

प्रशिक्षण कार्यशाला 1 से 4 की दोहराई, अभ्यास तथा मूल्यांकन

सत्र 1 : प्रशिक्षण कार्यशाला 1 तथा 2 में दी गयी जानकारी तथा दक्षताओं को दोहराना तथा मूल्यांकन करना

दिवस : 1

समयावधि : 3 घं.

प्रयोजन

प्रशिक्षण कार्यशाला 1 तथा 2 में दी गई जानकारी को दोहराना तथा आशाओं की कठिनाईयों और शंकाओं का समाधान करना। इसके अतिरिक्त अब तक ली गई जानकारी एवं अपनी योग्यताओं को सुदृढ़ करने का अवसर देना तथा आशाओं का मूल्यांकन करना।

उद्देश्य

सत्र के अंत में आशा में निम्न योग्यताएँ आएँगी:

1. ठीक ठीक बताना कि किन महिलाओं को गर्भधारण योग्य महिलाओं की सूची में और किन को गर्भवती महिलाओं की सूची में शामिल करना। गर्भावस्था के दौरान किन खतरे के लक्षणों के होने पर महिला को अस्पताल भेजना। पिछली माहवारी की तारीख के आधार पर प्रसव की संभावित तिथि ज्ञात करना।
2. गर्भावस्था के दौरान महिलाओं को स्वास्थ्य शिक्षा देते समय बातचीत की सफल विधियों का प्रयोग करना।
3. प्रसव के बाद 30 से. तथा 5 मि. तय करना।
4. नवजात शिशु की पहली जांच करने की योग्यता का प्रदर्शन करना— तापमान लेना, शिशु का वजन लेना, तथा नवजात शिशु के रोगों की पहचान।

सामग्री

- गांव की, गर्भधारण योग्य महिलाओं की सूची
- गर्भवती महिलाओं की सूची
- आशा की अभ्यास पुस्तिका— गर्भावस्था फॉर्म, प्रसव फॉर्म, नवजात शिशु की पहली जाँच: फॉर्म तथा घरों का दौरा फॉर्म।
- माँ तथा शिशु के स्वास्थ्य का रिकार्ड
- स्वास्थ्य शिक्षा चित्रपुस्तिका
- थर्मामिटर
- वजन नापने के लिए तराजू
- अभ्यासपत्र 1: पिछली माहवारी की तिथि के आधार पर प्रसव की संभावित तारीख ज्ञात करना।
- अभ्यासपत्र 2: भूमिका नाटक के विषय
- अभ्यासपत्र 3: प्रसव के बाद 30 से. तथा 5 मि. का समय तय करना।
- संगणक तथा वेब कैमेरा — आशाओं का मूल्यांकन रिकार्ड करने के लिये
- नवजात शिशुओं के रोगों की पहचान कराने के लिये आशा अध्ययन पत्र से फोटो का प्रयोग करें।

तैयारी

- कार्यशाला के पूर्व प्रशिक्षक एवं सुपरवाइजर एक बैठक करें। बैठक के दौरान प्रत्येक आशा का सुपरवाइजर द्वारा गाँव में भरा गया काम तथा प्रशिक्षण में प्रगति का रिकार्ड तथा उसकी समस्याओं पर चर्चा हो और यह सारी बातें सुपरवाइजर प्रशिक्षक को अवगत कराएँ। इस प्रकार तैयारी कर लेने से अगली प्रशिक्षण कार्यशाला आरंभ होने से पहले प्रशिक्षक एवं सुपरवाइजर को आशा की प्रशिक्षण संबंधी जरूरतों का पूरा ज्ञान होगा।
- आशा से कहें कि वह कक्षा में गाँव की गर्भधारण योग्य तथा गर्भवती महिलाओं की सूची, गाँव में भरे गये गर्भावस्था फॉर्म, अभ्यासपुस्तिका, माँ तथा नवजात शिशु वाला रिकार्ड, तथा स्वास्थ्य शिक्षा चित्र पुस्तिका लेकर आएँ। आशा अपने साथ अध्ययनपत्र भी रखें।
- अभ्यासपत्र 1, 2 तथा 3 की पर्याप्त प्रतियाँ रखें। अभ्यासपत्र 2 को ठीक जगह पर काट कर भूमिका नाटकों के परिदृश्यों की हर समूह के लिए एक पर्ची बना लें।
- इस सत्र की शुरुआत से पहले आशाओं से कहें कि वे प्रशिक्षण कार्यशाला 1 तथा 2 की अध्ययन सामग्री पढ़ लें।
- नवजात शिशुओं के रोगों की पहचान कराने के लिये अध्ययन पत्र वाली पुस्तिकाओं का प्रयोग करें।

प्रशिक्षण विधि

सामूहिक चर्चा तथा परीक्षा (20 मि.)

प्रशिक्षकों हेतु सुझाव:

गर्भधारण योग्य तथा गर्भवती महिलाओं की सूची:

- आशाओं को बड़े गोले में बिठाएँ। उनसे गर्भधारण योग्य तथा गर्भवती महिलाओं की सूची वाले अपने-अपने रजिस्टर देखने को कहें।
- आशाएँ गर्भधारण योग्य तथा गर्भवती महिलाओं की जो सूचियाँ तैयार कर रही थीं, उसके बारे में चर्चा से शुरुआत करें। उन से पूछें कि इसमें उन्हें कोई समस्या तो नहीं आयी। सुपरवाइजर के गाँव के दौरे के समय संभवतः इन समस्याओं का समाधान हो गया होगा पर फिर भी सभी की जानकारी के लिए इस पर चर्चा करना आवश्यक है।
- उदहारणतः एक आशा से पूछें कि गर्भधारण योग्य महिलाओं की सूची तैयार करने के लिए गाँव में जाने पर अगर कोई गर्भवती महिला उसे मिले तो वह उसे किस सूची में रखेगी। उसके उत्तर सुनें तथा चर्चा करें (सही उत्तर: उसे गर्भधारण योग्य महिलाओं की सूची में रखा जायेगा क्योंकि वह पुनः गर्भवती हो सकती है, तथा उसे गर्भवती महिलाओं की सूची में तो रखा ही जायेगा)।
- आशाओं से पूछें कि गर्भधारण योग्य महिलाओं की सूची में महिला का नाम लिखने के लिए क्या मापदंड है। उनके उत्तर सुनें। निम्न मापदंड होना चाहिए:
 - विवाहित हो।
 - पति के साथ रह रही हो।
 - परिवार नियोजन का ऑपरेशन न कराया हो।
 - माहवारी रुकी न हो।

- यदि कोई कुछ और बताना चाहती हों, तो सुने। हो सकता है कि उनमें से कोई बताये कि गाँव में एक अविवाहित गर्भवती लड़की भी मिली और वह समझ नहीं पायी कि उसका नाम गर्भधारण योग्य महिलाओं की सूची में रखना है या नहीं। बतायें कि यदि वह लड़की मान जाए तो आशा उसकी हाल की गर्भावस्था के दौरान सहायता कर सकती है, पर उसका नाम गर्भधारण योग्य महिलाओं की सूची में नहीं लिखा जायेगा।
- आशाओं को गर्भवती महिलाओं की सूची बनाने में जो कठिनाईयें हुई हो उस संबंध में भी चर्चा करें। इसमें निम्न कठिनाईयें हो सकती हैं – पिछली माहवारी की तारीख नहीं तय कर पायी, कुछ महिलाएँ गाँव में प्रसव के लिए गर्भावस्था के 7वें महीने में आयीं, इस लिए उनकी पिछली माहवारी की तारीख ज्ञात करना कठिन था। पूछें कि 'इंडि' किसे कहते हैं। उनके उत्तर सुने (इंडि, उस स्थिति को कहते हैं जब पिछले बच्चे के जन्म के बाद माहवारी आये बिना महिला फिर से गर्भवती हो जाती है)। यदि इंडि का कोई केस हो तो पिछली माहवारी की तारीख ज्ञात करना संभव नहीं होता।
- आशाओं से प्रसव की संभावित तारीख तथा प्रसव की संभावित तारीख के आधार पर समयपूर्व जन्म की तिथी पता करने के बारे में पूछें। उनके निम्न उत्तर हो सकते हैं—
 - प्रसव की संभावित तारीख पिछली माहवारी के 9 महीने तथा 7 दिन बाद होती है।
 - गर्भकाल 8 महीने तथा 14 दिन अथवा उससे कम हो तो इसे समयपूर्व जन्म कहते हैं। आशाएँ पिछली माहवारी की तारीख, प्रसव की संभावित तारीख तथा समयपूर्व जन्म की तारीख वाले चार्ट का प्रयोग कर ही रही हैं।
 - आशाओं को अभ्यासपत्र 1 दें तथा पिछली माहवारी की तारीख, प्रसव की संभावित तारीख तथा समयपूर्व जन्म की तारीख वाले चार्ट का प्रयोग करते हुए प्रसव की संभावित तारीख तथा समयपूर्व जन्म की तारीख लिखने को कहें।
 - आशाओं से कहें कि वे भरे हुए अभ्यासपत्रों की आपस में अदला बदली करें। प्रशिक्षक सही उत्तर बोर्ड पर लिखें, जिसके आधार पर आशा अभ्यासपत्र का मूल्यांकन करें और जिसका अभ्यासपत्र उसे लौटाएँ।

चर्चा (10 मि.)

गर्भावस्था के दौरान अस्पताल भेजना:

- आशाओं को अभ्यास पुस्तिका में गर्भावस्था फॉर्म देखने को कहें। पूछें कि अस्पताल भेजने के लिए सामान्य तथा आपात्कालीन स्थितियाँ कौन कौनसी हैं? उनसे अध्ययन सामग्री पढ़ने और उसमें दिये मापदंडों के बारे में चर्चा करने को कहें। यदि उनमें से किसी को गाँव की किसी महिला में खतरे के लक्षण देख कर अस्पताल भेजने का अनुभव हुआ हो, तो सबको इसके बारे में बताने को कहें। पूछें कि:
 - स्थिति के बारे में उसने परिवार के लोगों से कैसे सलाह मशवरा किया?
 - क्या परिवार के लोगों को स्थिति की गंभीरता समझ में आयी?
 - क्या वे महिला को अस्पताल भेजने के लिए तैयार हुए?
 - यातायात के लिए कैसी सुविधा उपलब्ध हुयी?
 - क्या पैसे की कोई समस्या थी?
 - अस्पताल के कर्मचारियों का रवैया कैसा था?
 - अस्पताल भेजने का क्या परिणाम रहा?

चर्चा के लिए पर्याप्त समय दें। इससे वे बहुत कुछ सीखेंगी। सभी को चर्चा में शामिल करें। जब आशा बाते बता रही हों तो प्रशिक्षक समय का ध्यान रखें। ऐसा न हो कि एक ही आशा बोलती जाए, सभी को बोलने का मौका दें। ध्यान रहें कि चर्चा आवश्यक बातों पर ही हो।

भूमिका नाटक का अभ्यास (1 घं. 40 मि.)

गर्भावस्था के दौरान स्वास्थ्य शिक्षा

- आशा से पूछें कि गर्भावस्था के दौरान माँ को कब स्वास्थ्य शिक्षा देनी है तथा कौन से कार्डों का प्रयोग करना है। उत्तरों में निम्न शामिल होने चाहिए:
 - पंजीकरण के समय। जब गर्भवती महिला को 4 माह का गर्भ है: 5वें महीने में कार्ड नं. 1 से 9 दिखाने हैं।
 - 7 वें महीने में कार्ड नं. 1 से 9 दोबारा दिखाने है, और उसके आगे 21 नं. तक के कार्ड भी दिखाने है।बाहर गाँव की जो महिला प्रसव के लिये गाँव में आती हैं उसे उपर दी गयी स्वास्थ्य शिक्षा आशा के पहले दौरे में मिलनी चाहिये।
- 9वें महीने में आशा को देखना है कि माँ ने प्राप्त जानकारी का कितना प्रयोग किया तथा कितना याद रखा। आशा को माँ की विशेष समस्याओं का भी समाधान करना है।
- आशाओं को दो-दो की टोलियों में बाँटे। उन्हें परिदृश्य (अभ्यासपत्र 2 से बनायी पर्चियाँ) दें तथा 10 मि. का समय भूमिका नाटक की तैयारी के लिए दें। 10 मि. के पश्चात प्रत्येक टोली को सब के सामने भूमिका नाटक प्रस्तुत करने को कहें। प्रत्येक प्रस्तुति के लिए 3 मि. का समय दें। हर प्रशिक्षणार्थी को आशा की भूमिका निभाने तथा माँ को स्वास्थ्य शिक्षा देने का अवसर मिलना चाहिये।
- आशाएँ जब भूमिका नाटक प्रस्तुत कर रही हों तो प्रशिक्षक निश्चित करें कि वे सही कार्डों का प्रयोग कर रही हैं, गर्भवती महिलाओं को चित्र ठीक से दिखा रही हैं, तथा उन्हें चर्चा में शामिल कर रही हैं, न कि केवल स्वयं ही बात करती जा रही हैं। प्रशिक्षक बातचीत की सफल विधियों वाली जाँच सूची देखें और प्रत्येक आशा का मूल्यांकन करें। (आशाओं के इस मूल्यांकन को वेब कैमेरा की सहायता से रिकार्ड करें तथा उसकी सीडी बनाकर रखें)
- सभी भूमिका नाटक खेले जाने के पश्चात् बातचीत की सफल विधियों के प्रयोग को दोहराएँ और देखे की सभी आशाओं को इसके आवश्यक घटक याद हैं। पूछें कि गाँव की महिलाओं से बातचीत के समय क्या आशाओं ने इनका प्रयोग किया?

सामूहिक चर्चा तथा परीक्षा (20 मि.)

जन्म के बाद 30 से. तथा 5 मि. का समय तय करना:

- प्रसव, दाई के साथ कार्य, तथा शिशु के निरीक्षण के संबंध में हुए अनुभवों के बारे में आशाओं से पूछें। क्या वे प्रसव के बाद 30 से. तथा 5 मि. का समय तय कर पायीं? प्रसव के बाद 30 से. तथा 5 मि. का समय तय कर पाना आशा के लिए इतना महत्वपूर्ण क्यों हैं। उनके उत्तर सुनें। (उत्तर : जिससे ज्ञात

हो सके कि शिशु को सांस लेने में कठिनाई तो नहीं या फिर उसका दम तो घुटा हुआ नहीं, जिससे कि समय रहते उसे कृत्रिम साँस दी जा सके।

- आशा की प्रसव के बाद 30 से. तथा 5 मि. का समय तय करने की योग्यता की जाँच के लिए एक पहली हल करवाएँ।
 - शुरू करने से पहले घड़ियों का समय मिला लें। जन्म का समय बतायें तथा उसके बाद 30 से. एवं 5 मि. का समय बताने को कहें।
 - जैसे – यदि जन्म का समय है 9घं. 20 मि. तथा 15 से., तो 30 से. बाद क्या समय होगा? 5 मि. बाद क्या समय होगा?
- उनके उत्तर सुनें। उत्तर शायद निम्न होंगे—
 - 30 से. के बाद समय होगा 9घं. 20 मि. तथा 45 से.
 - 5 मि. के बाद समय होगा 9घं. 25 मि. तथा 15 से.
- यह बताने का ध्यान रखें कि प्रसव के बाद 30 से. तथा 5 मि. गिनना हैं। आशा की उनके अच्छे कार्य के लिए प्रशंसा करें।
- अभ्यासपत्र 3: जन्म के पश्चात् 30 से. तथा 5 मि. का समय तय करना, बाँटें।
- आशाओं से कहें कि वे पूरे भरे हुये अभ्यासपत्रों की अदला बदली करें। प्रशिक्षक सही उत्तर बोर्ड पर लिखें। एक दूसरे के अभ्यासपत्र जाँचने के आशाएँ अभ्यासपत्र लौटा दें।
- किसी के कोई प्रश्न हों तो उनका समाधान करें।

जन्म के समय देखभाल तथा शिशु की पहली जाँच (10 मि.)

- आशा से नवजात शिशु की पहली जाँच वाला फॉर्म देखने को कहें। उनसे पूछें कि जन्म के तुरंत बाद शिशु की देखभाल कैसे की जाती है।
- उत्तर में निम्न बातें शामिल होनी चाहिएँ – शिशु को पोछें, कपड़े में लपेटे तथा तुरंत स्तनपान कराने के लिए माँ के पास लिटायें।
- उनसे पूछें कि शिशु की पहली जाँच करने में कौनसी योग्यताएँ शामिल हैं? उत्तर में निम्न बातें शामिल होनी चाहिएँ:
 - शिशु के शरीर का तापमान लेना
 - शिशु का वज़न लेना
 - नवजात शिशु में अन्य रोगों की जाँच करना
- आशाओं को दो दो सदस्यों के जोड़ियों में बाँट दें। उनसे शिशु का तापमान तथा वज़न लेने का अभ्यास करने को कहें। एक आशा जब ऐसा कर रही हो तो दूसरी अध्ययनपत्र में दी गयी जाँच सूची में पढ़कर जाँच करती जाए। प्रशिक्षक आवश्यकता पड़ने पर आशा की मदद करें। अभ्यास पूरा होने पर जो आशाएँ तैयार हो उसकी परीक्षा लें।
- प्रशिक्षक योग्यता जाँच सूची का प्रयोग करते हुए आशा की वज़न तथा तापमान लेने की योग्यता का मूल्यांकन करें।

नवजात शिशु के रोगों की पहचान (20 मि.)

- प्रशिक्षक अध्ययनपत्र में दिए गये चित्रों का प्रयोग करें। चित्रों के नाम ढँककर उन्हें अनुक्रम दे तथा उन्हें कमरे में फैला दें। आशा चित्रों को देखें और शिशु रोगों की पहचान करके अपने उत्तर कागज़ पर चित्र के सही नंबर के साथ लिखें। सभी को लिखने के लिये पर्याप्त समय दें। सभी आशाएँ लिख लें तो उन्हें आपस में कागज़ों की अदला बदली करने को कहें। प्रशिक्षक जोर से उत्तर बताएँ। आशाएँ एक दूसरे का लिखा हुआ जाँचें।

सारांश:

- एक आशा से गर्भवती महिलाओं के सूची में नाम लिखने के लिए मापदंड बताने को कहें।
- अन्य आशा से आपात्काल में अस्पताल भेजने के लिए मापदंड बताने को कहें।
- एक अन्य आशा से पूछें कि गर्भावस्था के 5वें महीने में स्वास्थ्य शिक्षा देने के लिए किन कार्डों का प्रयोग किया जाता है।

सत्र का मूल्यांकन:

उद्देश्य	आंकलन विधि	परिणाम
ठीक ठीक बताना कि किन महिलाओं को गर्भधारण योग्य महिलाओं की सूची में, और किन को गर्भवती महिलाओं की सूची में रखना है।	प्रश्नोत्तर	—
पिछली माहवारी की तारीख के आधार पर प्रसव की संभावित तिथि ज्ञात करना।	अभ्यासपत्र 1: मूल्यांकन के लिए उदाहरण	—
गर्भावस्था के दौरान महिलाओं को स्वास्थ्य शिक्षा देते समय बातचीत की सफल विधियों का प्रयोग करना।	प्रश्नोत्तर भूमिका नाटक	प्रशिक्षक द्वारा भूमिका नाटक का अवलोकन (वेब कैमेरा द्वारा रिकार्ड कर सीडी तैयार करना)
प्रसव के बाद 30 से. तथा 5 मि. तय करना।	अभ्यास — अभ्यासपत्र 3	—
नवजात शिशु की पहली जाँच करने में समाविष्ट योग्यताओं का सही प्रदर्शन करना— तापमान लेना, शिशु का वज़न लेना, तथा नवजात शिशु के रोगों की पहचान।	जाँच सूची की सहायता से योग्यताओं का अवलोकन करनाचित्रों की पहचान द्वारा अभ्यास	सभी आशाओं द्वारा चित्रों की पहचान का अभ्यास तथा मूल्यांकन