RKSK
Rashtriya Kishor Swasthya Karyakram
ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ କିଶୋର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ

କେବେ ଖୁସି ତ କେବେ ଯାତନା
ନିତି ବଦଳେ ମନର ଭାବନା

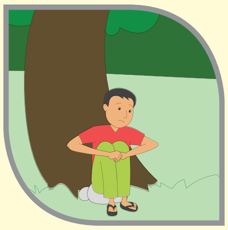
ପୂର୍ବ ସଂଖ୍ୟାରେ ଆପଣମାନେ ପଢିଲେ- ନାଭେଦ୍‌ର ଚିନ୍ତା ଏହି କି ଯେ ତା'ର ସାଙ୍ଗ ଭୂବନ ସବୁବେଳେ ଚୁପ୍‌ଚାପ୍ ଏବଂ ଚିନ୍ତାରେ କାହିଁକି ରହୁଛି ? ଏବେ ଆଗକୁ ପଢିବା-

ଜଣାନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ମୋତେ ଜୈବ ବିଜ୍ଞାନ ପଢିବା ପସନ୍ଦ ନୁହେଁ । ଏପରି କହିଲେ ଘରେ ସମସ୍ତେ ଗାଳି କରୁଛନ୍ତି ।
ହଁ, ମୋତେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତିଦିନ କହୁଛନ୍ତି ପାଠପଢ଼ି ବଡମଣିଷ ହେବାପାଇଁ ।
ସେମାନଙ୍କର ଆଶାକରିବା କିଛି ଭୁଲ୍ ନୁହେଁ । ଆମେ ଏହାକୁ ଚାପ ଭାବେ ନ ନେଇ ପରିଶ୍ରମ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଦରକାର ।
ତେବେ ପାଠପଢ଼ିବା ପାଇଁ କିଏ ମନାକରୁଛି । ଏତିକି ସ୍ୱାଧୀନତା ରହିବା ଦରକାର ଯେ ଆମେ ଯାହା ଇଚ୍ଛା କରିବା ତାହା ପଢ଼ିବା ।
ପାଖ ବଗିଚାରେ ମୁସ୍କାନ, ବବ୍‌ଲୀ ଏବଂ ଗୀତା ବସିଛନ୍ତି ।
ସ୍ୱାଧୀନତାରୁ ମନେପଡିଲା, ଏହି ସ୍ୱାଧୀନ ପକ୍ଷୀମାନେ ଏଠାରେ କ'ଣ କରୁଛନ୍ତି ?
ଆରେ ମୁସ୍କାନ, ବବ୍‌ଲୀ ଏବଂ ଗୀତା ତୁମେମାନେ ଏଠାରେ କ'ଣ କରୁଛ ?
ଅନ୍ତାକ୍ଷରୀ ଖେଳୁଛୁ । ତୁମେମାନେ ମଧ୍ୟ ଆସ, ମଜା ଆସିବ ।
ହଁ, ହଁ ଚାଲ, ତୁମର ଏବଂ ଆମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ହୋଇଯାଉ ।
ଯେ ମୌସମ କି ବାରିଶ୍...ଯେ ବାରିଶ୍ କା ପାନୀ... ଯେ ପାନୀ କି ବୁନ୍ଦେ...କହାନୀ...ନ ରେ ଗାଅ ।

ନାଚ ମେରି ଯା......ହୋକେ ମଗନ ତୁ....ତ ରେ ଗାଅ ।
ପୁଅମାନେ ଗୀତ ଗାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଭୂବନ ଗୀତାକୁ ଦେଖି ଗୀତ ଗାଇବାକୁ ଲାଗିଲା,
ତେରି କାଲି କାଲି ସୁରତ କୋ କିସିକି ନଜର ନା ଲଗେ......ଚଷମେବଦୁର୍....
ଓ...ଓୟେ....କାଲି, ଚଷମେବଦୁର୍‌ର କେଉଁଠି ? ଆଉ ମିଛ-ସତ ଗାଇକରି ମୋତେ ଚିଡଉଛ....
ଆରେ ରହିଯା ଗୀତା, ତତେ କାହିଁକି ସେ ଚିଡେଇବ ?
ଆଚ୍ଛା ! ଏଠାରେ ଚଷମା ଆଉ କିଏ ଲଗାଇଛି କି ?
ଏପରି ନୁହେଁ ଗୀତା । ରାଗେନା । ଏହା ତ ଏକ ଖେଳ । ଏଥିରେ....
ତେବେ ତୁମେମାନେ ଖେଳ । ମୋତେ ତୁମମାନଙ୍କ ସହ ଖେଳିବାର ନାହିଁ । ଆଜିଠାରୁ ଆଉ କେବେ କଥା ହେବିନାହିଁ ।
ରହିଯା ଗୀତା ।
ଓଃ ହୋ ! ତାକୁ ଖରାପ ଲାଗିଲା ।

ଲାଗିଲା ଯଦି ୧୦ ଥର ଲାଗୁ । ଚାଲ, ଆମେମାନେ ପୁଣିଥରେ ଖେଳିବା ।
ନାଁ ଭୂବନ, ଚାଲ ପ୍ରଥମେ ତାକୁ କ୍ଷମା ମାଗିବା ।
କାହିଁକି ? ମୁଁ କାହିଁକି କ୍ଷମା ମାଗିବି ? ଜମା ମାଗିବି ନାହିଁ । ମୁଁ ତ କୌଣସି ଭୁଲ କରିନାହିଁ ।
ଭୁଲ ତ କରିଛୁ, ତେଣିକି ସେ ମଜାରେ ହେଉ । କାଲି ଯଦି କିଏ ତୋର ମଜା ଉଡାଇବ ?
ନାଭେଦ ଠିକ୍ କହୁଛି ।
ଗୀତା ସହିତ କଥାହେବାକୁ ପଡିବ । ଯାହା ହେଲେ ବି ସେ ଆମର ସାଙ୍ଗ, ଆମମାନଙ୍କ ବିନା ସେ ମଧ୍ୟ ରହିପାରିବ ନାହିଁ ।
ତେବେ ଏକ କାଗଜରେ ସରି ଲେଖି ତାକୁ ଦେଇଦେବା । ହୋଇପାରେ ସେ ବୁଝିଯିବ ।
କିନ୍ତୁ ମୁଁ ସରି ଲେଖିବି ନାହିଁ ।
ନିଅ, ଏହି କାଗଜରେ ମୁଁ 'ସରି ଗୀତା' ବୋଲି ଲେଖିଦେଇଛି ।
ଏବେ ଏହାକୁ ଗୀତା ପାଖରେ କେମିତି ପହଁଚାଇବା ? ଜଣା ନାହିଁ କେଉଁଠାରେ ଯାଇ କାନ୍ଦୁଥିବ ସିଏ ।
କଥା ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା ପୂର୍ବରୁ ତାକୁ ଚିଠି ଦେବାର ଅଛି । କିନ୍ତୁ କେଉଁଠି ଦେବା ଓ କିଏ ତାକୁ ଦେବ ।
ଦିଅ, ମୋତେ ଏହିଠାରେ ହିଁ ଦେଇଦିଅ ତୁମର କ୍ଷମାପ୍ରାର୍ଥନା । ମୁଁ ଏହିଠାରେ ହିଁ ପଢ଼ିଦେବି ।
ଓଃ ହୋ ! ତେବେ ତୁ ଏହିଠାରେ ହିଁ ଲୁଚିଥିଲୁ ? ଏବଂ ଆମେମାନେ କେତେ ଡରି ଯାଇଥିଲୁ !
ମୁସ୍କାନ କିଶୋର ଅବସ୍ଥାରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା କେଉଁ ଲକ୍ଷଣ ସମ୍ବନ୍ଧରେ କହୁଛି ? କ'ଣ ଗୀତା କାଉନ୍ସିଲର୍ ଦିଦିଙ୍କ ସହିତ ଦେଖାହେବ ?
ଜାଣିବା ପାଇଁ ପଢନ୍ତୁ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସଂଖ୍ୟା ।

ପଢ଼ାଯାଇଥିବା କାହାଣୀ ଆଧାରରେ ଆମେ କିଛି ବିଷୟ ଉପରେ ଚର୍ଚ୍ଚା କରିବା ।

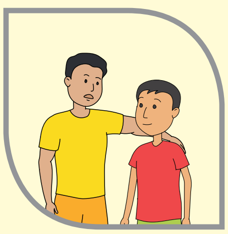


କିଶୋରାବସ୍ଥାରେ ହେଉଥିବା ଭାବନାତ୍ମକ ପରିବର୍ତ୍ତନ

ଭୁବନ ଦୁଃଖୀ କାହିଁକି ରହୁଛି ?

କିଶୋରାବସ୍ଥାରେ ହେଉଥିବା ଭାବନାତ୍ମକ ପରିବର୍ତ୍ତନ

ତୁମ ଉପରେ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଚାପ ରହୁଛି କି ? ଯଦି ହଁ, ତେବେ କେଉଁ ପ୍ରକାରର ?

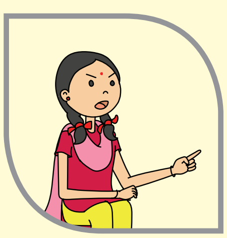


କିଶୋରାବସ୍ଥାରେ ହେଉଥିବା ଭାବନାତ୍ମକ ପରିବର୍ତ୍ତନ

ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ସମୟରେ ତୁମେ କ'ଣ କର ?

କିଶୋରାବସ୍ଥାରେ ହେଉଥିବା ବ୍ୟବହାରଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ

ଗୀତାକୁ କେଉଁ କଥା ଭୁଲ୍ ଲାଗିଲା ?

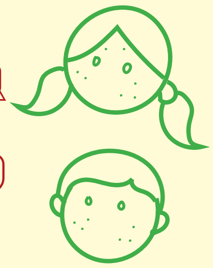


କିଶୋରାବସ୍ଥାରେ ହେଉଥିବା ବ୍ୟବହାରଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ

ଗୀତାର ବଦଳିଥିବା ବ୍ୟବହାରରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ମୁସ୍କାନ କାହିଁକି ଚିନ୍ତିତ ?

ମନେ ରଖିବାକୁ ଥିବା ମୁଖ୍ୟ ବାର୍ତ୍ତା

କିଶୋରାବସ୍ଥାରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ



- କିଶୋର ଅବସ୍ଥାରେ ଶାରିରୀକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବାସହିତ ଭାବନାତ୍ମକ ଓ ମନୋସାମାଜିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ।
- ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ କିଛି ଭାବନାର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ଯେପରିକି- ଲାଜ, ସଂକୋଚ, ଚିନ୍ତା, ରାଗ, ବିଚଳିତ ହେବା, ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ା ହେବା, ବିପରୀତ ଲିଙ୍ଗ ପ୍ରତି ଆକର୍ଷିତ ହେବା, ବିରୋଧ କରିବା, ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନ ନେଇ ପାରିବା, ଅସମାନତା, ନିଜ ପ୍ରତି ଅତି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ରହିବା ଇତ୍ୟାଦି ।
- ଏହି ଭାବନାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବାଦ୍ୱାରା କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କର ବ୍ୟବହାରରେ ମଧ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆସିଥାଏ । ସେମାନଙ୍କର ଚିନ୍ତାଧାରାରେ ପରିପକ୍ୱତା ଆସିଥାଏ । ବୁଝି ବିଚାରି କାମ କରିବାର ଶକ୍ତି ବଢିଥାଏ । କଳ୍ପନା କରିବାର ଶକ୍ତି ବଢିଥାଏ ।
- ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବିଷୟ ଉପରେ ବୁଝିବାର ଶକ୍ତି ବଢିଥାଏ । ଏହା ବଡଲୋକମାନଙ୍କର ବିଚାରଠାରୁ ଅଲଗା ହୋଇପାରେ । ଏହି ବୟସରେ କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କୁ ବାଧାଦେବାକୁ ସେମାନେ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି ନାହିଁ ।
- କିଶୋର କିଶୋରୀମାନେ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣଙ୍କ ପ୍ରତି ଆକର୍ଷିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏହା ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ କଥା । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଜ୍ଞାନ ସେମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଜରୁରୀ ଅଟେ ।
- କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବହୁତ ଶକ୍ତି ରହିଥାଏ । କୌଣସି ନୂଆ କଥା ଶିଖିବା ଏବଂ କରିବା ନିମନ୍ତେ ସେମାନଙ୍କର ଆଶା ଉଜ୍ଜୀବିତ ରହିଥାଏ । ଏହି ବୟସରେ ସେମାନଙ୍କର ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନ ନିମନ୍ତେ ବିଚାର ଏବଂ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ସହ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନର ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ପାଇଁ ବଡମାନେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ଉଚିତ୍ ।
- ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ଭାବନାରେ ତାଳମେଳ ନରହିବା ସେମାନଙ୍କର ବ୍ୟବହାରରୁ ଜଣାପଡିଥାଏ । ଯେପରିକି- ବହୁତ ରାଗିବା, ନୀରବ ରହିବା କିମ୍ବା ଉଗ୍ର ହେବା । ଏହାର ପ୍ରଭାବ ସେମାନଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଉପରେ ପଡିଥାଏ ।
- କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଭାବନାର ତାଳମେଳ ସହିତ ବ୍ୟବହାରରେ ସଂଯମତା ଶୈଳୀର ବିକାଶ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।

ସଖୀ ସହେଲି

ଭୂମିକା ଏବଂ ଦାୟିତ୍ୱ

- ଆଶା ଦିଦିଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟରେ ଗାଁ ର ୧୦-୧୯ ବର୍ଷ ବୟସର ସମସ୍ତ କିଶୋର/କିଶୋରୀଙ୍କ ଏକ ଚିଠା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ।
- ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ସଂରକ୍ଷଣ ବିଷୟରେ ଥିବା ଭ୍ରାନ୍ତଧାରଣା ଦୂର କରିବା ନିମନ୍ତେ କିଶୋର/କିଶୋରୀଙ୍କୁ ସହାୟତା କରିବା ।
- ଦରକାର ପଡିଲେ ଆଶା/ଏଏନ୍‌ଏମ୍‌ଙ୍କ ସହାୟତାରେ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଚିକିତ୍ସା ତଥା ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ପାଇଁ ଅନ୍ୟ ଜାଗାକୁ ସୁପାରିଶ କରିବା ।
- କିଶୋର-କିଶୋରୀମାନଙ୍କ କଥାର ଗୋପନୀୟତା ବଜାୟ ରଖିବା ।
- ପିଲା ତଥା କିଶୋର/କିଶୋରୀମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ହେଉଥିବା ହିଂସା ଘଟଣାକୁ ପୋଲିସ ତଥା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ସୂଚୀତ କରିବା ।
- ହିଂସାର ଶିକାର ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଚିକିତ୍ସା, ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣ ଏବଂ ପରାମର୍ଶ ଯୋଗାଇଦେବା ତଥା ଆଇନ୍‌ଗତ ସେବା / ପରାମର୍ଶ ନିମନ୍ତେ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରିବା ।
- ଧର୍ମ, ଜାତି, ବର୍ଗ, ଲିଙ୍ଗଗତ ତଥା ବୈବାହିକ ସ୍ଥିତି ଆଦିର ବିଚାର ନକରି ସମସ୍ତ କିଶୋର/କିଶୋରୀଙ୍କ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚିବା ।

UNFPA

ସଂଯୁକ୍ତ ରାଷ୍ଟ୍ର ଜନସଂଖ୍ୟା ପାଣ୍ଠି ସହାୟତାରେ ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ସରକାରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରୂପାଙ୍କିତ