



জনস্বাস্থ্য বিষয়টি বোঝা এবং এর জন্য সমাবেশকরণ

এই অধ্যায়ে:	পৃষ্ঠা
পরিবেশ স্বাস্থ্যের জন্য সমাবেশকরণ	১২
পরিবর্তন সময় সাপেক্ষ	১৩
শিখন এবং সমাবেশকরণের জন্য কার্যক্রম	১৪
নারীদের প্রয়োজন বলার অধিকার	১৪
পরিচালিত আলোচনা	১৫
এলাকা মানচিত্র	১৫
জনগণের চাহিদা কী তা বের করা	১৫
স্বাস্থ্য পদভ্রমণ	১৬
সময়ের আবের্তে পরিবর্তন	১৬
অঙ্কন কার্যক্রম	১৬
এলাকা জরীপ	১৭
থিয়েটার	১৭
কখন কোন কার্যক্রম ব্যবহার করতে হবে তার নির্দেশিকা	১৯

জনস্বাস্থ্য বিষয়টি বোঝা এবং এর জন্য সমাবেশকরণ



গ্লোরিয়া এবং অন্যান্য স্বাস্থ্য কর্মীরা বুঝতে পারলো ম্যানগ্রারাল্টো এবং তার আশপাশের এলাকার অনেক মানুষই অসুস্থ হচ্ছে, তারা দ্রুত জানতে পারলো যে সমস্যাটি হচ্ছে কলেরা, পরিবেশগত কারণ - দূষিত জলের ফলে সৃষ্ট এটি একটি জনস্বাস্থ্য সমস্যা। স্বাস্থ্য কর্মীরা এবং গ্রামীণ স্বাস্থ্য সচেতনকারকগণ বাড়ী বাড়ী গিয়ে এই সমস্যাটির কারণ এবং এর প্রতিকার সম্পর্কে সকলকে সচেতন করতে শুরু করে। যখন মৌলিক চিকিৎসার সাফল্য জনগণের আস্থা অর্জন করলো, তখন জনগণ এর মূল কারণ খুঁজে এর প্রতিকার এবং অন্যান্য স্বাস্থ্য সমস্যা সমাধানের উপর কাজ শুরু করলো।

জনগণের অংশগ্রহণ এবং সচেতনকরণের মাধ্যমে মূল কারণ-এর উপর কাজ করতে গিয়ে, জনগণ বেশ অনেকগুলো পরিবেশগত স্বাস্থ্য বিষয়ে উন্নতি করতে সমর্থ হলো। প্রতিটি উন্নয়নের সাথে সাথে, নিজেদের জীবনে পরিবর্তন আনায় গ্রামের জনগণ তাদের সামর্থ্যের উপর আরো বেশী আস্থা অর্জন করলো।

একটি স্বাস্থ্য সমস্যার কারণ খুঁজে বের করতে বিভিন্নভাবে অনেক প্রশ্ন করা এবং তথ্য সংগ্রহ করার প্রয়োজন হয়। প্রায়শঃই একটি এলাকায় জনগণের মধ্যে দৃঢ় বিবাদ বিদ্যমান থাকে তা নিরসনের জন্য আলোচনার দীর্ঘ প্রক্রিয়া এবং সংগ্রাম করার প্রয়োজন হয়। যে কোন জনগোষ্ঠী যখন সংগঠিত হয় তখন প্রতিটি জনগোষ্ঠী তাদের নিজেদের মতো করে কোন পরিবর্তন আনতে চেষ্টা করে এবং বিভিন্ন কার্যক্রম গ্রহণ করে, সবার জন্য স্বাস্থ্য-এর অভিজ্ঞতা থেকে আমরা কিভাবে একটি জনগোষ্ঠী একটি পরিবেশগত স্বাস্থ্য সমস্যার মূল কারণ সম্পর্কে শিক্ষাগ্রহণ করতে পারে এবং পরিবর্তনের জন্য কাজ করতে পারে তার কয়েকটি উদাহরণ পেতে পারি।

পরিবেশ স্বাস্থ্যের জন্য সমাবেশকরণ

অনেক বছরের দারিদ্র্য এবং একাকিত্বে থাকার পর ইকুয়াডরের উপকূলের ঐ মাটির পাহাড়ে বসবাসরত জনগণ অনুৎসাহিত হলো। তারা জানা ছিলো না কিভাবে তারা তাদের জীবনের উন্নয়ন করতে পারে। প্রাথমিক জীবন খুবই কঠিন ছিল, একটি শ্রেয়তর ভবিষ্যৎ বিষয় বিশ্বাস করা বা পরিকল্পনা করা কঠিন ছিল।

অন্তর্বর্তীকালীন স্বাস্থ্য সমস্যার - কলেরা - সমাধানের লক্ষ্যে কাজ করতে গিয়ে গ্লোরিয়া এবং সবার জন্য স্বাস্থ্য-এর স্বাস্থ্য কর্মীরা অনেক জীবন বাঁচায়। মহামারীটি নির্মূলের লক্ষ্যে স্বাস্থ্যকর্মী, স্থানীয় সংগঠন, এবং গ্রামবাসীদের একত্রে কাজ করার সাফল্য তাদেরকে তাদের অন্যান্য সমস্যা সমাধানের জন্য অনুপ্রাণিত এবং প্রস্তুত করেছে। যখন বড় ঝড়টি তাদের কাজের বেশীরভাগই ধ্বংস করে, তারা নিজেদের আবারও সংগঠিত করতে এবং ঝড়ের ক্ষতিগ্রস্ততা কাটিয়ে উঠতে সমর্থ হয়। তারপর তারা অন্যান্য সমস্যা সমাধানে এগিয়ে যেতে সমর্থ হলো।

মূল কারণ বুঝতে কাজ করা

স্বাস্থ্য সমস্যা হওয়ার বিভিন্ন কারণ থাকতে পারে: জীবাণু, বিষাক্ত রাসায়নিক দ্রব্য, দুর্ঘটনা, ক্ষুধা, অতিরিক্ত ঠান্ডা বা গরমের ফলে, এবং অন্যান্য আরও কারণ। এগুলো হলো অসুস্থতার তাৎক্ষণিক কারণসমূহের কিছু উদাহরণ। অসুস্থতার যেমন অনেক তাৎক্ষণিক কারণ আছে তেমনি তাদের অনেক মূল কারণও আছে।

মূল কারণ চিহ্নিত করা আমাদেরকে এর সমাধানের জন্য আমাদের দীর্ঘমেয়াদি কি করা দরকার সে বিষয়ে সাহায্য করতে পারে। আপনার দেখতে পাচ্ছেন ‘কিন্তু কেন...?’ কার্যক্রমের ব্যবহার, যেমন গ্লোরিয়া করেছিল (৭-এর পাতা দেখুন), কিভাবে একটি নির্দিষ্ট সমস্যার অনেকগুলো মূল কারণ থাকতে পারে তা জনগণকে বুঝতে সাহায্য করে।



পরিবর্তন সময় সাপেক্ষ

পরিবেশ স্বাস্থ্যের উন্নয়ন দ্রুত ঘটে না। মানগ্লারাল্টোতে স্বাস্থ্য কর্মীরা প্রথমে একটি জলপূর্ণতার দ্রবণে তৈরি পানীয় দিয়ে কলেরার চিকিৎসা করে এবং জলকে পরিষ্কার করার মাধ্যমে এটাকে রোধ করতে কাজ করেছে। তারপর তারা নতুন জল সরবরাহ ব্যবস্থা এবং পায়খানা স্থাপনের মাধ্যমে ভবিষ্যতে কলেরা রোধ করতে জনগণকে একত্রিত করেছে। কিন্তু ঐ বড় বাড়িটি আসার পর এবং তাদের করা সমস্ত উন্নয়নগুলো ভেসে যাওয়ার পরই কেবল তারা উপলব্ধি করলো যে **ভাঙ্গন** নামার সমস্যা এবং বন্যার কারণ হলো **বনধ্বংস** (গাছ কমে যাওয়া)। স্থায়ী পরিবর্তন আনতে তাদের এই মূল কারণ সম্পর্কে বোঝা প্রয়োজন ছিল।

অনেকসময়ই, সাফল্য পাওয়ার আগে আমাদের বেশ কয়েকবার সংগ্রাম করতে হয় এবং বেশ কয়েকবার অকৃতকার্য হতে হয়। প্রায়শই, কোন উপায়টি কাজ করে না শুধুমাত্র তা দেখার মাধ্যমেই আমরা শিখতে পারি কোনটি কাজ করে - এবং কেন। পরিবেশ স্বাস্থ্যের উন্নয়ন বেশ সময় সাপেক্ষ কারণ বেশীরভাগ সময়ই চারটি ভিন্ন ধরনের পরিবর্তন প্রয়োজন হয়:

- জল সরবরাহ ব্যবস্থা, গৃহায়ন, এবং অন্যান্য স্থাপনা যা আমরা আমাদের জন্য তৈরি করি (**অবকাঠামো**) তার উন্নয়নের জন্য পরিবর্তন।
- আমরা যা ক্রয় করি তাতে পরিবর্তন, যেমন জাংক খাবার, পরিষ্কার করার বিষাক্ত উপকরণ, অথবা প্লাস্টিকে মোড়া উপকরণ (**ভোগ**) ক্রয় করা থেকে বিরত থাকা।
- আমাদের অভ্যাসের পরিবর্তন, যেমন নিয়মিত হাত ধোয়া, আবর্জনাগুলো আলাদা আলাদা করে রাখা যাতে বেশী করে পুনঃক্রিয়াজাত করা যায়, অথবা নতুন পদ্ধতিতে শস্য উৎপাদন করা (**আচরণ**)।
- পরিবেশের উপর প্রভাব ফেলে এমন সিদ্ধান্ত গ্রহণে স্থানীয় জনগণ, কর্পোরেশন, কেন্দ্রীয় সরকার এবং অন্যান্যদের কতখানি ক্ষমতা থাকবে তাতে পরিবর্তন (**রাজনৈতিক**)।

এই ধরনের সকল পরিবর্তন ঘটতে সময় লাগে এবং একে অপরকে প্রভাবিত করে।

যুবাদের সাথে কাজ করা



এই পৃথিবীতে যে পরিবর্তন আমরা দেখতে চাই সে পরিবর্তন আমাদের নিজেদেরকেই হতে হবে



পরিবর্তন দীর্ঘস্থায়ী করার একটি দিক হলো যুবাদের সাথে কাজ করা, কারণ তারা যা শিখবে তা তারা ভবিষ্যতে ব্যবহার করতে পারবে। আমাদের প্রত্যেকেই, আমরা যে বয়সেরই হইনা কেন, যুবাদের আচরণ - প্রতি নিয়তই শিক্ষা গ্রহণ করা এবং নতুন বিষয়ে চেষ্টা করতে আগ্রহী হওয়া - গ্রহণ করতে পারি

পরিবেশ স্বাস্থ্যের উন্নয়ন ঘটে ধাপে ধাপে। ঐচ্ছিক ধারণ করুন। যে পরিবর্তন খুব দ্রুত ঘটে তা অনেকসময় তত দ্রুতই ভেঙ্গে পড়ে।



শিখন এবং সমাবেশকরণের জন্য কার্যক্রম

দলগত কার্যক্রম স্বাস্থ্য সমস্যার মূল কারণ বুঝতে এবং পরিবর্তনের জন্য পরিকল্পনা করতে জনগণকে সাহায্য করে। আপনি কোন ধরনের কার্যক্রম গ্রহণ করবেন তা নির্ভর করে আপনার কী জানা প্রয়োজন, আপনি কী করার আশা করেন, এবং কী ধরনের সম্পদ সহজে পাওয়া যায়। কার্যক্রমগুলো:

- সাধারণ কারণ চিহ্নিত করাতে জনগণকে একত্রিত করতে পারে।
- জনগণ তাদের চাহিদা কী বলে মনে করে তা বের করতে পারে।
- একটি স্বাস্থ্য সমস্যার কারণ কী তা সম্পর্কে তথ্য সংগ্রহ করতে পারে।
- সমস্যার তাৎক্ষণিক কারণ এবং মূল কারণ চিহ্নিত করতে এগুলোকে বিশ্লেষণ করতে পারে।
- একটি জনগোষ্ঠীর সকল মতামত জড়ো করতে পারে। যদি কোন দল বা কোন মতামত বাদ পড়ে যায় তবে একটি প্রকল্প সফল হবে না। জনগণ সাহায্য করতে প্রস্তুত থাকবে না যদি তাদের মতামত অগ্রহণ করা হয়।

পরিবেশ স্বাস্থ্য সর্বদাই জনগোষ্ঠী সম্পর্কিত একটি বিষয়, এবং এর উন্নয়নে জনগণকে একত্রে কাজ করতে হয়। কোন মহামারীর ঝুঁকি হ্রাস করা, কোন গণউদ্যানে চারা রোপন, কোন কারখানা বা খনির কাছে বসবাসরত জনগণের স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তার উন্নয়ন করা, বা অন্য যে কোন পরিবেশ স্বাস্থ্য বিষয়ে কাজ করা লক্ষ্য হোক না কেন, জনগণের মধ্যে যত বেশী সমস্যা সম্পর্কে মতৈক্য থাকবে এবং এটি সমাধানের জন্য প্রতিশ্রুতি থাকবে, তত সফল তারা হতে পারবে।

নারীদের প্রয়োজন বলার অধিকার

কোন কোন জনগোষ্ঠীতে, নারী এবং মেয়েরা কোন সংগঠিত কার্যক্রমে অংশগ্রহণ করতে পারে যদি তারা পুরুষদের থেকে আলাদা দলে থাকে। নারীদের দলটি তখন তাদের চিন্তাভাবনা বড় দলে উপস্থাপন করতে পারে। এভাবে নারী এবং মেয়েদের দলটি একটি সমন্বিত দৃষ্টকর্মে তাদের কথা পুরো জনগোষ্ঠীর নিকট উপস্থাপন করতে সুযোগ পায়। নারী এবং মেয়েদের কঠন দৃষ্টি করার মাধ্যমে, এবং তাদের নেতৃত্বসুলভ দক্ষতা তৈরি করার মাধ্যমে পুরো জনগোষ্ঠীকেই শক্তিশালী করা যায়।



আপনি যদি কোন সমস্যার সমাধান করতে চান, তবে ঐ সমস্যাভুক্ত জনগণের সাথে কাজ করুন।

পরিচালিত আলোচনা

একটি স্বাস্থ্য সমস্যার বিষয়ে মতৈক্য আনতে, জনগণের একে অপরের সাথে কথা বলা দরকার। একটি পরিচালিত আলোচনাই হলো একটি উপায় যার মাধ্যমে জনগণের একটি দল একে অন্যের সাথে কাজ করতে পারে, এবং নির্দিষ্ট প্রশ্ন করা এবং তার উত্তর পেতে পারে। ‘কিন্তু কেন...?’ কার্যক্রম (পৃষ্ঠা ৭, ১২, ৩৮, ৪৮, এবং ৪২২ দেখুন) একধরনের পরিচালিত আলোচনা। আলোচনার জন্য অঙ্কন করা (পৃষ্ঠা ৫৯ এবং ২৬০ দেখুন) এবং দেহ মানচিত্রও (পৃষ্ঠা ২৬৬ দেখুন) পরিচালিত আলোচনার কয়েকটি ধরন।

যে ব্যক্তি আলোচনাগুলো পরিচালনা করে তাকে কখনো কখনো একজন সহায়ক বা সঞ্চালক বলে। একটি অংশগ্রহণকারীর তার সামর্থ্যমতে অংশগ্রহণ করা নিশ্চিত করতে এবং আলোচনা বা কার্যক্রম যাতে একটি কর্মোদ্যোগ-এর সৃষ্টি করে তা নিশ্চিত করায় সাহায্য করতে এই পুস্তকে উল্লেখিত সকল কার্যক্রমের জন্যই একজন সহায়ক প্রয়োজন।

এলাকা মানচিত্র

এলাকা মানচিত্র হলো একটি কার্যক্রম যাতে জনগণ তাদের এলাকার সম্পর্কে যা দেখে এবং জানে তার ভিত্তিতে একত্রে একটি মানচিত্র অঙ্কন করে। একটি এলাকা স্বাস্থ্য মানচিত্র তৈরি করে আপনি:

- স্বাস্থ্য সমস্যা কোথায় বিদ্যমান;
- ঐ সমস্যাগুলো কাদেরকে ক্ষতিগ্রস্ত করে;
- কিভাবে এই স্বাস্থ্য সমস্যা পরিবেশের অবস্থার কারণে হতে পারে তা জানতে পারেন।



কাগজের উপর কলম বা রং দিয়ে অথবা নুড়ি, কাঠি, এবং অন্যান্য যা পাওয়া যায় তা দিয়ে মাটিতে মানচিত্র তৈরি করুন।

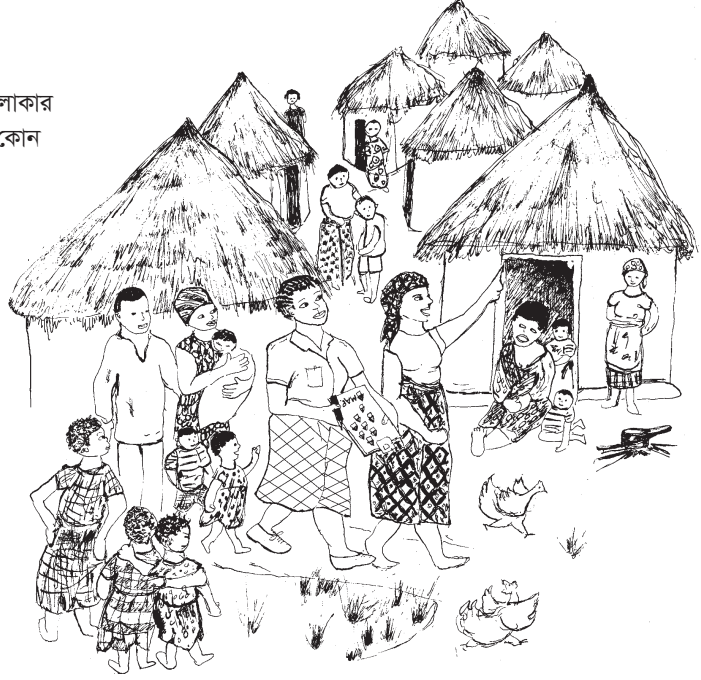
একটি মানচিত্র তৈরি করলে তা জনগণকে স্বাস্থ্য সমস্যার ধরন দেখতে, এই সমস্যাগুলোর মূল কারণ চিহ্নিত করা শুরু করতে, এবং এলাকার অবস্থা সময়ের আবর্তে কতোখানি পরিবর্তন হয়েছে তা দেখতে সাহায্য করতে পারে। একটি মানচিত্র জনগণকে এলাকার গুরুত্বপূর্ণ সম্পদ এবং সাথে সাথে তাদের শক্তি যা সম্পর্কে তারা নিজেরাই হয়তো সচেতন ছিল না তা চিহ্নিতকরণে সাহায্য করে। এবং গুরুত্বপূর্ণ ঐতিহ্যগত বা পূণ্য স্থান সংরক্ষণের একটি ধাপ হিসেবে মানচিত্র ব্যবহার করা যায়। (মানচিত্রের উদাহরণ-এর জন্য পৃষ্ঠা ৬৮, ১৬৪ এবং ৪৪৩ দেখুন।)

জনগণের চাহিদা কী তা বের করা

একটি এলাকায় কী ধরনের সমস্যা আছে এবং তা কিভাবে সবচেয়ে ভাল এগুলোর সমাধান করা যায় সেবিষয়ে জনগণের প্রায়ই ভিন্ন মত থাকে। বিদ্যমান সমস্যার পরিসর এবং সমস্যাগুলোর বিভিন্ন কারণ সম্পর্কে প্রত্যেককেই সচেতন করা, এবং কোন সমস্যাটির জন্য স্বল্প মেয়াদী এবং দীর্ঘ মেয়াদী কাজ করা প্রয়োজন তার সিদ্ধান্ত নেয়ায় সাহায্য করাকে অনেকসময় ‘চাহিদা নিরূপণ’ বলা হয়। (চাহিদা নিরূপণের কার্যক্রমের উদাহরণের জন্য পৃষ্ঠা ৭২, ১১০, এবং ২২১ দেখুন।) একটি ভাল চাহিদা নিরূপণ প্রক্রিয়া সকলের চাহিদা এবং সামর্থ্য পরিকল্পনার জন্য বিবেচনা করা নিশ্চিত করতে সাহায্য করতে পারে।

স্বাস্থ্য পদভ্রমণ

একটি স্বাস্থ্য পদভ্রমণের সময়ে জনগণ এলাকার দিকে ভালভাবে নজর দেয়। তারা এমন কোন জিনিস খুঁজে পেতে চায় যেগুলো হয়তো স্বাস্থ্য সমস্যার সৃষ্টি করছিল, যেমন একটি অনিরাপদ জলের উৎস, একটি দূষণকারী ব্যবসা, অথবা জ্বালানী কাঠের অভাব। যখন একটি দল হিসেবে স্বাস্থ্য পদভ্রমণ শেষ হয়, তখন জনগণ সমস্যার বিভিন্ন বিষয় সম্পর্কে যা জানে তা একে অন্যের সাথে আলোচনা করে। তারপরই তারা একত্রে এর সম্ভাব্য সমাধানের লক্ষ্য কাজ করতে পারে। যত বেশী লোক এতে যুক্ত হবে, তত ভাল। (স্বাস্থ্য পদভ্রমণের উদাহরণের জন্য পৃষ্ঠা ৩৯১ এবং ৪৪৩ দেখুন।)



সময়ের আবর্তে পরিবর্তন

একটি এলাকার সমস্যা এবং চাহিদা বোঝার আর একটি উপায় হলো এখন অবস্থা কেমন আছে এবং আগে অবস্থা কেমন ছিল তা তুলনা করা। তারপর ভবিষ্যতে আপনি কী দেখতে চান সেসম্পর্কে চিন্তা করুন। এটি করার একটি উপায় হলো আপনার এলাকার বয়ঃবৃদ্ধদের কাছ থেকে গল্প সংগ্রহ করা।

এই কার্যক্রমের নেতৃত্ব গ্রহণের জন্য এলাকার যুবাদের উৎসাহিত করার মাধ্যমে দুই প্রজন্মের মধ্যে সম্মান এবং সহমর্মিতা স্থাপন করতে সাহায্য করতে পারে। এর ফলে এলাকার ঐতিহ্য যা সকলেই ধরে রাখতে চায় তা বজায় রাখতে সাহায্য করে।

এলাকার একটি সময়চিত্র প্রজন্ম থেকে প্রজন্মে কিভাবে পরিবর্তন হয়েছে তা বুঝতে সহায়তা করে, এবং গুরুত্বপূর্ণ ঘটনা যেমন কোন সড়ক নির্মাণ করা হয়েছে, কোন কারখানা চালু করা হয়েছে, কোন বাঁধ দেয়া হয়েছে, ইত্যাদি বিবেচনা করতে সাহায্য করে। সময়ের আবর্তে মাঠ, খামার, বনাঞ্চল, বসতি, নদী এবং হ্রদ ইত্যাদির পরিবর্তনের ছবি বা মানচিত্রের মাধ্যমে এলাকার ইতিহাস সম্পর্কিত জ্ঞান সহভাগ করার আর একটি উপায় হলো পরিবেশগত পরিবর্তনের মানচিত্র।

অঙ্কন কার্যক্রম

অঙ্কন করে এবং সেগুলো দেখার মাধ্যমে সমস্যার সমাধান দেখতে আমাদেরকে সাহায্য করতে পারে যা আমরা অন্যথায় হয়তো দেখতে পারতাম না। একটি পরিচালিত আলোচনা শুরু করার জন্য অঙ্কন ব্যবহার করা যায়, এবং যারা ভালভাবে পড়তে এবং লিখতে পারেনা তাদের জন্য অঙ্কন একটি ভাল উপায় হতে পারে তাদের নিজেদেরকে প্রকাশ করা এবং দলীয় নেতৃত্বে অংশগ্রহণ করার জন্য। (অঙ্কনের উদাহরণের জন্য পৃষ্ঠা ৫০, ৫৪, এবং ২৭৫ দেখুন।)

কোন কোন এলাকার জনগণ একত্রে কাজ করে কোন ভবনের দেয়ালে উপর অঙ্কন করে (প্রাচীরচিত্র) যাতে তাদের সমস্যা প্রকাশ পায় এবং তারা একটি শ্রেয়, স্বাস্থ্যকর ভবিষ্যতের আশা করে। (জনশিক্ষার জন্য অঙ্কন করা এবং তা ব্যবহার করার ধারণা সম্পর্কে জানতে হেসপেরিয়ানের গ্রন্থ, স্বাস্থ্য কর্মীদের শিখতে সাহায্য করা দেখুন।)



এলাকা জরীপ

এলাকা জরীপ হলো সংগঠিতভাবে তথ্য সংগ্রহ করা। জনগণের কোন ধরনের স্বাস্থ্য সমস্যা আছে তা বের করতে, জনগণ যা চিন্তা করে বা বিশ্বাস করে তার সাদৃশ্য এবং বৈসাদৃশ্য বিবেচনা করতে, বা জনগণের জন্য বিভিন্ন পরিকল্পনা বা কর্মোদ্যোগ পরিমাপ করার জন্য এগুলো ব্যবহার করা যায়।

একটি জরীপে, একই প্রশ্ন একইভাবে অংশগ্রহণকারী সকল জনগণকে জিজ্ঞাসা করা হয়। জরীপ ঘরে বসে, কর্মস্থল, বিদ্যালয়, প্রার্থনা কেন্দ্রে, সমবেত হওয়ার অন্যান্য জায়গা, এমনকি টেলিফোনের বা ডাকের মাধ্যমেও করা যায়।

জরীপ সভায় বা অন্যান্য গণ অনুষ্ঠানে না এসেই জনগণকে তাদের চিন্তাভাবনাগুলো একত্রে অন্যান্যের সাথে সহভাগ করতে সুযোগ করে দেয়। যে সমস্ত ব্যক্তি এলাকার সিদ্ধান্ত গ্রহণ প্রক্রিয়ায় অংশগ্রহণ করতে ভয় পায় বা যাকে অংশগ্রহণ করতে অনুমতি দেয়া হয়নি তাদের জন্য জরীপ তাদের উদ্বিগ্ন এবং তাদের চিন্তাভাবনাগুলো বিবেচনায় আনার একটি উপায় হতে পারে। প্রায়শইই মানুষ কথা বলায় বেশী আগ্রহী হয় যদি নারীরা একটি জরীপ করে। (একটি গণ স্বাস্থ্য জরীপের উদাহরণের জন্য পৃষ্ঠা ৫০০ থেকে ৫০৫, 'তেল দ্বারা ক্ষতিগ্রস্ত জনগোষ্ঠী একটি স্বাস্থ্য অধ্যয়নের আয়োজন করে' দেখুন।)



থিয়েটার

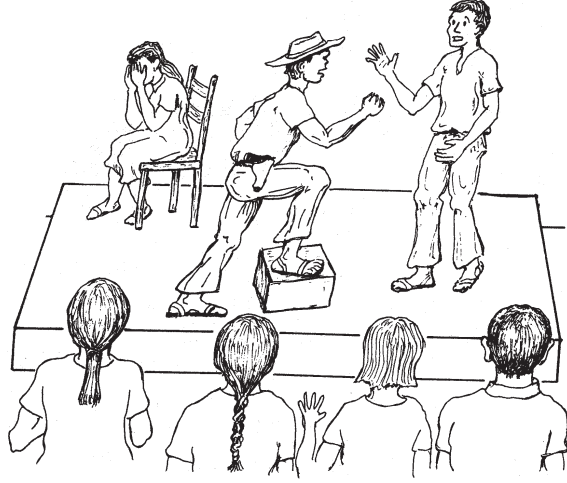
বিনোদন এবং রসিকতার সাথে সাথে সমস্যার বিশ্লেষণ করা এবং এর সমাধানের উপায় বের করার জন্য থিয়েটার একটি উপায়। জনগণ তাদের নিজেদের অভিজ্ঞতার অভিনয় করতে পারে এবং অন্যান্যদের অভিজ্ঞতার ব্যাপারে কল্পনা করতে পারে। কোন কোন বিষয় বা বিরোধ খুব সহজেই বিবেচনা করা যেতে পারে যদি তা অন্য কোন সময়ে বা অন্য কোন জায়গায় রূপদান করা হয়। (থিয়েটার ব্যবহারের উপায় জানতে পরবর্তী পৃষ্ঠা দেখুন।)

সামাজিক নাট্য

একটি সামাজিক নাট্য জনগণকে একটি সমস্যা তুলে ধরতে এবং এর কিছু কারণ ও প্রভাব তুলে ধরতে সুযোগ দেয়। পৃষ্ঠা ১৮৬ এবং ১৮৮-এ কিভাবে সামাজিক নাট্য বনসম্পদ নিয়ে একটি বিবাদের বিষয়ে কথা বলতে ব্যবহার করা হয়েছে তার উদাহরণ দেখুন।

সামাজিক নাট্য অনেক ধরনের আবেগের সৃষ্টি করতে পারে। কোন কোন গণসংগঠক জনগণকে দিয়ে সমবেত গান বা অন্য কোন 'সহযোগীমূলক' কার্যক্রম দিয়ে শেষ করতে চাইতে পারে।

মিথক্রিয়াশীল থিয়েটার হলো এক ধরনের সামাজিক নাট্য, যা প্রত্যেকে উপভোগ করে এবং অংশগ্রহণও করে। দর্শকদের মধ্যে থেকে যে কেউই একজন অভিনেতাকে খামতে বলতে পারে, এবং সেই অভিনেতার পরিবর্তে নিজেই সমস্যার বিভিন্ন সমাধান অভিনয় করে দেখাতে পারে। অল্প ক্ষমতা আছে বা কোন ক্ষমতাই নেই এধরনের ব্যক্তিদের ভূমিকায় পালা করে অভিনয় করার জন্য বিশেষভাবে এটি খুবই সাহায্যকারী।



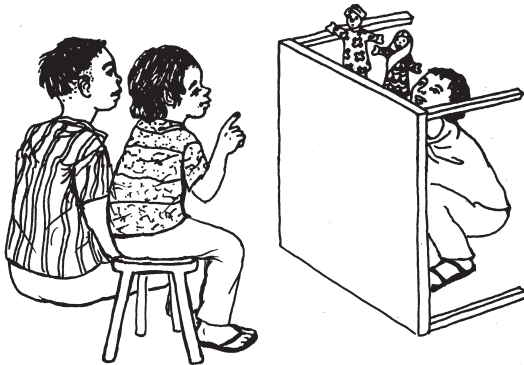
একটি গল্পকে সামাজিক নাট্যে পরিণত করা যায় যদি এতে কোন চরিত্রদান করা এবং একটি সমস্যার বিষয় উপস্থাপন করা যায়।

ভূমিকাভিনয়

একটি ভূমিকাভিনয় করার জন্য সামাজিক নাট্য করার মতো এতো প্রস্তুতি প্রয়োজন হয় না, এবং এটি কোন নির্দিষ্ট বিষয়ের ভিন্ন আঙ্গিক ব্যাখ্যা করতে বা বিবাদ মিমাসা করতে সাহায্য করে। জনগণ বাস্তব জীবনের বিভিন্ন ভূমিকা অভিনয়ের মধ্যে দিয়ে তারা কী করতো তা দেখায়। কেন মানুষ একটি নির্দিষ্ট ধারায় আচরণ করে তা বুঝতে আপনি একটি ভূমিকাভিনয় আলোচনা বা পুনরাভিনয় করতে পারেন।

ক্ষমতায় আসীন ব্যক্তির যেভাবে আচরণ করে তা মঞ্চে পরিবর্তন করা যথেষ্ট সহজ, কিন্তু বাস্তব জীবনে তা করা খুবই কঠিন। একটি নাট্য ব্যবহার করে আমরা কিভাবে আমাদের উপর ক্ষমতা ধারণ করে এরকম ব্যক্তিদের ব্যক্তিদের সাথে মিথক্রিয়া করি তা অনুশীলনের মাধ্যমে বাস্তব জীবনে

ক্ষমতাবানদের সাথে কিভাবে আচরণ করবো তার প্রস্তুতি গ্রহণ করতে সাহায্য করে।



পুতুল নাচ

একটি এলাকার বিবাদের গল্প অভিনয়ের মাধ্যমে দেখাতে পুতুল নাচ মানুষের পরিবর্তে পুতুল ব্যবহার করে থাকে। এগুলো জনগণকে হাসায়, এবং জনগণকে বিভিন্ন বিষয়গুলো এমনভাবে দেখতে সাহায্য করে যেভাবে তারা অভ্যস্ত না। কোন কোন ব্যক্তি মঞ্চে অভিনয়ের পরিবর্তে পুতুলের মাধ্যমে কথা বলতে স্বাচ্ছন্দ বোধ করে।

কখন কোন কার্যক্রম ব্যবহার করতে হবে তার নির্দেশিকা

এই গ্রন্থে উল্লেখিত কার্যক্রমগুলো বিভিন্ন অধ্যায়ে আলোচনা করা নির্দিষ্ট পরিবেশ স্বাস্থ্য বিষয়ে অনুসন্ধান করার জন্য বেশ ভাল। এবং এগুলো আপনার লক্ষিত জনগোষ্ঠীকে সংগঠিত করার সময় আপনাকে সামনের দিকে অগ্রসর হতে সাহায্য করতে পারে। এগুলো:

- সমস্যা সমাধানে বা কোন একটি নির্দিষ্ট বিষয়ে কথোপকথন শুরু করতে সাহায্য করতে পারে। (পৃষ্ঠা ৫৯, ৬৯, ৭২, ২৬০, এবং ৪৬৮ দেখুন)।
- একটি দলকে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করতে অথবা বিভিন্ন প্রয়োজন এবং বিভিন্ন সুযোগের একটি বেছে নিতে সাহায্য করে (পৃষ্ঠা ১৩৮ এবং ১৯১ দেখুন)।



- তথ্য সংগ্রহ করতে, অর্জিত জ্ঞান অন্যের সাথে সহভাগ করতে, এবং আমরা যেভাবে আমাদের পরিবেশকে এবং নিজেদেরকে দেখি তা পরিবর্তন করতে সাহায্য করে (পৃষ্ঠা ৫০, ৫৪, ৯০, ৩৯১, এবং ৪৪৩ দেখুন)।
- নতুন ধারণা শিখতে, যে ধারণাগুলো আমরা ইতোমধ্যেই জানি তা পুনরায় শিখতে বা পুরোনো ধারণা নতুন করে শিখতে সাহায্য করে (পৃষ্ঠা ১৫৮, ২৮৪, ২৮৯, ৩৩৬, এবং ৫১৪ দেখুন)।
- একটি নির্দিষ্ট সমস্যা সমাধান করতে সমাবেশকরণে সাহায্য করে (পৃষ্ঠা ১১০, ১৬৪, ২২১, এবং ২৭৫ দেখুন)।
- কঠিন ধারণা শিখতে বা বিবাদ সম্পর্কে বুঝতে এবং তার সমাধান করতে সাহায্য করে (পৃষ্ঠা ১১০ এবং ১৮৬ দেখুন)।

কোন কোন কার্যক্রম একত্রে ব্যবহার করা যায়, যেমন একটি স্বাস্থ্য পদভ্রমণের সময় বা তারপর এলাকা মানচিত্র তৈরি করা যায়, অথবা একটি চাহিদা নিরূপণের অংশ হিসেবে ভূমিকাভিনয় ব্যবহার করা যায়। সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ হলো যে কার্যক্রমগুলো জনগণকে তথ্য সমাবেশ করতে, অর্জিত জ্ঞান সহভাগ করতে, এবং সহমর্মিতা দৃঢ় করতে সহায়তা করে। এটি তাদেরকে সমাবেশকরণ, ক্ষমতায়ন, এবং জনগোষ্ঠীর স্বাস্থ্য সমস্যার মূল কারণগুলো সমাধান করতে সহায়তা করবে।

