



U3S1 Part 2 TRANSCRIPT

ధృఢమైన శరీరం, తెలివైన మనస్సు - ఆరోగ్య కార్యకర్తలు మరియు క్షేత్ర స్థాయి కార్యకర్తల కోసం సమాచార ప్రచారం

ప్రవర్తన మార్పులోని ఏడు దశలు

ఇప్పటి వరకు మనం విన్న శాంతి కథ ఆధారంగా, ప్రవర్తన మార్పులోని దశలను ఇప్పుడు చూద్దాం.

1. రావాల్సిన మార్పుని గురించి అవగాహన పొందడం ప్రవర్తన యొక్క మొదటి దశ.

శాంతి మొదటిసారి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రానికి వెళ్ళినప్పుడు IFA ప్రయోజనాల గురించి నిర్మల మరియు పూజ శాంతిలో అవగాహన కల్పించారు. ఈ అవగాహన పొరుగువారు, బంధువులు, స్నేహితులు లేదా ఆశా, అంగనవాడీ కార్యకర్త విద్య మరియు కమ్యూనికేషన్ మెటీరియల్ సహాయంతో అందిస్తారు. వార్తాపత్రిక, రేడియో లేదా టీవీ వంటి మీడియా ద్వారా కూడా ఈ అవగాహన పొందవచ్చు.

ఒకే విషయాన్ని అనేక సార్లు చెప్పడం ద్వారా మార్పును పరీక్షించాలనే కోరిక కలుగుతుంది. ఉదాహరణకు, ప్రతి స్త్రీ మరియు బాలిక IFA వేసుకోవాలి; ప్రతి బిడ్డకు రోగనిరోధక టీకాలు వేయించాలి; ప్రతి బిడ్డ పాఠశాలకు వెళ్ళాలి; ఆసుపత్రి ప్రసవాలు తల్లి బిడ్డలకు సురక్షితం మొదలైనవి.

2. పై కథలో నిర్మల IFA మాత్రలు తీసుకోవటానికి శాంతిలో 'కోరిక'ను కలుగచేసిందని విన్నాము. ఈ 'కోరిక' ప్రవర్తన మార్పు ప్రక్రియలో రెండవ దశ.

ఒక వ్యక్తి మార్పును కోరుకున్న తర్వాత మార్పు ఎలా చేయాలనే మార్గాలను పరిశీలిస్తారు. కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవడం కూడా ఇందులో ఒక భాగం. ఇక్కడ నిర్మల, శాంతి ఇంటికి వెళ్లి ఆమెను ప్రేరేపించి, IFA మాత్రలను ఎలా, ఎప్పుడు తీసుకోవాలి ఆమెకు చెప్పిందని విన్నాము.

3. ప్రవర్తన మార్పులో మూడవ దశ నైపుణ్యం లేక జ్ఞానాన్ని పొందడం. మన చుట్టూ ఉన్న పరిస్థితుల ద్వారా ఇది సాధ్యమవుతుంది. అవేంటంటే:

- ప్రోత్సాహకరమైన కుటుంబం, బంధువులు మరియు చుట్టుపక్కలవారు.
- ఆరోగ్య కార్యకర్తలు మరియు వాలంటీర్లు అందించే నిరంతర ప్రోత్సాహం, కౌన్సెలింగ్ మరియు నాణ్యమైన సేవలు.
- అనువైన ప్రదేశాలలో గోడలపై పెయింటింగ్స్, పోస్టర్లు, కరపత్రాలవంటి వాటితో పడేపడే సమాచారాన్ని ప్రచారం చేయడం.



ఈ విధానం పుట్టిన బిడ్డకు పాలిచ్చే నైపుణ్యం, బిడ్డకు ఎక్కడ ఎప్పుడు టీకాలు వేయించాలనే జ్ఞానాన్ని కలిగి ఉండడంలాంటి వాటికీ వర్తిస్తుంది.

ఆశా కార్యకర్త అయిన నిర్మల శాంతి ఇంటికి వెళ్ళినప్పుడు శాంతిని, ఆమె అత్తగారిని ఒప్పించగలిగింది. తద్వారా శాంతి IFA తీసుకోవడం ప్రారంభించింది. ఆ విధంగా, నిర్మల, శాంతి మరియు ఆమె అత్తగారిని కోరుకున్న మార్పును ప్రయత్నించడానికి అంగీకరించేలా చేసింది.

4. ప్రవర్తన మార్పు యొక్క నాల్గవ దశ ఆ 'మార్పును ప్రయత్నించడం' (TRY OUT). ఈ సందర్భంలో, "ASHA సలహామేరకు IFA మాత్రలను ప్రారంభించడం" .

5. వ్యక్తులు కొత్త ప్రవర్తనను ప్రయత్నించిన తర్వాత వారి అనుభవాన్ని గమనిస్తారు. అది సానుకూలంగా ఉంటే, దానిని మరోసారి ప్రయత్నిస్తారు, మరో మాటలో చెప్పాలంటే, చర్యను పునరావృతం (REPEAT) చేస్తారు. ఇది ప్రవర్తన మార్పు ప్రక్రియలో ఐదవదశ. ఐదవ దశ యొక్క అనుభవం బాగుంటే చర్యను పునరావృతం చేస్తూనే ఉంటారు;

6. మరోమాటలో చెప్పాలంటే, ప్రవర్తనను కొనసాగించడం (MAINTAIN) ఆరవ దశ.

పై కథలో, పూజ మరియు నిర్మల శాంతి అత్తగారితో మాట్లాడటం ద్వారా కుటుంబాన్ని ప్రభావితం చేశారు. శాంతి భర్త అయిన రామును కలవడానికి గ్రామ సర్పంచిని తీసుకువెళ్లారు. శాంతి IFA మాత్రలు వేసుకునేలా కుటుంబసభ్యులను ఒప్పించడంలో వారు విజయం సాధించారు.

7. ఈ పద్ధతిలో, శాంతి కుటుంబం IFA వేసుకోవడం మరియు ASHA, ANMల సలహాలను పాటించడం మంచిదని గ్రహించారు. శాంతి IFA మాత్రలను వేసుకోవడం కొనసాగించింది మరియు ఇతర సేవలను పొందడం ప్రారంభించింది. తద్వారా ప్రవర్తన మార్పును 'నిలబెట్టుకోవడం' చేస్తుంది. ఇది ఏడవ దశ లేదా చివరి దశ.