Centre of Technology & Entrepreneurship Development

HCL FOUNDATION

प्रशिक्षण मॉड्यूल - 1

स्वयं सहायता समूह का रिफ्रेशर प्रशिक्षण

Scanned with CamScanner

Samuday

मॉड्यूल - 1

कुल अवधि - 8 घंटा

दिवस	समय अवधि	प्रशिक्षण सत्र का विषय	प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षण सामग्री
पहला दिन	10 मिनट	सदस्य का पंजीकरण वा प्रार्थना	सहभागिता	--------
पहला दिन	10 मिनट	सदस्य का परिचय और प्रशिक्षण का उद्देश्य	सहभागिता	----------
पहला दिन	1 घंटा 30 मिनट	स्वयं सहायता समूह का प्रबंधन 1. महिला का जीवन चक्र चित्र 2. गरीबी वा उसका दुष्चक्र	भूमिका नाटक, खेल, कहानी, बड़े समूह में परिचर्चा, व्याख्यान, वीडियो, प्रश्न-उत्तर	फ्लिप चार्ट, मार्कर, ओवरहेड प्रोजेक्टर, दृश्य-श्रव्य सामग्री,
पहला दिन	10 मिनट	टी टाइम	--------	--------
पहला दिन	40 मिनट	स्वयं सहायता समूह का प्रबंधन 3. साँप-सीढ़ी का खेल	खेल, बड़े समूह में परिचर्चा, व्याख्यान, प्रश्न-उत्तर	फ्लिप चार्ट, मार्कर साँप-सीढ़ी का खेल
पहला दिन	80 मिनट		<u>केस स्टडी</u> एसएचजी गठन प्रशिक्षण मॉड्यूल-1 - एनिमेटेड" वृत्तचित्र	चार्ट पेपर, मार्कर, ओवरहेड प्रोजेक्टर, दृश्य-श्रव्य सामग्री
दूसरा दिन	10 मिनट	प्रार्थना	सहभागिता	--------
दूसरा दिन	20 मिनट	स्वयं सहायता समूह	बड़े समूह में परिचर्चा, व्याख्यान, वीडियो, प्रश्न-उत्तर	फ्लिप चार्ट, मार्कर, ओवरहेड प्रोजेक्टर, दृश्य-श्रव्य सामग्री,
दूसरा दिन	1 घंटा 20 मिनट	स्वयं सहायता समूह एवं उसकी विशेषताएं	भूमिका नाटक, कहानी, बड़े समूह में परिचर्चा,	फ्लिप चार्ट, मार्कर, ओवरहेड प्रोजेक्टर,

		समूह के पंचसूत्र: - नियम, साप्ताहिक बैठक, बचत, आंतरिक लेनदेन किस्त वापसी, हिसाब किताब का प्रबंधन, नेतृत्व	व्याख्यान, वीडियो, प्रश्न-उत्तर	दृश्य-श्रव्य सामग्री,
दूसरा दिन	10 मिनट	टी टाइम	--------	--------
दूसरा दिन	50 मिनट	स्वयं सहायता समूह एवं उसकी विशेषताएं समूह के पंचसूत्र: - नियम, साप्ताहिक बैठक, बचत, आंतरिक लेनदेन किस्त वापसी, हिसाब किताब का प्रबंधन, नेतृत्व	<u>केस स्टडी</u> 1. भीतर प्रकाश ढूँढना - डाक्यूमेंट्री फिल्म	चार्ट पेपर, मार्कर,, ओवरहेड प्रोजेक्टर, दृश्य-श्रव्य सामग्री
दूसरा दिन	70 मिनट		<u>केस स्टडी</u> 2. स्वयं सहायता समूह निर्माण - एनिमेशन फिल्म	चार्ट पेपर, मार्कर, ओवरहेड प्रोजेक्टर, दृश्य-श्रव्य सामग्री

प्रार्थना-चेतना गीत

हम होंगे कामयाब

होंगे कामयाब,
हम होंगे कामयाब एक दिन
मन में है विश्वास, पूरा है विश्वास
हम होंगे कामयाब एक दिन।

हम चलेंगे साथ-साथ
डाल हाथों में हाथ
हम चलेंगे साथ-साथ, एक दिन
मन में है विश्वास, पूरा है विश्वास
हम चलेंगे साथ-साथ एक दिन।

होगी शांति चारों ओर
होगी शांति चारों ओर, एक दिन
मन में है विश्वास, पूरा है विश्वास
होगी शांति चारों ओर एक दिन।

नहीं डर किसी का आज
नहीं डर किसी का आज एक दिन
मन में है विश्वास, पूरा है विश्वास
नहीं डर किसी का आज एक दिन।

सदस्य का पंजीकरण

प्रशिक्षक को सर्वप्रथम सदस्यों का पंजीकरण फॉर्म भर कर उनका पंजीकरण करना चाहिए।

प्रार्थना

प्रशिक्षक को सर्वप्रथम प्रतिदिन सदस्यों से खड़े होकर प्रार्थना के लिए कहना चाहिए। यह प्रार्थना सदस्यों के सहमति से गाना चाहिए। सदस्यों को कोई भी प्रार्थना याद नहीं रहने की स्थिति में प्रशिक्षक को इस प्रशिक्षण मॉड्यूल के शुरुवात में दिए गए चेतना गीत के मदद से प्रार्थना की शुरुवात करना चाहिए।

सदस्य का परिचय और प्रशिक्षण का उद्देश्य

प्रार्थना सत्र के संचालन के पश्चात प्रशिक्षक को सर्वप्रथम अपना परिचय, संस्था का परिचय वा सदस्यों का परिचय लेना चाहिए। परिचय हो जाने के बाद प्रशिक्षक द्वारा प्रशिक्षण का उद्देश्य एवं सत्र परिचय विस्तृत रूप से करना चाहिए।

परिचय सत्र से प्रतिभागियों की छिछक खत्म होती है। प्रशिक्षण में सीखने-समझने का एक माहौल बनने की शुरूवात होती है। एक साथ सबको सबके बारे में कुछ न कुछ जानकारी हासिल होती है, इससे प्रतिभागियों में रूचि व विश्वास बढ़ता है।

प्रतिदिन फीडबैक लेना -

प्रशिक्षण में प्रत्येक दिन प्रशिक्षक को सत्र समाप्त होने के बाद सबसे अंत में दिन भर का फीडबैक लेना चाहिए। प्रतिभागियों से पूछे उन्हें आज का प्रशिक्षण सत्र कैसा लगा, आपको आज के सत्र से क्या सीख बनी और नयी बात क्या पता चली। सत्र में कौन सी बात सबसे अच्छे ढंग में समझ में आयी और कौन सी बात समझ में नहीं आ सकी, वा कल के सत्र में को कैसे चलाना चाहिये। प्रशिक्षक प्रतिभागियों के फीडबैक के आवश्यकतानुसार अगले दिन के प्रशिक्षण सत्र में बदलाव करेंगे। फीडबैक लेने से प्रशिक्षकों को समझ और सीख का अंदाजा मिलेगा।

समय अवधि: 20 मिनट

स्वयं सहायता समूह का प्रबंधन

स्वयं सहायता समूह ग्रामीण गरीबों का एक ऐसा समूह है जिससे समूह के सदस्यों की गरीबी दूर की जा सकती है । समूह सदस्य नियमित बचत करते है और अपनी बचत को सामूहिक निधि के रूप में विकसित करते है तथा कॉमन मैनेजमेंट के माध्यम से इसका उपयोग वे सदस्यों की ऋण आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए करते हैं ।

समूह की महिलाओं को स्व-सहायता समूह प्रबंधन के साथ साथ कोविड-19 के व्यवहार परिवर्तन के संबंध में भी जागरूक किया जायेगा। स्व-सहायता समूह की महिलायें अपना और अपने परिवार को इस महामारी से बचाने का कार्य करेगी। कोविड गाईड लाईन का पालन स्वयं भी करे तथा अपने आस-पास के ग्रामीणजनों को भी जागरूक कर करने का कार्य करने के लिए प्रेरित करे। स्व-सहायता समूह की महिलाओं को ग्राम स्तर पर कोरोना महामारी से बचाव व उपचार के तरीकों को कोविड व्यवहार परिवर्तन माध्यम से जागरूकता की जाएगी। इस दौरान महिलाओं को कोविड महामारी के बचाव के संबंध में विस्तारपूर्वक जानकारी दी जाएगी । कोरोना बचाव पंचसुत्र में दिये गये निर्देशों का पालन करते हुए, महिला समूह द्वारा अपने-अपने ग्रामों में जाकर प्रत्येक घर के सदस्यों एवं ग्रामवासियों को मास्क लगाने, सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करने, दो गज की दूरी के नियम का पालन करने, सैनेटाईजर का उपयोग एवं साबुन से बार-बार हाथों को साफ करने, भीड़-भाड वाली जगहों पर ना जाने आदि की समझाईश देने के लिए प्रेरित किया जायेगा । स्व-सहायता समूह की महिलाओं द्वारा कोविड-19 टीकाकरण के लिए भी ग्रामवासियों को अधिक से अधिक संख्या में टीका लगवाने हेतु स्वास्थ्य केन्द्र पर जाने हेतु प्रेरित करने हेतु किया जायेगा है।

उद्देश्य: स्व-सहायता समूह के सदस्यों में समूह प्रबंधन की प्रक्रिया, दिक्कते एवं समस्या के समाधान के प्रति जागरूकता उत्पन करना

तथ्य / विषय:

- ❖ महिला का जीवन चक्र
- ❖ गरीबी

प्रक्रिया प्रशिक्षण सामग्री:

1. 1. फ्लिप चार्ट, 2.मार्कर, 3. ओवरहेड प्रोजेक्टर 4. दृश्य-श्रव्य सामग्री 5.साँप-सीढ़ी का खेल

समय अवधि: 1 घंटा 30 मिनट

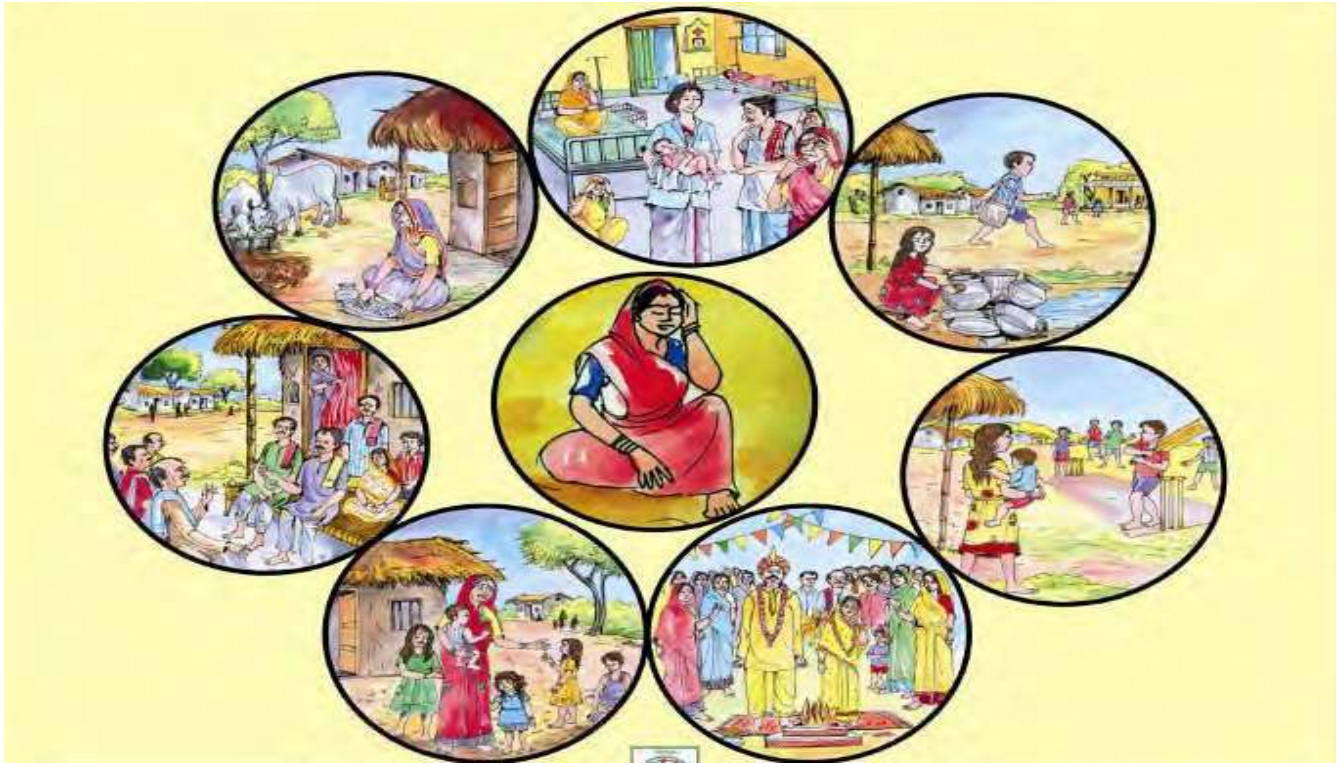
प्रशिक्षण का तरीका:

- ❖ भूमिका नाटक, खेल, कहानी

- **समूह प्रबंधन प्रशिक्षण का तरीका, बड़े समूह में परिचर्चा, व्याख्यान, वीडियो, प्रश्न - उत्तर। प्रशिक्षक को उपरोक्त तरीका प्रयोग करने का निर्देश -**

<u>महिला का जीवन चक्र चित्र</u>

<u>महिला का जीवन चक्र कार्य चित्र</u>



प्रश्न:

महिला का जीवन चक्र चित्र को दिखा कर प्रशिक्षक प्रतिभागियों से प्रश्न करे -

1. **चित्र में महिला का जीवन चक्र क्या दिख रहा है?**
2. **क्या ये सभी काम आप भी करते है?**
3. **ये सभी काम आप उम्र से कर रहे है?**
4. **ये सभी काम आप किसके लिए करते रहे है?**
5. **बूढ़े होने पर क्या आप ये सभी काम स्वम कर पाने में सक्षम रहेगी?**
6. **आप की मदद इन कामों में कौन करता है?**

प्रशिक्षक को प्रतिभागियों से अपेक्षित उत्तर जानने के बाद निम्न तरह से व्याख्या करना चाहिये -

- **जब उस महिला का पढ़ने व लिखने का समय था तब से वह बहुत ही छोटी उम्र , बचपन से लगभग ५ से ६ वर्ष की उम्र से काम करती आ रही है।**
- **यह महिला अपनी पूरी जिंदगी अपने परिवार के लिए समर्पित कर दी, पर जब उसके ऊपर बुरा वक्त आया तो उसकी मदद करने वाला कोई भी नहीं था।**

<u>गरीबी वा उसका दुष्चक्र</u>

गरीबी क्या है?

गरीबी उस समस्या को कहते हैं जिसमें व्यक्ति अपने जीवन की मूलभूत आवश्यकताएँ यथा, रोटी, कपड़ा और मकान को पूरा करने में असमर्थ होता है। अधिक दृष्टिकोण से उस व्यक्ति को गरीब या गरीबी रेखा के नीचे माना जाता है। जिसमें आय का स्तर कम होने पर व्यक्ति अपनी भौतिक आवश्यकताओं को पूरा करने में असमर्थ होता है।

2. गरीब परिवार की कहानी

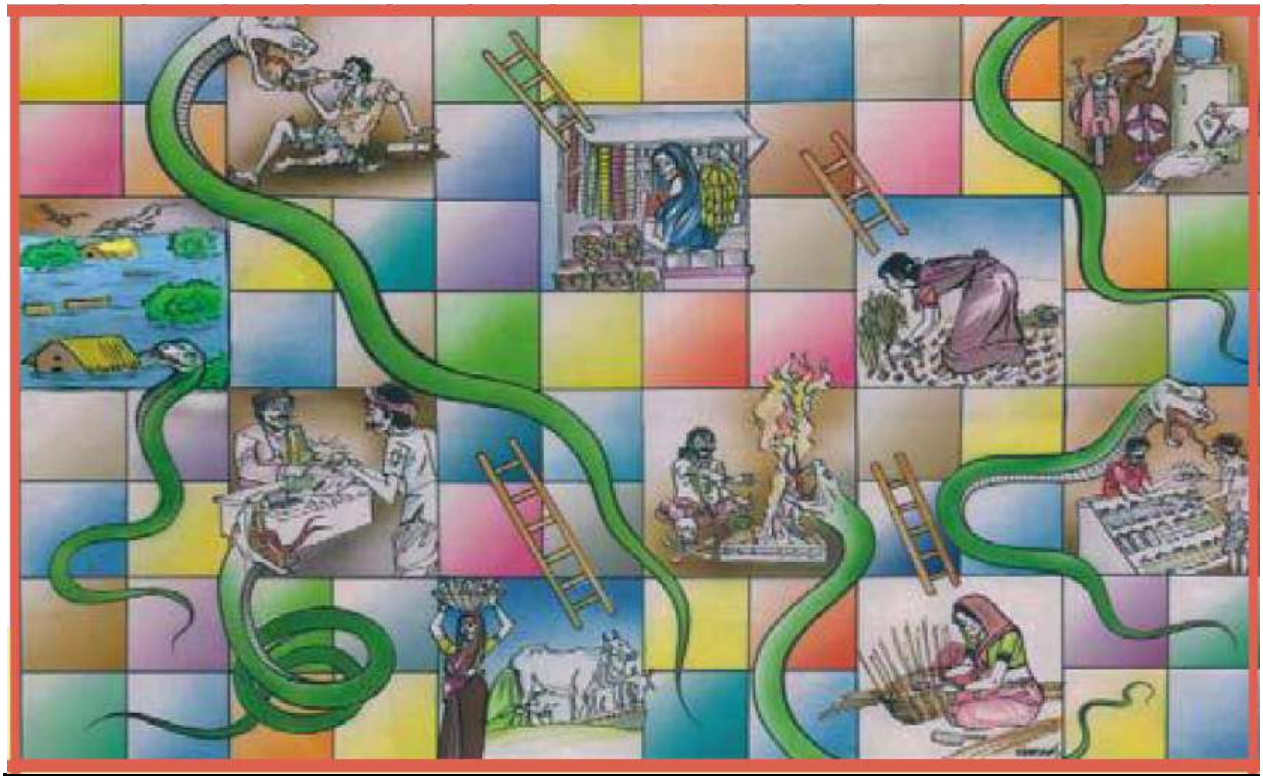
प्रश्न:

चित्र के अनुसार गरीब परिवार की कहानी को सुना व चित्र दिखा कर प्रशिक्षक प्रतिभागियों से प्रश्न करे -

1. **लड़की क्या कर रही है?**
2. **उसके मन में क्या चल रहा है?**
3. **उसके माता पिता क्या करते है?**
4. **क्या उनको साल भर मजदूरी मिलती है?**
5. **यदि नहीं, तो क्या साल भर उनके पास भरपेट खाना खाने के पैसे होते होंगे?**
6. **क्या ऐसा अपने कभी अनुभव किया है?**
7. **पैसा वा अनाज नहीं रहने पर यह परिवार कहाँ से पैसे ले रहा हैं?**
8. **सही से खान-पान नहीं होने पर घर के मुखिया को क्या हो गया?**
9. **घर के मुखिया के बीमार हो जाने पर घर के बच्चो को क्या करना पड़ रहा है?**
10. **गरीबी क्या है वा गरीबी के कारण क्या है?**

3. साँप - सीढ़ी का खेल

गरीबी के कारणों पर चर्चा करने से पहले कुछ प्रतिभागियों को साँप-सीढ़ी का खेल खेलने और बाकी प्रतिभागियों को इस खेल को ध्यान से देखने के लिए कहना चाहिए।



समय अवधि: 40 मिनट

प्रश्न:

खेल के बाद प्रशिक्षक को प्रतिभागियों से निम्न प्रश्नो को पूछना चाहिए -

- **कुछ प्रतिभागी किस कारण ऊपर नहीं चढ़ पा रहे है? इसके लिए कौन जिम्मेदार है?**
- **किस कारण कुछ प्रतिभागी ऊपर चढ़ते जा रहे है?**
- **किन व्यक्तिगत व सामाजिक कारणों से वे गरीबी से बाहर नहीं आ पा रहें हैं?**

एनिमेटेड" वृत्तचित्र -

- **एसएचजी गठन प्रशिक्षण मॉड्यूल - 1 एनिमेटेड" वृत्तचित्र**

संसाधन की उपलब्धता आधार पर एनिमेटेड" वृत्तचित्र दिखाएं व इस पर चर्चा करे।
एनिमेटेड" वृत्तचित्र दिखाते समय इसे बीच-बीच में रोक-रोक कर इस पर समझ बनाने की कोशिश करें।
समय अवधि: 1 घंटा 20 मिनट

इस एनिमेटेड" वृत्तचित्र का लिंक:

- **https://youtu.be/77aQOPmiKqQ - एसएचजी गठन प्रशिक्षण मॉड्यूल-1**

पूछें: एनिमेटेड" वृत्तचित्र दिखाने के उपरान्त पूछे जाने वाले प्रश्न:-

प्रश्नावली:

- **महिला का जीवन चक्र क्या है।**
- **गरीबी क्या है**
- **गरीबी के क्या क्या कारण होते है।**
- **गरीबी वा उसका दुष्चक्र क्या है।**
- **एकता में शक्ति है से क्या समझते है।**
- **निम्न एनिमेटेड" वृत्तचित्र को देख कर आपको क्या सीख मिलती है -**
  - **समूह में पत्थर हटती महिलाये - एनिमेटेड" वृत्तचित्र**
  - **मगरमच्छ वा मछली - एनिमेटेड" वृत्तचित्र**
  - **बहेलिया व चिड़िया - एनिमेटेड" वृत्तचित्र**
  - **समूह में नाव चलाती महिलाये - एनिमेटेड" वृत्तचित्र**
  - **मछली पकड़ना सिखाती महिला - एनिमेटेड" वृत्तचित्र**
  - **कल्पना करती महिला- एनिमेटेड" वृत्तचित्र**
- **समूह क्या है व इसका क्या महत्व वा लाभ है।**

प्रशिक्षक को प्रतिभागियों से अपेछित उत्तर जानने के बाद निम्न तरह से व्याख्या करना चाहिये -

- **प्रशिक्षक को गरीबी के इस दुष्चक्र वा उसके कारण के बारे में विस्तार से प्रतिभागियों को बताना चाहिए।**
- **गरीबी के कारण - परिवार का बड़ा होना, बचत न करना, साहूकार से अधिक ब्याज पर कर्ज लेना, कम मज़दूरी, शिक्षा का अभाव, नशे की गलत आदत, उदयमशीलता का अभाव, सरकारी नीतियों का लाभ न मिलना, विषम सामाजिक परिस्थितियां, बढ़ती महंगाई, प्राकृतिक आपदाएं, उचित स्वास्थ्य सेवाओं का अभाव, लोगों की बुरी आदतें ।**
- **साँप-सीढ़ी के खेल में प्रतिभागी निम्न व्यक्तिगत (जमीन, अशिक्षित, हुनर, कर्ज, गंदगी व सरकारी योजना का ना होना एवं मिलना) व सामाजिक (एकता, सिचाई, सरकारी योजना, भेद-भाव, जात-पात, लिंग भेद, कर्ज, नशाखोरी, शराब, पूँजी इत्यादि का अभाव) कारणों से गरीबी से बाहर नहीं आ पा रहें हैं।**
- **गरीबी दूर करने के उपाय - इसके लिए प्रशिक्षक को प्रतिभागियों का एक छोटा समूह बनाकर विस्तृत चर्चा करनी चाहिए वा गरीबी उन्मूलन के निम्नलिखित तरीकों पर चर्चा करनी चाहिए -**
  1. **स्वयं सहायता समूह के प्रति जागरूकता**
  2. **एकता और संगठन का विकास**
  3. **बचत करना**
  4. **उदयमशीलता का चयन एवं उसका विकास**
  5. **नेतृत्व छमता का विकास**
  6. **आत्मनिर्भर होना**
  7. **शिक्षित होना**
  8. **सरकारी योजना का सही उपयोग करना**
- **एकता में शक्ति है - विकासरूपी रास्ते में पड़े हुए गरीबी रूपी पत्थर को एक अकेली महिला रास्ते से नहीं हटा सकी। उसी पत्थर को हटाने में महिलाओं का एक समूह कामयाब होता है जो एकता एवं आपसी सहयोग में बल है उसका प्रमाण दिया है।**

  वा इसी प्रकार से अन्य एनिमेटेड" वृत्तचित्रों में - मगरमच्छ वा मछली, बहेलिया व चिड़िया, समूह में नाव चलाती महिलाये में हमें एकता एवं आपसी सहयोग में बल होने की सीख मिलती है।

  वा इसी प्रकार से एनिमेटेड" वृत्तचित्र - मछली पकड़ना सिखाती महिला में हमें किसी पर आश्रित न होकर आत्मनिर्भर होने की सीख मिलती है।

वा इसी प्रकार से एनिमेटेड" वृत्तचित्र कल्पना करती महिला में हमें अपने उद्देश्य के प्रति सजग, अपने जीवन में रोज़ कुछ न कुछ बचत वा अपने उद्देश्य के प्राप्ति के प्रति हमेशा प्रयत्नशील रहने की सीख मिलती है।

- ❖ प्रशिक्षक को समूह क्या है व इसका क्या महत्व वा लाभ है के बारे में विस्तार से प्रतिभागियों को बताना चाहिए।
- ❖ प्रशिक्षक को प्रतिभागियों से उपरोक्त सभी प्रश्नो के उत्तर जानने के बाद स्वयं सहायता समूह की सदस्य महिला ही क्यों एवं उसकी आवश्यकता, महिलाओं के जीवन पर इसका प्रभाव एवं विशेषताओ की व्याख्या निम्न तरह से करनी चाहिए।

समय अवधि: 20 मिनट

स्वयं सहायता समूह की सदस्य महिला ही क्यों ?

प्रशिक्षक को एक बड़े समूह में प्रतिभागियों से गरीब महिलाओं के सामाजिक, आर्थिक प्रभाव की चर्चा करनी चाहिए। साथ ही किस तरह से महिलाओं का समाज में शोषण हो रहा है। उनकी बर्तमान स्थिति क्या है और उन्हें अपने परिवार में किस प्रकार की समस्यों का सामना करना पड़ता है। सामाजिक, आर्थिक स्थित के इस कुचक्र से निकलने के लिए स्वयं सहायता समूह महिलाओं के लिए अत्यंत आवश्यक है। इसके बाद प्रशिक्षक को निम्नलिखित बिंदुओं के द्वारा भी स्पष्ट करना चाहिए।

१. महिलाओं के सामाजिक, आर्थिक दशाओं में सुधार हेतु

२. महिलाओं की समश्याओ की पहचान और उनके समाधान हेतु समूह एक उचित मंच है।

३. परिवार एवं समाज में स्व-सम्मान में वृद्धि करना।

४. नेतृत्व छमता में दूसरे पर निर्भरता की बजाय आत्मनिर्भर होना।

५. लिंगभेद की समाप्ति और समानता हेतु।

स्वयं सहायता समूह और महिला सशक्तीकरण

भारत के गुजरात राज्य में सुश्री इला भट्ट के नेतृत्व में 1974 से महिलाओं द्वारा संगठित स्वयं सहायता समूहों को सूक्ष्म वित्त प्रदान कर उन्हें उत्पादक गतिविधियों का प्रशिक्षण दिया जा रहा है जो कि सूक्ष्म वित्त के क्षेत्र में सबसे पहला सफल प्रयास माना जाता है । बाद में, बांग्लादेश में श्री मुहम्मद यूनूस ने 1976 से सूक्ष्म वित्त को आधार बनाकर अनेक स्वयं सहायता समूहों का सृजन

किया जिसने बांग्लादेश में गरीबी कम करने, महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने एवं कई लघु एवं कुटीर उद्योगों को पुनर्जीवन देने का कार्य किया जिसके लिए यूनूस को वर्ष 2005 में नोबल शांति पुरस्कार से सम्मानित किया गया जिसके बाद से स्वयं सहायता समूह एवं सूक्ष्म वित्त की अवधारणा एक व्यापक क्रांति के रूप में उभरते हुए विकासशील देशों में गरीबी निवारण एवं महिला उत्थान का अहम माध्यम बन चुकी है ।

स्वयं सहायता समूह की आवश्यकता:

गाँव में कुल आबादी का 75% से भो अधिक आबादी का प्रमुख आधार खेती है। ऐसे ग्रामीणों की अनेक समस्याएं हैं। पहली यह कि खेती के अतिरिक्त अन्य आय का साधन इनके पास नहीं होते

हैं। दूसरा यह कि खेती में 5 से 6 माह तक काम मिलता है, इसलिए बचे समय में ग्रामीणों को आय के लिए विशेष प्रयत्न करना पड़ता है और आवश्यकता पड़ने पर इन्हें अपनी जमीन व गहनों को गिरवी रखनी पड़ती है, और परिस्थिति से मजबूर होकर इसे छुड़ा भी नहीं पाते हैं। इसी बीच यदि अन्य समस्याएं (बीमारी, मृत्यु. पर्व, शादी) आ जायें तो बंधक रखने की सीमाएं बढ़ जाती हैं। बैंक शाखाओं की वृहद नेटवर्क होते हुए भी ग्रामीणों की पहुँच वहाँ तक नहीं हैं। चूँकि निर्धनों की जरूरतें छोटे ऋणों से सम्बन्धित होती हो, साथ ही साथ उनकी आवश्यकताएँ उपयोग और उत्पादन दोनों उद्देश्यों से जुड़ी है, बैंक वाले इसे खतरा मानते हैं और उधार देने से हिचकते हैं। इस संकट से उभरने के लिए एक अकेला व्यक्ति तो सम्भवतः कुछ नहीं कर सकता है। परन्तु कुछ लोग मिलकर अपनी छोटी आय से थोड़ी-थोड़ी बचत करते-करते एक पूजी जमा कर सकते है। इसी पूंजी से वे एक दूसरे की मदद करते हैं और इसका उपयोग करके धीरे-धीरे जमीन छुडाते हैं। स्पष्टतः इस प्रक्रिया में काफी समय लग जाता है। परन्तु स्वयंसेवी संस्थाओं की मदद से कुछ हद तक अपनी समस्याओं का समाधान करते हैं।

स्वयं सहायता समूहों का महिलाओं के जीवन पर प्रभाव

स्वयं सहायता समूहों में कार्य करने के कारण महिलाओं के आत्मविश्वास, स्वाभिमान, आत्म-गौरव इत्यादि में वृद्धि होती है क्योंकि घरेलू परिधि के बाहर एक समूह के रूप में छोटी-छोटी बचत इकट्ठी

करके, ऋण लेकर, बैंक कर्मचारियों से संपर्क, लघु उद्यम स्थापित करके, समूह की बैठकों की कार्रवाई संचालित करके महिलाओं में निम्नलिखित क्षमताओं का विकास होता है:-

- स्वनिर्णय की शक्ति- स्वयं सहायता समूह के सदस्य के रूप में काम करने के कारण महिलाओं की स्वयं निर्णय लेने की शक्ति का विकास होता है । महिलाओं द्वारा बैंकों के साथ लेन-देन, कागजी कार्रवाई इत्यादि करने से उनमें आत्म-विश्वास पनपता है । समूह की गतिविधियों के संचालन, बैठकों में भाग लेने से महिलाओं की स्वनिर्णय की क्षमताओं का विकास होता है जो धीरे-धीरे परिवार और समुदाय में उनकी सोच को आवाज मिलती है ।
- जानकारी तथा संसाधनों की उपलब्धता- समूह के सदस्य के रूप में महिलाओं की गतिशीलता बढ़ जाती है । घर की चारदीवारी में कैद रहने वाली महिलाएं इन समूहों के माध्यम से पंचायत संस्थाओं, बैंक, सरकारी तंत्र, गैर-सरकारी संगठनों, सूक्ष्म वित्त संस्थानों इत्यादि से संपर्क में आती है जिससे उनके पास अधिक सूचना एवं संसाधन होते हैं । सूचना एवं संसाधनों की उपलब्धता महिलाओं को सशक्त करती है ।
- सामूहिक निर्णय के मामलों में अपनी बात बलपूर्वक रखने की समर्थता- अध्ययनों से स्पष्ट हुआ है कि स्वयं सहायता समूहों में कार्य करने वाली महिलाओं की सामुदायिक कार्यों में सहभागिता, पंचायत की बैठकों में उपस्थिति अधिक सक्रिय होती है । अन्य महिलाओं की अपेक्षा ये महिलाएँ अपनी बात समुदाय के सामने अधिक बलपूर्वक रख पाती है ।
- आर्थिक आत्मनिर्भरता- स्वयं सहायता समूह की सदस्य के रूप में महिलाएँ आर्थिक रूप से आत्म-निर्भर बनती है जिससे परिवार में उनकी स्थिति में सुधार होता है तथा इस प्रकार उपलब्ध धन का इस्तेमाल वे अपने निजी इस्तेमाल अथवा बच्चों की शिक्षा व स्वास्थ्य इत्यादि में करती हैं । अध्ययनों से स्पष्ट है कि आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर महिलाओं के साथ घरेलू हिंसा के मामले कम होते हैं ।
- मनोवैज्ञानिक विकास- स्वयं सहायता समूह की सदस्य के रूप में महिलाओं द्वारा स्वयं की पहल पर सामाजिक बदलावों के लिए भागीदारी सुनिश्चित होती है । उनका बदलाव लाने की अपनी क्षमता में विश्वास सुदृढ़ होता है ।
- कौशल विकास- हमारे देश में प्रायः महिलाएं सिलाई, कढ़ाई, पापड़ बनाने, अचार बनाने जैसे कई कार्य करती हैं किन्तु इन्हीं कार्यों को स्वयं सहायता समूहों के माध्यम से बड़े पैमाने पर वाणिज्यिक आधार पर किया जाता है । इन समूहों को सरकारी तथा गैर-सरकारी संगठनों द्वारा कौशल प्रशिक्षण भी दिया जाता है जिससे महिलाओं की स्वयं की व्यक्तिगत या सामूहिक शक्ति बेहतर करने के लिए कौशल सीखने की क्षमता का विकास होता है ।
- लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं में विश्वास- इन समूहों में सामान्यतया सभी सदस्य एक जैसी सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि के होते हैं तथा इनकी कार्रवाई में लोकतांत्रिक प्रविधियों को अपनाया जाता है जिससे महिलाओं का लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं में विश्वास मजबूत होता है । इसका प्रभाव गांव में राजनीतिक संस्थाओं यथा ग्राम सभा, पंचायत इत्यादि पर भी पड़ता है । महिलाओं की अन्यों की विचारधारा को लोकतांत्रिक तरीके से बदलने की क्षमता में अभिवृद्धि होती है ।

- **वित्तीय क्षेत्र में भागीदारी- आज दुनिया भर में महिलाओं के स्वयं सहायता समूहों को गरीबी का मुकाबला करने में सबसे ज्यादा आशाजनक माना जा रहा है । भारत में 80 फीसदी से अधिक स्वयं सहायता समूह महिलाओं से संबद्ध हैं जिनमें भुगतान दर 95 फीसदी के आसपास है तथा गैर-निष्पादक परिसंपत्तियों का प्रतिशत बहुत कम है ।**

स्वयं सहायता समूह एवं उसकी विशेषताएं:

स्वयं सहायता समूह ग्रामीण गरीबों का एक ऐसा समूह है जिससे समूह के सदस्यों की गरीबी दूर की जा सकती है । समूह सदस्य नियमित बचत करते है और अपनी बचत को सामूहिक निधि के रूप में विकसित करते है तथा सामान्य प्रबंधन के माध्यम से इसका उपयोग वे सदस्यों की ऋण आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए करते हैं ।

स्वयं सहायता समूह समान सामाजिक एवं आर्थिक पृष्ठभूमि वाले 10-20 सदस्यों का एक स्वैछिक समूह है जो-:

- **❖ नियमित रूप से अपनी आमदनी से थोड़ी-थोड़ी बचत करते हैं।**
- **❖ साप्ताहिक बैठक करते हैं।**
- **❖ बैठक में आंतरिक लेनदेन करते हैं।**
- **❖ ऋण की समय पर वापसी करते हैं।**
- **❖ समूह के खाता-बही का उचित लेखांकन करते हैं।**
- **❖ समूह द्वारा तय किये गए नियमों एवं शर्तों पर ऋण उपलब्ध कराते हैं।**
- **❖ व्यक्तिगत राशि को सामूहिक विधि में योगदान के लिए परस्पर सहमत रहते हैं।**
- **❖ सामूहिक निर्णय लेते हैं।**
- **❖ सामूहिक नेतृत्व के द्वारा आपसी मतभेद का समाधान करते हैं।**

उद्देश्य:

स्वयं सहायता समूह के सदस्य समूहों का विचार, अर्थ, महत्व एवं इसकी विशेषताओं को समझ सके तथा वे समूह के लक्ष्यों एवं उद्देश्यों को निर्धरित कर सकेंगे। प्रशिक्षक को प्रतिभागियों से स्वयं सहायता समूह के उद्देश्य के प्रति यह बताना चाहिए कि, अकेले गरीबी से बाहर नहीं आया जा सकता, मगर समूह से जुड़कर गरीबी से बाहर आया जा सकता है।

तथ्य / विषय:

- **❖ नियमित बैठक**
- **❖ नियमित बचत**
- **❖ नियमित किस्त वापसी**
- **❖ नियमित आंतरिक लेनदेन**
- **❖ सही हिसाब किताब**

प्रक्रिया प्रशिक्षण सामग्री:

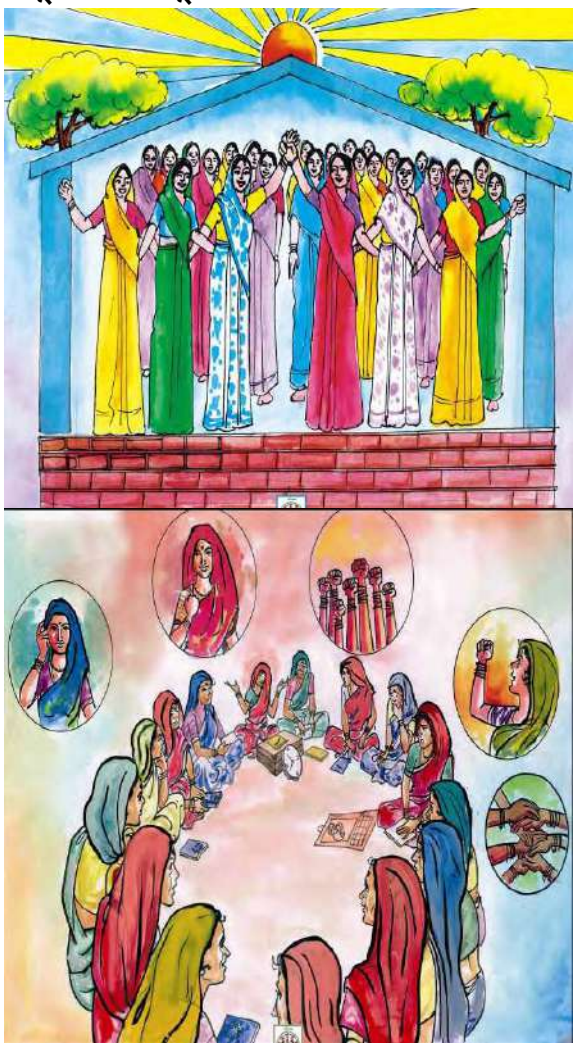
4. 1. फ्लिप चार्ट, 2.मार्कर, 3. ओवरहेड प्रोजेक्टर 4. दृश्य-श्रव्य सामग्री

समय अवधि: समय अवधि: 1 घंटा 20 मिनट

प्रशिक्षण का तरीका:

- **भूमिका नाटक, कहानी**
- **समूह प्रबंधन प्रशिक्षण का तरीका, बड़े समूह में परिचर्चा, व्याख्यान, वीडियो, प्रश्न - उत्तर। प्रशिक्षक को उपरोक्त तरीका प्रयोग करने का निर्देश -**

समूह के पंचसूत्र:



प्रश्न:

पंचसूत्र के फ्लिप चार्ट को दिखा कर प्रशिक्षक प्रतिभागियों से प्रश्न करे -

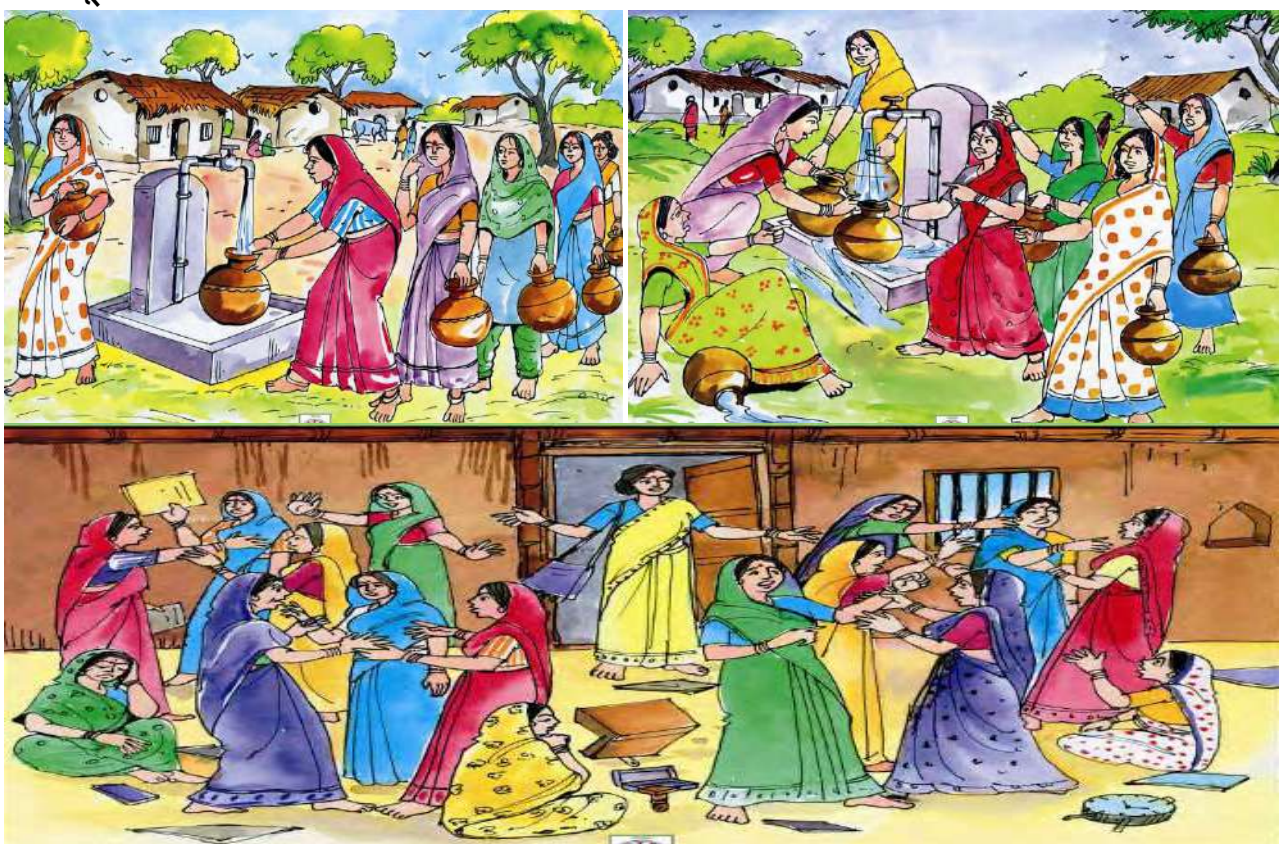
1. **पहले चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है और इससे आपको क्या सीख मिलती है।**
2. **दूसरे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है और इससे आपको क्या सीख मिलती है।**
3. **तीसरे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है और इससे आपको क्या सीख मिलती है।**

4. चौथे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है और इससे आपको क्या सीख मिलती है।
5. पांचवें चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है और इससे आपको क्या सीख मिलती है।
6. समूह का दिल क्या है।

प्रशिक्षक को सदस्यों से अपेछित उत्तर जानने के बाद निम्न तरह से व्याख्या करना चाहिये -

- ❖ समूह द्वारा निर्धारित नियमो का पालन होना चाहिए।
- ❖ समूह की नियमित साप्ताहिक बैठक होनी चाहिए।
- ❖ सदस्यों द्वारा नियमित बचत जमा करना जो उनको वित्तीय सुरक्षा प्रदान करता है।
- ❖ सदस्यों द्वारा नियमित व समय से लिए गए ऋण की किस्त वापसी करनी चाहिए जो समूह का कोष बढ़ाने में मदद करता है।
- ❖ सदस्यों द्वारा नियमित आंतरिक लेनदेन करना चाहिए व उसे समय से वापस करना चाहिए।
- ❖ समूह का सही हिसाब किताब का प्रबंधन करना चाहिए।
- ❖ अगर पंचसूत्र का पालन नहीं हुआ तो समूह नहीं चल पायेगा और टूट जायेगा।

A. समूह में नियम का अभाव एवं उसका महत्व



प्रश्न:

फ्लिप चार्ट को दिखा कर प्रशिक्षक प्रतिभागियों से प्रश्न करे -

१. पहले चित्र में क्या हो रहा है व महिलाये क्या कर रही है।
२. महिलाये पानी लेने के लिए आपस में क्यों झगड़ रही थी।
३. इससे महिलाओ का क्या नुकसान हो रहा है।
४. दूसरे चित्र में क्या हो रहा है व महिलाये क्या कर रही है।

५. महिलाये कतार में खड़ी होकर क्यों पानी ले रही है। व इससे महिलाओ को क्या लाभ हो रहा है।

६. आपके समूह में क्या कोई नियम है? यदि हाँ तो क्या आपलोग उसका पालन करते है।

७. तीसरे चित्र में क्या हो रहा है व समूह की महिलाये क्या कर रही है।

८. क्या आपके समूह में विवाद हुआ है। यदि हाँ तो किस-किस तरह का, यदि नहीं तो किस तरह का विवाद हो सकता है।

प्रशिक्षक को प्रतिभागियों से अपेछित उत्तर जानने के बाद निम्न तरह से व्याख्या करना चाहिये -

- ❖ समूह में नियम बनाना जरुरी है और नियम का सही-सही पालन करने से विवाद नहीं होता है।
- ❖ विवाद में किसी का फायदा नहीं होता है। आपस में सदभावनापूर्वक बातचीत कर नियम बनाकर विवाद को समाप्त किया जा सकता है।

B. <u>समूह की सही वा नियमित साप्ताहिक बैठक</u>

प्रश्न:

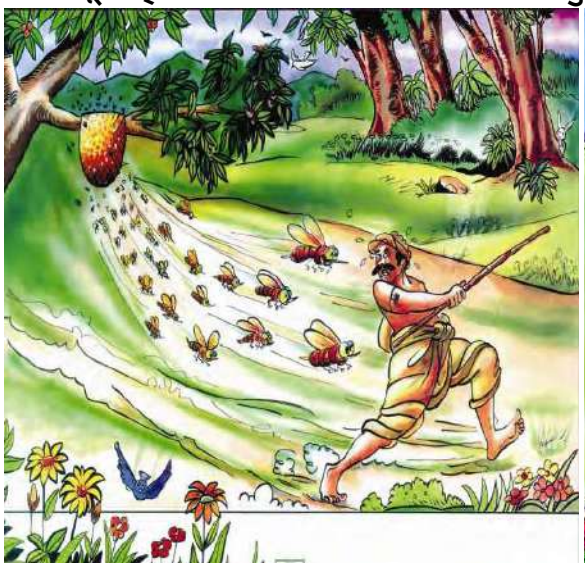
फ्लिप चार्ट को दिखा कर प्रशिक्षक प्रतिभागियों से प्रश्न करे -

1. पहले वा दूसरे चित्र में क्या हो रहा है व महिलाये क्या कर रही है।
2. क्या इस तरह की बैठक आपके समूह में भी होती है।
3. दूसरे चित्र को देखकर आप क्या समझ रहे है।
4. समय से बैठक होने से क्या फायदा है।

प्रशिक्षक को प्रतिभागियों से अपेछित उत्तर जानने के बाद निम्न तरह से व्याख्या करना चाहिये -

- ❖ समूह की बैठक का संचालन, निश्चित समय व दिन को तय किये गए स्थान पर होना चाहिए।
- ❖ समूह के सभी सदस्यों को गोलाकार रूप में बैठना चाहिए।
- ❖ समूह का समयानुसार नियमित साप्ताहिक बैठक होना चाहिए।
- ❖ समूह की बैठक में विभिन्न मुद्दों पर चर्चा होनी चाहिए।
- ❖ चर्चा के बिंदु तय होना चाहिए।

C. <u>समूह द्वारा बचत एवं अपने बचत की सुरक्षा एवं उनकी एकता</u>



प्रश्न:

मधुमक्खी द्वारा अपने बचत की सुरक्षा एवं उनकी एकता के फ्लिप चार्ट को दिखा कर प्रशिक्षक प्रतिभागियों से प्रश्न करे -

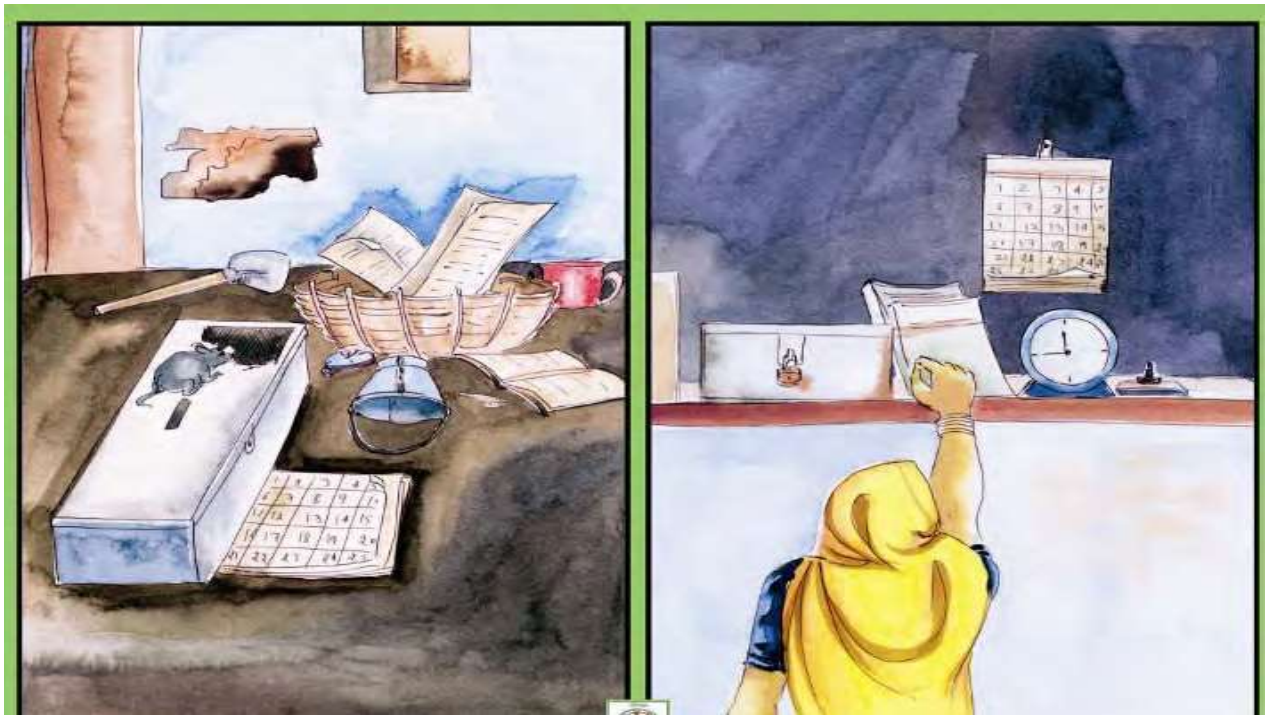
- **पहले चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है।**
- **सभी मधुमखियाँ फूलो से शहद इकठा करके रखती है, क्यों।**
- **दूसरे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है।**
- **मधुमखियो ने उस व्यक्ति को कैसे भगाया।**
- **आपको इससे क्या सीख मिलती है।**
- **तीसरे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है। क्या समय से सभी सदस्य उपस्थित हुए व निर्धारित साप्ताहिक बचत हो रही है।**
- **लगातार बचत नहीं होने से क्या-क्या नुकसान होता है।**

- चौथे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है। क्या समय से सभी सदस्य उपस्थित हुए व निर्धारित साप्ताहिक बचत व ऋण के लेनदेन एक समान ब्याज पर हो रही है।
- क्या आपके समूह में ऐसा होता है या नहीं और क्या ऐसा होना चाहिए।

प्रशिक्षक को सदस्यों से अपेछित उत्तर जानने के बाद निम्न तरह से व्याख्या करना चाहिये -

- एकता में बल है और अगर सब एक मत होकर कोई कार्य करना चाहे तो कठिन से कठिन कार्य आसानी से किया जा सकता है।
- बचत समूह की प्राथमिक गतिविधि है।
- बचत समूह के सदस्यों को वित्तीय सुरक्षा प्रदान करता है।
- बचत सदस्यों में समूह के प्रति स्वामित्व का भाव पैदा करता है।
- बचत का प्रयोग विकास हेतु किया जा सकता है।
- बचत आय की गतिविधि शुरू करने में मदद करता है।
- बचत समूह का कोष बढ़ाने में मदद करता है।
- समूह का समयानुसार नियमित बैठक होना चाहिए।
- निर्धारित समय पर सदस्यो की उपस्थिति वा नियमित बचत एवं ऋण के लेनदेन से समूह मजबूत होता है और सदस्यो में अनुशासन की भावना आती है।
- समूह के सारे वित्तीय लेन-देन बैठक में होने चाहिए।
- सभी तरह ले कर्ज पर एक समान ब्याज होना चाहिए।
- सिर्फ समूह के सदस्य ही कर्ज लेने के हकदार है बाहरी यक्तियो को कर्ज नहीं देना चाहिए।

D. <u>समूह के खाता-बही का रख-रखाव</u>



प्रश्न:

मधुमक्खी द्वारा अपने बचत की सुरक्षा एवं उनकी एकता के फ्लिप चार्ट को दिखा कर प्रशिक्षक प्रतिभागियों से प्रश्न करे -

- **पहले चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है।**
- **क्या समूह संचालन की सामग्री एवं बही-खाता का सही ढंग से रख-रखाव समूह के सदस्यों द्वारा किया जा रहा है।**
- **दूसरे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है।**
- **क्या समूह संचालन की सामग्री एवं बही-खाता का सही ढंग से रख-रखाव समूह के सदस्यों द्वारा किया जा रहा है।**
- **क्या आप लोग भी ऐसा करते है।**
- **क्या आपके समूह के प्रत्येक बैठक के दिन ही बही-खाता लिखा जाता है।**

प्रशिक्षक को सदस्यों से अपेछित उत्तर जानने के बाद निम्न तरह से व्याख्या करना चाहिये -

- **समूह के प्रत्येक बैठक के दिन ही बही-खाता लिखना चाहिए।**

E. <u>समूह में नेतृत्व के गुण</u>

प्रश्न:

समूह में नेतृत्व के गुण के फ्लिप चार्ट को दिखा कर प्रशिक्षक प्रतिभागियों से प्रश्न करे -

- **पहले चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है।**
- **समूह का कैसा प्रतिनिधि (नेता) होना चाहिए।**
- **दूसरे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है।**
- **तीसरे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है।**
- **चौथे चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है।**
- **क्या समूह संचालन की जिम्मेदारी का निर्वहन केवल कुछ सदस्यों को ही करना चाहिए।**
- **क्या आप लोग भी ऐसा करते है।**

प्रशिक्षक को सदस्यों से अपेछित उत्तर जानने के बाद निम्न तरह से व्याख्या करना चाहिये -

- **समूह संचालन की जिम्मेदारी का निर्वहन केवल कुछ सदस्यों को ही नहीं, बल्कि सभी सदस्यों को करना चाहिए।**

F. <u>समूह का प्रीतिनिधित्व</u>

प्रश्न:

समूह का प्रतिनिधित्व के फ्लिप चार्ट को दिखा कर प्रशिक्षक प्रतिभागियों से प्रश्न करे -

- **चित्र को देख कर आप क्या समझ रहे है।**
- **बैलगाड़ी के ऊपर बर्तन और अनाज से भरा बोरा क्या दर्शाता है।**
- **क्या समूह का ऐसा ही प्रतिनिधित्व होना चाहिए।**
- **क्या आप लोग भी ऐसा करते है।**
- **ऐसा करने से क्या क्या फायदे है।**
- **नेतृत्व क्या है।**
- **समूह में नेतृत्व की आवश्यकता क्या है।**
- **अच्छे नेता के क्या गुण या लक्षण होते है।**
- **नेता और सदस्यों की क्या-क्या जिम्मेदारियाँ है।**

प्रशिक्षक को सदस्यों से अपेछित उत्तर जानने के बाद निम्न तरह से व्याख्या करना चाहिये -

- **नेतृत्व को सभी सदस्य का सहयोग होना चाहिए तभी एक आदर्श समूह बन पायेगा और अपने उद्देश्य की पूर्ति कर पायेगा।**

<u>केस स्टडी</u> -

डाक्यूमेंट्री फिल्म एवं एनिमेटेड" वृत्तचित्र -

- **भीतर प्रकाश ढूँढना | उत्तर प्रदेश में युवा महिला स्वयं सहायता समूहों की कहानियां | - डाक्यूमेंट्री फिल्म**
- **स्वयं सहायता समूह निर्माण एनिमेशन फिल्म**

संसाधन की उपलब्धता आधार पर डाक्यूमेंट्री फिल्म एवं एनिमेटेड" वृत्तचित्र दिखाएं व इस पर चर्चा करे।

डाक्यूमेंट्री फिल्म एवं एनिमेटेड" वृत्तचित्र दिखाते समय इसे बीच-बीच में रोक-रोक कर इस पर समझ बनाने की कोशिश करें।

समय अवधि: 2 घंटा

इस डाक्यूमेंट्री फिल्म एवं एनिमेटेड" वृत्तचित्र का लिंक:

- **https://youtu.be/1XNKPf7ZDi0 - उत्तर प्रदेश में युवा महिला स्वयं सहायता समूहों की कहानियां | - डाक्यूमेंट्री फिल्म**
- **https://youtu.be/mLKD76uIRSo - स्वयं सहायता समूह निर्माण एनिमेशन फिल्म**

पूछें: एनिमेटेड" वृत्तचित्र दिखाने के उपरान्त पूछे जाने वाले प्रश्न:-

प्रश्नावली:

- **गरीबी क्या है**
- **गरीबी के क्या क्या कारण होते है।**
- **एकता में शक्ति है से क्या समझते है।**
- **निम्न डाक्यूमेंट्री फिल्म एवं एनिमेटेड" वृत्तचित्र को देख कर आपको क्या सीख मिलती है**
- **समूह क्या है व इसके क्या महत्व, विशेषताएं वा लाभ है।**
- **समूह की बैठक की क्या प्रक्रिया है।**
- **अच्छे बैठक में अपने क्या क्या देखा।**
- **बैठक के सामान्य मुददे कौन कौन से है।**
- **बचत जमा करने की क्या प्रक्रिया है।**
- **कर्ज वापसी जमा करवाने की क्या प्रक्रिया है।**
- **ने कर्ज स्वीकृत करने की क्या प्रक्रिया है।**
- **बैठक में आने वाली कौन कौन सी बाधा है।**
- **पंचसूत्र क्या है।**
- **समूह के नियम क्या है।**
- **समूह के नियम कौन तय करता है।**
- **समूह में नियमो की आवश्कता क्यों है।**
- **समूह में कौन कौन सी समस्या व विवाद होते है।**
- **समूह में समस्या व विवाद का निदान कैसे होता है।**

सेंटर ऑफ़ टेक्नोलॉजी एंड एंटरप्रेन्योरशिप डेवलपमेंट (सीटेड)

इ-६, सेक्टर-२१, इंडस्ट्रियल एरिया, जगदीशपुर जिला - अमेठी, उत्तर प्रदेश - २२७८१७,

फोन न. - +91-9415046619, 05361 - 270320, ईमेल - ctedinfo@gmail.com