2

برادريءَ جي صحت سمجهڻ ۽ ان کي زور وٺرائڻ

Understanding and Mobilizing for Community

هن باب ۾:	صفحو
ماحولياتي صحت لاءِ متحرڪ ڪرڻ	12
تبديليءَ ۾ وقت لڳي ٿو	13
سڪڻ ۽ متحرڪ ڪرڻ جون سرگرميون	14
عورتن کي اظهار جي آزادي گهرجي	14
رهنما بحث	15
وسنديءَ جو نقشو ٺاهڻ	15
ڪنهن وسنديءَ جون گهرجون ڄاڻڻ	15
هيلٿ واڪ	16
وقت سان گڏ تبديلي	16
ڊرائنگ رستي سرگرميون	16
وسنديءَ جي سروي	17
ٿيئيٽر / ناٽڪ	17
ڪهڙي سرگرمي ڪڏهن ڪجي	19

برادريءَ جي صحت کي سمجهڻ ۾ انکي زور وٺرائڻ

جڏهن گلوريا ۾ ٻين صحت سڌارڪن ڏٺو تہ مانگلاراالتو ۾ پرپاسي جي وسندين ۾ گهڻا ماڻهو بيمار ٿي رهيا آهن تہ هو هڪدم سمجهي ويا تہ ان جو ڪارڻ تہ ڪالرا/ ويا آهي. برادريءَ ۾ ڪالرا جو ڪارڻ ماحولي هو يعني تہ ڪنو پاڻي واپرائڻ. صحت سڌارڪن ۾ صحت سکيا ڏيندڙ ڳوٺاڻن، گهر گهر وڃي هر هڪ کي ڪالرا بابت سکيا ۾ ان لاءِ اپائن جا ڏَس ڏيڻ لڳا. هڪ ڀيرو جڏهن بنيادي اپائن وٺڻ سان ڳوٺاڻن کي فائدو ٿيو تہ منجهن اهڙو ويساهہ جاڳي پيو جو برداريءَ، ڪالرا جي بنيادي سببن ۾ صحت جي ٻين مسئلن ڏانهن بہ ڌيان ڏيڻ شروع ڪيو.

اصل سببن سمجهڻ لاءِ برادريءَ جي شامل ٿيڻ ۾ سکيا ڏيڻ سان برادري، ماحولي صحت ۾ ڪيترائي سڌارا ۾ واڌارا آڻڻ ج ي شروعات ڪري سگهي. اهڙي هر سڌاري سان گڏ، ڳوٺاڻن ۾ وڏو ويساه پيدا ٿيو تہ منجهن پنهنجين زندگين سنوارڻ ۾ سڌارڻ جو گڻ موجود آهي.

صحت جي ڪنهن بہ مسئلي جو ڪارڻ ۾ بڻ بنياد سمجهڻ لاءِ ضروري ٿئي ٿو تہ، ڪيترائي سوال پڇيا وڃن ۾ مختلف طريقن سان معلومات گڏ ڪئي وڃي. ورلي، برادريءَ ۾ زبردست جهيڙا بہ ٿين ٿا جن کي نبيرڻ لاءِ وڏيون ڪوششون ڪرڻيون ۾ بحثن جو هڪ ڊگهو سلسلو شروع ڪرڻو پوي ٿو. جيئن تہ، هر برادري تبديليون آڻڻ لاءِ ان جا مختلف طريقا استعمال ڪري ٿي ۾ جيئن جيئن منظم ٿئي ٿي تہ مختلف سرگرميون ڪري ٿي. جڏهن تہ "لوڪ صحت" جي تجربن مان اهڙا ڪجهہ مثال ملن ٿا تہ، ڪيئن نہ برادري ماحولي صحت جي مسئلن جي بنيادي سببن کي سمجهي انهن کي تبديل ڪرڻ لاءِ ڪم ڪري سگهي ٿي.

ماحولي صحت لاءِ متحرڪ ڪرڻ

ڪيترن سالن جي غربت ۽ نڌڪاٽيءَ سبب اڪوئيڊور جي ساموندي ٽڪرين جا رهواسي، مايوس ۽ نا اميد ٿي پيا هيا. ڪين سمجهہ ۾ نٿي آيو تہ هو پنهنجي اوکي زندگيءَ کي ڪيئن سڌاري سگهندا. سندن حال ايترو هيٺو هو جو سندن ڪنهن بہ رٿا يا بهتر آئيندي تان ويساهہ ئي کڄي ويو هو.

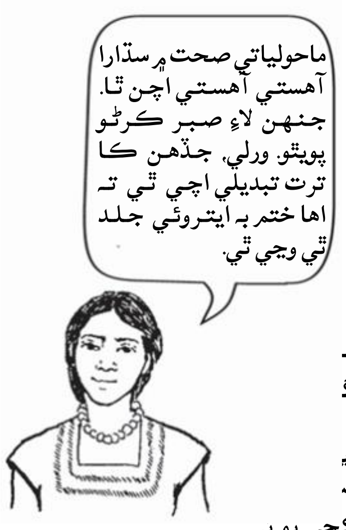
صحت جي پيدا ٿيندڙهن اوچتي مسئلي، ڪالرا جي حل لاءِ ڪم ڪندي گلوريا ۽ هيلٿ ورڪرن ڪيترن ماڻهن جون زندگيون بچايون. صحت سڌارڪن، مقامي تنظيمن ۽ ڳوناٽن جي هن وبا کي روڪڻ جي سوڀ ڳوناٽن کي ايترو تہ متحرڪ ۽ متاثر ڪيو جو هو ٻين مسئلن کي ختم ڪرڻ لاءِ بہ سندرو ٻڌي بيٺا. جڏهن وڏي طوفان سندن سڄي محنت تي پاڻي ڦيري ڇڏيو هو تہ هو وري بہ هڪ ٻيرو پاڻکي منظم ڪرڻ ۽ طوفان جي تباهيءَ کانپوءِ بحال ٿيڻ ۾ ڪامياب ٿيا هئا. ان ڪانپوءِ هو ٻين مسئلن کي حل ڪرڻ لائق ٿيا هئا. جيئن جيئن سندن برادرين کي تندرست ڪرڻ جون ڪوششون جاري آهن، تيئن تيئن هو موجوده حالتن ۾ بہ سڌارا واڌارا آڻي هڪ بهتر مستقبل لاءِ ڪم ڪري رهيا آهن.

بنيادي ڪارڻن کي سمجهڻ

صحت جا مسئلا ڪيترن ئي ڪارڻن سبب پيدا ٿي سگهن ٿا:

جيوڙا، زهريلا ڪيميائي مادا، حادثا، بک ۽ شديد گرمي يا سردي وغيره سڀ هڪدم بيمار ڪندڙ ڪارڻن جا مثال آهن. جيتوڻيڪ جلد بيمارين پيدا ٿيڻ جا ڪيترائي ڪارڻ آهن پر تنهن هوندي بہ انهن جا ڪي بنيادي سبب پڻ ٿين ٿا.

بنيادي سببن سمجهڻ سان اسانکي اها ڳالهہ سمجهڻ ۾ سجاڳڻ ۾ مدد ملي ٿي تہ دائمي طور تي انهن جي حل لاءِ ڪهڙا اپاءَ وٺي سگهجن ٿا. توهان سمجهي سگهو ٿا تہ "پر ڇو؟" سرگرمي رستي جيئن گلوريا ڪئي (ڏسو ص. 7) ماڻهن کي اها ڳالهہ سمجهڻ ۾ مدد ملي ٿي تہ ڪيئن نہ هڪڙو مسئلو ٻين ڪيترن ئي مختلف بنيادي ڪارڻ سان لاڳاپيل ٿي سگهي ٿو.



تبديليءَ ۾ وقت لڳي ٿو

ماحولي صحت ۾ سڌارو ترت نٿو اچي. مانگلارالٿو ۾ هيلٿ ورڪرن سڀ
کان پهرين نمڪول يا او آر ايس رستي ماڻهن جو علاج ڪيو ته ساڳئي
وقت صاف پاڻي مهيا ڪري بيماريءَ کي به روڪيو. ان ڪانپوءِ هنن برادريءَ
کي منظم ڪري پاڻيءَ جا نوان سنجت تيار ڪيا ۽ ڪڏن وارا ڪاڪوس
ٺاهيا ته جيئن اڳتي ڪالرا ٿي نه سگهي. پر هوا ها ڳالهه. ان تيز طوفان
ڪانپوءِ ئي سمجهي سگهيا ته سندن آندل واڌارن ۽ سڌارن جي لڙهي وڃڻ
جو اصل ڪارڻ زمين جي **ڪاٽ ۽ وڻن جو وڍي ڇڏڻ** (deforestation) هيو. ڪ
بنيادي ڪارڻن سمجهڻ جي ضرورت به هئي ته جيئن جٽادار تبديليون آڻي سگ

ورلي، اسانکي لازمي طور تي ڪوشش ڪرڻي پوي ٿي ۽ ڪنهن به ڪاميابي
ڪرڻ کان اڳ ۾ اسان ڪيترا ڀيرا ناڪام به ٿيون ٿا. عام طور تي رڳو اهو ڏس
ته ڪهڙي ڳالهه اثرائتي ۽ ڪارائتي ثابت ٿي نٿي سگهي. جنهن مان اهو سکجي ٿو ته
ڪهڙي ڳالهه ڪرڻي آهي ۽ ڇو؟ ان ڪري ماحولي صحت سڌارڻ ۾ وقت لڳي ٿو. ڇاڪاڻ جو ان لاءِ عام طور تي
هيٺين چئن مختلف قسمن جي تبديلين جي گهرج ٿئي ٿي:

- پاڻيءَ جو سرشتو/ سنجت، وسنديون يا اهڙيون ٻيون بنيادي جوڙجڪن واريون شيون جيڪي اسان پنهنجي لاءِ اڏيون ٿا انهن ۾ سڌارا آڻڻ (**بنيادي جوڙجڪ** infrastructure)
- پنهنجي استعمال /کپت لاءِ جيڪي شيون خريد ڪريون ٿا جهڙوڪ: چشڪيدار کاڌو (junk food)، صفائي ڪرڻ جا زهريلا ڪيميائي مادا يا اهڙيون شيون جيڪي پلاسٽڪ ۾ ويڙهي وڪرو ڪيون وڃن ٿيون اهي وٺڻ کان انڪار ڪرڻ (**کپت** consumption)
- پنهنجين عادتن / سڀائن يا ورتاءُ ۾ تبديلي آڻڻ جهڙوڪ: باقاعدگيءَ سان هٿ ملي صاف ڪرڻ، گند ڪچري کي الڳ ڪرڻ ته جيئن وڌيڪ شيون ٻيهر استعمال جوڳيون بڻائي/ ريسائيڪل ڪري سگهجن يا نون طريقن سان فصل اپائڻ (**ورتاءُ** behavior)
- مقامي ماڻهن، ڪارپوريشنن / ادارن، مرڪزي حڪومت ۽ جن وٽ فيصلن ڪرڻ جو اختيار آهي ۽ اهي ماحول تي اثرانداز ٿيندڙ آهن، انهن جي **سياسي سوچ** (سياسي political) ۾ تبديلي آڻڻ.

انهن سڀني تبديلين آڻڻ ۾ وقت لڳي ٿو ۽ اهي هڪبئي تي اثر انداز ٿين ٿيون.

نوجوانن سان گڏجي ڪم ڪرڻ

ان ڳالهه جي پڪ ڪرڻ ته، ايندڙ تبديلي جٽائدار ثابت ٿيندي نوجوانن سان گڏجي ڪم ڪريو. ڇو ته، هو جيڪي ڪجهه سکندا ۽ سمجهندا ان تي آئيندي لاءِ به عمل ڪندا رهندا. اسان مان هر هڪ کٽي ڪيتري به ڇمار جو ڇو نه هجي، نوجوانن جو سياءُ اختيار ڪري سگهي ٿو يعني ته، سدائين سکڻ ۽ نئين شين اختيارڻ لاءِ تيار هجڻ.

جيڪڏهن اسان دنيا ۾ تبديلي ڏسڻ چاهيون ٿا ته ان لاءِ لازمي طور تي اسان کي تبديل ٿيڻو پوندو.

سکڻ ۾ متحرڪ ڪرڻ جون سرگرميون

گڏيل سرگرمين رستي، ماڻهن کي صحت جي مسئلن جا بنيادي ڪارڻ سمجهائڻ ۾ تبديليءَ لاءِ رٿائون تيار ڪرڻ ۾ مدد ملي سگهي ٿي. ان لاءِ توهانکي کهڙين سرگرمين ڪرڻ جي ضرورت آهي، ان جو مدار هن ڳالهه تي ٿئي ٿو ته توهان ڇا ڇا ڄاڻڻ چاهيو کهڙين ڳالهين ڪرڻ جي اميد رکو ٿا ۽ توهان وٽ کهڙن قسمن جا وسيلا موجود آهن. اهڙين سرگرمين رستي توهان:

- ماڻهن کي هڪ هنڌ گڏ ڪري گڏيل عام مسئلن جي سڃاڻپ ڪري سگهو ٿا.
- ڏسو ته ماڻهو وڌ ۾ وڌ کهڙي گهرج محسوس ڪن ٿا.
- ڄاڻ رکو ته، صحت جو مسئلو يا مسئلا کهڙن سببن ڪري پيدا ٿين ٿا.
- مسئلن جي ڇنڊڇاڻ ڪري انهن جا ترت ۽ بنيادي ڪارڻ لهو.
- برادريءَ جي هر فرد جو خيال/ ويچار ٻڌو. اهڙي رٿا ڪڏهن به ڪامياب ٿي نه سگهندي جنهن ۾ ڪن ٽولين يا خيالن کي نظرانداز ڪيو ويندو هجي!

ماحولي صحت سدائين راڄن/ برادريءَ جو مسئلو رهيو آهي ۽ انجي سڌاري واڌاري لاءِ ماڻهن جي گڏجي ڪم ڪرڻ جي گهرج ٿئي ٿي. پوءِ پلي ته اهڙو مقصد ڪنهن وبا کي ختم ڪرڻ جو هجي، برادريءَ لاءِ باغيچو هٽڻ هجي، ڪنهن ڪارخاني جي ويجهو رهندڙ ماڻهن يا ڪاٽين ۾ ڪم ڪندڙن جي صحت سڌارڻ ۽ سلامتيءَ لاءِ ڪم ڪرڻو هجي يا اهڙن ڪن ٻين ماحولي صحت جي مسئلن کي ڏسڻو هجي. جيترن گهڻن ماڻهن ۾ اهڙي مسئلي کي حل ڪرڻ لاءِ ساڳئي سوچ هوندي ۽ ان کي حل ڪرڻ لاءِ گڏيل جذبو هوندو اهي اوترا وڌيڪ ڪامياب ٿي سگهندا.

عورتن کي اظهار جي آزادي گهرجي

ڪن برادرين جي عورتن ۽ نينگرين جو اهڙين منظم سرگرمين ۾ شامل ٿيڻ جو تڏهن وڌيڪ امڪان ٿئي ٿو جڏهن اهي مردن کان الڳ پنهنجي هڪ نويڪلي ٽوليءَ /گروپ ۾ هجن ٿيون. اهڙين عورتن جو گروپ پوءِ پنهنجن خيالن جو اظهار هڪ وڏي گروپ سان ڪري ٿو. ان طريقي سان عورتن ۽ نينگرين کي سڄي راڄ آڏو هڪ گڏيل ۽ اثرائتي طرح سان ڳالهائڻ جو موقعو ملي ٿو. عورتن ۽ نينگرين جي آواز کي سگهائتي ۽ اثرائتي بڻائڻ ۽ منجهن قيادت جا گڻ پيدا ڪرڻ سان سڄي برادري سگهاري ٿي وڃي ٿي.

جيڪڏهن توهان ڪو مسئلو حل ڪرڻ گهرو ٿا ته ان مسئلي سبب متاثر ٿيندڙ ماڻهن سان گڏجي ڪم ڪريو.

رهنما بحث

صحت جي مسئلن بابت هڪ گڏيل سوچ هجڻ لاءِ ماڻهن کي هڪٻئي سان ڳالهائڻ / خيالن جي ڏي وٺ ڪرڻ جي ضرورت ٿئي ٿي. رهنمائي وارو بحث بہ ماڻهن جي ٽولين لاءِ هڪ اهڙو رستو ٿئي ٿو تہ اهي هڪٻئي سان ڳالهيون ٻولهيون ڪري، مخصوص سوال پڇي ۽ انهن جا جواب ڏيئي سگهن. جڏهن تہ "پر ڇو؟" سرگرمي (ڏسو ص. 7، 12، 38، 48 ۽ 422) بہ هڪ اهڙي قسم جو رهنمائيءَ وارو بحث آهي. بحث لاءِ ليڪيل چٽ / تصويرون (ڏسو ص. 59 ۽ 260) ۽ جسماني نقش (body mapping) (ڏسو ص. 266) بہ هڪ قسم جا رهنمائيءَ وارا بحث آهن.

بحث ۾ رهنمائي ڪندڙ فرد کي ورلي سهولتڪار / سوڪائو/ فئسيليٽيٽر (facilitator) يا ائنيمئٽر (animator) جي نالي سان سڏجي ٿو. هن ڪتاب ۾ ڏنل سڀني سرگرمين ڪرائڻ لاءِ هڪ سونهين/ رهنما جي ضرورت ٿئي ٿي تہ جيئن اها پڪ ڪري سگهجي تہ هر فرد پنهنجي ڀرپور صلاحيت سان حصو وٺي ۽ بحث ڪري يا سرگرمي عملي روپ وٺي سگهي ٿي.

هين سان ڪاغذن تي نقشا ناهيو يا رنگ سان چٽيو يا زمين تي ڪاٺيءَ سان يا ڪنهن ٻئي شئي سان جيڪا ملي سگهي

وسنديءَ جو نقشو

سڄي وسندي جو نقشو ناهڻ / نقشڻ يا ليڪڻ (mapping) بہ هڪ اهڙي سرگرمي آهي، جنهن هيٺ ماڻهو گڏجي پنهنجي وسنديءَ ۾ جيڪي ڪجھ ڏسن ۽ ان بابت ڄاڻن ٿا ان جو هڪ نقشو ڪين ٿا. پنهنجي وسنديءَ جي صحت جي نقشو ناهڻ سان توهانکي اها خبر پئجي سگهي ٿي تہ:

- **ڪٿي ۽ ڪهڙن** هنڌن تي صحت جا ڪهڙا مسئلا آهن.
- **ڪير** اهڙن مسئلن جو متاثر ٿيندڙ آهي.
- **ڪيئن** ماحولي حالتن سبب صحت جا اهڙا مسئلا ٿي سگهن ٿا.

نقشي ناهڻ سان ماڻهن کي صحت جي مسئلن جي طرز/ نمونن ڏسڻ، انهن جي بنيادي مسئلن جي سڃاڻپ ڪرڻ ۽ اهو ڏسي سگهڻ تہ سڄيءَ وسنديءَ ۾ وقت سان گڏ، حالتون ڪيئن تبديل ٿيون آهن مدد ملي سگهي ٿي. نقشي جي مدد سان ماڻهن کي پنهنجي وسنديءَ جي اهم وسيلن ۽ موجود سگھہ جيڪا ممڪن آهي تہ منجهن موجود هجي محسوس ڪرڻ ۾ مددگار ٿئي ٿي. ان ڪانسواءِ نقشا اهم ثقافتي يا پوتر جاين جي بچائڻ لاءِ بہ هڪ وک ٿي سگهي ٿي. (نقشن لاءِ مثال طور ڏسو ص. 68، 164 ۽ 444).

ڪنهن وسنديءَ جون گهرجون ڄاڻڻ

ماڻهن کي پنهنجين وسندين جي مسئلن ۽ انهن کي بهتر نموني نبيرڻ بابت مختلف ويچار ٿين ٿا. هر هڪ فرد کي موجود مسئلن جي گهرائپ ۽ ان جي مختلف سببن بابت سُڄاڻ ڪرڻ ۽ ماڻهن کي ان فيصلي ڪرڻ ۾ مدد ڪرڻ تہ ڪهڙا عارضي ۽ ڪهڙا دائمي بنيادن تي حل ڪجن انکي ورلي، گهرجون ڄاڻڻ / ضرورتون لهڻ (need assessment) سڏجي ٿو (گهرجون ڄاڻڻ جي سرگرمين لاءِ ڏسو ص. 72، 110 ۽ 221). گهرجن کي بهتر نموني سمجهڻ جو عمل اها پڪ ڏئي ٿو تہ، هر هڪ جي ضرورتن ۽ لياقتن جو رٿابنديءَ ۾ ذڪر ڪيو ويو آهي.

هيلٿ واڪ

هيلٿ واڪ (health walk) دوران ماڻهو پنهنجي وسنديءَ کي ڏيان سان ڏسن ٿا. ڪوشش ڪري اهڙين شين ۽ ڳالهين ڄاڻڻ جي ڪوششون ڪن ٿا، جيڪي صحت جا مسئلا پيدا ڪندڙ ٿي سگهن ٿيون جهڙوڪ: پاڻيءَ جو ڪو اهڙو وسيلو جيڪو صاف نہ هجي، ڪو اهڙو ڪاروبار جيڪو گند غلاظت پيدا ڪندڙ هجي يا ٻارڻ جو نہ هجڻ. جڏهن هيلٿ واڪ، هڪ ٽوليءَ جي صورت ۾ ڪ تہ ماڻهو ڪيترين اهڙين مختلف ڳال هڪٻئي سان ذڪر ڪن ٿا جيڪي ڪندڙ ٿي سگهن ٿيون پوءِ هو گڏ ممڪن اپائن لاءِ ڪم ڪري سگهن گهڻا ماڻهو هيلٿ واڪ ۾ شامل ٿين ٿيا اوترو بهتر ٿئي ٿو (مثال طور، هيلٿ واڪ لاءِ ڏسو ص. 391 ۽ 443)

وقت سان گڏ تبديلي

ڪنهن وسنديءَ جي مسئلن ۽ گهرجن کي سمجهڻ جو هڪ ٻيو طريقو هي بہ آهي تہ موجوده حالتن کي اڳوڻين حالتن سان ڀيٽي ڏسو. پوءِ سوچي ڏسو تہ اهي توهان، مستقبل ۾ ڪيئن هجڻ پسند ڪندو. ان جو هڪ طريقو هي بہ ٿي سگهي ٿو تہ پنهنجي برادريءَ جي وڏڙن کان گذريل زماني جون اهڙيون ڳالهيون پڇي ڏسو.

برادريءَ جي نوجوانن کي اهڙن ڪمن/سرگرمين جي سرواڻي ڪرڻ لاءِ همٿائڻ سان عزت ٿئي ٿي ۽ مختلف نسلن وچ ۾ اعتماد وڌي ٿو. ساڳئي وقت برادرين جون اهي ريتون رسمون بہ قائم دائم رهن ٿيون جيڪي هر ڪو برقرار رکڻ چاهي ٿو.

برادريءَ جي هڪ سلسليوار تاريخ (timeline) جوڙڻ رستي ماڻهن کي اها ڳالهہ سمجهڻ ۾ مدد ملي سگهي ٿي تہ هڪ پيڙهي کان ٻئي پيڙهيءَ تائين ڪيئن تبديليون آيون آهن ۽ ڪي اهم ڳالهين جهڙوڪ: ڪنهن ڪارخاني جي لڳڻ، روڊ جي ٺهڻ ۽ ڪنهن ڊئم جي اڏجڻ وغيره ڏانهن ڌيان ڏيڻ. ماحولي تبديلين جو نقشڻ بہ هڪ اهڙو ٻيو رستو آهي، جنهن سان برادريءَ جي تاريخ کي تصويرن يا وقت جي رفتار سان گڏ زمينن، پوکن، ٻيلن، نئين آبادين، دريائن ۽ ڍنڍن بابت معلومات ڏئي سگهجي ٿي (مثال طور، ڏسو ص. 164).

ڊرائنگ رستي سرگرميون

ڊرائنگون يا خاڪا ٺاهڻ ۽ انهن کي ڏسڻ سان اهڙن مسئلن جا حل ڳولهڻ ۾ مدد ملي سگهي ٿي جيڪي شايد تہ هونئن اسان ڏسي نہ سگهون. ڊرائنگون استعمال ڪري بحث شروع ڪرائي سگهجن ٿا تہ ڊرائنگون اهڙن ماڻهن لاءِ اظهار جو هڪ طريقو بہ ٿي سگهن ٿيون جيڪي سٺيءَ طرح سان لکي پڙهي نٿا سگهن ۽ نہ ئي گروپ ليڊرشپ ۾ شامل ٿي سگهن ٿا (ڊرائنگ جي مشغولين لاءِ ڏسو ص. 50، 54 ۽ 275).

کي برادريون گڏجي عمارتن جي پٺين تي ڊرائنگون ڪڍن ٿيون، جيڪي سندن مسئلن جو اظهار ڪن ۽ بهتر آئيندي لاءِ چڱائيءَ جي اميد ٿين ٿيون (برادرين جي تعليم لاءِ ڊرائنگون ٺاهڻ ۽ استعمالڻ لاءِ ڏسو هيسپيرئين جو ڪتاب Helping Health Workers Learn

وسنديءَ جي سروي

سڌاءَ سان معلومات گڏ ڪرڻ جو هڪ طريقو راڄ/ برادريءَ جي پڙتال/ سروي ڪرڻ بہ آهي. جنهن رستي اهو ڏسي سگهجي ٿو تہ ماڻهن جي صحت جا ڪهڙا مسئلا آهن. ماڻهن جي سوچن ۽ ويساهن / عقيدن ۾ هڪجهڙائين ۽ فرقن کي ڌيان ۾ رکڻ يا مختلف رٿائن لاءِ سهائتا ڪرڻ يا برادريءَ جي عملن جي تور تڪ ڪرڻ.

اهڙي سروي ۾ شامل ٿيندڙ سڀني ماڻهن کان ساڳي قسم جا سوال ساڳي نموني پڇيا وڃن ٿا. سروي گهرن، ڪم جي جاين، اسڪولن، عبادت گاهن، گڏجاڻين وارن هنڌن، ٽيليفون يا ٽپال رستي بہ ڪري سگهجي ٿي.

سروي/ پڙتال ڪرڻ سان ماڻهن کي خانگي طرح سان پنهنجن خيالن ظاهر ڪرڻ جو موقعو ملي ٿو ان لاءِ ڪين ميٽنگن ۾ اچڻ يا ٻين عوامي ڳالهين ۾ شامل ٿيڻو بہ نٿو پوي. ايئن اهي ماڻهو بہ شامل ٿي سگهن ٿا جيڪي ڊپ ۾ رهن ٿا يا جن کي برادريءَ جي فيصلن ۾ شامل ٿيڻ نٿو ڏنو وڃي تن جي خيالن ۽ گمانن تي بہ سوچيو وڃي. عام طور تي ماڻهو ڳالهائڻ تي تڏهن وڌيڪ راضي ٿين ٿا جڏهن عورتون پنهنجا مشاهدا ٻڌائين ٿيون. (برادريءَ جي هيلٿ سروي لاءِ ڏسو ص. 500 کان 505 "تيل سبب متاثر ٿيندڙ برادريون صحت جو اڀياس ڪرائين ٿيون)".

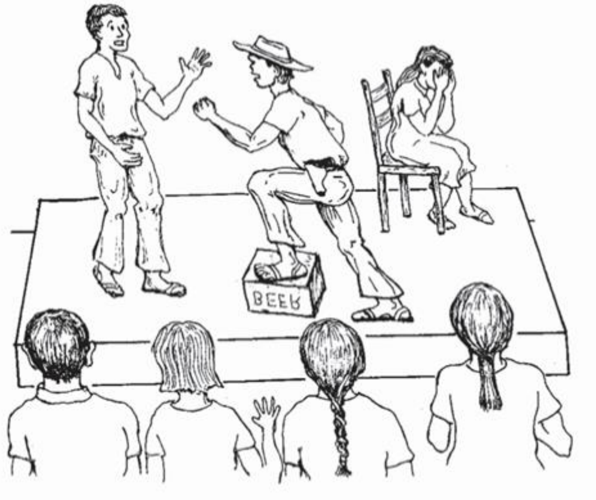
ٿيئيٽر / ناٽڪ

ناٽڪ ڪرڻ بہ هڪ اهڙو طريقو آهي، جنهن سان مسئلا سمجهي، انهن جا اپاءَ لهي تہ ساڳئي وقت ماڻهن کي وندرائي بہ سگهجي ٿو. ماڻهو پنهنجا تجربا، اداڪاري رستي پيش ڪري ۽ ٻين جي تجربن کي تصورن طور پيش ڪري سگهن ٿا. ڪن مسئلن ۽ جهيڙن تي ويچارڻ سولو ٿئي ٿو جيڪڏهن اهي ڪنهن ٻئي زمان ۽ مڪان ۾ پيش ڪيا وڃن (ايندڙ صفحي تي ناٽڪن استعمال ڪرڻ لاءِ ڏسو طريقا).

سماجي ڊراما

سماجي ڊرامي (sociodrama) ۾ ماڻھو اداڪاريءَ رستي سماجي مسئلا، انھن جا ڪجھ ڪارڻ ۽ اثر پيش ڪري سگھن ٿا. ھڪ اھڙو سماجي ڊرامي رستي ٻيلن جي وسيلن تي ھلندڙ جھيڙي جو مثال ص. 186 ـ 188 تي ڏنو ويو آھي.

سماجي ڊرامي رستي ڪيتروئي جوش جذبو پيدا ڪري سگھجي ٿو. ڪيترا منتظمين اھو ئي پسند ڪن ٿا ته آخر ۾ ماڻھو گڏجي ڪو گيت ڳائين يا اھڙي ڪا ٻي "گڏيل" سرگرمي ڪن.



ڪنھن به ڳالھ کي سماجي ڊرامي جي صورت ۾ پيش ڪري سگھجي ٿو بشرطيڪ ان ۾ ڪردار ۽ مسئلا پيش ڪجن.

گڏيل ڊرامو به ھڪ اھڙو سماجي ناٽڪ آھي، جنھن ۾ ھر ھڪ ڊرامو ڏسي به ٿو ته ان ۾ شريڪ به ٿئي ٿو. ڏسندڙن مان ڪو به فرد اداڪاري ڪندڙن کي اداڪاري بند ڪرڻ لاءِ چئي ان جي جاءِ تي پاڻ وڃي ان مسئلي جو ڪو مختلف اپاءُ اداڪاري ڪري ٻڌائي سگھي ٿو. اھا ڳالھ خاص طور تي اھڙيءَ صورتحال ۾ ڪرڻ مددگار ٿئي ٿي، جڏھن ڪنھن اھڙي فرد جي ڳالھ ڪري ٿو جيڪو گھٽ طاقت رکندڙ يا بلڪل بي وس ٿئي ٿو.

ڪردار ادا ڪرڻ

ڪنھن ڪردار ادا ڪرڻ لاءِ ايتري گھڻي تياري ڪرڻي نٿي پوي، جيتري ڪنھن سماجي ڊرامي لاءِ ڪرڻي پوي ٿي ۽ ان رستي مختلف نظريا / ويچار بيان ڪري سگھجن ٿا يا جھيڙا جھڳڙا نبيري سگھجن ٿا. ماڻھو اصل زندگيءَ جا مختلف ڪردار پيش ڪري اھو ٻڌائڻ چاھين ٿا ته ھو ڇا ٿا ڪرڻ چاھين. توھان بحث ڪري ساڳيو ڪردار ورجائي اھو سمجھي سگھو ٿا ته ماڻھو ڪنھن مخصوص طريقي سان ورتاءُ ڇو ٿا ڪن.

ماڻھو طاقت ۾ ھوندي جنھن طريقي سان عمل ڪن ٿا اھو اسٽيج تي تبديل ڪري ڏيکارڻ ته سولو آھي پر اصل زندگيءَ ۾ ڏاڍو ڏکيو. ناٽڪ ۾ اھو ڪري ڏيکارڻ ته اسان جن ماڻھن جي طاقت ھيٺ آھيون، انھن سان ڪيئن ردعمل ڪريون ٿا، ماڻھن کي مختلف طريقن سان اصل زندگيءَ ۾ طاقت کي موٽ ڏيڻ ۾ مدد ملي ٿي.

ڪٺ پتيلن جو تماشو

ماڻھن بجاءِ ڪٺ پتلين رستي اداڪاري ڪري ڪنھن برادريءَ جي جھيڙي جھٽي جي ڳالھ ڪئي وڃي ٿي. اھڙن تماشن سان ماڻھو کلي پون ٿا ۽ شين/ ڳالھين کي اھڙن طريقن سان ڏسڻ ۾ مدد ملي ٿي جن جا ھو ڏسندڙ نٿا ٿين. ڪي ماڻھو اسٽيج تي اچي ڪٺ پتيلن رستي اداڪاري ڪري پنھنجو اظھار ڪرڻ سولو سمجھن ٿا.

رهنمائي ـ ڪهڙي سرگرمي ڪڏهن ڪجي

هن ڪتاب ۾ ڏنل سرگرميون، ماحولي صحت جي مخصوص مسئلن کي جيڪي ڏنل بابن ۾ بيان ڪيون ويون آهن ڳولهڻ لاءِ سٺيون آهن. ساڳئي وقت توهان جيئن جيئن پنهنجي برادريءَ کي منظم ڪندا ويندو ته اهي اڳتي وڌڻ ۾ بہ مددگار ثابت ٿينديون ويندي‌ون. انهن رستي توهان:

- مسئلن جي سڃاڻپ ڪري يا ڪنهن مخصوص موضوع تي ڳالهيون شروع ڪري سگهندو (ڏسو ص. 59، 69، 72، 260 ۽ 468).
- پنهنجي گروپ کي ڪنهن فيصلي ڪرڻ ۾ يا مختلف گهرجن ۽ مکيارن مان چونڊ ڪرڻ ۾ مدد ڪري سگهندو (ڏسو ص. 138 ۽ 191).
- معلومات گڏ ڪرڻ، ڄاڻ ونڊڻ ۽ اسان پنهنجي ماحول ۽ پاڻ کي جن طريقن سان ڏسون ٿا، انهن ۾ تبديلي آڻڻ ۾ مددگار ثابت ٿي سگهنديون (ڏسو ص. 50، 54، 90، 391 ۽ 443).

- نون خيالن سمجھڻ، سمجهيل يا پراڻن خيالن کي نئين سر / نون طريقن سان پروڙڻ ۾ مدد ملي سگهندي (ڏسو ص. 158، 284، 289، 336 ۽ 514).
- ڪنهن مخصوص مسئلي جي اپاءَ لاءِ منظم ٿيڻ ۾ مدد ملڻ شروع ٿيندي (ڏسو ص. 110، 164، 221 ۽ 275).
- ڏکين خيالن سمجهائڻ يا جهيڙن جهٽن کي سمجھڻ ۽ سلجهائڻ ۾ مدد ملي سگهندي (ڏسو ص. 110 ۽ 186).

کي سرگرميون هڪ ئي وقت ڪري سگهجن ٿيون جھ
واڪ دوران يا ان ڪانپوءِ وسنديءَ جو نقشو ٺاهڻ يا گهرجر
پنهنجو ڪردار نڀائڻ. جڏهن تہ، مُک ڳالھ هيءَ ٿئي ٿي ت
سرگرميون ماڻهن کي ڄاڻ گڏ ڪرڻ، اها هڪٻئي سان
سوچ کي گهرو بنائڻ ۾ مدد ڪن ٿيون. جن سان تنظيمن
طاقت ۽ اختيار ملندو ۽ برادريءَ جي صحت جي مسئلن
جي اصل ڪارڻن کي حل ڪرڻ لاءِ ڪم ڪري سگهبو.