ICDS

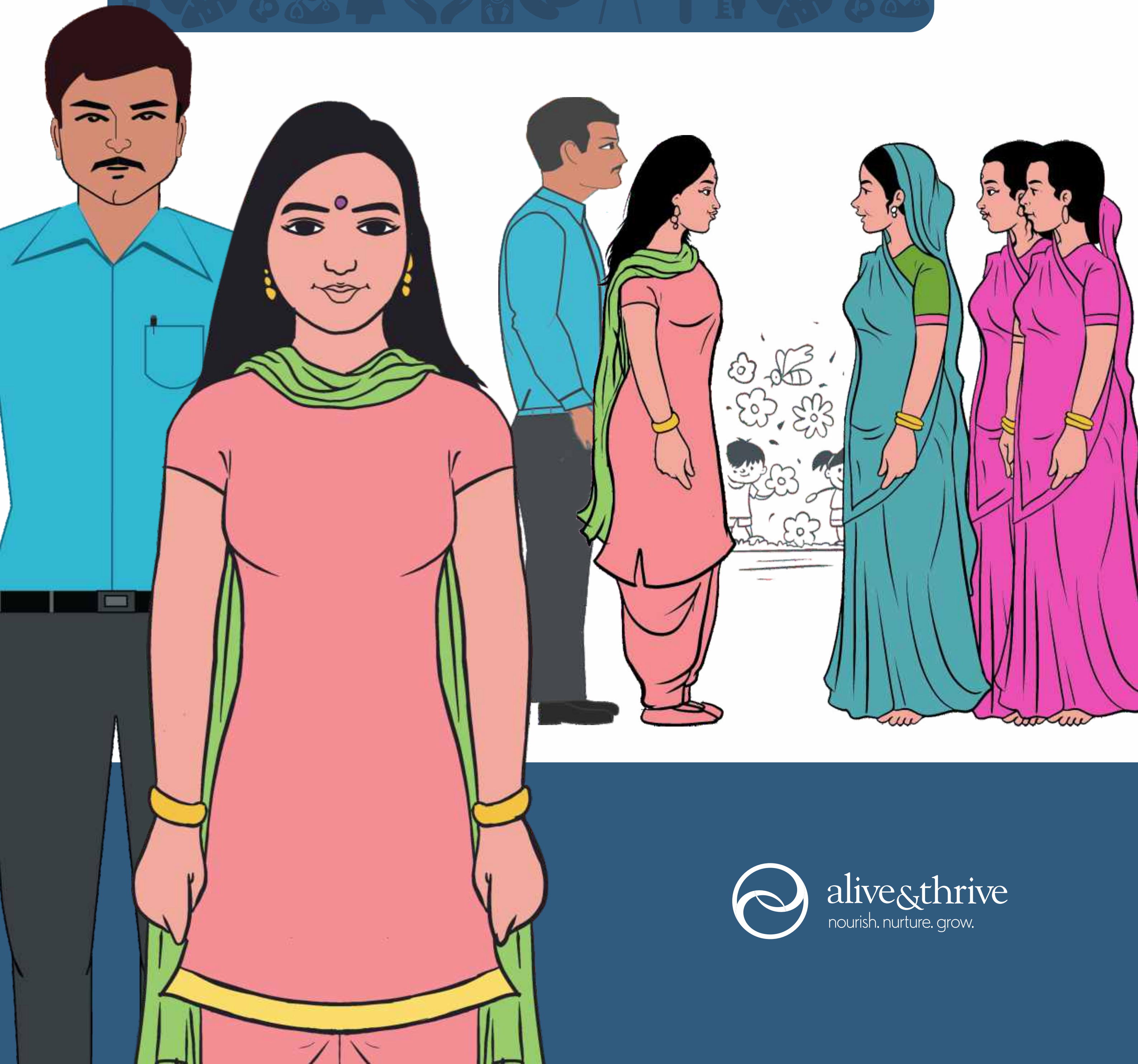
POSHAN Abhiyaan
PM's Overarching Scheme for Holistic Nourishment
सही पोषण - देश रोशन

Towards a new dawn
महिला एवं बाल विकास विभाग
उत्तर प्रदेश

सीडीपीओ द्वारा सहयोगात्मक पर्यवेक्षण प्रदान करने के लिये

संदर्भ पुस्तिका

सहयोग
Supportive Supervision



alive&thrive
nourish. nurture. grow.

सन्देश

महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा चलाये जाने वाले एकीकृत बाल विकास योजना (आईसीडीएस) एक महत्वपूर्ण कार्यक्रम है, जिसका उद्देश्य बच्चों व महिलाओं की पोषण और स्वास्थ्य को बेह्तर बनाना है। प्रदेश की आंगनवाड़ी कार्यकत्री, मुख्य सेविका और सीडीपीओ द्वारा प्रदत्त की जा रही पोषण सेवाओं की समुदाय में मांग तभी बढ़ेगी जब आंगनवाड़ी कार्यकत्री और मुख्य सेविका अपने कार्य को, दक्षता, आत्मविश्वास व सुगमता से करने में सक्षम होंगी।

सहयोगात्मक पर्यवेक्षण पोषण कार्यक्रमों में कार्यकत्रियों और मुख्य सेविका को अपने स्वयं के कार्य प्रदर्शन को लगातार सुधारने में मदद करने की एक प्रकिया है। सहयोगात्मक पर्यवेक्षण द्वारा पोषण कार्यकर्ताओं के प्रदर्शन में सुधार करके गुणवत्तापूर्ण सेवाएँ प्रदान करने के लिए सक्षम बनाया जाता है। सहयोगात्मक पर्यवेक्षण, पर्यवेक्षकों और कार्यकत्रियों के बीच दोतरफा संचार (बातचीत) को प्रोत्साहित करने की प्रक्रिया है जिससे की उनके अंदर आत्मविश्वास पैदा होता है।

सहयोगात्मक पर्यवेक्षण, पोषण एवं स्वास्थ्य कार्यक्रमों में योगदान देने वाली कार्यकत्रियों और मुख्य सेविका को प्रभावी ढंग से समस्याओं की पहचान करने और उन्हें सुलझाने, टीम के साथ मिलकर काम करने, नेतृत्व प्रदान करने, और अपने खुद के परफार्मेंस की निगरानी करने और उसमें सुधार करने के लिए सशक्त बनाता है। आईसीडीएस कार्यक्रम में एक प्रभावी सहयोगात्मक पर्यवेक्षण प्रणाली उपलब्ध होने से आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों द्वारा प्रदान की जाने वाली सेवाओं की गुणवत्ता में सुधार करने में मदद मिल सकती है। इस प्रकार लाभार्थियों को बेहतर स्वास्थ्य और पोषण सेवाएं प्रदान की जा सकती है।

सहयोगात्मक पर्येवेक्षण की प्रक्रिया को सुदृढ़ करने के लिए 'सहयोग' नाम से एक सरल, उपयोग में आसान, मोबाइल आधारित ऐप भी विकसित किया गया है। सहयोगात्मक पर्येवेक्षण की प्रक्रिया एवं ऐप के सही उपयोग को सुनिश्चित करने के लिए मुख्य सेविका एवं सीडीपीओ के प्रशिक्षण के लिए प्रशिक्षण मैनुअल और सन्दर्भ पुस्तिका बनाया गया है। इस प्रशिक्षण मैनुअल और सन्दर्भ पुस्तिका को बाल विकास सेवा एवं पुष्टाहार विभाग के अधिकारीयों के साथ अलाइव एंड थ्राइव के तकनीकी सहयोग से विकसित किया गया है जिसके लिए मैं उनकी आभारी हूँ।

मैं आशा करती हूँ कि इस प्रशिक्षण मैनुअल और सन्दर्भ पुस्तिका को प्रयोग करके हमारी मुख्य सेविका और सीडीपीओ अपने अधीनस्थों को बेहतर तरीके से सहयोगात्मक पर्येवेक्षण कर पाएंगे जिससे हमारी आंगनवाड़ी कार्यकत्री लाभार्थियों को प्रदान की जाने वाली पोषण सेवाएं की गुणवत्ता मे सुधार लाया जा सके।

अनामिका सिंह
सचिव,
महिला एवं बाल विकास विभाग,
उत्तर प्रदेश

सन्देश

एकीकृत बाल विकास परियोजना (आईसीडीएस) केंद्र सरकार एवं राज्य सरकार द्वारा चलायी जाने वाली सबसे बड़ी परियोजनाओं में से एक है। इसके अंतर्गत समुदाय को पोषण, शाला पूर्व शिक्षा, अनुपूरक पोषाहार, टीकाकरण और स्वास्थ्य जांच सम्बन्धी सेवायें प्रदान की जाती हैं जिससे बच्चों एवं महिलाओं का वर्तमान व भविष्य सुरक्षित, स्वस्थ व सुपोषित बना रहे। आईसीडीएस के अंतर्गत आंगनवाड़ी कार्यकत्री गांव में समुदाय के लिए कार्य करती है और उसे दैनिक कार्यों में मार्गदर्शन और सहयोग प्रदान करने के लिए सेक्टर स्तर पर मुख्य सेविका और परियोजना स्तर पर सीडीपीओ होते हैं।

किसी भी कार्य को कुशलतापूर्वक सम्पादित करने के लिए उस कार्य से सम्बंधित ज्ञान और कौशल का होना बहुत आवश्यक है। किसी भी स्तर पर कार्य करने वाले कार्यकर्ताओं में ज्ञान और कौशल को बढ़ाने में सहयोगात्मक पर्यवेक्षण का बहुत महत्त्व है। पर्यवेक्षक (सीडीपीओ/मुख्य सेविका) अपने पर्यवेक्षियों (मुख्य सेविका/आंगनवाड़ी कार्यकत्री) को सहायता करने के लिए सहयोगात्मक पर्यवेक्षण के माध्यम से समुदाय स्तर पर दी जाने वाली पोषण सेवाओं में सुधार कर सकते हैं।

सहयोगात्मक पर्यवेक्षण, पोषण एवं स्वास्थ्य कार्यक्रमों में योगदान देने वाली आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों को प्रभावी ढंग से समस्याओं की पहचान करने और उन्हें सुलझाने, टीम के साथ मिलकर काम करने, नेतृत्व प्रदान करने, और अपने खुद के परफार्मेंस की निगरानी करने और उसमें सुधार करने के लिए सशक्त बनाता है। सहयोगात्मक पर्यवेक्षण की प्रक्रिया को सुदृढ़ करने के लिए 'सहयोग' नाम से एक सरल, उपयोग में आसान, मोबाइल आधारित ऐप भी विकसित किया गया है। सहयोगात्मक पर्यवेक्षण की प्रक्रिया एवं ऐप के सही उपयोग को सुनिश्चित करने के लिए मुख्य सेविका एवं सीडीपीओ के प्रशिक्षण के लिए प्रशिक्षण मैनुअल/सन्दर्भ पुस्तिका बनाया गया है। इस प्रशिक्षण मैनुअल/सन्दर्भ पुस्तिका को बाल विकास सेवा एवं पुष्टाहार विभाग के अधिकारीयों के साथ अलाइव एंड थ्राइव के तकनीकी सहयोग से विकसित किया गया है जिसके लिए मैं उनकी आभारी हूँ।

मैं आशा करती हूँ कि इस प्रशिक्षण मैनुअल/सन्दर्भ पुस्तिका को प्रयोग करके हमारी मुख्य सेविका और सीडीपीओ अपने अपने अधीनस्थों का सहयोगात्मक पर्यवेक्षण कर पाएंगे जिससे हमारी आंगनवाड़ी कार्यकत्री, विभाग द्वारा लाभार्थियों को प्रदान की जाने वाली स्वास्थ्य और पोषण सेवाएं को समुदाय तक प्रभावी तरीके से पहुंचा सके।

डा. सारिका मोहन
निदेशक,
बाल विकास सेवा एवं पुष्टाहार,
उत्तर प्रदेश

विषय सूची

अनुभाग 1
परिचय 06

अनुभाग 2
मुख्य सेविका की जिम्मेदारियों व कार्यों को समझना 08

अनुभाग 3
सहयोगात्मक पर्यवेक्षण क्या है तथा यह सीडीपीओ को मुख्य सेविका की मदद करने में कैसे सहयोग कर सकता है 10

अनुभाग 4
प्रभावी समीक्षा बैठक का संचालन कैसे करें 15

अनुभाग 5
आंगनवाड़ी कार्यकत्री व मुख्य सेविकाओं के पास उपलब्ध सूचनाओं/डेटा का बेहतर इस्तेमाल कैसे करें 16

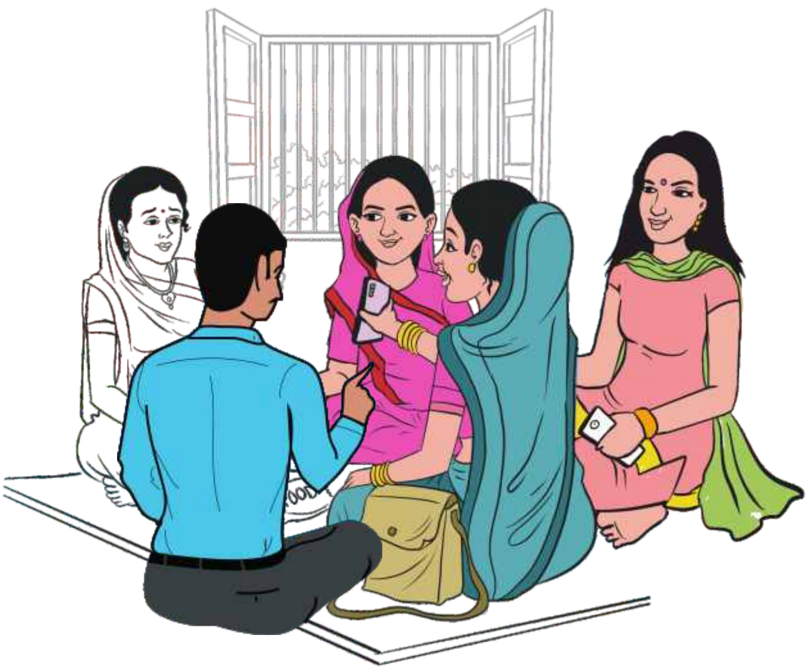
अनुभाग 1 परिचय

सीडीपीओ मुख्य सेविका के कार्यो का पर्यवेक्षण करने व उनके कार्यो में उनका मार्गदर्शन करने के लिए जिम्मेदार होते हैं। स्वाभाविक तौर पर सीडीपीओ उनके अन्य कार्य जैसे पोषण सेवाएं और काम की गुणवत्ता के लिए भी जिम्मेदार होते है। यह सन्दर्भ पुस्तिका उत्तर प्रदेश में पोषण सेवाओं की गुणवत्ता को सहायोगात्मक पर्यवेक्षण द्वारा बेहतर बनाने, समीक्षा को प्रभावी बनाने तथा डेटा के बेहतर इस्तेमाल करने के लिए बनाया गया है। इस पुस्तिका को सीडीपीओ को सहयोग करने तथा उनमें पर्यवेक्षी कौशल और अपने कर्तव्यों को प्रभावी रूप से करने में मदद करने के लिए बनाया गया है।

सन्दर्भ पुस्तिका के उद्देश्य

यह पुस्तिका सीडीपीओ को सहयोगात्मक पर्यवेक्षण जैसे महत्वपूर्ण कौशल को विकसित करने के लिए बनाया गया है। यह नीचे दिए गए सिद्धांतों पर केन्द्रित है।

- सलाह, शिक्षण तथा प्रेरित करना
- संयुक्त तौर पर समस्या का समाधान करना
- बेहतर तरीके से डेटा का प्रयोग करना



एक सीडीपीओ के तौर पर आप इस पुस्तिका को निम्नलिखित के लिए इस्तेमाल कर सकते हैं

01 सहयोगात्मक पर्यवेक्षण के सिद्धातों से परिचित होने के लिए

02 मुख्य सेविकाओं को सलाह तथा प्रशिक्षण देने के लिए

03 मुख्य सेविकाओं को प्रेरित करने तथा कौशल विकास को बेहतर बनाने में प्रोत्साहित करने के लिए

04 अपने अंतर्व्यक्ति संचार के कौशल को बेहतर बनाने तथा मुख्य सेविकाओं का आंकलन करने के लिए

05 सामुदायिक कार्यक्रमों तथा गृह भ्रमण में परामर्श देने जैसी सेवाओं की गुणवत्ता का आंकलन करने के लिए

06 डेटा का बेहतर उपयोग करने तथा निर्णय लेने के लिए

सीडीपीओ द्वारा इस पुस्तिका को प्रयोग करने के तरीके

आपको सलाह दी जाती है की आप इस पुस्तिका को सहयोगात्मक पर्यवेक्षण के लिए सन्दर्भ सामग्री की तरह इस्तेमाल करें। इस पुस्तिका के हर भाग को पढ़े और जब आवश्यक लगे तो किसी भी भाग को दुबारा पढें। आप इसको सहयोगात्मक पर्यवेक्षण के लिए अपना मूल्यांकन करने के लिए समय समय पर प्रयोग कर सकते हैं ।

स्व: मुल्यांकन करने के लिए आप अपने आप से नीचे दिए गए प्रश्न पूछ सकते हैं।

01 आपके अनुसार सहयोगात्मक पर्यवेक्षण क्या है?

02 आपके अनुसार सहयोगात्मक पर्यवेक्षण का क्या उद्देश्य है?

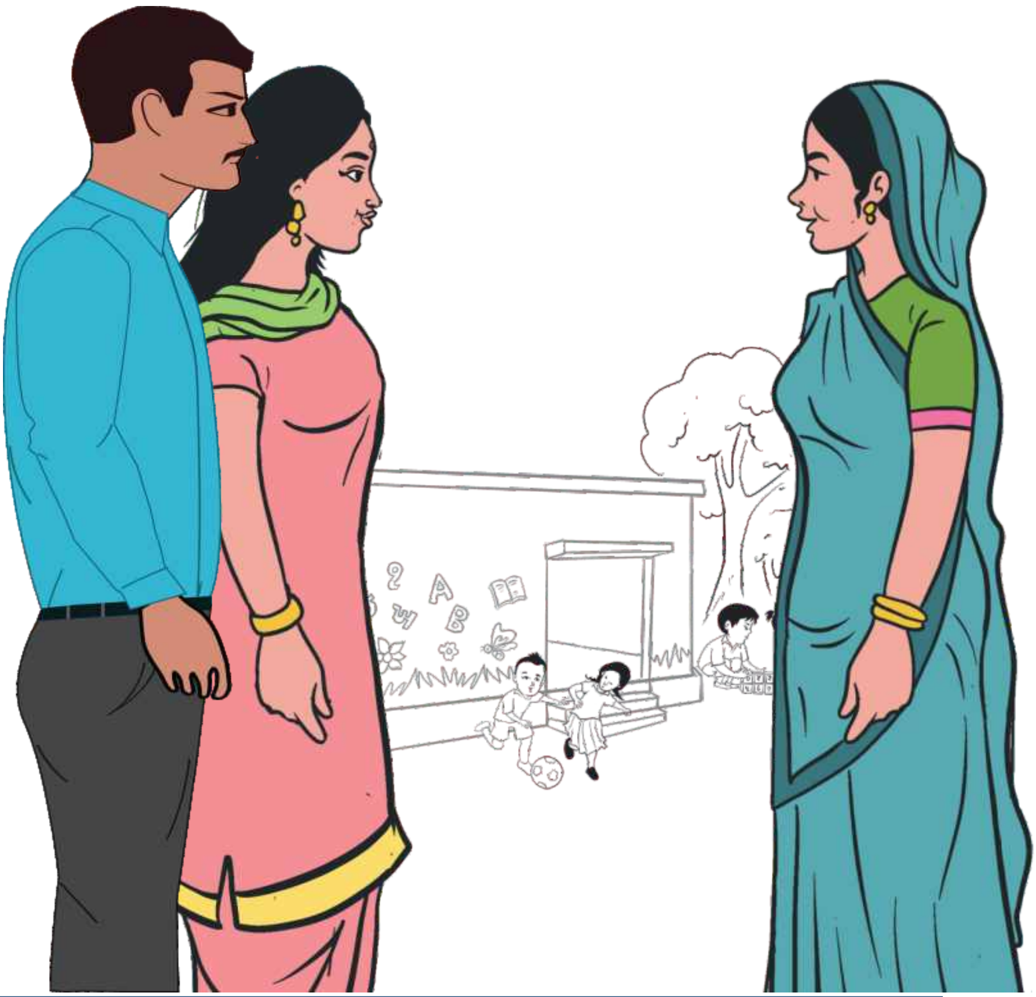
03 आप अपने भ्रमण की योजना कैसे बनाते हैं?

04 अपने पिछले भ्रमण के दौरान आपने कौन सी तीन गतिविधियों का अवलोकन किया?

05 अपने भ्रमण के दौरान जिन गतिविधियों का आपने अवलोकन किया उनके लिए आपने कौन सी प्रक्रिया को अपनाया?

इस पुस्तिका को पढ़ने से पहले इन प्रश्नों के उत्तरों पर विचार करें। क्षमता निर्माण पूरी होने के बाद या पुस्तिका को पढने के बाद इन प्रश्नों को स्वयं से पूछे।

- क्या मेरी समझ में सहयोगात्मक पर्यवेक्षण को लेकर कोई बदलाव आया है?
- क्या मैं अपने भ्रमण से पहले कुछ भिन्न कर सकता था / सकती थी?
- क्या जिन मुद्दो का मैने अवलोकन किया था उसके लिए मैं और बेहतर कार्य कर सकता था / सकती थी?



अनुभाग 2 मुख्य सेविका की जिम्मेदारीयों व कार्यो को समझना

योजना

मुख्य सेविका को गृह भ्रमण, ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता एवं पोषण दिवस, पूर्व बाल्यावस्था देखभाल एवं शिक्षा व समुदाय आधरित कार्यक्रमों के पहले क्या कार्य करने चाहिए, इसको समझने के लिए इस भाग का प्रयोग करें

- आंगनवाड़ी कार्यकत्री को गॉवों की आवश्यकताओं की पहचान करके अपनी योजना बनाने में सहयोग करना।
- आंगनवाड़ी केन्द्रों में पोषण पूरक कार्यक्रम के अंतर्गत मिलने वाली आवश्यक सामग्री के सूची का संकलन करना।

समन्वय

मुख्य सेविका को विभिन्न सेवा प्रदाताओं के बीच किस प्रकार समन्वय स्थापित कर के कार्य करना है, इसको समझने के लिए इस भाग का प्रयोग करे

- गॉव स्तर पर आशा, एएनएम व अन्य सेवा प्रदाताओं के बीच समन्वय व जुड़ाव सुनिश्चित करना।
- एकीकृत बाल विकास सेवाओं व समुदायक बैठकों के द्वारा दिए गए फीडबैक को एकत्रित करना।
- सीडीपीओ के साथ समन्वय स्थापित कर क्षेत्र में आने वाली कमियों की पहचान करना व कार्यक्रमों का क्रियान्वयन तथा निगरानी रखना।
- समुदाय में होने वाले कार्यक्रमों का पर्यवेक्षण करना व समुदाय को कार्यक्रमों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करना।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के क्षेत्र में मासिक बैठक का आयोजन करना।

क्रियान्वयन

मुख्य सेविका को अपने क्षेत्र में कौन से मुख्य कार्य करने होते है, इसको समझने के लिए इस भाग का प्रयोग करें

- प्रत्येक आंगनवाड़ी केन्द्र पर माह में एक बार भ्रमण करना।
- उनके द्वारा किये गए सर्वेक्षण की जांच करना।
- पोषण पूरक कार्यक्रम की गुणवत्ता की जांच करना करना।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री व लाभार्थियों के साथ बातचीत करना।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री को वृद्धि की निगरानी का रिकॉर्ड रखने में सहयोग करना।
- प्रचार से सम्बंधित गतिविधियों, प्री स्कूल लर्निग सेशंस, प्री स्कूल में शिक्षण समग्री व आंगनवाड़ी केन्द्रों में दिए जाने वाले उपकरणों की उपलब्धता की जांच करना।
- पोषण कार्यक्रम की हर बस्ती में पहुँच सुनिश्चित करने के लिए आंगनवाड़ी कार्यकत्री का सहयोग करना।
- सामुदायिक आधरित कार्यक्रम, मासिक बैठक की रिपोर्ट्स की समीक्षा करना (आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा लिखी गयी मासिक प्रगति रिपोर्ट)।
- अत्यधिक कम वजन वाले बच्चों को रेफर करना।।
- अपने कार्यकत्रियों के लिए शिकायत निवारण प्रणाली को स्थापित करना।

अनुश्रवण व मुल्यांकन

मुख्य सेविका को किस प्रकार पर्यवेक्षण का कार्य करना चाहिए, इसको समझने के लिए इस भाग का प्रयोग करें

- आंगनवाड़ी केन्द्रों में की जानेवाली गतिविधियों का अनुश्रवण व पर्यवेक्षण करना।
- गर्भवती व धात्री माताओं के परामर्श हेतु किये जाने वाले गृह भ्रमण का अनुश्रवण करना। बच्चों के परिवारों में स्वास्थ्य और पोषण सम्बंधित मुद्‌दों पर गृह भ्रमण के दौरान परामर्श देने का अनुश्रवण करना।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा बनाई गयी अनुश्रवण रिपोट्‌र्स का संकलन करना और फीडबैक को साझा करना।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री व एएनएम की गतिविधियों और कार्यक्रमों में भागीदारी का अवलोकन करना, पंचायत सदस्यों से समुदाय आधारित कार्यक्रमों में सहयोग की अनुरोध करना।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा भरे जाने वाले रजिस्टर की जांच करना, सामग्रीयों की सप्लाई में कमी को देखना और सीडीपीओ को सूचित करना।
- आंगनवाड़ी केन्द्रों के कामकाज में नियमितता का अनुश्रवण करना।

संस्थागत और प्रशासनिक गतिविधियाँ

मुख्य सेविका को कौन से प्रशासनिक व रेफरल कार्य करना चाहिए, इसको समझने के लिए इस भाग का प्रयोग करें

- क्षेत्र में आंगनवाड़ी केन्द्रों के साथ समन्वय स्थापित करना।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री के प्रशासनिक अभिलेखों का रख रखाव करना।
- रिपोट्‌र्स को निर्धारित समय पर पूरा करके सीडीपीओ को भेजना।

सामुदायिक आधारित कार्यक्रम

(इस भाग का प्रयोग यह समझने के लिए करें कि क्या मुख्य सेविका विभिन्न सामुदायिक आधारित कार्यक्रमों का आयोजन, आंगनवाड़ी कार्यकत्री और लाभार्थियों को परामर्श देने में अपनी भूमिका निभा रहीं हैं)

- आंगनवाड़ी कार्यकत्री को सामुदायिक आधारित कार्यक्रमों के आयोजन जैसे गोद भराई दिवस, अन्नप्राशन दिवस, सुपोषण दिवस, वजन दिवस, वाश दिवस और किशोरी दिवस में अन्य सेवा प्रदाताओं के साथ मिलकर सक्रियता से सहयोग करना।
- सामुदायिक आधारित कार्यक्रमों में लाभार्थियों की उपस्थिति सुनिश्चित करना।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा आयोजित सामुदायिक आधारित कार्यक्रमों में लाभार्थियों को परामर्श मिलना व यह सुनिश्चित करना की सभी प्रमुख सन्देश उन तक पहूँचें।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा आयोजित प्रत्येक सामुदायिक आधारित कार्यक्रम की रिपोर्ट की समीक्षा मासिक समीक्षा बैठक में करना।
  - गर्भवती महिला
  - धात्री माता
  - 6 से 24 माह के बच्चों की माताएं.
  - महिला का पति और सास
  - नवजात और छोटे बच्चों के पिता व परिवार के सदस्य

अनुभाग 3

सहयोगात्मक पर्यवेक्षण क्या है तथा यह सीडीपीओ को मुख्य सेविका की मदद करने में कैसे सहयोग कर सकता है

मुख्य सेविका की कई जिम्मेदारियां होती हैं। वह अन्य कार्यों के साथ सुनिश्चित संख्या में आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के साथ भी कार्य करती हैं। उनको अपने क्षेत्र में गतिविधियाँ या कार्यक्रम कराने में आपके सहयोग की आवश्यकता होती है। मुख्य सेविका जो प्रशिक्षण में सीखती हैं तथा जो कार्य उनको क्षेत्र में करने होते हैं उनके बीच काफी अंतर होता है। एक पर्यवेक्षक के तौर पर आप मुख्य सेविका को प्रशिक्षण के दौरान सीखे गए कार्य व क्षेत्र में किये जाने वाले कार्यों के बीच सामंजस्य को बनाये रखने मे मदद सकते हैं। इसके साथ ही आप मुख्य सेविका द्वारा किये गए कार्यों की समीक्षा और अनुश्रवण करके उनको बेहतर कार्य करने के लिए, फीडबैक प्रदान कर सकते हैं।

मुख्य सेविका द्वारा सामना किये जाने वाली चुनौतियाँ

- तकनीकी शिक्षा और ज्ञान की कमी
- बुनियादी सुविधाओं में कमी
- अपर्याप्त सीखने का माहौल
- कार्यकाल के दौरान प्रशिक्षण में कमी
- अत्यधिक कागजी कारवाई व रिकॉर्ड रखना
- अत्यधिक काम का बोझ
- समय का अभाव
- कार्यकाल के दौरान निराश कर देने वाली परिस्थितियां
- आवश्यकताओं की उपलब्धता व पहुँच में चुनौतियाँ

मैं एक मुख्य सेविका हूँ। मैं अपने सीडीपीओ से क्या अपेक्षा करती हूँ?

- मेरे साथ नियमित तौर पर संपर्क में रहें।
- मुझे सकरात्मक तरीकों से सहयोग प्रदान करें।
- मुझे मासिक कार्य योजना तथा रिपोर्ट्स बनाने में मार्ग दर्शन करें।
- क्षेत्र में आने वाली चुनौतियों को समझें।
- मुद्दों की पहचान व उनके निवारण में मेरा सहयोग करें।
- मेरी आवश्यकताओं की समय पर पूर्ति करें।
- मुझे कार्य के दौरान प्रशिक्षण दें।
- सलाह देते समय विस्तृत चर्चा करें।
- क्रियान्वयन के दौरान आने वाली चुनौतियों का साथ मिलकर समाधान करें।
- मेरे द्वारा किये गए समुदाय के बीच अच्छे कार्यक्रमों की सराहना करें तथा मेरा मनोबल बढ़ाएं।

सीडीपीओ की मुख्य सेविका के प्रति क्या मुख्य भूमिका तथा जिम्मेदारी होती है?

योजना

- मुख्य सेविका को एकीकृत बाल विकास सेवाओं के विभिन्न गतिविधियों की योजना बनाने व उनके क्रियान्वयन में मार्गदर्शन करना।
- ब्लाक में बच्चों की आवश्यकताओं की पूर्ति व कार्यक्रम का क्रियान्वयन तथा निगरानी करने के लिए योजना बनाना और मुख्य सेविका से इस पर आवश्यक सुझाव प्राप्त करना।
- मुख्य सेविका द्वारा पोषण पूरक कार्यक्रम के अंतर्गत मिलने वाली आवश्यक सामग्री के मांगपत्र का संकलन करना।
- आवश्यक पोषण पूरक सामग्री की उपलब्धता समय पर हो ये सुनिश्चित करना। यह देखना की यातायात तथा अन्य सुविधाएँ आवश्यकता अनुसार उपलब्ध हों।

फैसिलिटेशन व समन्वय

- हर माह, मुख्य सेविका के साथ निर्धारित संख्या का क्षेत्र भ्रमण पूरा करना।
- आंगनवाड़ी केन्द्रों पर बेहतर तरीके से कार्य हो इसके लिए मुख्य सेविका को आंगनवाड़ी कार्यकत्री से आपूर्ति, सेवाओं का आंकलन व अन्य कार्यों का डेटा लेने में मार्गदर्शन करना
- मुख्य सेविका को शिक्षित करना ताकि वह समुदाय आधारित कार्यक्रमों का आयोजन अपने कार्य क्षेत्र में प्रभावी ढंग से करवा सके।
- विभिन्न एकीकृत बाल विकास सेवाओं के क्रियान्वयन के लिए सम्बंधित विभागों के साथ समन्वय स्थापित करना।
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री के साथ डाटा अधारित प्रभावी समीक्षा बैठक का आयोजन करने में सहयोग करना।

अनुश्रवण व समीक्षा

- मुख्य सेविका द्वारा जमा की गयी रिपोर्ट्स को संकलित करना और फीडबैक देना।
- ब्लाक स्तर पर होने वाले समस्त कार्यक्रमों के क्रियान्वयन की समीक्षा करना व कमियों का पता लगाना।
- पहचाने गए मुद्दों का निवारण करना और आवश्यकता अनुसार उनको आगे बढ़ाना।

आप एक अच्छे पर्यवेक्षक कैसे बन सकते हैं?

आप मुख्य सेविका को सहयोगात्मक पर्यवेक्षण में सहयोग कर सकते हैं। सहयोगात्मक पर्यवेक्षण पुलिसिंग या पारंपरिक पर्यवेक्षण से अलग होता है। यह भाग आपको कुछ ऐसे कार्यों का सुझाव देगा जिसको अपनाकर आप एक अच्छे पर्यवेक्षक बन सकतें हैं।

सयुक्त तौर पर समस्याओं का समाधान करने की योजना बनाना, सहानुभूति के साथ समाधान में शामिल होना

- मुख्य सेविका के साथ बैठक में शामिल होने से पहले योजना बनायें और तैयारी करें।
- आंगनवाड़ी केन्द्रों के भ्रमण व गृहभ्रमण के दौरान प्रशिक्षण दें।
- मुख्य सेविका द्वारा सामना करने वाले मुद्दे और चुनौतियों को समझने की कोशिश करें।
- मुख्य सेविका द्वारा पहचाने गए मुद्दों का समाधान करने में सहयोग करें और आवश्यकता पड़ने पर उच्च स्तर तक मुद्दे को पहुचाएं।

कोचिंग, प्रोत्साहन तथा सलाह देना है ना की पुलिसिंग करना

कोचिंग क्या है?

प्रोत्साहन, रचनात्मक फीडबैक तथा अभ्यास के द्वारा कार्य में सुधार लाने की सहायक प्रक्रिया को कोचिंग कहते है । यह प्रशिक्षण देने का एक नजरिया है जो सकरात्मक दृष्टिकोण के साथ व्यक्ति के कार्य करने की क्षमता को बढ़ाता है।

मेंटरिंग क्या है?

लम्बे समय तक सहयोग, मदद अथवा सलाह देने को मेंटरिंग कहते है।

प्रेरित करना क्या होता है ?

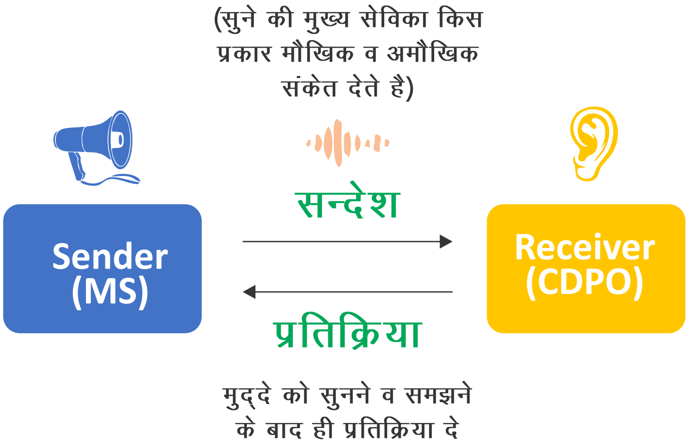
अभिप्रेरण या प्रेरित करने का मतलब सकारात्मक तरीके से पर्यवेक्षकों का मनोबल बढ़ाना है।

आप किस प्रकार कोचिंग, प्रेरित और मेंटर कर सकते हैं ?

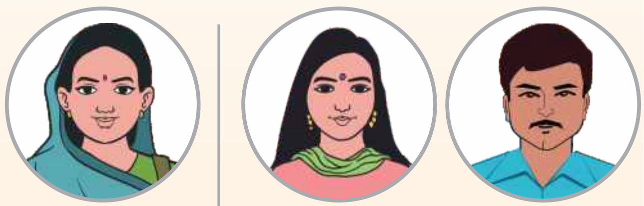
- मुख्य सेविका को कार्य के दौरान प्रशिक्षण देकर
- मुख्य सेविका को अच्छा कार्य करने पर धन्यवाद बोलकर
- मुख्य सेविका के साथ बैठक का समय निर्धारित कर उनके साथ समय बिताकर
- मुख्य सेविका को उनके कार्य के लिए नियमित और विशेष मुद्दों पर फीडबैक देकर निर्णय लेने में उनकी प्रतिभागिता कराकर
- अच्छे कार्यकर्ताओं की पहचान कर उन्हें सराहकर
- मुख्य सेविका को निर्णय लेने में शामिल कराकर
- मुख्य सेविका को दिखाकर की आप किस तरह उनके कार्य से सम्बंधित लक्ष्य को पूरा करने में उनका सहयोग कर सकतें हैं
- एक खुला विश्वास पूर्ण माहौल बनाकर

प्रभावी अंतर्व्यक्ति (IPC) कौशल विकसित करना

प्रभावी अंतर्व्यक्ति कौशल क्या है?



प्रभावी अंतर्व्यक्ति संचार कौशल के लिए ध्यान देने योग्य बिन्दुओं में से एक यह है की यह दो तरफा प्रक्रिया है



अंतर्व्यक्ति संचार कौशल (Inter Personal Communication) वह है जिसे रोजमर्रा की बातचीत में प्रयोग किया जाता है।

एक पर्यवेक्षक होने के नाते आप अंतर्व्यक्तिक संचार कौशल (IPC) को हर बार मुख्य सेविका के साथ बातचीत करते समय उपयोग करते है।

(मुद्दे को सुनने व समझने के बाद ही फीडबैक दे)

अंतर्व्यक्ति संचार कौशल को मुख्य सेविका के साथ बातचीत करते समय प्रभावी रूप से कैसे प्रयोग कर सकते हैं?

ध्यानपूर्वक सुने

- बोलने वाले को बीच में न रोकें
- सभी का सम्मान करें
- ध्यान से सुने
- अपनी समझ विकसित करने के लिए सुने
- विचारों व समस्याओं के निवारण हेतु सचेत रहें
- अपनी भावनाओं को संतुलित रखें
- मौखिक व अमौखिक संकेतों से बताएं की आप सुन रहे हैं

अमौखिक संकेतों का प्रयोग करना

- बोलने वाले की तरफ ध्यान से देखते हुए सुने
- बोलने वाले की तरफ झुक कर रूचि दिखायें
- सर हिलायें
- चेहरे के भाव से ऐसा ना जताएं जैसे कि आप उनकी बातों में रूचि नहीं ले रहें हैं

प्रश्न पूछें व प्रश्न पूछने के लिए प्रोत्साहित करें

- स्पष्टता के लिए प्रश्न पूछें
- बहस ना करें
- मुख्य सेविका को प्रश्न पूछने के लिए प्रेरित करें

मुख्य सेविका का अवलोकन करें और आवश्यकता अनुसार हस्तक्षेप करें

- मुख्य सेविका की अंतर्व्यक्ति संचार कौशल का अवलोकन करें
- देखें कि क्या वह उपयुक्त जानकारी दे रही है
- यदि आपको लगे कि मुख्य सेविका गलत जानकारी दे रही है तो सम्मानित तरीके से हस्तक्षेप करें

अनुभाग 4 प्रभावी समीक्षा बैठक का संचालन कैसे करें

समीक्षा बैठक की योजना बनायें

- मसिक समीक्षा बैठक के नोट्स को ध्यान से देखें
- जिन मुद्दों पर बात करनी है उनको अंकित करें, कार्यावली को पहले से बनाये और उसे मुख्य सेविका के साथ साझा करें

बैठक आयोजित करते समय

- सुनिश्चित कर लें की बैठक में सब उपस्थित हैं
- बैठक के एजेंडा पर चर्चा करें
- जब मुख्य सेविका को बोलने का मौका मिले तो दो तरफा संचार का मौका दें
- क्षेत्रीय भ्रमण के दौरान एकत्र की गई जानकारी के आधार पर मुख्य पांच बिन्दुओं की समीक्षा करें
- सुधारात्मक कार्य की शुरुआत करें
- समस्या का निवारण करने की कोशिश करें या उसे आवश्यकतानुसार उच्च स्तर पर पहुचाएं

बैठक के बाद

- मुख्य सेविका के साथ बैठक की कार्यवाही को साझा करें
- जिला कार्यक्रम अधिकारी के साथ बैठक की कार्यवाही को साझा करें
- सुधारात्मक कार्यवाही का फॉलोअप करें

अनुभाग 5

आंगनवाड़ी कार्यकत्री व मुख्य सेविकाओं के पास उपलब्ध सूचनाओं/डेटा का बेहतर इस्तेमाल कैसे करें

डेटा का बेहतर उपयोग एक सरल सिद्धांत हैं। आप अपने रोजमर्रा के कार्यों में इसे प्रयोग करने के लिए नीचे दिए गए बिन्दुओं का उपयोग कर सकते हैं।

- प्रश्न पूछकर व अवलोकन करके डेटा को ध्यानपूर्वक एकत्र करें
- हमेशा सही डेटा को रिपोर्ट करें
- मुख्य सेविका को सही डेटा एकत्र करने के लिए प्रेरित करें
- उपलब्ध डेटा व जानकारी निचे दिए गए बिन्दुओं के माध्यम से लें
  - आंगनवाड़ी केन्द्रों का भ्रमण
  - सामुदायिक आधारित कार्यक्रम
  - गृह भ्रमण
- जिनका पर्यवेक्षण करें उनसे समस्याओं को समझने के लिए बातचीत करें
- समस्याओं को चिन्हित करने के बाद मुख्य सेविका के साथ मिल कर उसका निवारण करें
- यदि समस्या का निवारण आपके स्तर पर ना हो पाए तो अपने पर्यवेक्षक को बताएं
- डेटा का बेहतर प्रयोग आपको सशक्त बनाता है और साथ में आप जिनका पर्यवेक्षण करते हैं उनके कार्य को बेहतर बनाता है

सहयोग (सहयोगात्मक पर्यवेक्षण) ऐप का प्रयोग कैसे करें ?

सहयोग ऐप एक सरल, उपयोग मे आसान, उपयोगकर्ता के अनुकूल मोबाइल आधारित ऐप है। इस ऐप को आपको विभिन्न कार्य और सहयोगात्मक पर्यवेक्षण को आसान और प्रभावी करने के लिए बनाया गया है। इस अनुभाग में ऐप की प्रमुख विशेषताओं को दिखाया गया है। इस ऐप में यह भी समझाया गया है कि आप क्षेत्रीय भ्रमण के दौरान कैसे इसका उपयोग कर सकते हैं।

ऐप की प्रमुख विशेषताएं

मासिक कार्य योजना बनाने के लिए

मासिक कार्य योजना बनाने के लिये निचे दिए गए प्रावधान हैं:–

- विभिन्न मुख्य सेविकाओं एवम आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के साथ भेंट करने के लिए दिनांक के साथ योजना बनाना
- आंगनवाड़ी केन्द्रों और समुदाय आधारित कार्यक्रमों में जाने के लिए दिनांक के साथ योजना बनाना
- दिनांक आधारित योजनाओं के अनुसार अनुस्मारक **(alert)** व सूचनाएं

यह आपके लिए उपयोगी कैसे है ?

- आप अपनी मासिक क्षेत्रीय भ्रमण की योजना पहले से बना सकते हैं और उसको तुरंत एक क्लिक में देख सकते हैं
- दिनाकों की गड़बड़ी व उससे आने वाली परेशानियों को टाल सकते हैं
- ऐप के द्वारा मिले अनुस्मारको से आप अपने भ्रमण की योजनाओं को याद रख सकते हैं

एसाइन्ड मुख्य सेविका टैब

इस टैब के द्वारा आप अपने नीचे कार्य करने वाले एसाइन्ड मुख्य सेविका की सूची को देख सकते हैं

यह आपके लिए उपयोगी कैसे है ?

- आप अपने नीचे कार्य करने वाली मुख्य सेविकाओं की सूची इस ऐप के माध्यम से देख सकते हैं

चेकलिस्ट

इस ऐप मे क्षेत्रीय भ्रमण के दौरान इस्तेमाल किये जाने वाले अलग अलग तरह के चेकलिस्ट को शामिल किया गया है.

1 बेसिक जानकारी से सम्बंधित चेकलिस्ट एवम आंगनवाड़ी कार्यकत्री के प्रशिक्षण की जानकारी भरनी है।

2 इंफ्रास्ट्रक्चर से सम्बंधित चेकलिस्ट: इस चेकलिस्ट मे आंगनवाड़ी केन्द्रों की व्यवस्था जैसे पीने के पानी, शौचालय, पानी के निकासी कि व्यवस्था कि जानकारी भरनी है। सभी प्रश्नों का जवाब हा या नहीं में भरना है

3 पूर्व बाल्यावस्था देखभाल एवं शिक्षा से सम्बंधित चेकलिस्ट: इस चेकलिस्ट में पूर्व बाल्यावस्था देखभाल सेट अप, सामग्रियों की उपलब्धता एवम प्रयोग, संचालन की जानकारी भरनी है। सभी प्रश्नों का जवाब हा या नहीं में भरना है

4 अनुपूरक पोषण कार्यक्रम से सम्बंधित चेकलिस्ट

5 वृद्धि निगरानी से सम्बंधित चेकलिस्ट

क. उपयुक्त उत्तरों को दर्ज करने के लिए प्रश्न

ख. नीचे दिए गए बिन्दुओं को दर्ज करने के लिए प्रश्न

a. आंगनवाड़ी केंद्र पर वृद्धि की निगरानी करने वाले उपकरणों की स्थिति

b. आंगनवाड़ी केंद्र पर गर्भवती महिला व बच्चों के वजन लेने की स्थिति

c. आंगनवाड़ी केन्द्रों पर कुपोषित बच्चों को चिन्हित करने एवम उनके स्वास्थ्य के जांच की स्थिति

6 गृह भ्रमण से सम्बंधित चेकलिस्ट

क. उपयुक्त उत्तरों को दर्ज करने के लिए बहुविकल्पीय प्रश्न

ख. नीचे दिए गए बिन्दुओं को दर्ज करने के लिए प्रश्न

- मुख्य सेविका व आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा कोविड प्रोटोकोल को अपनाया जा रहा है
- मुख्य सेविका और आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा गर्भवती और धात्री माताओं को, 6 से 36 माह के बच्चों को, और लाल श्रेणी में आने वाले बच्चों को दिए जाने वाले परामर्श की गुणवत्ता
- मुख्य सेविका व आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा गृह भ्रमण के दौरान दिए जाने वाली सेवाओं की गुणवत्ता
- मुख्य सेविका व आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा लिए गए अभिलेख
- सेवाओं के प्रति लाभार्थियों की संतुष्टि

7 समुदाय आधारित कार्यक्रमों से सम्बंधित चेकलिस्ट

क. उपयुक्त उत्तरों को दर्ज करने के लिए बहुविकल्पीय प्रशन

ख. नीचे दिए गए बिन्दुओं को दर्ज करने के लिए प्रश्न

a. मुख्य सेविका व आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा कोविड प्रोटोकोल को अपनाया जा रहा है

b. मुख्य सेविका, आंगनवाड़ी कार्यकत्री, प्रतिभागियों के बीच होनेवाली बातचीत की गुणवत्ता

c. समुदाय आधारित कार्यक्रमों के दौरान दी जानेवाली सेवाओं की गुणवत्ता

d मुख्य सेविका व आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा लिए गए अभिलेख

e. सेवाओं के प्रति लाभार्थियों की संतुष्टि

8 ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता एवं पोषण दिवस सत्र से सम्बंधित चेकलिस्ट

क. उपयुक्त उत्तरों को दर्ज करने के लिए बहुविकल्पीय प्रश्न

ख. नीचे दिए गए बिन्दुओं को दर्ज करने के लिए प्रश्न

a. मुख्य सेविका व आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा कोविड प्रोटोकोल को अपनाया जा रहा है

b. मुख्य सेविका, आंगनवाड़ी कार्यकत्री व प्रतिभागियों के बीच होने वाली बातचीत की गुणवत्ता

c. ग्राम स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस के दौरान दी जाने वाली सेवाओं की गुणवत्ता

d. आंगनवाड़ी केंद्र पर वृद्धि की निगरानी करने वाले उपकरणों की स्थिति

e. आंगनवाड़ी केंद्र पर गर्भवती महिला व बच्चों के वजन लेने की स्थिति

f. आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा गर्भवती महिलाओं तथा धात्री माताओं और छोटे बच्चों की माताओं को परामर्श देने की स्थिति

g मुख्य सेविका व आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा लिए गए अभिलेख की स्थिति

h. सेवाओं के प्रति लाभार्थियों की संतुष्टि

ये आपके लिए उपयोगी कैसे है ?

- अत्यधिक कागजी कार्यवाही करने की जगह आप इस सरल डिजिटल चेकलिस्ट का प्रयोग अवलोकन करने, आंकने व जानकारी को दर्ज, सेवाओं की गुणवत्ता को परखने के लिए कर सकते हैं
- लाभार्थियों की संतुष्टि आंकने के लिए इस चेकलिस्ट का प्रयोग इसका एक अतिरिक्त लाभ है
- क्यूंकि चेकलिस्ट जानकारी और अभिलेखों को दर्ज कर लेती है, आप इसको कभी भी और कहीं से भी देख सकते हैं
- डेटा का रिकॉर्ड आपको प्रभावी समीक्षा बैठक करने में सहयोग करता है

डीब्रीफ सत्र: ऐप में डीब्रीफ सत्र का आयोजन करने के लिए पहले से प्रयोजन है। चेकलिस्ट द्वारा प्रतिक्रियाओं को दर्ज करने के बाद ये आपको सेवाओं से सम्बंधित गुणवत्ता के मुद्दों की पहचान करने और मुख्य सेविका के साथ डीब्रीफ सत्र करके मुद्दों का निवारण करने में सहायक होता है।

ये आपके लिए उपयोगी कैसे है ?

- सेवाओं की गुणवत्ता से सम्बंधित मुद्दों को आप तुरंत पहचान सकते हैं।
- आप मुख्य सेविका द्वारा किये गए अच्छे कार्यों की सराहना कर उन्हें प्रेरित कर सकते हैं।
- कार्य से सम्बंधित कमियों के लिए आप मुख्य सेविका को फीडबैक, सहयोग व उनको शिक्षण दे सकते हैं।
- डीब्रीफ सत्र से सम्बंधित संकेत आपको अपना अंतर्व्यक्तिक संचार कौशल सुधारने में सहायता करते हैं।
- यह आपको अपने मुख्य सेविका के साथ विश्वास व खुलेपन का माहौल बनाने में सहायक होता है।

परफोरमेंस डैशबोर्ड

ऐप में परफोरमेंस डैशबोर्ड का प्रयोग करने के लिए दो टैब दिए गए हैं।

- पर्यवेक्षी कार्य परफोरमेंस टैब (मुख्य सेविका द्वारा किये गए कार्य परफोरमेंस को देखने के लिए)
- आपका कार्य परफोरमेंस टैब (आपके कार्य परफोरमेंस देखने के लिए)

ये आपके लिए उपयोगी कैसे है ?

- आप अपने साथ काम करने वाली मुख्य सेविका के कार्य में प्रगति देखने के लिए इसका प्रयोग कर सकते हैं।
- जो मुख्य सेविका अच्छा प्रदर्शन नहीं कर रहीं, आप उनको उनके कौशल को बेहतर बनाने में सहायता कर सकते हैं।
- आप अपने कार्य प्रदर्शन को जांच सकते हैं, एवम स्व मूल्यांकन कर के आवश्यकतानुसार सुधार ला सकते हैं।

जॉब ऐड: इस ऐप में जॉब ऐड को भी शामिल किया गया है। यह नीचे दिए गए जॉब ऐड के बिंदु हैं ।

- क्षेत्रीय भ्रमण के दौरान सेवाओं की गुणवत्ता का आंकलन करने के लिए सारांश बिंदु
- कार्य से सम्बंधित मुद्दे और उनके बीच की कमियों का अवलोकन करके पहचान करने के लिए सारांश बिंदु
- मुख्य सेविका से साथ चर्चा करने व प्रशिक्षण देने के लिए सारांश बिंदु
- अंर्तवैयक्तिक संचार कौशल को बेहतर बनाने के लिए सारांश बिंदु
- सहयोगात्मक पर्यवेक्षण भ्रमण के दौरान विभिन्न परिदृश्यों का सामना करने पर लिए जाने वाले कदम के लिए सारांश बिंदु
- अपने कार्यों को प्रभावी रूप से व दक्षता से करने के लिए सारांश बिंदु

ये आपके लिए उपयोगी कैसे है ?

- आपको अच्छा मेंटर बनाने में सहायता करता है
- अपने स्तर पर सेवाओं की गुणवत्ता के मुद्दों का निवारण करने में सहायक है या आवश्यकतानुसार आगे ले जाने में सहायता करता है
- आपके कौशल को बढ़ाता है
- क्षेत्रीय स्तर पर आने वाली चुनौतियों पर किस तरह प्रतिक्रियां दें इस पर संकेत देता है

यह संदर्भ पुस्तिका अलाइव एंड थ्राइव के तकनीकी सहयोग से बाल विकास सेवा एवं पुष्टाहार विभाग, उत्तर प्रदेश द्वारा फील्ड स्तर के कार्यकर्ताओं के गुणवत्ता मे सुधार, क्षमता वर्धन तथा निरन्तर प्रोत्साहित करने के लिए सहयोगात्मक पर्यवेक्षण प्रक्रिया को बेह्तर करने के लिये बनाया गया है। इसी क्रम में आईसीडीएस सेवाओं में सहयोगात्मक पर्यवेक्षण की प्रक्रिया को सुदृढ़ करने एवं सुविधाजनक बनाने के लिए 'सहयोग ऐप' विकसित किया गया है। इस पुस्तिका को विशेष रूप से सीडीपीओ के उपयोग के लिए विकसित किया गया है, ताकि वे अपने अधीनस्थों को सहयोग प्रदान कर सकें।

ICDS

उत्तर प्रदेश सरकार

POSHAN Abhiyaan
PM's Overarching Scheme for Holistic Nourishment
सही पोषण - देश रोशन

Towards a new dawn
महिला एवं बाल विकास विभाग
उत्तर प्रदेश