



# **Piloting Practice Supervision for the Government Counselling Cadre**

## **Lessons and Reflections from Two Pilot Locations in Sri Lanka – Volume 2**

*The Asia Foundation 2021*



# **Piloting Practice Supervision for the Government Counselling Cadre**

**Lessons and Reflections from Two  
Pilot Locations in Sri Lanka – Volume 2**

***Published by:***

*The Asia Foundation, Sri Lanka*

*Volume 2, First Edition, © 2021 The Asia Foundation*

*ISBN: 978-624-5791-00-2*

*Printed in Colombo, Sri Lanka*

# Message from the Country Representative of The Asia Foundation

**Dinesha deSilva Wikramanayake**

Country Representative

The Asia Foundation has been investing in efforts to direct development work towards a more psychosocial approach in Sri Lanka for many years. The Foundation's Mental Health and Psychosocial Support (MHPSS) team has worked across multiple settings to bring forth myriad initiatives to systematically conduct research and enhance the existing knowledge base in Sri Lanka on MHPSS insights, to upskill psychosocial workers and counsellors, and to facilitate long-standing dialogue and partnerships between governmental and non-governmental stakeholders.

Building on over a decade of work, The Asia Foundation launched a new initiative in 2019, working in partnership with the programme, Strengthening Reconciliation Processes in Sri Lanka (SRP). SRP works with government, non-government and grassroots actors to support efforts to strengthen reconciliation processes in Sri Lanka. This programme is jointly funded by the European Union and the German Federal Foreign Office and is implemented by Deutsche Gesellschaft für Internationale

Zusammenarbeit (GIZ) GmbH and the British Council, in partnership with the Government of Sri Lanka. This initiative, *Improving Mental Health and Psychosocial Support Services Associated with Consolidating Transitional Justice (IMPACT)*, had as its objective to “improve access to quality psychosocial services for communities and populations experiencing high levels of need and those that are under-served by strengthening the referral, cooperation, and outreach capacity of existing government and non-government service providers”.

Through this pilot project, the Foundation sought to fulfil one of the important recommendations regarding supervision made in the Foundation's 2018 Mapping Study on the Capacity and Work Experience of Counselling Officers / Assistants attached to the Ministries of Social Services and Women & Child Development, that is, the introduction of Practice Supervision for state - sector counsellors. After the successful launch of the project in two pilot locations - the North - Western Province and the Eastern Province - practice supervisors appointed to each region

worked on facilitating both group and individual sessions for the counsellors and on focusing on directing them towards a more psychosocial approach, building a more reflective practise and helping them to understand and navigate their role as a counsellor.

Taking into consideration the changing psychosocial needs, both of the communities and the counsellors due to the effect of the COVID-19 pandemic, the project was renewed for a second year under the title “Practice Supervision Post COVID-19 (PSP-C19)”. The new activities focused on providing support to counsellors through remote methods, developing self - care messages through animated videos and building awareness on challenges faced by mental health professionals during times of crisis .

It is anticipated that the advocacy work being done on behalf of the counsellors through the self - care messages and development of material illustrating the role and the scope of counsellors will pave way for greater awareness of existing

psychosocial support systems in the country and ultimately enhance the systems and structures available for psychosocial support services within the country that will foster meaningful reconciliation initiatives.

This publication is a collection of articles written by the programme staff of the MHPSS Unit at The Asia Foundation, its technical advisors, the regional practice supervisors as well as the counsellors based in the selected locations. While the former reflect on the conceptualisation of the project, the challenges of project implementation during the pandemic and the learnings gathered throughout the process, the counsellors write about their work, their experiences of receiving supervision - both peer and practice - and discuss the value of this mentorship model that has helped them feel more credible as 'helpers' in their communities. We hope that this publication will provide practitioners with greater insight into various aspects of mental health and psychosocial service development work across the country.

The Asia Foundation is privileged to have had the opportunity to work on mental health and psychosocial programmes in Sri Lanka since 2005. Throughout our engagement, we have sought to advance the thinking and theoretical basis for

the delivery of services and promote practical, evidence-based solutions that serve to improve the quality and consistency of service delivery. We hope that this publication will provide an added new dimension to this work with its special focus on pilot efforts to introduce practice supervision in Sri Lanka.

# Preface

*Rihaab Mowlana*

A country still rising from the ashes of a many decades long civil war, Sri Lanka has gone through its fair share of challenges that have continued to cripple its economy, taking a toll politically, socially, and psychologically. The more recent COVID-19 pandemic has proven to be a formidable opponent for this island nation, posing challenges far beyond a health crisis - disrupting the status quo, increasing inequalities and escalating the psychosocial impact on a large scale. The vulnerable populations especially stand the risk of being re-victimised by circumstances beyond their control. As the COVID-19 pandemic continues to evolve, bringing with it a new set of complications, it has re-emphasized the need for a more psychosocial approach that is adaptable to the continually evolving needs and requirements of not only the local communities, but also the counsellors.

Since its inception, The Asia Foundation has been proactive in advocating for mental health and psychosocial support programmes in the country, more recently conducting mapping studies in 2015 and 2018 on the Capacity and

Work Experience of Counselling Officers attached to the Ministries of Social Services and Women & Child Development. The studies drew attention to the ground realities, unearthing the training gaps for the first time and highlighting the need for expert counselling supervision at district levels. In particular, the two mapping studies highlighted that while the counsellors had received a plethora of training, any clinical supervision they had received was ad hoc and dependent on the personal relationships the counsellors had been able to charter with clinical psychologists. These areas for improvement, amongst others, brought out the need for a systematic process for Practice Supervision and consequently, the Foundation tested and piloted its Practice Supervision Model, dispatching senior supervisors to the North - Western and Eastern provinces. The supervisors facilitated a combination of group and individual sessions with the counsellors, focusing on the psychosocial approach, encouraging reflection and supporting counsellors in navigating their roles.

The project - now titled “Practice Supervision Post COVID-19 (PSP-C19)” - resumed for its

second iteration this year, adapting an improved model to accommodate the ever-changing psychosocial needs of both the communities and the counsellors. Comprising a collection of reflections by expert supervisors and counsellors concerning the Practice Supervision Model, the book presents an insightful account of the distinctive complications in counselling practices and supervision processes in the local context. The personal narratives draw attention to a plethora of challenges that disrupted the delivery of counselling to clients, the counsellors’ personal tribulations, including the administrative and political implications.

The papers pose recommendations for fostering meaningful yet versatile initiatives to improve the supervisor - counsellor relationship while identifying core strengths and weaknesses of the supervision and counselling modalities, examining the utility of existing resources, and recognising limitations that need to be addressed in order to facilitate successful implementation of counselling and practice supervision.

# Acknowledgements

This publication is the result of the combined effort of many individuals and organisations.

The Foundation would like to sincerely acknowledge the contributions of Strengthening Reconciliation Processes in Sri Lanka (SRP), for its support of the *Practice Supervision Post COVID-19 (PSP-C19)* project, and for its efforts to provide technical assistance to the Foundation's team since the inception of the project.

The Asia Foundation has been privileged to work with the State Ministry of Women & Child Development and the State Ministry of Samurdhi for over a decade, and is glad to extend its gratitude towards the Women's Bureau and the Counselling Unit as well as to the Additional Secretaries of the North - Western and Eastern Provinces for their continuous support and endorsement of this pilot initiative.

The Asia Foundation would like to extend its gratitude for the support and guidance extended by Ms. Champa Upasena, Ms. Himadari Nandasena, Mr. Luxman Pathmakumara and

Ms. K. G. R. Priyadarshani of the State Ministries of Women & Child Development and Samurdhi. It also appreciates the efforts of the practise supervisors, the technical advisors, and the Foundation's technical team for the time they spent reflecting on the learnings of this project and their contributions to this publication.

In addition, the Foundation would also like to acknowledge Ms. K. Jayawardena for the compilation of this publication, and Ms. G. Rajapakse for her work in designing the publication. Moreover, Ms. E. John, Ms. O. Outschoorn, Ms. R. Skandhakumar, Mr. V. Vimalathithan, Mr. Irham, Ms. M. Gamage and Ms. R. Mowlana who lent their time and effort to translate, summarise and copy edit segments of the publication and Bavana Printers, who supported the Foundation in printing the publication are also appreciated.

# Table of contents

Message from the Country Representative of The Asia Foundation	iii	<b>அரசு உளவள ஆலோசனைக் குழுவினருக்கான முன்னாய்வு..... 95</b>	
Preface	v	<b>பயிற்சி மேற்பார்வை (Practice Supervision)</b>	
Acknowledgements	vi	இலங்கையில் தெரிவுசெய்யப்பட்ட இரண்டு முன்னாய்வு	
Table of contents	vii	இடங்களிலிருந்து படிப்பினைகள் மற்றும் பிரதிபலிப்புகள்	
<b>Piloting Practice Supervision for the Government Counselling Cadre.... 2</b>			
<b>Lessons and Reflections from Two Pilot Locations in Sri Lanka</b>			
COVID-19 and its effects on Group Practice Supervision	3	COVID-19 மற்றும் குழு பயிற்சி மேற்பார்வையில் அதன் விளைவுகள்	97
The Journey of a Supervisor	13	ஒரு மேற்பார்வையாளரின் பயணம்	108
Interviews conducted with counsellors in the North-Western Province	19	வடமேல் மாகாணத்தினைச் சேர்ந்த உளவள ஆலோசகர்களுடன்	
Interviews conducted with counsellors in the Eastern Province	38	நடாத்தப்பட்ட நேர்காணல்	115
		கிழக்கு மாகாணத்தினைச் சேர்ந்த உளவள ஆலோசகர்களுடன்	
		நடாத்தப்பட்ட நேர்காணல்	141
<b>රජයේ උපදේශන නිලධාරීන් සඳහා Practice Supervision නියමු වැඩසටහන..... 47</b>			
<b>ශ්‍රී ලංකාවේ නියමු ස්ථාන දෙකෙහි ලද අත්දැකීම් සහ ආවර්ජන</b>			
COVID-19 සහ Group Practice Supervision කෙරෙහි එහි බලපෑම	49		
අධීක්ෂකවරයෙකුගේ ගමන්මඟ	60		
වයඹ පළාතේ උපදේශකවරුන් සමග පැවැත්වූ සම්මුඛ සාකච්ඡා	67		
නැගෙනහිර පළාතේ උපදේශකවරුන් සමග පැවැත්වූ සම්මුඛ සාකච්ඡා	86		



Photo credits :  
Sujeewa de Silva

# **Piloting Practice Supervision for the Government Counselling Cadre**

**Lessons and Reflections from  
Two Pilot Locations in Sri Lanka  
Volume 2**



# COVID-19 and its effects on Group Practice Supervision

Mihiri Ferdinando & Gameela Samarasinghe

Group Practice Supervision introduced to Government Counselors by the State Ministry of Samurdhi (SMS) and the State Ministry of Women & Child Development (SMWCD)<sup>1</sup> in 2019, saw considerable change with the COVID-19 pandemic that hit Sri Lankan shores in March 2020. Practice Supervision was first introduced in response to the recommendations of the Foundation's 2018 mapping study which highlighted the need for expert supervision. The Practice Supervision model put into place was fully cognizant of the “do no harm” principle to the already functioning peer support model. Peer support was mandated for all government counsellors by a circular in 2015, and this model was introduced in response to

the Foundation's 2015 mapping study. The pilot initiative of Practice Supervision implemented in the North Western and the Eastern Provinces included 24 counsellors from Kurunegala and 26 counsellors from Batticaloa, Ampara & Trincomalee in the first cycle of the programme. In cycle one, the selected counsellors were grouped into smaller groups of 6 members; thus, each pilot location had four groups that ran for a 12-month cycle, facilitated by an external practice supervisor. This paper discusses the changes to implementation that were made to sustain work through disruptions caused by the COVID-19 pandemic.

## The first wave and then the second

The first wave of the COVID-19 was well contained in Sri Lanka with strict restrictions put into place by the government, including a lockdown from mid - March 2020, and an indefinite curfew initially imposed in 6 of the 25 districts, and thereafter, island-wide. The strict restrictions were able to contain the number of cases with a relatively low number of deaths (11) as at September 30<sup>th</sup> 2020.

With the onset of the first wave of the pandemic, a methodology was developed for remote delivery of Practice Supervision. The Technical Committee set up to steer and guide the *Improving Mental Health and Psychosocial Support Services Associated with Consolidating Transitional Justice* (IMPACT) project developed a protocol for a simple “*check-in call*”. The purpose of developing the methodology for the *check-*

<sup>1</sup> *Piloting Practice Supervision for the Government Counselling Cadre Lessons and Reflections from Two Pilot Locations in Sri Lanka*

*The Asia Foundation 2020. Practice Supervision was introduced to counsellors attached to the State Ministry of Samurdhi, Home Economy, Microfinances, Self-Employment, Enterprise Development and Development of Underutilised State Resources ( Short form State Ministry of Samurdhi - SMS) and the State Ministry of Women Child Development, Pre School and Primary Education, School Infrastructure and School Services ( Short form State Ministry of Women and Child Development - SMWCD) in 2019 for the first time.*

*in call* was for the Practice Supervisor to be in touch with each of the counsellors assigned to them. The methodology for the *check - in call* involved the Practice Supervisor connecting with the counsellor to discuss both their personal wellbeing during the lockdown, and their counselling and psychosocial practice: if they were physically going to work, what did it entail? Were they conducting assessments on the number of individuals and families directly affected by the COVID-19? Were they engaged in relief work or counselling support? Following these check - in calls, a simple *Guide for Remote Practice Supervision*<sup>2</sup> was developed. The *Guide for Remote Practice Supervision* documents four areas based on the support requirements of the counsellors; section one is for counsellors who are engaged in providing support either remotely or face-to-face, section two is for counsellors who need support with a personal issue, section three is for counsellors dealing with any COVID-19 related incidents that they would like to discuss further and the final section is for any other concerns. Between the first wave and the second wave, different configurations of group and individual Practice Supervision sessions were conducted.

*With the first wave, it was easier to be in touch with the counsellors, especially when curfew was imposed and the counsellors were mostly at home. During the lockdown and curfew period, the counsellors resorted to a number of different tasks that included:*

- *Attending training programmes organised by the Ministry with regard to setting up drug rehabilitation centres in the island.*
- *Supporting the practical needs of the people by distributing food rations and the government stipend, including a host of supplemental practical supports.*
- *Philanthropic work such as collaborating / teaming up with colleagues to collect funds to support the community, helping those who lost jobs during the COVID-19 crisis, and providing them with rations and other requirements.*

- *Speaking to clients who took the initiative to call them and subsequently conducting remote sessions.*
- *Offering clients the option of connecting via the phone for remote counselling sessions.*
- *Conducting in - person counselling sessions and conducting home visits with the necessary precautions.*

*However, some counsellors believed that not having any contact with clients, even via phone follow up was the best course of action as they sensed this medium was not practical. Others felt safer waiting for a clear directive or action plan from their line management.*

<sup>2</sup> See Appendix I for remote check-in calls tool

The second wave of the pandemic in October 2021<sup>10</sup> was far more widespread, with a spike in the number of infections and the number of deaths. With the second wave of the pandemic, Practice Supervision operated very much as a hybrid model, which is discussed in more detail below. It took some time for counsellors to recognise issues which presented as either direct or indirect results of the pandemic. The two cases mentioned in summary below are illustrative of the types of problems counsellors were confronted with:

### Case 1:

Job loss with the COVID-19 and related issues

*Jayaseelan<sup>3</sup> (male/ 39), was referred to the counsellor from the Base Hospital. Jayaseelan, a technical assistant in a private firm, lost his job as a result of the economic downturn due to COVID-19. Being a father of three and living in rented premises*

*together with additional new duties of childcare, took a toll on Jayaseelan. His formative years were also difficult as he had to cut short his education to shoulder the economic burden of the household. As a result, his siblings are well placed in life. Jayaseelan feels that his siblings are ungrateful, as they are not supporting him now when he needs it. All these life situations have led him to become irritable, angry and hostile towards his family members. This resulted in him having a dispute with his sister asking her to return a plot of land which he believed to be rightfully his. The dispute became violent to the extent that it was referred to the police.*

### Case 2:

Existing problems compounded with the COVID-19 pandemic:

*A mother of three who was experiencing severe domestic violence sought the support of a counsellor during the curfew period. The husband abused alcohol and drugs. He also engaged in the illicit brewing and sale of alcohol. The wife also described*

*him as a womaniser. The period of curfew only compounded the incidents of domestic violence. On the day the curfew was lifted, the client managed to leave the house with the youngest child, however, the two older sons have been left with the father.*

## Working with a hybrid model

The Group Practice Supervision Model, when first introduced in 2019, grouped approximately 25 counsellors from each location into smaller groups of 6 members; thus, each pilot location had four groups that ran for a 12-month cycle, facilitated by an external practice supervisor. Apart from this, the counsellors were also given the option of individually meeting with the practice supervisor based on need.

Due to COVID-19, and given the restrictions of meeting and conducting physical Practice Supervision sessions, the Technical Committee reviewed how to support the counsellors so that they in turn could provide relevant support

<sup>3</sup> Fictitious name

and care to their clients. Consequently, a variety of methods of engagement were suggested. They included: using technology such as Zoom for group Practice Supervision sessions, conducting face - to - face group sessions when possible, and individual phone sessions. In the North - Western province and the Eastern province, a combination of each of these methods were used. This also called for the revision of the assessment tool developed to review the Practice Supervision sessions<sup>4</sup> to reflect the hybrid model in practice. The revised tool assessed individual sessions as well as group sessions.

Furthermore, with the volume of individual sessions increasing, the Practice Supervisors found it difficult to have approximately 25 individual sessions each month. This was particularly relevant to the North - Western province group as the 1<sup>st</sup> supervision cycle had concluded in September 2020 and the new cycle of counsellors were engaging exclusively on a remote platform, apart from the introductory meeting. To accommodate this revision to the model, a *Practice Supervision Rating Scale – Follow-up Sheet*

(*PSRS-FS*)<sup>5</sup> was developed in December 2020. The PSRS – FS would be filled by the counsellor and shared with the practice supervisor at the next Practice Supervision session. The tool would guide the counsellor’s reflective learning, drawing from the Practice Supervision session. The tool is in two parts: **Part One** explores lessons learned from the Practice Supervision session that lends to gains or changes in knowledge, skills and attitudes and **Part Two** captures the progress of the case that was previously presented by the counsellor during Practice Supervision.

## Lessons learned

The Asia Foundation had to accommodate sudden changes to their psychosocial programme due to the COVID-19 pandemic. Continuing face - to - face counselling sessions with clients was no longer possible. This meant that clients could not leave their homes for face - to - face consultations with counsellors, despite many clients still needing the support of their counsellors. Adjustments needed to be made for counsellors to continue to have their supervision

sessions with the practice supervisor. As a result, practice supervisors and counsellors brainstormed strategies for the continuation of these activities. The mobile phone and Zoom calls had to be used for this purpose. There were obvious challenges that had to be faced: cost of calls, slow internet connections, providing a safe space for sessions with clients etc. but mostly, the lack of being able to demonstrate empathy towards clients and to observe behaviour. What was most important was to ensure that clients continued to receive attention and care from counsellors and for supervision sessions with the practice supervisors to continue. Adjustments were made to accommodate the needs of counsellors who themselves suffered as a result of the pandemic i.e. allowing them to access individual support through supervision sessions. Practice supervisors had to navigate between learning how to facilitate groups of counsellors and providing individual supervision. The need for flexibility in programming and ongoing review and revision of programmes held value for The Asia Foundation during the many months of working through the pandemic to support the wellbeing

<sup>4</sup> See Appendix II for the group practice supervision rating scale – Sri Lanka (GPS-SL)

<sup>5</sup> See Appendix III for the Practice Supervision Rating Scale – Follow up Sheet (PSRS -FS)

and effectiveness of counsellors and the communities they serve.

## What next

When the partnership with GIZ comes to an end, The Asia Foundation is committed to ensure that the work that commenced will continue. Identifying practice supervisors who have access to the locations of work, i.e the North - Western and the Eastern province, was with a view of building a relationship between counsellors and the practice supervisors. While they will not continue to be engaged by the Foundation, there may be a possibility that the counsellors may contact them when they are faced with difficulties with clients. The rapport that has been built over the years between the counsellors and the practice supervisors is very valuable. Peer support was introduced by the Foundation to Government counsellors in 2015. It is hoped that the model for peer support will take in the experience of group supervision so that counsellors continue to contact their peers for case discussions after the GIZ funded programme comes to an end.

# Appendix I

## Check in call form

Name	Organisation	Contact Number	Contacted (Y/N)	Do they currently work? (Going to office/needs assessment/relief work) (Y/N)	Agreed for individual sessions (Y/N)	Any Comments

# Appendix II

## Group Practice Supervision Rating Scale (GPS/RS)

Date : .....

Group # : .....

### Group Practice Supervision Rating Scale – Sri Lanka (GPS/RS)

#### Improving Mental Health and Psychosocial Support Services Associated with Consolidating Transitional Justice (IMPACT)

The purpose of this rating scale is to assess the provision of Practice Supervision to counsellors in group settings as well as in individual sessions. It reviews group as well as individual competencies. The items have been selected based on existing models of supervision, the ENACT tool (Kohrt et al, 2015) as well as the ground experiences of the practice supervisors, technical advisors and TAF core team after piloting the project for 12 months. While the first iteration of the tool reviewed the provision of Practice Supervision for counsellors in group settings, the current iteration also reviews individual sessions.

**How to fill:** The scale is to be filled by the practice supervisor facilitating the session after it has been concluded. The tool is in three parts: **Part One** deals with indicators to assess group C. “Not Relevant” should be checked for individual sessions, omitting marking the group rating scale of Part One. **Part Two** deals with indicators to assess individual competencies where the practice supervisor will assess how the counsellor has responded to the case discussed. An individual will be assessed approximately once every 3 months. The scoring in the rating scale refers to **(1) Needs improvement** (indicating an absence of knowledge about the concept being evaluated), **(2) Done partially** (indicating that the counsellors have a satisfactory level of knowledge of the concept but are not effective in its implementation), **(3) Done well** (indicating that the counsellors display a satisfactory level of knowledge and implementation). Descriptions for each of the items can be found in Appendix I. Part Three of the tool deals with the list of themes on which the supervisor must take detailed notes.

### Part 01

Not Relevant  (✓)

Group competencies	Item	1	2	3
G - 01	Active listening.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G - 02	Reflective questions	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G - 03	Awareness of self within the group	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G - 04	Maintaining focus and cohesive function.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Comments (Optional):

## Part 02

Case # : .....

Presenter code : .....

Main theme of the case:				
Individual competencies	Item	1	2	3
I - 01	Case conceptualisation.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 02	Empathy for the client.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 03	Intervention aligned with client needs.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 04	Feasible interventions.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Case # : .....

Presenter code : .....

Main theme of the case:				
Individual competencies	Item	1	2	3
I - 01	Case conceptualisation.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 02	Empathy for the client.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 03	Intervention aligned with client needs.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 04	Feasible interventions.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Part 03

Presenter code : .....

N.1 Case summary :

N.2 Problem identification :

N.3 Case conceptualisation :

N.4 Reflective Practice :

N.5 Interventions :

N.6 Referral / Role & scope :

N.7 Group dynamics :

## Description of items

### GROUP - Group and process

- **G - 01 Active listening.**  
Respecting the viewpoints of other people, not interrupting or talking over others. Not shifting from the discussion at hand to take the focus away from presenter to their own personal experiences.
- **G - 02 Reflective questions.**  
Asking questions that elicit reflective thinking from the presenter and help move the case forward. Refraining from asking questions to merely satisfy personal curiosity or investigate the “truth”.
- **G - 03 Awareness of self within the group.**  
Being aware of themselves in relation to the group members. Power sharing and maintaining safety and security within the group.
- **G - 04 Maintaining focus and cohesive function.**  
The ability of the group as a whole to self - regulate and provide appropriate cues, prompts and appropriate feedback to retain the objective of the session.

### Individual - Case conceptualization and intervention

The practice supervisor will fill in this part of the rating scale based on what has already been done by the counsellor.

- **I - 01 Case conceptualization.**  
Being able to understand the nature of the client’s problem, how and why the problem developed, and explain the case using the 5P model and other techniques such as the genogram.
- **I - 02 Empathy for the client.**  
Demonstrating an ability to understand the client’s feelings and world view from the client’s perspective. Refraining from the use of stereotypes, biases or personal experiences to explain the situation and plan the way forward.
- **I - 03 Interventions aligned with client needs.**  
The counsellor has identified the client’s needs and the interventions addressed by the counsellor are aligned with the problem and the needs of the client.
- **I - 04 Feasible interventions.**  
The interventions addressed by the counsellor are reasonable and have taken into account the resources accessible to the client and the counsellor.

## References

Kohrt, B. A., Jordans, M. J., Raj, S., Shrestha, P., Luitel, N. P., Ramaiya, M. K., Singla, D. R., & Patel, V. (2015). *Therapist competence in global mental health: Development of the enhancing assessment of common therapeutic factors (ENACT) rating scale. Behaviour Research and Therapy, 69, 11-21.* <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.03.009>

# Appendix III

## Practice Supervision Rating Scale - Follow Up Sheet (PSRS - FS)

### Practice Supervision Rating Scale - Follow Up Sheet

Counsellor code : .....

Date : .....

**Instructions:** To be filled by the counsellor and submitted to the practice supervisor at the next Practice Supervision session. The counsellor is to reflect on learning from the Practice Supervision session and fill in the form. The form is in two parts: **Part One** deals with lessons learned from the Practice Supervision session that leads to improvement in knowledge, skills and attitudes. **Part Two** deals with recording the progress of the case that was previously submitted by the counsellor to the Practice Supervision session.

### Part 01

Lessons learned from the Practice Supervision Sessions	Competency enhanced (name the competency: knowledge, skills or attitude)	What action, method or approach did you take or change after the discussion?
F - 01		
F - 02		
F - 03		

### Part 02

Progress of the case previously submitted for Practice Supervision	Detail how the case was taken forward following the Practice Supervision session
Date when the case was first submitted for Practice Supervision:	
Title for the case (elaborate in two or three words the core issue; i.e.pregnant unwed mother):	
F - 04	

# The Journey of a Supervisor

*Niluka Wickremesinghe & Roshan Dhammapala*

Twelve months into the Covid - 19 pandemic I<sup>6</sup> pause to reflect on the role I undertook as a practice supervisor for a group of counsellors attached to the ministries related to Samurdhi and Women & Child Development in a district in the North - Western province of Sri Lanka. What I set out to do was part of The Asia Foundation's pilot programme to offer a group supervision model for government counsellors in selected regions of Sri Lanka.

During my first meeting with them, they expressed a desire to have access to an experienced person in the field who would offer them guidance and support. Some suggested that counsellors too needed to have access to a counsellor to talk through some of their own personal struggles.

With the intention of fulfilling these two expectations, my initial plan was to create a safe learning space for counsellors to self-reflect and examine their practice, and from this, I hoped, we could also

explore some of their challenges related to their work or their personal lives. I was conscious, however, to not impose a hierarchical relationship on them as expert and understudy. Instead, my approach was to remain flexible, approachable and share a level platform where we can learn from each other. I gave them the freedom to schedule their appointments with me and take responsibility for their attendance and participation. I hoped to establish a collaborative partnership with the counsellors where I would respect their competencies working with complex mental health and psychosocial issues within their local culture and context, while I would share my knowledge and expertise specific to counselling approaches and mental health issues. It was not that I was unfamiliar with the culture and context in which they worked. Having married into a family who hailed from this same district, I had come to learn of the realities of agricultural and rural communities in the area. My 15 years

of work in child protection had given me exposure to diverse psychosocial issues which affect families in several regions in Sri Lanka.

Yet, I observed that this approach appealed to only some counsellors in this group based on their initiative, frequency and responsiveness to schedule and commit to supervision sessions. I was also aware that only a few of them reached out to schedule one - to - one sessions. It appeared that these individual sessions were regarded as 'counselling sessions' and there seemed to be some caution and reluctance to access it, although previously, it was cited as a need.

In this backdrop, I also became aware of the helping dynamics which emerged from many of the cases the counsellors presented in supervision. Clients would appeal to the counsellor as the person with the capacity and influence to resolve difficult problem situations; counsellors

*<sup>6</sup> This article is written collaboratively by the Practice Supervisor and the Technical Advisor from the perspective of the Practice Supervisor.*

would often respond to clients with an urgency to ease their suffering. The helper was perceived to have authority or power to effect positive change with benevolent intentions, while the help seeker was almost always portrayed to be disempowered, helpless or dependent (asaranai / අසරණයි). I wondered if this perception of seeking help or support was the reason to avoid one - to - one sessions with me. Or perhaps the manner in which I occupied the role of supervisor did not prove me a capable problem solver or capable helper. I did not command authority. I did not direct and take charge. I did not reprimand. (I wanted to allow for choice and agency and not have them feel these sessions were forced upon them.) And in not doing so, I discovered that the popular person - centred counselling approach<sup>7</sup> I had adopted lacked traction. The pecking order or hierarchical structure in the counsellor - supervisor relationship served a purpose and deviating from it due to my own discomfort with it seemed to have created some anxiety and disorganisation, almost like a group of school children without a teacher. I observed in group supervision that counsellors were hesitant to trust or place

value on peer knowledge and input when they encountered a dilemma in their work unless it was endorsed by an authority.

Empowered by these insights, yet with some discomfort, I adapted my method to a more directive and structured one when I commenced phase II with a new group of counsellors. I assigned one - to - one sessions for all of them as group sessions were no longer possible with the advent of the COVID-19 related restrictions on travel and gatherings. Counsellors could use the one - to - one sessions to discuss their client work or a personal challenge. The attendance improved. However, this was also a group with less practice experience than the first group. There was an interest to gain and improve knowledge and skills, including a noticeable openness to discuss difficulties in relation to their practice. I assumed this was universal and the longer a person worked in their profession, the greater the risk of being vulnerable. The counsellors responded well to the structured and directive approach.

With both groups, I had the opportunity to work remotely under different circumstances (Phase 1 and Phase 2 of

the pandemic). Group one was during a lockdown and group two when the country had moved out of a lockdown phase, however, with restricted working conditions. During the first phase, it was easy to contact the counsellors on the phone, nevertheless, they didn't always have the ability to engage freely in a session. Some had small homes where they were unable to seclude themselves from the children and other family members to engage in supervision. Many were distracted by household chores and childcare responsibilities. Others were busy with relief response work (delivering rations, medication etc. to families in the villages). Any counselling / supervision sessions they now undertook was limited to phone conversations. Some counsellors had very poor mobile network coverage in the areas in which they lived. During the lockdown, I recall a session with a counsellor which was disturbed quite a few times as he moved from place to place outside his house trying to find a secure network connection. When we finally began an uninterrupted conversation, the call was disconnected. On reconnecting, he informed me that he was forced to seek out shade from the burning sun (where the

<sup>7</sup> Casemore, R., 2011. *Person-centred counselling in a nutshell*. London: SAGE.

mobile network connection was strongest) hence the reason the call disconnected.

With these practical difficulties in mind, I made an effort to schedule supervision sessions at times that were convenient for each of them individually. It was a mammoth task trying to work around the schedules of 24 counsellors which fell anywhere between 6.30 am or late at night, after 9.00 pm. It was a time when work roles overlapped with the personal and the counsellors did not have enough facilities and resources to manage a 'work from home' situation. As Sri Lanka emerged from two months of strict lockdown, the counsellors were expected to resume their work and field visits with precautions. I assigned learning activities for half of the group while engaging in one - to - one remote supervisions with the other half. This was an effective method of keeping a large group engaged and also developing self - learning skills through their learning tasks with their client, which we would review the following month. The tasks were set out to revisit and practice some of the teaching which had taken place in the past using the information of clients who are currently using their

services e.g. case formulation using the 5P model. Through these, I hoped to support them to think and work more extensively with the client rather than resorting to quick problem solving / crisis management methods of helping which tend to be less sustainable approaches.

As the remote supervision continues, I feel a sense of satisfaction that we found ways to adapt to many barriers and install and sustain this learning circle and ethos, albeit with the many disruptions. The group sessions are indeed missed and the experiential learning which would have come about had they continued is indeed a loss for the group. However, the consequence of having one - to - one supervision sessions (even though it was via a remote platform) has been beneficial as I was able to understand individual strengths and areas for growth and change. Inadvertently we may also have stumbled on a sustainable approach to provide supervision via remote platforms for these counsellors in the future using a pool of resource persons to share the work.



**In the next section, eight counsellors from the North Western and Eastern provinces share their personal experiences of Practice Supervision with an interviewer. They discuss the distinctions between the *Peer Support Mechanism* and *Practice Supervision* as well as the challenges and benefits of group, individual and remote supervision. The counsellors also illustrate their key learnings and reflections using client cases they have brought into the discussion sessions with the Practice Supervisor.**



# Postnatal Depression

*Wathsala Karunarathne*

According to perspectives my clients as well as wider society hold, the interpersonal bond between a mother and her infant can be viewed as a sacred one that evokes immense affection. A woman is often required to adapt to a variety of roles - in addition to that of motherhood - whilst working through the many circumstances the society presents her with; required to fulfil multiple responsibilities towards her family, and live up to the expectations of society - at large. The role of a mother is considered to be sacred, and the birth of a child can be an exciting and happy experience for not only for the mother and the father, but also the entire family. At the same time, based on the testimonies of many clients, this happiness may be accompanied by a lot of difficult experiences. These included instances where such dilemmas may interfere with and exacerbate problems in the bond between the child and the mother, the mother and the father, as well as in interpersonal

relationships and the daily routine of all family members. However, though the birth of a child can result in a multitude of exciting and positive incidents, some mothers may experience psychological burdens. According to lived experiences of our clients, such situations may have punishing / dire / substantial effects on the relationship between the infant and his / her mother, as well as the mother and the father.

The basis of a child learning to adapt to society begins with the mother and it is the primary stage of social adaptation. Becoming a mother is not an easy feat and similarly, adapting to the role of a mother after the very first day of childbirth too is immensely challenging. Assuming the role of a mother or a carer of a child can result in a lot of happiness, with many believing it can be a new beginning in a person's life, and many are very hopeful and eager about stepping into motherhood. Though this is the case, some of them may show

immense sadness and lack of happiness / excitement even after giving birth. According to these mothers, the most common reason behind this is the extreme exhaustion / weariness they constantly feel. This is viewed as a normal condition in most cases. However, for some mothers, they may experience depressive states after childbirth.

A male entering fatherhood is also a complex dynamic where they too will have to face similar challenges due to this transition. While a mother would endure the physical pain of childbirth and start caring for the newborn from the moment it is born, a father is required to tirelessly provide safety, security, nutrition and good health conditions to both the mother and the baby. Therefore, stepping into fatherhood is a definite milestone and a time period that will be accompanied by a lot of responsibilities. During this time, the father will have to act with immense patience and have proper knowledge

about the complications the mother might have to contend with. Consequently, the experiences of our clients indicate the role of a father to be pivotal in that of a child born physically healthy as well as the wellbeing of the mother thereafter. The clients' experiences further demonstrate the sense of solace they enjoy as a result of the love and care their partners display towards them.

When examining the presenting problems of the clients who are referred with or are found to have postnatal depression, it is clear that they primarily reveal reduced abilities in concentrating and excessive cleanliness and orderliness than before. Through further discussions, physical and psychological changes as well as changes in interests, and the frequent mood of sadness and crying spells which transpire as a result can also be identified to have occurred when compared with pre - morbid conditions. Furthermore, irritability and hypersensitivity can also be seen as frequently occurring whilst such clients may also present with feelings of hopelessness, feeling isolated and empty,

not enjoying the things they used to enjoy before in their daily lives. Moreover, diminished feelings of affection towards the husband, feeling irritated with family members, physical and mental lethargy are also frequently reported by these clients.

Clients also experience a variety of sleep difficulties. While for some this includes constant drowsiness / sleepiness, others experience insomnia conditions. In terms of appetite, some may have an overly increased appetite while others may experience aversion to food. With regard to thoughts, some clients report experiencing thoughts related to self - harm and hurting their child. Ignoring the cries of the child despite how intense they are, refraining from attending to caring, cleaning or feeding the child can also be among the characteristic symptoms of this condition and some clients report that they had wanted to lie in bed all day.

However, such changes lead to criticism from family members resulting in these mothers sometimes being scolded harshly. According to most clients, this leads them

to feel as if they want to discontinue the work they already manage with immense difficulty, constantly feeling like they cannot properly do anything in life. There have even been instances where the mother had been separated from the child when such changes become noticeable to family members. Feelings of defeat, guilt, and wanting to stay isolated from family and friends are some of the prominent presenting problems that clients express when faced with such situations whilst experiencing postnatal depression. Clients may also present with issues related to their memory as well as decreased certainty and confidence about what they do. For example, they may forget if they have already fed their child and the position they laid their child in bed and etc. These might occur due to confusion resulting from such issues related to loss of memory.

Hormonal changes that take place in the body after childbirth, including the increased concentration of cortisol in the body, can make individuals vulnerable to experiencing pre and postnatal

depression. Difficulties in tolerating and adjusting to the new and increased load of responsibilities may also be significant risk factors. Such pressures can make people attribute various reasons to their discomforts. For instance, a client who was pressurised due to the burden of increased responsibilities had once realised that her child was continuously crying and had attributed it to not having enough milk to feed the infant because of being extremely thin. Some mothers tend to get psychologically affected by certain physical factors such as the difficulties in feeding the child due to certain abnormalities in the chest area which in turn makes the child feel irritable due to hunger, resulting in lack of nutrition and sleep. In such situations, it is important to make the mother and the family members aware that more than the structure of the body, the nutrition the mother gets and her psychological wellbeing play a key role in being able to produce milk for the child. It is also important to make the family members aware of how they could support the mother in order to help her effectively deal with the pressures she is

experiencing. Some mothers may harbour irrational fears that they will not be able to give proper care for their child, that the child will frequently fall ill and will not show proper development. Moreover, feelings of dislike towards hugging the child and keeping the child closer to them are also sometimes experienced. Problems may occur during the first few years due to increased responsibilities a mother may have to assume in bringing up a child where she will have to face increased fatigue and lack of rest. This, along with possible economic burdens that may develop around the child, may have immense pressure on the mother, leading to conditions such as postnatal depression. Further risk factors include genetic vulnerability, pre - existing mental conditions and the fear of facing new responsibilities and experiences. Moreover, complications that may arise in the newborn and situations such as domestic violence, negligence and financial struggles may also put additional pressure on the mother, resulting in postnatal depression.

According to the lived experience of many clients, in order to adjust to such psychological changes and confused patterns of behaviour, it is important that the counsellors provide the clients with awareness on always keeping their children at a distance visible to the parents' eye, and encouraging the mothers to sing lullabies to their children in an affectionate way, strengthening the bond between them. Additionally, counsellors must provide insight into actively taking care of the child from the very beginning, educating the child's father on how he can support the mother and educating the family members as to how they can be more kind and caring towards her. In such situations, the husband of the client is seen as the most suitable person to bond with the client and provide her with the support she needs. He could do so, for example, by helping the mother take care of the child during the night. Moreover, the counsellor can provide psychoeducation to the father as well as other family members about postnatal depression, explaining that it is temporary, and showing them how the client should

be cared for and treated in order to enable her to better take care of her child.

During the course of the postnatal depression, it is pertinent to appreciate and convey admiration for the mother whenever possible, to ensure she is not isolated, and to spend quality time with her. Health service officials / units sometimes diagnose mothers as having postnatal depression and though they make referrals to counselling services, a reluctance in obtaining psychological support is seen in clients. They also avoid seeking medical help due to implicit feelings of embarrassment they may harbour. They tend to look at themselves as bad and unsuccessful mothers if such a diagnosis is given, thus feeling increasingly pressured. However, it is important to help the mothers understand that such a diagnosis does not portray them as failures or as bad mothers, and it is also important to convey this message to their partners and family members. This should be supplemented by information about the importance of being supportive towards the client and encouraging her

to seek medical support, without which her condition might exacerbate.

Postnatal depression is a condition that needs psychiatric support and interventions and is something that can be effectively addressed through psychiatric and psychological care. Nonetheless, avoiding healthcare may result in worsened conditions and can be harmful to both the child and the mother. Therefore, it is important to provide and spread awareness that obtaining necessary medical help will result in the mother stepping into a better life with her child and her family.

**Ms. Wathsala Karunaratne is a counsellor attached to the Pannala District Secretariat. Inspired by her article on Postpartum Depression, we met with Ms. Wathsala to discuss how counselling support can be given to a client going through postpartum depression and what challenges counsellors might face when providing counselling services to these clients.**

*Omella Outschoorn and  
Wathsala Karunaratne*

According to Ms. Wathsala's description, counselling services can be provided in two ways during such an instance. They are: directly providing counselling support to the client and working with the client's family members by providing them with counselling support and awareness about the condition. Providing counselling to a client who is experiencing Postpartum depression includes encouraging and teaching clients to share their concerns and troublesome thoughts with their loved ones using counselling techniques to bring the clients to their premorbid conditions, encouraging clients to seek help in times of need, to take adequate rest, to manage their time effectively, to engage in activities that might make them feel better as well as to get their necessities fulfilled without restricting one's self to unrealistic boundaries.

When working with family members of a client, they can be involved in counselling sessions where psychoeducation can be provided on postpartum depression. Moreover, conducting discussions and explorations on how the family can

support the client and providing them with the necessary awareness on the importance of family support can also be done through engaging the family in counselling sessions. This can lead to a lessening of expectations and responsibilities laid on the client and help the family members to adapt to a more flexible and lenient approach in dealing with the client, which in turn will lessen the client's mental and physical weariness. Identifying other issues in the family system and the dynamics between family members that may contribute towards depressive states and guiding towards addressing them is also another way in which counselling can help in addressing postpartum depression. Identifying such issues and addressing them will help in building the psychological well - being of the clients. Furthermore, engaging the partner of the client in counselling sessions will be immensely helpful in exploring and building awareness on ways that they can be supportive towards the client, thus getting their assistance in the healing process.

Ms. Wathsala describes a case of postpartum depression she presented at Practice Supervision and recalls the new knowledge she obtained in the process. According to her, counsellors may come across topics that may be uncomfortable for them to deal with. She mentions, for example, that a counsellor who is not married may find it difficult to discuss aspects related to sexuality with clients and that they might have certain fears in addressing such concerns. However, a counsellor's role requires addressing all aspects of the problems presented by a client. Therefore, she recalls learning about referring clients to a different counsellor or a counsellor who is specialised in the area of concern, in order to maintain an ethical practice as well as to provide a fair service to the client. Moreover, the experiences of colleagues on similar topics shared during Practice Supervision may add to the knowledge of the counsellors on working towards addressing personally challenging topics. She further mentions learning the importance of reading up on these topics and engaging in self-study as well

as sharing knowledge with colleagues as these too can help during such instances.

When working with clients who are experiencing postpartum depression, one of the main challenges a counsellor faces is clients abruptly withholding from attending therapy sessions and their tendency of avoiding the counsellor afterwards. The stigma attached to postpartum depression and the fear of being labelled mentally ill as a result of engaging in counselling are the main reasons behind this, Ms. Wathsala observes. Another significant challenge was that of family members and partners who assumed the client was pretending and faking symptoms. According to such family members, they feel the clients pretend to show symptoms as a reaction to not wanting to complete daily chores and responsibilities post childbirth. According to Ms. Wathsala, the lack of awareness and knowledge about postpartum depression that leads to such misconceptions was one of the reasons that tempted her to write her article on the topic. Moreover, Ms. Wathsala suggests

that for counsellors who have personally experienced postpartum depression, it might be challenging when working with clients who present with the same condition. Furthermore, personal opinions of counsellors as well as widespread beliefs and attitudes learned through society may become barriers when working with clients who are experiencing postpartum depression. However, she emphasises that the education the counsellors get helps counteract such stigma and misconceptions.

Finally, Ms. Wathsala briefly describes the role of a counsellor and says that typically, a client approaches counselling services due to being stuck in problematic situations and the main role of a counsellor is about showing alternative pathways for clients to address their own problems rather than being bestagnant in a chosen and limited frame of thinking. Ms. Wathsala emphasizes the fact that though counselling shows alternative pathways, it will never force counselling techniques and processes on any client. However, when providing counselling

to individuals, it becomes immensely challenging for the counsellors when family members of the clients refuse to accept that their loved one is experiencing a psychological condition, when they refuse to accept treatment on such occasions, and when they perceive participating in psychological counselling to bring shame on the client and the family. Moreover, Ms. Wathsala suggests that a lack of provisions results in counsellors not having enough space to work with clients in a way that assures their privacy and confidentiality, the inability of having follow up sessions or information after referring clients to other services, and not having an opportunity apart from Practice Supervision to share knowledge among one another, are some other challenges that counsellors face when providing services to clients.

**The article below describes the views of Ms. G. K. G. K. Rathnamalala who shared her experiences of engaging in the Practice Supervision process.**

*Omella Outschoorn and  
G. K. G. K. Rathnamalala*

Ms. Rathnamalala had participated in Peer Supervision prior to engaging in the Practice Supervision process and according to her, the former was conducted using a pre - developed framework. It had been conducted by the district coordinator during monthly progress sessions with a group of approximately 15 members. She expressed that this process included each member presenting a case that was challenging to be solved with the rest of the team members expressing what they felt about it and how they would address it if they were faced with such a challenge. The Peer Supervision sessions had been explorations of such questions, and compared to this framework, Practice Supervision was primarily limited to six members per group. This allowed more time and chances to be allocated to each group member for expressing their views, thus making this approach to supervision more open and unrestricted. These changes brought about important benefits for the counsellors as they facilitated the ability to view a problem from different angles by engaging in deep and

descriptive evaluations which required time. Moreover, the concept of conducting follow-up sessions introduced through Practice Supervision ensured the status of each case is evaluated from time to time.

According to Ms. Rathnamalala, apart from these, the inclusion of a practice supervisor enabled the smooth flow of the discussion sessions and the practice supervisor was able to add more knowledge and invaluable input to the ideas and alternative suggestions made by group members. She mentions that Peer Supervision was the first - ever opportunity she got in receiving supervisor feedback on her counselling practice and believes it to have been extremely beneficial. She believes that the introduction of Practice Supervision significantly contributed to further enhancing the efficacy and the beneficial nature of the supervision process. According to her, creating groups with counsellors from both the ministries of Women & Child Development and Social Services enabled the members to obtain a wide range of experiences and created the chance to benefit from a variety of

solutions from group members as well as the practice supervisor, thus facilitating deep, descriptive and clear explorations about problematic situations.

She goes on to describe group and individual sessions that were conducted under the Practice Supervision process and says that she participated in both supervision designs. She views individual sessions to have been more beneficial for her in terms of carrying on with her work as a counsellor as well as addressing certain problems she faced in her private life. She had used individual sessions with the Practice Supervisor to identify and understand certain feelings she was experiencing in her academic and personal life, to identify certain weaknesses in her and to work towards overcoming them as well as to build academic and life goals for her future. She mentions these to have ultimately resulted in her experiencing a more relaxed and calm state of being that enabled in effectively attending to stressful situations that occurred daily. She further views individual sessions to be helpful in conferring about problematic

situations that cannot be discussed with others / peers and also those that occur with higher officials.

A prominent benefit of individual sessions, according to Ms. Rathnamalala, was that this concept challenged the already formed misconceptions that depicted counsellors as “individuals who do not face issues in their personal lives” and as “those who don’t experience drawbacks in life” as these sessions were also used to address personal issues and grievances the counsellors themselves were facing, and therefore, was useful in eliminating the discomforts the counsellors had about sharing their personal concerns / issues with others. Afterwards, she shares her ideas about group sessions and believes them to be a good opportunity for counsellors to share and address the challenges they face when working with clients as this method facilitates the chance to look at such concerns from a number of new and different perspectives, views and suggestions shared by the team members and to obtain alternative ideas from the supervisor on these, which in

turn will enable them to better address client issues. Furthermore, receiving the opportunity to learn about similar situations other members have faced and to listen to what they learned through it (i.e., acquiring knowledge about the techniques they used in addressing problematic situations) is also a benefit of group sessions. She believes such beneficial aspects to be capable of generating new knowledge which in turn would help in conducting counselling sessions in a more practical manner. The unique benefits both group and individual sessions provide make Ms. Rathnamalala feel that both sessions are similarly important in carrying out the Practice Supervision process as they contribute to achieving the goals of Practice Supervision through different but unique ways. However, she elaborates on one minus point she saw in group sessions. According to her, as Practice Supervision sessions consist of group members with varying amounts of experience, there can be instances where certain members tend to criticise and judge the methods carried out so far by the presenter in relation to

the case being discussed, and this might damage the professional dignity of him/her.

Subsequently, Ms. Rathnamalala describes a case she presented at Practice Supervision which was about an elderly lady who was facing difficulties due to the extreme alcohol dependency of her husband including a series of headaches her daughter was experiencing. Family members who were residing with the client included her husband, elderly mother, daughter and granddaughter. According to Ms. Rathnamala, the alcohol dependency of the husband was leading towards highly inappropriate behaviours resulting in an extreme threat to the safety of the elderly mother and the granddaughter of the client. Additionally, the amounts of money spent on drugs and alcohol were significantly affecting the family's financial situation. There were a lot of other problems the family was facing, and due to all these concerns, Ms. Rathnalala sought support and supervision from the practice supervisor and the team. As a result, she understood the need of referring the client to a number of other

services apart from counselling and mentions that the client "did not present with concerns that needed private / individual counselling support". According to the feedback we obtained from the local counsellors, it is noteworthy that a majority of the presenting problems in clients from local settings warrant mere referrals to other services rather than providing counselling assistance. However, through explorations and discussions conducted with the client, our counsellor identifies a few concerns about the client's daughter that needed counselling support. Therefore, whilst referring the mother to obtain support from relevant social service units, the counsellor engages in providing psychological support to the daughter by making her a separate client. As a result, the counsellor understands the alcohol dependency of the client's father, the unsafe position her daughter is being put in due to the father's inappropriate behaviour, and the difficult financial situation she was finding herself in after being divorced from her husband, as the underlying reasons for the excruciating headaches the client

was experiencing. Prior to referring her to obtaining services such as livelihood support, Ms. Rathnamalala starts conducting counselling sessions with the daughter (client) to help her manage stress and to develop skills in adapting to her environment as well as on how to effectively solve problems. Finally through using such counselling interventions and also by referring to additional services, the counsellor helps both the mother and daughter and, according to Ms. Rathnalala, presenting this case at Practice Supervision immensely helped obtain favourable outcomes.

Finally, Ms. Rathnalala shares what she learned through the process of Practice Supervision. She recalls learning to clearly distinguish between client needs and the needs / expectations that a counsellor might have on behalf of the client as a result of having the client's best interests in mind, and to collaboratively explore the needs of clients through having discussions with them to be the most beneficial outcomes of this process. She adds by saying that the counsellors

were able to further develop their skills in identifying presenting problems that do not fall in the scope in which a counsellor can intervene with, those that require counselling support, as well as clearly identifying and understanding the presenting problem itself. Additionally, learning about preparations that are needed prior to conducting a counselling session, ways of staying updated on counselling support techniques relevant to client cases, having basic knowledge about psychiatric medications in order to effectively provide counselling support to clients who are already on psychiatric medication, and also gaining knowledge about problems that are more frequent in certain areas were also some of the beneficial outcomes of this process according to Ms. Rathnamalala. Furthermore, though some incidents presented by the counsellors of both ministries were not experienced by many colleagues, according to Ms. Rathnamalala, there is a possibility that the majority of them will have to work with such issues at some point in their career and therefore, she believes that

the knowledge and experience gathered through Practice Supervision in relation to such cases to be of immense help in the future for those who have not yet dealt with similar situations.

She sees the addition of a practice supervisor to this process to have given the counsellors a clear idea and a portrayal of effectively using skills related to verbal and non-verbal communication, active listening, practising empathy and such other counselling skills during a counselling session. Moreover, Ms. Rathnamalala recalls happily that the practice supervisor further portrayed qualities of managing time, handling situations in a calm manner and maintaining effective professional relationships which in turn were further learning points for the group. Ms. Rathnamalala believes that Practice Supervision is a concept with immense value and expresses a willingness to engage in it once more. She also adds that it would be beneficial for the counsellors if this process could be conducted long-term by using easily accessible modalities

such as telephone conversations with experts similar to the practice supervisor they worked with.

**This article presents the views Ms. Sanoja Manathunga shared regarding the Practice Supervision process.**

*Omella Outschoorn and Sanoja Manathunga*

A Peer Supervision model had been introduced to the counsellors prior to the introduction of the Practice Supervision process and Ms. Manathunga suggests that the latter enabled the counsellors to view their counselling practice as well as issues that they face along the way in a more systematic manner. According to Ms. Manathunga, the opportunity to obtain varied feedback from peers on specific issues presented by members during Practice Supervision was one of the most important advantages of the process as it facilitated looking at problematic situations in a number of new and different perspectives that opened more paths to solve them. Moreover, she thinks that the Practice Supervision process developed the counsellors' skills in expressing their opinions to one another "without making other parties feel hurt".

Ms. Manathunga says that there are many more benefits that the counsellors got to experience with the introduction of the Practice Supervision Model. Among these, she considered counsellor groups being able to obtain supervision from a trained

Practice Supervisor as the most beneficial. Furthermore, Ms. Manathunga feels that the addition of a Practice Supervisor aided all counsellors - both experienced and new - to engage in Practice Supervision with equality. She views the practice supervisor as a resource that educated counsellors on the ever - evolving knowledge and trends in the field of counselling and she says this built on to their existing knowledge that they had acquired a few years ago. She adds to this by saying that the Practice Supervisor was a "mine of knowledge".

Furthermore, according to Ms. Manathunga, the changes that came about in addition to the introduction of practice supervision include counsellors being introduced and familiarised with maintaining extensively detailed case notes and with presenting case histories using genograms which in turn leads to using a narrower approach to explore the presenting problems of clients. She elaborates that a main structural change that happened in the supervision process with the introduction of the Practice

Supervision Model was the integration of counsellors in both the ministries of Social Services and Women & Child Development when allocating counsellors to Practice Supervision groups. She happily mentions that this enabled the counsellors of both ministries to build good professional relationships with one another and build feelings of togetherness. Moreover, she believes that introducing a set of rules and regulations was of timely need and it prevented counsellors from initiating discussions about clients with counsellors who do not belong to their group or outside of the Practice Supervision setting. She further mentions that the introduction of such a set of rules, regulations and guidelines enabled the counsellors to engage in the Practice Supervision process in a more respectful manner and with discipline.

Ms. Manathunga says that she engaged with enthusiasm in both group and individual sessions conducted under Practice Supervision and mentions that both these modes are equally important for the process. She had used individual

sessions and also phone sessions implemented during COVID-19 to discuss her personal issues as well as problematic cases she had to work with during her practice. According to her, these sessions helped her in making successful changes in her personal and professional life. She further mentions that these individual sessions were also very helpful in working towards addressing stressful and high - pressure situations counsellors come across in their profession.

Ms. Manathunga goes on to describe a case she presented at Practice Supervision.

The case was about a female client who came to her whose main problem was a Sexually Transmitted Disease (STD) she had contracted from her husband. Other problems included the alcohol and drug dependency of her husband and the huge amounts of money he spent on them. This hugely affected the family as they were already struggling with their financial situation. This couple were parents of two children and according to the client, the father was used to ill - treating the elder child due to a speech disorder he had.

As a result of all these hardships she was going through, the client was experiencing suicidal thoughts and had consequently been referred to Ms. Manathunga. However, her husband was not in favour of her receiving counselling support as he was afraid that his behaviour, as well as his medical condition, would be exposed to others. Certain religious and cultural values specific to certain communities and the stigma around STDs proves to be a barrier for Ms. Manathunga in meeting her client and she brings her concerns to the Practice Supervision session.

As Ms. Manathunga reflects with her team members, the Practice Supervisor supports her and shares invaluable ideas on how to move forward with the case. During these sessions, the team discuss ways in which the counsellor can approach the client and her family in order to provide her services. Informed by these opinions, as an initial step, the counsellor uses the help of a midwife attached to the local health services unit to get the client to visit a Women's Clinic and subsequently to an STD clinic to address her physical

health issues. During this same time, she directs the client to a mental health clinic by informing the husband that it is for a headache that the client has. Treatment from the latter helps the client address her suicidal thoughts and they gradually subside. After further discussions with the Practice Supervisor, the counsellor directs the client to seek social services support which enables the client to obtain help to build her livelihood. With such help and guidance, the client starts conducting tuition classes to teach Tamil to children as a means of being self-sufficient. This in turn resulted in the family financial condition taking a positive turn.

According to Ms. Manathunga, by presenting this case at the Practice Supervision, she becomes capable of supporting the client address her problems through indirect means when warranted, supporting the client to approach livelihood and vocational support services and also to provide counselling to bring about inner strengths of the client in terms of independence and help her build her life using her

own skills and competencies. Moreover, according to Ms. Manathunga the sessions conducted with the practice supervisor was an invaluable means of acquiring accurate information about various topics including those that are viewed as taboo and this, in turn, helped the counsellors to effectively understand and act against stigma related to these. She believes that the knowledge she acquired through practice supervision to handle this particular case will evidently be beneficial to her in effectively working with future clients.

Finally, with immense gratitude, Ms. Manathunga shares what her overall learnings were through participating in the Practice Supervision process. She mentions that though she had theoretical knowledge about conducting a counselling session, the individual and group Practice Supervision sessions were a means of obtaining a wider understanding of how the counselling process was conducted in real life. She views it as one of the most important learnings she obtained through this process and she views the Practice

Supervisor as an invaluable role model who facilitated this process.

Furthermore, Ms. Manathunga says that she was able to clearly witness the qualities of a good counsellor through the work and ways of the Practice Supervisor and that it helped her in developing many skills that were needed for her counselling practice. These included: active listening, being attentive to non-verbal communication and possible emotions that may be visible from the client, clearly understanding and exploring the presenting problems of the clients, knowing what sort of questions can and should be asked from a client, effectively engaging in exchanging information with colleagues and presenting opinions and listening to their issues with empathy, properly identifying who a / the client is during counselling sessions as well as needs and wants they may express, being attentive about what phenomena may be overlooked by a counsellor when working with a client, understanding the strengths of clients and using them to assist the client to effectively address their

problems, developing the skill of patience in oneself, understanding how an expert counsellor would work with their clients by observing the Practice Supervisor and looking at a problem through different angles and using a systems approach<sup>8</sup> to address presenting problems when required. As Ms. Manathunga further suggests, learning to clearly understand the role and scope of a counsellor was the most prominent learning point of all. She mentions that she was able to clearly see that a lot of the work that she was doing fell into the category of providing social services rather than providing counselling support. Furthermore, she views Practice Supervision as an invaluable concept and mentions that she would like to engage in the process once more if given the chance. She finishes the discussion by saying that the Practice Supervisor played a steady role in bringing about positive changes in her.

<sup>8</sup> One's family, environment and social background as well as their work environment plays a key role in their development as a social being. A systems approach considers all these aspects.

**Ms. M. A. Anuradha Malini Piyathilake is a counsellor attached to the Ministry of Women and Child Development and this article presents her views on how she experienced the Practice Supervision process.**

*Omella Outschoorn and  
M. A. Anuradha Malini Piyathilake*

Ms. Anuradha observes that Peer Supervision enabled the counsellors to acquire ideas and opinions from colleagues in order to move forward with problematic cases and to use these in effectively addressing such scenarios by considering a number of new perspectives which in turn resulted in better serving their clients. However, she views that working with this model made the counsellors get used to a limited and monotonous framework. But as Ms. Anuradha states, the model of Practice Supervision introduced afterwards provided an opportunity for the counsellors to present and talk about issues in a more open and unrestricted manner. The main advantage of this approach, according to her, was the inclusion of a practice supervisor which gave counsellors access to expert knowledge. She believes this to have helped her in providing an effective service to her clients.

Practice Supervision was carried out using two main methods and they were through conducting individual sessions

and group sessions. Ms. Anuradha holds different ideas about these two methods of practice. She had only participated in group sessions and expresses the desire to participate in individual sessions if another iteration of Practice Supervision was to be carried out with them. She goes on to express her views about group sessions and suggests that it gave the group an opportunity to look at certain problem scenarios through different views and perspectives presented by others. This, according to Ms. Anuradha, had helped the counsellors in gathering knowledge on how to approach a problem through a number of angles and also gave them an opportunity to have a look at the varying problems that clients present with. Furthermore, she appreciates the chance everyone got as a group to collaborate with and get to know one another as it facilitated learning among peers, providing new and effective methods in how others apply certain counselling techniques. She added that group sessions were also instrumental in helping them look at a problem by stepping out of certain rigid frameworks

that were holding counsellors back, to view problems in new and refreshing ways, and identify other possible aspects in a case that might be of concern in the future. Next, she describes her views about individual sessions and suggests them to be extremely helpful when it comes to discussing one's own personal problems with the practice supervisor. Moreover, according to Ms. Anuradha, sometimes counsellors find it difficult to share certain matters during group sessions and there are instances where work colleagues do not have the time to listen to the concerns of their peers due to heavy workloads. She suggests individual sessions to be of immense help during such instances too. She further mentions that the individual phone sessions carried out as a solution to COVID-19 became a barrier for conducting group sessions. Nevertheless, the phone sessions were similar in nature to that of individual sessions and were more effective and convenient compared to group sessions. After making a comparison between the group and individual sessions, Ms. Anuradha believes that individual sessions are more beneficial

when it comes to discussing problematic situations related to issues presented by clients. She gives her reasons for this by stating that there can be situations where when one member presents a concern, there might be several members who will try to evaluate him / her and the steps she / he has taken so far in their own limited frame of working / thinking, and in such situations, the way these members verbally and non - verbally express their views can be of discomfort to the presenter. Such opinions might include those about the counselling skills of the presenter as well. She further adds to this by saying that during the initiation of Practice Supervision, though a specific set of rules, regulations and guidelines were implemented on how case details should not be discussed or asked from the presenter outside of the sessions, this can be left without being adhered to and in such cases, can damage the privacy and confidentiality of the clients. Therefore, she suggests that if all rules and guidelines can be adhered to, the Practice Supervision process would be more efficient and that the members would

be able to acquire more knowledge in a shorter period of time since unnecessarily long descriptions and exchanges could be avoided as a result of adhering to the set guidelines.

Afterwards, Ms. Anuradha describes a case that she presented at Practice Supervision which was about a young married couple. Both of them were originally from very rich families and were married through a marriage proposal. They were parents to a 3 - year old boy and due to constant fights between them, a mutual relative had referred them to Ms. Anuradha. The wife was used to a luxurious lifestyle as opposed to the husband, who was always concerned about saving more despite having a high financial profile. Due to this difference between the two, fights were a common occurrence at home and by the time they were referred to the counsellor, the wife had started getting into frequent conflicts with her parents-in-law. After having a long discussion with them, Ms. Anuradha realises that this couple was hiding certain things from her. When she asked them what they wanted to achieve

through counselling, they tell her that they want a “happy family life” and despite this being true, she notices the wife is more prone to talking excessively about her husband’s parents. Ms. Anuradha finds these as matters worthy of discussing at Practice Supervision. After consulting the practice supervisor and her peer group, she is directed towards further exploring her female client’s views about her sexual life.

The counsellor moves forward with the case through exploring the above and she is able to gather more information which helps her in understanding more prominent details about the couple’s situation. The counselling interventions administered to this couple included providing psychoeducation to the wife about a specific sexually transmitted disease condition she was experiencing in order to help her address the lack of awareness, as well as the sadness she had about the disease and about seeking medical help for it. Ms. Anuradha also focused on building awareness on maintaining better mental well - being

through practising helpful relaxation techniques. Furthermore, the counsellor used short and model stories to portray and build the clients’ capacities in terms of assuming responsibilities of the family, managing time, and saving for the future. When required, the counsellor was guided by the practice supervisor in doing the above. As a result of such interventions, at one point, the client herself used her own skills in managing her anger and Ms. Anuradha sees this as one of the intriguing outcomes of the process. Furthermore, the counsellor was able to guide the couple to work on a suitable means to generate income for their family as they were facing some financial difficulties due to the husband’s parents being in control of all finances and businesses the families collectively owned. Ms. Anuradha says that she presented more than five cases including this during Practice Supervision and that they were all successfully addressed through guidance obtained from the sessions and therefore helped her in better assisting her clients.

Finally, she shares what she learnt from the Practice Supervision process. She views the most important learning as being able to clearly identify who the client is despite the fact that their presenting problems may involve difficulties of and from others. Furthermore, according to Ms. Anuradha, further points of learning include: understanding their role and scope as a counsellor, learning how and when to make referrals, and gathering information about referral sources in case clients need assistance beyond the role and scope of the counsellor. Moreover, identifying and informing clients and their loved ones of situations that go beyond the ethical standards of the counselling process in the event they occur, identifying and focusing on suitable counselling techniques in effectively addressing a client’s problem rather than merely and unnecessarily viewing it to be complicated in nature, eliciting and understanding client needs, collaborating with the client to prioritise the problems they need addressing, and avoiding taking unnecessary risks that are not expected to and are inappropriate as a counsellor

were also learning outcomes obtained through this process according to Ms. Anuradha. She further adds to it by saying that the practice supervisor, being a person with expert knowledge, contributed immensely to the success of the supervision process compared to sessions that were conducted solely with peers, and that the Practice Supervision process is as important as training given on practising techniques expected to be used during the counselling process.

**Based in the Addalaichenai Divisional Secretariat with 6 years of experience and an educational background in social work, counselling, child rights and child protection, Mr. Manoos speaks of his experiences of Practice Supervision, both on a group and one - on - one basis.**

*Esther John and  
Manoos Aboobakkar*

According to Mr. Manoos, he and his peers welcomed the 8 - step peer support model when it was first introduced, as for the first time, it gave them a methodology for systematic case discussion and supervision. However, when he was introduced to the Practice Supervision methodology, he found the experience to be more beneficial for, unlike a flat peer - based model, Practice Supervision made room for an expert in the field to steer and guide learning. The relationship of trust and respect fostered with the Practice Supervisor enabled the counsellors to practise the application of the 5P method to improve their case conceptualisation skills and think creatively in their efforts to help their clients.

Mr. Manoos further elaborated that prior to receiving Practice Supervision, the skill of probing into the psychological aspect of the case and therapeutic interventions were not used. Much of their work had been focused on familial relationships, social aspects of the issue, referrals and assistance in financial or work matters. He added that the general practice

has been to refer clients who require intensive intervention to a psychiatrist as they have also experienced difficulties in terms of having no dedicated and private space for counselling. Practice Supervision has enabled them to focus more on psychosocial interventions and find ways of navigating limitations they might have. The counsellor mentioned that his experience prior to working at the Divisional Secretariat has been in a hospital setting for 3 years, and therefore, the practice was to work based on a psychological diagnosis. Through Practice Supervision, the counsellor has been able to learn how not to focus on the diagnosis but focus more on the psychosocial factors from the background of the client. He further explained that learning how to identify triggers in clients, possible interventions, ways of probing information, using reflective thinking and evaluation methods are skills he has been able to develop.

In the experience of Mr. Manoos, the group supervision sessions were preferred as there are various types of counsellors

from different geographical locations and it enabled vicarious learning to take place during case discussions. However, he mentioned that individual supervision sessions were found to be more beneficial for complicated cases such as child abuse and domestic violence where they were able to obtain guidance from a mentor on the legal and medical aspect of such cases.

He stated that they had also found it beneficial to further utilise and understand the Client Intake Form and other documentation systems introduced by The Asia Foundation in collecting client data and improving the quality of counselling.

A key learning for him had been that Practice Supervision emphasised the importance of developing healthy boundaries with their level of intervention and involvement with the client. The counselling practices in the past included a component of social work and clerical work as well and with the guidance of the practice supervisor, he has been able to understand the scope as a counsellor and not to go beyond. The counsellor

explained that one of the most challenging cases he had experienced was a client who was experiencing suicidal thoughts due to being pressured by his family to get married when the client was conflicted with his gender orientation. It was Mr. Manoos' first time tackling a complex case of this nature and he found it very challenging. The supervisor was able to guide the counsellor on psychological, environmental and biological factors that contribute to such issues to help the counsellor first understand the aetiology of the client's difficulties. The guidance on handling suicidal thoughts and applying aspects of Cognitive Behavioural Therapy was helpful in restoring the client's emotional status.

However, the counsellor mentioned that issues such as the distance of travel for supervision sessions as well as the lack of a proper space to conduct supervision sessions were not conducive to the learning experience.

Mr. Manoos concluded by stating that he looked forward to maintaining the

relationship with the supervisors and to learning more about issues such as substance misuse, child abuse and domestic violence issues which they commonly encountered.

**Ms. Janarthani,  
a counsellor attached  
to the Chenkaladi  
Divisional Secretariat  
as a Counselling Assistant  
for 7 years speaks of her  
experience of Practice  
Supervision, highlighting  
the importance of  
supervision for counsellor  
development.**

*Esther John and  
Janarthani Narasimman*

The Mapping Studies conducted by The Asia Foundation illustrated the lack of clinical supervision the counsellors had and the recommendations of the studies were implemented in the form of a Peer Support Mechanism (given the dearth of clinical psychologists who could conduct clinical supervision). Practice Supervision was piloted in just 2 districts in 2020 as an extension of the Peer Support Mechanism but with the presence of a subject expert. Reflecting on her experiences of being a part of both these processes, Ms. Janarthani expressed that each experience provided the counsellors with different opportunities to enhance their skill set.

She elaborated that in her past experience, she had not received expert supervision and had only been a part of peer support sessions that enabled a mutual sharing of information among fellow counsellors and implementing each other's suggestions. While in some ways peer support sessions enabled them to learn from each other, she found this to not always be effective, as often, the interventions would be based on different personal perspectives

of counsellors and there were instances where the group members did not actively participate in the sessions.

Therefore, in comparison, Ms. Janarthani considered Practice Supervision to be a better option. The experience and wealth of knowledge of the supervisor have been of immense value to the group of counsellors. Ms. Janarthani further added that through Practice Supervision, counsellors were able to benefit from the technical input when handling clients. In addition, the 5P methodology was useful learning for counsellors on ways of obtaining the necessary information from clients and presenting the case to the group in an organised manner. While they had learned the 5P method theoretically in CPD training, being able to learn how to apply it to current cases they were handling added to their learning experience greatly. The counsellor mentioned that Practice Supervision is considered to be a systematic exchange of knowledge and thus has been helpful in deciding on interventions for the client.

According to the counsellor, she has benefited from understanding the basics of identifying the core issues and working along with the client in facilitating problem solving rather than solving problems on behalf of the client. In addition, the learnings on intervention planning have been beneficial in supporting the client. One of the key lessons for the counsellor has been the skill to identify the parameters of her role and work within such boundaries. A client, in a case she recently brought to the supervision sessions for discussion, who had had a history of psychiatric illness in the past illustrates this well. Although ongoing medication was necessary to treat the condition, the client had refused to take the required treatment. The history of the client suggested that the person did not have any family to support him and the loss of his job had led him to such a situation. Despite his condition, the client refused to receive any sort of counselling. As there was no support from the client's family, the options for Ms. Janathani were limited. Thus, with the guidance of the practise supervisor, she was able

to refer the client to a Psychiatric social worker within the Mental / Health unit of the hospital. The counsellor mentioned that she was able to gain insight into her boundaries in handling such cases and she was able to learn about the importance of understanding a case based on the 5P methodology as well as identify core issues that needed to be addressed.

Ms. Janarthani mentioned that both group supervision and individual supervision have been helpful supervision methods. The group supervision method facilitates sharing of experiences and thus has been useful in helping counsellors learn from each other's experiences and interventions. Whereas during individual sessions, it has been possible to discuss confidential information as well as discuss a case in detail with the supervisor. Thus the counsellor considers the individual supervision method as a much more effective practice for her.

While appreciating the availability of Practice Supervision, Ms. Janathani added that it will also be helpful for

supervision sessions to include theoretical learning as well as psychological therapeutic methods with regard to handling clients. The inclusion of such information will contribute towards further learning and self - development. Despite the challenges faced due to technical difficulties when participating in Practice Supervision sessions online due to COVID-19 restrictions, she strongly believed that Practice Supervision was essential for their work and hoped that it would be continued.

**Mr. Iyaz, a Counsellor with over 10 years' experience attached to the Sainthamaruthu Divisional Secretariat, talks of his experience in putting into practice both the peer support and the Practice Supervision Methodology.**

*Esther John and  
L.T. Mohammed Iyas*

Mr. Iyaz was able to distinguish the particular benefits of both the Peer Support Mechanism as well as the Practice Supervision Methodology. According to him, the main benefits of the Practice Supervision methodology is having the opportunity to discuss a case in a complete manner whilst enhancing one's clinical input towards a case. The benefit of the Peer Support Methodology is having the space to harness the different counsellors' experiences on working on similar cases in a systematic manner.

The Peer Support Mechanism was introduced to the ministries by The Asia Foundation and both ministries (Social Services and Women's Ministry) mandated its use for all counsellors with a circular in 2015 and has been taking place every month at the District Progress Meetings in groups of 9 - 10 individuals. Peer support has had a mix of both junior and senior counsellors based on their years of service (ranging from 3 to 13 years) with a wide range of experience. Sharing of experiences, challenges, strengths, and weaknesses related to case handling has

been beneficial in learning from each other's knowledge. In addition, peer support has helped them structure case presentation in a systematic manner.

In contrast, being a part of the pilot Practice Supervision group was found to be a refreshing experience, helping them sharpen existing knowledge and learn new things, as they are now being guided by a field expert with over 15 years of experience. Mr. Iyaz discussed how the supervisor was able to facilitate their understanding of gaps that need to be addressed during case formulation and presentation using techniques such as the 5P Model. He mentioned that he had found it challenging to build rapport with a client initially but that the Practice Supervision sessions helped him understand the value of connecting with clients, in developing active listening and other communication skills in addition to organising and presenting a case in a methodical manner.

He further added that in some instances, having the assistance of a medical

professional was especially beneficial. This point is illustrated especially in a challenging case that Mr. Iyaz once brought into a supervision session. He shared that he was once referred to a client for substance misuse who suffered a relapse after discontinuing sessions with the counsellor. Mr. Iyaz was eager to follow up on the case and assist the client's family with their economic hardships as well as substance misuse struggles, but was denied this opportunity due to the COVID-19 lockdown. Here, he found the feedback given by the supervisor invaluable as the group was taught how to assess the severity of substance abuse and the kind of intervention the client would need and the importance of addressing the biological component of addiction by referring for medical help. The counsellor was able to follow the steps discussed in the supervision session and felt rewarded to see that the client had returned to normalcy afterwards.

A key part of the supervision process, according to Mr Iyaz, was also the direction given by the supervisor for

the counsellors to continually evaluate themselves and reflect on their practice and progress. Sharing their own personal struggles with the supervisor and experiencing what it was to be helped by another individual seemed to enhance this experience for the counsellors.

Reflecting on the process, Mr. Iyaz mentioned there were also a few drawbacks to conducting supervision in a group setting. Not all counsellors always had a specific case to share in the session and it would sometimes make them feel less about themselves. The counsellor added that, at times, the presenter may even feel he / she is being judged by the peers and that this may create feelings of inferiority. However, he also mentioned that there are more positive aspects to Practice Supervision than negative aspects.

He concluded his interview by indicating that it was the continuous, long-term support that they received that enabled a reflective learning process. He also suggested that further explorations of

specific topics such as sexual health would be useful in enhancing their professional skills.

**Ms Subananthiny has worked as a Counselling Officer in the Manmunai Divisional Secretariat for over seven years. Her special interest is in Social Work, particularly for clients who come in for counselling and how a case management approach will be useful to them.**

*Esther John and  
Tharmarednam Subananthiny*

Ms. Subananthiny opened her conversation by discussing how peer supervision enabled an exchange of knowledge and experience in handling a case as each counsellor's experiences were different. While the peer support mechanism allowed the counsellors to learn from each other, she mentioned that Practice Supervision sessions equipped the counsellors with various new counselling tools and techniques. She mentioned that enjoyed, in particular, working on understanding her own limitations, biases, thought processes and problem - solving methods with the guidance given by the supervisor. She indicated that while initially counsellors felt a sense of hesitance and fear when tackling a new client, Practice Supervision had made the counsellors feel more supported, and therefore, more confident in their efforts. She wished for more activities like role plays that could reduce their anxieties further and actively teach them new counselling techniques. In many instances where the counsellors found themselves at a loss, the invaluable input of the practice supervisor helped

them explore more options and other possibilities of helping the client. It was mentioned that having a supervisor who is based in the same locality is helpful as it becomes easier to make referrals and receive further support. She further elaborated that key learning, according to her, was that she learned to work with her clients without becoming personally involved in each case.

The counsellor narrated a case of a client referred with family issues due to an extramarital relationship. At the time of referral, the client's husband and family were angry about the issue and thus there was conflict in the family and Ms. Subananthiny found it difficult to resolve the situation. Due to confidentiality reasons, the case had to be discussed with the practice supervisor individually and guidance was given to her on how she should proceed. The supervisor guided her further on how to approach the client's husband on this matter as well as on how to handle the rest of the family. With the help of Practice Supervision, it was possible

for Ms. Subananthiny to restore family relationships and ease some of the problems. Thereafter, the client has been able to make good decisions for the benefit of her family and change her workplace as well.

As technical difficulties would sometimes make the engagement in online group Practice Supervision sessions difficult, Ms. Subananthiny mentioned that individual sessions were most helpful to her as they aided her in self - development and self - reflection.



Photo credits :  
Sujeewa de Silva

රජයේ උපදේශන නිලධාරීන් සඳහා  
Practice Supervision නියමු වැඩසටහන

ශ්‍රී ලංකාවේ නියමු ස්ථාන දෙකෙහි  
ලද අත්දැකීම් සහ ආවර්ජනයන්  
වෙලුම 02



# COVID-19 සහ Group Practice Supervision කෙරෙහි එහි බලපෑම

මිහිරි ප්‍රදිනාන්දු සහ ගමිලා සමරසිංහ

සමෘද්ධි රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශයට (SMS) හා කාන්තා හා ළමා සංවර්ධන අමාත්‍යාංශයට (SMWCD) අනුබද්ධ උපදේශකවරුන් සඳහා 2019 දී හඳුන්වා දුන් Group Practice Supervision<sup>1</sup> ක්‍රියාවලිය, 2020 මාර්තු මාසයේදී COVID - 19 වසංගතය පැමිණීමත් සමඟ සැලකිය යුතු වෙනසකට භාජනය විය. ආසියා පදනම විසින් 2018 වසරේ දී සිදුකරන ලද සිතියම්ගත කිරීමේ අධ්‍යයනයේ නිර්දේශයන් තුළ විශේෂඥ අධීක්ෂණයක අවශ්‍යතාවය ඉස්මතු කර දැක්වන ලද අතර එයට ප්‍රතිචාර දැක්වීමක් ලෙස Practice Supervision ප්‍රථම වරට හඳුන්වා දෙන ලදී. ඒ වන විටත් ක්‍රියාත්මක වෙමින් පැවති සමපදස්ථ සහාය ආකෘතියට “හානියක් නොකරන්න” යන මූලධර්මය පෙරදැරි කරගෙන, මෙම වැඩසටහන ඉදිරිපත් කරන ලදී. 2015 වසරේ දී නිකුත් කරන ලද වකුලේඛයක් මගින් සියලුම රජයේ උපදේශකවරුන් සඳහා සමපදස්ථ සහාය අනිවාර්ය කරන ලදී. මෙම ආකෘතිය හඳුන්වා දෙන ලද්දේ ආසියා පදනම විසින් 2015 වසරේ දී

සිදුකරන ලද සිතියම්ගත කිරීමේ අධ්‍යයනයට ප්‍රතිචාර දැක්වීමක් ලෙසය. වයඹ සහ නැගෙනහිර පළාත්වල ක්‍රියාත්මක කරන ලද Practice Supervision නියමු වැඩසටහනේ පළමු අදියර සඳහා කුරුණෑගල දිස්ත්‍රික්කයෙන් උපදේශකයින් 24 දෙනෙක් සහ මඩකලපුව, අම්පාර සහ ත්‍රිකුණාමලය යන දිස්ත්‍රික්ක නියෝජනය කරමින් උපදේශකයින් 26 දෙනෙකු සහභාගී විය. පළමු අදියරේ දී, තෝරාගන්නා ලද උපදේශකයින්, 6 දෙනෙකුගෙන් යුත් කුඩා කණ්ඩායම් වලට වෙන් කරන ලදී; මේ අනුව, නියමු වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කරන සෑම ප්‍රදේශයකම කණ්ඩායම් 4 ක් සඳහා බාහිර practice supervisor විසින් මාස 12 ක කාලයක් පහසුකම් සපයන ලදී. COVID - 19 වසංගතය හේතු කොට ගෙන ඇති වූ බාධාවන් තුළ මෙම වැඩසටහන අඩුණ්ඩුව පවත්වා ගෙන යාම සඳහා වැඩසටහන තුළ සිදුකරන ලද වෙනස්කම් සාකච්ඡා කිරීම මෙම ලිපියෙන් අරමුණු කෙරේ.

## පළමු රැල්ල සහ ඉන්පසු ආ දෙවෙනි රැල්ල

COVID-19 හි පළමු රැල්ල දැඩි සීමාවන් පැනවීම තුළ රජය විසින් ඉතා හොඳින් පාලනය කරන ලදී. මෙහිදී විශේෂයෙන්ම රජය 2020 මාර්තු මැද සිට ඇඳිරි නීතිය පනවන ලදී. මුල් අවස්ථාවේ දී දිවයිනේ දිස්ත්‍රික්ක 25 න් 6 ක ද පසුව දිවයින පුරා ද ඇඳිරි නීතිය අඩුණ්ඩුව ක්‍රියාත්මක කරන ලදී. දැඩි සීමා කිරීම් තුළ 2020 සැප්තැම්බර් 30 වන විට සාපේක්ෂව රෝගීන් සංඛ්‍යාව මෙන්ම මරණ සංඛ්‍යාව (11) පාලනය කිරීමට රජයට හැකි විය.

වසංගතයේ පළමු රැල්ල ආරම්භ වීමත් සමඟ Practice Supervision සඳහා දුරස්ථ ක්‍රමවේදයක් සකස් කරන ලදී. සංක්‍රාන්ති යුක්තිය ශක්තිමත් කිරීමේ ක්‍රියාවලිය ආශ්‍රිත මානසික සෞඛ්‍ය සහ මනෝසමාජීය සේවාවන් වැඩි දියුණු කිරීමේ වැඩසටහන මෙහෙයවීමට සහ ඒ සඳහා මඟපෙන්මට පිහිටුවන ලද තාක්ෂණික කමිටුව විසින් “පිරික්සුම් ඇමතුම්” (Check in calls) සඳහා සරල ක්‍රියාපටිපාටියක් සකස් කරන ලදී. පිරික්සුම් ඇමතුම් සඳහා ක්‍රමවේදයක් ගොඩනැගීමේ පරමාර්ථය වූයේ

<sup>1</sup> පළමු වරට Practice Supervision 2019 යේදී සමෘද්ධි, ගෘහ ආර්ථික, ක්ෂුද්‍ර මූල්‍ය සේවය රැකියා හා ව්‍යාපාර සංවර්ධන රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශයට (කෙටියෙන් - සමෘද්ධි රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය) සහ කාන්තා හා ළමා සංවර්ධන, පෙර පාසල් හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන, පාසල් යටිතල පහසුකම් හා අධ්‍යාපන සේවා රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශයට (කෙටියෙන් - කාන්තා හා ළමා සංවර්ධන රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය) හදුන්වා දෙන ලදී.

practice supervisor විසින් තමා වෙත පවරා ඇති සෑම උපදේශකවරයෙක් සමඟ ම අඛණ්ඩව සම්බන්ධතාව පවත්වා ගෙන යාම සඳහා සහාය වීමයි. පිරික්සුම් ඇමතුම් සඳහා වූ ක්‍රමවේදය තුළින් සිදුවන්නේ ඇඳිරි හිතිය පනවා තිබූ අවස්ථාවේ උපදේශකවරයාගේ පෞද්ගලික යහපැවැත්ම මෙන්ම ඔහුගේ උපදේශන මෙන්ම මනෝ සමාජීය භාවිතයන් යන දෙකම පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීම සඳහා practice supervisor උපදේශකවරයා සමඟ සම්බන්ධ කිරීමයි. උපදේශකවරුන් රාජකාරි සඳහා කාර්යාලයට වාර්තා කිරීමට සිදුවූයේ නම් ඒ කුමන රාජකාරි සඳහාද?, COVID-19 හි සෘජු බලපෑමට ලක්වූ පුද්ගලයින් සහ පවුල් සංඛ්‍යාව පිළිබඳව ඔවුන් ඇගයීමක් සිදු කරනවා ද, සහන සේවා හෝ උපදේශන සහායන් ලබා දීමට ඔවුන් කටයුතු කර තිබේද වැනි කාරණා ගැන සොයා බැලීමට මේ තුළින් අවස්ථාව ලැබේ. මෙම පිරික්සුම් ඇමතුම්වල ප්‍රතිඵලයක් ලෙස Practice Supervision සඳහා සරල මාර්ගෝපදේශයක් සකස් කරන ලදී. දුරස්ථ Practice Supervision (remote practice supervision)<sup>2</sup> සඳහා වන මාර්ගෝපදේශය උපදේශකයින්ට අවශ්‍ය සහායන් මත පදනම්ව අංශ හතරක් ලේඛනගත කරයි; පළමු කොටස දුරස්ථව හෝ මුහුණට මුහුණලා සහාය ලබා දෙන උපදේශකයින් සඳහා වන අතර, දෙවන කොටස පුද්ගලික ප්‍රශ්නයක් සඳහා උපකාර අවශ්‍ය උපදේශකයින් සඳහා වේ. තවදුරටත් සාකච්ඡා කිරීමට අවශ්‍ය COVID-19 ආශ්‍රිත ඕනෑම කරුණු සම්බන්ධයෙන් කටයුතු

කරන උපදේශකයින් සඳහා තෙවන කොටස අදාළ වේ. අවසාන කොටස වෙනත් ඕනෑම කාරණයක් සඳහා ය. පළමු රැල්ල ආරම්භ වූ දා සිට සහ දෙවන රැල්ල අතරතුරේදීත් සමඟ කණ්ඩායම් සහ තනි පුද්ගල වශයෙන් විවිධ ක්‍රම යටතේ Practice Supervision සැසි පවත්වන ලදී.

පළමු රැල්ලේ දී උපදේශකයින් සමඟ සම්බන්ධ වීම පහසු විය, විශේෂයෙන් ඇඳිරි හිතිය පැනවූ විට උපදේශකයෝ බොහෝ විට තම නිවෙස්වලම රැඳී වුණි. ඇඳිරි හිතිය පැනවූ අවස්ථාවල උපදේශකයින් විවිධ වූ කාර්යයන් රැසක නිරත වූ අතර වියට පහත සඳහන් කාර්යන් ඇතුළත් වේ :

- දිවයින පුරා මත්ද්‍රව්‍ය පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථාන පිහිටුවීම සම්බන්ධයෙන් අමාත්‍යාංශය විසින් සංවිධානය කරන ලද පුහුණු වැඩසටහන් වලට සහභාගි වීම.
- ආහාර සලකා බෙදා හැරීම, රජයේ දීමනා බෙදා දීම සහ වෙනත් ප්‍රායෝගික උපකාර වැනි ජනතාවගේ ප්‍රායෝගික අවශ්‍යතා සපුරාලීමට සහාය වීම.

- පාර්ථකාමී ක්‍රියා වල නිරත වීම, රැකියා අභිමිච්චි ප්‍රජාවට ආධාර කිරීමට ඇරඹුලේ රැස් කිරීම සඳහා අනෙකුත් කාර්ය මණ්ඩලය සමඟ එකතුවීම, ඔවුන්ගේ ආහාර සහ වෙනත් අවශ්‍යතා සපුරාලීම.
- තමන්ට ඇමතුම් ලබාදුන් සේවාලාභීන් සමඟ කතා කිරීම සහ ඉන්පසු දුරස්ථ සැසි පැවැත්වීම.
- දුරස්ථ උපදේශන සැසි සඳහා දුරකථනය ඔස්සේ සේවාදායකයින් සමඟ සම්බන්ධ වීම.
- උපදේශන සැසි පැවැත්වීම සහ අවශ්‍ය පූර්ව ආරක්ෂාව සහිතව ගෘහ සංචාර සිදුකිරීම.

කෙසේ නමුත්, ප්‍රායෝගික නොවන බව හැඟුණු බැවින් දුරකථනය ඔස්සේ පවා පසු විපරම් සඳහා සේවාදායකයින් සමඟ කිසිදු සම්බන්ධයක් ඇති කර නොගැනීමට “ඇතැමුන් තීරණය කර ඇත”. තම රේඛීය කළමනාකරණයෙන් පැහැදිලි නියෝගයක් හෝ ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් වනතෙක් බලා සිටීම වඩාත් ආරක්ෂිත යැයි ඇතැමුන්ට හැඟී ඇත.

<sup>2</sup> උපග්‍රන්ථය /

ඉහළ ආසාදිත සහ මරණ සංඛ්‍යාවක් සමඟ 2020 ඔක්තෝබර් මාසයේ ආරම්භ වූ වසංගතයේ දෙවන රැල්ල වඩාත් ධර්මපතල වකස් විය. වඩාත් විස්තරාත්මකව පහත සාකච්ඡා කරන පරිදි වසංගතයේ දෙවන රැල්ල සමඟ Practice Supervision දෙමුහුන් ආකෘතියක් ලෙස ක්‍රියාත්මක විය. වසංගතයේ සෘජු හෝ වක්‍ර ප්‍රතිඵල ලෙස ඉදිරිපත් කර ඇති ගැටළු හඳුනා ගැනීමට උපදේශකයින්ට යම් කාලයක් ගත විය. පහත සාරාංශගත කර ඇති සිද්ධීන් දෙක තුළින් පෙන්නුම් කරන්නේ උපදේශකයින් මුහුණ දුන් ගැටලු වල ස්වභාවයයි:

**1 වන සිද්ධිය:**  
 COVID-19 සමඟ රැකියාව අහිමිවීම සහ ඒ හා සම්බන්ධ ගැටළු

ජයසීලන්<sup>3</sup> (පිරිමි/39), මූලික රෝහල විසින් උපදේශක වෙත යොමු කරන ලදී. කොවිඩ් 19 සමඟ ඇති වූ ආර්ථික පසුබෑම හේතුකොට ගෙන පෞද්ගලික සමාගමක තාක්ෂණික සහායකයෙකු ලෙස සේවය කළ ජයසීලන්ට රැකියාව අහිමි විය. තිදරු පියෙකු වීම සහ කුලී නිවසක වාසය කිරීම සහ තම දරුවන් රැකබලා ගැනීම පිළිබඳ ඔහු වෙත පැවරුන නව වගකීම් සමඟ ජයසීලන්ට ගැටලු රාශියකට මුහුණ දෙන්න සිදුවිය.

පවුලේ ආර්ථික ගැටළු හේතු කොට ගෙන ඇති සහෝදර සහෝදරියන් ගැන සිතා අධ්‍යාපනය අතරමඟ නතර කිරීමට සිදු වූ හෙයින් ඔහුගේ ජීවිතයේ ආරම්භක කාල පරිච්ඡේදය ද ඉතා දුෂ්කර වකස් විය. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ඔහුගේ සහෝදර සහෝදරියන්ට අද වඩාත් යහපත් ජීවිතයක් උරුමව ඇත. ඔහුට අවශ්‍ය වූ මොහොතේ තම සහෝදර සහෝදරියන් උපකාර නොකළ බවින් තම සහෝදර සහෝදරියන් අකෘතඥයැයි ඔහුට හැඟේ.

තම ජීවිතය තුළ මුහුණදුන් මෙකී සියලු ගැටළු හේතු කොට ගෙන තම පවුලේ සාමාජිකයන් කෙරෙහි කෝපයක්, තරහක් සහ නොරැස්සනා බවක් ඔහුගේ සිත තුළ ඇති විය. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස තම පවුලට අයත් ඉඩමක් ආපසු ලබා දෙන ලෙස ඉල්ලුම්න් ඔහු තම සොහොයුරිය සමඟ ආරවුල් කර ගන්න විය. ඔහු විශ්වාස කරන්නේ එම ඉඩම ඔහුට අයත් විය යුතු බවයි. මෙම ආරවුල පොලීසිය දක්වා යන තරමට ප්‍රවණ්ඩකාරී වකස් විය.

**2 වන සිද්ධිය:**  
 COVID-19 සමඟ මුහුණදෙන ගැටළු

ඉතාමත් දරුණු ලෙස ශාහස්ථ නිසහනකට මුහුණ දුන් තිදරු මවක් රට තුළ ඇඳිරි

නීතිය බලපවත්වන අතරතුර උපදේශකයෙකුගේ සහාය පැතුටාය. තම ස්වාමිපුරුෂයා මත්දියර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ඇබ්බැහි වූ පුද්ගලයෙකි. ඔහු නීතිවිරෝධී ලෙස මත්පැන් පෙරීමේ හා ඒවා විකිණීමේ නිරත වේ. භාර්යාව විසින් ද ඔහුව හඳුන්වා දුන්නේ ස්ත්‍රී ලෝලියක් ලෙසය. ඇඳිරි නීතිය පැවති කාලයේ ශාහස්ථ නිසහන පිළිබඳ සිදුවීම් බොහෝ සිදු විය. ඇඳිරි නීතිය පැනවූ දිනයේ සේවාලාභියාට කෙසේ හෝ තම බාලම දරුවා සමඟ නිවසින් පිටව යාමට හැකි විය, කෙසේ වෙතත් වැඩිමහල් පුතුන් දෙදෙනා පියා සමඟ ඉතිරි විය.

**දෙමුහුන් ආකෘතියක් සමඟ වැඩ කිරීම**

Practice Supervision ආකෘතිය 2019 වසරේදී ප්‍රථම වරට හඳුන්වා දෙන විට, වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක වූ ප්‍රදේශවල ආසන්න වශයෙන් උපදේශකයින් 25 ක් පමණ සාමාජිකයින් 6 දෙනෙකුගෙන් යුත් කුඩා කණ්ඩායම් වලට බෙදන ලදී; මේ අනුව, බාහිර practice supervisor ගේ පහසුකම් සැපයීම යටතේ සෑම නියමු ස්ථානයකම කණ්ඩායම් 4 ක් මාස 12 ක කාලයක්

<sup>3</sup> මනංකල්පිත නමකි

කටයුතු කළහ. මේ හැරුණු විට උපදේශකයින්ට ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතාවය මත practice supervisor පුද්ගලිකව මුණගැසීමට අවස්ථාව ද ලබා දෙන ලදී.

COVID-19 සමඟ, ඒකරාශී වීම හා හමුව සිදුකරන Practice Supervision සැසි සම්බන්ධයෙන් පැවති සීමාවන් සැලකිල්ලට ගෙන, උපදේශකයින්ට සහාය දැක්විය යුතු ආකාරය පිළිබඳව තාක්ෂණික කමිටුව ඇගයීමට ලක් කළ අතර එමඟින් තමන්ගේ සේවාවලින්ට අවශ්‍ය සහයෝගය සහ රැකවරණය ලබා දීමට උපදේශකයන්ට හැකි විය. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස නිරත විය හැකි විවිධාකාර ක්‍රම ද යෝජනා කරන ලදී. Practice Supervision සැසි සඳහා Zoom වැනි තාක්ෂණයක් භාවිතා කිරීම, හැකි සෑම අවස්ථාවකම මුහුණට මුහුණලා සිදුකරන කණ්ඩායම් සැසි පැවැත්වීම සහ එක් එක් පුද්ගලයින් සමඟ දුරකථන සැසි පැවැත්වීම මෙයට ඇතුළත් විය. වයඹ පළාතේ සහ නැගෙනහිර පළාතේ මෙම එක් එක් ක්‍රමවේදයන්හි සංයෝජනයක් භාවිතා කරන ලදී. දෙමුහුන් ආකාරයේ භාවිතය පිළිබඳ සොයා බැලීම සඳහා Practice Supervision සැසි<sup>4</sup> ඇගයීම සඳහා සකස් කරන ලද ඇගයීමේ මෙවලම සංශෝධනය කිරීමට ද අවශ්‍ය විය. සංශෝධිත මෙවලම විසින් තනි පුද්ගල සැසි මෙන්ම කණ්ඩායම් සැසි ද ඇගයීමට ලක් කරන ලදී.

තවද, තනි පුද්ගල සැසිවල ප්‍රමාණය වැඩිවීමත් සමඟ, practice supervisors විසින් සෑම මසකම තනි පුද්ගල සැසි 25 ක් පමණ පැවැත්වීම දුෂ්කර වූයේය. පළමු අධීක්ෂණ අදියර 2020 සැප්තැම්බර් මාසයේදී අවසන් වී ඇති අතර උපදේශකයින්ගේ නව අදියර සම්බන්ධයෙන් ගත් කළ එය හඳුන්වාදීම සඳහා වූ රැස්වීම හැරුණු විට අනෙකුත් සියලුම සැසි දුරස්ථව සිදුකළ බැවින් මෙය වයඹ පළාත් කණ්ඩායමට විශේෂයෙන් අදාළ වේ. මෙම සංශෝධනය ආකෘතියට ඇතුළත් කිරීම සඳහා, Practice Supervision ඇගයුම් කිරීමේ මාපකය පසු විපරම් පත්‍රිකාව (Practice supervision rating scale – follow up sheet ( PSRS-FS)<sup>5</sup> 2020 දෙසැම්බරයේදී සකස් කරන ලදී. PSRS – FS පත්‍රය උපදේශකවරයා විසින් පුරවා ඊළඟ Practice Supervision සැසියේදී practice supervisor සමඟ බෙදා ගනු ඇත. Practice Supervision සැසියෙන් ලබා ගන්නා ඉගෙනුම් පිළිබඳ නැවත සිතා බැලීමට මෙම මෙවලම මග පෙන්වනු ඇත.

මෙවලම කොටස් දෙකකින් යුක්ත වේ: පළමුවන කොටස Practice Supervision සැසිය තුළින් උගත් පාඩම් ගවේෂණය කරන අතර එය දැනුම, කුසලතා සහ ආකල්ප වර්ධනය කරගැනීමට හෝ ඒවා වෙනස් කිරීමට අවස්ථාව ලබා දේ. දෙවන කොටස Practice Supervision තුළින් උපදේශක විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද සිද්ධියේ ප්‍රගතිය අවබෝධ කර ගනී.

### උගත් පාඩම්

COVID-19 වසංගතය හේතු කොට ගෙන ආසියා පදනමට ඔවුන්ගේ මනෝ සමාජීය වැඩසටහන තුළට හදිසි වෙනස්කම් ඇතුළත් කිරීමට සිදුවිය. සේවාවලින් සමඟ මුහුණට මුහුණලා සිදුකරන උපදේශන සැසි තවදුරටත් කරගෙන යාමට නොහැකි විය. මෙයින් අදහස් වූයේ උපදේශකයින් සමඟ මුහුණට මුහුණ ලා සිදුකරන සාකච්ඡා සඳහා සහභාගිවීමට සේවාවලින්ට තම නිවසෙන් පිටව යා නොහැකි බවයි. නමුත් බොහෝ සේවාවලින්ට තවමත් ඔවුන්ගේ උපදේශකයින්ගේ සහාය අවශ්‍යව ඇත. තම සේවාවලින්ට සහාය වීම සඳහා උපදේශකවරුන්ට තම Practice Supervision සැසි practice supervisor සමඟ දිගටම කරගෙන යාම සඳහා වෙනස්කම් සිදුකිරීම අවශ්‍ය විය. මෙහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස, practice supervisor සහ උපදේශකයින් එක්ව මෙම ක්‍රියාකාරකම් අඩුණ්ඩුව කරගෙන යාම සඳහා උපාය මාර්ග යෝජනා කරන ලදී. මේ අරමුණ සඳහා ජංගම දුරකථන සහ zoom තාක්ෂණ ඇමතුම් භාවිතා කිරීමට සිදුවිය. මුහුණදීමට සිදුවූ පැහැදිලි අභියෝගයන් විය: දුරකතන ඇමතුම් ගාස්තු, මන්දගාමී අන්තර්ජාල සම්බන්ධතා, සේවාවලින් සමඟ සැසි පැවැත්වීම සඳහා ආරක්ෂිත ඉඩ පහසුකම් ලබා දීම යනාදිය එම අභියෝග අතර විය. නමුත් මේ තුළින් බොහෝ විට සේවාදායකයින් කෙරෙහි සහකම්පනය පෙන්වීමට සහ ඔවුන්ගේ හැසිරීම

<sup>4</sup> උපග්‍රන්ථය II

<sup>5</sup> උපග්‍රන්ථය III

නිරීක්ෂණය කිරීමට නොහැකි විය. වැදගත්ම දෙය වූයේ සේවාවලින්ට උපදේශකවරුන්ගේ අවධානය සහ සැලකිල්ල අඩුණ්ඩව ලැබීම සහ practice supervisors සමඟ අධීක්ෂණ සැසි දිගටම කරගෙන යාම පිළිබඳ සහතික වීමට හැකි වීමයි. වසංගතයේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස පීඩාවට පත් උපදේශකයින්ගේ අවශ්‍යතා සපුරාලීම සඳහා අවශ්‍ය වෙනස්කම් සිදු කරන ලදී, විශේෂයෙන්ම අධීක්ෂණ සැසි හරහා පුද්ගලික සහාය ලබා ගැනීමට ඔවුන්ට අවස්ථාව ලබා දෙන ලදී. උපදේශක කණ්ඩායම්වලට පහසුකම් සපයන ආකාරය ඉගෙන ගැනීම සහ තනි පුද්ගල අධීක්ෂණය ලබා දීම යන කාරණා දෙක කෙරෙහිම සමාන අයුරින් අවධානය යොමු කිරීමට practice supervisors හට සිදු විය.

වසංගතය හරහා වැඩ කළ මාස ගණනාව තුළ වැඩසටහන්කරණයේ නම්‍යශීලීතාවයේ අවශ්‍යතාව සහ අඩුණ්ඩ ඇගයීම සහ වැඩසටහන් සංශෝධනය කිරීම ආසියා පදනමට වටිනාකමක් රැගෙන ආ අතර එය උපදේශකයින්ගේ සහ ඔවුන් සේවය කරන ප්‍රජාවගේ යහපැවැත්ම හා පලදායීතාවය ඉහළ නැංවීමට උපකාර වේ.

**ඊළඟට පියවර?**

GIZ සමඟ හවුලේ ආරම්භ කල මෙම වැඩසටහන අවසන් වන විට, ආරම්භ කළ

වැඩ කටයුතු දිගටම කරගෙන යාම සහතික කිරීම සඳහා ආසියා පදනම කැපවී සිටී. උපදේශකයින් සහ practice supervisors අතර සම්බන්ධතාවයක් ගොඩනගා ගැනීමේ සඳහා වයඹ සහ නැගෙනහිර පළාතේ සේවා ස්ථාන වෙත පහසුවෙන් ප්‍රවේශ විය හැකි practice supervisors විසින් හඳුනා ගත යුතුව ඇත. ආසියා පදනම විසින් අඩුණ්ඩවම වම කාර්යය සම්බන්ධයෙන් ඔවුන් සමඟ එක්ව කටයුතු නොකරන නමුත්, තමන්ගේ සේවාවලින්ට සම්බන්ධයෙන් යම් යම් ගැටළුවලට මුහුණ දෙන විට practice supervisors සම්බන්ධ කර ගැනීමේ හැකියාවක් උපදේශකවරුන්ට තිබිය හැක. උපදේශකයින් සහ practice supervisors අතර වසර ගණනාවක් තිස්සේ ගොඩනගා ගෙන ඇති සම්බන්ධතාවය ඉතාමත් වැදගත්ය. සමපදස්ථ සහාය ආසියා පදනම විසින් රජයේ උපදේශකයින් වෙත හඳුන්වා දෙන ලද්දේ 2015 වසරේ දීය. GIZ අරමුදල් යටතේ පවත්වා ගෙන යන මෙම වැඩසටහන අවසන් වූ පසු සිද්ධි සාකච්ඡා කිරීම සඳහා උපදේශකයින් ඔවුන්ගේ සමපදස්ථයින් සමඟ දිගටම සම්බන්ධතා පැවැත්වීම සඳහා සමපදස්ථ සහාය ආකෘතිය, කණ්ඩායම් අධීක්ෂණයේ අත්දැකීම් උපුටා ගනු ඇතැයි අපේක්ෂා කෙරේ.

**පරිච්ඡේදය :**  
**මල්කාන්ති ගමගේ**

# උපග්‍රහණය I

නම	රැකියා ස්ථානය	දුරකථන අංකය	දුරකතනය ඔස්සේ සම්බන්ධ වූවා ද (ඔව් / නැහැ)	දැනට නිරතවන රාජකාරීන් මොනවාද? (රැකියා ස්ථානයට වාර්තා කිරීම/ ප්‍රජාවගේ අවශ්‍යතා තක්සේරු කිරීම/ සහනාධාර ලබාදීම)	තනි පුද්ගල සැසි සඳහා එකඟ වූවාද?	වෙනත් විස්තර

# උපග්‍රන්ථය II

දිනය : .....

කණ්ඩායම් අංකය : .....

## කණ්ඩායම් Practice Supervision ඇගයුම් කිරීමේ මාපකය - ශ්‍රී ලංකාව (GPS/RS)

සංක්‍රාන්ති යුක්තිය ශක්තිමත් කිරීමේ ක්‍රියාවලිය ආශ්‍රිත මානසික සෞඛ්‍යය සහ මනෝසමාජීය සේවාවන් වැඩිදියුණු කිරීමේ වැඩසටහන (IMPACT)

මෙම ඇගයුම් කිරීමේ මාපකයේ අරමුණ වන්නේ කණ්ඩායම් සැසිවලදී මෙන්ම තනි පුද්ගල සැසිවලදී ද උපදේශකයන් වෙත practice supervision ලබා දීම තක්සේරු කිරීම සහ කණ්ඩායම් හා තනි පුද්ගල ශක්‍යතා සමාලෝචනය කිරීමයි. මෙහි ඇතුළත් අයිතම පෞරුගෙන ඇත්තේ දැනටමත් පවතින අධීක්ෂණ ආකෘති, ENACT ආකෘතිය (Kohrt et al, 2015) සහ නියම ව්‍යාපෘතිය මාස 12 ක් ක්‍රියාත්මක කිරීමෙන් අනතුරුව practice supervisor ගේ, technical advisor වරුන්ගේ හා ආසියා පදනමේ ප්‍රධාන කණ්ඩායම්ේ ධීම්ගත අත්දැකීම් මත පදනම්ව ය. මෙම මෙවලම පිළිබඳව

සිදු කරන ලද පළමු පුනරාවර්තනයන් තුළින් උපදේශකයන් සඳහා කණ්ඩායම් සැසිවල තුළදී practice supervision සැපයීම සමාලෝචනය කිරීම සිදු කෙරුණු අතර, වර්තමාන පුනරාවර්තනයන් තුළින් තනි පුද්ගල සැසි ලෙස practice supervision සැපයීම පිළිබඳව ද සමාලෝචනය කෙරේ.

පිරවිය යුතු ආකාරය: සැසියක් අවසන් කිරීමෙන් අනතුරුව ඒ සඳහා ප්‍රතිපාදන සම්පාදනය කළ practice supervisor විසින් මෙම ඇගයුම් කිරීමේ මාපකය පිරවිය යුතුය. මෙම මෙවලම සතුව කොටස් තුනක් ඇත. මෙහි පළමු කොටස කණ්ඩායම් ශක්‍යතා තක්සේරු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය දර්ශක වන අතර තනි පුද්ගල සැසි තක්සේරු කිරීමේදී මේ සඳහා "අදාළ නොවේ" යන්න සලකුණු කළ යුතු වේ. විසේ කිරීම තුළින් තනි සැසි තක්සේරු කිරීමේදී කණ්ඩායම් ඇගයුම් මාපකය සලකුණු කිරීම සිදු නොවනු ඇත. දෙවැනි කොටස මගින් අවධානය යොමු කෙරෙන්නේ තනි පුද්ගල ශක්‍යතා තක්සේරු කිරීමට අදාළ දර්ශක වෙතය. මෙහිදී සාකච්ඡාවට භාජනය කරන ලද සිද්ධියට උපදේශකවරයා ප්‍රතිචාර දක්වා ඇති ආකාරය practice supervisor විසින් තක්සේරු කරනු ඇත. දළ වශයෙන් එක් පුද්ගලයෙකු සෑම මාස

3 කටම වරක් තක්සේරු කරනු ලැබේ. මෙම ශ්‍රේණිගත කිරීමේ නිර්ණායකවල දැක්වෙන සංඛ්‍යාවන් මගින් ගම්‍ය වන අදහස මෙසේය: (1) වැඩිදියුණුවීම් අවශ්‍යයි (ඇගයීමට ලක් කෙරෙන සංකල්පය පිළිබඳ දැනුමක් නොමැති බව මින් අදහස් වේ), (2) තරමක් නොදිනී කටයුතු කර ඇත (සංකල්පය පිළිබඳ සතුටුදායක මට්ටමක දැනුමක් උපදේශකයන් සතුව පැවතියද එම දැනුම ක්‍රියාත්මක ස්වරූපයේදී කාර්යක්ෂම නොවන බව මින් අදහස් වේ), (3) නොදිනී කටයුතු කර ඇත (උපදේශකයන් සතුටුදායක මට්ටමක දැනුමක් හා ක්‍රියාත්මක ස්වභාවයක් පෙන්නුම් කරන බව මින් අදහස් වේ). මේ ඒ ඒ අයිතමය ගැන විස්තරයක් උපග්‍රන්ථය I හි දැක්වේ. මෙම මෙවලමේ තුන්වන කොටස මගින් practice supervisor විසින් සවිස්තර සටහන් ලබාගත යුතු තේමා ලැයිස්තුව ආවරණය කෙරේ.

**01 කොටස**

අදාළ නොවේ  : ✓

කණ්ඩායම් ශතකය	අයිතමය	1	2	3
G - 01	සක්‍රීය ලෙස සවන්දීම.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G - 02	ප්‍රතිවර්තීත ප්‍රශ්න ඇසීම	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G - 03	කණ්ඩායම තුළ තමන් පිළිබඳ අවබෝධය	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G - 04	හිසි අවධානය පවත්වා ගැනීම හා අදාළතාවයකින් යුතුව ක්‍රියාත්මක වීම	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

අදහස් (වෛකල්පිතයි) :

**02 කොටස**

සිද්ධි අංකය : .....

ඉදිරිපත් කරන්නාගේ කේතය : .....

සිද්ධියේ ප්‍රධාන තේමාව				
තනි පුද්ගල ශතකය	අයිතමය	1	2	3
I - 01	සිද්ධිය සංකල්පගත කිරීම	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 02	සේවා ලාභියා වෙත දක්වන සහකම්පනය	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 03	සිදු කරනු ලබන මැදහත්වීම සේවා ලාභියාගේ අවශ්‍යතාවන් සමග ගැලපීම	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 04	මැදහත්වීම්වල කළ හැකිභාවය (සාධ්‍යතාව)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

සිද්ධි අංකය : .....

ඉදිරිපත් කරන්නාගේ කේතය : .....

සිද්ධියේ ප්‍රධාන තේමාව				
තනි පුද්ගල ශතකය	අයිතමය	1	2	3
I - 01	සිද්ධිය සංකල්පගත කිරීම	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 02	සේවාලාභියා වෙත දක්වන සහකම්පනය	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 03	සිදු කරනු ලබන මැදහත්වීම සේවා ලාභියාගේ අවශ්‍යතාවන් සමග ගැලපීම	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 04	මැදහත්වීම්වල කළ හැකිභාවය (සාධ්‍යතාව)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

සිද්ධි අංකය : .....

ඉදිරිපත් කරන්නාගේ කේතය : .....

සිද්ධියේ ප්‍රධාන තේමාව				
තනි පුද්ගල ශක්‍යතා	අයිතමය	1	2	3
I - 01	සිද්ධිය සංකල්පගත කිරීම	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 02	සේවාවලාභයා වෙත දක්වන සහකම්පනය	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 03	සිදු කරනු ලබන මැදහත්වීම් සේවා ලාභියාගේ අවශ්‍යතාවන් සමග ගැලපීම	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 04	මැදහත්වීම්වල කළ හැකිතාවය (සාධ්‍යතාව)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 03 කොටස

ඉදිරිපත් කරන්නාගේ කේතය : .....

- N.1 සිද්ධි සාරාංශය :
- N.2 ගැටළුව හඳුනාගැනීම :
- N.3 සිද්ධිය සංකල්පගත කිරීම :
- N.4 ප්‍රතිචර්තන නිපුණතාව (reflexive practices) :
- N.5 මැදහත්වීම් :
- N.6 වෙනත් සේවාවන් සඳහා යොමු කිරීම / භූමිකාව හා පරාසය :
- N.7 කණ්ඩායම් ගතිකයන් :

## අයිතම පිළිබඳ විස්තර

කණ්ඩායම - කණ්ඩායම හා ක්‍රියාවලිය

- G - 01 සක්‍රිය සවන්දීම**

අනෙකුත් පුද්ගලයන්ගේ මතවලට ගරු කිරීම, අන් අය කතා කරන විට බාධා නොකිරීම හෝ ඔවුන්ට සමගාමීව කතා කිරීම නොකිරීම, ඉදිරිපත් කරන්නාගේ අවධානය ඔවුන්ගේ පෞද්ගලික අත්දැකීම් වෙත යොමු කරවීම සඳහා සාකච්ඡා වෙමින් පවතින කාරණය වෙනස් කිරීමෙන් වැළකීම.
- G - 02 ප්‍රතිවර්තිත ප්‍රශ්න කිරීම් (Reflective questions)**

ඉදිරිපත් කරන්නා තුළ ප්‍රතිවර්තිත චින්තනය උද්දීපනය කරන්නට සහ සිද්ධිය ඉදිරියට ගෙන යාමට තුඩු දෙන ප්‍රශ්න ඇසීම, පෞද්ගලික කුතුහලය සන්සිඳුවා ගැනීමට හෝ 'සත්‍යය' විමර්ශනය කිරීමට ප්‍රශ්න ඇසීමෙන් වැළකීම.
- G - 03 කණ්ඩායම් තුළ තමන් පිළිබඳ අවබෝධය**

කණ්ඩායම් සාමාජිකයන්ට අදාළව තමන් පිළිබඳව අවබෝධයකින් පසු වීම. කණ්ඩායම තුළ බලය බෙදාහදා ගැනීම හා සුරක්ෂිතතාව පවත්වා ගැනීම.
- G - 04 නිසි අවධානය පවත්වා ගැනීම හා අදාළතාවයකින් යුතුව ක්‍රියාත්මක වීම**

සමස්ථයක් වශයෙන් කණ්ඩායමට ස්වයං පාලනයක් පවත්වා ගැනීමටත්, සැසියේ අරමුණ රඳවා ගැනීම උදෙසා ඉඟි සහ සුදුසු පසු ප්‍රතිචාර ලබා දීමටත් ඇති හැකියාව.

තනි පුද්ගල - සිද්ධි සංකල්පගත කිරීම හා මැදහත්වීම

උපදේශකවරයා විසින් දැනටමත් සිදු කර ඇති දේ මත පදනම්ව practice supervisor විසින් ඇගයීම් මාපකයේ මෙම කොටස පුරවනු ඇත.

- I - 01 සිද්ධි සංකල්පගත කිරීම (case conceptualization)**

සේවා ලාභියාගේ ගැටළුවේ ස්වභාවය, එම ගැටළුව වර්ධනය වී ඇති ආකාරය හා එයට හේතු ආදිය වටහා ගැනීමට සහ 5P ආකෘතිය හා පෙනේග්‍රෑම් ක්‍රමය ආදී අනෙකුත් ක්‍රමවේද යොදාගෙන සිද්ධිය පැහැදිලි කිරීමට හැකි වීම.
- I - 02 සේවා ලාභියා වෙත දක්වන සහකම්පනය**

සේවා ලාභියාගේ හැඟීම් වටහා ගැනීමට හා සේවා ලාභියාගේ දෘෂ්ඨි කෝණයෙන් බාහිර ලෝකය දැකීමට ඇති හැකියාව, තත්ත්වය පැහැදිලි කොට ඉදිරි පියවර ගැනීමේදී සමාජගත ඒකාකාරී (stereotype), පක්ෂග්‍රාහී වීම් හා පෞද්ගලික අත්දැකීම් ආදියට කොටු වීමෙන් වැළකී සිටීම.
- I - 03 සිදු කරනු ලබන මැදහත්වීම් සේවා ලාභියාගේ අවශ්‍යතාවන් සමග ගැලපීම**

උපදේශක විසින් සේවාලාභියාගේ අවශ්‍යතා හඳුනාගෙන ඇති අතර උපදේශකවරයා විසින් සිදු කර ඇති මැදහත්වීම් සේවාලාභියාගේ අවශ්‍යතාවන්ට ගැලපේද යන්න.
- I - 04 මැදහත්වීම්වල කළ හැකිභාවය (සාධ්‍යතාව)**

උපදේශක විසින් සිදු කර ඇති මැදහත්වීම් සාධාරණ වීවා ද යන්න සහ ඒවා සිදු කිරීමේදී සේවාලාභියාට සහ උපදේශකට ලබාගත හැකි සම්පත් සැලකිල්ලට ගෙන ඇතිද යන්න.

## References

Kohrt, B. A., Jordans, M. J., Rai, S., Shrestha, P., Luitel, N. P., Ramaiya, M. K., Singla, D. R., & Patel, V. (2015). *Therapist competence in global mental health: Development of the enhancing assessment of common therapeutic factors (ENACT) rating scale. Behaviour Research and Therapy, 69, 11-21.* <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.03.009>

# උපග්‍රන්ථය III

## Practice Supervision ඇගයුම් කිරීමේ මාසකය - ශ්‍රී ලංකාව - පසු විපරම් පත්‍රිකාව

උපදේශකවරයාගේ කේතය : .....

දිනය : .....

උපදෙස්: උපදේශකවරයා විසින් පුරවා ඊළඟ practice supervision සැසියේදී practice supervisor වෙත මෙම පත්‍රිකාව භාර දිය යුතු වේ. උපදේශකවරයා විසින් practice supervision සැසිය තුළදී උගත් දේ පිළිබඳව පුනරාවර්තනය කොට මෙම පත්‍රිකාව පිරවිය යුතුය. මෙම පත්‍රිකාව කොටස් දෙකකින් සමන්විත වේ. පළමුවන කොටස තුළින් දැනුම, කුසලතා සහ ආකල්ප වැඩිදියුණු කිරීමට ඉවහල් වන ආකාරයේ practice supervision සැසියෙන් උගත් පාඩම් කෙරෙහි අවධානය යොමු කෙරේ. පෙර practice supervision සැසි වාරයට උපදේශකවරයා විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද සිද්ධියේ ප්‍රගතිය සටහන් කිරීම දෙවන කොටස තුළදී සිදු කෙරේ.

### 01 කොටස

Practice Supervision සැසි තුළින් උගත් පාඩම්	වැඩි දියුණු වූ නිපුණතාවය (නිපුණතාවය කුමක්ද යන්න නම් කරන්න: දැනුම, කුසලතා හෝ ආකල්පය)	සාකච්ඡාවෙන් පසු ඔබ අනුගමනය කළ හෝ වෙනස් කළ ක්‍රියාමාර්ගය, ක්‍රමය හෝ ප්‍රවේශය කුමක්ද?
F - 01		
F - 02		
F - 03		

### 02 වන කොටස

Practice Supervision සඳහා මින් පෙර ඉදිරිපත් කරන ලද සිද්ධියේ ප්‍රගතිය	Practice Supervision සැසියෙන් පසුව සිද්ධිය ඉදිරියට ගෙන ගිය ආකාරය විස්තර කරන්න
Practice Supervision සඳහා සිද්ධිය පළමු වරට ඉදිරිපත් කළ දිනය:	
සිද්ධිය සඳහා මාතෘකාව (සිද්ධිය හා අදාළ මූලික ගැටළුව වචන දෙකකින් හෝ තුනකින් විස්තර කර දක්වන්න; එනම්, ගැබ්නි අවිවාහක මව):	
F - 04	

# අධීක්ෂකවරයෙකුගේ ගමන්මඟ

නිලතා විකුමසිංහ සහ රොෂාන් ධම්මපාල

කොවිඩ් -19 වසංගතය අප රටට පැමිණ මාස දොළහක් ගතව ඇත. ශ්‍රී ලංකාවේ වයඹ පළාතට අයත් දිස්ත්‍රික්කයක, සමෘද්ධි සහ කාන්තා සහ ළමා සංවර්ධන අමාත්‍යාංශවලට අනුයුක්ත උපදේශකවරුන් කණ්ඩායමක් සඳහා practice supervisor ලෙස මා<sup>6</sup> විසින් ඉටු කළ භූමිකාව දෙස ආපසු හැරී බැලීමට මම මොහොතකට නතර වූනෙමි. මා හට පැවරී තිබුණේ ශ්‍රී ලංකාවේ තෝරාගත් ප්‍රදේශ කිහිපයක සේවය කරන රජයේ උපදේශකයින් සඳහා ආසියා පදනම විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද Practice Supervision නියමු වැඩසටහනේ practice supervisor ලෙස කටයුතු කිරීමයි.

මා ඔවුන් සමඟ කළ මුල් සාකච්ඡාවේදී, ඔවුන්ට මඟපෙන්වන සහ සහාය විය හැකි පළපුරුදු පුද්ගලයෙකුගේ සේවය ලබා ගැනීමට ඔවුන් තුළ වූ කැමැත්ත ඔවුහු ප්‍රකාශ කර සිටියහ. ඇතැමෙක් යෝජනා කළේ උපදේශකයින්ට ද ඔවුන්ගේ පුද්ගලික ගැටළු පිළිබඳ කතාබහ කිරීමට තවත් උපදේශකයෙකුගේ සේවාව ලබා ගැනීමට ඔවුන්ට හැකියාව තිබිය යුතු බවයි.

මෙම අරමුණු දෙක සාක්ෂාත් කර ගැනීමේ අරමුණින්, මගේ ආරම්භක සැලැස්ම වූයේ

උපදේශකයින්ට තමන්ගේ භූමිකාව දෙස ආපසු හැරී බැලීමට හා ඔවුන්ගේ ක්‍රමවේදයන් පරීක්ෂා කර බැලීම සඳහා ඔවුන්ට සුරක්ෂිත ඉගෙනුම් අවකාශයක් නිර්මාණය කිරීමයි. මේ තුළින් ඔවුන්ගේ කාර්යයන්ට හෝ ඔවුන් මුහුණදෙන පුද්ගලික අභියෝග හා අදාළ ඇතැම් ගැටළු පිළිබඳව ද සොයා බැලිය හැකි යැයි මම අපේක්ෂා කළෙමි. කෙසේ වෙතත්, ප්‍රවීණයෙකු හා ආදේශක තනතුරක් දරන්නෙකු ලෙස රජයේ උපදේශකයින් සමඟ නිලධාරීවාව දී සම්බන්ධතාවයක් ඇති නොකරගත යුතු බව මම දැන සිටියෙමි. ඒ වෙනුවට, මගේ ප්‍රවේශය වූයේ නම්‍යශීලී, සුභද්‍රීලී සහ විකිනෙකාගෙන් ඉගෙන ගත හැකි ආකාරයේ සම මට්ටමක සම්බන්ධතාවයක් ගොඩනගා ගැනීමයි. මා හමුවන ආකාරය සැලසුම් කිරීමට සහ ඔවුන්ගේ පැමිණීම සහ සහනාහිත්වය පිළිබඳ වගකීම ඔවුන් විසින්ම ගැනීමට මම ඔවුන්ට හිදහස ලබා දුන්නෙමි. ඔවුන් ජීවත්වන ප්‍රදේශයට අයත් සංස්කෘතික හා සමාජ පසුබිම තුළ වූ ඉතාමත් සංකීර්ණ මානසික සෞඛ්‍ය හා මනෝ සමාජ ගැටලු සමඟ කටයුතු කිරීම සම්බන්ධයෙන් ඔවුන් තුළ ඇති නිපුණත්වයට මම ගරු කළ අතර ඔවුන් සමඟ සහයෝගී හවුල්කාරිත්වයක් ඇති කර ගැනීමට මම බලාපොරොත්තු විය.

විමෝචන උපදේශන ප්‍රවේශයන් සහ මානසික සෞඛ්‍ය ගැටළු සම්බන්ධයෙන් මා සතු වූ දැනුම හා විශේෂඥතාව ද මම ඔවුන් හා බෙදා ගත්තෙමි. ඔවුන් වැඩ කළ සංස්කෘතිය හා සමාජ පසුබිම මට නුහුරු දෙයක් නොවීය. මෙම දිස්ත්‍රික්කයෙන් පැවත එන පවුලකින් විවෘත වී සිටින මා හට මෙම ප්‍රදේශයේ කෘෂිකාර්මික හා ග්‍රාමීය ප්‍රජාවන්ගේ යටාර්ථයන් කවරේ ද යන්න පිළිබඳ හොඳින් හඳුනා ගැනීමට අවශ්‍ය වූයේ අවුරුදු 15 ක සේවා පළපුරුද්ද තුළ ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රදේශ කිහිපයකම ජීවත්වන පවුල්වලට බලපාන විවිධ මනෝ සමාජීය ගැටළු අවබෝධ කර ගැනීමට ද මට අවස්ථාව ලැබුණි.

කෙසේ වෙතත්, උපදේශකයන්ගේ මූලාරම්භ ප්‍රවේශයන්, ප්‍රවීණතාව සහ අධීක්ෂණ සැසි සැලසුම් කිරීම සහ ඒ සඳහා කැපවන ආකාරය මත පදනම්ව මෙම කණ්ඩායමේ ඇතැම් උපදේශකයින්ට පමණක් මෙම ප්‍රවේශය සඳහා උනන්දුවක් ඇති බව මම නිරීක්ෂණය කළෙමි. තනි පුද්ගල සැසි සැලසුම් කිරීම සඳහා ඉදිරිපත් වූයේ ඔවුන්ගෙන් කිහිප දෙනෙක් පමණක් බව මම දැනගෙන සිටියෙමි. මෙම තනි පුද්ගල සැසි 'උපදේශන සැසි' ලෙස සලකනු ලබන බවක්

<sup>6</sup> මෙම ලිපිය practice supervisor දෘෂ්ටි කෝණයෙන් practice supervisor සහ technical advisor විසින් සහයෝගීව ලියන ලද්දකි.

පෙනෙන්නට වූ අතර, මුලින් එය අවශ්‍යතාවයක් ලෙස සඳහන් කර තිබුණද ඒ සඳහා ප්‍රවේශ වීමේ දී යම්කිසි පරීක්ෂණ සහගත බවක් සහ අකමැත්තක් ඇති බවක් පෙනෙන්නට තිබුණි.

මෙම පසුබිම තුළ, උපදේශකයින් විසින් අධීක්ෂණයේදී ඉදිරිපත් කරන ලද බොහෝ සිද්ධීන් තුළින් ඉස්මතුවන ගතිකතාවන්ට සහාය දක්වන්නේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳ අවබෝධ කර ගැනීමට මට හැකි විය. තමන් මුහුණ දෙන දුෂ්කර ගැටළු විසඳීමට හැකියාව ඇති හා ඒ සඳහා බලපෑම් කළ හැකි පුද්ගලයින් ලෙස සේවාවලින් උපදේශකවරුන්ගෙන් පිහිටා ඉල්ලා සිටියි. උපදේශකයින් බොහෝ විට තම සේවාවලින් දුක් වේදනා තුනී කිරීම සඳහා මහත් ඕනෑකමින් ඔවුන්ට ප්‍රතිචාර දක්වයි. යහපත් වෙනසක් ඇති කිරීම සඳහා කරුණාවන්ත චේතනාවකින් උපකාර කිරීමට උපකාර කරන්නාට අවසරයක් හෝ බලයක් සේවාවලින් විසින් ලබාදී ඇති බවක් පෙනෙන්නට වූ අතර, උපකාර පතන්නා නිරතුරුවම පාහේ නිරූපණය කරනු ලැබුවේ තමා දුබල, අසරණ හෝ යැපෙන්නෙක් ලෙස ය. සහාය හෝ උපකාර පැතීම පිළිබඳ මා තුළ වූ මෙම මතය තනි පුද්ගල සැසි වලට සහභාගී වීමට තිබූ අකමැත්තට හේතු වූවා දැයි මම උපකල්පනය කරමි. එසේත් නොමැති නම් ඇතැම්විට මම අධීක්ෂකයෙහි භූමිකාව ඉටු කළ ආකාරය තුළ මම හොඳ ගැටළු විසඳන්නෙකු හෝ දක්ෂ සහායකයකු බව ඔප්පු කර හැකි වෙන්නටද

ඉඩ තිබුණි. මම අධිකාරී බලය භාවිතා නොකළෙමි. මම ඔවුන් මෙහෙය වූයේ හෝ ඔවුන් පාලනය කළේ නැත. මම ඔවුන්ට තරවටු කළේ නැත. (මට අවශ්‍ය වූයේ තෝරාගැනීමට සහ ක්‍රියාත්මක වීමට ඔවුන්ටම අවස්ථාව ලබා දීම මිස මෙම සැසි ඔවුන් මත බලෙන් පැටවූ බවක් ඔවුන්ට හැඟෙන්නට ඉඩ නොහැරීමයි.) එසේ නොකිරීමෙන්, මා විසින් අනුගමනය කරන ලද ජනප්‍රිය පුද්ගල කේන්ද්‍රීය උපදේශන<sup>7</sup> (person centered approach) ප්‍රවේශයෙහි බලයක් නොමැති බව මට අවබෝධ විය. උපදේශක - අධීක්ෂක සම්බන්ධතාවය තුල ගලා යන අනුපිළිවෙල හෝ ධුරාවලි ව්‍යුහය යම් අරමුණක් ඉටු කළ අතර, ඒ පිළිබඳ මා තුළ වූ අකමැත්ත හේතුවෙන් මා විසින් බැහැර වීම ගුරුවරයෙකු නොමැති පාසල් ළමුන් කණ්ඩායමක් මෙන් යම් අවුල් සහගත බවක් සහ අසංවිධානාත්මක බවක් ඇති කළ බවක් පෙනෙන්නට විය. උපදේශකයින් තම කාර්යයන් තුළ යම් සංකීර්ණ ගැටළුවකට මුහුණ දුන් අවස්ථාවක බලධාරියෙක් විසින් එය අනුමත නොකළේ නම් සමපදස්ථ දැනුම හා ඔවුන්ගේ දායකත්වය කෙරෙහි විශ්වාසය තැබීමට හෝ ඒ සඳහා වටිනාකමක් ලබාදීමට ඔවුන් පසුබට වන බව කණ්ඩායම් අධීක්ෂණයේදී මම නිරීක්ෂණය කළෙමි.

මෙම දැනුම තුළින් මම සවිබල ගැන්වූ නමුත්, යම් අපහසුතාවයකින් යුතුව මම නව උපදේශක කණ්ඩායමක් සමඟ දෙවන අදියරේ වැඩ කටයුතු ආරම්භ කරන විට මගේ ක්‍රමය වඩාත් විධිමත්

හා ව්‍යුහාත්මක ක්‍රමයකට අනුවර්තනය කළෙමි. COVID-19 පැමිණීමත් සමඟ සංවරණය සහ ඒකරාශී වීම සම්බන්ධයෙන් පනවන ලද සීමාවන් සමඟ කණ්ඩායම් සැසි පැවත්වීම තවදුරටත් කළ නොහැකි වූ බැවින් මම ඔවුන් සියල්ලන් සඳහා තනි පුද්ගල සැසි පැවැත්විය. උපදේශකයින්ට තම සේවාවලින් සම්බන්ධ කාර්යයන් හෝ ඔවුන් මුහුණදෙන අභියෝගයක් පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීම සඳහා තනි පුද්ගල සැසි පැවැත්විය හැකි විය. මේ තුළ සැසිවලට සහභාගී වීමේ ප්‍රවණතාව වැඩි විය. කෙසේ වෙතත්, මෙය ද පළමු කණ්ඩායමට වඩා අඩු ප්‍රායෝගික අත්දැකීම් සහිත කණ්ඩායමක් විය. දැනුම හා කුසලතා ලබා ගැනීමට හා ඒවා වැඩිදියුණු කර ගැනීමට උනන්දුවක් පෙනෙන්නට වූ අතර ඔවුන්ගේ භාවිතයන්ට අදාළ ගැටළු සාකච්ඡා කිරීමේ දී සැලකිය යුතු විවෘතතාවයක් පෙනෙන්නට විය. මෙය සාමාන්‍යයෙන් පොදු දෙයක් බව සහ යම් පුද්ගලයෙක් තම වෘත්තියේ වැඩි කාලයක් නිරත වන විට අවදානමට ලක්වීමේ ප්‍රවණතාවය ද වැඩි යැයි මම උපකල්පනය කළෙමි. ව්‍යුහාත්මක හා මග පෙන්වන ප්‍රවේශයට උපදේශකයින් ඉතා හොඳින් ප්‍රතිචාර දැක්වීය.

කණ්ඩායම් දෙකම සමඟ විවිධ තත්ත්වයන් යටතේ දුරස්ථව වැඩ කිරීමට මට අවස්ථාව ලැබුණි (වසංගතයේ පළමු හා දෙවන අදියර) - පළමුවන කාණ්ඩායම සමඟ ඇඳිරි නීතිය පනවා තිබූ කාලය තුළ සහ දෙවන කණ්ඩායම ඇඳිරි නීතිය ඉවත් වූ පසු (කෙසේ වෙතත් සීමිත

<sup>7</sup> Casemore, R., 2011. *Person-centred counselling in a nutshell*. London: SAGE.

සේවා කොන්දේසි සහිතව). පළමු අදියරේදී දුරකථනය ඔස්සේ උපදේශකයින් සම්බන්ධ කර ගැනීම පහසු විය. කෙසේ වෙතත් සැමවිටම නිදහසේ සැසිය හා සම්බන්ධ වීමේ හැකියාව ඔවුන්ට නොතිබුණි. ඇතමුන් කුඩා නිවෙස් වල ජීවත් වූ අතර, දැරුවන්ගෙන් සහ අනෙකුත් පවුලේ සාමාජිකයන්ගෙන් වෙන්ව practice supervision සැසි වල නිරත වීමට ඔවුන්ට හැකියාවක් නැතිවිය. බොහෝ අය ගෙදර දොරේ වැඩ සහ තම දැරුවන්ගේ වගකීම් වලින් පීඩාවට පත්ව සිටියහ. තවත් සමහරු සහන සේවා කටයුතු (ගමේ පවුල්වලට සලකා ආහාර, ඖෂධ යනාදිය ලබා දීම) නිසා කාර්ය බහුල විය. ඔවුන් භාරගෙන තිබුණ සෑම උපදේශන / අධීක්ෂණ සැසියක්ම දුරකථන සංවාදවලට පමණක් සීමා විය. ඇතැම් උපදේශකවරුන් ජීවත් වූ ප්‍රදේශවල ජංගම දුරකථන ජාල ආවරණය ඉතාමත් දුර්වල තත්ත්වයක විය. ඇදිරි නීතිය පනවා තිබූ කාලයේ, උපදේශකයෙකු සමඟ දුරකථනය ඔස්සේ සැසියක් සිදුකරන අවස්ථාවක ජාල සම්බන්ධතාවය අඛණ්ඩව නොතිබූ බැවින් කිහිප විටක්ම අපේ සංවාදයට බාධා ඇති විය. ඒ අවස්ථාවේ ඔහු නිවසින් බැහැරට පැමිණ තැනින් තැනිට ගොස් ජාල සම්බන්ධතාවය හොඳින් ක්‍රියාත්මක වන ස්ථානයක් සොයා ගැනීමට දැඩි වෙහෙසක් දැරූ අයුරු මට සිහිපත් වේ. අවසානයේ අපි අඛණ්ඩව සංවාදයේ යෙදෙන විට ඇමතුම නැවත විසන්ධි විය. නැවත ඔහු හා සම්බන්ධ වූ විට,

ඔහු මට පවසා සිටියේ අධික හිරු රශ්මියෙන් බේරීමට (ජංගම දුරකථන සම්බන්ධතාවය හොඳින් ක්‍රියාත්මක වූ ස්ථානයෙන්) සෙවනක් ඇති ස්ථානයකට යාමට ඔහුට සිදු වූ බැවින් ඇමතුම විසන්ධි වූ බවයි.

මෙම ප්‍රායෝගික දුෂ්කරතා සිතේ තබා ගනිමින්, එක් එක් පුද්ගලයාට පහසු වන පරිදි තනි පුද්ගල අධීක්ෂණ සැසි සැලසුම් කිරීමට මම දැඩි උත්සාහයක් ගත්තෙමි. උපදේශකයින් 24 දෙනෙකුගේ කාලසටහන් අනුව වැඩ කිරීමට උත්සාහ කිරීම දැවැන්ත කාර්ය භාරයක් වූ අතර උදෑසන 6:30 සිට රාත්‍රී 9.00 න් පසු අතර කාලය තුළ ඕනෑම අවස්ථාවක සැසි පැවැත්වීමට සිදුවිය. එය පුද්ගලයන් සමඟ සිදුකරන වැඩ භූමිකා එක පිට එක වැටෙන කාලයක් වූ අතර 'නිවසේ සිට වැඩකිරීම' කළමනාකරණය කර ගැනීමට තරම් ප්‍රමාණවත් පහසුකම් හා සම්පත් උපදේශකයින්ට නොතිබුණි. මාස දෙකක දැඩි හිනි රිති සහිත අගුලු දැමීමෙන් ශ්‍රී ලංකාව ඉවත් වීමත් සමඟ උපදේශකයින් තමන්ගේ වැඩ සහ ක්ෂේත්‍ර වාර්තා පරීක්ෂාකාරීව නැවත ආරම්භ කිරීමට බලාපොරොත්තු විය. මම කණ්ඩායමේ අඩක් වෙත ඉගෙනුම් ක්‍රියාකාරකම් පැවරූ අතර අනෙක් අඩ සමඟ දුරස්ථ අධීක්ෂණ කටයුතුවල නිරත විය. විශාල කණ්ඩායමක් සමඟ කටයුතු කිරීමට මෙන්ම සේවාවලින් සමඟ ඔවුන් සිදුකරන ඉගෙනුම් ක්‍රියාකාරකම් තුළින් තම ඉගෙනුම් කුසලතා වර්ධනය කරගැනීමට ද මෙය ඵලදායී ක්‍රමයක් වූ

අතර අපි එය ඊළඟ මාසයේදී ඇගයීමට ලක් කරන්නෙමු. දැනට ඔවුන්ගේ සේවාවන් ලබා ගන්නා සේවාවලින්ගේ තොරතුරු භාවිතා කරමින් පසුගිය කාලය තුළ ඉගෙන ගත් දෑ දෙස නැවත ආපසු හැරී බැලීමට හා ඒවා පුහුණු කිරීමට කාර්යන් සකස් කර ඇත. හිදසුනක් ලෙස 5P ආකෘතිය භාවිතා කරමින් සිද්ධි සැකසීම ගත හැක. තිරසාර බවින් අඩු ප්‍රවේශයන්ට නැඹුරු ඉක්මනින් ගැටළු විසඳීමේ / අර්බුද කළමනාකරණ කිරීමේ ක්‍රමවේදයන් වෙත යොමුවෙනවාට වඩා, හොඳින් සිතා බලා සේවාවලින් සමඟ වඩාත් පුළුල්ව වැඩ කිරීමට උපදේශකයින්ට සහාය වීමට මේ තුළින් මම බලාපොරොත්තු වෙමි.

දුරස්ථ අධීක්ෂණය අඛණ්ඩව සිදුකර ගෙන යන විට, බොහෝ බාධකයන්ට මුහුණදෙන්න සිදුවුවද ඒවාට අනුගත වීමට සහ මෙම ඉගෙනුම් චක්‍රය සහ ආචාර විධි ස්ථාපනය කිරීමට හා ඒවා නොනැසී පවත්වා ගෙන යාමට ක්‍රම සොයා ගැනීමට අපට හැකිවීම ගැන මම ඉතා සතුටු වෙමි. කණ්ඩායම් සැසි සැබවින්ම මග හැරී ඇති අතර ඒවා දිගටම කරගෙන ගියේ නම් ලබා ගන්න තිබූ ප්‍රායෝගික ඉගෙනුම් අහිමිවීම සැබවින්ම කණ්ඩායමට බලවත් පාඩුවක් විය. එක් එක් පුද්ගලයාගේ ශක්තීන්, වැඩිදියුණු කිරීමට ඇති අංග සහ වෙනස්වීම් කවරේ ද යන්න මට අවබෝධ කරගැනීමට හැකි වූ බැවින් තනි පුද්ගල සැසි (එය දුරස්ථ ක්‍රමවේදයක් ඔස්සේ සිදු වුවද) පැවැත්වීම ප්‍රතිඵලදායක විය.

අනාගතයේදී මෙම උපදේශකයින්හට මෙම  
පුහුණුව සහ සහය වඩාත් තිරසාර ආකාරයකට  
ලබාදීම සඳහා සම්පත් දායකයින්ගේ සංචිතයක්  
දුරස්ථ සහ අන්තර්ජාල ක්‍රමවේද භාවිතා කරමින්  
කටයුතු කිරීම වඩාත් සුදුසු විය හැකි බව  
අපි නොදැනුවත්ම තේරුම් ගත්තෙමු.

**පරිච්ඡේද :**  
**මල්කාන්ති ගමගේ**



මීලඟ කොටසේ, මෙම වැඩසටහනට සම්බන්ධ වී ඇති වයඹ සහ නැගෙනහිර පළාත්වල උපදේශකවරුන් සහ උපදේශවරියන් අට දෙනෙකු ඔවුන්ගේ අත්දැකීම් සම්මුඛ සාකච්ඡාවක් තුලින් බෙදා ගනු ලබයි. ඔවුන් සමපදස්ථ අධීක්ෂණය සහ Practice Supervision අතර ඇති වෙනස්කම් සහ මෙම අත්දැකීම කණ්ඩායම්, තනි පුද්ගල සහ දුරස්ථ ආකාරවලින් ලබා ගැනීමේ ප්‍රතිලාභ සහ අභියෝග විග්‍රහ කරයි. තවද Practice Supervision නියමු විශාසනීයට සහභාගී වූ කාලය තුල ඔවුන් ලද ප්‍රධාන ඉගෙනුම් හා ආවර්ජනයන් Practice Supervisor වරයා සමග කල සාකච්ඡාවන්ට අදාළ සිද්ධි අධ්‍යයනයන් මගින් විදහා දක්වයි.



# පසු ප්‍රසව විශාදය සහ පශ්චාත් මනෝවික මානසිකත්වය

වත්සලා කරුණාරත්න

සමාජය තුළ පවත්නා විවිධ පුද්ගල දෘෂ්ටිකෝණ සහ මාගේ සේවාලාභීන්ට අනුව මවක් සහ කිරිකැටි බිළිඳෙකු අතර ඇති අන්තර්ගත සබඳතාව තුළ පවතින උත්තරීතර සෙනෙහස අති උතුම්ය. කාන්තාව යනු සමාජයේ විවිධ තලයන් තුළ විවිධාකාර භූමිකා රඟ දක්වමින් සිය පවුලට, සමාජයට, රටට පමණක් නොව මුළු මහත් ලෝකයා වෙතම බහුවිධ යුතුකම් ඉටු කරන්නියකි. මව් පදවිය එවන් උත්තරීතර වූ භූමිකාවකි. දරුවෙකුගේ උපත මවට, පියාට මෙන්ම පවුලේ අන් අයට ඉතාමත් හැවුම් හා සතුටුදායක අත්දැකීමක් විය හැක. එමෙන්ම සේවාලාභීන්ගේ අත්දැකීම් වලට අනුව, එම සතුට තුළ ඉතාමත් කටුක අත්දැකීම් රාශියක් ද ගැබ්ව තිබිය හැක. විවිධ දුෂ්කරතාවන්ට මුහුණදෙන විට මව හා දරුවාත්, මව හා දරුවාගේ පියාත්, එමෙන්ම නිවසේ වෙසෙන සෙසු පිරිසගේත් දෛනික වැඩ කටයුතු වලට සහ ඔවුන් අතර පවතින සබඳතාවන්ට එය ගැටළුකාරී ලෙස බලපාන අවස්ථා ද දැක ගත හැක. මන්ද පවුලක කුළුදුල් දරුවෙකුගේ උපත හැවුම් අත්දැකීම් රාශියක තෝරාගන්නක් වුවද ඇතැම් මව්වරුන්ට එම අත්දැකීම මානසික පීඩනයක් වන අවස්ථා දැක ගත හැක. මෙවැනි තත්ත්වයක් තුළ මව හා දරුවාත්,

මව හා දරුවාගේ පියාත්, අතර පවතින සම්බන්ධතාවය බිඳවැටෙන අවස්ථා ද සේවාලාභීන් විසින් ඉදිරිපත් කරන අත්දැකීම් හමුවේ අපට දැකගත හැක.

දරුවා සමාජයට අනුගත වන ප්‍රාථමික යුගය පටන් ගන්නේ මවගෙනි. එය ප්‍රාථමික සමාජානුයෝජනයේ මූලික අවධියයි. මවක් වීම ලෙහෙසි පහසු කාර්යක් නොවනවාසේම බිළිඳෙකු ඉපදනු තැන් පටන් මවක් ලෙස, සාර්ථකව තම භූමිකාව කරගෙන යාමද පහසු කාර්යක් නොවේ. දරුවෙකුට මවක් වීම මෙන්ම ඔහුට / ඇයට අවශ්‍ය රැකවරණය සපයන්නියක් වීම ඉතාමත් සතුට දනවන කරුණක් විය හැකි අතරම එය කාන්තාවකගේ ජීවිතයේ නව ඇරඹුමක් බව ද ඇතැමුන්ගේ විශ්වාසයයි. මව් පදවිය ලැබීම බොහෝ දෙනෙක් තුළ ඇති බලවත් ආශාවකි. කෙසේ නමුත් කරුණු කාරණා එසේ වුවද ඇතැම් මව්වරුන්ට දරුවකු බිහි කිරීමෙන් පසුවද සතුටක් දැනෙනවා වෙනුවට වේදනාකාරී සිතුවම් සිත තුළ ඇති වන අවස්ථා ද දැක ගත හැක. එයට හේතුව වීමසා බලන විට තමන්ට දැඩි වෙහෙසකාරී බවක් දැනෙන බව ඔවුන් පවසයි. මෙය බොහෝ මව්වරුන් තුළ ඇති විය හැකි

සාමාන්‍ය තත්ත්වයකි. ඇතැම් මව්වරුන්ට දරු ප්‍රසූතියෙන් පසු මානසික අවපීඩනයන්ට සහ මානසික තත්ත්වයෙහි යම් යම් වෙනස් වීම් වලට මුහුණ දීමට සිදු වේ.

පිරිමියෙකු පිය පදවිය ලැබීමද ඒ හා සමාන වූ අතිශය සංකීර්ණ කාරණාවන්ට මුහුණ දීමට සිදු වන අවස්ථාවකි. මන්ද මව දරුවා බිහි කරන අවස්ථාවේ ඇති වන ප්‍රසූත වේදනාව ද දරා ගනිමින් දරුවා බිහිවූ පසු ඔහු / ඇය රැක බලා ගන්නා අතර දරුවාගේ පියා විසින් මවන් දරුවාත් යන දෙදෙනාගේම ආරක්ෂාව, රැකවරණය, පෝෂණය හා සෞඛ්‍ය යන සියළු කාරණා නොපිරිහෙන ලෙස ඉටු කිරීමට වෙහෙසේ. ඒ අනුව පිය පදවිය ලැබීමද පියාට අතිශයින්ම වැදගත් වගකීම් රාශියක් එක්කරවන කඩයිම් කාල පරිච්ඡේදයකි. මේ කාලය තුළ මව තුළ ඇති විය හැකි සියළුම සංකූලතා පිළිබඳව මනා ඉවසීමකින් හා අවබෝධයකින් යුතුව කටයුතු කිරීමට පියෙකුට සිදුවේ. මෙම කරුණු කාරණා හමුවේ හිරෝගී මවක් මෙන්ම දරුවෙකු බිහිකිරීමේ ලා පියාගේ භූමිකාවද අතිශයින්ම වැදගත් වන බව ඇතැම් සේවාලාභීන්ගේ අත්දැකීම් හමුවේ දැක ගත හැක. දරුවාගේ පියා තුළ පවතින ආදරය සහ රැකවරණය

බර්දට මහත් අස්වැසිල්ලක් වන බව සේවාවලාභීන්ගේ අත්දැකීම් අනුව පෙනෙන්නට තිබෙන කාරණාවකි.

උපදේශකයෙකු වශයෙන් මා ලැබූ අත්දැකීම වන්නේ පසු ප්‍රසව අක්‍රමිකතා සහිත රෝගීන් උපදේශනය වෙත යොමුකරනු ලබන විට ඔවුන් උපදේශනය වෙත යොමු කරන ලද කාරණය පිළිබඳ සළකා බැලීමේදී, ඒ සඳහා බලපා ඇති ප්‍රධාන කාරණාව වන්නේ ඔවුන් පෙරට වඩා පිළිවෙල, පිරිසිදු බව කෙරෙහි අවධානය යොමු නොකිරීමයි. ඔවුන් සමඟ සාකච්ඡා කිරීමේ දී මට වැටහුණ කාරණාක් වූයේ ඔවුන්ගේ කායික, මානසික තත්ත්වයන්ද රුචි අරුචිකම්ද පෙර පැවති තත්ත්වයට වඩා වෙනස් වී ඇති බවයි. සිතේ නිතර ඇති වන කනස්සලු ස්වභාවය හේතු කොට ගෙන මූලික වශයෙන් හඬන්න පටන් ගැනීම සහ හැඬීමට හේතුවන කරුණු නිතර නිතර හිතේ මතු වීම වැනි දෑ ඒ අතර වන බව ඔවුන් පවසයි. එමෙන්ම නොරිස්සුම් සහගත බවත් අධි සංවේදී බවත් නිරතුරුවම ඔවුන් තුළ දැකිය හැකි වන අතර තමන් තනි වෙලා යන හැඟීම සහ ජීවිතය පිළිබඳ බලාපොරොත්තු රහිත හිස් බවක් ඔවුන් තුළ පෙනෙන්නට ඇත. එමෙන්ම විදිනෙදා සාමාන්‍ය ජීවිතයේ දී ඔවුන් පෙර සතුවූ වූ අත්දැකීම් හමුවේ සිතට සතුටක් නොදැනෙන බවද ඔවුන් පවසයි. සැමියා කෙරෙහි වෙනදා තරම් ආදරයක් නොදැනෙන බවත්

පවුලේ අහිත් අය කෙරෙහි නොරිස්සුම් සහගත හැඟීමක් සිතට එන බවත් වෙනදා මෙන් ගතට ප්‍රාණවත් බවක් නොදැනෙන බවත් ගත මෙන්ම සිත ද ඉතා ඉක්මනින් වෙහෙසට පත්වන බවත් ඔවුන් පවසයි.

ඇතැම් සේවාවලාභීන්ගේ නින්ද සම්බන්ධයෙන් පවතින ගැටළු විවිධාකාරය. ඇතමෙකුට නිරන්තරයෙන් නිදිමත ගතියක් දැනෙන අතර සමහරක් මව්වරුන් අතර නින්ද නොයෑමේ ගැටළු දැකිය හැක. ආහාර ගැනීමේ රුචිකත්වය පිළිබඳ සළකා බැලීමේ දී ඇතැම් සේවාවලාභීන්ට ආහාර රුචිය දැඩිව දැනුන ද තවත් සමහරෙකුට එවැනි රුචිකත්වයක් නොදැනේ. ඔවුන් තුළ ඇති වන්නාවූ සිතුවිලි පිළිබඳ සලකා බලන විට තමාටම රිදවා ගැනීමේ සිතුවිලි ඇති මව්වරුන් ද ඇත. දරුවා කෙරෙහි මව තුළ ඇති වන සිතුවිලි පිළිබඳ සලකා බලන විට ඇතැම් මව්වරුන් තුළ තම දරුවාට රිදවීමේ සිතුවිලි ද පහළ වේ. එවැනි අවස්ථාවල ඇතැම් විට දරුවා කෙතරම් හැඬුව ද නොඇසුනාසේ සිටී. දරුවාගේ හැසිරීම මාරු කිරීම හා පවිත්‍ර කිරීම පිළිබඳ මැලිකමක් දක්වන අතර නිසොල්මනේ ඇඳේ වැතිර සිටීමට සිතෙන බවද ඇතැම් සේවාවලාභීන් පවසයි.

මෙසේ සිටින විට නිවැසියන්ගේ අප්‍රසාදයට ලක් වන අතර ඔවුන් නිතර නිතර මවට බැන

වැදීම නිසා කරන්නට ඇති වැඩ පවා කිරීමට සිත් නොදෙන බවත් තමන්ට යමක් නිවැරදිව කළ නොහැකිය යන සිතුවිල්ල නිරන්තරයෙන් ම සිතට එන බවත් සේවාවලාභීන් පවසයි. මෙවැනි තත්ත්වයන් තුළ නිවැසියන් මවට බැණ වැදී දරුවාගේ කාර්යයන් සිදු කිරීමට පවා ඇයට නොදී දරුවා මවගෙන් වෙන් කර තබන අවස්ථා ද දැකගත හැක. පරාජිත බව, වරදකාරී හැඟීම මෙන්ම සමාජ ආශ්‍රයෙන් දුරස් වී හුදකලාව සිටීමට උත්සාහ කිරීම මෙවැනි තත්ත්වයක් තුළ ඇති විය හැකි සංකූලතාය. මතකය පිළිබඳ ගැටලු ද මොවුන් තුළ දැකිය හැකි අතර තමන් කරන දෙය පිළිබඳ විශ්වාසයක් ඔවුන් තුළ නොමැත. බඩාට කිරි දුන්න ද හැද්ද යන්න පිළිබඳ මතකයක් ඇතැම් විට ඔවුන් තුළ නොමැත. දරුවා නිදි කෙරෙව්වේ වෙත පැත්තක දැන් ඉන්නේ වෙත පැත්තක, කවුද කුඩෙන් වහලා මම වැහුවෙ හෑ යනාදී මතකය පිළිබඳ ඇති වන ගැටළු තුළින් සිතුවිලි වල ව්‍යාකූලත්වයක් මතු විය හැක.

දරුවා බිහි කිරීමෙන් පසු සිරුරේ සිදු වන භෞමික වෙනස්කම් හේතු කොට ගෙන ශරීරය තුළ කෝටිසෝල් සාන්ද්‍රණය ඉහළ යාම නිසා මෙන්ම දරු ප්‍රසූතියකදී ඇති විය හැකි පූර්ව හා පසු ප්‍රසව සංකූලතා මතද මව විශාදී තත්ත්වයට පත් විය හැක. මින් පෙර අත්විඳි වගකීම් වලට සාපේක්ෂව දරන්න

වන වගකීම් ප්‍රමාණය වැඩි වීමත් අළුත් වගකීම් දරා ගැනීමේ අපහසුතාව නිසාත් පීඩනයට පත් වූ ඇතැම් සේවාවලාභීන් තම දරුවා හිතර හඩන බවත් ඊට හේතුව තමා ඉතා කෙටිවු නිසා කිරි නොමැති බවත් උපකල්පනය කරයි. වික්තරා මවක් තමාගේ පියයුරු විශාලවීම, තන් පුඩුව විශාල වීම වැනි හේතු මත දරුවාට කිරි ඉරීමට අපහසු බවත් දරුවා හඬන්නේ සහ නිදා නොගන්නේ දරුවා බොහ කිරි ප්‍රමාණය අඩු වීම නිසා යැයි සිතා මානසික පීඩනයට පත්ව ඇත. මවට කිරි වර්මට ශරීරයේ ප්‍රමාණය වැදගත් නොවන බවත් පෝෂණය හා මානසික සතුට ඊට වැදගත් වන බවත් පෙන්වා දෙමින් ඇයට සහය ලබා දීම තුළ ඇයගේ පීඩන තත්ත්වය මඟ හැරී යා හැකි බව පවුලේ අය දැනුවත්කොට ඒ සඳහා මගපෙන්විය හැක. ඇතැම් මව්වරුන් තුළ දරුවා පරිස්සමට රැක බලා ගැනීමට නොහැකි වේය යන අනිසි බිය, දරුවා හිතර රෝගී යැයි සිතීම, දරුවාගේ වර්ධනයේ අඩුවක් ඇතැයි සිතීම, දරුවා සිප ගැනීමට සහ තමන් ලඟින් තබා ගැනීමට දක්වන අකමැත්ත යනාදී ගැටළු දක්නට හැක. දරුවාගේ මුල් වයස් කාලයේදී මවට දරන්න වන වගකීම් වැඩිවීම හේතු කොට ගෙන ඇති වන අවිචේදී බව නිසා ද ආර්ථික ගැටළු නිසා බිලියුගේ අවශ්‍යතා සපුරාලීමේ දී විදින්නට සිදු වන පීඩාවන් නිසා ද ගැටළු මතු වේ. ඇතැම් සේවාවලාභීන් විශාදී තත්ත්වයට පත්වන හේතු

වීමට බැලීමේදී, ජානමය හේතූන් මෙන්ම දරු ප්‍රසූතියට පෙර සිට පැවති මානසික රෝගී තත්ත්ව නිසා අළුත් අත්දැකීමට මුහුණ දීමේදී ඇති වන්නාවූ අනිසි බිය නිසාද මෙවැනි තත්ත්වයක් මතු විය හැක. විමෙන්ම අළුත උපන් බිලියු තුළ ඇතිවන්නා වූ සංකූලතා හමුවේ ද මව පීඩාවට පත්වන අතර බොහෝ කාන්තාවන්ට තම නිවස තුළ පවතින ආර්ථික දුෂ්කරතාවයන් මෙන්ම ගෘහස්ථ ප්‍රවන්ධත්වය සහ ඔවුන් කෙරෙහි දක්වන නොසැලකිල්ල නිසා ද මෙවැනි තත්ත්වයන්ට මුහුණ දීමට සිදුව ඇත.

ඇතැම් සේවාවලාභීන්ගේ අත්දැකීම් වලට අනුව මව තුළ ඇති වන මෙම මානසික වෙනස, ව්‍යාකූල සහගත තැපීමේ රටාවන් වෙනස් කිරීම සඳහා දරුවා බිහි වූ පසු දරුවා ඇයට හිතර පෙනෙන තැනක තැබීම, ආදරයෙන් දරු නැලවිලි ගී ගැසීමට ඇය උනන්දු කිරීම, දරුවාගේ වැඩ කටයුතු වලට මුලසිටීම සක්‍රීයව සහභාගී කරවා ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය දැනුවත්තාවය ඇයට ලබා දීම මෙන්ම, බිලියුගේ පියාගේ සහයෝගය, දැඩි ආදරය හා කරුණාව මෙන්ම පවුලේ අයගේ සහය ලබා ගැනීම සඳහා පවුලේ සාමාජිකයන් දැනුවත් කිරීම වැනි දෑ මනෝ උපදේශකවරුන්ට සිදු කළ හැක. මෙවැනි තත්ත්ව හමුවේ ඇයට අවශ්‍ය සියලුම උපකාර ඉතා සම්පව සිදු කළ හැකි සුදුසුම තැනැත්තා සැමියාය. රාත්‍රී කාලයේ දී දරුවා රැකබලා

ගැනීමට ඇයට සහය වීමට සැමියාට හැක. මෙම රෝගී තත්ත්වය තාවකාලික තත්ත්වයක් බවත් එය ඉක්මනින්ම හැරී වී යා හැකි බවත් ඥාතීන් හා බිලියුගේ පියා දැනුවත් කරමින් වෙනදාට වඩා උනන්දුවෙන් හා වගකීමෙන් යුතුව මව රැක බලා ගැනීම මෙම කාල පරිච්ඡේදය තුළ සිදු කල යුතු බව ඔවුන් දැනුවත් කල යුතුය.

මව අගය කිරීම හා ප්‍රශංසානාත්මක ලෙස කටයුතු කරමින් ඇය හුදකලා නොකර ඇය සමඟ කාලය ගත කිරීමත් මෙම කාල වකවානුවේ දී ඉතා වැදගත් වේ. සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරී කාර්යාලය හරහා ද මව්වරුන් තුළ පවතින මෙවැනි තත්ත්වයන් හඳුනා ගැනීම් සිදු කරන අතර උපදේශනය සඳහා සේවාවලාභීන් යොමු කළ ද ඇතැම් සේවාවලාභීන් උපදේශනය වෙත පැමිණෙන්නේ නොකමැත්තෙන් බවද වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට ඇති ලැජ්ජාව නිසා ඔවුන් බොහෝ විට එය මඟහරින බවද උපදේශකවරයෙකු ලෙස මම අවබෝධ කර ගතිමි. මෙසේ ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට සිදු වූයේ තමා හොඳ සහ පරිපූර්ණ මවක් නොවූ නිසා යැයි සිතා ඔවුන් තව තවත් පීඩනයට ද පත් වේ. නමුත් මෙහිදී ඇය හරක හෝ අසමත් මවක් නොවන බවත් මෙය තාවකාලික තත්ත්වයක් බවත් ඇයට මෙන්ම සැමියාට, සහ ඔවුන්ගේ සම්පතම පවුලේ ඥාතීන්ට අවබෝධ කර දෙමින් ඇයට වෙනදාටත් වඩා

සහය වන ලෙසත් වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර නොගැනීම නිසා මානසික රෝගී තත්ත්වය උග්‍ර විය හැකි බවත් මව මෙන්ම පවුලේ ඥාති පිරිස දැනුවත් කළ යුතුය. මෙය අභිචාර්යයෙන්ම මානසික රෝග පිළිබඳ විශේෂඥ වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා ගතයුතු තත්ත්වයකි. එමෙන්ම මෙම තත්ත්වය වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර හා උපදේශනය යටතේ සුවපත් කළ හැකි තත්ත්වයක් ලෙසත් ප්‍රතිකාර නොගැනීම තුළ තත්ත්වය වඩාත් උග්‍ර වීමට හැකි බවත් හිසි ලෙස ප්‍රතිකාර ලබා නොගැනීම මවගේ මෙන්ම දරුවාගේ ජීවිතවලට හානිදායක විය හැකි බවත් අවබෝධ කර ගත යුතු කරුණු වේ. ඒ අනුව ප්‍රතිකාර හිසි ලෙස ලබා දීම මඟින් මව යථා තත්වයට පත් කර ගැනීම සඳහා සහය වීමට හැකි වන බව දැනුවත් කිරීම ඉතාම වැදගත් ය.

**පන්නල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයට අනුයුක්ත මනෝ උපදේශකවරියක් වන වත්සලා කරණාරත්න මහත්මිය විසින් රචිත පසු ප්‍රසව විශාදය (Postpartum Depression) නම් වූ ලිපියේ ඇතුළත් කරුණු ආශ්‍රිතව ඇය සමඟ සාකච්ඡා කොට එවැනි තත්ත්වයන් සඳහා මනෝ උපදේශන සහය ලබා දෙන්නේ කෙසේ ද සහ එහිදී මනෝ උපදේශකවරුන් මුහුණදෙන අභියෝග කවරේ ද යන්න පිළිබඳව අප විමසා බැලුවෙමු.**

*ඔමෙලා අවුට්ස්කුන් සහ වත්සලා කරණාරත්න*

වත්සලා මහත්මියට අනුව මෙවන් තත්ත්වයක දී සේවාලාභීන්ට මනෝ උපදේශන සහය ආකාර දෙකකින් ලබා දිය හැක. සේවාලාභීයාට සෘජුවම ලබා දෙන සහය ඉන් පළමුවැන්න වන අතර පවුලේ සමීපතමයන් හරහා ලබා දෙන සහය දෙවැන්න වේ. සේවාලාභීන්ට ලබා දෙන සෘජු සහය අතර තමන්ගේ සිතට දැනෙන දේ පිළිබඳව තම සමීපතමයන් සමඟ බෙදා ගැනීමට සේවාලාභීන් දිරිමත් කිරීම, මනෝ උපදේශන ශිල්ප ක්‍රම භාවිතා කිරීම තුළින් සේවාලාභීන් ක්‍රමිකව යථා තත්ත්වයට ගෙන ඒම, උදව් ලබා ගත හැකි අවස්ථාවන්හි දී අදාළ පුද්ගලයන්ගෙන් එය ලබා ගැනීමට ඔවුන්ට දිරිමත් කිරීම, විවේක ගැනීමට සහ නිසි ලෙස කාලය කළමනාකරණය කර ගැනීම සඳහා ඔවුන් යොමු කිරීම සහ තමන්ට සැහැල්ලුවක් ලබා දෙන ක්‍රියාකාරකම් වල නිරත වීමට ඔවුන් දිරි ගැන්වීම, අනවශ්‍ය රාමු වලට කොටු නොවී සමාජයට අයහපතක් නොවන චිතෙන් තමාට හොඳක් ගෙන දෙන කටයුතු වල නිරත වීම වැනි දේ සඳහා මගපෙන්වීම ඇතුළත් වේ.

පවුලේ සාමාජිකයන් සමඟ කටයුතු කිරීමේ දී ඔවුන් ද මනෝ උපදේශන සැසි සඳහා යොමු කරවා ගනිමින් සේවාලාභීයා මුහුණ දී ඇති තත්ත්වය පිළිබඳව ඔවුන්ට ද මනෝ - අධ්‍යාපනය ලබා දීම සහ සේවාලාභීයාට කිහිමි ආකාරයේ සහයෝගයක් ඔවුන්ට ලබා දිය හැකි

ද යන්න සොයා බැලීම මෙන්ම ඒ පිළිබඳව ඔවුන් දැනුවත් කිරීම ද සිදු කළ හැක. ඒ තුළින් සේවාලාභීයා වෙත පැවරුණු වගකීම් වලින් සහ ඇයගෙන් සිදු විය යුතු යැයි අපේක්ෂා කෙරෙන කටයුතු කෙරෙහි නම්‍යශීලී බවක් දැක්වීම යනාදිය තුළින් සේවාලාභීයාට මානසිකව සහ කායිකව පවතින වෙහෙස ලිහිල්ව යනු ඇත. මීට අමතරව මානසික අවපීඩන තත්ත්වයට බලපා ඇති පවුලේ අය අතර පැවතිය හැකි වෙනත් ගැටලු හඳුනාගැනීමට සහ ඒවා විසඳීමට මඟ පෙන්වීම ද මනෝ උපදේශනය හරහා සිදු කළ හැක. එවන් ගැටලු හඳුනා ගැනීම සහ ඒවාට විසඳුම් ලබා දීම තුළින් සේවාලාභීයාගේ මානසික යහපැවැත්ම ගොඩනැගීමට මනෝ උපදේශනය උපකාරී වේ. තවද මනෝ උපදේශන සැසි තුළදී සේවාලාභීයාට සහය සැපයිය හැකි ආකාර පිළිබඳව සේවාලාභීයාගේ සහකරු / සැමියා සමඟ සාකච්ඡා කිරීම තුළින් ඔහුගේද සහය ඇය වෙත ලබා දිය හැක.

පසු ප්‍රසව විශාදය හා අදාළ සිද්ධියක් Practice Supervision වෙත ඉදිරිපත් කිරීම තුළින් ලබා ගත් නව දැනුම පිළිබඳ සිහිපත් කරමින් වත්සලා මිය පවසන්නේ, ඇතැම් අවස්ථාවලදී මනෝ උපදේශකවරුන්ට තමාට විසඳුම් ලබා දීමට අපහසු ආකාරයේ මාතෘකා මතු විය හැකි බවයි. උදාහරණයක් ලෙස අවිවාහක මනෝ උපදේශකවරයෙකුට සේවාලාභීයෙකුගේ ලිංගික

ජීවිතය ගැන සාකච්ඡා කිරීම අපහසු විය හැකි අතර ඒ හා බැඳුණු බියවල් ඔවුන් තුළ මතු විය හැකි බවත් ඇය පැහැදිලි කළාය. කෙසේ වුවද මනෝ උපදේශකවරුන් ලෙස සෑම පැතිකඩක්ම ආවරණය වන ආකාරයට සේවාවලින් සමඟ කටයුතු කිරීමට සිදුවේ. එබැවින් සේවාවලින් සමඟ අසාධාරණයක් නොවන පරිදි ඔහු / ඇය වෙතත් මනෝ උපදේශකවරයෙකු වෙත හෝ වචන් කරුණු පිළිබඳ විශේෂඥ මනෝ උපදේශකවරයෙකු වෙත සේවාවලින් යොමු කිරීම උචිත බව මේ තුළින් ඉගෙන ගත් බව ඇය පැවසුවාය. මීට අමතරව, මෙවන් සිද්ධිවලදී අනෙක් මනෝ උපදේශකවරුන් භාවිතා කල ක්‍රම දැන ගැනීම තුළින් අපහසු මාතෘකා ගැන සාකච්ඡා කරන ආකාරය පිළිබඳව අවබෝධයක් ලබා ගැනීමට හැකි වූ බවත්, වචන් මාතෘකා පිළිබඳ වැඩි දුර කියවීම, ස්වයං - අධ්‍යයනයේ යෙදීම සහ අන් අය සමඟ දැනුම හුවමාරු කරගැනීමේ වැදගත්කම ද මින් ඉගෙනගත් බවත් ඇය පැවසුවාය.

පසු ප්‍රසව විශාදය වැනි තත්ත්වයන් සමඟ කටයුතු කිරීමේදී මනෝ උපදේශකවරුන්ට මුහුණ දීමට සිදු වන ප්‍රධානතම අභියෝගය වන්නේ සේවාවලින් විසින් හිසි පරිදි මනෝ උපදේශන ක්‍රියාවලියේ නිරත නොවී විය අතරමග දී නවතා මනෝ උපදේශකවරුන් මගහැරීමට උත්සාහ ගැනීම බව වත්සලා මහත්මිය පැවසුවාය. මෙම

තත්ත්වය වටා පවතින අපකීර්තිය සහ සමාජ අපවාදය මෙන්ම තමා මානසික රෝගයකින් පෙළෙන්නේ යැයි සමාජය තුළ ලේබල් ගත වීම කෙරෙහි පවතින බිය හේතුවෙන් මෙවැනි තත්ත්වයන් ඇති වීමේ ප්‍රවණතාවයක් ඇත. තවද මෙවැනි තත්ත්වයක් දීර්ඝ කාලයක් පුරා පවතින්නේ ය යන පුද්ගලයන් තුළ පවතින අනවබෝධය ද මේ සඳහා හේතු ලෙස වත්සලා මහත්මිය පෙන්වා දුන්නාය. මීට අමතරව මුහුණදෙන තවත් අභියෝගාත්මක කරුණක් වන්නේ සේවාවලින් මුහුණ දෙන තත්ත්වය ඇය විසින් කරන බොරුවක් යැයි සිතන සැමියන් හා පවුලේ සාමාජිකයන් සිටීමයි. ඔවුන් සිතන ආකාරයට මෙම තත්ත්වය හුදෙක් මව්වරුන් වැඩි කටයුතු වල යෙදීමට දක්වන අකමැත්ත නිසා පෙන්වන මවාපෑමක් යැයි ඔවුන් උපකල්පනය කරයි. මේ ආකාරයට මේ සම්බන්ධයෙන් පුද්ගලයන් තුළ පවතින නොදැනුවත්භාවය මෙම තත්ත්වය පිළිබඳ පෙර ලිපිය ලිවීමට තමා ව දීර් ගැන්වූ බව වත්සලා මහත්මිය වැඩි දුරටත් පැවසුවා ය. පසු ප්‍රසව විශාදය පෞද්ගලිකව අත්විඳ තිබීමද මෙවන් වූ සිද්ධියක් සමඟ කටයුතු කිරීමේදී මනෝ උපදේශකවරුන්ට අභියෝගාත්මක විය හැකි බව වත්සලා මහත්මියගේ අදහසයි. තවද තමා තුළ ඇති පෞද්ගලික මත මෙන්ම සමාජය තුළ හැදී වැඩෙන විට සිතෙහි ගොඩ නැගෙන පෞද්ගලික මත ද මෙවන් සිද්ධියක් සමඟ

කටයුතු කිරීමේදී මනෝ උපදේශකවරුන්ට බාධකයන් ලෙස ක්‍රියා කල හැකි බවත්, මනෝ උපදේශනය පිළිබඳව ලබන විධිමත් අධ්‍යාපනය වීම මත දුරලීමට උපකාරී වන බවත් ඇය පවසා සිටියාය.

අවසාන වශයෙන් මනෝ උපදේශකවරයෙකුගේ භූමිකාව පිළිබඳව කෙටියෙන් අප සමඟ පැහැදිලි කළ වත්සලා මහත්මිය පෙන්වා දුන්නේ ගැටලුකාරී තත්ත්වයන්ට කොටුවීම හේතුවෙන් මනෝ උපදේශනය කරා සේවාවලින් යොමුවන බවත්, ඔවුන් සිරවී සිටින විවිධ රාමුවලින් ඔබ්බට වූ මාවත් පිළිබඳව ඔවුන්ට මඟ පෙන්වීම මෙහි මූලිකම කාර්යභාරය බවත් ය. මඟ පෙන්වීම් ලබා දුන්න ද මනෝ උපදේශනය තුළ දී කිසිවිටෙකත් සේවාවලින් යොමු වන බල කිරීම් සිදු නොකෙරෙන බව ඇය වැඩිදුරටත් පවසා සිටියා ය. කෙසේ වුව ද තම භූමිකාව ඉටු කිරීමේදී මනෝ උපදේශකවරුන්ට මුහුණ දීමට සිදුවන අභියෝග අතර, පවුලේ සාමාජිකයන් මෙවන් තත්ත්වයන් සහ ඒවාට ප්‍රතිකාර ගැනීම ප්‍රතික්ෂේප කිරීම, මනෝ උපදේශනයට සහභාගී වීම ලැජ්ජා සහගත දෙයක් යැයි සැලකීම යනාදිය තිබෙන බව ඇය පැවසුවාය. තවද, සේවාවලින් යොමු රහස්‍යභාවය ආරක්ෂා වන ආකාරයේ පරිසරයක කටයුතු කිරීමට ඇතැම් මනෝ උපදේශකවරුන්ට අවකාශ නොමැති වීම (වනම්, ඉඩ පහසුකම් වල මද

බව හේතුවෙන්), වෙනත් සේවාවන් වෙත යොමු  
කිරීමෙන් අනතුරුව පසු විපරමක් සිදු කිරීමට  
ඇති අවස්ථා අවම වීම, මෙන්ම Practice  
Supervision හැරුණු කොට විකිහෙකා අතර  
දැනුම බෙදා ගැනීමට පවතින අවකාශ අඩු වීම  
යනාදිය නවදුරටත් පවතින අභියෝග ලෙස ඇය  
පෙන්වා දුන්නා ය.

**ළමා සහ කාන්තා කටයුතු  
 අමාත්‍යාංශයේ මනෝ  
 උපදේශකවරියක ලෙස සේවය  
 කරන G. K. G. K. රත්නමල්ල  
 මහත්මිය Practice Supervision  
 ආකෘතිය පිළිබඳ සිය අත්දැකීම  
 මෙසේ ඉදිරිපත් කරයි.**

ඔමෙලා අවුට්ස්කුන් සහ  
 G. K. G. K. රත්නමල්ල

තම අතිත අත්දැකීම් පිළිබඳ සිහිපත් පත් කරමින් රත්නමල්ල මහත්මිය පවසා සිටියේ Practice Supervision ආකෘතිය සමඟ සම්බන්ධ වීමට පෙර ඇය සමපදස්ථ සහාය (Peer Support) ආකෘතිය හා සම්බන්ධව කටයුතු කළ බවයි. සමපදස්ථ අධීක්ෂණය යම් නිශ්චිත ආකෘතියකට අනුව සිදු වූ බවත් එය දිස්ත්‍රික් සම්බන්ධීකාරකවරයකගේ මූලිකත්වයෙන් සෑම මසකට වරක් සිදු කෙරුණු ප්‍රගති සමාලෝචන රැස්වීම්වල දී 15 දෙනෙකුගෙන් පමණ සමන්විත කණ්ඩායමක් සමඟ එක් ව සිදු කළ බවත් ඇය සිහිපත් කළාය. තවද, මෙම සැසි වලදී මනෝ උපදේශකවරයෙකු විසින් යම් ගැටළුකාරී සිද්ධියක් ඉදිරිපත් කළ විට ඒ සම්බන්ධයෙන් ඔහුට / ඇයට සහ කණ්ඩායමේ අනෙකුත් සාමාජිකයන්ට හැඟුණ සහ දැනුණු දේ සහ යම් ආකාරයකින් තමන්ට විවෘත අවස්ථාවකට මුහුණ දීමට සිදු වූයේ නම් තමන් විසින් කුමන ආකාරයේ ක්‍රියා මාර්ග ගන්නේ ද වැනි ප්‍රශ්න සාකච්ඡා කරමින් මෙම සමපදස්ථ සැසි පැවත් වූ බව ඇය පැවසුවාය. සමපදස්ථ සහාය (Peer Support) හා සැසඳීමේ දී Practice Supervision ආකෘතිය තුළ වඩාත් විවෘත බවක් පෙන්නුම් කරන අතර ප්‍රධාන වශයෙන් ම සමාජික සංඛ්‍යාව 6 ක් වැනි සුළු ප්‍රමාණයකට සීමා වීම හේතු කොට ගෙන එක් පුද්ගලයෙකුට තම අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමට වැඩි කාල වේලාවක් ලැබීම, අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ

දී එක් අවස්ථාවකට වඩා වැඩි අවස්ථා ප්‍රමාණයක් ලැබීම, විවිධ දෘෂ්ඨි කෝණයන් ඔස්සේ දීර්ඝ ලෙස ගැඹුරින් යම් ගැටළුවක් සාකච්ඡා කිරීමට අවස්ථාව ලැබීම සහ සිද්ධියක් අවසානයේ පසු විපරම් සැසි පවත්වා එම සිද්ධියේ ප්‍රගතිය පිළිබඳව සොයා බැලීම වැනි දේ Practice Supervision ක්‍රියාවලිය තුළින් ලබා ගැනීමට හැකි වූ වැදගත් ප්‍රතිලාභ කිහිපයක් විය. මීට අමතරව Practice Supervisor වරයෙකු මෙම ක්‍රියාවලිය මෙහෙය වූ බැවින් සාකච්ඡා සැසි ක්‍රමිකව ගලා ගිය බවත්, එහිදී සමපදස්ථයන් විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද විකල්ප යෝජනා වලට නව දැනුම එකතු කිරීමට Practice Supervisor වරයා සමත් වූ බවත් ඇය පැවසුවාය.

සමපදස්ථ අධීක්ෂණය යනු අධීක්ෂණ ක්‍රියාවලියක් තුළින් තම මනෝ උපදේශන කාර්යභාරයට බාහිර වශයෙන් ලැබුණු පළමු සහාය බව පවසන රත්නමල්ල මහත්මිය ඒ තුළින් තම රාජකාරී කටයුතු සඳහා විශාල සහයෝගයක් ලැබුණ බවත්, Practice Supervision ක්‍රියාවලිය හඳුන්වා දීමත් සමඟ එතෙක් පැවති අධීක්ෂණ ක්‍රියාවලියේ ප්‍රයෝජනවත් බව සහ කාර්යක්ෂමතාවය තව තවත් වර්ධනය වූ බවත් ඇය සිහිපත් කළාය. Practice Supervision ක්‍රියාවලියේ දී ළමා හා කාන්තා කටයුතු මෙන්ම සමාජ

සේවා යන අමාත්‍යාංශ දෙකෙහි ම මනෝ උපදේශකවරුන් එක් කණ්ඩායමක් වශයෙන් ක්‍රියා කිරීම හේතුවෙන් පුළුල් වූ අත්දැකීම් සමුදායක් එකතු කර ගැනීමට සියළු දෙනාට හැකියාව ලැබුණු බවත්, Practice Supervisor වරයා ඇතුළු කණ්ඩායමේ සියළු දෙනාගේම අදහස් සහ යෝජනා ඔස්සේ ගැඹුරටම ගොස් වඩාත් පැහැදිලිව සහ සවිස්තරාත්මක ලෙස ගැටලුකාරී අවස්ථා අධ්‍යයන කිරීමට හැකි වූ බවත් රත්නමල්ල මිය පැවසුවා ය.

### Practice Supervision ක්‍රියාවලිය

හඳුන්වාදීමෙන් පසු පවත්වන ලද තනි පුද්ගල සහ කණ්ඩායම් සැසි පිළිබඳ අදහස් දැක්වීම් උපදේශකවරයා පවසා සිටියේ ඇය මෙම ආකෘති දෙක විසින්ම පවත්වන ලද කණ්ඩායම් සැසි වලට සහභාගී වූ බවත්, මනෝ උපදේශකවරුන් ලෙස තම වෘත්තීය කාර්යභාරය ඉටු කිරීමේදී මෙන්ම සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකු ලෙස තම පෞද්ගලික ගැටළු වලට විසඳුම් සෙවීමේ දී තනි පුද්ගල සැසි වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් වූ බවයි. තම අධ්‍යාපන කටයුතු වලදී මෙන්ම පෞද්ගලික ජීවිතයේදී අත්විඳින්න වූ විවිධ හැඟීම් මෙන්ම තමා තුළ වූ දුර්වලතා කවරේ ද යන්න හඳුනාගෙන ඒ සඳහා පිලියම් සෙවීමට සහ තම ජීවිතයේ දී සහ අධ්‍යාපන ක්‍රියාකාරකම් වලදී ඉලක්ක ගොඩ නගා ගැනීමට Practice Supervisor

වරයා සමඟ පැවැත් වූ තනි පුද්ගල සැසි තමා භාවිතා කළ බවත් එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස විදිනෙදා වැඩ කටයුතු වල නිරත වන විට මතු වන ආතතිකාරී තත්ත්ව මඟ හරවා වඩාත් ලිහිල්ව කටයුතු කිරීමටත් සිතේ, සන්සුන් බවක් ඇති කර ගැනීමටත් එය උපකාරී වූ බවත් රත්නමල්ල මිය පවසා සිටියාය. තවද, යම් යම් අවස්ථාවල දී තම වෘත්තීය ජීවිතයේ දී මුහුණ දෙන, අන් අය සමඟ බෙදා ගත නොහැකි ආකාරයේ ගැටලු මෙන්ම ඉහළ නිලධාරීන් සමඟ කටයුතු කිරීමේ දී මතු වන ගැටලු පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීමට තනි සැසි උපකාරී වන බව ද ඇය වැඩිදුරටත් පැවසුවා ය. රත්නමල්ල මියට අනුව, තනි සැසි සම්බන්ධයෙන් ඇය පැවසූ තවත් විශේෂිත කරුණ නම් මනෝ උපදේශකවරුන් පිළිබඳ ගොඩ නැගී ඇති යම් යම් මත හේතුකොට ගෙන "මනෝ උපදේශකවරුන්ට වෘත්තීය ජීවිතයේ ප්‍රශ්න තියෙන්න බෑ" "වියාල මානසිකව වැටෙන්න බෑ" වැනි අදහස් හේතු කොට ගෙන තමන් මුහුණ දෙන වෘත්තීය හෝ පෞද්ගලික ගැටළු අන් අය සමඟ කතාබහ කිරීමට තිබූ අපහසුතාවයද මේ තුළින් මග හැරී යාමයි. කණ්ඩායම් සැසි පිළිබඳ අවධානය යොමුකරමින් ඇය පවසා සිටියේ මනෝ උපදේශකවරුන් ලෙස තම ගැටලුකාරී සිද්ධීන් සමපදස්ථයන් සමඟ බෙදා ගැනීම තුළින් ඔවුන්ගේ අදහස්, මත,

යෝජනා සහ දෘෂ්ටිකෝණ හරහා ගැටලු දෙස නව කෝණයකින් බැලීමටත් ඒ සම්බන්ධයෙන් Practice Supervisor වරයා දරණ විකල්ප අදහස් උකහා ගැනීමටත් කණ්ඩායම් සැසි ඉතාමත් උපකාරී වන බවයි. මීට අමතරව, එක් එක් කණ්ඩායම් සාමාජිකයන් මුහුණදෙන සමාන අත්දැකීම් සහ ඔවුන් ඒ තුළින් උගත් අලුත් දේවල් පිළිබඳව (විනම්, ඔවුන් යොදා ගත් මනෝ උපදේශන තාක්ෂණික ක්‍රම වැනි දේ) අධ්‍යයනය කිරීමට ලැබීම ද කණ්ඩායම් සැසි වලින් ලබා ගත් තවත් වාසියක් ලෙස ඇය දකී. වඩාත් ප්‍රායෝගික ලෙස මනෝ උපදේශන කාර්යභාරයේ නිරත වීම සඳහා මේ තුළින් වැඩි දැනුමක් අත්පත් කර ගත හැකි බව ඇගේ අදහසයි. මේ අනුව බලන කල එක් එක් සැසිවලට ආවේණික වූ වාසිදායක තත්ත්වයන් තිබෙන බවත් ඒ තුළින් එකිනෙකට වෙනස් ආකාරයේ ක්‍රියාවලීන් සිදු වන බවත් පවසන ඇය මෙම සැසි වර්ග දෙකම Practice Supervision ක්‍රියාවලිය සඳහා එක සේ වැදගත් වන බව පවසා සිටියා ය. කණ්ඩායම් සැසි තුළ දැකිය හැකි අවාසිදායක තත්ත්වයක් ලෙස ඇය දකින්නේ විවිධ මට්ටමේ පළපුරුද්ද සහ අත්දැකීම් සහිත මනෝ උපදේශකවරුන් කණ්ඩායම් තුළ සිටින බැවින් යම් සිද්ධියක් ඉදිරිපත් කරන විට එකී සිද්ධිය සම්බන්ධයෙන් උපදේශකවරයා කටයුතු කළ ආකාරය දෙස විවේචනාත්මකව සහ විනිශ්චයකාරී ලෙස බැලීමට කණ්ඩායමේ

අනෙකුත් සමාජිකයන් පෙළඹිය හැකි බවත් මෙය මනෝ උපදේශකවරයෙකුගේ වෘත්තීය අභිමානයට කැලලක් විය හැකි බවත් ය.

ඉන්පසු රත්නමල්ල මිය තමන් Practice Supervision සැසියකදී ඉදිරිපත් කරන ලද සිද්ධියක් පිළිබඳ තොරතුරු අප සමඟ බෙදා ගත්තා ය. එය, තම සැමියාගේ බිමත්කම සහ තම දියණිය නිතර පෙලෙමින් සිටින තදබල නිසරදය හේතු කොට ගෙන ඇගේ සහයෝගය පතා පැමිණි වයස්ගත සේවලාභී කාන්තාවක් පිළිබඳ සිද්ධියකි. මෙම සේවලාභියාගේ නිවසේ ඇය, ඇගේ සැමියා, ඇගේ වයස්ගත මව, ඇගේ දියණිය සහ මිණිපිරිය ජීවත් වේ. මනෝ උපදේශකවරය පවසන ආකාරයට මෙම සේවලාභියාගේ සැමියාගේ බිමත්කම ඔවුන් සමඟ ජීවත්වන ඇගේ වයස්ගත මවට මෙන්ම කුඩා මිණිපිරියගේ ද ආරක්ෂාවට තර්ජනයක් වී ඇත. මන්ද ඔහු මත්ද්වය සහ මත්පැන් භාවිතයෙන් අනතුරුව ඉතා අශෝභන ලෙස හැසිරේ. මෙම පවුල ආශ්‍රිතව ගැටලු කිහිපයක් තිබීම හේතු කොට ගෙන මෙම සිද්ධිය මනෝ උපදේශකවරය විසින් Practice Supervision සැසියකදී Practice Supervisor වරයාට සහ තම කණ්ඩායම වෙත ඉදිරිපත් කරන ලදී. එහිදී මෙම ගැටළුව පිළිබඳ තම සේවලාභියාට මනෝ උපදේශන භූමිකාවෙන් ඔබ්බට යන සේවාවන් භාවිතා කරමින් සහය

ලබා දිය යුතු බව අවබෝධ කර ගන්නා මනෝ උපදේශකවරය සේවලාභියාව වම සේවා සඳහා යොමු කර ඇත. රත්නමල්ල මිය අප සමඟ පැවසූ ආකාරයට මෙම සේවලාභියා තුළ මනෝ විද්‍යාත්මක ගැටලුවක් පෙනෙන්නට තිබී නැත. බොහෝ අවස්ථාවල දී ප්‍රාදේශීය සන්දර්භය තුළ මනෝ උපදේශකවරුන් වෙත යොමු වන සිද්ධීන් බොහෝමයක් සඳහා මනෝ උපදේශන සේවාවන් ලබා දීම අවශ්‍ය නොවන අතර ඔවුන් හුදෙක් වෙනත් සේවා සඳහා පමණක් යොමු කළ යුතු වේ. ප්‍රාදේශීය පසුබිම තුළ මෙය බෙහෙවින්ම දක්නට ඇති කරුණක් බවද ඇය විශේෂයෙන්ම සඳහන් කළාය.

කෙසේ වුවද, සේවලාභියා සමඟ සිදු කරන ලද කතා බහෙන් සහ Practice Supervision වලදී ලබාගත් අදහස් ප්‍රයෝජනයට ලබා ගනිමින් ඇය මෙම සේවලාභියාගේ දියණිය තුළ වූ මනෝ විද්‍යාත්මක ගැටලු කිහිපයක් හඳුනාගෙන ඇත. මේ හේතුව නිසා, මව අදාළ සමාජ සේවා වෙත යොමු කරන අතරතුර, දියණිය ද තවත් සේවලාභියෙක් ලෙස වෙනම මනෝ උපදේශන සැසි වලට සම්බන්ධ කර ගැනීමට ඇයට සිදුවේ. මෙහි දී දියණිය පෙළෙමින් සිටින අධික නිසරදයට මූලික වූ හේතූන් ලෙස පියාගේ බිමත්කම, පියාගේ බිමත්කම හේතුවෙන් තම කුඩා දියණිය මුහුණදෙන අනාරක්ෂිතබව, පවුලේ ආර්ථික

ගැටළු යන දේ පිළිබඳව රත්නමල්ල මහත්මිය අවබෝධ කර ගනී. අවශ්‍ය වෙනත් සේවා සඳහා දියණිය යොමු කිරීමට පෙර මනෝ උපදේශන සැසි හරහා ඇයට මනෝ අධ්‍යාපනය ලබා දීම, ඇය පෙළෙමින් වූ ආතතිය පාලනය කරගැනීමට සහ නිවසේ පරිසරයට අනුව හැඩගැසී ගැටලු විසඳා ගැනීමට අවශ්‍ය කුසලතා වර්ධනය කර ගැනීමට ඇයට සහය වීම වැනි දේ මනෝ උපදේශකවරය විසින් සිදු කර ඇත. මේ අනුව මනෝ විද්‍යාත්මක සැසි සහ අනෙකුත් සේවා වල සහය තුළින් තම සේවලාභීන් දෙදෙනාටම ඔවුන්ගේ ගැටලු නිරාකරණය කර ගැනීමට උපකාර කිරීමට Practice Supervision ක්‍රියාවලිය තුළින් රත්නමල්ල මියට හැකියාව ලැබේ.

අවසාන වශයෙන් Practice Supervision ක්‍රියාවලිය තුළින් තමන් ඉගෙන ගත් දේ පිළිබඳ රත්නමල්ල මිය අපට පැහැදිලි කළාය. තමාට තම සේවලාභියාගේ අවශ්‍යතාවයන් සහ මනෝ උපදේශකවරයක ලෙස සේවලාභියාගේ උන්නතිය වෙනුවෙන් තමාට කළ හැක්කේ කුමක් ද යන්න වෙන් කර හඳුනා ගැනීමටත්, සේවලාභියාගෙන් විමසා බලා ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතා කවරේ ද යන්න අවබෝධ කර ගැනීමටත් හැකිවීම මෙම ක්‍රියාවලියේ ඇති විශේෂතම වාසියකි. තවද මනෝ උපදේශකවරුන් ලෙස තමන්ට ලබා

දිය හැකි සහයන්, එනම් මනෝ උපදේශන මැදහත්වීමක් අවශ්‍ය වන ගැටලු මොනවාද යන්නත් සේවාවලින් විසින් තමන් වෙත ගෙනෙන ගැටලුව කුමක්ද යන්න හිඟවිතවම අවබෝධ කර ගැනීමටත් මෙම ක්‍රියාවලිය තුළින් මනෝ උපදේශකවරුන්ට හැකියාව ලැබුණු බව ඇය පැවසුවාය. මීට අමතරව යම් සේවාවලින්ද සමඟ වැඩ කිරීමේදී ඒ සඳහා සුදානම් විය යුත්තේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳවත්, ඔහුගේ / ඇයගේ සිද්ධියට අදාළ මනෝ උපදේශන කරුණු පිළිබඳව යාවත්කාලීන ව සිටිය යුතු බවත්, දැනටමත් මනෝ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගන්නා සේවාවලින් තමා වෙත පැමිණෙන්නේ නම් ඔවුන්ගේ ගැටලුව පිළිබඳව හිසි ලෙස අවබෝධ කර ගැනීමට ඔවුන් භාවිතා කරන බෙහෙත් වර්ග පිළිබඳව අවබෝධයක් තිබීමේ වැදගත් කමත් වටහා ගැනීමට මේ තුළින් ඇයට හැකි විය. මීට අමතරව මේ තුළින් යම් යම් ප්‍රදේශ සහ සේවාවලින් කණ්ඩායම් අතර පැවතිය හැකි ගැටලුකාරී තත්ත්ව පිළිබඳ දැනුවත්භාවය සහ අවබෝධය ලබා ගැනීමට හැකි වූ බවත් ඇගේ අදහසයි. රත්නමල්ල මිය වැඩිදුරටත් පැවසූ ආකාරයට උපදේශකවරුන් සැසි වල දී ඉදිරිපත් කරන ලද බොහෝ සිද්ධීන් වලට අමතකාංශ දෙකෙහිම මනෝ උපදේශකවරුන්ට තම සේවා කාලය තුළ කිනම් හෝ අවස්ථාවක දී තම සේවාවලින් සමඟ කටයුතු කිරීමේදී මුහුණදෙන්න සිදුවන සිද්ධීන් වන අතර,

මෙවාට තමන් මෙතෙක් මුහුණ දී නොතිබුණ ද අනාගතයේ යම් දවසක භාවිතා කිරීමට මෙම සැසි වලින් ලබා ගත් දැනුම ඉතාමත් ප්‍රයෝජනවත් වන බව ඇගේ අදහසයි.

මේ ක්‍රියාවලිය තුළට Practice Supervisor වරයෙකු රැගෙන ඒම තුළින් වාචික සහ අවාචික සන්නිවේදනය, සහකම්පනය දැක්වීම, සක්‍රීය සවන් දීම, සහ අනෙකුත් මනෝ උපදේශන කුසලතා මනෝ උපදේශන සැසියක් තුළදී ප්‍රායෝගිකව භාවිතා කරන ආකාරය පිළිබඳ මනා වැටහීමක් ලබා ගැනීමට ද හැකි වූ බව ඇය පැවසුවාය. තවද ඕනෑම අවස්ථාවකට සන්සුන්ව මුහුණදීම, කාල කලමනාකරණය, සිනා මුසු මුහුණින් යුතුව අන් අය සමඟ ප්‍රසන්න ලෙස වෘත්තීමය සම්බන්ධතා පවත්වා ගැනීම වැනි Practice Supervisor වරයා තුළ තමා දුටු ගුණාංග ඇය ඉතා සතුටින් සිහිපත් කළාය. Practice Supervision යනු ඉතා වටිනා සංකල්පයක් යැයි පවසන ඇය නැවත වතාවක් ඒ සඳහා සහභාගී වීමට අවස්ථාවක් ලැබුණහොත් අභිවාදයෙන්ම එයට සහභාගීවන බවටත් ඉදිරියේදීත් මෙම සැසි පැවැත්විය හැකිවන්නේ නම් එය ඔවුන්ගේ වෘත්තීය ජීවිතයට ආලෝකයක් වනු ඇතැයි ඇය වැඩි දුරටත් පවසා සිටියාය.

**Practice Supervision  
පිළිබඳව තම අත්දැකීම් බෙදා  
ගැනීමට අප සමඟ එකතු වූ  
සහෝඡා මනතුංග මහත්මිය ඒ  
සම්බන්ධයෙන් පැවසූ අදහස් මෙම  
ලිපිය තුළින් ඉදිරිපත් කෙරේ.**

ඔමෙලා අවුට්ස්කුන් සහ  
සහෝඡා මනතුංග

Practice Supervision ක්‍රියාවලිය මනෝ  
උපදේශකවරුන් වෙත හඳුන්වාදීමට පෙර  
සමපදස්ථ අධීක්ෂණ ආකෘතිය ඔවුන් වෙත  
හඳුන්වා දී තිබුණ අතර සහෝඡා මහත්මිය  
පවසන ආකාරයට එම ආකෘතිය තුළින් තමන්  
සපයන සේවාව සහ ඒ අතරතුර දී මතුවන  
ගැටළු දෙස වඩාත් විධිමත්ව බැලීමට මනෝ  
උපදේශකවරුන්ට අවස්ථාව ලැබී ඇත. සහෝඡා  
මහත්මියට අනුව සමපදස්ථ අධීක්ෂණ සැසිවලින්  
ලබාගත හැකි වූ වඩාත් වැදගත්ම වාසියක්  
වූයේ යම් දෙයක් පිළිබඳව තම සහෝදර මනෝ  
උපදේශකවරුන් දරන විවිධ වූ අදහස් උපුටා  
ගැනීමට හැකි වීම සහ ඒ තුළින් යම් තැනැත්තකු  
විසින් ඉදිරිපත් කරනු ලබන ගැටළුව දෙස විවිධ  
දෘෂ්ටි කෝණයන්ගෙන් බලා එයට විසඳුම් ලබා  
දිය හැක්කේ කෙසේ ද යන්න හඳුනා ගැනීමට  
හැකි වීමයි. මීට අමතර එකිනෙකා වෙත අදහස්  
දැක්වීමේ දී අන් අයගේ “සිත නොරිදෙන”  
ආකාරයට අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ ගුණාංගය ද  
මනෝ උපදේශකවරුන් තුළ වර්ධනය කර ගත  
හැකි වූ බව ඇයගේ අදහසයි.

Practice Supervision ආකෘතිය හඳුන්වා  
දීමත් සමඟ තවත් වාසිදායක වෙනස්කම්  
රැසක් අත්විඳීමට හැකි වූ බවද ඇය සිහිපත්  
කළාය. මින් ප්‍රධානතම වාසිය වන්නේ මනෝ  
උපදේශකවරුන්ගෙන් සැදුම්ලත් කණ්ඩායම්වලට  
Practice Supervisor වරයෙකුගේ අධීක්ෂණය

ලබා ගැනීමට අවස්ථාව ලැබීමයි. මෙලෙස  
අධීක්ෂකවරයෙකු ගේ සේවය ලබා ගැනීම තුළින්  
පළපුරුදු මෙන්ම නවක මනෝ උපදේශකවරුන්ට  
භේදයකින් තොරව එක හා සමාන අයුරින් මෙම  
ක්‍රියාවලියෙහි නිරත වීමට මනා පිටිවහලක් වූ  
බව ඇය පැවසුවාය. වසර කිහිපයකට පෙර  
ලබා ගත් න්‍යායාත්මක දැනුම උපදේශකවරුන්  
සතුව පැවතිය ද දිනෙන් දින අළුත් වන  
ලෝකයේ නව දැනුම තමා වෙත ලඟා කර  
ගැනීමට උදව් වූ ප්‍රධාන පුද්ගලයෙක් ලෙස  
ඇය Practice Supervisor වරයාව දැකී. ඇය  
ඒ පිළිබඳව පැවසුවේ Practice Supervisor  
වරයා “විශාල දැනුම් සාගරයක” බඳු බවයි.

තවද සමපදස්ථ අධීක්ෂණ ක්‍රියාවලියෙන්  
Practice Supervision ක්‍රියාවලිය වෙත  
පැමිණීමේ දී සිදු වූ වෙනස්කම් අතර වූ වඩාත්  
වැදගත්ම කරුණ වන්නේ සවිස්තරාත්මක  
සටහන් පවත්වා ගෙන යාමට ඔවුන් යොමු වීමයි.  
සේවාලාභියෙක් හා අදාළ සිද්ධීන් පිහේග්‍රෂමී  
සටහන් භාවිතා කිරීම තුළින් ඉදිරිපත් කිරීමට  
යොමු වීම සහ ඒ තුළින් සේවාලාභියා විසින්  
ඉදිරිපත් කරන ගැටළුවට අදාළ තොරතුරු  
වඩාත් පුළුල් ලෙස එක් රැස් කර ගැනීමට යොමු  
වීම වැනි දේ කෙරෙහි හුරු වූ බව ඇය පවසා  
සිටියා ය. ඇය විස්තර කරන පරිදි ව්‍යුහාත්මකව  
සිදුවූ තවත් වැදගත් ප්‍රධාන වෙනසක් වූයේ  
කාන්තා කටයුතු අමාත්‍යාංශය සහ සමාජ

සේවා අමාත්‍යාංශය යන දෙකේම මනෝ උපදේශකවරුන්ගේ සංයෝජනයෙන් සැදුම්ලත් කණ්ඩායම් මෙහි දී නිර්මාණය වීමයි. මේ තුළින් විකිනෙකා අතර වඩාත් හොඳ සම්බන්ධතාවයක් ඇති කරගැනීමට අමාත්‍යාංශ දෙකෙහිම මනෝ උපදේශකවරුන් සමත් වූ අතර “අපේ කණ්ඩායම” යන හැඟීම සෑම කෙනෙක් තුළම වර්ධනය වූ බව ඇය පවසා සිටියේ ඉමහත් සතුටිණි. මීට අමතරව Practice Supervision සඳහා සකස් කරන ලද ආචාර ධර්ම පද්ධතියට අනුව Practice Supervision ක්‍රියාවලියට අදාළ නොවන පිටස්තර ස්ථාන සහ පුද්ගලයන් සමඟ තම කණ්ඩායමේ සාමාජිකයන් විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද ගැටළු සහ ඔවුන් වී සඳහා ගත් ක්‍රියාමාර්ග පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීමෙන් වැලකී සිටීම ද ඉතාමත් කාලෝචිත බව සනෝජා මහත්මිය පැවසුවා ය. තවද, ඇයට අනුව මෙලෙස ගොඩ නගා ගත් මෙම ආචාර ධර්ම පද්ධතිය සහ Practice Supervision ක්‍රියාවලිය පිළිබඳව වූ මාර්ගෝපදේශය විනයානුකූලව සහ ගෞරවාන්විතව තම වෘත්තීයේ නියැලීමට මනෝ උපදේශකවරුන්ට සහාය වී ඇත.

විපමණක් ද නොව Practice Supervision යටතේ පවත්වන වන ලද කණ්ඩායම් සහ තනි පුද්ගල සැසි යන දෙවර්ගය සඳහාම තමා ඉමහත් උනන්දුවකින් සහභාගී වූ බව පවසන සනෝජා මහත්මියගේ අදහස වන්නේ මේ

දෙවර්ගයම එක සේ වැදගත් වන බවයි. තමා මුහුණදෙන පෞද්ගලික ගැටළු මෙන්ම මනෝ උපදේශන කාර්යභාරය හා සම්බන්ධයෙන් මතු වූ ගැටළු විසඳා ගැනීම සඳහා තනි පුද්ගල සැසි මෙන්ම COVID-19 සමයේ දී Practice Supervisor වරයා සමඟ දුරකථනය ඔස්සේ ද සැසි පැවැත්වූ බවත්, ඒවා තමාට සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකු වශයෙන් මෙන්ම මනෝ උපදේශකවරයෙකු වශයෙන් ද තම ජීවිතය ඉතා සාර්ථක කර ගැනීමට බලපෑ බවත් ඇය සතුටින් සිහිපත් කළාය. ඇය තවදුරටත් පවසා සිටියේ යම් යම් අවස්ථාවල දී මනෝ උපදේශකවරුන් ලෙස තමන් තුළ මතුවන ආතතිකාරී සහ පීඩාකාරී අවස්ථාවන්වල දී ඉන් මිදීමට තනි පුද්ගල සැසි ඉතා උපකාරී වන බවයි.

Practice Supervision ක්‍රියාවලිය වෙත ඇය විසින් ඉදිරිපත් කරනු ලැබූ විකේතරා කාන්තාවක් පිළිබඳ සිද්ධියක් ඇය මෙසේ පැහැදිලි කළාය. මේ කාන්තාව මුහුණ දී තිබූ මූලිකම ගැටළුව වූයේ විදේශගත ව සිට පැමිණි ඇගේ සැමියාගෙන් ඇයට සමාජ රෝගයක් සම්ප්‍රේෂණය වී තිබීමයි. මීට අමතර සැමියා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කිරීම සහ අධික ලෙස ඒ වෙනුවෙන් මුදල් වැය කිරීම පවුල තුළ ඉතාමත් බරපතල ප්‍රශ්න වී තිබුණි. මෙම යුවල දරුවන් දෙදෙනෙකුගේ දෙමාපියන් වූ අතර, වැඩිමහල් පිරිමි දරුවා කතා කිරීමේ

අපහසුතාවකින් පෙළේ. මෙම ගැටළුකාරී සෞඛ්‍යය තත්ත්වය හේතුවෙන්ම ගෙන පියා නිතරම දරුවා හැල්ලුවට ලක් කරනවා මෙන්ම ප්‍රතික්ෂේප කරන බව සේවාවලාභියා මනෝ උපදේශකවරයා සමඟ පවසා තිබුණි. මේ සියළු කාරණා හේතු කොට ගෙන සේවාවලාභියා තුළ සිය දිවි නසා ගැනීමේ සිතුවිලි පහළ වී ඇති අතර ඒ හේතු ව නිසා ඇයව සනෝජා මහත්මිය වෙත යොමු කර තිබුණි. කෙසේ වෙතත් ඇය උපදේශන සේවාවක් වෙත යොමු කරනවාට ඇගේ සැමියා කැමති වී නැත. මන්ද ඔහුගේ ක්‍රියා කලාපය සහ ඔහුගේ රෝගය පිළිබඳව අන් අය දැනගනී යන බිය ඔහු තුළ විය. සංස්කෘතික සහ ආගමික වශයෙන් විකිනෙකා තුළ වූ ඇගයීම් සහ ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග පිළිබඳ සමාජය තුළ පවතින සමාජ අපවාද හේතුවෙන් ඇයව හමු වීමට යාම මනෝ උපදේශකවරයාට ගැටළු සහගත කරුණක් විය.

සනෝජා මිය පවසන ආකාරයට මේ කාන්තාවට සහය සැපයිය යුත්තේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව Practice Supervisor වරයා සහ තම කණ්ඩායම විසින් වටිනා අදහස් සහ විශාල සහයෝගයක් ලබා දී ඇත. Practice Supervision සැසි වලදී Practice Supervisor වරයා විසින් මනෝ උපදේශකවරයා සහ Practice Supervision කණ්ඩායම සමඟ එක් වී සේවාවලාභියා සහ ඇයගේ නිවස වෙත ප්‍රවිශ්ඨ විය හැකි ආකාර

පිළිබඳව සොයා බැලීමක් සිදු කර ඇති අතර එහිදී පවුල් සෞඛ්‍යය සේවිකාවක් හරහා ඇයව නාරී වෛද්‍ය සායනයක් වෙත යොමු කර ඉන්පසු ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග පිළිබඳ සායනයක් වෙතත් ඇයව යොමු කිරීමට තීරණය කර ඇත. මෙහිදී සේවාවලාභියාව ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග පිළිබඳ සායනයකට මෙන්ම නිසරදයකට ප්‍රතිකාර ගන්නා බව ඇගේ සැමියාට පවසා මනෝ වෛද්‍ය සායනයකටත් ඇයව යොමුකරන අතර අවසානයේ දී සිය දිවි නසා ගැනීම පිළිබඳව ඇය තුළ වූ සිතුවීම් ප්‍රතිකාර සමඟ ක්‍රමයෙන් පහව ගොස් ඇත.

මීට අමතරව Practice Supervisor වරයා සමඟ සිදුකළ සාකච්ඡාවකින් අනතුරුව මනෝ උපදේශකවරයා විසින් සේවාවලාභියාව සමාජ සේවා ලබා ගැනීම සඳහා යොමු කරවන අතර මේ හරහා ජීවනෝපාය මාර්ගයක් සකසා ගැනීමට ඇයට අවස්ථාව හිමිවේ. ස්වයං රැකියාවක් ලෙස ඇය දෙමළ නාෂා පන්ති පැවැත්වීම ආරම්භ කරන අතර මෙය ඇගේ පවුලේ ආර්ථික තත්ත්වයට ඉතා හොඳ බලපෑමක් ඇති කරනු ඇතැයි විශ්වාස කෙරේ. මෙහිදී සනෝජා මිය පවසන ආකාරයට සේවාවලාභියාගේ අවශ්‍යතාවය අනුව වක්‍ර ක්‍රම නාවිතා කරමින් සේවාවලාභියාට අවශ්‍ය සහය සැලසීම සඳහා වෙනත් වෘත්තීමය සහය

සපයන අංශ වෙත ඇයව යොමු කිරීමට මෙන්ම මනෝ උපදේශනය ලබාදීමෙන් ස්වාධීනව තම පවුල වෙනුවෙන් කටයුතු කිරීමට සහ ඇගේම දක්ෂතා තුළින් ඇගේ ජීවිතය ගොඩ නගා ගැනීමට සේවාවලාභියාට සහය වීමට මනෝ උපදේශකවරයාට හැකියාව ලැබී ඇත. එමෙන්ම Practice Supervisor වරයා සමඟ පවත්වන මේ සැසි තුළින් යම් යම් මාතෘකා පිළිබඳ අදාළ තොරතුරු දැන ගැනීම තුළින් ඒ වටා පවතින අපකීර්තිය සහ හැල්ලුවට ලක් කිරීම සහ ඒවා පිටුදැකීමේ අවකාශයද ඇයට ලැබී ඇත. මේ සිද්ධිය තුළින් මෙසේ ඇය වෙත ලැබුණු දැනුම සහ අදහස් සේවාවලාභීන් සමඟ ඉදිරියේදී කටයුතු කිරීමේ දී ඉතාමත් උපකාරී වනු ඇතැයි ඇය දැකීම විශ්වාස කරයි.

අවසාන වශයෙන් Practice Supervision තුළින් තමා ඉගෙනගත් දේ සනෝජා මහත්මිය ඉතා කෘතච්ඡේදී සිහිපත් කළාය. මනෝ උපදේශන සැසියක් පවත්වන ආකාරය පිළිබඳ න්‍යායන්මක දැනුම ඇය තුළ පැවතිය ද තනි සහ කණ්ඩායම් සැසි යන දෙවර්ගයම හරහා එය කෙසේ සිදුවිය යුතු ද යන්න පිළිබඳව Practice Supervision තුළින් ඇය ප්‍රයෝගිකව අවබෝධකර ගත් බව ඇය පැවසුවා ය. එය, ඇය මෙම ක්‍රියාවලිය තුළින් ඉගෙන ගත් වඩාත්ම වැදගත් පාඩම බවත් Practice Supervisor වරයා ඒ පිළිබඳව මනා පූර්වාදර්ශයක් වූ බවත්

ඇය සතුවීන් සිහිපත් කළාය. තවද මනෝ උපදේශකවරයෙකු සතු විය යුතු ගුණාංග ද ඇය ප්‍රායෝගිකව Practice Supervisor වරයා තුළින් දැක ඇත. සක්‍රීය සවන් දීම, සේවාවලාභියෙකු තුළින් දිස්වන අවාචික සන්නිවේදනයන් හඳුනා ගැනීම, සේවාවලාභියෙක් තුළ මතුවිය හැකි හැඟීම් පිළිබඳව අවබෝධයෙන් පසුවීම, කුමන ආකාරයේ ප්‍රශ්න සේවාවලාභියෙකුගෙන් ඇසිය හැකි ද සහ යුතු ද යන්න ඉගෙනගැනීම, සම්පද්‍රස්ථයන් සමඟ එලදායි ලෙස තොරතුරු හුවමාරු කරගැනීම සහ සහකම්පනයෙන් යුතුව ඔවුන්ගේ ගැටළු කෙරෙහි තම අදහස් පැවසීම, සේවාවලාභීන්ගේ අවශ්‍යතා මෙන්ම තම සේවාවලාභියා කවුරුන්දැයි නිසි ලෙස හඳුනා ගැනීම, මනෝ උපදේශන සැසියක දී මනෝ උපදේශකවරයෙකු වෙතින් කුමන ආකාරයේ කරුණු ගිලිහී යා හැකි ද යන්න පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා ගැනීමට හැකි වීම, සේවාවලාභීන් සතු ශක්තීන් හඳුනා ගෙන මනෝ උපදේශන ක්‍රියාවලියේ සාර්ථකත්වය සඳහා ඒවා යොදා ගැනීම, ඉවසීම වැනි ගුණාංග ප්‍රගුණ කිරීම, Practice Supervisor වරයා නිරීක්ෂණය කිරීම තුළින් දැනුමෙන් වැඩි මනෝ උපදේශකවරයෙක් සේවාවලාභියෙක් සමඟ කටයුතු කරන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව අවබෝධයක් ලැබීම, දෘෂ්ඨිකෝණ කිහිපයකින් මෙන්ම අවශ්‍ය අවස්ථාවල දී පද්ධති න්‍යාය මත

පදනම් වූ ප්‍රවේශයක්<sup>8</sup> තුළින් ගැටළුවක් දෙස බැලීමට යොමු වීම වැනි දේවල් තමාට ඉගෙන ගැනීමට ලැබුණු බව ඇය සතුවත් සිහිපත් කළාය. මීට අමතර Practice Supervision ක්‍රියාවලිය තුළින් ලාබාගත් ඉතාමත්ම වැදගත් වාසියක් ලෙස ඇය දකින්නේ මනෝ උපදේශකවරයෙකු ලෙස තම තුමිකාව කුමක් ද යන්න පිළිබඳව නිසි ලෙස අවබෝධ කර ගැනීමට හැකියාව ලැබීමයි. මනෝ උපදේශකවරුන් ලෙස තමන් සමාජ සේවා කටයුත්තක නියැලී සිටින බව තමාටම තේරුම් ගිය බවත් මෙය මනෝ උපදේශන කාර්යභාරයම පමණක් නොවන බවත් මේ තුළින් තමාට මනාව පසක් වූ බවත් ඇය සිහිපත් කළාය. Practice Supervision යනු ඉතා අගනා සංකල්පයක් යැයි පවසන සනෝජා මහත්මිය ඉදිරියටත් මෙම ක්‍රියාවලියට සහභාගී වීමට අවස්ථාවක් ලැබුණොත් අනිවාර්යයෙන්ම තමා ඒ සඳහා යොමු වීමට කැමැත්තෙන් සිටින බවත් Practice Supervisor වරයා “ඇතුළත සේ සිටීමින්” තමන්ව වෙනස් කළ බවත් ඇය කෘතචේදීව සිහිපත් කළාය.

<sup>8</sup> පුද්ගලයෙකුගේ වර්ධනය කෙරෙහි ඔහු/ඇයගේ පවුල, පරිසර සහ සමාජ වටපිටාව සහ වෘත්තීය පරිසරය වැනි දේ බලපෑමක් ඇති කරයි. මේ සියල්ල පිළිබඳව අවධානය යොමු කරන ආකාරයේ ප්‍රවේශයක් භාවිතය මෙහි දී අදහස් කෙරේ. ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් මෙය Systems Approach එකක් යනුවෙන් හම් කෙරේ.

**M. A. අනුරාධා මාලිනී පියතිලක**  
**මහත්මිය කාන්තා සහ ළමා කටයුතු**  
**අමාත්‍යාංශයට අනුයුක්තව සේවය**  
**කරන මහෝ උපදේශකවරියකි.**  
**Practice Supervision සම්බන්ධව**  
**ඇයට ඇති ඇත්දැකීම් පිළිබඳව**  
**ඇය අප හා පැවසූ අදහස් මෙසේ**  
**ඉදිරිපත් කරමු.**

ඔබගේ අවුරුදු සහ  
 M. A. අනුරාධා මාලිනී පියතිලක

සමාජ සේවා සහ කාන්තා හා ළමා කටයුතු යන අමාත්‍යාංශ දෙකෙහි ම සේවය කරන මහෝ උපදේශකවරුන්ට Practice Supervision ආකෘතිය හඳුන්වා දීමට පෙර සමපදස්ථ අධීක්ෂණය නොහොත් Peer Supervision යන ආකෘතිය හඳුන්වා දී තිබිණ. අනුරාධා මහත්මිය පවසන පරිදි යම් සිද්ධියක් සම්බන්ධයෙන් තමන්ට තිබෙන ගැටලුකාරී අවස්ථා පිළිබඳව තම සහාද මහෝ උපදේශකවරුන්ගේ අදහස් ලබා ගැනීමටත්, ඔවුන් විසින් ඉදිරිපත් කරනු ලබන විවිධ දෘෂ්ටිකෝණ ඔස්සේ ඒ පිළිබඳව සිතා බැලීම තුළින් එම ගැටළු නිරාකරණය කරගනිමින් තම සේවාවලින් වඩාත් හොඳ සේවාවක් ලබා දීමට Peer Supervision තුළින් මහෝ උපදේශකවරුන්ට අවස්ථාව හිමි විය. කෙසේ නමුත්, ඇගේ අදහස වන්නේ මෙම ආකෘතිය තුළින් මහෝ උපදේශකවරුන්ට සීමා සහිත රාමුවක් සහ ඒකාකාරී ක්‍රියා පටිපාටියකට හුරු වීමට සිදු වූ බවයි. නමුත් ඉන් අනතුරුව ඔවුන් වෙත හඳුන්වා දෙන ලද Practice Supervision ආකෘතිය වඩාත් විවෘත සහ නිදහස් ලෙස තම ගැටලු ඉදිරිපත් කිරීමට ලැබුණු අවස්ථාවක් ලෙස ඇය සලකයි. මෙහි ඇති ප්‍රධාන වාසි ලෙස ඇය දකින්නේ Practice Supervisor වරයෙකුගේ සහයෝගය තුළින් විශේෂඥ දැනුම ලබා ගැනීමට මහෝ උපදේශකවරුන්ට මාර්ගයක් විවෘත වීමයි. මෙලෙස තමන් ලබා ගත් දැනුම තුළින් තම

සේවාවලින් වඩාත් ඵලදායී සේවාවක් ලබා දීමට ඇයට හැකි වූ බව ඇය පැවසුවා ය.

Practice Supervision ආකාර දෙකකින්, එනම් තනි පුද්ගල සැසි සහ කණ්ඩායම් සැසි ලෙස පවත්වන ලද අතර අනුරාධා මහත්මිය එම ආකාර දෙක සම්බන්ධයෙන් එකිනෙකට වෙනස් වූ අදහස් දැයි. ඇය පවසන්නේ තමන් සහනාහි වූයේ කණ්ඩායම් සැසි සඳහා පමණක් බවත් නැවත Practice Supervision හි යෙදීමට අවස්ථාවක් ලැබෙන්නේ නම් අනිවාර්යයෙන්ම ඇය තනි පුද්ගල සැසි සඳහා ද යොමුවන බවත් ය. ඇය මුලින්ම කණ්ඩායම් සැසි සම්බන්ධයෙන් ඇය තුළ වූ අදහස් ඉදිරිපත් කළාය. අන් අයගේ අදහස් සහ දෘෂ්ටිකෝණ තුළින් ගැටලු දෙස බැලීමේ දී ඒවා නිරාකරණය කර ගත හැකි මාර්ග මෙන්ම සේවාවලින් ගැටලු අවබෝධ කර ගත හැකි වෙනස් ආකාර පිළිබඳව මනා දැනුමක් ඒ තුළින් ලබා ගත හැකි බව ඇය විශ්වාස කරයි. මෙහි දී කණ්ඩායමක් ලෙස අන් අය සමඟ එක් වීම, ඔවුන් දැන හඳුනා ගැනීම සහ ඔවුන් සමඟ කටයුතු කිරීම ඇය අගය කරයි. මේ තුළින් තම සමපදස්ථයන් විසින් යම් යම් තාක්ෂණික ක්‍රමවේද ඵලදායී සහ නිර්මාණාත්මක ලෙස භාවිතා කරන ආකාරය පිළිබඳ දැකබලා ගැනීමටත්, තමා හුරු වී සිටින රාමුවෙන් ඔබ්බට ගොස් සිද්ධිය / ගැටලුව දෙස නව කෝණයකින් බලා එය

හිරාකරණය කර ගැනීමටත් අවස්ථාව ලැබෙන බව ඇය පැවසුවාය. එපමණක් ද නොව මේ තුළින් තමන්ට මෙතෙක් හසු නොවූ, නමුත් සිද්ධිය තුළ තිබිය හැකි වෙනත් ගැටලුකාරී වූ අවස්ථාද හඳුනා ගැනීමට හැකි වූ බව අනුරාධා මහත්මිය සිහිපත් කළාය. තනි පුද්ගල සැසි පිළිබඳව අදහස් දක්වමින් ඇය පැවසුවේ, මනෝ උපදේශකවරුන්ට තම පෞද්ගලික ගැටලු පිළිබඳ කතාබහ කිරීමට Practice Supervisor වරයා සමඟ සම්බන්ධ වීමට අවශ්‍ය අවස්ථාවල දී ඒවා වඩාත් උපකාරී වන බවයි. එමෙන්ම ඇතැම් අවස්ථාවල යම් සිද්ධියක් පිළිබඳව තමා මුහුණ දෙන අත්දැකීම් කණ්ඩායම තුළ කතා කිරීමට අකමැත් අවස්ථාවල මෙන්ම එවන් සිද්ධීන් පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීමට සමපදස්ථයන්ට කාලය නොමැති අවස්ථාවලදී ද තනි සැසි උපකාරී වූ බව ඇය පැවසුවාය. ඇය වැඩි දුරටත් පවසන පරිදි, කොරෝනා වසංගතය පවතින සමයේ දී කණ්ඩායමක් ලෙස එකතු වී Practice Supervision ක්‍රියාවලියේ නිරත වීමට අවස්ථාව නොලැබීම හේතුවෙන් කණ්ඩායම් සැසිවලට සාපේක්ෂව දුරකථනය ඔස්සේ සිදු කරන ලද තනි පුද්ගල සැසි වඩාත් කාර්යක්ෂම සහ පහසුවෙන් සිදුකිරීමට හැකිව ඇත. ඒ අතරම තනි පුද්ගල සැසි, කණ්ඩායම් සැසි සමඟ සන්සන්දනය කරන ඇය අප සමඟ පවසා සිටියේ, සේවාවලින් හා අදාළ සිද්ධි / ගැටලු පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීමේදී ද තනි පුද්ගල

සැසි වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් වන බවයි. මෙයට හේතු ලෙස ඇය පවසා සිටියේ කණ්ඩායම් සැසි පවත්වන අවස්ථාවල දී යම් සාමාජිකයෙකු විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද ගැටලුවක් සුළුතර සාමාජිකයන් විසින් තමන්ගේ රාමුව තුළ සිට පමණක් නිරීක්ෂණය කිරීම හේතුවෙන් ගැටලුව ඉදිරිපත් කරන්නා තුළ ඇති මනෝ උපදේශන කුසලතා වල ඔවුන් දකින අඩු පාඩු වාචිකව හෝ අවාචිකව ඉදිරිපත් කිරීම හේතු කොට ගෙන ගැටළුව ඉදිරිපත් කරන්නා අපහසුතාවට පත් වන බවයි. ඒත් සමඟම ඇය අවධාරණය කළ තවත් කරුණක් වූයේ Practice Supervision ක්‍රියාවලිය ක්‍රියාත්මක කිරීමට පෙර Practice Supervision සැසි තුළ පමණක් සිද්ධි / ගැටලු පිළිබඳව සාකච්ඡා කළ යුතු බවට ආචාරධර්ම පද්ධතියක් ගොඩ නගා ගෙන තිබුණ ද එම ආචාරධර්ම පද්ධතියෙන් ඉවතට ගොස් පිටස්තර ස්ථාන වලදී ද එම ගැටලුව ගැන අදාළ මනෝ උපදේශකවරයාගෙන් විමසීම තුළින් එය සේවාවලින් පෞද්ගලිකත්වයට හානි විය හැකි බවයි. මේ අනුව බලන කල අනුමත ආචාරධර්ම පද්ධතියට අනුව කටයුතු කරන්නේ නම්, මෙම Practice Supervision ක්‍රියාවලිය වඩාත් කාර්යක්ෂම වන බවත්, අනවශ්‍ය සහ දීර්ඝ විස්තර කිරීම් සිදුනොවන බැවින් අඩු කාලයක් තුළදී වැඩි දැනුමක් ලබා ගැනීමට හැකි වන බවත් ඇගේ විශ්වාසයයි.

Practice Supervision සැසියකදී තමා විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද සිද්ධියක් අනුරාධා මහත්මිය සිහිපත් කළාය. එය තරුණ විවාහක යුවලක් පිළිබඳ සිද්ධියකි. මෙම යුවල ඉතා පොහොසත් පවුල් වලින් පැවත එන අය වූ අතර ඔවුන් විවාහවන්නේ විවාහ යෝජනාවකිනි. ඔවුන්ට අවුරුදු තුනක පිරිමි දරුවෙක් සිටී. පවුල තුළ නිතර නිතර ඇති වෙන අඩ දඩර හේතු කොට ගෙන ඔවුන් දෙදෙනාගේම ඥාතියෙකු විසින් මෙම යුවල අනුරාධා මහත්මිය වෙත යොමු කර ඇත. මෙම පවුලේ බිරිඳ විනෝදයට සහ විශදමට බර ජීවන රටාවකටත්, සැමියා මිළ මුදල් තිබුණ ද ඉතා සකසුරුවම් සහිත ජීවන රටාවකටත් හුරු වී සිටී බව අනුරාධා මිය පැවසුවාය. මේ වෙනස්කම හේතුවෙන් ඔවුන් අතර නිතර නිතර අඩ දඩර ඇති වීමට පටන් ගන්නා අතර බිරිඳ සැමියාගේ දෙමාපියන් සමඟ ද නිතර අඩ දඩර වීමට පටන් ගෙන ඇත. මොවුන් දෙදෙනා සමඟ කතාබහ කිරීමෙන් පසු බිරිඳ තමාට යම් යම් දේ සඟවනවා යයි අනුරාධා මහත්මියට වැටහෙන්න විය. මෙහිදී මනෝ උපදේශනය තුළින් ඔවුන්ට අවශ්‍ය වන්නේ කුමක්දැයි ඇය ඔවුන්ගෙන් විමසූ විට “සතුවෙන් ජීවත්වෙන පවුලක්” අවශ්‍ය යැයි ඔවුන් පැවසුව ද තම පවුල පිළිබඳ ගැටළු පිළිබඳ කතා බහ කිරීමෙන් ඔබ්බට ගොස් සැමියාගේ දෙමාපියන් පිළිබඳව කතා කිරීමට මෙම බිරිඳ කොතෙකුත් උත්සාහ කරන බව ද ඇයට වැටහිණ. මෙය

ඇයට ගැටලුකාරී අත්දැකීමක් වන අතර ඇය මෙම ගැටළුව Practice Supervision සැසි වලදී ඉදිරිපත් කළාය. ඇය සමඟ සිදු කරන ලද කතා බහකින් පසු ඇය පැවසූ කරුණු සලකා බලා Practice Supervisor වරයා විසින් මනෝ උපදේශකවරයාට උපදෙස් දී ඇත්තේ සේවාලාභීන්ගේ ලිංගික ජීවිතය පිළිබඳව බීර්ඳ දැක්වන අදහස් තව දුරටත් සොයා බැලීම සඳහා ඇය සමඟ කතාබහ කරන ලෙසය.

මේ අදහස් ඔස්සේ කටයුතු කරන විට යටෝක්ත කරුණු සහ ඉන් ඔබ්බට පැවතුණු ගැටලු පිළිබඳව ඉතා වැදගත් කරුණු රාශියක් අනාවරණය කරගෙන ඒ ඔස්සේ ඉදිරියට යාමට මනෝ උපදේශකවරයාට හැකියාව ලැබී ඇත. මෙහිදී මෙම පවුල සමඟ සිදුකළ මනෝ උපදේශන මැදහත්වීම් අතර, කාන්තාවට පැවති ලිංගාශ්‍රිත රෝගය සම්බන්ධයෙන් ඖෂධ භාවිතා කිරීම ගැන ඇය තුළ වූ වේදනාකාරී හැඟීම සහ ඒ පිළිබඳව ඇය තුළ වූ නොදැනුවත්තාවය සම්බන්ධයෙන් ඇයට මනෝ උපදේශනය සහ වීම රෝගී තත්ත්වය පිළිබඳ නිසි අධ්‍යාපනයක් ලබා දීමට ඇයට හැකි වී ඇත. ඉතිල් වීමේ ක්‍රියාකාරකම් හඳුන්වාදීම තුළින් ඇගේ මානසික සෞඛ්‍යය යහපැවැත්ම පිළිබඳව ඇයව දැනුවත් කිරීම, පවුලේ වගකීම්, කාල කළමනාකරණය සහ සකසුරුවීමකම වැනි දේ කෙරෙහි නිසි අවබෝධයක් ලබා දීම සඳහා ආදර්ශ කතාන්දර

උපයෝගී කරගනිමින් ඇයට උදව් උපකාර කිරීම වැනි දෑ ද Practice Supervisor වරයාගේ අනුදැනුම ඇතිව මනෝ උපදේශකවරයා විසින් සිදුකර ඇත. මෙම මැදහත් වීමේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස සේවාලාභියා විසින්ම තම කේන්ද්‍රික පාලනය කරගැනීම සඳහා විවිධ වූ ක්‍රම භාවිතා කිරීම ඉතා විශිෂ්ට වූ අවසන් ප්‍රතිඵලයක් ලෙස හඳුනාගත හැකි වී ඇත. තවද සැමියාගේ දෙමාපියන් විසින් පවුලේ සියළුම මූල්‍ය කටයුතු පාලනය කිරීම හේතුවෙන් ඔවුන් මුහුණදුන් මූල්‍යමය ගැටළු නිරාකරණය කර ගැනීම සඳහා ඔවුන්ට නිරත විය හැකි වෙතත් ආදායම් උත්පාදන මාර්ග පිළිබඳව මග පෙන්වීමද මනෝ උපදේශකවරයා විසින් සිදුකර ඇත. මෙම සිද්ධිය ඇතුළු තවත් සිද්ධීන් 5 කට නොඅඩු ප්‍රමාණයක් Practice Supervision ක්‍රියාවලිය තුළදී ඇය විසින් ඉදිරිපත් කර ඇති බවත් ඒ සියල්ලම සාර්ථකව නිරාකරණය කර ගෙන තම සේවාලාභීන්ට අගනා සේවයක් සැලසීමට තමාට හැකි වූ බවත් අනුරාධා මහත්මිය සතුටින් සිහිපත් කළාය.

අවසාන වශයෙන් Practice Supervision ක්‍රියාවලිය තුළදී ඇය ඉගෙනගත් ප්‍රධානම වැදගත් දේ ලෙස ඇය පෙන්වා දුන්නේ තම සේවාලාභියා කවුද යන්න හිසි ලෙස හඳුනා ගැනීමට ඇයට හැකිවීම බව ඇය පැවසුවාය. මීට අමතරව මනෝ උපදේශකවරයෙකු ලෙස

තමාගේ කාර්යභාරය කුමක්ද?, තම කාර්ය භාරයට අයත් නොවන වෙනත් සේවාවන් වෙත සේවාලාභීන් යොමු කළ යුතු වන්නේ කුමන අවස්ථාවලදී ද යන්න පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා ගැනීමද මෙම ක්‍රියාවලිය තුළින් තමන් ඉගෙනගත් අනෙකුත් වැදගත් කාරණා ලෙස ඇය පෙන්වා දුන්නා ය. තවද තම භූමිකාවට සහ මනෝ උපදේශන ක්‍රියාවලියට අදාළ ආචාරධර්ම වලට අනුකූල නොවන අවස්ථා හමුවේ ඒ පිළිබඳව තම සේවාලාභීන්ට සහ සහායකයන්ට හිසියාකාරව අවබෝධ කර දීම, තමා වෙත යොමු වන ගැටළු දෙස අනිසි සංකීර්ණත්වයකින් නොබලා විය නිරාකරණය කරගැනීමට අවශ්‍ය වන තාක්ෂණික ක්‍රම පිළිබඳ අවබෝධ කරගැනීමට උත්සාහ කිරීම තුළින් ඒවා කාර්යක්ෂම ලෙස විසඳා ගැනීම, තම සේවාලාභියාගේ අවශ්‍යතාවයන් කවරේ ද යන්න විමසා ඒවා අවබෝධ කරගැනීම, සේවාලාභියාගේ අවශ්‍යතාවන්ට අනුව ඔවුන් සමඟ එකතු වී කුමන ගැටලු කෙරෙහි මුලින් ම අවධානය යොමු කළ යුතු ද යන්න සොයා බැලීම සහ තම වෘත්තීයව හුසුදුසු සහ ඉන් අපේක්ෂා නොකෙරෙන ආකාරයේ අවදානම් ගැනීමෙන් වැලකී සිටින්නේ කෙසේ ද යන්න ඉගෙන ගැනීම වැනි දෑ මෙම ක්‍රියාවලිය තුළින් ඉගෙන ගැනීමට හැකි වූ බව අනුරාධා මහත්මිය පැවසුවාය. තව ද Practice Supervisor වරයා විශේෂඥ දැනුමෙන් හෙබි

කෙනෙකු විම හේතු කොට ගෙන සේවාලාභීන්  
සමඟ පමණක් සිදු කරන අධීක්ෂණ  
ක්‍රියාවලියකට වඩා මෙම ක්‍රියාවලිය සාර්ථක  
විකල්ප බවත් Practice Supervision ක්‍රියාවලිය  
යනු මනෝ විද්‍යාත්මක උපදේශනය හා අදාළ  
ප්‍රායෝගික තාක්ෂණික ක්‍රම පිළිබඳව ලබා දෙන  
පුහුණුව මෙන් ම වැදගත් දෙයක් බවත් ඇය  
වැඩිදුරටත් සිහිපත් කළාය.

**අඩලයිවෙනයි ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයේ වසර 6 ක සේවා පළපුරුද්දක් සහ සමාජ සේවය, උපදේශනය, ළමා අයිතිවාසිකම් සහ ළමා ආරක්ෂාව පිළිබඳ අධ්‍යාපන පසුබිමකින් යුත් මනුෂ් මහතා, කණ්ඩායම් සහ නව පුද්ගලයින් සම්බන්ධයෙන් Practice Supervision පිළිබඳ සිය අත්දැකීම් මෙසේ ඉදිරිපත් කරයි.**

*චිත්තර් පෝත් සහ මනුස් අබුබකර්*

මනුස් මහතා පවසන පරිදි, පියවර 8 කින් යුත් සමපදස්ථ සහාය ආකෘතිය පළමු වරට හඳුන්වා දෙන විට, සිද්ධීන් සාකච්ඡා කිරීමට සහ අධීක්ෂණය කිරීම සඳහා ප්‍රථම වතාවට ක්‍රමවේදයක් වී තුලින් ලබා දුන් බැවින් ඔහු සහ ඔහුගේ සමපදස්ථයන් විය ඉතා කැමැත්තෙන් පිළිගෙන ඇත. කෙසේ නමුත් Practice Supervision ක්‍රමවේදය හඳුන්වා දෙන විට විය සමපදස්ථ සහාය ආකෘතිය මෙන් ඒකාකාරී නොවූ බැවින් ඉන් ලබන අත්දැකීම් වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් බව ඔහුට වැටහිණි. Practice Supervision තුලින් ක්ෂේත්‍රය තුළ වැඩ කරන ප්‍රවීණයෙකුට ඉගෙනුම් මෙහෙයවීමට සහ මග පෙන්වීමට අවස්ථාව සලසා දී ඇත. විශ්වාසය හා ගෞරවය මත පදනම්ව practice supervisor සමඟ ඇති කරගන්නාවූ සම්බන්ධතාවය උපදේශකයින්ට, ඔවුන්ගේ සිද්ධි සංකල්පීයකරණ කුසලතා වැඩි දියුණු කර ගැනීමට සහ තම සේවාවලින් උපකාර කිරීමට ඔවුන් ගන්නා උත්සාහයන් තුළ නිර්මාණාත්මකව සිතීමට 5P ක්‍රමවේදය යොදා ගැනීමට හැකිව ඇත.

Practice Supervision ලබා ගැනීමට පෙර, යම් සිද්ධියක් සම්බන්ධයෙන් එහි මනෝ විද්‍යාත්මක පැතිකඩ සහ විකිත්සක මැදිහත්වීම් පිළිබඳ සොයා බැලීමේ කුසලතාව භාවිතා නොකළ බව මනුස් මහතා තවදුරටත් ප්‍රකාශ

කළේය. ඔවුන්ගේ බොහෝ කාර්යයන් පවුල් සබඳතා, ගැටලුවේ සාමාජීය පැතිකඩ, යොමු කිරීම් සහ මූල්‍යමය හෝ රැකියාව හා සම්බන්ධ කරුණු සඳහා සහාය දැක්වීම වැනි දෑ කෙරෙහි යොමු වී තිබුණි. උපදේශනය ලබා දීම සඳහා වී සඳහා වෙන් කරන ලද විශේෂිත හා පුද්ගලික ස්ථානයක් නොමැතිවීම සම්බන්ධයෙන් ද ඔවුන්ට දුෂ්කරතාවන්ට මුහුණදීමට සිදුව ඇති බැවින් කඩිනමින් මැදිහත්වීමට අවශ්‍ය සේවාවලින් මනෝ වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යොමු කිරීම සාමාන්‍ය සිරිතක් බව ඔහු පැවසුවේය. Practice Supervision තුලින් මනෝ සමාජ මැදිහත්වීම් කෙරෙහි වැඩි අවධානයක් යොමු කිරීමට සහ ඔවුන්ට මුහුණදීමට සිදුව ඇති සීමාවන් හැසිරවිය හැකි මාර්ග සොයා ගැනීමට ඔවුන්ට හැකි ව ඇත. ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයේ සේවය කිරීමට පෙර රෝහල් ආශ්‍රිතව සේවය කිරීම සම්බන්ධයෙන් ඔහුට වසර 3 ක පළපුරුද්දක් ඇති බවත්, ඒ අනුව ඔවුන් පුහුණුව ලබා ඇත්තේ මනෝවිද්‍යාත්මක පදනමක් මත රෝග විනිශ්චය කිරීමට බවත් උපදේශකවරයා සඳහන් කළේය. රෝග විනිශ්චය කෙරෙහි වැඩි අවධානය යොමු නොකිරීමටත් සේවාවලිහි ජීවත්වන පරිසරය තුළ පවතින මනෝ සමාජීය සාධක කෙරෙහි වැඩි අවධානයක් යොමු කිරීමටත් Practice Supervision තුලින් උපදේශකවරයාට ඉගෙන ගැනීමට හැකිව ඇත. සේවාවලින්

මුහුණදෙන ගැටළුවල මූලයන් හඳුනා ගන්නේ කෙසේ ද, ප්‍රයෝගික මැදිහත්වීම්, තොරතුරු සොයා ගැනීමේ ක්‍රම, විශ්ලේෂණාත්මක වින්තනය සහ ඇගයීමේ ක්‍රම භාවිතා කිරීම වැනි දෑ තමාට වැඩි දියුණු කර ගැනීමට හැකි වූ කුසලතා බව ඔහු තවදුරටත් පැහැදිලි කළේය.

මනුෂ් මහතාගේ අත්දැකීම් වලට අනුව ඔහු පවසා සිටියේ විවිධ භූගෝලීය ප්‍රදේශ නියෝජනය කරමින් විවිධ වූ උපදේශකයින් මෙයට සහභාගී වන බැවින් සිද්ධීන් සාකච්ඡා කරන අතරතුර අන් අයගේ ප්‍රායෝගික අත්දැකීම් මත ඉගෙන ගැනීමට අවස්ථාව ලැබෙන බැවින් Practice Supervision සැසි සඳහා වැඩි කැමැත්තක් දක්වන බවයි. කෙසේ වෙතත්, ළමා අපයෝජන සහ ගෘහස්ථ හිංසනය වැනි සංකීර්ණ සිද්ධි සඳහා තනි පුද්ගල අධීක්ෂණ සැසි වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් වන බව පෙනී ගිය අතර, විවැනි සිද්ධීන් හි නීතිමය හා වෛද්‍යමය කරුණු සම්බන්ධයෙන් අදාළ උපදේශකයෙකුගෙන් අවශ්‍ය උපදෙස් ලබා ගැනීමට ඔවුන්ට හැකි වූ බවද ඔහු සඳහන් කළේය.

සේවාවලාභීන්ගේ දත්ත එක්රැස් කිරීම සඳහා සහ උපදේශනයේ ගුණාත්මකභාවය ඉහළ නැංවීම සඳහා ආසියා පදනම විසින් හඳුන්වා දී ඇති සේවාවලාභීන් ඇතුළත් කර ගැනීමේ පත්‍රිකාව (Client Intake Form) සහ වෙනත්

ලියකියවිලි පද්ධති භාවිතා කිරීම සහ ඒ පිළිබඳ අවබෝධ කර ගැනීම ප්‍රයෝජනවත් වූ බවද ඔවුන් ප්‍රකාශ කළේය.

ඔහු ඉගෙනගත් ප්‍රධාන කාරණාවක් ලෙස ඔහු සඳහන් කළේ, Practice Supervision තුලින් සේවාවලාභියා සමඟ මැදිහත්වීම් සිදුකළ යුතු සහ සම්බන්ධවන වන මට්ටම පිළිබඳ යනපත් සීමාවන් ගොඩනගා ගැනීමේ වැදගත්කම අවධාරණය කිරීමයි. පෙර පැවති උපදේශන භාවිතයන් තුළ සමාජ වැඩ සහ ලිපිලේඛන හා සම්බන්ධ අංගයක් ඇතුළත් වූ අතර practice supervisor ලබා දෙන මග පෙන්වීම තුළ, උපදේශකයෙකු ලෙස තම විෂය පථයෙන් ඔබ්බට නොගොස් එය කවරේ ද යන්න වටහා ගැනීමට ඔහුට හැකි වී ඇත. තමා මුහුණ දුන් වඩාත්ම අභියෝගාත්මක අවස්ථාව ලෙස උපදේශකයා පැහැදිලි කළේ තමාගේ ස්ත්‍රී පුරුෂභාවය සම්බන්ධයෙන් වූ තම කැමැත්ත පිළිබඳ යම් පරස්පර අදහසක් ඇති විට විවාහ වන ලෙස තම පවුලේ අය බලපෑම් කිරීම හේතුවෙන් සියදිවි නසාගැනීමේ සිතුවිලි අත්විඳින සේවාවලාභියෙකු සම්බන්ධයෙන් මුහුණදුන් සිද්ධියයි. මනුෂ් මහතා මෙවැනි ආකාරයේ සංකීර්ණ සිද්ධියකට මුහුණ දුන් පළමු අවස්ථාව මෙය වන අතර ඔහුට එය ඉතා අභියෝගාත්මක සිද්ධියක් විය. සේවාවලාභියා මුහුණදෙන ගැටළුවලට හේතු වූ කරුණු ප්‍රථමයෙන් අවබෝධ කර ගැනීමට

උපදේශකවරයාට උපකාර කිරීමට විවැනි ගැටළුවලට හේතු වන මානසික, පාරිසරික හා ජීව විද්‍යාත්මක සාධක උපදේශකවරයාට පෙන්වා දීමට අධීක්ෂකවරයාට හැකි විය. සියදිවි නසාගැනීමේ සිතුවිලි නැසීරවීම සහ සංජානන වර්ග විකිත්සාවේ අංගයන් භාවිතා කරන්නේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳ ලබා දුන් උපදෙස් සේවාවලාභියාගේ චිත්තවේගීභාවය නැවත යථා තත්වයට පත් කිරීමට උපකාරී වී ඇත.

කෙසේ වෙතත්, practice supervision සැසි පැවැත්වීම සඳහා ගමන් කිරීමට සිදුවන දුර ප්‍රමාණය සහ අධීක්ෂණ සැසි පැවැත්වීමට නිසි ඉඩ පහසුකම් නොමැති වීම වැනි කරුණු අත්දැකීම් ලබා ගැනීමට හිතකර නොවන බව උපදේශකවරයා තවදුරටත් සඳහන් කළේය.

අධීක්ෂකවරුන් සමඟ සම්බන්ධතාවය ඉදිරියට පවත්වා ගෙන යාමටත්, ඔවුන් පොදුවේ මුහුණ දෙන මන්දව්‍ය භාවිතය, ළමා අපයෝජනය සහ ගෘහස්ථ හිංසනය වැනි කරුණු පිළිබඳ වැඩිදුර ඉගෙනීමටත් තමන් අපේක්ෂා කරන බව පවසමින් මනුෂ් මහතා තම කථාව අවසන් කළේය.

**පරිච්ඡේදය:**  
**මල්කාර්නි ගමගෙ**

**වෙංකලඩි ප්‍රාදේශීය ලේකම්  
කාර්යාලයට අනුයුක්ත  
උපදේශකවරියක් වන ජනර්තනි  
මහත්මිය, උපදේශන සහකාරවරියක  
ලෙස වසර 7 ක් සේවය කර ඇත.  
Practice Supervision පිළිබඳ  
සිය අත්දැකීම් ගැන කතා කරමින්  
උපදේශකවරුන්ගේ සංවර්ධනය  
සඳහා අධීක්ෂණයේ ඇති  
වැදගත්කම ඇය අවධාරණය කරයි.**

*චිත්තර් පෝන් සහ  
ජනර්තනි නර්සිමිමන්*

ආසියා පදනම විසින් සිදු කරන ලද සිතියම්ගත කිරීමේ අධ්‍යයනය මගින් උපදේශකවරුන්ගේ සායනික අධීක්ෂණයේ අඩුවක් පෙන්නුම් කළ අතර අධ්‍යයනය තුළින් ඉදිරිපත් කළ නිර්දේශයන් සමපදස්ථ සහායක යාන්ත්‍රණයක ස්වරූපයෙන් ක්‍රියාත්මක කරන ලදී (සායනික අධීක්ෂණය කළ හැකි සායනික මනෝ විද්‍යාඥයින්ගේ හිඟය සැලකිල්ලට ගෙන). සමපදස්ථ සහාය යාන්ත්‍රණයේ දිගුවක් ලෙස, විෂය හා සම්බන්ධ විශේෂඥයෙකුගේ සහභාගීත්වයෙන් 2020 දී දිස්ත්‍රික්ක 2 ක් තුළ Practice Supervision හි යම් වැඩසටහනක් ලෙස ක්‍රියාත්මක කරන ලදී. මෙම ක්‍රියාවලිය දෙකෙහිම කොටස්කාර්නියක ලෙස සිය අත්දැකීම් දෙස ආපසු හැරී බලමින් ජනර්තනි මහත්මිය පවසා සිටියේ සෑම අත්දැකීමක්ම උපදේශකවරුන්ට තමන්ගේ කුසලතා වැඩි දියුණු කරගැනීමට විවිධ අවස්ථා ලබා දී ඇති බවයි.

පසුගිය අත්දැකීම් පිළිබඳ මෙහෙති කරමින් ඇය පැවසුවේ ඇයට විශේෂඥ අධීක්ෂණයක් නොලැබුණු බවත්, සෙසු උපදේශකයින් අතර තොරතුරු හුවමාරු කර ගැනීමට හා විකිහෙකාගේ යෝජනා ක්‍රියාත්මක කිරීමට අවස්ථාව ලබාදුන් සමපදස්ථ සහාය සැසිවලට පමණක් ඇය සහභාගී වූ බවත්ය. යම් ආකාරයකින් සමපදස්ථ සහායක යාන්ත්‍රණය (Peer Support) ඔවුනට විකිහෙකාගෙන්

ඉගෙන ගැනීමට අවස්ථාවක් ලබා දුන් නමුත්, මෙය සැමවිටම ඵලදායී නොවන බව ඇය අවබෝධ කර ගෙන ඇති අතර බොහෝ විට මැදිහත්වීම් උපදේශකයින්ගේ විවිධාකාර පුද්ගලික දෘෂ්ටිකෝණයන් මත පදනම් වූ අතර කණ්ඩායම් සාමාජිකයින් ක්‍රියාකාරීව සැසි සඳහා සහභාගී නොවූ අවස්ථාද තිබුණ බව ඇය පැවසුවාය.

විබැවින්, සංසන්දනාත්මකව බලන කල, Practice Supervision වඩා හොඳ විකල්පයක් ලෙස ජනර්තනි මහත්මිය සැලකුවාය. ඒ තුළින් අධීක්ෂකගේ අත්දැකීම් සහ දැනුම උපදේශක කණ්ඩායමට යම් වටිනාකමක් එකතු කළ බවක් ඇගේ හැඟීමයි. Practice Supervision හරහා උපදේශකවරුන්ට සේවාවලාභීන් හැසිරවීමේදී තාක්ෂණික යෙදවුම් භාවිතා කිරීමෙන් ප්‍රතිලාභ ලබා ගැනීමට හැකි වූ බව ජනර්තනි මහත්මිය විශ්වාසයෙන් පැවසුවාය. මීට අමතරව, 5P ක්‍රමවේදය උපදේශකයින්ට සේවාවලාභීන් පිළිබඳ අවශ්‍ය තොරතුරු ලබාගත හැකි ආකාරය සහ සිද්ධිය සංවිධානාත්මකව කණ්ඩායමට ඉදිරිපත් කරන ආකාරය පිළිබඳ පෙන්වා දෙන ඵලදායී මෙවලමක් විය.

CPD පුහුණුවේ දී න්‍යායාත්මකව 5P ක්‍රමවේදය ඔවුන් ඉගෙන ගෙන ඇති අතර, ඔවුන් විසින් හසුරුවන වර්තමාන සිද්ධීන්ට විය අදාළ

කර ගන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ ඉගෙන ගැනීමට හැකිවීම ඔවුන්ගේ ඉගෙනුම් අත්දැකීම් වලට බෙහෙවින් වැදගත් වී ඇත. Practice Supervision විධිමත් ලෙස දැනුම හුවමාරු කර ගැනීමක් ලෙස ඇය සලකන අතර සේවාවලාභියා සඳහා අවශ්‍ය මැදිහත්වීම් තීරණය කිරීමට එය උපකාරී වන බවද උපදේශකවරිය පැවසුවාය.

උපදේශකවරිය පවසන පරිදි, සේවාවලාභියා වෙනුවෙන් ගැටළු විසඳීමට වඩා මූලික ගැටළු හඳුනා ගැනීමේ මූලික කරුණු අවබෝධ කර ගැනීමෙන් සහ ගැටලු විසඳීමට පහසුකම් සැලසීමේ දී සේවාවලාභියා සමඟ වැඩ කිරීමෙන් ඇය වඩාත් යහපත් ප්‍රතිඵල ලබා ගෙන ඇත. ඊට අමතරව, සේවාවලාභියාට සහාය දැක්වීමේදී මැදිහත්වීම් සැලසුම් කරන ආකාරය පිළිබඳ ඉගෙන ගැනීම ද ඇයට ප්‍රයෝජනවත් වී ඇත. උපදේශකයාට ඉන් ලබා ගත හැකි එක් ප්‍රධාන පාඩමක් වන්නේ ඇයගේ කාර්යභාරයේ සීමාවන් හඳුනා ගැනීම සහ විවැනි සීමාවන් තුළ වැඩ කිරීමට හැකි වීමයි. මෑතකදී පවත්වන ලද අධීක්ෂණ සැසිවාරයක සාකච්ඡා කරන ලද, මානසික රෝගයක් පිළිබඳ ඉතිහාසයක් ඇති සේවාවලාභියකු පිළිබඳ සිද්ධිය තුලින් මෙය මනාව පැහැදිලි වේ. මෙම තත්ත්වයට අඩුණ්ඩුව ඖෂධ ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීම අවශ්‍ය වුවද සේවාවලාභියා අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීම ප්‍රතික්ෂේප කර ඇත. සේවාවලාභියාගේ ඉතිහාසය තුලින්

පෙන්වුම් කළේ එකී පුද්ගලයාට සහයෝගය දැක්වීමට පවුලක් නොමැති බවත් ඔහුගේ රැකියාව අහිමි වීම නිසා ඔහු විවැනි තත්වයකට පත්ව ඇති බවත්ය. ඔහුගේ තත්ත්වය විසේ වුවත්, කිසිදු ආකාරයක උපදේශනයක් ලබා ගැනීම සේවාවලාභියා ප්‍රතික්ෂේප කර ඇත. සේවාවලාභියාගේ පවුලේ අයගෙන් කිසිදු සහායක් නොලැබුණු හෙයින්, ඒ සඳහා ජනර්තනි මහත්මියට භාවිතා කළ හැකි වූ විකල්ප සීමිත විය. මේ අනුව, Practice Supervisor විසින් ලබා දෙන මඟ පෙන්වීම සමඟ, සේවාවලාභියා රෝහලේ මානසික සෞඛ්‍ය ඒකකයේ මනෝ සමාජ නිලධාරියා වෙත යොමු කිරීමට ඇයට හැකි විය. උපදේශකවරිය සඳහන් කළේ විවැනි සිද්ධීන් හැසිරවීමේදී ඇයගේ සීමාවන් පිළිබඳ අවබෝධ කර ගැනීමට ඇයට හැකි වූ බවත් 5P ක්‍රමවේදය පදනම් කරගෙන සිද්ධියක් අවබෝධ කර ගැනීමේ වැදගත්කම පිළිබඳව මෙන්ම විසඳිය යුතු මූලික ගැටළු හඳුනා ගැනීමටත් ඇයට හැකි වූ බවත්ය.

Practice Supervision සහ තනි පුද්ගල අධීක්ෂණය යන දෙකම ප්‍රයෝජනවත් අධීක්ෂණ ක්‍රමවේදයන් බව ජනර්තනි මහත්මිය සඳහන් කළාය. Practice Supervision ක්‍රමවේදය මඟින් අත්දැකීම් හුවමාරු කර ගැනීමට පහසුකම් සපයන අතර එකිනෙකාගේ අත්දැකීම් සහ මැදිහත්වීම් වලින් ඉගෙන ගැනීමට එය

ප්‍රයෝජනවත් වේ. කෙසේ වෙතත්, තනි පුද්ගල සැසි වලදී රහස්‍ය තොරතුරු සාකච්ඡා කිරීමට මෙන්ම අධීක්ෂකවරයා සමඟ සිද්ධිය පිළිබඳ විස්තරාත්මකව සාකච්ඡා කිරීමට අවස්ථාව ලැබී ඇත. මේ අනුව පුද්ගල අධීක්ෂණ ක්‍රමය වඩාත් ඵලදායී පුහුණුවක් ලෙස උපදේශකවරිය සලකයි.

Practice Supervision ලබාගත හැකි වීම ජනර්තනි මහත්මිය අගය කරන ලද අතර, අධීක්ෂණ සැසි සඳහා හානියක ඉගෙනුම් මෙන්ම සේවාවලාභීන් සමඟ කටයුතු කිරීමේ දී මානසික විකිත්සක ක්‍රම ඇතුළත් කිරීම ප්‍රයෝජනවත් වන බවද ඇය සඳහන් කළාය. ඒවා ඇතුළත් කිරීම වැඩිදුර ඉගෙනුමට සහ ස්වයං සංවර්ධනයට දායක වන බව ඇගේ විශ්වාසයයි. COVID-19 සීමාවන් හේතු කොට ගෙන Practice Supervision සැසි සඳහා අන්තර්ජාලය ඔස්සේ සහභාගී වන විට තාක්ෂණික ගැටළු නිසා අභියෝගයන්ට මුහුණදුන්න ද, ඔවුන්ගේ කාර්යයන් සඳහා Practice Supervision අත්‍යවශ්‍ය බව ඇය තරයේම විශ්වාස කළ අතර එය අඩුණ්ඩුව පවත්වාගෙන යනු ඇතැයිද ඇය අපේක්ෂා කළාය.

**පරිච්ඡේදය:**  
**මල්කාර්නි ගමගෙ**

**සයිනදමරුදු ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයට අනුයුක්තව වසර 10 කට වැඩි සේවා පළපුරුද්දක් ඇති උපදේශක එම්. ඉයාස්, සමපදස්ථ සහාය සහ Practice Supervision ක්‍රමවේදය යන දෙකම ක්‍රියාවට නැංවීම පිළිබඳ ඔහුගේ අත්දැකීම් ගැන මෙසේ ඉදිරිපත් කළේය.**

*එස්තර් ජෝන් සහ L. T. මොහොමඩ් ඉයාස්*

සමපදස්ථ සහාය යාන්ත්‍රණය මෙන්ම Practice Supervision ක්‍රමවේදයෙහි සුවිශේෂී ප්‍රතිලාභ පැහැදිලිව හඳුනා ගැනීමට රියාස් මහතාට හැකි විය. ඔහුට අනුව, Practice Supervision ක්‍රමවේදයෙහි ප්‍රධාන ප්‍රතිලාභ ලෙස ඔහු සැලකුවේ සිද්ධියක් පූර්ණ වශයෙන් සාකච්ඡා කිරීමට අවස්ථාව ලැබීම මෙන්ම එම සිද්ධිය සම්බන්ධයෙන් කෙනෙකුගේ සායනික දායකත්වය ඉහළ නැංවීමට හැකි වීමයි. සමපදස්ථ සහාය ක්‍රමවේදයෙහි වාසිය වන්නේ සමාන සිද්ධීන් විධිමත් ආකාරයට හසුරුවන්නේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳ විවිධ උපදේශකයින්ගේ අත්දැකීම් උපයෝගී කර ගැනීමට අවස්ථාව ලැබීමයි.

ආසියා පදනම විසින් සමපදස්ථ සහාය යාන්ත්‍රණය අමාත්‍යාංශ දෙකකට හඳුන්වා දුන් අතර එකී අමාත්‍යාංශ දෙකම (සමාජ සේවා හා කාන්තා හා ළමා සංවර්ධන අමාත්‍යාංශය) 2015 දී වකුලේඛයක් නිකුත් කරමින් සියළුම උපදේශකයින් සඳහා එය භාවිතා කිරීම අනිවාර්ය කරන ලදී. එය සෑම මසකම පුද්ගලයින් 9 - 10 අතර කණ්ඩායම් වශයෙන් දිස්ත්‍රික් ප්‍රගති රැස්වීම් වලදී සිදුවේ. සමපදස්ථ සහාය සඳහා තමන්ගේ සේවා කාලය (අවුරුදු 3 සිට 13 දක්වා) මත පදනම්ව පුළුල් පරාසයක පළපුරුද්දක් සහිත කනිෂ්ඨ හා ජ්‍යෙෂ්ඨ උපදේශකයින්ගේ සම්මිශ්‍රණයක් ඇත. සිද්ධීන් හැසිරවීමට අදාළ අත්දැකීම්, අභියෝග, ශක්තීන්

සහ දුර්වලතා බෙදා ගැනීම හරහා එකිනෙකා සතු දැනුම භාවිතා කිරීමෙන් ඉගෙන ගැනීමට මේ තුලින් හැකිව ඇත. ඊට අමතරව, සිද්ධීන් ක්‍රමානුකූලව ඉදිරිපත් කිරීම ව්‍යුහගත කිරීමට සමපදස්ථ සහාය ඔවුන්ට උපකාරී වී ඇත.

මීට වෙනස් ලෙස, වසර 15 කට වඩා ක්ෂේත්‍ර කටයුතු පිළිබඳ අත්දැකීම් සහිත විශේෂඥයින් විසින් ඔවුන්ට මග පෙන්වන බැවින් නියමු Practice Supervision කණ්ඩායමේ සාමාජිකයෙකු වීම තුල එය ඔවුන්ට නවමු අත්දැකීමක් වූ අතර, දැනට පවතින දැනුම මුළුතත් කර ගැනීමට මෙන්ම අලුත් දේවල් ඉගෙන ගැනීමට ද එය ඔවුන්ට සහාය වේ. 5P මොඩලය වැනි ශිල්ප ක්‍රම උපයෝගී කරගනිමින් සිද්ධි සැකසීමේදී සහ ඒවා ඉදිරිපත් කිරීමේදී ආමන්ත්‍රණය කළයුතු නිවැරදි පිළිබඳ ඔවුන්ට අවබෝධ කර දීම සඳහා අධීක්ෂකවරයාට පහසුකම් සැපයීමට හැකි වූයේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ රියාස් මහතා සාකච්ඡා කළේය. මුලින් සේවාලාභියෙකු සමඟ සුභදතාවය ගොඩනගා ගැනීම තමාට අභියෝගයක් වූ නමුත් සිද්ධියක් විධිමත්ව සංවිධානය කිරීමට හා එය ඉදිරිපත් කිරීමට අමතරව ක්‍රියාකාරී සවන්දීම සහ වෙනත් සන්නිවේදන කුසලතා විර්ධනය කරගැනීම තුලින් සේවාලාභීන් සමඟ සම්බන්ධ වීමේ වැදගත්කම ජ්‍යෙෂ්ඨ ගැනීමට Practice Supervision සැසි ඔහුට උපකාර වූ බවද ඔහු ප්‍රකාශ කළේය.

ඔහු තවදුරටත් පැවසුවේ ඇතැම් අවස්ථාවල වෛද්‍ය වෘත්තිකයෙකුගේ සහාය ලබා ගැනීම ඔහුට විශේෂයෙන්ම ප්‍රයෝජනවත් වූ බවයි. රියාස් මහතා වරක් අධීක්ෂණ සැසියකට ගෙන ආ අභියෝගාත්මක සිද්ධිය මෙම කරුණ මැනවින් පැහැදිලි කරයි. උපදේශකවරයා සමඟ සැසිවාර අත්හිටුවීමෙන් පසු නැවතත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවූ සේවාලාභියෙකු නැවත වරක් ඒ සඳහා යොමු කළ සිද්ධිය ඔහු සිහිපත් කළේය. මෙම සිද්ධිය පිළිබඳ පසු විපරම් කිරීමට සහ සේවාලාභියාගේ පවුල මුහුණදුන් ආර්ථික ගැටළු මෙන්ම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සම්බන්ධ ගැටලුවලට විසඳුම් සෙවීම සඳහා සහාය වීමට රියාස් මහතා මහත් උනන්දුවක් දැක්වූ නමුත් COVID-19 හේතු කොට ගෙන ඊට අගුලු දැමීම නිසා මෙම අවස්ථාව ඔහුට අහිමි විය. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ ධරපතලකම සහ සේවාලාභීයා සඳහා අවශ්‍ය වන මැදිහත්වීම් තක්සේරු කරන්නේ කෙසේද යන්න සහ වෛද්‍ය සහාය සඳහා යොමු කිරීමෙන් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ඇඬිබැහි වීමට බලපා ඇති ජෛව විද්‍යාත්මක හේතුවට විසඳුම් සෙවීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ කණ්ඩායමට උගන්වා ඇති හෙයින්, අධීක්ෂක විසින් ලබා දුන් ප්‍රතිපෝෂණය මිල කළ නොහැකි බවද මෙහිදී ඔහු අවබෝධ කරගෙන ඇත.

අධීක්ෂණ සැසිය තුළ සාකච්ඡා කරන ලද පියවර අනුගමනය කිරීමට උපදේශකවරයාට හැකි වූ

අතර පසුව සේවාලාභීයා යථා තත්ත්වයට පත්ව ඇති බව දැක්මෙන් ඔහු සතුටට පත්ව ඇත.

රියාස් මහතා පවසන පරිදි අධීක්ෂණ ක්‍රියාවලියේ ප්‍රධාන කොටසක් වන්නේ තමන්, තමන් විසින්ම අඛණ්ඩව ඇගයීමට ලක් කිරීමට සහ තමන්ගේ භාවිතයන් සහ ප්‍රගතිය පිළිබඳ ආපසු හැරී බැලීමට අධීක්ෂක විසින් උපදේශකවරුන් වෙත දෙනු ලබන උපදෙස්ය.

අධීක්ෂක සමඟ තමන්ගේ පෞද්ගලික ගැටලු හුවමාරු කර ගැනීම සහ වෙනත් පුද්ගලයෙකු ගෙන් ලැබිය යුතු උපකාර අත්විඳීම උපදේශකයින් සඳහා මෙම අත්දැකීම වැඩි දියුණු කරන බවක් පෙනෙන්නට තිබුණි.

ක්‍රියාවලිය දෙස ආපසු හැරී බලමින්, කණ්ඩායමක් ලෙස අධීක්ෂණය සිදුකිරීමේදී සිදුවිය හැකි අඩුපාඩු කිහිපයක් ද රියාස් මහතා සිහිපත් කළේය. සෑම උපදේශකයෙකුටම සැසි වාරය තුළ හුවමාරු කර ගැනීමට නිශ්චිත සිද්ධියක් නොතිබුණ අතර ඇතැම් විට විය නමින් පිළිබඳ අඩු තක්සේරුවක් ඇති කර ගැනීමට කරුණක් විය. ඇතැම් අවස්ථාවල සමපදස්ථ කණ්ඩායම විසින් තමාව විනිශ්චය කරනු ඇතැයි සිද්ධිය ඉදිරිපත් කරන්නාට හැඟෙන්න ඉඩ ඇති බවත්, මෙය උපදේශකවරුන්ට තමා පිළිබඳ අඩු තක්සේරුවක් ඇති කළ හැකි බවත්

උපදේශකවරයා පැවසීය. කෙසේ වෙතත්, Practice Supervision තුළ සෘණාත්මක අංගවලට වඩා ධනාත්මක අංග වැඩිපුර දක්නට ඇති බව ඔහු සඳහන් කළේය.

ආවර්ජනාත්මක ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියක් වෙත යාමට හැකිවූයේ ඔවුන්ට ලැබුණ අඛණ්ඩ දිගුකාලීන සහයෝගය නිසා බව ඔහු සිය සම්මුඛ සාකච්ඡාව අවසන් කරමින් පැවසුවේ ය. ලිංගික සෞඛ්‍යය වැනි විශේෂිත මාතෘකා තවදුරටත් ගවේෂණය කිරීම, ඔවුන්ගේ වෘත්තීය කුසලතා ඉහළ නැංවීමට ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇතැයි ඔහු යෝජනා කළේය.

**පරිච්ඡේදය:**  
**මල්කාර්ති ගමගෙ**

**සුඛානන්තිනි මහත්මිය මන්මුනෙයි ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයේ උපදේශන නිලධාරිනියක් ලෙස වසර හතකට වැඩි කාලයක් සේවය කර ඇත. ඇගේ විශේෂ කැමැත්ත වන්නේ සමාජ සේවා කටයුතු ය. විශේෂයෙන්ම උපදේශනය සඳහා පැමිණෙන සේවාවලින් සහ සිද්ධි කළමනාකරණ ප්‍රවේශයක් ඔවුන්ට ප්‍රයෝජනවත් වන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ ඇය විශේෂ උනන්දුවක් දක්වයි.**

*චස්තර් ජෝන් සහ තර්මරේද්නම් සුඛානන්තිනි*

එක් එක් උපදේශකයින්ගේ අත්දැකීම් විකිනෙකට වෙනස් වන බැවින් Practice Supervision තුලින් සිද්ධියක් හැසිරවීමේදී දැනුම හා අත්දැකීම් හුවමාරු කර ගැනීමට හැකි වූයේ කෙසේද යන්න සාකච්ඡා කරමින් සුඛන්දිනි මහත්මිය සිය කතාබහ ආරම්භ කළාය. සමපදස්ථ සහාය යාන්ත්‍රණය මගින් උපදේශකයින්ට විකිනෙකාගෙන් ඉගෙන ගැනීමට අවස්ථාව ලබා දී ඇති අතර, Practice Supervision සැසි මගින් උපදේශකයින්ට උපදේශනය සඳහා විවිධ මෙවලම් සහ ශිල්පීය ක්‍රම හඳුන්වා දී ඇති බව ඇය සඳහන් කළාය. අධීක්ෂක විසින් ලබා දුන් මග පෙන්වීම සමඟ ඇයට තම සීමාවන්, පක්ෂග්‍රාහිතාවයන්, චින්තන ක්‍රියාවලි සහ ගැටළු විසඳීමේ ක්‍රමවේදයන් අවබෝධ කර ගැනීමට හැකිවීම ගැන ඇය විශේෂයෙන්ම සතුටු වූ බව ඇය සඳහන් කළාය. නව සේවාවලිනියෙකු සමඟ කටයුතු කරන විට ආරම්භයේ දී උපදේශකයන්ට පැකිලිමක් හා බියක් දැනුණු අතර, Practice Supervision තුලින් උපදේශකයින්ට වැඩි සහයෝගයක් ලැබෙන බවක් දැනුන අතර එම නිසා ඔවුන්ට තම උත්සාහයන් පිළිබඳ වැඩි විශ්වාසයක් ඇති වුණ බව ඇය සඳහන් කළේය. ඔවුන් තුළ ඇති නොසන්සුන් බව තවදුරටත් අඩු කර ගත හැකි තුම්කා රංගන වැනි ක්‍රියාකාරකම් මෙන්ම නව උපදේශන ක්‍රම ඔවුන්ට සක්‍රීයව ඉගැන්වීම කෙරෙහි ඇය තුළ කැමැත්තක් විය.

උපදේශකයින් යම් අපහසුතාවයකට පත්වූ බොහෝ අවස්ථාවන්හිදී, Practice Supervisor විසින් ලබා දෙන මිල කළ නොහැකි දායකත්වය තුලින් සේවාවලිනියාට උපකාර කළහැකි වෙනත් විකල්ප සහ වෙනත් හැකියාවන් පිළිබඳ සොයා බැලීමට ඔවුන්ට හැකි වී ඇත. සේවාවලිනි යොමු කිරීමේදී සහ වැඩිදුර සහාය ලබා ගැනීමේදී වඩාත් පහසු වන බැවින් එම ප්‍රදේශයේම වෙසෙන අධීක්ෂකවරයෙකු සමඟ කටයුතු කිරීමට හැකිවීම වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් බව ඇය සඳහන් කළාය. ඇයට අනුව ඇය ඉගෙන ගත් මූලික දෙය වූයේ එක් එක් සිද්ධිය හා පුද්ගලිකව සම්බන්ධ නොවී තම සේවාවලිනි සමඟ වැඩ කිරීම බව ඇය තවදුරටත් විස්තර කළාය.

අනියම් ආදර සම්බන්ධතාවයක් හේතුවෙන් පවුලේ ගැටළු වලට මුහුණදුන් සේවාවලිනියෙකු පිළිබඳ සිද්ධියක් උපදේශකවරයා පැහැදිලි කළාය. මෙම සිද්ධිය ඇය වෙත යොමු කරන අවස්ථාවේදී, සේවාවලිනියාගේ ස්වාමිපුරුෂයා සහ පවුලේ අය මෙම ගැටලුව සම්බන්ධයෙන් දැඩි කෝපයෙන් පසු වූ බැවින් පවුල තුළ ගැටුම්කාරී තත්ත්වයක් ඇතිව තිබූ අතර සුඛන්දිනි මහත්මියට මෙම ගැටළුව විසඳීම දුෂ්කර එකක් විය. රහස්‍යභාවය හේතු කොට ගෙන සිද්ධිය Practice Supervisor සමඟ පුද්ගලිකව සාකච්ඡා කිරීමට සිදු වූ අතර ඇය ඉදිරියට කටයුතු කළ යුත්තේ කෙසේ ද යන්න

පිළිබඳ උපදෙස් ලබා දෙන ලදී. මෙම කාරණය සම්බන්ධයෙන් සේවාදායකයාගේ ස්වාමිපුරුෂයා වෙත විලභීය යුතු ආකාරය මෙන්ම පවුලේ අනෙක් අය සමඟ කටයුතු කරන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව අධීක්ෂක විසින් ඇයට තවදුරටත් මඟ පෙන්වා ඇත. Practice Supervision හි සහාය ඇතිව, සුබන්දිනි මහත්මියට පවුල් සබඳතා යලි යථා තත්වයට පත් කිරීමට සහ ඇතැම් ගැටළුවලට විසඳුම් ලබා දීමට හැකි විය. ඉන්පසු, සේවාලාභියාට තම පවුලේ යහපත උදෙසා යහපත් තීරණ ගැනීමටත් ඇගේ සේවා ස්ථානය වෙනස් කිරීමටත් හැකි වී ඇත.

තාක්ෂණික දුෂ්කරතා ඇතැම් විට අන්තර්ජාලය ඔස්සේ Practice Supervision කණ්ඩායම් සැසි පැවැත්වීමේ දී ගැටළු ඇති කරවන හෙයින්, තමන්ගේ සංවර්ධනය සහ තමන්ගේ කටයුතු පිළිබඳ ආවර්ජනනය කිරීමට ඇයට උපකාර කළ බැවින් තනි පුද්ගල සැසි ඇයට වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් වූ බව සුබන්දිනි මහත්මිය සඳහන් කළාය.

**පරිච්ඡේදය:**  
**මල්කාන්ති ගමගේ**



Photo credits :  
Sujeewa de Silva

அரசு உளவள ஆலோசனைக் குழுவினருக்கான  
முன்னாய்வு பயிற்சி மேற்பார்வை (Practice Supervision)

இலங்கையில் தெரிவுசெய்யப்பட்ட இரண்டு முன்னாய்வு  
இடங்களிலிருந்து படிப்பினைகள் மற்றும் பிரதிபலிப்புகள்

Volume 02



# COVID-19 மற்றும் குழு பயிற்சி மேற்பார்வையில் அதன் விளைவுகள்

எழுதியவர் மிஹிரி .:பெர்னாண்டோ மற்றும் கமீலா சமரசிங்க

குழு பயிற்சி மேற்பார்வை 2019 ஆம் ஆண்டில் சமுர்த்தி இராஜாங்க அமைச்சு (SMS) மற்றும் பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் அபிவிருத்தி இராஜாங்க அமைச்சு (SMWCD)<sup>1</sup> ஆகியவற்றின் அரசாங்க ஆலோசகர்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது, மார்ச் 2020 இல் இலங்கையைத் தாக்கிய COVID-19 நோய் பரவலுடன் இது கணிசமான மாற்றத்தை எதிர்நோக்கியது. பயிற்சி மேற்பார்வையானது, நிபுணர் மேற்பார்வையின் அவசியத்தை எடுத்துக்காட்டிய ஆசிய நிலையத்தின் 2018 விவரணையாக்க ஆய்வின் (mapping study) பரிந்துரைகளுக்கு பதிலளிக்கும் வகையில் முதன்முதலில் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. பயிற்சி மேற்பார்வை மாதிரியானது, ஏற்கனவே செயல்பட்டு வரும் சகாக்கள் துணை மாதிரிக்கு (peer support model) “எந்த தீங்கும் செய்யாதீர்கள்” கொள்கையை

முழுமையாக அறிந்திருந்தது. அனைத்து ஆலோசகர்களுக்கும் 2015 ஆம் ஆண்டில் ஒரு சுற்றறிக்கை மூலம் சகாக்களின் துணை கட்டாயப்படுத்தப்பட்டது. இம் மாதிரி ஆசிய நிலையத்தின் 2015 விவரணையாக்க ஆய்வுக்கு பதிலளிக்கும் வகையில் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. வடமேற்கு மற்றும் கிழக்கு மாகாணங்களில் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்ட பயிற்சி மேற்பார்வையின் முன்மாதிரியில் (pilot), திட்டத்தின் முதல் சுழற்சியில் குருநாகலிலிருந்து 24 ஆலோசகர்களும் மட்டக்களப்பு, அம்பாறை, மற்றும் திருகோணமலையைச் சேர்ந்த 26 ஆலோசகர்களும் உள்ளடங்குவர். சுழற்சி ஒன்றில், தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட ஆலோசகர்கள் 6 உறுப்பினர்களைக் கொண்ட சிறிய குழுக்களாக்கப்பட்டனர். எனவே, ஒவ்வொரு முன்மாதிரி (pilot) இடத்திலும் நான்கு குழுக்கள் இருந்தன, அவை 12 மாத சுழற்சி

வட்டத்தைப் பூர்த்தி செய்தன, இந்த செயற்பாடுகளுக்கு வெளிப்புற பயிற்சி மேற்பார்வையாளர் வசதி செய்தார். COVID-19 நோய்ப்பரவலினால் ஏற்பட்ட இடையூறுகளின் மத்தியில் பணியை தக்கவைக்க செயலாக்கத்தில் உருவாக்கப்பட்ட மாற்றங்கள் பற்றி இந்த கட்டுரை கலந்துரையாடுகிறது.

## முதல் மற்றும் இரண்டாவது அலைகள்

COVID-19 இன் முதல் அலை இலங்கையில் நன்கு கட்டுப்படுத்தப்பட்டிருந்தது, அரசாங்கத்தால் கடுமையான கட்டுப்பாடுகள் விதிக்கப்பட்டன. 2020 மார்ச் நடுப்பகுதியிலிருந்து பொதுமுடக்கம், மற்றும் காலவரையற்ற ஊரடங்கு உத்தரவு 25 மாவட்டங்களில் 6 இல் முதலில் விதிக்கப்பட்டது, பின்னர் நாடு முழுவதும் விதிக்கப்பட்டது. செப்டம்பர் 30, 2020 நிலவரப்படி, கடுமையான கட்டுப்பாடுகள் மூலம் ஒப்பீட்டளவில் குறைந்த எண்ணிக்கையிலான இறப்புகளுடன் (11)

<sup>1</sup> *Piloting Practice Supervision for the Government Counselling Cadre Lessons and Reflections from Two Pilot Locations in Sri Lanka*

*The Asia Foundation 2020. Practice Supervision was introduced to counsellors attached to the State Ministry of Samurdhi, Home Economy, Microfinances, Self-Employment, Enterprise Development and Development of Underutilised State Resources ( Short form State Ministry of Samurdhi - SMS) and the State Ministry of Women Child Development, Pre School and Primary Education, School Infrastructure and School Services ( Short form State Ministry of Women and Child Development - SMWCD) in 2019 for the first time.*

கூடிய வழக்குகளின் எண்ணிக்கையை கொண்டிருந்தது.

நோய்பரவலின் முதல் அலை தொடங்கியவுடன், பயிற்சி மேற்பார்வையின் தொலைதூர வழங்கலிற்கான ஒரு செய்முறை உருவாக்கப்பட்டது. மன நலம் மற்றும் உளவியல் சமூக ஆதரவு சேவைகளுடன் தொடர்புடைய ஒருங்கிணைக்கப்பட்ட மாற்றமடையும் நீதியை மேம்படுத்தல் (Improving Mental Health and Psychosocial Support Services Associated with Consolidating Transitional Justice - IMPACT) எனும் திட்டத்தை வழிநடத்தவும் வழிகாட்டவும் அமைக்கப்பட்ட தொழில்நுட்பக் குழுவானது ஓர் எளிமையான “விசாரிக்கும் அழைப்பு” (check in call) இற்கான நெறிமுறையை உருவாக்கியது. விசாரிக்கும் அழைப்பிற்கான வழிமுறையை உருவாக்குவதன் நோக்கம் பயிற்சி மேற்பார்வையாளர் தங்களுக்கு ஒதுக்கப்பட்ட ஒவ்வோர் ஆலோசகர்களுடனும் தொடர்பில் இருக்க வேண்டும். விசாரிக்கும் அழைப்பிற்கான வழிமுறையானது பயிற்சி மேற்பார்வையாளர் ஆலோசகருடன் தொடர்பு கொள்வதை உள்ளடக்கியது, பொதுமுடக்கத்தின் போது ஆலோசகர்களின் நல்வாழ்வு மற்றும் அவர்களின் ஆலோசனை மற்றும் உளவியல் சமூகப் பயிற்சி இரண்டையும் கலந்துரையாடுவதற்கு: அவர்கள் உடல்

ரீதியாக வேலை செய்யப் போகிறார்கள் எனில் அது என்ன? : COVID-19 ஆல் நேரடியாகப் பாதிக்கப்பட்டுள்ள தனிநபர்கள் மற்றும் குடும்பங்களில் அவர்கள் மதிப்பீடுகளை மேற்கொண்டார்களா? அவர்கள் நிவாரணப் பணிகளில் ஈடுபட்டிருந்தார்களா அல்லது ஆலோசனை ஆதரவில் இருந்தார்களா? இந்த விசாரிக்கும் அழைப்புகளைத் தொடர்ந்து, தொலைதூர பயிற்சி மேற்பார்வைக்கான வழிகாட்டி<sup>2</sup> ஒன்று உருவாக்கப்பட்டது. தொலைதூர பயிற்சி மேற்பார்வைக்கான வழிகாட்டி ஆலோசகர்களின் ஆதரவு தேவைகளின் அடிப்படையில் நான்கு பகுதிகளை ஆவணப்படுத்துகிறது: பிரிவு ஒன்று - தொலைதூர அல்லது நேருக்கு நேர் ஆதரவை வழங்குவதில் ஈடுபட்டுள்ள ஆலோசகர்களுக்கானது, பிரிவு இரண்டு - தனிப்பட்ட பிரச்சினையில் ஆதரவு தேவைப்படும் ஆலோசகர்களுக்கானது, பிரிவு மூன்று - அவர்கள் மேலும் கலந்துரையாட விரும்பும் எந்தவொரு COVID-19 தொடர்பான விடயங்களையும் கையாளும் ஆலோசகர்களுக்கானது. மற்றும் இறுதிப் பிரிவு வேறு விடயங்களுக்கானது. முதல் அலையின் காலத்திலிருந்து, பின்னர் இரண்டாவது அலையுடன், குழு மற்றும் தனிப்பட்ட பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வுகளின் வெவ்வேறு உள்ளமைவுகள் (configurations) நடத்தப்பட்டன.

- முதல் அலை மூலம் ஆலோசகர்களுடன் தொடர்பில் இருப்பது எளிதாக இருந்தது. குறிப்பாக ஊரடங்கு உத்தரவு விதிக்கப்பட்டதும், ஆலோசகர்கள் பெரும்பாலும் வீட்டில் இருந்தனர். பொதுமுடக்கம் மற்றும் ஊரடங்கு காலத்தில் ஆலோசகர்கள் பல வேறுபட்ட பணிகளை மேற்கொண்டனர்: நாட்டில் போதை மறுவாழ்வு மையங்களை அமைப்பது குறித்து அமைச்சினால் ஏற்பாடு செய்யப்பட்ட பயிற்சித் திட்டங்களில் கலந்துகொள்ளுதல்.
- உணவுப் பொருட்களை விநியோகித்தல், அரசாங்க உதவித் தொகையை விநியோகித்தல் மற்றும் பிற நடைமுறை ஆதரவுகள் போன்ற மக்களின் நடைமுறைத் தேவைகளை ஆதரித்தல்.
- பரோபகார வேலை, மற்ற ஊழியர்களுடன் ஒன்றிணைந்து வேலைகளை இழந்த சமூகத்தை ஆதரிப்பதற்காக நிதி சேகரித்தல், அவர்களுக்கு ரேசன்கள் மற்றும் பிற தேவைகளை வழங்குதல்.
- ஆலோசகர்களை அழைக்க முன்முயற்சி எடுத்த ஆலோசனை

பெறுவோரிடம் பேசுதல், பின்னர் தொலைதூர அமர்வுகளை நடத்துதல்.

- தொலைதூர ஆலோசனை அமர்வுகளுக்கு தொலைபேசி வழியாக ஆலோசனை பெறுவோருடன் இணைப்பை ஏற்படுத்தல்.
- ஆலோசனை அமர்வுகளை நடத்துதல் மற்றும் அவசியமான முன்னெச்சரிக்கைகளுடன் வீட்டு வருகைகளை நடத்துதல்.
- இருப்பினும் ஆலோசனை பெறுவோருடன் எந்த தொடர்பும் இல்லை என “சிலர் உணர்ந்தனர்”, தொலைபேசியைப் பின்தொடர்தல் கூட நடைமுறைக்கேற்றது இல்லை என்று அவர்கள் உணர்ந்தனர். சிலர் தங்கள் இணைப்பு நிர்வாகத்திடமிருந்து தெளிவான வழிமுறைகள் அல்லது செயல் திட்டத்திற்காக காத்திருப்பதை பாதுகாப்பாக உணர்ந்தனர்

ஒக்டோபர் 2020 இல் நோய்ப்பரவலின் இரண்டாவது அலை மிகவும் பரவலாக இருந்தது. நோய் தொற்றுகளின் எண்ணிக்கை மற்றும் இறப்புகளின் எண்ணிக்கை அதிகரித்தது. நோய்ப்பரவலின் இரண்டாவது அலை மூலம், பயிற்சி மேற்பார்வை ஒரு கலப்பின மாதிரியாக (hybrid model) அதிகளவு இயங்கியது, இது கீழே விரிவாக கலந்துரையாடப்படுகிறது. ஆலோசகர்களுக்கு சிக்கல்களை அடையாளம் காண சிறிது காலம் சென்றது, இது நோய்ப்பரவலின் நேரடி அல்லது மறைமுக விளைவுகளாக முன்வைக்கப்பட்டது. கீழே உள்ள சுருக்கத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள இரண்டு பிரச்சினைகள் (Cases) ஆலோசகர்கள் எதிர்கொண்ட சிக்கல்களின் விளக்கமாகும்:

### பிரச்சினை 1:

COVID-19 உடன் வேலை இழப்பு மற்றும் தொடர்புடைய சிக்கல்கள்

ஜெயசீலன்<sup>3</sup> (ஆண் / 39), ஆதார வைத்தியசாலையிலிருந்து ஆலோசகருக்கு பரிந்துரைக்கப்பட்டார். ஒரு தனியார் நிறுவனத்தில் தொழில்நுட்ப உதவியாளரான

ஜெயசீலன் COVID-19 உடனான பொருளாதார வீழ்ச்சியின் விளைவாக தனது வேலையை இழந்தார். மூன்று குழந்தைகளின் தந்தையாகிய இவர் வாடகை வீட்டில் வசிப்பது மற்றும் குழந்தை பராமரிப்புக்கான புதிய கடமைகள் ஒன்று சேர்ந்து அவரை பாதித்தன. குடும்பத்தின் பொருளாதாரச் சூழலையும் சமப்பதற்காக அவர் தனது கல்வியை இடைநிறுத்த வேண்டியிருந்ததால் அவரது ஆரம்ப ஆண்டுகளும் கடினமாக இருந்தன, இதன் விளைவாக அவரது சகோதரர்கள் வாழ்க்கையில் நல்ல நிலையில் உள்ளனர். தனக்கு தேவைப்படும் போது இப்போது அவருக்கு ஆதரவளிக்காததால், தனது சகோதரங்கள் நன்றியற்றவர்கள் என்று அவர் உணர்கிறார். இந்த வாழ்க்கைச் சூழ்நிலைகள் அனைத்தும் அவரது குடும்ப உறுப்பினர்களிடம் அவர் எரிச்சலையும் கோபத்தையும் விரோதத்தையும் ஏற்படுத்த வழிவகுத்தன. இதன் விளைவாக அவர் தனது சகோதரியுடன் ஒரு நிலத்தை திருப்பித் தருமாறு கேட்டு தகராறு செய்தார், அந்த நிலம் அவருக்கு உரிமையானது என நம்பினார். இது காவல்துறைக்குச் செல்லும் அளவிற்கு தகராறுடன் கூடிய வன்முறையாக மாறியது.

<sup>3</sup> கற்பனையான பெயர்

## பிரச்சினை 2:

COVID-19 உடன் இணைந்த தற்போதுள்ள பிரச்சினைகள்

கடுமையான வீட்டு வன்முறையை அனுபவிக்கும் மூன்று குழந்தைகளின் தாயானவர் ஊரடங்கு காலத்தின் போது ஆலோசகரின் ஆதரவை நாடினார். கணவன் மது மற்றும் போதைப்பொருளுக்கு அடிமையானவர். சட்டவிரோதமாக மதுபானம் தயாரித்தல் மற்றும் விற்பனை செய்வதிலும் ஈடுபட்டார். மனைவி கணவனை ஒரு “பெண்விருப்பாளர்” என்றும் வர்ணித்தார். ஊரடங்கு காலம் வீட்டு வன்முறைச் சம்பவங்களை அதிகப்படுத்தியது. ஊரடங்கு தளர்த்தப்பட்ட நாளில், ஆலோசனை பெறுபவரால் கடைசிக் குழந்தையுடன் வீட்டை விட்டு வெளியேற முடிந்தது, இருப்பினும் இரண்டு மூத்த மகன்களும் தந்தையுடன் விடப்பட்டுள்ளனர்.

## ஒரு கலப்பின மாதிரியுடனான வேலை

குழு பயிற்சி மேற்பார்வை மாதிரி முதன்முதலில் 2019 இல் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட போது, ஒவ்வொரு இடத்திலிருந்தும் சுமார் 25 ஆலோசகர்கள் 6 உறுப்பினர்களைக் கொண்ட சிறிய குழுக்களாக்கப்பட்டனர்: எனவே, ஒவ்வொரு முன்மாதிரி இடத்திலும் நான்கு குழுக்கள் இருந்தன, அவை 12 மாத சுழற்சி வட்டத்தை பூர்த்திசெய்தன, இந்த செயற்பாடுகளுக்கு வெளிப்புற பயிற்சி மேற்பார்வையாளர் வசதி செய்தார். இது தவிர ஆலோசகர்களின் தேவை அடிப்படையில் பயிற்சி மேற்பார்வையாளரை தனித்தனியாக சந்திப்பதற்கான வாய்ப்பும் வழங்கப்பட்டது.

COVID-19 இல், பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வுகளை நேரில் சந்திப்பது மற்றும் நடத்துவதற்கான கட்டுப்பாடுகளைக் கருத்தில் கொண்டு, தொழில்நுட்பக் குழுவானது ஆலோசகர்களை எவ்வாறு ஆதரிப்பது என்பதை மதிப்பாய்வு செய்தது. இதனால் அவர்கள் ஆலோசனை பெறுவோருக்கு பொருத்தமான ஆதரவையும் பராமரிப்பையும் வழங்க முடியும். எனவே பல்வேறு ஈடுபாட்டு முறைகள் பரிந்துரைக்கப்பட்டன. அவை பின்வருவனவற்றை உள்ளடக்கியது: குழு

பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வுகளுக்கு (Zoom) போன்ற தொழில்நுட்பத்தைப் பயன்படுத்தல், நேருக்கு நேரான குழு அமர்வுகளை இயலுமானவரை நடத்துதல் மற்றும் தனிப்பட்ட தொலைபேசி அமர்வுகளை நடத்துதல் என்பனவாகும். வடமேற்கு மாகாணம் மற்றும் கிழக்கு மாகாணத்தில் இந்த முறைகள் ஒவ்வொன்றின் கலவையும் பயன்படுத்தப்பட்டது. பயிற்சியிலுள்ள கலப்பின மாதிரியை பிரதிபலிக்கும் வகையில் பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வுகளை<sup>4</sup> மதிப்பாய்வு செய்ய உருவாக்கப்பட்ட மதிப்பீட்டு கருவியின் (assessment tool) திருத்தத்திற்கும் இது வழிவகுத்தது. திருத்தப்பட்ட கருவி தனிப்பட்ட அமர்வுகளுக்கும் குழு அமர்வுகளுக்கும் மதிப்பீடு செய்யப்பட்டது.

மேலும் தனிப்பட்ட அமர்வுகளின் அளவு அதிகரித்து வருவதால், பயிற்சி மேற்பார்வையாளர்களுக்கு ஒவ்வொரு மாதமும் சுமார் 25 தனிப்பட்ட அமர்வுகளை நடத்துவது கடினமாக இருந்தது. இது வடமேற்கு மாகாணக் குழுவுக்கு மிகவும் பொருத்தமானது ஏனெனில் செப்டம்பர் 2020 இல் முதலாவது மேற்பார்வைச் சுழற்சி முடிந்தது மற்றும், புதிய சுழற்சி ஆலோசகர்கள் அறிமுகக் கூட்டத்தைத் தவிர, தொலைதூரத் தளத்தில் பிரத்தியேகமாக ஈடுபட்டது. இந்த திருத்தத்தை மாதிரிக்கு இடமளிக்க,

<sup>4</sup> குழு பயிற்சி மேற்பார்வை தரப்படுத்தல் அளவிடைக்காக பின்னிணைப்பு II இணைப்பார்க்கவும் - இலங்கை (GPS-SL)

ஒரு பயிற்சி மேற்பார்வை மதிப்பீட்டு அளவுகோல் - பின்தொடர்தல் தாள் (practice supervision rating scale – follow up sheet PSRS-FS)<sup>5</sup> டிசம்பர் 2020 இல் உருவாக்கப்பட்டது. PSRS – FS ஆனது ஆலோசகரால் நிரப்பப்பட்டு அடுத்த பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வில் பயிற்சி மேற்பார்வையாளருடன் பகிரப்படும். பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்விலிருந்து எடுக்கப்பட்ட ஆலோசகரின் பிரதிபலிப்பு கற்றலை இக் கருவியானது வழிநடத்தும். கருவி இரண்டு பகுதிகளாக உள்ளது: அறிவு, திறன்கள் மற்றும் மனப்பான்மைகளில் ஆதாயங்கள் அல்லது மாற்றங்களுக்கு வழிவகுக்கும் பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்விலிருந்து கற்றுக்கொண்ட பாடங்களை பாகம் ஒன்று ஆராய்கிறது, மற்றும் பயிற்சி மேற்பார்வையின் போது ஆலோசகரால் முன்னர் முன்வைக்கப்பட்ட பிரச்சினையின் (case) முன்னேற்றத்தை இரண்டாம் பகுதி குறிப்பிடுகிறது.

## கற்றுக்கொண்ட பாடங்கள்

COVID-19 நோய்ப்பரவலின் காரணமாக ஆசிய நிலையம் அவர்களின் உளவியல் சமூகத் திட்டத்தில் திடீர் மாற்றங்களுக்கு இடமளிக்க வேண்டியிருந்தது. ஆலோசனை பெறுவோருடன் நேருக்கு நேர் ஆலோசனை அமர்வுகள் இனிமேல் சாத்தியமில்லை. இதன்

அர்த்தம் என்னவென்றால், ஆலோசனை பெறுவோர் ஆலோசகர்களுடன் நேருக்கு நேரான ஆலோசனைகளுக்காக தங்கள் வீடுகளை விட்டு வெளியேற முடியாது என்பதுதான். ஆனால் ஆலோசனை பெறுவோர்கள் பலருக்கு அவர்களின் ஆலோசகர்களின் ஆதரவு மேலும் தேவைப்பட்டது. ஆலோசகர்கள் தங்கள் ஆலோசனை பெறுவோரை ஆதரிப்பதற்காக பயிற்சி மேற்பார்வையாளருடன் தொடர்ந்து மேற்பார்வை அமர்வுகளை பெறுவதற்கு மாற்றங்கள் செய்யவேண்டி இருந்தது. இதன் விளைவாக, பயிற்சி மேற்பார்வையாளர் மற்றும் ஆலோசகர்கள் இந்த நடவடிக்கைகளைத் தொடர்வதற்கான உத்திகளை பற்றி சிந்தித்தனர். இந்த நோக்கத்திற்காக கையடக்க தொலைபேசி மற்றும் சூம் (zoom) அழைப்புகளைப் பயன்படுத்த வேண்டியிருந்தது. எதிர்கொள்ளவேண்டிய வெளிப்படையான சவால்கள் இருந்தன: அழைப்புகளிற்கான கட்டணம், மெதுவான இணைய இணைப்புகள், ஆலோசனை பெறுவோருடனான அமர்வுகளுக்கு பாதுகாப்பான இடத்தை வழங்குதல் போன்றவை, ஆனால் பெரும்பாலும் ஆலோசனை பெறுபவர்களிடம் பச்சாதாபத்தை (empathy) வெளிப்படுத்தவும் நடத்தையை கவனிக்கவும் முடியாதது. மிக முக்கியமானது என்னவென்றால், ஆலோசனை பெறுவோர்

தொடர்ந்து ஆலோசகர்களிடமிருந்து கவனத்தையும் அக்கறையையும் பெறுவதை உறுதி செய்வதும், பயிற்சி மேற்பார்வையாளர்களுடன் மேற்பார்வை அமர்வுகள் தொடர்வதும் ஆகும். நோய்ப்பரவலின் விளைவாக சிரமங்களை அனுபவித்த ஆலோசகர்களின் தேவைகளுக்கு ஏற்ப மாற்றங்கள் செய்யப்பட்டன, அதாவது மேற்பார்வை அமர்வுகள் மூலம் தனிப்பட்ட ஆதரவை பெற அனுமதித்தல். பயிற்சி மேற்பார்வையாளர்கள் ஆலோசகர்களின் குழுக்களை எவ்வாறு வசதிப்படுத்துவது என்பதை கற்றுக்கொள்வதற்கும் தனிப்பட்ட மேற்பார்வையை வழங்குவதற்கும் இடையில் வழிநடத்த வேண்டியிருந்தது. நோய்ப்பரவலில் பல மாதங்கள் பணியாற்றிய, ஆலோசகர்கள் மற்றும் அவர்கள் சேவை செய்யும் சமூகங்களின் நல்வாழ்வையும் செயல்திறனையும் ஆதரிக்கின்ற ஆசிய நிலையத்திற்கு, திட்டமிடுதல், தொடர்ச்சியான மதிப்பாய்வு மற்றும் திட்டங்களின் திருத்தம் ஆகியவற்றில் நெகிழ்வுத்தன்மையாக (flexibility) இருப்பது மதிப்பு அளித்தது.

## அடுத்து என்ன

GIZ உடனான கூட்டுறவு முடிவுக்கு வரும்போது, ஆரம்பிக்கப்பட்ட பணிகள் தொடரும் என்பதை உறுதிப்படுத்த

<sup>5</sup> பயிற்சி மேற்பார்வை தரப்படுத்தல் அளவிடைக்காக பின்னிணைப்பு III இணைப்பாக்கவும் - பின்தொடர் கண்காணிப்புப் படிவம் (PSRS-FS)

ஆசிய நிலையம் உறுதிபூ  
 ண்டுள்ளது. பணி இருப்பிடங்களை,  
 அதாவது வடமேற்கு மற்றும் கிழக்கு  
 மாகாணத்தை அணுகக்கூடிய பயிற்சி  
 மேற்பார்வையாளர்களை அடையாளம்  
 காண்பது ஆலோசகர்களுக்கும் பயிற்சி  
 மேற்பார்வையாளர்களுக்கும் இடையே  
 ஓர் உறவை உருவாக்கும் நோக்கில்  
 இருந்தது. ஆசிய நிலையத்தால்  
 அவர்கள் தொடர்ந்து ஈடுபட  
 மாட்டார்கள் என்றாலும், ஆலோசனை  
 பெறுபவர்களுடன் சிக்கல்களை  
 எதிர்கொள்ளும் போது ஆலோசகர்கள்  
 அவர்களைத் தொடர்பு கொள்ள வாய்ப்பு  
 உள்ளது. ஆலோசகர்களுக்கும் பயிற்சி  
 மேற்பார்வையாளர்களுக்கும் இடையில்  
 பல ஆண்டுகளாக கட்டமைக்கப்பட்டுள்ள  
 ஒத்துணர்வு (rapport) மிகவும்  
 மதிப்புமிக்கது. சகாக்களின் துணை ஆனது,  
 ஆசிய நிலையத்தினால் 2015 ஆம்  
 ஆண்டில் அரசாங்க ஆலோசகர்களுக்கு  
 அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. குழு  
 மேற்பார்வையின் அனுபவத்தில்  
 சகாக்களின் துணை மாதிரி எடுக்கும்  
 என்று நம்பப்படுகிறது, இதனால் GIZ  
 நிதியளிக்கப்பட்ட திட்டம் முடிவுக்கு வந்த  
 பின்னர் ஆலோசகர்கள், பிரச்சினை பற்றி  
 கலந்துரையாடுவதற்கு தங்கள் சகாக்களை  
 தொடர்ந்து தொடர்புகொள்வார்கள்.

## Appendix I

Name	Organisation	Contact Number	Contacted (Y/N)	Do they currently work? (Going to office/needs assessment/relief work) (Y/N)	Agreed for individual sessions (Y/N)	Any Comments

## Appendix II

திகதி: .....

குழு #: .....

### குழு பயிற்சி மேற்பார்வை தரப்படுத்தல் அளவிடை – இலங்கை (GPS/RS)

ஒருங்கிணைக்கப்பட்ட மாற்றமடையும்  
நீதியுடன் தொடர்புடைய மன நலம் மற்றும்  
உளவியல் சமூக ஆதரவு சேவைகளை  
மேம்படுத்துதல் (IMPACT)

இந்த தரப்படுத்தல் அளவிடையின்  
நோக்கம், குழு அமைப்புக்களிலும்  
தனிப்பட்ட அமர்வுகளிலும் ஆலோசனை  
சேவையாளர்களுக்கு வழங்கப்படும்  
பயிற்சி மேற்பார்வையை மதிப்பிடுவதாகும்.  
அது குழுசார்ந்த மற்றும் தனிப்பட்ட  
தேர்ச்சிகளை மீளாய்வு செய்கின்றது.  
இதில் அடக்கப்பட்டுள்ள விடயங்கள்  
ஏற்கனவே உள்ள மேற்பார்வை மாதிரிகள்,  
ENACT மாதிரி (கோஹோட் குழுவினர்,  
2015) அதேபோல் செயற்றிட்டம் கள  
முன்னோட்டம் விடப்பட்டு 12 மாதங்களின்  
பின்னர் பயிற்சி மேற்பார்வையாளர்,  
தொழில்நுட்ப ஆலோசகர்கள் மற்றும்

TAF மத்திய குழுவினரின் அடிப்படை  
அனுபவங்களின் அடிப்படையில்  
தெரிவுசெய்யப்பட்டுள்ளன. கருவியின்  
முதலாவது மறுசெய்கையானது குழு  
அமைப்புக்களில் ஆலோசனைச்  
சேவையாளர்களுக்கான பயிற்சி  
மேற்பார்வை வழங்குகையை  
மீளாய்வு செய்திருக்கும் அதேவேளை,  
தற்போதைய மறுசெய்கையானது  
தனிப்பட்ட அமர்வுகளையும் மீளாய்வுக்கு  
உட்படுத்துகின்றது.

#### எவ்வாறு பூரணப்படுத்துவது:

ஓர் அமர்வு முடிவடைந்ததும்  
அதனை வசதிப்படுத்திய பயிற்சி  
மேற்பார்வையாளரால் இவ்வளவிடை  
நிரப்பப்பட வேண்டும். இக்கருவி மூன்று  
பகுதிகளாக உள்ளது. **பகுதி ஒன்று**  
குழுத் தேர்ச்சிகளை மதிப்பிடுவதற்கான  
சுட்டிகளைக் கையாள்கிறது. தனிப்பட்ட  
அமர்வுகளுக்காக, பகுதி ஒன்றின் குழுசார்  
தரப்படுத்தல் அளவிடை குறிக்கப்படுவதைத்  
தவிர்த்து, “பொருத்தமற்றது” எனும் விடயம்  
சரிபார்க்கப்பட வேண்டும். **பகுதி இரண்டு**  
தனிநபர் தேர்ச்சிகளை மதிப்பிடுவதற்கான  
சுட்டிகளைக் கொண்டுள்ளது. அங்கு பயிற்சி  
மேற்பார்வையாளர், கலந்துரையாடப்பட்ட  
சம்பவத்துக்கு ஆலோசனை சேவையாளர்

எவ்வாறு பதிலளித்துள்ளார் என்பதை  
மதிப்பிடுவார். ஒரு தனிநபர் ஒவ்வொரு  
மூன்று மாதங்களுக்கொரு முறையும்  
அண்ணளவாக மதிப்பிடப்படுவார்.  
தரப்படுத்தல் அளவிடையிலுள்ள  
இலக்கங்கள் பின்வருமாறு குறிக்கின்றன.  
(1) முன்னேற்றம் தேவை (மதிப்பிடப்பட்ட  
எண்ணக்கரு தொடர்பாக அறிவு  
இன்மையைக் குறிக்கின்றது), (2)  
**பகுதியாக அடையப்பட்டுள்ளது**  
(ஆலோசனை சேவையாளர்களிடம்  
எண்ணக்கரு தொடர்பாக திருப்தியான  
அளவில் அறிவு காணப்படுகின்றது  
எனினும் அமுல்படுத்தப்படுவதற்கு  
உரிய அளவில் இல்லை), (3)  
**சிறப்பாக நடந்துள்ளது** (ஆலோசனை  
சேவையாளர்கள் திருப்தியான அளவில்  
அறிவு மற்றும் அமுல்படுத்தலைக்  
காட்டுகின்றனர்). ஒவ்வொரு விடயத்திற்கும்  
உரிய விளக்கங்கள் பின்னிணைப்பு ஐ  
இல் காணப்படுகின்றன. **முன்றாவது**  
**பகுதி** ஆனது மேற்பார்வையாளர்  
விளக்கமான குறிப்பு எடுக்க வேண்டிய  
மையக்கருக்களை கொண்டுள்ளது.

## பகுதி 01

பொருத்தமற்றது  (✓)

குழு தேர்ச்சிகள்	விடயம்	1	2	3
G - 01	உயிர்ப்பான செவிமடுத்தல்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G - 02	பிரதிபலிப்பான கேள்விகள்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G - 03	குழுவினாள் தன்னைப்பற்றி அறிந்திருத்தல்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G - 04	குவிமையமான இணைந்த தொழிற்பாடுகளைப் பேணல்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

குறிப்புக்கள் (தேவையாயின்):

## பகுதி 02

சம்பவம் # : .....

முன்வைப்பாளரின் குறியீட்டு இல.: : .....

சம்பவத்தினது பிரதான மையக்கரு:				
தனிநபர் தேர்ச்சிகள்	விடயம்	1	2	3
I - 01	சம்பவ எண்ணக்கருவாக்கம்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 02	சேவை நாடி மீதான தன்னிரக்கம்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 03	சேவை நாடியினது தேவைகளுடன் இணைந்த தலையீடு.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 04	சாத்தியமான தலையீடுகள்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

சம்பவம் # : .....

முன்வைப்பாளரின் குறியீட்டு இல.: : .....

சம்பவத்தினது பிரதான மையக்கரு:				
தனிநபர் தேர்ச்சிகள்	விடயம்	1	2	3
I - 01	சம்பவ எண்ணக்கருவாக்கம்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 02	சேவை நாடி மீதான தன்னிரக்கம்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 03	சேவை நாடியினது தேவைகளுடன் இணைந்த தலையீடு.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 04	சாத்தியமான தலையீடுகள்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

சம்பவம் # : .....

முன்வைப்பாளரின் குறியீட்டு இல.: : .....

சம்பவத்தினது பிரதான மையக்கரு:				
தனிநபர் தேர்ச்சிகள்	விடயம்	1	2	3
I - 01	சம்பவ எண்ணக்கருவாக்கம்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 02	சேவை நாடி மீதான தன்னிரக்கம்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 03	சேவை நாடியினது தேவைகளுடன் இணைந்த தலையீடு.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I - 04	சாத்தியமான தலையீடுகள்.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### பகுதி 03

முன்வைப்பாளரின் குறியீட்டு இல.: : .....

- N.1 சம்பவ சுருக்கம்:
- N.2 பிரச்சினையை அடையாளப்படுத்தல்:
- N.3 சம்பவ எண்ணக்கருவாக்கம்:
- N.4 பிரதிபலிப்புப் பயிற்சி:
- N.5 தலையீடுகள்:
- N.6 பரிந்துரைகள் / வகிபாகமும் விச்சம்:
- N.7 குழு இயக்கப்பாடு:

### References

Kohrt, B. A., Jordans, M. J., Raj, S., Shrestha, P., Luitel, N. P., Ramaiya, M. K., Singla, D. R., & Patel, V. (2015). Therapist competence in global mental health: Development of the enhancing assessment of common therapeutic factors (ENACT) rating scale. *Behaviour Research and Therapy*, 69, 11-21. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.03.009>

## விடயங்களுக்கான விளக்கம்

FO – FO மற்றும் செயன்முறை

- **G - 01 உயிர்ப்பான செவிமடுத்தல்.**  
ஏனைய மக்களது கருத்துக்களுக்கு மதிப்பளித்தல், மற்றவர்கள் பேசும்போது குறுக்கிடாதிருத்தல் அவர்களுக்கு மேலால் பேசாதிருத்தல், கலந்துரையாடலை முன்வைப்பாளரின் கவன மையத்திலிருந்தும் விலக்கி உரையாடற் பாதையை தமது சொந்த அனுபவங்களுக்கு மாற்றாதிருத்தல்.
- **G - 02 பிரதிபலிப்பான கேள்விகள்.**  
முன்வைப்பாளரிடமிருந்து பிரதிபலிப்பான சிந்தனைகளைத் தருவித்து சம்பவத்தினை முன்னோக்கிக் கொண்டு செல்வதற்கு உதவுகின்றவாறான கேள்விகளை கேட்பதுடன் தனிநபர் ஆர்வம் மற்றும் “உண்மை”யை அறிவதனை மாத்திரம் திருப்திப்படுத்துகின்றதான கேள்விகளை தவிர்த்தல்.
- **G - 03 குழுவினுள் தன்னை அறிந்திருத்தல்**  
ஏனைய குழு அங்கத்தவர்களுடன் தொடர்பாக தம்மைப் பற்றி அறிந்திருத்தல். குழுவினுள் பலத்தினை பகிர்ந்துகொள்ளலும் கவனம் மற்றும் பாதுகாப்பினை பேணுதலும்.
- **G - 04 குவிமைய மற்றும் இணைந்த தொழிற்பாடுகளைப் பேணல்**  
அமர்வினது குறிக்கோளினைப் பேணி வைத்திருப்பதற்காக தம்மை ஒரு குழுவாக முறைப்படுத்தி பொருத்தமான குறிப்புகள், கருத்துக்கள் மற்றும் பொருத்தமான பின்னூட்டல்களை வழங்குவதற்கு ஒரு குழுவாக உள்ள ஆற்றல்.

தனிநபர் - சம்பவ எண்ணக்கருவாக்கம் மற்றும் தலையீடு

பயிற்சி மேற்பார்வையாளர், ஏற்கனவே ஆலோசனைச் சேவையாளரினால் செய்யப்பட்டுள்ளதை அடிப்படையாகக் கொண்டு, தரப்படுத்தல் அளவிடையின் இந்தப் பகுதியைப் பூரணப்படுத்துவார்.

- **I - 01 சம்பவ எண்ணக்கருவாக்கம்**  
சேவை நாடிகளது பிரச்சினைகளின் தன்மை, எவ்வாறு மற்றும் ஏன் பிரச்சினை விருத்தியடைகின்றது, மற்றும் 5P மாதிரி மற்றும் ஜீனோகிராம் போன்ற ஏனைய தொழில்நுட்பங்களினூடாக சம்பவத்தினை விளக்குவதற்கான ஆற்றல்
- **I - 02 சேவைநாடிக்கான தன்னிரக்கம்**  
சேவைநாடியினது உணர்வுகளை புரிந்துகொள்வதற்கான ஆற்றல் மற்றும் சேவைநாடியினது நோக்கிலிருந்து உலக நோக்கினைப் புரிந்து கொள்ளும் ஆற்றலை முன்வைத்தல். நிலைமை மற்றும் முன்னேறுவதற்கான திட்டத்தினை விளக்குவதற்கு ஒரே மாதிரியானவை, பாரபட்சமான, தனிநபர் அனுபவங்களை பயன்படுத்துவதை விட்டும் தவிர்ந்துகொள்ளல்.
- **I - 03 சேவை நாடியினது தேவைகளுடன் இணைந்த தலையீடுகள்**  
ஆலோசனைச் சேவையாளர் சேவை நாடியினது தேவைகளை இனங்கண்டுள்ளதுடன், ஆலோசனைச் சேவையாளரினால் பிரேரிக்கப்பட்ட தலையீடுகள் சேவை நாடிகளது பிரச்சினையுடனும் அத்தேவைகளுடனும் இணைந்தவையாக உள்ளன.
- **I - 04 சாத்தியமான தலையீடுகள்**  
ஆலோசனைச் சேவையாளரினால் பிரேரிக்கப்பட்ட தலையீடுகள் நியாயமானவை என்பதுடன் அவை சேவை நாடி மற்றும் ஆலோசனைச் சேவையாளரினால் பெற்றுக்கொள்ளக்கூடிய வளங்களையும் கருத்தில் கொண்டுள்ளன.

# Appendix III

## பயிற்சி மேற்பார்வை தரப்படுத்தல் அளவிடை - இலங்கை பின்தொடர் கண்காணிப்புப் படிவம்

ஆலோசனை சேவையாளர் குறியீடு:  
.....

திகதி: .....

**அறிவுறுத்தல்கள்:** ஆலோசனைச் சேவையாளரால் நிரப்பப்பட்டு அடுத்த பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வில் சமர்ப்பிக்கப்பட வேண்டும். ஆலோசனைச் சேவையாளர் பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வில் கற்ற விடயங்களைப் பிரதிபலித்து இப்படிவத்தை நிரப்ப வேண்டும். இப்படிவம் இரண்டு பகுதிகளைக் கொண்டுள்ளது: **முதலாவது பகுதியானது** பகுதியானது அறிவு, திறன்கள் மற்றும் மனப்பாங்குகள் என்பவற்றை மேம்படுத்துவதற்கு உதவும் பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்விலிருந்து கற்றுக்கொண்ட பாடங்களைக் கையாள்கின்றது. **இரண்டாவது பகுதியானது** பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வுக்கு முன்னர் ஆலோசனைச் சேவையாளரால் சமர்ப்பிக்கப்பட்ட சம்பவத்தின் முன்னேற்றத்தைப் பதிவுசெய்வதனைக் கையாள்கிறது.

### பகுதி 01

பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வுகளிலிருந்து கற்றுக்கொண்ட பாடங்கள்	மேம்படுத்தப்பட்ட தேர்ச்சி (தேர்ச்சியின் பெயர்: அறிவு, திறன்கள் அல்லது மனப்பாங்கு)	கலந்துரையாடலுக்குப் பின்னர் நீங்கள் என்ன நடவடிக்கையை, முறைமையை மேற்கொண்டீர்கள் அல்லது மாற்றிக் கொண்டீர்கள்?
F - 01		
F - 02		
F - 03		

### பகுதி 02

பயிற்சி மேற்பார்வைக்காக முன்னர் சமர்ப்பிக்கப்பட்ட சம்பவத்தின் முன்னேற்றம்.	பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வைத் தொடர்ந்து சம்பவமானது எவ்வாறு முன்னகர்த்தப்பட்டது என்பது பற்றிய விபரம்.
பயிற்சி மேற்பார்வைக்காக சம்பவமானது முதன்முதலாக சமர்ப்பிக்கப்பட்ட திகதி:	
சம்பவத்தின் தலைப்பு (முக்கியமான பிரச்சினையை இரண்டு மூன்று சொற்களில் விரித்துரைக்க: அதாவது: கர்ப்பிணியாகவுள்ள திருமணமாகாத தாய்):	
F - 04	

## ஒரு மேற்பார்வையாளரின் பயணம்

நிலுகா விக்ரமசிங்ஹ மற்றும் ரொசான் தம்ம்பால

பன்னிரண்டு மாதங்கள் COVID-19 நோய்ப் பரவல் காலத்தில், சமூக சேவைகள் / நலன்புரி தொடர்பான அமைச்சுக்களுடன் இணைக்கப்பட்ட ஆலோசகர்களின் (counsellors) குழு: மற்றும் இலங்கையின் வடமேற்கு மாகாணத்தில் உள்ள ஒரு மாவட்டத்தில் உள்ள பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் ஆகியோரின் பயிற்சி மேற்பார்வையாளராக நான்<sup>6</sup> மேற்கொண்ட பாத்திரத்தை எண்ணிப் பார்க்கிறேன். இலங்கையின் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட பிராந்தியங்களில் உள்ள அரசாங்க ஆலோசகர்களுக்கு குழு மேற்பார்வை மாதிரியை வழங்குவதற்கான ஆசியா நிலையத்தின் முன்மாதிரி திட்டத்தின் (pilot program) ஒரு பகுதியாக இதனை நான் செய்யத் தொடங்கினேன்.

அவர்களுடனான எனது முதல் சந்திப்பின் போது, இந்த துறையில் அனுபவம் வாய்ந்த, அவர்களுக்கு வழிகாட்டுதலையும் ஆதரவையும் வழங்கக்கூடிய ஒரு நபரை நாடுவதற்கான விருப்பத்தை அவர்கள் வெளிப்படுத்தினார்கள். ஆலோசகர்களும் தங்கள் தனிப்பட்ட போராட்டங்களில் சிலவற்றைப் பேச வேண்டும் என்பதற்காக, ஆலோசகர் ஒருவரை அணுக வேண்டும் என்று சிலர் பரிந்துரைத்தனர்.

இந்த இரண்டு எதிர்பார்ப்புகளையும் பூர்த்தி செய்யும் நோக்கத்துடன், எனது ஆரம்பத் திட்டமானது, ஆலோசகர்கள் தம்மைச் சுயமாக பிரதிபலிப்பதற்கும், அவர்களின் பயிற்சியை ஆராய்வதற்கும் ஒரு பாதுகாப்பான கற்றல் சூழலை உருவாக்குவதாகும். இதிலிருந்து, அவர்களின் பணி தொடர்பான சில சவால்கள் அல்லது அவர்களின் தனிப்பட்ட சவால்களையும் ஆராயலாம் என நம்பினேன். எவ்வாறாயினும், நிபுணர் மற்றும் கீழ்க்கற்பவர் (understudy) என்ற விதத்தில் அவர்கள் மீது ஒரு படிநிலை உறவை சுமத்தக்கூடாது என்பதில் நான் விழிப்புடன் இருந்தேன். அதற்கு பதிலாக, எனது அணுகுமுறை இணக்கமாகவும், அணுகக்கூடியதாகவும், ஒருவருக்கொருவர் கற்றுக்கொள்ளக்கூடிய ஒரு தளத்தைப் பகிர்ந்து கொள்வதாகவும் இருந்தது. என்னுடனான அவர்களின் சந்திப்புகளை திட்டமிடவும், அவர்களின் வருகை மற்றும் பங்கேற்பிற்கான பொறுப்பை ஏற்கவும் அவர்களுக்கு நான் சுதந்திரம் அளித்தேன். ஆலோசகர்களின் உள்ளூர் கலாசாரம் மற்றும் சூழலில் சிக்கலான மனநல மற்றும் உளவியல் பிரச்சினைகளுடன் பணிபுரியும் அவர்களின் திறமைகளை மதிக்கும்

ஒன்று சேர்ந்த கூட்டுறவை (collaborative partnership) நிறுவ எண்ணினேன். அதே நேரத்தில் ஆலோசனை அணுகுமுறைகள் மற்றும் மனநல பிரச்சினைகளுக்கு குறிப்பிட்ட எனது அறிவையும் நிபுணத்துவத்தையும் பகிர்ந்து கொள்வேன். அவர்கள் பணியாற்றிய கலாசாரம் மற்றும் சூழல் எனக்கு அறிமுகமில்லாதது அல்ல. இதே மாவட்டத்தை சேர்ந்த குடும்பத்தில் திருமணம் செய்து கொண்ட நான், அப்பகுதியில் உள்ள விவசாய மற்றும் கிராமப்புற யதார்த்தங்களை அறிந்துகொள்ள முடிந்தது. குழந்தைகள் பாதுகாப்பில் எனது 15 ஆண்டுகால பணி, இலங்கையில் பல பிராந்தியங்களில் உள்ள குடும்பங்களைப் பாதிக்கும் பல்வேறு உளவியல் சமூக பிரச்சினைகளை எனக்கு வெளிப்படுத்தியுள்ளது.

ஆயினும் கூட, மேற்பார்வை அமர்வுகளை திட்டமிடுவதிலும் ஈடுபடுவதிலும் அவர்களின் முன்முயற்சி (initiative), வீதம் (frequency) மற்றும் பதிலளிப்பு (responsiveness) ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் இந்த அணுகுமுறை இந்த குழுவில் உள்ள சில ஆலோசகர்களை மட்டுமே கவர்வதை நான் கவனித்தேன்.

<sup>6</sup> இந்த கட்டுரையாளது Practice Supervisor, மற்றும் Practice Supervisor இன் முன்னோக்கு பார்வையுடனான Technical Advisor இன் ஒத்துழைப்புடன் எழுதப்பட்டது.

அவர்களில் ஒரு சிலர் மட்டுமே தனிப்பட்ட அமர்வுகளை (one-to-one sessions) திட்டமிட வந்தார்கள் என்பதையும் நான் அறிந்தேன். இந்த தனிப்பட்ட அமர்வுகள் “ஆலோசனை அமர்வுகள்” என்று கருதப்படுவதாகத் தோன்றியது, முன்னர் இதை ஒரு தேவையாகக் குறிப்பிட்டிருந்தாலும் அதை அணுகுவதில் சில எச்சரிக்கையும் தயக்கமும் இருப்பதாகத் தோன்றியது.

இந்த பின்னணியில், ஆலோசகர்கள் மேற்பார்வையில் முன்வைத்த பல பிரச்சினைகளிலிருந்து (cases) வெளிவந்த உதவி இயக்கவியல் (helping dynamics) பற்றியும் நான் அறிந்துகொண்டேன். கடினமான சிக்கல் சூழ்நிலைகளைத் தீர்ப்பதற்கான திறன் மற்றும் செல்வாக்கு உள்ள நபராக ஆலோசனை பெறுபவர்கள் ஆலோசகரிடம் முறையிடுவார்கள் : ஆலோசகர்கள் பெரும்பாலும் ஆலோசனை பெறுபவர்களுக்கு அவர்களின் துன்பத்தை எளிதாக்குவதற்கான அவசரத்துடன் பதிலளிப்பார்கள். உதவியாளர் நல்ல நோக்கங்களுடன் சாதகமான மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் அதிகாரம் அல்லது வல்லமை இருப்பவராக கருதப்பட்டார், அதே நேரத்தில் உதவி பெறுபவர் எப்போதுமே அதிகாரமற்ற, உதவியற்ற அல்லது சார்புடையவராக சித்தரிக்கப்பட்டார் (asaranai/ஈஃஃஃ). உதவி அல்லது ஆதரவை பெறுவது

பற்றிய இந்த கருத்து என்னுடன் தனிப்பட்ட அமர்வுகளைத் தவிர்ப்பதற்கு காரணமாக இருந்ததா என்று எண்ணினேன். அல்லது மேற்பார்வையாளரின் பாத்திரத்தை நான் வகித்த விதம் என்னை ஒரு திறமையான பிரச்சினை தீர்ப்பவராக அல்லது திறமையான உதவியாளராக நிரூபிக்கவில்லை. நான் அதிகாரத்தை கட்டளையிடவில்லை. நான் இயக்கி பொறுப்பேற்கவில்லை. நான் கண்டிக்கவில்லை. (தேர்வு மற்றும் செயலாண்மையை அனுமதிக்க நான் விரும்பினேன், இந்த அமர்வுகள் தம் மீது கட்டாயமாகத் திணிக்கப்பட்டதாக அவர்கள் உணரக்கூடாது என்று நான் விரும்பினேன்). அவ்வாறு செய்யாமல், நான் ஏற்றுக்கொண்ட பிரபலமான நபர்களை - மையமாகக் கொண்ட ஆலோசனை (person-centred counselling) அணுகுமுறையில்<sup>7</sup> இழுவை நிலை (traction) இல்லை என்பதைக் கண்டறிந்தேன். ஆலோசகர் – மேற்பார்வையாளர் உறவில் உள்ள பெக்கிங் ஒழுங்கு (pecking order) அல்லது படிநிலை அமைப்பு (hierarchical structure) ஒரு நோக்கத்திற்காக உதவியது மற்றும் எனது சொந்த அசௌகரியம் காரணமாக அதிலிருந்து விலகிச் செல்வது சில பதட்டங்களையும் ஒழுங்கற்ற தன்மையையும் உருவாக்கியதாகத் தோன்றியது. கிட்டத்தட்ட ஓர் ஆசிரியர் இல்லாத

பாடசாலைக் குழந்தைகளின் குழுவைப் போன்றதே அதுவாகும். ஆலோசகர்கள் தங்கள் பணியில் ஒரு தடுமாற்றத்தை எதிர்கொள்ளும் போது, அதிகாரத்தால் வலியுறுத்தப்படாவிட்டால், சகாக்களின் அறிவு மற்றும் உள்ளீட்டை நம்புவதற்கு அல்லது மதிப்பதற்கு தயங்குகிறார்கள் என்பதையும் மேற்பார்வையின் போது கவனித்தேன்.

இந்த உள்நோக்கினால் பலம் பெற்றாலும் கூட சில அசௌகரியங்களுடன் ஒரு புதிய குழு ஆலோசகர்களுடன் இரண்டாம் கட்டத்தை தொடங்கியபோது, எனது முறையை வழிநடத்தும் மற்றும் கட்டமைக்கப்பட்ட ஒன்றாக மாற்றியமைத்தேன். பயணங்கள் மற்றும் கூட்டங்கள் தொடர்பான COVID-19 கட்டுப்பாடுகளின் வருகையால், குழு அமர்வுகள் இனி சாத்தியமில்லை என்பதால் அவர்கள் அனைவருக்கும் தனிப்பட்ட அமர்வுகளை (one-to-one sessions) நான் வழங்கினேன். ஆலோசகர்கள் தங்கள் ஆலோசனை பெறுவோர் பணி அல்லது தனிப்பட்ட சவாலைப் பற்றி கலந்துரையாட தனிப்பட்ட அமர்வுகளைப் பயன்படுத்தலாம். வருகை மேம்பட்டது. இருப்பினும், இது முதற் குழுவை விட குறைவான பயிற்சி அனுபவமுள்ள ஒரு குழுவாகும். அறிவு மற்றும் திறன்களைப் பெறுவதற்கும் மேம்படுத்துவதற்கும் ஓர் ஆர்வம் இருந்தது, மற்றும் அவர்களின் பயிற்சியிலுள்ள

<sup>7</sup> Casemore, R., 2011. *Person-centred counselling in a nutshell*. London: SAGE.

சிரமங்களைப் பற்றி கலந்துரையாடுவதற்கு குறிப்பிடத்தக்க வெளிப்படையான தன்மை இருந்தது. இது உலகளாவியது என்று நான் கருதினேன், ஒரு நபர் நீண்ட காலமாக தங்கள் தொழிலில் பணிபுரிவதால் பாதிக்கப்படக்கூடிய ஆபத்து அதிகம். ஆலோசகர்கள் கட்டமைக்கப்பட்ட மற்றும் வழிநடத்தும் அணுகுமுறைக்கு நன்கு பதிலளித்தனர்.

இரு குழுக்களுடனும் வெவ்வேறு சூழ்நிலைகளில் (நோய்ப் பரவலின் கட்டம் 1 மற்றும் கட்டம் 2) தொலைதூரத்தில் வேலை செய்ய எனக்கு வாய்ப்பு கிடைத்தது. குழு ஒன்று பொதுமுடக்கத்தின் போது மற்றும் குழு இரண்டு பொதுமுடக்க கட்டத்திலிருந்து நாடு வெளியேறிய போது என்பதாக இருந்தது. இருப்பினும் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட பணி நிலைமைகளுடன். முதல் கட்டத்தில் ஆலோசகர்களை தொலைபேசியில் தொடர்புகொள்வது எளிதாக இருந்தது. இருப்பினும் எப்போதும் ஓர் அமர்வில் சுதந்திரமாக ஈடுபடும் ஆற்றல் அவர்களுக்கு இருக்கவில்லை. சிலருக்கு சிறிய வீடுகள் இருந்தன, அங்கு குழந்தைகள் மற்றும் குடும்ப உறுப்பினர்களிடமிருந்து தங்களை விலக்க முடியவில்லை. பலர் வீட்டு வேலைகள் மற்றும் குழந்தைப் பராமரிப்பு பொறுப்புகளில் திசைதிருப்பப்பட்டனர். மற்றவர்கள் நிவாரணப் பணிகளில் மும்முரமாக இருந்தனர் (கிராமங்களில்

உள்ள குடும்பங்களுக்கு உணவு, மருந்து போன்றவை வழங்குதல்). அவர்கள் இப்போது மேற்கொண்ட எந்தவொரு ஆலோசனை / மேற்பார்வை அமர்வுகளும் தொலைபேசி உரையாடல்கள் மட்டுமே. சில ஆலோசகர்கள் வாழ்ந்த பகுதிகளில் கையடக்கத்தொலைபேசியின் பிணைய துழாவுகை (mobile network coverage) மிகவும் மோசமாக இருந்தது. பொதுமுடக்கத்தின் போது, ஓர் ஆலோசகருடனான ஓர் அமர்வை நினைவு கூர்கிறேன். அந்த அமர்வு சில முறை குழப்பமடைந்தது. ஏனெனில் அவர் தனது வீட்டிற்கு வெளியே வேறொரு இடத்திற்கு சென்று, பாதுகாப்பான பிணைய இணைப்பை (network connection) கண்டுபிடிக்க முயற்சித்தார். நாங்கள் தடையின்றிய உரையாடலை தொடங்கிய போது அழைப்பு துண்டிக்கப்பட்டது. மீண்டும் இணைக்கப்பட்டபோது, வெயிலிலிருந்து (கையடக்க தொலைபேசி பிணைய இணைப்பு (mobile network connection) வலுவாக இருந்த இடத்திலிருந்து) நிழலைத் தேட வேண்டிய கட்டாயத்தில் இருந்ததாகவும் அதனாலேயே அழைப்பு துண்டிக்கப்பட்டதாகவும் அவர் என்னிடம் தெரிவித்தார்.

இந்த நடைமுறைச் சிக்கல்களை கருத்தில் கொண்டு, அவர்கள் ஒவ்வொருவருக்கும் தனித்தனியாக வசதியான நேரங்களில் மேற்பார்வை அமர்வுகளை திட்டமிட

முயற்சித்தேன். 24 ஆலோசகர்களின் கால அட்டவணையில் வேலை செய்ய முயற்சிப்பது ஒரு பாரிய பணியாகும். இது காலை 6.30 மணிக்கு அல்லது இரவு 9.00 மணிக்கு பிறகு எந்த நேரத்திலும் அமைந்தது. பணியின் பாத்திரங்கள் தனிப்பட்ட பாத்திரங்களுடன் ஒன்றிணைந்தது மற்றும் ஆலோசகர்களுக்கு “வீட்டிலிருந்து வேலை” நிலைமையை நிர்வகிக்க போதுமான வசதிகளும் வளங்களும் இல்லாத காலமாக அது இருந்தது. இரண்டு மாதங்கள் கால அளவு கொண்ட கடுமையான பொதுமுடக்கத்திலிருந்து இலங்கை வெளியேறியதால் ஆலோசகர்கள் முன்னெச்சரிக்கைகளுடன் தங்கள் பணி மற்றும் கள வருகைகளை மீண்டும் தொடங்குமாறு எதிர்பார்க்கப்பட்டனர். குழுவில் பாதிப் பேருக்கு கற்றல் நடவடிக்கைகளை நான் வழங்கினேன், அதேவேளை மற்றொரு பாதிக்கு தனிப்பட்ட தொலைதூர மேற்பார்வைகளில் ஈடுபட்டேன். இது ஒரு பெரிய குழுவை ஈடுபாட்டுடன் வைத்திருப்பதற்கும், ஆலோசனை பெறுவோருடனான தங்கள் கற்றல் பணிகளின் மூலம் சுய கற்றல் திறன்களை வளர்ப்பதற்கும் ஒரு சிறந்த முறையாகும். இதனை அடுத்த மாதத்தில் நாங்கள் மதிப்பாய்வு செய்வோம். தற்போது தங்கள் சேவைகளை பெறும் ஆலோசனை பெறுவோரின் தகவல்களைப் பயன்படுத்தி கடந்த காலத்தில் நடந்த

சில கற்பித்தல்களை மறுபரிசீலனை செய்வதற்கும் பயிற்சி செய்வதற்கும் பணிகள் அமைக்கப்பட்டன, உம் - 5P மாதிரியை பயன்படுத்தி பிரச்சினை உருவாக்கம் (case formulation). நிலையான தன்மை குறைவான அணுகுமுறைகளான விரைவாக பிரச்சினை தீர்க்கும் / நெருக்கடி மேலாண்மை முறைகளை நாடுவதை விட, ஆலோசனை பெறுவோருடன் விரிவாக சிந்திக்கவும் பணியாற்றவும் அவர்களுக்கு ஆதரவளிப்பேன் என நான் நம்புகிறேன்.

தொலைதூர மேற்பார்வை தொடர்புகையில், பல தடைகளுக்கு ஏற்ப இந்த கற்றல் வட்டத்தையும் நெறிமுறைகளையும் நிறுவி நிலைநிறுத்துவதற்கான வழிகளை பல இடையூறுகள் இருந்தாலும் நாங்கள் கண்டறிந்த திருப்தி உணர்வை நான் உணர்கிறேன். குழு அமர்வுகள் உண்மையில் தவறவிடப்பட்டன. அவை தொடர்ந்திருந்தால் கிடைத்திருக்கக்கூடிய அனுபவமிக்க கற்றல் ஆனது, உண்மையில் குழுவிற்கு ஓர் இழப்பாகும். இருப்பினும், தனிப்பட்ட மேற்பார்வை அமர்வுகளின் (அது ஒரு தொலைதூர ரதளம் வழியாக இருந்தாலும்) மூலம், தனிப்பட்ட பலங்களையும் வளர்ச்சி மற்றும் மாற்றத்திற்கான பகுதிகளையும் என்னால் புரிந்து கொள்ள முடிந்தது. வேலையைப் பகிர்ந்து கொள்ள வள நபர்களின் (resource persons) தொகுப்பை

பயன்படுத்துவதன் மூலம் எதிர்காலத்தில் இந்த ஆலோசகர்களுக்கான தொலைதூர தளங்கள் வழியாக மேற்பார்வை வழங்குவதற்கான ஒரு நிலையான அணுகுமுறையிலும் கவனக்குறைவாக நாங்கள் தடுமாறியிருக்கலாம்.



அடுத்த பகுதியில் வடமேற்கு மற்றும் கிழக்கு மாகாணங்களைச் சேர்ந்த எட்டு உளவள ஆலோசகர்கள் practice supervision பற்றிய தமது சொந்த அனுபவங்களை நேர்காணல் செய்பவரிடம் பகிர்ந்து கொண்டனர்.

அவர்கள் சக ஆதரவு பொறிமுறைமை மற்றும் practice supervision ஆகியவற்றுக்கிடையிலான வேறுபாடு மற்றும் குழுக்களுக்கிடையிலான வேறுபாடுகள் மற்றும் நன்மைகள் பற்றியும் கலந்துரையாடினர். அத்துடன் அவர்கள் Practice supervision இல் பகிர்ந்து கொண்ட விடய ஆய்வின் மூலம் பெற்றுக்கொண்ட கற்றல்கள் மற்றும் பிரதிபலிப்புகளைப் பற்றி விளக்கினர்.



# பேறுகாலத்துக்குப் பின்னரான மனவழுத்தம்

வத்சலா கருணாரத்ன

எனது சேவைநாடிகளும், பரந்தளவில் சமூகமும் கொண்டுள்ள பல கண்ணோட்டங்களுக்கு ஏற்ப, தாய்க்கும் அவளது குழந்தைக்கும் இடையிலான உறவு புனிதமானதாக நோக்கப்பட முடியுமான ஒன்று ஆகும். அத்துடன் அது புனிதத்துவம் மிக்கதாகவும் காணப்படுகின்றது. ஒரு பெண் தனது குடும்ப முறைமை, சமூகம் மற்றும் ஒட்டுமொத்த உலகு மீதான பல பொறுப்புக்களைப் பூர்த்தி செய்வதற்கு அவளுக்கு சமூகம் அளித்துள்ள பல சூழ்நிலைகளைக் கடந்து பல வகிபாகங்களை ஏற்க வேண்டிய நிலை அவளுக்கு அடிக்கடி ஏற்படுகின்றது. தாய் ஒருவரின் வகிபாகமும் அத்தகைய ஒரு புனிதமான ஈடுபாடாகும். பிள்ளை ஒன்றின் பிறப்பென்பது அதனது தந்தைக்கும் தாய்க்கும் மாத்திரமன்றி ஒட்டுமொத்தக் குடும்ப முறைமைக்கும் மிகுந்த ஆறுதலளிக்கும் மகிழ்ச்சியான அனுபவமாகும். அதேவேளை பல சேவைநாடிகளின் அனுபவத்துக்கு ஏற்ப இம்மகிழ்ச்சியானது பல கடினமான அனுபவங்களுடன் இணைந்ததாக அமைந்திருக்கலாம். அவ்வாறான சிரமங்களுடன் அமைந்த

தருணங்கள் பிள்ளையுடன் தாய், தந்தை ஆகியோருக்குள்ள தொடர்பில் பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்துவதுடன் அது குடும்பத்தின் எல்லா உறுப்பினர்களுக்கும் இடையேயுள்ள உறவுகளிலும் நாளாந்தச் செயற்பாடுகளிலும் தலையீடு மற்றும் பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்தலாம். எவ்வாறாயினும், பிள்ளை ஒன்றின் பிறப்பு பல வகைகளில் ஆறுதலையும் நேர்மறையான அனுபவங்களையும் ஏற்படுத்திய போதிலும், சில தாய்மார்கள் அவ்வாறான மாற்றங்களை உள்ளவியல் ரீதியான சமையாக அனுபவிக்கலாம். எமது சேவைநாடிகள் வாழ்ந்த அனுபவங்களின் அடிப்படையில், அவ்வாறான சூழ்நிலைகள் குழந்தைக்கும் அவளது / அவளது தாய்க்கும் அத்துடன் அக்குழந்தையின் தாய்க்கும் தந்தைக்கும் இடையான உறவுகளில் தீய விளைவுகளைக் கொண்டிருக்கலாம்.

குழந்தை சமூகத்தைத் தழுவிக்கொள்ள பழகுவதல் என்பது தாயுடன் தொடங்குகின்ற ஒன்றாகும் என்பதுடன், அதுவே சமூகத் தழுவலின் முதன்மைப் படிநிலையாகவும் அமைகின்றது. ஒரு தாயாக உருவாவதென்பது அடைவதற்கு

இலகுவான விடயமல்ல என்பதைப் போன்றே, குழந்தை பிறந்த முதல் நாள் தொடக்கம் குறித்த பெண் தாயொருவரின் வகிபாகத்தைத் தழுவிக்கொள்வது மிகவும் சவாலான விடயமாகவும் உள்ளது. பிள்ளை ஒன்றின் தாயாக அல்லது பராமரிப்பு வழங்குவவராக வகிபாகமொன்றைப் பொறுப்பெடுப்பது மிகுந்த மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்துவதுடன் பெரும்பாலானோர் கருதுவதைப் போன்று அது ஆளொருவரின் வாழ்வில் புதியதொரு தொடக்கமாகவும் அமைய முடியும். பலர் தாய்மைக்குள் நுழைவதற்கு மிகுந்த எதிர்பார்ப்பும் ஆர்வமும் கொண்டவர்களாக உள்ளனர்.

இது பொதுவானதாக இருந்த போதும், அவர்களில் சிலர் பிள்ளையைப் பெற்ற பின்னரும் அதிக துன்பத்தை அனுபவிப்பதுடன் மகிழ்ச்சி / மனக்கிளர்ச்சி அற்றவர்களாகவும் உள்ளனர். இத்தகைய தாய்மார்களின் கருத்துக்கமைய, அவர்கள் தொடர்ச்சியாக உணரும் தீவிர களைப்பு நிலையே இந்நிலைக்கான காரணமாக உள்ளது. இது அநேகமான சம்பவங்களில் சாதாரண நிலையொன்றாக பிறரால் நோக்கப்படுகின்றது. எவ்வாறாயினும், சில தாய்மார்கள் மகப்பேற்றின் பின்னர்

உளச்சோர்வு மிக்க மனநிலை ஒன்றையே எதிர்கொள்கின்றனர்.

ஓர் ஆண் தந்தையாக மாறுவதும் ஒரு சிக்கல் மிகுந்த சூழ்நிலையாக அமைவதுடன் இவ்வாறான நிலைமாற்றத்தின் காரணமாக அவர்களும் அதேமாதிரியான சவால்களை எதிர்கொள்கின்றனர். தாய் ஒருவர் பிறப்பின் பிரசவ வலியை அனுபவித்த பின்னர் குழந்தை பிறந்த நிமிடத்திலிருந்து தனது பராமரிப்பை ஆரம்பிப்பது போன்று தந்தை ஒருவரும் களைப்பின்றி பாதுகாப்பு, முற்காப்பு, போசணை மற்றும் சிறந்த சுகாதார நிலைகளை தாய் மற்றும் குழந்தைக்கு அளிக்கும் தேவைப்பாடு மிக்கவராக மாறுகின்றார். எனவே தந்தையாக மாறுவதென்பதும் நிலையான மைற்கல்லாக அமைந்து, அது பல பொறுப்புக்களைக் கொண்ட காலப்பகுதியாகக் காணப்படுகின்றது. இந்நேரத்தில் தந்தை மிகவும் பொறுமையுடன் நடந்துகொள்ள வேண்டியதுடன் தாய் எதிர்கொள்ளும் / அனுபவிக்கும் சிக்கல்கள் பற்றிய சரியான அறிவைக் கொண்டவராகவும் இருக்க வேண்டும். எனவே, எமது சேவைநாடிகளின் அனுபவங்கள் எடுத்துக் காட்டுவது போன்று, பிறந்த குழந்தையின் சுகாதாரம் மற்றும் அதன்

பின்னர் தாயின் நல்வாழ்வு என்பவற்றுக்கு தந்தையின் வகிபாகம் முக்கியமானதாகும். சேவைநாடிகளின் அனுபவங்கள் மேலும் எடுத்துக்காண்பிப்பதைப் போலவே, அவர்களது வாழ்க்கைத்துணைகள் வழங்கும் சௌகரியம், அன்பு மற்றும் பராமரிப்பு என்பவற்றின் அளவு முக்கியமானதாகும்.

பேறுகாலத்துக்குப் பின்னரான மனவழுத்தத்துக்காக ஆற்றுப்படுத்தப்பட்ட அல்லது அவ்வாறான நிலை காணப்படும் சேவைநாடிகளினால் முன்வைக்கப்பட்ட பிரச்சினைகளை நோக்கும் போது, அவை அவர்களின் குறைவடைந்த கவனம் செலுத்தும் திறன் அத்துடன் முன்னரைவிட அதிகரித்த சுத்தம் மற்றும் ஒழுங்கு என்பவற்றின் காரணமாகவே பிரதானமாக ஏற்படுகின்றன. மேலதிக கலந்துரையாடல்களில் உடலியல் மற்றும் உளவியல் சார்ந்த மாற்றங்கள் அத்துடன் விருப்புக்களில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் என்பவற்றுடன் இணைந்ததான அடிக்கடி சோகமான மனநிலையை அடைதல் மற்றும் அழுதல் என்பனவும் காணப்படுகின்றன. இவை நோய்க்கு முன்னரான நிலையுடன் ஒப்பிடப்பட்டு அடையாளம் காணப்படலாம்.

மேலும், எரிச்சல் மற்றும் மிகையுணர்திறன் என்பன அடிக்கடி ஏற்படுவது

அவதானிக்கப்படுவதுடன் அத்தகைய சேவைநாடிகள் எதிர்பார்ப்பற்ற நிலை, தனிமைப்படுத்தப்பட்ட உணர்வை வெளிக்காட்டுவதுடன் அவர்கள் தமது நாளாந்த வாழ்வில் முன்னர் மகிழ்வாக அனுபவித்த விடயங்களை தற்போது மகிழ்வாக அனுபவிக்காத நிலையையும் காண்பிப்பர். மேலும், கணவன் மீதான அன்புணர்வின் குறைவு, குடும்ப உறுப்பினர்களுடன் எரிச்சலடைதல், உடலியல் மற்றும் உளவில் சோம்பலை உணர்தல் அத்துடன் சக்தியற்ற நிலை என்பனவும் இவ்வாறான சேவைநாடிகளால் அடிக்கடி குறிப்பிடப்படும் விடயங்களாகும்.

சேவைநாடிகள் பல வகை தூக்கமின்மைகளையும் காண்பிப்பர். சில சேவைநாடிகள் தொடர்ச்சியான மயக்கநிலையை / தூக்கநிலையைக் காண்பிக்கும் அதேவேளை, இன்னும் சிலர் தூக்கமற்ற நிலையையும் அனுபவிப்பர். பசி தொடர்பில் நோக்கும் போது சிலர் அதீத பசி மிக்கவர்களாகவும் ஏனையோர் உணவில் விருப்பற்றவர்களாகவும் காணப்படுவர். அவர்களுக்கு எழும் சிந்தனைகள் பற்றி நோக்கும் போது சில சேவைநாடிகள் தமக்கு சுய தீங்கு மேற்கொள்ளும் அத்துடன் குழந்தைக்கு வலி ஏற்படுத்தும் உணர்வு ஏற்படுவதாகவும் குறிப்பிடுகின்றனர். இந்நிலைக்கான

ஏனைய குறிகாட்டி இயல்புகளில் குழந்தை எவ்வளவு கடுமையாக அழுதபோதும் அதனைப் புறக்கணித்தல், பராமரிப்பு, சுத்தப்படுத்தல் அல்லது குழந்தைக்குப் பாலூட்டுவதைத் தவிர்த்தல் என்பனவும் உள்ளடங்குவதுடன் தமக்கு நாள் முழுதும் கட்டிலில் படுத்துக்கொண்டே இருக்க வேண்டும் எனத் தோன்றுவதாகவும் சில சேவைநாடிகள் குறிப்பிடுகின்றனர். எவ்வாறாயினும், இத்தகைய மாற்றங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களின் கண்டனத்துக்கு வழிவகுப்பதுடன் அவர்கள் சிலவேளைகளில் குறித்த தாய்மார்களைக் கடுமையாகத் திட்டியும் விடுகின்றனர். அநேக சேவைநாடிகளின் கருத்துக்கமைய, இந்நிலை அவர்கள் கடுமையான துன்பத்துக்கு மத்தியிலும் செய்வதற்கு முயற்சிக்கும் வேலைகளைக் கைவிட வேண்டுமென்ற மனநிலையை உருவாக்குவதுடன் தொடர்ச்சியாக அவர்கள் தம்மால் வாழ்வில் எதனையும் ஒழுங்காகச் செய்ய முடியாது என எண்ணும் நிலைக்கும் தள்ளப்படுகின்றனர். இவ்வாறான மாற்றங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்குத் தெரியவரும் போது அவர்கள் தாயை குழந்தையிடமிருந்து வேறாக்கும் சம்பவங்களும் இடம்பெற்றுள்ளன. தோல்வியுற்ற உணர்வு, குற்றவுணர்வு அத்துடன் குடும்பம் மற்றும் நண்பர்களிடம்

இருந்து தனிமைப்பட வேண்டும் என்ற விருப்பு என்பன பேறுகாலத்துக்குப் பின்னரான மனவழுத்தத்தை அனுபவிக்கும் சேவைநாடிகள் எதிர்நோக்கும் சூழ்நிலைகளாகும் என அவர்கள் முன்வைக்கின்றனர்.

தமது நினைவாற்றலுடன் தொடர்புடைய பிரச்சினைகள் தொடர்பிலும் அவர்கள் செய்யும் விடயங்கள் தொடர்பிலும் குறைந்தளவிலான நிச்சயத்தன்மை மற்றும் தன்னம்பிக்கை என்பன போன்ற பிரச்சினைகளையும் அவர்கள் முன்வைக்கக்கூடும். உதாரணமாக, அவர்கள் தமது குழந்தைகளுக்கு ஏற்கனவே பாலூட்டியமை மற்றும் குழந்தையை உறங்க வைத்தபோது அதன் உடல் வைக்கப்பட்ட நிலை போன்ற விடயங்களை அவர்கள் மறந்து விடுகின்றனர். இவ்வாறான விடயங்கள் ஞாபக மறதி காரணமாக ஏற்படும் குழப்ப நிலையினால் ஏற்படுகின்றன.

மகப்பேற்றின் பின்னர் உடலில் ஹோர்மோன்களின் மாற்றங்கள் நிகழ்கின்றன. இதில் உடலிலுள்ள கோர்ட்டிசோலின் அளவு அதிகரிப்பதும் உள்ளடங்குகின்றது. இவ்வதிகரிப்பு பேறுகாலத்துக்கு பின்னரான மற்றும் பின்னரான மனவழுத்தத்தை

எதிர்கொள்ளும் அபாயமுள்ளவர்களாக தனிநபர்களை மாற்றுகின்றது. புதிய மற்றும் அதிகரிக்கப்பட்ட பொறுப்புக்களைச் சகித்தல் மற்றும் அவற்றுக்கேற்ப மாற்றங்களை மேற்கொள்வதில் காணப்படும் சிரமங்கள் என்பனவும் குறிப்பிடத்தக்க அபாயத்துக்கான காரணிகளாக அமைந்துள்ளன. அத்தகைய அழுத்தங்கள் தமது அசௌகரிய நிலைகளுக்கான வேறுபட்ட காரணங்களைக் கற்பிக்கும் நிலைக்கு மக்களைத் தள்ளும்.

உதாரணமாக, அதிகரிக்கப்பட்ட பொறுப்புகளினால் அழுத்தத்துக்கு உள்ளான ஒரு சேவைநாடி, ஒரு தடவை தனது குழந்தை தொடர்ச்சியாக அழுவதற்குக் காரணம் குழந்தைக்கு போதியளவான தாய்ப்பால் கிடைக்காமை எனவும், அவ்வாறு தனக்கு தாய்ப்பால் குறைவாக வருவதற்குக் காரணம் தான் மிகவும் ஒல்லியானவளாக இருப்பதாகும் எனவும் எண்ணினார். சில தாய்மார்கள் தமது மார்புப் பகுதிகளில் காணப்படும் அசாதாரண நிலைகள் காரணமாக பாலூட்டுவதில் ஏற்படும் சிரமம் போன்ற உடலியல் காரணிகளால் உளவியல் ரீதியாக பாதிப்படைகின்றனர். அத்துடன் இந்நிலையானது, குழந்தைக்கு ஏற்படும் போசணைக் குறைபாடு மற்றும் தூ

க்கமின்மை காரணமாக குழந்தை எரிச்சல் நிலையை உணரவும் வழிவகுக்கின்றது.

அவ்வாறான சூழ்நிலைகளில் தாய் மற்றும் ஏனைய குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு உடலின் கட்டமைப்பை விட தாய் பெற்றுக்கொள்ளும் போசணை மற்றும் அவளின் உளவியல் நல்வாழ்வு என்பனவே குழந்தைக்கான தாய்ப்பாலை உற்பத்தி செய்யும் இயலுமையையும், அவனுக்கு / அவளுக்கு பாலூட்டல் என்பவற்றில் முக்கிய வகிபாகத்தையும் கொண்டுள்ளது என விழிப்புணர்வூட்ட வேண்டும். தாய் எதிர்கொள்ளும் அழுத்தத்தை அவள் வினைத்திறனுடன் கையாள்வதற்கு குடும்ப உறுப்பினர்கள் எவ்வாறு ஆதரவு வழங்க வேண்டும் என அவர்களுக்கு விழிப்புணர்வூட்டுவதும் முக்கியமானதாகும். தமது குழந்தைகளுக்குப் பொருத்தமான பராமரிப்பை தம்மால் வழங்க இயலாது, தமது குழந்தைகள் அடிக்கடி நோய்வாய்ப்படும் மற்றும் அக்குழந்தைகள் ஒழுங்கான விருத்தியை அடையாது என்பன போன்ற யதார்த்தமற்ற அச்சங்களை சில தாய்மார்கள் கொண்டிருக்கக்கூடும். இவற்றுக்கு மேலதிகமாக, தமது குழந்தைகளைக் கட்டியணைப்பதையும் நெருக்கமாக வைத்திருப்பதையும் வெறுத்தல் போன்ற உணர்வுகளும் சிலவேளைகளில் ஏற்படக்கூடும்.

பிள்ளை வளர்ப்பின் ஆரம்ப சில வருடங்களில் அப்பிள்ளையை வளர்த்தெடுப்பதற்காக தாயொருவருக்கு வழங்கப்படும் மிகையான பொறுப்பின் காரணமாக அவள் குறைவான ஓய்வு நேரத்தைப் பெறுகிறாள். இதனால் அதிகரித்த களைப்பு நிலையை எதிர்கொள்ளக் கூடும். இதனுடன் சேர்ந்து, பிள்ளையைச் சூழ்ந்ததாக உருவாகும் பொருளாதாரச் சமமகளும் தாய்க்கு அதிக அழுத்தத்தை ஏற்படுத்தும். இது பேறுகாலத்துக்குப் பின்னரான மனவழுத்தம் போன்ற நிலைகளுக்கு வழிவகுக்கும். தொடர்புடைய ஏனைய அபாய நேரிடர் காரணிகளுள் பரம்பரை ரீதியான பாதிப்பும் ஏதுநிலை, ஏற்கனவே காணப்படும் உளவியல் நிலைகள் அத்துடன் புதிய பொறுப்புக்களையும் அனுபவங்களையும் எதிர்கொள்வதற்கான பயம் என்பனவும் உள்ளடங்குகின்றன. மேலும், வீட்டு வன்முறை, கவனயீனம் மற்றும் நிதியியல் சார்ந்த இன்னல்கள் போன்ற சூழ்நிலைகள் மற்றும் பிறந்த குழந்தைக்கு ஏற்படும் சிக்கல் நிலைகள் என்பனவும் தாய்க்கு மேலதிக அழுத்தத்தை ஏற்படுத்துவதுடன், அவை பேறுகாலத்துக்குப் பின்னரான மனவழுத்தத்துக்கும் இட்டுச்செல்லலாம்.

பல சேவைநாடிகளின் வாழ்க்கை அனுபவத்துக்கு ஏற்ப, உளவியல் மாற்றங்களையும் குழப்பநிலை நடத்தைப் போக்குகளுக்குத் தேவையான மாற்றங்களையும் ஏற்படுத்த, குழந்தையை எப்போதும் அவதானித்துக்கொள்ள முடியுமான தூரத்தில் வைத்திருக்க வேண்டுமென்ற விழிப்புணர்வை உளவளத்துணையாளர்கள் சேவைநாடிகளுக்கு வழங்குவது முக்கியமானதாகும். அன்புடன் தாலாட்டுப் பாடுவதானது தாய்க்கும் பிள்ளைக்கும் இடையிலான பிணைப்பை வலுப்படுத்தும் என்பதால் தாலாட்டுப் பாடுதல் ஊக்குவிக்கப்பட வேண்டும். ஆரம்பத்திலிருந்தே பிள்ளையின் பராமரிப்பில் எவ்வாறு ஈடுபடுவது என்பது தொடர்பில் தாய்மாருக்கு விழிப்புணர்வு வழங்கப்பட வேண்டும்.

மேலும், குழந்தையின் தந்தைக்கு, தாய்க்கு ஆதரவளிக்கும் விதம் தொடர்பில் விழிப்புணர்வூட்டப்பட வேண்டியதுடன் ஏனைய குடும்ப உறுப்பினர்கள் எவ்வாறு தாய்க்கு பராமரிப்பு வழங்க முடியும் என்பது தொடர்பிலும் அவர்களுக்கு உணர்த்தப்பட வேண்டும். அவ்வாறான சூழ்நிலைகளில், சேவைநாடியுடன் மிகவும் நெருக்கமாக செயற்பட்டு சேவைநாடிக்கு அவசியமான ஆதரவை

வழங்குவதற்கு மிகவும் பொருத்தமான நபராக கணவரே காணப்படுகின்றார். அவர் இரவில் பிள்ளையைப் பராமரிப்பதற்கு மனைவிக்கு உதவுவதன் மூலம் தனது ஆதரவை வழங்க முடியும். மேலதிகமாக, பேறுகாலத்துக்குப் பின்னரான மனவழுத்தம், அது எவ்வாறு தற்காலிகமான விடயமாக அமைந்துள்ளது மற்றும் குழந்தையை நன்கு கவனிப்பதை இயலுமாக்கும் வகையில் சேவைநாடிக்கான பராமரிப்பு எவ்வாறு வழங்கப்பட வேண்டும் மற்றும் சேவைநாடி எவ்வாறு நடாத்தப்பட வேண்டும் என்பன போன்ற விடயங்களில் உளவளத்துணையாளர் தந்தைமார்களுக்கும் குடும்பத்தின் ஏனைய உறுப்பினர்களுக்கும் உளவியல் கல்வியை வழங்க வேண்டும்.

நோயுற்ற காலப்பகுதியில் சாத்தியமான தருணங்களில் தாயைப் பாராட்டுதல் மற்றும் அவரைப் பற்றி பூரிப்படைதல் போன்ற விடயங்கள் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டியதுடன் அவள் தனிமைப்படுத்தப்படாமல் இருப்பதும் உறுதி செய்யப்பட வேண்டும், அத்துடன் அவளுடன் அதிக நேரம் செலவிடப்பட வேண்டும். சுகாதார சேவை அதிகாரிகள் / அலகுகள் தாய்மார் பேறுகாலத்துக்கு பின்னரான மனவழுத்தத்தினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளதைக்

கண்டறிந்து அவர்களை உளவளத்துணை சேவைக்கு ஆற்றுப்படுத்திய போதும், சேவைநாடிகள் உளவியல் ஆதரவைப் பெற்றுக்கொள்ள மறுக்கும் நிலை காணப்படுகின்றது. அவர்கள் கொண்டுள்ள கூச்ச உணர்வு காரணமாக மருத்துவ உதவியைத் தவிர்க்கும் நிலையும் அவதானிக்கப்படுகின்றது.

அத்தகைய “நோய் கண்டறிதல்” ஒன்று வழங்கப்படும்போது அவர்கள் தம்மை கெட்டவர்களாகவும் தோல்வியடைந்த தாய்மார்களாகவும் கருத முற்படுகின்றனர். எனவே அதிக அழுத்தத்தை அவர்கள் உணர்கின்றனர். எவ்வாறாயினும், அவ்வாறான நோய் கண்டறிதல்கள் அவர்களை தோல்வியடைந்தவர்களாக அல்லது மோசமான தாய்மார்களாக சித்தரிக்காது என்பதை அவர்கள் விளங்கிக்கொள்வதற்கு நாம் உதவ வேண்டும். மேலும், இந்தச் செய்தியை சேவைநாடிக்கு ஆதரவாக செயற்பட வேண்டியதன் அவசியம் பற்றிய விழிப்புணர்வுடன் சேவைநாடியின் பெற்றோர் மற்றும் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு வழங்க வேண்டும்.

மேலும், அவள் மருத்துவ ஆதரவைப் பெறுவதும் ஊக்குவிக்கப்பட வேண்டும். அவ்வாறு செய்யாவிட்டால் நிலைமை

இன்னும் மோசமடையும். பேறுகாலத்துக்குப் பின்னரான மனவழுத்தம் என்பது மனநல ஆதரவு இடையீடு தேவைப்படும் ஒரு நிலையாகும். அத்துடன், அது மனநல மற்றும் உளவியல் பராமரிப்பு மூலம் தீர்க்கப்படலாம். எவ்வாறாயினும், மருத்துவப் பராமரிப்பைத் தவிர்த்தல் நிலைமையை இன்னும் மோசமாக்குவதுடன், அது தாய்க்கும் சேய்க்கும் தீங்கானதாகவும் மாற்றமடையலாம். எனவே, தேவையான மருத்துவ உதவியைப் பெறுவதால், தாய் குழந்தையுடனும் குடும்பத்துடனும் சிறப்பானதொரு வாழ்க்கையை வாழ்வதற்குத் தலைப்படுவார் என்ற விழிப்புணர்வை வழங்குவதும் பரப்புவதும் முக்கியமானதாகும்.

**திருமதி வத்சலா கருணாரத்ன பன்னல மாவட்ட செயலகத்தில் இணைக்கப்பட்ட ஆலோசகர் ஆவார். மகப்பேற்றுக்கு பிறகான மனச்சோர்வு குறித்த அவரது கட்டுரையால் ஈர்க்கப்பட்டு, மகப்பேற்றுக்கு பிறகான மனச்சோர்வுக்குள்ளான ஒரு வாடிக்கையாளருக்கு ஆலோசனை ஆதரவு எவ்வாறு வழங்கப்படலாம் என்பது பற்றியும் இந்த வாடிக்கையாளர்களுக்கு ஆலோசனை சேவைகளை வழங்கும்போது ஆலோசகர்கள் எதிர்கொள்ளக்கூடிய சவால்கள் குறித்தும் கலந்துரையாடுவதற்காக திருமதி வத்சலாவை நாங்கள் சந்தித்தோம்.**

*ஓமெல்லா அவுட்ஸ்கோன்,  
வத்சலா கருணாரத்ன*

திருமதி வத்சலாவின் விளக்கத்தின்படி, இதுபோன்ற ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் ஆலோசனைச் சேவைகளை இரண்டு வழிகளில் வழங்க முடியும் என்பதைக் கண்டோம். அவை: வாடிக்கையாளருக்கு நேரடியாக ஆலோசனை ஆதரவை வழங்குதல் மற்றும் வாடிக்கையாளரின் குடும்ப உறுப்பினர்களுடன் ஆலோசனை ஆதரவு மற்றும் நிலை குறித்த விழிப்புணர்வை வழங்குவதன் மூலம் அவர்களுடன் பணியாற்றுவதல். மகப்பேற்றுக்கு பிறகான மனச்சோர்வை அனுபவிக்கும் ஒரு வாடிக்கையாளருக்கு ஆலோசனை வழங்குவது, வாடிக்கையாளர்களுக்கு அவர்களின் கவலைகள் மற்றும் தொந்தரவான எண்ணங்களை தங்கள் அன்புக்குரியவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள ஊக்குவித்தல் மற்றும் கற்பித்தல், வாடிக்கையாளர்களை அவர்களின் முன்கூட்டிய நிலைமைகளுக்கு கொண்டு வருவதற்கு ஆலோசனை நுட்பங்களைப் பயன்படுத்துதல், போதுமான ஓய்வு எடுக்க, அவர்களின் நேரத்தை திறம்பட நிர்வகிக்க தேவைப்படும் நேரங்களில் உதவியை நாட வாடிக்கையாளர்களை ஊக்குவித்தல், ஒருவரின் சுயத்தை நம்பத்தகாத எல்லைகளுக்கு கட்டுப்படுத்தாமல், அவர்களை நன்றாக உணரக்கூடிய செயல்களில் ஈடுபடுவதோடு, அவர்களின்

தேவைகளை பூர்த்தி செய்வதற்கும் ஊக்குவித்தல்.

ஒரு வாடிக்கையாளரின் குடும்ப உறுப்பினர்களுடன் பணிபுரியும் போது, அவர்கள் ஆலோசனை அமர்வுகளில் ஈடுபடலாம், அங்கு மகப்பேற்றுக்கு பிறகான மனச்சோர்வு குறித்து உளவியற்-கல்வி வழங்க முடியும். மேலும், குடும்பம் வாடிக்கையாளரை எவ்வாறு ஆதரிக்க முடியும் என்பது பற்றிய கலந்துரையாடல்களையும் ஆய்வுகளையும் நடத்துவதும், குடும்ப ஆதரவின் முக்கியத்துவம் குறித்து அவர்களுக்கு தேவையான விழிப்புணர்வை வழங்குவதையும் குடும்பத்தை ஆலோசனை அமர்வுகளில் ஈடுபடுத்துவதன் மூலம் செய்ய முடியும். இது வாடிக்கையாளர் மீது குடும்பம் வைத்திருக்கும் எதிர்பார்ப்புகளையும் பொறுப்புகளையும் குறைக்க வழிவகுக்கும். அத்துடன் வாடிக்கையாளரைக் கையாள்வதில் குடும்ப உறுப்பினர்கள் மிகவும் நெகிழ்வான மற்றும் மென்மையான அணுகுமுறையை பேணுவதற்கு இது உதவும். இதன்மூலம் வாடிக்கையாளரின் மன மற்றும் உடல் சோர்வு குறையும். குடும்ப அமைப்பில் உள்ள பிற சிக்கல்களைக் கண்டறிதல் மற்றும் மனச்சோர்வடைந்த நிலைகளுக்குப் பங்களிக்கும் குடும்ப

உறுப்பினர்களுக்கிடையேயான இயக்கவியல் மற்றும் அவற்றை நிவர்த்தி செய்வதில் வழிகாட்டுதல் ஆகியவை பிரசவத்திற்குப் பிறகான மனச்சோர்வைத் தீர்ப்பதற்கு ஆலோசனை உதவும் மற்றொரு வழியாகும். இதுபோன்ற சிக்கல்களைக் கண்டறிந்து அவற்றைத் தீர்ப்பது வாடிக்கையாளர்களின் உளவியல் நல்வாழ்வைக் கட்டியெழுப்ப உதவும். மேலும், வாடிக்கையாளரின் துணைவரை ஆலோசனை அமர்வுகளில் ஈடுபடுத்துவது வாடிக்கையாளருக்கு ஆதரவாக இருக்கக்கூடிய வழிகளை ஆராய்வதற்கும் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதற்கும் பெரிதும் உதவியாக இருக்கும். இதனால் வாடிக்கையாளரைக் குணப்படுத்தும் செயற்பாட்டில் அவர்களின் உதவி பெறப்படுகிறது.

அதன்பிறகு, திருமதி. வத்சலா, பயிற்சி மேற்பார்வையில் அவர் வழங்கிய மகப்பேற்றுக்கு பிறகான மனச்சோர்வு குறித்து விளக்கமளித்து, இந்த செயற்பாட்டில் அவர் பெற்ற புதிய அறிவை நினைவுபடுத்துகிறார். அவளைப் பொறுத்தவரை, ஆலோசகர்கள் கையாள்வதற்கு அசௌகரியமான தலைப்புகளை எதிர்கொள்ளும் வாய்ப்புள்ளதாக தெரிகிறது. திருமணமாகாத ஓர்

ஆலோசகர் வாடிக்கையாளர்களுடன் பாலியல் தொடர்பான அம்சங்களைப் பற்றி விவாதிப்பது கடினம் என்றும் அத்தகைய கவலைகளை நிவர்த்தி செய்வதில் அவர்களுக்கு சில அச்சங்கள் இருக்கலாம் என்றும் அவர் குறிப்பிடுகிறார். இருப்பினும், ஓர் ஆலோசகரின் பங்குக்கு ஒரு வாடிக்கையாளர் முன்வைக்கும் சிக்கல்களின் அனைத்து அம்சங்களையும் கவனிக்க வேண்டும். எனவே, நெறிமுறை நடைமுறையைப் பேணுவதற்கும், வாடிக்கையாளருக்கு நியாயமான சேவையை வழங்குவதற்கும், வாடிக்கையாளர்களை வேறு ஆலோசகர் அல்லது அக்கறை உள்ள துறையில் நிபுணத்துவம் வாய்ந்த ஆலோசகரிடம் அனுப்புவதைப் பற்றி அவர் நினைவு கூர்ந்தார். மேலும், நடைமுறை மேற்பார்வையின் போது பகிரப்பட்ட ஓத்த தலைப்புகளில் சக ஊழியர்களின் அனுபவங்கள் தனிப்பட்ட முறையில் சவாலான தலைப்புகளுக்கு தீர்வு காண்பதற்கான ஆலோசகர்களின் அறிவை அதிகரிக்கக்கூடும். இந்த தலைப்புகளைப் படிப்பதன் முக்கியத்துவத்தைக் கற்றுக்கொள்வது மற்றும் சுய ஆய்வில் ஈடுபடுவதோடு, சக ஊழியர்களுடன் அறிவைப் பகிர்ந்து கொள்வதையும் பற்றி அவர் மேலும் குறிப்பிடுகிறார். இவை

போன்ற நிகழ்வுகளின் போது இதுவும் உதவக்கூடும்.

ஒரு மகப்பேற்றுக்கு பிறகான மனச்சோர்வை அனுபவிக்கும் வாடிக்கையாளர்களுடன் பணிபுரியும் போது, ஓர் ஆலோசகர் எதிர்கொள்ளும் முக்கிய சவால்களில் ஒன்று, சிகிச்சை அமர்வுகளில் கலந்துகொள்வதை வாடிக்கையாளர்கள் திடீரென தடுத்து நிறுத்துவதும், பின்னர் ஆலோசகரைத் தவிர்ப்பதற்கான அவர்களின் போக்கும் ஆகும். மகப்பேற்றுக்கு பிறகான மனச்சோர்வோடு இணைந்திருக்கும் களங்கமும் மற்றும் ஆலோசனையில் ஈடுபடுவதன் விளைவாக மனநலம் பாதிக்கப்பட்டவர் என்று முத்திரை குத்தப்படும் என்ற அச்சமும் இதற்குப் பின்னால் உள்ள முக்கிய காரணங்களாகும் என திருமதி வத்சலா காண்கிறார். மற்றொரு குறிப்பிடத்தக்க சவால் ஆனது, குடும்ப உறுப்பினர்கள் மற்றும் பங்காளர்கள், வாடிக்கையாளர் பாசாங்கு செய்வதாகவும் மற்றும் போலி அறிகுறிகளை காட்டுவதாகவும் நினைத்தார்கள். அத்தகைய குடும்ப உறுப்பினர்களின் கூற்றுப்படி, வாடிக்கையாளர்கள் தினசரி வேலைகளையும் பிரசவம் காரணமாக புதிதாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட பொறுப்புகளையும் முடிக்க விரும்பாததற்கு எதிர்வினையாக அறிகுறிகளைக்

காண்பிப்பதாக உணர்கிறார்கள். திருமதி வத்சலாவின் கூற்றுப்படி, பிரசவத்திற்குப் பிறகான மனச்சோர்வைப் பற்றிய விழிப்புணர்வும் அறிவும் இல்லாதது இத்தகைய தவறான கருத்துக்களுக்கு வழிவகுக்கிறது, இதுவே இந்தத் தலைப்பில் தனது கட்டுரையை எழுதுவதற்கு அவரைத் தூண்டியது.

மேலும், திருமதி வத்சலா குறிப்பிடுவது போல, தனிப்பட்ட முறையில் அனுபவம் வாய்ந்த மகப்பேற்றுக்கு பிறகான மனச்சோர்வு இருப்பது அதே நிலையில் இருக்கும் வாடிக்கையாளர்களுடன் பணிபுரியும் போது ஆலோசகர்களுக்கு சவாலாக இருக்கலாம். மேலும், மகப்பேற்றுக்கு பிறகான மனச்சோர்வை அனுபவிக்கும் வாடிக்கையாளர்களுடன் பணிபுரியும் போது ஆலோசகர்களின் தனிப்பட்ட கருத்துக்கள் மற்றும் சமூக உணர்வுகள் மூலம் கற்றுக் கொள்ளப்படுபவை தடைகளாக மாறக்கூடும். இருப்பினும், ஆலோசகர்கள் பெறும் கல்வி அத்தகைய களங்கம் மற்றும் தவறான கருத்துக்களை எதிர்கொள்ள உதவுகிறது என்று அவர் வலியுறுத்துகிறார்.

இறுதியாக, திருமதி வத்சலா ஒரு ஆலோசகரின் பங்கை சுருக்கமாக விவரிக்கிறார் அத்துடன் பொதுவாக

ஒரு வாடிக்கையாளர் சிக்கலான சூழ்நிலைகளில் சிக்கித் தவிப்பதால் ஆலோசனை சேவைகளை அணுகுவார் என்றும் ஓர் ஆலோசகரின் முக்கிய பங்கு தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட மற்றும் வரையறுக்கப்பட்ட சிந்தனையில் வாடிக்கையாளர்களுக்கு தம் சொந்த பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்வதற்கான மாற்று வழிகளைக் காண்பிப்பதாகும். ஆலோசனை வழங்கலானது மாற்று வழிகளைக் காட்டினாலும், அது எந்தவொரு வாடிக்கையாளரிடமும் ஆலோசனை நுட்பங்களையும் செயல்முறைகளையும் ஒருபோதும் கட்டாயப்படுத்தாது என்ற உண்மையை திருமதி வத்சலா வலியுறுத்துகிறார். எவ்வாறாயினும், தனிநபர்களுக்கு ஆலோசனை வழங்கும்போது, வாடிக்கையாளர்களின் குடும்ப உறுப்பினர்கள் தங்களது அன்புக்குரியவர் ஓர் உளவியல் நிலையை அனுபவிப்பதை ஏற்க மறுக்கும்போது, அத்தகைய சந்தர்ப்பங்களில் சிகிச்சையை ஏற்க மறுக்கும் போது, வாடிக்கையாளர் மற்றும் அவர்கள் பங்கேற்பதானது இதில் குடும்பத்தினருக்கு அவமானத்தை ஏற்படுத்த உளவியல் ஆலோசனை என்று உணரும்போது, ஆலோசகர்களுக்கு இது மிகவும் சவாலாகிறது. மேலும், திருமதி வத்சலா குறிப்பிடுவது போல,

வாடிக்கையாளர்களின் தனியுரிமை மற்றும் இரகசியத்தன்மையை உறுதிப்படுத்தும் வகையில் ஆலோசகர்களுடன் பணியாற்றுவதற்கு போதுமான இடம் இல்லாததால், வாடிக்கையாளர்களை பிற சேவைகளுக்கு அனுப்பிய பிறகு பின்தொடர் அமர்வுகள் அல்லது தகவல்களைப் பெற இயலாமை, மற்றும் ஒருவருக்கொருவர் அறிவைப் பகிர்ந்து கொள்வதற்கான பயிற்சி மேற்பார்வையைத் தவிர ஒரு வாய்ப்பு கிடைக்காதது வாடிக்கையாளர்களுக்கு சேவைகளை வழங்கும்போது ஆலோசகர்கள் எதிர்கொள்ளும் வேறு சில சவால்கள் ஆகும்

**பயிற்சி மேற்பார்வைச்  
செயற்பாட்டில் ஈடுபட்ட தனது  
அனுபவங்களை பகிர்ந்து  
கொண்ட திருமதி ஜி.கே.ஜி.கே.  
ரத்னமலாலாவின் கருத்துக்களை  
கீழே உள்ள கட்டுரை  
விவரிக்கிறது**

*ஓமெல்லா அவுட்ஸ்கோன்,  
ஜி. கே. ஜி. கே. ரத்னமல்ல*

திருமதி ரத்னமலாலா பயிற்சி மேற்பார்வைச் செயல்பாட்டில் ஈடுபடுவதற்கு முன்னர் சகாக்கள் மேற்பார்வையில் பங்கேற்றார். மேலும் அவரைப் பொறுத்தவரை முன்னையது முன்-உருவாக்கப்பட்ட கட்டமைப்பை (pre-developed framework) பயன்படுத்தி நடத்தப்பட்டது. ஏறத்தாழ 15 உறுப்பினர்களைக் கொண்ட குழுவுடன் மாநாத்த முன்னேற்ற அமர்வுகளின் போது மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளரால் இது நடத்தப்பட்டது. அவர் பரிந்துரைக்கின்றபடி, இந்த செயன்முறையானது ஒவ்வொரு உறுப்பினரும் தீர்க்கப்பட வேண்டிய சவாலான ஒரு பிரச்சினையை முன்வைப்பதும், மற்ற குழு உறுப்பினர்கள் அதைப் பற்றி என்ன உணர்ந்தார்கள் என்பதையும், அத்தகைய சவாலை எதிர்கொண்டால் அவர்கள் அதை எவ்வாறு எதிர்கொள்வார்கள் என்பதையும் உள்ளடக்கியது. சகாக்கள் மேற்பார்வை அமர்வுகள் அத்தகைய கேள்விகளின் ஆய்வுகளாக இருந்தன. இந்த கட்டமைப்போடு ஒப்பிடும் போது, பயிற்சி மேற்பார்வை முக்கியமாக ஒரு குழுவிற்கு ஆறு உறுப்பினர்களாக மட்டுமே இருந்தது. இது ஒவ்வொரு குழு உறுப்பினருக்கும் தங்கள் கருத்துக்களை வெளிப்படுத்த அதிக நேரம் மற்றும் வாய்ப்புகளை ஒதுக்க அனுமதித்தது. இதனால் மேற்பார்வைக்கான இந்த அணுகுமுறை

மிகவும் வெளிப்படையானது மற்றும் கட்டுப்பாடற்றது. இந்த மாற்றங்கள் ஆலோசகர்களுக்கு முக்கியமான நன்மைகளைக் கொண்டுவந்தன. ஏனெனில் நேரம் தேவைப்படும் ஆழமான மற்றும் விளக்கமான மதிப்பீடுகளில் ஈடுபடுவதன் மூலம் ஒரு சிக்கலை வெவ்வேறு கோணங்களில் பார்க்கும் திறனை எளிதாக்கியது. மேலும் பயிற்சி மேற்பார்வை மூலம் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட பின்தொடர்தல் (follow-up) அமர்வுகளை நடத்துவதற்கான யோசனை, ஒவ்வொரு பிரச்சினையின் (case) நிலையும் அவ்வப்போது மதிப்பீடு செய்யப்படுவதை உறுதி செய்தது. திருமதி ரத்னமலாலாவின் கூற்றுப்படி, ஒரு பயிற்சி மேற்பார்வையாளரைச் உள்ளடக்குவது கலந்துரையாடல் அமர்வுகளின் சீரான ஓட்டத்தை செயற்படுத்த உதவியது, மற்றும் பயிற்சி மேற்பார்வையாளரினால் குழு உறுப்பினர்கள் அளித்த யோசனைகள் மற்றும் மாற்றுப் பரிந்துரைகளுக்கு கூடுதல் அறிவையும் விலைமதிப்பற்ற உள்ளீட்டையும் சேர்க்க முடிந்தது. தனது ஆலோசனைப் பயிற்சியில் மேற்பார்வையாளரின் பின்னூட்டல் கருத்தைப் (feedback) பெறுவதில் தனக்கு கிடைத்த முதல் வாய்ப்பு சகாக்கள் மேற்பார்வை என்று அவர் குறிப்பிடுகிறார். மேலும் இது மிகவும் பயனளித்ததாக நம்புகிறார். இருப்பினும், மேற்பார்வை

செயற்பாட்டின் செயற்றிறனையும் நன்மை பயக்கும் தன்மையையும் மேலும் மேம்படுத்துவதில் பயிற்சி மேற்பார்வையின் அறிமுகம் கணிசமாக பங்களித்தது என்று அவர் நம்புகிறார். அவரை பொறுத்தவரை, பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் விவகாரங்கள் மற்றும் சமூக சேவைகள் ஆகிய இரு அமைச்சுகளிலிருந்தும் ஆலோசகர்கள் கொண்ட குழுக்களை உருவாக்குவது உறுப்பினர்களுக்கு பலவிதமான அனுபவங்களைப் பெற உதவியது மற்றும் குழு உறுப்பினர்களிடமிருந்தும் பயிற்சி மேற்பார்வையாளரிடமிருந்தும் பலவிதமான தீர்வுகளை பெறுவதற்கான வாய்ப்பை உருவாக்கியது. இதனால் சிக்கலான சூழ்நிலைகளைப் பற்றிய ஆழமான, விளக்கமான மற்றும் தெளிவான ஆய்வுகளுக்கு உதவுகிறது.

பயிற்சி மேற்பார்வைச் செயல்பாட்டின் கீழ் நடத்தப்பட்ட குழு மற்றும் தனிப்பட்ட அமர்வுகள் பற்றி அவர் விவரிக்கிறார், மேலும் இந்த இரண்டு வகைகளிலும் தாம் பங்கேற்றதாக அவர் கூறுகிறார். ஓர் ஆலோசகராக தனது பணியை மேற்கொள்வதற்கும் தனது தனிப்பட்ட வாழ்க்கையில் அவர் சந்தித்த சில பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காண்பதற்கும் இந்த தனிப்பட்ட அமர்வுகள் தமக்கு

பயனுள்ளதாக இருந்ததாக அவர் கருதுகிறார். அவர் தமது கல்வி மற்றும் தனிப்பட்ட வாழ்க்கையில் அனுபவித்து வரும் சில உணர்வுகளை அடையாளம் காணவும் புரிந்துகொள்ளவும், அவருக்குள் உள்ள சில பலவீனங்களை அடையாளம் காணவும், அவற்றைக் கடப்பதற்கு முயற்சிக்கவும், அத்துடன் தமது எதிர்காலத்திற்கான கல்வி மற்றும் வாழ்க்கை இலக்குகளை உருவாக்குவதற்கும் பயிற்சி மேற்பார்வையாளருடன் தனிப்பட்ட அமர்வுகளைப் பயன்படுத்தினார். இதன் விளைவாக ஒரு நிம்மதியான மற்றும் அமைதியான நிலையை அனுபவித்ததன் மூலம் தினசரி ஏற்படும் மன அழுத்த சூழ்நிலைகளை திறம்பட கையாள அது உதவியது எனவும் குறிப்பிடுகிறார். மற்றவர்கள் / சகாக்களுடன் கலந்துரையாட முடியாத சிக்கலான சூழ்நிலைகள் மற்றும் உயர் அதிகாரிகளுடன் நிகழும் நிகழ்வுகளைப் பற்றி கலந்துரையாட தனிப்பட்ட அமர்வுகள் உதவியாக இருக்கும் என்று அவர் மேலும் கருதுகிறார். திருமதி ரத்னமலாலாவின் கருத்துப்படி தனிப்பட்ட அமர்வுகளின் ஒரு முக்கிய நன்மை என்னவென்றால், இந்த கருத்து, ஆலோசகர்களை “தங்கள் தனிப்பட்ட வாழ்க்கையில் பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்ளாத நபர்கள்”

என்றும் “வாழ்க்கையில் குறைபாடுகளை அனுபவிக்காதவர்கள்” என்றும் சித்தரிக்கும் ஏற்கனவே உருவாக்கப்பட்ட தவறான கருத்துக்களை சவாலுக்குட்படுத்தியது. ஏனெனில் இந்த அமர்வுகள் தனிப்பட்ட பிரச்சினைகள் மற்றும் ஆலோசகர்கள் தாங்கள் எதிர்கொள்ளும் குறைகளை நிவர்த்தி செய்வதற்கும் பயன்படுத்தப்பட்டன, எனவே, ஆலோசகர்கள் தங்கள் தனிப்பட்ட கவலைகள் / பிரச்சினைகளை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்வது குறித்து ஏற்பட்ட அசௌகரியங்களை நீக்குவதற்கு இது பயனுள்ளதாக இருந்தது. அதன் பின்னர், அவர் குழு அமர்வுகள் பற்றிய தனது கருத்துக்களை பகிர்ந்துகொள்கிறார், மேலும் ஆலோசனை பெறுவோருடன் பணிபுரியும் போது ஆலோசகர்கள் எதிர்கொள்ளும் சவால்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் ஆலோசிக்கவும் அவர்களுக்கு இது ஒரு நல்ல வாய்ப்பாகும் என நம்புகிறார், ஏனெனில் குழு உறுப்பினர்களால் பகிரப்பட்ட பல புதிய மற்றும் மாறுபட்ட கண்ணோட்டங்கள், கருத்துகள் மற்றும் பரிந்துரைகளில் இதுபோன்ற விடயங்களை பார்ப்பதற்கும், இவை குறித்து மேற்பார்வையாளரிடமிருந்து மாற்று யோசனைகளைப் பெறுவதற்கும் இந்த வழிமுறை உதவுகிறது. இதன் மூலம் ஆலோசனை பெறுபவர் சிக்கல்களை

சிறப்பாக தீர்க்க முடியும். மேலும், மற்ற உறுப்பினர்கள் எதிர்கொண்ட இதேபோன்ற சூழ்நிலைகளைப் பற்றி அறிந்து கொள்வதற்கும், அதன் மூலம் அவர்கள் கற்றுக்கொண்டவற்றைக் கேட்பதற்கும் (அதாவது, சிக்கலான சூழ்நிலைகளை எதிர்கொள்வதில் அவர்கள் பயன்படுத்திய நுட்பங்களைப் பற்றி அறிந்து கொள்வது) வாய்ப்பைப் பெறுவது குழு அமர்வுகளின் பலனாகும் என திருமதி ரத்னமலாலா மேலும் கருதுகிறார். இதுபோன்ற நன்மை பயக்கும் அம்சங்கள் புதிய அறிவை உருவாக்கும் திறன் கொண்டவை என்று அவர் நம்புகிறார். இது ஆலோசனை அமர்வுகளை அதிகளவு நடைமுறையான ரீதியில் நடத்த உதவுகிறது. குழு மற்றும் தனிப்பட்ட அமர்வுகள் வழங்கும் தனித்துவமான நன்மைகள் மூலம், குழு மற்றும் தனிப்பட்ட அமர்வுகள் இரண்டும் பயிற்சி மேற்பார்வை செயல்முறையை முன்னெடுப்பதில் முக்கியமானவை என்று திருமதி ரத்னமலாலா உணர்ந்தார், ஏனெனில் அவை பயிற்சி மேற்பார்வையின் குறிக்கோள்களை வெவ்வேறு ஆனால் தனித்துவமான வழிகளில் அடைய உதவுகின்றன. இருப்பினும், குழு அமர்வுகளில் அவர் கண்ட ஒரு குறையான விடயத்தை (minus point) விரிவாகக் கூறுகிறார். பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வுகள் மாறுபட்ட அளவிலான அனுபவங்களைக்

கொண்ட குழு உறுப்பினர்களைக் கொண்டிருப்பதால், கலந்துரையாடப்பட்ட பிரச்சினை (case) தொடர்பாக பிரச்சினையை முன்வைத்தவரால் இதுவரை மேற்கொள்ளப்பட்ட வழிமுறைகளை சில உறுப்பினர்கள் விமர்சிக்கவும் மதிப்பிடவும் முனைகின்றனர், இது அவன் / அவளின் தொழில்முறை கண்ணியத்தை சேதப்படுத்தக்கூடும்.

திருமதி ரத்னமலாலா, பயிற்சி மேற்பார்வையில் அவர் முன்வைத்த ஒரு பிரச்சினையை (case) பற்றி விவரிக்கிறார். இது ஒரு வயதான பெண்மணியானவர் தனது கணவர் தீவிரமாக மதுவுக்கு அடிமையாக இருந்தமை (alcohol dependency) மற்றும் அவரது மகள் அனுபவிக்கும் தொடர்ச்சியான தலைவலி காரணமாக சிரமங்களை எதிர்கொண்டமை பற்றியது. ஆலோசனை பெறுபவருடன் வசித்து வந்த குடும்ப உறுப்பினர்களில் அவரது கணவர், வயதான தாய், மகள் மற்றும் பேத்தி ஆகியோர் அடங்குவர். திருமதி ரத்னமலாலாவின் கூற்றுப்படி, கணவர் மதுவுக்கு அடிமையாக இருப்பது மிகவும் பொருத்தமற்ற நடத்தைகளுக்கு வழிவகுத்தது. இந்த நடத்தைகள் ஆலோசனை பெறுபவரின் வயதான தாய் மற்றும் பேத்தியின் பாதுகாப்பிற்கு கடுமையான அச்சுறுத்தலாக

இருந்தது. போதைப்பொருள் மற்றும் மது ஆகியவற்றில் செலவழித்த பணத்தின் அளவு குடும்பத்தின் நிதி நிலைமையை கணிசமான பாதித்தது. குடும்பம் எதிர்கொள்ளும் வேறு சில சிக்கல்களும் இருந்தன, இந்த விடயங்கள் காரணமாக திருமதி ரத்னமலாலா பயிற்சி மேற்பார்வையாளர் மற்றும் குழுவினரின் ஆதரவையும் மேற்பார்வையையும் நாடினார். இதன் விளைவாக, ஆலோசனையைத் தவிர வேறு பல சேவைகளுக்கு ஆலோசனை பெறுபவரை பரிந்துரைக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை அவர் புரிந்து கொண்டார், மேலும் ஆலோசனை பெறுபவர் “தனியார் / தனிப்பட்ட ஆலோசனை ஆதரவு தேவைப்படும் விடயங்களை முன்வைக்கவில்லை” என்று குறிப்பிடுகிறார்.

உள்ளூர் ஆலோசகர்களிடமிருந்து நாங்கள் பெறும் பின்னூட்டங்களின்படி, உள்ளூர் சூழலிலிருந்து ஆலோசனை பெறுவோரால் கொண்டுவரப்படும் சிக்கல்களில் பெரும்பாலானவை ஆலோசனை உதவியை வழங்குவதை விட மற்ற சேவைகளுக்கு பரிந்துரைகளை வழங்குகின்றன என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. எவ்வாறாயினும், ஆலோசனை பெறுபவருடன் நடத்தப்பட்ட ஆய்வுகள் மற்றும் கலந்துரையாடல்கள் மூலம், ஆலோசனை ஆதரவு தேவைப்படும்

ஆலோசனை பெறுபவரின் மகள் குறித்த சில விடயங்களை எங்கள் ஆலோசகர் அடையாளம் காண்கிறார். எனவே, சம்பந்தப்பட்ட சமூக சேவைப் பிரிவுகளிடமிருந்து ஆதரவைப் பெறுவதற்கு தாயை பரிந்துரைக்கும்போது, மகளை ஒரு தனி ஆலோசனை பெறுபவராக்குவதன் மூலம் அவருக்கு உள்வியல் ஆதரவை வழங்குவதில் ஆலோசகர் ஈடுபடுகிறார். இதன் விளைவாக, ஆலோசனை பெறுபவரின் தந்தை மதுவுக்கு அடிமையாக இருப்பது மற்றும் தந்தையின் பொருத்தமற்ற நடத்தை காரணமாக அவரது மகளின் பாதுகாப்புற்ற நிலை, மற்றும் கணவரிடமிருந்து விவாகரத்து பெற்றபின் அவருக்கு ஏற்படும் கடினமான நிதி நிலைமை ஆகியவை ஆலோசனை பெறுபவர் அனுபவிக்கும் கடுமையான தலைவலிக்கான அடிப்படை காரணங்கள் என ஆலோசகர் புரிந்துகொள்கிறார்.

வாழ்வாதார ஆதரவு போன்ற சேவைகளைப் பெறுவதற்கு அவரை பரிந்துரைப்பதற்கு முன்பு, திருமதி ரத்னமலாலா மகளுடன் (ஆலோசனை பெறுபவர்) மன அழுத்தத்தை நிர்வகிக்க உதவுவதற்கும், தனது சூழலுக்கு ஏற்றவாறு திறன்களை வளர்ப்பதற்கும், சிக்கல்களை எவ்வாறு திறம்படத் தீர்ப்பது என்பதற்கும் ஆலோசனை அமர்வுகளை

நடத்தத் தொடங்குகிறார். இறுதியாக இதுபோன்ற ஆலோசனை தலையீடுகளைப் பயன்படுத்துவதன் மூலமும், மேலதிக சேவைகளுக்கு பரிந்துரைப்பதன் மூலமும் ஆலோசகர் இந்த தாய் மற்றும் மகள் இருவருக்கும் உதவுகிறார். மேலும் திருமதி ரத்னமலாலாவின் கூற்றுப்படி இந்த பிரச்சினையை (case) பயிற்சி மேற்பார்வையில் முன்வைப்பது சாதகமான முடிவுகளை பெற பெரிதும் உதவியது.

இறுதியாக, திருமதி ரத்னமலாலா பயிற்சி மேற்பார்வை செயல்முறை மூலம் தான் கற்றுக்கொண்டதைப் பற்றி பகிர்ந்து கொள்கிறார். ஆலோசனை பெறுபவரின் சிறந்த நலன்களை மனதில் வைத்திருப்பதன் விளைவாக ஆலோசனை பெறுபவர் தேவைகள் மற்றும் ஆலோசனை பெறுபவர் சார்பாக ஓர் ஆலோசகர் கொண்டிருக்கக்கூடிய தேவைகள் / எதிர்பார்ப்புகளை தெளிவாக வேறுபடுத்திப் பார்ப்பதும், அவர்களுடன் கலந்துரையாடுவதன் மூலம் ஆலோசனை பெறுபவர்களின் தேவைகளை ஒன்றுசேர்ந்து ஆராய்வதும் இந்த செயல்முறையின் மிகவும் பயனுள்ள விளைவுகளாக இருந்தன என அவர் நினைவு கூர்ந்தார். ஓர் ஆலோசகர் தலையிடக்கூடிய, ஆலோசனை ஆதரவு தேவைப்படும், முன்வைக்கும் சிக்கல்களை தெளிவாக அடையாளம் கண்டு புரிந்துகொள்வதன்

மூலம், ஆலோசகர்கள் தங்கள் திறன்களை மேலும் வளர்த்துக் கொள்ள முடிந்தது என்று அவர் கூறுகிறார். ஓர் ஆலோசனை அமர்வை நடத்துவதற்கு முன்பு தேவைப்படும் ஏற்பாடுகள், ஆலோசனை பெறுபவர் பிரச்சினைகளுடன் தொடர்புடைய ஆலோசனை ஆதரவு நுட்பங்களைப் பற்றி தெரிந்திருப்பதற்கான வழிகள் ஆகியவற்றை கற்றுக்கொள்ளுதல், ஏற்கனவே மனநல மருந்துகளை பயன்படுத்தும் ஆலோசனை பெறுவோருக்கு ஆலோசனை ஆதரவை திறம்பட வழங்குவதற்காக மனநல மருந்துகளைப் பற்றிய அடிப்படை அறிவைக் கொண்டிருத்தல், மற்றும் சில பகுதிகளில் அடிக்கடி ஏற்படும் பிரச்சினைகள் பற்றிய அறிவைப் பெறுதல் ஆகியவை திருமதி ரத்னமலாலாவின் கூற்றுப்படி இந்த செயல்முறையின் சில நன்மை பயக்கும் விளைவுகளாகும். மேலும் இரு அமைச்சுகளின் ஆலோசகர்களால் முன்வைக்கப்பட்ட சில சம்பவங்கள் பல சக ஊழியர்களால் அனுபவிக்கப்படவில்லை. என்றாலும், திருமதி ரத்னமலாலாவின் கூற்றுப்படி, அவர்களில் பெரும்பாலானோர் தங்கள் பணியில் ஏதேனும் ஒரு கட்டத்தில் இதுபோன்ற பிரச்சினைகளுடன் பணியாற்ற வேண்டிய வாய்ப்பு உள்ளது. எனவே இது போன்ற நிகழ்வுகள் தொடர்பாக பயிற்சி மேற்பார்வை மூலம் சேகரிக்கப்பட்ட

அறிவு மற்றும் அனுபவம் எதிர்காலத்தில் இதேபோன்ற சூழ்நிலைகளை இன்னும் கையாளாதவர்களுக்கு மகத்தான உதவியாக இருக்கும் என அவர் நம்புகிறார்.

இந்த செயல்பாட்டிற்கு ஒரு பயிற்சி மேற்பார்வையாளரை சேர்த்ததன் மூலம், ஓர் ஆலோசனை அமர்வின் போது வாய்மொழி மற்றும் சொற்கள் அல்லாத தொடர்பாடல் (verbal and non-verbal communication), ஒழுங்காக செவிமடுத்தல் (active listening), பச்சாதாபம் (empathy) மற்றும் பிற ஆலோசனை தொடர்பான திறன்களை திறம்பட பயன்படுத்துவதற்கான ஒரு தெளிவான விளக்கத்தையும் சித்தரிப்பையும் ஆலோசகர்களுக்கு வழங்கியிருப்பதை அவர் அவதானிக்கிறார். பயிற்சி மேற்பார்வையாளர் நேரத்தை நிர்வகித்தல், சூழ்நிலைகளை அமைதியான முறையில் கையாள்தல் மற்றும் திறமையான தொழில்முறை உறவுகளைப் பேணுதல் போன்ற குணங்களை மேலும் சித்தரித்ததாக திருமதி ரத்னமலாலா மகிழ்ச்சியுடன் நினைவு கூர்ந்தார். இது குழுவிற்கு மேலும் கற்றல் விடயமாக இருந்தது. பயிற்சி மேற்பார்வை என்பது மகத்தான மதிப்பைக் கொண்ட ஒரு விடயமாகும் என்று திருமதி

ரத்னமலாலா நம்புகிறார். மேலும் வாய்ப்பு கிடைத்தால் அதில் இன்னுமொரு தடவை ஈடுபடுவதற்கான விருப்பத்தையும் அவர் வெளிப்படுத்தினார். அவர்கள் பணிபுரிந்த பயிற்சி மேற்பார்வையாளரைப் போன்ற நிபுணர்களுடன் தொலைபேசி உரையாடல்கள் போன்ற எளிதில் அணுகக்கூடிய முறைகளைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் இந்த செயன்முறையை நீண்ட காலத்திற்கு நடத்த முடிந்தால் அது ஆலோசகர்களுக்கு பயனளிக்கும் என்று அறிவுறுத்துகிறார்.

## Practice Supervision செயன்முறை பற்றி சனோஜா மனதுங்க வெளியிட்ட கருத்துக்களை இக்கட்டுரை முன்வைக்கின்றது.

ஓமெல்லா அவுட்ஸ்கோன்,  
சனோஜா மனதுங்க

Practice Supervision செயன்முறை பற்றிய அறிமுகத்துக்கு முன்னர், நிகரொத்த மேற்பார்வை மாதிரியொன்று (Peer Supervision model) உளவளத்துணையாளர்களுக்கு அறிமுகம் செய்யப்பட்டது. மனதுங்க கூறுவதைப் போன்று Practice Supervision செயன்முறை உளவளத்துணையாளர்கள் தமது உளவளத்துணைச் செயற்பாடு மற்றும் அதனை மேற்கொள்ளும் போது அவர்கள் எதிர்கொள்ளும் பிரச்சினைகளை அதிக முறைசார் / முறைமைசார் வழிமுறையில் நோக்குவதை இயலுமாக்கியது. மனதுங்க கூறுவதைப்போல், Practice Supervision இன் போது உறுப்பினர்களால் முன்வைக்கப்படும் தனித்துவமான பிரச்சினைகளுக்கு மாறுபட்ட பின்னூட்டல்களை பெறுவதற்குக் காணப்படும் வாய்ப்பு இச்செயன்முறையின் மிக முக்கிய அனுகூலமாகக் காணப்படுகின்றது. பிரச்சினைச் சூழ்நிலைகளை பல புதிய மற்றும் வேறுபட்ட கண்ணோட்டங்களில் நோக்குவது இச்செயன்முறையில் இயலுமாக்கப்பட்டு, அவற்றைத் தீர்ப்பதற்கு அதிகமான வழிகளைத் திறந்து விடுவதே இதற்கான காரணமாகும். மேலும், Practice Supervision செயன்முறை ஒருவருக்கொருவர் கருத்துக்களை

“மற்றைய தரப்பினர் பாதிக்கப்பட்டதாக உணராத வகையில்” வெளியிடும் உளவளத்துணையாளர்களின் திறன்களை விருத்தி செய்துள்ளதாக அவர் எண்ணுகின்றார்.

Practice Supervision மாதிரியின் அறிமுகத்துடன் உளவளத்துணையாளர்கள் அதில் அனுபவத்தைப் பெறும்போது அவர்களால் பல நன்மைகளை அடைந்துகொள்ள முடியும் என மனதுங்க கூறுகின்றார். அவற்றுள், பயிற்றப்பட்ட Practice Supervisor ஒருவரிடமிருந்து அனுபவத்தைப் பெற்றுக்கொள்ள இயலுமாக்கிவிருப்பது மிகவும் நன்மை பயக்கத்தக்கது என அவர் கருதுகின்றார். மேலும், இது அனுபவமிக்க அல்லது புதிய Practice Supervisor சமத்துத்துடன் ஈடுபாடு கொள்ள வைக்கும் செயன்முறையாக நோக்கப்பட்ட போதிலும், Practice Supervisor ஒருவரை உள்ளடக்குவது எல்லா உளவளத்துணையாளர்களுக்கும் உதவியானது என மனோஜா கருதுகின்றார் Practice Supervisor என்பவரை இத்துறையில் ஏற்படும் தொடர்ச்சியான முன்னேற்றத்தையும் அறிவையும் உளவளத்துணையாளர்களுக்குக் கொண்டுவரும் வளமொன்றாக அவர் நோக்குகின்றார். இது

உளவளத்துணையாளர்கள் சில வருடங்களுக்கு முன்னர் பெற்றுக்கொண்ட அறிவை மேலும் அதிகரிக்கின்றது என அவர் கூறுகின்றார். அத்துடன், Practice Supervisor ஒரு “அறிவுச் சுரங்கம்” எனவும் அவர் குறிப்பிடுகின்றார்.

மேலும், மனதுங்கவின் கருத்துக்கேற்ப, Practice Supervision இன் அறிமுகத்துடன் ஏற்பட்ட மாற்றங்களில் உளவளத்துணையாளர்களுக்கு விபரமான சம்பவக் குறிப்புக்கள் பரிச்சயமாக்கப்பட்டு அவற்றைப் பேணுதல் மற்றும் ஜெனோகிராம்களை (Genograms) பயன்படுத்தி சம்பவ வரலாறுகளை முன்வைத்தல் என்பனவும் உள்ளடங்குகின்றன. அது சேவைநாடிகளின் பிரச்சினைகளை ஆராய்ந்து முன்வைப்பதற்கான குறுகிய அணுகுமுறையொன்று பயன்படுத்தப்படுவதற்கு வழிவகுக்கின்றது. மேலும், அவர் விபரிப்பதைப் போன்று, Practice Supervision முறைமையின் அறிமுகத்தினால் மேற்பார்வை செயன்முறையில் ஏற்பட்ட பிரதான கட்டமைப்பு மாற்றங்களில் ஒன்றாக, Practice Supervision குழுக்களுக்கு உளவளத்துணையாளர்களை ஒதுக்கும்போது சமூக சேவைகள் அமைச்சையும் பெண்கள் மற்றும்

சிறுவர் விவகார அமைச்சையும் சேர்ந்த உளவளத்துணையாளர்கள் ஒன்றிணைக்கப்பட்டு அவ்வாறு ஒதுக்கப்படுதல் காணப்படுகின்றது. இதன் காரணமாக இவ்விரண்டு அமைச்சுக்களையும் சேர்ந்த உளவளத்துணையாளர்களுக்கு மத்தியில் சிறந்த தொழில்வாண்மைமிக்க உறவுகள் கட்டியெழுப்பப்படவும், அவர்கள் தமக்கிடையே ஒன்றிணைந்தவர்கள் என்ற உணர்வைப் பெற்றுக்கொள்வதும் சாத்தியமாகியுள்ளன என்று அவர் மகிழ்வுடன் குறிப்பிடுகின்றார். மேலும், விதிகள் மற்றும் ஒழுங்குவிதிகள் பற்றிய தொகுதியொன்றின் அறிமுகமானது உரிய நேரத்தின் தேவையைப் பூர்த்தி செய்வதாக அமைந்துள்ளதுடன், அது உளவளத்துணையாளர்கள், சேவைநாடிகள் பற்றி தமது குழுவைச் சேராத உறுப்பினர்களுடன் கலந்துரையாடலைத் தொடங்குவதற்கும், Practice Supervision குழுவிலைகளுக்கு வெளியே அது பற்றிய கலந்துரையாடலைத் தடுப்பதற்கும் காரணமாக அமைந்துள்ளது என அவர் நம்புகின்றார். அத்தகைய விதிகள் மற்றும் ஒழுங்குவிதிகள் பற்றிய தொகுதியொன்றின் அறிமுகமானது உளவளத்துணையாளர்கள் Practice Supervision ஐ மிகவும் மரியாதையாகவும் ஒழுக்கத்துடனும் மேற்கொள்வதை

இயலுமாக்கியுள்ளதாக அவர் மேலும் குறிப்பிடுகின்றார்.

Practice Supervision முறைமையின் கீழ் நடாத்தப்பட்ட குழு மற்றும் தனிநபர் அமர்வுகளில் தான் உற்சாகத்துடன் ஈடுபட்டதாகக் கூறும் மனதுங்க, இவ்விருவகை அமர்வுகளும் செயன்முறைக்கு சம அளவில் முக்கியத்துவமானவை எனவும் குறிப்பிடுகின்றார். தனிப்பட்ட அமர்வுகளையும் கொவிட்-19 காலப்பகுதியில் அவரின் தனிப்பட்ட பிரச்சினைகள் அத்துடன் அவரின் செயற்பாட்டின் போது எதிர்கொண்ட பிரச்சினைகள் பற்றிக் கலந்துரையாட நடாத்தப்பட்ட தொலைபேசி மூலமான அமர்வுகள் ஆகிய இருவகை அமர்வுகளையும் தான் பயன்படுத்தியதாகவும் கூறுகின்றார். இவ்வாறான அமர்வுகள் தனது தனிப்பட்ட மற்றும் தொழில்வாண்மைசார் வாழ்வில் வெற்றிகரமான மாற்றங்களை ஏற்படுத்த உதவியதாக அவர் குறிப்பிடுகின்றார். தனிப்பட்ட அமர்வுகள் உளவளத்துணையாளர்கள் தமது பணியில் எதிர்கொள்ளும் அழுத்தம் நிறைந்ததும், பிரச்சினைகள் மிகுந்ததுமான சூழ்நிலைகளைத் தீர்க்க பெரிதும் உதவுவதாக அவர் மேலும் குறிப்பிடுகின்றார்.

அதன் பின்னர், Practice Supervision இன்போது தான் முன்வைத்த சம்பவம் ஒன்றை மனதுங்க விபரிக்கின்றார். இச்சம்பவம் அவரை நாடி வந்த, தனது கணவனிடமிருந்து பாலியல் ரீதியாகக் கடத்தப்படும் (STD) தொற்றுக்கு தான் உள்ளானதைப் பிரதான பிரச்சினையாகக் கொண்ட ஒரு பெண் சேவைநாடி பற்றியதாகும். அவளின் கணவனும் மதுபானத்துக்கும் போதைப் பொருளுக்கும் அடிமையாக இருந்தமை மற்றும் அவற்றுக்காகச் செலவிடப்படும் அதிக பணம் என்பன அவளது ஏனைய பிரச்சினைகளில் உள்ளடங்கியிருந்தன. இது குடும்பத்தை பாரியளவில் பாதித்ததுடன் அக்குடும்பம் பொருளாதார ரீதியான பாரிய சிரமங்களை எதிர்நோக்கியதாகவும் காணப்பட்டது. இத்தம்பதியினருக்கு இரண்டு குழந்தைகள் காணப்பட்டதுடன், சேவைநாடி கூறியதற்கேற்ப தனது மூத்த பிள்ளை பேச இயலாத தன்மையைக் கொண்டிருந்ததால் அப்பிள்ளையின் தந்தை அக்குழந்தையைக் கொடுமைப்படுத்துபவராகவும் காணப்பட்டார். சேவைநாடி எதிர்கொள்ளும் இத்தகைய கஷ்டங்களால் அவர் தற்கொலை செய்யும் மனநிலைக்கு உள்ளாகின்றார். அதனால் அவர் மனதுங்கவிடம் ஆற்றுப்படுத்தப்பட்டார். எவ்வாறாயினும், மனைவி உளவளத்துணை ஆதரவைப் பெறுவதை விரும்பாதவராக அவரது

கணவர் காணப்பட்டார். உளவளத்துணை ஆதரவைப் பெற்றுக்கொள்ளும்போது அவரது நடத்தைகள் மற்றும் மருத்துவ நிலை என்பன பிறருக்கு வெளிப்படுத்தப்பட்டு விடும் என அவர் அஞ்சியதே அதற்குக் காரணமாகும். குறிப்பிட்ட சில சமூகங்களின் தனித்துவமிக்க மத மற்றும் கலாசார விழுமியங்கள் அத்துடன் பாலியல் ரீதியாகக் கடத்தப்படும் நோய்களைச் சூழக் காணப்படும் களங்கம் என்பன தனது சேவைநாடியைச் சந்திப்பதற்கு மனதுங்கவுக்குத் தடைகளாக அமைந்ததுடன், அவர் தனது கரிசனைகளை Practice Supervision அமர்வுக்குக் கொண்டு வந்தார்.

மனதுங்க பிரதிபலிப்பதைப் போன்று, அவரது அணி உறுப்பினர்கள் மற்றும் Practice Supervisor ஆகியோர் அவருக்கு ஆதரவளித்ததுடன் இச்சம்பவத்தை எவ்வாறு முன்கொண்டு செல்வது என்பது தொடர்பிலான பெறுமதிமிக்க யோசனைகளையும் அவருக்கு வழங்கினர். இவ்வமர்வுகளின் போது உளவளத்துணையாளர் சேவைநாடிக்கு சேவையை வழங்கும் நோக்கில் சேவைநாடியையும் அவரது உறவினர்களையும் எவ்வாறான வழிகளில் அணுக முடியும் என அணி

கலந்துரையாடியது. இக்கருத்துக்களில் பெற்ற தகவல்கள் மூலம் ஆரம்பப் படிநிலையாக உளவளத்துணையாளர் உள்ளூர் மருத்துவ சுகாதாரச் சேவைக்கு இணைக்கப்பட்டுள்ள மருத்துவ மாது (Midwife) ஒருவரின் உதவியைப் பயன்படுத்தி சேவைநாடியை பெண்கள் சிகிச்சை நிலையம் ஒன்றுக்கு அனுப்பினர், பின்னர் அவர் பாலியல் ரீதியாகக் கடத்தப்படும் நோய்களுக்கான சிகிச்சை நிலையத்துக்கு தனது உடலியல் மருத்துவப் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்காக அனுப்பப்பட்டார். அதேவேளை, அவர் தனது சேவைநாடியை மனநலச் சுகாதார சிகிச்சை நிலையம் ஒன்றுக்கு அனுப்பினார். அச்சமயத்தில் சேவைநாடியின் கணவனுக்கு சேவைநாடி தனது தலைவலிக்கு சிகிச்சை பெறுகின்றார் என அறிவிக்கப்பட்டது. இந்த இரண்டாவது சிகிச்சை, சேவைநாடியின் தற்கொலை செய்துகொள்ளும் மனோநிலை தொடர்பான பிரச்சினையைத் தீர்க்க உதவியதுடன் மெதுமெதுவாக அவ்வெண்ணம் அவரை விட்டு அகன்றது. Practice Supervisor உடன் மேற்கொள்ளப்பட்ட மேலதிகக் கலந்துரையாடல்களின் பின்னர், உளவளத்துணையாளர் தனது சேவைநாடியை சமூக சேவைகள் சார்ந்த ஆதரவைப் பெறுவதற்கு வழிநடாத்தினார், அது அவளது வாழ்வாதாரத்தைக்

கட்டியெழுப்ப வழிவகுத்தது. அவ்வாறான உதவிகள் மற்றும் வழிகாட்டல்களுடன் சேவைநாடி சிறுவர்களுக்கு தமிழ்ப்பாட மேலதிக வகுப்புக்களை சுயதொழில் ஒன்றாக ஆரம்பித்தார். இது அவரது குடும்பத்தின் நிதியியல் நிலைமையில் நேர்மறையான மாற்றத்தை உருவாக்கியது.

மனதுங்கவின் கருத்துக்கு ஏற்ப, இச்சம்பவத்தை Practice Supervision இற்கு முன்வைத்ததன் ஊடாக சேவைநாடி தனது பிரச்சினைகளைத் தீர்க்க மறைமுகமான வழிகளில் ஆதரவளிப்பதற்கு இயலுமானவராக அவர் மாறினார். சேவைநாடிக்கு வாழ்வாதாரம் மற்றும் தொழிற்பயிற்சி சார்ந்த சேவைகளை அணுகுவதற்கு ஆதரவளித்தல், அத்துடன் சேவைநாடியின் சுயாதீனம் தொடர்பான அவரது உள்ளார்ந்த பலத்தையும் சொந்தத் திறன்களையும் மற்றும் இயலுமைகளையும் வெளிக்கொணர்வதற்கான உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகள் இவற்றில் அடங்குகின்றன. மேலும், மனதுங்கவின் கருத்துக்கேற்ப, Practice Supervisor உடன் நடாத்தப்பட்ட அமர்வுகள் வேறுபட்ட தலைப்புக்களில் அமைந்த விடயங்கள் தொடர்பான பெறுமதிமிக்க தகவல்களைப் பெறவும் உதவின. இவ்விடயங்களில் சமூகத்தினால் விலக்கப்பட்டவையென நோக்கப்பட்ட

விடயங்களும் உள்ளடங்கியிருந்தன. இது அவற்றுடன் தொடர்புடைய களங்கங்கள் பற்றி வினைத்திறனுடன் புரிந்துகொள்ளவும் அவற்றுக்கு எதிராகச் செயற்படவும் உளவளத்துணையாளர்களுக்கு உதவியது Practice Supervision இன் போது இக்குறிப்பிட்ட சம்பவத்தைக் கையாள்வதில் பெறப்பட்ட அறிவு எதிர்காலத்தில் தனது சேவைநாடிகளுடன் வினைத்திறனுடன் செயற்படுவதற்கு உதவும் என அவர் நம்புகின்றார்.

இறுதியாக, Practice Supervision செயன்முறையில் பங்குபற்றியதன் மூலம் பெறப்பட்ட ஒட்டுமொத்தக் கற்றல்களையும் பற்றி அதிக நன்றியுடன் பகிர்ந்து கொள்கின்றார். அவரிடம் உளவளத்துணை அமர்வு ஒன்றை நடாத்துவது பற்றிய கொள்கை ரீதியான அறிவு காணப்பட்ட போதும், தனிப்பட்ட மற்றும் குழு சார்ந்த Practice Supervision அமர்வுகள் உண்மையான வாழ்வில் உளவளத்துணை செயன்முறை நடாத்தப்படுகின்றது என்பது பற்றிய பரந்த புரிதல் ஒன்றை வழங்கியதாக அவர் குறிப்பிடுகின்றார். அது, இச்செயன்முறை ஊடாக பெற்றுக்கொண்ட மிக முக்கிய கற்றல்களில் ஒன்றாக அமைவதாக அவர் நோக்குவதுடன் இச்செயன்முறையை இலகுவடுத்திய Practice Supervisor ஒரு

முன்மாதிரியானவராக அமைந்ததாகவும் அவர் குறிப்பிடுகின்றார். மேலும், Practice Supervisor இனது பணிகள் மற்றும் வழிமுறைகள் மூலம் சிறந்த உளவளத்துணையாளர் ஒருவர் கொண்டிருக்க வேண்டிய தரங்களை தன்னால் தெளிவாகக் காண முடிந்ததாகக் குறிப்பிடும் மனதுங்க, உளவளத்துணை செயற்பாட்டை மேற்கொள்வதற்குத் தேவையான பல திறன்களை விருத்திசெய்ய இது உதவியதாகவும் கூறுகின்றார். குறித்த திறன்களில் பின்வருவனவும் உள்ளடங்குகின்றன: செயல்முறைப்படினான செவிமடுத்தல், சேவைநாடியுடனான வாய்மொழியற்ற தொடர்பாடல் மற்றும் அவரிடமிருந்து வெளிப்படும் உணர்வுகளை நோக்குதல், சேவைநாடிகள் முன்வைக்கும் பிரச்சினைகளைத் தெளிவாகப் புரிந்துகொள்ளல் மற்றும் ஆராய்தல், சேவைநாடியிடம் கேட்கப்பட முடியுமான மற்றும் கேட்கப்பட வேண்டிய கேள்விகள் எவ்வகையானவை என அறிந்து கொள்ளல், சக பணியாளர்களுடன் தகவல் பரிமாற்றத்தில் வினைத்திறனுடன் ஈடுபடல் அத்துடன் கருத்துக்களை முன்வைத்தல் மற்றும் பிரச்சினைகளைப் பரிஷுடன் செவிமடுத்தல், உளவளத்துணை அமர்வுகளின் போது சேவைநாடி யார் என சரியாக அடையாளம் காணல் அத்துடன்

° ஒருவருடைய குடும்பம், சூழல் மற்றும் சமூக பின்னணி அதே நேரம் அவர்களின் வேலை செய்யும் சூழல் ஒரு சமூக இருப்பியாக அவர்களின் அபிவிருத்தியில் முக்கிய பங்குவகிக்கிறது. ஓர் முறையான அணுகுமுறை இந்த அம்சங்கள் யாவற்றையும் கருத்தில கொள்கிறது.

அவர்கள் வெளிப்படுத்தும் தேவைகளையும் விருப்புக்களையும் அடையாளம் காணல், சேவைநாடி ஒருவருடன் பணிபுரியும் போது உளவளத்துணையாளர் ஒருவரால் கவனிக்கப்படாமல் இருக்கக்கூடிய விடயம் எது எனக் கவனமெடுத்தல், சேவைநாடியின் பலங்களைப் புரிந்துகொண்டு அவற்றை அவரின் பிரச்சினைகளை வினைத்திறனுடன் தீர்ப்பதற்குப் பயன்படுத்தல், பொறுமையுடன் இருப்பதற்கு தனக்குள்ள திறனை விருத்தி செய்தல், Practice Supervisor ஐ அவதானித்து உளவளத்துணை நிபுணர் ஒருவர் எவ்வாறு தனது சேவைநாடிகளுடன் பணிபுரிவார் மற்றும் தேவையானபோது Systems Approach<sup>8</sup> ஒன்றைப் பயன்படுத்தி முன்வைக்கப்படும் பிரச்சினையைத் தீர்ப்பதற்கு அதனை எவ்வாறு வேறுபட்ட கோணங்களின் ஊடாக நோக்குவார் எனப் புரிந்துகொள்ளல். மனதுங்க மேலும் குறிப்பிடுகையில், உளவளத்துணையாளர் ஒருவரின் வகிபாகமும் நோக்கெல்லையும் பற்றி தெளிவாகப் புரிந்துகொள்வதற்குக் கற்றுக்கொண்டமையே எல்லாவற்றிலும் மிக முக்கிய கற்றல் புள்ளியாக அமைந்தது என்றார். அவர் ஏற்கனவே செய்து வரும் பல பணிகள் உளவளத்துணை ஆதரவு என்பதைவிட சமூக சேவைகள் என்ற வகைக்குள் அடங்குவதைத் தன்னால் தெளிவாகக் காண முடிந்ததாகவும் அவர் குறிப்பிடுகின்றார். மேலும், Practice

Supervision ஐ மிகவும் பெறுமதி மிக்க கருத்தேற்பாக நோக்கும் அவர், வாய்ப்பு வழங்கப்பட்டால் தான் இச்செயன்முறையில் ஈடுபட விரும்புவதாகவும் தெரிவித்தார். Practice Supervisor தன்னில் நேர்மறையான பல மாற்றங்களைக் கொண்டுவருவதில் திடமான வகிபாகமொன்றைக் கொண்டிருந்ததாகக் கூறி கலந்துரையாடலை அவர் நிறைவு செய்தார்.

**அனுராதா மாலினி பியதிலக்க  
என்பவர் பெண்கள் மற்றும்  
சிறுவர் விவகார அமைச்சில்  
ஓர் உளவளத்துணையாளராகப்  
பணியாற்றுகின்றார். இக்கட்டுரை,  
Practice Supervision செயன்முறை  
தொடர்பில் அவர் எவ்வாறான  
அனுபவத்தைக் கொண்டுள்ளார்  
என்பது பற்றிய அவரது  
கருத்துக்களை முன்வைக்கின்றது.**

ஓமெல்லா அவுட்ஸ்கோன்,  
எம்.எ.அனுராதா பிரியந்த

Practice Supervision மாதிரியை அறிமுகப்படுத்துவதற்கு முன்பு, பெண்கள் மற்றும் சிறுவர் விவகார அமைச்சு அத்துடன் சமூக சேவைகள் அமைச்சு என இரண்டு அமைச்சுக்களிலும் பணியாற்றுகின்ற உளவளத்துணையாளர்களுக்கு, நிகரொத்த மேற்பார்வை மாதிரியொன்று (A Peer Supervision model) அறிமுகப்படுத்தப்பட்டிருந்தது. அனுராதாவின் கருத்துப்படி, அந்த நிகரொத்த மேற்பார்வையானது சர்ச்சைக்குரிய சம்பவங்களை (cases) முன்னெடுத்துச் செல்லும் பொருட்டு சக பணியாளர்களிடம் கருத்துக்களையும் அபிப்பிராயங்களையும் பெற்றுக்கொள்வதற்கு இயலுமானவர்களாக உளவளத்துணையாளர்களை ஆக்கியது. அத்துடன் அது, அவர்களது சேவைநாடிகளுக்கு சிறந்த முறையில் சேவையாற்ற வழிவகுக்கும் பல புதிய தூரநோக்குகளைக் கவனத்திற் கொள்வதனுடாக அவ்வாறான சூழ்நிலைகளை வினைத்திறான முறையில் எடுத்துரைப்பதற்கு இவற்றைப் பயன்படுத்துவதற்கும் அவர்களை இயலுமாக்கியது.

எவ்வாறாயினும், உளவளத்துணையாளர்கள் இந்த மாதிரியில் தொடர்ச்சியாகப் பணிபுரியும்போது அவர்கள்

மாறுதலற்ற மற்றும் மட்டுப்படுத்தப்பட்ட கட்டமைப்பொன்றினுள் பணியாற்றப் பழக்கப்படுகின்றனர் என அவர் கருதுகின்றார். எவ்வாறிருப்பினும் அனுராதா கூறுவதைப் போன்று, இந்த Practice Supervision மாதிரி அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட பின்னர் உளவளத்துணையாளர்களுக்கு பிரச்சினைகளை முன்வைத்தல் மற்றும் அவற்றைப் பற்றி உரையாடுதல் என்பவற்றை திறந்த மற்றும் கட்டுப்பாடற்ற முறையில் மேற்கொள்வதற்கான வாய்ப்புக் கிட்டியுள்ளது. அவரது கருத்துக்கு ஏற்ப, Practice Supervisor ஒருவர் உள்ளடக்கப்பட்டதன் காரணமாக உளவளத்துணையாளர்கள் நிபுணத்துவ அறிவுக்கான அணுகலைப் பெற முடிகின்றமை இந்த அணுகுமுறையின் பிரதான நன்மையாக அமைந்துள்ளது. அத்துடன் இது அவரது சேவைநாடிகளுக்கு வினைத்திறன் மிக்க சேவையை வழங்குவதற்கு உதவியதாகவும் அவர் மேலும் கருதுகின்றார்.

Practice Supervision இரண்டு பிரதான முறைமைகளைப் பயன்படுத்தி மேற்கொள்ளப்படுவதுடன் அது தனிநபர் அமர்வுகள் மற்றும் குழு அமர்வுகள் என்பவற்றின் ஊடாக நடாத்தப்படுகின்றன. அனுராதா, இவ்வகை இரு செயன்முறை முறைமைகளை விடவும் வேறுபட்ட

யோசனைகளைக் கொண்டுள்ளார். அவர் குழு அமர்வுகளில் மாத்திரம் பங்குபற்றியுள்ளதான் அவர்களுடன் இன்னொரு தொகுதி Practice Supervision மேற்கொள்ளப்படுமாயின் மாத்திரம் தனிநபர் அமர்வுகளில் பங்குபற்றும் தனது விருப்பை வெளியிடுகின்றார். அதன் பின்னர் குழு அமர்வுகள் பற்றிய தனது கருத்துக்களை வெளியிடும்போது, குழு அமர்வுகள் சில பிரச்சினைச் சூழ்நிலைகளை ஏனையோர் வழங்கிய வெவ்வேறுபட்ட கருத்துக்களுக்கும் கண்ணோட்டங்களுக்கும் ஊடாக குழு நோக்குவதற்கான வாய்ப்புக் கிடைப்பதாகக் குறிப்பிடுகின்றார். அனுராதாவின் கருத்துக்கு ஏற்ப, வேறுபட்ட பல கோணங்களில் பிரச்சினை ஒன்றை எவ்வாறு அணுகுவது என்ற அறிவைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு உதவியதுடன் சேவைநாடிகள் முன்வைக்கும் பல்வேறு வகையினவான பிரச்சினைகளை நோக்குவதற்கும் வாய்ப்பு வழங்கியது. மேலும், அது சக பணியாளர்களுக்கு மத்தியில் கற்றலை இலகுவடுத்தியதனால் எல்லோரும் ஒரு குழுவாக ஒத்துழைப்பதற்கும் ஒருவரை ஒருவர் அறிந்துகொள்வதற்குமான வாய்ப்பைப் பெற்றமை, ஏனையோர் எவ்வாறு குறிப்பிட்ட உளவளத்துணை உத்திகளை பிரயோகிக்கின்றனர் என அறிவதற்கான புதிய மற்றும் வினைத்திறனான வழிகளை

வழங்குதல், உளவளத்துணையாளர்களைக் கட்டுப்படுத்தும் குறிப்பிட்ட சில இறுக்கமான சட்டக வடிவமைப்புக்களில் இருந்து வெளியே சென்று பிரச்சினையை நோக்குதல் அத்துடன் அவ்வாறான பிரச்சினைகளை புதிய மற்றும் புத்துணர்வுமிக்க வழிகளில் நோக்குதல் மற்றும் எதிர்காலத்தில் கரிசனை கொள்ளத்தக்க சாத்தியமான அம்சங்களை குழு அமர்வுகள் வழங்குதல் போன்றவற்றை அவர் பாராட்டுகின்றார். அதன் பின்னர், தனிப்பட்ட அமர்வுகள் பற்றிய தனது கருத்துக்களை விபரிக்கும் போது அவை ஒருவரின் சொந்த தனிப்பட்ட பிரச்சினைகளை Practice Supervisor உடன் கலந்துரையாடுவதற்கு மிகவும் உதவுகின்றன என அவர் பரிந்துரை செய்கின்றார். மேலும், அனுராதாவின் கருத்துக்கு ஏற்ப, குழு அமர்வுகளின் போது குறிப்பிட்ட சில விடயங்களைப் பகிர்ந்துகொள்வது சிரமமாக இருப்பதுடன் பணியில் உள்ள சக ஊழியர்களுக்கு தமது பாரிய பணிச்சுமை காரணமாக தமது சக பணியாளர்களின் கரிசனைகளைச் செவிமடுப்பதற்கு நேரமும் கிடைப்பதில்லை. அவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களிலும் தனிப்பட்ட அமர்வுகள் அதிகம் உதவுகின்றன எனவும் அவர் கூறுகின்றார். அவர் மேலும் குறிப்பிடுகையில், கொவிட்-19 இற்கு ஒரு தீர்வாக மேற்கொள்ளப்பட்ட

தனிப்பட்ட தொலைபேசி அமர்வுகள் குழு அமர்வுகளை நாடாத்துவதற்கான தடையொன்றாகக் காணப்பட்டதாகவும், அத்தகைய தொலைபேசி மூலமான அமர்வுகள் தனிப்பட்ட அமர்வுகளை ஒத்தவையாகக் காணப்பட்டதாகவும், குழு அமர்வுகளுடன் ஒப்பிடுகையில் அவை அவற்றைவிட மிக வினைத்திறனாக மற்றும் வசதியாக அமைந்ததாகவும் கூறுகின்றார். குழு அமர்வுகளுக்கும் தனிப்பட்ட அமர்வுகளுக்கும் இடையிலான ஒப்பீடொன்றை மேற்கொண்ட பின்னர், தனிப்பட்ட அமர்வுகள் சேவைநாடிகளின் பிரச்சினைச் சூழ்நிலைகள் மற்றும் அவர்கள் முன்வைக்கும் பிரச்சினைகள் பற்றிக் கலந்துரையாடல்களை மேற்கொள்வதால் அவ்வமர்வுகள் நன்மை பயப்பனவாக உள்ளன என அனுராதா குறிப்பிடுகின்றார். அதற்கான தனது காரணங்களை முன்வைக்கும் போது, உறுப்பினரொருவர் கரிசனை ஒன்றை முன்வைக்கின்ற சூழ்நிலைகள் ஏற்பட முடியும், பல உறுப்பினர்கள் அவனை / அவளை மதிப்பீடு செய்ய முயற்சிப்பர், அவ்வாறு மதிப்பீடு செய்யும்போது அவன்/ அவள் மேற்கொள்ளும் நடவடிக்கைகள் அவர்களின் சொந்த மட்டுப்படுத்தப்பட்ட பணி / சிந்தனைச் சட்டக வடிவத்தை சார்ந்ததாகவே அமையும். இவ்வாறான சூழ்நிலைகளில் உறுப்பினர்கள் வாய்மொழி

மூலம் அல்லது வாய்மொழியைப் பயன்படுத்தாத வகையில் வெளிப்படுத்தும் கருத்துக்கள் முன்வைப்பவரை அசௌகரியத்துக்கு உள்ளாக்கலாம் என்பன அனுராதா குறிப்பிடும் காரணங்களாக அமைகின்றன. இத்தகைய கருத்துக்கள் உளவளத்துணையாளரின் உளவளத்துணைத் திறன்கள் பற்றிய விடயங்களையும் உள்ளடக்கி இருக்கக்கூடும். அவர் மேலும் இது பற்றிக் கூறுகையில், அமர்வுக்கு வெளியே சம்பவம் பற்றிய விபரங்கள் எவ்வாறு கலந்துரையாடப்பட வேண்டும் அல்லது முன்வைப்பவரிடம் கேட்கப்படக் கூடாது என்பன தொடர்பில் தனித்துவமான விதிகள், ஒழுங்குவிதிகள் மற்றும் வழிகாட்டல்கள் என்பவற்றின் ஊடாக Practice Supervision ஆரம்பிக்கப்படும் போது, இவ்விடயங்கள் பின்பற்றப்படாத வேளை அவ்வாறான சம்பவங்களில் சேவைநாடிகளின் இரகசியத்தன்மை மற்றும் அந்தரங்கம் என்பவற்றுக்கு சேதம் ஏற்படலாம். எனவே, இந்த அனைத்து விதிகள் மற்றும் வழிகாட்டல்கள் பின்பற்றப்பட்டால், Practice Supervision தொடர் செயன்முறை மிகவும் வினைத்திறனாக அமையும். இதன் மூலம், தேவையற்ற நீண்ட விபரிப்புக்கள் மற்றும் பரிமாற்றங்கள் தவிர்க்கப்படுவதால் குறுகிய நேரத்தில் உறுப்பினர் அதிக அறிவைப் பெறுவது

இவ்வழிகாட்டல்களைப் பின்பற்றுவதன் இன்னொரு நன்மையாகும்.

அதன் பின்னர், Practice Supervision இன் போது தனக்கு வழங்கப்பட்ட திருமணம் முடிந்த ஓர் இளம் தம்பதியினரின் சம்பவம் பற்றி அனுராதா விபரிக்கின்றார். மிகவும் செல்வந்தக் குடும்பங்களைச் சேர்ந்த அவர்கள் இருவரும் பேசி முடிக்கப்பட்ட திருமணம் ஒன்றின் ஊடாக மண வாழ்க்கைக்குள் நுழைந்தனர். அவர்களுக்கு 3 வயது நிரம்பிய மகன் ஒருவர் உள்ளதுடன் அவர்களுக்கு மத்தியில் ஏற்பட்ட தொடர்ச்சியான சண்டையினால் இவ்விடயம் அவர்களிருவருக்கும் உறவினரான நபர் ஒருவரால் அனுராதாவிடம் கொண்டுவரப்பட்டது. மனைவி மிகவும் ஆடம்பரமான மற்றும் செலவுமிக்க வாழ்க்கைப் பாணியைக் கொண்டவராகவும், கணவன் உயர் நிதியில் நிலையில் இருந்தபோதும் எப்போதும் பணத்தைச் சேமிக்க முனைபவராகவும் அவர்கள் காணப்பட்டனர். இருவருக்கும் இடையிலான இவ்வேறுபாட்டின் காரணமாக வீட்டில் சண்டைகள் ஏற்படுவது பொதுவான ஒரு நிகழ்வாக அமைந்திருந்தது. இவ்விடயம் உளவளத்துணையாளருக்கு ஆற்றுப்படுத்தப்பட்ட போது மனைவி தனது கணவனின் பெற்றோருடன் அடிக்கடி

முரண்பாடுகளை ஏற்படுத்த ஆரம்பித்தார். அவர்களுடன் அனுராதா நீண்ட நேரம் மேற்கொண்ட கலந்துரையாடலின் பின்னர் அவர்கள் குறிப்பிட்ட சில விடயங்களை மறைக்கின்றனர் என்பதைப் புரிந்து கொண்டார். உளவளத்துணை மூலம் அவர்கள் எதனை அடைய முயற்சிக்கின்றனர் எனக் கேட்கப்பட்ட போது அவர்கள் “மகிழ்ச்சியான குடும்ப வாழ்வை” அடைய முற்படுவதாகக் கூறினர். இது உண்மையாக இருந்தபோதும் மனைவி கணவனின் பெற்றோர் பற்றியே அதிகம் கதைக்க முற்படுவதை அனுராதா அவதானித்தார். இவ்விடயம் Practice Supervision ஒன்றில் கலந்துரையாடுவதற்குப் பொருத்தமானது என அனுராதா கண்டறிந்தார். Practice Supervisor உடனும் தனது சக பணியாளர்களுடனும் ஆலோசனைகளை மேற்கொண்ட போது பாலியல் வாழ்வு பற்றிய சேவைநாடியின் கருத்துக்களை மேலும் ஆராயுமாறு அனுராதாவுக்குக் கூறப்பட்டது.

மேற்குறிப்பிடப்பட்ட விடயத்தை உளவளத்துணையாளர் ஆய்ந்தறிந்து முன்கொண்டு செல்லும்போது அத்தம்பதியினரின் சூழ்நிலை பற்றிய முக்கிய விபரங்களைத் திரட்டிப் புரிந்து கொள்ள உதவும் தகவல்களை

ஒன்றுசேர்க்க முடிந்தது. அவர்களுக்கு மேற்கொள்ளப்பட்ட உளவளத்துணை இடையீடுகளில் மனைவி எதிர்கொள்ளும் தனித்துவமான, பாலியல் ரீதியாகக் கடத்தப்பட்ட நோய் ஒன்று பற்றிய அறியாததன்மையைத் தீர்க்கும் வகையில் அமைந்த உளவியல் கல்வி வழங்குதல், அந்நோய் தொடர்பாக அவள் கொண்டிருந்த துயரத்தை அகற்றுதல், அதற்கான மருத்துவ உதவியைப் பெறத் தூண்டுதல் மற்றும் உதவிமிக்க ஆறுதலளிக்கும் உத்திகளைப் பின்பற்றுவதன் ஊடாக சிறந்த உளநலத்தைப் பேணுதல் பற்றிய வழிகாட்டல் என்பன வழங்கப்பட்டன. மேலதிகமாக, குடும்பத்தின் பொறுப்புக்களை ஏற்றுக்கொள்ளல், நேரத்தை முகாமை செய்தல் மற்றும் எதிர்காலத்துக்காகச் சேமித்தல் ஆகிய விடயங்களைச் சித்திரிக்கவும் அவற்றில் சேவைநாடியின் இயலுமைகளைக் கட்டியெழுப்பவும் உளவளத்துணையாளர் குறுகிய மாதிரிக் கதைகளைப் பயன்படுத்தினார்.

மேற்குறிப்பிடப்பட்ட விடயங்களை மேற்கொள்ளும் பொழுது தேவையான சந்தர்ப்பத்தில் உளவளத்துணையாளருக்கு Practice Supervisor இன் வழிகாட்டல் வழங்கப்பட்டது. இவ்வாறான

இடையீடுகளின் காரணமாக ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் சேவைநாடி தனது கோபத்தை முகாமை செய்வதற்கு தனது சொந்தத் திறன்களைப் பயன்படுத்தியமையை இச்செயற்பாட்டின் சுவாரசியமான வெளியீடாக அனுராதா நோக்குகின்றார். மேலும், குடும்பங்களின் கூட்டுச் சொந்தமாகவிருந்த எல்லா நிதிகளும் வியாபாரங்களும் கணவனுடைய பெற்றோரின் கட்டுப்பாட்டுக்குள் இருந்தமையால் இக்குடும்பம் சிறிது நிதிப்பிரச்சினையையும் எதிர்கொண்டிருந்தது, இந்நிலையில் உளவளத்துணையாளர் அவர்களின் குடும்பத்துக்கு வருமானத்தை ஈட்டும் பொருத்தமான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வதற்கான வழிகாட்டலையும் அத்தம்பதியினருக்கு வழங்கினார். Practice Supervisor இன் போது தன்னால் இச்சம்பவம் உட்பட ஐந்துக்கும் மேற்பட்ட சம்பவங்களை முன்வைத்துள்ளதாக அனுராதா கூறுகின்றார். இச்சம்பவங்களுடன் தொடர்புபட்ட சேவைநாடிகளுக்கு அமர்வுகளின் மூலமாக வழங்கப்பட்ட வழிகாட்டல் ஊடாக பிரச்சினைகள் தீர்க்கப்பட்டமைினால் அவரது சேவைநாடிகளுக்கு உதவி வழங்குவதற்கு அமர்வுகள் உதவி வழங்கியமையையும் சுட்டிக்காட்டுகின்றார்.

இறுதியாக, Practice Supervision மூலமாகக் கற்றுக்கொண்ட விடயங்களை அவர் பகிர்ந்து கொள்கின்றார். சேவைநாடிகள் மற்றும் ஏனையோர் கொண்டுள்ள பிரச்சினையை முன்வைப்பதுடன் தொடர்புபட்ட சிக்கல்களுக்கு மத்தியிலும் சேவைநாடியார் எனத் தெளிவாக அடையாளம் காண முடியுமாக இருப்பது மிகவும் முக்கிய கற்றல் என அவர் நோக்குகின்றார்.

மேலும், அனுராதாவின் அனுபவங்களுக்கு ஏற்ப, பின்வரும் விடயங்கள் முக்கியமான கற்றல்களாக அமைந்துள்ளன: உளவளத்துணையாளர்களாக அவர்கள் தமது வகிபாகத்தையும் நோக்கெல்லையையும் புரிந்துகொள்ளல், ஆற்றுப்படுத்தல்களை எவ்வாறு மற்றும் எப்போது மேற்கொள்வது என்பதுடன் சேவைநாடிக்கு தேவைப்படும் உதவியானது உளவளத்துணையாளரின் வகிபாகத்துக்கும் நோக்கெல்லைக்கும் அப்பாற்பட்டதாக இருக்குமாயின், ஆற்றுப்படுத்தல் மூலங்கள் பற்றிய தகவல்களைச் சேகரித்தல். மேலும், சூழ்நிலைகள் உளவளத்துணையின் ஒழுக்க நியமங்களுக்கு அப்பாற் செல்லுமாயின் அவற்றை அடையாளம் கண்டு சேவைநாடிகளுக்கும் அவர்களின் அன்புக்குரியவர்களுக்கும் தெரியப்படுத்தல், சேவைநாடியின் பிரச்சினையை வெறுமனே

தேவையற்ற விதத்திலும் சிக்கல் தன்மை கொண்ட விதத்திலும் நோக்காது பொருத்தமான உளவளத்துணை உத்திகளை அடையாளம் கண்டு அவற்றின் மூலம் சேவைநாடியின் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கு கவனம் செலுத்துதல், சேவைநாடியின் தேவைகளை ஆராய்ந்து அவற்றைப் புரிந்து கொள்ளல், சேவைநாடிகளின் தீர்க்கப்பட வேண்டிய பிரச்சினைகளை முன்னுரிமைப்படுத்துவதற்கு அவர்களுடன் ஒத்துழைத்துச் செயற்படல், உளவளத்துணையாளர் எடுக்கக் கூடாதென எதிர்பார்க்கப்படும் பொருத்தமற்ற மற்றும் தேவையற்ற அபாயங்களைத் தவிர்த்தல் என்பனவும், அனுராதாவின் கருத்துக்களுக்கு ஏற்ப இத்தொடர் செயன்முறையில் பெறப்பட்ட கற்றல் பெறுபேறுகளாக அமைந்துள்ளன.

இவை பற்றி அவர் மேலும் குறிப்பிடுகையில், முழுமையாக சக பணியாளர்களை மாத்திரம் பயன்படுத்தி நடாத்தப்படும் அமர்வுகளுடன் ஒப்பிடும்போது, Practice Supervisor நிபுணத்துவ அறிவுள்ளவராக இருப்பாராயின் அது மேற்பார்வை தொடர் செயன்முறையின் வெற்றிக்கு பாரியளவில் பங்களிக்கும். Practice Supervision தொடர் செயன்முறை என்பது செயன்முறைப்படுத்தல் உத்திகள்

பற்றிய பயிற்சிகள் வழங்கப்பட்டு அது உளவளத்துணை வழங்கல் செயற்பாடுகளில் பயன்படுத்தப்பட வேண்டும் என எதிர்பார்க்கப்படும் விடயமாகும்.

**திரு. மனுஸ் அவர்கள் 6 வருடகால அனுபவத்தை உளவளத்துணையில் கொண்டாண்டுள்ளதுடன் அட்டாளச்சேனை பிரதேச செயலகத்தில் இணைக்கப்பட்டுள்ளார். அவர் சமூக சேவை, உளவளத்துணை, சிறுவர் உரிமைகள் மற்றும் சிறுவர் பாதுகாப்பு எனும் துறைகளில் கல்வி கற்றுள்ளார். குழு பயிற்சி மேற்பார்வை முறை மற்றும் தனிப்பட்ட மேற்பார்வை முறை பற்றின அனுபவங்களை இந் நேர்காணலில் பகிர்ந்து கொள்கின்றார்.**

எஸ்தர் ஜோன்,  
மனோஸ் அபுபக்கர்

மனுஸ் அவர்களின் கூற்றின் படி சகமேற்பார்வை (Peer supervision) முறையானது முதல் முறையாக ஒரு தத்துவார்த்த உள்வீடாக 8-படிமுறைகளை கொண்டதொரு மாதிரியின் அடிப்படையிலேயே அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது வரவேற்கப்பட்டது. சகமேற்பார்வை முறைகளை குறித்து பழக்கமுடைய உளவளத்துணையாளர்களிற்கு இந்த பயிற்சி மேற்பார்வை (Practice Supervision) முறையானது மேலும் பயனளித்துள்ளது. மேலும், மேற்பார்வையாளர் தனது சிறந்த அனுபவங்களின் அடிப்படையிலேயே உளவளத்துணையாளர்களிற்கு வழிகாட்டுகின்றமையினால் இந்த முறை சிறந்த ஒரு முறை என கருதுகின்றார். பயிற்சி மேற்பார்வை முறைமையானது மேற்பார்வையாளருடனான நம்பிக்கை மற்றும் மரியாதை என்பனவற்றின் அடிப்படையில் உருவாக்கப்படும் தொடர்பு காணப்படுவது நன்மையான விடயம் என குறிப்பிட்டார். மேலும் 5P மாதிரி குறித்து கற்றுக்கொள்ளவும், அதனை எவ்வாறு பயன்படுத்துவது எனவும் சம்பவங்களின் முன்வைப்பு திறன் மற்றும் பிரச்சினைகளை தீர்த்து வைப்பதல் ஆக்கபூர்வமான சிந்தனையை கடைபிடிப்பது எவ்வாறு எனவும் கற்றுக்கொள்ள முடிந்தது.

திரு. மனுஸ் அவர்களின் கருத்திற்கிணங்க, பயிற்சி மேற்பார்வை முறையை பயன்படுத்துவதற்கு முன்பதாக குறிப்பிட்ட சம்பவமொன்றின் உளவியல் அம்சம் மற்றும் சிகிச்சை தலையீடுகள் குறித்து ஆராயும் திறன் பயன்படுத்தப்படவில்லை. ஏனெனில் கடந்த காலத்தில் காணப்பட்ட உளவளத்துணை ஆலோசனை நடைமுறைகள் பழக்கப்பட்ட நபர்களுடனும் பிரச்சனையின் சமூக அம்சங்களையும் மற்றும் நிதி நிர்வாக சேவை எனும் கூறுகளை உள்ளடக்கிக் காணப்பட்டது. அத்துடன் அவர் மேலும் குறிப்பிடுகையில் தீவிரமான தலையீடுகள் தேவைப்படுமிடத்து பயன்பெறுநர்களை மனநல மருத்துவருடன் தொடர்புபடுத்துவதே பொதுவான நடைமுறையாகும் என்று கூறினார். அத்துடன் இட வசதி இல்லாதது ஒரு சவாலாக இருந்தது. ஆகவே, உளவளத்துணை ஆலோசகர்களிற்கு தங்களது பயன்பெறுநர்களை நேரடியாக மனநலமருத்துவரிடம் அனுப்புவதற்கான ஒரு காரணமாக காணப்படுகின்றது எனவும் குறிப்பிட்டார். மேலும், சமூக உளவியல் காரணிகளையும் தனது தலையீட்டின் மட்டத்தின் ஆரோக்கியமான எல்லைகளை உருவாக்கிக்கொள்வதற்கு பயிற்சி மேற்பார்வையானது இவருக்கு உதவியுள்ளது. பயன்பெறுநர்களில் தூண்டுதல்களை எவ்வாறு

அடையாளங்காண்பது, சாத்தியமான தலையீடுகள், தகவல்களை மதிப்பாய்வு செய்வதற்கான வழிகள், பிரதிபலிப்புடன் கூடிய சிந்தனை மற்றும் மதிப்பீட்டு முறைகளை பயன்படுத்துதல் எனும் திறன்களை அவரிற்கு வளர்த்துக்கொள்ள இயலுமாக காணப்பட்டது எனவும் திரு. மனுால் அவர்கள் குறிப்பிட்டார்.

திரு. மனுால் அவர்களின் அனுபவத்தின்படி, குழு மேற்பார்வை முறையானது, வெவ்வேறு இடங்களை சார்ந்த வெவ்வேறு விதமான உளவளத்துணை ஆலோசகர்கள் தங்களது சம்பவங்களை முன்வைக்குகையில், கற்றுக்கொள்வதற்கு அது நன்மையான முறையாக விரும்பப்படுகின்றது. தனிப்பட்ட மேற்பார்வை முறைகளானது மிகவும் சிக்கலான சம்பவங்களான சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் வீட்டு வன்முறை என்பனவற்றின் போதே பயனுள்ளதாக காணப்படுகின்றது. மேற்பார்வையாளரிடமிருந்து சட்ட மற்றும் மருத்துவ ரீதியான வழிகாட்டுதல்களை பெற்றுக்கொள்வது அவ்வாறான சம்பவங்களின் போது மிகவும் பயனுள்ளதாக காணப்படுகின்றது.

மேலும், ஆசியா பவுன்டேசனாள் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட பயனர்

உள்வாங்கல் படிவங்கள் மற்றும் முறையான ஆவணமாக்கல் என்பனவும் தரவுகளை சேர்ப்பதிலும் வழங்கப்படும் உளவளத்துணையின் தரத்தை மேம்படுத்துவதற்கும் பயனளித்துள்ளது.

பயிற்சி மேற்பார்வையாளரினது வழிகாட்டுதலின் பிரகாரம் ஒரு ஆலோசகராக சம்பவங்களை மென்மேலும் திறன்மிக்க வகையில் கையாள உதவுவதுடன் ஒரு உளவளத்துணை ஆலோசகராக தனது தலையீட்டை வழங்க இயலுமான தனது எல்லைகளை நிர்ணயித்துக்கொள்ளவும் கற்றுக்கொண்டதாக நேர்காணப்பட்ட உளவளத்துணை ஆலோசகர் குறிப்பிட்டார். கடந்த காலத்தில் காணப்பட்ட உளவளத்துணை ஆலோசனை நடைமுறைகள் சமூக சேவை மற்றும் நிர்வாக சேவை எனும் இரண்டினதும் கூறுகளை உள்ளடக்கிக் காணப்பட்டதுட்டதால் பயிற்சி மேற்பார்வையாளரினது வழிகாட்டுதலின் பிரகாரம் ஒரு ஆலோசகராக தனது நோக்கத்தை புரிந்துகொள்ளவும் அதை விட்டு வெளியே செல்லாது செயற்படவும் தான் கற்றுக்கொண்டதாக நேர்காணப்பட்ட உளவளத்துணை ஆலோசகர் குறிப்பிட்டார்.

மேலும், உளவளத்துணை ஆலோசகருக்கு சாவாலாக இருந்த ஒரு பிரச்சினை குறித்ததான ஆய்வு தொடர்பாக கூறுகையில் ஒரு பயன்பெறுநர் பால்நிலை நோக்குகளுடன் தொடர்புபட்ட பிரச்சினை காரணமாக தற்கொலை செய்யும் எண்ணத்துடன் இந்த உளவளத்துணை ஆலோசகரிடம் உதவியை நாடி அணுகியுள்ளார். பயன்பெறுநர் தனது குடும்பத்தினால் திருமணம் செய்து கொள்ளும்படிக்கான அழுத்தத்திற்கு முகங்கொடுத்ததுடன் இந்த பால்நிலைநோக்கு தொடர்பான பிரச்சினையே குறிப்பிடத்தக்க அழுத்தத்தையும் ஏற்படுத்தியது. மேற்பார்வையாளர் அவ்வாறான பால்நிலை நோக்குகள் தொடர்புபட்ட பிரச்சினைகளிற்கு பங்களிக்கும் உளவியல், சூழலியல் மற்றும் உயிரியல் காரணிகள் குறித்து ஆலோசகரிற்கு தெளிவுபடுத்தியதுடன் தற்கொலை எண்ணங்கள் மற்றும் அறிவாற்றல் நடத்தை சிகிச்சை (CBT) ஆகியவற்றை கையாள்வதற்கு கிடைத்த வழிகாட்டுதலானது பயன்பெறுநரின் உணர்வுபூர்வமான நிலையை மீள சீரமைக்க உதவியாக அமைந்தது.

பயிற்சி மேற்பார்வையின் பின்னடைதல்களாக பயிற்சி மேற்பார்வை அமர்வுகளிற்காக பயணிக்க வேண்டிய

தூரம் குறித்துள்ள நடைமுறைச்சிக்கல்கள்  
குறித்தும் அவ்வாறான அமர்வுகளை  
நடாத்துவதற்கு சிறந்த கற்கும் சூழல்  
இல்லாமை குறித்தும் அவர் குறிப்பிட்டார்.

திரு. மனுஸ் அவர்கள் முடிவாக  
கூறுகையில் குறிப்பிட்ட விடயத்திற்கு  
அடிமையாதல், சிறுவர் துஷ்பிரயோகம்  
மற்றும் வீட்டு வன்முறை தொடர்பான  
உளவளத்துணை ஆலோசனை  
கற்றல் துறைகளில் மேலதிக அறிவை  
பெறுவதற்கு ஆவலாக உள்ளார்.

**ஐனாதனி அவர்கள் செங்கலடி பிரதேச செயலகத்துடன் இணைக்கப்பட்டு ஆலோசனை உதவியாளராக 7 வருட கால அனுபவத்தை கொண்டுள்ளார். ஐனாதனி அவர்களுடனான நேர்காணலில் பயிற்சி மேற்பார்வை (Practice supervision) அனுபவத்தையும் இந்த மேற்பார்வையின் மூலம் உளவளத்துணை ஆலோசகராக பெற்ற வளர்ச்சியையும் பற்றி தனது கருத்துகளை பகிர்ந்து கொண்டார்.**

எஸ்தர் ஜோன்,  
மனோஸ் அபுக்கர்

ஆசியா பவுன்டேசனல் (Asia Foundation) மேற்கொண்ட ஆய்வின் பரிந்துரைகளுக்கு அமைய உளவளத்துணை ஆலோசகர்களுக்கு உளவியல் சிகிச்சை மேற்பார்வையின்மையை அடையாளங்காணப்பட்டமையால் சக மேற்பார்வை (Peer support) அணுகுமுறை அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது (சிகிச்சை மேற்பார்வை வழங்கக்கூடிய சிகிச்சை உளவியாளர்கள் பற்றாக்குறை காரணமாக). இதற்கினங்க இயலுமையுடைய நபரினால் நடாத்தப்பட்ட சக மேற்பார்வை முறையின் அடுத்த கட்டமாக பயிற்சி மேற்பார்வை முறை 2 மாவட்டங்களில் முதலில் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. ஐனாதனி அவர்களின் அனுபவத்தின் படி, இரு மேற்பார்வை முறைகளும் செயற்றிறன் மிக்க ஆலோசனை சேவைகளை வழங்குவதற்கு அவருக்கு உதவியது.

மேலும் கூறுகையில், அவரது கடந்த கால அனுபவமானது எந்தவொரு மேற்பார்வையையும் கொண்டிருக்கவில்லை எனவும் தகவல்களை மற்றைய ஆலோசகர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளுதல் மற்றும் ஒருவருக்கொருவர் ஆலோசனைகளை பகிர்ந்து அவற்றை நடைமுறைப்படுத்துவது என்பனவற்றையே உள்ளடக்கியிருந்தது. சக மேற்பார்வை

அணுகுமுறை பயனுள்ளதாக அமைந்தாலும் அந்த நடைமுறை தனிப்பட்ட நோக்குகளை அடிப்படையாக கொண்டு அவற்றின் அடிப்படையில் தலையீடுகள் செய்யப்பட்டபடியினால் அது வெற்றிகரமானதாக காணப்படவில்லை. எவ்வாறாயினும், ஒவ்வொரு ஆலோசகரினதும் அனுபவங்கள் ஒன்றையொன்று ஒத்துக்காணப்பட்டமையினாலும் குழுவினாள் செயற்றிறன் மிக்க பங்களிப்பு காணப்படாமையினாலும் இந்த சக மேற்பார்வை நடைமுறையானதும் குறைபாடுள்ளதாகவே காணப்பட்டது.

ஆனபோதிலும் மேற்பார்வையின்மையை விட சக மேற்பார்வை முறை சிறந்தது என ஐனாதனி அவர்கள் கருதினார். மேற்பார்வையாளர்களின் அனுபவங்கள் மற்றும் அது குறித்த அறிவு என்பன ஆலோசகர்களின் குழுவிற்கு மேலதிக மதிப்பை சேர்த்தன. பயன்பெறுநர்களை கையாளுகையில் கிடைக்கும் துறைசார் கருத்துக்களின் மூலமாக ஆலோசகர்கள் இந்த நடைமுறையில் பயன்பெற்றனர் எனவும் அவர் மேலும் குறிப்பிட்டார். மேலும், 5P முறை பயன்பெறுரிடமிருந்து தேவையான தகவல்களைப் பெறுவதற்கான வழிகள் மற்றும் சம்பவத்தை குழுவிற்கு ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட முறையில்

முன்வைப்பதற்கான வழிகள் குறித்து விடயங்களை உள்ளடக்கிய ஒரு பயனுள்ள கற்றல் முறைமையாகும் என ஆலோசகர் குறிப்பிட்டார், பயிற்சி மேற்பார்வை முறையான அறிவு பரிமாற்றமாகவே கருதப்படுகின்றமையினால் இதன்போது பயன்பெறுநிற்கான தலையீடுகளை தீர்மானிக்க உதவுகிறது. மேலும் 5P முறையின் மூலமாக ஆலோசகர் பிரச்சினையின் மூலத்தை அறிந்துகொள்ளவும் (CPD பயிற்சி) அதன் அடிப்படையில் சம்பவத்தை புரிந்துகொள்ளவும் தனது சம்பவங்களை கையாளும் முறையையும் அவர் கற்றுக்கொண்டார் என ஆலோசகர் குறிப்பிட்டார். பயிற்சி மேற்பார்வை முறை தத்துவார்த்த அறிவு பரிமாற்றமாகவே கருதப்படுகின்றமையினால் இதன்போது பயன்பெறுநிற்கான தலையீடுகளை தீர்மானிக்க உதவுகிறது.

மேலும் பயிற்சி மேற்பார்வையானது ஆலோசகரது திறன்களையும் கற்றல்களையும் மேம்படுத்திக்கொள்ள உதவியுள்ளது. பிரச்சினைகளின் முக்கிய அடிப்படையை அடையாளங்காண்பதற்கும் தான் அந்த பிரச்சினையை தீர்க்காது பயன்பெறுநருக்கு அந்த பிரச்சினையை தீர்ப்பதற்கான வசதி வழங்குவதையும் இந்த செயன்முறையின் மூலம்

தான் கற்றுக்கொண்டிருப்பதாக அவர் குறிப்பிட்டார். மேலும், பயன்பெறுநருக்கு உதவிபுரிவதற்கு தலையீடு திட்டமிடல் பற்றிய கற்றல் பயனுள்ளதாக அமைந்துள்ளது. தான் ஆற்றக்கூடிய பங்கின் அளவுருக்களை அடையாளங்காண்பதும் அவற்றினுள்ளே தனது பணியை ஆற்றுவதும் அவர் கற்றுக்கொண்ட முக்கிய கற்றல்களில் ஒன்றாகும். உளவள ஆலோசனையாளால் கீழ்க்குறிப்பிடப்பட்ட சம்பவம் பயிற்சி மேற்பார்வையின் போது விவாதிக்கப்பட்டது. புரிந்துரைக்கப்பட்ட பயன்பெறுநிற்கு மனநல நோய்க்கான வரவாறு காணப்பட்டதுடன் அந்த பயன்பெறுநர் அதன்நிமித்தமாக மருந்துகளை எடுத்துக்கொண்டிருந்தார். இந்த நிலைக்கு சிகிச்சையளிக்க தற்போது அவர் எடுத்துக்கொண்டிருக்கும் மருந்துகள் அவசியமாக காணப்பட்டபோதிலும், பயன்பெறுநர் தேவையான சிகிச்சையை எடுக்க மறுத்துவிட்டார். அந்த பயன்பெறுநரின் கடந்த கால தகவல்களிற்கு அமைய அவரிற்கு உதவிபுரிய குடும்பமொன்று இல்லையெனவும் அவர் செய்துகொண்டிருந்த பணியை இழந்தமை அவர் அவ்வாறானதொரு நிலைக்கு தள்ளப்படுவதற்கு காரணம் எனவும் காண்பித்தன. அவ்வாறான

சூழ்நிலையின் போது பயன்பெறுநர் எந்தவித உளவள ஆலோசனைகளையும் பெறாது அதையும் மறுத்து விட்டார். குடும்பத்தின் உதவியின்மையினால், ஜனாதினி எடுக்கக்கூடிய தேர்வுகள் மிகவும் மட்டுப்படுத்தப்பட்டவையாக காணப்பட்டன. அதனால், தனது மேற்பார்வையாளரின் உதவியுடன் அந்த பயன்பெறுநரை மருத்துவமனையின் மனநலபிரிவிலிருக்கும் ஒரு மனநல சமூக சேவையாளரிற்கு புரிந்துரைக்க இயலுமாக காணப்பட்டது. 5P முறையின் மூலமாக ஆலோசகர் பிரச்சினையின் மூலத்தை அறிந்துகொள்ளவும் அதன் அடிப்படையில் சம்பவத்தை புரிந்துகொள்ளவும் தனது எல்லைகளினுள்ளே இருந்தவண்ணமே சம்பவங்களை கையாளும் முறையையும் அவர் கற்றுக்கொண்டார் என ஆலோசகர் குறிப்பிட்டார்.

ஜனாதினி அவர்களின் அனுபவத்தின்படி, இந்த இரு மேற்பார்வை முறைகளும் பயனுள்ளதாக அமைந்துள்ளன. சுகமேற்பார்வை முறையானது அனுபவங்களை பகிர்ந்து கொள்ள உதவுவதனால் ஒருவருக்கொருவரின் தனிப்பட்ட அனுபவங்களிலிருந்து கற்றுக்கொள்ள பயனுள்ளதாக இருக்கும். அதேசமயம், தனிப்பட்ட அமர்வுகளின் போது இரகசியத்தன்மையை பேணும்

தகவல்களை மேற்பார்வையாளருடன்  
பகிர்ந்துகொள்ளவும் அந்த சம்பவம்  
குறித்து விரிவாக கலந்துரையாடவும்  
இயலும். அதனால் நேர்காணல்  
செய்யப்பட்ட ஆலோசகர் இந்த தனிப்பட்ட  
மேற்பார்வை முறையை செயற்றிறன் மிக்க  
அப்பியாசமாக கருதுகின்றார்.

பயிற்சி மேற்பார்வை கிடைப்பதை  
நன்மையாக கருதும் அதே வேளையில்,  
பயன்பெறுநர்களை கையாளுவது  
தொடர்பாக தத்துவார்த்த கற்றல் மற்றும்  
உளவியல் சிகிச்சை முறைகளையும்  
உள்ளடக்குவது மேற்பார்வை  
அமர்வுகளுக்கு உதவியாக இருக்கும்  
என்று ஜனாதனி அவர்கள் மேலும்  
கூறினார். இருந்தபோதிலும், COVID  
நிலைமை காரணமாக தொடர்ந்த  
கண்காணிப்பு அமர்வுகளை நடாத்துவது  
சவாலாக அமைந்தாலும் பயிற்சி  
மேற்பார்வை முறை தங்களது வேலையை  
சிறப்பாக செய்வதற்கு அவசியம் எனவும்  
பயிற்சி மேற்பார்வை தொடர்ந்தும்  
வழங்கப்படும் என்ற எதிர்பார்ப்பை  
கொண்டுள்ளார்.

**திரு. மொ. ரியாஸ் அவர்கள் உளவளத்துணை ஆலோசனையாளராக கடந்த 10 வருட கால அனுபவத்தை கொண்டுள்ளதுடன் அவர் சாய்தமருது பிரதேச செயலகத்தில் பணிபுரிந்து வருகின்றார். உளவளத்துணை ஆலோசனையாளராக செயற்படும் திரு. மொ. ரியாஸ் அவர்களின் அனுபவத்தில், பயிற்சி மேற்பார்வை (Practice Supervision) முறைகள் மற்றும் சகமேற்பார்வை (Peer Support) முறை என்பதிலும் அவரின் அனுபவத்தை பற்றிய நோக்காணல்.**

எஸ்தர் ஜோன்,  
எல். ரி. முகம்மட் இயாஸ்

திரு. மொ. ரியாஸ் அவர்களால் பயிற்சி மேற்பார்வை மற்றும் சகமேற்பார்வை ஆகிய இரு முறைகளை இணங்கண்டுக்கொள்ள கூடியதாக இருந்தது. உளவளத்துணை ஆலோசனையாளரின கூற்றின் படி, சகமேற்பார்வை முறையுடன் ஒப்பிடுகையில் பயிற்சி மேற்பார்வையில் குறித்ததொரு பிரச்சினைக்கு கிடைக்கும் தத்துவார்த்த மற்றும் மருத்துவ ரீதியான உள்லீடானது மிகவும் அனுகூலம் வாய்ந்ததாக இருக்கின்றது. பயிற்சி மேற்பார்வையானது உளவளத்துணை ஆலோசகரின் அறிவையும் திறனையும் அதிகரிக்கின்றது.

சகமேற்பார்வை முறையானது ஆசியா / பவுன்டேசன் (Asia Foundation) நிறுவனத்தினால் அமைச்சுக்களிற்கு அறிமுகப்படுத்தப்பட்டதுடன் 2015ல் வெளியிடப்பட்ட சுற்றறிக்கையின் மூலம் இரு அமைச்சுக்களும் (சமூக சேவை மற்றும் பெண்கள்) தங்களது உளவளத்துணை ஆலோசகர்கள் இதனை பயன்படுத்துவதை கட்டாயமாக்கியன. இந்த சகமேற்பார்வை முறையானது மாதாந்தம் மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பு கூட்டங்களின்போது 9-10 வரையிலான உளவளத்துணை ஆலோசகர்களுடன் நடாத்தப்படுகிறது. நோக்காணல் காணப்பட்ட உளவளத்துணை ஆலோசகரின்

அனுபவத்திற்கு அமைய, பரந்தளவிலான அனுபவங்களுடன் காணப்பட்ட பழைய மற்றும் புதிய உளவளத்துணை ஆலோசகர்களை இந்த சகமேற்பார்வை முறையானது உள்ளடக்கியிருந்தது. ஒவ்வொரு உளவளத்துணை ஆலோசகர்களின் அனுபவமும் 3 தொடக்கம் 13 வருடங்கள் வரையிலாக காணப்பட்டதனால் பல்வேறுபட்ட துறைகளில் ஒவ்வொருவரினதும் நிபுணத்துவம் காணப்பட்டது. மேலும் ஒவ்வொருவரும் தங்களுடைய அனுபவங்களிலிருந்து பிரச்சினைகள் அல்லது சம்பவங்களை கையாளும்போது ஏற்படும் சவால்கள், பலங்கள், அனுபவங்கள் மற்றும் பலவீனங்களை பகிர்ந்து கொள்வது மிகவும் பயனுடையதாக காணப்பட்டது. அவ்வாறான அனுபவப்பகிர்வல் ஒவ்வொரு நபர்களும் எந்தெந்த மட்டங்களில் உள்ளனர் என்பதனை புரிந்துகொள்வதற்கும் உதவியது.

இதற்கு மேலதிகமாக பயிற்சி கண்காணிப்பின்போது உளவளத்துணை ஆலோசகர்களின் அறிவை கூர்மைப்படுத்துவதற்கு பயிற்சி மேற்பார்வை அவசியம் எனவும் இந்த துறையில் 15 - 20 வருட கால கள அனுபவமுள்ள நிபுணர்களிடமிருந்து அதனை

பெற்றுக்கொள்வது மிகவும் பயனுள்ளதாக காணப்படும் எனவும் அவர் குறிப்பிட்டார். ஒரு சம்பவத்தை முன்வைப்பதற்கு 5P வழிகளை கற்றுக்கொள்வதிலும் சவால் நிறைந்த பயன்பெறுநர்களை கையாள்வதற்கும் இந்த சகமேற்பார்வை முறையானது உதவுகின்றது. மேலும், பயன்பெறுனருடன் நல்லுறவை உருவாக்குவது ஆரம்பத்தில் சவாலாக காணப்பட்டது. பயிற்சி மேற்பார்வையினுடன், பயன்பெறுநருடன் இணைய தேவையான நல்லுறவை வளர்த்துக்கொள்ளும் திறன்கள் உருவாக்கப்பட்டன. மேலும், பிரச்சினை தொடர்பான ஆய்வு முன்வைப்பு, செயற்றிறன் மிக்க செவிமடுத்தல் திறன்கள் மற்றும் அவற்றின் பயன் மற்றும் தகவல் தொடர்பு திறன் என்பனவற்றை கற்றுக்கொள்ளுதல் என்பன உதவியாக அமைந்தன.

மேலும் நேர்காணல் செய்யப்பட்ட உளவளத்துணை ஆலோசகர் கூறுகையில் மருத்துவ நிபுணரின் மேற்பார்வையை பெற்றுக்கொள்வது உளவளத்துணை ஆலோசகர்களிற்கு கூடுதல் நன்மையாக காணப்படுகின்றது. பயிற்சி மேற்பார்வையின் போது விவாதிக்கப்பட்ட ஒரு பிரச்சினை குறித்தான ஆய்வு இக் கூற்றை மேலும் வலுப்படுத்துகிறது. போதைப்பொருளிற்கு அடிமையான ஒரு நபர் இந்த

உளவளத்துணை ஆலோசகரிற்கு பரிந்துரைக்கப்பட்டு ஒரு சுருக்கமான தலையீடு வழங்கப்பட்டது. தலையீட்டின் இறுதியின்போது பயனர் மதுபானம் அருந்துவதை நிறுத்துவது என்ற முடிவிற்கு வந்தார். ஆனபோதிலும் அவர் அடுத்தடுத்த அமர்வுகளில் கலந்துகொள்ளவில்லை. அந்த பயனர் மீண்டும் தனது அடிமைத்தனத்திற்கே சென்றுள்ளார் என அறிந்த கொள்ள இயலுமாக காணப்பட்டது. இந்த குறிப்பிட்ட ஆலோசகர் பயனருடைய உறவினரை சந்தித்து அந்த பயனரின் முன்னேற்றம் தொடர்பில் விசாரித்தபோது, அந்த குடும்பத்தின் நிதி நிலைமை காரணமாக பயனரிற்கு உதவி செய்ய வேண்டிய அவசியத்தை ஆலோசகர் உணர்ந்தார். ஆனபோதிலும், கொவிட் (COVID) ஊரடங்கு சட்டம் நிமித்தமாக பயனரை மறுவாழ்வு மையத்தில் அனுமதிக்க அதிகாரிகளிற்கு இயலவில்லை.

மேலே குறிப்பிடப்பட்ட பிரச்சினையானது பயிற்சி மேற்பார்வையாளருடன் கலந்துரையாடப்பட்டபோது இவ்வகையான சந்தர்ப்பங்களின்போது மருத்துவ உதவி எவ்வளவு முக்கியமானது என்பதனை அந்த மேற்பார்வையாளர் ஆலோசகரிற்கு சுட்டிக்காட்டி வழிகாட்ட முடிந்தது. பயனரிற்கு கொவிட் நிலைமைகள்

நிமித்தமாக மருத்துவ உதவியை பெற ஆலோசகர் பரிந்துரைப்பது அவசியமென்பதால், மேற்பார்வையாளர் ஆலோசகரிற்கு என்ன படிகளை எடுக்க வேண்டும் என்பது குறித்து வழிகாட்டினார். அதன்பின்னராக பயனர் சாதாரண நிலைமைக்கு திரும்ப இயலுமாகவும் காணப்பட்டது.

நேர்காணல் செய்யப்பட்ட உளவளத்துணை ஆலோசகர் கூறுகையில், சம்பவங்களை கையாளும்போது கிடைக்கும் ஆதரவிற்கு மேலதிகமாக, ஒரு நிபுணத்துவம் பெற்ற மேற்பார்வையாளரை கொண்டிருப்பது உளவளத்துணை ஆலோசகர்களிற்கு தங்களை மதிப்பிடுவதற்கும் சம்பவம் குறித்த கலந்துரையாடலானது ஒருவருக்கொருவருடைய ஆலோசனை நுட்பங்களிலிருந்து கற்றுக்கொள்ள உதவியுள்ளது. மேலும், ஒரேவிதமான சம்பவ அனுபவங்களை பகிர்ந்து கொள்வது ஒருவருக்கொருவருடைய சிக்கல் நிறைந்த பிரச்சினைகளை தீர்க்க உதவுகின்றது.

பயிற்சி மேற்பார்வையிலுள்ள பின்னடைவு பற்றி ஆலோசகர் கூறுகையில், சில ஆலோசகர்களிற்கு குறிப்பிட்ட சம்பவங்கள் ஏதும் இல்லையென்பதனால் அவர்களிற்கு பிரச்சினைகளை முன்வைப்பதற்கு இயலுவதில்லை. அவ்வாறான

சந்தர்ப்பங்கள் அவர்களிற்கு தங்களை குறித்து குறைவாக உணருவதற்கான சந்தர்ப்பங்களை ஏற்படுத்துகின்றன. மேலும் இந்த ஆலோசகர் குறிப்பிடுகையில், சில சமயங்களில் முன்வைப்பாளர் தனது சகமேற்பார்வையாளர்களினால் குறைவாக மதிப்பிடப்படுப்படுவதைப்போல உணருவதனால் அந்த ஆலோசகர் தாழ்வு மனப்பாங்கை தம்மிடையே வளர்த்துக்கொள்வதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் உண்டு என குறிப்பிட்டார். எவ்வாறாயினும், பயிற்சி மேற்பார்வையில் எதிர்மறையான அம்சங்களை விட நேர்மறையான அனுகூலங்கள் அநேகம் காணப்படுகின்றது எனவும் அவர் குறிப்பிட்டார்.

இறுதியாக கூறுகையில், திரு. மொ. ரியாஸ் அவர்களின் மேற்பார்வை அமர்வுகளில் கற்றல் எனும் ஒரு கூறையும் இணைத்துக்கொள்வது கூடுதல் நன்மையாக காணப்படும். அதேபோல மேற்பார்வையாளர், பாலியல் ஆரோக்கியம் மற்றும் போதை அல்லது மதுபானங்களிற்கு அடிமையாகுதல் போன்ற குறிப்பிட்ட பாடங்களை உள்வளத்துணை ஆலோசகர்களுடன் கலந்துரையாடுதல் அல்லது அவர்களை பயிற்றுவித்தல் என்பது மிகவும் பயனுள்ளதாக காணப்படும்.

**சுபாந்தினி அவர்கள்  
மண்முனை பிரதேச  
செயலகத்துடன் இணைக்கப்பட்டு  
7 வருட கால அனுபவம்  
உள்ள உளவளத்துணை  
ஆலோசகராவார்.  
உளவளத்துணை  
பயணாளிகளுக்கான சமூக  
பணியிலும் அவர்களுக்கான  
விடய ஆய்விலும் ஆர்வம்  
கொண்டுள்ளார்.**

*எஸ்தர் ஜோன்,  
தர்மரட்சம் சுபானந்தினி*

செல்வி சுபாந்தினி அவர்களின் சகமேற்பார்வை (Peer Supervision) குறித்த கருத்திற்கிணங்க, ஆலோசகர்கள் ஒரேவிதமான அமைப்புக்களில் பணிபுரிந்தாலும், ஒவ்வொரு ஆலோசகரினதும் ஆலோசனை அனுபவமானது வேறுபட்டதாக காணப்படுகின்றது. ஒரு குறித்த சம்பவத்தை அல்லது பிரச்சினையை கையாளுவதில் ஒருவருக்கொருவரிடம் உள்ள அனுபவத்தை பகிர்ந்து கொள்வதும் ஒருவருக்கொருவரிடமிடையிலான கருத்துக்களை பெறுவதிலும் இது பயனுள்ள கற்றல் நடைமுறையாகும். பயன்பெறுநர்களை திறம்பட கையாளுவதற்கும் இந்த கற்றல் முறைமைகள் உதவியுள்ளன. மேலும், பயிற்சி மேற்பார்வை (Practice Supervision) மூலமாக பல்வேறுபட்ட உளவளத்துணை ஆலோசனை நுட்பங்கள், கருவிகள் மற்றும் அவ்வாறான நுட்பங்களை பயன்பெறுபவர்களுடன் பயன்படுத்துவதற்கான வழிகளையும் கற்றுக்கொள்ள உதவியுள்ளது. பயிற்சி மேற்பார்வையானது தனது மேற்பார்வையாளர் வழங்கிய வழிகாட்டலுடன் தனது தனிப்பட்ட சவால்களையும் சிந்தனைகளையும் அறிந்து பிரச்சினைகளை கையாளுவதற்கும் இந்த ஆலோசகரிடம் உதவியுள்ளது.

ஆரம்பத்தில் பதட்ட உணர்வு காணப்பட்ட போதிலும் ஆலோசகர்களிற்கு ஒரு சம்பவத்தை அல்லது பிரச்சினையை திறம்பட கையாளும் நம்பிக்கையை இந்த பயிற்சி மேற்பார்வையானது அளித்துள்ளது என செல்வி. சுபாந்தினி அவர்கள் மேலும் குறிப்பிட்டார். மேலும், குறிப்பிட்ட உளவளத்துணை ஆலோசனை நுட்பங்களை கதாபாத்திரங்களை நடித்து பழகுவதன் மூலம் கற்றுக்கொள்வதற்கு உதவியாகவும் பயத்தை குறைப்பதற்கு உதவும் எனவும் குறிப்பிட்டார். மேலும், சில சந்தர்ப்பங்களின்போது பயன்பெறும் நபரிடம் ஆராய்ந்து பார்க்க பல தேர்வுகள் இன்மையினால் அந்த குறிப்பிட்ட பயன்பெறுநருடன் மேலும் இணைந்து செயற்படவியலாது என ஆலோசகரிடம் தோன்றியுள்ளன. அத்துடன், குறிப்பிட்ட பகுதியினுள் மேற்பார்வையாளர்களை நியமிப்பதன் மூலம் பரிந்துரைகளை செய்ய இலகுவாக உள்ளது எனவும் குறிப்பிட்டார். ஒரு குறிப்பிட்ட வழக்கு அல்லது பிரச்சினையில் தேவைக்கு மேற்பட்ட வகையில் ஈடுபடாது எவ்வாறு கையாளுவது என்பதனையும் தான் கற்றுக்கொண்டதாக ஆலோசகர் குறிப்பிட்டார்.

திருமணத்திற்கு புறம்பேயான உறவின் மூலமாக குடும்பத்தில் பிரச்சினைகளிற்கு

முகங்கொடுத்த ஒரு பயன்பெறுநர் குறித்து நேர்காணப்படும் ஆலோசகர் குறிப்பிட்டார். குறிப்பிட்ட பயன்பெறுநர் ஆலோசகரின் உதவியை பெற பரிந்துரைக்கப்பட்ட காலப்பகுதியிலே பயன்பெறுநரின் கணவர் மற்றும் குடும்பம் ஆகியோர் இந்த குறிப்பிட்ட பிரச்சினை குறித்து மிகவும் கோபத்துடன் காணப்பட்டனர்.

இரகசியத்தன்மை பேணப்பட வேண்டியதன் நிமித்தமாக, பயிற்சி மேற்பார்வையாளருடன் இந்த பிரச்சினையானது தனிமையில் கலந்துரையாடப்பட்டதுடன் ஆலோசகர் எவ்வாறு கையாள வேண்டும் எனும் வழிகாட்டுதலானது அவருக்கு வழங்கப்பட்டது. பயன்பெறுநரின் கணவரையும் அவரது குடும்பத்தையும் குறிப்பிட்ட பிரச்சினை தொடர்பில் எவ்வாறு அணுக வேண்டும் எனவும் எவ்வாறு கையாள வேண்டும் எனவும் மேற்பார்வையாளர் வழிகாட்டுதலை வழங்கினார். பயிற்சி மேற்பார்வையின் உதவியுடன், சுபாந்தினி அவர்கள் குடும்ப உறவை மீள் சீரமைக்கவும் சில பிரச்சினைகளை தீர்த்து வைக்கவும் சாத்தியமானதாக காணப்பட்டது. அதன்பின்னராக பயன்பெறுநர் தனது குடும்பத்தின் நன்மையின் பொருட்டு சில தீர்மானங்களை எடுத்ததுடன் தனது பணியிடத்தையும் மாற்றியமைத்து கொண்டார்.

இவ்வாறான பயிற்சி மேற்பார்வையின் பின்னடைதல்களாக தொழில்நுட்ப காரணிகள் நிமித்தமாக மிகவும் சவாலானதாக காணப்படுகின்றது என சுபாந்தினி அவர்கள் குறிப்பிட்டார். மேலும் அவர்களின் அனுபவத்தின்படி அவரது தனிப்பட்ட அபிவிருத்திக்கு ஆய்வுக்கும் தனித்தனியாக ஆலோசிப்பதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் மிகவும் உதவியாக அமைந்துள்ளன என குறிப்பிட்டார்.







ISBN: 978-624-5791-00-2



9 786245 791002



**The Asia Foundation**



**SRP**

STRENGTHENING  
RECONCILIATION  
PROCESSES  
IN SRI LANKA



Co-funded by the  
European Union



Implemented by

**giz** Deutsche Gesellschaft  
für Internationale  
Zusammenarbeit (giz) GmbH

