



**මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ
ප්‍රතිකාරය පිළිබඳ වාහිරසේවා
කාර්ය සංග්‍රහය**



**වාහිරසේවා අංශය
අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය**

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය පිළිබඳ බාහිරසේවා කාර්ය සංග්‍රහය

ප්‍රකාශනය

බාහිරසේවා අංශය

අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය



අනුග්‍රාහකත්වය

ජපන් ජාත්‍යන්තර සහයෝගිතා ආයතනය

(Japan International Cooperation Agency – JICA)



**මක්දව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය පිළිබඳ බාහිරසේවා කාර්ය
සංග්‍රහය**

ISBN 978-624-6011-07-9

අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ බාහිරසේවා අංශයේ ප්‍රකාශනයකි.

පළමු මුද්‍රණය - 2024

මුද්‍රණය - EPA Printers

පිටකවර නිර්මාණය - දුලංග දිසානායක, අකුරණ ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලය

අන්තර්ගතය

පෙරවදන	ii
ස්තූතිය.....	iii
බාහිරසේවා කාර්ය සංග්‍රහය සම්පාදනය කරන ලද නිලධාරී කණ්ඩායම	iv
1. හැඳින්වීම	1
2. බාහිරසේවා මැදිහත්වීම.....	3
3. ප්‍රජා පාදක මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය	9
4. බාහිරසේවා ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම.....	18
4.1 සේවාලාභීන් හඳුනාගැනීම, අනාවරණ පරීක්ෂණය හා තක්සේරුකරණය, කෙටි මැදිහත්වීම සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන්ට යොමු කිරීම	20
4.2 ප්‍රතිකාරය සඳහා සේවාලාභීන් අභිප්‍රේරණය	26
4.3 ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරය	36
4.4 පවුල් පාදක ප්‍රතිකාර ක්‍රම.....	57
4.5 ප්‍රජානන වර්ධන විකිත්සාව	61
4.6 දුරකථන උපදේශනය	62
5. පසුරැකවරණය.....	66
6. බාහිරසේවා ක්‍රියාකාරකම් යටතේ ස්ථාපිත කළ යුතු ව්‍යුහයන්.....	73
7. බාහිරසේවා ක්‍රියාකාරකම්වලට අදාළ ආචාරධර්ම	83
8. ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය.....	87

පෙරවදන

අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය 2024 වර්ෂයට සිය හතළිස් වැනි සංවත්සරය සමරනු ලබයි. මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා පාලනය සම්බන්ධ ජාතික ආයතනය වශයෙන් හතළිස් වසරක ගමන්මග තුළ ශ්‍රී ලංකාවේ මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා පාලනය සහ ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපනය සම්බන්ධයෙන් සුවිශාල කාර්ය කොටසක් සිදුකරමින් සිටින අතර සේවාවන් සැපයීමේ පද්ධතිය (Service Delivery System) ප්‍රජා මට්ටම දක්වා ව්‍යාප්ත කර ඇත. ඒ සඳහා ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාස මට්ටමින් විෂය සම්බන්ධ වගකීම් පැවරුණු නිලධාරීන් අනුයුක්ත කිරීම, විවිධ නිලධාරී කණ්ඩායම් පුහුණු කිරීම, ස්වේච්ඡා කණ්ඩායම් ස්ථාපිත කිරීම සහ ප්‍රාදේශීය මට්ටම තුළ මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා ප්‍රතිකාරය පිළිබඳ ක්‍රියාමාර්ග ශක්තිමත් කිරීම සඳහා විවිධ යාන්ත්‍රණ හඳුන්වාදීම වැනි පියවර මේ වන විට ආරම්භ කර ඇත.

නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන් ඵලදායී සහ කාර්යක්ෂම ලෙස මෙන්ම සාක්ෂි මත පදනම්වූ ප්‍රවේශයක් තුළ සියලු පාර්ශව වෙත සැපයීම තවදුරටත් ඒ සඳහා අවශ්‍ය මාර්ගෝපදේශ සහ ප්‍රමිතීන් සංවර්ධනය කර ඇති අතර ඒ සඳහා කැපවීමෙන් කටයුතු කරන විවිධ පාර්ශවවල ධාරිතා සංවර්ධනය උදෙසා අඛණ්ඩව කටයුතු කරමින් සිටියි. මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය ක්‍රියාත්මක කරන මානව සම්පත් තවදුරටත් වැඩි කිරීම සහ ඔවුන්ගේ ධාරිතා සංවර්ධනය මණ්ඩලයේ අපේක්ෂිත ප්‍රධාන ඉලක්කයකි. එම කාර්යය සම්බන්ධයෙන් විධිමත් සහ සාක්ෂි මත පදනම්වූ ප්‍රවේශ ඇතුළත් මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයක අවශ්‍යතාවය හඳුනාගෙන එම අවශ්‍යතාවය පූරණය කිරීම සඳහා මෙම කාර්ය සංග්‍රහය සකස් කර ඇත.

මෙම කාර්ය සංග්‍රහය සකස් කිරීමේදී මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන කටයුතුවල නිරත නිලධාරීන් විසින් ලබාගෙන ඇති ක්ෂේත්‍ර අත්දැකීම් පාදක කරගෙන ඇති අතර මන්ද්‍රව්‍ය දුර්භාවිතය නිවාරණය හා පාලනය පිළිබඳ ශ්‍රී ලංකා ජාතික ප්‍රතිපත්තිය තුළින් අපේක්ෂිත කාර්ය කොටස වඩාත් කාර්යක්ෂමව සහ ඵලදායීව ක්‍රියාත්මක කිරීමට අවකාශය සැලසෙන අයුරින් සකස් කර ඇත.

මෙම බාහිරසේවා කාර්ය සංග්‍රහය මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන් ප්‍රජා මට්ටම දක්වා ව්‍යාප්ත කිරීමට සහ ඵලදායී සහ සාක්ෂිමත පදනම්වූ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීමට අවශ්‍ය තාක්ෂණය සපයන මූලාශ්‍රයක් වන අතර මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස් ප්‍රජාවක් නිර්මාණය කිරීම සඳහා ස්වේච්ඡාවෙන් දායකත්වය දැක්විය හැකි පාර්ශවයන්ට බාහිරසේවා මැදිහත්වීම සම්බන්ධයෙන් අවබෝධයක් ලබාගත හැකි මූලාශ්‍රයක් ද වේ. ඵලදායී බාහිරසේවා මැදිහත්වීමක් හරහා මන්ද්‍රව්‍ය සම්බන්ධයෙන් පවතින ඉල්ලුම අවම කිරීමේදී මෙම කාර්ය සංග්‍රහය උපයෝගී කරගන්නා ලෙස සියලු පාර්ශවයන්ට ආරාධනා කරමි.

ශාක්‍ය නානායක්කාර
සභාපති

ස්තූතිය

බාහිරසේවා මැදිහත්වීම තවදුරටත් ව්‍යාප්ත කිරීම සඳහා අවශ්‍ය ධාරිතා සංවර්ධනය සහ මාර්ගෝපදේශ සම්පාදනය කිරීමේ අරමුණ ඇතිව මෙම කාර්ය සංග්‍රහය සකස් කර ඇත. මෙම කාර්ය සංග්‍රහය, දැනට බාහිරසේවා මැදිහත්වීම තුළ ප්‍රායෝගිකව කටයුතු කරන නිලධාරීන්, ප්‍රජා සේවකයින් සහ ස්වේච්ඡා සම්පත්දායකයින් විසින් ලද අත්දැකීම් සහ ක්ෂේත්‍ර පිරික්සුම් ප්‍රතිඵල (Field Testing Results) ද පාදක කරගනිමින් සකස් කර ඇත. ඒ අනුව මෙම කාර්ය සංග්‍රහය අත්දැකීම් සම්භාරයක සංකලනයකි.

බාහිරසේවා කාර්ය සංග්‍රහය සකස් කිරීමේදී ඒ සඳහා අවශ්‍ය මාර්ගෝපදේශකත්වය සහ නායකත්වය ලබාදෙමින් අවශ්‍ය තාක්ෂණික මගපෙන්වීම ලබාදුන් අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ සභාපති නීතිඥ ශාක්‍ය නානායක්කාර මැතිතුමාට බාහිරසේවා අංශයේ ස්තූතිය පුදකරමි. සියලු පරිපාලන කාර්යයන් හරහා කාර්ය සංග්‍රහය සකස් කිරීමට අවශ්‍ය සහය දැක්වූ අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් ලක්ෂාන් ද සොයිසා මැතිතුමාට ස්තූතිය පුදකරමි.

කාලීන අවශ්‍යතාවයක් ව පැවති මෙවැනි කාර්ය සංග්‍රහයක් සකස් කිරීමට සහ මුද්‍රණය කිරීමට පූර්ණ අනුග්‍රාහකත්වය ලබාදුන් ජපන් ජාත්‍යන්තර සහයෝගිතා ආයතනයට (Japan International Cooperation Agency – JICA) අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ ප්‍රණාමය සහ ස්තූතිය පුදකරමි. එම කටයුතු සම්බන්ධීකරණයේදී සහය දැක්වූ JICA ආයතනයේ ජ්‍යෙෂ්ඨ ව්‍යාපෘති විශේෂඥ නාමල් රැළපනාව මහත්මියට ස්තූතිය පුදකරමි.

අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ සේවාවන් වඩාත් කාර්යක්ෂමව සහ විධිමත්ව සැපයීම සඳහා අවශ්‍ය සහය සහ පහසුකම් සලසන මහජන ආරක්ෂක අමාත්‍යාංශයේ ඇමතිතුමා, ලේකම්තුමා ඇතුළු සියලු නිලධාරීන්ට සහ සියලු මණ්ඩලීය සාමාජික නිලධාරීන්ට බාහිරසේවා අංශයේ ස්තූතිය පුදකරමි.

බාහිරසේවා කාර්ය සංග්‍රහය සකස් කිරීම සඳහා කැපවීමෙන් කටයුතු කළ සහ සිය ක්ෂේත්‍ර අත්දැකීම් පාදක කරගනිමින් වඩාත් ප්‍රායෝගික සහ දේශීය සන්ධර්භයට වඩාත් ගැලපෙන බාහිරසේවා ආකෘතියක් සකස්කර ගැනීමට දායකත්වය දැක්වූ බාහිරසේවා අංශයේ සියලු කාර්ය මණ්ඩලයට හෘදයාංගම ස්තූතිය පුදකරමි. කාර්ය සංග්‍රහය සකස් කිරීම සම්බන්ධයෙන් කැපවීමෙන් කටයුතු කළ බාහිරසේවා අංශයේ සංස්කාරක මණ්ඩලය නියෝජනය කළ සියලු නිලධාරීන්ට මෙන්ම ඒ සඳහා සහය දැක්වූ ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන අංශය, නිවාරණ හා අධ්‍යාපන අංශය සහ පර්යේෂණ අංශයේ සියලු නිලධාරීන්ට ස්තූතිය පුද කරමි.

බාහිරසේවා කාර්ය සංග්‍රහය සම්පාදනය සඳහා විවිධ අයුරින් සහය දැක්වූ සහ දායකත්වය දැක්වූ සියලු නිලධාරීන්ට බාහිරසේවා අංශයේ ස්තූතිය පුදකරමි.

තමර දර්ශන

සහකාර අධ්‍යක්ෂ - පර්යේෂණ / බාහිරසේවා (වැඩබලන)

බාහිරසේවා කාර්ය සංග්‍රහය සම්පාදනය කරන ලද නිලධාරී කණ්ඩායම

ප්‍රධාන සංස්කාරක මණ්ඩලය

ශාකානු නානායක්කාර
 තමර දර්ශන
 එස්. ඒ. ඩී. වානිකා අබේසිංහ
 පී. පී. යූ ලක්මාලි
 එච්. බුද්ධි එරංගිකා පෙරේරා

සභාපති
 සහකාර අධ්‍යක්ෂ - බාහිරසේවා (වැ.බ)
 සහකාර බාහිරසේවා නිලධාරී
 සහකාර උපදේශන නිලධාරී
 සහකාර බාහිරසේවා නිලධාරී

සහාය සංස්කාරක මණ්ඩලය

එල්. කේ. එස් මල්කුමාරි
 එච්. එම්. සී. ටී. සෙනෙවිරත්න
 ටී. ජී. ආරියරත්න
 එස්. එස්. ඩබ්. විජේරත්න
 ආර්. ඒ තුෂාරා නිල්මිණි
 එච්. ඒ. ජී. ඒ. එම්. සී. අමරසිංහ
 සුරංගි වෙලගෙදර
 එච්. ජී. සී ලක්මාල්
 ඩබ්. ඩී. බී. එන්. ලක්මාලි
 ඩබ්. ඒ. ඩී. පී. වික්‍රමාරච්චි
 ඩී. එම්. ඩී. පී දිසානායක
 සී. අයි. කේ. අමරකෝන්
 එස්. සී තොටවත්තගේ පියතුමා
 බී. අජිත් කුමාර
 ඒ. සියාමිනි වයලට්
 එම්. ඒ. ඩී. කේ. මදුරප්පෙරුම
 එච්. එම්. ඩී. සී හේරත්
 බී. ඩී. නිහතමානී බුලත්සිංහල
 ටී. ජී වමරි සුපුන්සලා
 පී. ඒ. එන්. පද්මසිරි
 සුරේකා දමයන්ති
 අසිත වාමර

බාහිරසේවා නිලධාරී
 බාහිරසේවා නිලධාරී
 බාහිරසේවා නිලධාරී
 බාහිරසේවා නිලධාරී
 සහකාර බාහිරසේවා නිලධාරී
 සහකාර බාහිරසේවා නිලධාරී
 සහකාර බාහිරසේවා නිලධාරී
 සහකාර බාහිරසේවා නිලධාරී
 සහකාර බාහිරසේවා නිලධාරී
 සහකාර බාහිරසේවා නිලධාරී
 බාහිරසේවා සහකාර
 බාහිරසේවා සහකාර
 බාහිරසේවා සහකාර
 උපදේශන සහකාර
 උපදේශන සහකාර
 උපදේශන සහකාර
 උපදේශන සහකාර
 උපදේශන සහකාර
 කළමනාකරණ සහකාර
 සංවර්ධන නිලධාරී

කාර්ය සංග්‍රහය සම්පාදනය සඳහා දායකත්වය දක්වන ලද සෙසු නිලධාරීන්

ලක්ෂාන් ද සොයිසා
 ප්‍රදීප් කොහොලානේගෙදර
 රෝෂන් ගුණවර්ධන
 වාමිකර ජයසිංහ
 උදේනි රණසිංහ
 තරිඳු පේරුසිංහ
 හිරුණි වත්සලා
 නිලානි රේණුකා
 එස් ඩබ් පී කුමාර
 කේ. ඒ. ඩී. මදුෂානි
 ඒ. එච්. එම්. සඟ්වාන්
 ඩබ්ලිව්. ඒ. ටී. එස් විරක්කොඩි
 ශනික මදුරංග

අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
 සහකාර අධ්‍යක්ෂ - නිවාරණ අධ්‍යාපන හා පුහුණු
 සහකාර අධ්‍යක්ෂ - ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන (වැ.බ)
 කළමනාකරු
 උපදේශන නිලධාරී
 උපදේශන නිලධාරී
 පර්යේෂණ නිලධාරී
 පර්යේෂණ නිලධාරී
 පර්යේෂණ නිලධාරී
 පර්යේෂණ නිලධාරී
 උපදේශන සහකාර
 උපදේශන සහකාර
 උපදේශන සහකාර

1. හැඳින්වීම

මත්ද්‍රව්‍ය දුර්භාවිතය නිවාරණය හා පාලනය සම්බන්ධයෙන් ක්‍රියාත්මකවන සියලු ප්‍රවේශයන් සමබර, සම්බන්ධීකරණය වූ සහ විද්‍යාත්මක සාක්ෂි මත පදනම්වූ ප්‍රවේශයන් වීම අවශ්‍ය වේ. මත්ද්‍රව්‍ය සැපයුම අවම කිරීම සහ ඉල්ලුම අවම කිරීම යන ප්‍රධාන උපායමාර්ග දෙක යටතේ කරනු ලබන ඵලදායී මැදිහත්වීම් හරහා මත්ද්‍රව්‍ය ගැටලුව හේතුවෙන් පුද්ගල සහ ප්‍රජා සමාජ ජීවිතයට ඇති කරන බලපෑම සහ හානිය අවම කරගත හැකිය. ඉල්ලුම අවම කිරීමේ උපායමාර්ගය තුළ නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපනය හරහා පුද්ගලයින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවීමෙන් වළක්වා ගැනීම මෙන්ම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවී සිටින පුද්ගලයින් ඉන් මුදවා නැවත සමාජගත කිරීම ඉලක්ක කරනු ලබයි. ඉල්ලුම අවම කිරීමේ ප්‍රවේශය තුළ ප්‍රජා මට්ටමින් කරනු ලබන බාහිරසේවා මැදිහත්වීම් වලට සුවිශේෂී ස්ථානයක් හිමිවේ. ගෝලීය මට්ටමින් ක්‍රියාත්මකවන බාහිරසේවා ආකෘතියට සාපේක්ෂව ශ්‍රී ලංකාව තුළ සංවර්ධනය කර ඇති සහ දැනට ක්‍රියාත්මකවන බාහිරසේවා ආකෘතියේ සුවිශේෂීභාවයක් හඳුනාගත හැකිය. එනම්, බාහිරසේවා මැදිහත්වීම තුළ නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපනය යන ප්‍රධාන අංශ දෙක අන්තර්ගත වන අතර එම අංශ දෙක අතර එකිනෙක සීමාවන් වෙන් කළ නොහැකි සහ එකිනෙක සම්බන්ධවූ මැදිහත්වීමක් ලෙස බාහිරසේවා මැදිහත්වීම සිදුවේ.

බාහිරසේවා නිලධාරීන් විසින් ඒකාබද්ධ ප්‍රවේශයක් යටතේ කටයුතු කරමින් සහ ප්‍රජා සහභාගීත්වය උපරිම වශයෙන් ලබාගනිමින් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සම්බන්ධයෙන් අවශ්‍ය මැදිහත්වීම් සිදුකරනු ලබයි. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත අක්‍රමතා සහිත සෑම පුද්ගලයෙකුටම ප්‍රතිකාර සේවාවන් සඳහා ප්‍රවේශවීමේ හැකියාව සහතික කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කර ඇති අතර මත්ද්‍රව්‍ය මත යැපෙන පුද්ගලයින්ගේ අවශ්‍යතා සහ ඇබ්බැහිකාරීත්වයේ මට්ටම් අනුව ප්‍රතිකාර සේවාවන් සහතික කළ යුතුය. එහිදී සේවා සැපයීමේ පද්ධතිය තුළ ප්‍රධාන ඉලක්කය වනුයේ නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන් ප්‍රජා මට්ටම සහ සේවාවන් අවශ්‍ය සියලු පුද්ගල කණ්ඩායම් වෙත කිසිදු බාධාවකින් හෝ විභේදනයකින් තොරව සැපයීමයි.

ප්‍රජාව පාදක කරගත් ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන ක්‍රියාවලියේ දිශානතිය සහ ඵලදායීභාවය තීරණය කරනු ලබන අත්‍යවශ්‍ය මූලිකාංග සම්බන්ධයෙන් සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සම්බන්ධයෙන් අපේක්ෂිත බාහිරසේවා මැදිහත්වීම් පිළිබඳව මෙමගින් මාර්ගෝපදේශ සම්පාදනය කර ඇත. ක්ෂේත්‍රයේ දැනට බාහිරසේවා රාජකාරී සිදුකරන නිලධාරීන් විසින් ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාත්මක කිරීම හරහා ලද අත්දැකීම් මෙන්ම ජාතික හා ජාත්‍යන්තර වශයෙන් පිළිගත් නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර ප්‍රමිතීන් මෙම කාර්ය සංග්‍රහය සම්පාදනයේදී මූලාශ්‍ර වශයෙන් යොදා ගෙන ඇත.

සාක්ෂි මත පදනම්වූ ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන වැඩසටහන් සහ නිවාරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම සම්බන්ධයෙන් මෙය වැදගත් මූලාශ්‍රයක් ලෙස භාවිත කළ හැකිය. මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන් ප්‍රජා මට්ටම දක්වා ව්‍යාප්ත කිරීම මෙන්ම එම සේවාවන් සපයන තවත් කණ්ඩායම් පුහුණු කිරීම සහ ඔවුන්ගේ සේවාවන් ඵලදායී ලෙස යොදා ගැනීම සඳහා අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය කටයුතු කරමින් සිටින අතර ඒ වෙනුවෙන් විවිධ පියවර ගෙන ඇත. එම නිසා මෙම කාර්ය සංග්‍රහය අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ නිලධාරීන් සඳහා පමණක් සීමා නොවන අතර ප්‍රජා මට්ටමින් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර කටයුතු සඳහා සම්බන්ධවන ඕනෑම පාර්ශවයක් සඳහා මූලාශ්‍රයක් ලෙස භාවිත කළ හැකිය.

බාහිරසේවා කාර්ය සංග්‍රහයේ අරමුණු

- ප්‍රජා මට්ටමින් මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන සේවාවන් සපයන නිලධාරීන් සඳහා අවශ්‍ය මාර්ගෝපදේශ සම්පාදනය
- ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරය සම්බන්ධයෙන් තාක්ෂණික වශයෙන් නිර්ණායක සහ මාර්ගෝපදේශ සම්පාදනය
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ඇඹිබැහිවූ පුද්ගලයින් සහ ඔවුන්ගේ පවුල්වල සාමාජිකයින් සඳහා එලදායී සහ තිරසර ප්‍රවේශයක් තුළින් මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස් සෞඛ්‍යමත් ජීවිතයක් ළඟා කර ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය බාහිරසේවා මැදිහත්වීම් හඳුන්වාදීම
- නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන් ව්‍යාප්ත කිරීමේ අරමුණ ඇතිව ස්වේච්ඡා සේවකයින් සහ විවිධ නිලධාරී කණ්ඩායම් පුහුණු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය තාක්ෂණික මගපෙන්වීම ලබාදීම.
- සාක්ෂි මත පදනම්වූ නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන් සැපයීම තහවුරු කිරීම
- ප්‍රජා පාදක නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරයට අදාළව ජාත්‍යන්තර වශයෙන් නිර්දේශිත මාර්ගෝපදේශ සහ ප්‍රමිතීන් දේශීය සන්ධර්භයට වඩාත් උචිත සහ ගැලපෙන අයුරින් උපයෝගී කර ගැනීම.
- එලදායී බාහිරසේවා මැදිහත්වීමක් සඳහා අවශ්‍ය අධීක්ෂණය සහ ප්‍රතිඵල ඇගයීම සඳහා මාර්ගෝපදේශ සම්පාදනය
- එලදායී බාහිරසේවා මැදිහත්වීමක් තහවුරු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය ආචාර ධර්ම පිළිබඳ අවධානය යොමු කිරීම
- නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන් තවදුරටත් ව්‍යාප්ත කිරීම සඳහා යෝජිත ව්‍යුහයන් සම්බන්ධයෙන් අවශ්‍ය මාර්ගෝපදේශ සම්පාදනය

2. බාහිරසේවා මැදිහත්වීම

හැඳින්වීම

බාහිරසේවා මැදිහත්වීම ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීමක් සහ ආකෘතියක් ලෙස ගෝලීය වශයෙන් අර්ථකතනය කර ඇත. නමුත් ශ්‍රී ලංකාව තුළ වසර 40 කට ආසන්න කාලයක සිට ප්‍රායෝගික වශයෙන් ක්‍රියාත්මක කර ඇති සහ දැනට ක්‍රියාත්මක කරමින් පවතින බාහිරසේවා මැදිහත්වීම සහ ආකෘතිය නිරීක්ෂණය කිරීමේදී එය ගෝලීය වශයෙන් නිර්වචනය කර ඇති සහ හඳුන්වාදී ඇති ආකෘතියට වඩා ඔබ්බට ගිය සුවිශේෂී ආකෘතියකි. එනම් බාහිරසේවා ආකෘතිය තුළ ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම් මෙන්ම නිවාරණය සඳහා කරනු ලබන මැදිහත්වීම් ද අන්තර්ගතවන අතර එම මැදිහත්වීම් සඳහා විවිධ මට්ටම්වල රාජ්‍ය පරිපාලන ව්‍යුහයන් සමඟ සහ රාජ්‍ය නොවන අංශ සමඟ සම්බන්ධීකරණය ද සිදුවේ.

ඒ අනුව බාහිරසේවා කාර්යභාරයට මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය උදෙසා පුද්ගලයින්, ප්‍රජාව සහ ආයතනික යාන්ත්‍රණය බලගන්වමින් පුද්ගලයින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවීම වළක්වා ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීම සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් සහ ඔවුන්ගේ පවුල් ඒකක වෙත අවශ්‍ය ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම් සිදුකරමින් නැවත සමාජගත කිරීම හා අවශ්‍ය පසුරැකවරණ සේවාවන් සැපයීම යන අංශ දෙකම අන්තර්ගත වේ. නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය යන අංශ දෙකම මත්ද්‍රව්‍ය සඳහා පවත්නා ඉල්ලුම අවම කිරීමේ උපායමාර්ගයට අදාළ ප්‍රවේශ දෙකක් වන බැවින් බාහිරසේවා ආකෘතිය තුළ එම අංශ දෙකම අන්තර්ගතවීම වඩාත් ඵලදායී වේ. නමුත් බාහිරසේවා ආකෘතිය තුළ මැදිහත්වීමේ ස්වභාවය සහ අපේක්ෂිත කාර්යභාරය සම්බන්ධයෙන් විශ්ලේෂණය කිරීමේදී ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම් සඳහා ප්‍රමුඛතාව ලබාදිය යුතුය. එයට සමගාමීව නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීම ගැටලු වළක්වාලීමේ ඵලදායී ප්‍රවේශයකි.

ප්‍රජා පාදක බාහිරසේවාව

විධිමත් සහ ගුණාත්මක ප්‍රතිකාර සේවාවන් සැපයීමේ පද්ධතියක් තුළ බාහිරසේවා ක්‍රියාකාරකම් යනු අත්‍යවශ්‍ය අංගයකි. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවී සිටින පුද්ගලයින් ප්‍රතිකාර සේවාවන්ට යොමුවීමේදී අදාළ පුද්ගලයින්ට නිවැරදි තොරතුරු සහ අභිප්‍රේරණයක් නොලැබීම තුළ ඔවුන් ප්‍රතිකාර සේවාවන් සමඟ සම්බන්ධවීම ප්‍රමාදවීම සිදුවේ. ඒ හරහා අදාළ පුද්ගලයින් මුහුණදෙන සෞඛ්‍ය සහ සමාජීය අභියෝග සහ ගැටලු තවත් උග්‍ර තත්ත්වයකට පත්වන අතර ඒ හරහා ඇතිවන හානිය වැඩිවේ. බාහිරසේවා මැදිහත්වීම් හරහා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් ප්‍රතිකාර සේවාවන් සමඟ සම්බන්ධවීමට ගතවන කාලය අවම කිරීමත් සමඟ පුද්ගලයින්ට ඇතිවන සෞඛ්‍ය සහ සමාජීය හානිය අවම කර ගැනීමට අවකාශය සැලසේ. මුල් කාලීනව මෙම අරමුණින් බාහිරසේවා ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රවර්ධනය කර ඇත. නමුත් වර්තමානය වන විට ඊට වඩා පුළුල් පරාසයක සේවාවන් සපයන ආකෘතියක් බවට බාහිරසේවා ආකෘතිය සංවර්ධනයවී ඇත.

බාහිරසේවා ආකෘතිය හරහා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් පමණක් නොව එම පුද්ගලයින්ගේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සමඟ බලපෑමට ලක්වන අනෙක් පුද්ගලයින් මෙන්ම සමස්ත ප්‍රජාව ඉලක්ක ගත කරනු ලබයි. බාහිරසේවා නිලධාරීන් විසින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින්ගේ උප සංස්කෘතික ලක්ෂණ මෙන්ම ප්‍රජාව තුළ ඇති සම්පත් පිළිබඳව හොඳ හඳුනාගැනීමකින් කටයුතු කරනු ලබයි.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් මුහුණදෙනු ලබන සමාජ අවමානය අවම කරමින් ඔවුන් ප්‍රතිකාර සේවාවන් වෙත යොමු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය දැනුම සහ අවබෝධය මෙන්ම අභිප්‍රේරණය ද සපයනු ලබයි.

බාහිර සේවා නිලධාරීන් විවිධ ව්‍යුහයන් සමඟ කටයුතු කරනු ලබයි.

- සෞඛ්‍ය සේවාවන්
- සමාජ සේවාවන්
- ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන සේවාවන්
- විශෝධන සේවාවන්
- නීතිය ක්‍රියාත්මක කිරීමේ සේවාවන්
- අධ්‍යාපන සේවාවන්
- රාජ්‍ය පරිපාලන ව්‍යුහයන්
- රාජ්‍ය නොවන හා සිවිල් ක්‍රියාකාරී ව්‍යුහයන්
- පුද්ගල හා ප්‍රජා මට්ටමේ ව්‍යුහයන්

බාහිර සේවාවන්වල ඉලක්කගත කණ්ඩායම්

- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින්
- දුගීභාවය, සමාජ බහිෂ්කරණය හෝ වෙනස්කොට සැලකීම හේතුවෙන් සෞඛ්‍ය සේවාවන් වෙත ප්‍රවේශය අහිමිවූ පුද්ගල කණ්ඩායම්
- තම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සහ ඒ හා බැඳී අනෙකුත් සෞඛ්‍ය ගැටලු මෙතෙක් හඳුනා නොගත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින්
- ප්‍රතිකාර සේවාවන් සඳහා අභිප්‍රේරණය නොවූ පුද්ගලයින්
- මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිකාරීත්වය සඳහා කිහිප අවස්ථාවක් ප්‍රතිකාර ලබාගත්තද නැවත ඇබ්බැහිවූ පුද්ගලයින්
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හෝ වෙනත් යම් සමාජ අපගාමී වර්යාවක් හේතුවෙන් සැඟවී සිටින කණ්ඩායම්වල පුද්ගලයින්
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සමඟ වෙනත් අවදානම් වර්යාවන්වල නිරත පුද්ගලයින්
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ඇබ්බැහිවූ තරුණ කණ්ඩායම් සහ නවයොවුන් වියේ පසුවන පුද්ගලයින්
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ඇබ්බැහිවූ කාන්තාවන් සහ ඔවුන්ගේ දරුවන්
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින්ගේ පවුල්වල සාමාජිකයින් (බිරිඳ, පවුලේ සමීප ඥාතීන්)
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවීම සඳහා අවදානමක් ඇති පුද්ගලයින් සහ කණ්ඩායම්
- මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම්වලට යොමුකරවීම සඳහා ප්‍රජා නායකයින් සහ ප්‍රජාමූල සංවිධාන

බාහිර සේවාවේ ඉලක්ක

- ඉලක්ක කණ්ඩායම් හඳුනාගැනීම, ප්‍රතිකාරය සඳහා අභිප්‍රේරණය කිරීම, සහ ඔවුන් වෙත ප්‍රතිකාර සේවාවන් සැපයීම
- ඉලක්ක කණ්ඩායම් වෙත අනෙකුත් සේවාවන් සැපයීම සහ එම සේවාවන් සමඟ සම්බන්ධ කිරීම
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින්ගේ සෞඛ්‍ය සහ සමාජ අවශ්‍යතා ආමන්ත්‍රණය කරමින් ඔවුන් මුහුණපාන අභියෝග සඳහා සහයවීම
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් සඳහා අවශ්‍ය සේවාවන් සැපයීම සඳහා ප්‍රජාව සමඟ සම්බන්ධවීම සහ ප්‍රජාව ඵලදායී ලෙස උපයෝගී කරගැනීම
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවූ පුද්ගලයින් විධිමත් ප්‍රතිකාරයකින් පසු නැවත සමාජගතවීම තහවුරු කිරීම සහ ඒ සඳහා අවශ්‍ය පසුරැකවරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම
- පුද්ගලයින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවීම සඳහා බලපාන අවදානම් සාධක හඳුනා ගැනීම සහ නිවාරණය හරහා පුද්ගලයින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවීම වැළැක්වීම
- ප්‍රජා පාදක මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය උදෙසා විවිධ පාර්ශව බලගැන්වීම
- නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය සම්බන්ධයෙන් මැදිහත්විය හැකි විවිධ ඉලක්ක කණ්ඩායම් හඳුනාගැනීම සහ පුහුණු කිරීම හරහා සේවාවන් ව්‍යාප්ත කිරීම
- ජාතික මට්ටමින් හඳුන්වාදෙනු ලබන නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර වැඩපිළිවෙල පළාත්, දිස්ත්‍රික්ක, ප්‍රාදේශීය සහ ප්‍රජා මට්ටම දක්වා ව්‍යාප්ත කිරීම

බාහිරසේවා ආකෘති

බාහිරසේවාව සම්බන්ධයෙන් ගෝලීය මට්ටම තුළ විවිධ ආකෘති සංවර්ධනය කර ඇති අතර අවස්ථානුකූලව එම ආකෘති මිශ්‍රව භාවිත කරනු ලබයි. එමෙන්ම එම ආකෘති අතර පැහැදිලි සීමාවන් පැනවීම අපහසු අතර අවස්ථානුකූලව එකිනෙක මත යැපෙන තත්ත්වයක් ඇත.

I. විසුක්ක / ස්ථානයකට සම්බන්ධ නොවූ ආකෘතිය (Detached Outreach)

මෙහිදී යම් ආයතනයකට හෝ නිවෙස් සමඟ සම්බන්ධ නොවී විවිධ ස්ථාන සහ පරිශ්‍ර වෙත ජංගම සේවාවන් සැපයීම සිදුවේ.

II. පදිංචි ස්ථානයට ගොස් සේවා සැපයීමේ ආකෘතිය (Domiciliary Outreach)

මෙහිදී මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ඇබ්බැහිවූ පුද්ගලයින්ගේ නිවෙස් සහ ප්‍රජාවන් වෙත ගොස් අවශ්‍ය ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම් සිදුකරන ආකෘතියකි. සමාජ අවමානය හෝ වෙනස්කොට සැලකීම හේතුවෙන් සේවාවන් වෙත ප්‍රවේශවිය නොහැකි පුද්ගලයින් මෙහිදී ඉලක්ක කරනු ලබයි.

III. තැන තැන ගමන් කරන භ්‍රමණශීලී ආකෘතිය (Peripatetic Outreach)

මෙම ආකෘතිය තුළ විවිධ ස්ථාන වෙත ගොස් සේවාවන් සැපයීම අදහස් වේ. ප්‍රජාව, ප්‍රජා මට්ටමේ විවිධ සංවිධාන සහ ආයතන වැනි පරිශ්‍ර වෙත ගොස් ඔවුන්ගේ සාමාජිකයින් වෙත සේවාවන් සැපයීම සහ ඒ වෙනුවෙන් පුද්ගලයින් හෝ නියෝජිතයින් පුහුණු කරමින් කටයුතු කිරීම මෙදිහි සිදුවෙයි. සේවාවන් තවදුරටත් ව්‍යාප්ත කිරීම සඳහා කටයුතු කරනු ලබයි.¹

අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය විසින් හඳුන්වාදී ඇති සහ ක්‍රියාත්මක කරනු ලබන බාහිරසේවා ආකෘතිය ඉහත ආකෘති තුනෙහිම සංකලනයක් ලෙස ක්‍රියාත්මක වේ.

බාහිරසේවා නිලධාරීන් සිය ප්‍රජාව සහ රාජකාරී කටයුතු කරන ප්‍රදේශය සම්බන්ධයෙන් පුළුල් අවබෝධයකින් පසුවිය යුතු අතර එහි පවත්නා සේවාවන් සම්බන්ධයෙන් නිවැරදි තොරතුරු දැන සිටිය යුතුය. එමෙන්ම එවැනි සේවාවන් සමඟ සම්බන්ධතාවය ගොඩනගාගෙන තිබිය යුතුය.

බාහිරසේවාවේ මූලික අවශ්‍යතා

- බාහිරසේවාවේ සහාය අවශ්‍ය පුද්ගලයින් හඳුනාගැනීම සඳහා ප්‍රමාණවත් උපායමාර්ග සහ ක්‍රමවේද පැවතිය යුතුය.
- සෞඛ්‍ය සහ නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන ආයතන සමඟ එකඟතාවයක් සහ සම්බන්ධතාවයක් ගොඩනගාගෙන තිබිය යුතුය.
- සමගාමී බාහිරසේවාවන්, HIV/AIDS සම්බන්ධ සේවාවන් සහ වෙනත් සෞඛ්‍ය හා සමාජ සුබසාධනයට අදාළ බාහිරසේවාවන් සමඟ සම්බන්ධතාවය ගොඩනගාගෙන තිබිය යුතුය
- මන්දව්‍යා භාවිත අක්‍රමික සඳහා මැදිහත්වීමේ ප්‍රවේශයන් ප්‍රවර්ධනය කළ යුතුය
- ප්‍රතිකාර හා නිවාරණ සේවාවන් සම්බන්ධයෙන් තොරතුරු බෙදාහැරීම
- ස්වේච්ඡාවෙන් ප්‍රතිකාර සේවාවන් වෙත යොමුකිරීම සිදුකළ යුතුය
- පවුල් සහ ප්‍රජාවන් වෙත සේවාවන් සැපයීමේ ක්‍රමවේද සකස්කර ගෙන තිබිය යුතුය
- ප්‍රතිකාර සේවාවන් වෙත යොමු කිරීමේදී එම පුද්ගලයින් සම්බන්ධ අඛණ්ඩ පසුරැකවරණය ද තහවුරු කළ යුතුය
- සියලු මැදිහත්වීම් සම්බන්ධ වාර්තා තබාගත යුතුය
- සේවාවන් සැපයීමේදී නිලධාරීන්ගේ සහ සේවකරුවන්ගේ ආරක්ෂාව සම්බන්ධයෙන් මෙන්ම අනාරක්ෂිත තත්ත්වයන් කළමනාකරණය කරගැනීම සම්බන්ධයෙන් ප්‍රමාණවත් පියවර ගත යුතුය.
- ප්‍රජා පාදක මන්දව්‍යා නිවාරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කරවීමට ප්‍රජාව බලගැන්වීම
- ප්‍රජා මට්ටමින් කටයුතු කරන සියලු සේවාවන් ඒකාබද්ධ කරමින් සේවා සැපයීමේ ජාලයක් ලෙස ඒකාබද්ධ ප්‍රවේශයක් තුළ සිට ක්‍රියාත්මක විය යුතුය.
- සෑම අවස්ථාවකම ප්‍රජාව වෙත නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන් සැපයීම අරමුණු කරගත් තවත් ව්‍යුහයන් සහ පුද්ගලයින් හඳුනාගෙන පුහුණු කළ යුතුය.

¹ ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය සහ එක්සත් ජාතීන්ගේ මන්දව්‍යා හා අපරාධ පිළිබඳ කාර්යාලය විසින් සකස් කර ඇති මන්දව්‍යා ප්‍රතිකාර පිළිබඳ ප්‍රමිතීන් - 2020

බාහිරසේවා නිලධාරියෙකුගෙන් අපේක්ෂිත කාර්යභාරය

ඉහත සියලු ආකෘති, සංකල්ප සහ අවශ්‍යතා සැලකිල්ලට ගනිමින් බාහිරසේවා කටයුතුවල නිරත නිලධාරියෙකුගෙන් අපේක්ෂිත කාර්ය කොටස නිර්ණය කර ඇති අතර අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය විසින් ක්‍රියාත්මක කරනු ලබන බාහිරසේවාව හරහා ප්‍රධාන වශයෙන් නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය යන අංශ දෙකම ඉලක්ක කර ඇත. ඊට අදාළව අපේක්ෂිත කාර්ය කොටස පහත ගොනු කර ඇත.



- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් හඳුනාගැනීම, අනාවරණ පරීක්ෂාව සහ ඒ මත පදනම්ව අවශ්‍ය මැදිහත්වීමේ මට්ටම නිර්ණය කිරීම සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන්ට යොමු කිරීම
- ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරය ක්‍රියාත්මක කිරීම
- හඳුනාගත් සේවාවලාභීන් සඳහා පුද්ගල හා කණ්ඩායම් උපදේශන සැසි සහ සේවාවලාභීන්ගේ පවුල්වල සාමාජිකයන් සඳහා පවුල් උපදේශන සැසි පැවැත්වීම.
- නේවාසික ප්‍රතිකාර මධ්‍යස්ථාන සහ සේවාවලාභියාගේ අවශ්‍යතාවය අනුව වෙනත් ප්‍රතිකාර මධ්‍යස්ථාන වෙත යොමු කිරීම.
- සේවාවන් වෙත ප්‍රවේශ නොවන අවදානම් කණ්ඩායම් වෙත ළඟාවීම සහ ඔවුන්ට අවශ්‍ය සේවාවන් සැපයීම
- සේවාවලාභීන් නැවත සමාජගත කිරීම සඳහා ඒකාබද්ධ ප්‍රවේශයක් තුළ සියලු සම්පත් සහ සේවාවන් සම්බන්ධීකරණය කිරීම
- මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිකාරී පුද්ගලයින්ට සුවවීම සඳහා අවශ්‍ය සහය ලබා දීම සඳහා එම පුද්ගලයින්ගෙන් සැදුම්ලත් ස්වයං උපකාරක කණ්ඩායම් (Self-help groups) පිහිටු වීමට කටයුතු කිරීම.
- ප්‍රජාපාදක ප්‍රතිකාර කඳවුරු (කෙටි කාලීන) සැලසුම් කිරීම, සංවිධානය කිරීම හා වෙනත් අදාළ පාර්ශවයන්ගේ සහය ලබාගනිමින් ක්‍රියාත්මක කිරීම.
- සේවාවලාභීන් සඳහා පසුරැකවරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම
- ප්‍රජාව තුළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ උදෙසා ප්‍රජාව බලගැන්වීම

- මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිකාරීත්වය සඳහා ක්‍රියාත්මක වන රජයේ රෝහල් ආශ්‍රිත මනෝවෛද්‍ය සායන වලට සහභාගි වීම සහ අවශ්‍ය උපදේශන සහ පසුරැකවරණ සේවාවන් ලබාදීම.
- අනෙකුත් රාජ්‍ය හා ක්ෂේත්‍ර නිලධාරීන් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ හා ප්‍රතිකාර ක්‍රියාවලියට පුහුණු කිරීම, ඔවුන් සම්බන්ධීකරණය කිරීම සහ ප්‍රජා මට්ටමේ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ හා ප්‍රතිකාර වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම
- පළාත්, දිස්ත්‍රික්ක, ප්‍රාදේශීය මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කමිටු සහ ප්‍රජා මට්ටම තුළ රැස්වීම්, ස්වේච්ඡා කණ්ඩායම් සහ සම්පත්දායක සංචිත ස්ථාපිත කිරීම, වැඩමුළු, සම්මන්ත්‍රණ පැවැත්වීම / සහභාගි වීම.
- අදාළ ප්‍රදේශයේ රාජ්‍ය නිලධාරීන්, රාජ්‍ය නොවන ආයතනවල නිලධාරීන්, ප්‍රජා නායකයින්, සිවිල් සංවිධාන ක්‍රියාකාරීන් හා නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන ආයතනවල නිලධාරීන් හෝ වෙනත් අදාළ පුද්ගලයින් සඳහා ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම් සහ නිවාරණය සම්බන්ධ පුහුණු වැඩසටහන් සංවිධානය කිරීම සහ ක්‍රියාත්මක කිරීම.
- ප්‍රජාව තුළ කාන්තාවන්, ළමුන්, තරුණ කණ්ඩායම් හා වැඩිහිටි පිරිමන් ඉලක්ක කරගත් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා අවශ්‍ය පුහුණුව හා මගපෙන්වීම ලබාදීම.

3. ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය

හැඳින්වීම

බාහිරසේවා මැදිහත්වීම තුළ ප්‍රධාන දිශානති දෙකක් අන්තර්ගත වන අතර එනම් මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරයයි. ප්‍රජා මට්ටම තුළ මැදිහත්වීම් සිදුකිරීමේදී විවිධ ඉලක්ක කණ්ඩායම් සමඟ වැඩ කිරීමට සිදුවන අතර විවිධ ව්‍යුහයන් සමඟ ද කටයුතු කිරීමට සිදුවේ. එවැනි අවස්ථාවල ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම මෙන්ම නිවාරණය හරහා සිදුකරන මැදිහත්වීම් ද අත්‍යවශ්‍ය කාරණයකි. එහිදී පාසැල් සිසුන්, තරුණ කණ්ඩායම්, කාන්තාවන් සහ පොදුවේ ප්‍රජාවේ පුද්ගලයින් උදෙසා සහ ඔවුන් සමඟ නිවාරණ කාර්යයන් සිදුකිරීම අවශ්‍ය වේ. බාහිරසේවා ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රධාන වශයෙන් ප්‍රජාව ඉලක්ක කරගෙන සිදුවන බැවින් ප්‍රජාව පාදක කරගත් මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ඒ සම්බන්ධයෙන් අපේක්ෂිත මැදිහත්වීම් මෙම පරිච්ඡේදය යටතේ ගොනු කර ඇත. නමුත් අවස්ථානුකූලව ප්‍රජාව තුළ සිටින විවිධ පුද්ගල කණ්ඩායම් මෙන්ම විවිධ ව්‍යුහයන්වලට අයත් ඉලක්ක කණ්ඩායම් උදෙසා ද මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ මැදිහත්වීම් සිදුකිරීමට බාහිරසේවා කටයුතුවල නියැලී සිටින නිලධාරීන් කටයුතු කිරීම අවශ්‍ය වේ.

ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ආකෘතිය, මන්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර භාවිතය නිවාරණය සහ ප්‍රජා මට්ටමින් සමාජ ගැටලු විසඳීම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය ප්‍රවේශයකි. ප්‍රජා මට්ටම තුළ මද්‍යසාර සහ වෙනත් මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය වැළැක්වීම ඉලක්ක කරගෙන ප්‍රජාවේ වෙසෙන පුද්ගලයින්ගේ, සම්පත්දායකයින්ගේ සහ එම ප්‍රජාව තුළ ඇති විවිධ ආයතන සහ සේවාවන්ගේ පුළුල් සහය සහ සහභාගිත්වය ඇතිව මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සඳහා පුළුල් මට්ටමේ බලපෑම්කරුවන් වශයෙන් එම පාර්ශව මැදිහත් කරගැනීම සහ එම සම්බන්ධ කිරීම තුළින් ප්‍රජාව තුළ ඇති මානව, භෞතික සම්පත් සක්‍රීයව යොදා ගෙන සිදු කෙරෙන නිවාරණය ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වශයෙන් හැඳින්විය හැකිය. තවද පුහුණු කිරීම, තොරතුරු සැපයීම, මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ දැනුම, අවබෝධය සහ කුසලතා වර්ධනය, අධ්‍යාපනය, ජීවන කුසලතා වර්ධනය, සහ මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ප්‍රතිපත්තිවලට නිවැරදි ලෙස බලපෑම් කිරීම ඇතුළත් බහුවිධ උපායමාර්ග භාවිතා කරමින් විවිධ සේවාවන් සහ විවිධ අංශ ඉලක්ක කරගත් පුළුල් වූ වැඩසටහනක් ලෙස මෙය දැක්විය හැකිය.

මෙම වැඩසටහන් තුළින් පුද්ගලයා මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවීම සහ භාවිතය වැළැක්වීම මෙන්ම පුද්ගල යහපැවැත්ම ප්‍රවර්ධනය කිරීම, හිංසනය, ප්‍රචණ්ඩත්වය සහ අපරාධ, කායික සහ මානසික රෝග වළක්වා ගැනීමට ප්‍රජා සාමාජිකයින් සම්බන්ධකර ගැනීම ද සිදුවේ.

ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයේ අරමුණු

- ප්‍රජාව තුළ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සම්බන්ධයෙන් ඇති ධනාත්මක අපේක්ෂාවන් අභියෝගයට ලක්කිරීම සහ නිවැරදි අවබෝධය ඇති කරවීම
- ප්‍රජාව තුළ සිටින පුද්ගලයින් මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවීම වැළැක්වීම
- ඒ සඳහා ප්‍රජාවේ පුද්ගලයින්ගේ, ප්‍රජා සංවිධානවල, අනෙකුත් ආයතනවල සහය ලබා ගැනීම සහ බලගැන්වීම.
- ප්‍රජාව තුළ තිරසාර වූ ධනාත්මක වෙනසක් ඇති කිරීමට අවශ්‍ය මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ දැනුම, අවබෝධය සහ කුසලතා වර්ධනය කිරීම.

ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයේ ප්‍රතිලාභ

- ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් තුළින් ප්‍රජාවේ පුද්ගලයින් මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවීම අවම වීම සහ නිදහස් වීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය හා සම්බන්ධ හිංසන, ප්‍රචණ්ඩත්වය සහ අපරාධ අවම වීම සහ වෙනත් සමාජ, නීතිමය සහ ආර්ථික ගැටලු අවම වීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය ආශ්‍රිත රෝග සහ අනතුරු අවම වීම.
- නිවාරණ දැනුම, අවබෝධය හරහා නිවැරදි පුද්ගල ආකල්ප සහ වර්ගයන් ඇතිවීම, සහ අභිතකර වර්ගයන් අධෛර්යට පත්වන සමාජ සම්මතයන් ප්‍රවර්ධනය වීම.
- ප්‍රජාව තුළ සමාජ සම්බන්ධතා ශක්තිමත්වීම
- ප්‍රජාව තුළ තීරසාර වෙනසක් සඳහා අභිප්‍රේරණයක් ඇතිවීම
- ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් හේතුවෙන් ප්‍රතිකාර අවශ්‍යතාව අවමවීම සහ මූලික අවස්ථාවේදීම ගැටලු විසඳීමට හැකිවීම සහ පිරිවැය අවම වීම.
- ගැටලු ඇතිවූ පසු කළමනාකරණය කිරීමට වඩා ප්‍රජා පාදක නිවාරණ වැඩසටහන් මගින් ගැටලු ඇතිවීම වැළැක්විය හැකි නිසා පහසු සහ වාසිදායක වීම.
- ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් තුළින් ප්‍රජාවේ සාමාජිකයින් අතර අන්තර් සබඳතා වර්ධනය වීම.
- සෞඛ්‍ය සම්පන්න ප්‍රජාවක් බිහිවීම.

ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයේ දිශානතිය

පුද්ගලයින් ජීවත්වන සමාජ වාතාවරණය විසින් ඔවුන්ගේ හැසිරීම්, ක්‍රියාකාරකම් තීරණය කිරීමට මෙන්ම සිතූම් පැතුම් ආදිය සඳහා ද ප්‍රබල දායකත්වයක් සපයයි. එහිදී, මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය දිරිමත් කරයි නම්, එහි වාසය කරන්නන්ගේ මන්ද්‍රව්‍ය කෙරෙහි රුචිකත්වයක් ඇතිවීම වර්ධනය වීම, භාවිතයට යොමු වීම සිදුවේ. තවද, මන්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර භාවිතය අධෛර්යමත් කරන සමාජ වාතාවරණයක් පවතින්නේ නම්, එහි වාසය කරන්නන් තුළ එම මන්ද්‍රව්‍ය කෙරෙහි ඇති කැමැත්ත දුර්වල වීම, භාවිතයට යොමු වීම අවමවීම හා භාවිතා කරන ප්‍රමාණය අඩුවීමටද හේතුවේ.

එම නිසා අප ජීවත්වන සමාජ වටපිටාව තුළ මන්ද්‍රව්‍ය හා මද්‍යසාර භාවිතයෙන් නිදහස් වාතාවරණයක් ඇතිකර ගැනීමට මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අධෛර්යමත්වන සමාජ වාතාවරණයක් නිර්මාණය කර ගැනීම වැදගත්වන අතර ඒ සඳහා සියලු පුද්ගලයින්ගේ මැදිහත්වීම, දායකත්වය සහ ඊට නායකත්වය ලබා දීම අතිශයින්ම වැදගත් වේ. මෙමගින් ප්‍රජාව තුළ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අඩුවීම සහ භාවිතය නතරවීම, භාවිතයට හසුවීමට ඇති අවදානම අවමවීම සිදුවේ.

මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයේදී එක් එක් මන්ද්‍රව්‍ය වර්ගය උදෙසා වෙන් වෙන්ව නිවාරණ ක්‍රමවේදයන් හඳුනා ගැනීමට මෙහිදී අපේක්ෂා නොකෙරේ. මන්දයත් මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ තාක්ෂණය භාවිතයේදී වඩාත් වැදගත් වනුයේ මන්ද්‍රව්‍ය වර්ගය මත පදනම් වූ මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයකට වඩා, භාවිතාවන මන්ද්‍රව්‍ය කුමක් වුවද, එම මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමු කරවන ආකර්ෂණීය සාධක සහ වාතාවරණය හඳුනාගෙන එය වෙනස් කිරීමයි. එනම් ද්‍රව්‍ය මත පදනම් නොවූ ක්‍රමවේදයයි.

මේ නිසා මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කාර්යයේදී වඩාත් වැදගත් වන්නේ පළමුව එම මත්ද්‍රව්‍ය දිරිගන්වන සහ ආකර්ෂණයක් ගොඩනැංවෙන ආකාරය සහ එය ක්‍රමිකව වර්ධනය වන ආකාරය හඳුනා ගැනීමයි.

ප්‍රජාව පාදක කරගත් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය කුමක් සඳහා ද ?

- මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හේතුවෙන් ඇතිවන සෞඛ්‍ය බලපෑම සම්බන්ධයෙන් අවධානය යොමු කිරීමට සහ සාකච්ඡා කිරීමට
- මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ඇතිවන ආර්ථික බලපෑම සම්බන්ධයෙන් අවබෝධයක් ඇති කිරීමට
- ප්‍රජාවක් තුළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හේතුවෙන් එම ප්‍රජාවට සහ පුද්ගලයින්ට ඇතිවන සමාජ අසාධාරණය පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීමට
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ආකර්ෂණයක් ගොඩනැංවෙන කාරණා සම්බන්ධයෙන් නිවැරදි සහ සාක්ෂි මත පදනම් වූ ප්‍රවේශයකින් අවබෝධයක් ඇතිකරවීමට

ප්‍රජා පාදක මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයේදී අවධානය යොමුකළ යුතු කරුණු

- නිවාරණයේදී මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ හානිදායක බව පිළිබඳ පමණක් නොව මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා සම්බන්ධ මිථ්‍යා විශ්වාස මෙන්ම එහි ඇති හිස්බව හා රැවටිල්ල ද පෙන්වාදීම අවශ්‍ය වේ. එනම් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් සතුටක්, වින්දනයක් ලැබීම, ප්‍රශ්න අමතක වීම ආත්ම විශ්වාසයක් ඇතිවීම, මහන්සිය නැතිවීම, ආදී මත සහ විශ්වාසයන් නිවැරදි නොවන බව අවබෝධ කරදීම.
- විශේෂඥයින්, ආගමික නායකයින්, ආයතන නිලධාරීන්, දේශපාලන අධිකාරිය, වැනි තෝරාගත් නිලධාරීන් මගින් පමණක් පණවූය යොමු කිරීම වෙනුවට ප්‍රජාවක සියලුම දෙනා එක්ව මෙම වෙනස ඇති කිරීමට ක්‍රියාත්මක වීම අවශ්‍ය වන අතර ඒ සම්බන්ධ විශේෂඥතාවය ද ප්‍රජාව තුළ ඇති කිරීම අවශ්‍යවේ.
- නිවාරණ කාර්යයන් සම්බන්ධ අයිතිය ප්‍රජාව සතු විය යුතුය. ප්‍රජාව තුළ පවතින සංවිධාන, පුද්ගලයින්, ව්‍යුහයන් හා අවස්ථාවන් ආශ්‍රිතව ක්‍රියාත්මක විය හැකිය.
- නිවාරණ ප්‍රවේශයන්වල සාර්ථක අසාර්ථකභාවය අදාළ නිලධාරීන්ගේ හෝ සංවිධානවල වගකීමක් නොවන අතර වැඩසටහනේ සාර්ථක අසාර්ථක බව සම්බන්ධයෙන් ප්‍රජාව වගකිව යුතුය. මෙය ඔවුන්ගේ කාර්යයක් සහ වගකීමක් ලෙස ප්‍රජාව දැකිය යුතුය.
- දේශන, සම්මන්ත්‍රණ, ප්‍රදර්ශන ආදියට හෝ විශේෂ වැඩසටහන්වලට පමණක් සීමා නොවී සාමාන්‍ය ජීවිතයේ කටයුත්තක් ලෙස කළ හැකි බොහෝ ක්‍රියාකාරකම් නිවාරණය තුළට එකතු කරගැනීම අවශ්‍ය වේ.
- එක් පුද්ගල කණ්ඩායමකගේ කාර්යයක් නොවිය යුතු අතර ප්‍රජාවේ සියලු පුද්ගලයින්ගේ කාර්යයක් විය යුතු අතර සියලු පාර්ශවවල මැදිහත්වීම ලබා ගත යුතුය.

නිවාරණ වැඩසටහනකින් පසු ප්‍රජාවක් තුළ ඇතිවිය යුතු වෙනස්කම්

- මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර කෙරෙහි ආකර්ෂණය (කැමැත්ත) ගොඩනැංවෙන සාධක ක්‍රමක්‍රමයෙන් අවම වීම සහ ශුන්‍ය වීම.
- මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර භාවිතයේ සැබෑ හානිය පිළිබඳව සංවේදීව දැනෙන අයුරින් නිවැරදි අවබෝධය ඇතිවීම.
- මද්‍යසාර, දුම්වැටි සහ මත්ද්‍රව්‍ය ව්‍යාපාරයේ උපක්‍රම පිළිබඳ ප්‍රජාව තුළ අවබෝධය දියුණු වීම හා ඊට විරෝධය ඇතිවීම.
- භාවිතයට හිමිවන වාසි වරප්‍රසාද ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අවම වීම හා ශුන්‍ය වීම.
- ප්‍රජාව තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර සුලභතාවය අවමවීම.
- භාවිතා කරන පුද්ගලයින් භාවිතයෙන් නිදහස් වීම.
- මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර භාවිතවන අවස්ථා අවමවීම
- මත්ද්‍රව්‍ය, මද්‍යසාර භාවිතය අවම වන නිවැරදි රාජ්‍ය ප්‍රතිපත්ති, නීතිරීති ඇතිකිරීම සහ ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා ප්‍රජාව තුළින් බලපෑම් ඇති වීම.

ප්‍රජාපාදක මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීම සහ ක්‍රියාත්මක කිරීම

නිවාරණ වැඩසටහනක් ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී වඩාත් සුදුසු නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් හඳුනා ගැනීමට සහ නිවාරණ වැඩසටහන සැලසුම් කිරීමේදී පහත සඳහන් කරුණු පිළිබඳව සැලකිලිමත්වීම වැදගත් වේ.

- ඉලක්ක කණ්ඩායම
- වැඩසටහන ක්‍රියාත්මකවන කාලසීමාව
- ඇති කළ යුතු අවබෝධ මට්ටම
- ක්‍රියාත්මක කරන පරිසරය
- අවස්ථාවේ ස්වභාවය/ විශේෂත්වය

නිවාරණ වැඩසටහන් ප්‍රධාන වශයෙන් කොටස් 02 කට වර්ගීකරණය කළ හැකිය. එනම්,

<p>I. ඉලක්ක කණ්ඩායම සහ ව්‍යුහය අනුව</p>	<p>පවුල් පාදක / ප්‍රජා පාදක / පාසැල් පාදක / අධ්‍යාපනික අංශය / මාධ්‍ය පාදක / වැඩබිම් පාදක /</p>
<p>II. වැඩසටහනේ ස්වභාවය අනුව</p>	<p>විධිමත් නිවාරණය අවිධිමත් නිවාරණය</p>

ප්‍රජාවක් තුළ පවතින තත්ත්වය වෙනස් කිරීම සඳහා වන නිවාරණ වැඩසටහනක පහත දැක්වෙන ලක්ෂණ පැවතීම යෝග්‍ය වේ.

- දීර්ඝ කාලීන ඉලක්ක සහිත හා ප්‍රජාවේ සෑම කොටසක්ම සහභාගිකර ගැනීමට ඉලක්කගත වූ වැඩසටහනක් වීම.
- බාහිර ආයතන හෝ පුද්ගලයින්ගේ අවධානයක් නිසා නොව ප්‍රජාවේ අවධානය මත ප්‍රජාව තුළින්ම මතුවූ වැඩසටහනක් වීම.
- එම වැඩසටහනේ අයිතිය ප්‍රජාව සතුවීම.
- ප්‍රජාව තුළ විෂය පිළිබඳ විශේෂඥතාවය ඇති වීම.
- නිවාරණ කටයුතු සඳහා ප්‍රජාවේ සම්පත් උපයෝගී කර ගැනීම.
- සැලසුම් කිරීම, ක්‍රියාත්මක කිරීම සහ ඇගයීම ආදී සියලු කටයුතු ද ප්‍රජාව විසින්ම සිදුකිරීම.
- නිවාරණ කටයුතුවල සාර්ථක හා අසාර්ථකභාවය එම ප්‍රජාවේම වගකීමක් බවට පත්කිරීම.
- ප්‍රජාවේ සෑම සංවිධානයක්, පුද්ගලයෙක්, ස්ථානයක් හා විශේෂ අවස්ථාවක්ම මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කටයුතු සඳහා යොදා ගැනීම.

ප්‍රජා පාදක නිවාරණ වැඩසටහන යටතේ භාවිත කළ හැකි නිවාරණ ප්‍රවේශ

- | | |
|---|---|
| ❖ දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන් | ❖ මාධ්‍ය සාකච්ඡා |
| ❖ සාකච්ඡා | ❖ ශ්‍රව්‍ය හෝ ශ්‍රව්‍ය දෘශ්‍ය වැඩසටහන් |
| ❖ පුහුණු වැඩමුළු | ❖ අන්තර්ජාල සහ මාර්ගගත තාක්ෂණ වැඩසටහන් |
| ❖ කුඩා කණ්ඩායම් සාකච්ඡා, | ❖ මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කඳවුරු |
| ❖ රැස්වීම් | ❖ ජංගම ක්‍රියාකාරකම් |
| ❖ පුද්ගල සාකච්ඡාවන් | ❖ වාරිකා ආශ්‍රිත ක්‍රියාකාරකම් |
| ❖ උද්දේශන සැසි | ❖ පෝස්ටර් / බැනර් / ස්ටිකර් කැම්පේන් |
| ❖ උපදේශන සැසි | ❖ විදිනාට්‍ය |
| ❖ ගෘහස්ථ මට්ටමින් දැනුවත් කිරීම. | ❖ චිත්‍ර තරග |
| ❖ ජංගම සේවා වැඩසටහන් | ❖ නිවාරණ ප්‍රදර්ශන |
| ❖ නිවාරණ කුසලතා පාදක අභ්‍යාස සහ ක්‍රියාකාරකම් | ❖ විෂයට අදාළ අවස්ථානුකූල වැඩසටහන් |
| ❖ ප්‍රගති සමාලෝචන රැස්වීම්. | ❖ අවිධිමත් නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් |
| ❖ ප්‍රතිපත්ති තීරණ සඳහා උද්දේශන ක්‍රියාකාරකම් | ❖ වෙනත් විෂය සමගාමී විවිධ ක්‍රියාකාරකම් |
| ❖ විශේෂ ජංගම සේවා වැඩසටහන් | |
| ❖ පැවරුම් | |

ප්‍රජා පාදක නිවාරණය තුළ තෝරාගත හැකි ඉලක්ක කණ්ඩායම්

ප්‍රජා පාදක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාවලිය තුළ ප්‍රජාවේ සියලු තරාතිරම්වල පුද්ගලයින් සඳහා දුම්වැටි, මද්‍යසාර සහ මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳ දැනුම අවබෝධය සහ කුසලතාවය හිමිවිය යුතුය. ඒ ඔස්සේ නිවාරණ සාක්ෂරතාවය පිළිබඳව ප්‍රජාවේ සෑම පුද්ගලයෙකුම බලගන්විය හැකි වන අතර එය නිවාරණය පිළිබඳ දියුණු ප්‍රජාවන් ඇතිවීමට හේතුවේ. එය දුම්වැටි, මද්‍යසාර සහ මන්ද්‍රව්‍ය සඳහා හසුනොවන ප්‍රජාවක් ඇතිවීමටද බලපායි. මේ නිසා ප්‍රජාව තුළ සෑම අංශයක්ම ඉලක්ක වන පරිදි නිවාරණ අවබෝධය හිමිවිය යුතුය. එම දැනුම අවබෝධය ලැබිය යුතු කණ්ඩායම් පහත පරිදි වේ.

- ❖ පාසැල් සහ දහම් පාසැල් සිසුන්
- ❖ ගුරුවරුන් සහ අධ්‍යාපන බලධාරීන්
- ❖ දෙමව්පියන්
- ❖ වෘත්තීය පුහුණු පාඨමාලාලාභීන්
- ❖ රාජ්‍ය සහ පෞද්ගලික විශ්ව විද්‍යාල සිසු සිසුවියන්
- ❖ කරුණයිනි
- ❖ කාන්තාවන්
- ❖ ආගමික නායකයින්
- ❖ රාජ්‍ය සහ පෞද්ගලික ආයතන නිලධාරීන්
- ❖ නීතිය බලාත්මක කරන නිලධාරීන්
- ❖ සෞඛ්‍ය වෘත්තිකයින්
- ❖ සිවිල් සමාජ ක්‍රියාකාරීන්
- ❖ වතු ප්‍රජාව
- ❖ කෘෂිකාර්මික අංශය
- ❖ ධීවර ප්‍රජාව
- ❖ කර්මාන්ත අංශ සේවකයින්
- ❖ කම්කරු ප්‍රජාව
- ❖ විවිධ සේවා සපයන්නන්
- ❖ වෙළඳ ප්‍රජාව
- ❖ සමාජ සේවකයින්
- ❖ අවදානම් කණ්ඩායම්
- ❖ බස්, ත්‍රීරෝද, වෙනත් කුලී රථ රියදුරන් සහ රිය සහයකයින්
- ❖ ක්‍රීඩා සමිති, ස්වේච්ඡා සමිති සහ සංවිධාන සාමාජිකයින්
- ❖ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවූවන්
- ❖ රැඳවියන් සහ ආඥාලාභීන්
- ❖ සාමාන්‍ය ජනතාව
- ❖ ඉදිකිරීම් අංශ සේවකයින්
- ❖ මාධ්‍යවේදීන්, කලාකරුවන්, ක්‍රීඩකයින් සහ ප්‍රසිද්ධ පුද්ගලයින්
- ❖ දේශපාලනඥයින් සහ ප්‍රතිපත්ති සම්පාදකයින්
- ❖ මත්ද්‍රව්‍ය ජාවාරම්කරුවන්

මත්ස්‍යව්‍යාපාර නිවාරණ වැඩසටහනක් සඳහා යෝජිත අන්තර්ගතය

- මත්ස්‍යව්‍යාපාර පිළිබඳ ප්‍රජාවේ දැක්ම සහ ප්‍රතිචාර
- මත්ස්‍යව්‍යාපාර සමාජගත කළ සහ සමාජගත වූ ආකාරය
- මත්ස්‍යව්‍යාපාර භාවිතය නතර කළ යුත්තේ ඇයි?
- මත්ස්‍යව්‍යාපාර පුද්ගලයාට, පවුලට, ප්‍රජාවට සිදු කරන අසාධාරණය සහ ඇතිවන කායික, මානසික, ආර්ථික සහ සමාජ හානි.
- මත්ස්‍යව්‍යාපාර සැබෑ රසායනික බලපෑම
- මත්ස්‍යව්‍යාපාර භාවිතය සමාජගත කිරීම උදෙසා ගොඩනංවා ඇති ප්‍රතිරූප සහ මිත්‍යා මත විශ්වාසයන්
- මත්ස්‍යව්‍යාපාර සම්බන්ධ සෘජු සහ වක්‍ර ප්‍රචාරණ උපක්‍රම, ජනමාධ්‍ය බලපෑම් හා ක්‍රියාකාරීත්වයන්
- දුම්වැටි, මද්‍යසාර මත්ස්‍යව්‍යාපාර ව්‍යාපාරවල හැසිරීම, ස්වභාවය සහ උපාය මාර්ග හඳුනා ගැනීම සහ නිවැරදිව ප්‍රතිචාර දැක්වීම
- මත්ස්‍යව්‍යාපාර භාවිතයට සමාජය තුළින් හිමිවන වාසි වරප්‍රසාද අවම කිරීම.
- නිවාරණය වෙනුවෙන් සිදු කළ හැකි ඵලදායී ක්‍රියාකාරකම් හඳුනා ගැනීම.
- මත්ස්‍යව්‍යාපාර භාවිතයෙන් නිදහස්වීමේ ක්‍රමශීල්ප
- භාවිතයෙන් නිදහස් වීමේදී ප්‍රජාව තුළින් ලැබිය යුතු නිවැරදි සහය
- භාවිතා කරන්නන්ද තම වෙනස උදෙසා නිවැරදිව මෙහෙයවීම.

ප්‍රජා පාදක නිවාරණ වැඩසටහනක සාර්ථකත්වය සහ ප්‍රජාවේ සිදුවන ප්‍රගතිය මැනිය හැකි නිර්ණායක

ප්‍රජා පාදක නිවාරණ වැඩපිළිවෙලක එහි සාර්ථකත්වය සහ ප්‍රජාවේ සිදුවන වෙනස මැනිය හැකි නිර්ණායකයන් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- දුම්වැටි, මද්‍යසාර, මත්ස්‍යව්‍යාපාර සඳහා යන වියදම අවමවීම
- ප්‍රජාව තුළ දුම්වැටි, මද්‍යසාර, මත්ස්‍යව්‍යාපාර අලෙවි කරන ප්‍රමාණය අඩු වීම, අලෙවි කරන ස්ථාන අඩුවීම
- ප්‍රජාව තුළ දුම්වැටි, මද්‍යසාර, මත්ස්‍යව්‍යාපාර සුලබතාවය අඩුවීම.
- ප්‍රජාව තුළ මත්ස්‍යව්‍යාපාර හා මද්‍යසාර සහ දුම්වැටි භාවිතයට අලුතෙන් යොමුවන සංඛ්‍යාව අඩු වීම
- භාවිතය අවම කළ සහ ඉන් නිදහස් පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව වැඩි වීම.
- ප්‍රජාව තුළ පැවැත්වෙන විවිධ සාදා, උත්සව වලදී දුම්වැටි, මද්‍යසාර පිළිගන්වන ප්‍රමාණය සහ අවස්ථා සංඛ්‍යාව අඩුවීම.
- දුම්වැටි, මද්‍යසාර හා මත්ස්‍යව්‍යාපාර භාවිතය සමඟ පෙන්වන අනිසි හැසිරීම්වලට සමාව, අවසරය අනුග්‍රහය ලබාදෙන පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව අඩු වීම.

- ප්‍රජාව තුළ මන්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර භාවිතය නිසා සිදු වන හිංසනය, ප්‍රචණ්ඩත්වය සහ අපරාධ සංඛ්‍යාව අඩුවීම.
- ප්‍රජාව තුළ දුම්වැටි මද්‍යසාර මන්ද්‍රව්‍ය ආශ්‍රිතව වැළඳෙන විවිධ කායික හා මානසික රෝග තත්ත්වයන්වල අඩුවීම.
- දුම්වැටි, මද්‍යසාර සහ මන්ද්‍රව්‍ය ව්‍යාපාරවල උපක්‍රම පිළිබඳව අවබෝධය සහිතව එම උපක්‍රමවලට නිවැරදිව ප්‍රතිචාර සහ බලපෑම් කරන පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව වැඩිවීම.
- දුම්වැටි, මද්‍යසාර සහ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා බැඳුණු වැරදි අපේක්ෂාවන් හඳුනාගත් සහ ඒවා අභියෝගයට ලක්කරන පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව වැඩිවීම.
- ප්‍රජාව තුළ සිදුකරන නිවාරණ වැඩසටහන් සහ ක්‍රියාකාරකම් සංඛ්‍යාව වැඩිවීම.
- ප්‍රජාව තුළ නිවාරණ කටයුතු සඳහා සහය වන පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව වැඩිවීම සහ නිවාරණ විෂය පිළිබඳ තාක්ෂණය සහිත පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව වැඩිවීම.
- නිවාරණ කටයුතු සඳහා සහයවන සිවිල් සමාජ, සංවිධාන සහ ආයතන සංඛ්‍යාව වැඩිවීම.
- දුම්වැටි, මද්‍යසාර සහ මන්ද්‍රව්‍ය අවම කිරීමේ නිවැරදි රාජ්‍ය ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳ අවබෝධය සහිත සහ එවැනි ප්‍රතිපත්ති ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා ප්‍රතිපත්ති සම්පාදකයින්ට උද්දේශනය සහ බලපෑම් කරන පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව වැඩිවීම.

මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සඳහා ප්‍රජා සහභාගීත්ව ප්‍රවේශය.

යම් ප්‍රජාවක් තුළ සාර්ථක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩපිළිවෙලක් ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා එම ප්‍රජාවේ පුද්ගලයින් සහ සංවිධාන විවිධ මට්ටම්වලින් දායක කරගත යුතුය. මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සම්බන්ධයෙන් ප්‍රජාවේ පුද්ගලයින් සහ ප්‍රජාව උදෙසා ක්‍රියාත්මක වන නිලධාරීන් සහ විවිධ සංවිධාන ඵලදායී ලෙස බලගැන්විය යුතුය. සාර්ථක නිවාරණ ප්‍රවේශයක් යනු සියලු පාර්ශව නියෝජනය වූ සහ ප්‍රජාවේ වගකීමක් සහ කාර්යයක් බවට පත්වූ ප්‍රවේශයකි. ඒ අනුව ප්‍රජා සහභාගීත්වය උපරිම වන අයුරින් නිවාරණ වැඩසටහන් සැලසුම් කළ යුතු අතර එය ක්‍රමයෙන් වර්ධනය කරගත යුතු තත්ත්වයකි.

නිවාරණ වැඩපිළිවෙලට දායකත්වය ලබාගත හැකි සහ නියෝජනය විය යුතු ග්‍රාම නිලධාරී වසම් මට්ටමින් කටයුතු කරන රාජ්‍ය නිලධාරීන්

- ❖ ග්‍රාම නිලධාරී
- ❖ ආර්ථික සංවර්ධන නිලධාරී
- ❖ සමාජ සංවර්ධන නිලධාරී
- ❖ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරී
- ❖ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක
- ❖ ප්‍රජා පොලිස් වසම් භාර නිලධාරී
- ❖ කෘෂිකර්මය සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කරන නිලධාරී
- ❖ විවිධ විෂයයන් යටතේ විවිධ අමාත්‍යාංශ / දෙපාර්තමේන්තු / අධිකාරී / ආයතන නියෝජනය කරන ක්ෂේත්‍රගත රාජකාරී කටයුතු සිදුකරන සියලු නිලධාරීන්

නිවාරණ වැඩපිළිවෙලට දායකත්වය ලබාගත හැකි සහ නියෝජනය විය යුතු ප්‍රජා මට්ටමින් ක්‍රියාත්මක වන සංවිධාන සහ ව්‍යුහයන්

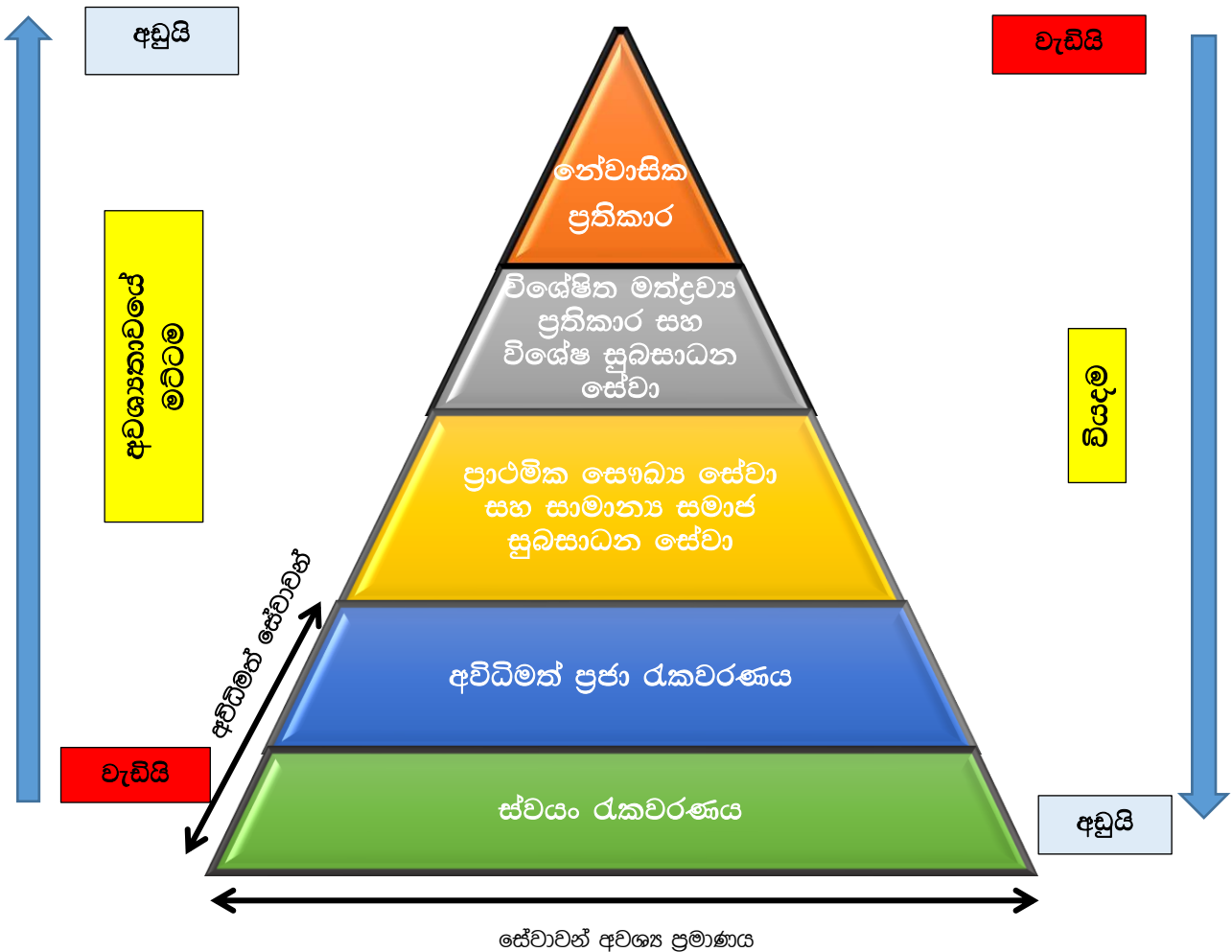
- ❖ ග්‍රාම සංවර්ධන සමිතිය
- ❖ ළමා සමිතිය
- ❖ තරුණ සමිති / කණ්ඩායම්
- ❖ සමෘද්ධි සංවර්ධන සමිතිය
- ❖ කාන්තා සමිතිය
- ❖ බෞද්ධ සමිතිය
- ❖ වැඩිහිටි සමිතිය
- ❖ අවමංගලය සමිතිය
- ❖ විහාරස්ථාන දායක සභාව
- ❖ සණස සමිතිය
- ❖ ප්‍රජාමූල සංවිධාන
- ❖ ප්‍රජාව නියෝජනය කරන වෙනත් සමිති / කණ්ඩායම් / ස්වේච්ඡා සංවිධාන

සියලු නිවාරණ වැඩසටහන් තුළ ප්‍රජා සහභාගීත්වය තහවුරු විය යුතු අතර සෑම වැඩසටහනක්ම සැලසුම් කිරීම, ක්‍රියාත්මක කිරීම, ප්‍රතිඵල ඇගයීම සහ පසු විපරම යන අදියර හරහා සිදුවිය යුතුය. එමෙන්ම සෑම නිවාරණ ප්‍රවේශයක්ම තිරසාර බවින් යුක්ත විය යුතු අතර දීර්ඝ කාලීනව පවතින වෙනසක් ඒ හරහා ඇති කළ යුතුය. එක් දිනකට හෝ එක් පැයකට සීමාවන දේශනයකින් ඔබ්බට ගොස් අදාළ ස්ථානය / පරිසරය / ප්‍රජාව තුළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් යම් ව්‍යුහයක් හෝ වැඩපිළිවෙලක් ඇති කිරීම අවශ්‍ය වේ. එනම් යම් නිවාරණ මැදිහත්වීමකින් පසුව පසු විපරම හා පසු ඇගයීමක් සිදුකිරීම මත එම නිවාරණ ප්‍රවේශය ප්‍රතිඵලදායක එකක් බවට පත්කරගත හැකිය. එමෙන්ම නිවාරණ ප්‍රවේශයන් පිරිවැය ඵලදායීවීම ද අවශ්‍ය වේ.

4. බාහිරසේවා ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම

මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ඇබ්බැහි වූ පුද්ගලයන් සඳහා වන ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම තුළ නේවාසික ප්‍රතිකාරය සඳහා පවතින ඉල්ලුම සහ අවශ්‍යතාවය කාලානුරූපීව වර්තමානය වන විට අවම මට්ටමක පවතී. එයට හේතුව වන්නේ නේවාසික ප්‍රතිකාර සේවාවකට ඇතුළත්වීමේදී පුද්ගලයාගේ දෛනික ජීවිතය, වෘත්තීය ජීවිතය සහ පවුල් සංස්ථාව සඳහා සිදුවන බලපෑම හේතුවෙනි. එමෙන්ම ප්‍රතිකාර සේවාවන් සපයන ආයතනවලට අධික පිරිවැයක් නේවාසික ප්‍රතිකාරය සඳහා දැරීමට ද සිදුවේ. එබැවින් ඉතා ඉහළ ඉල්ලුමක් සහ අවම පිරිවැයක් වැය වන බාහිරසේවා මැදිහත්වීම තුළ ක්‍රියාත්මක වන ප්‍රජාපාදක ප්‍රතිකාර ප්‍රවේශයට සුවිශේෂී අවධානයක් වර්තමානය වන විට හිමිවී ඇත. එය පහත ප්‍රතිකාර සේවා පිරමීඩයෙන් දැක්වේ.

ප්‍රතිකාර සේවා අවශ්‍යතා පිරමීඩය²



² ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය සහ එක්සත් ජාතීන්ගේ මන්ද්‍රව්‍ය හා අපරාධ පිළිබඳ කාර්යාලය විසින් සකස් කර ඇති මන්ද්‍රව්‍ය ප්‍රතිකාර පිළිබඳ ප්‍රමිතීන් - 2020

ප්‍රතිකාර සේවාවන්වල අවශ්‍යතාවය පිළිබඳව සකස් කර ඇති ප්‍රතිකාර සේවා අවශ්‍යතා පිරමීඩය මගින් බාහිරසේවා මැදිහත්වීම මත ක්‍රියාත්මක කරන ප්‍රජාපාදක ප්‍රතිකාරයේ අවශ්‍යතාවය තහවුරුවේ. විශේෂයෙන්ම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් මෙන්ම සේවා සපයන නිලධාරීන් සහ ආයතනික ව්‍යුහය තුළ පවතින පොදු මතවාදය නම් මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිකාරීත්වය සඳහා නේවාසික හෝ ආයතනගත ප්‍රතිකාරය අත්‍යවශ්‍ය අංගයක් බවයි. නමුත් සේවා අවශ්‍යතා පිරමීඩය විශ්ලේෂණය කිරීමේදී පැහැදිලි වන කරුණ නම් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන සමස්ත ජනගහනය සම්බන්ධයෙන් අවධානය යොමු කිරීමේදී නේවාසික ප්‍රතිකාරය අවශ්‍ය ප්‍රමාණය ඉතා සුළු ප්‍රතිශතයක් බවයි. ඒ අනුව බාහිරසේවා සහ ප්‍රජාව පාදක කරගත් ප්‍රතිකාර සේවාවන්වල අවශ්‍යතාවය මේ හරහා අවධාරණය කරන අතර බාහිරසේවා මැදිහත්වීම තුළ ප්‍රතිකාර අංශයට ප්‍රමුඛතාවයක් ලබාදිය යුතුය.

ඉහත සේවා අවශ්‍යතා පිරමීඩය මගින් දක්වා ඇති එක් එක් පද්ධති මට්ටම්වලදී බාහිරසේවා නිලධාරීන්ගේ මැදිහත්වීම පහත පරිදි සාරාංශගත කර ඇත.

පද්ධති මට්ටම	අවශ්‍ය කරන බාහිරසේවා මැදිහත්වීම්
අවිධිමත් ප්‍රජා රැකවරණය	<ul style="list-style-type: none"> • බාහිරසේවා මැදිහත්වීම් • ස්වයං උපකාරී කණ්ඩායම්වල සහාය තහවුරු කිරීම • පවුලේ සහාය සඳහා බලගැන්වීම් • ප්‍රජාවේ සහාය තහවුරු කිරීම හා ප්‍රජාව බලගැන්වීම්
ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සේවාවන්	<ul style="list-style-type: none"> • මනෝවෛද්‍ය සායන සහ ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සේවාවන් වෙත යොමු කිරීම • විශේෂිත සෞඛ්‍ය සායන වෙත යොමු කිරීම (එච්අයිවී ඒඩ්ස් , ක්ෂය රෝගය ආදී)
සාමාන්‍ය සමාජ සුබසාධන සේවාවන්	<ul style="list-style-type: none"> • නිවාස • අධ්‍යාපනය • රැකියා • ළමුන්ගේ රැකවරණය ආදිය සම්බන්ධ මැදිහත්වීම් සහ අවශ්‍ය සේවාවන් වෙත යොමු කිරීම
විශේෂිත මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රතිකාර	<ul style="list-style-type: none"> • අනාවරණ පරීක්ෂාව සහ තක්සේරුකරණය • කෙටි මැදිහත්වීම් • සිද්ධි කළමනාකරණය

	<ul style="list-style-type: none"> • මනෝ සමාජීය මැදිහත්වීම • සුවචීම පවත්වාගෙන යාමට සහාය • පසුරැකවරණය
විශේෂිත සමාජ සුබසාධන සේවා	<ul style="list-style-type: none"> • වෘත්තීය පුහුණු අවස්ථා • රැකියාගත කිරීම • අධ්‍යාපනය • පවුල් මැදිහත්වීම
දීර්ඝ කාලීන නේවාසික ප්‍රතිකාර සේවාවන්	<ul style="list-style-type: none"> • ප්‍රතිකාර සේවාවන් වෙත යොමු කිරීම • පවුල් ඒකක සඳහා උපදේශනය • පසුරැකවරණය

ඒ අනුව මෙම පරිච්ඡේදය හරහා බාහිරසේවා නිලධාරීන් විසින් ක්‍රියාත්මක කරනු ලබන ප්‍රතිකාර ආකෘති සහ ඒවායේදී භාවිත කරන ප්‍රතිකාර ක්‍රම පිළිබඳව විස්තර කර ඇත.

4.1 සේවාලාභීන් හඳුනාගැනීම, අනාවරණ පරීක්ෂණය, තක්සේරුකරණය, කෙටි මැදිහත්වීම සහ ප්‍රතිකාර සේවාවන්ට යොමු කිරීම

සේවාලාභීන් හඳුනාගැනීම

බාහිරසේවා ප්‍රතිකාර ක්‍රියාවලියේ ආරම්භක පියවර සේවාලාභියෙක් හඳුනා ගැනීමයි. බාහිරසේවා නිලධාරියෙකුට ආකාර කිහිපයකින් සේවාලාභීන් හඳුනා ගැනීමට අවකාශය සැලසේ. එනම්,

- ප්‍රජාව තුළින්
- 1927 දුරකථන උපදේශන සේවාව හරහා
- ප්‍රජාව තුළ ක්‍රියාත්මක කරනු ලබන නිවාරණ වැඩසටහන් තුළින්
- විවිධ රාජ්‍ය ආයතන හරහා
- සෞඛ්‍ය සේවාවන් හරහා
- නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන ආයතන හරහා
- විවිධ රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන ආයතන සහ නිලධාරීන් හරහා
- ස්වේච්ඡාවෙන්ම නිලධාරීන් වෙත පැමිණෙන සේවාලාභීන්
- ප්‍රතිකාර මධ්‍යස්ථාන වලින් නිදහස් වී පැමිණෙන පුද්ගලයින්
- රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන හරහා
- ජංගම සේවාවන් හරහා
- ස්වේච්ඡා කණ්ඩායම් සහ ප්‍රජාමූල නායකයින් හරහා

ඉහත ආකාර වලින් හඳුනාගන්නා විවිධ මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග භාවිත කරන පුද්ගලයින් සම්බන්ධයෙන් අවශ්‍ය තොරතුරු වාර්තා කර ගැනීම නිලධාරීන් විසින් සිදුකළ යුතුය. නව හඳුනාගැනීම් සම්බන්ධයෙන් තොරතුරු වාර්තා කර ගැනීමේ ආකෘතිය ඇමුණුම් අංක 01 යටතේ ඉදිරිපත් කර ඇත. සේවාලාභියාට ඔහුගේ අවශ්‍යතා මත මැදිහත්වීම උදෙසා එම සිද්ධියට අදාළ තක්සේරුකරණය සිදුකළ යුතුවේ. මෙහිදී ප්‍රමිති ගත ක්‍රමවේදයන් පවතින අතර එම තක්සේරුකරණය උදෙසා කායික තක්සේරුකරණය, මානසික තක්සේරුකරණය, නෛතික තත්වයන් හා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීමේ ඉතිහාසය වැනි කාරණා අන්තර්ගත වේ.

අනාවරණ පරීක්ෂණය හා තක්සේරුකරණය (Screening & Assessment)

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත අක්‍රමතාවකින් පෙළෙන සේවාලාභියකු සෞඛ්‍ය, සමාජීය, හා ආර්ථික ලෙස ගැටලු රැසකින් පසුවන අතර විවිධ අවශ්‍යතා ද වේ. එම නිසා බහුවිධ ප්‍රතිකාර අවශ්‍යතාවයක් නිරන්තරයෙන්ම පවතී. පුද්ගලයෙකුගේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අනාවරණය කර ගැනීම උදෙසා ප්‍රමිතිගත උපකරණ භාවිතා කරමින් මත්ද්‍රව්‍ය ගැටලුවේ මට්ටම අවබෝධ කර ගැනීම අනාවරණ පරීක්ෂණ මගින් සිදු කෙරෙයි.

එමෙන්ම යම් පුද්ගලයෙකුගේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සමඟ ඇති වී ඇති විවිධ කායික හා මානසික රෝග ද (සහජනනීය අක්‍රමතා) අනාවරණ පරීක්ෂණ මගින් අනාවරණය කරගත හැකිය. අනාවරණ පරීක්ෂණ මගින් සේවාලාභියාගේ වර්තමාන තත්වය තීරණය කිරීම සිදු කරයි.

මෙහිදී ප්‍රධාන අනාවරණ පරීක්ෂණ මෙවලම් වර්ග දෙකක් ඇත.

- ස්වයං වාර්තාකරණ මෙවලම් (සම්මුඛ සාකච්ඡා / ප්‍රශ්නාවලි)
- ජීව විද්‍යාත්මක පරීක්ෂණ

ස්වයං වාර්තාකරණ මෙවලම් භාවිත කිරීමේ වාසි

- වියදම් අවම ක්‍රමවේදයක් වීම.
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ මට්ටම හෝ වෙනත් ගැටලු සම්බන්ධයෙන් අනාවරණය කර ගැනීමේ පහසුව
- ගැටලු ප්‍රමුඛතාගත කරගැනීමේ ඇති හැකියාව

ජීව විද්‍යාත්මක පරීක්ෂණ

- ශ්වසන පරීක්ෂණ
- රුධිරයේ පරීක්ෂණ
- බේටය හෝ මුත්‍රා පරීක්ෂණ

මෙම ජීව විද්‍යාත්මක පරීක්ෂණ ක්‍රම මිල අධික වන අතර එය භාවිතා කිරීමට රසායනාගාර සහාය අවශ්‍ය වේ. පොදුවේ ස්වයං වාර්තා ක්‍රමවේදය ඉතා ඵලදායී ක්‍රමවේදයක් ලෙස හඳුනා ගනු ලැබේ.

අනාවරණ පරීක්ෂණ සම්බන්ධයෙන් විවිධ මෙවලම් සංවර්ධනය කර ඇති අතර එම මෙවලම් කාලානුරූපීව යාවත්කාලීන කිරීම ද සිදුවේ. ඒ අනුව අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය විසින් ප්‍රමිතිගත අනාවරණ පරීක්ෂණ ආකෘති සම්බන්ධයෙන් වරින් වර නිර්දේශ ඉදිරිපත් කරනු ඇත. බාහිරසේවා කටයුතු කරන නිලධාරීන් විසින් නිර්දේශිත සහ ප්‍රමිතිගත අනාවරණ පරීක්ෂණ මෙවලම් භාවිත කිරීම කළ යුතුය. කුමන අනාවරණ පරීක්ෂණ උපකරණයක් වුවද නිසි හැදෑරීම සහ පුහුණුව සහිතව භාවිත කළ යුතුය.

අනාවරණ පරීක්ෂාවන් සිදුකිරීමේ දී විනිශ්චයකින් තොර දිරිගැන්වීමේ ප්‍රවේශයක් භාවිතා කිරීම සහ අපහාස කිරීමේ භාෂාවක් යොදා නොගැනීම කළ යුතුය.

ස්වයං වාර්තාකරණ අනාවරණ පරීක්ෂාවක් සිදුකිරීමේ දී පහත කරුණු සම්බන්ධයෙන් අවධානය යොමු කළ යුතුය.

- සේවලාභීන් විසින් අනාවරණය කරනු ලබන තොරතුරුවල රහසිගතභාවය ආරක්ෂා කිරීම
- අනාවරණ පරීක්ෂාව අතරතුර කරනු ලබන දිරිගැන්වීම
- වචන පැහැදිලිව භාවිතා කිරීම
- මතක් කිරීම සඳහා සහාය ලබාදීම
- පූර්ව විනිශ්චයකින් තොරවීම
- සේවලාභියාට යම් ප්‍රශ්නයක් අවබෝධ නොවන විට නැවත පැහැදිලි කළ යුතුය.
- සමහර ප්‍රශ්නවලට මග පෙන්වීම සිදු කළ යුතුය
- නොගැළපෙන ප්‍රතිචාර විමර්ශනය කළ යුතුය

අනාවරණ පරීක්ෂණ ප්‍රතිඵල අනුව,

I. පහළ මට්ටම හෝ ප්‍රශ්නයක් නොමැති -

මෙම අවස්ථාවේ දී සේවලාභියාට තොරතුරු ලබා දෙමින් පෝෂණය කළ යුතුය. එනම් මෙහිදී මනෝ අධ්‍යාපනය ලබා දිය හැකිය. මත්ද්‍රව්‍ය සම්බන්ධයෙන් ඇති මිත්‍යා විශ්වාස සහ දුර්මත සහ වෙනත් අවදානම් සාධක සම්බන්ධ අවශ්‍ය මැදිහත්වීම් සිදුකළ යුතුය.

II. ප්‍රශ්නය මධ්‍යස්ථ මට්ටමක පවතින -

මෙම අවස්ථාවේ දී සේවලාභියාට කෙටි මැදිහත්වීම් සිදුකළ යුතුවේ. එමෙන්ම මෙහිදී නැවත සේවලාභියාට අවශ්‍යතාවය අනුව විස්තාරිත අනාවරණ පරීක්ෂණයක් (Comprehensive assessment) සිදුකළ හැකිය. මෙහිදී සේවලාභියාට ප්‍රජානන වර්ධන විකිත්සාව ,පවුල් විකිත්සාව, අනපේක්ෂිත අවස්ථා කළමනාකරණය, අභිප්‍රේරණාත්මක සම්මුඛ සාකච්ඡා ආදී විකිත්සක මැදිහත්වීම් අනුගමනය කළ හැකිය. එය ඒ ඒ සේවලාභියාගේ අවශ්‍යතාවය සහ ප්‍රතිකාර සැලසුම අනුව වෙනස් වේ.

III. ප්‍රශ්නය උග්‍ර මට්ටමක පවතින -

මෙම අවස්ථාවේ දී සේවලාභියාට කෙටි මැදිහත්වීම සිදු කළ යුතුවේ. එමෙන්ම ඔහුව අවශ්‍ය සේවාවන් සඳහා යොමුකිරීම මෙහිදී සිදු කෙරේ. විශේෂයෙන්ම නේවාසික ප්‍රතිකාර ,රෝහල් ආශ්‍රිත ප්‍රතිකාරය ආදී ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කිරීම සිදුවේ. මෙහිදී සේවලාභියා නේවාසික ප්‍රතිකාර සේවාවකට යොමු කිරීම සිදුකළ යුතුය.

මෙම අවස්ථා ත්‍රිත්වය තුළ දීම සේවලාභියා තුළ පවතින සුවවීමේ සම්පත් සොයා බැලීම අත්‍යවශ්‍ය වන අතර ඒවා සේවලාභියාගේ අවශ්‍යතාවය අනුව ගැලපිය යුතු වේ.

තක්සේරුකරණය (Assessment)

ප්‍රතිකාර වැඩසටහන් ආරම්භ කිරීමට පෙර පරිපූර්ණ තක්සේරුකරණය අවශ්‍ය කරනු ඇත. මන්දව්‍ය භාවිතයේ සහ එහි භානිය මත තවදුරටත් කුමන ප්‍රතිකාරයක් නිර්දේශ කරන්නේ ද යන වග මැදිහත්කරණයේ ස්වභාවය වැනි කරුණු සැලකිල්ලට ලක්කරමින් ප්‍රමිතිගත තක්සේරු කිරීමේ උපකරණයක් භාවිත කරමින් නිර්ණායකවලට පැමිණිය යුතුය. එම තක්සේරුකරණයට එච්.අයි.වී, හෙපටයිටිස් බී සහ සී යන රෝග තක්සේරු කිරීමක්ද අන්තර්ගත කළ යුතුය. සේවලාභියා පසුවන අවධිය මෙන්ම එහි තීව්‍රතාවය, කායික හා මානසික සෞඛ්‍ය තත්ත්වය, වෘත්තීය, පවුල හා සමාජයීය ඒකාබද්ධතාවය, නෛතික පසුබිම ඇතුළත් කර ගනිමින් දර්ශක කිහිපයක් පිළිබඳ අවධානය යොමු කිරීම අවශ්‍ය වනු ඇත.

සේවලාභියාගේ සුවිශේෂී වූ පුද්ගල අවශ්‍යතා සැලකිල්ලට ලක්කරමින් ප්‍රතිකාර හා රැකවරණ සැලැස්ම සකස් කරනු ලැබේ. එහිදී ප්‍රතිකාරයේ නොයෙක් අවධීන් තුළ එම අවශ්‍යතා සැපිරිය යුත්තේ කුමන ආකාරයකට ද යන්න සඳහන් විය යුතුය. සේවලාභියාගේ ප්‍රතිඵල සාධනය වෙනුවෙන් මෙහිදී කැපවී සිටිය යුතුවේ. පුද්ගලයාගේ වර්ගාව වෙනස් කිරීම සහ එහි ගුණාත්මක බව ප්‍රවර්ධනය කිරීම සහ සෞඛ්‍ය සේවා උපයෝජනය කිරීමටද සක්‍රීය දායකත්වයක් ලබා දිය යුතුවේ. පවත්නා අවදානම්කාරී තත්ත්වයන් හා ප්‍රතිලාභ ද ඇතුළත්ව සේවලාභියාට ඇති ප්‍රතිකාර අවස්ථාවන් සම්පූර්ණයෙන් හා පැහැදිලි ආකාරයෙන් විස්තර කිරීමක් කළ යුතුවේ.

වැඩසටහන සේවලාභියාගේ අවශ්‍යතාවය මත පදනම් විය යුතු අතර ප්‍රතිකාර ක්‍රියාවලිය පිළිබඳව නැවත සලකා බලමින් එකඟතා ඇති කර ගත යුතු වේ. සැලසුම වෙනස් කරලීම කණ්ඩායම් සාකච්ඡා මාර්ගයෙන් සිදුකළ හැකි අතර අවශ්‍ය නම් එම හමුවීම විධිමත් සැලසුමකට අනුව සිදුකළ හැකිය.

ආරම්භක තක්සේරුකරණය (Initial Assessment)

ආරම්භක අනාවරණ පරීක්ෂණ මගින් සේවලාභියාගේ මන්දව්‍ය භාවිතය ආශ්‍රිත මූලික කරුණු තක්සේරුකරණය කරනු ලැබේ. එහිදී

- මන්දව්‍ය භාවිතය
- ශාරීරික හා මානසික සෞඛ්‍ය අවශ්‍යතා
- හැසිරීම් වෙනස් කිරීම සඳහා සූදානම් වීම සහ ප්‍රතිකාරයට ඇතුළත් වීමට පෙළඹවීම
- සුවවීමේ සම්පත් (පවුලේ සහයෝගය සහ සමාජ සහයෝගය) හඳුනාගත හැකිය.

විස්තීර්ණ තක්සේරුකරණය (Comprehensive assessment)

මෙහිදී මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය ආශ්‍රිත සහජනනීය අක්‍රමතා සහ ප්‍රතිකාර සඳහා සත්කාර මට්ටමේ අවශ්‍යතාවය තීරණය කරනු ලැබේ. එනම් ගැටළු විසඳීමට අවශ්‍ය මැදිහත්වීමේ මට්ටම තීරණය කරනු ලැබේ. එහිදී

- මද්‍යසාර ඉතිහාසය
- මන්ද්‍රව්‍ය ඉතිහාසය
- මානසික රෝග ඉතිහාසය
- කායික රෝග ඉතිහාසය
- නීතිමය තත්ත්වය
- අධ්‍යාපනය සහ වෘත්තිමය තත්ත්වය
- ආර්ථික තත්ත්වය
- සබඳතාවල ස්වභාවය (පවුල / මිතුරන්) ආදිය පිළිබඳව අවබෝධය ලබා ගනී.

තක්සේරුකරණයේදී ඉහත අංශවලට අදාළ තොරතුරු ලබාගත හැකිවන පරිදි සකස් කරගත් ආකෘති පත්‍රයක් භාවිත කළ හැකිය.

කෙටි මැදිහත්වීම (Brief Intervention)

මෙය කෙටි කාලීන මැදිහත්වීමක් වන අතර විනාඩි 05 -30 ත් අතර කාලයක දී සිදුකළ හැකිය. එහිදී පුද්ගලයාගේ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සහ ඒ හරහා ඇතිවී ඇති ගැටලු සම්බන්ධයෙන් උපදේශනයක් සිදුකළ හැකිය. කෙටි මැදිහත්වීම මඟින් උපකාර අවශ්‍ය පුද්ගලයන්ට සහය වන නමුත් මන්ද්‍රව්‍ය ආශ්‍රිත සහජනනීය අක්‍රමතා සඳහා එය වලංගු නොවේ.

කෙටි මැදිහත්වීමේ අංශ

කාර්යක්ෂම ක්ෂණික මැදිහත්වීමේ උපාංග සඳහා යොදාගනු ලබන මූලධර්ම (FRAMES)

- F- ප්‍රතිපෝෂණය (Feedback)
- R- වගකීම (Responsibility)
- A- උපදෙස් (Advice)
- M - විකල්ප වට්ටෝරුව (Menu of Options)
- E- සහකම්පනය (Empathy)
- S - ස්වයං ශක්තිය වර්ධනය කිරීම (Self Efficacy)³

³ ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය සහ එක්සත් ජාතීන්ගේ මන්ද්‍රව්‍ය හා අපරාධ පිළිබඳ කාර්යාලය විසින් සංවර්ධනය කර ඇති මන්ද්‍රව්‍ය ප්‍රතිකාර පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර ප්‍රමිතීන් - 2020

F- ප්‍රතිපෝෂණය

මත්ද්‍රව්‍ය හෝ මද්‍යසාර භාවිතා කරන පුද්ගලයාට නිවැරදි ප්‍රතිපෝෂණයක් ලබා දිය යුතුය. එනම් තමාගේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සිය ජීවිතය සඳහා බලපානු ලබන ආකාරය (පවුල්, ආර්ථික, සමාජීය, දේශපාලනික, පාරිසරික, සංස්කෘතිකමය, ආගමික, අධ්‍යාපනික, නෛතික) පහදා දිය යුතුය. මෙහිදී වෝදනා මුඛයෙන් තොරව මිත්‍රශීලීව යථාර්ථය පිළිබඳව නිවැරදි දැනුමක් ලබා දිය යුතුය. එනම් සේවාලාභියාට මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර භාවිතයේ ගැටලුව අවබෝධ කරගැනීමට උදව් කළ යුතුය.

R- වගකීම

මත්ද්‍රව්‍ය හෝ මද්‍යසාර භාවිතා කරන කෙනෙක් ඒ තත්ත්වයෙන් මිදීමේ වගකීම පැවරෙන්නේ ද එම පුද්ගලයාටම ය. එයින් නිදහස්වීමේ වගකීම උපදේශකවරයාට / මැදිහත්වන නිලධාරියාට හෝ සිද්ධි කළමනාකරුට අයත් නොවේ. මෙහිදී උපදේශකවරයා හෝ මැදිහත්වන නිලධාරියා සහයකයකු පමණි. මත්ද්‍රව්‍ය වලින් ඉවත්වීමේ තීන්දු තීරණ ගනු ලබන්නේ අදාළ පුද්ගලයා විසිනි. එහිදී ඔහු සාර්ථකවීමේ ගෞරවය ලැබිය යුත්තේ ද සේවාලාභියා වෙතටය . එය අසාර්ථක වීමේ වගකීම ද පැවරිය යුත්තේ සේවාලාභියා වෙතය. මෙහිදී උපදේශන නිලධාරියා හෝ මැදිහත්වන නිලධාරියා පහසුකම් සපයන්නෙක් පමණක් බව සිහියේ තබාගත යුතුය.

A - උපදෙස්

මෙහිදී සේවාලාභියාට දැනට සිටින තත්ත්වයෙන් මිදීමට සහ ඉදිරියට කළ හැකි දේ සහ කළ නොහැකි දේ පිළිබඳව උපදෙස් දිය යුතුය.

M - විකල්ප වට්ටෝරුව

සේවාලාභියාට ඔහුගේ ගැටලුව සඳහා සෑම විටම විකල්ප වට්ටෝරුවක් ලබා දිය යුතුය. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සඳහා යොදවන කාලය සඳහා විකල්ප ලබා දිය යුතුය. මෙම විකල්ප උපදේශකවරයා විසින් බලහත්කාරයෙන් ලබා දෙන්නක් නොවිය යුතු අතර සේවාලාභියා සමඟ සාකච්ඡා කර විකල්ප වට්ටෝරුවක් සකස් කළ යුතුය.

E - සහකම්පනය

මද්‍යසාර හෝ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයෙක් තමන්ගේ ඒ ගැටලුව සම්බන්ධයෙන් දැනුමක් සහිත ය. ඔහුගේ මට්ටම තේරුම්ගෙන ඔහුට අවශ්‍ය පහසුකම් සැලසිය යුතුය. මෙහිදී මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඔහුට ඇති වාසි සහ අවාසි ඔහුගේ අංශයෙන් සලකා බැලිය යුතුය . එමෙන්ම මෙහිදී සහකම්පනය ලබා දීමේදී ඔහු සිටින අවධිය හඳුනාගත යුතුය.

S - ස්වයං ශක්තිය වර්ධනය කිරීම

සේවාලාභියෙකුට ස්වයං ශක්තිය වර්ධනය කර ගැනීම අපහසුය. එබැවින් ඔහුට මත්ද්‍රව්‍ය හෝ මද්‍යසාර භාවිතය වැළැක්වීමට අවශ්‍ය ස්වයං ශක්තිය වර්ධනය කළ යුතුය. එනම් තමන්ට වෙනස් විය හැකිය සහ වෙනස්වීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ ඒත්තු ගැන්විය යුතුය. මේ සඳහා ස්වයං උපකාරක කණ්ඩායම් (self-help group) භාවිතා කළ හැකිය.

කෙටි මැදිහත්වීමේ මූලික පියවර

- I. සේවාවලාභියාගේ සන්දර්භය තුළ ගැටලුව හඳුන්වාදීම
- II. පරීක්ෂා කිරීම හා ඇගයීම
- III. ප්‍රතිචාර දැක්වීම
- IV. වෙනස්වීමේ හා යෙදවුමේ (අනාවරණ පරීක්ෂණය) අරමුණු පිළිබඳ කතා කිරීම
- V. සාරාංශකරණය

ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කිරීම

අනාවරණ පරීක්ෂණයේ ප්‍රතිඵල සහ තක්සේරුකරණය හරහා ලද සාක්ෂි මත පදනම්ව සේවාවලාභීන් සුදුසු ප්‍රතිකාර සේවාවකට යොමු කිරීම බාහිරසේවා කටයුතු කරන නිලධාරීන් විසින් සිදුකළ යුතුය. එහිදී අනාවරණ පරීක්ෂණය අනුව පහළ සහ මධ්‍යස්ථ මට්ටමේ සිටින සේවාවලාභීන් ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාර වැඩසටහනට ඇතුළත් කරගත හැකි අතර ඉහළ මට්ටමේ සිටින සේවාවලාභීන් නේවාසික ප්‍රතිකාර සේවාවකට හෝ රෝහල් ආශ්‍රිත නේවාසික හෝ බාහිර රෝගී සායනයකට යොමු කිරීම කළ හැකිය. එවැනි යොමු කිරීමකදී අදාළ ප්‍රතිකාර මධ්‍යස්ථානය හෝ සායනය සමඟ සම්බන්ධීකරණය වෙමින් දැනට පවතින ඉඩ පහසුකම් සහ අදාළ දින ආදිය සම්බන්ධයෙන් සාකච්ඡා කර සේවාවලාභීන් යොමු කිරීම කළ යුතුය.

නේවාසික ප්‍රතිකාර මධ්‍යස්ථානයකට හෝ රෝහල් ආශ්‍රිත සායනයකට යොමු කළ සේවාවලාභීන් සම්බන්ධයෙන් අදාළ බාහිරසේවා නිලධාරීන් විසින් පසු විපරම් සිදුකළ යුතුය. එවැනි සේවාවකට යොමු කිරීම පූර්ණ වශයෙන් අදාළ සේවාවලාභියාගේ ගැටලුවට විසඳුමක් ලබාදීමක් නොවන බැවින් තවදුරටත් බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ අධීක්ෂණය සහ සහාය අවශ්‍ය වේ. විශේෂයෙන්ම සායන සඳහා යොමු කරන ලද සේවාවලාභීන් අදාළ සායන සඳහා අඛණ්ඩව සහභාගී වන්නේ ද යන්න තහවුරු කරමින් සහ එම සේවාවලාභීන්ට අවශ්‍ය උපදේශනය ලබාදිය යුතුය. එය සේවාවලාභීන් ගෙන්වා ගනිමින් හෝ අදාළ සායන සඳහා පූර්වයෙන් ඇතිකරගත් එකඟතාවයක් මත සහභාගීවෙමින් සිදුකළ හැකිය. ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරයට යොමු කරනු ලබන සේවාවලාභීන් සම්බන්ධයෙන් අවශ්‍ය ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම් කිහිපයක් සම්බන්ධයෙන් මෙම පරිච්ඡේදය තුළ සාකච්ඡා කර ඇත.

4.2 ප්‍රතිකාරය සඳහා සේවාවලාභීන් අභිප්‍රේරණය

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන පුද්ගලයන් ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන ක්‍රියාවලිය සඳහා යොමු කර ගැනීමේදී ඔවුන්ට උපකාරී කළ හැකි මනෝවිද්‍යාත්මක සහ සමාජමය අභිප්‍රේරණ සාධක තීරණය කිරීම අනිවාර්යය වේ. මෙහිදී අභිප්‍රේරණය යන්න සේවාවලාභීන්ට වෙනස්වීම සඳහා මඟ පෙන්වන යතුරකි. අඩු වැඩි වශයෙන් පුද්ගලයන් තුළ පවතින්නකි. එමෙන්ම ඉලක්කගත හැසිරීම්වල යෙදීමට පුද්ගලයන් පොළඹවන අභ්‍යන්තර තත්ත්වයකි. මෙය සේවාවලාභීන් තුළ සෘජුවම නිරීක්ෂණය කළ නොහැකි නමුත් වෙනත් ලක්ෂණ වලින් අනුමාන කළ හැකිය.

යම් දෙයක් කිරීමට පුද්ගලයකු තුළ ඇති ආශාව ඔහුගේ අභිප්‍රේරණයෙන් නිරූපණය වේ. කෙනෙකුගේ ජීවිතයේ අරමුණු සාක්ෂාත් කර ගැනීමේදී මෙය තීරණාත්මක අංගයකි.

මන්දලය භාවිත පුද්ගලයන්ගේ වෙනස්වීමේ ක්‍රියාවලිය ඉතා සරල වූවක් නොවේ. ඒ සඳහා බලපාන ප්‍රධාන හේතු දෙකකි.

- ඔවුන්ට වෙනස්වීමක් දැකීමට අවශ්‍ය නොවීම.
- ඔවුන්ට අවශ්‍ය අභිප්‍රේරණයන් නොලැබීම

ගතික වූ මෙම ක්‍රියාවලියේදී උපදේශකවරයාගේ හැකියාව සහ ක්‍රමවේදය සේවාලාභීන්ගේ අභිප්‍රේරණය සඳහා වඩා සාර්ථකව බලපානු ලබයි. ඒ අනුව උපදේශකවරයාගේ කාර්ය වන්නේ අභිප්‍රේරණය ඉස්මතු කිරීම හා වැඩි දියුණු කිරීමයි.

මන්දලය භාවිත පුද්ගලයන් අභිප්‍රේරණය සහ ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කිරීමේදී අංශ දෙකක් පිළිබඳව අවධානය යොමු කළ හැකිය.

I. අභිප්‍රේරණ සම්මුඛ පරීක්ෂණය (Motivational Interviewing)

II. අභිප්‍රේරණ බලගැන්වීම (Motivational Enhancement)

අභිප්‍රේරණ සම්මුඛ පරීක්ෂණය බොහෝ විට හැසිරීම් වෙනස් කිරීම සඳහා සාක්ෂි පදනම් කරගත් ප්‍රවේශයක් ලෙස නිර්දේශ කරනු ලැබේ. එමෙන්ම අභිප්‍රේරණ බලගැන්වීම යනු පුද්ගලයාගේ වෙනස්වීමේ ක්‍රියාවලිය අභිප්‍රේරණය කර තවදුරටත් බලගැන්වීමයි.

I. අභිප්‍රේරණ සම්මුඛ පරීක්ෂණය (Motivational Interviewing)

පුද්ගල වර්ගයාවේ වෙනසක් ඇති කිරීම සඳහා අභිප්‍රේරණය වර්ධනය කිරීමට කරනු ලබන මනෝසමාජීය මැදිහත්වීම අභිප්‍රේරණාත්මක සම්මුඛ සාකච්ඡා යනුවෙන් හැඳින්වේ.⁴ සේවාලාභියෙකුගේ හැසිරීම්, වර්ගයාවන්, සිතූම් පැතුම් සියල්ල මන්දලය ඇඹිබැහිකාරීත්වයේ සාප්‍ර බලපෑමට ලක්වේ. අභිප්‍රේරණ සම්මුඛ සාකච්ඡාවක් යනු හැසිරීම්, සිතුවිලි, වර්ගයා පද්ධතීන් වෙනස් කිරීමට අදාළ මුල් පදනමයි. එය මනෝසමාජීය ක්‍රියාවලියකි.

තමා යොමු වී ඇති හැසිරීම වෙනසක් කිරීම උදෙසා අභිප්‍රේරණයන් සොයා ගැනීමට උපකාර කිරීම සඳහා මෙම ක්‍රමය උපදේශන ක්ෂේත්‍රයේ නිර්මාණය වී ඇත. ඇඹිබැහිගත වර්ගයාව වෙනස් කිරීමට කැමති නමුත් වෙනසකට සූදානමක් නොමැති පරස්පර ආශාවන් අත්විඳින්නන් සඳහා මෙය ඵලදායීව යොදාගත හැකිය.

අභිප්‍රේරණය පහත පරිදි සිදුකළ යුතුය.

⁴ ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය සහ එක්සත් ජාතීන්ගේ මන්දලය හා අපරාධ පිළිබඳ කාර්යාලය විසින් සංවර්ධනය කර ඇති මන්දලය ප්‍රතිකාර පිළිබඳ ප්‍රමිතීන් -2020

❖ **සහයෝගයෙන් ක්‍රියාකිරීම (collaborative)**

- සේවාලාභියාගේ ස්වභාවය හා අත්දැකීම් පදනම් කර ගනිමින් උපදේශකවරයා සහ සේවාලාභියා අතර සුභද සබඳතාවයක් ගොඩනගා ගැනීම.
- උපදේශකවරයාගේ දෘෂ්ටිකෝණයෙන් බලා සේවාලාභියා සමඟ එදිරි සංවාදය නොකළ යුතුය.
- සහයෝගීතාවය විකිත්සකවරයා සහ සේවාලාභියා අතර සම්බන්ධතාවයක් ගොඩ නැගෙන අතරම වඩා විශ්වාසනීය සම්බන්ධතාවයක් වර්ධනය කරයි

❖ **එල්දායි පෙළඹවීමකට සහයවීම (evocative)**

- පෙළඹවීම පුද්ගලයාගේ අභ්‍යන්තරයෙන්ම පැමිණෙන්නක් බව විශ්වාසයක් පවතී. ඒ හේතුවෙන් උපදේශකවරයා උපදෙස් දීමට වඩා සේවාලාභියාගේ අදහස් ලබාගෙන එකඟතාවයට පැමිණීම සිදුකළ යුතුය.
- පුද්ගල හැසිරීම වෙනස් කිරීමට උපදේශකවරයා හට කෙතරම් අවශ්‍ය වුවද එය සිදුවන්නේ සේවාලාභියා හට වෙනස්වීමට අවශ්‍ය නම් පමණි. එම වෙනස ඇති කිරීමට සහය විය යුතුය.
- එම නිසා උපදේශකවරයා විසින් සේවාලාභියාගේ සැබෑ අභිප්‍රේරණයන් හඳුනා ගැනීම සිදුකළ යුතුය.
- අත්හැරීමේ ක්‍රියාව සේවාලාභියා හට අපහසු වන විටෙකදී එම ක්‍රියාවලිය දිගටම පවත්වා ගැනීම උදෙසා ඉහත හඳුනාගත් අභිප්‍රේරණයන් භාවිතා කළ යුතුය

❖ **අධිකාරියට වඩා ස්වයං පාලනය (autonomy of the patient)**

- සේවාලාභියාගේ ක්‍රියාකාරකම් සම්බන්ධයෙන් වගකීම ඔහු වෙතම ලබා දීම සිදු කළ යුතුය.
- ඔහුගේ හැසිරීම් වෙනස් කිරීමේ අවශ්‍ය ක්‍රියාමාර්ග සඳහා මඟපෙන්වමින් සේවාලාභියා ස්වයං බලගැන්වීමක් සිදු කිරීම.
- උපදේශකවරයාගේ අධිකාරිමය බලයකින් නොව සුභදව එකඟතාවයන්ට පැමිණීම මගින් සේවාලාභියා මෙහෙයවීම කළ යුතුය.

අභිප්‍රේරණ මූලධර්ම

I. සංවේදනය ප්‍රකාශ කරන්න.

- සේවාලාභියා විනිශ්චයකට ලක් වේ යැයි ඇති බිය නිසා සහ වරදකාරී හැඟීමක් තමාට එල්ල වීම යන හේතු මත ප්‍රතිකාරයට පිවිසීමට අකමැත්තක් දක්වනු ලබයි.
- මෙහිදී උපදේශකවරයා, සේවාලාභියා විනිශ්චයකට ලක් නොකර සේවාලාභියාගේ දෘෂ්ටිකෝණයෙන් පවතින තත්ත්වය අවබෝධ කරගැනීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරයි.
- සහකම්පනය ලබාදීම සිදුකර සේවාලාභියා අවබෝධ කරගත් බව පෙන්වයි.

- මෙසේ සේවලාභියා අවබෝධ කර ගැනීමේදී සේවලාභියා පවසන සෑම දේකටම එකඟවීමක් උපදේශකවරයා විසින් සිදු කිරීම අපේක්ෂා නොකරයි.
- සේවලාභියාගේ ගැටලුව හුවමාරු කරගැනීම උදෙසා පහසුවන ආරක්ෂිත අවකාශය මෙහිදී උපදේශකවරයා විසින් නිර්මාණය කළ යුතුය.
- ධනාත්මක ලෙස තත්ත්වය වෙනස් කිරීම
- පුද්ගලයා වර්තමානයේ තමා සිටින ස්ථානය සහ තමා ඇත්ත වශයෙන්ම සිටිය යුතු ස්ථානය පිළිබඳව වෙනස දුටු විට පෙළඹවීම වැඩි කරන බව විශ්වාස කෙරෙන අතර මෙහිදී එම විෂමතාවය පිළිබඳ සේවලාභියා හට අවබෝධය ලබා ගැනීමට අවකාශය උපදේශකවරයා විසින් සැලසිය යුතුවේ.
- ඒ උදෙසා පීඩනයෙන් තොර විශ්වාසවන්ත සහයෝගී වාතාවරණයෙන් යුතු පරිසරයක් ඇති කළ යුතුය.

II. ගැටලුව සැබෑ ලෙස අවබෝධ කරදීම

- සේවලාභියාගේ හැසිරීම් රටාව පිළිබඳව නව අවබෝධයක් ලබා ගැනීම උදෙසා උපදේශකවරයා උපකාර කළ යුතුය.
- ඔහුගේ ගැටලු සම්බන්ධයෙන් වෙනත් දෘෂ්ටි කෝණවලින් බැලීමට සේවලාභියා හට අවකාශය ලබා දීම සිදු කළ යුතුය.

III. ස්වයං කාර්යක්ෂමතාවයට සහාය වීම

- සේවලාභියා හට තමාගේ ඉලක්කයට යාමට ඇති විශ්වාසය වර්ධනය කිරීම.
- සේවලාභියා විසින් සිදුකරනු ලබන ධනාත්මක වෙනස්කම් හඳුනා ගනිමින් ඔහු තුළ අවශ්‍ය ශක්තිමත් බව ඇති කිරීම.
- අඛණ්ඩව සේවලාභියා හට සහයෝගය ලබාදීම මගින් ධනාත්මක වෙනස්කම් සහ හැසිරීම් තමාට අවබෝධ කරගැනීමට අවකාශය සලසා දීම

තාක්ෂණික ක්‍රම

අභිප්‍රේරණ සම්මුඛ පරීක්ෂණයේදී උපදේශකවරයා සේවලාභියාගේ හැඟීම් සහ අභිප්‍රේරණයන් සොයා ගැනීමට උදව් කරයි.

I. විවෘත ප්‍රශ්න ඇසීම

- ඔව් / නැත යන්න පිළිතුරු දිය නොහැකි ප්‍රශ්න ඇසීම.
- එම ප්‍රශ්න ඇසීම මගින් සේවලාභියා වඩා ගැඹුරින් සිතීමට දිරිගැන්වීමක් සිදුවෙයි.

උදාහරණ වශයෙන්

කෙසේද ඔබ එය දකින්නේ ?

ඔබගේ වෙනස සඳහා උත්සාහ කළේ කෙසේද ?

II. තහවුරු කිරීම

සේවලාභියාගේ ධනාත්මක වෙනස්කම්, ශක්තින් සහ හැකියාවන් තහවුරු කිරීම මෙන්ම එසේ කිරීමෙන් සේවලාභියාගේ විශ්වාසය ශක්තිමත් කිරීම.

උදාහරණ

- “ඔබට ඉතා හොඳ සම්පත් ගොඩක් තියෙනවා”
- “මෙහිදී ඔබගේ හැසිරීම ඉතාමත් හොඳින් තිබුණා”
- “ඔබ මා සමඟ මෙම සැසිය තුළ දී ඉතාමත් හොඳින් සාකච්ඡා කරා”.

III. සක්‍රීය සවන්දීම.

සේවලාභියාගේ ගැටලුවට උපදේශකවරයා ඉතා උවමනාවෙන් සවන්දෙන බවත් තමාගේ කෝණයෙන් උපදේශකවරයා ගැටලුව වටහා ගැනීමට උත්සාහ කරන බවත් සේවලාභියා හට හැඟීම. මෙය මූලික උපදේශන කුසලතාවයකි.

IV. සාරාංශකරණය

- සේවලාභියා පැවසූ දෙය සාරාංශයක් වශයෙන් නැවත පැවසීම. එමගින් සේවලාභියාගේ ගැටලුව පිළිබඳව නිවැරදිව අවබෝධ කරගත් බව තහවුරු කිරීම.
- උපදේශකවරයා හට සේවලාභියා පවසන දෙය ගැටලු සහගත වන අවස්ථාවන් වලදී මෙසේ සාරාංශගත කර ඇසීම සැසිය තුළදී ඕනෑම විටක සිදු කළ හැකිය.
- එමගින් උපදේශකවරයා විසින් සවන් දී සිටින බවත් පවසන දේ එලෙසින්ම මනාව තේරුම් ගන්නා බවත් සේවලාභියා තුළ වැටහීමක් ඇති වේ.

V. ප්‍රතිලාභ

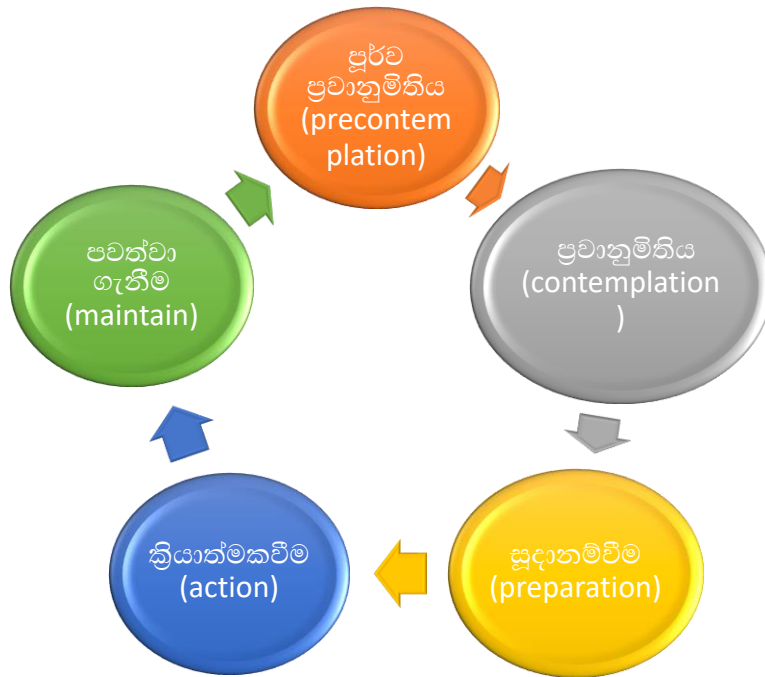
- සේවලාභියාගේ ආත්ම විශ්වාසය සහ උපදේශකවරයා කෙරෙහි විශ්වාසය ගොඩනගා ගැනීම.
- සේවලාභියා හට තමන්ගේ වගකීම් භාර ගැනීම සඳහා උපකාර කිරීම.
- ප්‍රතිකාරය අඛණ්ඩව සිදුකරගෙන යාම සඳහා සේවලාභියා මැනවින් යොමු කරවා ගැනීම.
- සේවලාභියා හට සුව වීමට අවශ්‍ය ශක්තින් තමා තුළම ඇති බව පෙන්වා දීම.

II. අභිප්‍රේරණ බලගැන්වීම (Motivational Enhancement)

සේවලාභියෙකු ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරයට ඇතුළත් කළ පසු මුල් අවස්ථාවේ සිට සුවවීම හා පවත්වා ගැනීම දක්වා ඔවුන් ජීවිතයේ විවිධ කායික මානසික සාමාජීය ගැටලුවලට මුහුණ දෙනු ලබයි. ඒ අවස්ථාවේදී ඔවුන් සමඟ සමීප සම්බන්ධතාවයෙන් යුක්තව එම අවධීන් වලට මුහුණ දීමට අවශ්‍ය ශක්තිය, උනන්දුව ලබා දෙමින් ඔවුන්ගේ කුසලතා වර්ධනය කිරීමත් මන්ද්‍රවායවලට එරෙහිව මනවාද අවබෝධකරවීමත්, වැරදි මත නිවැරදි කරමින් ධනාත්මක සිතුවිලි ඇති කිරීමට කටයුතු කළ යුතුයි.

එහිදී සුවච්ඡේද දක්වා විවිධ අවධීන් තුළ ඔවුන්ගේ මූලික ලක්ෂණ පිළිබඳව අවබෝධ කර ගැනීමත් එම අවස්ථාවන් වලදී ඉතා වැදගත් වේ. අභිප්‍රේරණ බලගැන්වීමකදී සේවාවලාභියෙක් මුල් අවස්ථාවේ හඳුනා ගැනීමේ සිට සුවච්ඡේද පවත්වාගෙන යාම දක්වා අවධීන් තුළ උපදේශකයන්, බාහිරසේවා නිලධාරීන් වශයෙන් දායකත්වය ලබා දිය යුතු ආකාරය පහත විග්‍රහ කර ඇත.

සේවාවලාභීන් අභිප්‍රේරණය කිරීම අපේක්ෂා කරන වෙනස්වීමේ අදියර පහත වක්‍රය මඟින් දක්වා ඇත.



I. පූර්ව ප්‍රවානුමිතිය (pre-contemplation)

මෙම අවධියේදී සේවාවලාභියා තවමත් වෙනස් වීමට සිතා නොමැති අතර ඔහු තුළ සැලසුමක්ද නොමැත. ගැටලුව සම්බන්ධයෙන් අවබෝධයක් ද නොමැති අතර අන් අයගෙන් උපකාරයක් පැතිය යුතු බවක් නොදනී. අන් අය මෙහි වරදකාරී හෝ හානිකර බව පෙන්වා දුන්නද ඒ පිළිබඳ සැලකිල්ලක් නොදක්වයි. සේවාවලාභියා ප්‍රතිකාරයට කිසිසේත්ම සූදානම් නොමැති නිසා වර්තමාන හැසිරීම්වල ගැටලුකාරීත්වය පිළිබඳව ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අවබෝධ කිරීමට සලස්වා රෝගියාගේ අවබෝධය දියුණු කිරීම සහ හානිය ක්‍රමයෙන් අඩු කිරීමට කටයුතු කළ යුතුය.

මේ අවධියේදී බාහිරසේවා නිලධාරීන් විසින්,

- සේවාවලාභියා පිළිබඳ ඉතා සහකම්පන අවබෝධයකින් බැලීම අතිශය වැදගත් වේ.
- සේවාවලාභියාගේ සිතුවිලි හා හැසිරීම් පිළිබඳ අවබෝධය
- සේවාවලාභියාගේ දෘෂ්ටිකෝණයෙන් ලෝකය දැකීම සහ ඔහුගේ අත්දැකීම් දෙස අවබෝධයෙන් බැලීම
- සේවාවලාභියාගේ අදහස් දෙස තවදුරටත් විවෘතව බැලීම හා අදහස් විවෘත කිරීමට ඉඩ දීම.

- සුභදේවී මාතෘකා තුළින් එල්ලා ගෙන ඇති මිත්‍යා විශ්වාසයන්ගේ ප්‍රමාණය අවබෝධ කර ගැනීම
- සුභදේවී හා විශ්වාසය ගොඩනැංවීම හා පවුල බලගැන්වීම
- පවුල තුළ මොහු පිළිබඳ මෙතෙක් පැවති හැසිරීම් ආකල්ප සුබදායී ආකාරයෙන් වෙනස් කරගන්නා ආකාරය පැහැදිලි කර දීම සිදුකළ යුතුය.

II. ප්‍රවානුමිතිය (contemplation)

මෙහිදී පුද්ගලයා තමාට ගැටලුවක් ඇති බව දකින අතර තවමත් මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කළත් ඉන් ඉවත් විය යුතුය යන අදහස මත සිටියි. නමුත් මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හේතුවෙන් සතුටු වන අතර භාවිතය නිසා පැමිණෙන කරදර හේතුවෙන් පසුතැවීමක් පවතී. අභිප්‍රේරණය ධනාත්මක අයුරින් ආරම්භ කළ හැකි අවධියකි.

සේවාලාභියා සමඟ වෙනස්වීමේ වාසි අවාසි පිළිබඳව සමතුලිතව කතාබහ කිරීමටත් තර්ක කරමින් එය ඔහුටම අවබෝධ කරදීම අතිශය වැදගත් වේ. එමෙන්ම වෙනස්වීමට හැකිය යන අදහස් ඔහු තුළ කාවැද්දීමත් ඔහු තුළ වෙනස් නොවීමේ දෙගෙඩියාවත් හෝ හේතු ඇත්නම් ඒ පිළිබඳව තාර්කිකව විශ්ලේෂණයකර ඔහු කෙරෙහි අදහස් දැක්වීම වැදගත්වේ.

මේ අවධියේදී බාහිරසේවා නිලධාරීන් විසින්

- උපදේශකවරයාට සවන්දීම, විවෘත වීම වෙනුවෙන් හා මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අඩු කිරීම පිළිබඳව ප්‍රශංසා කිරීම
- නිසැකවම නතර කළ හැකිය යන යෝජනාවල ලබාදීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා අනිසි හැසිරීම්වල යථාර්ථය පැහැදිලි කර දීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත කාලය තුළ සැබෑ සතුටක් තිබුණා ද යන්න ප්‍රශ්න කිරීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා දිළිඳුභාවය අතර සම්බන්ධය පැහැදිලි කරදීම හා ආදායම් වියදම් ගැන සාකච්ඡා කිරීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා වෙනත් අපේක්ෂිත දේ තමාට ලැබුණේ ද යන්න ප්‍රශ්න කිරීම හා ප්‍රශ්න උග්‍ර වූ ආකාරය පැහැදිලි කිරීම.
- ඔහු තුළ මේ සම්බන්ධයෙන් ඇති මිත්‍යා විශ්වාස සඳහා තාර්කිකව ප්‍රශ්න කිරීම හා ඒවා නිවැරදි කිරීමට උත්සාහ ගැනීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සාමාන්‍යකරණය කර ගෙන ඇති තත්ත්වයන් හා ආකල්ප වෙනස් කිරීමට උත්සාහ කිරීම මෙම අවධියේ දී සිදු කළ හැකිය.

III. සූදානම් වීම (preparation)

පුද්ගලයා, වෙනස්වීමේ වාසි පිළිබඳව මෙම අවධියේ දී උනන්දුවක් දක්වන අතර වෙනස්වීමට තම ශක්තියෙන් කැපවේ. පුද්ගලයා තමා කෙසේ වෙනස් විය යුතුද යන්න සිතන අතර හැසිරීම් වෙනස් කර ගැනීමට සූදානම් විය හැකිය. එය පුද්ගලයා වෙනස් කරගැනීමට හැකි තීරණාත්මක අවධියකි.

තවදුරටත් ප්‍රතිකාර අවශ්‍ය යැයි තීන්දු කරමින්, එසේ නම් එම ප්‍රතිකාරය කුමන ආකාරයේ එකක්ද යන්න මෙම කාලයේදී සොයා බලයි. වෙනස්වීමට අවශ්‍ය හැකියාව උපකල්පනය කර ඒ සඳහා සූදානම්වීමත් සමඟ මෙම අවධියේදී මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සිදුකරනු ලබයි මෙම අවධියේදී පුද්ගලයන්ට උදව් අවශ්‍ය වන අතර වඩාත් උචිත දේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳව තෝරාගැනීමට විශේෂයෙන්ම උදව් අවශ්‍ය වේ.

මේ අවධියේදී බාහිරසේවා නිලධාරීන් විසින්

- තවදුරටත් පුද්ගලයා තුළ මන්ද්‍රව්‍ය සම්බන්ධ ආකල්ප විශ්වාස පද්ධතිය විවෘත කරගැනීම සිදු කළ යුතු ප්‍රධාන කාර්යයකි.
- මන්ද්‍රව්‍ය හා සතුව, අමාරුව නැති වීම, ශරීර ශක්තිය වර්ධනය වීම, ප්‍රශ්න අමතක කිරීම නින්ද ලබා ගැනීම, ආදී තවදුරටත් එල්බගෙන ඇති වැරදි විශ්වාස නිවැරදි කිරීම සිදුකළ යුතුය.
- එහිදී මන්ද්‍රව්‍ය නිසා ක්‍රමයෙන් තමා දුර්වල වන ආකාරය පැහැදිලි කර දිය යුතුය. ශරීර ශක්තිය හීන වීම, ඇබ්බැහිය නිසා මානසික වශයෙන් දුර්වලවීම, පවුල තුළ හා සමාජයේ තිබූ පිළිගැනීම නැති වීම, රසවින්දනය අඩුවීම, මානසික රෝගී තත්වයන් ඇතිවීම, පීඩාකාරී මානසිකත්වය ආදී දේ පැහැදිලි කර දිය යුතුය.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ අනිවාර්ය තත්වයන් වෙනස් කිරීම, භාවිතය නතර කිරීම ආශ්‍රිතව ඇති අධික බිය, විරමණ අපහසුතා සඳහා ඇති බිය වැනි තත්වයන් පිළිබඳව අවබෝධයෙන් පැහැදිලි කළ යුතුය.
- මෙහිදී මන්ද්‍රව්‍යයෙන් නිදහස්වීමට කිසිසේත්ම බිය විය යුතු නැති බවත් මෙතෙක් ලබා ගෙන ඇති ප්‍රගතිය සහ මන්ද්‍රව්‍යයෙන් නිදහස් වූ ප්‍රමාණය මෙන්ම තවදුරටත් බැඳීමේ මට්ටම පිළිබඳව ප්‍රශ්න කිරීම කළ යුතුය.
- ස්ථිර තීරණයක් ගත් පසුව එය අඛණ්ඩව පවත්වාගෙන යාමට හැකි බවත් ඒ පිළිබඳ විශ්වාසය තවදුරටත් ඇති කර ගැනීමට උනන්දු කළ යුතුය.
- මන්ද්‍රව්‍ය සමඟ ගත කළ නිරස කාලය ක්‍රමක්‍රමයෙන් ඉවත්වන විට එය ඵලදායී ලෙස ළමුන් හා පවුල කෙරෙහි යෙදවීමට හැකි බව පැහැදිලි කර දීම
- නැවත භාවිතයට පෙළඹවිය හැකි පුද්ගලයන්, අවස්ථා, සිදුවීම් මගහැරීම සහ සිතුවිලි කල් දැමීමට උනන්දු කිරීම / ආශ්‍රය කරන පුද්ගලයන් වෙනස් කිරීම සම්බන්ධයෙන් අභිප්‍රේරණය මෙහිදී ලබා දිය හැකියි.

IV. ක්‍රියාත්මකවීම (action)

ක්‍රියාත්මකවීමේ දී සේවාවලාභියා වෙනස් විය යුතුය, යන අදහසේ සහ තම ජීවන රටාව වෙනස් කළ යුතු යැයි යන අදහසේ සිට කටයුතු කරයි. තමාට පසු කිරීමට ඇති අවස්ථා, අධි අවදානම් තත්වයන් ඒ සඳහා වන උපායමාර්ග සඳහා මොවුන් හට උදවු අවශ්‍ය වේ. මෙම අවධියේ දී පුද්ගලයන්ගේ මන්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ වැරදි වැටහීම් යම් ප්‍රමාණයකට නිවැරදි වී ඇත.

මෙහිදී උපදේශකවරුන් වශයෙන් කළ යුතු මූලික කාර්යයක් වන්නේ ජීවන රටාවේ පෙර පැවති වර්ගයාවන් වෙනස් කිරීමට පුරුදු පුහුණු කිරීමයි.

- මෙම අවධියේදී දෛනික පිරිසිදුකම සහ සනීපාරක්ෂාව පිළිබඳ උනන්දු කිරීම.
- කායික රෝගී තත්ත්වයන් පිළිබඳව අවධානය යොමු කරවීම.
- පෝෂණය හා යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු ඇති කිරීම.
- හොඳ සමාජ සම්බන්ධතා, යහපත් පුද්ගලයන් ආශ්‍රයට හුරු කිරීම හා මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයන් ආශ්‍රයෙන් ඉවත් කිරීම.
- ප්‍රජාවේ පොදු වැඩ සඳහා උනන්දු කරවීම.
- තවදුරටත් මන්ද්‍රව්‍ය සඳහා පොළඹවන කණ්ඩායම් මගහැරීමට උනන්දු කිරීම.
- භාවිතයෙන් නිදහස්වීම හා තමාට එමගින් ලැබී ඇති වාසි පිළිබඳව ඔහු තුළින් ම විවෘත භාවයෙන් කරුණු ගෙන පහදා දීම.
- නිදහස්වීමට ඔහුගේ උත්සාහය, ශක්තීන් නිරන්තරයෙන්ම අගය කිරීම, ප්‍රශංසා කිරීම හා යහපත් ආකාරයෙන් පවත්වා ගැනීමට ධෛර්යමත් කිරීම.
- මන්ද්‍රව්‍යවලට තවදුරටත් තබා ඇති වටිනාකම පිළිබඳව අදහස් ලබාගෙන තවදුරටත් එම අදහස් ඇත්නම් ඒවා ශුන්‍ය කිරීම

V. පවත්වා ගැනීම (maintain)

මෙම අවධියේ දී පුද්ගලයා සැලකිය යුතු මට්ටමකින් වෙනස් වී ඇති අවධියයි. වෙනස්වීම පවත්වාගෙන යාම සඳහා ක්‍රියාත්මක වෙමින් සිටියි. මෙම අවධියේදී උපදේශකවරයා විසින් මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීම අඛණ්ඩව පවත්වාගෙන යාම කෙරෙහි සේවාවලාභියා උනන්දු කිරීම, උදව් කිරීම සහ ධෛර්යමත් කිරීම කළ යුතුයි.

- සතුට පවුල සංකල්පය සඳහා කාලය වෙන් කිරීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත බැඳීම් තවදුරටත් ඉවත් කිරීම හා නිදහස්වීමේ වාසිය පිළිබඳව ගැඹුරින් සාකච්ඡා කිරීම
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නතර කිරීම හා රෝග ඇතිවීමේ අවදානම අඩු වන ආකාරය පැහැදිලි කර දීම.
- ඔහු මෙතෙක් ලබා ඇති මානසික සුවතාව එහි වටිනාකම සහ නිවස කොතෙක් දුරට සතුටු පවුලක් දක්වා වර්ධනය වුණේ ද යන්න පිළිබඳව ඔහුට අවබෝධ කරදීම.
- වර්තමානයේ මෙන්ම අනාගතයේ දී මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත අවස්ථාවන් වලට මුහුණදීමට සහ එරෙහිවීම කෙරෙහි ඔහු තුළින්ම ශක්තියක් ඇති කිරීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස් වීම හේතුවෙන් පවුලේ තත්ත්වය, දූ දරුවන්ගේ සංවර්ධනය සහ කායික මානසික වර්ධනයට හේතු වූ ආකාරය පැහැදිලි කර දීම සහ ප්‍රශංසා කිරීම

- අගයකිරීම මෙන්ම අඛණ්ඩ පසු රැකවරණය තුළින් විශ්වාසය හා සුරක්ෂිත මගපෙන්වීමක් ලැබෙන ආකාරයට විශ්වාසයක් ඇති කිරීම.
- මෙම පුද්ගලයා තවදුරටත් සමාජයේ කොන්වූ පුද්ගලයෙක් නොව තමන්ට, තමන්ගේ පවුලටත් සමාජයටත් වැදගත් පුද්ගලයෙක් බවට පත් කිරීම හා ඒ පිළිබඳ පෞද්ගලිකවම ඒත්තු ගැන්වෙන හා දැනෙන ආකාරයෙන් තමන්වම නිරන්තරයෙන් ඇගයීම.

VI. නැවත භාවිතයට යොමුවීම (Relapse)

භාවිතය පවත්වාගෙන යමින් කෙටි කාලයකින් හෝ දිගු කාලයකින් විවිධ හේතු සාධක මත නැවත යොමුවීමට හැකියාවක් ඇත. මෙම අවස්ථාවලදී සේවාවලාභීන් අධෛර්යයට පත් නොකර නැවත උපදේශන හා ප්‍රතිකාර ක්‍රියාවලියට ඇතුළත් කරගත යුතුය.

එහිදී බාහිරසේවා නිලධාරීන් විසින්

- නැවත යොමුවීමට බලපෑ සාධක පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීම
- අධෛර්යයට පත්වීම වැළැක්වීම
- තවදුරටත් මත්ද්‍රව්‍යයට ඇති බැඳීමේ ප්‍රමාණය මැන බැලීම
- බැඳීම, ඇදහීම සහ ලොල් බව තවදුරටත් ප්‍රශ්න කිරීම
- තවදුරටත් පවතින දුර්වලතා පෙන්වා දීම
- නැවත යොමුවීමට බලපෑ හේතු අනාගතයේදී දීර්ඝකාලීනව වෙනස්වීමට හේතුවක් ලෙස ගෙන පවත්වාගෙන යන්නේ කෙසේදැයි අවබෝධ කරදීම

4.3 ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරය

මධ්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන්නන් සඳහා ප්‍රජාව පදනම් කරගෙන කරනු ලබන ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරය ලෙස හැඳින්විය හැකිය. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නිසා පීඩාවට පත් වූ පුද්ගලයන් සඳහා විශේෂ වූ ඒකාබද්ධ ප්‍රතිකාර ආකෘතියකි. විෂභරණය, අඛණ්ඩ රැකවරණය සහ සියලු සේවාවන් ඒකාබද්ධ කිරීම මගින් සේවාලාභියාගේ කායික, මානසික, සෞඛ්‍ය, සමාජීය හා අනෙකුත් විශේෂ අවශ්‍යතා සඳහා අවශ්‍ය පහසුකම් සැපයීම මෙමගින් සිදුවේ . සේවාලාභියාට සහ පවුලේ සාමාජිකයන්ට දීර්ඝකාලීනව ඵලදායී ප්‍රතිඵල ලබා ගැනීම මෙහි අවසාන ප්‍රතිඵලයයි.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස් වීම සඳහා අවශ්‍ය ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම් සහ උපකාරී සේවාවන් ඔවුන් ජීවත්වන පරිසරය තුළින්ම ලබා දෙමින් සහයෝගී පරිසරයක් ගොඩනැගීම හරහා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීමටත්, ප්‍රීතිමත් හා ඵලදායී පූර්ණ ජීවිතයක් ගත කිරීමටත් උපකාරී වන ප්‍රතිකාර ආකෘතියක් වශයෙන් ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය හඳුන්වාදිය හැකිය. මෙම ක්‍රියාවලිය හරහා **“පුද්ගලයා ජීවත්වන පරිසරයේ සිටිමින් ම මත්ද්‍රව්‍ය ගැටලුවෙන් නිදහස්වීම සඳහා අවශ්‍ය කුසලතා සංවර්ධනය කරවීම”** අපේක්ෂා කරයි.

මෙහි දී මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නන්ට භාවිතය ක්‍රමයෙන් අඩු කරගනිමින් කායික සහ මානසික සෞඛ්‍ය ගැටලු, සමාජ ගැටලු, නෛතික ගැටලු, ආර්ථික ගැටලු සහ පවුල් ගැටලු සම්බන්ධයෙන් අවශ්‍ය මැදිහත්වීම් ලබාදෙමින් සහාය දැක්වීම සිදු වේ. එහිදී සෞඛ්‍ය අංශ සහ සමාජ සේවා සපයනු ලබන රාජ්‍ය, පෞද්ගලික මෙන් ම රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන ඒකාබද්ධ වෙමින් සේවාවන් සැපයීම සිදු කරයි. මෙහි දී මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයාට අවශ්‍ය සම්පත් නිවැරදි ව තක්සේරු කොට ඒවා අවශ්‍ය පරිදි යොදා ගැනීම ද සිදු කරනු ලැබේ.

එසේම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හේතුවෙන් පීඩාවට පත් වී සිටින පුද්ගලයින්ගේ පවුල් ඒකකවල සම්පතමයින් සහ ප්‍රජාව මෙයට ප්‍රායෝගිකව සහභාගී කරවා ගැනීම අවශ්‍යය වේ. මෙහි දී අදාළ පුද්ගලයාට සේවාවන් සැපයීමේ දී මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිකාරීත්වයට පමණක් ප්‍රතිකාර කිරීමකට සීමා නොවී ඔහුගේ සෞඛ්‍ය, අධ්‍යාපනය, පවුල, රැකියාව, නිවාස ආදී පුළුල් පරාසයක අවශ්‍යතා සැලකිල්ලට ගනිමින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස් වීමට පුද්ගලයා බලගන්වනු ලැබේ.

එසේම මෙම ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදයේ දී සිවිල් සමාජය, නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන ආයතන සහ සෞඛ්‍ය යන අංශ අතර සහයෝගීතාවය ගොඩනැංවීම තුළින් ඒකාබද්ධ සේවාවක් ලබා දීම සිදු කෙරේ. මෙහි දී සාක්ෂිමත පදනම් වූ ප්‍රතිකාරාත්මක ක්‍රමවේදය යොදා ගනු ලබන අතර සේවාලාභියාව ප්‍රතිකාරය පිළිබඳව දැනුවත් කර ස්වේච්ඡාවෙන්ම සහභාගී කරවා ගැනීම සිදු කරයි. එසේම ඔවුන්ගේ රහස්‍යභාවය ඇතුළු පුද්ගල ගෞරවය ආරක්ෂා කිරීමත්, මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සඳහා ඔවුන් නැවත නැවත යොමු වීම ප්‍රතිකාරයේ ම කොටසක් බව පිළිගනිමින් අඛණ්ඩ සේවාවක් සැපයීමත් සිදු කරනු ලැබේ.

සේවාලාභියා මුහුණපාන රැකියා ගැටලු සහ නීතිමය කරුණු නිරාකරණය කරවීමත් සිදු කෙරේ. ඊට සමගාමී ව වෘත්තීය කුසලතා සහ අධ්‍යාපනික සංවර්ධනය ඇති කරනු ලැබේ. එසේ ම මානසික, කායික සෞඛ්‍ය පිළිබඳව ද නිවැරදි මැදිහත්වීමක් සිදු කරයි.

ප්‍රජාව තුළින් ම ධනාත්මක උපකාර ලබාදීම සහ අගය කරවීමට කටයුතු සංවිධානය කෙරේ. තවද පුද්ගලයාට තම ස්වීයත්වය ගොඩනැංවීම හරහා ජීවිතය පිළිබඳ නිවැරදි අවබෝධය සහ දැක්ම පුළුල් කරවීම පිළිබඳව ද අවධානය යොමු කරයි.

මේ සඳහා සුවච්චේ සම්පත් නිවැරදිව කළමනාකරණය කරගැනීමත්, නිවැරදි අධීක්ෂණයක් සිදු කිරීමත් වැදගත් වේ. එහි දී සේවාවලාභියාට නිශ්චිත ලෙසම සමාජය තුළ උපකාරී වන පිරිස හඳුනා ගැනීම සිදු කරයි. ඔහුගේ මූලික අවශ්‍යතා සම්පූර්ණ කරවීම මඟින් නිශ්චිත වාසස්ථානයක, ආහාර, සනීපාරක්ෂාව සහ ආරක්ෂාව යනාදිය සුරක්ෂිත කරවයි. පරිසර තත්ත්වයේ සෞඛ්‍ය සම්පන්නභාවය ගොඩනැංවීමත් පවුල තුළින් සහ සමාජමය වශයෙන් ලැබෙන උපකාර පිළිබඳවත් සැලකිලිමත් වීම වැදගත් වේ. ඇතැම් අවස්ථාවල දී සමවයස් කණ්ඩායම්වල දායකත්වය ලබා ගැනීම ද වැදගත් ය.

ප්‍රධාන අරමුණු

- දීප ව්‍යාප්ත විධිමත් ප්‍රතිකාර සේවාවක් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයන් උදෙසා ලබා දීම.
- මනෝකාරක ද්‍රව්‍ය භාවිත අක්‍රමතා සහිත පුද්ගලයන් ඔවුන් ජීවත්වන පරිසරය තුළ දී ම ප්‍රජා උපකාරීන්ගේ සහාය ඇති ව භාවිතයෙන් නිදහස් කරවීම.
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත පුද්ගලයා, පවුලේ සාමාජිකයන් සහ සමස්ත සමාජය සමඟ යහපත් උපකාරී සබඳතාවයක් ගොඩනැගීම.
- පුද්ගල කුසලතා සහ වෘත්තීය නිපුණතා වර්ධනය තුළින් පුද්ගල සංවර්ධනය සිදු කිරීම.
- මත්ද්‍රව්‍ය දුර්භාවිතයෙන් පුද්ගලයින් නිදහස් කරවීමේ වගකීම සමාජ ඒකකයේ අවධානයට සහ වගවීමට නතු වීම.
- නිලධාරීන් සහ ආයතන ගණනාවක මැදිහත්වීම යටතේ සේවාවලාභියාට ඒකාබද්ධ සේවයක් ලැබීම.

ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරයේ ප්‍රධාන මූලධර්ම⁵

- බාහිරසේවාවන් හරහා අඛණ්ඩ රැකවරණය සැපයීම
- සිවිල් ක්‍රියාකාරී සංවිධාන / නීතිය ක්‍රියාත්මක කිරීමේ ආයතන / සෞඛ්‍ය සහ සමාජසේවා අතර සමීප සම්බන්ධතාවය
- සමාජ සම්බන්ධතා සහ රැකියාවන්ට බාධාවන් ඇතිවීම අවම වීම
- මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිකාරීත්වය සඳහා ප්‍රතිකාර සේවාවන් සැපයීම දැනට පවතින සෞඛ්‍ය සහ සමාජ සේවාවන් සමඟ ඒකාබද්ධ කිරීම
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින්ට ප්‍රවේශවිය හැකි මට්ටමට සේවාවන් ප්‍රජාව තුළට සැපයීම
- පවුල ඇතුළු ප්‍රජාවේ ඇති සම්පත් දායක කර ගැනීම
- සාක්ෂි මත පදනම්වූ මැදිහත්වීම්

⁵ ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය සහ එක්සත් ජාතීන්ගේ මත්ද්‍රව්‍ය හා අපරාධ පිළිබඳ කාර්යාලය විසින් සකස් කර ඇති ප්‍රතිකාර සම්බන්ධ ජාත්‍යන්තර ප්‍රමිතීන්

- පූර්ව දැනුවත් කිරීම මත සහ ස්වේච්ඡාවෙන් සහභාගීවීම
- විවිධ අවශ්‍යතා (නිවාස / පවුල / සෞඛ්‍ය / අධ්‍යාපනය / හැකියාව) සැලකිල්ලට ගනිමින් සුවවීම පිළිබඳ වඩාත් සංකීර්ණ ප්‍රවේශයකින් කටයුතු කිරීම
- නැවත භාවිතයට යොමුවීම ප්‍රතිකාරයේම කොටසක් ලෙස සැලකීම සහ නැවත ප්‍රතිකාරය සඳහා යොමු කර ගැනීම
- රහස්‍යභාවය ආරක්ෂා කරමින් මානව අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ අවධානය යොමු කිරීම
- සමාජ අවමානය සහ වෙනස්කොට සැලකීම පිළිබඳ ආමන්ත්‍රණය
- ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සේවාවන්, මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රතිකාර සපයන සේවාවන්, රෝහල් සහ සායන මෙන්ම සමාජ සේවාවන් ප්‍රජා ප්‍රතිකාරයේ ප්‍රධාන පාර්ශවකරුවන් වේ.
- අනෙකුත් පාර්ශව සමඟ පුළුල් සහයෝගීත්වයක් ගොඩනගා ගැනීම
 - සිවිල් ක්‍රියාකාරී සංවිධාන
 - පොලිසිය
 - නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන ආයතන
 - වෘත්තීය සංවිධාන
 - වෙළඳ සහ සේවාවන් සපයන ආයතන
 - අධ්‍යාපනික හා පර්යේෂණ ආයතන
 - තරුණ සංවිධාන සහ තරුණ නායකයින්
 - ආගමික හා ප්‍රජා නායකයින්
 - පවුලේ සාමාජිකයින්
 - මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිකාරීත්වයෙන් සුවවී සිටින පුද්ගලයින්

ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරයේ ප්‍රධාන අංශ⁶

- සේවාවලාභියාගේ සක්‍රීය සහභාගීත්වය
- ප්‍රජාවට ඇති වගකීම
- ප්‍රජාව ඉලක්ක කරගත් මැදිහත්වීම්
- මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රතිකාරය සඳහා ලබාදෙන ප්‍රමුඛතාවය
- අනෙකුත් සේවාවන් සමඟ සම්බන්ධ කිරීම
- රාජ්‍ය නොවන හා සිවිල් ක්‍රියාකාරී සංවිධානවල දායකත්වය

ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය සුදුසු වන්නේ කා සඳහා ද?

- ඇබ්බැහිකාරීත්වයේ මධ්‍ය සහ පහළ මට්ටම්වල සිටින පුද්ගලයින් සඳහා
- උග්‍ර මට්ටමේ මානසික අක්‍රමතා නොමැති සහ කලහකාරී වර්ශාවන් නොපෙන්වන පුද්ගලයින් සඳහා
- පදිංචි ප්‍රදේශයේ සිටම ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට කැමති පුද්ගලයින් සඳහා.

⁶ TREATNET Quality Standards for drug dependence treatment, UNODC

- ඒදිනෙදා තමාගේ දෛනික කටයුතු සමඟ සම්බන්ධ විය හැකි අය සඳහා.
- ප්‍රතිකාර මධ්‍යස්ථානවල නේවාසිකව සිටීමට අකමැති අය සඳහා.
- භාවිතයෙන් ඉවත්වීමට වඩාත් උනන්දුවක් දක්වන අය සඳහා.
- පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ සහාය ඇති අය සඳහා.
- සුවවීමේ සම්පත් යහපත් අය සඳහා.
- ප්‍රජාවේ සහාය ඉතා ඉහළ මට්ටමින් ලබා ගත හැකි අය සඳහා.

ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදයේ ඇති වාසි

- සෑම ප්‍රදේශයක සිටම ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම් සඳහා යොමු වීමට ඇති හැකියාව.
- අවම මූල්‍ය වියදම.
- තම ඒදිනෙදා ක්‍රියාකාරකම් සමඟ ප්‍රතිකාර සඳහා සම්බන්ධවීමට හැකි වීම.
- පවුලේ සම්පතමයින් සමඟ සිටිමින් ප්‍රතිකාර කටයුතු වල නිරත වීමට හැකි වීම.
- කෙටි කාලයක් තුළ දී භාවිතයෙන් ඉවත් වීමට හැකි වීම.
- පවුල තුළින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස් වීමට හොඳ සහයක් ලබා ගැනීමට හැකි වීම
- ප්‍රජාවේ සම්පත්වලින් සහය ලබාගැනීමට හැකිවීම
- සෞඛ්‍ය හා අනෙකුත් සමාජ සේවාවන්වල සහය ලබාගැනීමට හැකිවීම
- සේවාලාභියාගේ සංවර්ධනයක් ඇති කිරීම සඳහා අවශ්‍ය පහසුකම් ළඟාකරදීමේ හැකියාව
- සමාජ අවමානය අවම වීම.
- අඩු පිරිවැයකින් ඵලදායී සේවාවක් ලබාදිය හැකි ප්‍රායෝගික ක්‍රියාවලියක් වීම.

ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරය තුළින් සේවාලාභියා තුළ සහ අදාළ ප්‍රජාව තුළ ඇතිවිය හැකි වෙනස්කම්,

- ප්‍රදේශයේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන්නන් භාවිතයෙන් සම්පූර්ණයෙන් ඉවත් වීම හෝ භාවිතය අඩු කිරීම.
- භාවිතය නතර කිරීමට නොහැකි/ඉතා අපහසු යැයි ගොඩ නැගුණු මිත්‍යා මත බහිෂ්කරණයවීම.
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත්වීම සම්බන්ධයෙන් පුද්ගලයින් තුළ ඇතිවන ධනාත්මක අභිප්‍රේරණය.
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා මධ්‍යස්ථානගතවීම අවශ්‍ය වේ යන මතය වෙනස් වීම.
- සාමාන්‍ය ක්‍රියාකාරකම් ඵලදායී ලෙස සිදු කිරීම .
- පවුලේ සාමාජිකයන් සමඟ පෙරට වඩා හොඳ සම්බන්ධතාවයක් ගොඩනැගීම.
- ඔවුන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය/පිරිසිදුකම/ජීවන රටාව ක්‍රමවත් කිරීම.
- පවුලේ සමාජිකයන් සමඟ ගත කරන කාලය වැඩි වීම.
- ප්‍රජාවේ වාතාවරණය ධනාත්මක වීම.

ප්‍රධාන ප්‍රතිකාර ප්‍රවේශ

1. බාහිරසේවා ප්‍රතිකාර ක්‍රමය
2. රෝහල් ආශ්‍රිත ප්‍රතිකාර ක්‍රමය
3. ගෘහස්ථ ප්‍රතිකාර ක්‍රමය
4. ප්‍රජා පාදක කඳවුරු ප්‍රතිකාර ක්‍රමය

I. බාහිරසේවා ප්‍රතිකාර ක්‍රමය

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත්වීමට සූදානමක් නැති එහෙත් භාවිතයෙන් ඉවත් වීමට කැමැත්තක් දක්වන හෝ භාවිතයෙන් ඉවත්වීම ප්‍රතික්ෂේප නොකරන පුද්ගලයින් මෙන්ම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත්වීමට සූදානමක් ඇතත් ප්‍රවේශයක් නොමැති පුද්ගලයන් හඳුනා ගෙන ඔවුන් ජීවත්වන පරිසරයේ සිටම මතින් නිදහස් වීමට අවශ්‍ය මැදිහත්වීම් සිදුකිරීම හා අවශ්‍ය නම් පමණක් පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථාන වෙත යොමු කරවීම මෙතුළින් සිදුකෙරේ. එසේ ම ඔවුන්ගේ පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලියද සිදු කළ යුතුය.

- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයා හඳුනා ගැනීමෙන් පසු ධනාත්මක සම්බන්ධතාවයක් ගොඩ නගා ගැනීම.
- සේවාවලාභියාගේ අඛණ්ඩ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සිදුවුවද වෘත්තීමය සම්බන්ධතාවය දිගටම පවත්වා ගෙන යාම.
- පළමු දින කිහිපය තුළ භාවිතය අඩුකර ගැනීම සඳහා උපදෙස් ලබාදීම
- භාවිත හැසිරීම ආශ්‍රිත ක්‍රියාකරකම් වෙනස් කිරීමට සැලැස්වීම.
- මූලික සෞඛ්‍ය පුරුදු ධනාත්මක ලෙස වෙනස් කිරීම (පිරිසිදුකම/රෝග සඳහා ප්‍රතිකාර ගැනීම)
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත අත්දැකීම් වෙනස් කරවීම (මත්ද්‍රව්‍ය හා බැඳුණු ඔහු තුළ ගොඩනැගී ඇති මිත්‍යා මත ලිහිල් කිරීම හා ක්‍රමයෙන් ස්වයං අවබෝධයක් ඇතිකරවීම)
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සම්බන්ධයෙන් සේවාවලාභියා තුළ පවතින අපේක්ෂාවන් ආමන්ත්‍රණය කරමින් ක්‍රමයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත් කරවීම
- භාවිත අවස්ථා / භාවිත ප්‍රමාණ අඩු කරවීම (භාවිත රටාවන් /භාවිත ස්ථාන)
- ඔහුගේ සියුම් ධනාත්මක වෙනස්කම් හොඳින් අගය කිරීම හා ප්‍රශංසා කිරීම.
- භාවිත කරන්නාගේ සාමාන්‍ය ජීවන රටාව / පුරුදු අභියෝගයට ලක් කිරීම (නිවසේ වැඩි වේලාවක් ගත කිරීම / විනෝදාංශ වෙනස් කරවීම)
- ඔහුගේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කාලසටහන අභියෝගයට ලක් කර ධනාත්මක වෙනසක් ඇති කරවීම.

මෙම ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය තුළ සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු

- පුද්ගලයාගේ වෙනස්වීම් ඉතාමත් සෙමින් සිදුවිය හැක.
- සුළු වෙනස්වීම් සඳහාත් අභිප්‍රේරණය කළ යුතුවේ.
- පුද්ගලයාගේ වෙනස්වීම් ඉක්මනින් සිදු නොවන අතර දිරිමත්කිරීම් සිදු කළ යුතුය.
- ප්‍රතිඵල ළඟාකර ගැනීම සඳහා මාස 03 - 06 ක් හෝ ඊට වඩා වැඩි කාලයක් ගතවිය හැක.
- භාවිතයෙන් තොරව සේවාලාභියාගේ සාමාන්‍ය ජීවිතය පවත්වා ගෙනයාම සඳහා ක්‍රමවත් පසුරැකවරණ වැඩසටහනක් ක්‍රියාත්මක කළ යුතුය
- සේවාලාභීන් සමඟ හා පවුල් සමඟ ගනුදෙනු කිරීමේදී වෘත්තීය ආචාර ධර්ම අනුව කටයුතු කිරීම අත්‍යවශ්‍යවේ

II. රෝහල් ආශ්‍රිත ප්‍රතිකාර ක්‍රමය

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත්වීමට කැමති ඒ සඳහා උන්දුවක් ඇති එමෙන්ම භාවිතයෙන් ඉවත්වීමට බියක් දක්වන පුද්ගලයින් සඳහා කායික සහ මානසික අපහසුතා කළමනාකරණය කරගැනීම සඳහා ඖෂධ ප්‍රතිකාර ලබා දෙනු ලැබේ. එහිදී මානසික සෞඛ්‍ය ගැටලු සඳහා සායන හරහා ප්‍රතිකාර ලබා දෙන අතර අවශ්‍යතාව මත රෝහල් ගත කොට නේවාසික ප්‍රතිකාර ලබා දීම සිදු කරයි.

රෝහල් ආශ්‍රිත ප්‍රතිකාරය කා සඳහා ද ?

- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත් වීමට කැමති ඒ සඳහා උන්දුවක් ඇති එමෙන්ම භාවිතයෙන් ඉවත් වීමට භියක් දක්වන පුද්ගලයන් සඳහා
- මූලික කායික සහ මානසික අපහසුතා කළමනාකරණය කර ගැනීම සඳහා ඖෂධ ප්‍රතිකාර අවශ්‍ය යැයි සිතන අය සඳහා .
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සමඟ සහජනනීය අක්‍රමතා (Co-occurring Disorders) ඇති සේවාලාභීන් සඳහා

රෝහල් ආශ්‍රිත නේවාසික ප්‍රතිකාරය (Hospital based Inpatient Treatment)

- මානසික රෝග සම්බන්ධ වෛද්‍යවරයෙකුගේ අධීක්ෂණය යටතේ සේවාලාභියාගේ සහ වෛද්‍යවරයාගේ එකඟතාවය මත නේවාසිකව දින කිහිපයක් (4 - 7) වෛද්‍ය අධීක්ෂණය යටතේ රැඳීසිටීම.
- මූලික කායික හා මානසික අපහසුතා සඳහා අවශ්‍යතාවය පරිදි අදාළ ඖෂධ ප්‍රතිකාර ලබා දීම.
- නේවාසික ප්‍රතිකාරයෙන් පසු වෛද්‍යවරයාගේ අධීක්ෂණය යටතේ වෛද්‍ය සායන සඳහා සහභාගි වීම.
- සේවාලාභියාට ප්‍රතිකාරයෙන් පසු ඖෂධ ලබාදෙන්නේ නම් භාවිත පුද්ගලයාගේ භාරකරුවන් මගින් ඖෂධ ලබාදීම.

- උපදේශනය /මනෝ ප්‍රතිකාර / පවුල් උපදේශනය/ ලිංගික උපදේශනය/වෘත්තීය උපදේශනය ලබා දෙමින් පුද්ගලයා සාමාන්‍ය ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත කරවීම.
- ධනාත්මක පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලියක් පවත්වා ගෙන යෑම. (අවම මාස 6ක කාලයක් සඳහා)

රෝහල් ආශ්‍රිත බාහිර ප්‍රතිකාරය (Hospital based outpatient treatment)

- රෝහලක නේවාසිකව ප්‍රතිකාර ගැනීමට අකමැති සහ ඒ සඳහා පහසුකම් නොමැති නමුත් මනෝ වෛද්‍යවරයෙකුගේ අධීක්ෂණය සහ මනෝ උපදේශකවරයෙකුගේ අධීක්ෂණය යටතේ ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට අවශ්‍ය අය සඳහා.
- වෛද්‍යවරයාගේ අධීක්ෂණය යටතේ කායික හා මානසික සංකුලනා සඳහා ඖෂධ ලබා දීම.
- ඖෂධ ලබාදීමේදී රෝගියාගේ භාරකරුවෙකු මගින් පමණක් ඖෂධ ලබා දීම.
- ඖෂධ ලබාදීම සඳහා අවශ්‍ය දැනුම භාරකරුවාට ලබා දීම.
- අවශ්‍ය උපදේශන කටයුතු සඳහා රෝගියා රෝහල් වෙත පැමිණීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.
- ඖෂධ හා උපදේශන කටයුතු නිමා වීමෙන් පසු අවම මාස 6 ක කාලයක්වත් පසු රැකවරණ වැඩසටහනක රඳවා තබා ගැනීම.

III. ගෘහස්ථ ප්‍රතිකාර ක්‍රමය (Home – Based Treatment)

මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නන් සඳහා පවුලේ සාමාජිකයෙකු හෝ සමීපතමයකුගේ සහය ලබා ගනිමින් උපදේශකවරයාගේ සෘජු අධීක්ෂණය යටතේ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නන් නිවසේ සිට ම මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස් කරවීම මෙහිදී සිදුකරයි.

ගෘහස්ථ ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදයේ ඇති වාසි

- අවම වියදමක් වැයවීම.
- කෙටි කාලයක් (දින 07/10) වැනි මූලික ප්‍රතිකාර කාලයක් ප්‍රමාණවත් වීම.
- තමාගේ නිවසේ සිටම පවුලේ සාමාජිකයින් සමඟම කාලය ගත කරමින් ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම් වල යෙදීමට අවස්ථාව තිබීම .
- දින 7ක් වැනි කාලයකින් පසුව ඔහුගේ සාමාන්‍ය කටයුතු වල නිරතවීමට හැකිවීම .
- මෙම ක්‍රමවේදය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා විශාල තාක්ෂණික කණ්ඩායමක සහය අවශ්‍ය නොවීම
- තමාගේ පවුලේ සාමාජිකයින් හා සමීපතයින් සමඟ ජීවත් වෙමින් ප්‍රතිකාර කටයුතු සිදුවන බැවින් ප්‍රතිකාර ලබන පුද්ගලයාට මානසික සහනයක් ලැබීම .
- පවුලේ සාමාජිකයින්ට මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයාගේ හැසිරීම් වෙනස්වීම පිළිබඳ දිනපතාම අවබෝධයක් ලැබෙන බැවින් ඔවුන්ගෙන් ඒ සඳහා අවශ්‍ය සහයෝගය ලැබීම
- පුද්ගලයා මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත් කර ගැනීම පවුලේ සියලුදෙනාගේ වගකීමක් සහ සාමූහික කටයුත්තක් බව දැනීමට සැලසීම.

- සියලු දෙනාම මේ සඳහා විවිධාකාරයෙන් දායක වන බැවින් ප්‍රතිකාර ලබන්නා නැවත භාවිතයට යොමු නොවීමට වගබලා ගැනීම සියලු දෙනාගේම කාර්යක්ෂම බවට පත්වීම.

ගෘහස්ථ ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාත්මක වන ආකාරය

පළමු පියවර

මක්දව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයාගේ පවුල තුළින් ඔහුට උපකාර කිරීමට කැමති සමීපතමයෙකු තෝරා ගැනීම (පුද්ගලයාගේ පවුල තුළ එවැනි අයෙක් නොමැතිනම් සමීප ශ්‍රේණියක හෝ හිතවතෙකු වුවද මේ සඳහා සහාය විය හැක).

තෝරාගන්නා සමීපතමයා තුළ තිබිය යුතුය ගුණාංග

- ඉතාම නම්‍යශීලී සහ භාවිත පුද්ගලයාට සවන් දෙන කාරුණික අයෙක් විය යුතුය .
- තම සමීපතමයා වෙනුවෙන් විශාල කැපකිරීමක් කිරීමට සූදානම්, භාවිත පුද්ගලයාගේ හඬට සවන්දෙන්නකු විය යුතුය.
- භාවිත පුද්ගලයා පිළිබඳ ආදරණීය සහ සෙනෙහස දක්වන්නෙකු විය යුතුය.
- පැය 24 පුරාම භාවිත පුද්ගලයා සමඟ ගත කිරීමට හැකි හා ඔහුගේ අඩුපාඩු හා අවශ්‍යතා පිළිබඳ ක්‍රියාත්මකවීමට හැකි විය යුතුය.
- තමාගේ ප්‍රමුඛතා ලැයිස්තුව අනුව නොව භාවිත පුද්ගලයාගේ ප්‍රමුඛතාවලට මූලිකත්වය ලබා දී කටයුතු කිරීමට හැකියාවක් තිබිය යුතුය.
- පවුලේ අන් අය සමඟ ද ධනාත්මක සම්බන්ධතාවයක් සහ හොඳ සන්නිවේදන රටාවක් පවත්වාගෙන යාමට හැකි වීම.
- මෙම පුද්ගලයා භාවිත පුද්ගලයාගේ බිරිඳ, දරුවන් ,මව , පියා සහ සහෝදරයකු පවුලේ අයෙක් නැතිනම් ළඟම ශ්‍රේණියක හෝ හිතවතෙකු විය හැකිය.
- භාවිත පුද්ගලයාගේ සුළු ධනාත්මක ප්‍රගතීන් පවා දැක්මට සහ අගයකිරීමට හැකියාවක් ඇත්තෙකු වීම වඩාත් සුදුසු වේ.
- ප්‍රතිකාර ලබන පුද්ගලයා හැමවිටම ධනාත්මකව අභිප්‍රේරණය කිරීමට හැකියාවක් තිබීම යෝග්‍යය වේ.
- භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට උත්සාහකරන පුද්ගලයාගේ සෘණාත්මක ප්‍රකාශ අනුමත නොකිරීමත් ඒ සඳහා ධනාත්මක ප්‍රවේශයන් පෙන්වාදීමට හැකියාව තිබිය යුතුය.
- කෘත්‍රීමව පුද්ගලයාට උදව් කරන්නෙකු නොව හදවතින් ඔහුට උපකාර කරන බව දැනෙන ලෙස කටයුතු කිරීමට හැකි අයෙකුවීම.

දෙවන පියවර

භාවිත පුද්ගලයාගේ පවුලේ අනෙකුත් සාමාජිකයින් මේ සඳහා සුදානම් කිරීම සහ ඔවුන්ගේ කාර්යභාරය

- ප්‍රතිකාර කාලය තුළ පවුලේ සියලු දෙනාගේම කැපවීම සහ අනෙකා වෙනුවෙන් යම් යම් දේවල් කැප කිරීමට සිදුවන බව සහ ඊට සුදානම් වීම .
- හැමවිටම පවුලේ සියලුදෙනා ඔහුගේ භාවිතයෙන් ඉවත්වීමේ උත්සාහයට සහය දැක්වීම.
- ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම්වලට සුදුසු මානසික වාතාවරණයක් පවත්වා ගැනීම සඳහා ඔවුන් මෙතෙක් භුක්ති විඳින වරප්‍රසාද තාවකාලිකව අත්හැරීමට සිදුවීම (රූපවාහිනිය නැරඹීම, හිතවලට සවන්දීම , තමාගේ හිතමිතුරන් නිවසට ගෙන්වා ගැනීම ආදියෙන් මදක් ඉවත්වීම)
- පවුලේ සියලු සාමාජිකයින් ප්‍රතිකාර ලබන පුද්ගලයා සමඟ ධනාත්මක සන්නිවේදන රටාවක් ගොඩනංවා ගැනීම.
- මෙම ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය තුළින් තම පවුලේ සාමාජිකයා සුවපත් කර ගැනීමට හැකියාවක් ඇති බව විශ්වාස කිරීම.
- මෙවැනි ක්‍රමවේදයක් විශ්වාස කරන බවට ප්‍රතිකාර ලබන පුද්ගලයා තුළ විශ්වාසයක් ගොඩ නැංවෙන ආකාරයට කටයුතු කිරීම.
- හැමවිටම ප්‍රතිකාරලාභියාට මානසික සහනයක් ලැබෙන ආකාරයට කටයුතු කිරීම.
- මෙම ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය යටතේ ප්‍රතිකාර කාලය තුළ පුද්ගලයාගේ හැසිරීම කෙසේවිය යුතුද යන්න හා ක්‍රියාකරන ආකාරය පිළිබඳව අවබෝධයක් ලබා දීම.
- මුල් දින කිහිපය තුළ විකල්ප මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීම (දුම්කොළ), ප්‍රධාන ගැටලුවක් / පසුබෑමක් ලෙස නොසැලකීම.
- භාවිතය නවත්වන පුද්ගලයා තුළ සිදුවන සුළු ධනාත්මක වෙනස්වීම් පවා අගය කිරීම.
- පුද්ගලයා තුළ සිදුවන / සිදුකරන සෘණාත්මක ප්‍රකාශ, ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ සුවිශේෂී අවධානයක් යොමු නොකිරීම.

තුන්වන පියවර

ප්‍රතිකාර වැඩසටහනට/ ක්‍රියාකාරකම්වලට සුදුසු වාතාවරණයක් නිවස තුළ ගොඩනංවා ගැනීම.

- මෙම කෙටි දින ගණන තුළ එකිනෙකාගේ වගකීම් සහ මැදිහත්වීම් හඳුනා ගැනීම .
- පොදු එකඟතාවලට පැමිණීම සහ ඒ අනුව කටයුතු කිරීමට එකඟවීම .
- ප්‍රතිකාර අපේක්ෂිත පුද්ගලයාට කායික සහ මානසික අපහසුතාවයකින් තොරව ගත කිරීමට අවශ්‍ය ගෘහාශ්‍රිත වාතාවරණය සකස් කර ගැනීම (ජලය, ආහාර , පිරිසිදුකම)
- ප්‍රතිකාර ක්‍රියාවලිය ආරම්භ කිරීමට දිනයක් තීරණය කර සියල්ලන්ම එකඟ වී ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාවට නැංවීම සඳහා සියල්ල සුදානම් කර ගැනීම.

හතරවන පියවර

ප්‍රතිකාර අපේක්ෂිත පුද්ගලයා මානසිකව ඒ සඳහා සුදානම් කිරීම .

- මේ සඳහා බාහිරසේවා මැදිහත්කරුවකුගේ / වෘත්තිකයකුගේ සහය අවශ්‍යවේ.
- මෙම ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය හරහා සම්පූර්ණයෙන්ම මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත්විය හැකිය යන විශ්වාසය ගොඩනැගීම.
- නිවසේ සිටම, සුපුරුදු පරිසරයේ සිටම භාවිතය නැවැත්වීමට ඇති මානසික බිය ඉවත් කිරීම
- මූලික අපහසුතා (කායික/මානසික) කළමනාකරණය කර ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය මගපෙන්වීම ලබාදීම.
- කායික හා මානසික අපහසුතා කළමනාකරණය කර ගැනීම සඳහා අවශ්‍යතාව අනුව වෛද්‍යවරයෙකුගේ අධීක්ෂණය යටතේ අවශ්‍ය ඖෂධමය ප්‍රතිකාර ලබාදීමට පහසුකම් සැලසීම
- විරමණ ලක්ෂණ ඉහළ පහළ යන සාධක බව හඳුනා ගැනීම සහ එම සාධක ධනාත්මකව කළමනාකරණය කර ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය මගපෙන්වීම.
- කායික/මානසික අපහසුතා ධනාත්මකව කළමනාකරණය කර ගැනීම සඳහා නිවස තුළම ඇති සම්පත් හඳුනා ගැනීම සහ ඒවා අවශ්‍ය අවස්ථාවල භාවිතා කිරීමට අවශ්‍ය අවකාශය ලබා දීම
- නින්ද පිළිබඳව ඇති බිය ඉවත් කිරීම සහ ඒ සඳහා ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාත්මක විය හැකි මග පෙන්වීම සිදු කිරීම.
- මුල් දින කිහිපය තුළ ආහාර ගැනීම පිළිබඳ සහ ආහාර රටාව පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීම
- ඉහත කරුණු පිළිබඳ මනා සුදානමක් ඇති කර ගැනීමෙන් පසු අන් අයගේ ද සහයෝගය සහිතව ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම් ආරම්භ කිරීම.

පස්වන පියවර

ප්‍රතිකාර වැඩසටහන ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාත්මක කිරීම.

- ප්‍රතිකාර කාලය තුළ ක්‍රියා කළ යුතු ආකාරය (මේ පිළිබඳව මීට පෙර සේවාලාභියා සහ සමීපතමයා, නිවැසියන් එකඟතාවයට පැමිණ සිටිය යුතුය.)
- එකග වූ දින ගණන (දින 10 -14) දක්වා සම්පූර්ණ කාලය සමීපතමයා සමඟින් කටයුතු කිරීම
- පළමු දින 7 කිසිම හේතුවක් සඳහා නිවසින් බැහැරට නොයෑම .
- මූලික කායික/මානසික තත්ත්වයන් කළමනාකරණය සඳහා වෛද්‍ය නිර්දේශ මත ඖෂධ ලබා ගන්නේ නම් ඒවා සමීපතමයා (උදව්කරන්නා) සන්නකයේ ආරක්ෂිතව තැබීම .
- නියමිත වේලාවට අදාළ මාත්‍රාව පමණක් සමීපතමයන්ගෙන් ලබා ගෙන භාවිතා කිරීම .
- විකල්ප මන්ද්‍රව්‍ය (දුම්වැටි) භාවිතයෙන් සම්පූර්ණයෙන් ඉවත්වීම හෝ සීමා කිරීම .
- තමා කැමති, ලබා ගැනීමට පහසුකම් සහිත ආහාර ලබා ගැනීම

- මානසිකව තමාට නිදහස හිමි වන ලෙස කාලය ගත කිරීම .
- ප්‍රතිකාර ලබන පුද්ගලයාට හුදෙකලාව සිටීමට අවස්ථා ලබා නොදීම
- මුල් දින කිහිපයෙන් පසු (පළමු දින 4 -7) නිවස තුළ පුද්ගලයා කැමති ක්‍රියාකාරකම්වලට සහය ලබා දීම, අවස්ථාව ලබා දීම
- මෙම කාලසීමාව වන විට පුද්ගලයාගේ කායික මානසික මට්ටම යම් පමණකට සාමාන්‍ය තත්වයකට පත්විය හැකි ඇති අතර රාත්‍රී නින්ද පිළිබඳ ගැටලු තිබිය හැක.
- ප්‍රතිකාරයේ හත්වන දිනය වන විට සෘජු සහ සමීප අධීක්ෂණය යටතේ නිවසින් පිටතට යාමට අවස්ථාව සලසා දීම
- 8 සහ 9 දින වන විට නිවසින් පිටත පැය 2,3 ක කාලයක් උදව්කරන්නාගේ අධීක්ෂණය යටතේ කටයුතු කිරීමට අවස්ථාව සැලසීම
- ප්‍රතිකාර වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක වන කාලය තුළ ඔහු සමඟ වෙනත් පිටස්තර අයෙකුට සාකච්ඡා කිරීමට (දුරස්ථ හෝ වෙනත් සන්නිවේදන මාධ්‍ය උපයෝගී කර ගෙන) ඇති අවස්ථා අහිමි කිරීම.
- 10 වන දිනයෙන් පසු අධීක්ෂණය යටතේ ඔහුගේ සාමාන්‍ය ක්‍රියාකාරකම් කිරීමට අවස්ථාව ලබා දීම (මොහු සමඟ පවුලේ අයෙකු නොසිටියත් මොහුට සේවය සපයන ආයතනය/පුද්ගලයා සමඟ දැනුවත්ව කටයුතු කිරීම)
- නිවසින් පිටවීමට සහ නැවත පැමිණීමට නිශ්චිත වේලාවක් සාකච්ඡා කර තීරණය කිරීම. රාත්‍රී කාලය නිවසින් පිටත ගත කිරීමට අවස්ථාව ලබා නොදීම.
- මුදල් ඔහු සන්නකයේ රඳවා තබා ගැනීමට ඇති අවස්ථා අවම කිරීම.

හයවන පියවර

අධීක්ෂණය, ඇගයීම හා මගපෙන්වීම

මෙවැනි ප්‍රතිකාර වැඩසටහනක් ප්‍රායෝගිකව සිදුකිරීමේදී එකිනෙකාගේ ක්‍රියාකාරකම් අධීක්ෂණය කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. ප්‍රතිකාර වැඩසටහන නිවැරදි මානයට ගෙන ඒමට දිනපතා අගයමින් දුර්වලතා මගහරිමින් ඉදිරියට ධනාත්මකව පවත්වා ගත යුතුය. එක් පුද්ගලයකුගෙන් හෝ කණ්ඩායමේ සාමාජිකයකුගෙන් සුළු අත්වැරදීමකින් සම්පූර්ණ ප්‍රතිකාර ක්‍රියාවලියට බාධා සිදුවීමට හැකිය. එබැවින් කණ්ඩායමේ සෑම සාමාජිකයකුම එම කාලය තුළ තමාගේ කොටස නිවැරදිව ඉටු කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

ප්‍රතිකාර ලබන පුද්ගලයා විසින්ම ඔහුගේ ප්‍රගතිය ඇගයීම

සේවාවලාභියා විසින්ම දිනපතා ඔහුගේ ප්‍රගතිය විමසා බැලීම ඉතා වැදගත් වේ.

- ප්‍රතිකාරය ලබා ගන්නා පුද්ගලයාට ඔහුගේ ප්‍රගතිය සටහන් යෙදීමට ඔහු සමඟ සමීපව කටයුතු කරන පුද්ගලයාට සහාය විය හැකිය (ඔහු සමඟ කතා කර සටහන් යෙදීම)

- ලබා ඇති ප්‍රගතිය ඔහුට දැනීමට සැලැස්වීම හරහා ඔහු භාවිතය නැවැත්වීමේ වැඩසටහන තුළ ඉදිරියට ගමන් කරන බව අවබෝධ වීම මගින් ඔහු තුළින්ම ඉදිරි කටයුතු සඳහා අභිප්‍රේරණයක් ඇති වේ.
- මෙම ඔහු දකින ධනාත්මක අත්දැකීම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සමඟ බැඳී ඇති සාධක වෙනස් කිරීමට එලදායී ලෙස යොදාගත හැකිය.
- ප්‍රතිකාරලාභියා තුළ සිදුවන දුර්වලතා අඩු පාඩු මගහරවා ගැනීමට මෙය අත්‍යවශ්‍ය වේ.
- පුද්ගලයා ලබන ප්‍රගතිය සටහනක් ආශ්‍රයෙන් දැන ගැනීමට සැලැස්වීම තුළින් ඔහුට උදව්කරන සමීපතයන්ට මෙන්ම පවුලේ අනෙකුත් සමාජිකයන්ට ද මෙම වැඩසටහන ඔවුන්ගේ දායකත්වය ලබා දීම සඳහා තවදුරටත් අභිප්‍රේරණයක් වේ.
- ගෘහස්ථ ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය සඳහා සුදානම්වීමේ අවස්ථාවේ සිට ප්‍රතිකාරය අවසන් කරන තෙක් (ප්‍රථම දින 10) පුද්ගලයා තුළ ඇති වන සහ ඔහු විසින් ඇති කරගන්නා වූ ප්‍රගතිය /දුර්වලතා අධීක්ෂණය කර ඇගයීමකට ලක් කිරීම ද අත්‍යවශ්‍ය වේ.
- මෙහිදී ප්‍රතිකාර ලබන පුද්ගලයා අත්කර ගනු ලබන ප්‍රගතිය ඔහුට පෙන්වාදීම දුර්වල හැසිරීම් අවම කර ගැනීම සඳහා ප්‍රතිකාර මෙවලමක් ලෙස මෙය භාවිතා කළ හැක.
- මීට පෙර කිසිම අවස්ථාවක මෙලෙස තම පවුලේ අයෙකු හෝ සමීප ඥාතියෙකු විසින් එවැනි ක්‍රියාකාරකමක් කර නොමැති විය හැක. මෙහිදී සේවාලාභියාගේ ප්‍රගතිය පැහැදිලි ලෙස වෙන් වෙන්ව දන්වා ප්‍රකාශ කිරීම තුළ ප්‍රතිකාරලාභියා අගය කිරීමකට ලක් වේ. මෙවැනි ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදයක දී මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නාන්ගේ සුළු ධනාත්මක වෙනස්වීම් පවා පෙන්වාදීම ප්‍රතිකාරලාභියා තුළ තමා පිළිබඳ ආත්ම විශ්වාසයක් ගොඩනංවා ගෙන ඉදිරියට යාමට මහත් රුකුලක් වේ.
- අනෙක් අතට උදව් කරන්නාට මෙන්ම පවුලේ අනෙක් සමාජිකයන්ට ද මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නාන්ගේ ධනාත්මක වෙනස්කම් දැකීම තුළ ඔවුන්ට ද මෙම වැඩසටහන තුළ සක්‍රීයව කටයුතු කිරීමට උනන්දු කරවනු ඇත.
- පවුලේ සියලු සාමාජිකයින් මෙලෙස එක්ව කටයුතු කිරීම හරහා පවුල තුළ සමඟිය, සතුට, වැඩ බෙදා ගෙන කටයුතු කිරීම, එකිනෙකාගේ වගකීම් හඳුනාගෙන කටයුතු කිරීම මෙන්ම පවුලේ අනෙකුත් සමාජිකයින්ගේ අඩුපාඩු සහ දුර්වලකම් ද මගහැරී යනු ඇත.

සේවාලාභියාට තම ප්‍රගතිය පිළිබඳ සටහන් යෙදීමට (උපකාරී පුද්ගලයාගේ සහය ඇතිව) යොදාගත හැකි ආකෘති පත්‍රය සහ උපකාරී පුද්ගලයාට සේවාලාභියාගේ ප්‍රගතිය පිළිබඳ සටහන් යෙදීමට අදාළ දළ ආකෘති පත්‍රය ඇමුණුම අංක 02 සහ 03 යටතේ දක්වා ඇත.

උපදේශන නිලධාරියාගේ / බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ අධීක්ෂණය, මගපෙන්වීම සහ වගකීම

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නන් සඳහා වන ගෘහස්ථ ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය තුළ බාහිරසේවා නිලධාරීන්ට සුවිශේෂී කාර්යභාරයක් හිමි වේ. මත්ද්‍රව්‍යට යොමු වූ පුද්ගලයන් ප්‍රතිකාර වැඩසටහන සඳහා සුදානම් කිරීමේ සිට ඔහුට උදව්කරන්නා / පවුලේ සාමාජිකයින් ඇතුළු සම්පූර්ණ කණ්ඩායම මේ සඳහා සුදානම් කිරීම / දැනුවත් කිරීම / කාර්යය කොටස් සඳහා සහය ලබා ගැනීම / ප්‍රතිකාර වැඩසටහන එකඟවූ දින ගණන පවත්වා ගැනීම/ කණ්ඩායමේ බිය අඩු කිරීම/ ප්‍රතිකාර වැඩසටහන කෙරෙහි විශ්වාසය ගොඩනැංවීම / ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම් දෛනිකව සිදු කිරීම / ඇගයීමට ලක් කිරීම/ ප්‍රතිකාරයෙන් පසු සාමාන්‍ය කටයුතුවලට ප්‍රතිකාරලාභියා ඇතුළත් කිරීම සහ පසුදැකවරණ කටයුතු ක්‍රියාත්මක කිරීම බාහිරසේවා නිලධාරීන්ගේ අධීක්ෂණයෙන් හා මගපෙන්වීමෙන් සිදුවන නිසා ප්‍රතිකාර වැඩසටහන සාර්ථකවීම බාහිරසේවා මැදිහත්වීමේ මට්ටම මත රඳා පවතී.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නෙකු හඳුනාගැනීමෙන් පසු භාවිතය නැවැත්වීමේ අදහස ඔහු තුළ ස්ථාපිත කිරීමේ අවස්ථාවේ සිටම, භාවිත පුද්ගලයා ඔහුට සහායවීමට ඉදිරිපත් වන අය සහ ඔහුගේ පවුලේ අනෙකුත් සාමාජිකයින්ගේ දායකත්වය ඇගයීම හා අධීක්ෂණය කළයුතු වේ.

ප්‍රතිකාර ආරම්භ කළ දිනයේ සිටම දින දෙකකට වරක් ප්‍රතිකාරලාභියා සහ ඔහුගේ පවුලේ සාමාජිකයින්, සහාය දක්වන පුද්ගලයා හමු වී සාකච්ඡා කිරීම ඉතාම යෝග්‍යය ක්‍රමය වේ. එසේ වුවත් එය ප්‍රායෝගිකව කිරීමට අපහසු අවස්ථාවලදී දුරකථනය හෝ වෙනත් සන්නිවේදන මාධ්‍යක් භාවිතා කර හෝ මෙම කාර්යය ඉටු කළ යුතු වේ.

ප්‍රතිකාර පිළිබඳ තාක්ෂණික දැනුම ඇත්තෙකු විසින් අධීක්ෂණය හා ඇගයීම් කිරීම තුළ භාවිත පුද්ගලයාගේ ප්‍රගතිය පෙන්වාදීම, තක්සේරු කිරීම, ඉතා සියුම් ලෙස කළ හැකි වේ. භාවිත පුද්ගලයන්ගේ ප්‍රගතිය එක්වරම සිදු නොවන අතර ඉතා සෙමින් සිදු වන්නකි. විශේෂයෙන්ම උදව්කරන්නාට සහ පවුලේ සාමාජිකයින්ට දැකීමට හැකිවන්නේ / තක්සේරුවන්නේ භාවිත පුද්ගලයාගේ විශාල වෙනස්වීම් දියුණුවීම් පමණි .

අනෙක් අතට ප්‍රතිකාර ලබන්නාගේ මත්ද්‍රව්‍ය සමඟ ඇති බැඳීමේ මට්ටම සහය වන පුද්ගලයාට නිර්ණය කිරීමට අපහසු විය හැක. බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ වෘත්තීය අත්දැකීම් හරහා මෙය ඉතා පහසුවෙන් හඳුනා ගත හැකිය.

දුර්වලතා නිවැරදි කරවීමේදී උපදේශකවරයකුගේ / බාහිරසේවා නිලධාරියෙකුගේ මැදිහත්වීම තුළින් ප්‍රතිකාර ලබන්නාගේ දුර්වලතා සරලව පෙන්වා දී ධනාත්මකව වෙනස් කළ හැක. කුමන හේතුවක් නිසා හෝ ප්‍රතිකාර ලබන්නා, උදව්කරන්නන් පවුලේ අය අතර සිත්රිදීම් / අතපසුවීමක් හෝ සිදු වී ඇත්නම් එම බාධාවන් ද පහසුවෙන් ඉවත් කිරීමේ හැකියාව වෘත්තීය උපදේශකවරයා / බාහිරසේවා නිලධාරියා සතු වේ.

අනෙක් අතට මෙම විෂය පිළිබඳ තාක්ෂණික දැනුම ඇති අයෙකු විසින් අන් අයගේ ප්‍රගතිය පෙන්වා දීම තුළ ප්‍රතිකාර ලබන පුද්ගලයාට මෙන්ම ඔහුට උදව් කරන්නන්ට ද, පවුලේ අයට ද මොහු භාවිතයෙන් ඉවත්වී යෑයි යන විශ්වාසය ගොඩනැංවෙන අතර ඔවුන් තුළ ඇති සැකය පහව යයි.

එසේ විශ්වාසයන් ඇතිවීම ප්‍රතිකාර වැඩසටහන තුළ රැඳී සිටීම සඳහා මහත් රුකුලක් වේ. මෙම ප්‍රතිකාර වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක වන කාලසීමාව තුළ වෘත්තීය උපදේශකවරයා / බාහිරසේවා නිලධාරියා අවශ්‍ය අවස්ථාවල සම්බන්ධ කර ගැනීමේ හැකියාව සහ පහසුකම තිබිය යුතුය (දුරකථනයෙන් හෝ වෙනත් සන්නිවේදන ක්‍රමවේදයන් තුළින්). එමෙන්ම අවශ්‍යතාවයක් ඇති වුවහොත් වෛද්‍යවරයකු හමුවීමේ පහසුකම් සැලසිය යුතුය. මෙවැනි වාතාවරණයන් තිබීම මගින් ප්‍රතිකාර ලබන්නාගේ මෙන්ම උදව් කරන්නන් සහ පවුලේ අය තුළ මානසිකව බියක් ඇති වීම වැළැක්විය හැකි වේ.

ප්‍රගතිය තක්සේරු කිරීමේදී සහ අධීක්ෂණය කිරීමේදී උපදේශකවරයා / බාහිරසේවා නිලධාරියා විසින් අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු

- හැම විටම මෙම ප්‍රතිකාර වැඩසටහන තුළින් භාවිතයෙන් ඉවත්විය හැකිය යන විශ්වාසය ගොඩනැංවෙන ආකාරයෙන් කටයුතු කිරීම .
- සියලුම සාමාජිකයින්ගේ හඬට සවන්දීම සහ එම සියලු කරුණු කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම .
- ප්‍රතිකාරලාභියාගේ සියුම් වෙනස්වීම් පවා අන් අයට දැනීමට සැලැස්වීම .
- ප්‍රතිකාරලාභියා පවසන අපහසුතා අමාරුකම් ප්‍රතික්ෂේප නොකිරීම (ඔහු පවසන්නේ ඔහුගේ අත්දැකීමයි)
- හැම විටම ප්‍රතිකාර ලබන්නා / උදව් කරන්නා සහ පවුලේ සාමාජිකයින් අභිප්‍රේරණය වන ආකාරයේ වචන භාවිත කිරීම .
- පසුගිය මොහොතට/ පැයට / දිනට වඩා මේ මොහොත / දිනය ඔහු ඉදිරියට පැමිණ ඇති බව පෙන්වා දීම .
- ප්‍රතිකාරලාභියාට උදව්කරන්නා හෝ නිවැසියෙක් වරදකරුවන් මෙන් නොපෙන්වීම .
- ඔවුන් ගැන අවදියෙන්, අවධානයෙන් සිටින බව පෙන්වීම හා එසේ ක්‍රියා කිරීම .
- තනි තනිව මෙන්ම කණ්ඩායමක් ලෙස ද සාකච්ඡා කිරීම .
- ලැබූ ප්‍රගතිය සඳහා සියලු දෙනාම දායක වී ඇති බව පෙන්වාදීම හා එසේ දැන්වීමට අවශ්‍ය ආකාරයට කටයුතු කිරීම .
- ඊළඟ දිනයේ කළ යුතු කාර්යයන් / වගකීම් එකිනෙකාට පැහැදිලිව ප්‍රකාශ කිරීම හා ඒ සඳහා සූදානම් කිරීම .

සේවාලාභියාගේ ප්‍රගතිය තක්සේරු කිරීමට බාහිරසේවා නිලධාරියාට යොදාගත හැකි දළ ආකෘති පත්‍රයක් ඇමුණුම අංක 04 යටතේ දක්වා ඇත.

හත්වන පියවර

නිශ්චිත ස්ථානයක රැඳී සිටීමෙන් (නිවස) ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම් අවසන් කර ප්‍රතිකාරලාභියා සාමාන්‍ය ඔහුගේ දෛනික ක්‍රියාකාරකම්වලට යොමු වීම. ප්‍රතිකාරයෙන් පසු පළමු වරට ඔහුගේ සුපුරුදු රැකියාවට/ව්‍යාපාරය වැනි දෛනික ක්‍රියාකාරකම් ආරම්භ කිරීම.

මෙම අත්දැකීම් ප්‍රතිකාරලාභියාට සුවිශේෂී අත්දැකීමක් වනු ඇත. සමහර අයෙකුට මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවීමෙන් පසු මෙවැනි අවස්ථාවට මුහුණ දෙන ප්‍රථමවතාව විය හැකි සේම සමහරුන්ට එසේ නොවීමට ද පුළුවන. මෙවැනි අවස්ථාවලදී ඔහු සමඟ කටයුතු කරන අනෙක් පුද්ගලයන්ගේ හැසිරීම්/ප්‍රකාශ භාවිතයෙන් ඉවත්වූ පුද්ගලයාගේ ඉදිරිය තීරණය කිරීමට මහත් බලපෑමක් ඇති කරනු ලබයි.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීමෙන් පසු ක්‍රියාශීලීව වැඩකළ හැකි වේ / මහන්සිය දැනෙන්නේ නැත වැනි විවිධ ආකාරයට භාවිතකරන්නන් තුළ ගොඩනංවා ඇති වැරදි සංජානනයන්වල සත්‍ය එය නොවන බව තේරුම් යන ආකාරයෙන් කටයුතු කිරීම ඉතාම වැදගත් වේ. එම නසා ඔහු සමඟ කටයුතු කරන අනෙක් පුද්ගලයන් ද මේ පිළිබඳව දැනුවත් වී තිබීම මෙය සාර්ථක කර ගැනීමට පහසු විය හැකිය

අවධානය යොමුකළ යුතු කරුණු

- ✓ ඔහු ගනුදෙනු කරන සමීපතමයන් / පුද්ගලයන් සමඟ මොහු ප්‍රතිකාර වැඩසටහනකට සම්බන්ධ වූ බවත් එය සාර්ථක කර ගැනීමට සමීපතමයන් උදව්කළ යුත්තේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳවත් දැනුවත් කර තිබීම .
- ✓ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන කණ්ඩායමක් සමඟ සෘජුව සම්බන්ධතා සිදුවේ නම් එය නතර කිරීමට පියවර ගැනීම.
- ✓ සේවය කරන / දෛනිකව කටයුතු කරන ස්ථානයේ වුවත් ඔහුට ධනාත්මකව කටයුතු කරන පිරිස් සමඟ කටයුතු කිරීමට සැලැස්වීම.
- ✓ භාවිත කාලයේ කරන ලද දෛනික රැකියාව වෙනුවට වෙනත් දෛනික කටයුත්තක්/රැකියාවක් කිරීමට මගපෙන්වීම සිදුකිරීම.
- ✓ ඔහුගේ ප්‍රතිකාර කාලයේදී සමීපව කටයුතු කළ අයට මොහුව නිරීක්ෂණය කිරීමට පහසු ස්ථානයක කටයුතු කරන්නේ නම් එයද පහසු විය හැක.
- ✓ වෙනත් නිලධාරියකුගේ පුද්ගලයකුගේ අධීක්ෂණය යටතේ කටයුතු කිරීමට අවස්ථාව ඇත්නම් භාවිත පුද්ගලයා ස්ථාවර වන තෙක් එයද පහසු විය හැක .
- ✓ නිශ්චිත වේලාවකට යාමට / ඒමට අවශ්‍ය ස්ථානයක /කාර්යාලයක / වෙළඳසැලක හෝ ආයතනයක / වැඩබිමක කටයුතු කරන්නේ නම් එයද ඔහුට අධීක්ෂණය කිරීමට පහසු විය හැක
- ✓ මොහු සපයන සේවය වෙනුවෙන් ගෙවීම් කරන ආකාරය සහ මුදල් පිළිබඳ ඔහුගේ සමීපතමයා (නිවසේ අධීක්ෂකයා) දැන සිටීම වාසිදායක වනු ඇත. නමුත් ස්ව. රැකියා/වෙළඳ ව්‍යාපාර වැනි දේවල් කරන අයට මෙය ප්‍රායෝගිකව සිදු කිරීම අපහසුවිය හැක.

- ✓ විකල්ප මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ඇති ඉඩකඩ (දුම්වැටි/දුම්කොළ ආශ්‍රිත නිෂ්පාදන) අවම ස්ථානයක කටයුතු කිරීමට අවස්ථාව තිබීම ප්‍රතිකාරලාභියාට පහසුවක් වනු ඇත.

අවමන පියවර

පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය

ගෘහස්ථ ප්‍රතිකාර වැඩසටහන තුළ පසුරැකවරණ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා සුවිශේෂී ස්ථානයක් හිමි වේ. ප්‍රතිකාර ලැබූ පුද්ගලයා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් තොරව පවත්වාගෙන යාම සඳහාත් ඔහුව කායිකව මානසිකව සෞඛ්‍යමත්ව පවත්වා ගැනීම සඳහාත් පසුරැකවරණ ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රබල දායකත්වයක් සපයනු ලබයි.

ප්‍රතිකාර ලැබූ පුද්ගලයා මෙන්ම ඔහුට ඒ සඳහා සහාය දැක්වූ පවුලේ සමීපතමයන් සහ අනෙකුත් සමාජිකයින් ද මොහුව මෙම තත්ත්වය සඳහා ගෙන ඒමට කැපවීමකින් කටයුතු කර ඇත. ඒ නිසාම මෙම පුද්ගලයා භාවිතයෙන් තොරව සතුටින් පවත්වාගෙන යාමද එම කණ්ඩායමේ වගකීමයි.

මෙම පසුරැකවරණ වැඩපිළිවෙල ද ක්‍රියාත්මක කළ යුත්තේ එම කණ්ඩායම බැවින් ඔවුන්ට ඒ සඳහා සුදානම් කිරීමද වෘත්තීය උපදේශකවරයා / බාහිරසේවා නිලධාරියා විසින් කළ යුතුය. එහිදී පහත කරුණු කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ .

පසුරැකවරණ වැඩපිළිවෙල ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී අවධානය යොමුකළ යුතු කරුණු

- ✓ ඔහුගේ ධනාත්මක වෙනස්වීම් පවුලේ සියලු දෙනාම එක්ව ඇගයීමට ලක් කිරීම සහ ඔහුගේ ධනාත්මක වෙනස් වීම් ප්‍රසාදයට ලක් කිරීම .
- ✓ කිසිදු අවස්ථාවක ප්‍රතිකාර ලැබූ පුද්ගලයාට දොස් කියන වරදකාරි හැඟීමක් ඇති නොවන ලෙස කටයුතු කිරීම .
- ✓ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කාලයේ සිදු කරන ලද දුර්වල ක්‍රියාකාරකම් වැරදි නැවත සිහි නොකිරීම .
- ✓ පවුලේ වගකීම් යම් ප්‍රමාණයක් (දරාගත හැකි මට්ටමේ) ඉටුකිරීම සඳහා ඔහුවද දායක කර ගැනීම
- ✓ උපයන මුදල්/වියදම් කරන ආකාරය , ඉතිරි මුදල් පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීම
- ✓ වැඩිපුර කාලයක් නිවස තුළ රැඳීසිටීමට අවශ්‍ය වාතාවරණය සැකසීම සහ ඔහුගේ හඬට අනෙකුත් අය සවන් දීම .
- ✓ තමාද පවුල තුළ ප්‍රධාන වර්තයක්/පවුලේ වගකීම් ඉටු කරන්නෙක් බව ඔහුට මෙන්ම පවුලේ අන් අයට ද දැනෙන සේ කටයුතු කිරීම .
- ✓ ප්‍රතිකාර ලැබූ පුද්ගලයාගේ මෙන්ම පවුලේ අනෙකුත් සාමාජිකයින්ගේ ද දුර්වලතා සාකච්ඡා කිරීම .
- ✓ ප්‍රතිකාර ලැබූ මුල්ම මාස එකාමාරක (1 1/2) කාලයක් වෘත්තීය උපදේශකවරයා / බාහිරසේවා නිලධාරියා විසින් සතියකට වතාවක් නිරීක්ෂණය කිරීම / ඇගයීමට ලක් කිරීම සහ පසුව ක්‍රමිකව එය අඩු කිරීම .
- ✓ වෘත්තීය උපදේශකවරයා / බාහිරසේවා නිලධාරියා විසින් ඔහුගේ පවුලේ සාමාජිකයින්ගෙන් සහ ඔහු සේවය සපයන ආයතනයෙන්ද මොහුගේ හැසිරීම සොයා බැලීම .

- ✓ මෙම කාලසීමාව තුළ (පසුරැකවරණ කාලයේදී) කුමන හෝ අවස්ථාවක මොහු නැවත මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කළ බවට නිරීක්ෂණය වුවහොත් වෘත්තීය උපදේශකවරයාට / බාහිරසේවා නිලධාරියාට හැකි ඉක්මනින් දැනුම්දීම සහ ඔහු ඒ සඳහා මැදිහත්වීම .
- ✓ මෙහිදී මොහුට උදව්කරන්නා සහ පවුලේ අනෙකුත් අය ක්‍රියා කළ යුත්තේ කෙසේ දැයි යන්න වෘත්තීය උපදේශකවරයා / බාහිරසේවා නිලධාරියා විසින් දැනුවත් කළ යුතු වේ .

IV. ප්‍රජා පාදක කඳවුරු ප්‍රතිකාර ක්‍රමය

ප්‍රජාව තුළම ආරක්ෂාව, සෞඛ්‍ය සහ සනීපාරක්ෂාව පවතින ස්ථානයක අවශ්‍ය පහසුකම් සලසා යම් නිශ්චිත කාලයක් මන්ද්‍රව්‍යයෙන් නිදහස්වීමට අවශ්‍ය ප්‍රතිකාරාත්මක වැඩසටහනක් ලෙස මෙය ක්‍රියාත්මක වේ. මෙය නේවාසික හෝ නේවාසික නොවන ලෙස ක්‍රියාත්මක කළ හැකිය. මෙම ප්‍රතිකාරාත්මක වැඩසටහනින් පසු නැවත එම පුද්ගලයින්ගේ අවශ්‍යතාවය මත බාහිරසේවා ප්‍රතිකාරයට, රෝහල් ආශ්‍රිත ප්‍රතිකාරයට හෝ ගෘහාශ්‍රිත ප්‍රතිකාරයට යොමු කරවනු ලබයි.

මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් හඳුනා ගැනීමෙන් පසු සිදුකරනු ලබන අනාවරණ පරීක්ෂාව මත පදනම්ව අවම මට්ටමේ හා සාමාන්‍ය මට්ටමේ ඇබ්බැහිකාරීත්වයක් සහිත යැයි හඳුනා ගන්නා පුද්ගලයින් මෙම කෙටි කාලීන ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාර වැඩසටහන සඳහා යොමු කරනු ලබයි. එම ඇබ්බැහිකාරීත්වයේ මට්ටමට අමතරව කෙටිකාලීනව භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට පවතින අවශ්‍යතාව සම්බන්ධයෙන් ද අවධානය යොමු කිරීමක් සිදුවේ (අනාවරණ පරීක්ෂාවෙන් හඳුනාගන්නා ඇබ්බැහිකාරීත්වයේ මට්ටම් සම්බන්ධයෙන් ප්‍රමුඛතාවය ලබාදීම සිදුවේ).

උපයෝගීතාව

ඇබ්බැහිවීමේ මුල් අවධියේ සිටින පුද්ගලයින්ට විෂභරණය සහ උපදේශන ප්‍රතිකාර ක්‍රම මගින් ප්‍රමාණවත් ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට පහසුකම් සපයනු ලබයි. මීට පෙර ප්‍රතිකාර සම්පූර්ණ කළ නමුත් සුවය නොලැබූ අය සඳහා මෙය විශිෂ්ට වැඩසටහනකි. උපදේශන මැදිහත්වීම් මගින් නැවත යථා තත්ත්වයට පත් වූ පුද්ගලයින්ට ඔවුන්ගේ නැවත ඇබ්බැහිවීමේ තත්ත්වයන් අවබෝධ කර ගත හැකි අතර එමගින් ඔවුන්ට නැවත එය ඇතිවීම වළක්වා ගත හැකිය.

පදිංචි ප්‍රදේශයෙන් බැහැරව යාමට අකමැති / දිගුකාලීන ප්‍රතිකාරයකට යාමට අකමැති/ කෙටිකාලීනව භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට අවශ්‍ය /කෙසේ හෝ භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට අවශ්‍ය නමුත් ඒ සම්බන්ධයෙන් අවබෝධයක් නොමැති කණ්ඩායම් සඳහා භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා වන කොටිකාලීන ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක අවශ්‍යතාවයක් පවතී. ඒ සම්බන්ධයෙන් අවධානය යොමුකිරීමේදී එවැනි පුද්ගල කණ්ඩායම් ජීවත් වන පරිසරය තුළදීම ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතාවය සඳහා සහාය විය හැකි ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක් ලෙස කෙටි කාලීන ප්‍රජා පාදක කඳවුරු වඩාත් ඵලදායී වනු ඇත.

භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා ඉලක්කගතවීමේ දී මෙම ප්‍රතිකාර ප්‍රවේශය වඩාත් වැදගත් හා ඵලදායීවනුයේ පුද්ගල කේන්ද්‍රීයව, පුද්ගලයා වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක කරන්නක් නොව පුද්ගලයාගේ අවශ්‍යතාවය මත පදනම්ව, පුද්ගලයා සමඟ ක්‍රියාත්මකවීමක් වන බැවිනි.

ක්‍රමවේදය

- I. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් හඳුනාගැනීම.
- II. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් ලියාපදිංචි කිරීම.
- III. අනාවරණ පරීක්ෂාව මත හඳුනාගෙන ඇති පුද්ගලයින්ගේ භාවිත මට්ටම් අනුව වර්ගීකරණය කරගැනීම.
- IV. අදාළ ප්‍රදේශය තුළ ප්‍රතිකාර වැඩසටහන සඳහා ස්ථානයක් තෝරා ගැනීම සහ පහසුකම් සපයා ගැනීම
- V. ඇබ්බැහිකාරීත්වයේ මට්ටම අවම හා සාමාන්‍ය පුද්ගලයින් කෙටි කාලීන ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාර වැඩසටහන සඳහා ඇතුළත් කර ගැනීම
- VI. අවශ්‍යතාවය අනුව මෙවැනි ප්‍රතිකාර වැඩසටහනක් දින 14 ක කාලයක් තුළ ක්‍රියාත්මක කළ හැකිය.

ප්‍රතිකාර වැඩසටහනේ අන්තර්ගතය

කාල පරාසය	ප්‍රතිකාර වැඩසටහනේ අන්තර්ගතය
පළමු දිනය (1)	<ul style="list-style-type: none"> • අනාවරණ පරීක්ෂණය (Screening Test) • අවශ්‍යතාවය අනුව මුත්‍ර පරීක්ෂණ සිදුකිරීම • මූලික තොරතුරු ගැනීම • ලියාපදිංචිය • සේවාලාභීන් වෛද්‍ය පරීක්ෂාවකට ලක්කිරීම • ප්‍රතිකාරයට අදාළ නීතිරීති පැහැදිලි කිරීම • පොරොන්දු පත්‍රයට එකඟ කර ගැනීම • ප්‍රතිකාර වැඩසටහන හඳුන්වාදීම සහ පැහැදිලි කිරීම
දෙවන සහ තෙවන දිනය (2-3)	<ul style="list-style-type: none"> • විරමණ අපහසුතා කෙරෙහි වැඩි අවධානයක් යොමුකිරීම. • ඇබ්බැහිය/ විරමණ ලක්ෂණ පිළිබඳ දැක්ම වෙනස් කිරීම • විරමණ ලක්ෂණ සහිත කාලය පහසුවෙන් ගතකිරීමට අවශ්‍ය පහසුකම් සලසාදීම. • විෂහරණය (Detoxification) සඳහා අවශ්‍ය නම් වෛද්‍ය සහාය ලබාදීම • වෙනත් කායික සහ මානසික රෝග සඳහා වෛද්‍ය පහසුකම් සැලසීම • ප්‍රතිකාර වැඩසටහනට අනුගත කරගැනීම • ප්‍රතිකාරය තුළ රැඳීසිටීමට අවශ්‍ය සුදානම ඇති කිරීම හා අභිප්‍රේරණය ලබාදීම. • කණ්ඩායම් තුළ අන්‍යෝන්‍ය සුහදතාවය හා සහයෝගය ඇතිකරගැනීම සඳහා අවශ්‍ය පහසුකම් සැලසීම.
සිව්වන දිනය - අටවන දිනය (4-8)	<ul style="list-style-type: none"> • තොරතුරු ලබා ගැනීම සහ සිද්ධි අධ්‍යයන වාර්තාව සැකසීම • පුද්ගල උපදේශනය , • මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත අත්දැකීම් ප්‍රශ්න කිරීම හා භාවිතය ආශ්‍රිත හැසිරීම් රටාව වෙනසකට ලක්කිරීම • ශාරීරික ව්‍යායාම හා මානසික (සංයම අභ්‍යාස) අභ්‍යාස • ආධ්‍යාත්මික සංවර්ධන වැඩසටහන් (මනස පදනම් කර ගත් සංජානන විකිත්සාව, ආගමික වතාවත් හා ආගමික වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම. • භාවනා හා යෝග වැඩසටහන් • කණ්ඩායම් උපදේශනය • විනෝදාත්මක වැඩසටහන්

	<ul style="list-style-type: none"> • මනෝ අධ්‍යාපනික වැඩසටහන් මනෝ අධ්‍යාපන වැඩසටහන්වලදී පහත කාරණා පිළිබඳ අවධානය යොමු කිරීම අවශ්‍ය වේ. ✓ මන්ද්‍රව්‍ය සඳහා ආකර්ෂණය ගොඩනැගෙන අයුරු සහ භාවිතයට යොමුවීම සඳහා බලපාන සාධක ✓ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා භාවිතය ආශ්‍රිතව ඉගෙනගත් වර්ගය (Learning Behaviour) හා ඒ තුළ භාවිතය හා ඇති වී ඇති බැඳීම හා බැඳීම ලිහිල්වීම ✓ මන්ද්‍රව්‍ය වෙත ඇති බැඳීමෙන් නිදහස්වීම ✓ භාවිතය නැවැත්වීම හා භාවිතයෙන් නිදහස්වීම අතර වෙනස ✓ භාවිතය නැවැත්වුවද භාවිතයෙන් නිදහස් නොවීමට හේතු ✓ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සම්බන්ධයෙන් ඇති මිත්‍යා මත හා විශ්වාස ✓ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සම්බන්ධයෙන් ඇති වටිනාකම් පද්ධතිය ✓ විකල්ප මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීම. ✓ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීම හා නිදහස්ව පැවතීමේදී මතුවන අභියෝග හා අභියෝග ජයගැනීම. ✓ පවුල් සම්බන්ධතා වර්ධනය කර ගැනීම. ✓ ලිංගික අධ්‍යාපනය ✓ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස් ජීවිතය ඵලදායීව කළමනාකරණය කරගැනීම. <ul style="list-style-type: none"> • සතිමත්ඛව පිළිබඳ වැඩසටහන් (Mindfulness sessions) • ක්‍රීඩා වැඩසටහන් (ගෘහස්ථ සහ ඵලිමහන්) • ස්වයං අවබෝධය වර්ධනය කිරීම
නවවන දිනය (9)	<ul style="list-style-type: none"> • පවුල් උපදේශනය - (දුර්වල වූ පවුල් සම්බන්ධතා ශක්තිමත් කිරීම පිණිස අවශ්‍යතාවය මත මෙම සැසි පැවැත්විය හැකිය.) • සම්බන්ධතා වර්ධනය කිරීම. • නිවැරදි සමාජ සම්බන්ධතාවයන් හඳුන්වාදීම. • අවදානම් තත්ත්ව හඳුන්වාදීම. • පුද්ගල උපදේශනය • කණ්ඩායම් උපදේශනය • විකිත්සාවන් (Music, Art, Drama) • Countering Techniques • Imagination Techniques • ක්‍රීඩා වැඩසටහන් (ගෘහස්ථ සහ ඵලිමහන්) • සතිමත්ඛව පිළිබඳ වැඩසටහන් (Mindfulness sessions) • විනෝදාත්මක වැඩසටහන් (මන්ද්‍රව්‍යයෙන් නිදහස්ව විනෝදය හා රසවින්දනය ලබන ආකාරය පිළිබඳ ප්‍රායෝගිකව අත්දැකීම් ලබා දීම) • මනෝ අධ්‍යාපනික වැඩසටහන් (දැනුවත් කිරීම්, කණ්ඩායම් සාකච්ඡා, ක්‍රියාකාරකම් සහිතව වැඩමුළු පැවැත්වීම, මේ සඳහා උචිත සන්නිවේදන ආධාරක භාවිතා කිරීම)
දසවන දිනය (10)	<ul style="list-style-type: none"> • පෞරුෂ ගුණාංග දියුණු කිරීමේ අභ්‍යාස කිරීම • විනෝදාත්මක හා සෞන්දර්යාත්මක වැඩසටහන් • අධ්‍යාත්මික සංවර්ධන වැඩසටහන්

	<ul style="list-style-type: none"> සතිමත්ඛව පිළිබඳ වැඩසටහන් (Mindfulness sessions) සමාජ අවමානය හා සමාජ අවමානයට මුහුණ දීම (Social Stigma) සඳහා පුද්ගලයා සූදානම් කිරීම. රැකියා තත්වයන් හෝ වෘත්තීය පුහුණු අවශ්‍යතාවයන් හඳුන්වාදීම හා අවශ්‍ය යොමුකිරීම් සඳහා වන පසුබිම සකස් කිරීම.
එකලොස්වන දිනය (11)	<ul style="list-style-type: none"> පවුල් සම්බන්ධතා දියුණු කිරීම (පවුල තුළ සේවාලාභියාට මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්ව පැවතීම උදෙසා සහයෝගය ලැබෙන පරිසරයක් ගොඩනගා ගැනීම) පසුරැකවරණය සම්බන්ධයෙන් වැඩි අවධානයක් යොමුකිරීම. පසුරැකවරණ වැඩසටහන හඳුන්වාදීම හා එහි ඇති වැදගත්කම සම්බන්ධයෙන් දැනුවත්කිරීම. ප්‍රතිකාර වැඩසටහනෙන් පසුව නිරතවිය හැකි පරිදි වෘත්තීය පුහුණු හෝ වෘත්තීය සඳහා යොමුවීම සම්බන්ධයෙන් සැලසුම් කිරීම. උපකාරී සම්බන්ධතාවයක ඇති වැදගත්කම අවබෝධ කිරීම. උපකාරී පවුල් පරිසරයක් නිර්මාණය කරගැනීමට අවශ්‍ය සහයෝගය ලබාදීම.
දොළොස්වන දිනය (12)	<ul style="list-style-type: none"> ජීවිතය රසවිඳීම සඳහා මන්ද්‍රව්‍ය අවශ්‍ය නොවන සාධකයක් බව අවබෝධවීම. මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් තොරව සමාජයට නිරාවරණය වීමට ඇති බිය කළමනාකරණය කිරීම. මතින් තොරව ජීවිතය විඳින්නට හැකි විකල්ප මාධ්‍ය හඳුන්වාදීම. මතින් නිදහස් ජීවිතය රසවත් බව අවබෝධ වන්නට සැලැස්වීම. මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් තොරව සතුටුවිය හැකි ආකාරය සම්බන්ධයෙන් ප්‍රායෝගික අත්දැකීමක් ලබාදීම. ජීවිතාවබෝධය පුළුල් කිරීම (සාමාන්‍ය දැනීම වර්ධනය කොට ලෝකය පුළුල්ව දැකීමට අවබෝධය ඇති කිරීම. (සෞඛ්‍ය පුරුදු, පොත් පත්, සඟරා විද්‍යුත් මාධ්‍යය පරිශීලනයට)
දහතුන්වන දිනය (13)	<ul style="list-style-type: none"> ප්‍රතිකාර වැඩසටහනට එලඳායී විවිධත්වයක් එකතු කිරීම. සේවාලාභියාට තමා සතු හැකියාවන් දක්ෂතාවයන් හා කුසලතාවයන් හඳුනාගැනීමට අවස්ථාවක් සලසාදීම (සේවාලාභීන්ගේ කුතුහලය පහවයාම හා ආත්මාභිමානයක් ඇතිවීම හා වර්ධනයවීම). මන්ද්‍රව්‍ය කෙරෙහි ඇති බැඳීම සම්බන්ධයෙන් තවදුරටත් පවතින වැරදි සංජානනයන් හෝ අපේක්ෂාවන් පවතී නම් ඒවාද ශුන්‍ය කිරීම මන්ද්‍රව්‍යයට ඇති බැඳීමේ මට්ටම තක්සේරු කිරීම (නැවත භාවිතයට බලපාන සාධක හඳුනාගැනීම හා ඒවා කළමනාකරණය කර ගැනීම ප්‍රගතිය තක්සේරු කිරීම (සේවාලාභියාට ස්වයං තක්සේරු පෝරමයක් ලබා දීම) සහය කණ්ඩායම් ගොඩනැංවීම සහ සම්බන්ධීකරණය පසුරැකවරණ සැලැස්ම සැකසීම, ක්‍රියාත්මක කිරීමට පහසුකම් සැලසීම හා අනාගත සැලසුම් සැකසීම
දහහතරවන දින (14)	<ul style="list-style-type: none"> ප්‍රතිකාරයෙන් බැහැර කිරීම / සමාජගතකිරීම.

මෙය දළ ආකෘතියක් වන අතර අවශ්‍යතාවය සහ පවතින සම්පත් අනුව මෙන්ම සේවලාභීන්ගේ ස්වභාවය අනුව සේවලාභීන්ට මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් පූර්ණ වශයෙන් නිදහස්වීම සඳහා අවශ්‍ය විය හැකි තවත් සේවාවන් සහ ප්‍රතිකාර ප්‍රවේශ එකතු කර ගත හැකිය.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන්නන් සඳහා ගොඩවැදීමේ මධ්‍යස්ථාන (Drop-in Center) ස්ථාපිත කිරීම

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන්නන් සඳහා ඔවුන්ගේ පරිසරයේ සිටම (ප්‍රදේශයේ) ක්‍රමිකව මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත් වීම සඳහා පහසුකම් සලසන්නා වූ ස්ථානයකි. ප්‍රාථමික ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීම හරහා ස්ථාවරව භාවිතයෙන් ඉවත්වීමේ ශක්තිය ඔවුන්ට තිබෙන බව වටහා ගැනීමටත්, ඒ සඳහා වන අභිප්‍රේරණය සිදුකිරීමටත්, ප්‍රතිකාරයේ විවිධ අවධි එම මධ්‍යස්ථානය තුළින් ඉටුකර ගැනීමට අවස්ථාව සලසාදීම මෙන්ම භාවිතය නැවැත්වීම හා එය පවත්වාගෙන යාමේ අත්දැකීම් අනෙකුත් අය සමඟ හුවමාරු කර ගැනීම සඳහා අවස්ථාව ලබාදීම මේ හරහා සිදු කෙරේ.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන ඕනෑම අයෙකුට සතියේ ඕනෑම දිනයක මෙම මධ්‍යස්ථානයට පැමිණ ඔවුන්ගේ ගැටලුව උපදේශකවරයකු සමඟ පැවසීම සහ භාවිතයෙන් ඉවත්වීමට අවශ්‍ය පසුබිම සකස් කරගැනීමට අවකාශය ඇත. එහිදී මූලික උපදේශනය සහ මැදිහත්වීම හරහා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත මට්ටම අඩුකර ගැනීමට සහ ඔවුන්ගේ කාලය කාර්යක්ෂම ලෙස කළමනාකරණය කරගැනීමට මෙම මධ්‍යස්ථානය හරහා පහසුකම් සපයනු ඇත.

උපදේශනය හරහා පුද්ගලයා තුළ ඇති ශක්තින් හඳුන්වාදීම, භාවිතයෙන් ඉවත්විය හැකිය යන විශ්වාසය ගොඩනැංවීම, භාවිතයෙන් ඉවත්වීමට ඇති මානසික බිය තුරන් කිරීම, පවුල් සම්බන්ධතා දියුණු කිරීම, භාවිතය නැවැත්වීමෙන් පසු ස්ථාවර ආදායම් මාර්ගයන් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරවීම හා අවශ්‍ය අවස්ථාවල ඒ සඳහා වන පුහුණු පාඨමාලා සඳහා ද යොමු කරනු ඇත.

භාවිතයෙන් ඉවත්වීමේ කාලය පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස්වන අතර මධ්‍යස්ථානයට පැමිණීම එම පුද්ගලයින්ගේ පහසුව අනුව සිදුකළ හැකිය. මෙය වඩාත් නිදහස් සහ ස්වාධීන ප්‍රවේශයක් ලෙස හැඳින්විය හැකිය.

ගොඩවැදීමේ මධ්‍යස්ථානය තුළට පැමිණෙන සේවලාභීන් සඳහා ලබාදිය හැකි සේවාවන්

- තනි පුද්ගල උපදේශනය
- කණ්ඩායම් උපදේශනය
- විකිත්සක මැදිහත්වීම්
- දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන්
- සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන්
- ක්‍රීඩා සහ විනෝදාත්මක ක්‍රියාකාරකම්
- අධ්‍යාපනික වැඩසටහන්

ගොඩවැදීමේ මධ්‍යස්ථාන පවත්වාගෙනයාමේදී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු

- එම මධ්‍යස්ථාන දිවා කාලය තුළ පමණක් ක්‍රියාත්මක විය යුතු අතර නේවාසික ප්‍රතිකාර ලබාදෙන ස්ථානයක් නොවිය යුතුය.
- ගොඩවැදීමේ මධ්‍යස්ථානයක් හරහා සපයනු ලබන ප්‍රතිකාර සේවාවන් සම්බන්ධයෙන් අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය විසින් අවස්ථානුකූලව මාර්ගෝපදේශ සහ ආකෘති ඉදිරිපත් කරනු ලබන අතර ඒවාට අනුගතව ප්‍රතිකාර සේවාවන් සිදුකළ යුතුය.
- ගොඩවැදීමේ මධ්‍යස්ථානයක් හරහා සපයනු ලබන සේවාවන් තුළ ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම් සඳහා ප්‍රමුඛතාවය ලබාදිය යුතුය.
- ගොඩවැදීමේ මධ්‍යස්ථාන හරහා එහි සේවලාභීන්ට මතවාද හෝ දෘෂ්ටිවාද ප්‍රවර්ධනය නොකළ යුතුය.
- ගොඩවැදීමේ මධ්‍යස්ථාන, අවශ්‍යතාවය සහ පවතින පහසුකම් අනුව දීර්ඝ කාලීනව පවත්වාගෙන යා හැකි අතර අවශ්‍යතාවය අනුව දින 14 හෝ වෙනත් නිශ්චිත කාල සීමාවක් සඳහා නිර්දේශිත ප්‍රතිකාර වැඩසටහන් ද මෙම මධ්‍යස්ථාන හරහා ක්‍රියාත්මක කළ හැකිය.
- ප්‍රතිකාර සේවාවන් සැපයීම සඳහා මනෝසමාජීය මැදිහත්වීමක් සිදුකළ හැකි වෙනත් අදාළ නිලධාරීන්ගේ සහය ලබාගත යුතුය.

ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදයේ දී මූලිකව සැලකිය යුතු කරුණු

නිශ්චිත භූගෝලීය ප්‍රදේශයක් තෝරා ගැනීම සහ එම ප්‍රජාව තුළ,

- ✓ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන්නන් හඳුනා ගැනීම.
- ✓ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට ඇති කැමැත්ත හඳුනා ගැනීම
- ✓ සුවවීමේ සම්පත් හඳුනා ගැනීම
- ✓ සම්පත් කණ්ඩායම් හඳුනා ගැනීම.
- ✓ ප්‍රතිකාර සඳහා සහය ලබා දිය හැකි, ආයතන/පුද්ගලයන්/සෞඛ්‍ය කණ්ඩායම් / විශේෂඥයන් හඳුනා ගැනීම.
- ✓ සමාජීය, මානසික හා සංස්කෘතික සාධක පිළිබඳ සැලකිලිමත්වීම
- ✓ ප්‍රජා සම්බන්ධතා (පසුරැකවරණ කටයුතු) ක්‍රමවත්ව පවත්වා ගැනීම

ප්‍රතිකාර සේවාවන් සඳහා පවතින ඉල්ලුම සහ සේවලාභීන් සංඛ්‍යාව පිළිබඳව අවධානය යොමු කිරීමේදී සේවා අවශ්‍යතාවය පූරණය කිරීම සම්බන්ධයෙන් ඵලදායී ප්‍රතිකාර ප්‍රවේශයක් ලෙස ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාරය සැලකිය හැකිය.

4.4 පවුල් පාදක ප්‍රතිකාර ක්‍රම

පවුල් විකිත්සාව යනු පවුල්වල මානසික සෞඛ්‍යයට සහ ක්‍රියාකාරීත්වයට විශේෂයෙන් බලපාන ගැටලු සඳහා උපකාර කිරීමට නිර්මාණය කර ඇති ප්‍රතිකාර ක්‍රමයකි. එය පවුලේ සාමාජිකයින්ට ශක්තිමත් සබඳතා ගොඩනගා ගැනීමට, සන්නිවේදනය වැඩිදියුණු කිරීමට සහ පවුල් පද්ධතිය තුළ ගැටුම් කළමනාකරණය කිරීමට උපකාරී වේ.

පවුලේ සාමාජිකයන් එකිනෙකා සමඟ අන්තර් ක්‍රියා කරන ආකාරය සහ එකිනෙකා සමඟ සම්බන්ධ වන ආකාරය වැඩිදියුණු කිරීමෙන්, පවුල් ප්‍රතිකාර මගින් සමීප සබඳතාවල වෙනසක් ඇති කළ හැකිය. මෙම විකිතිසාව මගින් මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන හෝ ඇඹිබැහිවූ සේවාලාභීන් ඉන් නිදහස් කිරීමටත් ඊට උපකාරීවන පවුල් පරිසරයක් නිර්මාණය කිරීමටත් හැකියාව ලැබේ.

පවුල් විකිතිසාවේ මූලික අරමුණු වන්නේ

1. ප්‍රතිකාරාත්මක පවුල් පරිසරයක් නිර්මාණය කිරීම,
2. උපකාරී පවුල් පසුබිමක් නිර්මාණය කිරීම.
3. පවුල් ගැටලු හඳුනාගැනීම සහ විසඳීමට සහයදීම.

පවුල් උපදේශනය

පවුලක් තුළ සාමාජිකයෙකු වශයෙන් තම යුතුකම් හා වගකීම් නිසි අයුරින් ඉටු කරමින් තෘප්තිමත් ජීවිතයක් ගත කිරීම සඳහා සහාය ලබාදෙන ක්‍රියාවලියකි. පවුලේ සාමාජිකයන් අතර පවතින සහයෝගය වැඩිදියුණු කරගැනීමට අවස්ථාවක් සලසාදීම හා පවුල තුළ පවත්නා අහිතකර සම්බන්ධතාවයන් මෙන්ම ගැටලුකාරී තත්ත්වයන්වල යහපත් වෙනසක් ඇති කරලීමට පවුල් උපදේශනය උපකාරී වේ.

මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත සේවාලාභියෙක් සඳහා පවුල් උපදේශනය අවශ්‍ය වන්නේ ඇයි ?

- පවුලෙන් වෙන්වී මන්ද්‍රව්‍ය ගැටලුවෙන් හුදෙකලාව පීඩා විඳින පුද්ගලයන් සඳහා සහනයක් වශයෙන්
- මන්ද්‍රව්‍ය අනිසි භාවිතය නිසා පීඩාවට පත්වී ඇති පවුල් සඳහා මැදිහත්වීමට
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත සේවාලාභියාගේ ගැටලුකාරී තත්ත්වයක් නිසා පීඩාවට පත්වී සිටින පවුල්වල සාමාජිකයින් යථා තත්ත්වයට පත් කිරීම සහ බලගැන්වීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත පුද්ගලයන්ගේ වර්ගය පිළිබඳව පවුලේ සාමාජිකයන් හට අවබෝධයක් ලබාදීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා බැඳී මිත්‍රයා විශ්වාසයන් පිළිබඳව ඔවුන් හට නිවැරදි අවබෝධයක් ලබාදීම හා එම ආකල්ප වල හිස් බව හා එහි යථාර්ථය අවබෝධ කරවීම.
- සේවාලාභියාගේ ස්වභාවය අනුව ඔහුට අවශ්‍ය උචිතම ප්‍රතිකාර ක්‍රමය තෝරා ගැනීම සඳහා සහය ලබාදීම.
- ස්ථිර වශයෙන්ම භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට හැකි බව සේවාලාභියාට සහ පවුලේ සාමාජිකයින්ට අවබෝධය ලබාදීම.
- මෙතෙක් පවුල තුළ වගකීම් පැහැර හරිමින් සිටි සේවාලාභීන් හට පවුල තුළ වගකීම් දැරීම සඳහා ඔවුන් බලගැන්වීම.
- සේවාලාභියා විධිමත් සාක්ෂි මත පදනම් වූ ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක් වෙත යොමු කර ගැනීමේ වැදගත්කම හා නිවැරදි යොමුවීම් පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබාදීම.
- සේවාලාභියාගේ කුඩා සාධනීය වෙනස්කමක් වුවද ඇගයීමට ලක් කරන පවුල් පසුබිමක් ගොඩ නැගීම.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත සේවාලාභියකු සමඟ සම්බන්ධවීමේ දී විශේෂයෙන් අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු.

- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත සේවාලාභියා තුළ ස්වභාවයෙන්ම ඇතිවූ සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නිසා ඇතිවූ කායික හා මානසික රෝගී තත්ත්වයන්.
- විරමණ ලක්ෂණ වල ස්වභාවයන්.
- පෞරුෂ ආබාධ.
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ ස්වභාවය / භාවිත ප්‍රමාණය / භාවිත කාලසීමාව සහ අධි මාත්‍රා භාවිතයන්.
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා ඇබ්බැහිවීම ආශ්‍රිතව ගොඩනැගී ඇති ගැටලු, නීතිමය තත්ත්වයන් සහ නිවැරදි නොවන ආකල්ප.
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයන් සමඟ ඇතිවූ ආකල්ප, සුවිශේෂී හැසිරීම් සහ සන්නිවේදන දුර්වලතා. (මත්ද්‍රව්‍යට ඇති බැඳීම / බැඳීම හඳුනාගැනීම සහ නිදහස්වීම)
- කාන්තාව බලගන්වීම තුළින් පවුල තුළ ප්‍රතිකාරාත්මක ප්‍රවේශය ශක්තිමත් කිරීම.
- සේවාලාභියා සහ පවුලේ සාමාජිකයන් සමඟ දෛනික ක්‍රියාකාරකම් සම්බන්ධව ගිවිසුමකට එළඹීම.

බාහිරසේවා නිලධාරීන්ගේ මැදිහත්වීම යටතේ ක්‍රියාත්මක කරන ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේදය තුළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයාගේ බිරිඳ හෝ මව (කාන්තාව) හරහා සුවිශේෂී මැදිහත්වීමක් සිදුකළ හැකි අතර එම කාන්තාව හරහා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයාට අවශ්‍ය නිවැරදි අවබෝධය ඇති කරවිය හැකිය. මත්ද්‍රව්‍ය හෝ මද්‍යසාර භාවිතයේ ඇති හිස් බව සහ නිවැරදි නොවන ආකල්ප සහ මිත්‍යා විශ්වාස වලින් තවදුරටත් මිඳෙන ආකාරය පිළිබඳ නිවැරදි දැනුම වඩාත් සරල ප්‍රවේශයකින් සම්ප්‍රේෂණය කිරීම හරහා අදාළ පුද්ගලයින් තුළ ස්වයං අවබෝධයකට අවශ්‍ය පසුබිම සකස් කළ හැකිය.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින්ගේ පවුල් ඒකකවල කාන්තාවන් ආමන්ත්‍රණය කිරීම සඳහා ප්‍රජාව තුළින් තෝරාගත් කාන්තා නායිකාවන් / නියෝජිතයින් හඳුනා ගනිමින් සහ නම් කරගනිමින් අදාළ පවුල් ඒකකවල කාන්තාවන් වෙත නිවැරදි පණිවුඩ සම්ප්‍රේෂණය කළ හැකිය. මෙම ක්‍රියාවලිය හරහා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හේතුවෙන් මෙතෙක් වින්දිතයින් (Co-dependent) බවට පත්ව සිටි කාන්තාවන්ගේ භූමිකාව සහච්ඡිත්සකයෙකුගේ (Co-Therapist) භූමිකාවකට පරිවර්තනය කළ හැකිය. එහිදී පුද්ගලයින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීම හරහා අදාළ කාන්තාවන්ට සහ පවුල් ඒකකවලට ලැබෙන වාසිය සහ ප්‍රතිලාභ සම්බන්ධයෙන් අදාළ කාන්තාවන් අභිප්‍රේරණය කිරීම අවශ්‍ය වේ.

බාහිරසේවා ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරන නිලධාරීන් පවුල් ප්‍රතිකාර ප්‍රවේශය තුළ උපදේශකයින්ගේ භූමිකාව ඉටු කරන අතරම එනම් මනෝවිද්‍යාත්මක මැදිහත්වීම පවුල් ඒකක වලට සිදුකරන අතරම ඊට සමඟාමීව අදාළ පවුල්වල කාන්තාවන් සහ එම ප්‍රජාව නියෝජනය කරන කාන්තාවන් සම්බන්ධ කරගනිමින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා අවශ්‍ය නිවැරදි දැනුම සහ අධ්‍යාපනය පවුල් ඒකක වෙත සම්ප්‍රේෂණය කිරීමට කටයුතු කිරීම අවශ්‍ය වේ.

එහිදී සිය ස්වාමි පුරුෂයාගේ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සම්බන්ධයෙන් කාන්තාවට මනෝ විද්‍යාත්මක මැදිහත්කාරියක් ලෙස කටයුතු කළ හැකි බව මෙන්ම එය කෙසේ කළ යුතුද යන්න සම්බන්ධයෙන් අදාළ කාන්තාවන් වෙත අවශ්‍ය දැනුම සහ අවබෝධය ලබාදීම වැදගත් වේ. එම කාර්යය තුළ බිරිඳගේ භූමිකාව කෙසේ විය යුතුද යන්න පිළිබඳව අවධානය යොමු කිරීම අවශ්‍ය වේ.

තම සැමියාගේ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අඩුකර ගැනීමට හෝ සම්පූර්ණයෙන්ම නතර කිරීම සඳහා අදාළ කාන්තාව තුළ ඇතිවිය යුතු සිතුවිලි සහ පරිකල්පනය පිළිබඳ අවධානය යොමු කිරීමේදී පහත කරුණු වැදගත්වේ.

- නිවැරදි මැදිහත්වීමක් හරහා සිය ස්වාමි පුරුෂයාගේ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නිසැකවම නතර කළ හැකිය යන විශ්වාසය.
- සිය ස්වාමි පුරුෂයාගේ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නතර කිරීම සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කළ යුතු එකම සහ සුදුසුම කෙනා තමන් යැයි අවබෝධ කර ගැනීම.
- සිය ස්වාමි පුරුෂයාගේ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නතර කළහොත් හෝ අඩු වුවහොත් එහි වාසිය සහ ප්‍රතිලාභය අත්වන්නේ තමන්ට සහ තම පවුල් ඒකකයට බව අවබෝධ කර ගැනීම.
- සිය ස්වාමි පුරුෂයාගේ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හේතුවෙන් තමන් හෝ පවුලේ කිසිදු කෙනෙක් මානසිකව පීඩනයකට හෝ ඇදවැටීමකට ලක්විය යුතු නැති බව අවබෝධ කර ගැනීම.
- මන්ද්‍රව්‍ය හෝ මද්‍යසාර භාවිතය පූර්ණ වශයෙන් නතර කර සාර්ථක වූ පුද්ගලයින් සහ අවස්ථා සම්බන්ධයෙන් ලෝකයේ ඕනෑ තරම් සාක්ෂි ඇති බවට විශ්වාස කිරීම.
- පවුලේ සතුට සහ යහපැවැත්ම වෙනුවෙන් මැදිහත්වීමක් කළ හැකිය යන්න සහ කළ යුතුය යන්න සම්බන්ධයෙන් ඉලක්කයක් ඇති කර ගැනීම
- තමන් තුළ සහ පවුල් ඒකකය තුළ ඇතිකරගන්නා වෙනසක් හරහා සිය ස්වාමි පුරුෂයාගේ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නතර කළ හැකි බවට විශ්වාස කිරීම.

බාහිරසේවා නිලධාරීන් සිය පවුල් මැදිහත්වීම්වලදී කාන්තාව අභිප්‍රේරණය කිරීමට සහ කාන්තාව හරහා මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින්ගේ වර්ගයන් වෙනස් කරගැනීමට අදාළව කටයුතු කළ යුතුය. එය වඩාත් ඵලදායී ප්‍රවේශයක් වනු ඇත.

මනා පවුල් සම්බන්ධතාවයක් පවත්නා පවුල්වල දරුවන් / පුද්ගලයින් මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා යොමුවීමටත්, ඒ සඳහා කිසියම් ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන සේවයක් ලබාගැනීමටත්, ප්‍රතිකාරය තුළ රැඳීසිටීමටත්, භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට හා නිදහස්ව පැවතීමටත් වැඩි ප්‍රවණතාවයක් ඇත.⁷

සැ.යු - ඉහත ප්‍රතිකාර ආකෘතිය පිළිබඳ සම්පූර්ණ විස්තරයක් ඉදිරිපත් කර නොමැති අතර මෙම පරිච්ඡේදය තුළ හැඳින්වීමක් පමණක් ඇතුළත් කර ඇත. තවද මෙම ප්‍රතිකාර ආකෘතිය ප්‍රායෝගිකව යොදා ගැනීම සම්බන්ධයෙන් විධිමත් පුහුණුවක් අවශ්‍ය වේ. මේ සම්බන්ධයෙන් තවදුරටත් අධ්‍යයනය සඳහා ඒ පිළිබඳ වෙනත් පිළිගත් මූලාශ්‍රයක් භාවිත කළ හැකිය.

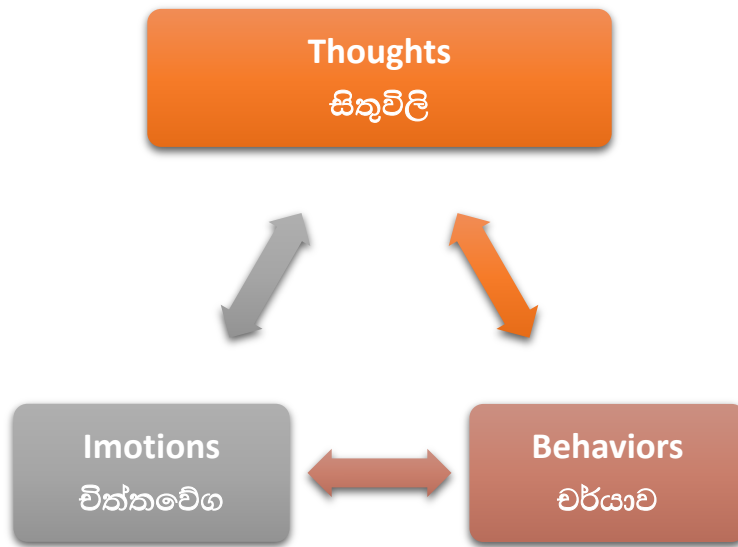
⁷ Substance Abuse & Mental Health Administration (SAMHASA)

4.5 ප්‍රජානන වර්ග විකිත්සාව (Cognitive Behavioural Therapy)

හැඳින්වීම

ප්‍රජානන වර්ග විකිත්සාව යනු ක්‍රියාකාරී, මගපෙන්වන ව්‍යුහගත, සාමූහික සහ මනෝ අධ්‍යාපනික ආකෘතියක් හෙවත් ලුහුඬු මනෝවිකිත්සාවකි. මෙය පුද්ගලයාගේ ප්‍රජානන සිතුවිලි සහ වර්ගව වෙත නාභිගතවන මනෝ විකිත්සක ක්‍රමයකි. මෙම ක්‍රමයේ හරය වන්නේ සිතුවිලි, හැඟීම් සහ වර්ගව අතර සිදුවන අන්තර් ක්‍රියාව සඳහා මැදිහත්වීමයි. මෙහිදී ප්‍රජානන විකිත්සකවරුන් සිද්ධි සිතුවිලි, චිත්තවේග සහ වර්ගව අතර පවත්නා සම්බන්ධතාවේ රටාව පිළිබඳව අවධානය යොමු කරනු ලැබේ.

පහත සටහන මගින් එය නිරූපණය කළ හැකිය.



මෙහිදී පුද්ගලයා විසින් අවස්ථාව අර්ථකථනය කරන ආකාර අනුව චිත්තවේග ඇති වේ. ඒ අනුව දැනීම සහ වර්ගව ඇති වේ.

ප්‍රජානන විකිත්සාව මගින් යෝජනා කෙරෙන්නේ මන්දව්‍ය භාවිතය හේතුවෙන් ගොඩනැගී ඇති වර්ගවන් සහ ප්‍රජානන ක්‍රියාවලිය අවබෝධ කරගැනීම සහ එය වෙනස් කිරීමයි. ප්‍රජානන විකිත්සාවේ අරමුණ වන්නේ තමන්ගේ වැරදි සිතුවිලි සහ විශ්වාසයන් හඳුනාගෙන ඇගයීමට භාජනය කර නිවැරදි කරගන්නා ආකාරය අවබෝධ කරවීමයි.

එහිදී බාහිරසේවා නිලධාරියෙකුට ප්‍රජාව තුළ සිටින මන්දව්‍ය භාවිත කරන පුද්ගලයින් සඳහා භාවිත කළ හැකි සරළ ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ නිදසුන් කිහිපයක් පහත දක්වා ඇත. බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම තුළ තවදුරටත් භාවිත කළ හැකි උපක්‍රම සහ ක්‍රියාකාරකම් ඇත.

සාක්ෂි විමසීමට විවෘත කිරීම - අතාර්කික මක්ද්‍රව්‍ය භාවිත අපේක්ෂාවන් සත්‍ය ලෙස පිළිනොගෙන ඒ සම්බන්ධයෙන් ප්‍රශ්න කරමින් සාක්ෂි විමසීමට විවෘත කිරීම

අපහසු අවස්ථාවන් උපකල්පනය කිරීම - අපහසු අවස්ථාවන් කළමනාකරණය කිරීම සම්බන්ධයෙන් භූමිකා රංගනයක යෙදිය හැකිය.

ප්‍රතිරූප ආදේශනය - මුහුණදීමට නොහැකි හෝ අපහසු අවස්ථාවන් සම්බන්ධ සෘණාත්මක සිතුවිලිවලට ධනාත්මක සිතුවිලි ආදේශ කර සිතීමට සැලැස්වීම

උත්තේජ පාලනය - භාවිතය නතර කිරීමේදී නැවත භාවිතයට යොමුවීමට බලපෑ හැකි අවස්ථා, සිදුවීම්, ද්‍රව්‍ය සහ පුද්ගලයින් සම්බන්ධයෙන් ඇතිවිය හැකි උත්තේජනයන් පාලනය කිරීම

වර්යාවන් සම්බන්ධ ඉලක්ක ලබාදීම - පුද්ගලයාට මක්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නතර කිරීම සඳහා සිය වර්යාවේ ඇතිකරගත යුතු වෙනස්කම් සම්බන්ධ ඉලක්ක ලබාදීම

සැයු - ඉහත ප්‍රතිකාර ආකෘතිය පිළිබඳ සම්පූර්ණ විස්තරයක් ඉදිරිපත් කර නොමැති අතර මෙම පරිච්ඡේදය තුළ හැඳින්වීමක් පමණක් ඇතුළත් කර ඇත. තවද මෙම ප්‍රතිකාර ආකෘතිය ප්‍රායෝගිකව යොදා ගැනීම සම්බන්ධයෙන් විධිමත් පුහුණුවක් අවශ්‍ය වේ. මේ සම්බන්ධයෙන් තවදුරටත් අධ්‍යයනය සඳහා ඒ පිළිබඳ වෙනත් පිළිගත් මූලාශ්‍රයක් භාවිත කළ හැකිය.

4.6 දුරකථන උපදේශනය

සාර්ථක උපදේශන ක්‍රියාවලියකදී උපදේශකවරයෙකු විසින් යොදා ගනු ලබන සුවිශේෂී උපදේශන කුසලතා ප්‍රමාණයක් ඇත. එය විශේෂයෙන් දුරකථන උපදේශන සැසි වාරයකදී කෙසේ යොදා ගත යුතුදැයි තාක්ෂණිකව විමසා බැලීම වැදගත් වේ.

කොන්දේසි විරහිත පිළිගැනීම

උපදේශකවරයාගේ පළමු හඬ අවදි කිරීම සමගම සේවාලාභියා පිළිබඳව

- ✓ සැලකිලිමත් බවක්
- ✓ රැකවරණය සහිත බවක්
- ✓ පිළිගන්නා සුළු බවක්
- ✓ උණුසුම් සහගත පිළිගැනීමක් ඇති බවත් සේවාලාභියාට අවබෝධවිය යුතුය

මෙම පිළිගැනීම තුළදී සේවාලාභියා විසින් ඉදිරිපත් කරනු ලබන පණිවිඩය විනිශ්චයකින් හෝ විවේචනයකින් තොරව ප්‍රතිචාර දැක්වීමට වග බලා ගත යුතුය.

එමෙන්ම ඕනෑම පුද්ගලයෙකුට තම ජීවිතයේ සාර්ථකත්වය උදෙසා සහජයෙන්ම උරුම වූ ශක්තීන් හා ධාරිතාවයන් පවතින බවත් ඒ සෑම අයෙකුටම තමන්ට ආවේණික විකල්ප තෝරා ගැනීමට සහ තමන්ට තීරණ ගැනීමට පවතින හැකියාව පිළිබඳව උපදේශකවරයා අවංකවම විශ්වාස කරන බවත් සේවාලාභියා වෙත සන්නිවේදනය කිරීමේ හැකියාව උපදේශකවරයාට තිබිය යුතුය.

සවන්දීම

භෞතික වශයෙන් උපදේශකවරයා සේවාලාභියාට හැඩ ගැසීමේදී

- ✓ සේවාලාභියා සම්බන්ධයෙන් අවදියෙන් සිටින බව
- ✓ සේවාලාභියා සම්බන්ධයෙන් සම්පූර්ණ/කේන්ද්‍ර අවධානය සහ සැලකිල්ල යොමුකරන බව පෙන්විය යුතුය

සේවාලාභියා අසල සිටිමින් සිදු කරන සාමාන්‍ය උපදේශන ක්‍රියාකාරකම්වලදී නම් අවාචික සන්නිවේදනය පවත්වාගෙන යා හැකිය. නමුත් දුරකථන උපදේශන සැසිවාරයකදී ඒ සඳහා අවස්ථාවක් නැත. ඒ සියල්ල වෙනුවට දිරිගන්වනසුළු වචන භාවිතා කරමින් ඔහු පිළිබඳ සැලකිලිමත් බව පෙන්විය යුතුමය.

තවද මනා සවන්දීමකින් යුතුව සන්නිවේදනය සිදු කළ යුතු අතර නිවැරදි නිරීක්ෂණය තුළින් වාචික සහ අවාචික තොරතුරු ග්‍රහණය කර ගැනීම සහ අවබෝධ කර ගැනීම සිදුකළ හැකිය.

මෙහිදී සේවාලාභියා විසින් විශේෂයෙන් ප්‍රකාශ කරන වචන, හැඟීම්, ප්‍රකාශ කරනු ලබන ආකාරය පිළිබඳව ඉතා සැලකිල්ලකින් සවන් දිය යුතුය. එතුළින් ඉතා ගැඹුරු දැක්මක් උපදේශකයා තුළ ඇතිවනු ලබයි. දුරකථන උපදේශකවරයෙකු තමාට සේවාලාභියා ප්‍රකාශ කළ දේ සිතියමට නැගීමේ හැකියාව මෙන්ම තමාට නොපැවසූ දේ පිළිබඳව විශ්ලේෂණය කිරීමේ හැකියාව ද වර්ධනය කරගත යුතුය. සියදිවි නසා ගැනීම් වැනි හදිසි අවස්ථාවලදී මෙම කුසලතාවය යොදාගෙන ක්‍රියාත්මක වීම අත්‍යවශ්‍යයයි.

සහකම්පනය

සේවාලාභියාගේ අත්දැකීම් හඳුනාගෙන එම හඳුනාගත් අත්දැකීම් සහ එකී අදහස නැවත පෙරලා සේවාලාභියාට පැහැදිලිව අවබෝධ කරවීම උදෙසා උපදේශකවරයෙකු සතුව තිබියයුතු හැකියාව මෙයින් අදහස් වේ.

සේවාලාභියාගේ තොරතුරු දැනගැනීම හෝ අත්දැකීම් බෙදා ගැනීම මෙයින් අදහස් නොවේ. සන්නිවේදන සහකම්පනයේ මූලික කුසලතා වන,

- ✓ සහභාගීත්වය
- ✓ භාව ප්‍රකාශනය යන දෙඅංශය වැදගත් වේ.

සහභාගීත්වය ලෙසින් මෙහි අදහස් කෙරෙන්නේ සේවාලාභියාව පිළිගන්නා, අවධානය ලබා දෙන, සහයෝගී උපදේශන හැසිරීමයි. එසේම භාව ප්‍රකාශනය යනුවෙන් අදහස් වන්නේ සේවාලාභියා විසින් ප්‍රකාශිත වචන සහ අදහස් කෙටියෙන් සංක්ෂිප්ත ලෙස නැවත ඔහු වෙත ප්‍රකාශ කිරීමයි.

එලදායි භාව ප්‍රකාශනයේදී උපදේශකවරයෙකු සතුව පියවර 04 ක් ඇත

- සවන් දීම සහ යලි මතක් කිරීම
කිසිදු වැදගත් කොටසක් මග නොහැරීම මෙහිදී වැදගත් වේ
- සන්දර්භය හඳුනා ගැනීම
සේවාලාභියා විග්‍රහ කරවීමට උත්සාහ කරන ප්‍රධාන සිද්ධිය එම අවස්ථාව, එහි අදහස හා පුද්ගල ස්වභාවය හඳුනා ගැනීම
- උද්යෝගීමත්ව, නැවුම් ලෙස එම කරුණු සේවාලාභියා වෙත නැවත ඉදිරිපත් කිරීම

- උපදේශකවරයා සංජානනය කරගත් කරුණු අවබෝධ කරගැනීම (ඊට සේවලාභියාගේ එකඟවීම, නොවීම තේරුම් ගැනීමද ඇතුළත් වේ)

මෙසේ සේවලාභියෙකුගේ හැඟීම් උපදේශකවරයා අවබෝධකරගත් බව පිළිබිඹු කිරීම සඳහා ඇති එකම මෙවලම වන්න වේ. ඒ අනුව සමාන අදහස් සඳහා විවිධ වචන යොදා ගැනීමේ හැකියාව දුරකථන උපදේශකවරයෙකු සතු ප්‍රතිභාවකි.

අවංකභාවය

උපදේශකවරයා පවසන වචන, හැසිරීම සහ මනසේ ක්‍රියාත්මක වන සිතිවිලි අතර සමාන බවක් තිබිය යුතුය. විවේචන වලින් තොර මවා පෑමක් නොවන රඟපෑමක් නොවූ අවංක උවමනාවක් අවශ්‍යවේ.

ගැටලුව සම්බන්ධයෙන් වචන වලින් උනන්දුව දක්වන බව පවසා වර්යාවෙන් ඒ සම්බන්ධයෙන් එපා වූ බවක් පිළිබිඹු වූ විට එමගින් සේවලාභියාට උපදේශනය පිළිබඳව අවිශ්වාසය සහ අවුල් සහගත බවක් ඇතිවන අතර එය ඉදිරි ක්‍රියාවලියට බාධාවකි.

ඒකාග්‍රතාවය

අවධානය ලබා දිය යුතු අදාළ තොරතුරු සහ හැඟීම් සඳහා සුවිශේෂී ඒකාග්‍රතාවයක් ලබා දෙමින් සන්නිවේදනය පවත්වාගෙන යාම මෙයින් අදහස් වේ. එහිදී බාහිර කරුණු, පොදු කතාබස් කිරීම්, සේවලාභියාට වඩා උපදේශකවරයා පිළිබඳ කතා බහ නොකිරීම

පහත සඳහන් කරුණු ඊට බලපායි

- ඉදිරිපත් වූ විවිධාකාර ගැටලු අතරින් සුවිශේෂී ගැටලු සොයා ගැනීම සහ ඒ පිළිබඳ කටයුතු කිරීමට සේවලාභියා මෙහෙයවීම
- සේවලාභියාට අරමුණු මතක්කර දෙමින් සැසියේ ව්‍යුහය සහ අභිමතාර්ථය නැවත විස්තර කරදීම
- ප්‍රශ්න ඇසීම සහ යෝජනා ඉදිරිපත් කිරීම මගින් සේවලාභියාට ඔහුගේ තොරතුරු, අවස්ථා හැඟීම්, හඳුනා ගැනීමට උපකාර කිරීම
- උපදේශන සැසියෙහි සන්දර්භය සහ ක්‍රියාවලිය අවධාරණය සඳහා මේ මොහොතේම අවධානය ලබා දීමට සේවලාභියා මෙහෙයවීමෙන් ගැටලුව වෙනුවෙන් කළ යුතු දෑ සහ එය විසඳීමේ ක්‍රියාවලිය පැහැදිලි කර දීම.

විවෘත ගැටලු

ප්‍රශ්න ඇසීමේ ක්‍රියාදාමය හරහා සේවලාභියා හට ඔහුගේ සිතුවිලි හා හැඟීම් ගවේෂණයට සහ වර්ගකර හඳුනා ගැනීමට මෙහෙයවිය හැකිය. උපදේශකවරයෙකු යම්කිසි සුවිශේෂී තොරතුරු පමණක් සේවලාභියාගෙන් ඉල්ලා නොසිටින අතර සේවලාභියාගෙන් කෙටි ප්‍රතිචාර (ඔව්/නැත හෝ කෙටි පිළිතුරු) අපේක්ෂා නොකරයි.

- අරමුණ විය යුත්තේ සේවාවලාභියා තුළ ගවේෂණයට පහසුකම් සැලසීමයි. මෙය දැනටමත් සේවාවලාභියා විසින් සිදුකරයි නම් නැවත හැර වීමක් අවශ්‍ය නොවේ.
- උපදේශක අසන සෑම ප්‍රශ්නයකටම අභිමතාර්ථයන් සහ විකිත්සක අරමුණක් තිබිය යුතුය
- ප්‍රශ්න ගණනාවක් ඇසීමෙන් වැලකී සිටිය යුතු අතර සේවාවලාභියා ගැටලුකාරී වර්තයක් ලෙස උපකල්පනය නොකිරීම
- විවෘත අවසානයක් සහිත ගැටලු ඉදිරිපත් කර ප්‍රතිචාර බලාපොරොත්තුවීම සහ භාව ප්‍රකාශන තුළ එනම් තොරතුර යළි යළිත් පැවසීමට වඩා වැඩි තොරතුරු ප්‍රමාණයක් ලබා දීමට සේවා ලාභියා දිරිමත් කරනු ලබයි.

උපදේශකවරයා ස්වයං නිරාවරණය

සේවාවලාභියාට උපකාර කිරීමේ අභිමතාර්ථයට අදාළ වන පරිදි පමණක් උපදේශකවරයෙකුට තම පුද්ගලික හැඟීම්, අත්දැකීම්, ප්‍රතිචාර සේවාවලාභියෙකු සමග බෙදා ගත හැකිය. සේවාවලාභියාට වෙන ක්‍රමවේදයක් භාවිතා කිරීමට නොමැති නම් පමණක් පුද්ගලික කරුණු නිරාවරණය කිරීමට කටයුතු කිරීම නීතියක් ලෙස පවත්වා ගැනීම වැදගත් වේ.

මෙහිදී සහකම්පනය යනු සමාන අත්දැකීම් සේවාවලාභියා සමග හුවමාරු කර ගැනීම නොවන බවත් සේවාවලාභියාගේ හැඟීම් සහ සිතන ආකාරය පිළිබඳ අවබෝධය හා සැලකිල්ල දක්වන ආකාරයත් බවත් මතක තබා ගත යුතුය.

අර්ථ නිරූපණය

සේවාවලාභියෙකු පැවසූ දෙයක් හෝ ඔහු දන්නා දෙයක් අභිබවා යන ආකාරයෙන් ඕනෑම ප්‍රකාශයකින් උපදේශකවරයෙකුට වර්යාවන් හෝ සිතුවිලි පිළිබඳව නව අරුතක් නව හේතු දැක්වීමක් හෝ නව විස්තර කිරීමක් සිදු කිරීමෙන් පවතින ගැටලුව නව කෝණයකින් දැකිය හැකි වේ.

අර්ථ නිරූපණය හරහා සේවාවලාභියාට ඔහුගේ ගැටලුවේ සුවිශේෂී ප්‍රවේශයන් වෙත අවධානය යොමු කළ හැකි වේ. එමගින් අරමුණක් ඇති කරනු ලබයි. අර්ථ නිරූපණය කෙටි ඒකාග්‍රතාවයක් සහිත යාවත්කාලීන හා බුද්ධිගෝචර වීම. සීමිත අර්ථ නිරූපණ භාවිතා කළ යුතු අතර උපදේශකවරයාගේ දැක්ම පිළිබඳ සේවාවලාභියාගේ විරුද්ධත්වය උපකල්පනය නොකරන්න.

තොරතුරු ලබා දීම සහ වෙනස්ව පවතින බාධක ඉවත් කිරීම

- ප්‍රශ්න සඳහා දත්ත, අදහස්, කරුණු, මූලාශ්‍ර පිළිතුරු සපයන්න
- සේවාවලාභියා සමග ඔහුගේ වෙනස වළක්වන හෝ ප්‍රමාද කරන ගැටලු ගවේෂණය කරන්න
- සේවාවලාභියාට විසඳුම් සහ විකල්ප හඳුනා ගැනීම සඳහා සහයෝගය ලබා දෙන්න.

සේවාවලාභීන් විසින් දුරකථනය හරහා උපදේශනය විමසීමේදී තොරතුරු ලබා දීම, යොමුකරවීම, යන තත්වයන්ට එහා ගිය ප්‍රතිචාරාත්මක මුහුණුවරින් යුක්තව උපදේශනයේ ගුණාත්මකභාවය වැඩි දියුණු වීම සඳහා ඉහත උපදේශන කුසලතා යොදා ගැනීම වැදගත් වනු ඇත. සීමිත කාල සීමාවක් තුළදී වඩා ඵලදායී සේවාවක් සැලසීමට උපදේශකවරුන් සතු උවමනාවට තාක්ෂණික සහයක් ඉන් ලැබෙනු ඇත.

5. පසුරැකවරණය

හැඳින්වීම

සේවලාභීන් සඳහා පසුරැකවරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ ප්‍රධාන කාර්යභාරයක් වේ. මන්ද භාවිතයෙන් නිදහස්ව සේවලාභියාගේ සාර්ථක ජීවිත පැවැත්මට අවශ්‍ය සම්පත් කළමනාකරණය කිරීම සහ පහසුකම් සැපයීම පසුරැකවරණයෙන් ප්‍රධාන වශයෙන් අපේක්ෂා කෙරේ. පුද්ගලයා තේවාසික ප්‍රතිකාරයෙන් හෝ බාහිරසේවා ප්‍රතිකාර වැඩසටහනකින් පසු සමාජගතවී සුවවීම අඛණ්ඩව පවත්වා ගැනීම සඳහාත් සාමාන්‍ය ජීවිතයේ පැන නඟින ගැටලු සඳහා සාර්ථකව මුහුණ දීම සඳහාත් අවශ්‍ය සහායවීම හා ශක්තිය ගොඩනැගීම පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය හරහා සිදුවේ.

මන්ද භාවිත නැවත භාවිතය සඳහා යොමුවීමට ඇති අවදානම අවම කරගනිමින් පුළුල් සහාය දැක්වීමේ ක්‍රියාවලියක් හරහා සේවලාභියාගේ සෞඛ්‍ය සහ සමාජ යහපැවැත්ම සහතික කරමින් සාර්ථක ලෙස නැවත සමාජගත කිරීම මේ හරහා සහතික කරනු ලබයි. එමෙන්ම මන්ද භාවිත සමඟ ඇති බැඳීම ශුන්‍ය කිරීමට මෙන්ම නැවත බැඳීමක් ඇතිවීම වළක්වමින් සුවවීම අඛණ්ඩව කළමනාකරණය කර ගැනීමට අවශ්‍ය සහාය පසුරැකවරණ වැඩසටහන් හරහා සැපයිය යුතුය.

පුද්ගලයා, පවුල, ප්‍රජාව සහ සහාය දැක්වීමේ සේවාවන් / ආයතන / නිලධාරීන් වශයෙන් පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය තුළ නියෝජනය වන ප්‍රධාන පාර්ශව කිහිපයකි. මෙම සියලු පාර්ශවවල සහයෝගය මත හා මැදිහත්වීම මත සාර්ථක පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලියක් සිදුකළ හැකි වේ.

සේවලාභියා සම්බන්ධයෙන් පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලියේ අවශ්‍යතාවය

- නැවත භාවිතයට යොමුවීම වැළැක්වීම සහ සුවවීම අඛණ්ඩව පවත්වා ගැනීමට
- මන්ද භාවිත කාලය තුළ දුර්වල වූ කායික හා මානසික සෞඛ්‍ය නැවත ගොඩනගා ගැනීමට.
- බිඳවැටුණු පවුල් සහ සමාජ සම්බන්ධතා නැවත ශක්තිමත් කර ගැනීමට
- බාහිර පරිසරය සහ සමාජ අවකාශය සම්බන්ධයෙන් පුද්ගලයාට දැනෙන අපහසුතාවයන් ක්‍රමයෙන් පහසු කරදීමට
- මන්ද භාවිත සමඟ ඇති බැඳීම ශුන්‍ය කිරීමට මෙන්ම නැවත බැඳීමක් ඇතිවීම වළක්වමින් සුවවීම අඛණ්ඩව කළමනාකරණය කර ගැනීමට
- ඒ සඳහා අවශ්‍ය සම්පත් හඳුනා ගැනීමට සහ ලඟාකර ගැනීමට

පසුදකවරණ ක්‍රියාවලියක මූලධර්ම

- I. දුර්වලතා අඩුකිරීමට ක්‍රියාකරනවාට වඩා ශක්තින් වර්ධනය කිරීමට කටයුතු කිරීම - පුද්ගලයාගේ සුවච්ඡේ ක්‍රියාවලිය තුළ කුසලතා, හැකියාවන්, ශක්තින් සහ සම්පත් හඳුනාගැනීම සිදුකළ යුතු අතර අවශ්‍යතා සහ දුර්වලතා අවධාරණය කිරීම නොකළ යුතුය.
- II. ස්ථාවර වැඩසටහන්වලට වඩා නම්‍යශීලී වැඩසටහන්වලට ප්‍රමුඛත්වය ලබාදීම - සේවලාභියාගේ වෙනස්වීම්වලට ප්‍රතිචාර දක්වමින්, සේවලාභියා වෙත තෝරාගැනීම්වලට අවස්ථාව ලබාදෙමින්, නම්‍යශීලී වෙමින් අදාළ වෙනස්වීම්වලට ගැලපෙන සේවාවන් සහ සහාය සැපයීම.
- III. සේවලාභියාගේ ස්වාධීනත්වය පිළිබඳ සැලකිල්ලට ලක්කිරීම - පසුදකවරණ ක්‍රියාවලිය තුළ පුද්ගලයාගේ තෝරාගැනීම්වලට අවස්ථාව ලබාදීම අවශ්‍ය වන අතර පසුදකවරණ නිලධාරියා විසින් සපයනු ලබන දැනුම සහ මගපෙන්වීම හරහා ස්වයං තීරණ ගැනීමට අවකාශය සැලසිය යුතුය.
- IV. පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ සහ ප්‍රජාවේ සහභාගීත්වය - පවුලේ සාමාජිකයින්, මිතුරන්, ප්‍රජාවේ පුද්ගලයින් මෙන්ම පුළුල් පරාසයක ඇති ආයතන, සංවිධාන සහ සේවාවන් පසුදකවරණ සේවාවන්ට ඇතුළත් කරගත යුතුය.

බාහිරසේවා ක්‍රියාවලිය තුළ පසුදකවරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කළ හැකි ආකාර

- සේවලාභීන් තනි පුද්ගල වශයෙන් පසුදකවරණය සිදු කිරීම.
- තෝරාගත් කණ්ඩායම් වශයෙන් (නිදසුන් ලෙස වයස් මට්ටම් අනුව, භාවිත කරන ලද මන්ද්‍රව්‍ය වර්ග අනුව) පසුදකවරණය සිදුකිරීම.
- පවුලේ සාමාජිකයින් සම්බන්ධ කරගනිමින් පවුල් සැසි හා ක්‍රියාකාරකම් වශයෙන්
- රෝහල් ආශ්‍රිත සායන හෝ උපදේශන සේවාවන් හරහා (අවශ්‍යතාවය අනුව)

පසුදකවරණයේ දී පුද්ගලයින් සම්බන්ධ කරගත හැකි ක්‍රම

- සේවලාභියා ජීවත්වන නිවස වෙත යාම
- ආයතනයකට හෝ කාර්යාලයට සේවලාභියා ගෙන්වා ගැනීම.
- සේවලාභියාට වඩාත් සමීප පවුලේ උපකාරී පුද්ගලයා හරහා
- සේවලාභියා වෙසෙන ප්‍රජාව තුළින් හඳුනාගත් උපකාරී පුද්ගලයින් හරහා
- ප්‍රජා මට්ටමින් කටයුතු කරන නිලධාරීන්ගේ සහාය ලබා ගැනීම හරහා
- කණ්ඩායම් වශයෙන් පසුදකවරණ හමු පැවැත්වීම මගින්
- ලිපි මගින් හෝ දුරකථන මගින්
- වෙනත් මාර්ගගත ක්‍රම භාවිත කරමින්

පසුරැකවරණයේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු

- පුද්ගලයාගේ රහස්‍යභාවය ආරක්ෂා කිරීම
- සේවලාභියා සහ පසුරැකවරණය සිදුකරන නිලධාරියා අතර විශ්වසනීයත්වයක් ගොඩනගා ගැනීම.
- සේවලාභියාගේ සහ පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ කැමැත්ත ලබා ගැනීම සහ ඒ අනුව පසුරැකවරණ වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීම
- පසුරැකවරණයේ අවශ්‍යතාවය/ ප්‍රයෝජනය/ වාසිය පැහැදිලි කිරීම සහ ඒ පිළිබඳ අවබෝධයක් ඇති කරවීම
- සේවලාභියාගේ රුචිකත්වය සහ පහසුව අනුව සුදුසු පසුරැකවරණ ක්‍රමය තෝරා ගැනීම
- සේවලාභියාගේ රුචිකත්වය සහ පහසුව අනුව සුදුසු වේලාව තෝරා ගැනීම
- ප්‍රජාව තුළින් හඳුනාගත් උපකාරී පුද්ගලයින්ගේ සහාය ලබාගැනීමේදී සේවලාභියාට හෝ සේවලාභියා සමඟ පවත්වන වෘත්තීය සබඳතාවයට හානියක් නොවන ලෙස සිදුකිරීම.
- භාරකරුවන්ගෙන් ලැබෙන ප්‍රතිචාර පිළිබඳව අවධානය යොමු කිරීම සහ එම ප්‍රතිචාර සේවලාභියාට උපකාරී වන ප්‍රතිචාර බවට පත්කර ගැනීම.
- සෑම අවස්ථාවකම සමාජ අවමානය අවම කිරීම සඳහා සහ ඒ හරහා ඇතිවිය හැකි හානිය අවම කිරීම සඳහා අවශ්‍ය පියවර ගැනීම.
- සේවලාභියා සමඟ වෘත්තීය සබඳතාවයන් පමණක් පැවැත්වීම.
- පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය පූර්ව සැලසුමක් යටතේ ආරම්භ කර සේවලාභියා විසින් අත්කර ගන්නා ප්‍රගතිය මත වරින්වර සමාලෝචනය කිරීම.
- පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය තුළ සේවලාභියා ඇගයීම සහ තක්සේරුකරණය
- සේවලාභියාට ස්වයං ඇගයීම් සිදුකර ගැනීමට අවස්ථාව සැලැස්වීම.
- පසුරැකවරණයට අදාළ සියලු වාර්තා තබා ගැනීම.
- පසුරැකවරණයට අදාළව සේවලාභියාගේ තත්වය අනුව කාල රාමුවක් සහ සැලැස්මක් සකස් කර ගැනීම.
- මධ්‍යස්ථානගත ප්‍රතිකාරයෙන් නිදහස්ව පැමිණෙන සේවලාභියෙක් නම් පසුරැකවරණ කාර්යය ආරම්භ කිරීමට පෙර අදාළ මධ්‍යස්ථානයේ උපදේශන නිලධාරීන්ගෙන් සේවලාභියා සම්බන්ධ අවශ්‍ය තොරතුරු ගෙන්වා ගැනීම.
- මධ්‍යස්ථානගත ප්‍රතිකාරයෙන් නිදහස්ව පැමිණෙන සේවලාභියෙක් නම් මධ්‍යස්ථානය මගින් පවත්වනු ලබන පසුරැකවරණ රැස්වීම් සඳහා සහභාගිවීමට අවකාශය සැලැස්වීම සහ ඒ සඳහා අවශ්‍ය සම්බන්ධීකරණය සිදුකිරීම.
- මධ්‍යස්ථානගත ප්‍රතිකාරයෙන් නිදහස්ව පැමිණෙන සේවලාභියෙක් නම් එම සේවලාභියාගේ පසුරැකවරණයට අදාළ ප්‍රගති වාර්තා ප්‍රධාන කාර්යාලය හරහා අදාළ මධ්‍යස්ථාන වෙත වාර්තා කිරීම.
- වෘත්තීය ආචාර ධර්ම ආරක්ෂා කරමින් පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය සිදුකළ යුතුය.
- අදාළ ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ විෂය සමගාමී නිලධාරීන්ගේ සහයෝගය පසුරැකවරණ කටයුතු සඳහා ලබා ගැනීම.

පසුරැකවරණ වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීම

පසුරැකවරණ වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීමේදී ප්‍රතිකාර ලබාගත් පුද්ගලයින්ගේ ස්වභාවය නිවැරදිව හඳුනා ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය කරුණකි. පුද්ගලයාගේ ස්වභාවය අනුව පසුරැකවරණ වැඩසටහන පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස් වේ. එක් අයෙකුට ඉතා කෙටි පසුරැකවරණ ක්‍රමවේදයක් සුදුසුවන අතර තවත් අයෙකුට වැඩි කාලයකට යම් පසුරැකවරණයක් අවශ්‍ය විය හැකිය. සේවාවලාභීන් නිරීක්ෂණය කිරීමේදී පහත කාණ්ඩ 03 ට අයත් සේවාවලාභීන් හඳුනා ගත හැකිය.

- ඉතා කෙටි කාලීන පසුරැකවරණ මැදිහත්වීමක් අවශ්‍ය කණ්ඩායම
- ප්‍රතිකාරයෙන් පසු යම් නිශ්චිත අරමුණක් සඳහා පසුරැකවරණයක් පවත්වාගෙන යා යුතු කණ්ඩායම (රැකියාව/ක්‍රීඩාව/විවාහය)
- දීර්ඝ කාලීන පසුරැකවරණ වැඩසටහනක් පවත්වාගෙන යා යුතු කණ්ඩායම (මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් තොරව සිටීමේ හැකියාව දුර්වල මට්ටමක පවතින කණ්ඩායමක් වන අතර සුවවීම පවත්වාගෙන යාමට අදාළ හැකියාවන් වර්ධනය කිරීමේ ක්‍රියාකාරකම් නිතර සිදුකළ යුතුවන අතර නිලධාරියා සමඟ සමීප සම්බන්ධතාවයක් පවත්වා ගත යුතුවේ)

පසුරැකවරණ වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීමේදී ඉහත කරුණු කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීමෙන් අපේක්ෂිත ප්‍රතිඵල අත්කර ගත හැකිවනු ඇත.

පසුරැකවරණ සේවාවක අන්තර්ගතවිය හැකි ක්‍රියාකාරකම්

පසුරැකවරණ වැඩසටහන් තුළ සේවාවන් සහ ක්‍රියාකාරකම් කිහිපයක් සංයෝජනය කර ගැනීම හරහා සේවාවලාභීන්ට මතු විය හැකි මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය ආශ්‍රිත ගැටලු සහ නැවත භාවිතයට යොමුවීමට බලපාන සාධක සාර්ථක සහ ධනාත්මක ලෙස කළමනාකරණය කර ගැනීමට හැකියාව ලැබේ. එමෙන්ම විවිධ ක්‍රියාකාරකම් යොදා ගැනීම තුළින් නැවත සමාජගත කිරීමේ ක්‍රියාවලිය ශක්තිමත් කරන අතර තිරසාර සුවවීමක් අත්කර ගැනීමට පදනමක් සපයයි. පසුරැකවරණ වැඩසටහනක් තුළ යොදාගත හැකි ක්‍රියාකාරකම් කිහිපයක් පහත දක්වා ඇත. මීට අමතරව තවත් ඵලදායී ක්‍රියාකාරකම් නිර්මාණශීලී ලෙස යොදා ගැනීමේ හැකියාව අදාළ නිලධාරීන්ට ඇති අතර ඒ සියල්ල පූර්ණ වශයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට සෘජුව හෝ වක්‍රව ඉවහල් විය යුතුය.

- නැවත මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමු නොවී සුවවීම පවත්වා ගනිමින් දෛනික අභියෝග සහ ජීවිතයන් කළමනාකරණය කරගැනීමට අවශ්‍ය ඔරොත්තුවීමේ හැකියාව, ස්වයං කාර්යක්ෂමතාව සහ ආත්ම විශ්වාසය ශක්තිමත් කිරීම
- පුද්ගලයාට නැවත මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමු නොවී සිටීමට අවශ්‍ය උපකාරී සමාජ සම්බන්ධතා ජාලයක් (පවුලේ සාමාජිකයින් / යහළුවන් / සහකරුවන් / රැකබලාගන්නන්) ඇති කිරීම සහ ශක්තිමත් කිරීම.
- සේවාවලාභීන්ට සිය මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට හේතුවන කරුණු පිළිබඳව නිවැරදි අධ්‍යාපනයක් සහ අවබෝධයක් ලබාදීම සහ තවදුරටත් පවතින මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ ධනාත්මක අපේක්ෂාවන් පිළිබඳ යථාර්ථය අවබෝධ කරදීම.
- තවදුරටත් වෛද්‍ය සහාය අවශ්‍ය වේ නම් එවැනි සේවාවකට යොමු කිරීම.

- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් වැළකී සිටීමට සහ සුවවීම අඛණ්ඩව පවත්වාගෙන යාම සඳහා පහසුකම් සලසන උපකාරී පුද්ගලයින් සමඟ සම්බන්ධ කිරීම
- සුවවීමේ සම්පත් හඳුන්වාදීම.
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් වැළකී සිටීමට සහ සුවවීම අඛණ්ඩව පවත්වාගෙන යාම සඳහා අවශ්‍ය මනෝවිද්‍යාත්මක උපදේශන සේවාවන් සැපයීම.
- සේවාලාභීන්ගේ ඉලක්ක වෙත ළඟාවීමට අවශ්‍ය මැදිහත්කරණය සහ ළඟාකර ගැනීම් අගය කිරීම.
- විවිධ හේතූන සමාජ අවමානයට ලක්වීමට ඇති අවස්ථා අවම කිරීම සහ ඒ සම්බන්ධයෙන් පුද්ගලයා ශක්තිමත් කිරීම.
- අවශ්‍යතාවය සහ කුසලතා අනුව වෘත්තීය පුහුණු සහ අධ්‍යාපනික අවස්ථා ඇති කර දීම
- ප්‍රජා සහභාගීත්වයට අවකාශය සැලසීම සහ ස්වේච්ඡා ප්‍රජා කණ්ඩායම් සමඟ සම්බන්ධ කිරීම
- ස්වයං උපකාරී කණ්ඩායම් ඇති කර එම කණ්ඩායම්වල සහාය පුද්ගලයා වෙත ලබාදීම
- ආගමික හා ආධ්‍යාත්මික කණ්ඩායම්වල සහාය ලබාගැනීමට අවස්ථාව සැලසීම
- ජීවිතයට ශක්තිමත් අරමුණක් ඇති කර ගත හැකිවන පරිදි සමාජ, සංස්කෘතික, දේශපාලනික සහ ආධ්‍යාත්මික කාරණා සමඟ සම්බන්ධවීමට පහසුකම් සැලසීම
- නෛතික ගැටලු විසඳාගැනීමට සහාය දැක්වීම
- ආර්ථික ගැටලු සම්බන්ධයෙන් මැදිහත්වීම සහ ඒ සඳහා ජීවනෝපාය සංවර්ධන වැඩසටහන් සමඟ සම්බන්ධ කිරීම

පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය වාර්තාකරණය

පසුරැකවරණය සිදුකරන සේවාලාභීන් සම්බන්ධයෙන් අවශ්‍ය සියලු වාර්තා අදාළ නිලධාරීන් විසින් පවත්වා ගැනීම අවශ්‍ය වේ. අත්‍යවශ්‍ය අවස්ථාවක හැර එම වාර්තා වෙනත් පාර්ශව සමඟ හුවමාරු කර නොගත යුතුය. පසුරැකවරණ වැඩසටහන් සම්බන්ධයෙන් සේවාලාභීන්ගේ තොරතුරු වාර්තා කිරීමට අදාළ ආකෘතියක් ඇමුණුම අංක 05 යටතේ දක්වා ඇත.

මධ්‍යස්ථානගත ප්‍රතිකාරයෙන් නිදහස්ව පැමිණෙන සේවාලාභියෙක් නම් එම සේවාලාභීන් සම්බන්ධයෙන් අදාළ ප්‍රතිකාර මධ්‍යස්ථාන වෙත තොරතුරු වාර්තා කිරීම අනිවාර්ය වන අතර අවස්ථානුකූලව අධිකරණය මඟින් පසුරැකවරණය සඳහා යොමු කරන සේවාලාභීන් සම්බන්ධ වාර්තා අදාළ කාලය තුළ විධිමත් ක්‍රමවේදය යටතේ අධිකරණයට වාර්තාකළ යුතුය. පසුරැකවරණය යටතේ සිටින සියලු සේවාලාභීන් සම්බන්ධයෙන් වෙන් වෙන් වශයෙන් වාර්තා ඇතුළත් ගොනු පවත්වාගත යුතුය.

පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය තුළ විවිධ පාර්ශව සමඟ කටයුතු කිරීමේදී අවධානය යොමු කළ යුතු අංශ

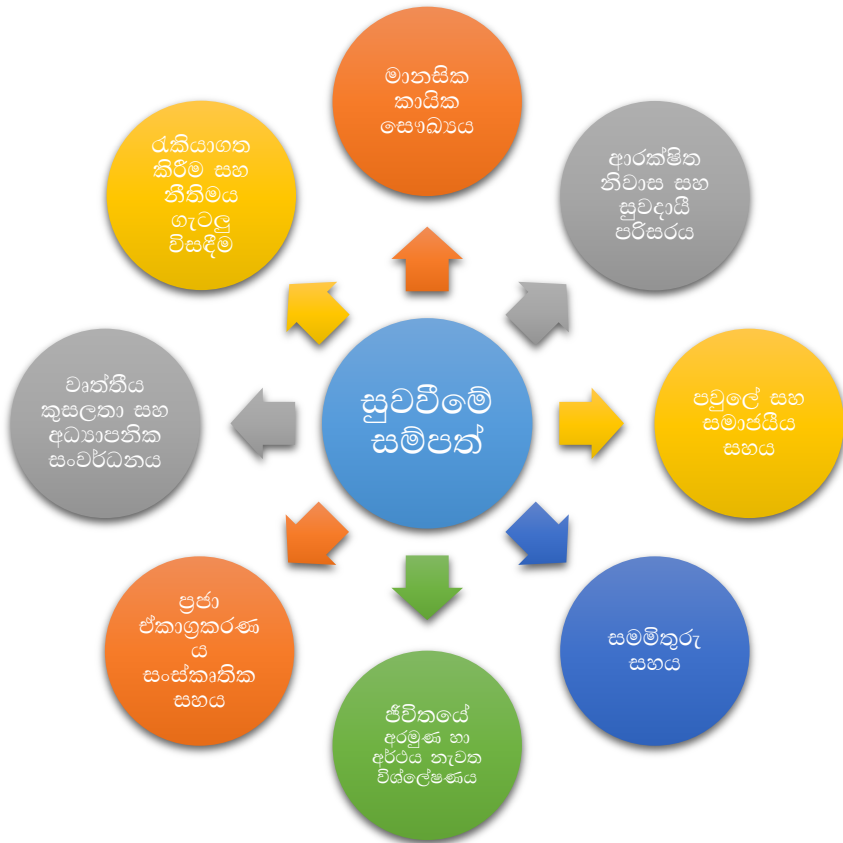
<p>පවුල සහ පවුලේ උපකාරී පුද්ගලයින්</p>	<ul style="list-style-type: none"> • පවුලේ ආතතිය කළමනාකරණය කිරීම. • පවුල තුළ සුවවීමට බාධා කරන සාධක සහ විශ්වාස හඳුනා ගනිමින් වෙනස් කිරීම. • පුද්ගලයා සම්බන්ධයෙන් ඉලක්ක ගොඩනැගීම සහ ඒ සම්බන්ධයෙන් පවුලේ සාමාජිකයින් දැනුවත් කිරීම • වර්ගය එකඟතාවයන් ගොඩනැගීම • පවුල තුළ සම්බන්ධතා වඩාත් හොඳින් සහ උපකාරී වන ලෙස පවත්වා ගැනීමට අවශ්‍ය මගපෙන්වීම • සමාජ අවමානය අවම කිරීමට පියවර ගැනීම
<p>ප්‍රජාව තුළින් හඳුනාගන්නා උපකාරී පුද්ගලයින්</p>	<ul style="list-style-type: none"> • මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමුවිය හැකි අවස්ථා අවම කර ගැනීම • බාහිර ප්‍රජාවෙන් ඇතිවිය හැකි සාමාන්‍යම ක බලපෑම් අවම කර ගැනීම • සම්පත් ළඟාකර දෙන පාර්ශවයක් බවට පත් කිරීම • සමාජ අවමානය අවම කිරීමට කටයුතු කිරීම • සමාජ සම්බන්ධතා ජාලයක් ගොඩනැගීම • සේවාලාභියාගේ පවුලේ සාමාජිකයින් සමඟ ශක්තිමත් සහ සමීප සම්බන්ධතාවයක් පවත්වා ගනිමින් සේවාලාභියා වෙත අවශ්‍ය සහාය දැක්වීම • ප්‍රජා නායකයින් / සමාජ මාතාවන් වැනි භූමිකාවක් ඉටුකරන පුද්ගලයින් හරහා මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සම්බන්ධ නිවැරදි අවබෝධය තවදුරටත් ලබාදීම සහ මනෝවිද්‍යාත්මක මැදිහත්කරුවකු ලෙස ක්‍රියාකරන තත්ත්වයට පරිවර්තනය කිරීම
<p>සහාය දක්වන නිලධාරීන් සහ සේවාවන්</p>	<ul style="list-style-type: none"> • පුද්ගලයාගේ අවශ්‍යතා ආමන්ත්‍රණය කිරීම • සුවවීම පවත්වාගෙන යාම සඳහා අවශ්‍ය සහාය ලබාදීම • රැකියා අවස්ථා සහ වෘත්තීය පුහුණු අවස්ථා ලබාදීමට අවශ්‍ය කටයුතු කිරීම • සමාජ, ආර්ථික හා නෛතික ගැටලු සඳහා මැදිහත්කරණය • සම්පත් ළඟාකර දෙන පාර්ශවයක් බවට පත් කිරීම • සමාජ අවමානය අවම කිරීමට කටයුතු කිරීම • සමාජ සම්බන්ධතා ජාලයක් ගොඩනැගීම

පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය තුළ සේවාවලාභියාට ඇතිවිය හැකි බාහිර බලපෑම් හඳුනාගැනීම සහ අවම කිරීම

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත අක්‍රමික සඳහා ප්‍රතිකාර ලැබූ සේවාවලාභියා නැවත තමා ජීවත් වූ පරිසරය තුළ හෝ එයින් පරිබාහිරව සෙසු පුද්ගලයින් සමඟ සමාජ සම්බන්ධතා පැවැත්වීමේ දී බොහෝ දුරට නැවත මත්ද්‍රව්‍ය ජාවාරම්කරුවන්ගේ බලපෑමට සෘජුව හෝ වක්‍රව හසුවිය හැකිය. එවැනි බලපෑම් පිළිබඳව අවධානය යොමු කරමින් පුද්ගලයාට මත්ද්‍රව්‍ය සුලභ පරිසරයක් තුළ සිට ජාවාරමට හසු නොවී සිටීම සම්බන්ධයෙන් ස්වයං අවබෝධයක් සහ කුසලතාවයක් ඇති කරවීම අවශ්‍ය වේ. ඒ සඳහා පුද්ගලයා තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සම්බන්ධයෙන් ඇති බැඳීම ශුන්‍ය කිරීමට නිවැරදි ලෙස පුද්ගලයා මෙහෙයවිය යුතුය.

පසුරැකවරණ ක්‍රියාවලිය තුළ සුවවීමේ සම්පත් කළමනාකරණය

සුවවීම සඳහා සම්පත් අවශ්‍ය වන අතර සේවාවලාභියාගේ අවශ්‍යතාවය අනුව පසුරැකවරණ නිලධාරීන් විසින් සේවය ලබා දිය යුතුය. විවිධ අංශ යටතේ සුවවීම සඳහා අවශ්‍ය සේවාවන් සහ මැදිහත්වීම් සිදුකළ යුතුය. එම සේවාවන් සහ මැදිහත්වීම්වලදී පහත අංශ යටතේ සුවවීමේ සම්පත් පුද්ගලයා වෙත ළඟාකරවීමට කටයුතු කිරීම අවශ්‍ය වේ.



6. බාහිරසේවා ක්‍රියාකාරකම් යටතේ ස්ථාපිත කළ යුතු ව්‍යුහයන්

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරයට අදාළව ඵලදායී වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා ප්‍රාදේශීය සහ ප්‍රජා මට්ටම තුළ විවිධ ව්‍යුහයන් ඇති කිරීම සහ ඒවා සක්‍රීය ලෙස පවත්වාගෙන යාම බාහිරසේවා නිලධාරීන්ගේ කාර්යභාරයකි. ප්‍රාදේශීය වශයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා ප්‍රජා පාදක ප්‍රතිකාර වැඩසටහන වෙනුවෙන් ප්‍රාදේශීය නායකයින්, සමාජ සුභසාධක හා ස්වේච්ඡා සංවිධාන, ආගමික, නීති අධ්‍යාපන, රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන සංවිධානවල සහ ප්‍රජාවේ සක්‍රීය දායකත්වය මේ සඳහා යොමු කරවාගෙන මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා ප්‍රතිකාර වැඩසටහන් ප්‍රජා මට්ටමින් ක්‍රියාත්මක කිරීම, පවත්වාගෙන යාම හා වැඩිදියුණු කිරීම මෙම ව්‍යුහයන් පිහිටුවීමේ ප්‍රධානතම අරමුණකි.

I. මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කමිටුව

ශ්‍රී ලංකාව තුළ දරිද්‍රතාවය ඇති කිරීමට, සෞඛ්‍ය ගැටලු ඇති කිරීමට සහ සමාජ ආරක්ෂාව සහ ස්ථාවරභාවය සම්බන්ධ ගැටලු ඇතිවීමට මෙන්ම වෙනත් ගැටලු රැසක් නිර්මාණය කිරීමට මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හේතුවී ඇති අතර ඒවාට අදාළ විසඳුම් සෙවීම ප්‍රජා, ප්‍රාදේශීය මෙන්ම දිස්ත්‍රික් මට්ටමින් සිදුකළ යුතුව ඇත. ඒ අනුව ග්‍රාම නිලධාරී වසම් මට්ටමින් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරයට අදාළව ගත යුතු පියවර සහ ක්‍රියාත්මක කළ යුතු වැඩසටහන් සම්බන්ධයෙන් ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාස මට්ටමින් සහ දිස්ත්‍රික්ක මට්ටමින් කටයුතු කරන සියලු ආයතන සහ නිලධාරීන්ගේ අවධානය යොමු කරමින් සාකච්ඡා කිරීම අවශ්‍ය වේ.

ප්‍රජා මට්ටමේ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කමිටු රැස්වීම්, ප්‍රාදේශීය මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කමිටු රැස්වීම් මෙන්ම දිස්ත්‍රික් කමිටු රැස්වීම් ලෙස අදාළ රැස්වීම් පැවැත්විය හැකිය. යම් ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයක දැනට මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කමිටුවක් සක්‍රීය මට්ටමේ නොමැති නම් අදාළ සියලු ආයතන සහ නිලධාරීන්ගෙන් සමන්විත එවැනි කමිටුවක් ස්ථාපිත කර ගැනීම කළ හැකි අතර එම කමිටුව ප්‍රාදේශීය ලේකම්ගේ ප්‍රධානත්වයෙන් මාසිකව රැස්වීම් කළ යුතුය.

ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාස මට්ටමින් පවත්වනු ලබන කමිටු රැස්වීම් තුළ ප්‍රජා මට්ටමින් මතුවන මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාර සම්බන්ධ කාරණා සාකච්ඡා කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වන අතර දිස්ත්‍රික් මට්ටමින් ගත යුතු පියවර සම්බන්ධයෙන් සහ ප්‍රගතිය සම්බන්ධයෙන් සාකච්ඡා කිරීමට දිස්ත්‍රික් මට්ටමේ කමිටුවක් ද රැස්විය යුතුය.

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය සම්බන්ධයෙන් ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාස සහ දිස්ත්‍රික් මට්ටමින් පවත්වනු ලබන ඉහත රැස්වීම් වලදී ගනු ලබන තීරණ සහ ක්‍රියාත්මක කිරීමට යෝජනා කරනු ලබන වැඩසටහන් සම්බන්ධයෙන් තාක්ෂණික දායකත්වය, මැදිහත්වීම් හෝ සහයෝගය අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය විසින් ලබාදෙනු ඇත.

ප්‍රාදේශීය මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කමිටුවක අන්තර්ගත විය යුතු පාර්ශවයන් ආයතන, වෘත්තිකයින් පුද්ගලයින් මෙසේය.

රාජ්‍ය නිලධාරීන්	ප්‍රාදේශීය ලේකම් / සහකාර ප්‍රාදේශීය ලේකම් / සහකාර අධ්‍යක්ෂ-සැලසුම්
නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන ආයතනවල නියෝජිතයින්	පොලිස් දූෂණ මර්ධන ඒකකවල නිලධාරීන් / ප්‍රජා පොලිස් ඒකකවල නිලධාරීන් / සුරාබදු දෙපාර්තමේන්තු නිලධාරීන් / විශේෂ කාර්ය බලකා නිලධාරීන් / ප්‍රජා විශෝධන නිලධාරීන්
සෞඛ්‍ය සේවා වෘත්තිකයින්	මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක / විශේෂඥ මනෝ වෛද්‍ය / වෛද්‍ය නිලධාරී (මානසික සෞඛ්‍ය) / ආහාර හා ඖෂධ පරීක්ෂක / ආයුර්වේද වෛද්‍ය / ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී / පවුල් සෞඛ්‍ය සේවිකා
අධ්‍යාපන අංශය	විදුහල්පතිවරුන් / කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන් / කොට්ඨාස අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන් / ගුරුවරුන් / පිරිවෙන් ආචාර්යවරුන් / තාක්ෂණික විද්‍යාලවල ප්‍රධානීන් / උපදේශකවරුන් / ශාසනාරක්ෂක බලමණ්ඩල ප්‍රධානීන් / ආගමික නායකයින් / වෘත්තීය පුහුණු නිලධාරීන් / මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරීන්
සමාජ සේවා සහ සුබසාධන	සමාජ සුබසාධන ආයතනවල නියෝජිතයින් / සමාජ සේවා නිලධාරීන් / ග්‍රාම නිලධාරීන් / ග්‍රාම සංවර්ධන නිලධාරීන් / ආර්ථික සංවර්ධන නිලධාරීන් / සමෘද්ධි සංවර්ධන නිලධාරීන් / වනිතා සංවර්ධන නිලධාරීන් / ක්‍රීඩා නිලධාරී / තරුණ හා යෞවන කටයුතු / ළමා හිමිකම් / පරිවාස හා ළමාරක්ෂක / මුල් ළමාවිය සංවර්ධන / විදේශ කටයුතු ඇතුළු විවිධ විෂයයන් යටතේ කටයුතු කරන රාජ්‍ය නිලධාරීන්
ප්‍රජා නායකයින්	ප්‍රජා කණ්ඩායම් නියෝජනය කරන ප්‍රජා නායකයින් (අවශ්‍යතාවය අනුව)
තරුණ නියෝජිතයින්	යෞවන සමිති නියෝජිතයින් / ස්වේච්ඡා තරුණ කණ්ඩායම්වල නායකයින් (අවශ්‍යතාවය අනුව)
රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන	අවශ්‍යතාවය අනුව
නීති ක්ෂේත්‍රය	අවශ්‍යතාවය අනුව නීති ක්ෂේත්‍රයේ විද්වතුන්

ප්‍රාදේශීය මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කමිටු පිහිටුවීමේ අවශ්‍යතාවය හා වැදගත්කම

- ග්‍රාම නිලධාරී වසම් මට්ටමින් මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා ප්‍රතිකාරයට අදාළව ගත යුතු පියවර සහ ක්‍රියාත්මක කළ යුතු වැඩසටහන් සම්බන්ධයෙන් ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාස මට්ටමින් කටයුතු කරන සියලුම ආයතන සහ නිලධාරීන්ගේ අවධානය යොමු කරවීම
- මනා සම්බන්ධීකරණයකින් යුක්ත වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීම හා ක්‍රියාත්මක කිරීමට අවශ්‍ය පසුබිම සැකසීම හා විවිධ ආයතන, අංශ ඒකාබද්ධ කරමින් වඩා ගුණාත්මක මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීමට අවශ්‍ය පසුබිම සකස් කිරීම
- එක් එක් ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයට ආවේණික සමාජ, සංස්කෘතික, භූගෝලීය වපසරියට අනුකූලව ග්‍රාමීය වශයෙන් අනන්‍ය වූ ගැටලු හා අභියෝග හඳුනා ගනිමින් ඒවාට සාප්‍රවම ආමන්ත්‍රණය කිරීමේ හැකියාව
- මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම් සඳහා අවශ්‍ය සම්පත් සපයා ගැනීම සම්බන්ධයෙන් අවශ්‍ය මැදිහත්වීම සිදු කිරීම
- සාක්ෂි මත පදනම් වූ මන්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා අධ්‍යාපනය පිළිබඳ වැඩි අවධානයක් යොමු කරමින් අවශ්‍ය වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම
- අවදානම් කණ්ඩායම් හඳුනා ගැනීම සහ අවදානම් ප්‍රදේශ හඳුනා ගනිමින් විශේෂිත වූ ඉලක්කගත සේවාවක් සැපයීම
- දැනට පවතින ප්‍රතිපත්ති සහ නීතිය වෙනස් කිරීම සම්බන්ධයෙන් ඉහළ අධිකාරී වෙත නිර්දේශ සහ යෝජනා ඉදිරිපත් කිරීම
- හදිසියේ උද්ගත වන තත්වයන් හෝ සිද්ධි සම්බන්ධයෙන් වහා ගත යුතු පියවරවලට අදාළ තීරණ ගැනීම සහ ක්‍රියාත්මක කිරීම
- නිවාරණ හා ප්‍රතිකාර වැඩසටහන්වල ප්‍රගතිය සහ ඒවා ප්‍රතිඵල අනුව මිනුම් කිරීම හා ඇගයීමට ලක් කිරීම

ප්‍රාදේශීය කමිටුව තුළ සාකච්ඡා කළ යුතු කරුණු

- ප්‍රදේශය තුළ මන්ද්‍රව්‍ය ආශ්‍රිත නව ප්‍රවණතා සහ මන්ද්‍රව්‍යයේ ව්‍යාප්තිය, භාවිතය ආශ්‍රිත තත්වයන් හා ධනාත්මක සංකාන්තක වෙනස්කම් පිළිබඳව
- ප්‍රදේශය තුළ මන්ද්‍රව්‍ය භාවිත සේවාවලාභීන්ගේ ප්‍රතිකාර ක්‍රියාවලිය සහ ප්‍රතිකාර ක්‍රියාවලියේ ප්‍රගතිය පිළිබඳව
- සේවාවලාභීන්ගේ සුබසාධනය, බෝවන හා බෝනොවන රෝග පාලනය කිරීමේ ක්‍රමවේද හා සෞඛ්‍ය බලධාරීන්ගේ සහය ලබා ගැනීම පිළිබඳව
- මන්ද්‍රව්‍යයට ඇබ්බැහිවී සිටින කාන්තාවන් හා ගර්භනී මව්වරුන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්වයන් හා සුබසාධන වැඩපිළිවෙල
- වසම් මට්ටමින් පවතින අවදානම් සාධක
- මන්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ ව්‍යාප්තිය සහ හඳුනාගෙන ඇති අවදානම් කණ්ඩායම් සහ ඒ වෙනුවෙන් කළ යුතු මැදිහත්වීම

- අන්තර් ආයතනික සහයෝගීතාවය ශක්තිමත් කිරීම
- නව වැඩසටහන් පිළිබඳ යෝජනා ඉදිරිපත් කිරීම සහ සාකච්ඡාවට භාජනය කිරීම
- අවධානයට යොමු නොවූ තත්වයන් හා වඩා සුවිශේෂී ආකාරයෙන් අවධානය යොමු කළයුතු අංශ පිළිබඳව අදාළ බලධාරීන්ගේ අවධානය යොමු කරවීම
- ඉදිරි සැලසුම් සහ ප්‍රතිපත්ති සම්බන්ධයෙන් සාකච්ඡා කිරීම
- පාසල් සහ ඒ අවට ප්‍රදේශයන්හි මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ පැතිරීම සහ නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන ආයතනවල සහාය ඒ සම්බන්ධයෙන් ලබා ගැනීම
- ග්‍රාමීය මට්ටමින් වන මැදිහත්වීම් පිළිබඳව ග්‍රාමීය නායකයින් දැනුවත් කිරීම
- නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය සඳහා සෞඛ්‍ය ක්ෂේත්‍රයේ දායකත්වය මේ සඳහා ලබා ගැනීම සහ අදාළ ආයතන ඒකාබද්ධ කර ගැනීම
- ඉදිරි කාලය තුළදී ක්‍රියාත්මක කළ යුතු වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීම, ප්‍රගතිය මැනීම සහ ඒ සම්බන්ධ එකඟතාවලට පැමිණීම
- මත්ද්‍රව්‍යයෙන් නිදහස්වූ සේවාවලින් වෙනුවෙන් සමාජ අවමානය වැළැක්වීම
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමු වූ පුද්ගලයින් ප්‍රතිකාරයෙන් පසු රැකියාගත කිරීම, අධ්‍යාපනය, වෘත්තීය පුහුණු අවස්ථා සඳහා සම්බන්ධ කිරීම පිළිබඳ ක්‍රමවේද

II. ස්වේච්ඡා සම්පත්දායක සංචිත පිහිටුවීම

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා ප්‍රතිකාර කටයුතු සක්‍රීයව හා වඩා ඵලදායීව සිදුකිරීම සඳහා තාක්ෂණික නිලධාරීන්ගේ හිඟය, සම්පත් ප්‍රමාණවත් නොවීම සහ සම්බන්ධීකරණය කරගැනීමේ දුෂ්කරතා වැනි විවිධ ප්‍රායෝගික ගැටලු වලට මුහුණදීමට සිදුවේ. එහිදී මතු වන විවිධ ගැටලු නිරාකරණය කරගැනීමටත්, ඒවාට වඩා සාර්ථකව මුහුණ දීමටත්, වැඩසටහන් සාර්ථක ලෙස ව්‍යාප්ත කිරීමටත්, අවශ්‍ය මැදිහත්වීම් ලබා ගැනීම මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය සඳහා ස්වේච්ඡා සම්පත්දායක සංචිත පිහිටුවීමේ ප්‍රධානම අරමුණක් වේ. මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර සඳහා ප්‍රජා සහභාගීත්වය සහ දායකත්වය තහවුරු කර ගැනීම මෙහිදී සිදුවන ප්‍රධානතම කරුණකි.

සම්පත්දායක සංචිත සඳහා ඇතුළත් කර ගත හැකි පුද්ගල කාණ්ඩ සඳහා පහත නිදසුන් කිහිපයක් දක්වා ඇති අතර එම කාණ්ඩ සඳහා පමණක් සීමාවීම අවශ්‍ය නොවේ.

- ප්‍රජා නායකයින්
- සෞඛ්‍ය වෘත්තිකයින් සහ උපදේශකයින්
- විශ්‍රාමික රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන නිලධාරීන්
- ආගමික නායකයින්
- අදාළ විෂය යටතේ කටයුතු කරන රාජ්‍ය නිලධාරීන්
- සමාජ සේවකයින්
- සිවිල් ක්‍රියාකාරී සංවිධානවල සාමාජික සාමාජිකාවන්
- රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන නියෝජිතයින්
- අනුග්‍රාහකත්වයක් දැක්විය හැකි ආයතන වල නියෝජිතයන් හෝ සාමාන්‍ය පුරවැසියන්

සංචිත ස්ථාපිත කිරීමට අදාළ මාර්ගෝපදේශ

- මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ සහ ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම් වඩාත් පුළුල් ලෙස ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාස මට්ටමින් ඒ සඳහා කටයුතු කරන සම්පත්දායක සංචිත ස්ථාපිත කිරීම අවශ්‍යවේ.
- එම සම්පත්දායක සංචිත මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා ප්‍රතිකාරය (උපදේශනය ඇතුළු ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම්) පිළිබඳ උනන්දුවක් දක්වන සහ ස්වේච්ඡාවෙන් ඒ සඳහා සේවය කළ හැකි හෝ අනුග්‍රහයන් ලබා දිය හැකි පුද්ගලයන්ගෙන් සමන්විත විය යුතුය. ස්වේච්ඡාවෙන් සේවය කිරීමට ඇති කැමැත්ත සහ ඉදිරිපත්වීම අත්‍යවශ්‍ය අවම කොන්දේසියක් වේ.
- මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය, ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපනය පිළිබඳ යම් හැදෑරීමක් හෝ අධ්‍යයනයක් සිදුකර ඇති සහ ඒ සම්බන්ධ පූර්ව ඇත්දැකීම් සහිත වීම හෝ දැනට ඒ ආශ්‍රිත සේවාවක නිරතවීම මෙම සංචිතයේ සාමාජිකත්වය ලබා ගැනීමට වඩාත් යෝග්‍යය සුදුසුකම් ලෙස සැලකිය හැකිය. එසේ නැතහොත් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා අනුග්‍රාහකත්වයක් ලබා දීමේ හැකියාව ඇති අයෙක් විය යුතුය.
- දැනට රාජ්‍ය සේවයේ අදාළ ක්ෂේත්‍රයක නියුතු හෝ රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන සමඟ කටයුතු කරන හෝ ස්වේච්ඡා හෝ සිවිල් ක්‍රියාකාරී සංවිධානයක සාමාජිකත්වය දරණ ඕනෑම පුද්ගලයකුට මෙම සංචිතයට සම්බන්ධ විය හැකිය.
- ප්‍රජාවේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීමට සහ අවදානම් සාධක අවම කිරීම වෙනුවෙන් සාධනීය වෙනසක් කළ හැකි ධාරිතාවයක් සහිත පුද්ගලයින් සංචිතවල සාමාජිකයින් ලෙස තෝරා ගැනීමෙන් වඩාත් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලැබෙන බවට හැකිවනු ඇත.
- එලෙස තෝරාගත් පුද්ගලයින්ගෙන් සමන්විත සංචිත මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් ව්‍යාප්ත කිරීම සහ ඒ සඳහා අවශ්‍ය සම්පත් සම්පාදනය කරන කණ්ඩායමක් වීම අවශ්‍ය වේ.
- මෙම සංචිතවල ක්‍රියාකාරීත්වය සඳහා අවශ්‍යවන ඕනෑම අවස්ථාවක අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ තාක්ෂණික දායකත්වය ලබාගත හැකිය.
- එම සංචිතවල සාමාජිකයින් සඳහා පවත්වන තාක්ෂණික පුහුණු වැඩසටහන්වලදී අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ සම්පත්දායකත්වය ලබාදෙන අතර ශ්‍රේණිගත තක්සේරුවකින් පසු සහතිකපත් ලබාදෙනු ඇත.
- එම සාමාජිකයින් සිය සාමාජිකත්වය ගැනීම හා සංචිතය පවත්වාගෙන යාම ස්වේච්ඡා පදනමින් සිදුවිය යුතු අතර එය ප්‍රාදේශීය ලේකම්ගේ අධීක්ෂණය යටතේ සිදුවිය යුතුය.
- යම් සංචිතයක සාමාජිකයින් සම්බන්ධයෙන් විශ්වාසනීයත්වය හෝ ක්‍රියාකලාපය සම්බන්ධයෙන් යම් ගැටලුවක් හෝ සැකයක් මතු වුවහොත් අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී එවැනි සාමාජිකයින් ඉවත් කිරීමට සහ ඒ අනුව සුදුසු පියවර ගැනීමට කටයුතු කළ යුතුය.
- සෑම සංචිතයක් සඳහාම මෙම පොදු මාර්ගෝපදේශ වලංගුවන අතරම එම එක් එක් සංචිතයන් සඳහා ඒවාට අනන්‍ය වූ සීමාවන් සහ කොන්දේසි පනවා අනුමත කර ගැනීමේ හැකියාව ඇත.
- අවම වශයෙන් මාස දෙකකට වරක් හෝ සංචිතයේ සාමාජිකයින් රැස්වී ඉදිරි වැඩසටහන් සහ සැලසුම් සම්බන්ධයෙන් සාකච්ඡා කිරීම කළ යුතුය.
- මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ප්‍රතිකාර හා පුනරුත්ථාපන වැඩසටහන් සඳහා ස්වේච්ඡාවෙන් දායකත්වය දැක්වීමට ලැබෙන අවස්ථාවක් ලෙස මෙම සංචිත සැලකිය යුතුය.

ව්‍යුහය සහ ක්‍රියාකාරීත්වය

- අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය නියෝජනය කරන නිලධාරියා විසින් මෙම සංචිත සම්බන්ධීකරණය කළ යුතුය.
- අවම සහභාගීත්වය පුද්ගලයින් 20 දෙනෙක් වීම යෝග්‍ය වේ (එය අවශ්‍යතාවය අනුව වෙනස්විය හැකිය)
- ප්‍රාදේශීය ලේකම්, සංචිතයේ ක්‍රියාකාරීත්වය අධීක්ෂණය සිදුකරන අතර සාමාජිකයින් අතරින් සභාපති, ලේකම් සහ භාණ්ඩාගාරික වැනි තනතුරු සඳහා පුද්ගලයින් පත්කර ගත හැකිය
- අවම වශයෙන් මාස දෙකකට වරක් රැස්වීම් පැවැත්විය යුතු අතර එම රැස්වීම්වලදී සංචිතයේ ක්‍රියාකාරීත්වය පිළිබඳ අවශ්‍ය තීරණ ගැනීම සිදුවේ
- රැස්වීම් කාර්ය සටහන් පවත්වාගෙන යා යුතුය
- සංචිතවල සාමාජිකයින් සම්බන්ධයෙන් විශ්වසනීයත්වය හෝ ක්‍රියාකාරීත්වය සම්බන්ධ ගැටලුවක් මතු වුවහොත් එවැනි සාමාජිකයින් ඉවත් කිරීමට පියවර ගත යුතුය
- සෑම සංචිතයක් සඳහාම පොදු මාර්ගෝපදේශ වලංගුවන අතර එක් එක් සංචිත සඳහා අවශ්‍යවන කොන්දේසි පනවා ගත හැකිය
- සංචිතයේ ක්‍රියාකාරීත්වයට අදාළ කොන්දේසි සහ සීමාවන් අදාළ කණ්ඩායම සමඟ සාකච්ඡා කිරීම
- සංචිතයේ ක්‍රියාකාරීත්වයේ විනිවිදභාවය ආරක්ෂා කිරීම
- සාක්ෂි මත පදනම් වූ විද්‍යාත්මක හා තාක්ෂණික වැඩසටහන් පමණක් සිදුකිරීම

සංචිත සඳහා සාමාජිකයින් තෝරා ගැනීමේදී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු

- ස්වේච්ඡාවෙන් සේවය සැපයීමට ඇති හැකියාව හා කැමැත්ත
- අදාළ පුද්ගලයින්ගේ පසුබිම
- විෂය හෝ අදාළ වෙනත් කාරණා පිළිබඳ ඇති දැනුම හෝ අධ්‍යයනය / පූර්ව අත්දැකීම්
- සන්නිවේදන කුසලතා
- කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරීත්වය සහ සහයෝගීතාවය
- වෘත්තීය අත්දැකීම්
- සම්පත්දායකත්වය දැක්වීමට ඇති හැකියාව

සංචිතවල සාමාජිකයින්ගෙන් අපේක්ෂිත කාර්යයන්

- නිවාරණය සම්බන්ධ පණිවිඩ කරුවන් / නියෝජිතයින් වශයෙන් කටයුතු කිරීම
- මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිකාරී පුද්ගලයින්ට සුවවීම සඳහා අවශ්‍ය සහාය ප්‍රතිකාරාත්මක මැදිහත්වීම් හරහා ලබාදීම
- උපදේශන සේවාවන් සැපයීම
- පසුරැකවරණ කටයුතු

- ප්‍රතිපත්තිමය සහ නෛතික කාරණා පිළිබඳව බිම් මට්ටම තුළ දැනුවත්භාවයක් ඇති කිරීමට කටයුතු කිරීම
- වැඩසටහන් සැලසුම්කරුවන් සහ ආධාර සපයන්නන් ලෙස ක්‍රියාකිරීම
- තොරතුරු සහ සම්පත් බෙදා හරින්නන් ලෙස කටයුතු කිරීම
- පර්යේෂණ සඳහා පර්යේෂණ සහායකයින් ලෙස කටයුතු කිරීම
- වැඩසටහන් සඳහා සහාය දැක්වීම
- ප්‍රජා මට්ටමේ සංවිධායකයින් හෝ සම්බන්ධීකාරකවරුන් ලෙස කටයුතු කිරීම
- අනුග්‍රාහකයින් ලෙස කටයුතු කිරීම
- විශේෂිත සිද්ධීන් සම්බන්ධයෙන් මැදිහත්වීම
- මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සම්බන්ධයෙන් ප්‍රජාව තුළ ධනාත්මක වෙනසක් ඇති කිරීමට කටයුතු කිරීම
- මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය උදෙසා ප්‍රජාව බලගැන්වීම
- මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට ප්‍රජා සහභාගීත්වය තහවුරු කිරීම
- නිවැරදි නිවාරණ පණිවුඩ සමාජගත කිරීම

සංචිතවල ක්‍රියාකාරීත්වයට අදාළව සම්බන්ධීකරණ නිලධාරීන්ගේ (බාහිරසේවා නිලධාරීන් / සංවර්ධන නිලධාරීන්) භූමිකාව

- සංචිත සඳහා යෝග්‍ය පුද්ගලයින් තෝරා ගැනීම සහ සම්බන්ධීකරණය
- සංචිත හරහා ක්‍රියාත්මක කරන වැඩසටහන් / ව්‍යාපෘතිවලට අදාළව තාක්ෂණික දායකත්වය දැක්වීම
- සංචිතවල සාමාජිකයින් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය සම්බන්ධයෙන් පුහුණු කිරීම සහ ධාරිතා සංවර්ධනය
- සංචිතය සම්බන්ධීකරණය
- සාමාජිකයින් අතර සන්නිවේදන කාර්යයන්
- සංචිතයේ ක්‍රියාකාරීත්වයට අදාළව සහ කාර්යයන්ට අදාළව අවශ්‍යවන තොරතුරු ඒකරාශී කිරීම සහ ඉදිරිපත් කිරීම
- රැස්වීම් කාර්යය සටහන් සකස් කිරීම සහ විධිමත්ව පවත්වාගෙන යාම
- සංචිත මගින් වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීමට සහ ක්‍රියාත්මක කිරීමට මැදිහත්වීම
- ප්‍රතිඵල ඇගයීම
- සංචිතවල ක්‍රියාකාරීත්වය මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරයේ ගුණාත්මකභාවය සඳහා ඵලදායී ලෙස මෙහෙයවීම

III. අන්‍යෝන්‍ය උපකාරී කණ්ඩායම් (Mutual-Help Groups) පිහිටුවීම

මත්ලව්‍ය භාවිතයට ඇඹිබැහිවූවන් වෙනුවෙන් තවදුරටත් සාර්ථකව මැදිහත්විය හැකි ක්‍රමයක් වශයෙන් අන්‍යෝන්‍ය උපකාරී කණ්ඩායම් හැඳින්විය හැකිය. මෙය ලොවපුරා විවිධ ක්‍රමවේදයන් ඔස්සේ ක්‍රියාත්මකව තිබුණ ද දේශීය සංදර්භයට ගැළපෙන ආකාරයෙන් ප්‍රාදේශීය මට්ටමෙන් ක්‍රියාත්මක කළ හැකි ව්‍යුහයන් සකස් කර ගත හැකිය. මත්ලව්‍යයෙන් නිදහස්වීම සඳහා අවශ්‍ය සහය විවිධ ආකාරයෙන් මේ හරහා ලබාදිය හැකිය.

අදාළ ප්‍රදේශයේ දැනට සිටින මත්ලව්‍ය භාවිතයෙන් පූර්ණ වශයෙන් නිදහස් සහ ප්‍රගතියක් සහිතව නිදහස් වෙමින් සිටින පුද්ගලයින්ගෙන් මෙවැනි කණ්ඩායම් සකස් කර ගත හැකිය. පූර්ව අගය විනිශ්චයන්ගෙන් තොරව සේවාලාභීන් වෙත සහය දැක්වීම මේ හරහා සිදුවිය යුතුය. මෙවැනි කණ්ඩායම් ස්ථාපිත කරගත් පසු සේවාලාභීන්ට එම කණ්ඩායම් සමබන්ධ කිරීම සිදුකළ යුතුය. මෙවැනි අන්‍යෝන්‍ය උපකාරී කණ්ඩායම් පිහිටුවීමේදී සහ සේවාලාභීන් එවැනි කණ්ඩායම් සමඟ සම්බන්ධ කිරීමේදී සැලකිලිමත්විය යුතු කරුණු කිහිපයක් ඇත.

- මත්ලව්‍ය හෝ මද්‍යසාර භාවිතයෙන් පූර්ණ වශයෙන් නිදහස්වී සිටින හෝ යම් ප්‍රගතියක් සහිතව නිදහස් වෙමින් සිටින එනම් සුවවීම අත්කර ගනිමින් සිටින පුද්ගලයින් මේ සඳහා තෝරාගත යුතුය.
- එක් කණ්ඩායමකට පුද්ගලයින් 05 -10 ත් අතර සංඛ්‍යාවක් ඇතුළත් විය හැකිය.
- කිසිදු පූර්ව අගය විනිශ්චයකින් තොරව සේවාවන් සැපයීමට ඉදිරිපත් විය යුතු අතර සමාජ අවමානය නොමැති ඒකකයක් විය යුතුය.
- ජාතිය හෝ ආගම වැනි කාරණා මත වෙනස්කොට සැලකීමක් සිදුනොවිය යුතුය.
- මත්ලව්‍ය හෝ මද්‍යසාර වෙත ආකර්ෂණයක් ඇතිවන සියලු ආකාරයන් අධෛර්මත් කරන පුද්ගලයින් විය යුතු අතර ඔවුන්ගේ මැදිහත්වීම් තුළින් ද එය පෙන්වුම් කළ යුතුය.
- එකිනෙකාගේ ජීවන අත්දැකීම් පදනම් කරගනිමින් මත්ලව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට අවශ්‍ය මගපෙන්වීම සිදුකළ යුතුය.
- එක් ප්‍රදේශයක් තුළ එවැනි කණ්ඩායම් එකක් හෝ කිහිපයක් තිබිය හැකිය.
- මෙම කණ්ඩායම තුළ සිටින සාමාජිකයින් ඔවුන් සමඟ සම්බන්ධවන සේවාලාභීන්ගේ අවශ්‍යතා වඩා හොඳින් හඳුනා සහ අවශ්‍යතා වඩා හොඳින් සැපිරිය හැකි අයවලුන් විය යුතුය.
- ප්‍රතිකාර ලබන කණ්ඩායමේ පුද්ගලයින් සුවිශේෂීකරණයට භාජනය නොවිය යුතු අතර කාන්තා, පිරිමි, ආගම, ලිංගික දිශානතිය, වයස ආදී වශයෙන් බේදීම් නොතිබිය යුතුය.
- ආගමික මතවාද හෝ කණ්ඩායමේ අරමුණුවලට අදාළ නොවන කාරණා ප්‍රවර්ධනය නොකිරීම
- හිංසනය හෝ හානි කිරීම සිදුනොකිරීම

- කණ්ඩායම සමඟ සම්බන්ධවන පුද්ගලයින්ගේ රහස්‍යභාවය සහ අන්‍යාත්‍යභාවය ආරක්ෂා කිරීම
- වෙනස්වීමේ අදියර වල විවිධ අදියර පසුකරමින් සිටින පුද්ගලයින් සම්බන්ධවිය හැකි අතර ඒ විවිධත්වය අවබෝධ කරගෙන සහය දැක්විය යුතුය.
- එකිනෙකාට ගරුකිරීම සහ අදහස් වලට ගරුකිරීම
- අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී සුදුසු යොමුකිරීම් කිරීම

අන්‍යාත්‍ය උපකාරී කණ්ඩායම්වල මැදිහත්වීම හරහා අපේක්ෂිත කාර්යයන් පහත පරිදි වේ.

- ප්‍රතිකාරයට අභිප්‍රේරණය ඇති කිරීම
- මන්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ යථාර්ථය අවබෝධ කරදීම
- මිත්‍යා විශ්වාස සහ වැරදි සංජානනයන් ප්‍රශ්න කරමින් ස්වයං අවබෝධයට අවශ්‍ය මගපෙන්වීම
- අපහසු අවස්ථාවන් කළමනාකරණය කරගැනීම සම්බන්ධ අත්දැකීම් හුවමාරු කර ගැනීම
- අධ්‍යාපනය ලබාදීම
- වලක්වාගැනීම හා දැනුවත්කිරීම
- සමාජයේ අන් පුද්ගලයන් අතර සුහදත්වය වර්ධනය කිරීම
- ස්වයං අවබෝධය දියුණු කිරීම
- ආත්ම විශ්වාසය වර්ධනය වීම
- මිතුරන්ගේ සහය ලැබීම
- නිදහස් වූ පුද්ගලයන්ගේ ජීවන අත්දැකීම් තුළින් අවබෝධය ලබා ගැනීම
- ගැටලු සඳහා මැදිහත්වීම
- සමාජගතවීම සහ වැලකීසිටීමේ ප්‍රතිලාභ පිළිබඳව සාමාජිකයන් අභිප්‍රේරණය කිරීම
- නැවත ඇඹිබැහිවීම වැළැක්වීම සඳහා කුසලතා සංවර්ධනය
- පවුල් පරිසරය ශක්තිමත් කිරීම
- සුවවීමේ සම්පත් ගොඩනැගීම සහ ශක්තිමත් කිරීම

වෙනස්වීමේ අදියර වල විවිධ අදියර පසුකරමින් සිටින පුද්ගලයින් සම්බන්ධවිය හැකි අතර ඒ විවිධත්වය අවබෝධ කරගෙන සහය දැක්විය යුතුය. එවැනි එක් එක් අදියර යටතේ සිදුකළ හැකි මැදිහත්වීම් පහත සාරාංශගත කර ඇත.



සුර්ව ප්‍රවෘත්තීමිතිය (precontemplation)

- සාමාජිකයා සුහදව පිළිගැනීම තේරුම්ගැනීම
- අදහස් විවෘත කිරීම
- විශ්වාසය ඇති කිරීම
- අපහසුතා තේරුම්ගත් බව ඇගවීම
- පවුලේ උදව් ලබා ගැනීමට සහය වීම
- සම්බන්ධවීම අගය කිරීම හා නිසැකයෙන්ම නිදහස් විය හැකිය යන විශ්වාසය ඇති කිරීම
- අඛණ්ඩවම සම්බන්ධ කර ගැනීම



ප්‍රවෘත්තීමිතිය (contemplation)

- භාවිතය අඩුකිරීමට අවශ්‍ය උපදෙස් ලබාදීම අගය කිරීම
- මිත්‍රයා විශ්වාස නිවැරදි කිරීම
- මන්දව්‍ය වල යථාර්ථය පැහැදිලි කරදීම
- සැබෑ සතුට ලැබුණේ ද යන්න තාර්කිකව ප්‍රශ්න කිරීම
- භාවිතය සමග ප්‍රශ්න උග්‍රවීම පැහැදිලි කිරීම
- ආශාව සහිත ආකල්ප ධනාත්මකව වෙනස් කිරීම
- පාරිසරික සාධක වෙනස් කර ගැනීම



සූදානම්වීම (preparation)

- විශ්වාස පද්ධතිය තවදුරටත් විවෘත කිරීම
- මන්දව්‍ය ලබාගත් හේතුව සහ සැබෑ ලෙස ලැබුණු දේ පිළිබඳව ප්‍රශ්න කිරීම
- භාවිතය සමග කායික මානසික සාමාජීය දුර්වලකම් අහිමිවීම පිළිබඳව පැහැදිලි කිරීම
- භාවිතයෙන් නිදහස් වීමට ඇති බිය ඉවත් කිරීම හා නිසැකවම නිදහස් විය හැකි බව තහවුරු කිරීම
- සතුටු පවුල සංකල්පය ඇතිකිරීම
- ජීවන කාලය ඵලදායීව ගතකිරීමට මගපෙන්වීම



ක්‍රියාත්මක වීම (action)

- පුද්ගල සනීපාරක්ෂාව පිරිසිදුකම සෞඛ්‍ය බාහිර පෙනුම වෙනස්වීම් පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීම
- යහපත් සමාජ සම්බන්ධතා ඇතිකර ගැනීම
- පොදු වැඩ සමග පවුලේ දියුණුව කතාබහ කිරීම
- අයහපත් පුද්ගල කණ්ඩායම් වලින් ඉවත්වීම
- මන්දව්‍ය වටිනාකම් තවදුරටත් ශුන්‍ය කිරීම
- නිදහස් වීමට ගන්නා උත්සහය අගයකිරීම
- නිදහස් පුද්ගලයන්ගේ අත්දැකීම් හුවමාරු කරගැනීම



පවත්වා ගැනීම (maintain)

- සතුටු පවුල් සංකල්පයට ප්‍රමුඛතාවය දීම
- මන්දව්‍ය තහර කිරීම හා ඒ වෙනුවෙන් අත්කරගත් ප්‍රගතිය සම්බන්ධයෙන් කතා කිරීම
- තවදුරටත් ඵල්ල විය හැකි අභියෝගවලට මුහුණදීමට ශක්තිමත් වීම
- සමාජ චටිනාකම හා සමාජීය ගරුත්වය ලැබීම
- තමාට මෙන්ම පවුලට තිබූ සමාජ අවමානය ඉවත්වීම
- නිදහස් වීමේ වාසි පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීම
- ගැටළු මතු වීම හා ප්‍රායෝගික පිළිතුරු සෙවීම



නැවත භාවිතයට යොමුවීම හෝ නොවීම

- නැවත යොමුවීමට බලපෑ සාධක පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීම
- අධෛර්යයට පත්වීම වැළැක්වීම
- තවදුරටත් මන්දව්‍යයට ඇති බැඳීමේ ප්‍රමාණය මැන බැලීම
- බැඳීම ලොල් බව තවදුරටත් ප්‍රශ්න කිරීම
- නැවත යොමුවීමට බලපෑ හේතු අනාගතයේදී දීර්ඝකාලීනව වෙනස්වීමට බාධා ඇතිවන ආකාරය පෙන්වා දීම

7. බාහිරසේවා ක්‍රියාකාරකම්වලට අදාළ ආචාරධර්ම

බාහිරසේවා නිලධාරියකු විසින් වෘත්තීමය වශයෙන් අනුගමනය කළ යුතු ආචාර ධර්ම මාලාවක් පවතී. බාහිරසේවා නිලධාරියා විසින් අනුගමනය කළ යුතු සහ අවධානය යොමුකළ යුතු සාරධර්ම, ගතිපැවතුම්, නීතිරීති වල සමස්තය ආචාර ධර්ම ලෙස සැලකේ. ආචාර ධර්ම වලට අනුගත ව කටයුතු කිරීම තුළින් බාහිරසේවාවන් හි නියුතු නිලධාරීන්ට තම වෘත්තීය තත්ත්වයන්, එහි ගෞරවය හා මනා පැවැත්ම ආරක්ෂා කර පවත්වා ගැනීමට සහ සේවාවලාභීන්ට උපරිම හා ගුණාත්මක වූ සේවාවක් සැපයීමට හැකියාව ලැබේ. බාහිරසේවා වෘත්තීයයකු සඳහා ආචාර ධර්ම හඳුන්වාදීමේ මූලික අරමුණු වන්නේ,

- I. වෘත්තීයයාගේ ආරක්ෂාව,
- II. සේවාවලාභියාගේ ආරක්ෂාව
- III. බාහිරසේවා වෘත්තීයේ පැවැත්ම සහ සංවර්ධනය සඳහා කටයුතු කිරීමයි.

බාහිරසේවා නිලධාරියා විසින් ක්ෂේත්‍රය තුළ කටයුතු කිරීමේදී අංශ කිහිපයක් යටතේ ආචාර ධර්ම පිළිබඳව සැලකිලිමත් වෙමින් ක්‍රියාකළ යුතු වේ.

- සේවාවලාභියා සම්බන්ධයෙන්
- බාහිරසේවාව සහ සෙසු වෘත්තීයයින් සම්බන්ධයෙන්
- දත්ත හා තොරතුරු පවත්වාගෙන යාම සහ වාර්තාකරණය සම්බන්ධයෙන්

සේවාවලාභීන් සම්බන්ධයෙන් අවධානය යොමු කළ යුතු ආචාර ධර්ම

රහස්‍යභාවය ආරක්ෂා කිරීම සහ අන්තර්ජුද්ගල සබඳතා

- සේවාවලාභියාගේ රහස්‍යභාවය ආරක්ෂා කිරීම සහ ඒ සම්බන්ධයෙන් සේවාවලාභියාට සහතිකවීම.
- සේවාවලාභියාගේ අනන්‍යතාවය ආරක්ෂා කිරීම හා එහි සීමා සම්බන්ධයෙන් සේවාවලාභියා දැනුවත් කිරීම.
- සේවාවලාභියාගේ තොරතුරු හෙළි කිරීමට සිදුවන යම් සාධාරණ අවස්ථාවක් වේ නම් ඒ සම්බන්ධයෙන් සේවාවලාභීන් දැනුවත් කිරීම (සේවාවලාභියාගේ ජීවිතයට අවදානමක් පවතින අවස්ථාවක, සේවාවලාභියාගේ පවුලේ සාමාජිකයින්ට අවදානමක් පවතින අවස්ථාව සහ යම් අධිකරණමය කටයුත්තක දී වැනි අවස්ථා)
- සේවාවලාභීන්ගේ පෞද්ගලිකත්වයට ගරු කිරීම.
- සේවාවලාභියාගේ සමාජ, ආර්ථික හා සංස්කෘතික පසුබිම පිළිබඳ තොරතුරුවල රහස්‍යභාවය ආරක්ෂා කිරීම.
- කිසියම් සේවාවලාභියෙකුට තමා පිළිබඳ තීරණ ගැනීමට හෝ සේවාවන්වලට යොමු වීමට ඇති දැනුවත්භාවය අවම නම් සේවාවලාභීන් සඳහා එකඟතාවය ඔවුන්ගේ පාර්ශ්වකරුවන්ගෙන් ලබා ගැනීම.

- බාහිරසේවා නිලධාරියා සහ සේවාවලාභියා අතර වෘත්තීය සීමාව තුළ ඇතිකරගන්නා එකඟතා මත අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීම.
- සේවාවලාභියාට කිසිදු ලෙසකින් හානි නොකිරීම.

සේවා ලබාගැනීම සම්බන්ධ එකඟතාවය

- සේවාවලාභීන්ගේ ස්වාධීනත්වයට ගරු කිරීම.
- සේවාවලාභියාගේ සුබසාධනය.
- සේවාවලාභියාගේ ආත්ම ගරුත්වයට හානි නොකිරීම.
- සෑම අවස්ථාවකම ස්වේච්ඡා මැදිහත්වීම.
- ඕනෑම පුද්ගලයෙකුට බාහිර සේවාවන් ලබා ගැනීමට මෙන්ම ඉන් ඉවත්ව යාමට හැකියාව ඇති බව පිළිගැනීම.
- බාහිරසේවා නිලධාරියා විසින් ලබා දෙන සේවාවන්වල ස්වභාවය පිළිබඳ සේවාවලාභියා දැනුවත් කිරීම සහ හොඳින් පැහැදිලි කරදීම.
- සේවා සැපයීමේ දී සාධාරණත්වය ආරක්ෂා කරමින් හා ප්‍රමාණවත් ලෙස සේවා සැපයීමට උපරිම පරිශ්‍රමයක් දැරීම.
- සේවාවන් අවශ්‍ය සියලු පාර්ශව වෙත සේවාවන් ප්‍රවේශ කරවීමට කටයුතු කිරීම.
- වෙනස්කොට සැලකීම් හෝ සමාජ අවමානය වැළැක්වීම.
- සේවාවලාභීන්ගෙන් හෝ පවුලේ සාමාජිකයින්ගෙන් මුදල් හෝ වෙනත් ද්‍රව්‍ය, සත්කාර හෝ වරප්‍රසාද ලබා නොගැනීම.
- සේවාවලාභියා හෝ පවුලේ සාමාජිකයින් විසින් මුදල් හෝ යම් වෙනත් සත්කාරයක් සිදුකිරීමට උත්සාහ කරන අවස්ථාවල වෘත්තීය සම්බන්ධතාවයට හානියක් නොවන ලෙසින් ඒවා ප්‍රතික්ෂේප කිරීම.
- සේවාවලාභීන් ප්‍රතික්ෂේප කිරීම නොකළ යුතුය.
- බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ ආකල්ප, වටිනාකම් සහ අභිලාෂයන් සේවාවලාභියා සමඟ පවත්වන වෘත්තීය සම්බන්ධතාවයට අදාළ කර නොගත යුතුය.
- පූර්ව අගය විනිශ්චයන්ගෙන් විනිර්මුක්ත වී සේවාවන් ආරම්භ කළ යුතුය.
- සේවාවලාභියාගේ පවුලේ සම්බන්ධතා හෝ ප්‍රජා සම්බන්ධතා වලට හානියක් නොවන ලෙස බාහිරසේවා මැදිහත්වීම සිදුකළ යුතුය.

සේවාවලාභීන්ගේ අයිතීන්වලට ගරුකිරීම

- ආගමික හා සංස්කෘතික කාරණා සම්බන්ධයෙන් සංවේදී වෙමින් කටයුතු කිරීම
- සේවාවලාභීන් සම්බන්ධ මැදිහත්වීම්වලදී පහසු වේලාවන් තෝරා ගැනීම සහ ඊට අනුගතව කටයුතු කිරීම
- සේවාවලාභීන්ගේ කැමැත්ත ඇතිව මිස සේවාවලාභීන්ගේ හෝ පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ ඡයාරූප ලබා ගැනීම, විඩියෝගත කිරීම හෝ සාකච්ඡා පටිගත කිරීම සිදුනොකළ යුතුය

- නිලධාරීන් වශයෙන් සිය පෞද්ගලික සමාජ මාධ්‍ය ගිණුම් හෝ වෙනත් ඩිජිටල් අවකාශයක් තුළ සේවාවලාභීන් සම්බන්ධ තොරතුරු හෝ ඡායාරූප පළ නොකළ යුතුය.
- සේවාවලාභීන්ගේ භාෂාව පිළිබඳ අවධානය යොමු කරමින් අවශ්‍ය අවස්ථාවල භාෂා පරිවර්තන සහාය ලබාගැනීමට කටයුතු කිරීම
- සේවාවලාභීන් සමඟ නම්‍යශීලී ලෙස කටයුතු කිරීම
- සේවාවලාභීන්ගේ විවිධත්වයට ගරු කිරීම
- සේවාවලාභීන්ගේ මානව අයිතිවාසිකම් ආරක්ෂා කිරීමට බැඳී සිටීම

බාහිරසේවාව සහ සෞඝ්‍ය වෘත්තිකයින් සම්බන්ධයෙන් අවධානය යොමු කළ යුතු ආචාර ධර්ම

- බාහිරසේවා නිලධාරියා අනෙකුත් වෘත්තිකයින් සමඟ මනා සම්බන්ධතාවක් පවත්වා ගැනීම අවශ්‍ය වේ.
- ආධුනික නිලධාරීන් සඳහා සහාය දැක්වීම.
- උපදේශන හා බාහිරසේවාවන් පිළිබඳව විශ්වාසය හා ගෞරවය ආරක්ෂා වන පරිදි කටයුතු කිරීම.
- බාහිරසේවා නිලධාරියා උපදේශන සේවාවන් සැපයීමේ දී තම යහළුවන්ට, පවුලේ අයට, ළඟම ඥාතීන්ට හෝ තමන් පෞද්ගලිකව හඳුනන පුද්ගලයෙක් පැමිණි විට උපදේශනය ලබාදීමට අවශ්‍ය අවස්ථාවල වෙනත් වෘත්තිකයෙකුගේ සහාය ලබාගැනීම.
- සේවාවලාභියෙකු වෙතත් වෘත්තිකයෙක් හෝ සේවාවක් වෙත යොමු කිරීමේ දී විධිමත් පරිදි සන්නිවේදනය සහ සම්බන්ධීකරණය සිදුකර අදාළ යොමු කිරීම සිදුකිරීම.
- සේවාවලාභීන්ට අවශ්‍ය වෙනත් සහාය සේවාවන් වෙත ඔවුන්ව ප්‍රවේශ කරවීමේදී හෝ එම සේවාවන් සමඟ සේවාවලාභීන් සම්බන්ධ කරවීමේ දී සේවාවලාභියාගේ ස්වාධීනත්වයට හා අන්‍යාත්‍යතාවයට හානියක් නොවන ලෙස සිදුකිරීම.
- සේවාවලාභියාගේ සුවච්ඡිත තහවුරු වූ පසු සැසිවාර අනවශ්‍ය ලෙස දීර්ඝ නොකර සහය දීමේ ක්‍රියාවලිය ක්‍රමයෙන් අවසන් කළ යුතුය.
- වෘත්තීය ගරුත්වය ආරක්ෂා වන ආකාරයේ ඇඳුම් පැළඳුම් රාජකාරී අවස්ථාවන් සඳහා යොදා ගැනීම.
- වෘත්තීය කටයුතු සම්බන්ධයෙන් වරින්වර නිකුත් කරනු ලබන මාර්ගෝපදේශ සහ රෙගුලාසිවලට අනුකූල වන ලෙස කටයුතු කිරීම.
- වෘත්තීය කාරණා සම්බන්ධයෙන් සෞඝ්‍ය වෘත්තිකයින් සමඟ ඒකමතිකභාවයක් පවත්වා ගැනීම
- සමාන වෘත්තිකයින් සමඟ සහයෝගී සම්බන්ධතාවයක් පවත්වා ගැනීම.
- නියෝජනය කරන ආයතනයේ ගරුත්වය ආරක්ෂා කිරීමට කටයුතු කිරීම සහ ආයතනයේ ගරුත්වයට හානි සිදුවන යමක් වේ නම් එවැනි තත්ත්වයන් වැළැක්වීමට කටයුතු කිරීම.
- තමන් පෞද්ගලිකව ප්‍රවීණත්වයක් නොදක්වන ක්ෂේත්‍ර හෝ කාරණා සම්බන්ධයෙන් විද්වතෙකුගේ සහාය ලබා ගැනීමට කටයුතු කිරීම.
- තමන්ගේ සේවාව සම්බන්ධයෙන් ස්වයං තක්සේරුවක් සහ ඇගයීමක් සිදුකිරීම.
- අඛණ්ඩ වෘත්තීය සංවර්ධනය.

- නව සංකල්ප සහ දැනුම සම්බන්ධයෙන් දක්වන රුචිකත්වය සහ එවැනි කාරණා යෝග්‍ය පරිදි වෘත්තීය කටයුතු සඳහා යෙදවීම.
- මත්ද්‍රව්‍ය ජාවාරම්කරුවන් සමඟ සම්බන්ධතා ඇතිකර නොගැනීම සහ කිසිදු ලෙසකින් එවැනි පාර්ශව වෙතින් වරප්‍රසාද හෝ පරිත්‍යාග ලබා නොගැනීම.
- සෙසු වෘත්තිකයින් විචේචනය නොකිරීම හා ඔවුන්ගේ ගරුත්වය ආරක්ෂා කිරීම.

දත්ත හා තොරතුරු පවත්වාගෙන යාම සහ වාර්තාකරණය සම්බන්ධ ආචාර ධර්ම

- අධිකරණමය හෝ වෙනත් රාජකාරීමය කාරණයක් හැරුණුකොට සේව්‍යාලාභීන්ගේ තොරතුරු කිසිදු පාර්ශවයක් සමඟ හුවමාරු නොකළ යුතුය.
- රාජකාරී කටයුතු සම්බන්ධයෙන් විධිමත් පරිදි වාර්තා පවත්වාගත යුතු අතර ක්ෂේත්‍ර දිනපොතක් නඩත්තු කිරීම අවශ්‍ය වේ.
- සේව්‍යාලාභීන්ගේ තොරතුරු සහ දත්තවල රහස්‍යභාවය ආරක්ෂා කළ යුතුය.

8. ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

United Nations Office on Drugs and Crimes, & World Health Organization. (2020). *International standards for the treatment of drug use disorders*. United Nations Office on Drugs and Crimes and World Health Organization.

United Nations Office on Drugs and Crimes, & World Health Organization. (2018). *International Standards on Drug Use Prevention, Second updated edition*. United Nations Office on Drugs and Crimes and World Health Organization.

United Nations Office on Drugs and Crimes. (2012). *TreatNet Quality Standards for Drug Dependence Treatment and Care Services*. United Nations Office on Drugs and Crimes.

United Nations Office on Drugs and Crimes. (2014). *Guidance for Community-Based Treatment and Care Services for people affected by Drug use and dependence in South East Asia*. United Nations Office on Drugs and Crimes.

United Nations Office on Drugs and Crimes. (2008). *Drug Dependent Treatment: Community-Based Treatment, Good Practice document*. International Network of Drug Dependence Treatment and Rehabilitation Resource Centers, United Nations Office on Drugs and Crimes.

නානායක්කාර එස්. (2020). *හෙරොයින් භාවිතයෙන් නිදහස්වීම. කර්තෘ ප්‍රකාශන*.

නානායක්කාර එස්. (2024). *ප්‍රජා පාදක මන්දව්‍ය නිවාරණය. හෙල්දි ලංකා සහ අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය*

ප්‍රජා මට්ටමින් හඳුනාගත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතකරන පුද්ගලයින් සම්බන්ධ තොරතුරු වාර්තා කිරීමේ ආකෘතිය

යොමු අංකය -

1. දිස්ත්‍රික්කය		2. ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසය			
3. ග්‍රාම නිලධාරී වසම		4. ජාතික හැඳුනුම්පත් අංකය			
5. නම		6. ලිපිනය			
7. දුරකථන අංකය		8. වයස		9. ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය	
10. රැකියාව		12. විවාහක අවිවාහක බව :√*			
		I. විවාහක			
		II. අවිවාහක			
11. රැකියා කරන ස්ථානය		III. දික්කසාද			
		IV. වැන්දඹු			
		V. විවාහ නොවී එක්ව වාසය කරන			
13.භාරකරුවකුගේ නම		14. භාරකරුවකුගේ දුරකථන අංකය			
මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග		15. මීට පෙර භාවිත කර ඇති මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග :√*		17. මීට පෙර ඇබ්බැහිකාරීත්වය සඳහා ප්‍රතිකාර ලබාගෙන තිබේද ? (√)	
		16. දැනට භාවිත කරන මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග :√*		ඔව්	
I. මද්‍යසාර				18. ප්‍රතිකාර ලබාගෙන තිබේ නම් වාර ගණන	
II. දුම්වැටි				19. අවසන් වරට ප්‍රතිකාර ලබාගත් ස්ථානය	
III. හෙරොයින්					
IV. ගංජා				20. අවසන් වරට ප්‍රතිකාර ලබාගත් වර්ෂය	
V. ඖෂධමය පෙති වර්ග				21. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් මිදීමට කැමැත්තක් දක්වන්නේද ? (√)	
VI. කොකේන්				ඔව්	
VII. හමීස්				නැත	
VIII. ඇම්පිටමින් කාණ්ඩයේ උත්තේජක				22. ඔව් නම් මධ්‍යස්ථානගතව ප්‍රතිකාර ලැබීමට කැමතිද ? (√)	
IX. මෙනම්පිටමින් (අයිස්)				ඔව්	
X. වෙනත්				නැත	
				23. දැනට වෙනත් අසනීප / සෞඛ්‍ය ගැටලු සඳහා ප්‍රතිකාර ලබමින් සිටින්නේද ? (√)	
				ඔව්	
				නැත	
				24 දැනට වැඩිම අවදානමක් සහිත මත්ද්‍රව්‍ය වර්ගය	
වෙනත් සටහන්					
25. වාර්තා කරන නිලධාරියාගේ නම					
26. තනතුර		27. දුරකථන අංකය			
දිනය		අත්සන			

ඇමුණුම අංක -2

ශාභස්ථ ප්‍රතිකාරය තුළ සේවලාභියාගේ ප්‍රගතිය ඇගයීම සේවලාභියාට පවරන අවස්ථාවේ අදාළ ප්‍රගතිය සටහන් කිරීමට (උපකාරී පුද්ගලයාගේ සහය ඇතිව) භාවිත කළ හැකි ආකෘතිය

පුද්ගලයාගේ නම -

අනු අංකය	නිර්ණායක	01 දිනය	02 දිනය	03 දිනය	04 දිනය	05 දිනය	06 දිනය	07 දිනය	08 දිනය	09 දිනය	10 දිනය	11 දිනය	12 දිනය	13 දිනය	14 දිනය
1.	මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට ඇති කැමැත්ත														
I.	දුම්වැටි / දුම්කොළ ආශ්‍රිත නිෂ්පාදන														
II.	මද්‍යසාර														
III.	ගංජා														
IV.	හෙරොයින්														
V.	වෙනත්														
2.	මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ හිස්බව සහ යථාර්ථය පිළිබඳ අවබෝධ කර ගැනීම														
3.	භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා ඇති කායික සුදානම														
4.	භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා ඇති මානසික සුදානම														
5.	විරමණ ලක්ෂණවලට මුහුණ දීමට සහ කළමනාකරණය කර ගැනීමට ඇති සුදානම														
6.	පවුලේ සාමාජිකයින්ගෙන් භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට ලැබෙන සහයෝගය														
7.	උපකාරී පුද්ගලයාගෙන් ලැබෙන සහයෝගය														
8.	උපදේශකවරයාගෙන් / බාහිරසේවා නිලධාරියාගෙන් ලැබෙන සහයෝගය														
9.	පුද්ගලයාගේ වර්ගයාවේ හඳුනාගත හැකි ධනාත්මක වෙනස්කම්														
I.	උදෑසන අවදිවීම														
II.	දෛනික කාර්යයන් සඳහා දක්වන දායකත්වය														
III.	පෞද්ගලිකව පිරිසිදුකම පිළිබඳ දක්වන අවධානය														
IV.	පවුලේ අය සමග පවත්වන සම්බන්ධතාවය														
V.	ආහාර ගැනීම														
10.	පුද්ගලයාගේ භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සම්බන්ධයෙන් පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ ආකල්පය සහ ප්‍රතිචාරය														
11.	භාවිතයෙන් නිදහස්ව පැවතීම පිළිබඳ පුද්ගලයාගේ විශ්වාසය														

1. ඉතා දුර්වලයි 2. දුර්වලයි 3.සාමාන්‍යයි 4. හොඳයි 5. ඉතා හොඳයි
 (බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ මැදිහත්වීමේ ස්වභාවය සහ සේවලාභියාගේ පසුබිම අනුව තවත් කරුණු මේ සඳහා ඇතුළත් කරගත හැකිය)

ඇමුණුම අංක -3

ශාභස්ථ ප්‍රතිකාරය තුළ සේවාලාභියාගේ ප්‍රගතිය ඇගයීමේදී උපකාරී පුද්ගලයාට භාවිත කළ හැකි ආකෘතිය (අවශ්‍ය නම් බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ සහය ඇතිව)

පුද්ගලයාගේ නම -

අනු අංකය	නිර්ණායක	01 දිනය	02 දිනය	03 දිනය	04 දිනය	05 දිනය	06 දිනය	07 දිනය	08 දිනය	09 දිනය	10 දිනය	11 දිනය	12 දිනය	13 දිනය	14 දිනය
12.	මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට ඇති කැමැත්ත														
VI.	දුම්වැටි / දුම්කොළ ආශ්‍රිත නිෂ්පාදන														
VII.	මද්‍යසාර														
VIII.	ගංජා														
IX.	හෙරොයින්														
X.	වෙනත්														
13.	මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ හිස්බව සහ යථාර්ථය පිළිබඳ අවබෝධය														
14.	භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා ඇති කායික සුදානම														
15.	භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා ඇති මානසික සුදානම														
16.	විරමණ ලක්ෂණවලට මුහුණ දීමට සහ කළමනාකරණය කර ගැනීමට ඇති සුදානම														
17.	පවුලේ සෙසු සාමාජිකයින්ගෙන් භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට ලැබෙන සහයෝගය														
18.	උපකාරී පුද්ගලයාගෙන් ලැබෙන සහයෝගය පිළිබඳ සේවාලාභියාගේ ප්‍රතිචාරය														
19.	උපදේශකවරයාගෙන් / බාහිරසේවා නිලධාරියාගෙන් ලැබෙන සහයෝගය														
20.	පුද්ගලයාගේ වර්යාවේ හඳුනාගත හැකි ධනාත්මක වෙනස්කම්														
VI.	උදෑසන අවදිවීම														
VII.	දෛනික කාර්යයන් සඳහා දක්වන දායකත්වය														
VIII.	පෞද්ගලිකව පිරිසිදුකම පිළිබඳ දක්වන අවධානය														
IX.	පවුලේ අය සමග පවත්වන සම්බන්ධතාවය														
X.	ආහාර ගැනීම														
21.	පුද්ගලයාගේ භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සම්බන්ධයෙන් පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ ආකල්පය සහ ප්‍රතිචාරය														
22.	භාවිතයෙන් නිදහස්ව පැවතීම පිළිබඳ පුද්ගලයා තුළ ඇති විශ්වාසය														

1. ඉතා දුර්වලයි 2. දුර්වලයි 3.සාමාන්‍යයි 4. හොඳයි 5. ඉතා හොඳයි
 (බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ මැදිහත්වීමේ ස්වභාවය සහ සේවාලාභියාගේ පසුබිම අනුව තවත් කරුණු මේ සඳහා ඇතුළත් කරගත හැකිය)

ඇමුණුම අංක -4

ගෘහස්ථ ප්‍රතිකාරය තුළ සේවාලාභියාගේ ප්‍රගතිය ඇගයීමේදී බාහිරසේවා නිලධාරියාට භාවිත කළ හැකි ආකෘතිය

පුද්ගලයාගේ නම -

අනු අංකය	නිර්ණායක	01 දිනය	02 දිනය	03 දිනය	04 දිනය	05 දිනය	06 දිනය	07 දිනය	08 දිනය	09 දිනය	10 දිනය	11 දිනය	12 දිනය	13 දිනය	14 දිනය
23.	මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට ඇති කැමැත්ත														
XI.	දුම්වැටි / දුම්කොළ ආශ්‍රිත නිෂ්පාදන														
XII.	මද්‍යසාර														
XIII.	ගංජා														
XIV.	හෙරොයින්														
XV.	වෙනත්														
24.	මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ හිස්බව සහ යථාර්ථය පිළිබඳ අවබෝධය														
25.	මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත අපේක්ෂාවන් ශුන්‍යවීම පිළිබඳ තත්ත්වය														
26.	භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා ඇති කායික සුදානම														
27.	භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සඳහා ඇති මානසික සුදානම														
28.	විරමණ ලක්ෂණවලට මුහුණ දීමට සහ කළමනාකරණය කර ගැනීමට ඇති සුදානම														
29.	පවුලේ සාමාජිකයින්ගෙන් භාවිතයෙන් නිදහස්වීමට ලැබෙන සහයෝගය														
30.	උපකාරී පුද්ගලයාගෙන් ලැබෙන සහයෝගය														
31.	පුද්ගලයාගේ වර්ගාවේ හඳුනාගත හැකි ධනාත්මක වෙනස්කම්														
XI.	උදැසන අවදිවීම														
XII.	දෛනික කාර්යයන් සඳහා දක්වන දායකත්වය														
XIII.	පෞද්ගලිකව පිරිසිදුකම පිළිබඳ දක්වන අවධානය														
XIV.	පවුලේ අය සමග පවත්වන සම්බන්ධතාවය														
XV.	ආහාර ගැනීම														
32.	පුද්ගලයාගේ භාවිතයෙන් නිදහස්වීම සම්බන්ධයෙන් පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ ආකල්පය සහ ප්‍රතිචාරය														
33.	භාවිතයෙන් නිදහස්ව පැවතීම පිළිබඳ පුද්ගලයා තුළ ඇති විශ්වාසය														

1. ඉතා දුර්වලයි 2. දුර්වලයි 3. සාමාන්‍යයි 4. හොඳයි 5. ඉතා හොඳයි

(බාහිරසේවා නිලධාරියාගේ මැදිහත්වීමේ ස්වභාවය සහ සේවාලාභියාගේ පසුබිම අනුව තවත් කරුණු මේ සඳහා ඇතුළත් කරගත හැකිය)

ඇමුණුම අංක 05

පසුරැකවරණ කටයුතුවලදී සේවලාභීන්ගේ තොරතුරු වාර්තා කර ගැනීම සඳහා අදාළ නිලධාරීන්ට භාවිත කළ හැකි ආකෘතිය

සේවලාභියාගේ පෞද්ගලික තොරතුරු						
1. සේවලාභියාගේ නම					2. ඡා.හැ.අංකය	
3. ලිපිනය						
4. දුරකථන අංකය			5. ස්ත්‍රී පුරුෂභාවය			6. වයස
7. රැකියාව						
8. දැනට රැකියාවේ නිරත වන්නේද ? (✓)	ඔව්				නැත	
9. විවාහක/අවිවාහක බව (✓)	භාරකරුගේ/උපකාරී පුද්ගලයාගේ					
I. විවාහක			10. නම			
II. අවිවාහක			11. ශ්‍රේණිත්වය			
III. දික්කසාද			12. දුරකථන අංකය			
IV. වෙන්ව පිවිසීම			13. ලිපිනය			
V. එකට පිවිසීම						
14. දැනට ජීවත්වන්නේ කා සමඟද ? (✓)						
I. පවුල සමඟ			15. දරුවන් සිටීද ?	ඔව්		
II. තනිවම						
III. මිතුරන් සමඟ						
IV. වෙනත්						
මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සම්බන්ධ තොරතුරු						
මත්ද්‍රව්‍ය වර්ගය	භාවිත කර ඇත්නම් (✓) / භාවිත කර නොමැති නම් (x)					
	16. ප්‍රතිකාරයට ඇතුළත් වීමට පෙර	17. මධ්‍යස්ථානයෙන් බැහැර වූ පසු				
		පසුගිය පැය 24 තුළ	පසුගිය දින 03 තුළ	පසුගිය සතිය තුළ	පසුගිය මාසය තුළ	පසුගිය වර්ෂය තුළ
I. මද්‍යසාර						
II. දුම්වැටි / දුම්කුඩු						
III. හෙරොයින්						
IV. ගංජා						
V. ඖෂධමය පෙති වර්ග						
VI. කොකේන්						
VII. හමීස්						
VIII. ඇම්පිටමින් කාණ්ඩයේ උත්තේජක						
IX. මෙතමිපිටමින් (අයිස්)						
X. වෙනත් (සඳහන් කරන්න)						
18. නැවත භාවිත කර ඇත්නම් යොමුවීමට බලපෑ ආසන්නතම හේතුව / හේතු						

19. නැවත භාවිතය ආරම්භ කළේ මධ්‍යස්ථානයෙන් බැහැරවී කොපමණ කලකට පසුවද?				
27. මෙම කාලය තුළ භාවිතය නතර කිරීමට ස්වයං උත්සාහයන් ගෙන තිබේද?		ඔව්		නැත
පවුල් සහ සමාජ සම්බන්ධතා				
28. පවුලේ සාමාජිකයින් සමඟ දක්වන සම්බන්ධතාවය (✓)		29. බාහිර සමාජ සමඟ දක්වන සම්බන්ධතාවය (✓)		
ඉතා ශක්තිමත්		ඉතා ශක්තිමත්		
ශක්තිමත්		ශක්තිමත්		
සාමාන්‍යයි		සාමාන්‍යයි		
දුර්වලයි		දුර්වලයි		
ඉතා දුර්වලයි		ඉතා දුර්වලයි		
නෛතික හා සෞඛ්‍ය ගැටලු				
30. යම් නෛතික ගැටලුවක් තිබේද ?		ඔව්		නැත
31. යම් රෝගී තත්ත්වයක් / සෞඛ්‍ය ගැටලුවක් තිබේද ?		ඔව්		නැත
32. තිබේ නම් ඒ සඳහා ප්‍රතිකාර ලබා ගන්නේද ?		ඔව්		නැත
33. සේවාලාභියාගේ දින වර්ෂාව ගතවන ආකාරය සම්බන්ධ ප්‍රතිචාර				
34. සේවාලාභියා සම්බන්ධ බාහිර නිරීක්ෂණ (පව්ත්‍රතාවය / වර්ෂාව / ශාරීරික පෙනුම / ප්‍රතිචාර දක්වන ආකාරය / මඬව පිළිගැනීම හෝ ප්‍රතික්ෂේප කිරීම ආදිය)				
35. සේවාලාභියා සම්බන්ධ භාරකරුවන්ගේ / දෙමව්පියන්ගේ / පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ ප්‍රතිචාර				
36. වෙනත් සටහන් / නිරීක්ෂණ				
37. සේවාලාභියාගේ සුවවීම පවත්වාගෙන යාමට හෝ භාවිතය නතර කිරීම සම්බන්ධයෙන් කරන ලද යෝජනා / පැවරුම් (සාරාංශයක් ලෙස)				
38. ඊළඟ පසුදැකවරණ හමුව සඳහා ලබාදුන් දිනය / පසුදැකවරණ කටයුතු සිදුකළ දිනය				
පසුදැකවරණ නිලධාරියාගේ නම / තනතුර				
අත්සන				

මත්දුව්‍ය නිවාරණය සහ ප්‍රතිකාරය පිළිබඳ බාහිරසේවා කාර්ය සංග්‍රහය

ප්‍රකාශනය

බාහිරසේවා අංශය

අන්තරායතර සෞඛ්‍ය සාලක ජාතික මණ්ඩලය



අනුප්‍රාපකය

ජපන් ජාත්‍යන්තර සහයෝගීතා අංශය

(Japan International Cooperation Agency – JICA)

