PANKH–पंख

Promoting Aspirations, Nurturing Knowledge & Hope

आकांक्षाओं को उड़ान, ज्ञान को दिशा एवं आशा को नई राह

प्रशिक्षकों के लिए मॉड्यूल

- आकांक्षा को उड़ान
- ज्ञान को दिशा
- आशा को राह
- प्रशिक्षण से परिवर्तन
- हर सीख एक संभावना



बाल देखरेख संस्थानों में आवासरत बच्चों के कौशल विकास हेतु एक पहल

प्रेरणास्रोत

- **माननीय न्यायाधिपति श्री संजीव प्रकाश शर्मा,**
  कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश, राजस्थान उच्च न्यायालय
- **माननीय न्यायाधिपति श्री इंद्रजीत सिंह,**
  न्यायाधीश एवं अध्यक्ष, किशोर न्याय समिति, राजस्थान उच्च न्यायालय
- **माननीय न्यायाधिपति श्री अनूप कुमार ढण्ड,**
  न्यायाधीश एवं सह–अध्यक्ष, किशोर न्याय समिति, राजस्थान उच्च न्यायालय
- **माननीया न्यायाधिपति सुश्री रेखा बोराना,**
  न्यायाधीश एवं अध्यक्ष, पोक्सो समिति, राजस्थान उच्च न्यायालय
- **माननीया न्यायाधिपति डॉ. नुपुर भाटी,**
  न्यायाधीश एवं सह–अध्यक्ष, किशोर न्याय समिति, राजस्थान उच्च न्यायालय
- **माननीय न्यायाधिपति श्री संदीप शाह,**
  न्यायाधीश एवं सदस्य, किशोर न्याय समिति, राजस्थान उच्च न्यायालय

मार्गदर्शन

- **श्री प्रशांत चौधरी,**
  रजिस्ट्रार (वर्गीकरण–I) एवं नोडल अधिकारी, किशोर न्याय समिति, राजस्थान उच्च न्यायालय
- **डॉ. आलोक त्रिपाठी, IPS (से.नि.),**
  कुलगुरु, सरदार पटेल पुलिस, सुरक्षा और दाण्डिक न्याय विश्वविद्यालय एवं महात्मा गांधी दिव्यांग विश्वविद्यालय, जोधपुर, राजस्थान
- **श्री निकया गोहाएन, IAS,**
  आयुक्त, बाल अधिकारिता विभाग, राजस्थान सरकार
- **श्री लक्ष्मीनरसिम्हा राव कुडलीगी,**
  प्रमुख, फील्ड कार्यालय, यूनिसेफ, राजस्थान

संकलन

- **डॉ. संजय निराला,**
  बाल संरक्षण विशेषज्ञ, यूनिसेफ, राजस्थान
- **सुश्री हेमाली लेउवा,**
  बाल संरक्षण अधिकारी, यूनिसेफ, राजस्थान
- **डॉ. ज्योति शर्मा,**
  वरिष्ठ सलाहकार
- **श्री सोनू शर्मा,**
  एमआईएस सहायक
- **श्री हर्षित शर्मा,**
  कनिष्ठ न्यायिक सहायक

लेखन एवं संपादन

- **श्री आशुतोष श्रीवास्तव,**
  राज्य बाल संरक्षण सलाहकार, यूनिसेफ, राजस्थान
- **श्री कपिल देव प्रसाद,**
  राज्य बाल संरक्षण सलाहकार, यूनिसेफ, राजस्थान
- **डॉ. अजीत जोशी,**
  राज्य बाल संरक्षण सलाहकार, यूनिसेफ, राजस्थान
- **श्रीमती सिंधु बिनुजीत,**
  राज्य बाल संरक्षण सलाहकार, यूनिसेफ, राजस्थान
- **श्री देवाशीष मिश्रा,**
  राज्य बाल संरक्षण सलाहकार, यूनिसेफ, राजस्थान
- **श्री प्रवीण सिंह,**
  फैकल्टी–अकादमिक, सेंटर फॉर चाइल्ड प्रोटेक्शन, एस.पी.यू.पी.
- **श्री राजकुमार पालीवाल,**
  कार्यक्रम अधिकारी–क्षमतावर्धन, बाल संदर्भ केंद्र, ह.च.मा. रीपा, जयपुर
- **श्री बिमल कुमार सामंतराय,**
  फैकल्टी–बाल संरक्षण, सेंटर फॉर चाइल्ड प्रोटेक्शन, एस.पी.यू.पी.
- **श्री धर्मेन्द्र कुमार,**
  राज्य बाल संरक्षण सलाहकार, यूनिसेफ, राजस्थान

प्रकाशन – 2026

महत्वपूर्ण सूचना

इस पुस्तिका में दी गई जानकारी का उद्देश्य पाठकों की जागरूकता को बढ़ाना है, कृपया इसका इस्तेमाल कानूनी साक्ष्य के रूप में न करें। सम्बंधित कानूनों एवं योजनाओं के बारें में विस्तृत जानकारी के लिए कानूनी दस्तावेज को रेफर करें।



सत्यमेव जयते

संजीव प्रकाश शर्मा

कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश
राजस्थान उच्च न्यायालय



संदेश

बच्चे राष्ट्र की सबसे महत्वपूर्ण धरोहर हैं। उनका संरक्षण, विकास और सशक्तीकरण एक समतामूलक एवं संवेदनशील समाज के निर्माण की आधारशिला है।

"पंख" मॉड्यूल का उद्देश्य बाल देख–रेख संस्थानों में रहने वाले बच्चों को ज्ञान, कौशल और जीवन में विकास के अवसरों से जोड़ना है। यह पहल बच्चों में आत्मविश्वास, आत्मनिर्भरता और सकारात्मक भविष्य की दिशा में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करती है।

मॉड्यूल में सम्मिलित विषयों को बच्चों के समग्र विकास की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है। मेरा विश्वास है कि यह मॉड्यूल विशेष रूप से जीवन कौशल, शिक्षा, करियर, वित्तीय जागरूकता तथा विभिन्न सरकारी योजनाओं से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान करते हुए बच्चों को भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार करने में अहम भूमिका निभाएगा।

मैं "पंख मॉडयूल" प्रकाशन की सफलता की कामना करता हूँ और आशा करता हूँ कि यह मॉड्यूल बच्चों के जीवन में सकारात्मक परिवर्तन लाने तथा उन्हें आत्मनिर्भर एवं सशक्त बनाने का प्रभावी माध्यम बनेगा।

(न्यायाधिपति संजीव प्रकाश शर्मा)

सत्यमेव जयते

इंद्रजीत सिंह

न्यायाधीश,
राजस्थान उच्च न्यायालय
एवं अध्यक्ष, किशोर न्याय समिति



संदेश

बाल संरक्षण एवं किशोर न्याय प्रणाली का मूल उद्देश्य प्रत्येक बच्चे को सुरक्षा, अवसर और गरिमापूर्ण जीवन प्रदान करना है। इस दिशा में गुणवत्तापूर्ण क्षमता निर्माण एवं जीवन कौशल आधारित प्रशिक्षण अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

'पंख' मॉड्यूल बाल देखरेख संस्थानों में रहने वाले बच्चों एवं केयर लीवर्स के लिए एक समग्र प्रशिक्षण संसाधन है, जो उन्हें आत्मनिर्भर एवं सशक्त बनने की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान करता है। इसकी विषय–वस्तु किशोर न्याय अधिनियम की भावना के अनुरूप बच्चों के अधिकारों, समग्र विकास, पुनर्वास एवं सामाजिक पुनर्समावेशन को केंद्र में रखकर तैयार की गई है।

मुझे विश्वास है कि यह मॉड्यूल बच्चों को आवश्यक ज्ञान, जीवन कौशल एवं विकास के अवसरों से जोड़ते हुए उन्हें आत्मविश्वास के साथ एक सुरक्षित, सम्मानजनक एवं सफल भविष्य की ओर अग्रसर करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा।

इस सराहनीय प्रयास के लिए सभी सहयोगी संस्थाओं, विशेषज्ञों एवं इस महत्वपूर्ण पहल से जुड़े सभी व्यक्तियों को मेरी हार्दिक शुभकामनाएँ। मुझे आशा है कि 'पंख' मॉड्यूल बच्चों के जीवन में सकारात्मक परिवर्तन लाने और उन्हें आत्मनिर्भर भविष्य के लिए तैयार करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम सिद्ध होगा। बाल संरक्षण एवं किशोर न्याय प्रणाली का मूल उद्देश्य प्रत्येक बच्चे को सुरक्षा, अवसर और गरिमापूर्ण जीवन प्रदान करना है। इस दिशा में गुणवत्तापूर्ण क्षमता निर्माण एवं जीवन कौशल आधारित प्रशिक्षण अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

(न्यायमूर्ति इंद्रजीत सिंह)

सत्यमेव जयते

अनूप कुमार ढण्ड

न्यायाधीश,
राजस्थान उच्च न्यायालय
एवं सह–अध्यक्ष, किशोर न्याय समिति



संदेश

किसी भी समाज और राष्ट्र का भविष्य उसके बच्चों में निहित होता है। बच्चों को सुरक्षित, सम्मानजनक और अवसरों से भरपूर वातावरण देना केवल हमारी जिम्मेदारी ही नहीं, बल्कि एक बेहतर और संवेदनशील समाज के निर्माण की आधारशिला भी है। विशेष रूप से बाल देखभाल संस्थानों में निवासरत बच्चों के लिए उचित मार्गदर्शन, शिक्षा, जीवन कौशल और आत्मनिर्भर बनने के अवसर अत्यंत महत्वपूर्ण हैं।

इसी उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए 'पंख मॉड्यूल' एक अत्यंत उपयोगी और सराहनीय पहल है। यह मॉड्यूल बच्चों को केवल आवश्यक जानकारी प्रदान करने तक सीमित नहीं है, बल्कि उन्हें अपने जीवन को बेहतर ढंग से समझने, अपने सपनों को पहचानने और उन्हें पूरा करने की दिशा में आगे बढ़ने के लिए तैयार करता है।

'पंख मॉड्यूल' के माध्यम से बच्चों में आत्म–जागरूकता, आत्मविश्वास, निर्णय लेने की क्षमता, जीवन कौशल, करियर संबंधी समझ और वित्तीय साक्षरता विकसित करने का प्रयास किया गया है। साथ ही, बच्चों को विभिन्न सरकारी योजनाओं, सहायता सेवाओं और उपलब्ध अवसरों से जोड़ने की दिशा में भी यह मॉड्यूल महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा।

मुझे विशेष प्रसन्नता है कि इस मॉड्यूल में बाल अधिकारों पर आधारित दृष्टिकोण को व्यावहारिक प्रशिक्षण और जीवन की वास्तविक आवश्यकताओं से जोड़ा गया है। इससे बच्चों को न केवल अपने अधिकारों और जिम्मेदारियों की समझ मिलेगी, बल्कि उन्हें कठिन परिस्थितियों का सामना करने, सही निर्णय लेने और अपने भविष्य के लिए सकारात्मक सोच विकसित करने में भी सहायता मिलेगी।

इस महत्वपूर्ण और संवेदनशील पहल के लिए मैं सभी संबंधित अधिकारियों, विशेषज्ञों, संस्थाओं एवं सहयोगियों को हार्दिक बधाई देता हूँ। बच्चों के उज्ज्वल भविष्य के लिए किए जा रहे इस प्रयास की सफलता की शुभकामना देता हूँ और आशा करता हूँ कि 'पंख मॉड्यूल' अनेक बच्चों के जीवन में विश्वास, अवसर और नई उम्मीद के पंख लगाएगा।

(न्यायमूर्ति अनूप कुमार ढण्ड)

सत्यमेव जयते

रेखा बोराना

न्यायाधीश,
राजस्थान उच्च न्यायालय
एवं अध्यक्ष, पोक्सो समिति



संदेश

प्रत्येक बच्चे को सुरक्षित, सम्मानजनक, गरिमापूर्ण एवं हिंसामुक्त वातावरण में विकसित होने का अधिकार है। बच्चों की सुरक्षा केवल एक कानूनी दायित्व नहीं, बल्कि एक संवेदनशील एवं उत्तरदायी समाज की नैतिक जिम्मेदारी भी है। बच्चों को भय, हिंसा, शोषण और किसी भी प्रकार के दुर्व्यवहार से मुक्त वातावरण प्रदान करना उनके समग्र विकास के लिए जरूरी है।

'पंख प्रशिक्षण मॉड्यूल' बच्चों को उनके अधिकारों के प्रति जागरूक करने, सुरक्षा संबंधी समझ विकसित करने, आत्मविश्वास बढ़ाने तथा आवश्यकता के समय उचित सहायता प्राप्त करने के लिए आवश्यक कौशल प्रदान करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण एवं सराहनीय पहल है। विशेष रूप से 'सुरक्षा एवं सहयोग' से संबंधित विषय–वस्तु बच्चों को सुरक्षित एवं असुरक्षित परिस्थितियों को पहचानने, संभावित जोखिमों के प्रति सजग रहने तथा आवश्यकता पड़ने पर विश्वसनीय व्यक्ति एवं उपयुक्त सहायता तंत्र तक पहुँचने में सक्षम बनाती है।

मेरा दृढ़ विश्वास है कि बच्चों को जागरूक, आत्मविश्वासी और सक्षम बनाना उनके विरुद्ध हिंसा, शोषण एवं दुर्व्यवहार की रोकथाम की दिशा में सबसे प्रभावी उपायों में से एक है। 'पंख प्रशिक्षण मॉड्यूल' इसी सोच को व्यवहारिक रूप प्रदान करते हुए बच्चों में सुरक्षा–बोध, आत्मविश्वास और आत्म–संरक्षण की क्षमता विकसित करने का महत्वपूर्ण माध्यम बनेगा।

मुझे आशा है कि यह प्रकाशन विशेष रूप से बाल देखरेख संस्थानों में निवासरत बच्चों के जीवन में सकारात्मक एवं स्थायी परिवर्तन लाने के साथ–साथ उनके लिए एक सुरक्षित, सशक्त एवं गरिमापूर्ण भविष्य के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा।

इस उत्कृष्ट एवं संवेदनशील प्रयास के लिए सभी संबंधित संस्थाओं, विशेषज्ञों, प्रशिक्षकों एवं सहयोगीगण को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ। मुझे पूर्ण विश्वास है कि 'पंख प्रशिक्षण मॉड्यूल' सुरक्षित बचपन की परिकल्पना को साकार करने तथा बच्चों को उनके अधिकारों और संभावनाओं के प्रति सशक्त बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम सिद्ध होगा।

(न्यायमूर्ति रेखा बोराना)

सत्यमेव जयते

डॉ. नुपुर भाटी



न्यायाधीश,
राजस्थान उच्च न्यायालय
एवं सह–अध्यक्ष, किशोर न्याय समिति

संदेश

बच्चों का संरक्षण, विकास एवं सहभागिता हमारे संवैधानिक और मानवीय दायित्वों का अभिन्न अंग है। बाल देखभाल संस्थानों में रहने वाले बच्चों को ऐसा वातावरण मिलना चाहिए जहाँ वे स्वयं को सुरक्षित, सम्मानित और समर्थ महसूस कर सकें।

पंख मॉड्यूल इसी सोच का उत्कृष्ट उदाहरण है। यह केवल एक प्रशिक्षण संसाधन नहीं है, बल्कि बच्चों की आकांक्षाओं को दिशा देने, उनके आत्मविश्वास को सुदृढ़ करने तथा जीवन कौशल विकसित करने का एक सार्थक प्रयास है।

मॉड्यूल में स्वास्थ्य, सुरक्षा, शिक्षा, करियर मार्गदर्शन, वित्तीय साक्षरता एवं सरकारी योजनाओं जैसे विषयों को सरल एवं बाल–अनुकूल तरीके से प्रस्तुत किया गया है। यह दृष्टिकोण बच्चों को आत्मनिर्भर एवं जिम्मेदार नागरिक बनने की दिशा में सहायक होगा।

मुझे विश्वास है कि यह मॉड्यूल बच्चों, केयर लीवर्स तथा उनके साथ कार्य करने वाले सभी पेशेवरों के लिए एक उपयोगी संदर्भ दस्तावेज सिद्ध होगा।

इस महत्वपूर्ण पहल के लिए यूनिसेफ राजस्थान एवं सभी सहयोगी संस्थाओं को मेरी हार्दिक शुभकामनाएँ।

(न्यायमूर्ति डॉ. नुपुर भाटी)

सत्यमेव जयते

संदीप शाह



न्यायाधीश,
राजस्थान उच्च न्यायालय
एवं सदस्य, किशोर न्याय समिति

संदेश

मुझे यह जानकर प्रसन्नता है कि यूनिसेफ राजस्थान, बाल अधिकारिता विभाग तथा सहयोगी संस्थाओं द्वारा बाल देखभाल संस्थानों में निवासरत बच्चों एवं किशोर–किशोरियों के लिए जीवन–कौशल, आत्मनिर्भरता एवं भविष्य–निर्माण पर केंद्रित प्रशिक्षण मॉड्यूल **"PANKH" (Promoting Aspirations Nurturing Knowledge & Hope)** प्रकाशित किया जा रहा है।

बाल देखभाल संस्थानों में निवासरत अनेक बच्चे जीवन की विषम परिस्थितियों, चुनौतियों और विपरीत अनुभवों से गुजर चुके होते हैं। ऐसे बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए केवल संरक्षण और देखभाल पर्याप्त नहीं है। उनके भीतर आत्मविश्वास जगाना, उन्हें शिक्षा एवं कौशल से सशक्त बनाना, स्वास्थ्य और सुरक्षा के प्रति जागरूक करना, वित्तीय साक्षरता प्रदान करना तथा भविष्य के अवसरों से परिचित कराना भी आवश्यक है।

किसी बच्चे को सशक्त बनाने का वास्तविक अर्थ उसे केवल सहारा देना नहीं, बल्कि उसे अपने पैरों पर खड़े होने और अपने आकाश की ओर उड़ान भरने के लिए पंख देना है। इसी उद्देश्य की दिशा में यह प्रशिक्षण मॉडयूल एक महत्वपूर्ण कदम है। इसकी विषय–वस्तु बच्चों में आत्मविश्वास, आत्मनिर्भरता, सकारात्मक सोच और जीवन के प्रति आशावादी दृष्टिकोण विकसित करने में सहायक होगी।

शिक्षा, कौशल विकास, सरकारी योजनाओं, अधिकारों, वित्तीय समझ और आत्म–जागरूकता जैसे विषयों को समाहित करने वाला यह मॉडयूल बच्चों को न केवल वर्तमान चुनौतियों का सामना करने के लिए तैयार करेगा, बल्कि उन्हें स्वावलंबी, सजग और सम्मानजनक भविष्य की ओर अग्रसर होने का मार्ग भी दिखाएगा।

मुझे विश्वास है कि यह मॉड्यूल बाल देखभाल संस्थानों के कार्मिकों, प्रशिक्षकों एवं बच्चों के लिए एक प्रभावी और संवेदनशील मार्गदर्शिका के रूप में कार्य करेगा।

इस महत्वपूर्ण एवं दूरदर्शी पहल से जुड़े सभी संस्थानों, विशेषज्ञों, प्रशिक्षकों एवं लेखकों को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ।

(न्यायमूर्ति संदीप शाह)



प्रशांत चौधरी

रजिस्ट्रार (वर्गीकरण–I) एवं नोडल
अधिकारी, किशोर न्याय समिति, राजस्थान
उच्च न्यायालय

संदेश

बाल देखभाल संस्थानों में रह रहे बच्चों को सक्षम, जागरूक और आत्मनिर्भर बनाना किशोर न्याय प्रणाली के प्रमुख उद्देश्यों में से एक है। इस दिशा में प्रशिक्षण एवं क्षमता निर्माण की प्रभावी सामग्री की आवश्यकता लंबे समय से महसूस की जा रही थी। पंख मॉड्यूल इस आवश्यकता की पूर्ति की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। इसमें बच्चों के जीवन से जुड़े महत्वपूर्ण विषयों को सरल, व्यावहारिक एवं सहभागितापूर्ण दृष्टिकोण से प्रस्तुत किया गया है, जिससे प्रशिक्षक एवं बच्चे दोनों लाभान्वित होंगे। यह मॉड्यूल न केवल ज्ञान प्रदान करता है, बल्कि बच्चों को आत्मविश्वासी, जिम्मेदार और भविष्य के लिए तैयार नागरिक बनने की प्रेरणा भी देता है। मुझे विश्वास है कि यह मॉड्यूल राज्य के बाल देखभाल संस्थानों में गुणवत्ता आधारित प्रशिक्षण को मजबूत करेगा।

इस महत्वपूर्ण प्रकाशन के लिए सभी संबंधित संस्थाओं एवं विशेषज्ञों को हार्दिक बधाई।

(प्रशांत चौधरी)

डॉ. आलोक त्रिपाठी, IPS (से.नि.)

कुलगुरु, सरदार पटेल पुलिस,
सुरक्षा और दाण्डिक न्याय विश्वविद्यालय
एवं महात्मा गांधी दिव्यांग विश्वविद्यालय, जोधपुर, राजस्थान



संदेश

बाल देखभाल संस्थानों में आवासरत बच्चों एवं किशोर–किशोरियों के संरक्षण के साथ–साथ उनके समग्र विकास, आत्मविश्वास और भविष्य की संभावनाओं को सुदृढ़ करना हमारी सामूहिक जिम्मेदारी है। प्रत्येक बच्चे में अपनी विशिष्ट क्षमताएं, आकांक्षाएं और संभावनाएं होती हैं। आवश्यकता इस बात की है कि, उन्हें ऐसा सुरक्षित, संवेदनशील और अवसरपूर्ण वातावरण मिले, जहाँ वे स्वयं को समझ सके, अपनी क्षमताओं को पहचान सके और अपने भविष्य के संबंध में सकारात्मक निर्णय ले सके।

इसी विचार को केंद्र में रखते हुए "PANKH–पंख" मॉड्यूल विकसित किया गया है। यह मॉड्यूल बच्चों में आत्म–जागरूकता, आत्म–सम्मान, स्वास्थ्य एवं स्वच्छता, सुरक्षा एवं सहयोग, शिक्षा एवं कैरियर, वित्तीय साक्षरता तथा सरकारी योजनाओं एवं सहायता सेवाओं से जोड़ने का एक समग्र प्रयास है।

विशेष रूप से किशोरावस्था जीवन का वह महत्वपूर्ण चरण है, जिसमें बच्चे अपनी पहचान, रूचियों, क्षमताओं और जीवन के लक्ष्यों को समझना प्रारंभ करते हैं। ऐसे समय में सही मार्गदर्शन, जीवन कौशल और अवसरों तक पहुँच, उन्हें आत्मनिर्भर एवं सम्मानजनक जीवन की दिशा में आगे बढ़ने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। इसी आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए बाल–केंद्रित, सहभागितापूर्ण एवं गतिविधि–आधारित दृष्टिकोण के साथ यह मॉड्यूल तैयार किया गया है।

मुझे आशा ही नहीं पूर्ण विश्वास है कि यह पहल बाल देखभाल संस्थानों में रहने वाले प्रत्येक बच्चे को अपने पंख पहचानने, उन्हें मजबूत करने और अपने सपनों की उड़ान भरने के लिए प्रेरित करने में सार्थक सिद्ध होगा।

(डॉ. आलोक त्रिपाठी)

निकया गोहाएन, IAS

आयुक्त,
बाल अधिकारिता विभाग
राजस्थान सरकार



संदेश

बच्चों का सुरक्षित, सम्मानजनक और समग्र विकास सुनिश्चित करना हम सभी की सामूहिक जिम्मेदारी है। विशेष रूप से बाल देखरेख संस्थाओं में निवासरत बच्चों के लिए संरक्षण के साथ–साथ शिक्षा, जीवन–कौशल, व्यावसायिक कौशल, आत्मनिर्भरता तथा समाज की मुख्यधारा में जोड़ना अत्यंत आवश्यक है। प्रत्येक बच्चे में अपार संभावनाएं निहित हैं; उन संभावनाओं को विकसित करने और उन्हें उचित अवसर प्रदान करने की आवश्यकता है।

भारत का संविधान, किशोर न्याय (बालकों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम, 2015, तथा मिशन वात्सल्य बच्चों के सर्वोत्तम हित, उनकी गरिमा, विकास, पुनर्वास और समाज की मुख्यधारा में पुनः शामिल करने पर विशेष बल देता है। इस दृष्टि से बाल देखरेख संस्थाओं में निवासरत बच्चों के लिए केवल आश्रय और देखभाल पर्याप्त नहीं है। उन्हें ऐसे ज्ञान, कौशल और सहयोग की आवश्यकता है, जो उन्हें भविष्य में आत्मविश्वासी, सक्षम, सुरक्षित और आत्मनिर्भर नागरिक बनने में सहायता प्रदान करें।

"PANKH–पंख" मॉड्यूल इसी महत्वपूर्ण उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है। इसमें बच्चों के कौशल विकास और संरक्षण को परस्पर पूरक विषयों के रूप में प्रस्तुत करने का प्रयास किया गया है। कौशल विकास बच्चों को अपनी रुचि एवं क्षमता के अनुरूप सीखने, रोजगार अथवा स्वरोजगार के अवसरों से जुड़ने तथा आत्मनिर्भर बनने की दिशा में सक्षम बनाता है। वहीं, प्रभावी संरक्षण व्यवस्था बच्चों को हिंसा, दुर्व्यवहार, उपेक्षा, शोषण और अन्य जोखिमों से सुरक्षित रखते हुए उनके अधिकारों एवं गरिमा की रक्षा सुनिश्चित करती है।

"PANKH–पंख" मॉड्यूल विभागीय अधिकारियों, बाल देखरेख संस्थाओं के प्रबंधकों एवं कर्मचारियों, जिला बाल संरक्षण इकाइयों, बाल कल्याण समितियों, अन्य संबंधित विभागों, प्रशिक्षण संस्थानों तथा बाल संरक्षण के क्षेत्र में कार्यरत सभी हितधारकों के लिए एक उपयोगी संदर्भ सामग्री सिद्ध होगी। आशा है कि यह बच्चों की आवश्यकताओं को बेहतर ढंग से समझने तथा उनके लिए अधिक प्रभावी, बाल–केंद्रित और परिणामोन्मुखी प्रयासों को प्रोत्साहित करेगी।

मैं **"PANKH–पंख"** मॉड्यूल के निर्माण से जुड़े सभी विशेषज्ञों, लेखकों एवं सहयोगी संस्थाओं, विशेष रूप से यूनिसेफ के सतत प्रयासों की सराहना करता हूँ। साथ ही, मैं सभी हितधारकों से अपेक्षा करता हूँ कि वे "PANKH–पंख" मॉड्यूल का प्रभावी उपयोग करते हुए राजस्थान के प्रत्येक बच्चे के लिए के लिए सुरक्षित वर्तमान और सक्षम, आत्मनिर्भर भविष्य सुनिश्चित करने की दिशा में निरंतर कार्य करेंगे।

(निकया गोहाएन)



लक्ष्मीनरसिम्हा राव कुडलीगी

प्रमुख,
फील्ड कार्यालय,
यूनिसेफ, राजस्थान

संदेश

प्रत्येक बच्चे के भीतर अपनी एक अनोखी क्षमता, जिज्ञासा और भविष्य गढ़ने की शक्ति होती है। सही अवसर और संवेदनशील मार्गदर्शन मिले तो यही क्षमताएं आत्मविश्वास में बदलती हैं और सपनों को नई उड़ान देती हैं ।

"PANKH – Promoting Aspirations, Nurturing Knowledge & Hope" मॉड्यूल इसी विश्वास की अभिव्यक्ति है। यह केवल एक प्रशिक्षण मॉड्यूल नहीं, बल्कि ''बाल देखभाल संस्थानों में रहने वाले बच्चों एवं केयर लीवर्स को सुरक्षित, सक्षम और आत्मनिर्भर जीवन की ओर आगे बढ़ाने का एक प्रयास'' है । इस मॉड्यूल में जीवन कौशल, शिक्षा, स्वास्थ्य, सुरक्षा, वित्तीय साक्षरता तथा सरकारी योजनाओं से संबंधित आवश्यक जानकारी एवं व्यवहारिक सीख को समाहित किया गया है।

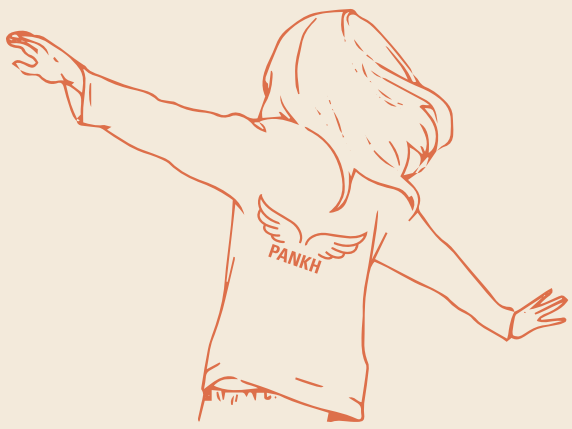
हमारा विश्वास है, कि ''हर बच्चे को सीखने, अपनी पहचान बनाने, निर्णय लेने और अपने पूर्ण सामर्थ्य तक पहुँचने का समान अवसर मिलना चाहिए।'' संस्थागत देखभाल से स्वतंत्र जीवन की ओर बढ़ते हुए बच्चों एवं केयर लीवर्स के लिए यह मॉड्यूल ज्ञान को कौशल, कौशल को आत्मविश्वास और आत्मविश्वास को आत्मनिर्भरता में बदलने की दिशा में एक सार्थक कदम है। ''पंख'' मॉड्यूल का उद्देश्य बच्चों को अपनी उड़ान की दिशा स्वयं तय करने के लिए सक्षम बनाना है।

इस महत्वपूर्ण प्रयास को सही दिशा देने वाले सभी सहयोगी विभागों, संस्थाओं, विशेषज्ञों, प्रशिक्षकों एवं साझेदारों के प्रति मैं हार्दिक आभार व्यक्त करता हूँ। मुझे आशा है, कि ''पंख'' मॉड्यूल बच्चों एवं केयर लीवर्स की आकांक्षाओं को पंख, उनके ज्ञान को दिशा एवं उनके भविष्य को नई उड़ान प्रदान करेगा ।

(लक्ष्मीनरसिम्हा राव कुडलीगी)

संक्षिप्ताक्षर

CCIs	बाल देखभाल संस्थान Child Care Institution–CCI
CL	केयर लीवर्स (देखभाल संस्था छोड़ने वाले) Care Leavers
CWC	बाल कल्याण समिति Child Welfare Committee
MSDE	कौशल विकास और उद्यमिता मंत्रालय Ministry of Skill Development and Entrepreneurship
NAPS	राष्ट्रीय शिक्षुता संवर्धन योजना National Apprenticeship Promotion Scheme
NSDC	राष्ट्रीय कौशल विकास निगम National Skill Development Corporation
NSP	राष्ट्रीय छात्रवृत्ति पोर्टल National Scholarship Portal
PANKH	आकांक्षाओं को बढ़ावा देना, ज्ञान और आशा का पोषण करना Promoting Aspirations, Nurturing Knowledge & Hope
PMKVY	प्रधानमंत्री कौशल विकास योजना Pradhan Mantri Kaushal Vikas Yojana
SDG	सतत विकास लक्ष्य Sustainable Development Goals



अनुक्रमणिका

क्रम सं.	अध्याय	पृष्ठ सं.
1	परिचय	1-6
2	स्वयं को जानें	7-14
3	मानसिक स्वास्थ्य एवं खुशहाल जीवन	15-22
4	सुरक्षा एवं सहयोग	23-28
5	शिक्षा एवं करियर	29-35
6	वित्तीय साक्षरता	36-41
7	सरकारी योजनाएँ	42-56
8	सहायता के लिए स्कैन करें क्यूआर कोड	57
9	हर बचपन हो सुरक्षित	58

परिचय–1

बाल देखभाल संस्थानों (Child Care Institutions–CCIs) में रहने वाले बच्चों एवं किशोर–किशोरियों के समग्र विकास के लिए आवास, भोजन, शिक्षा एवं संरक्षण की व्यवस्था के साथ–साथ उन्हें ऐसे ज्ञान, जीवन–कौशल, व्यवहारिक दक्षताओं एवं अवसरों की भी आवश्यकता होती है, जो उन्हें वर्तमान जीवन की चुनौतियों का सामना करने तथा भविष्य में आत्मनिर्भर, सुरक्षित और सम्मानजनक जीवन जीने के लिए सक्षम बनाएँ। राजस्थान के बाल देखभाल संस्थानों में रहने वाले बच्चों तथा 18 वर्ष की आयु पूर्ण करने के बाद संस्था छोड़ने वाले (Care Leaver) के लिए विभिन्न सरकारी योजनाएँ एवं सहायता सेवाएँ उपलब्ध हैं, लेकिन जानकारी के अभाव में उनका लाभ सीमित रह सकता है।

इसके साथ–साथ, CCIs में रहने वाले अनेक बच्चे अपने जीवन में विभिन्न प्रकार की कठिन परिस्थितियों, पारिवारिक अलगाव, उपेक्षा, असुरक्षा अथवा अन्य प्रतिकूल अनुभवों से गुजर चुके हो सकते हैं। ऐसी परिस्थितियों में उनके आत्मविश्वास, निर्णय लेने की क्षमता, सामाजिक संबंधों, स्वास्थ्य, शिक्षा एवं भविष्य की योजना पर प्रभाव पड़ सकता है। इसलिए उनके लिए ऐसा प्रशिक्षण आवश्यक है जो केवल जानकारी प्रदान न करे, बल्कि उन्हें स्वयं को समझने, अपनी क्षमताओं को पहचानने, सुरक्षित व्यवहार अपनाने, सहायता प्राप्त करने तथा भविष्य के लिए सकारात्मक निर्णय लेने में सक्षम बनाए।

इसी दृष्टिकोण के आधार पर "PANKH –पंख : Promoting Aspirations, Nurturing Knowledge & Hope" मॉड्यूल विकसित किया गया है। इसका उद्देश्य बच्चों की आकांक्षाओं को प्रोत्साहित करना, उनके ज्ञान एवं जीवन–कौशल का संवर्धन करना तथा उनके भीतर भविष्य के प्रति आशा एवं आत्मविश्वास का संचार करना है। यह मॉड्यूल विशेष रूप से बाल देखभाल संस्थानों के संदर्भ में तैयार किया गया है और इसमें बच्चों के व्यक्तिगत, सामाजिक, स्वास्थ्य, शैक्षिक, आर्थिक तथा भविष्य से संबंधित विभिन्न आयामों को समग्र रूप से शामिल किया गया है।

मॉड्यूल में छह परस्पर संबंधित अध्याय शामिल हैं– (1) स्वयं को जानें, (2) मानसिक स्वास्थ्य एवं खुशहाल जीवन (3) सुरक्षा एवं सहयोग, (4) शिक्षा एवं करियर, (5) वित्तीय साक्षरता तथा (6) सरकारी योजनाएँ। इन अध्यायों को इस प्रकार व्यवस्थित किया गया है कि बच्चे पहले स्वयं को समझें, फिर अपने स्वास्थ्य एवं सुरक्षा के प्रति जागरूक हों, शिक्षा एवं करियर के अवसरों को समझें, वित्तीय निर्णयों के लिए आवश्यक आधारभूत ज्ञान प्राप्त करें तथा अंततः उपलब्ध सरकारी योजनाओं एवं सहायता प्रणालियों से जुड़ सकें।

मॉड्यूल की आवश्यकता

बाल देखभाल संस्थानों में रहने वाले बच्चों के लिए जीवन–कौशल एवं कौशल विकास प्रशिक्षण की आवश्यकता इसलिए महत्वपूर्ण है क्योंकि उन्हें सुरक्षित वर्तमान के साथ–साथ आत्मनिर्भर भविष्य के लिए भी तैयार किया जाना आवश्यक है। किशोरावस्था जीवन का ऐसा महत्वपूर्ण चरण है जिसमें बच्चे अपनी पहचान, रुचियों, क्षमताओं, भावनाओं और भविष्य के लक्ष्यों को समझना प्रारंभ करते हैं।



मॉड्यूल का पहला अध्याय इसी प्रक्रिया के माध्यम से आत्म–जागरूकता, आत्म–सम्मान, आत्मविश्वास, सकारात्मक सोच एवं भावनात्मक समझ विकसित करने पर केंद्रित है। इसके साथ ही मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य, स्वच्छता, तनाव प्रबंधन, भावनाओं की पहचान तथा आवश्यकता पड़ने पर सहायता लेने की समझ बच्चों के समग्र कल्याण के लिए आवश्यक है। मॉड्यूल में मानसिक स्वास्थ्य को जीवन की महत्वपूर्ण नींव के रूप में प्रस्तुत किया गया है तथा बच्चों को भावनात्मक कठिनाइयों से निपटने के लिए व्यवहारिक तकनीकों का अभ्यास कराया जाता है।

सुरक्षा एवं सहयोग के संदर्भ में बच्चों को सुरक्षित एवं असुरक्षित व्यवहार की पहचान, अपने अधिकारों एवं जिम्मेदारियों की समझ तथा परेशानी की स्थिति में सहायता प्राप्त करने के तरीकों से परिचित कराना आवश्यक है। मॉड्यूल सुरक्षित, सम्मानजनक एवं सहयोगपूर्ण संस्थागत वातावरण विकसित करने पर विशेष बल देता है।

शिक्षा एवं करियर के क्षेत्र में अनेक बच्चे अपनी रुचियों, क्षमताओं और उपलब्ध अवसरों के बारे में पर्याप्त जानकारी नहीं रखते। मॉड्यूल शिक्षा, जीवन–कौशल, व्यावसायिक प्रशिक्षण, कौशल विकास, स्वरोजगार एवं रोजगार के बीच संबंध को समझाने का प्रयास करता है, ताकि बच्चे अपने भविष्य के लिए यथार्थवादी एवं सकारात्मक निर्णय ले सकें। इसमें कौशल प्रशिक्षण, अप्रेंटिसशिप तथा रोजगार से जुड़े अवसरों की जानकारी को भी महत्व दिया गया है।

इसी प्रकार वित्तीय साक्षरता बच्चों को बचत, बैंकिंग, डिजिटल भुगतान, वित्तीय योजना तथा सुरक्षित वित्तीय व्यवहार की आधारभूत समझ प्रदान करती है। यह विशेष रूप से उन किशोरों एवं किशोरियों के लिए महत्वपूर्ण है जिन्हें भविष्य में स्वतंत्र जीवन और आर्थिक आत्मनिर्भरता की ओर बढ़ना है। मॉड्यूल वित्तीय साक्षरता को वयस्कता, आर्थिक स्वतंत्रता, व्यावसायिक प्रशिक्षण और आफ्टरकेयर से जोड़ता है।

सरकारी योजनाओं की जानकारी भी अत्यंत आवश्यक है। राजस्थान के CCIs में रहने वाले बच्चों तथा 18 वर्ष की आयु पूर्ण करने के बाद संस्था छोड़ने वाले (Care Leavers) के लिए विभिन्न सरकारी योजनाएँ एवं सहायता सेवाएँ उपलब्ध हैं, लेकिन जानकारी के अभाव में उनका लाभ सीमित रह सकता है। इसलिए मॉड्यूल बच्चों को योजनाओं की पात्रता, आयु–सीमा, आवश्यक दस्तावेज, आवेदन प्रक्रिया एवं उपलब्ध लाभों के बारे में जागरूक करने का प्रयास करता है।

इस प्रकार यह मॉड्यूल बच्चों को केवल जानकारी देने के बजाय आत्म–जागरूकता से लेकर स्वास्थ्य, सुरक्षा, शिक्षा, करियर, वित्तीय समझ और सरकारी सहायता तक एक समग्र विकासात्मक मार्ग प्रदान करता है।

लक्षित प्रतिभागी एवं प्रशिक्षण के उद्देश्य

यह मॉड्यूल मुख्य रूप से निम्नलिखित प्रतिभागियों के लिए तैयार किया गया है

- बाल देखभाल संस्थानों (CCIs/Children's Homes) में रहने वाले बालक एवं बालिकाएँ।
- विशेष रूप से किशोरावस्था के बच्चों एवं किशोर–किशोरियों के लिए जीवन कौशल, शिक्षा, करियर एवं आत्मनिर्भरता से संबंधित सत्र।
- संस्था छोड़ने की तैयारी कर रहे किशोर–किशोरियाँ तथा आवश्यकतानुसार Care Leavers के लिए मार्गदर्शन एवं अवसरों से जोड़ने की प्रक्रिया।
- मॉड्यूल का संचालन करने वाले प्रशिक्षक, संस्था के संबंधित कार्मिक एवं अन्य सहयोगी पेशेवर।

प्रशिक्षण के प्रमुख उद्देश्य

इस मॉड्यूल के माध्यम से प्रतिभागियों को–

- अपनी पहचान, रुचियों, क्षमताओं, भावनाओं, मूल्यों एवं जीवन के लक्ष्यों को समझने में सहायता प्रदान करना।
- आत्म–जागरूकता, आत्म–सम्मान, आत्मविश्वास एवं सकारात्मक सोच विकसित करना।
- शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य तथा व्यक्तिगत स्वच्छता के महत्व को समझाना।
- तनाव, कठिन भावनाओं एवं चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों से स्वस्थ तरीके से निपटने के व्यावहारिक कौशल विकसित करना।
- सुरक्षित एवं असुरक्षित व्यवहार की पहचान करने तथा आवश्यकता पड़ने पर सहायता प्राप्त करने में सक्षम बनाना।
- अपने अधिकारों, जिम्मेदारियों तथा संस्था में उपलब्ध सहायता प्रणालियों के प्रति जागरूक करना।
- शिक्षा, जीवन–कौशल, व्यावसायिक प्रशिक्षण, कौशल विकास एवं रोजगार के बीच संबंध को समझाना।
- किशोर–किशोरियों को अपनी रुचि एवं क्षमता के अनुरूप शिक्षा एवं करियर विकल्पों की पहचान करने के लिए प्रेरित करना।
- बचत, बैंकिंग, डिजिटल भुगतान एवं वित्तीय प्रबंधन से संबंधित आधारभूत वित्तीय साक्षरता विकसित करना।
- भारत सरकार एवं राजस्थान सरकार की बच्चों, किशोरों एवं Care Leavers के लिए उपलब्ध योजनाओं एवं अवसरों की जानकारी प्रदान करना।
- किशोर–किशोरियों को उपलब्ध संसाधनों, संस्थानों, प्रशिक्षण एवं सहायता सेवाओं से जोड़ने के लिए प्रेरित करना।
- किशोर–किशोरियों में समस्या–समाधान, निर्णय–लेने, प्रभावी संचार, सहयोग एवं आत्मनिर्भरता जैसे जीवन–कौशल को मजबूत करना।
- किशोर–किशोरियों में यह विश्वास विकसित करना कि उचित मार्गदर्शन, निरंतर सीखने और प्रयास के माध्यम से वे अपने जीवन के लक्ष्य प्राप्त कर सकते हैं।

शिक्षा एवं करियर अध्याय का उद्देश्य विशेष रूप से बच्चों को शिक्षा, कौशल विकास एवं रोजगार के बीच संबंध समझाने तथा उपलब्ध संसाधनों के आधार पर भविष्य की दिशा तय करने में आत्मविश्वास विकसित करना है।

इस मॉड्यूल का उपयोग कैसे करें

यह प्रशिक्षकों के लिए एक व्यावहारिक प्रशिक्षण संसाधन के रूप में तैयार किया गया है। इसका उपयोग केवल व्याख्यान देने के लिए न किया जाए, बल्कि बच्चों की सक्रिय सहभागिता, चर्चा, गतिविधि, अनुभव–साझाकरण एवं व्यावहारिक अभ्यास पर आधारित रखा जाए।



(क) प्रशिक्षण से पूर्व तैयारी

प्रशिक्षकों को प्रशिक्षण शुरू करने से पहले–

- प्रतिभागियों की आयु, शैक्षणिक स्थिति, रुचियों एवं आवश्यकताओं की सामान्य जानकारी प्राप्त करनी चाहिए।
- प्रत्येक अध्याय के उद्देश्य, मुख्य सीख एवं गतिविधियों को पहले से पढ़ लेना चाहिए।
- स्थानीय स्तर पर उपलब्ध शिक्षा संस्थानों, आईटीआई, पॉलिटेक्निक, कौशल विकास केंद्र, रोजगार सेवाओं तथा अन्य संबंधित संसाधनों की जानकारी एकत्र करनी चाहिए।
- संबंधित सरकारी योजनाओं एवं उनकी पात्रता, दस्तावेज तथा आवेदन प्रक्रिया की अद्यतन जानकारी उपलब्ध रखनी चाहिए।
- फ्लिप चार्ट / व्हाइटबोर्ड, मार्कर, पेन पेंसिल, वर्कशीट, गतिविधि कार्ड तथा प्री एवं पोस्ट टेस्ट जैसी आवश्यक सामग्री पहले से तैयार रखनी चाहिए।
- जहाँ आवश्यक हो, संस्था के काउंसलर / बाल कल्याण अधिकारी अथवा संबंधित बाल संरक्षण कार्मिक की उपलब्धता सुनिश्चित करनी चाहिए।

(ख) प्रशिक्षण के दौरान

प्रत्येक सत्र को निम्न क्रम में संचालित किया जा सकता है–



मॉड्यूल में विभिन्न स्थानों पर गतिविधियों, प्रश्नोत्तर, चर्चा, प्री–टेस्ट एवं पोस्ट–टेस्ट का उपयोग किया गया है। इसलिए प्रशिक्षक को बच्चों को केवल सुनने वाला प्रतिभागी न बनाकर सक्रिय रूप से बोलने, सोचने, प्रश्न पूछने एवं गतिविधियों में भाग लेने का अवसर देना चाहिए।

भाषा सरल, आयु–उपयुक्त एवं संवादात्मक रखी जानी चाहिए। बच्चों के अनुभवों, विचारों एवं प्रश्नों का सम्मान किया जाए तथा किसी बच्चे की तुलना दूसरे बच्चे से न की जाए।

(ग) संवेदनशील विषयों पर विशेष सावधानी

मॉड्यूल के स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य, सुरक्षा एवं व्यक्तिगत अनुभवों से जुड़े सत्रों के दौरान 'बाल–अनुकूल एवं सुरक्षित वातावरण' बनाए रखना आवश्यक है। किसी बच्चे को अपने व्यक्तिगत अनुभव साझा करने के लिए बाध्य नहीं किया जाना चाहिए। यदि कोई बच्चा व्यक्तिगत कठिनाई, हिंसा, शोषण, भय या भावनात्मक संकट का संकेत देता है, तो उसकी व्यक्तिगत जानकारी को गोपनीय रखते हुए संस्था की निर्धारित Child Protection Policy एवं Referral Protocol के अनुसार संबंधित अधिकारीध्काउंसलर को सूचित किया जाना चाहिए।

(घ) प्री–टेस्ट एवं पोस्ट–टेस्ट का उपयोग (जहाँ लागू हो)

प्रशिक्षण के प्रारंभ और अंत में दिए गए प्री–एवं पोस्ट–टेस्ट का उद्देश्य प्रतिभागियों के ज्ञान एवं समझ में हुए परिवर्तन को जानना है। इन्हें बच्चों को "पास" या "फेल" करने के लिए इस्तेमाल नहीं किया जाना चाहिए। उदाहरण के रूप में मानसिक स्वास्थ्य अध्याय में 12 प्रश्नों वाला प्री–एवं पोस्ट–टेस्ट दिया गया है और स्पष्ट किया गया है कि इसका उपयोग प्रशिक्षण के प्रभाव को समझने के लिए किया जाए, निदान के लिए नहीं।

(ङ) गतिविधि आधारित एवं सहभागी दृष्टिकोण

प्रशिक्षक को प्रत्येक अध्याय में दी गई गतिविधियों का उपयोग बच्चों की आयु, समझ एवं स्थानीय परिस्थितियों के अनुसार करना चाहिए। उदाहरण के लिए–

- स्वयं को जानें: "मैं खास हूँ", अपनी खूबियों की पहचान, भावनाओं एवं भविष्य के लक्ष्य पर गतिविधियाँ।
- स्वास्थ्य एवं स्वच्छता: मानसिक स्वास्थ्य, भावनाओं की पहचान, तनाव प्रबंधन एवं सकारात्मक जीवनशैली से जुड़े अभ्यास।
- सुरक्षा एवं सहयोग: "सुरक्षित या असुरक्षित?" जैसी परिस्थितिजन्य गतिविधियाँ तथा सहायता लेने के तरीकों पर चर्चा।
- शिक्षा एवं करियर: "मेरा भविष्य" जैसी गतिविधियों के माध्यम से रुचि, क्षमता, शिक्षा एवं करियर विकल्पों की पहचान।
- वित्तीय साक्षरता: बचत, बैंक खाता, डिजिटल भुगतान, वित्तीय योजना एवं सुरक्षित वित्तीय व्यवहार पर व्यावहारिक चर्चा।
- सरकारी योजनाएँ: पात्रता, आवश्यक दस्तावेज, आवेदन प्रक्रिया एवं उपलब्ध योजनाओं की पहचान तथा बच्चों को संबंधित सेवाओं से जोड़ना।

(च) सत्र के बाद फॉलो–अप

प्रशिक्षण का उद्देश्य केवल सत्र समाप्त करना नहीं, बल्कि बच्चों को वास्तविक अवसरों से जोड़ना भी है। इसलिए प्रशिक्षण के बाद–

- जिन बच्चों की किसी विशेष क्षेत्र में रुचि दिखाई दे, उनकी पहचान की जाए।
- आवश्यकता के अनुसार उन्हें परामर्श, कौशल प्रशिक्षण, शिक्षा, छात्रवृत्ति, इंटर्नशिप या रोजगार सेवाओं से जोड़ा जाए।
- बच्चों के व्यक्तिगत लक्ष्यों एवं प्रगति पर समय–समय पर फॉलो–अप किया जाए।

- Care Leavers के लिए उपलब्ध आफ्टरकेयर एवं अन्य सहायता सेवाओं से जोड़ने की प्रक्रिया को मजबूत किया जाए।
- प्रशिक्षण के निष्कर्ष एवं आवश्यक फॉलो–अप का संक्षिप्त रिकॉर्ड रखा जाए, जबकि बच्चों की व्यक्तिगत एवं संवेदनशील जानकारी की गोपनीयता बनाए रखी जाए।

सारांश

PANKH–पंख का मूल उद्देश्य बच्चों को केवल जानकारी देना नहीं, बल्कि उन्हें अपने बारे में जानने, स्वस्थ एवं सुरक्षित रहने, सहायता प्राप्त करने, शिक्षा एवं करियर के अवसर पहचानने, वित्तीय रूप से जागरूक बनने तथा उपलब्ध सरकारी योजनाओं का लाभ उठाने के लिए सक्षम बनाना है। यह मॉड्यूल बच्चों की आकांक्षाओं को ज्ञान, कौशल, अवसर और आशा से जोड़ते हुए उन्हें अधिक आत्मविश्वासी, सक्षम एवं आत्मनिर्भर भविष्य की ओर बढ़ने में सहायता प्रदान करता है।

प्रशिक्षक के लिए सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि प्रत्येक सत्र को बाल–केंद्रित, सहभागितापूर्ण, सुरक्षित, सम्मानजनक और गतिविधि–आधारित रखा जाए, ताकि बच्चे केवल विषय को समझें ही नहीं, बल्कि सीखी गई बातों को अपने दैनिक जीवन में भी लागू कर सकें।



अध्याय–2
स्वयं को जानें

1.परिचय

प्रत्येक बच्चा अपने आप में विशिष्ट होता है। उसकी अपनी एक अलग पहचान, व्यक्तित्व, रुचियाँ, क्षमताएँ, प्रतिभाएँ, मूल्य और जीवन के सपने होते हैं। यही विशेषताएँ उसके व्यक्तित्व का निर्माण करती हैं तथा उसके व्यवहार, निर्णय और भविष्य को प्रभावित करती हैं। इसमें हम यह समझेंगे कि हम अपने बारे में कैसा महसूस करते हैं। जब हम किशोरावस्था (10–19 वर्ष) में प्रवेश करते हैं, तो हमें यह एहसास होता है कि हम प्रत्येक व्यक्ति अपने आप में एक विशिष्ट और अनोखी पहचान रखते हैं। स्वयं की यह पहचान दूसरों के साथ हमारे संबंधों में किसी प्रकार का टकराव पैदा करने वाली नहीं होती। यदि हम स्वयं को एक मूल्यवान व्यक्ति मानते हैं, तो हमें यह विश्वास होता है कि हम प्रेम, देखभाल और सम्मान के अधिकारी हैं। इससे हमारे भीतर अपने विचारों, भावनाओं, अधिकारों और सपनों को स्पष्ट रूप से व्यक्त करने तथा अपने जीवन से जुड़े निर्णय स्वयं लेने का आत्मविश्वास विकसित होता है। साथ ही, हम अपने कार्यों की जिम्मेदारी लेना सीखते हैं, जिसमें अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य, सुरक्षा तथा खुशहाली का ध्यान रखना भी शामिल हैं। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि जब हम स्वयं की सराहना और सम्मान करना सीखते हैं, तो हम अपने आसपास के लोगों की भी सराहना और सम्मान करना सीखते हैं। इस मॉड्यूल में हम अपने जीवन के सबसे महत्वपूर्ण लोगों, मित्रों, माता–पिता और शिक्षकों, के साथ हमारे संबंधों के बारे में भी चर्चा करेंगे। ये संबंध हमारे लिए शक्ति, सहयोग और प्रेरणा का महत्वपूर्ण स्रोत हो सकते हैं। हालांकि, कभी–कभी इनमें चुनौतियाँ और कठिनाइयाँ भी आ सकती हैं। इस मॉड्यूल के माध्यम से हम सीखेंगे कि इन संबंधों को कैसे समझें, उनकी सराहना करें और उन्हें सकारात्मक, स्वस्थ एवं समृद्ध बनाए रखें। स्वयं को जानना जीवन कौशल का सबसे पहला और महत्वपूर्ण चरण है। जब बच्चा अपनी पहचान, रुचियों, क्षमताओं, मूल्यों, भावनाओं तथा व्यवहार को समझना शुरू करता है, तब वह स्वयं को स्वीकार करना सीखता है। वह अपनी खूबियों पर गर्व करना तथा अपनी कमियों को सुधारने का प्रयास करना सीखता है। इससे उसके भीतर आत्मविश्वास, सकारात्मक सोच और आगे बढ़ने की प्रेरणा विकसित होती और आत्म–जागरूकता बच्चों को अपनी भावनाओं को पहचानने और उन्हें स्वस्थ एवं सकारात्मक तरीके से व्यक्त करने में भी सहायता करती है। जब बच्चे अपनी खुशी, दुःख, क्रोध, डर या चिंता जैसी भावनाओं को समझना सीखते हैं, तब वे तनावपूर्ण परिस्थितियों का बेहतर ढंग से सामना कर पाते हैं और दूसरों के साथ स्वस्थ संबंध स्थापित करते हैं। आत्म–सम्मान का विकास भी इस प्रक्रिया का महत्वपूर्ण भाग है। स्वस्थ आत्म–सम्मान वाला बच्चा स्वयं का सम्मान करता है, अपनी क्षमताओं पर विश्वास रखता है, नई चीज़ें सीखने के लिए उत्साहित रहता है तथा असफलताओं से निराश होने के बजाय उनसे सीखने का प्रयास करता है। ऐसा बच्चा निर्णय लेने, समस्याओं का समाधान करने तथा समाज में सकारात्मक भूमिका निभाने के लिए अधिक सक्षम बनता है। यह मॉड्यूल बच्चों में आत्म–जागरूकता, आत्म–स्वीकृति, आत्म–सम्मान और आत्मविश्वास विकसित करने की दिशा में पहला कदम है। यह उन्हें अपनी सकारात्मक पहचान बनाने, अपनी भावनाओं को समझने तथा अपने जीवन के लक्ष्यों की ओर आत्मविश्वास के साथ आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करेगा।

उद्देश्य

इस मॉड्यूल के माध्यम से बच्चों को निम्नलिखित उद्देश्यों की प्राप्ति में सहायता प्रदान की जाएगी –

- बच्चों को अपनी व्यक्तिगत पहचान, रुचियों, क्षमताओं, मूल्यों एवं सपनों को समझने में सहायता करना।
- बच्चों में आत्म–जागरूकता विकसित करना ताकि वे स्वयं को बेहतर ढंग से पहचान सकें।



- बच्चों के आत्म–सम्मान एवं आत्मविश्वास को सुदृढ़ करना।
- बच्चों को अपनी भावनाओं की पहचान करने तथा उन्हें स्वस्थ, सुरक्षित एवं सम्मानजनक तरीके से व्यक्त करना सिखाना।
- सकारात्मक सोच एवं आत्म–स्वीकृति की भावना विकसित करना।
- बच्चों को अपनी शक्तियों और सुधार की संभावनाओं को पहचानने के लिए प्रेरित करना।
- बच्चों को यह समझाना कि प्रत्येक व्यक्ति में कुछ विशेष गुण होते हैं तथा प्रत्येक व्यक्ति सीखकर और प्रयास करके आगे बढ़ सकता है।
- बच्चों में चुनौतियों का सामना करने, असफलताओं से सीखने तथा पुनः प्रयास करने की क्षमता विकसित करना।
- बच्चों को स्वयं एवं दूसरों के प्रति सम्मान, सहानुभूति एवं सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाने के लिए प्रेरित करना।
- आगे के सभी जीवन कौशलों जैसे प्रभावी संचार, निर्णय लेने, समस्या समाधान एवं भावनात्मक प्रबंधन के लिए मजबूत आधार तैयार करना।

मुख्य सीख

सत्र के अंत तक प्रतिभागीः

- स्वयं की पहचान और व्यक्तिगत विशेषताओं को समझ सकेंगे।
- अपनी ताकत एवं सुधार की संभावनाओं को पहचान सकेंगे।
- अपनी भावनाओं को बेहतर ढंग से व्यक्त कर सकेंगे।
- सकारात्मक आत्म–छवि विकसित करने के महत्व को समझेंगे।
- स्वयं के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण एवं आत्म–स्वीकृति विकसित कर सकेंगे।
- समूह में आत्मविश्वास के साथ अपनी बात रखने एवं सहभागिता करने में अधिक सहज महसूस करेंगे।
- यह समझेंगे कि निरंतर सीखना, प्रयास करना और स्वयं पर विश्वास रखना सफलता की कुंजी है।

प्रशिक्षकों हेतु दिशा–निर्देश

स्वयं को जानें

सत्र प्रारम्भ करने से पूर्व :– बच्चों का मुस्कुराकर स्वागत करें तथा सकारात्मक एवं सुरक्षित वातावरण तैयार करें। सभी बच्चों को यह विश्वास दिलाएँ कि इस सत्र में कोई उत्तर सही या गलत नहीं है। बच्चों को बिना किसी डर या संकोच के अपनी बात रखने के लिए प्रोत्साहित करें। यह सुनिश्चित करें कि सभी प्रतिभागियों के साथ समान व्यवहार हो तथा किसी प्रकार का भेदभाव न हो।

सत्र संचालन के दौरान :–

- सरल, सहज एवं बच्चों की आयु के अनुरूप भाषा का प्रयोग करें।
- प्रत्येक बच्चे को बोलने, अपनी बात रखने एवं गतिविधियों में भाग लेने का समान अवसर दें।
- बच्चों के उत्तरों को ध्यानपूर्वक सुनें और उनकी सराहना करें।
- किसी भी बच्चे की तुलना दूसरे बच्चे से न करें।
- बच्चों की व्यक्तिगत भावनाओं, अनुभवों एवं विचारों का सम्मान करें।
- यदि कोई बच्चा भावुक हो जाए, तो उसे धैर्यपूर्वक सुनें और आवश्यक होने पर व्यक्तिगत रूप से सहयोग प्रदान करें।

- बच्चों पर अपनी व्यक्तिगत राय या निर्णय न थोपें, बल्कि उन्हें स्वयं सोचने और अपनी बात रखने के लिए प्रेरित करें।
- गतिविधियों को आनंददायक, सहभागितापूर्ण एवं संवादात्मक बनाए रखें।
- बच्चों को यह समझाएँ कि प्रत्येक व्यक्ति में अलग–अलग गुण एवं क्षमताएँ होती हैं और सभी अपने आप में विशेष हैं।

संवेदनशील विषयों पर विशेष सावधानी :–

- यदि कोई बच्चा अपने जीवन के कठिन अनुभव साझा करता है, तो उसकी बात बीच में न रोकें और न ही उसकी आलोचना करें।
- किसी भी बच्चे को उसके व्यक्तिगत अनुभव साझा करने के लिए बाध्य न करें।
- गोपनीयता बनाए रखें तथा बच्चों द्वारा साझा की गई व्यक्तिगत जानकारी का सम्मान करें।
- यदि किसी बच्चे में तनाव, भय, हिंसा, शोषण या मानसिक परेशानी के संकेत दिखाई दें, तो संस्था की निर्धारित बाल संरक्षण एवं रेफरल प्रक्रिया के अनुसार संबंधित अधिकारी/परामर्शदाता को सूचित करें।

सत्र के दौरान सकारात्मक व्यवहार :–

- बच्चों की छोटी–छोटी उपलब्धियों एवं प्रयासों की भी प्रशंसा करें।
- सकारात्मक शब्दों का प्रयोग करें, जैसें, बहुत अच्छा।
- आपने बहुत अच्छा विचार साझा किया।
- आपकी बात महत्वपूर्ण है।
- धन्यवाद, आपने अपने विचार साझा किए।
- बच्चों को एक–दूसरे की बात ध्यान से सुनने और सम्मान करने के लिए प्रेरित करें।

सत्र का समापन :–

- सत्र के मुख्य बिंदुओं का संक्षिप्त पुनरावलोकन करें।
- बच्चों से पूछें कि उन्होंने आज क्या नया सीखा।
- बच्चों को प्रतिदिन अपनी एक अच्छी विशेषता पहचानने और स्वयं की सराहना करने के लिए प्रेरित करें।
- यह संदेश अवश्य दें कि हर बच्चा अपने आप में अनमोल, सक्षम और सम्मान का अधिकारी है।

प्रशिक्षक नोट

संवेदनशील प्रशिक्षक बच्चों को केवल ज्ञान नहीं देता, बल्कि उन्हें आत्मविश्वासी, जिम्मेदार और सक्षम नागरिक बनने की दिशा में प्रेरित करता है। आपका सम्मान, धैर्य और प्रोत्साहन बच्चों के जीवन में स्थायी सकारात्मक परिवर्तन ला सकता है।



1. प्री–टेस्ट (निर्देश :– सही उत्तर पर ✓ लगाएँ)

क्रम सं.	प्रश्न	सही उत्तर
1.	प्रत्येक व्यक्ति की अपनी अलग पहचान होती है? ☐ हाँ ☐ नहीं	
2.	आत्मविश्वास का अर्थ है? ☐ स्वयं पर विश्वास ☐ दूसरों से डरना ☐ किसी से बात न करना	
3.	अपनी भावनाओं को व्यक्त करना? ☐ हाँ ☐ नहीं	
4.	क्या हर व्यक्ति में कोई न कोई विशेष प्रतिभा होती है? ☐ हाँ ☐ नहीं	
5.	जब मैं उदास होता/होती हूँ तो किसी भरोसेमंद व्यक्ति से बात करना उपयोगी है। ☐ हाँ ☐ नहीं	
6.	आत्म–सम्मान का संबंध किससे है? ☐ स्वयं के प्रति सम्मान ☐ केवल दूसरों का सम्मान	
7.	अपनी गलतियों से सीखना चाहिए। ☐ हाँ ☐ नहीं	
8.	मैं अपनी खूबियों की पहचान कर सकता/सकती हूँ। ☐ हाँ ☐ नहीं	

2. मुख्य विषयवस्तु

अवधारणा : स्वयं को जानना जीवन कौशल का पहला और सबसे महत्वपूर्ण आधार है। इसका अर्थ है अपनी पहचान, व्यक्तित्व, भावनाओं, रुचियों, क्षमताओं, मूल्यों, व्यवहार और जीवन के लक्ष्यों को समझना। जब कोई बच्चा स्वयं को पहचानता है, तो वह अपनी खूबियों और कमियों दोनों को स्वीकार करना सीखता है। वह यह समझ पाता है कि वह किन कार्यों में अच्छा है, किन क्षेत्रों में उसे सुधार की आवश्यकता है तथा भविष्य में वह क्या बनना चाहता है। स्वयं को जानना केवल अपनी पहचान तक सीमित नहीं है, बल्कि अपनी भावनाओं को समझना और उन्हें स्वस्थ एवं सम्मानजनक तरीके से व्यक्त करना भी इसका महत्वपूर्ण भाग है। बच्चे जब अपनी खुशी, दुःख, क्रोध, डर, निराशा या उत्साह जैसी भावनाओं को पहचानना सीखते हैं, तो वे तनावपूर्ण परिस्थितियों का बेहतर सामना कर पाते हैं और दूसरों के साथ सकारात्मक संबंध स्थापित करते हैं। आत्म–जागरूकता बच्चों में आत्मविश्वास, आत्म–सम्मान और सकारात्मक सोच का विकास करती है। इससे वे स्वयं पर विश्वास करना सीखते हैं, निर्णय लेने में सक्षम बनते हैं, अपनी गलतियों से सीखते हैं तथा जीवन की चुनौतियों का साहसपूर्वक सामना करते हैं। यह कौशल बच्चों के मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक विकास के साथ–साथ उनके नेतृत्व, संचार, समस्या समाधान एवं निर्णय लेने की क्षमता को भी मजबूत बनाता है। विशेष रूप से बाल देखभाल संस्थानों में रहने वाले बच्चों के लिए स्वयं को जानना अत्यंत महत्वपूर्ण है क्योंकि यह उन्हें अपने अतीत की कठिन परिस्थितियों से आगे बढ़ने, अपनी क्षमताओं को पहचानने तथा एक सकारात्मक और

आशावादी भविष्य की दिशा में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करता है।

प्रमुख विशेषताएँ

- **प्रत्येक बच्चा अद्वितीय है :–** प्रत्येक बच्चे की अपनी अलग पहचान, व्यक्तित्व, रुचियाँ और क्षमताएँ होती हैं। किसी भी दो बच्चों की तुलना नहीं की जानी चाहिए। प्रत्येक व्यक्ति में कुछ न कुछ विशेष प्रतिभा होती है।
- **हर व्यक्ति में विशेष प्रतिभा होती है :–** प्रत्येक बच्चे में कोई न कोई विशेष गुण, कौशल या क्षमता अवश्य होती है, जिसे पहचानकर विकसित किया जा सकता है। सकारात्मक आत्म–छवि आत्मविश्वास को बढ़ाती है।
- **आत्म–जागरूकता सफलता की पहली सीढ़ी है :–** स्वयं को समझने वाला बच्चा बेहतर निर्णय लेता है, अपनी जिम्मेदारियों को समझता है और अपने लक्ष्यों की ओर आत्मविश्वास के साथ आगे बढ़ता है।
- **भावनाओं की पहचान आवश्यक जीवन कौशल है :–** अपनी भावनाओं को समझना और उन्हें उचित तरीके से व्यक्त करना मानसिक स्वास्थ्य और अच्छे संबंधों के लिए आवश्यक है।
- **आत्म–स्वीकृति मानसिक स्वास्थ्य को मजबूत बनाती है :–** स्वयं को स्वीकार करने से तनाव कम होता है, सकारात्मक सोच विकसित होती है तथा भावनात्मक संतुलन बना रहता है।
- **स्वयं को जानना अन्य जीवन कौशलों का आधार है :–** प्रभावी संचार, निर्णय लेना, समस्या समाधान, नेतृत्व, टीमवर्क और तनाव प्रबंधन जैसे सभी जीवन कौशल आत्म–जागरूकता से ही विकसित होते हैं।

आइस–ब्रेकर गतिविधि :–

गतिविधि : मैं खास हूँ

प्रत्येक बच्चा अपना नाम बताए और अपनी एक विशेषता या एक ऐसी बात साझा करे जिस पर उसे गर्व हो।

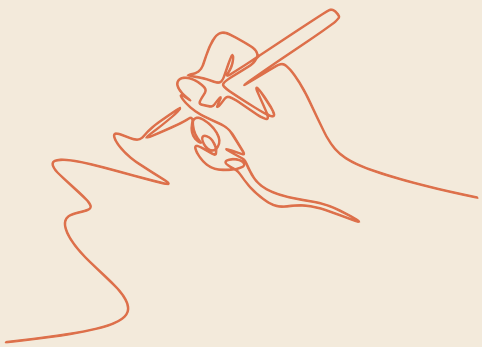
उद्देश्य

- बच्चों को सहज एवं सक्रिय बनाना।
- समूह में आत्मविश्वास विकसित करना।
- बच्चों को अपनी सकारात्मक विशेषताओं की पहचान कराना।
- एक–दूसरे के प्रति सम्मान एवं सकारात्मक वातावरण तैयार करना।

समय 10–15 मिनट

आवश्यक सामग्री

- सॉफ्ट बॉल/रंगीन बॉल (गतिविधि को रोचक बनाने के लिए) / वैकल्पिक
- नाम–पट्टिका (यदि प्रतिभागी एक–दूसरे को नहीं जानते हों) / वैकल्पिक
- फ्लिप चार्ट/व्हाइट बोर्ड
- मार्कर
- चार्ट पेपर
- स्टिकी नोट्स या रंगीन पर्चियाँ
- पेन/पेंसिल



- प्रेरणादायक संगीत (वैकल्पिक)
- खुला एवं सुरक्षित स्थान, जहाँ सभी प्रतिभागी गोल घेरा बनाकर बैठ या खड़े हो सकें।

गतिविधि की प्रक्रिया

- सभी बच्चों को गोल घेरा बनाकर बैठाया या खड़ा किया जाए।
- प्रशिक्षक सबसे पहले अपना परिचय देकर अपनी एक सकारात्मक विशेषता बताए। उदाहरण –मेरा नाम सीमा है और मुझे लोगों की मदद करना अच्छा लगता है।
- इसके बाद प्रत्येक बच्चे से क्रमवार अपना नाम बताने और अपनी एक विशेषता, रुचि, उपलब्धि या ऐसी बात साझा करने के लिए कहा जाए जिस पर उसे गर्व हो।
- यदि बच्चा अपनी विशेषता बताने में संकोच करे, तो प्रशिक्षक या समूह के अन्य बच्चे उसकी किसी सकारात्मक विशेषता को बताने में उसकी सहायता कर सकते हैं।
- यदि गेंद का उपयोग किया जाए, तो जिस बच्चे के पास गेंद आएगी वही अपना परिचय और अपनी विशेषता बताएगा, फिर गेंद अगले बच्चे को देगा।
- अंत में प्रशिक्षक सभी बच्चों की सराहना करते हुए यह संदेश दें कि प्रत्येक बच्चा अपने आप में विशेष है और हर व्यक्ति में अलग–अलग गुण एवं प्रतिभाएँ होती हैं।

प्रशिक्षक के लिए सुझाव

- किसी भी बच्चे की तुलना दूसरे बच्चे से न करें।
- बच्चों द्वारा बताई गई प्रत्येक विशेषता की सराहना करें।
- संकोची बच्चों को बोलने के लिए प्रोत्साहित करें, लेकिन उन पर दबाव न डालें।
- ऐसा वातावरण बनाएँ जहाँ सभी बच्चे सुरक्षित और सम्मानित महसूस करें।
- यदि किसी बच्चे को अपनी विशेषता बताने में कठिनाई हो, तो सकारात्मक संकेत देकर उसकी मदद करें।
- गतिविधि के अंत में चर्चा
- अपनी विशेषता बताते समय आपको कैसा महसूस हुआ?
- क्या आपको अपने बारे में कुछ नया पता चला?
- क्या आपके साथियों की कोई विशेषता आपको अच्छी लगी?
- हम अपनी विशेषताओं का उपयोग अपने जीवन को बेहतर बनाने में कैसे कर सकते हैं?

वैकल्पिक वीडियो (3/5 मिनट)

- The Present (बिना संवाद वाली प्रेरक लघु फिल्म)
- Self & Esteem for Kids (आयु–उपयुक्त प्रेरक वीडियो)



इसके बाद बच्चों से चर्चा करें

- आपने वीडियो से क्या सीखा?
- आपको कौन–सी बात सबसे अच्छी लगी?

मुख्य विषयवस्तु :–

1. गतिविधि 1 मेरा परिचय

- वर्कशीट पर लिख
- मेरा नाम
- मुझे क्या करना पसंद हैं
- मेरी तीन खूबियाँ
- मेरी एक उपलब्धि
- मेरा सपना

2. गतिविधि 2 मेरी ताकत

- बच्चे अपनी एक विशेषता बताएँ। समूह के अन्य सदस्य उस बच्चे की एक सकारात्मक बात बताएँ।

3. गतिविधि 3 मेरी भावनाएँ

- स्माइली कार्ड या चित्रों की सहायता से खुशी, गुस्सा, डर, उदासी और उत्साह जैसी भावनाओं पर चर्चा करें।

4. गतिविधि 4 मेरा भविष्य

- बच्चे चित्र या शब्दों के माध्यम से अपने भविष्य के लक्ष्य साझा करें तथा उन्हें प्राप्त करने के लिए आवश्यक प्रयासों पर चर्चा करें।

प्रश्नोत्तर एवं खुली चर्चा :–

चर्चा के प्रश्न

- आज आपने अपने बारे में क्या नया जाना?
- आपकी सबसे बड़ी ताकत क्या है?
- आपको किस बात पर गर्व है?
- जब आप उदास होते हैं तो क्या करते हैं?
- भविष्य में आप क्या बनना चाहते हैं?

पोस्ट–टेस्ट

1. प्रत्येक व्यक्ति की अपनी अलग पहचान होती है?

☐ हाँ

☐ नहीं

2. आत्मविश्वास का अर्थ है?

☐ स्वयं पर विश्वास

☐ दूसरों से डरना

☐ किसी से बात न करना

3. अपनी भावनाओं को व्यक्त करना?

☐ अच्छी बात है

☐ गलत बात है



4. क्या हर व्यक्ति में कोई न कोई विशेष प्रतिभा होती है?

☐ हाँ

☐ नहीं

5. जब मैं उदास होता/होती हूँ तो किसी भरोसेमंद व्यक्ति से बात करना उपयोगी है।

☐ हाँ

☐ नहीं

6. आत्म–सम्मान का संबंध किससे है?

☐ स्वयं के प्रति सम्मान

☐ केवल दूसरों का सम्मान

7. अपनी गलतियों से सीखना चाहिए।

☐ हाँ

☐ नहीं

8. मैं अपनी खूबियों की पहचान कर सकता/सकती हूँ।

☐ हाँ

☐ नहीं

9. क्या आप अपने भविष्य का कोई लक्ष्य बता सकते हैं?

☐ हाँ

☐ नहीं

10. आज आपने अपने बारे में क्या नई बात सीखी?

फॉलो–अप एवं पुनरावलोकन (Follow - up & Recap)

- प्रत्येक बच्चा अगले सप्ताह अपनी एक नई सकारात्मक आदत अपनाए।
- प्रतिदिन अपनी एक अच्छी बात डायरी में लिखे।
- साथी बच्चों की एक सकारात्मक विशेषता की प्रशंसा करे।
- अगले सत्र की शुरुआत में सभी बच्चे अपने अनुभव साझा करें।



अध्याय–3
मानसिक स्वास्थ्य एवं खुशहाल जीवन

1. इस सत्र के अंत तक प्रतिभागी

- मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ समझ सकें।
- मानसिक स्वास्थ्य क्यों आवश्यक है, यह समझ सकें।
- अपनी भावनाओं की पहचान कर सकें।
- मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारणों को समझ सकें।
- तनाव एवं कठिन भावनाओं को संभालने की वैज्ञानिक एवं व्यवहारिक तकनीकों का अभ्यास कर सकें।
- सहायता लेने के महत्व को समझ सकें।

मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए एक व्यक्तिगत कार्ययोजना (Personal Wellbeing Plan) बना सकें।

2. सत्र के बाद
प्रतिभागी बता सकें –

- मानसिक स्वास्थ्य क्या है?
- मानसिक स्वास्थ्य क्यों महत्वपूर्ण है?
- अच्छी मानसिक सेहत के क्या संकेत हैं?
- खराब मानसिक स्वास्थ्य के प्रारंभिक संकेत क्या हो सकते हैं?
- कौन–कौन सी बातें मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती हैं?
- मानसिक स्वास्थ्य बेहतर बनाने के कम से कम 8–10 तरीके कौन से हैं?
- कब सहायता लेना आवश्यक है?

3. कौशल
प्रतिभागी कर सकें –

- अपनी भावनाओं की पहचान
- तनाव पहचानना
- गहरी साँस लेना
- रोक तकनीक
- ग्राउंडिंग व्यायाम
- सकारात्मक आत्म वार्ता
- कृतज्ञता अभ्यास
- विश्राम व्यायाम
- मदद की तलाश



4. दृष्टिकोण

प्रतिभागियों में विकसित होगा–

- आत्मसम्मान
- आत्मविश्वास
- आशा
- भावनात्मक जागरूकता
- सहायता लेने का साहस
- दूसरों के प्रति सहानुभूति

5. मानसिक स्वास्थ्य क्या है?

प्रशिक्षक नोट–

जब हम स्वस्थ होने की बात करते हैं, तो हम अक्सर शरीर के बारे में सोचते हैं। लेकिन क्या केवल शरीर का स्वस्थ होना ही पर्याप्त है? (बच्चियों के उत्तर सुनें)

फिर कहें–

जैसे शरीर को स्वस्थ रखने के लिए भोजन, पानी, नींद और व्यायाम आवश्यक हैं, वैसे ही मन को स्वस्थ रखने के लिए प्यार, सुरक्षा, सम्मान, अच्छी सोच, सकारात्मक रिश्ते और सही सहायता आवश्यक होती है।

6. मानसिक स्वास्थ्य का सरल अर्थ

मानसिक स्वास्थ्य का मतलब केवल मानसिक बीमारी न होना नहीं है। बल्कि इसका अर्थ है–

- मैं अपनी भावनाओं को पहचान सकती हूँ।
- मैं अपनी भावनाओं को स्वस्थ तरीके से व्यक्त कर सकती हूँ।
- मैं कठिन परिस्थितियों का सामना कर सकती हूँ।
- मैं समस्याओं का समाधान सोच सकती हूँ।
- मैं अपने बारे में अच्छा महसूस करती हूँ।
- मैं दूसरों के साथ अच्छे संबंध बना सकती हूँ।
- मैं भविष्य के लिए आशा रखती हूँ।
- मैं अपने जीवन में खुशियाँ ढूँढ सकती हूँ।

प्रशिक्षक पूछे–

"अगर आपका मन स्वस्थ होगा तो आपके जीवन में क्या बदलाव आएँगे?"

(उत्तर फ्लिपचार्ट पर लिखें)

7. मानसिक स्वास्थ्य क्यों आवश्यक है?

प्रशिक्षक पूछे–

"अगर हमारा मन ठीक न हो तो क्या–क्या प्रभावित हो सकता है?"

उत्तर आने दें।

फिर चर्चा करें–



अच्छा मानसिक स्वास्थ्य–

- पढ़ाई में ध्यान बढ़ाता है।
- आत्मविश्वास बढ़ाता है।
- निर्णय लेने की क्षमता बढ़ाता है।
- तनाव कम करता है।
- रिश्तों को मजबूत बनाता है।
- गुस्से को नियंत्रित करने में मदद करता है।
- कठिन परिस्थितियों से उबरने की शक्ति देता है।
- शारीरिक स्वास्थ्य भी बेहतर बनाता है।
- जीवन में आशा बनाए रखता है।
- हमें अपने सपनों की ओर बढ़ने की प्रेरणा देता है।

यदि मानसिक स्वास्थ्य कमजोर हो–

- बार–बार उदासी
- चिंता
- चिड़चिड़ापन
- नींद की समस्या
- पढ़ाई में मन न लगना
- आत्मविश्वास कम होना
- अकेलापन
- गुस्सा
- डर
- स्वयं को नुकसान पहुँचाने के विचार, जैसी कठिनाइयाँ हो सकती हैं।

महत्वपूर्ण संदेश–

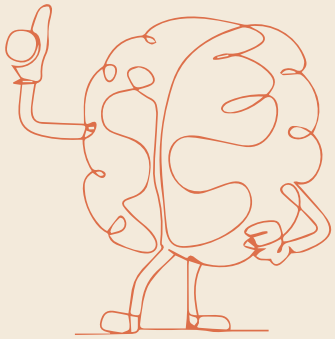
"इन संकेतों का होना किसी व्यक्ति को "कमजोर" नहीं बनाता। यदि ये लंबे समय तक बने रहें या रोजमर्रा के जीवन में बाधा डालें, तो सहायता लेना आवश्यक है।

8. मानसिक स्वास्थ्य को क्या प्रभावित करता है?

प्रशिक्षक फ्लिपचार्ट पर एक बड़ा वृक्ष बनाए।–

जड़ें

- परिवार
- बचपन के अनुभव
- सुरक्षा
- प्यार



तना

- सोच
- भावनाएँ
- आत्मविश्वास

शाखाएँ

- व्यवहार
- पढ़ाई
- दोस्ती
- स्वास्थ्य
- भविष्य

अब पूछें–

"इनमें से कौन–कौन सी बातें हमारे मन को मजबूत बनाती हैं?"

9. मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर कैसे बनाएँ?

"मेरे मन की 10 सुपर पावर"

- पर्याप्त नींद – 7–9 घंटे की अच्छी नींद
- पौष्टिक भोजन – फल, हरी सब्जियाँ, दूध, प्रोटीन, पर्याप्त पानी
- शारीरिक गतिविधि – प्रतिदिन 20–30 मिनट
- गहरी साँस – दिन में 3 बार
- ध्यान (Mindfulness) – 5 मिनट
- अपनी भावनाएँ साझा करना– किसी भरोसेमंद व्यक्ति से
- सकारात्मक आत्मसंवाद – "मैं सीख रही हूँ"
- कृतज्ञता – प्रतिदिन, 3 अच्छी बातें लिखना
- रचनात्मक गतिविधियाँ – चित्र, संगीत, नृत्य, लेखन
- सहायता लेना – जब आवश्यकता हो

10. मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने की वैज्ञानिक तकनीकें

प्रशिक्षक कहे–

"आज हम कुछ ऐसी तकनीकें सीखेंगे जिन्हें दुनिया भर के मनोवैज्ञानिक, डॉक्टर और काउंसलर तनाव कम करने और मन को शांत रखने में उपयोग करते हैं।"

1. STOP Technique

रुकें – साँस लें – महसूस करें – सही कदम चुनें

2. 5-4-3-2-1 Grounding

वर्तमान में वापस आने की तकनीक



3. Deep Breathing

गहरी साँस

4. Butterfly Hug

स्वयं को सुरक्षित महसूस करने का अभ्यास

5. Positive Self Talk

नकारात्मक विचारों को सकारात्मक और यथार्थवादी विचारों से बदलना

6. Gratitude Practice

धन्यवाद डायरी

7. Journaling

मन की बात लिखना

8. Mindfulness

वर्तमान क्षण पर ध्यान देना

9. Progressive Muscle Relaxation

शरीर की मांसपेशियों को क्रमशः ढीला करना

10. Safe Place Visualization

अपने मन में किसी सुरक्षित और शांत स्थान की कल्पना करना

11. Problem Solving Steps

समस्या पहचानें–विकल्प सोचें–सबसे अच्छा विकल्प चुनें–परिणाम देखें

12. Help Seeking

जरूरत पड़ने पर भरोसेमंद व्यक्ति या प्रशिक्षित मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से सहायता लेना

प्रशिक्षक नोट

"मानसिक स्वास्थ्य हमारे जीवन की नींव है। जिस प्रकार हम शरीर की देखभाल करते हैं, उसी प्रकार मन की देखभाल भी आवश्यक है। अच्छी आदतें, स्वस्थ रिश्ते, सकारात्मक सोच, तनाव प्रबंधन की तकनीकें और समय पर सहायता लेना हमें मानसिक रूप से मजबूत बनाते हैं। सबसे महत्वपूर्ण बात–आप अकेली नहीं हैं। आपका मन महत्वपूर्ण है, आपकी भावनाएँ महत्वपूर्ण हैं, और आवश्यकता पड़ने पर सहायता लेना आपकी ताकत है।"

प्री एवं पोस्ट टेस्ट

"मेरा मन – मेरी ताकत"

मानसिक स्वास्थ्य एवं खुशहाल जीवन

(12–18 वर्ष की किशोरियों हेतु)

निर्देशः यह परीक्षा आपकी पढ़ाई या अंक देने के लिए नहीं है। इसका उद्देश्य यह समझना है कि प्रशिक्षण से पहले और बाद में आपके ज्ञान, समझ और जीवन–कौशल में कितना परिवर्तन आया है। प्रत्येक प्रश्न का केवल एक सही उत्तर चुनें।

नाम (वैकल्पिक): _____

आयु: _____

तिथि: _____

☐ Pre-Test ☐ Post-Test

प्रश्न 1– मानसिक स्वास्थ्य का सबसे सही अर्थ क्या है?

(A) केवल मानसिक बीमारी न होना

(B) हमेशा खुश रहना

(C) अपनी भावनाओं को समझना, कठिन परिस्थितियों का सामना करना और स्वस्थ जीवन जीना

(D) केवल अच्छी पढ़ाई करना

सही उत्तर: (C)

प्रश्न 2– निम्न में से कौन–सा अच्छी मानसिक सेहत का संकेत है?

(A) हमेशा गुस्सा करना

(B) अपनी भावनाओं को पहचानना और उचित तरीके से व्यक्त करना

(C) हर समय अकेले रहना

(D) किसी से बात न करना

सही उत्तर: (B)

प्रश्न 3– यदि कोई व्यक्ति लंबे समय तक उदास, चिंतित या परेशान महसूस कर रहा हो और उसकी दैनिक दिनचर्या प्रभावित होने लगे, तो सबसे अच्छा कदम क्या है?

(A) किसी से बात न करना

(B) समस्या को छिपाना

(C) भरोसेमंद व्यक्ति या प्रशिक्षित मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से सहायता लेना

(D) स्वयं को दोष देना

सही उत्तर: (C)

प्रश्न 4– निम्न में से कौन–सी बात मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सहायता करती है?

(A) पर्याप्त नींद

(B) नियमित व्यायाम

(C) सकारात्मक आत्मसंवाद (Positive Self Talk)

(D) उपरोक्त सभी

सही उत्तर: (D)



प्रश्न 5: STOP Technique का पहला चरण क्या है?

(A) सोचें

(B) रुकें

(C) दौड़ें

(D) बात करें

सही उत्तर: (B)

प्रश्न 6– Grounding Technique 5–4–3–2–1 का मुख्य उद्देश्य क्या है?

(A) परीक्षा की तैयारी करना

(B) वर्तमान क्षण पर ध्यान वापस लाना और तनाव कम करना

(C) जल्दी सो जाना

(D) दूसरों को सलाह देना

सही उत्तर: (B)

प्रश्न 7– Positive Self Talk का अर्थ क्या है?

(A) अपने बारे में केवल बुरी बातें सोचना

(B) नकारात्मक विचारों को सकारात्मक और यथार्थवादी विचारों से बदलना

(C) दूसरों की आलोचना करना

(D) अपनी भावनाओं को दबाना

सही उत्तर: (B)

प्रश्न 8– निम्न में से कौन–सा मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाला कारक है?

(A) परिवार और रिश्ते

(B) सुरक्षा और समर्थन

(C) सोच और भावनाएँ

(D) उपरोक्त सभी

सही उत्तर: (D)

प्रश्न 9– कृतज्ञता (Gratitude Practice) का उद्देश्य क्या है?

(A) केवल पुरस्कार पाना

(B) जीवन की अच्छी बातों पर ध्यान देना और सकारात्मक सोच विकसित करना

(C) दूसरों से तुलना करना

(D) अपनी भावनाओं को छिपाना

सही उत्तर: (B)

प्रश्न 10– यदि आपकी कोई सहेली बहुत तनाव में है और मदद चाहती है, तो सबसे उपयुक्त प्रतिक्रिया क्या होगी?

(A) उसका मजाक उड़ाना

(B) उसकी बात ध्यान से सुनना और आवश्यकता होने पर किसी भरोसेमंद वयस्क या काउंसलर से सहायता लेने के लिए प्रोत्साहित करना

(C) उसे अकेला छोड़ देना

(D) उससे बात करना बंद कर देना

सही उत्तर: (B)

प्रश्न 11– निम्न में से कौन–सी तकनीक शरीर और मन को शांत करने में सहायक है?

(A) गहरी साँस

(B) स्वयं को सुरक्षित महसूस करने का अभ्यास

(C) शरीर की मांसपेशियों को क्रमशः ढीला करना

(D) उपरोक्त सभी

सही उत्तर: (D)

प्रश्न 12– इस प्रशिक्षण का सबसे महत्वपूर्ण संदेश क्या है?

(A) अपनी भावनाओं को हमेशा छिपाकर रखना चाहिए।

(B) सहायता लेना कमजोरी की निशानी है।

(C) मानसिक स्वास्थ्य हमारे जीवन की नींव है। अपनी भावनाओं का सम्मान करना और आवश्यकता पड़ने पर सहायता लेना हमारी ताकत है।

(D) मानसिक स्वास्थ्य केवल डॉक्टरों की जिम्मेदारी है।

सही उत्तर: (C)

स्कोरिंग (Scoring)

प्रत्येक सही उत्तर = 1 अंक, कुल प्रश्न = 12, अधिकतम अंक = 12

अंक	व्याख्या
10-12	उत्कृष्ट ज्ञान एवं समझ
7-9	अच्छा ज्ञान, कुछ विषयों पर पुनरावृत्ति आवश्यक
4-9	मध्यम स्तर की समझ, अतिरिक्त अभ्यास आवश्यक
0-3	प्रशिक्षण एवं व्यक्तिगत मार्गदर्शन की अधिक आवश्यकता

महत्वपूर्ण नोट: यह परीक्षण केवल प्रशिक्षण के प्रभाव (Pre–Post Learning) को मापने के लिए है। इसका उपयोग किसी प्रतिभागी का मानसिक स्वास्थ्य निदान (Diagnosis) करने या उसे "पास" अथवा "फेल" घोषित करने के लिए नहीं किया जाना चाहिए। यदि किसी प्रतिभागी के उत्तरों या व्यवहार से भावनात्मक संकट, स्वयं को नुकसान पहुँचाने का जोखिम या अन्य गंभीर चिंता का संकेत मिले, तो CCIs की Child Protection Policy एवं Mental Health Referral Protocol के अनुसार प्रशिक्षित काउंसलर या मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से संपर्क किया जाना चाहिए।

अध्याय–4
सुरक्षा एवं सहयोग

बाल देखभाल संस्थाओं में रहने वाले बच्चों को एक सुरक्षित, सम्मानजनक और सहयोगपूर्ण वातावरण उपलब्ध कराना प्रत्येक संस्था की जिम्मेदारी है। कई बच्चे ऐसे होते हैं जिन्होंने अपने जीवन में कठिन अनुभवों का सामना किया होता है, जैसे परिवार से अलग होना, उपेक्षा, हिंसा, शोषण या अन्य संकट। ऐसे बच्चों के लिए संस्था केवल रहने का स्थान नहीं, बल्कि एक ऐसा घर होना चाहिए जहाँ वे स्वयं को सुरक्षित, सम्मानित और आत्मविश्वास से भरपूर महसूस करें।

सुरक्षा केवल शारीरिक सुरक्षा तक सीमित नहीं है। इसका अर्थ है कि प्रत्येक बच्चा भावनात्मक, सामाजिक और मानसिक रूप से भी सु. रक्षित महसूस करे। यदि बच्चे अपने मन की बात बिना डर के कह सकें, सहायता प्राप्त कर सकें और सम्मानपूर्वक व्यवहार पाएँ, तो वे स्वस्थ एवं सकारात्मक वातावरण में विकसित हो सकते हैं।

उद्देश्य

इस अध्याय का उद्देश्य बच्चों को यह समझाना है कि:

- सुरक्षा क्या है और यह क्यों आवश्यक है।
- संस्था में रहते हुए उनके क्या अधिकार हैं।
- असुरक्षित परिस्थितियों की पहचान कैसे करें।
- किसी परेशानी की स्थिति में किससे सहायता लें।
- एक–दूसरे का सहयोग करके संस्था को सुरक्षित और खुशहाल कैसे बनाया जा सकता है।

सत्र के अंत में बच्चे

- सुरक्षा के विभिन्न पहलुओं को समझ सकेंगे।
- सुरक्षित एवं असुरक्षित व्यवहार की पहचान कर सकेंगे।
- अपने अधिकारों एवं जिम्मेदारियों को जानेंगे।
- सहायता प्राप्त करने के सही तरीकों को समझेंगे।
- दूसरों के प्रति सम्मान और सहयोग का व्यवहार अपनाने के लिए प्रेरित होंगे।

प्रशिक्षक हेतु दिशा–निर्देश

11–18 वर्ष आयु वर्ग के बच्चों के साथ इस संवेदनशील विषय पर सत्र संचालित करते समय निम्न बातों का ध्यान रखें:

सत्र से पहले

- सुनिश्चित करें कि सत्र–स्थल शांत, निजी और सभी के लिए सुगम हो।
- संस्था के परामर्शदाता या बाल कल्याण अधिकारी को सत्र के दौरान उपलब्ध रहने हेतु सूचित करें, क्योंकि चर्चा के दौरान किसी बच्चे की व्यक्तिगत परेशानी सामने आ सकती है।
- आवश्यक सामग्री पहले से तैयार रखें।

सत्र के दौरान

- आयु–उपयुक्त, सरल एवं स्पष्ट भाषा का प्रयोग करें; 15–18 वर्ष के किशोरों के साथ थोड़ी अधिक गहराई से चर्चा की जा सकती है।

- शुरुआत में ही 'सुरक्षित स्थान नियम' (Ground Rules) तय करें – जैसे एक–दूसरे का मजाक न उड़ाना, बीच में न टोकना, और
- किसी की व्यक्तिगत बात को कमरे से बाहर साझा न करना।
- बच्चों को नाम, वास्तविक घटनाओं या किसी व्यक्ति का नाम लेकर उदाहरण देने के लिए प्रोत्साहित न करें – काल्पनिक उदाहरणों का उपयोग करें।
- सक्रिय रूप से सुनें। निर्णय या आलोचना किए बिना बच्चों के विचारों को स्वीकार करें।
- यदि कोई बच्चा असहज महसूस करे, तो उसे सत्र के दौरान या बाद में अलग से बात करने का विकल्प दें।

सत्र के बाद

- यदि किसी बच्चे ने व्यक्तिगत असुरक्षा या दुर्व्यवहार का संकेत दिया हो, तो तुरंत संस्था की बाल संरक्षण नीति (Child Protection Policy) के अनुसार कार्यवाही करें और परामर्शदाता/बाल कल्याण अधिकारी को सूचित करें।
- सत्र की संक्षिप्त रिपोर्ट तैयार करें– उपस्थिति, चर्चा के मुख्य बिंदु, तथा किसी विशेष अवलोकन का उल्लेख करें (व्यक्तिगत विवरण गोपनीय रखें)।

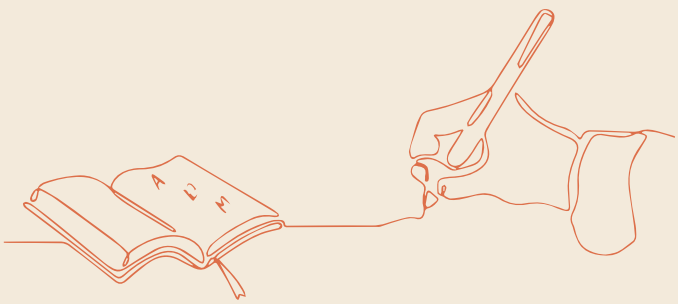
प्रशिक्षक नोट

यह सत्र सूचना देने से अधिक बच्चों को सुनने और सुरक्षित महसूस कराने का अवसर है। जल्दबाजी न करें– यदि किसी विषय पर अधिक चर्चा की आवश्यकता महसूस हो, तो समय बढ़ाया जा सकता है।

आवश्यक सामग्री एवं तैयारी

- फ्लिप चार्ट / व्हाइटबोर्ड एवं मार्कर
- पूर्व एवं पोस्ट परीक्षण की प्रिंट प्रतियाँ (प्रति बच्चा एक)
- 'सुरक्षित या असुरक्षित?'गतिविधि हेतु परिस्थिति कार्ड
- चाइल्ड हेल्पलाइन (1098) एवं संस्था के संपर्क नंबरों का पोस्टर
- पेन / पेंसिल (प्रति बच्चा)
- बैठने की गोलाकार व्यवस्था, ताकि सभी बच्चे एक–दूसरे को देख सकें

सत्र रूपरेखा



गतिविधि / विषय	समय	विधि
स्वागत एवं परिचय	5 मिनट	समूह चर्चा
पूर्व परीक्षण (Pre-Test)	15 मिनट	लिखित / मौखिक
अवधारणा – सुरक्षा क्या है?	10 मिनट	व्याख्यान + चर्चा
मुख्य विशेषताएँ	5 मिनट	व्याख्यान
आइस–ब्रेकर गतिविधि: सुरक्षित या असुरक्षित?	15 मिनट	समूह गतिविधि
मुख्य विषय–वस्तु (अधिकार, जिम्मेदारियाँ, सहायता)	45 मिनट	व्याख्यान + चर्चा
गतिविधि: मेरा सुरक्षा साथी	10 मिनट	जोड़ी गतिविधि
प्रश्नोत्तर एवं खुली चर्चा	15 मिनट	समूह चर्चा
पोस्ट परीक्षण (Post-Test)	15 मिनट	लिखित / मौखिक
समापन एवं मुख्य संदेश	5 मिनट	समूह चर्चा
कुल अवधि	2 मिनट	

पूर्व परीक्षण (Pre-Test) – 15 मिनट

निर्देश: बच्चों को प्रत्येक प्रश्न पढ़कर सुनाएँ या प्रिंट प्रति दें। यह मूल्यांकन का साधन नहीं, बल्कि विषय पर बच्चों की वर्तमान समझ जानने का माध्यम है – इसलिए सही/गलत बताकर उत्साह कम न करें।

क्र.	प्रश्न	सही उत्तर
1.	सुरक्षित महसूस करने का क्या अर्थ है? (a) हमेशा चुप रहना (b) बिना डर के रहना (c) किसी से बात न करना (d) अकेले रहना	
2.	यदि कोई आपको बार–बार परेशान करे तो क्या करना चाहिए? (a) चुप रहना (b) वापस मारना (c) किसी भरोसेमंद बड़े व्यक्ति को बताना (d) संस्था छोड़ देना	
3.	संस्था में हर बच्चे का अधिकार है: (a) सम्मान (b) शिक्षा (c) सुरक्षा (d) उपरोक्त सभी	
4.	यदि कोई आपका मजाक उड़ाए तो यह: (a) सामान्य बात है (b) असुरक्षित व्यवहार हो सकता है (c) अच्छा मजाक है (d) कुछ भी नहीं	
5.	यदि आप उदास हों तो: (a) किसी से बात न करें (b) अकेले रहें (c) किसी भरोसेमंद व्यक्ति से बात करें (d) खाना छोड़ दें	
6.	क्या बच्चों को अपनी राय रखने का अधिकार है?	
7.	क्या मदद माँगना कमजोरी है?	
8.	यदि संस्था में कोई बच्चा परेशान हो तो हमें: (a) उसका मजाक उड़ाना चाहिए (b) उसकी मदद करनी चाहिए (c) उसे अकेला छोड़ देना चाहिए (d) किसी को न बताना चाहिए	

विषय–वस्तु – 2 घंटे

(a) अवधारणा – 10 मिनट

सुरक्षा क्या है?

सुरक्षा का अर्थ केवल यह नहीं है कि हमें कोई चोट न लगे। सुरक्षा का मतलब है कि हम बिना डर के रह सकें, अपनी बात खुलकर कह सकें, सम्मानपूर्वक व्यवहार प्राप्त करें और आवश्यकता पड़ने पर सहायता मिल सके। एक सुरक्षित संस्था वह है जहाँ हर बच्चा स्वयं को महत्वपूर्ण, सम्मानित और संरक्षित महसूस करे।

(b) मुख्य विशेषताएँ – 5 मिनट

एक सुरक्षित बाल देखभाल संस्था में –

- सभी बच्चों के साथ समान एवं सम्मानजनक व्यवहार किया जाता है।
- बच्चों को अपनी बात कहने और सहायता माँगने का अवसर मिलता है।
- किसी भी प्रकार की मारपीट, गाली–गलौज, बुलिंग या भेदभाव स्वीकार नहीं किया जाता।
- सभी बच्चे एक–दूसरे की मदद करते हैं और सुरक्षित वातावरण बनाने में सहयोग करते हैं।

(c) आइस–ब्रेकर गतिविधि – 15 मिनट

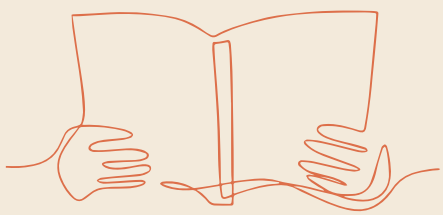
गतिविधि – सुरक्षित या असुरक्षित?(15 मिनट)

प्रशिक्षक बच्चों को अलग–अलग परिस्थितियाँ पढ़कर सुनाएँ, जैसे –

- कोई दोस्त आपका मजाक उड़ाता है।
- कोई कर्मचारी आपकी बात ध्यान से सुनता है।
- कोई बड़ा बच्चा आपका सामान छीन लेता है।
- कोई दोस्त खेल में आपको शामिल करता है।
- कोई आपको धमकाता है कि किसी को मत बताना।
- बच्चों से पूछें: क्या यह सुरक्षित व्यवहार है या असुरक्षित? क्यों?

प्रशिक्षक नोट

सही या गलत उत्तर बताने से पहले बच्चों से उनके विचार अवश्य पूछें। सभी उत्तरों को सम्मान के साथ सुनें, फिर सही दिशा में मार्गदर्शन करें।



(d) मुख्य विषय–वस्तु – 45 मिनट

सुरक्षा का अर्थ
सुरक्षा का अर्थ है–
- बिना डर के रहना।
- सम्मान के साथ रहना।
- किसी भी प्रकार की हिंसा से सुरक्षित रहना।
- अपनी बात कह पाने की आजादी होना।

हमारे अधिकार
हर बच्चे का अधिकार है–
- सुरक्षित रहना।
- सम्मान पाना।
- शिक्षा प्राप्त करना।
- स्वास्थ्य सेवाएँ प्राप्त करना।
- खेलना।
- अपनी राय रखना।
- सहायता प्राप्त करना।

हमारी जिम्मेदारियाँ
- सभी का सम्मान करें।
- किसी का मजाक न उड़ाएँ।
- छोटे बच्चों की मदद करें।
- झगड़े की बजाय बातचीत करें।
- संस्था के नियमों का पालन करें।
- किसी भी परेशानी की जानकारी भरोसेमंद बड़े व्यक्ति को दें।

कब मदद माँगनी चाहिए?
यदि–
- कोई मारता है।
- कोई डराता है।
- कोई असहज तरीके से छूता है या कुछ गलत करने का प्रयास करता है।
- कोई आपका सामान छीनता है।
- कोई आपको बार–बार परेशान करता है।
- आपको बहुत उदासी या डर लगता है। **तो चुप न रहें।**

मदद किससे लें?
- अधीक्षक
- गृह माता / गृह पिता
- परामर्शदाता
- बाल कल्याण अधिकारी
- आपके भरोसेमंद कर्मचारी
- चिल्ड्रन्स कमेटी के सदस्य

यदि आवश्यकता हो, तो चाइल्ड हेल्पलाइन 1098 पर भी सहायता ली जा सकती है।

हम संस्था को सुरक्षित कैसे बनाएँ?
- सभी का सम्मान करें।
- नए बच्चों का स्वागत करें।
- बुलिंग न करें और न होने दें।
- समस्या होने पर तुरंत बताएँ।
- एक–दूसरे की सहायता करें।
- साफ–सफाई और अनुशासन बनाए रखें।

गतिविधि – मेरा सुरक्षा साथी (10 मिनट)

प्रत्येक बच्चा अपने पास बैठे साथी के बारे में एक अच्छी बात बताएगा, और यह भी बताएगा कि यदि उसका साथी किसी परेशानी में होगा तो वह उसकी कैसे मदद करेगा। इसके बाद प्रशिक्षक चर्चा करेंगे कि दोस्ती और सहयोग भी सुरक्षा का महत्वपूर्ण हिस्सा हैं।

(e) प्रश्नोत्तर एवं खुली चर्चा – 15 मिनट

बच्चों से निम्न प्रश्न पूछें –

- आपको संस्था में सबसे अधिक सुरक्षित कब महसूस होता है?
- यदि कोई बच्चा उदास हो तो आप उसकी कैसे मदद करेंगे?
- यदि कोई आपकी बात नहीं सुने तो आप क्या करेंगे?
- एक सुरक्षित संस्था बनाने के लिए हम सभी क्या कर सकते हैं?

चर्चा के अंत में मुख्य संदेश दोहराएँ:

"सुरक्षित रहना हर बच्चे का अधिकार है और सुरक्षित वातावरण बनाना हम सबकी जिम्मेदारी है।" यदि कोई बच्चा उदास हो तो आप उसकी कैसे मदद करेंगे?

पोस्ट परीक्षण (Post–Test) – 15 मिनट

पूर्व परीक्षण के समान प्रश्न पूछे जा सकते हैं, या निम्न प्रश्नों का उपयोग किया जा सकता है। अधिकांश प्रश्न मौखिक चर्चा हेतु हैं – इनका उद्देश्य बच्चों की समझ में हुई वृद्धि को समझना है, न कि उन्हें अंक देना।

क्र.	प्रश्न	सही उत्तर
1.	सुरक्षा का सबसे महत्वपूर्ण अर्थ क्या है?	मौखिक
2.	यदि कोई आपको डराए तो आप क्या करेंगे?	मौखिक
3.	क्या सभी बच्चों को सम्मान पाने का अधिकार है?	हाँ
4.	बुलिंग होने पर क्या चुप रहना चाहिए?	नहीं
5.	संस्था में आपकी सहायता कौन कर सकता है?	मौखिक
6.	क्या मदद माँगना सही है?	हाँ
7.	यदि आपका मित्र उदास हो तो आप क्या करेंगे?	मौखिक
8.	एक सुरक्षित संस्था बनाने में बच्चों की क्या भूमिका है?	मौखिक
9.	क्या किसी का मजाक उड़ाना सही है?	नहीं
10.	10 इस सत्र से आपने सबसे महत्वपूर्ण क्या सीखा?	मौखिक

सत्र समापन एवं मूल्यांकन

(a) समापन गतिविधि

- प्रत्येक बच्चे से एक शब्द में पूछें कि आज के सत्र से उन्हें कैसा महसूस हुआ।
- धन्यवाद दें और याद दिलाएँ कि मदद माँगना सदैव सही है।

(b) प्रशिक्षकों हेतु स्व–मूल्यांकन प्रश्न

- क्या सभी बच्चों को बोलने और भाग लेने का समान अवसर मिला?
- क्या किसी बच्चे ने व्यक्तिगत असुरक्षा का संकेत दिया? यदि हाँ, तो क्या उचित कार्यवाही की गई?
- अगली बार सत्र को और बेहतर बनाने के लिए क्या बदलाव किए जा सकते हैं?

परिशिष्ट : महत्वपूर्ण संपर्क सूची

सत्र–स्थल पर प्रदर्शित करने हेतु संस्था अपने संपर्क विवरण भरकर पोस्टर के रूप में लगा सकती है।

अध्याय–5
शिक्षा एवं करियर

बाल देखभाल संस्थाओं में रहने वाले किशोर प्रायः ऐसे सामाजिक एवं पारिवारिक परिवेश से आते हैं जहाँ उन्हें शिक्षा, मार्गदर्शन और अवसरों की निरंतरता नहीं मिल पाती। कई बच्चे अपनी प्रारंभिक शिक्षा पूरी नहीं कर पाते या कक्षा 10वीं अथवा 12वीं के बाद उनके सामने आगे की दिशा स्पष्ट नहीं होती। परिणामस्वरूप वे भ्रम, आत्मविश्वास की कमी और सीमित अवसरों के कारण अपने भविष्य को लेकर असमंजस में रहते हैं।

किशोर न्याय (बालकों की देखरेख एवं संरक्षण) अधिनियम, 2015 के अनुसार, प्रत्येक बच्चे को ऐसे अवसर प्रदान करना आवश्यक है जो उसे सुरक्षित, सम्मानजनक और आत्मनिर्भर जीवन की ओर अग्रसर करें। इस संदर्भ में शिक्षा, कौशल विकास और करियर मार्गदर्शन केवल जानकारी देने तक सीमित नहीं हैं, बल्कि यह बच्चों को जीवन में दिशा देने की एक सशक्त प्रक्रिया है।

यह इसी आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है, ताकि बच्चे अपनी रुचि, क्षमता और उपलब्ध अवसरों के आधार पर अपने भविष्य के लिए यथार्थवादी और सकारात्मक निर्णय ले सकें।

उद्देश्य

- इस अध्याय का उद्देश्य बच्चों को शिक्षा, कौशल विकास और रोजगार के बीच संबंध को समझने में सक्षम बनाना है। इसके माध्यम से बच्चों को यह अवसर मिलेगा कि वे अपने जीवन के लक्ष्यों के बारे में सोचें, उपलब्ध संसाधनों को पहचानें और अपने भविष्य की दिशा तय करने के लिए आत्मविश्वास विकसित करें।
- अध्याय बच्चों को यह समझाने का प्रयास करता है कि शिक्षा केवल औपचारिक विद्यालय तक सीमित नहीं है, बल्कि जीवन कौशल, व्यावसायिक प्रशिक्षण और अनुभव आधारित सीख भी उतनी ही महत्वपूर्ण है। साथ ही, यह उन्हें विभिन्न सरकारी योजनाओं और संस्थागत व्यवस्थाओं से जोड़ने का मार्ग प्रशस्त करता है, ताकि वे उपलब्ध अवसरों का लाभ उठा सकें।

मुख्य सीख

सत्र के अंत तक बच्चों में यह समझ विकसित होने की अपेक्षा की जाती है कि वे अपनी रुचियों और क्षमताओं को पहचान सकें, शिक्षा के विभिन्न विकल्पों के प्रति जागरूक हों और कौशल विकास एवं रोजगार के अवसरों के बारे में बुनियादी जानकारी प्राप्त कर सकें। इसके अतिरिक्त, वे यह भी समझ पाएँगे कि आत्मनिर्भर बनने के लिए निरंतर सीखना और प्रयास करना आवश्यक है, तथा आवश्यकता पड़ने पर मार्गदर्शन और सहायता लेना एक सकारात्मक कदम है।

प्रशिक्षकों हेतु दिशा–निर्देश

सत्र से पूर्व

प्रशिक्षकों को सत्र प्रारंभ करने से पहले बच्चों की शैक्षणिक पृष्ठभूमि, उनकी वर्तमान स्थिति (विद्यालय में अध्ययनरत, ड्रॉपआउट, या परीक्षा उत्तीर्ण) तथा उनकी सामान्य रुचियों की जानकारी प्राप्त कर लेनी चाहिए। साथ ही, स्थानीय स्तर पर उपलब्ध शिक्षा एवं कौशल प्रशिक्षण संस्थानों जैसे आईटीआई (औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान), पॉलिटेक्निक, कौशल विकास केंद्र आदि की जानकारी संकलित करना उपयोगी होगा।

सत्र के दौरान

- सत्र को सहभागितापूर्ण और संवादात्मक बनाना अत्यंत आवश्यक है। बच्चों के साथ सरल, स्पष्ट और उदाहरण–आधारित भाषा में चर्चा की जानी चाहिए। यह ध्यान रखा जाए कि प्रत्येक बच्चे को अपनी बात रखने का अवसर मिले और किसी प्रकार की तुलना या आलोचना से बचा जाए।

- प्रशिक्षकों को बच्चों को यह अनुभव कराना चाहिए कि प्रत्येक व्यक्ति की क्षमता और सीखने की गति अलग होती है, और हर बच्चा अपने तरीके से सफल हो सकता है। प्रेरणादायक उदाहरणों और वास्तविक जीवन की कहानियों के माध्यम से बच्चों में आत्मविश्वास और आशा का संचार किया जा सकता है।

सत्र के पश्चात

- सत्र समाप्त होने के बाद उन बच्चों की पहचान करना महत्वपूर्ण है जो किसी विशेष क्षेत्र में रुचि रखते हैं या जिन्हें अतिरिक्त मार्गदर्शन की आवश्यकता है। ऐसे बच्चों को परामर्श, कौशल प्रशिक्षण संस्थानों या रोजगार सेवाओं से जोड़ने के लिए आवश्यक पहल की जानी चाहिए।

प्रशिक्षण पूर्व प्रशिक्षकों हेतु तैयारी	प्रशिक्षण हेतु आवश्यक सामग्री
▪ जेजे एक्ट से संबंधित बुनियादी जानकारी, विशेष रूप से बाल देखभाल संस्थानों के बारे में। ▪ कौशल प्रशिक्षण योजनाओं की जानकारी I ▪ सरकारी / CSR प्रायोजित स्कॉलरशिप / इंटर्नशिप / शिक्षण संस्थान I ▪ NEP 2020 ▪ करियर, स्वरोजगार या रोजगार से जुड़ी सरकारी योजनाएँ / कार्यक्रम। ▪ शैक्षिक योग्यता के आधार पर कौशल प्रशिक्षण / रोजगार की मैपिंग। ▪ कौशल, व्यावसायिक प्रशिक्षण, स्वरोजगार और रोजगार से संबंधित विभाग–वार योजनाएँ। ▪ महत्वपूर्ण हितधारक / जिम्मेदार पक्ष जो विभिन्न योजनाओं से जोड़ने में मदद करते हैं।	▪ फ्लिप चार्ट / व्हाइटबोर्ड ▪ हर प्रतिभागी के लिए प्री–और पोस्ट–प्रश्नावली ▪ करियर विकल्प चार्ट ▪ कौशल प्रशिक्षण योजनाओं की जानकारी ▪ पेन / पेंसिल

तकनीकी सत्र की रूपरेखा

सत्र	विषय	समय
1.	परिचय एवं आइस–ब्रेकिंग	20 minutes
2.	प्री–प्रश्नावली (Pre-questionnaire)	15 minutes
3.	करियर मार्गदर्शन	25 minutes
4.	जीवन कौशल	25 minutes
5.	रोजगारोन्मुखी शिक्षा	25 minutes
6.	सरकारी योजनाएँ	20 minutes
7.	गतिविधि एवं चर्चा	30 minutes
8.	पोस्ट–प्रश्नावली (Post-questionnaire)	20 minutes
Total		150 minutes

पूर्व प्रश्नावली (प्रशिक्षण से पहले) एवं प्रशिक्षण के बाद की प्रश्नावली (Post-questionnaire)

किशोरों एवं किशोरियों से कहें कि वे हर प्रश्न का उत्तर दें–

उत्तर – किन्ही एक पर टिक करें – हाँ – नहीं – थोड़ा

1. क्या आपको पता है कि आप बड़े होकर क्या बनना चाहते हैं?	हाँ	नहीं	थोड़ा
2. क्या आपने कभी किसी करियर (नौकरी / काम) के बारे में जानकारी ली है?	हाँ	नहीं	थोड़ा
3. क्या आप जानते हैं कि "कौशल **(Skill)**" क्या होता है?	हाँ	नहीं	थोड़ा
4. क्या आपने अभी तक कोई नया कौशल सीखा है?	हाँ	नहीं	थोड़ा
5. क्या आप अपने फैसले खुद ले पाते हैं?	हाँ	नहीं	थोड़ा
6. क्या आप दूसरों के साथ मिलकर काम करना पसंद करते हैं?	हाँ	नहीं	थोड़ा
7. क्या आपको लगता है कि आप अपने जीवन में कुछ अच्छा कर सकते हैं?	हाँ	नहीं	थोड़ा
8. क्या आप अपने विचार दूसरों के सामने बोल पाते हैं?	हाँ	नहीं	थोड़ा
9. क्या आपको पता है कि मेहनत और कौशल से अच्छा काम (**job**) मिल सकता है?	हाँ	नहीं	थोड़ा
10. क्या आपने अपने भविष्य के लिए कोई लक्ष्य सोचा है?	हाँ	नहीं	थोड़ा

विषय–वस्तु

यह किशोरों एवं किशोरियों को एक समग्र दिशा प्रदान करने के उद्देश्य से विकसित किया गया है। इसमें करियर चयन, जीवन कौशलों का विकास, स्व–रोजगार एवं रोजगारोन्मुखी शिक्षा को एकीकृत रूप में प्रस्तुत किया गया है, ताकि वे अपने जीवन के महत्वपूर्ण निर्णयों को आत्मविश्वास और जागरूकता के साथ ले सकें।

यह "सतत विकास लक्ष्य" (SDG 8: Decent Work and Economic Growth) के अनुरूप तैयार किया गया है, जो सम्मानजनक कार्य एवं आर्थिक सशक्तिकरण की दिशा में आगे बढ़ाने पर केंद्रित है। साथ ही, यह "विकसित भारत @2047" की परिकल्पना के अनुरूप है, जहाँ शिक्षा केवल ज्ञान अर्जन तक सीमित न होकर, जीवन कौशल, आजीविका एवं आत्मनिर्भरता से जुड़ी होती है।

करियर

- राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुसार कमजोर एवं वंचित वर्गों के बच्चों के लिए करियर विकास को समान अवसर, समावेशन और कौशल आधारित शिक्षा से जोड़ा गया है, ताकि कोई भी बच्चा सामाजिक या आर्थिक कारणों से पीछे न रह जाए।
- इस नीति में कक्षा 6 से व्यावसायिक शिक्षा और इंटर्नशिप पर जोर दिया गया है, जिससे बच्चे शुरुआती स्तर पर ही रोजगारोन्मुखी कौशल सीखकर स्वरोजगार या कौशल आधारित करियर से जुड़ सकें। साथ ही, शिक्षा प्रणाली को लचीला बनाते हुए अकादमिक और व्यावसायिक शिक्षा के बीच की दूरी कम की गई है।
- राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुसार, मल्टीपल एंट्री–एग्जिट सिस्टम, छात्रवृत्ति, जेंडर इन्क्लूजन फंड और डिजिटल शिक्षा जैसी व्यवस्थाएँ यह सुनिश्चित करती हैं कि वंचित बच्चों को निरंतर शिक्षा और करियर विकास के पर्याप्त अवसर मिल सकें।
- कई बार आर्थिक या पारिवारिक कारणों से बच्चे पढ़ाई छोड़ देते हैं। ऐसे में हमें उन्हें यह बताना है कि वे दोबारा शिक्षा में वापस आ सकते हैं, यही NEP 2020 की एक बड़ी विशेषता है।
- करियर मार्गदर्शन के माध्यम से प्रतिभागियों को यह समझाया जाता है कि करियर का चयन केवल एक नौकरी चुनने की प्रक्रिया नहीं है, बल्कि यह स्वयं की रुचि, क्षमता और उपलब्ध अवसरों को समझने का एक महत्वपूर्ण निर्णय है। वर्तमान समय में शिक्षा, तकनीकी, स्वास्थ्य, सेवा क्षेत्र और उद्यमिता जैसे अनेक क्षेत्रों में अवसर उपलब्ध हैं। इसलिए यह आवश्यक है कि किशोर एवं किशोरियां इन विकल्पों के बारे में जानकारी प्राप्त करें और अपनी पसंद तथा योग्यता के अनुसार दिशा तय करें।

साथ ही, बदलती अर्थव्यवस्था और डिजिटल युग में कुछ कौशल अत्यंत महत्वपूर्ण हो गए हैं, जैसे संचार कौशल, डिजिटल साक्षरता, समस्या समाधान क्षमता और टीम में कार्य करने की योग्यता। करियर मार्गदर्शन की प्रक्रिया में इन कौशलों की पहचान और विकास पर विशेष जोर दिया जाता है, ताकि किशोर एवं किशोरियां भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार हो सकें।

जीवन कौशल

- जीवन कौशल राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अंतर्गत शिक्षा का एक अभिन्न और आवश्यक भाग माना गया है, जिसका उद्देश्य किशोर–किशोरियों का समग्र विकास सुनिश्चित करना है। इस नीति के अनुसार शिक्षा केवल अकादमिक ज्ञान तक सीमित नहीं होनी चाहिए, बल्कि इसमें ऐसे व्यवहारिक कौशलों का समावेश होना चाहिए जो किशोर–किशोरियों को वास्तविक जीवन की चुनौतियों के लिए तैयार करें। जीवन कौशल के अंतर्गत आत्म–जागरूकता, प्रभावी संचार, आलोचनात्मक चिंतन, रचनात्मकता, समस्या समाधान, निर्णय लेने की क्षमता, सहयोग और भावनात्मक संतुलन जैसे तत्वों पर विशेष बल दिया गया है।
- नीति में अनुभवात्मक अधिगम, कौशल आधारित शिक्षा और बहुविषयक दृष्टिकोण को बढ़ावा दिया गया है, ताकि किशोर एवं किशोरियों को सीखने से जोड़ सकें। इस प्रकार, जीवन कौशल न केवल आत्मनिर्भर और आत्मविश्वासी बनाते हैं, बल्कि उन्हें बदलते सामाजिक और आर्थिक परिवेश में सफलतापूर्वक आगे बढ़ने के लिए सक्षम भी बनाते हैं।
- जीवन कौशल एक अत्यंत महत्वपूर्ण घटक है, क्योंकि यह केवल शैक्षणिक ज्ञान से आगे बढ़कर व्यक्ति को वास्तविक जीवन की परिस्थितियों में प्रभावी ढंग से कार्य करने में सक्षम बनाता है। जीवन कौशल के अंतर्गत आत्मविश्वास, प्रभावी संचार, निर्णय लेने की क्षमता, समस्या समाधान, समय प्रबंधन, टीमवर्क तथा भावनात्मक संतुलन जैसे गुण शामिल होते हैं, जो किशोरों एवं किशोरियों को व्यक्तिगत, सामाजिक और व्यावसायिक जीवन में संतुलन बनाए रखने में सहायता करते हैं।
- जीवन कौशल किशोरों एवं किशोरियों को चुनौतियों का सामना करने, सही निर्णय लेने और सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करने में मदद करते हैं, जिससे वे न केवल बेहतर पेशेवर बनते हैं बल्कि जिम्मेदार और जागरूक नागरिक के रूप में भी विकसित होते हैं। इस प्रकार, जीवन कौशल का विकास युवाओं के समग्र विकास की दिशा में एक महत्वपूर्ण आधार प्रदान करता है।

रोजगारोन्मुखी शिक्षा

- रोजगारोन्मुखी शिक्षा इस का तीसरा प्रमुख घटक है, जिसका उद्देश्य शिक्षा को सीधे रोजगार से जोड़ना है। इसके अंतर्गत
- व्यावसायिक प्रशिक्षण, इंटर्नशिप, अप्रेंटिसशिप, और कौशल आधारित पाठ्यक्रमों को शामिल किया जाता है। यह दृष्टिकोण किशोरों एवं किशोरियों को "सीखते हुए कमाने" (Earn while Learn) की अवधारणा से परिचित कराता है, जिससे वे आत्मनिर्भर बन सकते हैं।
- CCI में रहने वाले किशोरों एवं किशोरियों के साथ कार्य करने वाले की भूमिका केवल देखभाल तक सीमित नहीं है, बल्कि उन्हें बच्चों को सुरक्षित, सम्मानजनक और टिकाऊ रोजगार की दिशा में सक्षम बनाना भी है।
- राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुरूप, यह आवश्यक है कि प्रशिक्षक रोजगारोन्मुखी शिक्षा को एक सतत प्रक्रिया के रूप में समझें, जिसमें किशोरों एवं किशोरियों को सीखने, कौशल अर्जित करने और कार्य–आधारित अनुभव प्राप्त करने के अवसर उपलब्ध कराए जाते हैं।

- यह महत्वपूर्ण है कि वे किशोरों एवं किशोरियों की पृष्ठभूमि, उनकी रुचियों और उपलब्ध अवसरों को ध्यान में रखते हुए उन्हें उपयुक्त कौशल विकास मार्गों से जोड़ें। इसमें व्यावसायिक शिक्षा, अल्पकालिक कौशल प्रशिक्षण, इंटर्नशिप और अप्रेंटिसशिप जैसे विकल्पों की समझ विकसित करना शामिल है। इस प्रक्रिया में "सीखते हुए कार्य" (learning by doing) और "कार्य–आधारित अधिगम" (work-based learning) को बढ़ावा देना आवश्यक है, ताकि बच्चे वास्तविक कार्य परिस्थितियों के प्रति तैयार हो सकें।
- क्षमता निर्माण के संदर्भ में, प्रशिक्षकों को स्थानीय रोजगार अवसरों, उद्योगों और सेवा क्षेत्रों के साथ समन्वय स्थापित करने की समझ विकसित करनी होती है, जिससे किशोरों एवं किशोरियों को व्यावहारिक अनुभव और संभावित रोजगार मार्ग प्राप्त हो सकें। साथ ही, डिजिटल प्लेटफॉर्म, कौशल विकास कार्यक्रमों और सरकारी पहलों के बारे में अद्यतन जानकारी रखना भी आवश्यक है, ताकि बच्चों को व्यापक अवसरों से जोड़ा जा सके।
- इस प्रकार, जागरूकता और क्षमता निर्माण का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि प्रशिक्षक एक सहायक और सक्षम वातावरण तैयार कर सकें, जहाँ CCI में रहने वाले किशोरों एवं किशोरियाँ आत्मविश्वास के साथ रोजगार की दिशा में आगे बढ़ें और दीर्घकालिक रूप से आत्मनिर्भर बन सकें।

शिक्षा का महत्व

शिक्षा व्यक्ति के जीवन में केवल ज्ञान प्राप्त करने का माध्यम नहीं है, बल्कि यह उसे सोचने, समझने और सही निर्णय लेने की क्षमता प्रदान करती है। शिक्षा के माध्यम से व्यक्ति अपने अधिकारों के प्रति जागरूक होता है, समाज में सम्मान प्राप्त करता है और अपने जीवन को बेहतर दिशा में ले जाने में सक्षम बनता है।

शिक्षा के विभिन्न मार्ग

- हर किशोरों एवं किशोरी के लिए एक ही प्रकार की शिक्षा उपयुक्त नहीं होती। कुछ बच्चे नियमित विद्यालय में अध्ययन जारी रख सकते हैं, जबकि अन्य के लिए ओपन स्कूलिंग या कौशल आधारित शिक्षा अधिक उपयुक्त हो सकती है।
- ओपन स्कूल (जैसे राष्ट्रीय /राज्य ओपन स्कूल) उन बच्चों के लिए एक महत्वपूर्ण विकल्प है जो किसी कारणवश नियमित विद्यालय नहीं जा पाते। इसी प्रकार, आईटीआई और पॉलिटेक्निक जैसे संस्थान तकनीकी शिक्षा प्रदान करते हैं, जिससे बच्चे सीधे रोजगार से जुड़ सकते हैं।
- किशोर एवं किशोरियों को यह समझाना आवश्यक है कि शिक्षा एक निरंतर प्रक्रिया है, जो केवल विद्यालय तक सीमित नहीं है। जीवन के प्रत्येक अनुभव से सीखना भी शिक्षा का ही एक हिस्सा है।

कौशल विकास एवं सरकारी पहल

- भारत सरकार एवं राजस्थान सरकार द्वारा युवाओं को रोजगार योग्य बनाने के लिए विभिन्न कौशल विकास योजनाएँ संचालित की जा रही हैं। ये योजनाएँ बच्चों को व्यावहारिक प्रशिक्षण प्रदान करती हैं, जिससे वे किसी विशेष कार्य में दक्षता प्राप्त कर सकें।
- प्रधानमंत्री कौशल विकास योजना (PMKVY) के अंतर्गत अल्पकालिक प्रशिक्षण और प्रमाणन प्रदान किया जाता है।
- राजस्थान कौशल एवं आजीविका विकास निगम (RSLDC) राज्य स्तर पर विभिन्न ट्रेड्स में प्रशिक्षण उपलब्ध कराता है।
- अप्रेंटिसशिप योजनाएँ (NAPS/NATS) बच्चों को "काम के साथ सीखने" का अवसर प्रदान करती हैं, जिससे वे वास्तविक कार्य अनुभव प्राप्त कर सकें।
- राष्ट्रीय करियर सेवा पोर्टल (NCS) रोजगार एवं करियर परामर्श के लिए एक महत्वपूर्ण मंच है।

रोजगार एवं स्वरोजगार के अवसर

- किशोरों एवं किशोरियों को यह समझाना आवश्यक है कि रोजगार प्राप्त करने के अनेक मार्ग हैं। कुछ बच्चे औपचारिक नौकरी (सरकारी या निजी क्षेत्र) की ओर अग्रसर हो सकते हैं, जबकि अन्य स्वरोजगार के माध्यम से अपनी आजीविका चला सकते हैं।
- कौशल आधारित कार्य जैसे सिलाई, ब्यूटी सर्विस, मोबाइल रिपेयरिंग, कंप्यूटर कार्य, इलेक्ट्रिकल कार्य आदि ऐसे क्षेत्र हैं जिनमें कम समय में प्रशिक्षण प्राप्त कर रोजगार शुरू किया जा सकता है।

करियर चयन की प्रक्रिया

- करियर का चयन एक महत्वपूर्ण निर्णय है, जिसे जल्दबाजी में नहीं लिया जाना चाहिए। इसके लिए किशोरों एवं किशोरियों को अपनी रुचियों, क्षमताओं और उपलब्ध अवसरों का समुचित मूल्यांकन करना चाहिए।
- प्रशिक्षकों को बच्चों को यह समझाने की आवश्यकता है कि करियर का चयन एक प्रक्रिया है, जिसमें जानकारी एकत्र करना, मार्गदर्शन लेना और निरंतर प्रयास करना शामिल है।

गतिविधि –"मेरा भविष्य"

- इस गतिविधि के माध्यम से किशोरों एवं किशोरियों को अपने भविष्य के बारे में सोचने और अपने सपनों को व्यक्त करने का अवसर दिया जाता है। बच्चों से यह पूछा जा सकता है कि वे बड़े होकर क्या बनना चाहते हैं, उन्हें कौन सा कार्य सबसे अधिक पसंद है, और वे किस प्रकार का कौशल सीखना चाहते हैं।
- यह गतिविधि बच्चों में आत्मचिंतन (self-reflection) की भावना विकसित करती है और उन्हें अपने लक्ष्यों के प्रति जागरूक बनाती हैं।

प्रशिक्षक नोट–

यदि आपके पास समय हो, तो कहानियों पर आधारित गतिविधियों को तीन समूहों में आयोजित करें–पहला समूहः करियर, दूसराः जीवन कौशल, और तीसराः रोजगार/स्वरोजगार।

गतिविधि कहानी "मेरे सपनों की उड़ान" (करियर जागरूकता)

यह गतिविधि किशोरों एवं किशोरियों को अपने करियर के बारे में सोचने और उसे अभिव्यक्त करने का अवसर प्रदान करती है। कहानी की शुरुआत एक काल्पनिक पात्र "आरव" से की जाती है, जो CCI में रहता है और अपने भविष्य को लेकर उलझन में है। एक दिन वह अपने साथियों के साथ बैठकर यह चर्चा करता है कि वे बड़े होकर क्या बनना चाहते हैं–कोई शिक्षक बनना चाहता है, कोई नर्स, तो कोई अपना छोटा व्यवसाय शुरू करना चाहता है। इस प्रक्रिया में आरव को यह समझ में आता है कि हर बच्चे के सपने अलग होते हैं और सभी सपनों का सम्मान किया जाना चाहिए।

प्रशिक्षक किशोरों एवं किशोरियों को छोटे समूहों में विभाजित करते हैं और प्रत्येक समूह को अपनी "सपनों की कहानी" बनाने के लिए प्रोत्साहित करते हैं:– वे चित्र, रोल–प्ले या छोटी प्रस्तुति के माध्यम से अपने भविष्य को दर्शाते हैं। इस गतिविधि का उद्देश्य बच्चों में करियर के प्रति जागरूकता बढ़ाना, उनकी रुचियों की पहचान करना और उन्हें यह विश्वास दिलाना है कि वे अपने सपनों को साकार कर सकते हैं।

दूसरा समूहः जीवन कौशल (गतिविधि)

गतिविधि कहानी "मेरे सपनों की उड़ान" (करियर जागरूकता)

इस गतिविधि के माध्यम से किशोरों एवं किशोरियों को जीवन कौशल जैसे संवाद (communication), निर्णय लेने (decision making) और सहयोग (teamwork) का महत्व समझाया जाता है। कहानी "सना" और उसके दोस्तों के इर्द–गिर्द घूमती है, जिन्हें एक छोटा समूह कार्य दिया जाता है–एक कार्यक्रम का आयोजन करना।

शुरुआत में समूह में मतभेद होते हैं, कोई अपनी बात मनवाना चाहता है, तो कोई चुप रहता है। धीरे–धीरे, वे एक–दूसरे की बात सुनना, जिम्मेदारियाँ बाँटना और मिलकर निर्णय लेना सीखते हैं।

गतिविधि के दौरान किशोरों एवं किशोरियों को एक समान समूह कार्य दिया जाता है, जैसे– एक छोटा कार्यक्रम योजना बनाना या समस्या का समाधान ढूँढना। इसके बाद वे अपने अनुभव साझा करते हैं कि कैसे उन्होंने मिलकर काम किया। इस प्रक्रिया के माध्यम से बच्चे समझते हैं कि जीवन कौशल उनके व्यक्तिगत और सामाजिक जीवन में कितने महत्वपूर्ण हैं।

तीसरा समूहः रोजगार/स्वरोजगार (गतिविधि)

गतिविधि कहानी – "मेहनत का रास्ता" (रोजगार/स्वरोजगार)

यह गतिविधि किशोरों एवं किशोरियों को रोजगार और स्वरोजगार के अवसरों के प्रति संवेदनशील और जागरूक बनाने पर केंद्रित है। कहानी "रवि" की है, जो CCI में रहते हुए एक कौशल प्रशिक्षण कार्यक्रम में भाग लेता है और धीरे–धीरे सिलाई का काम सीखता है। शुरुआत में उसे कठिनाइयाँ आती हैं, लेकिन अभ्यास और मार्गदर्शन से वह अपने कौशल में निपुण हो जाता है। आगे चलकर वह छोटे स्तर पर काम शुरू करता है और आत्मनिर्भर बनने की दिशा में कदम बढ़ाता है।

प्रशिक्षक किशोरों एवं किशोरियों को समूहों में बाँटकर यह चर्चा करवाते हैं कि वे कौन–कौन से कौशल सीख सकते हैं और उन्हें रोजगार या स्वरोजगार में कैसे बदल सकते हैं। बच्चे पोस्टर, रोल–प्ले या कहानी के माध्यम से अपने विचार प्रस्तुत करते हैं। इस गतिविधि का उद्देश्य बच्चों को यह समझाना है कि छोटे–छोटे कौशल भी उनके लिए आजीविका के अवसर बना सकते हैं और वे आत्मनिर्भर जीवन की ओर बढ़ सकते हैं।

प्रश्नोत्तर एवं चर्चा

- सत्र के दौरान किशोरों एवं किशोरियों को अपने विचार और प्रश्न साझा करने के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।
- चर्चा के माध्यम से यह समझने का प्रयास किया जाता है कि किशोरों एवं किशोरियों की रुचियाँ क्या हैं, उन्हें किन चुनौतियों का सामना करना पड़ता है और वे अपने भविष्य के लिए क्या सोचते हैं।

प्रशिक्षक नोट

- सत्र के अंत में यह संदेश देना आवश्यक है कि प्रत्येक किशोर एवं किशोरी अपनी परिस्थितियों से ऊपर उठकर एक सफल जीवन जी सकते है। सही जानकारी, उचित मार्गदर्शन और निरंतर प्रयास से हर लक्ष्य प्राप्त किया जा सकता है।
- किशोरों एवं किशोरियों को यह विश्वास दिलाना महत्वपूर्ण है कि वे अकेले नहीं हैं और उनकी सहायता के लिए संस्था, सरकार और समाज के विभिन्न संसाधन उपलब्ध हैं।

अध्याय–6
वित्तीय साक्षरता

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 यह सुझाव देती है कि बुनियादी साक्षरता हासिल करने, अच्छी गुणवत्ता वाली शिक्षा पाने और आजीविका कमाने के मौकों को हर नागरिक का बुनियादी अधिकार माना जाना चाहिए। साक्षरता और बुनियादी शिक्षा लोगों के लिए व्यक्तिगत, नागरिक, आर्थिक और जीवन भर सीखने के नए रास्ते खोलती है, जिससे वे व्यक्तिगत और पेशेवर रूप से तरक्की कर पाते हैं। समाज और देश के स्तर पर, साक्षरता और बुनियादी शिक्षा, विकास के अन्य सभी प्रयासों की सफलता को बल प्रदान करती है। दुनिया भर के देशों के आंकड़े बताते हैं कि साक्षरता दर और प्रति व्यक्ति GDP के बीच बहुत गहरा संबंध है।

वित्तीय साक्षरता

वित्तीय साक्षरता मुख्य रूप से लोगों को अपने सर्वोत्तम हित को बेहतर बनाने और पैसों के मामलों में मुश्किलों से बचने के लिए सही कदम उठाने में मदद करती है। वित्तीय साक्षरता का मतलब है लोगों की अपने निजी और कामकाजी जीवन में पैसों के मामलों को बेहतर समझना और उन्हें मैनेज करने की क्षमता। आसान शब्दों में कहें तो, यह किसी व्यक्ति की आर्थिक गतिविधियों के वित्तीय पहलू को समझकर सही जानकारी के आधार पर सोच–समझकर फैसले लेने की क्षमता है। वित्तीय साक्षरता लोगों को प्लानिंग और बजट बनाने के लिए जरूरी साधन दे सकती है, बचत करने की आदत डालने में मदद कर सकती है और इस तरह यह पक्का कर सकती है कि वे सम्मानजनक और आर्थिक रूप से मजबूत जीवन जी सकें।

अध्याय का उद्देश्य

- वित्तीय साक्षरता को समझना तथा यह जीवन में क्यों महत्वपूर्ण है, आय, व्यय, बचत एवं बजट का संतुलित प्रबंधन कैसे किया जाए
- बैंक खाता, एटीएम, यूपीआई तथा अन्य डिजिटल बैंकिंग, बीमा सेवाओं का सुरक्षित एवं जिम्मेदारी पूर्वक उपयोग कैसे करें, वित्तीय दस्तावेजों (आधार, पैन, बैंक खाता आदि) का महत्व एवं उनका सही उपयोग क्या है
- छात्रवृत्ति, स्टाइपेंड, सरकारी सहायता एवं अन्य वित्तीय संसाधनों का प्रभावी प्रबंधन कैसे करें, स्वतंत्र जीवन की तैयारी करते समय आर्थिक रूप से जिम्मेदार एवं आत्मनिर्भर नागरिक के रूप में कैसे विकसित हों

मुख्य सीख

सत्र के अंत तक बच्चों में यह समझ विकसित होने की अपेक्षा की जाती है कि वित्तीय साक्षरता क्या है तथा यह जीवन में क्यों महत्वपूर्ण है। इसके अतिरिक्त, वे यह भी समझ पाएँगे कि बैंक खाता, एटीएम, यूपीआई तथा अन्य डिजिटल बैंकिंग, बीमा सेवाओं का सुरक्षित एवं जिम्मेदारी पूर्वक उपयोग कैसे करें, वित्तीय दस्तावेजों (आधार, पैन, बैंक खाता आदि) का महत्व एवं उनका सही उपयोग क्या है। प्रभावी वित्तीय प्रबंधन कैसे करें, स्वतंत्र जीवन की तैयारी करते समय आर्थिक रूप से जिम्मेदार एवं आत्मनिर्भर नागरिक के रूप में कैसे विकसित हों।

प्रशिक्षकों हेतु दिशा–निर्देश

सत्र से पूर्व

प्रशिक्षकों को सत्र प्रारंभ करने से पहले बच्चों की पृष्ठभूमि, उनकी वर्तमान स्थिति तथा उनकी सामान्य वित्तीय रुचियों की जानकारी प्राप्त कर लेनी चाहिए।

साथ ही, स्थानीय स्तर पर उपलब्ध बैंक, एटीएम, यूपीआई, डिजिटल बैंकिंग, बीमा सेवाओं, वित्तीय दस्तावेजों (आधार, पैन, बैंक खाता) आदि की जानकारी संकलित करना उपयोगी होगा।

सत्र के दौरान

- सत्र को सहभागितापूर्ण और संवादात्मक बनाना अत्यंत आवश्यक है। बच्चों के साथ सरल, स्पष्ट और उदाहरण–आधारित भाषा में चर्चा की जानी चाहिए। यह ध्यान रखा जाए कि प्रत्येक बच्चे को अपनी बात रखने का अवसर मिले और किसी प्रकार की तुलना या आलोचना से बचा जाए।
- प्रशिक्षकों को बच्चों को यह अनुभव कराना चाहिए कि प्रत्येक व्यक्ति की क्षमता और सीखने की गति अलग होती है, और हर बच्चा अपने तरीके से सफल हो सकता है। प्रेरणादायक उदाहरणों और वास्तविक जीवन की कहानियों के माध्यम से बच्चों में पैसे के सही उपयोग, सोच–समझकर वित्तीय निर्णय लेना, भविष्य की वित्तीय योजना बनाना और आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बनना क्यों महत्वपूर्ण है।

सत्र के पश्चात

सत्र समाप्त होने के बाद उन बच्चों की पहचान करना महत्वपूर्ण है जो किसी विशेष वित्तीय क्षेत्र में रुचि रखते हैं या जिन्हें अतिरिक्त वित्तीय प्रबंधन हेतु मार्गदर्शन की आवश्यकता है। ऐसे बच्चों को बैंकिंग, वित्तीय प्रबंधन संस्थानों या रोजगार सेवाओं से जोड़ने के लिए आवश्यक पहल की जानी चाहिए।

प्रशिक्षण पूर्व प्रशिक्षकों हेतु तैयारी	प्रशिक्षण हेतु आवश्यक सामग्री
▪ NEP 2020 ▪ स्थानीय स्तर पर उपलब्ध बैंक, एटीएम, यूपीआई, डिजिटल बैंकिंग, बीमा सेवाओं, वित्तीय दस्तावेजों (आधार, पैन, बैंक खाता) आदि की जानकारी संकलित करना उपयोगी होगा। ▪ महत्वपूर्ण हितधारक / जिम्मेदार पक्ष जो बैंकिंग, बीमा सेवाओं, ▪ वित्तीय योजनाओं से जोड़ने में मदद करते हैं।	▪ फ्लिप चार्ट / व्हाइटबोर्ड ▪ हर प्रतिभागी के लिए प्री–और पोस्ट–प्रश्नावली ▪ करियर विकल्प चार्ट ▪ कौशल प्रशिक्षण योजनाओं की जानकारी ▪ पेन / पेंसिल

तकनीकी सत्र की रूपरेखा

सत्र	विषय	समय
1.	परिचय एवं आइस–ब्रेकिंग	20 minutes
2.	पूर्व–प्रश्नावली (Pre-questionnaire)	15 minutes
3.	वित्तीय साक्षरता क्या है तथा यह जीवन में क्यों महत्वपूर्ण है।	25 minutes
4.	बैंक खाता, एटीएम, यूपीआई तथा अन्य डिजिटल बैंकिंग, बीमा सेवाओं का सुरक्षित एवं जिम्मेदारी पूर्वक उपयोग कैसे करें।	25 minutes
5.	प्रभावी वित्तीय प्रबंधन कैसे करें, स्वतंत्र जीवन की तैयारी करते समय आर्थिक रूप से जिम्मेदार एवं आत्मनिर्भर नागरिक के रूप में कैसे विकसित हों।	25 minutes

6.	सरकारी वित्तीय योजनाएँ	20 minutes
7.	गतिविधि एवं चर्चा	30 minutes
8.	बाद की प्रश्नावली (Post-questionnaire)	20 minutes
Total		180 minutes

पूर्व प्रश्नावली (प्रशिक्षण से पहले) एवं प्रशिक्षण के बाद की प्रश्नावली (Post-questionnaire)

किशोरों एवं किशोरियों से कहें कि वे हर प्रश्न का उत्तर दें–

उत्तर – किन्हीं एक पर टिक करें – हाँ – नहीं

1. क्या आप वित्तीय साक्षरता समझते हैं?	हाँ	नहीं
2. क्या वित्तीय साक्षरता किशोरों एवं किशोरियों के लिए आवश्यक है?	हाँ	नहीं
3. क्या बचत केवल अमीर लोगों के लिए आवश्यक है?	हाँ	नहीं
4. क्या बैंक खाता खुलवाने के लिए आधार आवश्यक होता है?	हाँ	नहीं
5. **UPI** का उपयोग करते समय **OTP** किसी अन्य व्यक्ति को बताना चाहिए?	हाँ	नहीं
6. क्या आप अपने वित्तीय फैसले खुद ले पाते हैं?	हाँ	नहीं
7. क्या बजट बनाना, पैसे बचाने में मदद करता है?	हाँ	नहीं
8. क्या ऋण लेने से पहले उसकी शर्तें समझनी चाहिए?	हाँ	नहीं
9. क्या बीमा आर्थिक सुरक्षा देता है?	हाँ	नहीं
10. क्या ऑनलाइन धोखाधड़ी से बचने के लिए सतर्क रहना आवश्यक है?	हाँ	नहीं
11. क्या सरकारी वित्तीय योजनाओं की जानकारी बच्चों के लिए आवश्यक है?	हाँ	नहीं

विषय–वस्तु

किशोरों के लिए वित्तीय साक्षरता की जरूरतः

ऐसे कई ठोस सबूत हैं जो दिखाते हैं कि वित्तीय साक्षरता और घर–परिवार की खुशहाली व व्यक्ति के सशक्तिकरण के बीच गहरा संबंध है। रोजमर्रा की जिंदगी में हम पैसे कमाते हैं, खर्च करते हैं, उधार लेते–देते हैं, इंश्योरेंस करते हैं, बचत करते हैं और पेंशन की योजना बनाते हैं। सही वित्तीय साक्षरता न होने के कारण, हमें अपने पैसे को मैनेज करने में चुनौतियों का सामना करना पड़ता है, खासकर मुश्किल हालात में जब हमारे पास बहुत कम साधन होते हैं। वित्तीय साक्षरता किशोरों को पैसे मैनेज करने की आदतें जल्दी शुरू करने, खतरनाक कर्ज के जाल से बचने और अपने वित्तीय भविष्य के बारे में आत्मविश्वास के साथ फैसले लेने में मदद करती है। आज किशोरों के पास बैंक खाते या डेबिट कार्ड होते हैं या वे कैश का इस्तेमाल करते हैं; इसलिए, जीवन भर की आर्थिक असुरक्षा से बचने और लंबे समय तक स्थिरता बनाए रखने के लिए, उनके प्रभावी प्रबंधन के लिए वित्तीय साक्षरता बहुत जरूरी है।

वित्तीय साक्षरता और इसका दायरा

वित्तीय समावेशन के संदर्भ में, वित्तीय साक्षरता का दायरा और भी महत्वपूर्ण हो जाता है, क्योंकि यह वित्तीय संस्थानों तक पहुँचने और इस तरह सरकारी कल्याणकारी योजनाओं के तहत मिलने वाले लाभों को प्राप्त करने में एक अहम भूमिका निभा सकता है। इसके अलावा, वित्तीय साक्षरता उन लोगों के लिए विशेष रूप से प्रासंगिक है जिनके पास संसाधनों की कमी है, जो आर्थिक रूप से कमजोर स्थिति में काम करते हैं और लगातार वित्तीय दबावों के प्रति संवेदनशील रहते हैं।



जो किशोर असंगठित क्षेत्र में काम करने की योजना बना रहे हैं– जैसे कि छोटा–मोटा व्यापार या घर से कोई उद्यम चलाना, या कारीगर या मजदूर के तौर पर काम करना, उन्हें औपचारिक वित्तीय संस्थानों से वित्तीय सेवाओं की जरूरत होती है और ऐसे में उन्हें सोच–समझकर वित्तीय निर्णय लेने की आवश्यकता होती है।

वित्तीय साक्षरता के फायदे:

वित्तीय साक्षरता के मुख्य फायदे इस प्रकार हैं:

- **बजट बनाना और प्लानिंग:** यह एक लगातार चलने वाली प्रक्रिया है जिसमें आय का बेहतर प्रबंधन, खर्च की प्लानिंग, छोटी बचत, अनावश्यक खर्चों में कटौती और समझदारी से खर्च करना शामिल है, और यह जीवन भर उपयोगी है।
- **बचत:** समझदारी से बचत, बैंक की योजनाएं, अकाउंट के प्रकार और तरीके, बैंक अकाउंट चलाना, बचत का महत्व, बचत बढ़ाना, बचत का सही कामों में इस्तेमाल और बचत का निवेश शामिल है।
- **क्रेडिट/लोन:** क्रेडिट का महत्व, पिछड़े वर्ग के किशोरों, BPL और SC/ST परिवारों के लिए लोन के स्रोत, लोन के प्रकार एवं प्रक्रिया, लोन चुकाने के तरीके, निवेश पर रिटर्न आदि को शामिल किया जाता है।
- **बीमा और सामाजिक सुरक्षा:** हम सभी के लिए जीवन में बीमा के बारे में जानकारी, बीमा के फायदे, बीमा योजनाओं के प्रकार, बीमा देने वाली संस्थाएं, बीमा लेने की प्रक्रिया, क्लेम करने का तरीका, किन चीजों का बीमा कराएं आदि पर समझ बनाना जरूरी है।
- **किशोरों का सशक्तिकरण:** प्रशिक्षण का हम सभी के जीवन में विशेष महत्व है, कुछ सामाजिक तौर–तरीकों, जेंडर और वित्तीय फैसलों पर नियंत्रण को समझना, स्वयं सहायता समूह (SHG) द्वारा संचालित बचत और क्रेडिट प्रोग्राम शुरू करना, माइक्रो–एंटरप्राइज आदि की बारीकियों को समझना।
- **जोखिम कम करना:** फाइनेंशियल एजुकेशन से स्कैम, धोखाधड़ी और ज़्यादा ब्याज वाले कर्ज का शिकार होने का खतरा बहुत कम हो जाता है, जिससे जीवन भर आर्थिक स्थिरता बनी रहती है।
- **स्कैम के बारे में जागरूकता:** फिशिंग ईमेल, शोषणकारी लोन योजनाओं और ज़्यादा रिटर्न वाले निवेश के फ्रॉड को पहचानने से बड़ी पूंजी का नुकसान बचाया जा सकता है।

किशोरों की वित्तीय साक्षरता को मजबूत करने की दिशा में:

किशोर न्याय (Juvenile Justice) ढांचे के तहत चाइल्ड केयर संस्थानों में रहने वाले या 'आफ्टरकेयर' कार्यक्रमों का हिस्सा बनने वाले किशोरों को जानकारी देने या उन्हें सशक्त बनाने के लिए, प्रशिक्षक उनके स्वतंत्र जीवन से जुड़ी नीचे दी गई बातों को समझा सकते हैं–

- स्वतंत्र रूप से बैंक खाता खोलना और उसे चलाना।
- किराया, यूटिलिटी बिल और मोबाइल/इंटरनेट का खर्च चुकाना।
- डिजिटल धोखाधड़ी से बचते हुए सुरक्षित रूप से UPI और ATM का इस्तेमाल करना।
- स्टाइपेंड, स्कॉलरशिप और सरकारी सहायता का प्रबंधन करना।
- खाने, ट्रांसपोर्ट, स्वास्थ्य सेवा और शिक्षा के लिए बजट बनाना।
- सरकारी पहचान और वित्तीय दस्तावेजों (PAN और आधार को लिंक करना) तक पहुँच बनाना।
- मजदूरी, सैलरी स्लिप और रोजगार से मिलने वाले लाभों को समझना।

- आपातकालीन स्थितियों के लिए योजना बनाना और वित्तीय सुरक्षा का घेरा (safety net) बनाना।
- वित्तीय साक्षरता पर प्रचार–प्रसार वाली/आसान भाषा में तैयार सामग्री साझा करना।
- प्रमुख वित्तीय संस्थानों द्वारा तैयार की गई वित्तीय साक्षरता सामग्री साझा करना।
- स्कूल किशोरों को वित्तीय मामलों पर काउंसलिंग दे सकते हैं, जिससे वित्तीय समावेशन और सशक्तिकरण को बढ़ावा मिलेगा।

प्रशिक्षण गतिविधियाँ

ये प्रशिक्षण गतिविधियां किशोरों एवं किशोरियों को अपनी वर्तमान एवं भविष्य की वित्तीय स्थिति के बारे में सोचने, समझने और अपने आपको व्यक्त करने का अवसर प्रदान करती है। किशोरों एवं किशोरियों से अपनी आय का रिकॉर्ड रखने, खर्च नियंत्रित करने, नियमित बचत करने, समय पर भुगतान करने, ऋण समय पर चुकाने और वित्तीय दस्तावेज सुरक्षित रखने के सम्बन्ध में सवाल–जवाब करके उनकी समझ को और विकसित किया जा सकता है।

गतिविधि 1 – वित्तीय समझदारी या लापरवाही?

प्रशिक्षकों द्वारा नीचे लिखे बिंदु प्रतिभागियों से साझा किये जा सकते हैं:

- पूरा स्टाइपेंड एक दिन में खर्च कर देना।
- हर महीने ₹200 बचाना।
- OTP किसी दोस्त को बता देना।
- बिना पढ़े लोन फॉर्म पर हस्ताक्षर करना।
- बैंक खाते का पासवर्ड सुरक्षित रखना।
- ऑनलाइन ऑफर देखकर तुरंत भुगतान कर देना।

प्रतिभागियों से पूछें:

- क्या यह सही निर्णय है?
- क्यों?
- बेहतर विकल्प क्या हो सकता है?
- उक्त बिंदुओं पर चर्चा करने के बाद प्रशिक्षक इनकी व्याख्या एक अच्छे वित्तीय प्रबंधन और वित्तीय साक्षरता के दृष्टिकोण से करें।

गतिविधि 2 –"मेरा पहला मासिक बजट"

प्रशिक्षक हर प्रतिभागी को हर महीने की आय का परिदृश्य दें।

उदाहरण: आपकी मासिक आय ₹10,000 है। इसमें भोजन, किराया, यात्रा, मोबाइल, बचत और आपातकालीन निधि के लिए बजट बनाइए।

प्रशिक्षक इसके बाद निम्न बिंदुओं पर चर्चा करें:

- किसने सबसे अधिक बचत की?
- किसने अनावश्यक खर्च कम किया?
- यदि अचानक बीमारी हो जाए तो क्या करेंगे?

सवाल/जवाब

उदाहरण:

- बचत क्यों आवश्यक है?
- डिजिटल भुगतान करते समय किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?
- बैंक खाता क्यों जरूरी है?
- ऋण लेने से पहले क्या सोचना चाहिए?
- भविष्य के लिए वित्तीय योजना कैसे बनाई जाए?

उक्त बिंदुओं पर चर्चा करने के बाद प्रशिक्षक इनकी व्याख्या एक अच्छे वित्तीय प्रबंधन और वित्तीय साक्षरता के दृष्टिकोण से करें।

प्रशिक्षक नोट–

- सत्र के अंत में यह संदेश देना आवश्यक है कि प्रत्येक किशोर एवं किशोरी अपनी परिस्थितियों से ऊपर उठकर एक सफल जीवन जी सकते हैं। सही जानकारी, उचित मार्गदर्शन और निरंतर प्रयास से हर लक्ष्य प्राप्त किया जा सकता है। किशोरों एवं किशोरियों को यह विश्वास दिलाना महत्वपूर्ण है कि वे अकेले नहीं हैं और उनकी सहायता के लिए संस्था, सरकार और समाज के विभिन्न संसाधन उपलब्ध हैं।
- जीवन–उन्मुख दृष्टिकोण, वित्तीय साक्षरता को किशोरों को वयस्कता की ओर सुरक्षित, आत्मविश्वास से भरे और आर्थिक रूप से स्वतंत्र बदलाव के लिए तैयार करने के व्यापक लक्ष्य के साथ जोड़ता है। यह किशोर न्याय प्रणाली और 'मिशन वात्सल्य' के तहत व्यावसायिक प्रशिक्षण और 'आफ्टरकेयर' कार्यक्रमों के लिए विशेष रूप से प्रासंगिक है।



अध्याय–7
सरकारी योजनाएँ

राजस्थान के बाल देखभाल संस्थानों (CCIs/Children's Home) में रहने वाले बालक–बालिकाओं तथा 18 वर्ष की आयु पूर्ण कर संस्था छोड़ने वाले युवाओं (Care Leavers) के लिए भारत सरकार एवं राजस्थान सरकार द्वारा अनेक कल्याणकारी योजनाएँ संचालित की जा रही हैं। किन्तु जानकारी के अभाव में अधिकांश बच्चे इन योजनाओं का समुचित लाभ नहीं उठा पाते। यह किशोर न्याय (बालकों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम, 2015 तथा मिशन वात्सल्य के दिशा–निर्देशों के अनुरूप तैयार किया गया है, ताकि प्रत्येक बच्चा अपने अधिकारों एवं उपलब्ध योजनाओं के प्रति जागरूक हो सके।

(क) उद्देश्य

- प्रत्येक बच्चे को उपलब्ध भारत व राज्य सरकार की योजनाओं की जानकारी देना।
- प्रत्येक योजना की पात्रता, आयु सीमा, दस्तावेज एवं आवेदन प्रक्रिया स्पष्ट करना।
- CCIs/ अनाथ / निराश्रित बच्चों हेतु विशेष प्रावधानों को उजागर करना।
- बच्चों में स्वयं आवेदन करने की क्षमता एवं आत्मविश्वास को विकसित करना।
- 18 वर्ष की आयु पूर्ण करने के बाद (Aftercare) एक सुरक्षित व स्वतंत्र जीवन की ओर शुरूआत को सुगम बनाना।

(ख) प्रमुख सीख

- प्रतिभागी अपने लिए उपयुक्त कम से कम 5 योजनाओं की पहचान कर सकेंगे।
- प्रतिभागी प्रत्येक योजना हेतु आवश्यक दस्तावेजों की सूची बना सकेंगे।
- प्रतिभागी को योजना हेतु आवेदन कहाँ व कैसे करना है, यह समझ सकेंगे।
- प्रतिभागी अपनी व्यक्तिगत कार्य योजना (Action Plan) तैयार कर सकेंगे।

प्री–टेस्ट एवं पोस्ट–टेस्ट

- **कुल प्रश्न**: 10 | प्रत्येक प्रश्न: 1 अंक | कुल अंक: 10

निर्देश: प्रत्येक प्रश्न के लिए दिए गए चार विकल्पों में से सही उत्तर चुनें।

प्री–टेस्ट: प्रशिक्षण से पहले प्रतिभागियों के वर्तमान ज्ञान का आँकलन।

पोस्ट–टेस्ट: प्रशिक्षण के बाद अर्जित ज्ञान का आँकलन।

निर्देश: नीचे दिए गए प्रश्नों के उत्तर अपने वर्तमान ज्ञान के आधार पर दें। यह कोई परीक्षा नहीं, बल्कि यह जानने का एक तरीका है कि आप योजनाओं के बारे में पहले से कितना जानते हैं।

1. मिशन वात्सल्या– आफ्टरकेयर सहायता मुख्य रूप से किन युवाओं के लिए है?

   (क) 14 वर्ष से कम आयु के बच्चे (ख) CCI छोड़ने वाले युवा (ग) केवल सरकारी कर्मचारी (घ) केवल कॉलेज शिक्षक (ड) पता नहीं

2. मिशन वात्सल्या आफ्टरकेयर सहायता के लिए सामान्यतः न्यूनतम आयु कितनी है?

   (क) 15 वर्ष (ख) 16 वर्ष (ग) 18 वर्ष (घ) 21 वर्ष (ड) पता नही

3. मुख्यमंत्री हुनर विकास योजना का प्रमुख उद्देश्य क्या है?

   (क) केवल छात्रवृत्ति देना (ख) कौशल / व्यावसायिक प्रशिक्षण के माध्यम से युवाओं को स्वावलंबी बनाना (ग) केवल आवास देना (घ) केवल बेरोजगारी भत्ता देना (ड) पता नही

4. उत्तर–मैट्रिक छात्रवृत्ति योजना सामान्यतः किस स्तर से विद्यार्थियों के लिए है?

(क) कक्षा 5 से (ख) कक्षा 8 से (ग) कक्षा 11 से (घ) केवल स्नातकोत्तर स्तर (ड) पता नही

5. मुख्यमंत्री अनुप्रति कोचिंग योजना का प्रमुख लाभ क्या है?

(क) निःशुल्क प्रतियोगी परीक्षा कोचिंग (ख) केवल आवास (ग) केवल शिक्षा ऋण (घ) केवल स्वरोजगार ऋण (ड) पता नही

6. प्रधानमंत्री कौशल विकास योजना (PMKVY) का मुख्य उद्देश्य क्या है?

(क) बेरोजगार / युवाओं को उद्योग–प्रासंगिक कौशल प्रशिक्षण देना (ख) केवल पेंशन देना (ग) केवल छात्रवृत्ति देना (घ) केवल बैंक ऋण देना (ड) पता नही

7. राष्ट्रीय प्रशिक्षुता प्रोत्साहन योजना (NAPS) में युवाओं को किस प्रकार का अवसर मिलता है?

(क) केवल ऑनलाइन शिक्षा (ख) उद्योग में व्यावहारिक प्रशिक्षण एवं स्टाइपेंड (ग) केवल छात्रवृत्ति (घ) केवल आवास सुविधा (ड) पता नही

8. मुख्यमंत्री युवा संबल योजना का मुख्य उद्देश्य क्या है?

(क) शिक्षित बेरोजगार युवाओं को आर्थिक सहायता देना (ख) बच्चों को स्कूल ड्रेस देना (ग) केवल कौशल प्रमाण पत्र देना (घ) केवल शिक्षा ऋण देना (ड) पता नही

9. पीएम विश्वकर्मा योजना मुख्य रूप से किन लोगों के लिए है?

(क) केवल सरकारी कर्मचारियों के लिए (ख) पारंपरिक शिल्पकारों एवं कारीगरों के लिए (ग) केवल विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों के लिए (घ) केवल किसानों के लिए (ड) पता नही

10. प्रधानमंत्री मुद्रा योजना का मुख्य उद्देश्य क्या है?

(क) उच्च शिक्षा में छात्रवृत्ति देना (ख) छोटे व्यवसाय / स्वरोजगार के लिए ऋण उपलब्ध कराना (ग) बेरोजगारी भत्ता देना (घ) केवल कौशल प्रमाण पत्र देना (ड) पता नही

इन प्रश्नों के तथ्य प्रशिक्षण सामग्री में दी गई योजनाओं के उद्देश्य, लक्षित लाभार्थियों और लाभों पर आधारित हैं। उदाहरण के लिए, आफ्टरकेयर योजना CCI छोड़ने वाले युवाओं के संक्रमणकालीन सहयोग पर केंद्रित है , PMKVY कौशल प्रशिक्षण पर , NAPS प्रशिक्षुता एवं स्टाइपेंड पर, तथा मुद्रा योजना स्वरोजगार हेतु ऋण पर केंद्रित है।

प्रश्न	सही उत्तर
1	(ख) **CCI** छोड़ने वाले युवा
2	(ग) 18 वर्ष
3	(ख) कौशल/व्यावसायिक प्रशिक्षण के माध्यम से युवाओं को स्वावलंबी बनाना
4	(ग) कक्षा 11 से
5	(क) निःशुल्क प्रतियोगी परीक्षा कोचिंग
6	(क) बेरोजगार/युवाओं को उद्योग–प्रासंगिक कौशल प्रशिक्षण देना
7	(ख) उद्योग में व्यावहारिक प्रशिक्षण एवं स्टाइपेंड
8	(क) शिक्षित बेरोजगार युवाओं को आर्थिक सहायता देना
9	(ख) पारंपरिक शिल्पकारों एवं कारीगरों के लिए
10	(ख) छोटे व्यवसाय/स्वरोजगार के लिए ऋण उपलब्ध कराना

प्रशिक्षण सामग्री (अधिकतम अवधिः 2 घंटे)

(क) अवधारणा (10 मिनट)– सरकारी योजनाओं का महत्व

सरकारी योजनाएँ केवल आर्थिक सहायता नहीं, बल्कि प्रत्येक बच्चे का कानूनी अधिकार हैं। किशोर न्याय अधिनियम, 2015 के अंतर्गत राज्य की जिम्मेदारी है कि देखभाल एवं संरक्षण की आवश्यकता वाले प्रत्येक बालक–बालिका को शिक्षा, स्वास्थ्य, सुरक्षा एवं आत्मनिर्भरता के अवसर उपलब्ध कराना। इन योजनाओं की सही जानकारी होने से बच्चा न केवल वर्तमान में सुरक्षित रहता है, बल्कि 18 वर्ष के बाद स्वतंत्र जीवन जीने के लिए भी तैयार हो पाता है।

(ख) मुख्य विशेषताएँ (5 मिनट)

- हर योजना की अपनी पात्रता, आयु सीमा व दस्तावेज होते हैं — ध्यान से समझना जरूरी है।
- अधिकतर योजनाएँ जन–आधार/आधार कार्ड और बैंक खाते से जुड़ी (DBT) हैं।
- अनाथ / CCIs बच्चों को कई योजनाओं में आय प्रमाण पत्र में विशेष छूट मिलती है।
- समय पर आवेदन व नवीनीकरण (Renewal) न करने पर लाभ रुक सकता है।
- संस्था अधीक्षक / केयरगिवर एवं CWC की सहायता से आवेदन प्रक्रिया आसान हो जाती है।

(ग) आइस–ब्रेकर गतिविधि (15 मिनट)

- गतिविधि का नामः 'योजना जासूस' (Scheme Detective)
- प्रतिभागियों को 4–5 के समूहों में बाँटें।
- प्रत्येक समूह को एक योजना का नाम (जैसे पर्ची में) दिया जाए।
- समूह को 5 मिनट में उस योजना के बारे में जो कुछ भी पता है, वह एक चार्ट पेपर पर लिखना है (नाम भले ही गलत अनुमान हो)।
- प्रत्येक समूह अपने अनुमान को कक्षा के सामने प्रस्तुत करे — इससे विषय में रुचि उत्पन्न होगी।
- वैकल्पिक गतिविधिः लघु वीडियो / क्विज/ रोल–प्ले द्वारा भी परिचय कराया जा सकता है।

(घ) मुख्य विषयवस्तु (45 मिनट)

इस अध्याय में उच्च शिक्षा, कौशल विकास, रोजगार, स्वरोजगार, शिक्षा ऋण, छात्रावास सहायता, आफ्टरकेयर एवं उद्यमिता से जुड़ी वे प्रमुख योजनाएँ शामिल हैं जो CCI/Home छोड़ने वाले युवाओं (Care Leavers) के लिए उपलब्ध हैं।

मिशन वात्सल्य – आफ्टर केयर सहायता

योजना का नाम	मिशन वात्सल्य– आफ्टर केयर सहायता
केन्द्र/राज्य सरकार	केन्द्र सरकार (राज्य सरकार सहयोग से)
संबंधित विभाग	महिला एवं बाल विकास मंत्रालय, भारत सरकार/ बाल अधिकारिता विभाग, राजस्थान
योजना का उद्देश्य	18 वर्ष की आयु में CCI छोड़ने वाले युवाओं को स्वतंत्र जीवन में सफलतापूर्वक स्थापित होने हेतु संक्रमणकालीन सहायता प्रदान करना।
लक्षित लाभार्थी	CCI छोड़ने वाले युवा (Care Leavers)
न्यूनतम आयु	18 वर्ष
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	21 वर्ष (विशेष परिस्थितियों में 23 वर्ष तक विस्तार संभव)
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	लागू नहीं (उच्च शिक्षा / व्यावसायिक प्रशिक्षण जारी रखना प्राथमिकता)

अन्य पात्रता	बाल कल्याण समिति (CWC) द्वारा आफ्टरकेयर हेतु अनुशंसित होना आवश्यक
आय सीमा (यदि लागू हो)	लागू नहीं
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	यह योजना केवल Care leavers के लिए ही बनी है– रहने, पढ़ाई व रोजगार तीनों में सहायता
आवश्यक दस्तावेज	CWC आफ्टरकेयर आदेश, आधार, बैंक खाता, CCI से डिस्चार्ज प्रमाण पत्र
आवेदन प्रक्रिया	CCI अधीक्षक द्वारा 18 वर्ष होने से पूर्व CWC में आफ्टरकेयर हेतु आवेदन प्रस्तुत किया जाता है
ऑनलाइन पोर्टल	Mission Vatsalya Portal – wcd.gov.in
हेल्पलाइन	चाइल्डलाइन 1098
मिलने वाले लाभ	गैर–संस्थागत देखभाल में रहने वाले युवाओं को ₹4,000 प्रतिमाह (खाते में) तक की वित्तीय सहायता। कौशल प्रशिक्षण, उच्च शिक्षा व रोजगार में सहयोग
महत्वपूर्ण सुझाव	18 वर्ष पूर्ण होने से कम से कम 6 माह पूर्व ही आफ्टरकेयर हेतु आवेदन की प्रक्रिया शुरू कर दें ताकि लाभ में रुकावट न आए।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मैंने हाल ही में CCI छोड़ा है या छोड़ने वाला/वाली हूँ?
- क्या मेरा आफ्टरकेयर हेतु CWC में मामला दर्ज है?
- क्या मेरी उम्र 18–21 (या विस्तार में 23) वर्ष के बीच है?

मुख्यमंत्री हुनर विकास योजना

योजना का नाम	मुख्यमंत्री हुनर विकास योजना
केन्द्र/राज्य सरकार	राज्य सरकार (राजस्थान)
संबंधित विभाग	सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग, राजस्थान
योजना का उद्देश्य	पालनहार योजनान्तर्गत लाभान्वित बालक/बालिकाओं को स्वावलम्बी बनाने के लिये कौशल विकास हेतु व्यावसायिक प्रशिक्षण/तकनीकी कौशल विकास व तकनीकी/उच्च शिक्षा उपलब्ध कराना है।
लक्षित लाभार्थी	पालनहार योजना के अन्तर्गत लाभान्वित बालक/बालिका, जिनकी आयु 15 वर्ष पूर्ण हो चुकी है
न्यूनतम आयु	16 वर्ष
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	अधिकतम आयु 21 वर्ष अथवा संबंधित कोर्स/कार्यक्रम पूर्ण होने तक सीमित होगी।
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता
पात्रता	पालनहार योजना के लाभार्थी
आय सीमा (यदि लागू हो)	15 वर्ष पूर्ण हो चुकी है
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	पालनहार योजना के लाभार्थी के लिए ही तैयार की गई है
आवश्यक दस्तावेज	पालनहार लाभार्थी प्रमाण, आधार, जन आधार
आवेदन प्रक्रिया	जिला सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता कार्यालय में

ऑनलाइन पोर्टल	sje.rajasthan.gov.in
हेल्पलाइन	जिला सामाजिक न्याय कार्यालय
मिलने वाले लाभ	इच्छित क्षेत्र में निःशुल्क व्यावसायिक/कौशल प्रशिक्षण, जिससे स्वरोजगार या रोजगार प्राप्त किया जा सके
महत्वपूर्ण सुझाव	अपनी रुचि व स्थानीय रोजगार बाजार की मांग को ध्यान में रखकर प्रशिक्षण क्षेत्र चुनें (जैसे– सिलाई, कंप्यूटर, इलेक्ट्रिशियन आदि)।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मेरी उम्र 15 वर्ष से अधिक है?
- क्या मैं पालनहार लाभार्थी रहा/रही हूँ?

उत्तर–मैट्रिक (Post-Matric) छात्रवृत्ति योजना

योजना का नाम	उत्तर–मैट्रिक (Post-Matric) छात्रवृत्ति योजना
केन्द्र/राज्य सरकार	भारत एवं राज्य सरकार (साझा)
संबंधित विभाग	सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग, राजस्थान
योजना का उद्देश्य	कक्षा 11 से लेकर स्नातकोत्तर/शोध स्तर तक अध्ययन रत वंचित वर्ग के विद्यार्थियों को आर्थिक सहायता देना।
लक्षित लाभार्थी	SC/ST/OBC/EBC/अल्पसंख्यक वर्ग के कक्षा 11 से कॉलेज/विश्वविद्यालय स्तर तक के विद्यार्थी
न्यूनतम आयु	16 वर्ष (सामान्यतः कक्षा 11 प्रवेश आयु)
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	पाठ्यक्रम पूर्ण होने तक
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	कक्षा 11 या इससे ऊपर किसी मान्यता प्राप्त संस्थान में नामांकन
अन्य पात्रता	OTR (One Time Registration) नंबर एवं आधार सत्यापन अनिवार्य
आय सीमा (यदि लागू हो)	श्रेणी अनुसार आय सीमा (सामान्यतः ₹2.5 लाख से ₹6 लाख तक)
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	अनाथ/CCI/care leaver विद्यार्थियों हेतु अधीक्षक/संस्था प्रमाण पत्र आय प्रमाण पत्र के स्थान पर मान्य
आवश्यक दस्तावेज	आधार, जाति प्रमाण पत्र, आय प्रमाण पत्र/अधीक्षक प्रमाण पत्र, पूर्व वर्ष अंकतालिका, फीस रसीद, बैंक पासबुक
आवेदन प्रक्रिया	National Scholarship Portal (NSP) पर ऑनलाइन आवेदन एवं संस्था सत्यापन
ऑनलाइन पोर्टल	scholarships.gov.in
हेल्पलाइन	NSP हेल्पडेस्क 0120–6619540
मिलने वाले लाभ	ट्यूशन फीस, हॉस्टल शुल्क एवं मासिक निर्वाह भत्ता (श्रेणी व पाठ्यक्रम अनुसार भिन्न–भिन्न राशि)
महत्वपूर्ण सुझाव	हर कक्षा में केवल एक बार ही छात्रवृत्ति मिलती है–फेल होने या ड्रॉप होने की स्थिति में अगले वर्ष पुनः आवेदन आवश्यक होगा।

- क्या मैं कक्षा 11 या उससे ऊपर पढ़ रहा/रही हूँ?
- क्या मेरे पास OTR नंबर एवं आधार–लिंक बैंक खाता है?
- क्या मैं SC/ST/OBC/EBC/ अल्पसंख्यक वर्ग से हूँ?

मुख्यमंत्री उच्च शिक्षा छात्रवृत्ति योजना

योजना का नाम	मुख्यमंत्री उच्च शिक्षा छात्रवृत्ति योजना
केन्द्र/राज्य सरकार	राज्य सरकार (राजस्थान)
संबंधित विभाग	कॉलेज शिक्षा विभाग, राजस्थान
योजना का उद्देश्य	राजस्थान के उच्च शिक्षा संस्थानों में मेधावी व जरूरतमंद विद्यार्थियों को छात्रवृत्ति देकर स्नातक/ स्नातकोत्तर/ शोध/ शिक्षा प्रोत्साहित करना।
लक्षित लाभार्थी विद्यार्थी	राजकीय/ मान्यता प्राप्त महाविद्यालय/ विश्वविद्यालय में स्नातक, स्नातकोत्तर व पीएचडी
न्यूनतम आयु	17 वर्ष
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	पाठ्यक्रम पूर्ण होने तक
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	स्नातक/स्नातकोत्तर/पीएचडी में नियमित नामांकन
अन्य पात्रता	पूर्व परीक्षा में न्यूनतम अंक (संस्थान/श्रेणी अनुसार)
आय सीमा (यदि लागू हो)	आय सीमा लागू। अनाथ/care leaver विद्यार्थियों को छूट
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	अनाथ एवं CCI पृष्ठभूमि के विद्यार्थियों को वरीयता सूची में प्राथमिकता
आवश्यक दस्तावेज	अंकतालिका, प्रवेश प्रमाण, आधार, बैंक पासबुक, आय/अधीक्षक प्रमाण पत्र
आवेदन प्रक्रिया	sso.rajasthan.gov.in के माध्यम से ऑनलाइन आवेदन
ऑनलाइन पोर्टल	hte.rajasthan.gov.in
हेल्पलाइन	कॉलेज शिक्षा विभाग हेल्पलाइन
मिलने वाले लाभ	500 से 2,000 प्रतिमाह (पाठ्यक्रम अनुसार), कुल ₹2 लाख तक। वार्षिक रूप से 36,000 छात्रवृत्तियाँ वितरित
महत्वपूर्ण सुझाव	प्रवेश लेते ही आवेदन करें– सीमित संख्या में छात्रवृत्तियाँ मेरिट के आधार पर दी जाती हैं।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मैं स्नातक/स्नातकोत्तर/पीएचडी में अध्ययनरत हूँ?
- क्या मेरी पिछली कक्षा में अच्छे अंक हैं?



अंबेडकर DBT वाउचर योजना (छात्रावास सहायता)

योजना का नाम	अंबेडकर DBT वाउचर योजना (छात्रावास सहायता)
केन्द्र / राज्य सरकार	राज्य सरकार (राजस्थान)
संबंधित विभाग	सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग, राजस्थान
योजना का उद्देश्य	बाहरी शहर में उच्च शिक्षा हेतु रहने वाले वंचित वर्ग के विद्यार्थियों को छात्रावास / किराए के मकान के खर्च हेतु सीधी आर्थिक सहायता देना।
लक्षित लाभार्थी	अपने गृह–नगर से बाहर उच्च शिक्षा हेतु रह रहे SC/ST/OBC/EWS/MBC विद्यार्थी
न्यूनतम आयु	17 वर्ष
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	पाठ्यक्रम पूर्ण होने तक
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	उच्च शिक्षा संस्थान में नामांकन एवं गृह–नगर से बाहर निवास प्रमाण
अन्य पात्रता	राजकीय छात्रावास में सीट न मिलने पर यह वाउचर स्वतः पात्र माना जाता है
आय सीमा (यदि लागू हो)	श्रेणी अनुसार आय सीमा लागू
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	care leaver विद्यार्थियों के लिए, जिनके पास कोई पारिवारिक आवास नहीं, यह योजना विशेष सहारा बनती है
आवश्यक दस्तावेज	प्रवेश प्रमाण, किराया अनुबंध, जाति प्रमाण पत्र, आधार, बैंक पासबुक
आवेदन प्रक्रिया	sje.rajasthan.gov.in पर ऑनलाइन आवेदन
ऑनलाइन पोर्टल	sje.rajasthan.gov.in
हेल्पलाइन	जिला सामाजिक न्याय कार्यालय
मिलने वाले लाभ	SC/ST: ₹2,000 / माह, (₹20,000 / वर्ष), OBC/EWS/MBC: ₹1,500 / माह (₹15,000 / वर्ष)– 10 माह तक
महत्वपूर्ण सुझाव	किराए की रसीद व निवास प्रमाण व्यवस्थित रखें–भुगतान इसी आधार पर सत्यापित होता है।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मैं गृह–नगर से बाहर पढ़ाई हेतु रह रहा / रही हूँ?
- क्या मुझे राजकीय छात्रावास में सीट नहीं मिली?

मुख्यमंत्री अनुप्रति कोचिंग योजना

योजना का नाम	मुख्यमंत्री अनुप्रति कोचिंग योजना
केन्द्र / राज्य	सरकार राज्य सरकार (राजस्थान)
संबंधित विभाग	सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग, राजस्थान

योजना का उद्देश्य	SC/ST/OBC/EWS वर्ग के मेधावी विद्यार्थियों को UPSC/RPSC/NEET/JEE जैसी प्रतियोगी परीक्षाओं की निःशुल्क कोचिंग एवं जीवन–यापन भत्ता देना।
लक्षित लाभार्थी	प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करने वाले SC/ST/OBC/EWS विद्यार्थी
न्यूनतम आयु	18 वर्ष (कक्षा 12 उत्तीर्ण)
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	श्रेणी / परीक्षा अनुसार आयु सीमा लागू
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	स्नातक / कक्षा 12 उत्तीर्ण (परीक्षा अनुसार भिन्न)
अन्य पात्रता	चयन परीक्षा / मेरिट के आधार पर चयन
आय सीमा (यदि लागू हो)	आय सीमा लागू। अनाथ/care leaver विद्यार्थियों को वरीयता
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	अनाथ एवं संस्थागत देखभाल से निकले विद्यार्थियों को चयन में प्राथमिकता दी जाती है।
आवश्यक दस्तावेज	शैक्षणिक प्रमाण पत्र, जाति प्रमाण पत्र, आधार, आय प्रमाण पत्र
आवेदन प्रक्रिया	sje.rajasthan.gov.in पर ऑनलाइन आवेदन एवं चयन परीक्षा
ऑनलाइन पोर्टल	sje.rajasthan.gov.in
हेल्पलाइन	जिला सामाजिक न्याय कार्यालय
मिलने वाले लाभ	अनुमोदित संस्थानों में निःशुल्क कोचिंग. गृह–नगर से बाहर अध्ययनरत विद्यार्थियों हेतु ₹40,000 प्रतिवर्ष जीवन–यापन भत्ता।
महत्वपूर्ण सुझाव	आवेदन की समय–सीमा का ध्यान रखें–चयन परीक्षा वर्ष मे एक / दो बार ही आयोजित होती है।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मैंने कक्षा 12 / स्नातक उत्तीर्ण किया है?
- क्या मैं किसी प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी करना चाहता / चाहती हूँ?

प्रधानमंत्री कौशल विकास योजना (PMKVY)

योजना का नाम	प्रधानमंत्री कौशल विकास योजना (PMKVY)
केन्द्र / राज्य सरकार	केन्द्र सरकार
संबंधित विभाग	कौशल विकास एवं उद्यमिता मंत्रालय (MSDE)
योजना का उद्देश्य	स्कूल / कॉलेज छोड़ चुके अथवा बेरोजगार युवाओं को अल्पकालीन उद्योग–प्रासंगिक कौशल प्रशिक्षण देकर रोजगार योग्य बनाना।
लक्षित लाभार्थी	18 वर्ष से अधिक आयु के बेरोजगार / स्कूल–कॉलेज छोड़ चुके युवा
न्यूनतम आयु	18 वर्ष (कुछ पाठ्यक्रमों में 15 वर्ष से भी स्वीकार्य)
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	45 वर्ष तक (सामान्यतः)
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	पाठ्यक्रम अनुसार भिन्न। अधिकांश में न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता की बाध्यता नहीं
अन्य पात्रता	भारतीय नागरिक, आधार से सत्यापन
आय सीमा (यदि लागू हो)	लागू नहीं

CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	care leaver युवाओं को प्राथमिकता श्रेणी में शामिल किया जा सकता है—नजदीकी प्रशिक्षण केंद्र में संपर्क करें
आवश्यक दस्तावेज	आधार कार्ड, फोटो, शैक्षणिक प्रमाण पत्र (यदि हो)
आवेदन प्रक्रिया	pmkvyofficial.org पर पंजीकरण अथवा नजदीकी प्रशिक्षण केंद्र (PMKVY Kendra) में सीधे संपर्क
ऑनलाइन पोर्टल	pmkvyofficial.org
हेल्पलाइन	1800—123—9626
मिलने वाले लाभ	निःशुल्क कौशल प्रशिक्षण, प्रमाण पत्र एवं कुछ पाठ्यक्रमों में प्रशिक्षण पूर्ण होने पर प्रोत्साहन राशि
महत्वपूर्ण सुझाव	प्रशिक्षण के बाद प्राप्त प्रमाण पत्र (NSDC सर्टिफिकेट) को संभाल कर रखें — यह रोजगार में मान्य दस्तावेज है।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मेरी उम्र 18 वर्ष से अधिक है?
- क्या मैं बेरोजगार हूँ या स्कूल / कॉलेज बीच में छोड़ चुका / चुकी हूँ?

राष्ट्रीय प्रशिक्षुता प्रोत्साहन योजना (NAPS – Apprenticeship)

योजना का नाम	राष्ट्रीय प्रशिक्षुता प्रोत्साहन योजना (NAPS – Apprenticeship)
केन्द्र / राज्य सरकार	भारत सरकार
संबंधित विभाग	कौशल विकास एवं उद्यमिता मंत्रालय (MSDE)
योजना का उद्देश्य	युवाओं को उद्योगों में व्यावहारिक 'सीखते हुए कमाओ' प्रशिक्षुता प्रदान करना, जिससे प्रशिक्षण के साथ–साथ स्टाइपेंड भी मिले।
लक्षित लाभार्थी	ITI/डिप्लोमा/स्नातक उत्तीर्ण अथवा कक्षा 12 उत्तीर्ण युवा
न्यूनतम आयु	18 वर्ष
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	पाठ्यक्रम / उद्योग अनुसार भिन्न
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	ITI / डिप्लोमा / स्नातक अथवा न्यूनतम कक्षा 8/10/12 (पद अनुसार)
अन्य पात्रता	अप्रेंटिसशिप पोर्टल पर पंजीकरण एवं उद्योग द्वारा चयन
आय सीमा (यदि लागू हो)	लागू नहीं
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	care leaver युवाओं के लिए यह रोजगार व आय दोनों का अच्छा प्रारंभिक विकल्प है
आवश्यक दस्तावेज	शैक्षणिक प्रमाण पत्र, आधार, बैंक खाता
आवेदन प्रक्रिया	apprenticeshipindia.gov.in पर पंजीकरण एवं उद्योग / कंपनी द्वारा चयन
ऑनलाइन पोर्टल	apprenticeshipindia.gov.in
हेल्पलाइन	1800—123—9626

मिलने वाले लाभ	प्रति माह ₹5,000 से ₹9,000 तक स्टाइपेंड (क्षेत्र / योग्यता अनुसार) + प्रमाणित प्रशिक्षण अनुभव
महत्वपूर्ण सुझाव	अप्रेंटिसशिप के दौरान सीखा अनुभव भविष्य में स्थायी नौकरी पाने में बहुत सहायक होता है–पूरी निष्ठा से प्रशिक्षण लें।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मैंने कक्षा 8th / 10th / 12th / ITI / डिप्लोमा पूर्ण किया है?
- क्या मेरी उम्र 18 वर्ष या अधिक है?

मुख्यमंत्री युवा संबल योजना (बेरोजगारी भत्ता)

योजना का नाम	मुख्यमंत्री युवा संबल योजना (बेरोजगारी भत्ता)
केन्द्र/राज्य सरकार	राज्य सरकार (राजस्थान)
संबंधित विभाग	कौशल, नियोजन एवं उद्यमिता विभाग, राजस्थान
योजना का उद्देश्य	राजस्थान के शिक्षित बेरोजगार युवाओं को रोजगार मिलने तक मासिक भत्ता देकर आर्थिक सहारा देना।
लक्षित लाभार्थी	स्नातक / स्नातकोत्तर उत्तीर्ण बेरोजगार युवा (राजस्थान निवासी)
न्यूनतम आयु	21 वर्ष
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	35 वर्ष
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	स्नातक अथवा उच्चतर उत्तीर्ण
अन्य पात्रता	किसी भी सरकारी / निजी संस्था में नियमित रोजगार में न होना; रोजगार कार्यालय में पंजीकरण
आय सीमा (यदि लागू हो)	पारिवारिक वार्षिक आय ₹2 लाख से कम (सामान्य वर्ग हेतु; अनाथ / दिव्यांग / विशेष वर्ग हेतु छूट)
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	अनाथ एवं care leaver युवाओं को आय सीमा शर्त में छूट व चयन में प्राथमिकता
आवश्यक दस्तावेज आवेदन प्रक्रिया	शैक्षणिक प्रमाण पत्र, आधार, न आधार, रोजगार पंजीकरण, आय प्रमाण पत्र sso.rajasthan.gov.in के माध्यम से ऑनलाइन आवेदन
ऑनलाइन पोर्टल	sso.rajasthan.gov.in (Yuva Sambal)
हेल्पलाइन	जिला रोजगार कार्यालय
मिलने वाले लाभ	₹4,500 प्रतिमाह (सामान्य) / ₹5,000 (महिला/दिव्यांग/ट्रांसजेंडर) — अधिकतम 2 वर्ष तक, साथ ही कौशल प्रशिक्षण सहयोग
महत्वपूर्ण सुझाव	भत्ता प्राप्त करते हुए साथ–साथ कोई कौशल प्रशिक्षण या प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी भी जारी रखें।



क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मैंने स्नातक या उच्चतर शिक्षा पूर्ण की है?
- क्या मेरी उम्र 21–35 वर्ष के बीच है?
- क्या मैं वर्तमान में बेरोजगार हूँ?

पीएम विश्वकर्मा योजना

योजना का नाम	पीएम विश्वकर्मा योजना
केन्द्र/राज्य सरकार	भारत सरकार
संबंधित विभाग	सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यम मंत्रालय (MSME)
योजना का उद्देश्य	पारंपरिक शिल्पकारों एवं कारीगरों को प्रशिक्षण, आधुनिक उपकरण एवं सुलभ ऋण देकर स्वरोजगार स्थापित करने में सहायता करना।
लक्षित लाभार्थी	18 वर्ष से अधिक आयु के 18 पारंपरिक व्यवसायों से जुड़े कारीगर (बढ़ई, दर्जी, लोहार, मोची आदि)
न्यूनतम आयु	18 वर्ष
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	कोई ऊपरी सीमा नहीं (सामान्यतः)
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता की बाध्यता नहीं
अन्य पात्रता	संबंधित पारंपरिक व्यावसाय/शिल्प में कार्यरत या प्रशिक्षण हेतु इच्छुक
आय सीमा (यदि लागू हो)	लागू नहीं
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	care leaver युवा जो व्यावसायिक कौशल (हुनर विकास योजना) प्राप्त कर चुके हैं वे इस योजना से आगे स्वरोजगार स्थापित कर सकते हैं
आवश्यक दस्तावेज	आधार, बैंक खाता, व्यवसाय प्रमाण (यदि हो)
आवेदन प्रक्रिया	pmvishwakarma.gov.in पर CSC/e–Mitra के माध्यम से ऑनलाइन पंजीकरण
ऑनलाइन पोर्टल	pmvishwakarma.gov.in
हेल्पलाइन	18002677777
मिलने वाले लाभ	5 दिन का निःशुल्क कौशल प्रशिक्षण, ₹500/दिन भत्ता, ₹15,000 का टूलकिट अनुदान, तथा 5% ब्याज दर पर ₹3 लाख तक का ऋण (2 चरणों में)
महत्वपूर्ण सुझाव	पहले हुनर विकास/PMKVY से कोई कौशल सीखें, फिर विश्वकर्मा योजना से अपना काम शुरू करने हेतु उपकरण व ऋण लें।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मेरी उम्र 18 वर्ष से अधिक है?
- क्या मैं किसी पारंपरिक शिल्प/हस्तकला में रुचि रखता/रखती हूँ?

प्रधानमंत्री मुद्रा योजना (स्वरोजगार ऋण)

योजना का नाम	प्रधानमंत्री मुद्रा योजना (स्वरोजगार ऋण)
केन्द्र / राज्य सरकार	भारत सरकार
संबंधित विभाग	वित्तीय सेवा विभाग, वित्त मंत्रालय
योजना का उद्देश्य	छोटे एवं नए उद्यमियों को बिना गारंटी के आसान ऋण देकर स्वरोजगार व लघु व्यवसाय शुरू करने हेतु प्रोत्साहित करना।
लक्षित लाभार्थी	18 वर्ष से अधिक आयु के गैर–कृषि लघु / सूक्ष्म व्यावसाय शुरू करने के इच्छुक युवा
न्यूनतम आयु	18 वर्ष
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	कोई ऊपरी सीमा नहीं
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	बाध्यता नहीं
अन्य पात्रता	व्यवसाय योजना (Business Plan) तैयार होना आवश्यक
आय सीमा (यदि लागू हो)	लागू नहीं (ऋण चुकाने की क्षमता का आकलन बैंक द्वारा)
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	PMKVY/हुनर विकास योजना से कौशल प्राप्त care leaver युवा इसका सर्वाधिक लाभ उठा सकते हैं
आवश्यक दस्तावेज	आधार, पैन कार्ड, व्यवसाय योजना, बैंक खाता
आवेदन प्रक्रिया	किसी भी बैंक/NBFC/MFI में सीधे आवेदन अथवा udyamimitra.in पोर्टल से
ऑनलाइन पोर्टल	mudra.org.in / udyamimitra.in
हेल्पलाइन	1800–180–1111
मिलने वाले लाभ	बिना गारंटी ऋणः शिशु (₹50,000 तक), किशोर (₹50,000–₹5 लाख), तरुण (₹5 लाख–₹10 लाख)
महत्वपूर्ण सुझाव	छोटी राशि (शिशु श्रेणी) से शुरुआत करें और समय पर पुनर्भुगतान का रिकॉर्ड बनाएं – इससे भविष्य में बड़ा ऋण आसानी से मिलता है।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मैं कोई छोटा व्यवसाय शुरू करना चाहता / चाहती हूँ?
- क्या मेरे पास व्यवसाय योजना है?



केंद्रीय क्षेत्र ब्याज सब्सिडी योजना (शिक्षा ऋण – CSIS)

योजना का नाम	केंद्रीय क्षेत्र ब्याज सब्सिडी योजना (शिक्षा ऋण – CSIS)
केन्द्र/राज्य सरकार	भारत सरकार
संबंधित विभाग	उच्चतर शिक्षा विभाग, शिक्षा मंत्रालय
योजना का उद्देश्य	आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के विद्यार्थियों को उच्च/तकनीकी/व्यावसायिक शिक्षा हेतु लिए गए शिक्षा ऋण पर मोरेटोरियम अवधि का ब्याज माफ करना।
लक्षित लाभार्थी	व्यावसायिक/तकनीकी पाठ्यक्रम (भारत में) हेतु शिक्षा ऋण लेने वाले विद्यार्थी
न्यूनतम आयु	18 वर्ष
अधिकतम आयु (यदि लागू हो)	पाठ्यक्रम पूर्ण होने तक
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	मान्यता प्राप्त संस्थान में तकनीकी/व्यावसायिक पाठ्यक्रम में प्रवेश
अन्य पात्रता	पारिवारिक वार्षिक आय ₹4.5 लाख से कम (सामान्यतः); अनाथ/care leaver
	विद्यार्थियों हेतु छूट
आय सीमा (यदि लागू हो)	₹4.5 लाख वार्षिक आय सीमा (सामान्य श्रेणी हेतु)
CCI/Home के बच्चों के लिए विशेष प्रावधान	PM CARES एवं मिशन वात्सल्य के अंतर्गत अनाथ/care leaver विद्यार्थियों को ब्याज सबसिडी में विशेष प्राथमिकता
आवश्यक दस्तावेज	प्रवेश प्रमाण, आय प्रमाण पत्र/अधीक्षक प्रमाण पत्र, बैंक ऋण स्वीकृति पत्र, आधार
आवेदन प्रक्रिया	vidyalakshmi.co.in पोर्टल के माध्यम से बैंक में शिक्षा ऋण हेतु आवेदन एवं CSIS हेतु पंजीकरण
ऑनलाइन पोर्टल	vidyalakshmi.co.in
हेल्पलाइन	संबंधित बैंक शाखा
मिलने वाले लाभ	पाठ्यक्रम अवधि + 1 वर्ष (मोरेटोरियम) तक की ब्याज राशि केंद्र सरकार द्वारा वहन
महत्वपूर्ण सुझाव	शिक्षा ऋण लेने से पहले बैंक शाखा में यह स्पष्ट पूछ लें कि आपका ऋण CSIS के अंतर्गत पंजीकृत हो रहा है या नहीं।

क्या मैं इस योजना के लिए पात्र हूँ? (चेकलिस्ट)

- क्या मैंने किसी तकनीकी/व्यावसायिक पाठ्यक्रम हेतु शिक्षा ऋण लिया है या लेने वाला/वाली हूँ?

क्या मेरी पारिवारिक आय सीमा के भीतर है (या मैं अनाथ/care leaver हूँ)?

प्रश्नोत्तर एवं खुली चर्चा (15 मिनट)

चर्चा हेतु मार्गदर्शक प्रश्नः

- आपके विचार से आपके लिए सबसे उपयोगी 3 योजनाएँ कौन–सी हैं और क्यों?
- क्या आपके पास आधार कार्ड, जन आधार कार्ड और बैंक खाता है? यदि नहीं, तो सबसे पहले आप क्या करेंगे?
- 18 वर्ष के बाद आपकी सबसे बड़ी चिंता क्या है–पढ़ाई, रोजगार या रहने की जगह? इसके लिए कौन–सी योजना मदद कर सकती है?



- यदि किसी योजना के लिए आवेदन में कोई कठिनाई आए, तो आप किससे सहायता माँगेंगे (अधीक्षक / CWC / शिक्षक)?
- आप अपने दोस्तों को इनमें से कौन–सी योजना के बारे में सबसे पहले बताना चाहेंगे?

फॉलो–अप एवं पुनरावलोकन

मुख्य सीख

- हर बच्चे के पास आधार, जन आधार व बैंक खाता होना पहला कदम है।
- 18 वर्ष से पहले ही आफ्टरकेयर व उच्च शिक्षा से जुड़ी योजनाओं की तैयारी शुरू कर देनी चाहिए।
- अनाथ/CCI बच्चों के लिए अधिकांश योजनाओं में आय प्रमाण पत्र की जगह अधीक्षक/CWC प्रमाण पत्र मान्य है।
- समय पर आवेदन व नवीनीकरण सबसे महत्वपूर्ण है।

योजना पात्रता चेकलिस्ट (सामान्य)

- मेरी उम्र क्या है, और मैं किस योजना की आयु–सीमा में आता / आती हूँ?
- क्या मेरे पास CWC आदेश / अधीक्षक प्रमाण पत्र है?
- क्या मेरा शैक्षणिक स्तर संबंधित योजना की शर्त पूरी करता है?
- क्या मैं वर्तमान में किसी और समान योजना का लाभ ले रहा / रही हूँ?

आवश्यक दस्तावेजों की चेकलिस्ट

- आधार कार्ड
- जन्म प्रमाण पत्र
- जन आधार कार्ड (राजस्थान)
- जाति प्रमाण पत्र (यदि लागू हो)
- आय प्रमाण पत्र / अधीक्षक प्रमाण पत्र
- CWC आदेश / डिस्चार्ज प्रमाण पत्र
- बैंक पासबुक (आधार–लिंक)
- शैक्षणिक प्रमाण पत्र / अंकतालिका
- फोटो

व्यक्तिगत कार्य योजना (Action Plan) – प्रतिभागी स्वयं भरें

मुझे कौन–सी योजना चाहिए?	मुझे कौन–से दस्तावेज तैयार करने हैं?	मैं किससे सहायता लूँगा / लूँगी और कब तक आवेदन करूँगा / करूँगी

फीडबैक

- इस प्रशिक्षण से मुझे सबसे अधिक क्या नया सीखने को मिला?
- कौन–सा भाग समझने में कठिन लगा?
- भविष्य के प्रशिक्षण में और क्या शामिल किया जाना चाहिए?



सहायता के लिए स्कैन करें – क्यूआर कोड – 8

नीचे दिए गए क्यूआर कोड विश्वसनीय बाल संरक्षण संबंधी संसाधनों तक पहुँच प्रदान कर सकते हैं। CCIs इन क्यूआर कोड को तैयार कर प्रिंट कर सकते हैं, जिनमें प्रत्येक क्यूआर कोड के साथ उल्लिखित आधिकारिक वेब पेज का लिंक दिया गया है।

ई–बाल निदान–ऑनलाइन शिकायत प्रबंधन प्रणाली से संबंधित आधिकारिक जानकारी तथा इससे संपर्क करने के तरीके के लिए स्कैन करें।



राष्ट्रीय बाल अधिकार संरक्षण आयोग (NCPCR): बाल सुरक्षा से संबंधित संसाधनों तथा शिकायत/रिपोर्ट दर्ज करने के लिए POCSO ई–बॉक्स तक पहुँचने हेतु स्कैन करें।



राजस्थान पुलिस – बाल कल्याण सेवाएँ (CWPOs एवं AHTUs): अपने निकटतम बाल कल्याण पुलिस अधिकारी (CWPO) तथा जिले से संबंधित संपर्क विवरण प्राप्त करने के लिए स्कैन करें।



हर बचपन हो सुरक्षित–9

बचपन है जीवन की मुस्कान, निर्मल मन और सच्ची पहचान।
हँसी–खुशी से बीते हर पल, सुरक्षित हो उसका हर कल।।
नन्हे कदम जो आगे बढ़ते, सपनों के संग ऊँचे उड़ते।
डर की छाया पास न आए, हर बच्चा निर्भय मुस्कुराए।।
घर हो, विद्यालय या हो राह, मिले सभी से प्रेम की चाह।
सम्मान, स्नेह और अपनापन, यही है सच्चा बाल संरक्षण।।
बुरी नजर से उनको बचाएँ, सही–गलत का ज्ञान दिलाएँ।
सुनें उनकी हर छोटी बात, यही सुरक्षा की पहली सौगात।।
हर बच्चे का है यह अधिकार, मिले सुरक्षा और भरपूर प्यार।
आओ मिलकर लें यह प्रण, रखेंगे सुरक्षित हर बचपन।।
जब हर बच्चा होगा निडर, खिलेगा देश का सुंदर स्वर।
सुरक्षित बचपन, उज्ज्वल भविष्य, यही हमारा सच्चा कर्तव्य।।

संदेश: "बच्चों की सुरक्षा केवल परिवार का नहीं, बल्कि पूरे समाज का दायित्व है। सुरक्षित बचपन ही सशक्त भारत की नींव है।"

