

१५ देखि १८ वर्षका किशोरकिशोरीहरूका लागि

सामाजिक भावनात्मक सिप विकास

सहजकर्ता निर्देशिका (कक्षा पाठ-योजना)



कर्णाली प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास मन्त्रालय
वीरेन्द्रनगर, सुर्खेत, नेपाल

यस १५ देखि १९ वर्षका किशोरकिशोरीहरूका लागि सामाजिक भावनात्मक सिप विकास सहजकर्ता निर्देशिका (कक्षा पाठ-योजना) सामाजिक विकास मन्त्रालय, कर्णाली प्रदेशको नेतृत्वमा, इपिडिमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रण महाशाखा, राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र, स्वास्थ्य सेवा विभाग, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको समन्वयमा युनिसेफ तथा टी.पी.ओ. नेपालको आर्थिक तथा प्राविधिक सहयोगमा तयार पारिएको हो ।

यो निर्देशिका तोकिएको उमेर समूहका किशोरकिशोरीहरूको सामाजिक भावनात्मक सिप विकासलाई लक्षित गर्दै मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोकथाम र सुस्वास्थ्य प्रवर्द्धनका लागि प्रकाशनमा ल्याइएको हो ।

यो सहजकर्ता निर्देशिका विद्यालयका शिक्षक, विद्यालय नर्स र कम्तीमा १२ का उत्तीर्ण सहजकर्ताहरूका लागि लक्षित छ, जसले मानसिक स्वास्थ्य, मनोसामाजिक सहयोग, तथा सामाजिक-भावनात्मक सिप विकास सम्बन्धी ७ दिने अभिमुखीकरण प्राप्त गरेका छन् । यी व्यक्तिहरूले यस सहजकर्ता निर्देशिका अनुसरण गरी किशोरकिशोरीहरूमा सामाजिक तथा भावनात्मक सीप विकास गर्न तथा उनीहरूको मानसिक तथा मनोसामाजिक सुस्वास्थ्य प्रवर्द्धन गर्न सक्नेछन् ।

यसमा समेटिएका अध्यायहरूले किशोरकिशोरीहरूलाई भावना नियमन, तनाव व्यवस्थापन, समस्या समाधान, अन्तर्व्यक्ति सम्बन्ध सुदृढीकरण, निर्णय क्षमता विकास तथा लागुपदार्थको असर बारे जानकारी प्रदान गर्दछ । साथै मनोसामाजिक तथा मानसिक सु-स्वास्थ्यका बारेमा ज्ञान अभिवृद्धि गर्न यो प्रभावकारी हुनेछ । बालबालिका तथा किशोरकिशोरीहरूका मानसिक स्वास्थ्य अभिवृद्धि गर्न र संरक्षणका लागि यो सहजकर्ता निर्देशिका उपयोगी हुनेछ ।

यो पुस्तकको सम्बन्धमा पत्रचार गर्ने ठेगाना :

United Nations Children's Fund (UNICEF)

UN House, Pulchowk

PO Box: 1187, Tel.: +977-1-5523200

Email: kathmandu@unicef.org

www.unicef.org/nepal

१५ देखि १९ वर्षका किशोरकिशोरीहरूका लागि

सामाजिक भावनात्मक सिप सहजकर्ता निर्देशिका (कक्षा पाठ-योजना)

प्रकाशक : कर्णाली प्रदेश, सामाजिक विकास मन्त्रालय

प्रकाशन सहयोग : युनिसेफ तथा टी. पी. ओ. नेपाल

प्रकाशन मिति : २०८१ पुष

संस्करण प्रति : ५०० प्रति

Suggested citation:

Ministry of Social Development, Karnali Province, Government of Nepal, United Nations Children's Fund, Transcultural Psychosocial Organization Nepal, १५ देखि १९ वर्षका किशोरकिशोरीहरूका लागि सामाजिक भावनात्मक सिप विकाससहजकर्ता निर्देशिका (कक्षा पाठ-योजना) [Adapted from Helping Adolescents Thrive Facilitator Guide for working with 15- to 19- year-olds by UNICEF], Nepal, 2025.

