"විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන්
හඳුනා ගනිමු. ඔවුන් මුල් ළමාවිය සංවර්ධනයේ
සමාන සහභාගීවන්නන් බවට පත් කරමු."

වෙසෙස් දරු
සහකම්පන

Not For Sale - CMSP

දකුණු පළාත් සංවර්ධන අධිකාරිය

"විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන් හදුනා ගනිමු.
ඔවුන් මුල් ළමාවිය සංවර්ධනයේ
සමාන සහභාගීවන්නන් බවට පත් කරමු."

වෙසෙස් දරු සහකම්පන

උපදෙස් හා මඟ පෙන්වීම

දකුණු පළාත් ගරු ප්‍රධාන අමාත්‍ය
ෂාන් විජයලාල් ද සිල්වා මැතිතුමා

ප්‍රකාශනය

දකුණු පළාත් සංවර්ධන අධිකාරිය

බාලදක්ෂ මාවත, කොටුව, ගාල්ල.
දුරකථන : 091-2234332/ 091-2247786
ෆැක්ස් : 091-2247786 / 091-2242709

Not For Sale - CMSP

සම්පත් දායකත්වය

- **මහාචාර්ය චාන්දනී ජී. හේවගේ මිය.**
  විශේෂඥ මනෝ වෛද්‍ය
  මනෝ වෛද්‍ය අධ්‍යනාංශය
  වෛද්‍ය පීඨය, කරාපිටිය.

- **උදේන ආටිගල මහතා.**
  විශේෂඥ මනෝ වෛද්‍ය - ළමා හා නවයොවුන් ශික්ෂණ රෝහල, කරාපිටිය

- **ගිහාන් ගලේකොටුව මහතා.**
  සභාපති - ජීවනෝද්‍ය - NCPD සාමාජික

Not For Sale - CMSP

දකුණු පළාත් ගරු ප්‍රධාන අමාත්‍යතුමාගේ සුබ පැතුම

ගුරුවරයා යන ආදරණීය සංකල්පය ජීවිතයේ ප්‍රථම වතාවට දරුවා තුළ ස්ථාපිත කරන පෙර පාසල් ගුරුතුමියන් ගේ හැකියාවන් වඩා වර්ධනය කිරීමට මෙබඳු පුහුණුවක් සංවිධානය කිරීමට ලැබීම ඉමහත් සතුටකි.

ඔබ සෙවනේ ගොඩනැගෙන සිඟිති දරුවන් සමාජානුයෝජනය කරමින් ඔවුන්ගේ අධ්‍යාපන සංවර්ධනයට අත දීම සඳහා "දක්ෂිණ සිඟිතිසර" මුල් ළමාවිය සංවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් වැඩ පොත එළිදක්වමින් ලබාදුන් දායකත්වයේ තවත් එක් දිගුවක් ලෙස මෙම පුහුණුව හඳුන්වාදීමට කැමැත්තෙමි.

දරුවන්ගේ විශේෂ අවශ්‍යතා සහ චර්යාවන් හඳුනා ගැනීමට අත්වැලක් වෙමින් ඔබ වෙත ලබා දෙන මෙම පුහුණුව දියුණු සංවර්ධිත රටවල මුල් ළමාවිය සංවර්ධන ගුරු භවතුන් හා සමාන වෙමින් ඔබේ වෘත්තිය ඉදිරියට ගෙන යාමට මහෝපකාරී වනු ඇති බව මාගේ විශ්වාසයයි.

මෙම පුහුණුවට අදාළ සහතික පත්‍රයක් ඔබ වෙත ප්‍රදානය කිරීමෙන් අප බලාපොරොත්තු වන්නේ එය ඔබ ආයතනයේ ප්‍රදර්ශනය කර, ඔබගේ පූර්ව ළමාවිය සංවර්ධනය කිරීමේ මධ්‍යස්ථානය අධීක්ෂණයට ලක්වන අවස්ථාවේදී එහි උසස් තත්ත්වය පිළිබඳ නිවැරදි තහවුරුවක් අදාළ පාර්ශවයන් වෙත ලබාදීමටයි.

මෙම කාර්යයේදී සුවිශේෂී දායකත්වයක් දක්වන විද්වත්, සම්පත් දායක සැමටත් මාගේ උපදෙස් හා මගපෙන්වීම යටතේ මෙම කටයුත්ත සංවිධානය කරන දකුණු පළාත් සංවර්ධන අධිකාරියේ සභාපතිතුමා ඇතුළු සමස්ත කාර්ය මණ්ඩලයටත් බෙහෙවින් ස්තුතිවන්ත වෙමි.

දූයේ අනාගත හිමිකරුවන්ගේ පෙරමග අලෝකමත් කිරීමේ අරමුණින් යුතුව පුහුණුලාභීන් ලෙස මෙම පුහුණු සැසියට සහභාගි වෙමින් ඔබ සැම කරන කැපවීම මුළු හදින්ම අගය කරන අතර, වඩා සාර්ථක දැනුමක් තම වෘත්තියට එකතුකර ගැනීමට මෙම වැඩමුළුව මහෝපකාරී වේවායි හෘදයාංගමව පතමි.

ෂාන් විජයලාල් ද සිල්වා
ප්‍රධාන අමාත්‍ය - දකුණු පළාත

Not For Sale - CMSP

ආබාධිතතාව

1. ආබාධිතතාව යනු කුමක්ද?

ලෙඩ රෝගවලින් පෙළීම නිසා වෙනත් සාමාන්‍ය දරුවන් සිදු කරන කටයුතු එලෙසින්ම කිරීමට නොහැකි දරුවන්ට ආබාධිතතාවය ඇතැයි කියනු ලැබේ.

ඔබ ආබාධිතතාව හඳුනාගැනීම ඉක්මන් වූ තරමට හා ඊට පිළියම් යෙදීම ඉක්මන් වූ තරමට දරුවන්ගේ අනාගතය වඩාත් යහපත් වනු ඇත.

2. ආබාධිතතාව ඇති දරුවන් හඳුනා ගන්නේ කෙසේද?

දරුවෙකුට ගැටළුවක් ඇතැයි ඔබ සිතන්නේ නම් එම දරුවා හොඳින් නිරීක්ෂණය කරන්න.

ඔවුන්ට ඇති ගැටළු සඳහා පහත සඳහන් දේ කිරීමෙන් ඔබට සම්බන්ධ විය හැක. දරුවා නිරීක්ෂණය කරන විට පහත ප්‍රශ්න ඔබෙන්ම විමසන්න.

- දරුවාට තිබෙන ගැටළුව කුමක්ද ?
- දරුවාට මෙම ගැටළුව තිබෙන්නේ ඇයි ?
- බලාපොරොත්තුවන ආකාරයට දරුවා සෙල්ලම් කරනවාද ?
- සාමාන්‍ය ලෙස ඉගෙනීමේ යෙදෙනවාද ?
- දරුවාට අනෙක් දරුවන් කියන දේ ඇසෙනවා ද?
- දරුවාට අනෙක් දරුවන් කියන දේ ඇසෙන නමුත් ඒවා තේරුම් ගන්නේ නැද්ද ?
- බිත්තියේ සවිකර ඇති හෝ ඔබ අතින් ඔසවාගෙන සිටින දෙය දැකීමට දරුවාට අපහසුතාවයක් තිබේද?

Not For Sale - CMSP

- යමක් දෙස බැලීමට ළඟට ඒමට දරුවාට වුවමනා ද?
- ඈත තිබෙන යමක් ඔබ ඔහුට පෙන්වූ විට එය දැකීමට දරුවාට හැකිද?
- යමක් දෙස බලන විට දරුවා ඇස් කුඩා කරනවාද?
- අනෙක් දරුවන්ගේ ඇස් වලට වඩා දරුවාගේ ඇස්වල වෙනසක් තිබේද? (වපරයක් වැනි)

3. දරුවෙකුට ආබාධිතතාවයක් ඇතැයි ඔබ සිතන්නේ නම් ඔබ කළ යුතු දේ මොකක්ද?

ආබාධිතතාවයකට සම්බන්ධ වේ යැයි සිතිය හැකි ගැටළුවක් දරුවෙකුට ඇතැයි ඔබට හැඟෙන්නේ නම්, මේ ගැන දරුවාගේ දෙමව්පියන් සමග සාකච්ඡා කරන්න.

බොහෝ දෙමව්පියෝ මේ ගැන ඔබ සමග වුවමනාවෙන්ම සාකච්ඡා කරති. ඔවුන් විසින් කලින් හඳුනා නොගත් ගැටළුවක් දරුවාට ඇති බවට ඔවුන් ද එකඟ වේ නම්, ඒ ගැන සාකච්ඡා කිරීමට ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරිවරයා හමුවන ලෙස දෙමව්පියන්ට යෝජනා කරන්න. එසේත් නැත්නම් ඒ ගැන පවුලේ වෛද්‍යවරයා හෝ සුදුසු වෙනත් ඕනෑම වෛද්‍යවරයකු හමුවීමට ඔවුන් දැනුවත් කරන්න.

තමන්ගේ දරුවාට කිසිදු ගැටළුවක් ඇතැයි සිතීමට මව්පියන් සුළු පිරිසක් කැමති නැත. මෙවැනි මව්පියන් ඔබට හමුවුවහොත් ඔවුන් කෙරෙහි කරුණාවන්ත වන්න. දරුවාට ඇති ගැටළුව දැකීමට ඔවුන්ට උපායශීලීව උදව් කරන්න. ඔබේ අදහසට ඔවුන් තවමත් සවන් නොදෙන්නේ නම් ප්‍රදේශයේ පවුල් සෞඛ්‍ය නිලධාරිනිය හමුවන්න. ඔබ දරුවා පිළිබඳව නිරීක්ෂණය කළ දේ ඇයට පවසන්න. මුල් ළමාවිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානයට පැමිණ දරුවා නිරික්ෂණය කර දරුවාගේ මව්පියන්ට මේ පිළිබඳව කථා කිරීමට හැකිදැයි විමසන්න. දරුවා සුදුසු වෛද්‍යවරයකුට පෙන්වීමට මව්පියන් කැමති කරවා ගැනීමට හැකිතාක් උත්සාහ කරන්න.

Not For Sale - CMSP

මුල් ළමාවිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානයේ ගුරුවරුන්ගේ භාවිතයට සුදුසු ක්‍රම සහ විධි

සෙසු දරුවන් සමග සුහදව සිටීමට හැකිවන පරිදි හැසිරීමට හා ඉගෙනුම ලබන මුල් ළමාවිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානයෙන් වඩා වැඩි ප්‍රයෝජන අත්කර ගැනීමට දරුවන්ට උදව් දීම සඳහා පහත සඳහන් ක්‍රම සහ විධි භාවිතයට ගුරුවරුන්ගේ අවධානය යොමු කළ යුතුය.

➢ දරුවා හැකිතාක් පංතියේ ඉදිරියෙන් වාඩිකරවන්න. එවිට අවධානය ගිලිහෙන අවස්ථා අඩුවෙයි.

➢ දරුවාට නම කියා දරුවා අසළ සිට කථා කරන්න. එවිට දරුවා ඔබ වෙත අවධානය යොමු කරනු ඇත.

➢ සෑම විටම දරුවා විසින් නොකළ යුතු දේ ගැන නොව දරුවා ලවා කරවීමට ඔබට අවශ්‍ය දේ ගැන කියන්න. ධනාත්මක වන්න.

➢ ඔබ කිරීමට සැලසුම් කරන්නේ කුමක් ද, කෙසේ ද යන්න සෑම විටම දරුවාට කල්තියා දන්වන්න.

➢ අනුමාන කළ නොහැකි අන්දමට දරුවා හැසිරීමට ඉඩ ඇති අවස්ථා ගැන පූර්වාපේක්ෂාවෙන් සිට එය මගහැරීමට උත්සාහ කිරීමට යම් ක්‍රියාකාරකමක් කරන්න.

➢ දරුවා විසින් නොකළ යුතු දෙයක් දරුවා කරන විට ඒ සඳහා දරුවාට පරිත්‍යාගයක් හෝ තෘප්තියක් නොදෙන්න. එවිට එම හැසිරීම තවදුරටත් වර්ධනය නොවේ.

➢ දරුවාගේ හැසිරීම් පිළිගත නොහැකි අවස්ථාවන්වලදී ඒ බව දරුවාට පැහැළිව පවසන්න.

Not For Sale - CMSP

- සුදුසු ආකාරයට දරුවා නොහැසිරෙන විට දරුවා සමඟ එක්ව කටයුතු කරන්න. ඔබ දරුවා ගැන සැලකිල්ලක් දක්වන බවත් දරුවා ගතකරන තත්ත්වය ගැන ඔබට වැටහෙන බවත් පැහැදිලිකර දෙන්න.
- දරුවාට ආදරය සහ සැලකිල්ල දක්වන්න. ඔබ දරුවාට රැකවරණය හා ආරක්ෂාව සපයන බව පෙන්වන්න.
- දරුවාගේ ශක්තීන් සොයා දැනගන්න. ඒ තුළින් සාර්ථකව කටයුතු කර ආත්ම විශ්වාසය ඇතිකර ගැනීමට දරුවාට උපකාරවන ක්‍රියාකාරකම් සැලසුම් කරන්න.
- දරුවා කිරීමට කැමති දේවල් මොනවාද? දරුවාගේ රුචිකම් සහ දක්ෂතා මොනවාද? යනුවෙන් සොයා බලා ඒවා ඔබේ කාර්ය සටහනට ඇතුළත් කරන බවට වග බලා ගන්න.
- ඔබගේ වැඩ සැලසුම්වලට දරුවා ද ඇතුළත් කර ගන්න.
- පංති කාමරයේදී සහ සෙල්ලම් කිරීමේදී දරුවාට සුදුසු පරිදි වගකීම් පවරන්න.
- ඔබට හැකි අවස්ථාවල කුඩා කණ්ඩායම්ගත ක්‍රියාකාරකම් වෙනුවෙන් දරුවන් යොදවන්න.
- දරුවා ගැන සෙවිල්ලෙන් සිට දරුවාට යම්කිසි අපහසුතාවයක් ඇත්නම් උපකාර කරන්න.
- දරුවාට උපදෙස් හා විධාන දෙන විට දීර්ඝ පැහැදිලි කිරීම් නොකර ඒවා කෙටි කරන්න. එය දරුවාට තේරුම් ගිය බව සැකහැර දැන ගන්න.
- කීමට ඇති දේ ගැන සිතීමට දරුවාට උදව්වීම සඳහා කවුද? මොකක්ද? කොහේද? කවදාද? ඇයි? යනුවෙන් ප්‍රශ්න ඇසීම මගින් දරුවාට කීමට ඇති දේ කියා පෑමට උපකාරවන්න.

Not For Sale - CMSP

- සියල්ලටම වඩා වැදගත් වන්නේ, පිළිගත හැකි ආකාරයට දරුවා හැසිරෙන විට එය ඔබ දැනගත් බවත් ඔබ එය අගය කරන බවත් දරුවාට පෙන්වීමයි. ඒ ගැන ඔබ ආඩම්බරවන බව ප්‍රශංසාවෙන් හා දයාවෙන් යුතුව දරුවාට පෙන්වන්න.
- හොඳ හැසිරීම් ඇතිවිට දරුවා සැලකිල්ලට ගන්න.
- වැඩි දියුණු වූ හැසිරීම් විධි කොතරම් සුළු ඒවා වුවද, ඔබ ඒවා අගය කරන බව පෙන්වීමෙන් ඒවා දිරිගන්වන්න. දරුවා ලබන ප්‍රගතිය දරුවාට දැක ගැනීමට ද දරුවා උනන්දු කරවීමට හා එම ක්‍රියා දරුවාට කළ හැකි බවට දරුවා තුළ ආත්ම විශ්වාසයක් ඇති කිරීමට ද මෙය උපකාරවනු ඇත.

Not For Sale - CMSP

දරුවන් හොඳම දරුවන් කරන්නට මේ දේ කරමු.

- ඔවුන් ඔබේ ආදරය, රැකවරණය, දයාව හා අවධානය අවශ්‍ය දරුවන් බව ප්‍රථම කොට සලකන්න.

- අනෙකුත් දරුවන් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කරන ආකාරයටම පහත දේ ගැන සොයා බලන්න. දරුවාට දීමට ඔබට හැකි හොඳම මුල් ළමාවිය අධ්‍යාපනය ලබාදීම සඳහා ඔබ සොයා ගත් කරුණු උපයෝගිකර ගන්න.
  - එක් එක් දරුවාට කළ හැකි හා කළ නොහැකි දේ
  - එක් එක් දරුවාගේ අවශ්‍යතා
  - එක් එක් දරුවා කිරීමට කැමති හා කිරීමට අකමැති දේ
  - දරුවා ඉගෙන ගන්නා හොඳම ක්‍රම

- දරුවන් ඔබෙන් ඉගෙන ගන්නේ
  - ඔබ පැහැදිලි කිරීම් කරන විට හා කථා කරන විට ඔබට සවන් දීමෙන්
  - ඔබ යමක් කරන විට එය බලා සිටීමෙන්
  - ඔබ කරන දේවල් අතගා බැලීමෙන් හා වින්දනයෙන්
  - යම් යම් දේ ඔබ සමග එක්ව කිරීමෙන්
  - ඔබව අනුකරණය කිරීමෙන්

- මේ ආකාරයට ඔබෙන් ඉගෙන ගන්නා පරිදිම සෙසු දරුවන්ගෙන් ද දරුවෝ ඉගෙන ගනිති. දරුවන්ට එකිනෙකාගෙන් ඉගෙන ගැනීමට හැකිවන ආකාරයට ඔබේ ඉගැන්වීමේ කටයුතු සැලසුම් කර ගන්න.

- දරුවන් විවිධ ක්‍රමවලින් ඉගෙන ගන්නා හෙයින් සෑම දිනකම ඔබ පාඩම් වාර සැලසුම් කරන විට මෙම වෙනස්කම් මතක තබාගෙන ඔබේ පාඩම් විවිධාකාරයෙන් සැලසුම් කරන්න.

- ඇතැම් දරුවන් ඉක්මනින් ඉගෙන ගන්නා අතර, ඇතැම් අය ඉගෙන ගන්නේ වඩාත් සෙමින් බව සැලකිල්ලට ගෙන

Not For Sale - CMSP

ඔබ උගන්වන වේගය ඒ අනුව අඩුවැඩි කරන්න. මෙය ආබාධිතතාව ඇති නැති සියලුම දරුවන්ට අදාළ වෙයි.

■ දරුවන් තනි තනිව හෝ කණ්ඩායම් වශයෙන් හෝ ඉගෙනීමේ යෙදෙන ආකාරය සලකා ඒ අනුව ඔබේ ඉගැන්වීමේ පාඩම් හා කටයුතු ක්‍රියාවට නගන්න. මෙයින් පෙනී යන්නේ දවසේ වැඩසටහන ඔබ සැලසුම් කර ගත් ආකාරයට ක්‍රියාත්මක කිරීමට ඇතැම් විට ඔබට නොහැකි වනු ඇත යන්නයි. මෙහි කිසිදු වරදක් නැත.

■ තනි වශයෙන් මෙන්ම කණ්ඩායම් වශයෙන් ද දරුවන්ගේ අවශ්‍යතා ඉටුවන ආකාරයට නම්‍යශීලී සහ නිර්මාණාත්මක ආකාරයට ප්‍රතිචාර දක්වන්න.

■ මධ්‍යස්ථානයේදී දරුවන් කළ යුතු දේ හොඳින් පහදා දෙන්න. ඔබ දිනපතා කරන කටයුතු සඳහා චර්යා රටාවක් සකස් කරන්න. ඔබත් මෙම උපදෙස් හා චර්යා රටාව පිළිපදින බවට වගබලා ගන්න. සරළ පැහැදිළි හා උචිත වචන පාවිච්චි කරන්න. අවාචික සන්නිවේදනය, කායික ඉරියව්වෙන් කෙරෙන සංඥා. කටහඬේ විලාශය, මුහුණෙන් කෙරෙන ප්‍රකාශන සහ ඇසට ඇස යොමුකර ඇමතීමේ අවශ්‍යතාව ගැන දැන සිටින්න. මේවා ඔබ භාවිතා කරන විට ද දරුවන් භාවිතා කරන විට ද ඒ ගැන අවබෝධයෙන් සිටින්න. සියලුම දරුවන්ට නිසි පරිදි දැකීමට, ඇසීමට හා සවන් දීමට හැකි බවට සහතික වන්න.

■ ඉගැන්වීමේ වාර අතරතුර කෙටි විවේක කාලයක් දෙන්න. විවේකයක් දීමෙන් දරුවන්ට වඩා හොඳින් අවධානයට යොමු කිරීමට වඩා හොඳින් උත්සාහ වන්ත වීමටත් හැකිවෙයි.

■ එක් එක් දරුවාට කීමට ඇති දේවල්වලට සවන් දෙන්න. එසේම ප්‍රතිචාර දක්වීමට දරුවාට අවශ්‍ය කාලය ලබාදෙන්න.

Not For Sale - CMSP

- ආබාධිතතාව ඇති දරුවෙක් ඔහුගේ/ඇයගේ සගයකු හා සමඟ සම්බන්ධකර ඔවුනට එක්වී ක්‍රියාකිරීමට ඉඩ සලසන්න. දරුවාට කිරීමට නොහැකි දෙයකට ඔහුට/ඇයට උදව් කිරීමට සගයා උනන්දු කරවන්න. එහෙත් සියල්ලම සගයා විසින් දරුවාට කර නොදෙන බවට වග බලා ගන්න. සගයන් වෙනස් කිරීමට මැනවයි ඔබට හැඟී යන විට එසේ කරන්න. සගයකු වශයෙන් සිටීමට නිසා ආබාධිතතාව ඇති දරුවන්ට තරම්ම එවැන්නක් නැති දරුවන්ට ද යහපතක් අත් වේ.

- මිතුරුකම් ඇතිකර ගැනීමට දරුවාට උපකාර වන්න.

- මධ්‍යස්ථානයට පැමිණීම සෑම දරුවෙකුටම විනෝදයක් වීම පිණිස ඔබට හැකි සෑම පියවරක්ම ගන්න. දරුවෝ සතුටින් හා විශ්වාසයෙන් යුතුව පසුවන විට ඔවුන් හොඳින් ඉගෙන ගනිති.

- ඔබ සහ දරුවා මධ්‍යස්ථානයේදී කරන වැඩවලට මව්පියන් ද සහභාගී කර ගන්න.

- අනෙකුත් දරුවන් සෙල්ලම් කරන ආකාරයටම සෙල්ලම් කිරීමට දරුවාට ඉඩ දෙන ලෙස මව්පියන් උනන්දු කරවන්න. වත්තෙන් සපයාගත හැකි වතුර, මඩ, වැලි,ගල් මල් සහ ගෙඩි වර්ග යොදා ගෙන මෙන්ම නිවසේ ඇති උපකරණ හා ගෘහ භාණ්ඩ යොදා ගෙන සෙල්ලම් කිරීමට, දරුවා උනන්දු කරන්න.

- අනෙකුත් දරුවන් සමග කරන ක්‍රියාකාරකම් මෙම දරුවා සමග ද කළ හැකි බව මව්පියන්ට පෙන්වා දෙන්න. නිදසුනක් වශයෙන් දරුවාට කථාන්තර කියා දීම සහ පවුලේ අය විනෝද ගමන් යන විට දරුවා ද කැටුව යාම. එසේම පන්සලට, වෙළඳපලට, මිතුරන් හෝ අසල්වැසියන් බැලීමට යාම ආදී කටයුතු සඳහා පිටත්ව යන විට දරුවාද කැටුව යාම.

Not For Sale - CMSP

ඔබේ මුල් ළමාවිය සංවර්ධනයට දායක වන සම්පත් හදුනා ගෙන

සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගන්න.

- ආගමික නායකයින්
- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී
- පවුල් සෞඛ්‍ය නිලධාරී
- ග්‍රාම නිලධාරී
- ප්‍රජා සංවිධාන

සහයෝගිතා ජාල

- රෝහල් සහ වෛද්‍ය විශේෂඥයෝ
- අනිකුත් සෞඛ්‍ය වෘත්තිකයෝ
  - භෞත චිකිත්සක
  - වෘත්තීය චිකත්සක
  - කථන හා භාෂා චිකිත්සක
  - පෝෂණවේදී හෝ භෝජනවේදී
- සමාජ සේවා නිලධාරී
- ළමා හිමිකම් ප්‍රවර්ධන නිලධාරී සහ මුල් ළමාවිය සංවර්ධන සහකාර
- කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය
- දකුණු පළාත් සංවර්ධන අධිකාරිය
- රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන

දරුවන් සැමට සමාන අයිතියක් හිමිවන මුල් ළමාවිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානයක් බවට ඔබේ පෙර පාසල සංවර්ධනය කර ගැනීමට මෙන්ම එවන් දරුවන්ට සමානව දැනුම ලබාදිය හැකි ගුරුතුමියක වීමට ඔබට හැකියාව උදා වේවා !

-දකුණු පළාත් සංවර්ධන අධිකාරිය -

Not For Sale - CMSP

ඔබේ දරුවා අධි ක්‍රියාකාරීද?

දරුවා හදුනාගනිමු . නිසි ක්‍රම මගින් ඔවුන් සංවර්ධනය කරමු.
(මෙම තත්වය නිතරම හා පන්තියේ අනෙක් ළමුන්ට වඩා ඇත්ද?)

1. පාසල් වැඩට නිසි අවධානයක් යොමු නොකරයි හෝ නොසැලකිලිමත් කමින් වැරදි සිදු වේ.
2. යම් වැඩක් කෙරෙහි අවධානය රඳවා ගැනීම අපහසුය.
3. කතාකල විට නෑසුනා සේ සිටියි.
4. පාසල් වැඩ හා පැවරුම් නිම කිරීමටත්, උපදෙස් නිසි ලෙස පිළිපැදීමත් අපහසු ය.
5. තමාගේ ක්‍රියාකාරකම් පිළිවෙලට සැලසුම් කරගැනීම අපහසු ය.
6. අවධානයෙන් යුක්තව කළ යුතු කාර්යන් වලට අකමැතිය නැත්නම් මගහරියි.
7. නිතර තමා පාවිච්චි කරන දේ නැති කර ගනියි. (සෙල්ලම් බඩු, මකන, පොත්පත්...)
8. පිටතින් ඇසෙන හෝ දකින දේවලින් ඉක්මනින් අවධානය කැඩෙයි.
9. එදිනෙදා කළ යුතු වැඩ නිතර අමතක කරයි.
10. නිතර දඟලයි හෝ එක තැන වාඩි වී සිටීම අපහසුය.
11. එක තැන වාඩි වී සිටිය යුතු අවස්ථාවල අසුනෙන් නැගිටියි හෝ පන්ති කාමරයෙන් ඉවතලයි.
12. නුසුදුසු තැන්වලදී දුවයි හෝ උඩවල්වල නගියි.

Not For Sale - CMSP

13. සන්සුන්ව සෙල්ලමක හෝ විනෝදාංශයක යෙදීම අපහසුය.

14. නිතර එහා මෙහා ඇවිදියි පමණට වඩා ක්‍රියාකාරියි.

15. පමණට වඩා කථා කරයි.

16. ප්‍රශ්නයක් අසා නිම වීමටත් පෙර උත්තරය කියා කෑගසයි.

17. තමාගේ වාරය එනතුරු ඉවසා නොසිටියි.

18. නිතර අනුන්ගේ කතා වලට බාධා කරයි හෝ වැඩට බාධා කරයි.

Not For Sale - CMSP

"ඔටිසම්"

01."ඔටිසම්"ගැන ඔබ දන්නවාද?

ළමුන්ගේ ඔටිසම් තත්වය හඳුනා ගැනීමේ සටහන

(මෙම තත්වය නිතරම හා පන්තියේ අනෙක් ළමුන්ට වඩා ඇත්ද ?)

1. මෙම දරුවා අනෙකුත් දරුවන් සමඟ සම්බන්ධතා පවත්වා ගැනීමට/සෙල්ලම් කිරීමට කැමැත්තක් දක්වනවාද?
2. මෙම දරුවා හංගිමුත්තන් කිරීමේදී විනෝදයක් ලබන්නේද?
3. ඔබේ දරුවා වැඩිහිටි අය කරන ක්‍රියා අනුකරණය කරයිද? උදා :- කෑම පිසීම.
4. මෙම දරුවා යම් ක්‍රියාවක් කරන්නාක් මෙන් අඟවයිද? උදා :- බෝනික්කන් රැක බලාගන්නාක් මෙන් සෙල්ලම් කරයිද?
5. මෙම දරුවා නිවැරදි ආකාරයෙන් සෙල්ලම් කාර් වැනි සෙල්ලම් බඩු වලින් සෙල්ලම් කරයිද? (කටේ දාන්නේ නැතිව, රෝද පමණක් කරකවන්නේ නැතුව. රෝද දෙස පමණක් බලන්නේ නැතුව)
6. ඔබ තරමක් ඈතින් ඇති යමක් දෙසට ඇඟිල්ල දිගුකර පෙන්වූ විට දරුවා ඒ දෙස බලයිද?
7. මෙම දරුවා නිතරම අසාමාන්‍ය ලෙස අත් හෝ ඇඟිලි චලනය සිදු කරයිද? හෝ අසාමාන්‍ය චලන පෙන්වයිද?
8. මෙම දරුවා නිතරම පරිසරයේ යම් දෙයක් දෙස බොහෝ වේලා බලා සිටියිද? උදා :- ෆෑන් එකක් දෙස
9. මෙම දරුවා ඔබ අනුකරණය කරයි ද? උදා :- ඔබ යම් මුහුණක් සෑදූ විට ඔබේ දරුවාද එසේම එම මුහුණ සාදා ගනියිද?

Not For Sale - CMSP

10. ඔබ දරුවාට නම කියා කතා කරන විට එයට ප්‍රතිචාර දක්වයිද?

11. දරුවා ඔබට යම් දෙයක් පෙන්වන විට ඔබේ මුහුණ දෙස බලයිද?

12. මෙම දරුවා අනෙකුත් දරුවන් සමග සෙල්ලම් කිරීමේදී සෙල්ලම් බඩු බෙදා ගනියිද?

13. මෙම දරුවා වටපිටාවේ සාමාන්‍යයෙන් සිදුවන දේවල් ගැන හැඟීමක් නැතිව තමාගේ ලෝකයක ජීවත් වන බව ඔබට හැඟෙනවාද

02. ඕටිසම් ඇති දරුවන්ට ඉගැන්වීමේදී සැළකිය යුතු කරුණු

ඕටිසම් ඇති දරුවන්ට ඉගැන්වීමේදී විශේෂ ක්‍රමවේද භාවිතා කළයුතු අතර, ඒ සඳහා වැඩි කැපවීමක් අවශ්‍යය. එයට හේතුව පහත සඳහන් ඔවුනටම ආවේණික වූ ගති රටා පිහිටා තිබීමයි.

1. ඕටිසම් දරුවන් ස්වභාවික පරිසරයෙන් හෝ අන් අය අනුකරණය කිරීමෙන් ඉගෙන ගන්නේ නැත. එයට හේතුව ඔවුන් පරිසරයට හෝ අනිත් පුද්ගලයන්ට සමීප බවක් නැතිවීමයි.

2. ඔවුන්ට බොහෝ විට ඉගෙනීමේ අවශ්‍යතාවය පිළිබඳ අවබෝධයක් නැත.

3. ඔවුන් බොහෝවිට සිටින්නේ ඔවුන්ට ආවේණික ලෝකයක තනිවය. මේ නිසා ඔවුන් අන් අය ගැන තැකීමක් නොකරයි. අන් අයට සවන් නොදෙයි.

4. ඔවුන් නිතර ඒකාකාරී, නැවත නැවත කරන ක්‍රියාවන් හා අංගචලන වල යෙදේ. ඒවායින් ඔවුන්ට උත්තේජනයක් ලැබෙන බැවින් විකල්ප ක්‍රියාකාරකම් නොසලකා හරී අසාමාන්‍ය ක්‍රියාවලම යෙදී සිටීමට උත්සාහ කරයි.

Not For Sale - CMSP

5. චිත්‍රයක් හෝ භාණ්ඩයක් පෙන්වූ විට ඔවුන් බොහෝ විට ඒවායේ කුඩා කොටසකට පමණක් අවධානය යොමුකරයි. සම්පූර්ණ භාණ්ඩ දෙස නොබලයි.

6. වැඩිහිටියෙක් ලබාදෙන ප්‍රශංසා වැනිදේ ගැන වැඩි තැකීමක් නැත.

මේ හැර, ඕටිසම් ඇති දරුවන්ගේ වර්ධන ගැටළු විවිධ ප්‍රමාණ වලින් පිහිටා තිබිය හැක. සමහර දරුවන්ට ඒවා මද වශයෙන් පැවතියත් සමහර දරුවන්ට තදබල දුර්වලතා තිබේ. පොදුවේ ගත් කළ. ඕටිසම් ඇති දරුවන්ට ඉගැන්වීමේදී පහත දැක්වෙන අවශ්‍යතා ගැන විශේෂයෙන් අවධානය යොමු කළ යුතුය.

- භාෂාමය දුර්වලතා ඇති නිසා සරල පැහැදිලි වචන පාවිච්චි කිරීම අවශ්‍යය.
- අන්තර් සම්බන්ධතා වල නොහැකියාව නිසා තනි අවධානයක් ලබාදීම අවශ්‍යය.
- ගැටළුකාරී හැසිරීම් ඇතිවීමට ඉඩකඩ ඇති බැවින්, ඒවා ඇතිවන අවස්ථා ගැන හොඳ අවබෝධයක් තිබිය යුතුය.
- ඥානාත්මක දුර්වලතා තිබිය හැකි බැවින්, එකිනෙකාට සරිලන වැඩසටහනක් සකස්කර ගැනීම වැදගත් ය.

මෙම විශේෂ ක්‍රමවල පොදු ලක්ෂණ කීපයක් තිබේ. ඒවා නම්:

- හොඳින් ව්‍යුහගත කර තිබීම.
- ඉගැන්වීම් තීව්‍ර වීමයි.
- ඉගෙනීමට අවස්ථාවක් නිර්මාණය කරදීම.
- සහයෝගය ලබාදීම සහ නිවැරදි ප්‍රතිචාරය පාරිතෝෂික ලබාදීම තුලින් සවිගැන්වීම
- ඉතා සරල පියවරේ සිට ක්‍රමානුකූලව සංකීර්ණ කිරීම.

Not For Sale - CMSP

මුල් ප්‍රබෝධකයා
Stimulus
"මා දිහා බලන්න"

→

ප්‍රතිචාරය
response
දරුවා බලයි

→

ප්‍රතිඵලය සවිබල කිරීම
"මා දිහා බැලුවා. හරි හොඳයි"
කුඩා විස්කොතුවක් දෙයි.
ඔළුව අතගායි.

1. පාඩම පටන් ගැනීමට පෙර දරුවා වඩාත් කැමති භාණ්ඩ කීපයක් තෝරා ගන්න. මේවායි එකක් දරුවාට තෝරා ගැනීමට පළමුව ඉඩදෙන්න. එය පැත්තකින් තබන්න. මෙම භාණ්ඩය මෙම අවස්ථාවට යොදා ගන්නා පාරිතෝෂිකය **(reinforce)** ලෙස සලකන්න.එය නැවත ලබාදෙන්නේ ඔබ දුන් වැඩ නිමකර අවසන් වූ පසුවයි. මෙම පාරිතෝෂිකය සෙල්ලම් බඩුවක්, විනෝදාත්මක ක්‍රියාවක් නැත්නම් දරුවා බොහෝ විට ආසාවෙන් පරිහරණය කරන භාණ්ඩයක් විය හැක. ඔබත් සමග ඉගෙනීමේ ක්‍රියාවලියට පොළඹවාගැනීමට හා එය වුවමනාවෙන් කරවා ගැනීමට මෙම පාරිතෝෂක ඉවහල් වේ.

2. ඔබ ඒ අවස්ථාවේදී දරුවා සමග කිරීමට බලාපොරොත්තු වන ඉගෙනීමේ ක්‍රියාවලියේ පටන් ගැන්ම සහ නිමාව හොඳින් පැහැදිලි කිරීම අවශ්‍ය ය.

3. දරුවා පූර්ණ අවධානයම ඔබ කෙරෙහි රඳවා ගත යුතුයි. ඒ සඳහා නම කියා කතා කරන්න. මුහුණ දිහා බලවා ගන්න.

4. ඔබ දරුවාව යොමු කරවන කාර්යයවලට විවිධත්වයක් තිබිය යුතුයි. උදාහරණ : ඉගැන්වීමට වචන කාඩ් හා පින්තූර කාඩ් එකට යොදා ගැනීම, "පෙන්වන්න" හා "අරන්දෙන්න" ලෙස විධාන වෙනස් කිරීම , ඒ අතරතුර " දත් කන අල්ලන්න" වැනි වෙනස් විධානයක් ඇතුලත් කිරීම.

Not For Sale - CMSP

5. මෙසේ කිරීමෙන් පාඩමට ඇති කැමැත්ත අඩුවීම වලකින අතර ඉගෙන ගන්නා දේ විවිධ අවස්ථාවලට ව්‍යාප්තවීම ඇති කරයි.

6. දරුවා වැරදි ප්‍රතිචාරයක් දීම වැලැක්වීම ප්‍රධාන අරමුණක් විය යුතුය. එබැවින් ඔබ දුන් නියෝගයට නිවැරදි පිළිතුර ලබාදීමට දරුවාට හැකි පමණ සහාය විය යුතුය. ඒ අනුව, ආකාර කීපයකින් මෙම සහාය ලබා දිය හැක.
උදාහරණ :නිවැරදි පිළිතුර පෙන්වීම, ඒ දෙසට දරුවාගේ අත අල්ලා යොමු කිරීම. මෙසේ සහාය ලබා දීම පාඩම ඉක්මනින් කරගෙන යාමට උදව් වන අතර කාංසිය හා එපාවීම වලක්වයි.

7. උදව් ඇතිව හෝ උදව් නැතිව හෝ දෙන හැම නිවැරදි ප්‍රතිචාරයකටම එසැනින්ම වෙනම තවත් පාරිතෝෂිකයක් ලබාදීම වැදගත් ය. එය කුඩා ප්‍රමාණයකින් විය යුතුයි. උදාහරණ : කුඩා විස්කෝතුවක්, වියළි මිදි කැබැල්ලක්. මේ සමගම හැමවිටම වාචික ප්‍රශංසාවක් තිබිය යුතුය.

8. මේ අතරම දරුවා ඉගෙනගන්නා දේ පිළිබඳ දත්ත සටහන් කරගැනීම ඉතා වැදගත් ය. ඒ සඳහා වගුවක් සකස් කර ගන්න.

උගන්වන හැකියාව	1	2	3	4	5	6	7	8	9
වචන 5 ක් කියවීම									
පින්තූර 5 ක් නම් කිරීම									
අනුකරණය කිරීම									

Not For Sale - CMSP

මෙහිදී 90% වැනි ඉහළ සාර්ථකත්වයක් පෙන්වන්නේ නම් ඊළඟ පියවරට යාහැකිය. ප්‍රගතිය මද නම් හෝ අස්ථිර නම් හෝ විවිධ අවස්ථාවලට යොදා නොගන්නේනම්, උගන්වන ක්‍රමයේ වෙනස්කම් ඇතිවිය යුතුබව වටහා ගත යුතුය.

දරුවාගේ හැකියා වර්ධනයට ඔබ කටයුතු කිරීමේදී සැලකිල්ලට ගතයුතු මූලධර්ම කීපයක් වේ. ඔබ දවසකට මිනිත්තු 30 ක කාලයක් මේ සඳහා වෙන්කර ගන්න. මෙවැනි මිනිත්තු කීපයක් දිනකට අවශ්‍ය බව මතක තබාගන්න. මෙම මුළු මිනිත්තු 30 තුළම ඔබ දරුවා සමගම රැඳීසිටීම ඉතා වැදගත් ය. ඒ සඳහා ඔබේ කාලය සකස් කරගන්න.

I. එම අවස්ථාවේදී දරුවාගේ අවධානය යොමු වී ඇති ක්‍රියාවකට ඔබත් සම්බන්ධ වන්න. ඔබට අවශ්‍ය ක්‍රියාවකට දරුවා බලෙන් සම්බන්ධ කර ගැනීමට උත්සහ නොකරන්න.

II. දරුවා සමග ඇස් ගැටීම පහසු කරවීමට දරුවා ඉදිරියෙන් කිට්ටුවෙන් බිම වාඩිවන්න.

III. සෙල්ලම් බඩු හා වෙනත් දේ තෝරා ගැනීමේදී දරුවා වඩා කැමති දේ යොදා ගන්න.

IV. දරුවා නැවත නැවත කරන අසාමාන්‍ය හැසිරීම් රටා පවා දරුවා සමග සම්බන්ධතාවක් ගොඩනැගීමට යොදාගත හැක. දරුවා ඉදිරිපිට ඔබත් ඒවා දරුවා කරන ශබ්ද සමගම අනුකරණය කරන්න.

V. එම අවස්ථාවේදී දරුවා කරන දේ වචනයෙන් ප්‍රකාශ කරන්න. වචන ඉතා සරල විය යුතුයි. මුලදී තනි වචන පමණක් පාවිච්චි කරන්න.

VI. ඔබේ කටහඬ පැහැදිලි වියයුතුයි. දරුවාගේ අවධානය ලබාගැනීමට උස්හඬින් කථාකළ යුතුයි. වේගයෙන් වචන කථා නොකළ යුතුයි.

Not For Sale - CMSP

VII. එකම දේ නැවත නැවත බොහෝ වාරයක් කීමට ඔබට සිදුවනු ඇත.

VIII. ඔබ කියන දේට අනුව මුහුණේ ඉරියව් නිතර වෙනස් කරන්න.

IX. දරුවාගේ අවධානය ලබාගැනීමට නම කියා කථා කරන්න. අතින් අල්ලන්න, දරුවාගේ අත අල්ලා යම් භාණ්ඩයක් ගැනීමට සලස්වන්න, දරුවාගේ මුහුණ ශබ්ද දෙසට සෙමෙන් හරවන්න. දරුවාගෙන් යම් ප්‍රතිචාරයක් ලබාගැනීමේ බලාපොරොත්තුවක් මුහුණෙන් පෙන්වන්න. දරුවා දක්වන ප්‍රතිචාර ගැන ඔබ සතුටට පත් වූ බව එසැනින් ම ප්‍රකාශ කිරීමට අමතක නොකරන්න.

X. දරුවාගේ අවධානය වෙනත් දේවලට යොමුවීම අවම කිරීමට කාමරය සරලව සකස්කර ගන්න. ඔබ ගන්නා උත්සාහයේ ඵලදායිබව මැනිය යුත්තේ කොතරම් දුරට ඉගැන්වීමට ඉලක්ක කර ගතයුතු හැකියාවන් යටතේ දක්වා ඇතිකරුණු සාර්ථක වන්නේ ද යන්න මතය. මෙම පත්‍රිකාවේ දක්වා ඇත්තේ ඕටිසම් දරුවෙකු සංවර්ධනය කිරීමේ මුල් පියවරයි. දරුවාත් ඔබත් අතර සම්බන්ධතාවය ගොඩනැගෙන විට වෙනත් විවිධ හැකියාවන් ඉගැන්වීමට ඔබම ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් සලසා ගන්න. අවශ්‍ය වෙනත් උපදෙස් ඔබේ වෛද්‍යවරයාගෙන් විමසා දැනගන්න.

Not For Sale - CMSP

විශේෂ ස්තූතිය

1. එම්.එච්. උදය කුමාර මහතා.
මූලස්ථාන භාර සමාජසේවා නිලධාරී,
දිස්ත්‍රික් ලේකම් කාර්යාලය, ගාල්ල.

2. නාගරික කොමසාරිස්.
ගාල්ල මහ නගර සභාව.

3. ලේකම්
හික්කඩුව නගර සභාව

4. ලේකම්
අම්බලන්ගොඩ නගර සභාව.

5. සහකාර අධ්‍යක්ෂ,
වෘත්තීය පුහුණු අධිකාරිය, නියාගම, තල්ගස්වල.

6. ලේකම්,
හබරාදූව ප්‍රාදේශීය සභාව, හබරාදූව.

7. ලේකම්,
බද්දේගම ප්‍රාදේශීය සභාව, බද්දේගම.

8. ලේකම්,
නෙළුව ප්‍රාදේශීය සභාව, නෙළුව.

9. සභාපති,
සංඝස ශාලාව, ඇල්පිටිය.

Not For Sale - CMSP

වෙසෙස් දරු සහකම්පන

දකුණු පළාත් ප්‍රධාන අමාත්‍ය
ෂාන් විජයලාල් ද සිල්වා මැතිතුමාගේ
උපදෙස් හා මගපෙන්වීමෙන්
දකුණු පළාත් සංවර්ධන අධිකාරිය මගින්
ක්‍රියාත්මක වැඩසටහනකි.

Not for sale - CMSP