स्वास्थ्यका लागि सामाजिक ब्यवहार परिवर्तन के हो ?

सामाजिक व्यवहार परिवर्तन भनेको लक्षित समूहको सक्रिय सहभागितामा समाजमा भएका अस्वस्थ सामाजिक ब्यवहारहरुलाई परिवर्तन गर्ने प्रकृया हो । सामाजिक ब्यवहार परिवर्तनले लक्षित समूहको ज्ञान, धारणा र अभ्यासमा परिवर्तन गरेर उनीहरुको हालको अवस्थामा सुधार ल्याउँन मद्दत गर्दछ । ब्यवहार परिवर्तनमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने तत्वहरु समुदायमा प्रचलित सामाजिक मूल्यमान्यता, धारणा, चलनहरु आदि हुन् । यिनै धारणा, बिचार र सिद्धान्तहरुलाई प्रकृयागत रुपमा समेटेर त्यस्ता व्यवहार अपनाईरहेका समुदाय वा समूहको पहिचान गरी रणनैतिक उद्देश्य बनाई उनीहरुको व्यवहार परिवर्तन गर्न सहयोग गर्ने प्रकृया नै सामाजिक व्यवहार परिवर्तन हो । सामाजिक व्यवहार परिवर्तन कुनै छुट्टै बिषय नभई स्वास्थ्य, शिक्षा, कृषि, वातावरण जस्ता अन्य महत्वपूर्ण बिषयहरुसँग जोडिएर आउँने भएकोले यसलाई राम्ररी सम्बोधन गर्न सकेको खण्डमा समग्र कार्यक्रम प्रभावकारी हुन्छ र अपेक्षित नतिजा प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

सामाजिक व्यवहार परिवर्तनका योजना निर्माण गर्दा तथ्यमा आधारित भएर लक्षित समूहको सहभागिता र उनीहरुको आवश्यकताको आधारमा योजना बनाईएको हुनुपर्दछ । तथ्यमा आधारित व्यवहार परिवर्तनका कार्यक्रमले ज्ञानमा वृद्धि गर्नुका साथै धारणा र साँस्कृतिक मूल्यमान्यताहरू र रीतिरिवाजसम्बन्धी विभिन्न व्यवहारमा परिवर्तन ल्याउन सहयोग गर्छ । ब्यवहार परिवर्तनको योजना बनाउँदा लक्षित समूहले अनुभूत गर्न सक्ने वा उनीहरुको मन छुने खालको हुनुपर्दछ । जब मानिसहरुले आफूलाई फाईदा देख्छन् तव मात्र आफ्नो जीवनमा प्रयोग गर्न उत्साहित हुन्छन् ।

स्वास्थ्यका लागि सामाजिक व्यवहार परिवर्तन किन आवश्यक छ ?

- सामाजिक व्यवहार परिवर्तनले कुनै पनि व्यक्तिको सामाजिक मूल्यमान्यता,ज्ञान,सीप, धारणा र अभ्यासमा परिवर्तन गरेर स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउन मद्दत गर्छ ।
- समाजमा प्रचलित धर्म संस्कृति, मूल्यमान्यता, सामाजिक रीतिरिवाज आदिले व्यक्तिको स्वाथ्यसम्बन्धी व्यवहारमा प्रत्यक्ष प्रभाव पारेको हुन्छ । त्यस्ता प्रचलनहरुमा परिवर्तन ल्याउँनका लागि सामाजिक व्यवहार परिवर्तनले महत्वपूर्ण भूमीका खेल्न सक्छ ।
- व्यक्तिलाई स्वास्थ्य संस्थामा उपलब्ध, आफ्नो आवश्यकता अनुरुपको स्वास्थ्य सेवा छनौट गर्न र निर्णयमा पुग्न मद्दत गर्दछ ।
- व्यवहार परिवर्तनले व्यक्ति तथा परिवारको स्वास्थ्य अवस्थामा सुधार ल्याई स्वस्थ व्यवहारलाई नियमित गर्न मद्दत गर्दछ ।

सामाजिक व्यवहार परिवर्तनका कुराहरु स्वास्थ्य नीतिमा किन राख्नु जरुरी छ ?

सामाजिक व्यवहार परिवर्तन धेरै पक्षहरुसँग जोडिएर आउँने बिषय भएतापनि यसलाई सबै क्षेत्रमा त्यति धेरै प्राथमिकता दिइएको पाईदैन । सम्बन्धित सबै क्षेत्रले यसलाई नीतिगत रुपमै प्राथमिकता दिनुपर्ने भएकोले यसलाई नीतिमै प्रष्ट समावेश गरिनु आबश्यक देखिन्छ । राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र (NHEICC) मार्फत संघीय बजेटको अन्तर सरकारी वित्तीय हस्तान्तरण कार्यक्रममा सामाजिक ब्यवहार परिवर्तनका लागि विभिन्न कृयाकलापहरु नीतिगत रुपमा स्पष्ट उल्लेख गरिएको छ । यसै नीतिलाई आधार मानेर प्रदेश तथा केही स्थानीय तहहरुले सामाजिक व्यवहार परिवर्तनका नीति तथा कार्यक्रमहरु तयार पार्नुका साथै कार्यान्वयन समेत गरेको बर्तमान अवस्थामा संघको नीति र कानूनसित नबाझिने गरी वा मिल्ने गरी स्थानीय स्तरको सामाजिक व्यवहार परिवर्तन नीति निर्माण गरिनु पर्दछ । मानिसहरुले अपनाईरहेको अस्वस्थ व्यवहारहरुमा परिवर्तन गरी स्वास्थ्य अवस्था सुधार गर्नका लागि सामाजिक व्यवहार परिवर्तन महत्वपूर्ण हुन्छ । यसले स्वास्थ्य सेवाको उपभोग बृद्धि गरी स्वास्थ्य प्रवर्द्धन गर्न र सामाजिक स्तरमा रहेका अस्वस्थकर व्यवहारहरु परिवर्तन गर्नको लागि महत्वपूर्ण भूमीका खेल्दछ ।

- सामाजिक व्यवहार परिवर्तन मानिसहरुले अपनाईरहेको अस्वस्थ व्यवहार परिवर्तनका लागि महत्वपूर्ण बिषय भएकाले नीतिगत रुपमा स्पष्ट उल्लेख गरिनुपर्दछ ।
- सामाजिक व्यवहार परिवर्तन सामुहिक प्रयासबाट मात्र सम्भव हुने भएकोले नीतिगत रुपमा नै उल्लेख गर्न सकिएमा दिगो रुपमा काम गर्न सकिन्छ ।
- नीतिगत रुपमा स्पष्ट उल्लेख गरिएको बिषयमा कार्यक्रम निर्माण गर्न तथा संचालन गर्न सैद्धान्तिक रुपमा बाटो खुल्दछ र निरन्तरताको लागि पनि सजिलो हुन्छ ।
- आम मानिसले अपनाईरहेको अस्वस्थ व्यवहारमा परिवर्तन आई स्वास्थ्य सेवा उपभोग गर्नेको संख्यामा बृद्धि हुँदा राज्यले भविष्यमा स्वास्थ्यमा कम लगानी गरे पुग्छ ।
- सामाजिक व्यवहार परिवर्तन स्वास्थ्य, शिक्षा, कृषि, वातावरण जस्ता विभिन्न बिषयसँग जोडिएर आउँने भएकोले नीतिगत रुपमा राख्न सके बृहत क्षेत्रमा यसको उपयोगिता बृद्धि हुन सक्छ ।

सामाजिक व्यवहार परिवर्तन नीतिहरुमा के कस्ता कुरा समावेश गर्न सकिन्छ ?

युएसएआईडीको आर्थिक तथा प्राविधिक सहयोग तथा नेपाल स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्रको नेतृत्वमा कर्णाली प्रदेशका २ वटा जिल्लाका ४ वटा पालिकाहरुमा सञ्चालित सामाजिक ब्यवहार परिवर्तनको कार्यक्रमको सिकाईका आधारमा सुर्खेत र जुम्लाका विभिन्न गाउँपालिका/नगरपालिकाहरुको सामाजिक व्यवहार परिवर्तनलाई आफ्नो स्वास्थ्य नीतिमा समावेश गरिसकेका छन् । तथ्याङ्कमा आधारित भई, लक्षित समूहको आवश्यकतालाई मध्यनजर गरी सामाजिक व्यवहार परिवर्तनका कार्यक्रमहरुको योजना निर्माण गर्नुपर्ने भएकाले स्थानीय स्तरमा, स्थानीय समस्या र श्रोतहरुको समेत ख्याल गरिएको हुनुपर्छ । यसो भएमा मात्र दिगो र परिवर्तन गर्न सक्षम सामाजिक व्यवहार परिवर्तनको नीति बन्न सक्छ ।

गाउँपालिका/नगरपालिकाको बन्दै गरेको स्वास्थ्य नीतिमा सामाजिक ब्यवहार परिवर्तन शिर्षकमा नीतिगत रुपमा स्पष्ट लेखिनुपर्ने कुरा: **"सामाजिक विकास योजनामा सामाजिक व्यवहार परिवर्तन क्रियाकलापको लागि कार्यक्रम र बजेट विनियोजनको सुनिश्चितता"**

उदाहरणको लागि कर्णाली प्रदेशका केही गाउँपालिका/नगरपालिकाले तयार पारेका सामाजिक व्यवहार परिवर्तनसम्बन्धी नीतिहरु :

सामाजिक व्यवहार परिवर्तनका कार्यक्रम निर्माण गरी नगरका बिकट बस्तीहरुमा नियमित सञ्चालन गरिने र स्वास्थ्य शिक्षा, सुचना, सञ्चारद्रारा नगरका हरेक बस्तीमा जनस्वास्थ्य प्रवर्द्धन गर्ने पहल गरिने छ साथै स्वास्थ्य सम्बन्धी सन्देश एवं सूचना सुलभ रुपमा सूचनाको हक सम्बन्धी अधिकारलाई सुनिश्चित गर्ने प्राप्त गर्ने सूचनाको हक सम्बन्धी अधिकारलाई सुनिश्चित गर्ने - पञ्चपुरी नगरपालिका, सुर्खेत ।
स्वास्थ्यमा सामाजिक ब्यवहार परिवर्तनका कार्यक्रम निर्माण प्रकृयामा 'पि' प्रकृयालाई अनुशरण गरी तथा डाटामा आधारित रहेर मातृ तथा बालस्वास्थ्य, किशोरकिशोरी स्वास्थ्य, परिवार नियोजन तथा प्रजनन स्वास्थ्यका कार्यक्रमहरु संचालन गरिनेछ - बराहताल गाउँपालिका, सुर्खेत
स्वास्थ्य सम्बन्धी सन्देश एवं सूचना सुलभ रुपमा प्राप्त गर्ने सूचनाको हक सम्बन्धी अधिकारलाई कार्यरुपमा परिणत गर्न सामाजिक व्यवहार परिवर्तन सम्वन्धी स्वास्थ्य शिक्षा, सुचना र सञ्चार कार्यक्रमहरुलाई उच्च प्राथमिकता दिई जनस्वास्थ्य प्रवर्द्धन गर्ने खालका क्रियाकलापहरुको विकास गरिने छ - चन्दननाथ नगरपालिका, जुम्ला

नोट : सामाजिक व्यवहार परिवर्तनसँग सम्बन्धी थप जानकारीका लागि तपाईंको गाउँपालिका/नगरपालिकामा उपलब्ध भएको SBC पालिका प्याकेज हेर्नुहोला अथवा SBC पालिका प्याकेजको वेभ पेज www.sbcpalikapackage.org.np हेर्न सक्नुहुनेछ । यसका साथै सामाजिक व्यवहार परिवर्तनको क्षेत्रमा आफ्नो अनुभव तथा सिकाई आदनप्रदान गरि छलफलमा सहभागि हुनकालागि पालिका प्याकेजको फेसबुक ग्रुप **sbc palika package** मा समेत संलग्न हुन सक्नुहुनेछ ।