ।
- भर्खरको अवस्था वा कमजोर अवस्थालाई १ नम्वर र राम्रो वा उत्कृष्ट अवस्थालाई ४ नम्बर दिने । त्यसरी नै ठीकैलाई २ र राम्रोलाई ३ अंक दिने । प्रत्येक गुणात्मक तत्वहरूमा ४ तहहरू (सूचकहरू) को विचारहरूका बारेमा व्याख्या गर्ने ।

### ग) माकुरे जालो बनाउने

- माकुरे जालो बनाउनका लागि एउटा ठूलो कागजको बीचमा चिन्ह लगाउने । उपलब्धता हेरी पिनवोर्ड वा भित्तामा पनि बनाउन सकिन्छ ।
- बीचको चिन्हबाट कतिवटा गुणात्मक तत्व वा सूचक बनेको छ, गोलो आकृति बन्ने गरी बराबर दुरीमा त्यत्तिवटा सीधा रेखा तान्ने र प्रत्येक रेखाको अन्तिममा एउटा गुणात्मक तत्व लेख्ने ।
- प्रत्येक लाइनलाई बराबर चार भागमा पर्नेगरी चिन्ह लगाउने । केन्द्र भागतर्फ १ र अन्तिम भागतर्फ ४ को चिन्ह लगाउने ।
- बालबालिकालाई उनीहरूको गुणात्मक तत्व वा सूचकमा वर्तमान अवस्थामा उनीहरूको संस्था कहाँ छ *(तिनीहरू अहिले कहाँ छन् ?)* छलफल गर्ने र रेखामा चिन्ह लगाउने । अंकित गरे अनुरूप बालबालिकाले स्थान छनौट गर्न सक्तछन् ।
- क्रमशः प्रत्येक गुणात्मक तत्व वा सूचकमा यसरी नै चिन्ह लगाउन लगाउने । हरेक गुणात्मक तत्वमा चिन्ह लगाइसकेपछि सबै चिन्हलाई जोड्ने ।
- चिन्ह भित्रको सबैभागमा हल्का रंग लगाउने । यो रंगिएको भाग नै त्यो बालसमूहको वर्तमान अवस्था हो । यदि कुनै भाग खुम्चिएको वा कतै फुकेको देखिएमा माकुराको जालो कमजोर भयो र चारो अड्किंदैन भन्दै छलफल गर्ने । यसो हुँदा बलियो र ठूलो जालो बनाउन जरूरी छ ।

### घ) योजना तर्जुमा (छ महिना वा एक वर्षका लागि)

- प्रत्येक गुणात्मक तत्वहरूमा ४ तहहरू (सूचकहरू) का बारेमा परिचय दिने ।
- प्रत्येक गुणात्मक तत्व वा सूचकमा आफूहरू कहाँ छौं र प्रत्येक गुणात्मक तत्वमा आफूहरूले कहाँ पुग्न चाहेका हो भनेर सहभागी बालबालिकाबीच छलफल गर्न लगाउने । छलफल, प्रतिक्रिया र प्रश्नका लागि समय दिने । मानौं हालको अवस्था १.५ मा छ भने अब ३ मा पुग्न चाहन्छन् भने ३ मा चिन्ह लगाउने ।
- क्रमशः प्रत्येक गुणात्मक तत्व वा सूचकमा यसरी नै चिन्ह लगाउँदै जाने ।
- सबै सूचक वा गुणात्मक तत्वमा चिन्ह लगाइसकेपछि ती सबै चिन्हहरू क्रमशः जोड्दै जाने । यसरी जोडिएर बनेको नयाँ क्षेत्रमा अर्कै चिन्ह वा रंग लगाउने र त्यो क्षेत्र नै त्यस बालक्लबको तोकिएको समय लक्ष्य हो ।
- अहिले नै चार तत्वसम्म पुग्न आवश्यक छैन भन्ने कुरामा जोड दिने । जुन सूचकमा कमजोर देखिएको छ सोही सूचकमा सुधार गर्ने योजना तय गर्ने । सबै सूचकमा एकै समयमा काम गर्नुपर्दछ भन्ने जरूरी छैन ।

### कार्ययोजना (छ महिना वा एक वर्ष)

- यदि गुणात्मक तत्वको कार्ययोजना निर्धारित गर्नु परेमा पूर्व निर्धारण गरे अनुरूप जाने या पछि बैठक आदि बसेर बनाउने भन्ने बारे बालबालिकालाई निर्णय गर्न दिने । उनीहरूका आफ्नै र सामुहिक निर्णयलाई अन्तिम मानिने छ ।
- कार्ययोजनाका लागि तलको खाका भर्ने

| मुख्य गुणात्मक तत्वहरू वा सूचकहरू | हालको अवस्था | चाहेको अवस्था | कार्यक्रम वा कृयाकलापहरू *(हालको अवस्थाबाट चाहेको अवस्थामा पुग्न के गर्ने ?)* |
|---|---|---|---|
| १.<br>२.<br>३. | | | |

### विधि सञ्चालन गर्दा लाग्ने अनुमानित समय

यो विधि प्रयोग गर्न कम्तिमा पनि चार घण्टा समय लाग्दछ । बालबालिकाले एकै दिनमा चार घण्टाको समय दिन नसक्ने भएमा योजना बनाउने कार्य अर्को दिन पनि गर्न सकिन्छ । र, योजना बनाउँदा सबै गुणात्मक तत्वहरूको लागि योजना बनाउन अनिवार्य छैन । जुन विषय वा सूचकहरूमा बालक्लब/समूह कमजोर छ त्यही सूचकहरूलाई सुधार्ने योजना बनाउन सकिन्छ ।

### विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू

विधिका लागि आवश्यक पर्ने ठूलो कागज बनाउनका लागि न्यूजप्रिन्ट पेपर जोड्ने तरिका बालबालिकालाई सिकाइदिनुपर्दछ । यस विधिमा लेख्नुपर्ने भएकाले सबै सहभागी बालबालिकाहरू लेख्न सक्ने हुन् होइनन् विचार

पुऱ्याउनुपर्दछ । बालबालिकाको सजिलोका लागि सहजकर्ताले बालक्लवका गुणात्मक तत्व वा सूचकका उदाहरणहरू बताइदिनुपर्दछ । केही सूचक तल दिइएको छः

१) सक्रिय सदस्यहरू र नियमित बैठकहरू
२) बालक्लवको स्पष्ट पहिचान, उद्देश्य, लक्ष्य निर्धारण गरिएको
३) सदस्यहरूबीच मेलमिलाप, सहकार्य भएको
४) सदस्यहरूमा जीवनउपयोगी सीपहरू र क्षमताहरू भएको
५) लोकतान्त्रिक पद्धतिमा निर्णय लिनु र समाहित/समावेशी प्रतिनिधित्व गर्नु
६) सूचनाको पहुँच र पारदर्शी सञ्चार
७) बालअधिकार र उत्तरदायित्वबारे सचेत
८) बालबालिकाको अवस्था विश्लेषण र त्यसमा सुधार ल्याउन कार्यक्रम कार्यान्यवन
९) सहयोगी अभिभावक तथा वयस्कहरू र बालक्लबलाई सामाजिक मान्यता
१०) स्थानीय संस्थाहरूसँग समन्वय तथा साझेदारी
११) राम्रो व्यवस्थापन र दस्तावेज
१२) बलियो स्रोत र दीगोपन
१३) समयमा समीक्षा र मूल्यांकन प्रणाली भएको ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

## क्रियाकलाप- ६१:
## अड वन आउट (Odd One Out)

### क्रियाकलापको परिचय

बालक्लव गठनको सन्दर्भमा वा अन्य कुनै कार्यक्रमका लागि भेला भएका बालबालिकालाई एकापसमा परिचित गराउन र बालक्लबका बारेमा छलफल अगाडि अपनाउन सकिने तरिकाहरूमध्ये अड वन आउट पनि एक हो ।

### क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिकाका भेला, बैठक, तालिम आदि नै यस क्रियाकलापका प्रयोग क्षेत्र हुन् । बालबालिकालाई एकापसमा मनोरञ्जनात्मक तरिकाले परिचित गराई मेलमिलाप बढाउनु र समूह निर्माण तथा बालक्लबका बारेमा छलफल चलाउन मद्दत गर्नु नै यसको मूल उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री र तयारी

यस विधिको तयारीका क्रममा सहभागीहरूको संख्याअनुसार बिभिन्न ३, ४ रङ्गको टिका र थप एउटा अलग रङ्गको टिका सङ्कलन गर्नुपर्दछ ।

## क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सबै सहभागीहरूलाई गोलाकार गरी खुला चौरमा उभ्याउने र यस क्रियाकलापमा कसैले पनि बोलेर संकेत गर्न नपाउने नियम बताइदिने ।
- सबैलाई आँखा बन्द गर्न लगाएर उनीहरूका निधारमा विभिन्न रङ्गका टिका टाँस्न लगाउने । सहभागीहरूले आ–आफ्नो निधारमा टाँसिएको टिकाको रङ्ग अन्दाज गरेर मिल्दो रङ्गको टिका लगाउने सहभागी खोजेर समूह निर्माण गर्ने ।
- यो क्रियाकलाप सकिए पछि समूहमा सहभागीहरूले के गऱ्यौ र के सिक्यौ ? भनेर आआफ्नो धारणा सोध्ने ।
- आफूजस्तै टिका भएको व्यक्ति पहिलो पटक भेट्दा कस्तो लाग्यो, अलग रङ्गको टिका पाउनेले कस्तो अनुभव गऱ्यो ? एकले अर्कोलाई समूह भेट्टाउन कतिको मदत गऱ्यो ?
- यसरी समूह बनिसकेपछि आफू कुनकुन बालक्लवहरूसँग आबद्ध हुनुभएको छ ? हाम्रो क्लब क्षेत्रमा बालक्लबमा नआएका कुनै बालबालिका छन् कि ? भन्ने प्रश्नहरू गर्दै परिचयलाई अगाडि बढाउने ।

## क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब आधा घण्टा ।

## क्रियाकलाप गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यस क्रियाकलापमा छलफलको ज्यादै महत्व भएकाले सहजकर्ता सिर्जनशील भएर विभिन्न कोणबाट बालबालिकालाई छलफलमा सहभागी गराउनुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु ⁄ गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# विधि- ६२:
# शरीर नक्साङ्कन (Body Mapping)

### विधिको परिचय

शरीर नक्सांकन विधिमा बालबालिकाको शरीरको नक्सा बनाएर उनीहरूका आवश्यकता तथा चाहना र अधिकार तथा जिम्मेवारीजस्ता विषयमा छलफल गर्न सकिन्छ । त्यस्तै बालबालिकासँग बालअधिकार लागू गर्न पालना गर्नुपर्ने कर्तव्यहरूबारे छलफल गर्न पनि यो विधि उपयुक्त छ ।

### विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिकालाई आफ्ना अधिकार र कर्तव्यबारे सचेत गर्न आयोजना गरिएका तालिम, बैठक तथा छलफल नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्रहरू हुन् । बालबालिकालाई उनीहरूका चाहना तथा आवश्यता र बालअधिकार तथा कर्तव्यबारे छलफल तथा जानकारी दिनु नै यस विधिको मूल उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री

कागजको ठूलो टुक्रा, न्यूजप्रिन्ट पेपर वा कार्डबोर्ड पेपर, रंगिन मार्करहरू, ग्लूस्टिक वा गम ।

## विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरूको स-साना समूह बनाउने र उनीहरूलाई कुनै एक बालक वा बालिकाको शरीर नक्सांकन गर्न लगाउने ।
- सबै समूहका सदस्यहरू वरिपरि बसेर छलफल गर्ने । शुरूमा सहभागीहरूले बालबालिकाको के कस्ता अधिकारहरू हुनुपर्दछ भन्ने छलफल गर्दै टिपोट गर्नेछन् र शरीरको चित्रमा ती बुँदाहरू टाँस्नेछन् ।
- त्यस्तै बालबालिकाले ती अधिकारहरू पूरा गर्नको लागि कसको कस्ता खालका जिम्मेवारीहरू हुन्छन् भन्ने बारेमा पनि छलफल गर्नेछन् । र, छलफलबाट आएका निष्कर्शलाई शरीरको चित्रमा टाँस्नेछन् ।
- सबै सहभागीहरू माझ शरीरको चित्र र त्यसमा भएका बुँदाहरू प्रस्तुत गर्नेछन् ।

## विधि सञ्चालनमा लाग्ने अनुमानित समय

३० देखि ४५ मिनेट ।

## विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

सहजकर्ताले सबै बालबालिका उत्तिकै सहभागी भए नभएको ध्यान दिनुपर्दछ । सूचना सङ्कलनका लागि बालबालिकालाई सहजीकरण गर्दै साना मसिना सबै गतिविधिहरू लेखाउनका लागि प्रयास गर्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

छलफलका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूको टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । सङ्कलित टिपोटका आधारमा पछि योजना तर्जुमा तथा प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुनजान्छ ।

✦

# विधि- ६३:
# उल्लेख्य परिवर्तनका कथाहरू (Most Significant Change)

## विधिको परिचय

'उल्लेख्य परिवर्तनका कथाहरू' विधि अन्तर्गत एक निश्चित अवधिभित्र भएका परिवर्तनका कथाहरू सङ्कलन गरी त्यसलाई समूहमा बसेर सहभागितात्मक रूपमा व्याख्या गर्ने वा छलफल गर्ने गरिन्छ । सबैभन्दा उल्लेख्य परिवर्तनका कथाहरूलाई मूल्यांकनको प्रक्रियामा बालबालिका, युवा तथा वयस्कहरूसमेतलाई प्रत्यक्ष रूपमा सहभागी गराउने एउटा उपयुक्त माध्यमको रूपमा लिन सकिन्छ । यसलाई आवधिक रूपमा जस्तै ३ महिना, ६ महिना आदि समयावधिमा कार्यक्रमको उपयुक्त प्रतिफल थाहापाउन प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसले ती प्रतिफलहरूको मूल्यबारे सोच्न, राम्रो भए नभएको तथा त्यस पछाडि के गर्ने भन्ने खालका विचार गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ । यसरी बालबालिका तथा युवाहरूले कार्यक्रममा सुधार तथा परिवर्तन गर्दा हुने फाइदा र बेफाइदाबारे धारणा राख्ने क्रममा आएका कुराहरूलाई अभिलेखिकरण गर्दै जानुपर्दछ । यसमा गरिने विषयगत छलफल तथा प्रभावकारी छलफलबाट अनुसन्धानको प्रक्रियामा मद्दत पुऱ्याउँछ ।

## विधिको प्रयोग क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस विधिको प्रयोग क्षेत्र बालक्लबलगायत समाज परिवर्तनमा क्रियाशील जुनसुकै संस्थाहरू पनि हुन सक्दछन् । यसका उद्देश्यहरूमा-

- व्यक्तिगत रूपमा फरक परिवेशका बालबालिका तथा वयस्कहरूलाई बालसहभागिताका लागि गरेका प्रयासहरूबाट भएका उल्लेख्य परिवर्तनका सम्बन्धमा एकआपसमा अनुभवहरू आदनप्रदान गर्न मद्दत गर्नु ।
- बालबालिकाको पहलमा हुने अभिलेखीकरणा तथा एडभोकेसीमा योगदान पुऱ्याउनका लागि उल्लेख्य परिवर्तनका कथाहरूलाई सिर्जनशील तरिकाले अभिलेखिकरण गर्ने तथा वितरण गर्ने ।

### आवश्यक सामाग्री

सहभागीहरूको संख्याअनुसार कागज, पेन्सिल, क्रेयोन, आवश्यताअनुसार क्यामरा वा डिस्पोजेवल क्यामरा ।

### विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- उपस्थित बालबालिकाकालाई कागज, पेन्सिल तथा क्रेयोनहरू वा चित्र कोर्ने ब्रसहरू दिने । त्यसपछि बालसहभागितामा पुऱ्याएको योगदान वा पहल सम्बन्धमा उल्लेख्य परिवर्तन (सकारात्मक वा नकारात्मक) का उदाहरणहरू सोच्न भन्ने ।
- चित्र, कथा, कविता, चिठी आदिका माध्यमबाट उक्त परिवर्तनका कथाहरूलाई व्यक्त गर्न लगाउने ।
- त्यसपछि उक्त उल्लेख्य परिवर्तनका कथालाई प्रस्तुत गर्न लगाउने । के कसरी भएको थियो, को को सहभागी थिए त्यसको विवरण तथा यो कथा छान्नुको कारणसमेत बताउन लगाउने । यो कथा वा घटनालाई उल्लेख्य परिवर्तनको रूपमा लिनुको कारणसमेत बताउन लगाउने ।
- सहजकर्ता तथा बालबालिकालाई उमेर, लिङ्ग, प्रस्तुतकर्ताको पृष्ठभूमिसमेत प्रस्तुतिकरणको टिपोट बनाउन लगाउने र वास्तविक नाम भने उल्लेख नगर्ने ।
- व्यक्तिगत प्रस्तुतिकरणपश्चात सहजीकरणका साथ समूहगत छलफल गर्न लगाउने । बालबालिकाका फरक अनुभवहरू खोतल्ने, भन्न मौका दिने र त्यसलाई बालसहभागिताको मूल्य मान्यताको कसीमा विश्लेषण गर्ने ।
- यदि बालबालिकाको सञ्जालगायतका ठूलो समूहमा छलफल हुन गैरहेको छ भने प्रत्येक समूहबाट उपयुक्तता हेरी १ देखि ३ वटासम्म उपयुक्त यस्ता कथाहरू प्रस्तुत गर्न लगाउन सकिन्छ ।

### विधि सञ्चालनमा लाग्ने अनुमानित समय

१ देखि २ घण्टासम्म ।

### विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्यउनु पर्ने कुराहरू

- फोटोग्राफीको प्रयोगः यदि समय तथा श्रोतको व्यवस्था भएमा चित्र लेख्ने, कथा लेख्ने विधिका साथ बालबालिकालाई क्यामरा वा डिस्पोजेवल क्यामरा दिएर उनीहरूले उल्लेख्य परिवर्तनका रूपमा देखेका वस्तुहरूको फोटो खिचेर ल्याउन लगाउन सकिन्छ ।
- बालबालिकाको समूह टाढा भएमाः बालबालिकाको समूह टाढा भएमा पोष्टकार्ड वा पत्र तयार गरी हुलाकमार्फत् पनि यो विधि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसका लागि ३ सेट पोष्टकार्ड चाहिन्छ । पहिलोमा बालसहभागिताका उल्लेख्य सफलताबारे चित्र वा वर्णनमार्फत् आफ्ना धारणहरू राख्ने । दोश्रो पोष्टकार्डमा उल्लेख्य चुनौतिहरू

तथा तेश्रोमा आगामी ३ देखि ६ महिनाभित्रमा गर्ने कामको कार्ययोजना तयार गरी पठाउने व्यवस्था गर्न सकिन्छ । यस्ता पोष्टकार्डहरू निश्चित समयावधिमा लगातार पठाउन सकिनेछ । पोष्टकार्डहरूको अध्ययन गरेर बालसमूहको अवस्था विश्लेषण गर्न सकिन्छ । यस्तो व्यवस्थाबाट बालबालिकामा आफ्नो समूहको अनुगमन तथा मूल्यांकनको जिम्मवारी बोध गर्न मद्दत पुग्दछ । यसबाट बालबालिकामा रेकर्ड राख्ने बानीमा सुधार हुन्छ । तर सहजकर्ताको नियमित सहजीकरण भने आवश्यक हुन्छ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

विधि सञ्चालनबाट हासिल हुने सिकाइहरूलाई टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुन्छ ।

## क्रियाकलाप/खेल- ६४:
## तातो आलु खेल

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

तातो आलु खेल कुनै पनि भेलामा परिचय तथा मूल्यांकनका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यस क्रियाकलाप/खेलमा सबै सहभागीहरू उत्तिकै सक्रिय हुने भएकाले यसबाट उनीहरूलाई मनोरञ्जनसमेत हुन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

विशेषगरी बालबालिका भेला हुने सेमिनार बैठकहरू नै यस क्रियाकलाप/खेल प्रयोगका क्षेत्रहरू हुन् । यद्यपि यसलाई युवा तथा वयस्कहरूमाझ पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसको प्रमुख उद्देश्यमा मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सहभागीहरूमाझ मूल्यांकन कार्य सञ्चालन गर्नु रहेको छ ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

यस खेलको तयारीका क्रममा एउटा भकुण्डो र कुनै बाध्यबादन आवश्यक पर्दछ ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१५ मिनेट ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरूः

- यस खेलको लागि सबै सहभागीलाई एउटा खुल्ला स्थानमा गोलो घेरामा उभिन लगाउने । त्यसपछि सहजकर्ताले खेलको माध्यमबाट कुन विषयवस्तुबारे जानकारी लिनदिन वा मूल्याङ्कन गर्न खोजिएको हो प्रष्ट बताउने ।
- एउटा भकुण्डो सहभागीहरूमध्ये एकजनालाई दिने र आर्को एकजनालाई बाध्यबादन बजाउन लगाउने । सो भकुण्डोलाई गोलो घेरामा रहेका सहभागीहरूलाई एकपछि अर्कोमा पास गर्दै जाने ।
- केही क्षणको अन्तरालमा बाध्यबादन बजाउन रोक्ने । यसरी बाजा बजाउन रोकिएको बेलामा जसको हातमा भकुण्डो पर्छ उसैले विषयबस्तुको बारेमा वा सहजकर्ताले दिएको प्रश्नमा आफ्नो भनाई प्रस्तुत गर्ने ।
- आफ्नो भनाईसकिएपछि धेराभन्दा एक कदम पछाडि सरेर उभिने । यसरी नै सबै सहभागीहरूको पालो नपुगेसम्म खेललाई निरन्तरता दिइनेछ ।

## क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो खेलमा सहभागी संख्याको आधारमा समय लाग्ने भएकोले त्यसमा ध्यान दिने । साथै खेलमा सहभागीहरू विषयवस्तुमा केन्द्रित नभएमा वा यसलाई हँसीमजाकको रूपमा लिन थालेमा सहजकर्ताले विषयको महत्व बुझाएर सहयोग गर्नुपर्दछ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

क्रियाकलाप/खेल सञ्चालनबाट हासिल हुने सिकाइहरूलाई टिपोट गर्नु/गराउनुपर्दछ । संकलित टिपोटका आधारमा पछि प्रतिवेदन तयार गर्न सहज हुन्छ ।

✦

# क्रियाकलाप/खेल- ६५:
# इन्टु मिन्टु खेल विधि

## क्रियाकलाप/खेलको परिचय

विशेषगरी तालिम, गोष्ठी, सेमिनार, भेला, कार्यक्रम आदिको अन्त्यमा मूल्याङ्कन वा कुनै सेसनको अन्त्यमा पुनरावलोकन गर्दा यो खेल प्रयोग गर्न सकिन्छ । यो खेलबाट सहभागी बालबालिकाले मनोरञ्जनसमेत पाँउछन् ।

## क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिका भेलाहुने तालिम, गोष्ठी, सेमिनार, भेलाजस्ता कार्यक्रम नै यसको प्रयोग हुने क्षेत्र हुन् । यस खेलको उद्देश्य सहभागीहरूले के कति बुझेका छन् वा छैनन् थाहा पाउन र सेसनको पुनरावलोकन गर्नु रहेको छ ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

- सबै सहभागीहरूलाई “इन्टु मिन्टु लण्डनमा, हाम्रो काका पल्टनमा, स्कूलको पालेदाइ, पहिलो घण्टी बजाईदेऊ, टि नि नि नि ‘झ्याप्प’ ” भन्ने गीत गाउन सिकाउने ।
- अनि सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूलाई एउटा एउटाको दरले पुग्ने गरी प्रश्नहरू तयार गर्ने ।

### क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

२० मिनेट ।

### क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सबैभन्दा पहिले दुईजना सहभागीलाई स्वयंसेवकको रूपमा अगाडि बोलाउने र उनीहरूलाई एक अर्काको हात माथि उठाएर आमनेसामने उभिएर घर जस्तो बनाएर उभिन लगाउने ।
- बाँकी सहभागीहरूलाई कोठाको बीचमा सीधा रेखामा लहरै उभिन लगाउने ।
- सबै सहभागी र सहजकर्ताले “इन्टु मिन्टु ...” गीत गाउने र सबैलाई लाइनमा दुईजना साथीले बनाएको घर भित्रको बाटो हुँदै घुमिरहन भन्ने ।
- यो गीतको अन्त्यमा जब “टि नि नि नि... झ्याप्प” हुन्छ तव घर बनाएर बसेका साथीहरूले एकजना सहभागीलाई समाउनुपर्नेछ । अनि यसरी समातिएको व्यक्तिलाई सहजकर्ताले तयार गरेको प्रश्नमध्ये एउटा प्रश्न सोधी त्यसको जवाफ दिन लगाउने ।
- सहभागीबाट आएको उत्तर ठीक भयो भएन यकिन गर्न अन्य सहभागीको विचार बुझ्ने र उत्तर सही नभएमा सहजकर्ताले अरू सहभागीलाई सही उत्तर भन्न लगाउने वा आफैंले बताइदिनेछन् । त्यसपछि उक्त सहभागी समूहमा नै घुम्दछन तर उनी साथीहरूले बनाएको घर बाहिरबाट घुम्दछन् । सबै सहभागीहरू “झ्याप्प” नभएसम्म यो खेल निरन्तर खेलिन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

स्वयंसेवकहरूले बनाएको घरको बीचबाट सबै सहभागीहरू पालैपालो छिरेनछिरेको ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ ।

### छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस खेलका अनुभव तथा सुझावहरूलाई टिपोट गर्दै जाँदा सहजकर्ता स्वयमलाई थप सिकाइ हुन जान्छ । प्रतिवेदन लेखनमा पनि सघाउ पुग्दछ ।

✦

# क्रियाकलाप/खेल- ६६:
# 'एक पन्थ दुईकाज'

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

तालिम सेसनपश्चात् मुल्याङ्कन गर्नको लागि अपनाउन सकिने यो एउटा खेल विधि हो । सहजकर्ताले भनेको कुरालाई ध्यान दिएर सुनी एकै समयमा दुई काम गर्नुपर्ने भएकोले यसको नाम 'एक पन्थ दुई काज' दिइएको हो । यो खेलको माध्यमबाट सहभागीहरूले सेसनबाट के कति कुराहरू बुझेका छन् वा छैनन् भन्ने थाहापाउन सकिन्छ । यस खेलको माध्यमबाट मुल्याङ्कनगर्न सहज हुने र सहभागीहरूलाई रमाइलोसमेत हुने हुन्छ । अनि सहभागीमूलक वातावरण तयार गर्न मद्दत गर्दछ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिकाका तालिम गोष्ठीहरूनै यस विधिका प्रयोग क्षेत्रहरू हुन् । यद्यपि यसलाई युवा तथा वयस्कहरूमाझ पनि प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । सहभागीहरूको बुझाइको स्तर थाहा पाउनु नै यसको मुख्य उद्देश्य हो ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

- जुन सेसनको मुल्याङ्कनगर्ने हो त्यसैको विषयवस्तुमा आधारित भएर प्रत्येक सहभागीलाई कम्तिमा ५/५ वटा प्रश्नहरू तयार गर्न लगाउने । साथै सहजकर्ताले पनि प्रश्नहरू तयार गर्नुपर्दछ ।
- सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई सुनाउन कुनै एउटा प्रचलित कथा तयार गर्ने जस्तैः सिंह र खरायोको कथा ।

उदाहरण कथा

एउटा ठूलो जंगल थियो । जंगलमा बाघ, भालु, सिंह, जरायो, हात्ती, घोडा, बाँदर, खरायो आदि जनावर बस्दथे । सिंह जंगलको राजा थियो । त्यस जंगलमा राजाले जंगलका जनावरमध्ये प्रत्येक दिन पालैपलो एक एकवटा गरी सिंहको भोजन लागि जानुपर्ने थिति बाँधिएको थियो । एक दिन खरायोको पालो आयो । जंगलमा आफ्ना बालसखाहरूसँग रमाएर खेल्ने खरायो सिंहको भोजन बन्न दरबार जाँदै थियो । सबै जनावरहरूले दुःखी हुँदै खरायोलाई बिदा गरे । खरायो पनि निरास हुँदै सिंहकहाँ जाँदैगर्दा उसको मनमा एउटा जुक्ति आयो । आज जसरी भए पनि त्यस दुष्ट सिंहलाई नमारी हुँदैन भन्ने सोचेर खरायो सोचमग्न हुन थाल्यो .................... ।

### क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

२० मिनेट (प्रश्न तयारी गर्न– ५ मिनेट, गोलो भएर उभिन– ५ मिनेट र खेल खेल्न– १० मिनेट) । तर सहभागीहरूको संख्याअनुसार समय थपघट हुन सक्नेछ ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूलाई ५/५ वटा प्रश्नहरू तयार गर्न लगाउनेछन् र सहजकर्ता आफैंले पनि प्रश्नहरू तयार गर्नेछन् । सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई प्रश्न तयार गर्दा सेसनको उद्देश्य अनुरूपको प्रश्नहरू तयार गर्न भन्नुपर्दछ । तर आवश्कता वा परिवेशअनुसार सबै प्रश्नहरू सहजकर्ता आफैंले तयार पार्न पनि सक्दछन् ।
- सबै सहभागीलाई गोलो भएर उभिन लगाउने । सहभागीलाई आफ्नो देब्रे हात देब्रे पट्टीको साथीतिर (केही थापेजस्तो गरी) हत्केला उत्तानो पारेर दिन भन्ने र दाहिने हातको चोर औंला दाहिने तिरको साथीको हत्केलामा घोप्ट्याएर राख्न लगाउने ।
- सबै सहभागीले सो काम गरेपछि सहजकर्ताले सिंह र खरायोको कथा भन्नेछन् । सहजकर्ताले सो कथा भन्ने क्रममा 'खरायो' भन्नासाथ सबै सहभागीहरूले आफ्नो औंला जोगाउने र साथीको औंला समात्ने प्रयत्न गर्दछन् । जसको चोर औला समातिन्छ ऊ खेलवाट बाहिरिन्छ ।
- खेलवाट बाहिरिएको सहभागीलाई जसले आउट गरेको हो उसले आफूले तयार पारेको प्रश्नहरूमध्येबाट एउटा प्रश्न सोध्नेछन् । उक्त प्रश्नको सही जवाफ दिए नदिएको जाँच्न गोलो घेरामा उभिएका अन्य सहभागीहरूले एकसाथ 'हो ?' वा 'उहाँले भन्नु भएको ठिक हो ?' भन्नेछन् र नमिलेमा 'मिलेन' भन्नेछन् । र, सहभागीमध्ये कसैले सही जबाफ बताइदिनेछन् । र चित्तबुझ्दो जबाफ आएपछि सहभागीहरूले खेललाई पुनःनिरन्तरता दिनेछन् ।
- खेल फेरि शुरू भएपछि सिंह र खरायोको कथा अगि जहाँ रोकिएको थियो त्यही ठाउँवाट शुरू गर्ने । यसपटक जो खेलवाट बाहिरिन्छ उसलाई अघिल्लो पटक बाहिरिएको सहभागीले प्रश्न गर्नेछन् । र सकेसम्म सबै सहभागीहरूको पालो नपुगेसम्म खेलालाई निरन्तरता दिइनेछ ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- सहभागीहरूले प्रश्न बनाउँदा अगाडि छलफल गरिएका विषयबस्तुलाई सम्झेर बनाउनुपर्नेछ । यसले सहभागीहरूको प्रश्न गर्ने सीपको विकास हुनुको साथै उनीहरूले के कुरालाई महत्व दिएका रहेछन् भन्ने समेत भेउ पाउन सकिन्छ ।
- सहभागीहरूले प्रश्नको उत्तर दिन नपरोस् भनेर वा आफू बाहिरिन नपरोस् भनेर खेलमा झेल गर्न सक्दछन् । सहजकर्ताले यस्ता सहभागीहरूलाई नियमित रूपमा सजग गराउनुपर्दछ ।
- सहभागीहरूले बनाएका प्रश्नहरू दोहोरिन सक्ने हुँदा प्रश्न सोध्दा नदोहोरिने गरी सोध्नुपर्दछ ।
- खेलवाट बाहिरिएको सहभागी तालिम हलबाट बाहिरिएर वा अन्य साथीसँग कुराकानीमा अल्मलिन सक्छ । अरूलाई सोधिएको प्रश्नले उक्त सहभागीलाई समेत महत्वपूर्ण हुने भएकोले उसलाई खेल भएको ठाउँमा नै बस्न र कुनै भूमिका निभाउन दिनुपर्दछ ।

## खेल तथा छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस खेलमा अनुभव तथा सुझावहरूलाई टिपोट गर्नै जानुपर्दछ । यसबाट भएका सिकाइहरू अभिलेखीकरण हुन मद्दत पुग्दछ र प्रतिवेदन तयारीमा समेत सघाउ पुग्दछ ।

# क्रियाकलाप/खेल– ६७:
# मतदान गरेर गरिने मूल्याङ्कन

### क्रियाकलाप/खेलको परिचय

सहजकर्ताले कार्यक्रम सञ्चालनको क्रममा विषयवस्तुको ज्ञानबारे सहभागीको मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा प्रयोग गर्न यो क्रियाकलाप गर्न सक्दछन् । यसबाट सहभागीहरु सक्रिय रूपमा सहभागी हुने र धेरैभन्दा धेरै सुझाव सङ्कलन गर्न सकिन्छ ।

### क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालीकाका तालिम, भेला सेमिनार, बैठक आदि नै यस क्रियाकलाप/खेल प्रयोगका क्षेत्रहरू हुन् । यद्यपि यसलाई युवा तथा वयस्कहरूमाझ पनि प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । यसको मुल उद्देश्य सहभागितात्मक रूपमा कार्यक्रमको मुल्याङ्कनगर्ने र सकेसम्म धेरै सुझाव तथा पृष्ठपोषण सङ्कलन गर्ने रहेको छ ।

### आवश्यक सामग्री तथा तयारी

सहभागीको संख्याअनुसार आवश्यक मेटाकार्ड र रंगीन मार्करको व्यवस्था गर्नुपर्छ । सबै मेटाकार्ड अट्नेगरी एक बट्टा वा भाँडो हलको अगाडि हुनुपर्दछ ।

### क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१५ मिनेट ।

### क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- कार्यक्रम स्थलमा सबै सहभागीहरूलाई एकै रंगको मेटाकार्ड एक एकवटा वितरण गर्ने ।
- वितरण गरिएको मेटाकार्डमा यस कार्यक्रमबारे आफूलाई लागेको कुरा लेख्न लगाउनेछन् । यसमा सहभागीको प्रकृतिअनुसार कार्यक्रमबारे कस्तो लाग्यो ? कार्यक्रमबाट के के कुरा सिक्नुभयो ? आदिजस्ता प्रश्न गरेर उत्तर लेख्न लगाउन पनि सकिन्छ । र, सहजकर्ताले यसमा आफूलाई लागेको कुरा निर्धक्कसँग लेख्न र लेखिएको कुरा कसले लेखेको हो भन्ने कुरा गोप्य राख्न नाम उल्लेख नगरे पनि हुने कुरा बताइदिनुपर्दछ । साथै, थप गोपनियताका लागि जवाफ राख्नको लागि एक बाकस वा बट्टाको व्यवस्था गरिएको कुरा बताइदिनुपर्दछ ।
- सहभागीहरूबाट सकेसम्म फरकफरक विचार आओस् भनेर सहजकर्ताले उनीहरूलाई प्रोत्साहन गर्नेछन् ।

- सबै सहभागीले आफूलाई लागेको कुरा लेखिसकेपछि सो लेखिएको मेटाकार्ड तालिम कक्षाको अगाडि राखिएको मत-बट्टामा खसाल्न लगाउनेछन् ।
- सबै सुझाव सङ्कलन भइसकेपछि सहजकर्ताले ती सबैलाई मिसमास पार्नेछन् र प्रशिक्षक/प्रशिक्षार्थी सबै संलग्न भई सबै विचार/सुझावलाई आवश्यकताअनुसार प्रस्तुत गरेर सबैलाई मनन् गर्न लगाउनेछन् ।

## क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- कार्यक्रमस्थलमा कुनै कुनै सहभागीलाई कागज वा मेटाकार्डमा लेख्न गाह्रो पनि हुनसक्छ । त्यस्ता सहभागीहरूलाई मद्दत गर्न सहयोगी साथीको व्यवस्था गर्न सकिन्छ ।
- यस विधिको प्रयोगमा धेरै पनि समय लाग्ने भएकाले लेख्नका लागि निश्चित समय निर्धारण गरिदिनु आवश्यक हुन्छ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस खेलमा अनुभव तथा सुझावहरूलाई टिपोट गर्नै जानुपर्दछ । यसबाट भएका सिकाइहरू अभिलेखीकरण हुन मद्दत पुग्दछ र प्रतिवेदन तयारीमा समेत सघाउ पुग्दछ ।

✦

# क्रियाकलाप/खेल- ६८:
# माछा मार्ने खेल

## क्रियाकलाप/खेलको परिचय

कुनै पनि तालिम/गोष्ठीको पुनरावलोकन गर्दा सहभागितामूलक बनाउन र त्यसलाई प्रभावकारी ढंगबाट सञ्चालन गर्नका लागि माछा मार्ने खेललाई सहयोगी क्रियाकलापको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । माछालाई बल्छीको सहायताले आफ्नो वशमा पारे झैं यसमा पनि सहभागीले विभिन्न प्रकार (नम्बर सहित) का माछारूपी प्रश्नबाट आफ्नो वशमा पारी त्यसको उत्तर दिनुपर्दछ ।

## क्रियाकलाप/खेलको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यसको प्रयोग तालिम, गोष्ठी, कक्षाकोठा तथा बालक्लवमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । यस खेलबाट सहभागीबीच छलफल भइसकेका जानकारी वा सूचनालाई पूनःस्मरण गराउन र यस कार्यमा तालिम कक्ष वा तालिमको वातावरण रमाइलो बनाउने उद्देश्यले गर्न सकिन्छ ।

## आवश्यक सामग्री तथा तयारी

- मेटाकार्डलाई माछाको जस्तै चित्र आकारमा १० देखि १५ थान काट्ने र ती माछाको पेटमा प्रश्नका नम्बरहरू लेख्ने । तिनलाई एउटा बल्छी वा कुनै सामानलाई झुन्डाउन मिल्ने गरी धागोले बाँध्ने ।
- एउटा न्यूजप्रिन्ट पेपरमा पोखरीको नमूना तयार गर्ने ।
- माछा आकारको चित्रानुसार सोही संख्यामा प्रश्न तयारी गर्ने कुनै कुनै लाई खाली पनि राख्न सकिन्छ ।
- नम्बर टिप्नका लागि ह्वाईट वोर्ड, मार्कर र समय हेर्ने घडीको व्यवस्था गर्ने ।

## क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

बढीमा १ घण्टा ३० मिनेट ।

## क्रियाकलाप/खेल सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

- सहभागीको संख्याअनुसार एक समूहमा बढीमा ५ जना पर्ने गरी चार वा पाँच समूहमा विभाजन गर्ने र प्रत्येक समूहमा एउटा नेता छान्न लगाउने ।
- यस समयमा सहभागीहरूको अघिल्तिर (अगाडि) पर्नेगरी नमूना पोखरी बनाइएको पेपर राख्ने बनाई र नम्बर अंकित माछाहरू सो पोखरीमा मिलाएर राख्ने ।

- त्यसपछि सहभागीलाई खेलको नियमबारे बताउनेः
    - ◆ प्रत्येक समूह नेताले पालैपालो बल्छी लिई अगाडि आएर माछालाई बल्छीमा बल्झाउनुपर्दछ ।
    - ◆ समूहले कुन नम्बरको माछा बल्झाएको हो, उसलाई त्यही नम्बरको प्रश्न सोधिनेछ ।
    - ◆ यस प्रश्नको उत्तर समूहको नेताले आफ्नो समूहको सहभागीहरूसँग छलफल गरी उत्तर दिनुपर्छ । र, उक्त जवाफ ठीक भए एक नम्बर, नभए कुनै नम्बर पाउँदैन ।
    - ◆ सबै माछा नसकिंदासम्म सबै टोलीले यसैगरी बल्छी बल्झाई सोको उत्तर दिनुपर्नेहुन्छ ।
    - ◆ अन्तिममा जुन समूहको बढी नम्बर आउँछ उही विजय हुनेछ ।
- खेलपछि सबै सहभागीलाई धन्यवाद दिने ।

## क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- पोखरी र माछाको नमूनाचित्र तयारी गर्दा सकेसम्म उही भाव झल्कने खालको हुनुपर्दछ ताकि सहभागीले यसको मनोरञ्जन लिन सकुन् ।
- सहभागीका लागि सोधिने प्रश्नहरू सकेसम्म सजिला हुनुपर्छ ।
- सहभागीले चलाखी गर्न सक्दछन्, यसर्थ प्रश्नलाई एकदमै गोप्य ढंगले निर्माण गर्नुपर्दछ वा केही प्रश्नहरू सहभागीबाट नै लिएर यसलाई नम्बर दिएर प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- सहजकर्तामा प्रभावकारी सञ्चारसँग सम्बन्धित सीप हुनु र त्यसमा सहभागीलाई यस क्रियाकलाप अगाडि नै प्रशिक्षित गर्नु आवश्यक हुन्छ ।

## छलफलका क्रममा प्राप्त हुने सुझावको सङ्कलन तथा प्रतिवेदन

यस खेलमा अनुभव तथा सुझावहरूलाई टिपोट गर्नै जानुपर्दछ । यसबाट भएका सिकाइहरू अभिलेखीकरण हुन मद्दत पुग्दछ र प्रतिवेदन तयारीमा समेत सघाउ पुग्दछ ।

✦

*अनुसूची-१*

# बालक्लबको सदस्यहरूको सामाजिक सम्बन्ध र उनीहरूको शिक्षासम्बन्धी केही टिप्सहरू

बालक्लबमा लाग्ने सबैजसो बालबालिका विद्यालय जाने उमेर समूहभित्र पर्दछन् । त्यसैले उनीहरूको जीवनको एउटा महत्वपूर्ण काम भनेको पढाइमा निपूर्ण हुनु पनि हो । सामाजिक परिवर्तनका सम्वाहकका रूपमा परिचित हुन चाहने यी जागरूक बालबालिकाको पढाइ र क्लबका गतिविधिहरूमा सन्तुलन आउनसक्दा मात्रै समाजमा बालक्लबहरू थप लोकप्रिय हुँदै जान्छन् । तसर्थ, बालक्लबका गतिविधिका साथै अध्ययनलाई अगाडि बढाउने सन्दर्भमा बालबालिकाको शिक्षालाई जोड दिनुपर्दछ । बालबालिकाको शैक्षिकस्तर उठाउने खालका क्रियाकलापहरूलाई बालक्लबले आफ्नो योजना बनाउँदा प्राथमिकता दिनुपर्दछ । उनीहरूको शैक्षिकस्तर उठाउनलाई सहयोग पुऱ्याउने केही टिप्सहरू तल दिइएको छः

## टिप्स- १ः बालबालिकाको शैक्षिकस्तर उठाउने गुणहरू

बालक्लबमा लागेका बालबालिका स्वभावैले अनुशासित, अध्ययनशील, सिर्जनशील र स्पष्टवक्ता हुनुपर्दछ । बालक्लबका गतिविधि र अन्य अतिरिक्त क्रियाकलापका अतिरिक्त बालबालिकाले आफ्नो विषयगत अध्ययनमा कक्षाकोठामा विशेष अभिरूचिका साथ पढ्नुपर्दछ । अध्यापकसँग नबुझेका कुराहरू सिष्टतापूर्वक सोध्न हिच्किचाउनुहुँदैन । विद्यालयमा समय रहेको अवस्थामा साथीहरूसँग पनि पढाइका बारेमा छलफल गर्नुपर्दछ । छलफलको क्रमलाई आफूले जानेको कुराबाट वा नबुझिएका कुरा एकअर्कालाई सोधेर पनि शुरू गर्न सकिन्छ । यस बाहेक पढाइमा मद्धत पुऱ्याउनका लागि तल उल्लेखित बानी व्यवहारमा ध्यान दिनुपर्दछः

- आफ्नो व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिनुपर्दछ ।
- लगाउने कपडा जहिले पनि सफा हुनुपर्दछ ।
- कपि तथा किताबमा गाता राख्नुपर्दछ ।
- आफ्ना कपि किताबको जतन गरी झोलामा बोक्ने बानी गर्नुपर्दछ ।
- सदैव गृहकार्य गर्ने र समयमा नै शिक्षकलाई देखाउनुपर्दछ ।
- घरमा गैसकेपछि आफ्ना किताब कपिलाई यथास्थानमा राख्नुपर्दछ ।
- स्वावलम्बी बन्नका लागि आफूले खाएका भाँडा आफैं माझ्ने र लगाएका लुगा आफैं धुने बानी बसाल्नुपर्दछ ।

## टिप्स- २ः स्वास्थ्य, पढाइ, सामाजिक सम्बन्ध र बालक्लब

स्वास्थ्यसँग हाम्रो पढाइ, सामाजिक सम्बन्ध र बालक्लब गतिविधि प्रत्यक्ष गाँसिएका छन् । स्वस्थ्य बालबालिकाले मात्र सन्तुलित तरिकाले आफ्नो पढाइ, बालक्लबका जिम्मेवारी र सामाजिक सम्बन्धलाई राम्ररी पूरा गर्न सक्तछन् र भविष्यमा सक्षम नागरिक बन्न सक्तछन् । तसर्थ, बालबालिकाले सधैं स्वस्थ्य रहनका लागि प्रयत्न गर्नुपर्दछ । तल केही उपायहरू बताइएका छन् :

- बेलुकी चाँडै सुतेर विहान सखारै उठ्ने बानी बसाल्नुपर्दछ । राति सुत्नका लागि ७ देखि ८ घण्टाको समय छुट्याउनुपर्दछ । राति ९ बजे सुतेर विहान ५ बजे उठ्दा बेस हुन्छ ।
- सुद्ध र सफा तथा सादा खाना खानुपर्दछ । यसले मन, वुद्धि र शरीरको विकासमा फाइदा गर्दछ ।
- विहानको स्वच्छ हावामा कम्तिमा पनि १५ मिनेट बाहिर हिंड्ने र १५ मिनेटको यौगिक अभ्यास नियमित गर्नुपर्दछ ।

- उठ्ने वित्तिकै एकग्लास मनतातो पानी पिउनाले स्वास्थ्यमा सकरात्मक असर पर्दछ ।
- आफ्नो लुगा, कपडा, शैक्षिक सामग्री र अन्य जिम्मेवारीमा सामानलाई यथास्थानमा राख्ने बानी गर्नुपर्दछ । यसले जीवनलाई व्यवस्थित गर्दै लैजान्छ र स्वास्थ्यमा पनि सकरात्मक प्रभाव पर्दछ ।
- कम्तिमा पनि आफूले खाएका भाँडा माझ्ने, लुगाकपडा धुने र सकेजति परिवारको काममा सघाउनाले बालबालिका स्वावलम्बी बन्दछन् र यसबाट प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष स्वास्थयमा लाभ हुन्छ ।
- सकरात्मक सोच बढाउने र सिर्जनशील हुन खोज्नुपर्दछ ।
- आफूले सक्ने काममा सहयोगी हुन सदैव तत्पर रहनुपर्दछ ।
- "अनुशासित र स्वावलम्बी जीवन पद्धति नै सफल जीवनको आधार हो" भन्ने उक्तिलाई कहिले पनि बिर्सनु हुंदैन र सोही अनुरूप आफूलाई विकास गर्दै लैजानुपर्दछ ।

## टिप्स– ३ः एकले अर्कालाई पढाउने /मेन्टोर विधि

**परिचयः**

समान कक्षाका विद्यार्थीहरूबीच मात्र होइन अघिल्लो कक्षाका विद्यार्थीले पछिल्लो कक्षाका विद्यार्थीलाई पढाउने वातावरण मिलाउँदा सम्पूर्ण समुदायमा नै बालबालिकाको पढाईको स्तर उकासिन सक्तछ । यसका लागि बालक्लब सक्रिय रहेको समुदायका बालबालिकाको नामावली तयार पारेर आफ्नो पढाइका सन्दर्भमा कसले कसलाई सोध्न जाने भनेर तालिका बनाइदिनुपर्दछ । सोध्न गएको ठाउँमा ऊ आफैंलाई नआउने रहेछ भने अर्को जान्नेसँग दुबैले सिक्ने/सिकाउने गर्नाले सबैको पढाईमा उन्नति हुंदै जान्छ ।

**उद्देश्यः**

एकले अर्कालाई आ–आफूमा ज्ञानको आदानप्रदान गरी बालबालिकाको शैक्षिकस्तर उकास्नु नै यस पढ्ने तरिकाको उद्देश्य हो ।

**प्रक्रियाः**

- कुनै एउटा टोलका बालबालिकाको नाम, उनीहरू पढ्ने विद्यालय र अध्ययन गर्ने कक्षासहितको विस्तृत विवरण तयार पार्ने ।
- विद्यार्थीहरूको पढ्ने कक्षाका आधारमा पछिल्लो कक्षाको विद्यार्थीलाई सिकाउने जिम्मा दिने ।
- पढे/नपढेको र पढाए/नपढाएको बालक्लबका तर्फबाट अनुगमन गर्ने ।
- केही समय पछाडि यस प्रक्रियाले विद्यार्थीको पढाईमा कत्तिको मद्धत पुग्यो भनेर मूल्यांकन गर्ने ।

**सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनु पर्ने कुराहरूः**

सहजकर्ताले बालबालिकालाई जहिले पनि आफ्नो पढाइ सुधार गर्न प्रेरित गरिरहनुपर्दछ । बालबालिकाले सिकाउन नजानेको अवस्थामा सम्भव भए आफैंले नभए शिक्षक/शिक्षिकाबाट सिकेर आउन र भाइबैनीलाई सिकाउन प्रेरित गर्नुपर्दछ । यो सिकाईको प्रक्रियामा लामो समय लाग्ने भएकाले आफू र बालबालिकामा धैर्यताको विकास गर्नु/गराउनुपर्दछ । गर्दैजाँदा बालबालिकामा यस प्रकारको पढ्ने शैलीलाई बानीकै रूपमा विकास गराइदिनुपर्दछ । यस प्रक्रियामा लागेका महत्वपूर्ण सिकाई तथा कुराहरूलाई टिपोट गर्दै प्रतिवेदन तयार गर्नु राम्रो हुन्छ ।

## टिप्स– ४ः बालबालिकाको घरको पढाइ व्यवस्थापन

अध्ययनको विकासका लागि विद्यालयको पढाईले मात्रै पुग्दैन । घरमा गरिने स्वअध्ययन ज्यादै महत्वपूर्ण छ । यसका लागि विद्यार्थीले निम्नकुराहरूमा ध्यान दिनुपर्दछः

- आफूले पढ्ने स्थान वा कोठालाई सकेसम्म कतैबाट पनि अवरोध नहुने गरी छनौट गर्ने,
- आफूलाई सहज हुने गरी पढ्ने ठाउँ व्यवस्थापन गर्ने,
- पढ्नका लागि डेस्क, टेबल जे छन् (छैनन् भने बस्ने पिरा) ठीक ठाउँमा राख्ने,
- आफ्ना कपि, किताव, मसीलगायत शैक्षिकसामग्री यथास्थानमा चाहिएका बेला भेटिने गरी राख्ने,
- आफ्ना लुगा कपडा यथास्थानमा राख्ने,
- कक्षागत किताव बाहेकका अन्य पाठ्य सामग्री पनि यथास्थानमा राख्ने,
- विहानको निश्चित समय र बेलुकाको निश्चित समय पढाईका लागि छुट्याउने, लगनशील भएर पढ्दै जाँदा केही हप्तामा नै स्वअध्ययनको बानी लाग्न जानेछ ।

## टिप्स- ५: बालक्लब र सामाजिक सम्बन्ध

बालबालिका बालक्लब अभियानमा संलग्न भएको कुरा आफ्नो परिवार, चिनजान र नातागोताले आ–आफ्नै तरिकाले बुझेको हुनसक्तछन् । तसर्थ, उनीहरूलाई पनि यसबाट पढाइ र अनुसासन बिग्रने होइन झन् सशक्त हुन्छ भनेर बुझाउने र व्यवहारबाट प्रमाणित गरिदिनुपर्दछ ।

**परिवार र नातागोताः** बालबालिकाको क्रियाशीलताबाट नै परिवारजनले बालबालिका बालक्लबमा लागेको छनक पाउनुहुनेछ । तसर्थ, बालबालिका स्वयम्ले आफू बालक्लबमा लागि सकेको बताइदिनुपर्दछ । यसरी बताउने क्रममा बालक्लबको महत्व र यसले कसरी व्यक्तिगत विकास र सामाजिक विकासमा मद्धत पुर्‍याउँछ भनी सम्झाउनुपर्दछ । क्लबका गतिविधि मात्र होइन लगनशीलतापूर्वक पढेको देखेपछि उहाँहरूको चिन्ता निवारण हुँदै जान्छ ।

**साथीभाइ :** साथीभाइसँग आफू बालक्लबमा रहेर फरक भएको देखाउनुहुँदैन । साथीसँग सदा झैं मित्रवत व्यवहार कायम् राख्नुपर्दछ र पढाइ तथा बालक्लबका गतिविधिको सन्तुलन मिलाउने कुरा बताइदिनुपर्दछ ।

**शिक्षकहरू :** आफूभन्दा ठूलासँग सदा आदर र अदपका साथ व्यवहार गर्नुपर्दछ । नजानेका कुरा सोध्ने र गृहकार्य समयमा नै बुझाउने बानी गर्नुपर्दछ ।

**रोजगारदाता :** बालश्रमिकको हकमा रोजगारदातासँग पनि उही प्रकारको आदर र अदपको व्यवहार गर्नुपर्दछ । क्लबको कामले कतै जानुपरेको अवस्थामा अदपसाथ बिदा माग्नुपर्दछ ।

## टिप्स- ६: बालबालिकाको प्रभावकारी पढाइ

बालबालिकाको पढाइ प्रभावकारी हुनुपर्दछ । पढेको कुरा राम्ररी बुझेर पढियो भने सिकाई प्रभावकारी हुनजान्छ । पढ्ने बेलामा मन शान्त छ भने नबोलीकन र मन अशान्त छ भने आवाज निकालेर पढ्ने हो भने किताबका कुरा बुझ्न सजिलो पर्दछ । पढाईका क्रममा कण्ठस्थ गर्ने भन्दा पनि लेखिएका कुराहरूले भन्न खोजेका कुराहरू बुझ्ने सिर्जनशील पढाइ पढ्नुपर्दछ । कतिपय कुराहरू बुझ्दै र कण्ठस्थ गर्दै पनि जानुपर्दछ । हिसाबका सूत्रहरू, शब्द भण्डार, कविता आदिजस्ता कुराहरू बुझ्ने र कण्ठस्थ दुबै गर्नुपर्दछ । आफूले पढेका कुराहरूको टिपोट गर्दै जानु ज्यादै राम्रो बानी हो ।

## टिप्स– ७: बालबालिकाको परीक्षाको तयारी

सम्झने हो भने पढाइमा मात्र होइन हाम्रो जाँच जहाँसुकै भैरहेको हुन्छ । हिड्दा, बोल्दा, खेल्दा, खाँदा जहिले पनि हाम्रो जाँच हुन्छ । हामीले जीवनको परीक्षामा सधैं पास हुनुपर्दछ । हाम्रो राम्रा आनीबानी र व्यवहारले नै हामीलाई हाम्रो जीवनमा पास गराउँदै लैजान्छन् ।

पढाईको जाँच नजिकिँदै जाँदा कतिपय विद्यार्थी भयभित भएको देखिएको छ । यसो भएमा परीक्षाका दिन राम्ररी जाँच दिन सकिँदैन । जानेको कुरा पनि लेख्न नसकिने हुन्छ । त्यसैले विद्यार्थी हरहमेसा परीक्षा दिन सक्ने तयारीमा हुनुपर्दछ । यसका लागिः

- नियमित रूपमा पढेको विद्यार्थीले मात्र परीक्षालाई सजिलै स्वीकार्दछ । तसर्थ सबैले दैनिक रूपमा निश्चित समय कक्षागत पुस्तकको पढाइका लागि छुट्याएकै हुनुपर्दछ । झन् बालक्लबमा लाग्ने/लाग्न चाहनेले त यस कुरालाई झन् मनन् गर्नुपर्दछ ।
- परीक्षा नजिकिँदै गर्दाको समयलाई पहिले पढेका विषयवस्तुलाई पुनरावलोकन गर्ने र अभ्यास बढाउने समयका लागि छुट्याउनुपर्दछ ।
- अघिल्ला वर्षका प्रश्नपत्रहरू जम्मा पारी हल गर्दै जानुपर्दछ । यसबाट प्रश्नपत्रको ढाँचा थाहा लाग्दछ र प्रश्न पत्र सम्बन्धको मनको भय हटेर जान्छ ।
- बाँकी रहेको समय र परीक्षा दिनुपर्ने विषय हेरेर कति दिन कुन विषयका लागि दिने हो, योजना बनाउनुपर्दछ । सोही अनुरूप पढ्नुपर्दछ । पढाइलाई साथी साथी मिलेर पनि बढाउन सकिन्छ । स्पष्ट नभएका कुराहरू साथीसँग सोधेर वा विषयगत शिक्षक/शिक्षिकालाई सोधेर स्पष्ट हुन सकिन्छ ।
- परीक्षा आयो भनेर राति धेरैबेरसम्म पढ्ने बानी राम्रो होइन । यसले स्वास्थ्यलाई हानी गर्दछ । तसर्थ, बेलुकी चाँडै सुतेर विहान सखारै उठ्ने बानी बसाल्नुपर्दछ । राति सुत्नका लागि सदा भैं ७ देखि ८ घण्टाको समय छुट्याउनुपर्दछ । राति ९ बजे सुतेर विहान ५ बजे उठ्दा बेस हुन्छ । गरिआएको विहानको स्वच्छ हावामा कम्तिमा पनि १५ मिनेटको यौगिक अभ्यासलाई छोड्नुहुँदैन । नाकबाट लामो सास तान्ने छोड्ने अभ्यासलाई बढाउनुपर्दछ ।
- परीक्षाको समयमा चाहिने कलम, मसी, पेन्सिललगायत अन्य आवश्यक औजार यथास्थानमा ठीक अवस्थामा राख्नुपर्दछ ।
- परीक्षाको दिन परीक्षामा चाहिने सम्पूर्ण कुराहरू लिएर समयमा नै परीक्षा केन्द्रमा पुग्नुपर्दछ ।
- प्रश्नपत्र पाइसकेपछि एकपटक सरसरति पढेर आफूलाई जुन जुन प्रश्न राम्ररी आउँछ हल गर्दै जानुपर्दछ । कुन प्रश्न हल गर्दा कति नम्बर पाइन्छ सोका आधारमा लेख्ने समय छुट्याउनुपर्दछ । अघिल्ला वर्षका प्रश्नपत्र हल गर्दा नै यसरी परीक्षा दिने अभ्यास बसिसकेको हुनुपर्दछ ।
- सबै प्रश्नको हल गरिसकेपछि आफूले लेखेका सबै कुरा एकपटक पुनः पढेर र प्रश्नपत्रले जसरी निर्देश गरेको हो सोहीअनुसार भएको छ भन्ने निश्चित गरेर मात्र परीक्षा हलबाट बाहिरिनुपर्दछ ।
- तपाईहरूलाई अग्रिम बधाईछ ! तपाईहरूको परीक्षा अवश्य राम्रो हुन्छ ।

*अनुसूची-२*

# बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने सहयोगी हुने सहभागितामूलक विधिहरूको बारेमा ११-१४ भाद्र २०६७ मा भएको सहजकर्तामाझ गरिएको छलफल कार्यक्रमका सहभागीहरूको नामावली

| सिनं | नाम | संस्था | सम्पर्क फोन नं | ईमेल |
|---|---|---|---|---|
| १ | कमलप्रसाद चापागाई | सिविस, काठमाण्डौं | ९८४१२०२२२५ | kamal.chapagain@cwish.org.np |
| २ | निरिजना भट्ट | हातेमालो संचार, ललितपुर | ९८४११८४३६२ | nirijana_bhatta@yahoo.com |
| ३ | संजिव अधिकारी | बालबिकास समाज, काठमाण्डौं | ९८४१६६६४८७, ०१४८२०९३८ | 123adhikarisanjeev@gmail.com |
| ४ | मिनादेवी आचार्य | समाज उत्थान सहयोग केन्द्र, पाल्पा | ९८४७११६८२७ | mg.ab2044@yahoo.com |
| ५ | चन्द्र सुनार | एन एन एस डब्लू ए कन्चनपुर | ९८४८७२४४१९ | mnswa06@ntc.org.np |
| ६ | शशांक पोखरेल | एफा, बाँके | ९८०४५९७१९१ | info.afha@gmail.com |
| ७ | जगदिशबहादुर सिंह | बेस , कैलाली | ९८४८४२०६२८ | jb_singhji@yahoo.com |
| ८ | किरण कोइराला | फोएप, काभ्रे | ९८४१६८९०३९ | kirankoirala90@gmail.com |
| ९ | प्रमिल अधिकारी | फरेन, बिराटनगर मोरङ्ग | ९८५२०२६८१० | mailtopramil@gmail.com |
| १० | सुरोज भट्टराई | होस्टे हैसें बालबिकास समाज, तनहूँ | ९८४६१२९७७० | s_rose909@yahoo.com |
| ११ | प्रेमबहादुर बुढा | जिल्ला बालकल्याण समिति, अछाम | ९७४९००३९३४ | dcwb20@gmail.com |
| १२ | धिरेन्द्रबहादुर रावल | पीसविन, बाजुरा, कार्यक्षेत्र अछाम | ९८४८४३५५९६, ०९७ ६९०१७४ | chetraj@gmail.com |
| १३ | बिरेन्द्र ठगुन्ना | वर्ल्डभिजन इन्टरनेशनल, धनगढी कैलाली | ९८५८४२०१३२ | virendra_thagunna@wvi.org<br>thagunna.virendra@gmail.com |
| १४ | राममोती चौधरी | स्वान दाङ्ग | ९८४७८५३३४३ | rammotichaudhary@yahoo.com |
| १५ | मोहन दंगाल | चाइल्ड नेपाल, काठमाण्डौं | ९७४१०७७७८६ | jhulka@childnepal.org |
| १६ | रत्ना वि.क. | स्याक, सुर्खेत | ९८४८०४७९९२ | ratnaskt@gmail.com |
| १७ | कृष्णगोबिन्द महर्जन | लू:निभा खोकना, ललितपुर | ९८४१३०८०५८ | krishna@loonivachild.org.np<br>krishna_khokana@yahoo.com |
| १८ | उषा गुरूङ्ग | महिला आपसी सहयोग केन्द, भार्ते, लमजुङ्ग | ९७४६०१३०४२, ९८४६३७०२७९ | barsha.gurung@gmail.com |
| १९ | शिव थापा | बालअधिकार अध्ययन प्रतिष्ठान (आईसिआरएस), काठमाण्डौं | ९८४१२७ ३२३५ | dvmshiva@hotmail.com |
| २० | रामबहादुर पाटा | इन्द्रेणी समाज केन्द्र, पाल्पा | ९८४७११६९६५ | iskpalpa@yahoo.com |
| २१ | माधव लोहनी | सिविन-नेपाल, काठमाण्डौं | ९८४१३१६८६५ | mssrlohani@yahoo.com |
| २२ | राजेन्द्रकुमार लामिछाने | होस्टे हैंसे समूह, मकवानपुर | ९८४५०५७३११ | hoste_hainse@ntc.net.np |
| २३ | सुजन अधिकारी | माट्स नेपाल, संखुवासभा | ९८४२१५९५२४ | matsnepal@yahoo.com<br>ajan_318@yahoo.com |
| २४ | चन्द्रिका खतिवडा | पो.ब. ११८०४, काठमाण्डौं | ९८५१०७०९०४ | chandrika.khatiwada@gmail.com |
| २५ | कुसुम शर्मा | कन्सोर्टियम, काठमाण्डौं | ९८४१२८३०५० | consortium@mos.com.np |
| २६ | जियम श्रेष्ठ | कन्सर्न नेपाल, काठमाण्डौं | ९८५१०६९७५८ | jiyam@concern.org.np |
| २७ | सुशिला अधिकारी | कन्सोर्टियम, काठमाण्डौं | ९८४१३३६९७९ | consortium@mos.com.np |
| २८ | सम्झना अधिकारी | महिला बिकास कार्यालय, कालिकोट | ९८४१९३८१६४ | parajuli_samjhana@yahoo.com |
| २९ | कुमार भट्टराई | सिविन-नेपाल, काठमाण्डौं | ९८५१०९५९२२ | kumar_bhattarai@hotmail.com |
| ३० | हेमशंकर शाह | भवानी एकिकृत बिकास केन्द्र, भवानीपुर-४, सिराहा | ९८०४७०१७२८, ०३३५६०७२८ | |
| ३१ | रामकुमार कुँवर | सि.बि.आर, पाटन, ललितपुर | ९८४१३३०५६१ ५५२७९५१ | patancbr@ntc.net.np |
| ३२ | कुमार वि.क. | स्याक सुर्खेत (रत्ना बिकको बालकको संरक्षक) | | |
| ३३ | सन्तोष पाण्डे | संरक्षण नेपाल, बारा कलैया | ९८४५०३८९९८ ०५३५५०६०५ | cpn_bara@yahoo.com<br>santoshdarpan@gmail.com |

# कार्यक्षेत्रमा नमुनाका रूपमा प्रयोग ल्याएपछि गरिने प्रतिवेदनको खाका

यस संग्रहमा संकलित विधिहरूलाई अन्तिम रूप दिने उद्देश्यले मिति २०६७ भाद्र ११ देखि १४ सम्म कन्सोर्टियमका सदस्य संस्थाहरूबाट प्रतिनिधित्व गरी आएका बालक्लब सहजकर्ताहरूसँग चार दिने छलफल कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको थियो । उक्त कार्यक्रमको अन्त्यमा सहभागीहरूले आआफ्नो कार्यक्षेत्रमा गएर पुस्तकमा संकलित विधिहरूमध्ये बाट केहीलाई प्रयोग गरी सोको प्रतिवेदन कन्सोर्टियम सचिवालयमा बुझाउन सहमत हुनुभएको थियो । विधिको प्रयोग पछि कन्सोर्टियममा प्रतिवेदन पढाउन देहायको ढाँचा तय गरिएको थियो ।

- प्रयोग गरिएको विधिको नाम :
- विधि प्रयोग गरिएको मिति :
- विधि प्रयोग गरिएको विषय :
- विधि प्रयोग गरिएको समूह :
- विधि प्रयोगको क्रममा अपनाइएका चरणहरू :
    - पुस्तकमा उल्लेख गरिएको भन्दा भिन्न किसिमबाट विधि प्रयोगमा ल्याइएको भए, त्यसको विवरण :
    - विधि प्रयोग गर्दा सहभागी वा लक्षित समूहले त्यसलाई के कसरी ग्रहण गरियो :
    - विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले गरेको अनुभव :
    - विधिको सान्दर्भिकता कस्तो रहयो :
    - सो विधिलाई कुन कुन सन्र्दभमा र कहाँ प्रयोग गर्न सकिन्छ :

# भक्तपुरमा भएको छलफल पछि सदस्य संस्थाका सहजकर्ताहरूले प्रयोगमा ल्याइएका विधिहरूबारे अनुसूचि ३ को ढाँचाअनुसार प्राप्त प्रतिवेदनहरूको सारसङ्क्षेप ।

## १. पृष्ठभूमि

मिति २०६७ भाद्र ११ देखि १४ सम्म कन्सोर्टियमका सदस्य संस्थाका सहजकर्ताहरूबीच संकलित विधिहरूको सान्दर्भिकता तथा प्रभावकारिताबारे गहन छलफल गरियो । केही विधि्हरूमा अभ्यास पनि गरियो । संकलित विधिहरूको प्रयोगका चरणहरू व्यवहारिक छन् कि छैनन् भनेर थप एकीन गर्नका लागि सदस्य संस्थाहरूले आआफ्नो कार्यक्षेत्रमा आवश्यकताअनुसारका विधिहरू प्रयोग गर्ने निधो गरियो । यसरी संकलित विधिहरूमध्ये कतिपय विधिहरूको अभ्यास गरी अनुसूची ३ अनुसारको ढाँचामा प्रतिवेदन पठाउने सदस्य संस्थाहरू १४ रहेका थिए । विधिहरूको अभ्यास गर्ने सन्दर्भमा कतिपय संस्थाले एउटा मात्र विधि/क्रियाकलापको प्रयोग गरेका थिए भने कतिपयले एकभन्दा बढी । प्राप्त भएका प्रतिवेदहरूको अध्ययन गरी यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ ।

## २. प्रयोगमा ल्याइएका विधिहरू

कार्यक्रमको उद्देश्य तथा प्रकृतिका आधारमा संस्थाहरूले विधिको पहिचान गरी प्रयोगमा ल्याएका थिए । प्रयोग गरिएका विधिहरू निम्नानुसारका थिए ।

- जोखिम नक्सांकन
- पजल स्क्वायर
- सोक (SWOC) विश्लेषण
- बालक्लब गठनको सम्बन्धमा प्रारम्भिक छलफल
- कल्पना वृक्ष
- सामाजिक नक्साङ्कन विधि
- एकता नै बल हो (साना साना ढुङ्गा माटो- गीत)
- परिचय दिने खेल विधि
- मष्तिकमन्थन
- अनौठो भित्तो (Wall of Wonders)
- परिचय दिने खेलविधि
- अभिनय प्रस्तुति
- घटना अध्ययन
- परिचयका लागि अटोग्राफ
- कार्ययोजना तयारी
- 'एच' विश्लेषण

- जीवन उपयोगी सिप तालिमको मुल्याङ्कन
- तातो आलु
- छलफल विधि

## ३. विधि प्रयोग गरिएको विषय

कार्यक्रमको उद्देश्यका आधारमा निम्नानुसारका सन्दर्भमा विधिको प्रयोग गरिएको थियोः

- नेतृत्व विकास र प्रभावकारी समूह सक्रियता पत्ता लगाउन
- बालक्लबको गठन र योजना बनाउन
- चौमाला गा.वि.स.का स्थानीयस्तरमा रहेको समस्याहरू पहिचान गर्न
- बालक्लवको वार्षिक कार्ययोजना निर्माण गर्न
- विद्यालयमा बालसंरक्षणसम्बन्धी आचार-संहिता लागू गरी प्रभावकारी बनाउने विषयमा छलफल गर्न
- बालक्लबको सेवा क्षेत्रको नक्साङ्कन गर्न
- जिल्लास्तरीय बालक्लव सञ्जाल निर्माण गर्न
- बालक्लबको सदस्यहरूको परिचय दिन
- विद्यालयमा दिईने सजाय, छोरा र छोरीमाथि हुने भेदभाव, मद्यपदार्थ सेवन र लोडसेडिङ्गले पढाइमा गरेको असरबारे बालबालिकाको विचार सङ्कलन गर्न ।
- जीवन उपयोगी सिप तालिममा एउटा समूहलाई त्यसको महत्वबारे बुझाउन
- मुद्दाअनुसारको कार्यक्रमहरूको तयारी गर्न समूहलाई सघाउन
- एक महिनाको कार्ययोजना बनाउन
- संस्थामा काम गर्दा हुने फाइदा, बेफाइदा, चुनौति र अवसरहरूबारे थाहा पाउन
- अपाङ्गतासम्बन्धी एक दिने अभिमूखिकरण तालिम

## ४. विधि प्रयोग भएका क्षेत्र तथा समूहहरू

माथि उल्लिखित विधिहरू निम्न क्षेत्र र समूहहरूसँगको छलफलमा प्रयोग गरिएका थिएः

- बालक्लब सञ्जाल
- बालक्लब
- बालक्लब सदस्यहरू तथा सहजकर्ताहरू
- विद्यालय निरीक्षक तथा स्रोतव्यक्तिहरू
- युवा समूह
- ललितपुर जिल्लाको खोकना गा.वि.स.को रूदायणी मा.वि र पिस बोडिङ्ग स्कूलका प्राथमिक तहदेखि मा.वि. तहसम्मका अपाङ्गता भएका बालबालिकाले अध्यपन गरेका कक्षाका शिक्षकहरू
- शिक्षक, अभिभावक र बालबालिका

- चौमाला गा.वि.स.को बालसञ्जालको समितिमा रहेका पदाधिकारी तथा बालक्लबका बालबालिका
- बालक्लबका सहजकर्ताहरू ।

## ५. सिकाइहरू

- प्रतिवेदनहरूले विधिहरूका प्रयोग क्षेत्रहरू बालक्लब तथा युवाक्लबका अतिरिक्त बालविकास केन्द्र, विद्यालय, महिला, युवाक्लब, विभिन्न गैरसरकारी संघसंस्थाहरू तथा विभिन्न सञ्जालहरूसमेत हुनसक्ने उल्लेख गरेर यसको प्रयोग क्षेत्र व्यापक हुन सक्ने कुराको संकेत गरेको छ ।
- विधिहरूलाई विभिन्न समूहहरूमा प्रयोग गर्दा प्रभावकारी रहेको देखिएको छ ।
- कतिपय सहजकर्ताले विधि प्रयोगको दायरालाई फराकिलो पार्दै पुस्तकमा उल्लेख भएका भन्दा फरक समूहमा समेत प्रयोगमा ल्याउनुभएको छ । उल्लेख गरिएभन्दा बढी थप चरण पनि आवश्यक पऱ्यो कि ? भन्ने सवालमा परिस्थितिअनुसार सहजकर्ताको सिर्जनशीलताका साथ केही चरणहरू थप गरिएको पाइयो ।
- विधिको सान्दर्भिकता तथा सहजकर्ताको अनुभवको प्रसङ्गमा विधिहरू सान्दर्भिक भएको पाइयो भने विधिको प्रयोगले सहभागीहरूको बुझाइको स्तर बढेको पाइयो ।
- प्रतिवेदनहरूमा विधिहरू रोचक भएको, शब्द भण्डार बढाउने काम गरेको र उत्साहवर्द्धक तथा खेल खेले झैं धेरै कुरा सिकाई भएको उल्लेख गरिएको छ ।
- विधिको प्रयोग गर्दा बोलिरहनु नपर्ने र विधिले नै चाहेको कुरा खिचेर ल्याउने गरेको सिकाइ भएको देखिएको छ ।
- अधिकाम्स विधिहरू सहभागितामूलक भएकोले व्यक्तिको सिकाइको स्तर वृद्धि भएको देखिएको छ ।

## ६. निष्कर्ष

कार्यक्षेत्रमा गरिएको प्रयोगले पनि विधिहरू प्रभावकारी रहेको पुष्टि भएको छ । आगामी दिनमा पुस्तकमा संकलित विधिहरूको प्रयोग व्यापक रूपमा बढ्ने देखिएको छ ।

## सन्दर्भ सामग्रीहरू:

**अंग्रेजीमा**

*Useful Tools for Engaging Young People in Participatory Evaluation,* Meg Gawler, 2005

*Child Oriented Participatory Risk Assessment and Planning: A Tool Kit,* Mayfourth D. Luneta and Buklod Tao, 2007

*Mirrors of Ourselves: Tools for Working with Children and Young People,* Save the Children

*A Research Guide for Facilitating Children's Citizenship and Governance,* Save the Children South and Central Asia Region, Kathmandu

*National Survey on Situation Analysis of Children Working in Stone Quarry  Workers in Nepal,* 2003, Concern Nepal

*National Survey on Situation Analaysis of Children Working in Brick Factory in Nepal,* 2005, Concern Nepal

*Companion: A Campaign Guide about Education and Learning for Change in Diversity, Human Rights and Participation,* Ellie Keen and Alessio Surian, 2007

*Spider Tool for Evaluation,* Claire O'Kane, 2005

*Training Manual Facilitators Guide,* RHRC, 2004

*Introducing Participatory Tools for Working with Children: A Foundation Model-4,* ARC Resource Pack, 2009

*Theatre as a Tool for Development,* Open University International Development

*Facilitators Guide for Participatory Evaluation with Young People,* Barry Chekoway & Katie Richards-Schuster, University of Michigan

*All Different All Equal Education Pack,* Online

*Kit of Tools: For Participatory Research and Evaluation with Children and Young People and Adults,* Save the Children Norway, 2008

**नेपालीमा**

*सशस्त्र द्वन्द्व, द्वन्द्वपश्चात र शान्ति स्थापनामा बालबालिकाको सहभागिता विषयक मूल्याङ्कन अनुसन्धानमा प्रयोग भैरहेका मुख्य मुख्य औजारहरू र प्रयोग विधि* , सेभ द चिल्ड्रेन नर्वे, २००६ ।

**बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह**
**(कन्सोर्टियम)**

विजुली बजार, काठमाण्डौं
फोनः ४४९०२९७
इमेलः consortium@mos.com.np
www.consortium.org.np