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

आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों को सहयोगात्मक पर्यवेक्षण प्रदान करने के लिये मुख्य सेविका 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
आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों की भूमिका और जिम्मेदारियों को समझें 08

अनुभाग 3
सहयोगात्मक पर्यवेक्षण क्या है और यह आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के क्षमता निर्माण करने में आपकी कैसे मदद कर सकता है 14

अनुभाग 4
एक प्रभावी समीक्षा बैठक कैसे आयोजित करें 18

अनुभाग 5
आंगनवाड़ी कार्यकत्री और मुख्य सेविका के पास उपलब्ध डेटा का बेहतर उपयोग कैसे करें 19

अनुभाग 1 परिचय

आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों द्वारा किए गए कार्यों का पर्यवेक्षण मुख्य सेविकाओं की जिम्मेदारी है। इस प्रकार स्वाभाविक रूप से, मुख्य सेविकायें पोषण सेवाओं की गुणवत्ता सहित सभी पहलुओं की स्वतः ही जिम्मेदार हो जाती हैं।

यह सन्दर्भ पुस्तिका उत्तर प्रदेश में सहयोगात्मक पर्यवेक्षण के माध्यम से विकेन्द्रीकृत निर्णय लेने के लिए पोषण कार्यक्रम के लाभार्थियों तक गुणवत्तापरक पोषण सेवाओं में सुधार हेतु बनाया गया है। इस सन्दर्भ पुस्तिका द्वारा डेटा के उपयोग और समीक्षाओं के सुदृढ़ीकरण करने का प्रयास किया गया है। यह सन्दर्भ पुस्तिका मुख्य सेविकाओं को उनके पर्यवेक्षण कौशल को और बेहतर बनाने और उनके कर्तव्यों का प्रभावी ढंग से निर्वहन करने में सहायता करने के लिए विकसित किया गया है।

सन्दर्भ पुस्तिका के उद्देश्य

यह सन्दर्भ पुस्तिका मुख्य सेविकाओं में सहयोगात्मक पर्यवेक्षण हेतु आवश्यक कौशल विकसित करने में मदद करेगा। ये निम्नलिखित सिद्धान्तों पर आधारित है:

- सलाह देना (मेंटरिंग), सिखाना (कोचिंग), प्रेरित करना
- संयुक्त रूप से समस्या का समाधान
- डेटा का रणनीतिक उपयोग

मुख्य सेविका के रूप में, आप इस सन्दर्भ पुस्तिका का उपयोग निम्न मुद्दों के लिए कर सकते हैं:

01 सहयोगात्मक पर्यवेक्षण की अवधारणा से परिचित होने के लिए

02 आंगनवाड़ी कार्यकत्री को सलाह देने और सिखाने के लिए

03 कर्मचारियों को प्रेरित करने और कौशलों को बढ़ाने के लिए

04 अपने स्वयं के आईपीसी कौशल में सुधार करने और आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के कार्य के आंकलन के लिए

05 आधारभूत ढांचे से संबंधित जानकारी एकत्र करने के लिए

06 समुदाय आधारित कार्यक्रमों के दौरान सेवाओं की गुणवत्ता, गृह भ्रमण के दौरान परामर्श, ईसीसीई और टेक होम राशन का आकलन करने के लिए

07 कार्यक्रम के सुधार हेतु डेटा का बेहतर उपयोग करने के लिए

मुख्य सेविका के लिए इस पुस्तिका का उपयोग करने के तरीके

मुख्य सेविका को यह सलाह दी जाती है कि सहयोगात्मक पर्यवेक्षण के लिए इस पुस्तिका का उपयोग संदर्भ सामग्री के रूप में करें। कृपया पुस्तिका अनुभाग–वार देखें या आवश्यकता पड़ने पर किसी विशेष अनुभाग को देखें। आप समय–समय पर अपने सहयोगात्मक पर्यवेक्षण का स्व–मूल्यांकन करने के लिए भी इस पुस्तिका का उपयोग कर सकते हैं।

स्व–मूल्यांकन के रूप में, आप स्वयं से निम्नलिखित प्रश्न पूछ सकते हैं:

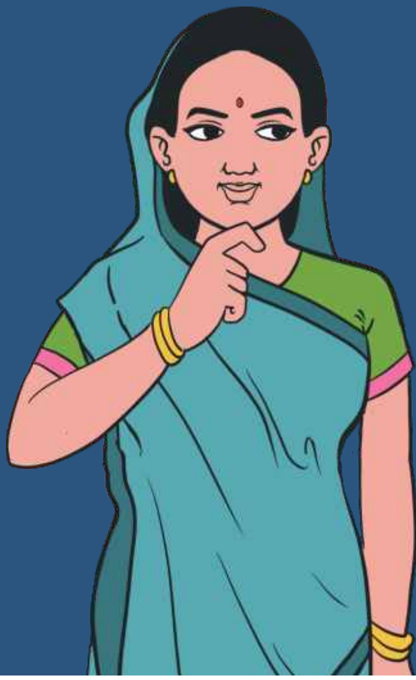
01 आपके अनुसार सहयोगात्मक पर्यवेक्षण क्या है?

02 आपके विचार से पर्यवेक्षण विजिट्स के पीछे क्या उद्देश्य है?

03 आप अपनी पर्यवेक्षण विजिट्स की योजना कैसे बनाते हैं?

04 आपने अपनी पिछली विजिट् के दौरान किन तीन बातों का ध्यान रखा?

05 विजिट्स के दौरान अवलोकन के आधार पर आपने क्या कार्रवाई की?



इस पुस्तिका को पढ़ने से पहले इन उत्तरों पर विचार करें। क्षमता निर्माण प्रशिक्षण के बाद या पुस्तिका को पढ़ने के बाद प्रश्नों पर वापस आएं और स्वयं से पूछें:

- क्या पुस्तिका को पढ़ने और प्रशिक्षण के बाद सहयोगात्मक पर्यवेक्षण के बारे में मेरी समझ में कोई बदलाव आया है?
- क्या मैं अपनी विजिट से पहले कुछ अलग कर सकती थी?
- क्या मेरे द्वारा पहचानी गई समस्याओं का समाधान करने के लिए कोई बेहतर एक्शन बिंदु हो सकता था?

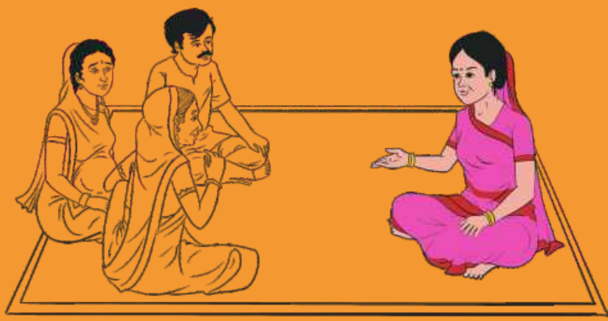
अनुभाग 2

आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों की भूमिका और जिम्मेदारियों को समझें

आंगनवाड़ी कार्यकत्री क्या कार्य करती है?

परामर्श और सामुदायिक मोबिलाइजेशन सम्बन्धी भूमिकायें

(गृह भ्रमण और समुदाय आधारित कार्यक्रमों के दौरान आंगनवाड़ी कार्यकत्री को क्या करना चाहिए, यह समझने के लिए इस अनुभाग का उपयोग करें)



परामर्श के दौरान आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा लाभार्थियों को निम्नलिखित जानकारी प्रदान करनी चाहिए

गर्भवती महिलायें

- गोदभराई दिवस, सुपोषण दिवस, वॉश दिवस, वीएचएसएनडी और टेक होम राशन (टीएचआर) वितरण दिवस में भाग लेने का महत्व
- गर्भावस्था के दौरान टेक होम राशन (टीएचआर) सेवन करने का महत्व
- गर्भवती महिलाओं को क्या, कितनी मात्रा में और कितनी बार खाना चाहिए
- गर्भ की तीसरी तिमाही में जन्म के एक घंटे के भीतर स्तनपान और पहले छह महीने केवल स्तनपान के महत्व पर जानकारी
- आईएफए का सेवन कैसे और कब करें
- कैल्शियम का सेवन कैसे और कब करें
- यह सुनिश्चित करना कि गृह भ्रमण के दौरान परामर्श के समय परिवार के सदस्य जैसे पति, सास आदि उपस्थित हों

धात्री मातायें और 0–6 माह के बच्चे

- वजन दिवस, अन्नप्राशन दिवस, वाश दिवस, वीएचएसएनडी और टेक होम राशन वितरण दिवस में भाग लेने का महत्व
- स्तनपान के दौरान टेक होम राशन (टीएचआर) सेवन करने का महत्व
- विविधता वाले और पर्याप्त आहार लेने का महत्व
- टीकाकरण का महत्व
- छह महीने तक केवल स्तनपान का महत्व और स्तनपान में कठिनाइयों/चुनौतियों को समझना और समाधान प्रदान करना
- आईएफए का सेवन कैसे और कब करें
- कैल्शियम का सेवन कैसे और कब करें
- यह सुनिश्चित करना कि गृह भ्रमण के दौरान परामर्श के समय परिवार के सदस्य जैसे पति, सास आदि उपस्थित हों

6–36 माह के बच्चे की मातायें

- 6–24 माह की आयु के बच्चों की माताओं को बच्चों के लिए पूरक आहार की शुरूआत और दिए जाने वाले भोजन के प्रकार के बारे में जानकारी देना
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री को इस आयु समूह को दिए जाने वाले पूरक आहार की मात्रा को प्रदर्शित करना है
  a. 6–8 महीनों की आयु में 2 पूर्ण कटोरी भोजन दिन में 2–3 बार दिया जाता है
  b. 9 से 11 महीने की आयु में हर बार पूरा कटोरी भोजन दिन में 3 बार + 1 पौष्टिक नाश्ता
  c. 12 से 23 महीने के बच्चों को हर बार पूरा कटोरी भोजन 3–4 बार + 1 से 2 पौष्टिक नाश्ता
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री भोजन की मात्रा (अर्ध–ठोस के साथ ठोस खाद्य पदार्थ का एक अच्छा संयोजन जिसमें अच्छी तरह से मैश की हुई दाल + चावल या चपाती + सब्जियों का एक अच्छा संयोजन शामिल हों) के अलावा पूरक आहार की गुणवत्ता और उसमें उपलब्ध सुक्ष्म पोषक तत्व पर भी सलाह देती है
- 2 साल और उसके बाद तक लगातार स्तनपान का महत्व
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री मां को आयु–अनुसार ऊंचाई और वजन वृद्धि के बारे में सलाह देती है
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री 12 महीने पूरे होने के बाद दो बार कृमि मुक्त करने पर मां को सलाह देती है
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री मां को स्तनपान जारी रखने की सलाह देती है, भले ही बच्चा बीमार हो या उसे दस्त हो रहे हों
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री हाथ धोने के तरीकों पर मां और बच्चे की देखभाल करने वालों को सलाह देती है
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री मां को विटामिन ए के द्विवार्षिक सम्पूरण के महत्व के बारे में सलाह देती है
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री बच्चे के डायरिया प्रबंधन (ओआरएस और जिंक का उपयोग) पर मां और परिवार को परामर्श देती है
- स्वच्छता और हाथ धोने के तरीके पर परामर्श
- वजन दिवस, वाश दिवस और टेक होम राशन वितरण दिवस में भाग लेने का महत्व
- यह सुनिश्चित करना कि घर भ्रमण के दौरान परामर्श के समय परिवार के सदस्य जैसे पति, सास आदि दौरान उपस्थित हों
- 5 साल से कम उम्र के बच्चों के लिए सप्ताह में दो बार आईएफए सिरप देने का महत्व

किशोरी बालिकायें

- विविध पोषक तत्वों से भरपूर भोजन का सेवन करने का महत्व
- साप्ताहिक आईएफए की गोली खाने का महत्व
- मासिक धर्म स्वच्छता पर मुख्य संदेश
- किशोरी दिवस में भाग लेने का महत्व

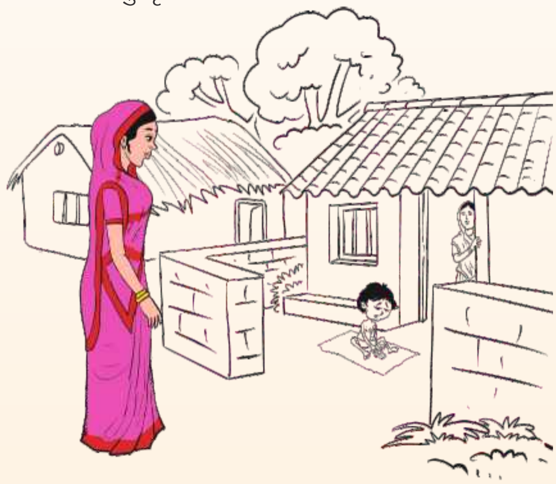
गंभीर अल्पवजन वाले बच्चे

- लाल श्रेणी के बच्चों की पहचान कैसे करें और इन बच्चों की देखभाल के लिए आगे दी जाने वाली सेवाओं पर माताओं को सलाह एवं परामर्श देना
- वजन दिवस, अन्नप्राशन दिवस और टेक होम राशन वितरण दिवस में भाग लेने का महत्व
- कुपोषित बच्चों के लिए दुगना राशन/अतिरिक्त भोजन सेवाओं का लाभ उठाने का महत्व
- यह सुनिश्चित करना कि घर भ्रमण के दौरान परामर्श के समय परिवार के सदस्य जैसे पति, सास आदि दौरान उपस्थित हों
- आईएफए सिरप का साप्ताहिक दो बार सेवन का महत्व

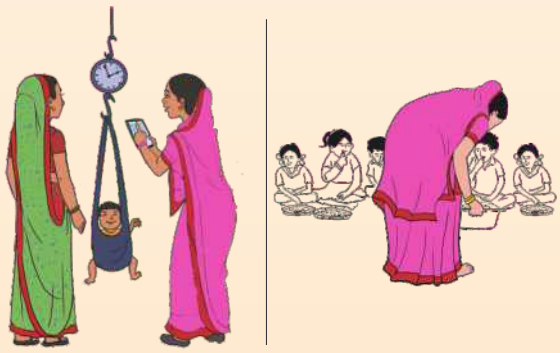
प्रशासनिक कर्तव्य, रेफ़रल कर्तव्य और क्रियान्वयन

(आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा संचालित किए जाने वाले प्रशासनिक और रेफरल कार्यो पर समझ बनाने के लिए इस अनुभाग का उपयोग करें)

- गर्भवती महिलाओं, कुपोषित बच्चों की पहचान के लिए सभी परिवारों का वार्षिक सर्वे करना
- आंगनवाड़ी केंद्र पर दी जाने वाली सेवाओं का लाभ उठाने के लिए लाभार्थियों को प्रेरित करना तथा पोषण परामर्श हेतु गृह भ्रमण करना



- हर महीने प्रत्येक बच्चे का वजन करना, वजन रिकॉर्ड करना, कुपोषित बच्चों के केसों को उप–केंद्रों/पीएचसी में रेफर करने के लिए रेफरल कार्ड का उपयोग करना , 6 साल से कम उम्र के बच्चों के लिए रेफरल कार्ड को संभाल कर रखना और समय से उपचार के लिए प्रेरित करना
- 3–6 वर्ष के बच्चों के लिए आंगनवाड़ी केंद्र पर अनौपचारिक प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा गतिविधियों का आयोजन करना



- मासिक आधार पर समुदाय आधारित कार्यक्रम आयोजित करनाः गोदभराई दिवस, अन्नप्राशन दिवस, सुपोषण दिवस, वजन दिवस, वॉश दिवस, टेक होम राशन वितरण दिवस और किशोरी दिवस

- 6 से 36 महीने के बच्चों, गर्भवती और दूध पिलाने वाली माताओं को टेक होम राशन का वितरण करना
- 6 माह से 5 वर्ष तक के अति कुपोषित बच्चों के लिए डबल टेक होम राशन का वितरण करना
- कार्यक्रम के स्वास्थ्य घटक के क्रियान्वयन में एएनएम की सहायता करना जैसे – वजन दिवस का आयोजन, टीकाकरण, स्वास्थ्य जांच, प्रसवपूर्व और प्रसवोत्तर जांच आदि। वीएचएसएनडी पर लाभार्थियों को बुलाने के लिए एएनएम की सहायता करना।
- एएनएम को बच्चों के आईएफए और विटामिन ए सिरप के सम्पूरण में सहायता करना, स्कूल न जाने वाली किशोरियों को आईएफए टैबलेट का वितरण करना
- आईसीडीएस योजना से सम्बंधित जानकारी को एएनएम के साथ साझा करना
- गांव में या केंद्र पर किसी भी विकास कार्य की

आवश्यकता को मुख्य सेविका के ध्यान में लाना

- अपने कार्यों में सहायता के लिए अन्य प्लेटफार्म जैसे स्वयं सहायता समूहों और गांव के प्राथमिक/जूनियर विद्यालयों की महिला स्कूल शिक्षिकाओं और किशोरियों को मदद हेतु शामिल करना
- पोषण संबंधी सेवाओं के लिए अपने क्षेत्र की आशा का सहयोग करना
- सामाजिक जागरूकता कार्यक्रम/कैम्प आदि के माध्यम

से किशोरियों,उनके माता–पिता और समुदाय को पोषण व्यवहारों पर प्रेरित और शिक्षित करना।

- पल्स पोलियो प्रतिरक्षण (पीपीआई) अभियान आयोजित करने में सहायता करना
- दस्त, हैजा, COVID–19 आदि जैसी बीमारियों के आपातकालीन मामलों को एएनएम को सूचित करना

- पंजीकृत लाभार्थियों को प्रदान की जाने वाली सेवाओं का मासिक रिकॉर्ड रखना
- मासिक समीक्षा बैठकों में भाग लेना और मुख्य सेविका के साथ मासिक रिपोर्ट साझा करना
- पोषण ट्रैकर में सूचना को अपडेट करना

सामुदायिक आधारित गतिविधियाँ

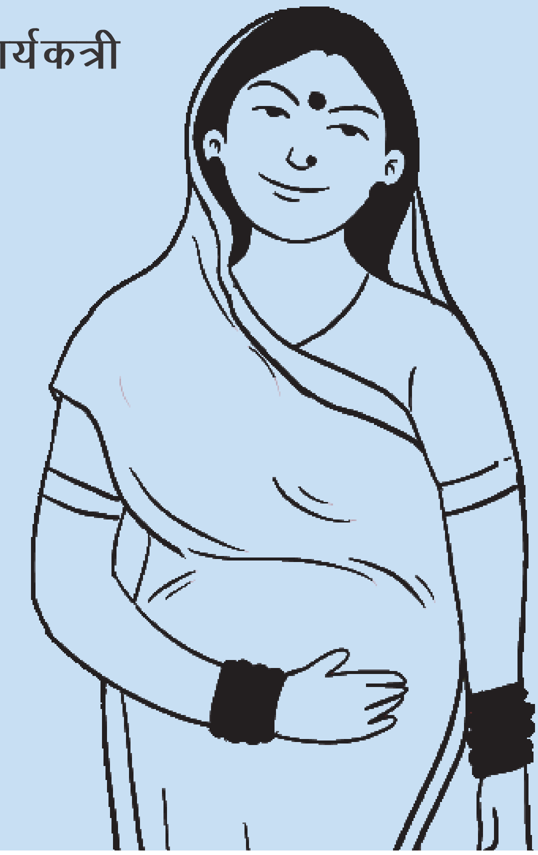
(इस अनुभाग का उपयोग यह समझने के लिए करें कि क्या आंगनवाड़ी कार्यकत्री विभिन्न सामुदायिक आधारित गतिविधियाँ के आयोजन में पर्याप्त रूप से अपनी भूमिका निभा रही है और लाभार्थियों को उचित परामर्श दे रही है)

- अन्य आईसीडीएस और स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं के साथ गोद भराई दिवस, अन्नप्राशन दिवस, सुपोषण दिवस, वजन दिवस, वाश दिवस और किशोरी दिवस जैसे सामुदायिक आधारित कार्यक्रमों का सक्रिय रूप से आयोजन करना
- यह सुनिश्चित करना कि लाभार्थियों को समुदाय आधारित कार्यक्रमों के दौरान अनुमन्य लाभ मिल रहे हैं।
- लाभार्थियों को परामर्श दिया जाना और सीबीई के दौरान सभी महत्वपूर्ण प्रासंगिक संदेश देना सुनिश्चित करना
- प्रत्येक सामुदायिक आधारित गतिविधि पर रिपोर्ट तैयार करना और मासिक समीक्षा बैठक के दौरान इसे मुख्य सेविका के साथ साझा करना
  - गर्भवती महिलाएं
  - दूध पिलाने वाली माताएं
  - 6–24 महीने की उम्र वाले बच्चों की मां
  - महिलाओं के पति और सास
  - नवजात शिशुओं और छोटे बच्चों के पिता और परिवार के सदस्य

मैं एक लाभार्थी हूं। मेरी आंगनवाड़ी कार्यकत्री से क्या अपेक्षा है ?

मैं आंगनवाड़ी कार्यकत्री से ये चाहता हूँ/चाहती हूँ

- मेरे साथ सम्मान के साथ पेश आएं
- मेरी बात सुनें और मेरे संदेहों का उत्तर दें
- मेरे द्वारा लिए जाने वाले आहार और अपने स्वास्थ्य की देखभाल करने के बारे में जानकारी दें
- मुझे बताएं कि स्तनपान कैसे कराएं और अपने बच्चे की देखभाल कैसे करें
- मेरे परिवार के सदस्यों को मेरे बच्चे की देखभाल करने में मेरी मदद करने के लिए मनाएं
- मेरे और सेवाओं के बीच एक कड़ी बनें और मुझे मेरे अधिकारों के बारे में सूचित करें
- मुझे टेक होम राशन, आईएफए और कैल्शियम टैबलेट प्रदान करें
- मेरे बच्चों को टेक होम राशन और आईएफए सिरप और स्कूल न जाने वाली किशोरियों के लिए आईएफए टैबलेट प्रदान करें



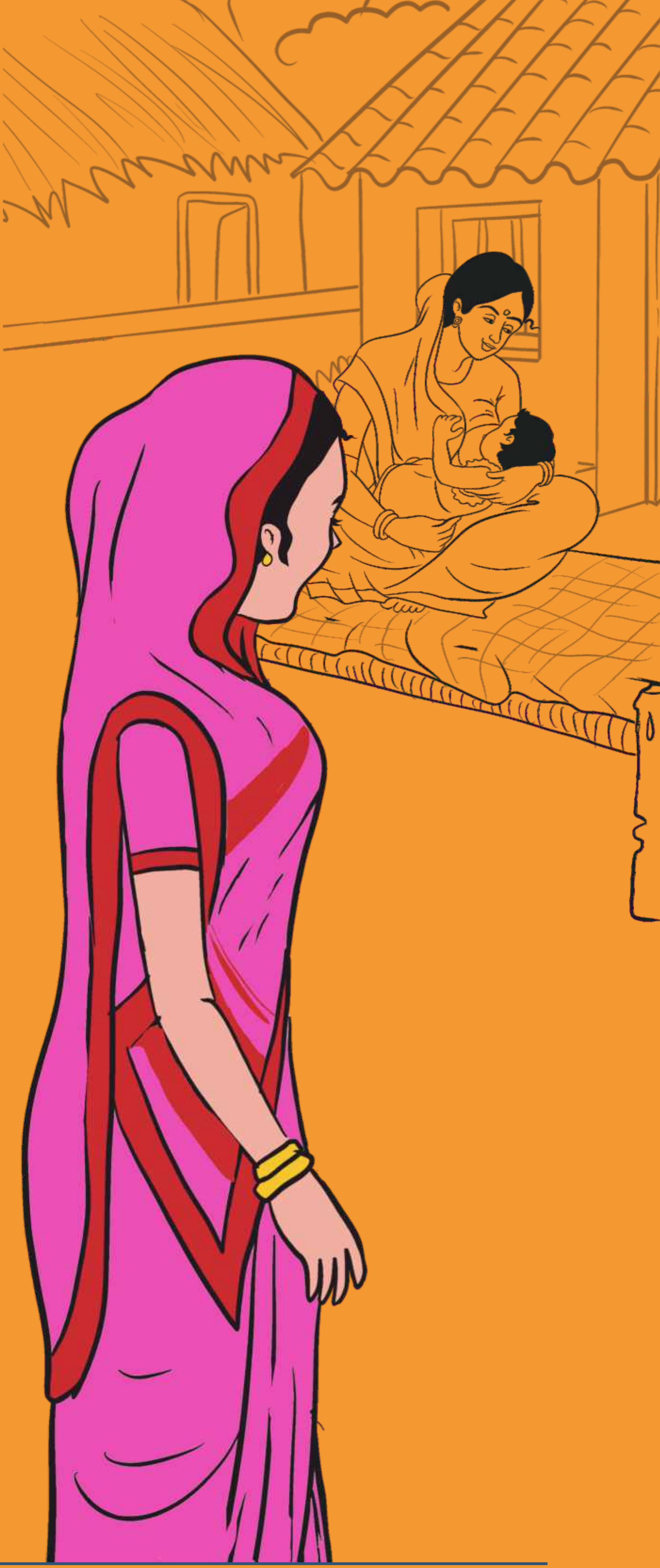
आंगनवाड़ी कार्यकत्री लाभार्थियों की अपेक्षाओं को कैसे पूरा कर सकती है?

01 यह सुनिश्चित करें की लाभार्थियों को सभी सेवाएं मिलें

02 सेवाओं की गुणवत्ता में सुधार करके

03 यह समझें की दी गयी सेवाएं लाभार्थियों का हक़ है

एक मुख्य सेविका के रूप में, आप सहयोगात्मक पर्यवेक्षण के माध्यम से इन बिंदुओं को सुदृढ़ कर सकते हैं।



अनुभाग 3

सहयोगात्मक पर्यवेक्षण क्या है और यह आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के क्षमता निर्माण करने में आपकी कैसे मदद कर सकता है

आंगनवाड़ी कार्यकत्री, उनको सौंपी गई सभी भूमिकाओं और जिम्मेदारियों को पूरा करने के लिए बाध्य होती है साथ ही उन ज़िम्मेदारियों से अभिभूत होने के साथ –साथ ये कार्य उसके लिए चुनौतीपूर्ण होते हैं और आंगनवाड़ी कार्यकत्री को सहयोग की भी आवश्यकता होती हैं। एक मुख्य सेविका के रूप में आप लाभार्थियों को प्रभावी पोषण सेवाएं प्रदान करने में उनकी सहायता कर सकते हैं और यह सुनिश्चित कर सकते हैं कि वह अपने कर्तव्यों का कुशलतापूर्वक निर्वहन करें।

मैं एक आंगनवाड़ी कार्यकत्री हूं– मुझे अपने मुख्य सेविका से क्या अपेक्षा है?

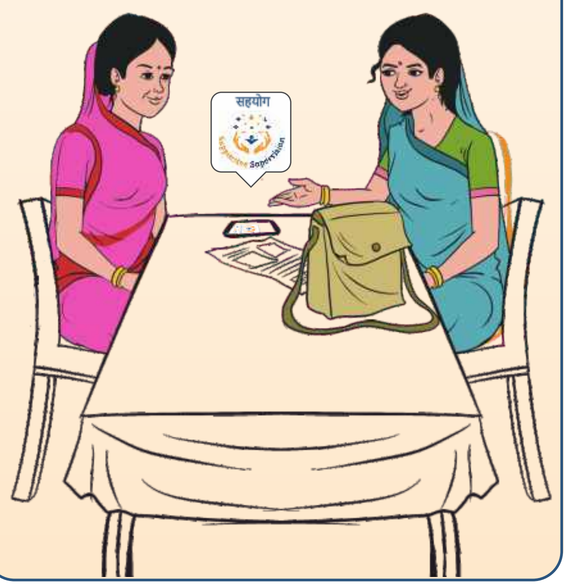
- मेरे साथ नियमित संपर्क में रहें
- सकारात्मक सहयोग प्रदान करें
- मेरे सामने आने वाली जमीनी चुनौतियों को समझें
- मुद्दों की पहचान करने और उनका समाधान करने में मेरी सहायता करें
- मेरे द्वारा उठाए गए मुद्दों का समय पर जवाब दें
- परामर्श और समुदाय आधारित कार्यक्रमों के दौरान मुझे प्रशिक्षण प्रदान करें
- मुझे प्रश्न पूछने के लिए प्रोत्साहित करें
- मेरा मनोबल बढ़ायें
- जब मैं अच्छा काम करूं तो मेरे काम को प्रशंसित करें

आंगनवाड़ी कार्यकत्री के सामने आने वाली चुनौतियाँ

- अत्यधिक कागजी कार्रवाई और रिकॉर्ड कीपिंग
- कार्यभार
- समय की कमी
- कार्य के वातावरण में उत्साह की कमी
- पर्याप्त अंतर्व्यक्तिक संचार प्रशिक्षण का अभाव
- सुविधाओं की कमी
- आपूर्ति की उपलब्धता में कमी

आप कैसे एक अच्छे पर्यवेक्षक बन सकते हैं?

आप सहयोगात्मक पर्यवेक्षण के माध्यम से आंगनवाड़ी कार्यकत्री की सहायता कर सकते हैं। सहयोगात्मक पर्यवेक्षण पुलिसिंग या पारंपरिक पर्यवेक्षण से अलग है।



कुछ चीजें जो आप एक पर्यवेक्षक के रूप में कर सकते हैं

A. योजना बनाएं, सहानुभूति रखें और मिलकर समस्या का समाधान करें।

- गृह भ्रमण, आंगनवाड़ी केन्द्रों पर जाने से पहले, समुदाय आधारित कार्यक्रमों के दौरान आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के साथ जाने से पहले से योजना बनाएं और तैयारी करें
- कम वजन वाले बच्चों (लाल श्रेणी) के घरों पर जाने को प्राथमिकता दें
- घर भ्रमण और आंगनवाड़ी केंद्रों के दौरों के दौरान प्रशिक्षण प्रदान करें
- आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के सामने आने वाले मुद्दों और चुनौतियों को समझने की कोशिश करें
- इन चुनौतियों का समाधान करने में आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों की मदद करें

B. कोचिंग, सलाह और प्रेरणा में संलग्न हों पुलिसिंग न करें

Coaching (सिखाना) क्या है?

कोचिंग एक प्रशिक्षण एप्रोच है जिसका लक्ष्य प्रेरणा, मॉडलिंग, अभ्यास, रचनात्मक प्रतिक्रिया, और कौशल के हस्तांतरण के माध्यम से प्रदर्शन में निरंतर सुधार को प्राप्त करना है।

Mentoring (सलाह) क्या है?

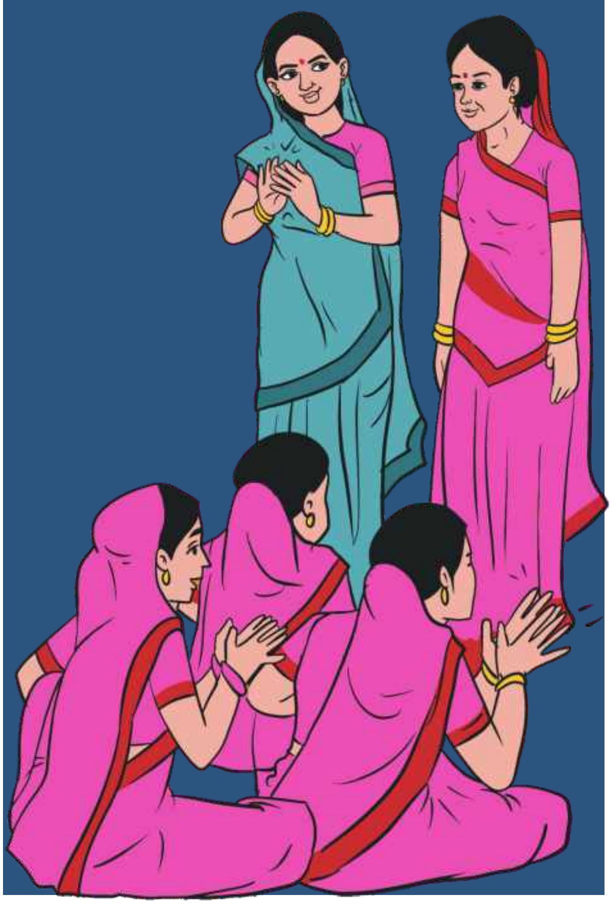
मेंटरिंग का अर्थ है सहायता, सलाह और सहयोग देना।

Motivating (अभिप्रेरणा) क्या है?

मेंटरिंग का अर्थ है लम्बी अवधि में सहायता, सलाह और सहयोग देना।

आप कैसे कोच, मेंटर और मोटिवेट कर सकते हैं?

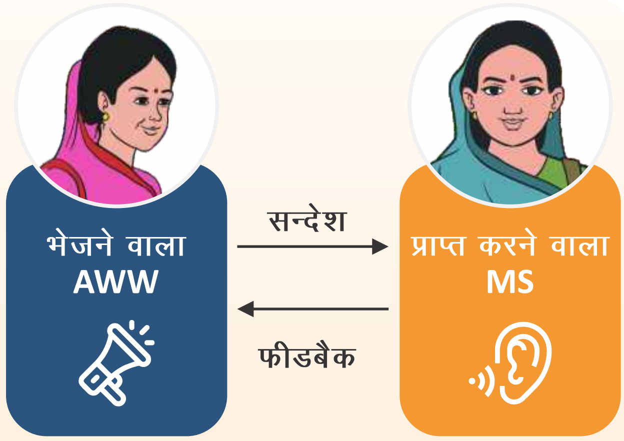
- ऑन–जॉब प्रशिक्षण प्रदान करें
- अच्छे कार्य के लिए आंगनवाड़ी कार्यकत्री को धन्यवाद कहें
- बैठकें निर्धारित करें और आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के साथ समय बिताएं
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री को उनके प्रदर्शन पर नियमित और मुद्दे से जुड़ी प्रतिक्रिया प्रदान करें
- अच्छी कार्यकत्री को पहचानें और उनकी सराहना करें
- निर्णय लेने में आंगनवाड़ी कार्यकत्री को शामिल करें
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री को दिखाएं कि आप उनके कार्य लक्ष्यों को पूरा करने में उनकी मदद कैसे कर सकते हैं
- ऐसा कार्य वातावरण बनाएं जो खुला और भरोसेमंद हो



C. प्रभावी अंतर्वैयक्तिक संचार (आईपीसी) कौशल क्या है?

- आईपीसी वह कौशल है जिनका उपयोग रोजमर्रा की बातचीत में किया जाता है।
- पर्यवेक्षक के रूप में, आप हर बार आंगनवाड़ी कार्यकत्री के साथ बातचीत करते समय आईपीसी कौशल का उपयोग कर सकते हैं।

सुनें की आंगनवाड़ी कार्यकत्री मौखिक और सांकेतिक दोनों तरह संचार से क्या कहना है



मुद्दे को सुनने और समझने के बाद ही फीडबैक दें

दो तरफा संचार

प्रभावी आईपीसी के लिए ध्यान देने योग्य सबसे महत्वपूर्ण बिंदुओं में से संचार एक दो–तरफा प्रक्रिया आवश्यक है, जहां सभी पक्षों को सुना जाना चाहिए।

आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के साथ बातचीत करते समय आप प्रभावी आईपीसी कौशल का उपयोग कैसे कर सकते हैं?

सक्रिय रूप से सुनें

- स्पीकर को बाधित न करें
- सम्मानजनक रहें
- ध्यान से सुनें
- समझने के लिए सुनें
- अपने विचारों और समस्या को दूर करने के प्रति सजग रहें
- अपनी भावनाओं को नियंत्रित करें
- जो आप सुन रहे हैं मौखिक और गैर–मौखिक संकेत दें

खुली शारीरिक भाषा का उपयोग करें

- स्पीकर से आँख मिलाएँ
- वक्ता की ओर झुककर रुचि व्यक्त करें
- अपना सिर हिलायें
- अपने चेहरे के हाव–भाव से अरुचि व्यक्त न करें

प्रश्न पूछें और प्रोत्साहित करें

- स्पष्ट करने के लिए प्रश्न पूछें
- तर्क–वितर्क न करें
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री को प्रश्न पूछने के लिए प्रोत्साहित करें

D. अवलोकन के आधार पर आंगनवाड़ी कार्यकत्री का आंकलन करें और आवश्यकतानुसार हस्तक्षेप करें

- गृह भ्रमण और समुदाय आधारित कार्यक्रमों के दौरान आंगनवाड़ी कार्यकत्री के आईपीसी कौशल का निरीक्षण करें
- निरीक्षण करें कि क्या वह सभी प्रासंगिक जानकारी दे रही है
- अगर आपको लगता है कि आंगनवाड़ी कार्यकत्री गलत जानकारी दे रही है तो सम्मानपूर्वक हस्तक्षेप करें

अनुभाग 4 एक प्रभावी समीक्षा बैठक कैसे आयोजित करें

समीक्षा बैठक के लिए योजना

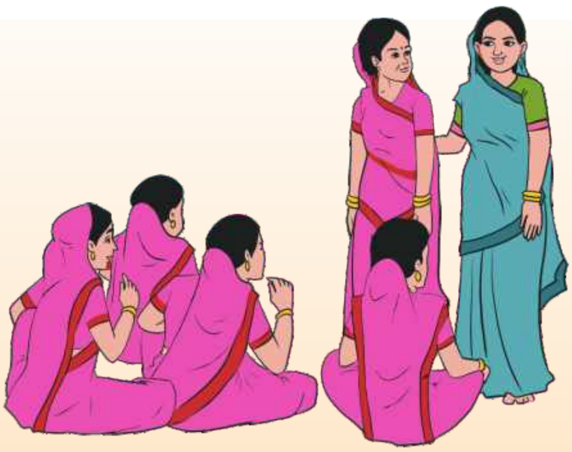
- क्षेत्र भ्रमण के दौरान एकत्र की गई जानकारी का अवलोकन करें
- उन मुद्दों को हाइलाइट करें जिन पर ध्यान देने की आवश्यकता है
- एजेंडा पहले से तैयार करें और आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों से शेयर करें

बैठक का संचालन करते समय

- उपस्थिति लें
- एजेंडा बनायें और उसका पालन करें
- पिछली बैठक के फॉलो अप बिंदुओं पर कार्यवाही की समीक्षा करें
- दोतरफा बातचीत करें जिससे आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों को बोलने का अवसर मिले
- उन शीर्ष पांच संकेतकों की समीक्षा करें जो क्षेत्र भ्रमण के दौरान एकत्र की गई जानकारी के आधार पर खराब प्रदर्शन कर रहे हैं
- सुधारात्मक कार्रवाई शुरू करें या तो कोई समाधान प्रस्तावित करें या मामले को आवश्यकतानुसार आगे बढ़ाएं

बैठक के बाद

- आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के साथ बैठक के कार्यवृत्त (एम.ओ.एम.) साझा करें
- अपने सीडीपीओ के साथ बैठक के कार्यवृत्त साझा करें
- सुधारात्मक कार्रवाइयों पर फॉलोअप करें



अनुभाग 5 आंगनवाड़ी कार्यकत्री और मुख्य सेविका के पास उपलब्ध डेटा का बेहतर उपयोग कैसे करें

डेटा का बेहतर उपयोग क्या है?

डेटा का बेहतर उपयोग एक सरल अवधारणा है। आप अपने दैनिक कार्य में इसे अपनाने और इसका उपयोग करने के लिए निम्नलिखित कदम उठा सकते हैं:

- ध्यानपूर्वक अवलोकन करके और प्रश्न पूछकर डेटा एकत्र करें
- हमेशा सही डेटा की रिपोर्ट करें
- सही डेटा एकत्र करने के लिए आंगनवाड़ी कार्यकत्री को प्रोत्साहित करें
- इसके माध्यम से उपलब्ध सभी डेटा और सूचनाओं का संदर्भ लें:
  - – आंगनवाड़ी केंद्रों का भ्रमण, समुदाय आधारित कार्यक्रम, गृह भ्रमण
  - – समस्या क्षेत्र को समझने के लिए अपनी कार्यकत्रियों से के साथ बातचीत
- समस्याओं की पहचान हो जाने के बाद उन्हें हल करने के लिए आंगनवाड़ी कार्यकत्री के साथ काम करें
- यदि आपके स्तर पर मामले का समाधान नहीं किया जा सकता है, तो उसके बाद ही इसे अपने पर्यवेक्षक के पास भेजें
- डेटा का बेहतर उपयोग को अपनाकर आप सशक्त बनते हैं और आपके साथ–साथ आपके पर्यवेक्षकों के कार्य निष्पादन में सुधार करता है

सहयोग (सहयोगात्मक पर्यवेक्षण) ऐप का उपयोग कैसे करें ?

सहयोग' ऐप एक सरल, उपयोग में आसान, मोबाइल आधारित उपयोगकर्ता के अनुकूल ऐप है। इस ऐप को आपके विभिन्न कर्तव्यों का पालन करने के और सहयोगात्मक पर्यवेक्षण और समीक्षा बैठकों को प्रभावी और आसान बनाने में मदद करने के लिए विकसित किया गया है। यह अनुभाग ऐप की प्रमुख विशेषताओं और क्षेत्र का दौरा करने के लिए इसका उपयोग करने के तरीके के बारे में बताता है।

ऐप के मुख्य फीचर

मासिक प्लानर

मासिक प्लानर में निम्न प्रावधान हैं

- विभिन्न लाभार्थियों के दौरे की योजना तिथियां
- समुदाय आधारित कार्यक्रमों और आंगनवाड़ी केंद्रों के भ्रमण की योजना बनाने की तिथियां
- तारीखों के आधार पर अनुस्मारक और नोटिफिकेशन

यह आपके लिए कैसे उपयोगी है?

- आप महीने के लिए अपने क्षेत्र के भ्रमण की योजना पहले से बना सकते हैं और एक क्लिक के माध्यम से योजना को कभी भी देख सकते हैं।
- ये एप कार्य की तिथियों में भ्रम नहीं होने देता
- सूचनाएं और अनुस्मारक नियोजित यात्राओं के लिए एक अतिरिक्त अनुस्मारक के रूप में कार्य करेंगे

असाइंड कार्यकत्री:

यह टैब आपके अंतर्गत आने वाले सभी कार्यकत्रियों को दिखाएगा

- यह आपके लिए कैसे उपयोगी है?
- आप ऐप के माध्यम से अपने अधीनस्थ सभी कार्यकत्रियों की सूची तक पहुंच सकते हैं और आसानी से विजिट को शेड्यूल कर सकते हैं

चेकलिस्ट

ऐप में फील्ड विजिट करने के लिए चेकलिस्ट हैं:

1 गृह भ्रमण आयोजित करने के लिए चेकलिस्ट में शामिल हैं

a. उपयुक्त प्रतिक्रियाओं को दर्ज करने के लिए बहुविकल्पीय प्रश्न

b. निम्नलिखित को कवर करने वाले प्रश्न:

- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा पालन किये जा रहे कोविड प्रोटोकॉल
- स्तनपान कराने वाली महिलाओं के साथ आंगनवाड़ी कार्यकत्री की बातचीत की गुणवत्ता
- गृह भ्रमण के दौरान आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा प्रदान की जा रही सेवाओं की गुणवत्ता
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा रिकॉर्ड कीपिंग
- लाभार्थी की सेवाओं से संतुष्टि

2 समुदाय आधारित कार्यक्रमों के दौरान क्षेत्र का दौरा करने के लिए चेकलिस्ट

a. उपयुक्त प्रतिक्रियाओं को दर्ज करने के लिए बहुविकल्पीय प्रश्न

b. निम्नलिखित को कवर करने वाले प्रश्न:

- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा पालन किया जा रहा कोविड प्रोटोकॉल
- आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों और प्रतिभागियों के बीच बातचीत की गुणवत्ता
- अन्य समुदाय आधारित कार्यक्रमों के दौरान दी जा रही सेवाएं
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा रिकॉर्ड कीपिंग
- लाभार्थी की सेवाओं से संतुष्टि

3 इन्फ्रास्ट्रक्चर, ईसीसीई और टीएचआर से संबंधित जानकारी एकत्र करने के लिए चेकलिस्ट

a. उपयुक्त प्रतिक्रियाओं को दर्ज करने के लिए बहुविकल्पीय प्रश्न

b. निम्नलिखित को कवर करने वाले प्रश्न:

- आंगनवाड़ी केंद्र और ईसीसीई गतिविधि के लिए आधारभूत संरचना की स्थिति
- आंगनवाड़ी केंद्र में ईसीसीई गतिविधि की स्थिति
- टेक होम राशन प्राप्त और वितरण की स्थिति

4 वीएचएसएनडी सत्र की निगरानी के लिए चेकलिस्ट

a. उपयुक्त प्रतिक्रियाओं को दर्ज करने के लिए बहुविकल्पीय प्रश्न

b. निम्नलिखित को कवर करने वाले प्रश्न:

- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा पालन किया जा रहा कोविड प्रोटोकॉल
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री और प्रतिभागियों के बीच बातचीत की गुणवत्ता
- आंगनवाड़ी केंद्र में उपलब्ध वृद्धि निगरानी उपकरणों की स्थिति
- आंगनवाड़ी केंद्र में गर्भवती महिलाओं और बच्चों के वजन की स्थिति
- आंगनवाड़ी कार्यकत्री द्वारा गर्भवती, कम वज़न वाले और छोटे बच्चे की मां को प्रदान की जा रही परामर्श की स्थिति

यह आपके लिए कैसे उपयोगी है?

- आप अधिक कागजी कार्रवाई के बजाय सेवाओं की गुणवत्ता के बारे में जानकारी देखने, मूल्यांकन करने और रिकॉर्ड करने के लिए सरल डिजिटल चेकलिस्ट का उपयोग कर सकते हैं
- चेकलिस्ट आपको लाभार्थी संतुष्टि पर प्रतिक्रियाओं को नोट करने का अतिरिक्त लाभ प्रदान करती है
- चेकलिस्ट की रिकॉर्ड की हुई जानकारी को आप किसी भी समय, कहीं से भी देख सकते हैं
- डेटा की सहायता से आपको प्रभावी समीक्षा बैठकें आयोजित करने में मदद मिलेगी
- आप विभिन्न गतिविधियों के लिए अनुस्मारक और नोटिफिकेशन भेजने के लिए ऐप का उपयोग कर सकते हैं

डीब्रीफ सत्र:

ऐप में डिब्रीफ सत्र आयोजित करने में सहायता के लिए इनबिल्ट सिस्टम है। चेकलिस्ट के माध्यम से प्रतिक्रिया दर्ज करने के बाद, यह सेवा की गुणवत्ता के साथ मुद्दों की पहचान करने और मुद्दों को हल करने के लिए संबंधित आंगनवाड़ी कार्यकत्री के साथ एक तैयार डीब्रीफ सत्र आयोजित करने में मदद करता है।

यह आपके लिए कैसे उपयोगी है?

- आप सेवाओं की गुणवत्ता के साथ कमी की तुरंत पहचान कर सकते हैं
- आप आंगनवाड़ी कार्यकत्री को अच्छे काम के लिए सराहना कर सकते हैं और उसे प्रेरित कर सकते हैं
- आप प्रदर्शन के मुद्दों पर प्रतिक्रिया, सहयोग और आंगनवाड़ी कार्यकत्री को कोचिंग प्रदान कर सकते हैं
- डिब्रीफ सत्र में दिए गए संकेत आपको अपने आईपीसी कौशल में सुधार करने में मदद करेंगे
- आपको अपनी कार्यकत्री के साथ विश्वास और खुलेपन का माहौल स्थापित करने में मदद करेंगे
- आप पहचाने गए मुद्दों को सटीकता और तेजी के साथ हल कर सेवाओं को मज़बूत कर सकते हैं

परफोरमेंस डैशबोर्ड

ऐप के परफॉरमेंस डैशबोर्ड में दो प्रकार के परफॉरमेंस टैब हैं जिन्हें आप देख सकते हैं

- पर्यवेक्षी परफॉरमेंस टैब (आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों का परफॉरमेंस दिखता है)
- आपका परफॉरमेंस टैब (आपका परफॉरमेंस दिखता है)

यह आपके लिए कैसे उपयोगी है?

- आपके अंतर्गत आने वाले सभी आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों की प्रगति का आकलन और निगरानी कर सकते हैं
- आप उन आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों की मदद कर सकते हैं जो अच्छा परफॉरमेंस नहीं कर रहे हैं, उनके कौशल में सुधार कर सकते हैं
- आप अपने स्वयं के परफॉरमेंस का ट्रैक कर सकते हैं, स्व–मूल्यांकन कर सकते हैं और आवश्यकतानुसार सुधारात्मक उपाय कर सकते हैं

जॉब एड्स:

ऐप में जॉब एड्स शामिल हैं।

- क्षेत्रीय भ्रमणों के दौरान सेवाओं की गुणवत्ता का आकलन करने के लिए सारांश बिंदु
- अवलोकन करने के साथ–साथ मुद्दों और कमियों की पहचान करने के बारे में सारांश बिंदु
- आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों के साथ विचार–विमर्श करने और ऑन जॉब प्रशिक्षण प्रदान करने पर सारांश बिंदु
- आपके आईपीसी कौशल में सुधार के लिए सारांश बिंदु
- सहयोगात्मक पर्यवेक्षण भ्रमणों के समय सामने आने वाले विभिन्न परिदृश्यों के आधार पर की जाने वाली कार्रवाई के बिंदु
- अपने कर्तव्यों का कुशलतापूर्वक और प्रभावी ढंग से निर्वहन करने को तत्पर करता है

यह आपके लिए कैसे उपयोगी है?

- आपको एक अच्छा कोच और मेंटर बनने में मदद करता है
- सेवा की गुणवत्ता की समस्या को अपने स्तर पर हल करने या आवश्यकताओं के आधार पर आगे बढ़ने में आपकी सहायता करता है
- आपको इस बारे में संकेत प्रदान करता है कि कैसे कार्य करना है और कैसे फील्ड स्तर की चुनौतियों का हल करना है

Notes :

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 मुख्य सेविका के उपयोग के लिए विकसित किया गया है, ताकि वे अपने आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों को सहयोग प्रदान कर सकें।

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