



# FEED THE FUTURE

The U.S. Government's Global Hunger & Food Security Initiative

## कृषि प्रसार सेवाभिन्न लैंगिक र पोषण पक्षको एकिकरण

कृयाकलाप पाना

मार्च २०१६

### कोसंग शक्ति र नियन्त्रण छ ?

अवधि: ६०-९० मिनट

आवश्यक सामग्री:

- उद्देश्य र कृयाकलाप विषय लेखिएको फ्लिप चार्ट
- मार्कर वा रंगिन शिशाकलम
- ५०-६० पाना कागज
- उपलब्ध भए टाँस्न मिल्ने भित्ता
- टाँस्ने टेप

### परिचय

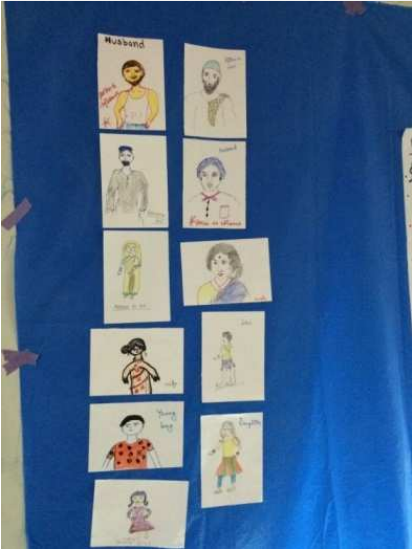
शक्ति भन्नाले वस्तु र मानिस माथिको नियन्त्रणको मात्रा बुझिन्छ । शक्तिशाली हुनुको अर्थ मानिसहरु निर्णय गर्ने, श्रोतको नियन्त्रण र अरुलाई काम गर्न निर्देशन दिन सक्ने स्थितीमा छन् भन्ने हो । मानिसलाई केले शक्ति दिन्छ भन्ने कुराको विश्लेषण गर्नु परिवार र समाजमा हुने लैंगिक विभेदलाई सम्बोधन गर्ने पहिलो पाइला हो । विभिन्न मात्राको शक्तिले महिला र पुरुषले आफ्नो क्षमता र आफ्नो सहकर्मीको क्षमता कसरी बुझ्छन्, उनीहरुलाई कुन स्तर सम्म निर्णय गर्न दिइन्छ र उनीहरुले आफ्नै जीवनको कति नियन्त्रण गर्न सक्छन् भन्ने कुरा निर्धारण गर्दछ ।

### उद्देश्य

- ✓ मानिसलाई शक्ति दिने तत्वहरु पहिचान गर्ने
- ✓ शक्तिको गतिशीलता र त्यसले विशिष्ट ग्रामीण घरपरिवारमा कसरी परिवर्तन ल्याउँछ भन्ने कुराको विश्लेषण गर्ने

### पाठ योजना

- १) कृयाकलापहरुको विषयको पुनरावलोकन, उद्देश्य र छोटो परिचय ( ५ मिनेट)
- २) केही नवोलिकन सहभागीहरुलाई आफ्नो नामको पहिलो अक्षर अनुसार लाइन लाग्न भन्ने । यसरी वनेको लाइनलाई वरावरी चार समूहमा विभाजन गर्ने । (५ मिनेट)
- ३) प्रत्येक समूहलाई कागजका पानाहरु र मार्कर वा रंगिन शिशाकलम दिने । प्रत्येक समूहलाई विशिष्ट ग्रामीण घरपरिवारका सदस्यहरुको चित्र र संकेत छुट्टा छुट्टै कागजमा लेख्न लगाउने : बा, आमा, छोरा, छोरी, काका, काकी, हजुरआमा, हजुरबा, शाशु, शशुरा, अविवाहित भाई । (२० मिनेट)



USAID  
FROM THE AMERICAN PEOPLE

This publication is made possible by the support of the American people through the United States Agency for International Development (USAID). The views expressed in this publication do not necessarily reflect the views of USAID or the United States Government.





४) समूहलाई उनीहरूले तयार पारेको चित्र भित्तामा वा भुईँमा क्रमवद्ध रूपमा मिलाएर राख्न लगाउने : सबभन्दा बढि शक्तिशाली देखि सबभन्दा कम शक्तिशाली । यदि कुनै सदस्य उत्तिकै शक्तिशाली लागेमा उनीहरूलाई संगसंगै राख्ने । (१५ मिनेट)

५) सहभागीहरूलाई चित्र वरिपरि घेरामा राखेर तलका प्रश्नहरू सोध्ने (३० मिनेट)

- कुनै व्यक्तिलाई अरु भन्दा शक्तिशाली केले बनाउछ ?  
उदाहरण: लैंगिक, घरपरिवारमा दर्जा, शैक्षिक स्तर, ज्ञान, धनसम्पत्ती, सामाजिक स्थिती, शारिरिक बल, नैतिकता ।
- परिवारमा कसरी शक्ति स्थानान्तरण हुन सक्छ ? ( जस्तै लोग्ने मरेमा वा काम गर्न टाढा गएमा स्वास्नीले पैसा कमाउन थाल्छे )
- घर परिवारमा एकै व्यक्तिले सम्पूर्ण शक्ति आफुमा राख्दाको परिणाम के होला ?
- कसरी घरपरिवारमा शक्ति बाँडफाँड गर्न सकिएला ?

अब के ?

कामलाई व्यवहारमा उतार्ने । सहभागीहरूलाई आफ्नो सानो समूहमा फर्कन भन्ने र हरेक सदस्यले आफ्नो प्रतिक्रिया दिने अवसर सुनिश्चित गरी तलका प्रश्नहरू सम्बोधन गर्दै यी कामहरूलाई आफ्नो कार्यस्थलमा कसरी प्रयोग भैराखेको ठान्दछन् भन्ने सम्बन्धमा छलफल गर्न लगाउने

- प्रशिक्षकको हैशियतले यी कृयाकलापहरूको कार्यान्वयन कसरी र कस्ता सहभागीसंग गर्न सकिएला ?
- यी कृयाकलाप कार्यान्वयन गर्न के परिवर्तन गर्न पर्छ होला ?

प्रत्येक साना समूहलाई सम्पूर्ण समूहसंगको छलफलबाट प्राप्त एक विचार भन्न लगाउने । (२० मिनेट)

सन्दर्भ:

“Integrating Gender and Nutrition with Agricultural Extension Services”  
Facilitator’s Guide. USAID Integrating Gender and Nutrition into Agricultural Extension Systems (INGENAES), 2015. <http://dev.ingenaes.illinois.edu/wp-content/uploads/Gender-and-Nutrition-Facilitators-Guide.pdf>

*Nurturing Connections* – Helen Keller International Bangladesh p.p. 54 – 56.



Designed to be shared.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 3.0 Unported License. [creativecommons.org/licenses/by/3.0/](http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/)

Prepared by Jan Henderson  
University of Illinois