

**ඔපිසම් ජ්‍යේෂ්ඨාවලි ආබාධය/
මනෝ විකෂිප්තභාවය
(Autism Spectrum Disorder)
සහිත ළමුන් පෙර පාසල් තුළට
ඒකාබද්ධ කරගැනීම**

පෙර පාසල් ගුරුවරුන් සඳහා වන
මාර්ගෝපදේශය

ළමා ලේකම් කාර්යාලය
කාන්තා හා ළමා කටයුතු අමාත්‍යාංශය



Save the Children

ළමා ලේකම් කාර්යාලයේ පණිවිඩය

ශ්‍රී ලංකාවේ මුල් ළමාවිය රැකවරණය හා සංවර්ධනය පිළිබඳව කටයුතු කරන ජාතික ආයතනය වශයෙන්, ළමා ලේකම් කාර්යාලයට පැවරී ඇති කාර්යභාරය අතර එක් විශේෂිත කාර්යයක් සපුරාලීම සඳහා ගන්නා ලද උත්සාහය මුල්වල ගැන්වීමක් ලෙස මෙම විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන් පිළිබඳ පෙර පාසල් ගුරු උපදෙස් ගුන්ටය හඳුන්වා දිය හැකිය. ශ්‍රී ලංකාවේ මුල් ළමාවිය එනම්, අවුරුදු 0 - 5 දක්වා දරුවන් අතරින් විශේෂිත අවශ්‍යතා සහිත දරුවන් පිළිබඳව ද සුවිශේෂී අවධානයක් යොමු කළ යුතුව ඇත. වර්තමානයේ දී එම දරුවන් අතරින්ද ඔටිසම් තත්ත්වයෙන් පසුවන දරුවන්ගේ ප්‍රමාණය සැලකිය යුතු මට්ටමෙන් ඉහළ ගොස් ඇති බව දක්නට ලැබේ.

ඒ අනුව, පෙර පාසල්වල ගත කරන වයස අවුරුදු 3 - 5 අතර දරුවන් අතරින් මෙම ඔටිසම් රෝගී තත්ත්වයෙන් පසුවන දරුවන් මුල් වකවානුව තුලදීම හඳුනා ගැනීම දැඩි අවශ්‍යතාවයක් වී ඇත. මෙහි ඇති වඩාත්ම වැදගත් කාරණය වන්නේ වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යොමු කරවීම සඳහා චිවැනි දරුවන් හඳුනා ගැනීමට පෙර පාසල් ගුරුවරියකට වඩාත් හොඳ අවස්ථාවක් පැවතීමයි.

දෙමාපියන් ඇසුරේ ගත කරන දරුවන් නිවසෙන් පසුව පළමුවෙන්ම චිළඹෙන් පෙර පාසල හෙවත් මුල් ළමාවිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානය වෙතය. එහිදී දරුවාට මනෝ සමාජීය වශයෙන් සංවර්ධනය වීම සඳහා වඩාත් වාසිදායක තත්ත්වයක් පවතින අතර දරුවාට චිවැනි යහපත් පරිසර තත්ත්වයක් හා ඉගෙනුම් අවස්ථාවන් උදාකරදීම සඳහා පෙර පාසල් ගුරුවරිය මනා දැනුමකින් හා පුහුණුවකින් යුක්තව සිටීම අත්‍යාවශ්‍ය කරුණකි.

පෙර පාසල් ගුරුවරියට ඉහත කී දැනුම ලබාදීමේදී වර්තමානයේ වඩාත් දැඩි අවශ්‍යතාවයක් බවට පත්ව ඇති ඔටීසම් රෝගී තත්ත්වයෙන් පෙළෙන දරුවන් හඳුනා ගැනීම හා එම දරුවන් වෙනුවෙන් සිදු කළ හැකි කාර්යභාරය පිළිබඳ දැනුම ද ලබාදීම ඉතා වැදගත් වේ. මේ සඳහා ගන්නා ලද පියවරක සාර්ථක ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් පෙර පාසල් ගුරුවරියන් අතට පත්වන මෙම ග්‍රන්ථය මැනවින් පරිශීලනය කරමින්, දරුවන්ගේ සුබ සිද්ධිය වෙනුවෙන් කටයුතු කිරීම පෙර පාසල් ගුරුවරියන්ගේ යුතුකමක් හා වගකීමක් වෙයි. ළමා ලේකම් කාර්යාලය ඒ වෙනුවෙන් බෙහෙවින් අපේක්ෂා තබා ඇත.

මෙම වටිනා කාර්යය ඉටුකිරීමේදී මූල්‍ය දායකත්වය ලබාදුන් සේවි ද විල්ඩර්න් ආයතනයටත්, මෙම මග පෙන්වීම් ග්‍රන්ථය සම්පාදනය කළ විශේෂඥ වෛද්‍ය මහාචාර්ය නිල් තලගල, ස්වර්ණා විජේතුංග, සුදර්ශී සෙනෙවිරත්න යන සියළු දෙනාටත් ළමා ලේකම් කාර්යාලයේ කෘතඥතාව පළ කරමි.

මෙම ග්‍රන්ථය පළාත් සභා, දිස්ත්‍රික් ලේකම් කාර්යාලය හා ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලය සමග ඒකාබද්ධ වෙමින් ක්ෂේත්‍රය තුළ ක්‍රියාවට නැංවීම ළමා ලේකම් කාර්යාලයේ බලපොරොත්තුවයි.

අධ්‍යක්ෂ

ළමා ලේකම් කාර්යාලය

පෙරවදන

සේවී ද විල්ඬිරන් ආයතනයේ දේශීය අධ්‍යක්ෂ වශයෙන් ළමුන් පෙර පාසල තුළට ඒකාබද්ධ කරගැනීම. **“පෙර පාසල් ගුරුවරුන් සඳහා මාර්ගෝපදේශය”** අත්පොත මා හඳුන්වා දුන්නේ ඉතාමත් සතුටිනි. මෙම පොත නිර්මාණය කරන ලද්දේ කාන්තා සහ ළමා කටයුතු අමාත්‍යාංශයේ ළමා ලේකම් කාර්යාලය, සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය සහ සේවී ද විල්ඬිරන් යන ආයතනවල සහයෝගීතාවයෙනි.

මෙම අත්පොත, ඔට්සම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය සහිත දරුවන් හඳුනා ගැනීමටත් ඔවුන් මුල් ළමාවිය රැකවරණය සහ සංවර්ධනය වෙත යොමු කිරීම සඳහාත් දැනට තිබෙන දැනුම සහ කුසලතාවයන්ගේ අඩුව පිරවීමට ඉවහල් වනු ඇත. මෙහි සඳහන් තොරතුරු, පෙර පාසල් ගුරුවරුන්ට දරුවන්ගේ සංවර්ධන අවධීන්, ඔට්සම් ප්‍රේක්ෂාවලි අබාධය සහිත දරුවන් හඳුනා ගන්නේ කෙසේද සහ රැකබලා ගැනීමේදී ඔවුන්ගේ පොදු ගැටළු හසුරුවන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳවත් පෙර පාසල් තුළ දී අවශ්‍ය සහය ලබාදීම පිළිබඳ ඉතා පහසුවෙන් අවබෝධ කරගත හැකි අයුරින් ඉදිරිපත් කොට ඇත.

ඔට්සම් තත්වයේ පසුවන දරුවන්ට ආවේනික වූ තත්ත්වයන් සහ අභියෝග පිළිබඳ තිබෙන අඩු අවබෝධය නිසා ඔවුන්ට වෙනස්කොට සැලකීම් වලට සහ අප්‍රසාදයට ලක්වීමට සිදුව ඇත. මෙම දරුවන්ට අන් අය සමග ක්‍රියා කිරීමට සහ සන්නිවේදනය කිරීමට අපහසුතාවයෙන් පෙළෙන අතර වෙනස් වූ ඉගෙනීම් රටාවන්ද පිළිබිඹු කරයි. ඔවුන් විසින් මුහුණපාන්නා වූ මෙම අපහසුතාවන් නිසා, ඔවුන්ගේ චිත්තවේගී ස්ථාවරතාවයට මෙන්ම, පසුකාලීනව සමාජය සමග සිදුකරන අන්තෝන්‍ය

ක්‍රියාකාරකම් සහ රැකියා අවස්ථාවන් කෙරෙහි ද සෘණාත්මක ආකාරයෙන් බලපානවා. මේ නිසාම පෙර පාසල් ගුරුවරුන් විසින් මෙම දරුවන් මුල් අවදියේදීම හඳුනාගෙන ඊට අවශ්‍ය තත්වයන් වෙනස් කිරීම සඳහා ඔවුන්ගේ දෙමව්පියන්, භාරකරුවන් සමග එක්ව කටයුතු කළ හැකි සුවිශේෂ තත්ත්වයක සිටිනවා. ඔට්සම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය සහිත දරුවන්ට අදාලව කටයුතු කරන සියලුම පාර්ශවයන්ට ඔවුන්ගේ කාර්ය පූර්ව ක්‍රියාකාරීත්වයකින් සහ කාර්යක්ෂමව සිදු කල හැක්කේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව තොරතුරු ලබාගැනීම සඳහා මෙම පොත ඉතාමත් වැදගත් පියවරක් ලෙස මා විශ්වාස කරනවා.

ක්‍රිස් මකයිවර්

දේශීය අධ්‍යක්ෂක

සේව් ද විල්ඩරන් ශ්‍රී ලංකා

දායකත්වය

වෛද්‍ය නීල් තලගල (MBBS, MSc, MD),

ජාතික වැඩසටහන් කළමනාකාර - ළමා සංවර්ධන සහ විශේෂ
අවශ්‍යතා

පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය, සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය

වෛද්‍ය ස්වර්ණා විජේතුංග (MBBS, MD Psy)

ළමා මනෝ විද්‍යා විශේෂඥ වෛද්‍ය

රිජ්වේ ආර්යා රෝහල

වෛද්‍ය සුදර්ශී සෙනෙවිරත්න (MBBS, MD Psy)

ළමා මනෝ විද්‍යා විශේෂඥ වෛද්‍ය

රිජ්වේ ආර්යා රෝහල

පටුන

1. මෙම මාර්ගෝපදේශයේ අරමුණ	01 - 02
2. පසුබිම	03 - 10
2.1 ළමයකුගේ සාමාන්‍ය සංවර්ධනය	
3. සංවර්ධනයේ ප්‍රමාදයන්	11 - 14
3.1 ළමයකුගේ චිත්ත ස්වභාවය	
4. ඕටිසම් (මනෝ විකෘතිකතාවය)	15 - 29
4.1 ඕටිසම් තත්ත්වය හඳුනාගැනීම.	
4.2 ඕටිසම් තත්ත්වය පෙන්නුම් කෙරෙන විවිධ ආකාර	
4.3 පෙර පාසල් ළමුන් (හෝ ඊට සමාන මානසික වයසේ ළමුන්) තුළ ඕටිසම් තත්ත්වය පවත්නේදැයි හඳුනා ගැනීමට වන පිරික්සුම් ලැයිස්තුව	
4.3.1 අන්‍යයන් සමගින් අන්තර් ක්‍රියා සිදුකිරීම.	
4.3.2 ඇසට ඇස ගැටීම. ඇඟිල්ල දිගුකර පෙන්වීම සහ අනෙකුත් අභ්‍යන්තර	
4.3.3 අදහස් සහ පරිකල්පනය	
4.3.4 උනන්දුව දක්වන දෑ අසාමාන්‍ය හෝ සීමාසහිත වීම සහ/හෝ වෙනස් නොවන සය යළි යළිත් කරන්නාවූත් හැසිරීම්	
5. ඔබේ පෙර පාසල තුළ ඕටිසම් සහිත ළමුන් සඳහා අන්තර්කරණ අධ්‍යාපනය සිදුවන බව සහතික කර ගන්නේ කෙසේද?	30 - 58

6. කලින් කලට විමසුම් සාකච්ඡා පවත්වන්න	58
7. සංවේදන ගැටළු	58
8. ඔට්සම් තත්ත්වයෙන් පෙළෙන දරුවන් වැඩිදුර උපදෙස් සඳහා යොමු කිරීම.	69
ග්‍රන්ථ නාමාවලිය	60 - 61

1. මෙම මාර්ගෝපදේශයේ අරමුණ

ඔබ දන්නා පරිදි ළමුන් ස්වභාවයෙන්ම චිකිතෛකාට වෙනස් වේ. ඔවුන් විවිධ අන්දමින් හැසිරෙති. යහලු මිත්‍රකම් ඇති කරගැනීම තුළින් වෙනස් වේ. සමහර ළමුන් දින කීපයක් තුළ පෙර පාසැල් ගුරුවරුන්ට හා අනිකුත් ළමයින්ට ඉතා පහසුවෙන් හුරු වේ. ඉතිරි ළමුන් මේ සඳහා වඩා දිගු කාලයක් ගනියි. සමහර ළමුන් බිය සැක නැතිව ඉදිරියට චිත අතර අන් අය ලැප්පාගිලි වේ. මෙම සිද්ධීන් ඔබගේ දෛනික අත්දැකීම් වනු ඇත.

දෙමවුපියන් සහ තමන් හැදුණු වැඩුණු මූලික පරිසරයෙන් දුරස්ථ වී වෙනත් පසුබිමක් තුළ අධ්‍යාපනය ලැබීමට සහ සමාජගත වීමට ළමයාට ලැබෙන මුල්ම අවස්ථාව වන්නේ පෙර පාසලයි. මුල් ළමාවිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානය/පෙර පාසල ප්‍රධාන වශයෙන්ම තමන්ට රැකවරණය සලසන්නන්ගෙන් ඉතා කෙටි කාලයකට දුරස්ථ නව පසුබිමකට හැඩ ගැසීමට ළමයාට ලැබෙන මුල්ම අවස්ථාව ද මෙය විය හැකිය. ජීවන අවධියේ සිදුවන මෙම වෙනස ළමයාට මෙන්ම මවුපියනට ද යම් අසහනයක් දැනවීමට ඉඩ තිබේ. අලුතින් ඇතුළුවන ළමුන්ව පෙර පාසලේ කටයුතුවලට සම්බන්ධ කරගැනීමේ වගකීම පැවරෙන පෙර පාසල් ගුරුවරුන්ට ද මෙය අභියෝගාත්මක කාල පරිච්ඡේදයකි.

සම මට්ටමේ අනෙකුත් ළමුන් සමගින් චිකතු වීමට මහත් වූ දුෂ්කරතාවයන් ඇති ළමුන් කලාතුරකින් ඔබට හමු වීමට ඉඩ ඇත. චිත් ළමුන්ට සමීප වීම ඔබට ද දුෂ්කර විය හැකිය. ඒ අතරින් ඇතැම් ළමුන් ඕටිසම් (මනෝ විකෂිප්තභාවය) නමැති තත්ත්වය ඇති ළමුන් වීමට ඉඩ තිබේ. ඕටිසම් යන තත්ත්වය පිළිබඳව ඔබ දැනුවත් කිරීමට, චිත් ළමුන් හඳුනා ගන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව ඔබට අධ්‍යාපනයක් ලබා දීමට, චිත් ළමුන් රැක බලා ගැනීමේදී ඔබට මුහුණ දෙන්නට සිදු විය හැකි පොදු ගැටළු සම්බන්ධයෙන් අවබෝධයක් ලබා දීමට සහ පෙර පාසල් පසුබිම තුළ මෙම ගැටලු කළමනාකරණය කර ගන්නේ කුමන ආකාරයටද

යන්න පිළිබඳව ඔබට පැහැදිලි කර දීමට මෙම ග්‍රන්ථය හරහා අපි වැයම් කරන්නෙමු.

තමන් කැමති අකමැති දෑ, හැසිරීම, චිත්ත ස්වභාවය (temperament) මෙන්ම සංවර්ධන මට්ටම (development level) අතින් ද ළමුන් චිත්තකාංග වෙනස් ය. පන්ති කාමර පසුබිමේදී ළමයා සන්සුන්ව ඊට සම්බන්ධවීම සඳහා මෙම වෙනස්කම් බලපානු ඇත. පෙර පාසලේ පරිසරයට හැඩ ගැසී තමන්ගේ පෙර පාසල් කාලය ගත කිරීමට ළමයාට සහය ලබාදීමේදී ගුරුවරුන් ඔවුන්ගේ විවිධත්වය පිළිගනිමින් අවශ්‍ය කටයුතු කළයුතු වේ.

විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත ළමුන් ද පෙර පාසල් වලට එක් වූ කල මෙම කාර්යභාරය වඩාත් සංකීර්ණ කරවයි. ඔබට හමුවන ඇතැම් ළමුන් විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත ළමුන් ලෙස රෝග නිර්ණයට ලක්වුවත් වන නමුත් ඇතමුන් හට විශේෂ අවශ්‍යතා තිබුණද එම තත්ත්වය තවමත් හඳුනාගෙන නොතිබීමට ඉඩ තිබේ. එවන් ඇතැම් තත්ත්වයන් ඉතාමත් සුළු මට්ටමකින් පවත්නා හෙයින් දෙමව්පියන්ගේ හඳුනාගැනීමට එය පාත්‍ර නොවූවා විය හැකිය. පෙර පාසල් ගුරුවරයකු වශයෙන් ඔබ ඉතා සමීප මට්ටමකින් ළමයා සමඟින් සම්බන්ධ වනවිට දෙමව්පියන් විසින් හඳුනා නොගත් විවිධ අංශ පවා අනාවරණය කරගැනීමට ඔබට හැකිවන්නට ඉඩ තිබේ. ළමයාගේ සංවර්ධනය තුළ දකින්නට ඉඩ ඇති එවන් එක් විශේෂ අවශ්‍යතා තත්ත්වයක් වන ඕටිසම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය නමින් හඳුන්වන තත්ත්වය අවබෝධ කරගැනීමට මෙම අත්පොත හරහා අපි ඔබට මගපෙන්වන්නෙමු. මෙම තත්ත්වය ළමයා තුළ පෙන්නුම් කෙරෙන විවිධ ස්වරූප, එවන් ළමුන්ගේ චර්යා රටා, එවන් ළමුන් සමඟින් සම්බන්ධවීමේදී නිතර මුහුණ දෙන්නට වියහැකි දුෂ්කරතා සහ පෙර පාසලේ කටයුතු තුළට ඒකාබද්ධ කරගැනීමෙන් ඵල නෙලාගත හැකි යම් යම් ශිල්පක‍්‍රම කිහිපයක් පිළිබඳව මූලික අවබෝධයක් ලබාදෙන්නට මෙම ග්‍රන්ථය හරහා වැයම් දරනු ඇත.

2. පසුබිම

2.1 ළමයකුගේ සාමාන්‍ය සංවර්ධනය

දරුවකුගේ ක්‍රියා සහ කුසලතාවල සංකීර්ණ බව ක්‍රම ක්‍රමයෙන් වයස සමග වැඩි දියුණු වීම දරුවාගේ සංවර්ධනය ලෙස හඳුන්වනු ලැබේ. පොදු වශයෙන් ගත් කල කවර දරුවකු වුවද සංවර්ධනය වන ආකාරය නිශ්චිත රටාවකට සිදු වේ. නමුත් එක් එක් දරුවා සංවර්ධනය වන වේගය එක සමාන නොවේ. මේ අතර සමහර දරුවන් සංවර්ධනයේ ප්‍රමාදයන්ට හෝ සංවර්ධනය ආශ්‍රිත රෝගී තත්ත්වයන්ට ලක් විය හැකිය. (Development Disorders)

ළමා සංවර්ධනයේ ප්‍රධාන සංවර්ධන පැතිකඩ (Areas of Development) කීපයක් ඇත.

- **දළ චාලක (Gross Motor)** හැකියා : අසුන්ගැනීම, සිටගැනීම, ඇවිදීම හා දිවීම වැනි මාංශපේශී විශාල සංඛ්‍යාවක් චුළුමනා කරන කුසලතා සහ, සමබරතාවය පවත්වාගෙන යාම, ඉරියව්ව වෙනස්කිරීම.
- **සියුම් චාලක හැකියා (Fine Motor)** : ආහාර ගැනීමට, විත්‍ර ඇඳීමට, ඇඳුම් ඇඳගැනීමට, සෙල්ලම් කිරීමට, ලිවීමට සහ වෙනත් බොහෝ දෑ කිරීමට අත් හා ඇඟිලි යොදාගැනීම.
- **භාෂාව : ශරීර භාෂාව (Body Language)** සහ සිරුරේ විවිධ ඉරියවු යොදාගනිමින් කථා කිරීම, සන්නිවේදනය සහ අනෙකාට පැවසීමට ඇති දෙය අවබෝධ කරගැනීම.
- **ප්‍රජානන හැකියා : (Cognitive)** ඉගෙනුම, අවබෝධ කරගැනීම, ප්‍රශ්න විසඳීම, තර්කනය සහ මතකයේ තබාගැනීම ඇතුළු චින්තන (Thinking) කුසලතා.
- **සමාජීය හා චිත්තවේග හැකියා : (Social & Emotional Skills)** අන්‍යයන් සමඟින් අන්තර්ක්‍රියා සිදුකිරීම, තම පවුල, මිතුරන් හා ගුරුවරුන් සමඟින් සම්බන්ධතා පවත්වාගැනීම, අන්‍යයන් සමඟින් සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම සහ අන්‍යයන්ගේ හැඟීම්වලට ප්‍රතිචාර වීම.

පහත වගුව තුළ ළමයින්ගේ සාමාන්‍ය වර්ධන රටාවන් විස්තර කෙරේ.

	ශාරීරික සහ භාෂා	චිත්තවේගීය	සමාජ
උපතේ සිට මාස 1 දක්වා	ආහාර ලබාදීම : දිනකට 5 - 8 වතාවක් නින්ද: දිනකට පැය 20 චේන්ද්‍රිය ශක්‍යතාවය : පෙනීම, ඇසීම, ගැඹු සුවඳ දැනීම, රසය, ස්පර්ශය, උෂ්ණත්වය සහ වේදනාව දැනීම සම්බන්ධයෙන් මූලික වෙනස්කම් හඳුනා ගනියි.	සාමාන්‍යකෘත ආතතිය (Generalized Tension)	අසරණය. නිරන්තර අවධානය අවශ්‍යයි. සමාජශීලී නැත. මව ලබාදෙන ආහාර මත යැපෙයි.
මාස 2 සිට 3 දක්වා	චේන්ද්‍රිය ශක්‍යතා : වර්ණ හඳුනාගැනීම, දෘෂ්‍යමය ගවේෂණය, මුඛ ගවේෂණය හඬ: හැඬීම, කෙඳිරීම, ගෙරවීම.	දුකට පත්වීම.	මුහුණ දෙස බලා සිතාසෙයි. මුහුණ දෙස බලා සිටීමට හුරුවෙයි, මුහුණක් දුටුකල සිතාසෙයි. පැද්දු කළු සැතකීමට පත්වෙයි.,

	<p>චාලක හැකියා : ඇසේ මාංශපේශි පාලනය, මුණින් අතට තැබූ කළු හිස ඔසවයි. සතුව පෙන්වයි.</p>			
<p>මාස 4 සිට 6 දක්වා</p>	<p>ශබ්ද දෙසට හිස හරවා බලයි. හඬවල් නිකුත් කරයි. පුරතල් බස් දොඩයි, ස්වරාක්ෂර බොහෝමයක් හඬ නැංවීමට හැකි අතර ව්‍යංජනාක්ෂර අතරින් අඩක් පමණ හඬ නැගීමට හැකිය.</p> <p>ආහාර ලබාදීම :</p> <p>දිනකට 3-5 වතාවක්</p> <p>චාලක හැකියා : හිස සහ අත් සෙලවීම පාලනය, සිතාමතා යමක් අල්ලා ගැනීමේ හැකියාව, අනෙක් අතට පෙරැළීම.</p>	<p>තුරුළු කරගෙන පුරතල් කිරීම. රසවිඳියි.</p>	<p>තමන්ගේ මව හඳුනාගත හැකිය. නිතර දකින අය සහ හන්හාදානන පුද්ගලයින් අතර වෙනස හඳුනාගනියි, පෙර මෙන් සෑම කෙනාටම කිසිදු වෙනස්කමකින් තොරව සිතා නොවෙයි, ආහාර කැවීම, හෑවීම හා ඇඳුම් ඇන්දවීම අපේක්ෂා කරයි.</p>	

<p>මාස 7 සිට 9 දක්වා</p>	<p>වාලඹ හැකියාව : සිරුරේ කඳ කොටස සහ අත් පාලනය කරයි. ආධාරකයක් නොමැතිව වාඩිවෙයි, බිඬ ගා ඒ මේ අත යයි.</p>	<p>මව වෙත විශේෂිත චිත්තවේගීය සම්බන්ධතාවයක් ඇතිවේ.</p>	<p>මවගෙන් වෙන්වූ කළු ඊට විරෝධතාවය පල කරයි. හැංගි මුත්තන් සෙල්ලම රස විඳියි.</p>
<p>මාස 10 සිට 12 දක්වා</p>	<p>වාලඹ හැකියාව : අත් සහ පා පාලනය කළ හැකිය. සිටගනියි, බිඬ ගා යයි, මහපටැඟිල්ල හා දඬරැඟිල්ල යා කළ හැකිය. හාෂාව : වචන ඒකක් හෝ දෙකක් කියයි, හඬ අනුකරණය කරයි, සරළ විධානයන්ට ප්‍රතිචාර දක්වයි. ආහාර ගැනීම : වේල් 3 කි, කෙටි ආහාර වේල් 2කි, නින්ද : පැය 12, දිනකට දෙවතාවක් පමණ කෙටි නින්ද ලබයි. කෝපය පෙන්නවයි.</p>	<p>සෙනෙහස දක්වයි. නොහඳුනන අයට බියවීම. අවට පිළිබඳව කුතුහලය හා ගවේෂණය කිරීමට පටන් ගනී.</p>	<p>නම් කියූ කල ප්‍රතිචාර දක්වයි. වෙන්ව යනවිට අතවහා ආචාර කරයි. 'අත්පුඩි පුඩි පුවත්තා' සෙල්ලම් කරයි. 'විපා විපා' යන්න අවබෝධ කරගත හැකිය. විවිධ දෑ දීම සහ ගැනීම සිදු කරයි.</p>

<p>අවුරුදු 1 සිට 1 1/2 දක්වා</p>	<p>චාලක හැකියාව : පඩි පෙල දිගේ ඉහළට බඩගා යයි, ඇවිදීය (මිනිත්තු 10-20), පාට කුරු ගොදු ගනිමින් කඩදැසි මත ඉරි ඇදීය. අන්‍යයන් මත යැපෙන සුළු චර්යා පෙන්වයි.</p>	<p>මවගෙන් වෙන් වූ කළ දැඩි සේ කලබල වෙයි. හැමට බියක් දැක්වීම.</p>	<p>සීමිත විධාන සංඛ්‍යාවකට අනුකූල වෙයි. වචන කිහිපයක් පුනරාවේෂණය කරයි. කැඩපතින් පෙනෙන තමන්ගේ රුව පිළිබඳ උනන්දුවක් දක්වයි. තනියෙන් ආහාර ගනියි.</p>
<p>අවුරුදු 1 1/2 සිට 2 දක්වා</p>	<p>චාලක හැකියාව : දිවීමට හැක. බෝලයකට පා පහර එල්ල කරයි, බිලොක්ස් රේ ගොදු ගනිමින් කුළුණු නිර්මාණය කරයි (අවු.2) මළ සහ මූත්‍ර පිටවීම පාලනය කළ හැකිය. භාෂාව : වචන මාලාව වචන 200 ඉක්මවයි. නිත්ද : රාත්‍රියේ පැය 12, පැය 1-2 කෙටි නින්ද</p>	<p>කෝපාවේශ වී හැසිරීම් (අවු. 1-3) (Temper Tantrums)</p>	<p>අළුතින් චිත ප්‍රදරුවකු වේ නම් චිම ප්‍රදරුවාට අකමැතිවීම, තමන්ට පවසන දෙයට ප්‍රතිචිරුද්ධ දේ කිරීම (මාස 18)</p>

<p>අවුරුදු 2 සිට 3 දක්වා</p>	<p>චාලක හැකියාව : පියගැට පෙළේ පඩියක් මත සිට පහළට පතියි, රෝද තුනේ බයිසිකලය පදිසි, පාටකුරු පාවිච්චි කරයි, ඩිලොක් 9-10ක් පමණ යොදාගනිමින් කුළුණු සාදයි.</p> <p>භාෂාව : කෙටි වාක්‍ය යොදාගැනීම ආරම්භ කරයි, භාෂාව යොදාගනිමින් ස්වකීය ලෝකය පාලනය සහ ගවේෂණය කරයි, කෙටි කාලීනව ගොතගැසීමට ඉඩ තිබේ. වෙන්වීමට බිය වෙයි.</p>	<p>නිෂේධක ගති පෙන්වයි (අවු 2 1/2), ප්‍රචණ්ඩ චිත්තවේග, කෝපය පෙන්වයි. තරඟ, සතුට සහ දුක යන හැඟීම් මුහුණත් පෙනෙන කළ හඳුනාගැනීමට හැකිය. විභෝදකාමී බව පෙන්වයි. විවිධ කවටකම් කරයි.</p>	<p>කථා කරයි, 'මම', 'මට', 'ඔබ' යනාදී වචන භාවිතා කරයි, දෙමවුපියන් අනුකරණය කරයි. පවුලේ අය මත යැපෙයි, ඔවුන් මතම දැවටෙමින් සිටියි. (clinging), සෙල්ලම් භාණ්ඩ තමන්ගේ හිමිකාරත්වය යටතට ගනියි (possessive), තවත් ප්‍රමයකු ආසන්නයට වී සෙල්ලම් කිරීමට කැමැත්ත දක්වයි. නිෂේධක ගති (අවු. 2 1/2) දෙමවුපියන්ගේ ඉල්ලීම්වලට ප්‍රතිරෝධය දක්වයි. නියෝග දෙයි. දිනවර්ගව ඒකාකාරී වූ කළ ඊට දැඩි විරෝධතාවය පල කරයි, තීරණ ගැනීමට අසමත් ය.</p>
--	--	---	---

<p>අවුරුදු 3 සිට 4 දක්වා</p>	<p>වාලක හැකියා : එක් පයකින් සිටගෙන සිටියි, උඩ පහියි, රවුම් සහ කතිර ඇඳීමට හැකිය (අවු.4)</p>	<p>නිවසේ දෛනික වර්ගය බොහෝමයක් අත්‍යයන්ගේ උදවු නොලබා සිදුකළ හැකිය. දෙමවුපියන්ට ආදරය හා සෙනෙහස දක්වයි. ලිංගික අවයව හැසිරවීමෙන් වින්දනයක් ලබයි විරුද්ධ ලිංගික මවට/පියාට ඇඟවීමකම්පායි. තමන්ගේ ලිංගයට අයත් මව/පියා ට ඊර්ශ්‍යා කරයි. අඳුර, තුවාලවීම සම්බන්ධයෙන් සිතින් මවාගත් බියක් දක්වයි. (අවු. 3-5)</p>	<p>බෙදුහදුගැනීමට කැමතිය. 'අපි' යන වචනය යොදා ගනියි. අනෙකුත් ළමුන් සමගින් සහයෝගයෙන් සෙල්ලම් කරයි, දෙමවුපියන් අනුකරණය කරයි, තමන්ගේ ලිංගයට අයත් මව/පියා සමග තමන් සන්සන්දනාත්මකව හඳුනාගනියි, ලිංගිකත්වය අනුව නියමවන තූමිකා පුරුදු පුහුණු කරයි, දැඩි කුතුහලයක් ඇත, අනෙකුත් ළමුන්ගේ සිරුරු පිළිබඳ උනන්දු වෙයි, සිතින් මවාගත් මිතුරන් සිටිය හැක.</p>
---	---	--	--

<p>අවුරුදු 4 සිට 5 දක්වා</p>	<p>වාලක හැකියාව : පරිණාත වූ වාලක හැකියා ඇත.</p> <p>ඉල්පීම (Skipping)</p> <p>ඉහළ සිට පැනීම,</p> <p>තනියෙන් ඇඳුම් ඇඳ ගැනීම,</p> <p>හතරැස් කොටුවක් හා ත්‍රිකෝණයක් බලාගෙන් ඇඳීම.</p> <p>භාෂාව : පැහැදිලිව කථා කරයි, වැඩිහිටියන් කථා කරන විට යොදන ශබ්ද භාවිතා කරයි,</p> <p>මූලික ව්‍යාකරණ පිළිබඳ මතා අවබෝධයක් ඇත,</p> <p>කතන්දරයක් කීමට හැකිය,</p> <p>වචන 2000කට අධික සංඛ්‍යාවක් දනියි (අවු.5)</p>	<p>වගකීම සහ වරදකාරී හැඟීම දැනේ.</p> <p>යමක් සාක්ෂාත් කරගත් විට තමන් පිළිබඳ ආඩම්බරවීම.</p>	<p>අනෙකුත් ළමුන් සමගින් සෙල්ලම් කිරීමට කැමතිය.</p> <p>තරඟකාරී බව දක්වයි.</p>
-------------------------------------	---	---	--

3. සංවර්ධනයේ ප්‍රමාදයන් (Developmental Deviations)

ඉහත වගුවේ දක්වා ඇත්තේ ළමයාගේ සංවර්ධනයේ විවිධ අවධීන් කුමන වයස්වලදී සිදුවන්නේද යන්න වේ. චාලක, භාෂා සහ සමාජ කුසලතා සංවර්ධනය සිදුවන කාල පරාසය එම වගුවෙන් පැහැදිලි කර තිබේ. ළමයකු යම් නිශ්චිත සංවර්ධන ඉලක්කයක් සාක්ෂාත් කරගන්නේ කුමන වයස්ද යන්න සාමාන්‍යයෙන් යම්දුරකට විචලනය වීමට ඉඩ තිබේ. එම සාමාන්‍ය විචලන පරාසය තුළ ජීවිතයේ වැදගත් සංවර්ධන සන්ධිස්ථාන සාක්ෂාත් කර නොගන්නා ළමුන් සංවර්ධනයේ ප්‍රමාදයන් සහිත ළමුන් යනුවෙන් හඳුන්වනු ලැබේ. එවන් සංවර්ධනයේ ප්‍රමාදයන් හේතුවෙන් සිදුවන බලපෑම් අවම කරගැනීම පිණිස ඒවා කල්තබා හඳුනාගැනීම වැදගත් වේ.

ඕපිසම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය සහිත ළමුන් තුළ පෙන්නුම් කෙරෙන එක් ප්‍රධානතම සංවර්ධන අපගමනයක් ලෙස සමාජ කුසලතා සංවර්ධනයේ ප්‍රමාදය හා ගැටළු හඳුනා ගත හැකිය.

3.1 ළමයෙකුගේ චිත්ත ස්වභාවය (Temperament)

ළමයකු ලෝකයට මුහුණදෙන සහ ප්‍රතිචාර දක්වන ආකාරය තුළින් එම ළමයාගේ චිත්ත ස්වභාවය විස්තර කෙරෙයි. එය එම ළමයාගේ පෞද්ගලික විලාසයයි. ළමයකුගේ චිත්ත ස්වභාවය ඔහුගේ/ඇයගේ හැසිරීමට මෙන්ම අන්‍යයන් සමඟින් ඔහු/ඇය අන්තර්ක්‍රියා සිදුකරන ආකාරයට ද බලපානු ලැබේ.

චිත්ත ස්වභාවයේ ලක්ෂණ පිළිබඳව දැනුවත්ව සිටීමෙන් ළමයාට වඩාත් හොඳින් තේරුම් ගැනීමටත්, ඔහුගේ/ඇයගේ සුවිශේෂීතාවය අගය කිරීමටත්, වැරදි වැටහීම් සහ ගැටුම් ඇතිවීමට තුඩුදිය හැකි ආකාරයේ ‘නොගැලපීම්’ සම්බන්ධ ගැටළු පිළිබඳව කටයුතු කිරීමටත් ඔබට හැකිවනු ඇත.

චිත්ත ස්වභාවයට ඇතුළත් වන මූලික ලක්ෂණ නවයක් පමණ ඇත.

එනම්,

1. **ක්‍රියාකාරකම් මට්ටම :** දෛනික ක්‍රියාකාරකම්වලදී ළමයකු පෙන්වනු ලබන ශාරීරික ක්‍රියාකාරකම්, චලනයන්, නොසන්සුන්තාවය හෝ කලබලකාරීතාවය (මෙය නින්දට ද බලපෑ හැකිය)
2. **රිද්මානුකූලභාවය සහ ඒකාකාරභාවය :** කුසගින්න, නින්ද සහ මලපහ කිරීම වැනි මූලික ශාරීරික කෘත්‍ය සඳහා ඒකාකාර රටාවක් පැවතීම හෝ නොපැවතීම.
3. **ඵළඹුම සහ පසුබැස්ම :** පුද්ගලයින්, ස්ථාන, තත්වයන්, ආහාර, දින වර්ගාවේ වෙනස්කම් හෝ වෙනත් මාරුවීම් හෝ වේවා නව උත්තේජක සම්බන්ධයෙන් ළමයා දක්වන ප්‍රතිචාරය (වේගවත් හා චිඛිතර වේද හැතහොත් සෙමෙන් හා දෙහිඩියාවෙන්ද)
4. **හැඩගැස්මට ඇති හැකියාව :** තත්වයන් වෙනස්වීම හෝ නව තත්වයන්ට ළමයා හැඩගැසීමේදී විය කොතරම් පහසුවෙන් හෝ අපහසුවෙන් සිදුවන්නේ ද යන්න සහ ඊට තම ප්‍රතිචාරය කෙතරම් දුරකට වෙනස් කරගැනීමට ළමයාට හැකිද යන්න.
5. **නිවුනාවය :** යහපත් හෝ අයහපත් තත්වයක් උද්ගත වූ කළ ළමයා ඊට ප්‍රතිචාර දැක්වීමට යොදාගන්නා ශක්ති මට්ටම.
6. **මනෝභාවය :** මනෝභාවය ධනාත්මකවේද සෘණාත්මක වේද, ළමයාගේ හැසිරීමේ සහ කතාබහේ කොතරම් ප්‍රසන්නභාවයක් හෝ සැරපරුෂ භාවයක් තිබේද යන්න.
7. **අවධානය යොමු කරන කාල සීමාව :** අවධානය වෙනතක යොමුකරවන සාධක ඇතිව හෝ නොමැතිව යම් කාර්යයක් වෙත අවධානය යොමා එහි නිරතවීමේ හැකියාව.
8. **අවධානය වෙනතකට ඇදගත හැකි බව :** පරිසරයේ ඇති විවිධ උත්තේජක මගින් ළමයා නිරතව සිටින කාර්යයෙන්

ඔහුගේ/ඇයගේ අවධානය බිඳහෙළීම කොතරම් දුරකට පහසුවේද යන්න.

9. **වේන්ද්‍රීය ප්‍රතිචාර සීමාව (Sensory Threshold) :** ළමයාගෙන් ප්‍රතිචාරයක් ලබාගැනුමට අවශ්‍ය කරන උත්තේජන ප්‍රමාණය. ඇතැම් ළමුන් ඉතා සුළු උත්තේජනයන්ට ද ප්‍රතිචාර දක්වන අතර ඇතැම් ළමුන්ගෙන් ප්‍රතිචාරයක් ලබාගැනීමට වඩාත් තීව්‍ර උත්තේජක වුවමනා ය.

ඒ අනුව, ළමයෙකුගේ මූලික චිත්ත ස්වභාව තුනක් හඳුනාගත හැකිය.

(i). පහසු ළමයා (the easy child)

මෙම ළමයා ක්‍රමවත් ආහාර ගැනීමේ, නිදාගැනීමේ, මළමුත්‍ර පිට කිරීමේ වක්‍ර පෙන්වුම් කරයි. නව තත්ත්වයන් උද්ගත වූ විට ඒවාට ධනාත්මකව ප්‍රතිචාර ලබා දෙයි. වැඩි කලබලයකින් තොරව බලාපොරොත්තු සුන්වීම්වලට මුහුණ දෙයි. අළුත් ආහාර වර්ග හෝ අළුත් පාසල්වලට මෙම ළමුන් වඩාත් ඉක්මනින් හැඩගැසේ. බොහෝ අවස්ථාවල යහපත් මනෝභාවයක් පෙන්වන මෙම ළමයි නිතරම සිනාවී සිටිති. බොහෝවිට ළමුන් හැසිරෙන ආකාරය පිළිබඳ ගැටළු සහගත තත්ත්වයන් ප්‍රශ්න වාර්තා වන්නේ නිවසේදී ඔවුන් ඉගෙනගත් දෙයට වඩා වෙනස් ආකාරයක ප්‍රතිචාරයක් ඔවුන්ගෙන් අපේක්ෂා කරන්නා වූ තත්ත්වයන්ට ඔවුන් පත්කළ අවස්ථාවලදී වේ.

(ii). අපහසු ළමයා (the difficult child)

මෙම ළමයා අක්‍රමවත් ආහාර ගැනීමේ, නිදාගැනීමේ, මළමුත්‍ර පිට කිරීමේ වක්‍ර පෙන්වුම් කරයි. නව තත්ත්වයන්ට මුහුණ දෙන්නට වූ කල්හි මෙම ළමුන් නිෂේධාත්මක ච්ඡේදමක් යොදාගත් අතර, තම බලාපොරොත්තු සුන්වූ අවස්ථාවල මහ හඬින් හැඬීම සහ කෝපාවේශවීමට නිතර නැඹුරුවීම ඊට උදාහරණයකි. ඔවුන්

වෙනස්කම්වලට හැඩගැසෙන්නේ වෙනස් ආකාරයෙන් වන අතර නව ආහාර සහ නව පුද්ගලයින්ට හුරුවීමට ඔවුනට වැඩි කාලයක් වුවමනා කරයි. බොහෝවිට මෙම ළමුන්ගෙන් ගැටළු සහගත තත්ත්වයන් වාර්තා වූයේ සමාජානුයෝජන රටා, පවුලේ, පාසලේ සහ සම මට්ටමේ සගයින්ගේ අපේක්ෂා යනාදිය කේන්ද්‍ර කරගෙන වේ. යම් තත්ත්වයකට ඉක්මනින් සම්බන්ධ වනමෙන් බල කර සිටියහොත් මෙම ළමයි බොහෝවිට එය මහ හඬින් ප්‍රතික්ෂේප කිරීම සහ ඇතැම්විටක ප්‍රතිවිරෝධය දක්වන හෝ කලහකාරී හැසිරීම් පෙන්නුම් කරයි.

(iii). හුරුවීමට කාලයක් ගන්නා ළමයා (the slow-to-warm-up child)

නව තත්ත්වයන්ට මුහුණ දෙන්නට වූ කල්හි මද තිව්‍රතාවයකින් යුත් නිෂේධාත්මක ප්‍රතිචාර පෙන්නුම් කළ මෙම ළමයා එවන් තත්ත්වයන්ට යළි යළිත් නිරාවරණය වනවිට සෙමෙන් ඊට හැඩගැසෙන්නට වේ. මෙම ළමුන්ට සාමාන්‍ය අන්දමේ ජීව විද්‍යාත්මක දින වර්ගාවක් ඇත. මෙම ළමුන් සම්බන්ධයෙන් ඇතිවන්නා වූ ගැටළු සහගත තත්ත්ව ඔවුන් පෙන්නුම් කළ අනෙකුත් වර්ත ලක්ෂණ අනුව විවිධාකාර විය.

මෙතැන් සිට මෙම ග්‍රන්ථය ඔට්සම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය (මනෝ විකෂිප්තභාවය) විස්තරාත්මකව ඉදිරිපත් කර ඇත.

4. ඕටිසම් (මනෝ විකෘතිතාවය)

ඕටිසම් සහිත ළමුන්ට අන්‍යයන් සමගින් සන්නිවේදනය කිරීම සම්බන්ධයෙන් දිගින් දිගටම දුෂ්කරතාවන්ට මුහුණ දෙන්නට වන අතර බොහෝ අවස්ථා වලදී ඔවුන් අමුතු ආකාරයේ මිත්‍රත්වයක් ඇති කර ගැනීම හෝ කිසිදු මිතුරකු ඇති කර ගැනීමට අසමත් වීමට ඉඩ තිබේ. එහි ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් මෙවන් ළමයින් පන්තිය තුළ තනි වීමට ඉඩ ඇත. තවද, මෙම තත්ත්වය නිවස, පෙර පාසල සහ ළමයා යන අනිකුත් ස්ථාන ඇතුළුව බොහෝ ස්ථානවලදී සිදු වනු ලැබේ.

අනෙකුත් ළමුන් තුළ දක්නට ඇති සමාජ චිත්තවේගීය / චිත්තආවේග ශීලී ප්‍රතිචාරී බව (**Socio Emotional Reciprocity**) පෙන්නුම් කිරීමට සාමාන්‍යයෙන් මෙම ළමයින් අසමත් වෙති. ඔබට ඔවුන් සමගින් සංවාදයක් පවත්වා ගෙන යාම අපහසු වීමට ඉඩ ඇත. පෙර පාසල් වයසේ පසුවන වෙනත් ළමයෙකු සිදු කරන්නාක් මෙන් සාමාන්‍ය අන්දමින් කථා බහ කරමින් සංවාදයක් ඉදිරියට පවත්වාගෙන යාමට මෙම දරුවන්ට අපහසුය. උදාහරණ වශයෙන් ඕටිසම් සහිත දරුවකු ඔබ නගන ප්‍රශ්නවලට ප්‍රතිචාර නොදැක්වීමට හෝ නුසුදුසු ප්‍රතිචාර දැක්වීමට ඉඩ තිබේ. එසේත් නැතහොත් ඔවුන් කිසිසේත්ම ප්‍රතිචාර නොදැක්වීමටද ඉඩ ඇති අතර අදහස් පළ කිරීමේදී අප යොදා ගන්නා වාචික නොවන ඉඟි හඳුනාගැනීමට හෝ ඒවා උචිත අයුරින් භාවිතා කිරීමට මෙවන් ළමුන්ට අපහසු වෙයි. උදාහරණ වශයෙන්, ඕටිසම් සහිත ළමයින් ඔබ සමගින් කතා කරන විට එක එල්ලේ ඔබේ දෑස් දෙස නොබැලීමට ඉඩ තිබේ. තවද තමන් ලබා දෙන පණිවිඩය හෝ තමන් කරන ඉල්ලීම තව දුරටත් පෝෂණය කිරීම සඳහා තම දෑත් යොදා ගැනීම හෝ ශරීර භාෂාව (**Body Language**) යොදා ගැනීම ඔවුන් සිදු නොකරයි. තමන් ඉහළින්ම අගය කරන යමක් ඉල්ලා සිටින අවස්ථාවකදී පවා ආයාචනාත්මකව දෑස් දල්වා ඔබ දෙස බැලීමට හෝ ආයාචනාත්මක ඉරියව් සහිතව එය සිදු කිරීමට

වචන් ප්‍රමයෙකුට නොහැකි වීමට ඉඩ තිබේ. තමන් උනන්දුවක් දක්වන දේවල් දෙසට ඇඟිල්ල යොමු කර පෙන්වීම ඔවුන් සිදු නොකරයි. මෙම වයස් කාණ්ඩයට අයත් අනෙකුත් ප්‍රමුත්ගේ මුහුණුවල පොදුවේ දැක්වීමට ඇති අභිනයන් **(Expressions)** දක්නට නොමැති බවක් පෙනෙන්නට ඉඩ තිබේ.

තමන්ට උවමනා කුමක්ද යන්න හෝ තමන් බලාපොරොත්තු වන්නේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳව ඔවුන් ඔබට නොපවසනු ඇත. නිවසේදී හෝ වෙනත් ස්ථානයන්හිදී තමන් කළ දෑ හෝ දුටු දෑ පිළිබඳව ඔවුන් විස්තර නොකරනු ඇත. මෙම ප්‍රමුත් සිටින්නේ සතුටින්ද නැතහොත් අසතුටින්ද යන්න පිළිබඳව තීරණයකට එළඹීම ඔබට දුෂ්කර විය හැකියි. තමන් අවට සිදුවන දෑ පිළිබඳව ඔවුන් එතරම් අවධානයක් නොකිරීමට ඉඩ තිබේ. ඔවුන් තුළ චිත්තවේග **(Emotions)** සහ බලපෑම් **(Effects)** ඇත්තේ අඩුවෙන් වන බවක් පෙනෙන්නට ඉඩ තිබේ.

අනෙකුත් ප්‍රමුත් මිනුම්ලිව ඔවුන් වෙත සමීප වීමට දරන වෑයම් සඳහා මෙම දරුවන් උද්යෝගයෙන් ප්‍රතිචාර නොදක්වන අතර සාමාන්‍යයෙන් ඔවුන් තමන් විසින් ම අනෙකුත් ප්‍රමුත් සමග අන්තර්ක්‍රියා සඳහා මූල පුරුනු නොලැබේ. තමන්ගේ සම මට්ටමේ අනෙකුත් ප්‍රමුත් සම්බන්ධයෙන් ඔවුන්ට උනන්දුවක් නොමැති බවක් පෙනෙන්නට ඉඩ ඇත. පරිකල්පනීය ක්‍රීඩාවන්හි **(Imaginative Play)** නියැලීමට ඔවුන්ගේ උනන්දුවක් නොමැති වීමට හෝ එසේ කිරීමට ඔවුන්ට නොහැකි වීමට ඉඩ තිබේ. මේ හේතුවෙන්, තමන්ගේ වයසට අනුව උචිත ආකාරයේ මිතුරන් ඇති කර ගැනීම ඕටිසම් සහිත ප්‍රමුත්ට දුෂ්කර වේ. එමනිසා ඔවුන් අනිකුත් ප්‍රමුත් සමගින් එකතු වී කටයුතු නොකිරීමේ නැඹුරුතාවයක් තිබේ.

ඕටිසම් සහිත ප්‍රමුත්ගේ හැසිරීම්, ඔවුන් උනන්දුවක් දක්වන දෑ හෝ ක්‍රියාකාරකම් සීමිත වන අතර ඒවා බොහෝ විට යලි යලිත් සිදු කරන ස්වභාවයක් ගනී. ඔවුන් බොහෝ අවස්ථාවන්හිදී ඒකාකාර වූ හෝ යළි

යළිත් සිදු කෙරෙන චලනයන්හි (**Stereotyped or Repetitive Motor Movements**) නිරත වන බවක් පෙනෙනු ඇත. තමන්ට සතුට ගෙන දෙන වස්තු හෝ ක්‍රීඩා භාණ්ඩ වශයෙන් මෙවන් ළමුන් භාවිතා කරන්නට කැමති වන්නේ ඉතාමත් සීමිත වර්ග කිහිපයකට අයත් වස්තු පමණක් වීමට හෝ ඇතැම් විටෙක ඔවුන් ප්‍රිය කරන්නේ ඒවායේ ඇතැම් කොටස්වලට පමණක් හෝ වීමට ඉඩ තිබේ.

මෙම ළමුන්ගේ කථනය ඒකාකාර වීමට හෝ කථනයේ විත්තවේග වසේත් නැතහොත් හඬ උස් පහත් කිරීම වැනි විවිධ විචලනයන් නොමැති වීමට (රොබෝවකු මෙන් කතා කිරීමට) ඉඩ තිබේ. විවිධ භාණ්ඩ අසාමාන්‍ය ආකාරයෙන් පෙළගැස්වීමට හෝ ඒවා උඩු යටිකුරු අතට පෙරැළීමට මෙම ළමුන් තුළ නැඹුරුතාවයක් පැවතීමට ඉඩ ඇත. ඕටිසම් සහිත ළමුන් ඔබ කථා කරන විට ඒ සඳහා උචිත වාචික ප්‍රතිචාරයක් ලබා නොදී ඔබ සඳහන් කළ දෙයම නැවත කීමට ඉඩ තිබේ. මෙම ලක්ෂණය පුනරුච්ඡාරණය (**Echolalia**) නැතහොත් වචන චලෙසම යළි හඬ ගා කීම යනුවෙන් හඳුන්වනු ලැබේ. සාමාන්‍ය වචන හෝ වදන් පේළි අසාමාන්‍ය ලෙස යොදා ගනිමින් යම් යම් විශේෂිත අර්ථයන් හැඟවීම පිණිස යොදා ගැනීමට මෙවන් දරුවන් ඇතැම් අවස්ථාවල කටයුතු කරයි. උදාහරණ වශයෙන් නිවසින් බැහැරව යාම තමන්ගේ මව සමගින් සම්බන්ධ කරන දරුවකු නිවසින් බැහැරව යාමට උවමනා අවස්ථාවන්හි “අම්මා” යනුවෙන් සඳහන් කර ඒ ඉල්ලීම ඉදිරිපත් කිරීමට ඉඩ තිබේ. මෙය සිදු වන්නේ ඕටිසම් සහිත ළමුන් භාෂාව ඉගෙන ගනු ලබන්නේ යම් භාණ්ඩයක් හෝ සිදුවීමක් යම් කිසි ලේඛනයක් සමගින් සම්බන්ධ කරමින් වන හෙයිනි. එම ලේඛනය සාමාන්‍යයෙන් යම් අර්ථයක් ඇති දෙයකට වඩා යම් කිසි වර්ත ලක්ෂණයක් ඇති දෙයක් වීමට ඉඩ තිබේ.

ඕටිසම් සහිත ළමුන් තම සුපුරුදු දින වර්ගාව මත දැඩි සේ රඳා පවත්නා අතර තමා අවට පරිසරයේ වෙනස්කමක් සිදු වුවහොත් ඔවුහු විශිෂ්

කලබලයට සහ අපහසුතාවයට පත් වේ. එවන් ළමුන් ඉතා සුළු වෙනසක් හේතුවෙන් දැඩි සේ පීඩාවට පත්වීමට ඉතා අනන්‍ය වූ චින්තන රටා **(Thinking Patterns)** පෙන්නුම් කරයි. එනම්, සෑම දිනයකම එකම පාරකින් ගමන් කළ යුතු බව හෝ සෑම දිනයකම එකම ආහාර වර්ගය ආහාරයට ගත යුතු බව බල කර සිටීමට ඉඩ තිබේ.

ඔවුන්ගේ සම මට්ටමේ අනිකුත් ළමයින්ට අසාමාන්‍ය බවක් හැඟෙන්නා වූ යම් සීමිත භාණ්ඩ සංඛ්‍යාවක් පිළිබඳව පමණක් ඔවුන් දැඩි සේ අවධානය යොමු කිරීමට ඉඩ තිබේ. උදාහරණයක් වශයෙන් ඕටිසම් සහිත ළමයෙකු දීර්ඝ කාල පරිච්ඡේදයක් මුළුල්ලේ යම් කිසි ක්‍රීඩා භාණ්ඩයක එකම කොටසක් දෙස බලාගෙන ගත කිරීමට ඉඩ තිබේ. (උදා : සෙල්ලම් මෝටර් රථයක ටයරයක්) එවිට ළමයා එම භාණ්ඩයේ අනෙකුත් කොටස් දෙස බැලීමක් හෝ එය ක්‍රීඩා භාණ්ඩයක් ලෙස යොදාගනිමින් ක්‍රීඩා කිරීම සිදු නොකරයි.

ඕටිසම් සහිත ළමුන් ඇතැම් සංවේදන **(Sensory Inputs)** සම්බන්ධයෙන් වුවමනාවට වැඩි හෝ අඩු ප්‍රතිචාර දැක්වීමට ඉඩ තිබේ. උදාහරණ ලෙස ඇතැම් ළමුන්ට වේදනාව හෝ උෂ්ණත්වය නොදැනීමට ඉඩ ඇති අතර යම් යම් විශේෂිත හඬවල් ඇසුණු විට හෝ මතුපිට ස්වභාවයන් ස්පර්ශ වූ විට ඉතා ප්‍රබල ලෙස ඒවාට ප්‍රතිචාර දැක්වීමට ඉඩ තිබේ. ඇතැම් විටෙක වැඩි වැඩියෙන් යමක සුවඳ බැලීමට ඔවුන් පෙළඹීමට ඉඩ තිබේ. නැතහොත් යම් කිසි මතු පිටක් නිතර නිතර ස්පර්ශ කරන්නට ඉඩ තිබේ. ඇතැම් විටෙක ආලෝකය සහ චලනයන් සම්බන්ධයෙන් උවමනාවටත් වඩා වැඩි උනන්දුවක් දක්වන බවක් පෙනෙන්නට තිබේ.

ඕටිසම් සහිත ළමුන් පෙන්නුම් කරන ලක්ෂණ ළමයාගෙන් ළමයාට බොහෝ වෙනස්වීමට ඉඩ ඇති බව අවබෝධ කරගැනීම මෙහිදී වැදගත්

වේ. මෙහි සඳහන් වන සියලුම ලක්ෂණ සහ සලකුණු ඕටිසම් සහිත සෑම ළමයෙකු තුළම දක්නට නොලැබේ. ඇතැමුන් මෙම ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරන්නේ ඉතාමත්ම සුළු වශයෙන් වන අතර ඇතැමුන් බරපතල අන්දමින් මෙම ලක්ෂණ පෙන්නුම් කිරීමට ඉඩ තිබේ. එම නිසා, ස්ථාවර රෝගයක් **(Fixed Illness)** වශයෙන් නොව පුළුල් පරාසයක වන ආබාධ **(Spectrum Disorder)** වශයෙන් ඕටිසම් තත්ත්වය දෙස බැලීම සුදුසු බව නිර්දේශ කරනු ලැබේ. එසේ හෙයින් මෙම තත්වය ඕටිසම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය **(Autism Spectrum Disorder)** යනුවෙන් නම් කිරීම වඩාත් සුදුසු වේ.

ඕටිසම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය හා ඕටිසම් යනු මොළයේ සංවර්ධනය හා බැඳුණු ඉතා සංකීර්ණ ආබාධ සමූහයක් පොදුවේ හැඳින්වීම සඳහා යොදාගන්නා නම් වේ. විවිධ මට්ටම්වලින් වන සමාජ අන්තර්ක්‍රියා, වාචික හා වාචික නොවන සන්නිවේදන දුෂ්කරතා සහ එකම වර්ගාව යළි යළිත් පෙන්නුම් කිරීම වැනි ලක්ෂණ මගින් මෙම ආබාධය හඳුනාගනු ලැබේ.

බුද්ධිමය ආබාධිතභාවය, චාලක සම්බන්ධීකරණය සහ අවධානය යොමුකිරීමේ දුෂ්කරතා සහ නින්ද හා ආහාර මාර්ග පද්ධතිය ආශ්‍රිත අපහසුතා **(Gastrointestinal Disturbances)** වැනි සෞඛ්‍ය ගැටළු ඕටිසම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය සමගින් සම්බන්ධවීමට ඉඩ තිබේ. ඕටිසම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය සහිත ඇතැම් ළමයින් දෘශ්‍ය කුසලතා, සංගීතය, ගණිතය හා චිත්‍ර යනාදියට සුවිශේෂී කුසලතා පෙන්නුම් කරති.

ඉතා මුල් අවධියේ සිදුවන මොළයේ වර්ධනය සමගින් ඕටිසම් තත්ත්වය සම්බන්ධ බවක් පෙන්නුම් කෙරේ. එහෙත්, ඕටිසම් තත්ත්වය ඇති බවක් පැහැදිලිව පෙන්නුම් කෙරෙන ලක්ෂණ දිස්වන්නේ ළමයාට වයස අවු. 2 න් 3 න් අතර වේ.

ඇමරිකාවේ රෝග පාලන හා නිවාරණ මධ්‍යස්ථානයේ (CDC) ඕටිසම් සම්බන්ධයෙන් වන සංඛ්‍යාලේඛන අනුව ඇමරිකානු ළමුන් 68 දෙනෙකුගෙන් එක් ළමයකු පමණ ඕටිසම් තත්වය සහිත වන අතර මෙය පසුගිය 40 වසර තුළ 10 ගුණයක වර්ධනයක් පෙන්නුම් කර තිබේ. ශ්‍රී ලංකාවේ සිදුකළ අධ්‍යයන අනුව පෙනී යන්නේ සෑම ළමුන් 93 දෙනෙකු අතරින් එක් ළමයකුම ඕටිසම් තත්වය සහිත වන බවකි.

ඕටිසම් ප්‍රේක්ෂාවලි ආබාධය සහිත පෙර පාසල් ළමුන් බොහෝවිට පහත ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරයි,

- (i). අන්‍යයන් සමගින් සන්නිවේදනයට සහ අන්තර්ක්‍රියා සිදුකිරීමට ඇති දුෂ්කරතා ඇතුළුව දිගටම පවත්නා සමාජ ප්‍රශ්න.
- (ii). එකම වර්ගයේ යළි යළිත් නිරතවීම සහ ළමයා උනන්දුවක් දක්වන දෑ හා ක්‍රියාකාරකම් සීමිත වීම.

එම සමාජ ප්‍රශ්න/අන්තර්ක්‍රියා පහත ස්වරූප ගැනීමට ඉඩ තිබේ, කථා කිරීම පිළිබඳ ප්‍රශ්න :

- කථාබහේ නිරතවෙමින් සංවාදයක් පවත්වාගෙන යාමට අපහසුවීම.
- යොදාගන්නා වචන ප්‍රමාණය සීමිතවීම.
- වාක්‍ය සෑදීම සඳහා වචන එකට පෙළගස්වා ගැනීමට නොහැකිවීම.
- ප්‍රශ්නයක් ඇසූ කල ඊට පිළිතුරු නොදී එයම යළි කීම.
- අන්‍යයන් පවසන දෑ ඒ අන්දමින්ම යළි පැවසීම.
- තමන්ට පමණක් උනන්දුවක් ඇති විෂයයන් සම්බන්ධයෙන් කථා කිරීම.
- අරුත්සුන් වදන් භාවිතා කරමින් කථා කිරීම.
- වාචික නොවන සන්නිවේදනය නොමැතිවීම.

- කථා කිරීමට මුලපිරීම අඩුවීම.
- පවසන දෙයට නොගැලපෙන අභිනයන් මුහුණෙන් පෙන්වීම, වලනයන් හා සිරුරේ ඉරියවු පෙන්වුම් කිරීම.
- නොගැලපෙන ධවක් හෝ අසාමාන්‍ය ධවක් පෙන්වුම් කරන හෝ එම ළමයාගේ සන්නිවේදන ක්‍රමය හුරුපුරුදු අයට පමණක් වැටහෙන අන්දමේ වචන භාවිතය.
- ගීත ගයන්නාක් වැනි හෝ හඬේ විචලන රහිත රොබෝවකු වැනි හඬකින් අසාමාන්‍ය ස්වරයක් සහිතව කථා කිරීම.
- අන්‍යයන්ගේ දෘෂ්ටිකෝණ අවබෝධ කරගැනීමට අසමත්වීම හෝ අන්‍යයන්ගේ ක්‍රියා පුරෝකථනයට හෝ අවබෝධ කරගැනීමට නොහැකිවීම.

සමාජ අන්තර් ක්‍රියාවන්හි දුෂ්කරතා :

- ඇසට ඇස හමුවීමේ දුෂ්කරතා.
- නම හඬ ගැට්ට ප්‍රතිචාර නොදැක්වීම.
- තනිවම සෙල්ලම් කිරීම.
- කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම්වලට සම්බන්ධවීම දුෂ්කරවීම.
- සෙල්ලම් කිරීමේදී අනුකරණය (Imitation) නොකිරීම.
- පරිකල්පනීය ක්‍රීඩා (Imaginary play) වල නිරත නොවීම.
- තමන්ට ළඟාවීමට දුෂ්කර යමක් දෙසට ඇඟිල්ල දිගුකර පෙන්වීමට නොහැකියාව.
තම අවශ්‍යතාවය පෙන්වුම් කිරීමට අහිරූපනය භාවිතා කිරීම.
- සාමාන්‍ය දිනවර්ශාවේ සුළු වෙනසක් හෝ සිදුවුවද ඉන් කලබලයට පත්වීම සහ අළුත් හෝ අධික ලෙස උත්තේජක සහිත පරිසරයක් හඳුන්වාදුන් කල්හි කලබලයට පත්වීම.
- තම සතුට හෝ තමන් නිරතවන ක්‍රියාකාරකම බෙදාහදා ගැනීම කලාතුරකින් සිදුකිරීම.

- කෝපය හෝ අසහනය පෙන්නුම් කිරීමට අසාමාන්‍ය ප්‍රතිචාර දැක්වීම. උදා: හිස බිත්තියේ ගසාගැනීම, කෝප වී හැසිරීම. (Temper tantrums)

සීමිත/යළි යළිත් කරන හැසිරීම් අතරට පහත හැසිරීම් ඇතුළත් විය හැකිය :

- යම් යම් හැසිරීම්වල යළි යළිත් නිරතවීම සහ අසාමාන්‍ය හැසිරීම්.
- යම් යම් දෑ පිළිබඳව අසාමාන්‍ය ලෙස හා අතිශයින් තීව්‍ර ලෙස අවධානය යොමුකිරීම. උදා : (සෙලවෙන වස්තු හෝ යම් වස්තුවල යම් කොටස් කෙරෙහි)
- සංඛ්‍යා, විස්තර හෝ කරුණු යනාදී යම් යම් මාතෘකා සම්බන්ධයෙන් දිගින් දිගටම පවත්නා ප්‍රබල උනන්දුව.
- තමාගේ දිනවර්ෂාවේ වෙනස්වීමට දක්වන අකමැත්ත.
- තමන් ගන්නා ආහාර වර්ග, අඳින ඇඳුම් හෝ විශේෂිත වර්ණ පිළිබඳ සීමිත උනන්දුවක් පැවතීම.
- සෙල්ලම් භාණ්ඩ නොවන දෑ හෝ සෙල්ලම් භාණ්ඩවල ඇතැම් කොටස් පිළිබඳව පමණක් උනන්දුව දැක්වීම.

සංවේදන පිළිබඳ ගැටලු :

- අධි සංවේදන හෝ අව සංවේදන ගැටළු :
 යම් සංවේදන හා සම්බන්ධ උත්තේජනයක් සොයා යාම හෝ ඉන් ඇත්වීමට වෘයඹී දැරීම වශයෙන් මෙය පිළිබිඹු විය හැකිය. උදාහරණ වශයෙන් අධි සංවේදන සහිත ළමයකු ඉතා සුළු ශබ්දයක් ඇසුණුවිට පවා තම දෙකන් වසාගැනීමට ඉඩ තිබේ. සෝෂාකාරී පරිසරයන්හිදී මෙම ළමුන් නුරුස්සන සුළු ස්වභාවයකට පත්වීමට ඉඩ තිබේ. අනෙක් අතට අව සංවේදන තත්ත්ව සහිත ළමයකු ඉතා තියුණු හඬට ප්‍රිය කිරීමටත් විය සොයා යාමටත් ඉඩ ඇත. උදාහරණ ලෙස බිලෙන්ඩරයක හෝ රෙදි සෝදන යන්ත්‍රයක සෝෂාකාරී හඬට ඔවුන් ප්‍රිය කරනු ඇත. තම මුඛය අව සංවේදන ඉන්ද්‍රියක් වන්නේ නම් එවන් ළමුන් සෑම

දෙයක්ම කටේ දමාගැනීමට හෝ ලෙවකෑමට ඉඩ තිබේ. මුඛය අධි සංවේදන ඉන්ද්‍රියක් වන ළමුන් රළු ස්වභාවයක් ඇති ඇතැම් ආහාර ගැනීම ප්‍රතික්ෂේප කිරීමට හෝ ඇතැම් ආහාර වර්ග නොගෙන සිටීමට ඉඩ ඇත.

<p>ළමුන් හෝ වැඩිහිටියන්ට සම්බන්ධවීමට නොහැකිකම</p> 	<p>කර්තන දුර්වලතාව හෝ කඩා නොකිරීම</p> 	
<p>අභිද්‍රව්‍යට අධික ලෙස සංවේදීවීම හෝ අඩුවෙන් සංවේදීවීම</p> 	<p>නොගැලපෙන අත්දැමින් සෙල්ලමෙහි නිරතවීම</p> 	<p>දිනවර්තාවේ වෙනස්කම්වලට මුහුණදීමට අපහසුවීම</p> 
<p>පැනට හුඹුසු අත්දැමින් සිතාගැනීම හෝ හඬාහැරීම</p> 	<p>අන්තරාය පිළිබඳ අවබෝධයක් නොමැතිවීම</p> 	<p>අධිශ්‍රීතකාරී වීම හෝ අකර්මීයත්ව සීමාව</p> 
<p>ස්පර්ශයට අධික ලෙස සංවේදීවීම හෝ සංවේදී නොවීම</p> 	<p>යම් යම් වස්තුවෙහි පුද්ගලික අත්දැමින් ආකර්ෂණය වීම.</p> 	<p>ඇතට ඇත ගැටීම මගහැර යාම</p> 

4.1 ඔට්සම් තත්ත්වය හඳුනාගැනීම.

ඉහත සඳහන් කළ රෝග ලක්ෂණ වලට අමතරව, සමහර දරුවන් මෙයට වෙනස් වූ රෝග ලක්ෂණ පෙන්නුම් කළ හැකි බැවින් නිවැරදි රෝග විනිශ්චය අසීරු විය හැක.

4.2 ඔට්සම් තත්ත්වය පෙන්නුම් කෙරෙන විවිධ ආකාර,

එසේ සලකා බැලීම උචිත වන සාමාන්‍ය ලක්ෂණවලට වඩා වෙනස් ලක්ෂණ කිහිපයක් පහත සඳහන් කර ඇත.

(i). අති ක්‍රියාශීලී ළමයා

මෙය, බහුලවම පෙන්නුම් කෙරෙන ලක්ෂණයකි. එක ස්ථානයක රැඳී සිටීමට අපහසුවක් පෙන්නුම් කරන මෙවන් ළමයින් සැමවිටම අධික ක්‍රියාශීලී බවක් දක්වයි. මන්ද අවධානිත අධික්‍රියාකාරී වන ළමුන් (**Attention Deficit Hyperactivity Disorder**) මෙන් නොව මෙම ළමුන්ට ඉතා දැඩි සීමා පැන වුවද එය අවබෝධ කරගැනීමට නොහැකි ය. ඔවුන් එම සීමා නොසලකා හරිනු ඇත. මන්ද අවධානිත අති ක්‍රියාකාරී ළමුන් විධාන වලට යම්තාක් දුරකට හෝ අනුකූල වන නමුත් ඔට්සම් සහිත ළමුන් විධාන වලට අනුකූල නොවේ.

(ii). අධික ලෙස කටා කිරීම.

බොහෝ ඔට්සම් රෝගය සහිත ළමුන් තුළ දක්නට ඇති කටන දුර්වලතා වෙනුවට මෙම ළමුන් අධික ලෙස කටාවට යොමුවන අතර එම කටාබහ එම අවස්ථාවට අදාළ නොවන මාතෘකාවක් පිළිබඳව විය හැකිය. එක් අතකට පමණක් දිවෙන එවන් කටාබහකදී ළමයා තමන් උනන්දුවක් දක්වන මාතෘකාවක් පිළිබඳව කටාකරනු ඇති අතර දෙදෙනෙකු අතරේ සිදුවන සංවාදයක දක්නට ඇති අදහස් එකිනෙකා අතර හුවමාරු කරගැනීමේ ලක්ෂණය නොමැතිවනු ඇත. ඇතැම් විටක එවන් සංවාදයක කොටසක් අපහැදිලි ලෙස හෝ ළමයාට කලින් ඇසුනු වාක්‍ය ඛණ්ඩ කිහිපයක් (උදා: කාටුනයක දෙබසක්) වීමට ඉඩ තිබේ.

(iii). වේදනාව දරාගැනීමේ හැකියාව ඉහළ මට්ටමක පැවතීම.

වේදනාව හෝ ශාරීරික හානි ඇතිවූ විට සාමාන්‍ය අන්දමින් ප්‍රතිචාර නොදැක්වීම. එවන් ප්‍රමුත් කැපුමක් හෝ තුවාලයක් වුවට හඬමින් මවුපියන් වෙත දිවයාම වෙනුවට තම හැසිරීමේ කිසිදු වෙනසක් නොපෙන්වා සිටීමට ඉඩ ඇත. මේ නිසා ඇතැම්විටක, ඕටිසම් සහිත ළමයාට තුවාල වී ඇති බවක් තුවාලය ඇස ගැටෙන තෙක්ම මවුපියෝ නොදනිති.

(iv). සාමාන්‍ය මට්ටම අඩිතවා ගිය අධ්‍යාපන හැකියා

විශේෂිත මාතෘකා පිළිබඳව පුළුල් පරාසයක විස්තර මතකයේ තබාගන්නට ඕටිසම් සහිත ඇතැම් ළමුන්ට හැකිය. මෙම සුවිශේෂී හැකියාව හේතුවෙන් ඉතා සංකීර්ණ වචන වලට අකුරු ගැලපීමට, සාමාන්‍ය මට්ටම ඉක්මවන ගණිත ගැටළු විසඳීමට හැකි පෙර පාසල් දරුවන් ඔබට හමුවීමට ඉඩ තිබේ. ඇතැම් ළමුන්ට ඉතා සවිස්තරාත්මක ලෙස චිත්‍ර ඇඳීමට හැකිය.

දෙමවුපියන් සමගින් කථා කර, ළමයාව වෛද්‍යවරයකු වෙත රැගෙන යන මෙන් ඔවුනට උපදෙස් ලබාදෙන්න. මෙවන් ළමුනට උපරිම ඵල නෙලාගැනීම සඳහා මුල් අවධියේදීම තත්ත්වය හඳුනාගෙන විකිත්සාව/මැදිහත්වීම ආරම්භ කිරීම වැදගත්වන බව කරුණාකර අවධානයට ගන්න.

පෙර පාසල තුළ අන්තර්කරණ අධ්‍යාපනය ඇති කළ යුත්තේ ඇයි ?

අන්තර්කරණය අධ්‍යාපනය තුළින් බලපොරොත්තු වන්නේ, විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන් සම වයසේ සාමාන්‍ය දරුවන් සමග, පංති කාමරය තුළ එක්වී ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීමට අවස්ථාව ලබාදීමයි. මීට අමතරව දරුවන් තුළ සියලු විවිධ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන්ට පාසල තුලදී සමානාත්මතාවය හා නිසි ගෞරවය ලබාදීම අපේක්ෂා කෙරේ.

4.3 පෙර පාසල් ළමුන් (හෝ ඊට සමාන මානසික වයසේ ළමුන්) තුළ ඕටිසම් තත්ත්වය පවත්නේදැයි හඳුනාගැනීමට වන පිරික්සුම් ලැයිස්තුව

සමාජ අන්තර්ක්‍රියා සහ අනෞන්‍ය සන්නිවේදන හැසිරීම්,

(i). කථන භාෂාව

- භාෂා ප්‍රමාදයන් (බිළිඳු වයසේ කරන කථාවේ (දෙඩවීම) අඩුව හෝ වයස අවු. 2 වනවිට වචන 10ට වඩා අඩු සංඛ්‍යාවක් කථා කිරීම.)
- කථන හැකියාව පිරිහීම හෝ නැතිව යාම.
- කථන භාෂාව තුළ අසාමාන්‍ය අන්දමින්
 - කථනය-නොවන හඬ පිට කිරීම.
 - නොගැලපෙන හෝ උස්පහන් බිම් රහිත භාෂා විලාසය හෝ උච්ඡාවචන රහිත ස්වර හේද.
 - චිකම වචන හෝ වචන පේළි නිතර යළි යළි කීම. (පුනරුච්ඡාරණය)
 - වයස අවු. 3 පසුකිරීමෙන් අනතුරුවත් තමන් පිළිබඳව සඳහන් කිරීමට තම නම හෝ 'ඔයා' 'ඔහු/ඇය' වැනි වදන් භාවිතය.
- සන්නිවේදනය සඳහා භාෂාව භාවිතය අඩුවීම සහ/හෝ නිතර භාවිතා නොවීම.
උදා: වාක්‍ය කථා කිරීමට හැකි වුවත් තනි වචන පමණක් භාවිතය

(ii). අන්‍යයන්ට ප්‍රතිචාර දැක්වීම

- හොඳින් ශ්‍රවණය වුවත්, නමින් ඇමතු කළ ඊට ප්‍රතිචාර නොදැක්වීම හෝ ප්‍රතිචාර දැක්වීමට ප්‍රමාදවීම.
- සමාජශීලී අන්දමින් සිනාසීම අඩුවීම හෝ නොකිරීම.

- අන්‍යයන්ගේ මුහුණෙන් පෙන්වුම් කෙරෙන අභිනයන් හෝ හැඟීම් සඳහා ප්‍රතිචාර දැක්වීම අඩුවීම හෝ නොකිරීම.
- අන්‍යයන්ගේ ඉල්ලීම්වලට අසාමාන්‍ය අන්දමින් නිෂේධාත්මක ප්‍රතිචාර ලබාදීම (ඉල්ලීම් මගහැරයන හැසිරීම)
- වැළඳගෙන සුරතල් කිරීමට මවුපිය හෝ රැකවරණය ලබා දෙන්නන් මුලපුරන කල්හි එය ප්‍රතික්ෂේප කිරීම (එහෙත්, තමන් විසින්ම ඊට මුලපිරීමට ඉඩ ඇත)

4.3.1 අන්‍යයන් සමගින් අන්තර්ක්‍රියා සිදුකිරීම,

- විවිධ අවස්ථාවන්ට හැඩ ගැසීමට ඇති දුෂ්කරතා හා බාහිර පුද්ගලයන් හා සම්බන්ධකම් පැවැත්වීමට ඇති අපහසුතාවයි.
- තමන්ගේ සම වයසේ ළමුන් ද ඇතුළුව අන්‍යයන් සම්බන්ධයෙන් වන සමාජ උනන්දුව අඩුවීම හෝ නොමැතිවීම. අන්‍යයන් ප්‍රතික්ෂේප කිරීමට ඉඩ ඇත. අන්‍යයන් කෙරෙහි උනන්දුවක් වෙතොත් හුසුදුසු අන්දමින්, ඇතැම්විටක කලහකාරී හෝ කඩාකප්පල්කාරී අන්දමින් ඔවුන් වෙත එළඹීම.
- අන්‍යයන්ගේ ක්‍රියා අනුකරණය අඩුවීම හෝ නොකිරීම.
- අන්‍යයන් සමගින් එක්ව ක්‍රීඩාවලට මුලපිරීම අඩුවීම හෝ නොකිරීම, තනිවම සෙල්ලම් කරයි.
- බොහෝ ළමුන් ප්‍රිය කරන අවස්ථා, එනම් උපන්දින සාද වැනි අවස්ථාවල සතුටුවීම අඩුවීම හෝ සතුටු නොවීම.
- සතුට බෙදාගැනීම අඩුවීම හෝ නොමැතිවීම.

4.3.2 ඇසට ඇස ගැටීම, ඇඟිල්ල දිගුකර පෙන්වීම සහ අනෙකුත් අභිනයන්,

- සන්නිවේදනය සඳහා අභිනයන් සහ මුහුණේ භාව ප්‍රකාශය යොදාගැනීම අඩුවීම හෝ සිදු නොකිරීම.
- සමාජ සන්නිවේදනයේදී අභිනයන් (**Gestures**), මුහුණේ භාව

ප්‍රකාශයන් (**Facial expressions**), සිරුරේ දිශානතිය (**Body Orientation**), කථා කිරීමේදී ඇසට ඇස ගැටීම යනාදිය ඇතුළත් කරගැනීම අඩුවීම සහ නිසි ලෙස ඒකාබද්ධ කර නොගැනීම.

- ප්‍රමාණවත් පෙනීමක් ඇතත් සමාජය තුළ ඇසට ඇස ගැටීම අඩුවීම හෝ සිදු නොකිරීම.
- අවස්ථානුකූලව අවධානය යොමු කිරීමට ඇති හැකියාව අඩුවීම / නොහැකියාව.
- බලා සිටින දිශාව මාරුකිරීමට ඇති හැකියාව අඩුවීම.
- පෙන්නුම් දෙසට හැරීම අඩුවීම. (යමෙකු අත දිගු කර යමක් දෙසට අවධානය යොමු කරවන්නට වෑයම් දරනවිට, එදෙස නොව අත දෙස බලා සිටීමට ඉඩ ඇත)
- තමන් උනන්දුවක් දක්වන දෙය අත් අයටත් පෙන්නීම සඳහා අත දිගුකර එය පෙන්නීම අඩු බව / නැතිවීම මගින් පෙන්නුම් කරයි. පොදු අවධානය අඩු වීම.

4.3.3 අදහස් සහ පරිකල්පනය,

- පරිකල්පනය හා සිතින් මවා ගනිමින් කරන සෙල්ලම් වල නිරත වීම අඩුවීම හෝ සිදු නොකිරීම.

4.3.4 උනන්දුව දක්වන දෑ අසාමාන්‍ය හෝ සීමාසහිත වීම සහ/හෝ වෙනස් නොවන සහ යළි යළිත් කරන්නාවූත් හැසිරීම්,

- සිටගෙන සිටින විට අත් වැනීම, සිරුර පෑද්දවීම, රවුමට කැරකීම, ඇඟිලි සෙලවීම වැනි 'ඒකාකාර' හැසිරීම්වල යළි යළිත් නිරතවීම.
- දොරවල් ඇරීම හා වැසීම වැනි ඒකාකාර හෝ යළි යළිත් කරන සෙල්ලම්වල නිරතවීම.

- යම් දෑ පිළිබඳ දැඩි අවධානයක් යොමුකිරීම හෝ අසාමාන්‍ය දෑ පිළිබඳ උනන්දුවීම.
- තමන්ගේ වැඩසටහන අනුවම වැඩ කළ යුතු බවට දැඩිසේ බලකර කියාපෑම.
- වෙනසකට හෝ නව තත්ත්වයකට මුහුණ දෙන්නට වූ කල ඉතා ප්‍රබල චිත්තවේගීය ප්‍රතිචාර දැක්වීම, සෑම දෙයක්ම 'චලෙසම පැවතිය යුතු' බවට බලකිරීම.
- විවිධ සංවේදන උත්තේජකවලට අධික හෝ අඩු ප්‍රතිචාර දැක්වීම. උදා: යම් යම් මතුපිටවල්, ශබ්ද, ගඳ/සුවඳ.
- යම් යම් ආහාරවල රසය, සුවඳ, ස්වභාවය පිළිබඳ ප්‍රබල ලෙස ප්‍රතිචාර දැක්වීම හෝ යම් යම් ආහාර සම්බන්ධයෙන් දැඩි කැමැත්තක් පැවතීම.

5. ඔබේ පෙර පාසල තුළ ඕටිසම් සහිත ළමුන් සඳහා අන්තර්කරණ අධ්‍යාපනය (Inclusion) සිදු වන බව සහතික කර ගන්නේ කෙසේද?

ප්‍රමයෙකු සාමාන්‍යයෙන් පෙර පාසලේ ගත කරන පැය 2 ක හෝ 3 කාලයට ඔබ්බෙන් වන වඩාත් විස්තීර්ණ වූ චිකිත්සා වැඩසටහන් ඕටිසම් සහිත ළමයින්ට උවමනා කෙරෙන බව අවබෝධ කර ගැනීම වැදගත් ය. එසේම එවන් වැඩසටහනකට ඇතුළත්වීමට අමතරව ඕටිසම් සහිත ළමයකු අනිකුත් ළමයින් අධ්‍යාපනය ලබන පෙර පාසලකට ඇතුළත්වීම තුළින් බොහෝ ප්‍රතිඵල නෙලා ගැනීමට හැකිය. ඕටිසම් තත්ත්වය හේතුවෙන් උද්ගත වන ප්‍රධානතම ඌනතා අංශයක් වන සමාජ සන්නිවේදන කුසලතා සහ සම්බන්ධතා (**Social Communication Skills and Relations**) සාක්ෂාත් කරගැනීම පිළිබඳව ඉගෙන ගැනීමට ඕටිසම් සහිත ළමයාට පහසුකම් සලසන තෝතැන්නක් බවට පෙර පාසල පත් කර ගත හැකිය.

ඕටිසම් සහිත ළමයෙකු යම් පෙර පාසලක කටයුතු තුළට නියමාකාරයෙන් ඇතුළත් කර ගැනීමට හැකි තත්ත්වයක් උදා කර ගැනීමට පෙර එම පෙර පාසලේ ව්‍යුහය තුළ සහ කාලසටහනේ බොහෝ හැඩගැස්වීම් සිදු කිරීම අවශ්‍ය වේ. ඒ සම්බන්ධයෙන් ඔබ විසින් උනන්දුවක් දැක්විය යුතු වැදගත් කරුණු පැහැදිලි කිරීමට මෙම කොටස යොමු කර තිබේ.

- සියල්ලටම ප්‍රථමයෙන් සම්පූර්ණ කර ගත යුතු මූලික අවශ්‍යතාවය වන්නේ එම පෙර පාසලේ සේවයේ නියැලෙන සියලුම පෙර පාසල් ගුරුවරුන්ට ඕටිසම් සහිත ළමුන්ගේ ස්වභාවය පිළිබඳව මූලික අවබෝධයක් ලබා දීම සහ ඕටිසම් තත්ත්වය පාලනය කිරීම සම්බන්ධයෙන් වන මූලික මූලධර්ම පිළිබඳව අවබෝධය ලබා දීමයි.

මෙම අත්පොතේ දෙවැනි කොටස වෙන් කර ඇත්තේ ඕටිසම් සහිත ළමුන්ගේ ස්වභාවය සවිස්තරාත්මකව පැහැදිලි කර දීමට වේ. ඕටිසම් තත්ත්වය පාලනය කිරීම සඳහා දුරකථන සංකීර්ණ විය හැකිය. ඕටිසම් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කරන විවිධ මධ්‍යස්ථාන මේ සඳහා අනුගමනය කරන සම්මතයන් විවිධාකාරය. ඇතැම් මධ්‍යස්ථාන ව්‍යවහාරික වර්ග විශ්ලේෂණය (**Applied Behavior Analysis (ABL)**), විචාරශීලී අත්හදා බැලීමේ ඉගෙනුම්/ලෝවාස් ආදර්ශය (**Discrete Trial Teaching (DTT)/ Lovaas Model**), එක්ව ගත කරන කාලය නැතහොත් විවිධ සබඳතා ආදර්ශය (**Floor time or Difference Relationship Model (DIR)**), රූප හුවමාරුව තුළින් සන්නිවේදනය කිරීමේ ක්‍රමය (**Picture Exchange Communication System (PECS)**), ප්‍රධාන ප්‍රතිචාර ප්‍රතිකර්ම ක්‍රමය (**Pivotal Response Treatment (PRT)**), සම්බන්ධතා වර්ධන මැදිහත්වීම් (**Relationship Development Intervention (RDI)**), සමාජ සන්නිවේදනය/චිත්තවේග පාලනය/අන්‍යයන් සමගින් ගනුදෙනුව සඳහා සහය ලබාදීම (**Social Communication/ Emotional Regulation/ Transactional Support (SCERTS)**) සහ ඕටිසම් සහිත ළමුන් හා ඊට සම්බන්ධ සන්නිවේදන දුෂ්කරතා සහිත ළමුන් පුහුණු කිරීමේ හා ඔවුන්ට අධ්‍යාපනය ලබාදීමේ ක්‍රමය (**Training and Education of Autistic and Related Communication Handicapped Children (TEACCH)**) වැනි විවිධ සම්මතයන් සහ ව්‍යුහගත වැඩසටහන් අනුගමනය කරනු ලබයි. අනෙකුත් මධ්‍යස්ථාන එවන් වැඩසටහන් අනුගමනය නොකිරීමට ඉඩ ඇති නමුත්, සංකේතාත්මක ක්‍රීඩා හා අවධානය වැඩි දියුණු කිරීමේ මෙන්ම සංවේදන ඒකාබද්ධ කිරීමේ ශිල්ප ක්‍රම භාවිතා කරනු ඇත. මෙම ක්‍රමවේද දෙක හරහා ම තීව්‍ර මැදිහත්වීම් (**Intensive Intervention**), එනම්, ඉතාමත් තියුණු සහ පරීක්ෂාකාරී අන්දමින් දවසින් වැඩි කාලයක් යොදා ගනිමින් සිදු කෙරෙන මැදිහත්වීම් සිදු කරනු ලැබේ.

සාමාන්‍ය පෙර පාසලක් තුළ විවැනි තීව්‍ර ඕටිසම් විකිත්සක වැඩසටහනක් අනුගමනය කිරීම අපේක්ෂා කළ නොහැකිය. විවැනි සේවාවන් ලබාගැනීම සඳහා දෙමව්පියන් සෞඛ්‍ය සේවා ආයතන වෙත යොමු විය යුතු වේ. එසේ නමුත් විවැනි විකිත්සා ලබන්නා වූ දරුවන්ද සාමාන්‍ය ලෙස පෙර පාසලට පැමිණිය යුතු වන අතර ඕටිසම් සහිත ළමුන් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සමාජය සමගින් ඒකාබද්ධ කිරීම සඳහා විකිනෙක පහසුකම් සැලසෙනු ඇත.

ඔබගේ පංති කාමරය තුළ ක්‍රියාත්මක වන වැඩසටහන් සාර්ථකත්වය සහතික කර ගැනීමට නම් ඕටිසම් සහිත ළමුන්ගේ අවශ්‍යතා විශේෂයෙන් සපුරාලීම සඳහා වන නිර්මිත පරිසරයක් එහි තිබීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. ඕටිසම් තත්ත්වයක් සමගින් පැන නගින මූලික ඌනතා (**Deficiencies**) නිවැරදි කර ගැනීමට උපකාර ලබා ගනු පිණිස පෙර පාසලේ පවතින සාමාන්‍ය දින වර්ගාව යොදා ගැනීම ඉතා වැදගත්ය. ඕටිසම් සහිත ළමුන් කළමනාකරණය සඳහා පෙර පාසලේ තුළ යොදා ගත හැකි ක්‍රමෝපාය කිහිපයක් පහත දක්වා තිබේ.

(i). විකිත්සාවක් වශයෙන් සෙල්ලම් යොදා ගැනීම.

ඕටිසම් සහිත ළමුන්ගේ සමාජ සහ සන්නිවේදන කුසලතා වර්ධනය සඳහා ඔවුනට උපකාර ලබා දිය යුතුය. පෙර පාසලේ ගුරුවරියගේ මගපෙන්වීම යටතේ අනෙකුත් ළමුන් සමගින් සක්‍රීයව ක්‍රීඩාවේ නිරත වන්නට ඉඩ හැරීම මෙය සාක්ෂාත් කරගත හැකි හොඳම අවස්ථාවක් වේ. සමාජ හැසිරීම් දිරිගන්වන සෙල්ලම් (**Social Object Play**) වල නියැලීමට පහසුකම් සැලසීම තුලින් මෙය සාක්ෂාත් කරගත හැකිය. සමාජ හැසිරීම් දිරිගන්වන සෙල්ලම් ළමුන් අතරේ සමාජ සම්බන්ධතා සහ සන්නිවේදනය වර්ධනය කරන්නා වූ ඉතා වැදගත් සංවර්ධන කුසලතා දියුණු කරන සෙල්ලම් වර්ගයකි. ඕටිසම් සහිත ළමුන් සෙල්ලම් භාණ්ඩ සමග සෙල්ලම්

කරන විට සම මට්ටමේ අනෙකුත් ළමයින් හෝ රැකවරණය ලබා දෙන්නන් අතරේ කතාබහ, චිකිතේෂා දෙස බැලීම, හෝ චිකිතේෂා සමගින් සම්බන්ධවීම දිරිගන්වන ආකාරයෙන් ක්‍රීඩාවේ නිරත වන බව සහතික කර ගන්න. එනම් යම් ක්‍රියාකාරකමක් මාරුවෙන් මාරුවට සිදු කරන්නට හෝ යමක් ඉදි කිරීමට මාරුවෙන් මාරුවට සම්බන්ධ වන බව සහතික කරගැනීම මෙහිදී වැදගත්ය. මෙවන් සෙල්ලම් සාමාන්‍යයෙන් ක්‍රීඩා කරන්නන් අතරේ සතුට බෙදාගනිමින් සිදුවන හෙයින් චිකිතේෂා සමගින් සිහනවීම, සතුටුවීම සහ දිගින් දිගටම උනන්දුවෙන් එහි නියැලීම එයට ඇතුලත් වේ. පංති කාමරය තුළ සමාජ හැසිරීම් දිරිගන්වන අන්දමේ සෙල්ලම් සංවිධානය කිරීමේදී අනුගමනය කළ යුතු වැදගත් පියවර පහත දැක්වේ.

- ❖ **1 පියවර** - ළමයා දැනට ළඟාවී සිටින සංවර්ධන මට්ටමට ගැලපෙන මට්ටමේ සෙල්ලම් තෝරා දීම.
- ❖ **2 පියවර** - ළමයා උනන්දුවක් දක්වන්නේ කුමක් පිළිබඳව දැයි සොයා බැලීමට යොමුවන්න. ළමයා බලා සිටින්නේ කුමක් දෙසදැයි අවධානයට ගන්න.
- ❖ **3 පියවර** - ළමයා යම්කිසි සෙල්ලම් තෝරාගත් සමගින් සෙල්ලම් කිරීම ඇරඹූ පසු ළමයා කරන දෙය අනුගමනය කරමින් ඔබ ද ඊට සම්බන්ධ වන්න.
- ❖ **4 පියවර** - ළමයාත් සමගින් මාරුවෙන් මාරුවට එම ක්‍රියාකාරකමේ යෙදෙමින් සහ ළමයා කරන දෙය අනුකරණය කිරීම තුළින් එම ක්‍රියාකාරකම දිගින් දිගටම පවත්වාගෙන යන්න. ක්‍රීඩා කරන්නන් දෙදෙනාගෙන් එක් අයෙකු හෝ වැඩිපුර අවස්ථා ලබා නොගන්නා බව සහතික කරගැනීම සඳහා දෙදෙනා මාරුවෙන් මාරුවට ක්‍රියාකාරකමේ යෙදීම සුදුසු ය.

❖ **5 පියවර** - මෙම ක්‍රියාවලිය හොඳින් ශක්තිමත් වූ පසු එය තවදුරටත් ව්‍යාප්ත කරන්නට වැයම් දැරිය හැකිය. සෙල්ලමට තවත් සෙල්ලම් භාණ්ඩ එකතු කර ක්‍රියාකාරකම් තවත් පුළුල් කිරීමට හැකිය. ඊට උදාහරණයක් මෙසේය. ළමයා බිල්ඩින් බ්ලොක් යොදා ගනිමින් උස කුළුණක් ඉදි කරන්නේ නම් ඔබට එම කුළුණ ඉදිකිරීමට දරුවා සමග මාරුවෙන් මාරුවට සම්බන්ධ විය හැකිය. කුළුණ ඉදි කර අවසන් වූ පසු එය මත තට්ටුවක් යොදා කුළුණ පෙරලා දමා නැවතත් කුළුණ ඉදි කිරීමට ළමයා දිරිගැන්වීමට ඔබට හැකිය. කුළුණ පෙරලී බිල්ඩින් බ්ලොක් ඒ මේ අත විසිර යාම ළමයාට විනෝදයක් ගෙන දෙනු ඇති අතර ක්‍රියාකාරකම් යළි සිදු කිරීමට (කුළුණ යලි ගොඩනංවා එය පෙරළා දැමීමට) ඉන් ළමයා දිරි ගන්වන්න. ඉන් අනතුරුව කුළුණ මත කුඩා මිනිස් රූපයක් තබා කුළුණත් සමගින් එයද බිමට පෙරලීමට සැලැස්වීම හෝ කුළුණෙහි හැප්පීමට කුඩා ට්‍රක් රථයක් එකතු කිරීම වැනි යමක් සිදුකරමින් ක්‍රීඩාව තව දුරටත් පුළුල් කිරීමට ඔබට හැකිය.

❖ **6 පියවර** - සිදු කරන සෙල්ලම් තුළින් ළමයා පෙළඹවීමට ලක් වන්නේදැයි බැලීම සඳහා ළමයා අවධානය යොමු කරන්නේ කුමක් වෙතද, ළමයාගේ සක්‍රීය සම්බන්ධවීම ලැබෙන්නේ කුමක් සඳහා ද සහ ළමයා විනෝද වන්නේ කුමන ක්‍රියාකාරකම් තුළින්ද යන්න කෙරෙහි ඔබේ අවධානය යොමු කරන්න. ළමයාගේ පෙළඹවීම වැඩි වන තරමට එම සෙල්ලමේ ළමයා නිරත වන කාලසීමාව වැඩි වනු ඇති අතර ඒ තුළින් සමාජ හා සන්නිවේදන කුසලතා ඔප මට්ටම් කිරීමට ලැබෙන අවස්ථාවන් ප්‍රමාණය ද වැඩි වනු ඇත.

(ii). ක්‍රියාකාරකම් සම්බන්ධයෙන් ළමයා දක්වන උනන්දුව ප්‍රයෝජනයට ගැනීම.

ඔබ දන්නා පරිදි ඕටිසම් සහිත ළමුන් සාමාන්‍ය ළමුන් උනන්දු නොවන, අමුතු දෑ සම්බන්ධයෙන් උනන්දුව දක්වයි. ක්‍රියාකාරකම්වල නියැලීමට හෝ එක් ක්‍රියාකාරකමක සිට තවත් ක්‍රියාකාරකමකට මාරු වීම සඳහා ළමයාට පහසුකම් සැලසීමට සහ ඊට ළමයා ආකර්ෂණය කර ගැනීම පිණිස, ළමයා උනන්දුවක් දක්වන වම කරුණු ඔබට ප්‍රයෝජනයට ගැනීමට හැකිය. දවස තුළ සිදුකිරීම සඳහා ක්‍රියාකාරකම් සැලසුම්කිරීමේදී ඕටිසම් සහිත ළමයා උනන්දුවක් දක්වන වම කරුණු තුළින් යම් මග පෙන්වීමක් ලබාගැනීමට ඔබට හැකිය. දරුවා චිතරම් කැමැත්තක් නොදක්වන ක්‍රියාකාරකමකට මාරුවන අවස්ථාවේදී වම ක්‍රියාකාරකමට දරුවා පොළඹවා ගැනීම සඳහා දරුවා වඩාත්ම ප්‍රිය කරන දෑ යොදා ගත හැකිය. ඕටිසම් සහිත ළමුන් සමගින් කටයුතු කිරීමේදී ඔවුන් උනන්දුවක් දක්වන දෑ යොදාගැනීම සම්බන්ධයෙන් වන පහත උපදෙස් ඔබට යොදා ගත හැකිය.

- ❖ **1 පියවර** - ඔබේ රැකවරණය ලබන්නා වූ ඕටිසම් සහිත ළමුන් විශේෂයෙන් උනන්දුවක් දක්වන දෑ ඇතුලත් ලැයිස්තුවක් සකස් කරන්න. උදා : සෙල්ලම් දුම්රිය, වැකියුම් යන්ත්‍ර, විදුලි ස්විච්, ඩයිනෝසරයන්, සිතියම් වැනි වූ දෑ ඇතුළත් වන යම් යම් පොත්, චිත්‍රපට තේමා. උදා : ඩෝරා නමැති ගවේෂිකාව හෝ තෝමස් නමැති එන්ජිම වැනි විශේෂ චරිත, බෝලය විසි කිරීම, කරකැවීම හෝ ගීත ගායනය වැනි විවිධ ක්‍රියාකාරකම්, යම් යම් වර්ණ, සංඛ්‍යා, ගීත ඊට ඇතුළත් විය හැකිය.
- ❖ **2 පියවර** - දරුවාට දිනය තුළ සිදු කිරීමට හෝ මාරු වීමට දුෂ්කර ක්‍රියාකාරකම් කවරේදැයි බලා ඒවායේ ලැයිස්තුවක් සකස් කරන්න.

❖ **3 පියවර** - ළමයා උනන්දුවක් දක්වන දෑ දිනයේ ක්‍රියාකාරකම් තුලට ඇතුලත් කළ හැකි විවිධ ක්‍රම පිළිබඳව සිතා බලන්න.

ඊට උදාහරණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ. බිල්ඩින් බ්ලොක් යොදා ගනිමින් ක්‍රීඩා වල නිරත වීමට ඕපිසම් සහිත යම් දරුවෙකු අකමැත්තක් දක්වන්නේ නම් එම දරුවාගේ ප්‍රියතම කාටුන් චරිතවල රූප බිල්ඩින් බ්ලොක් මත ඇලවිය හැකිය. යම් ළමයෙකුට චිත්‍ර ඇඳීම දුෂ්කර වන්නේ නම් එම ළමයාගේ ප්‍රියතම පොත හෝ ගීතය පදනම් කරගෙන චිත්‍ර ඇඳින ව්‍යාපෘතියක් නිර්මාණය කිරීමට හැකිය. ළමයා අත සේදීමට මැලිකමක් දක්වන්නේ නම් එම ළමයාගේ ප්‍රියතම ගීතය අත සෝදන අවස්ථාවේදී පමණක් ම ගායනා කිරීම හෝ අත සෝදන අවස්ථාවේදී තමාගේ ප්‍රියතම ඩයිනෝසරයා සෙල්ලම් භාණ්ඩය සේදීමට ඔවුන්ට අවස්ථාව ලබා දීම වැනි කටයුත්තක් කිරීමට හැකිය.

(iii). ඔබේ වැඩසටහනට දරුවා හවුල් කර ගැනීම තුළින් ළමා සහභාගිත්වය ප්‍රවර්ධනය කිරීම.

ඕපිසම් සහිත ළමුන්ට බොහෝ අවස්ථාවලදී තමා විසින් කළ යුත්තේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳව මනා අවබෝධයක් නොමැත. මේ හේතුවෙන් ඉතා වැදගත් ඉගෙනුම් අවස්ථා ඔවුනට අහිමිව යයි. දරුවා සමග සහයෝගයෙන් කළ හැකි වැඩසටහනක් **(Shared Agenda)** සකස් කර ගැනීම තුළින් වඩාත් සක්‍රීය සහභාගිත්වයකට ළමයා පෙළඹවීම හා ළමයා සමගින් සමාජමය ක්‍රීඩා වල නිරත වීමට අවස්ථා උදා කර දීමට සහ ඉගෙනුම් අවස්ථා වැඩි වැඩියෙන් උදා කර දීමට පූර්ව රැකවරණ හා අධ්‍යාපන සේවා සපයන්නන්ට හැකි වනු ඇත. දිනපතා කරන ක්‍රියාකාරකම් වඩාත් විනෝදශීලී සහ පොළඹවන සුළු ක්‍රියාකාරකම් බවට

පත් කිරීමෙන්, ළමයාට පැහැදිලි වූත්, කළ යුත්තේ කුමක්දැයි කලින්ම කිවහැකි වූත් **(Predictable)** භූමිකාවක් නැතහොත් **“කාර්යභාරයක්” (Role)** පැවරීම තුළින් සහ ළමයා බලා සිටින්නේ කුමක් දෙසද නැතහොත් ළමයා නිරතව සිටින්නේ කුමන කාර්යයකද යන්න පිළිබඳව කතා කිරීම තුළින් විදිනෙදා කරන ඕනෑම ක්‍රියාකාරකමක් වැඩි දියුණු කිරීමට හැකිය. එතුළින් **“සහයෝගයෙන් කළ හැකි වැඩසටහනක්”** නිර්මාණය වන අතර එය සමාජ සහ සන්නිවේදන කුසලතා **(Social and Communication Skills)** වර්ධනය කර ගැනීමට ප්‍රයෝජනවත් වේ. ළමයින්ට නිශ්චිත **“කාර්යභාරයක්”** පැවරූ විට,

1. වැදගත් දෙය වෙත අවධානය යොමු කිරීමට,
2. අර්ථවත් යමක් කිරීමට,
3. යම් අවස්ථාවකදී තමන්ගෙන් අපේක්ෂා වෙන්නේ කුමක්දැයි නිසැකවම දැන ගැනීමට ළමයාට ඉඩ ලැබේ. අන්‍යයන් සමග සිදු කරන යම් ක්‍රියාකාරකමකදී තමන් කළ යුත්තේ කුමක්දැයි දැන ගැනීම තුළින් ළමයාට සතුව බෙදා හදා ගැනීමටත් තමන් උනන්දුවක් දක්වන දෑ අන් අයට දැක්වීමටත් ළමයාට මග පාදනු ඇත. පහත දැක්වෙන පියවර අනුගමනය කිරීම තුළින් **බෙදා හදා ගැනීමේ න්‍යාය පත්‍රයක් සහිතව** ළමා සහභාගිත්වය වැඩි දියුණු කළ හැකිය.

❖ **1 වන පියවර** - ළමයා අවධානය යොමු කරන්නේ සහ නිරත වන්නේ කුමකදැයි ඔබේ අවධානයට ගන්න. ළමයා කරන දේ හෝ ළමයා බලා සිටින දෙය පිළිබඳව සරළ වාක්‍ය යොදා ගනිමින් ළමයා සමඟින් කතා කරන්න. කළ යුත්තේ කුමක්දැයි දැන ගැනීමට ළමයාට උදව් උවමනා කරන්නේ නම් ළමයා උනන්දුව දක්වනු ඇතැයි පෙනෙන හෝ ඉතා සුළු උපකාරයක් පමණක්

යොදා ගනිමින් ළමයාට කළ හැකි සරල “කාර්යභාරයක්” යෝජනා කරන්න. එය, බිල්ඩින් බ්ලොක් යොදා තැනූ කුළුණක් පෙරලා දැමීම හෝ පාවිච්චි කළ කඩදාසි අත් පිස්නාව කුණු බඳුනට දැමීම වැනි යමක් විය හැකිය.

❖ **2 වන පියවර** - මෙම ක්‍රියාකාරකම ඒ අයුරින් සිදු වන බව දරුවාට කලින් ම සිතා ගැනීමට හැකි වන පරිද්දෙන් ඊට කුඩා පියවරයන් කිහිපයක් එකතු කරන්න. උදාහරණ වශයෙන් බිල්ඩින් බ්ලොක් වලින් කුළුණක් තැනීම. එම කුළුණ පෙරලා දැමීම ක්‍රියාකාරකම් තුළ දරුවාට කළ හැකි කාර්යභාරයන් වැඩි වැඩියෙන් දරුවාට පවරන්න. උදාහරණ කිහිපයක් මෙසේය. මිතුරෙකු සමගින් ප්‍රහේලිකාවක සඟවන ලද කොටස් සෙවීම, කඩදාසි අත් පිස්නා එකිනෙකා අතින් මාරු කර යැවීම, විදුලි බල්බ දැල්වීම, පොත් එකතු කිරීම සහ ඒවා සුදුසු ස්ථානවලින් තැබීම, සංගීත භාණ්ඩයක් අතැතිව සම මට්ටමේ අනෙකුත් ළමයින් සමගින් පෙරහැරේ ගමන් කිරීම.

❖ **3 පියවර** - තමන්ගේ “කාර්යභාරය” සම්පූර්ණ කිරීම සඳහා ළමයාට අතිරේක උදව්වක් උවමනා වේ නම් එය ලබා දීමට ඉදිරිපත් වන්න. උදාහරණ වශයෙන් කඩදාසි අත් පිස්නාව කුණු බඳුනට විසි කරන්නට ඔබ උපදෙස් ලබා දුන් මුල් අවස්ථාවේදීම ළමයා එයට ප්‍රතිචාර නොදක්වන්නේ නම් ඔබට පහත අයුරින් යළි උත්සාහ කළ හැකිය.

- තවදුරටත් ළමයා සමීපයට යාම.
- ලබා දුන් උපදෙස් යළිත් වරක් ලබා දීම.
- කුණු බඳුන දෙසට අත දිගු කර පෙන්වීම.
- ළමයා සමගින් කුණු බඳුන කරා ගමන් කර කඩදාසි අත පිස්නාව කුණු බඳුනට විසි කරන්නට සම මට්ටමේ තවත්

ප්‍රමාණයක ද යෙදවීම. එවිට දෙදෙනාටම එක්වර විය සිදු කළ හැකිය.

- තමන් අපේක්ෂා කරන්නේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳව පූර්ව රැකවරණය සහ අධ්‍යාපනය ලබා දෙන්නා (**Early Care and Education Provider**) ඉතා පැහැදිලිව සඳහන් කළ යුතු වන අතර ප්‍රමාණය විය අවබෝධ වන බවද සහතික කරගත යුතුය. වඩාත් වැඩි ස්වාධීනත්වයකින් යුතුව සක්‍රීය සහභාගිත්වය ලබා දීමට ප්‍රමාණය ඉඩ සලසන අන්දමින් කාලයත් සමගින් අඩුවෙන් උපකාර ලබා ගනිමින් සරල “කාර්යභාරයක්” සම්පූර්ණ කිරීමට මෙතුළින් ප්‍රමාණය ඉගෙන ගැනීම වැදගත් වේ.

(iv). තේරීම් සිදු කිරීමට පහසුවීමට දායක ඉඟි (Visual Clues) භාවිතා කිරීම.

එක් ක්‍රියාකාරකමක/ස්ථානයක සිට තවත් ක්‍රියාකාරකමක් හෝ ස්ථානයක් දක්වා මාරුවීම ඔට්සම් සහිත ප්‍රමුඛ දුර්වලය. ප්‍රමාණය තේරීමක් ලබා දීම තුළින් මෙම මාරුවීමේ දුර්වලතා මඟහරවා ගැනීමට හැකිවනු ඇත. මෙම තේරීම් දෘෂ්‍යමය ආකාරයෙන් වනම් අදාළ ස්ථානය හෝ ක්‍රියාකාරකම නියෝජනය වන ඡායාරූපයක් හෝ යම් භාණ්ඩයක් ප්‍රමාණය පෙන්වීම තුළින් සිදුකරන්නේ නම් තමන්ට තෝරා ගැනීමට ඇති විකල්ප සම්බන්ධයෙන් අවබෝධයක් ලබා ගැනීමට ප්‍රමාණය හැකි වේ. මාරුවීම් වලට විරෝධතාවය පාහේ ප්‍රමුඛ නියෝග දීම වෙනුවට ඔවුනට තෝරා ගැනීමට විකල්ප ලබා දීම ප්‍රයෝජනවත් වේ. තමන් තෝරා ගත යුතු ක්‍රියාකාරකම තොදන්නා හෙයින් ඒ මේ අත ඇවිදීමට නැඹුරුවක් දක්වන ප්‍රමුඛ දුර්වලයක් ලබා දීම ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත. ප්‍රමුඛ සියලු දෙනාම කාමරයේ මැදට හෝ ක්‍රීඩා කරන කොටසට යා යුතු අවස්ථාවන්හි දී ප්‍රමාණය තමන් යා යුතු ස්ථානය පිළිබඳ විකල්පයන් ලබා දෙන්න. එම

අවස්ථාවේදී යා යුතු ස්ථානය සම්බන්ධයෙන් තේරීමක් ලබාදීමට නොහැකි නම් ක්‍රියාකාරකම් තුළ ළමයාට තෝරා ගැනීමට යමක් ලබා දෙන්න. උදාහරණ ලෙස “දවල් කෑම වේලාවේදී ඔබට උවමනා කරන්නේ නිල් කෝප්පයද? නැතිනම් රතු කෝප්පයද?” යනුවෙන් ඇසිය හැකිය. රූප භාවිතා කිරීම, ළමයාට තෝරා ගැනීමට ඇති තේරීම් පිළිබඳ අවබෝධ කර ගැනීම පහසු කරවන ක්‍රමයක් වනු ඇත.

පහත දැක්වෙන පියවර අනුමගමනය කිරීම තුළින් ළමයාට තේරීම් සිදු කිරීමට අවශ්‍ය කරන දෘෂ්‍ය ඉඟි ලබා දිය හැකිය.

❖ **1 පියවර** - ළමයා ප්‍රිය කරන ස්ථාන, මධ්‍යස්ථාන හෝ ක්‍රියාකාරකම්වල ඡායාරූප ලබා ගන්න. චිත්‍ර අඳින ස්ථානය, පොත් කියවන ස්ථානය, ආහාර ගන්නා ස්ථානය, කාමරයෙන් පිටත ඉඩකඩ යනාදී වූ විවිධ ස්ථාන මීට ඇතුලත් කරන්න. එම එක් එක් ස්ථානය නියෝජනය කරන්නා වූ, ළමයාට හඳුනාගත හැකි සංකේතයක් වන භාණ්ඩය බැගින් තෝරා ගැනීමටද ඔබට හැකිය. ඊට උදාහරණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- ළමයාගේ ප්‍රියතම පොතක් පොත් කියවන ස්ථානයේ සංකේතය ලෙස යොදාගත හැක.
- චිත්‍ර අඳින ස්ථානයේ සංකේතය වශයෙන් පින්සලක් යොදාගත හැකිය.
- සෙල්ලම් දුම්රිය සහිත මේසය නියෝජනය කිරීමට කුඩා දුම්රියක් යොදාගත හැකිය.
- ආහාර ගන්නා ස්ථානය නියෝජනය කිරීමට වතුර බොන කෝප්පයක් යොදා ගත හැකිය.

❖ **2 පියවර** - එක් ක්‍රියාකාරකමකින් තවත් ක්‍රියාකාරකමකට මාරු වීමට අවස්ථාව යෙදෙන විට ඔබටත් ඔබගේ අනෙකුත් කාර්ය මණ්ඩලයේ සාමාජිකයන්ටත් සොයා ගැනීමට පහසු වන අන්දමින්

මේ සියලුම ජායාරූප සහ භාණ්ඩ එක් නිශ්චිත ස්ථානයක තබන්න.

❖ **3 පියවර** - ළමයින්ට ක්‍රියාකාරකමකින් තවත් ක්‍රියාකාරකමට මාරුවීමේ අවස්ථාව වලඹුණු කල්හි ස්ථාන හෝ ක්‍රියාකාරකම් දෙකක් නියෝජනය වන ජායාරූප හෝ භාණ්ඩ දෙකක් ඉදිරිපත් කරන්න. ළමයා වෙත ගොස් ඔවුන්ගේ ඇස් මට්ටමට පහත් වී ළමයාට ජායාරූපය හෝ භාණ්ඩය හොඳින් දිස් වන සේ විය ඉදිරිපත් කරන්න.

❖ **4 වන පියවර** - ළමයාට තේරීම් දෙක ඉදිරිපත් කරන්න. උදාහරණ වශයෙන් සෙල්ලම් දුම්රිය සහ තිත්ත බුරුසුව ළමයා ඉදිරියේ දක්වා **“ඔයාට අද මුලින්ම ඕනෑ කරන්නේ සෙල්ලම් දුම්රියද? විතුවද?”** යනුවෙන් අසන්නට හැකිය. එක් එක් ජායාරූපයෙන් හෝ භාණ්ඩයෙන් නියෝජනය වන්නේ කුමක්දැයි ඉගෙන ගෙන වී සම්බන්ධයෙන් තේරීමක් කිරීම සඳහා ළමයාට උපකාර උවමනා වීමට ඉඩ තිබේ.

❖ **5 පියවර** - ළමුන් සියලු ම දෙනා ක්‍රීඩා පිටිය වැනි එකම ස්ථානයකට කැඳවා ගෙන යාමට ඔබට උවමනා වූ කල්හි පවා ඔබට තේරීමක් ලබා දිය හැකිය. උදාහරණ වශයෙන් කුඩා සවලක් සහ වෝක් කැබැල්ලක් පෙන්වා **“ඔයාට අද මුලින්ම ඕනෑ කරන්නේ වැලි සෙල්ලම් කරන්නද? වෝක් සෙල්ලම් කරන්නද?”** යනුවෙන් ඇසීමට හැකිය.

❖ **6 පියවර** - තේරීමක් සිදු කිරීම පිළිබඳව ළමයා වර්ණනා කරන්න. **“හොඳ ළමයා! ඔයා කැමති දේ තෝරාගන්නා”** වැනි යමක් පවසා ළමයා අගය කරන්න.

(v). සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කිරීම පොදු අවධානය (Joint Attention) පුරුදු පුහුණු කිරීම සඳහා ක්‍රීඩා භාණ්ඩ යොදා ගනිමින් සහයෝගයෙන් ක්‍රීඩා කිරීම.

සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කිරීමට නොහැකි වීම ඕටිසම් තත්ත්වය සම්බන්ධයෙන් වන සැලකිය යුතු එක් ප්‍රධාන කරුණක් වේ. යම් ක්‍රීඩා භාණ්ඩයක් යොදා ගනිමින් ළමයා හා එක්ව සෙල්ලමෙහි නිරත වීම තුළින් සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කිරීම වැඩි දියුණු කර ගත හැකිය. සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කිරීම යනු, ළමයාට රැකවරණය ලබා දෙන්නෙකු සහ ළමයා උනන්දුවක් දක්වන යම් භාණ්ඩයක් දෙස දෙදෙනාම සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කිරීමයි. **(Social Exchange)**. මෙහිදී ළමයා යම් භාණ්ඩයක් දෙසට අත් දිගු කර පෙන්වීමෙන්, එය බෙදා හදා ගැනීමෙන්, හෝ එය පෙන්වමින් වැඩිහිටියෙකු සමගින් සම්බන්ධ වේ. තවද, ළමයා යම් දෙයක් දෙසත් රැකවරණය ලබා දෙන්නා දෙසත් මාරුවෙන් මාරුවට බලමින් බොහෝ විට තම සතුව බෙදා ගැනීමට මඳ සිනා නැගීම, මහ හඬින් සිනාසීම හෝ එය පෙන්වීම සහ ඒ පිළිබඳව දක්වන උනන්දුව දිගින් දිගටම පවත්වා ගෙන යාම තුළින්ද මෙය පිළිබිඹු වේ. සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කිරීම යනු භාෂා සංවර්ධනය **(Language Development)** සහ සමාජ ප්‍රතිඵල **(Social Outcomes)** සම්බන්ධයෙන් පුරෝකථනය කරන්නා වූ වැදගත් කුසලතාවයක් වේ. එකිනෙකා ආසන්නයට වී සෙල්ලම් කිරීම වෙනුවට එකිනෙකා සමගින් එක්ව සෙල්ලම් කිරීම තුළින් ඕටිසම් සහිත ළමයාට වඩාත් වැඩි ප්‍රතිලාභ ගෙන දෙන අන්දමින් සෙල්ලමෙහි නිරත වීමට පෙර පාසල් ගුරුවරුන්ට හැකිය.

විවිධ වස්තු උපයෝගී කරගනිමින් ඔබ ළමයා සමග එක්ව ක්‍රීඩා කළ යුතු ආකාරය පහත පියවර තුළින් විස්තර කර දේ.

- ❖ **1 පියවර** - ළමයා උනන්දුවක් දක්වන්නා වූ වස්තුවක් හෝ ක්‍රියාකාරකමක් සොයා ගන්න.

❖ **2 පියවර** - එම වස්තුව යොදා ගනිමින් ළමයා සමගින් සෙල්ලමක හෝ ක්‍රියාකාරකමක නිරත වන්න. එහිදී එම සෙල්ලම සඳහා දෙදෙනෙකු අවශ්‍ය වන බව (ඔබ සහ ළමයා) සහතික කර ගන්න. ඊට උදාහරණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- හවුල්කරුවන් දෙදෙනෙකු අතරේ සෙල්ලම් ට්‍රක් රථයක් ඒ මේ අත මාරු කරමින් පැදවීම.
- හවුල්කරුවන් දෙදෙනෙකු අතරේ බෝලයක් මාරු කර ගැනීම.
- බිල්ඩින් බ්ලොක් සවි කිරීම මාරුවෙන් මාරුවට සිදු කරමින් කුළුණක් සෑදීම.
- මාරුවෙන් මාරුවට පොතක පිටු පෙරලීම.

❖ **3 පියවර** - ළමයා එම ක්‍රියාකාරකමට උනන්දුවක් දක්වන බවක් සහ එය රස විඳින බවක් පෙනෙන්නේ නම් ක්‍රියාකාරකම දිගින් දිගටම කරගෙන යන්න. ළමයා උනන්දුවක් දක්වන සහ රසවිඳින බවක් පෙනෙන, දෙදෙනෙකු අවශ්‍ය වන සෙල්ලම් කවරේදැයි ඔබගේ අවධානයට ගෙන දිනපතා ඒවා පුරුදු පුහුණු කිරීමට යොමු වන්න.

❖ **4 පියවර** - ළමයා ඔබ සමගින් සතුව බෙදා හදා ගන්නේ නැතිනම් (ළමයා සෙල්ලම් භාණ්ඩය දෙස පමණක් බලමින් ඔබ දෙස නොබලන්නේ නම්) එම සෙල්ලම් භාණ්ඩය ඔබගේ මුහුණ අසලට ගෙන ළමයා ඔබ දෙස බලන තෙක් සිටින්න. ළමයා ඔබ දෙස බැලූ පසු ළමයාට වර්ණනා කර ළමයා කැමති එම වස්තුව යළි ළමයාගේ අතට දී සෙල්ලම් කරගෙන යන්න.

(vi). සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කරන අතරේ වචන ඉගෙන ගැනීම.

භාෂා සංවර්ධනය සහ කථනය ඕටිසම් තත්ත්වය යටතේ අභියෝගකාරී විය හැකිය. භාෂා සංවර්ධනය (**Language Development**) ට දිරි දීම සඳහා ඔබට සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කිරීමේ ක්‍රියාකාරකම් යොදා ගත හැකිය. ළමයෙකු යම් වස්තුවක් හෝ ක්‍රියාකාරකමක් තමන්ට රැකවරණය සලසන්නකු සමගින් බෙදා හදා ගැනීමේදී සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කිරීම සිදු වේ. ළමයකු තමන් උනන්දුවක් දක්වන යම් වස්තුවක් දෙසට අත දිගු කර වීම වස්තුව දෙසත් තමාගේ රැකවරණය සලසන්නා දෙසත් මාරුවෙන් මාරුවට බැලීමට හෝ යම් වස්තුවක් ඔසවා පෙන්වමින් ඒ පිළිබඳව උනන්දුවක් ඇති බව පෙන්වීමට හෝ ඉඩ තිබේ. සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කරන අවස්ථාවන්හි ඊට වචන ද එකතු කිරීම තුළින් යම් යම් වස්තු සහ ක්‍රියාකාරකම් සමගින් වචන ගැලපීමට විය ළමයාට උපකාරී වනු ඇති අතර අලුත් වචන ඉගෙන ගැනීමටද ඒ තුළින් ළමයාට මග පෑදේ සහ ඒ තුළින් ඔවුන්ගේ භාෂා සංවර්ධනය තව දුරටත් වැඩි දියුණු වනු ඇත. සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කරන ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වන අතරේ වචන ඉගෙන ගැනීමට ළමයා සම්බන්ධ කර ගන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව පහත දැක්වෙන පියවර හරහා ඔබට විස්තර කර දී තිබේ.

- ❖ **1 පියවර :** ළමයා උනන්දුවක් දක්වන වස්තු සම්බන්ධයෙන් වන වචන ඔබ යොදා ගන්නා බව සහතික කරගැනීම පිණිස ළමයා උනන්දුවක් දක්වන කරුණ සඳහා මුල් තැන ලබා දෙන්න. ළමයා උනන්දුවක් දක්වන කරුණ සඳහා මුල් තැන ලබා දීම යනු ළමයා කරමින් සිටින ක්‍රියාකාරකමකට ඔබ සම්බන්ධ වීම හෝ ළමයා උනන්දුවක් දක්වන වස්තුවක් යොදා ගනිමින් සෙල්ලමෙහි නිරත වීමයි. ළමයා බලා සිටින්නේ කුමක් දෙසද යන්න හෝ ළමයා

තමන්ගේ අතට ලබා ගැනීමට කැමති කුමන වස්තුවද යන්න පිළිබඳව මනා අවධානයෙන් සිටීම තුළින් ළමයා උනන්දුවක් දක්වන්නේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳව ඔබට හොඳ වැටහීමක් ලබා ගත හැකිය.

❖ **2 පියවර** - අදාළ වස්තුව වෙනත් හා තවත් විනෝදජනක ආකාරයෙන් ඒ මේ අත සෙල්ලම් වැනිවූ ළමයා නිරත වන ක්‍රියාකාරකම තවදුරටත් පුළුල් කරන ආකාරයේ යම් විනෝදජනක ක්‍රියාකාරකමක් එකතු කරන්න. මෙහිදී ඔබත් ළමයාත් මාරුවෙන් මාරුවට එකිනෙක වස්තුව යොදාගෙන සෙල්ලමෙහි නිරත වන බව සහතික කළ යුතුය. අදාළ ක්‍රියාව, වස්තුව හෝ ක්‍රියාකාරකමට ගැලපෙන වචන එකතු කරමින් දරුවා සමග සෙල්ලමෙහි යෙදෙන්න.

❖ **3 පියවර** - සරලවූත් ප්‍රාණවත්වූත් ආකාරයෙන් භාෂාව භාවිතා කරන්න. ළමයා කරන දේ විස්තර කරන්නා වූ දීර්ඝ වාක්‍ය භාවිතා කිරීමෙන් වළකින්න. බෙදාහදා ගන්නා වස්තුව හෝ ක්‍රියාකාරකම සම්බන්ධයෙන් වන තනි වචන හෝ කෙටි යෙදුම් පේළි පමණක් භාවිතා කිරීම වඩාත් සුදුසුය. බෙදා හදා ගනු ලබන වස්තුව පිළිබඳව ළමයා දිගින් දිගටම උනන්දුවක් පෙන්නුම් කරන්නේ නම් එම වදන් හෝ යෙදුම් පේළි යළි යළිත් භාවිතා කරන්න. ඊට උදාහරණයක් පහත දැක්වේ.

ළමයා සෙල්ලම් ගෙම්බෙකු සමඟින් සෙල්ලමෙහි නිරත වීමට කැමති නම් ගෙම්බාට උඩ පනින්නට සලස්වා **“ගෙම්බා උඩ පනිනවා!”** යනුවෙන් ඔබට පැවසිය හැකිය. ගෙම්බා සමග සෙල්ලම් කිරීමට ඔබගේ වාරය පැමිණි විට ගෙම්බාට පියාඹන්නට සැලැස්වීම වැනි වෙනත් ආකාරයක ක්‍රියාවක් කිරීමට ඔබට

හැකිය. එවිට ඔබට “ගෙම්බා පියාඹනවා!” යනුවෙන් පැවසිය හැකිය.

❖ **4 පියවර** - ළමයා අලුත් වචනය භාවිතා නොකරන්නේ නම්, (“ගෙම්බා”) එම වචනය වෙනත් ආකාරයකින් යොදාගැනීමට දරුවාට දිරි ගන්වන්න. අදාල වස්තුව යොදා ගනිමින් වෙනත් ක්‍රියාවක නිරත වීමට ඔබට දරුවා දිරි ගැන්විය හැකිය. (“ගෙම්බාට පනින්නට කියන්න”) එසේත් නැතිනම් එම වස්තුව සම්බන්ධයෙන් ප්‍රශ්නයක් ඇසීමට ඔබට හැකිය. (“කවුද මේ පනින්නේ”) ළමයා එම අවස්ථාවේදීම අලුත් වචනය භාවිතා කිරීම ආරම්භ නොකළත් සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කරමින් සෙල්ලම් කරන අවස්ථාවන්හිදී සහ අනෙකුත් ක්‍රියාකාරකම් සිදු කරන විට දිගින් දිගටම වචන ඇතුල් කිරීම කරගෙන යන්න.

(vii). පොතක් බෙදා හදා ගැනීම මැදිහත් වීමක් වශයෙන් යොදා ගැනීම.

ඕට්සම් සහිත ළමුන් සමගින් පොත් පත් බෙදා හදාගෙන කියවීම සහයෝගයෙන් අවධානය යොමු කිරීම වැඩි දියුණු කිරීමටත් භාෂා සංවර්ධනයටත් උපකාරී වේ. පොත් බෙදා හදා ගැනීම යනු ළමුන්ට “පොතක් කියවීමෙන්” ඔබ්බට යන දෙයකි. පොත් දෙස බලමින් සහ ඒවා පිලිබඳ කතා කරමින් එක්ව කාලය ගත කිරීම තුළින් ළමුන් සහ වැඩිහිටියන් විනෝදය ලබන අතරම ළමයා ඉගෙනීමද සිදු කරයි. ළමුන් පොත්වලට කැමතිය. පොත්වල අලංකාර රූප තිබේ. පොත්වල ඇති මෙම රූප සහ ඊට සම්බන්ධ වචන සහ සිදුවීම් අලුත් වචන ඉගෙන ගැනීමටත් හේතුවල සම්බන්ධතා පිලිබඳ ඉගෙන ගැනීමටත් ළමුන්ට උපකාරී වේ.

පහත දැක්වෙන පියවර අනුගමනය කිරීම තුළින් පොත් පත් බෙදා හදා ගැනීමට ළමයින් යොමු කළ හැකිය.

- ❖ **1 පියවර** - අලංකාර වර්ණවත් රූප සහිත පොතක් තෝරා ගන්න. භාවාත්මක රූප හෝ කුඩා රූප බොහෝ ගණනාවක් ඇති පොත් තෝරා ගැනීමෙන් වළකින්න. එවන් පොත් සංකීර්ණ බවින් වැඩි අතර එය අවධානය බිඳීමට හේතු වේ.
- ❖ **2 පියවර** - පිටුවේ පෙනෙන්නට ඇති රූපය පිළිබඳව කතා කර ඔබ හම් කරන රූපය පෙන්වන ලෙස ළමයාට පවසන්න. එය විනෝදමත් සහ අන්තර් ක්‍රියා සහිත අවස්ථාවක් බවට පත් කර ගන්න. පිටුවේ පෙනෙන්නට ඇති වචන සියල්ලම ඔබ විසින් කියවිය යුතු නැත. ඔබ යොදාගන්නා භාෂාව ඉතාමත් සරල විය යුතුය.
- ❖ **3 පියවර** - ළමයාට ද යමක් පැවසීමට සහ පොතෙහි මිළඟ පිටුව පෙරලීමට අවස්ථාවක් ලබා දෙන්න.
- ❖ **4 පියවර** - පොත බෙදා හදා ගැනීමෙන් අනතුරුව සෙල්ලම් කරන විට එම පොතට සම්බන්ධ වන ආකාරයේ සෙල්ලම් භාණ්ඩ ඇති බව සහතික කර ගන්න. ඔබත් ළමයාත් එක්ව එම වස්තු යොදා ගනිමින් සෙල්ලම් කරන විට කලින් පොත කියවන අවස්ථාවේ ඔබ යොදාගත් වචන යළි යළිත් පවසන්න. එවිට ඔබ යොදාගත් වචන පොතේ පෙනෙන්නට තිබූ රූප සඳහා මෙන්ම සැබෑ වස්තු සඳහා ද යොදා ගැනෙන බව ළමයා ඉගෙන ගනු ඇත.

(viii). ළමයාගේ ඉගෙනුම් විභවය (Learning Potential) හඳුනා ගැනීම.

ඕට්සම් සහිත ළමයි ඉගෙනීමේ හැකියාව ඇත්තෝය. ඔවුන්ට මේ සඳහා අනෙකුත් ළමයින්ට වඩා ඔවුන්ට තම රැකවරණ සපයන්නන්ගේ උපකාර අවශ්‍යවේ. එවන් ළමුන්ගේ ඉගෙනුම දිරිගැන්වීම සඳහා ඔබට ළමයාගේ අවධානය දිනා ගැනීමට, පැහැදිලි උපදෙස් ලබා දීමට, දිගින් දිගටම ඔබේ ඉල්ලීමේ එල්ල සිටීමට සහ උචිත ප්‍රතිචාර දැක්වීම සඳහා ළමයාට අවශ්‍ය සහාය ලබා දීමට කටයුතු කළ හැකිය. මෙය සිදු කිරීම සඳහා ඔබේ පෙර පාසලේ ප්‍රමාණවත් මානව සම්පත් පැවතිය යුතුය. හැකි නම්, ළමයින්ට අවශ්‍ය උපකාර ලබා දීම ජිනීස දෙවන ගුරුවරයෙකු/රැකවරණය සපයන්නෙකු (**Shadow Teacher/Care Giver**) පත් කිරීම සුදුසුය. කෙසේ නමුත්, අත්‍යයත් සාමාන්‍යයෙන් අවධානය යොමු කරන දෙය දෙසට තමන්ගේ අවධානය යොමු නොකිරීමේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් ඕට්සම් සහිත ළමයි සෑම දිනකම ඉගෙනුම් අවස්ථා සිය ගණනක් අහිමි කර ගනිති. මෙසේ අහිමි වන ඉගෙනුම් අවස්ථා හේතුවෙන් ඔවුන්ගේ ඉගෙනුමේදී පසුගාමී වීමට ඔවුනට සිදු විය හැකිය.

පහත දැක්වෙන උපදෙස් අනුගමනය කිරීම තුළින් මෙම තත්ත්වය වළක්වා ගත හැකිය.

- ❖ **1 පියවර -** ඕට්සම් සහිත ළමුන්ට ඉගෙනීමට හැකි බව අපේක්ෂා කරන්න.
- ❖ **2 පියවර -** පැහැදිලි උපදෙස් ලබා දෙන්න. ඒ සඳහා පහත විස්තර ඔබට ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත.
 - ළමයාට සම්ප වී ළමයාගේ අවධානය දිනාගැනීම පිණිස ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ඇස් මට්ටමට යන්න.
 - උපදෙස් ඔවුනට ලබා දීම මෙන්ම පෙන්වීමද සිදු කරන්න.ඒ

සඳහා පින්තූර හෝ නිරූපනය (**Demonstrating**) භාවිතා කිරීම ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත.

- සරළ සහ පැහැදිලි භාෂාව භාවිතා කරන්න.

ප්‍රමයාගෙන් අපේක්ෂා කරන්නේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳව ප්‍රමයාට මනාව වැටහෙන බව සෑම විටම සහතික කර ගන්න. ඔබ ලබා දෙන උපදෙස් පැහැදිලි නම් එම ක්‍රියාකාරකම තුළින් වඩාත් ධනාත්මක අත්දැකීමක් ලැබෙනු ඇත.

❖ **3 පියවර** - ඔබ ලබාදෙන උපදෙස් ප්‍රමයාට වැටහෙන බව සහතික කරගැනීමෙන් අනතුරුව එම කාර්යය සම්පූර්ණ කරගැනීමට ප්‍රමයාට අවශ්‍ය උදව් ලබා දෙන්න. අදාළ ක්‍රියාකාරකමට සහභාගි වීම සඳහා ප්‍රමයාට අවශ්‍ය තරම් උපකාර ලබා දෙන අතරේම ප්‍රමයා විසින්ම ඒ සඳහා වෘයමක් දරන බව සහතික කර ගත යුතුය. සිදු විය යුත්තේ "ප්‍රමයා ලවා විය කරවීම" නොව ප්‍රමයා ඊට සම්බන්ධ කර ගැනීමයි.

❖ **4 පියවර** - දිනය මුළුල්ලේ ක්‍රියාකාරකම් පුරුදු පුහුණු කිරීමට අවස්ථා ගණනාවක් සලසා දෙමින් ප්‍රමයා එම පුරුද්දට හුරුවන විට ඔබෙන් ලැබෙන සහාය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අඩු කරන්න. ඔබේ ඉලක්කය විය යුත්තේ කාලයත් සමගින් ඔබෙන් ලැබෙන උදව් අඩුවෙන් ලබා ගනිමින් ප්‍රමයා ක්‍රියාකාරකම් වලට සම්බන්ධ වීමයි.

❖ **5 පියවර** - ඔබ සහ අන්‍යයන් දවස මුළුල්ලේම කරන විවිධ කටයුතුවලට ප්‍රමයා සම්බන්ධ කර ගත යුතුය. ඕපිසම් සහිත ප්‍රමුන්ට දීර්ඝ කාලසීමාවන් මුළුල්ලේ තනිවම සිටින්නට හෝ තනිව ඒ මේ අත ඇවිද යන්නට ඉඩ හැරීම තුළින් වැඩිහිටියන් සහ

අනෙකුත් ළමයින් සමග සමාජ ඉගෙනුමෙහි (Social Learning) නිරත වීමට ඇති අවස්ථා ඔවුනට අහිමිව යන අතර චතුළින් ඔවුනට ඉතාමත් දැඩි සේ අවශ්‍ය කරන ඉගෙනුම් අවස්ථා මගහැරී ගොස් ඔවුන්ගේ ප්‍රගතිය බාල වනු ඇත.

(ix). සම මට්ටමේ ළමුන්ගේ මැදිහත්වීමෙන් ලබන සහාය (Peer Mediated Support)

ඕට්සම් සහිත ළමුන්ට උපකාර කිරීම සඳහා සාමාන්‍ය ළමුන්ව දිරිගැන්විය හැකිය. ඒ සඳහා, ඕට්සම් සහිත ළමුන්ද ඇතුළුව සමාජ දුෂ්කරතා (Social Difficulties) සහිත තම මිතුරන් සමගින් සෙල්ලම් කරන්නේ සහ ඔවුනට උපකාර කරන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව ළමුන්ට ඉගැන්විය යුතු වේ. ඕට්සම් තත්ත්වය හේතුවෙන් සමාජ සංවර්ධනයට බලපෑම් වීම් ලැබේ. මේ හේතුව නිසාවෙන් අනෙකුත් ළමුන්ට මෙන් නොව ඕට්සම් සහිත ළමුන්ට සිටින්නේ ඉතාමත්ම සුළු මිතුරන් සංඛ්‍යාවක් වේ. මුල් අවධියේදී ලබන සමාජ කුසලතා සහ මිත්‍රත්වය තුළින් වඩාත් යහපත් සමාජ සහ අධ්‍යාපන ප්‍රතිඵල සෑම ළමයෙකුටම ලැබෙන බව පර්යේෂණ තුළින් පෙන්නුම් කර ඇත. තමන්ගේ සම මට්ටමේ සිටින ඕට්සම් සහිත ළමුන් සමගින් සෙල්ලම් කිරීමට මුල පුරන්නේ කෙසේද යන්න ළමුන්ට ඉගැන්වීම තුළින් ඔවුන් අතර මිත්‍ර සම්බන්ධතා දිරිගැන්වෙන අතර සමාජශීලීවීම (Socializing) තුළින් එකිනෙකා අතර බැඳුම් ඇති කරගැනීමටද ඉන් මග පාදයි. ඒ සඳහා පහත දැක්වෙන පියවර උපකාරී වනු ඇත.

- ❖ **1 පියවර** - විශාල කණ්ඩායමක් ලෙස පොදුවේ කාලය ගත කරන අවස්ථාවේදී සියලු ම ළමුන්ට මූලික සමාජ කුසලතා උගන්වන්න. එම අවස්ථාවේදී ළමුන්ට උගන්වන කුසලතා අතරට පහත දැක්වෙන කුසලතා ද ඇතුළත් විය හැකිය.

- මිතුරාගේ අතට තට්ටු කිරීම තුළින් හෝ සෙල්ලම් කිරීමට පැමිණෙන්නේදැයි ඇසීම තුළින් මිතුරාගේ අවධානය ලබා ගැනීම.
- සෙල්ලම් භාණ්ඩයක් හෝ කෙටි කෑමක් වැනි යමක් පන්තියේ සිටින මිතුරකුට දීම තුළින් බෙදා හදා ගැනීම.
- අගය කිරීමට ලක් කරමින් යම් වස්තුවක් ඉල්ලා සිටීම තුළින් චිකිතේකා සමගින් බෙදා හදා ගැනීම.

මෙම කුසලතා ළමයින්ට ඉගැන්වීමෙන් අනතුරුව එම කුසලතා පුරුදු පුහුණු කර ඔබට පෙන්වන මෙන් ළමුන්ට පවසන්න.

❖ **2 පියවර** - තමන් කැමති ක්‍රීඩාවක නිරත වීම, චිළිමහනේ සෙල්ලම් කිරීම, ආහාර ගන්නා අවස්ථාව සහ ක්‍රියාකාරකමකින් ක්‍රියාකාරකමකට මාරු වීම ඇතුළුව දෛනිකව සිදු කරන විවිධ ක්‍රියාකාරකම් වලදී චිකිතේකා සමගින් මෙම කුසලතා භාවිතා කිරීමට පුහුණු වන්නට ළමුන් දිරි ගන්වන්න.

❖ **3 පියවර** - ඕටිසම් සහිත ළමයෙකු දිර්ඝ වෙලාවක් තිස්සේ තනිවම සෙල්ලම් කරන්නේ නම්, තමන් ඉගෙන ගත් ඉහත කී සමාජ කුසලතාවක් පුරුදු පුහුණු කරන්නට එම ළමයා වෙත සමීප වන මෙන් සම මට්ටමේ තවත් ළමයෙකු දිරිගැන්විය හැකිය. එම අවස්ථාවේදී තමා සතු යමක් ඕටිසම් සහිත ළමයා සමග බෙදා හදා ගැනීමට හෝ එම ළමයා සමගින් සෙල්ලම් කරන මෙන් ආරාධනා කිරීමට යෝජනා කළ හැකිය.

❖ **4 පියවර** - සම මට්ටමේ අනෙකුත් ළමයින් සමගින් තමන්ගේ සමාජ කුසලතා පුරුදු පුහුණු කරනු දකින සෑම අවස්ථාවකදීම ඔබ විසින් එම ළමුන් අගය කළ යුතුය. චිතුලින් ළමයා කෙරෙහි ධනාත්මක ලෙස අවධානය යොමු වන අතර එය අනෙකුත්

ලමයිනිටද තමාගේ සමාජ කුසලතා පුරුදු පුහුණු කිරීමට දිරිගන්වන්නා වූ සාධකයක් වනු ඇත.

(x). සිදුවන්නට යන්නේ කුමක්දැයි කලින් කිව හැකි ඉඩකඩ (Predictable Spaces) ඇති කිරීම.

සිදු වන්නට යන්නේ කුමක්දැයි කලින් කිව හැකි ඉඩකඩ යනු, ඔබේ පරිසරයේ ඇති එකම කාර්යයක් සඳහා සෑම විටම යොදා ගන්නා ස්ථාන වේ. උදාහරණයක් වශයෙන් ඔබට ආහාර ගැනීම සඳහා වෙන් කළ ස්ථානයක් සහ කණ්ඩායමක් ලෙස එක් වී ක්‍රියාකාරකම් වල නිරත වීමට වෙන් කළ ස්ථානයක් තිබෙන්නට ඉඩ තිබේ. එම ස්ථානයට ගිය විට මිලඟට සිදුවන්නට යන්නේ කුමක්දැයි ළමුන්ට කලින්ම කීමට හැකි වන්නේ නම් “මම දැන් කරන්නේ කුමක්ද” සහ “මම එය කරන්නේ කොතැන සිටද” යනාදි තොරතුරු එම ස්ථානය තුළින්ම ළමයාට ලබා දේ. බොහෝ ළමුන් එසේ කලින් කීමට හැකි තත්ත්වයන්ට ප්‍රිය කරන අතර ඔවුන්ට සහිත ළමුන් එවන් තත්ත්වයන්ට විශේෂයෙන්ම ප්‍රිය කරයි. සිදුවන්නට යන්නේ කුමක්දැයි කීමට හැකිවීම තුළින් ළමයාගේ පරිසරය තුළ යම්කිසි ස්ථාවරත්වයක් ඇති කෙරෙන අතර තමන්ගෙන් මිලඟට අපේක්ෂා කරන්නේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳව ඉඟි ළමයාට ලබා දේ.

මිලඟට සිදුවන්නේ කුමක්දැයි කීමට හැකි ඉඩකඩ පෙර පාසල තුළ නිර්මාණය කිරීම සඳහා පහත දැක්වෙන පියවර අනුගමනය කරන්න.

- ❖ **1 පියවර - සෑම දිනකදීම එකම ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීමට වෙන් කෙරුණු විවිධ ස්ථාන පැහැදිලිව හඳුනාගත හැකි ආකාරයේ සීමාවන් වෙන්කිරීම සඳහා පරිසරයේ ඇති විවිධ ගෘහ භාණ්ඩ සහ උපකරණ යොදා ගන්න.** ඊට උදාහරණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- බිල්ඩින් බිලොක් යොදාගනිමින් සෙල්ලම් කරන ස්ථාන සලකුණු කිරීම.
- නාට්‍ය රඟ දක්වන ස්ථානය.
- පොත්පත් කියවන ස්ථානය.
- ආහාර ගන්නා ස්ථානය.
- චිත්‍ර ඇඳීමට යොදාගන්නා ස්ථානය.

❖ **2 පියවර :** චිත්‍ර ඇඳීම සඳහා, දිවා ආහාරය ගැනීම සඳහා හෝ වෙනත් ක්‍රියාකාරකම් යනාදි වූ ක්‍රියාකාරකම් ගණනාවක් සඳහා යොදාගත හැකි මේස වැනි බහු-ප්‍රයෝජන (**Multi-use**) ස්ථාන වලදී ළමයාගෙන් බලාපොරොත්තු වන්නේ කුමක්දැයි පෙන්වීමට දෘෂ්‍ය ඉඟි (**Visual Cues**) ලබා දිය හැකිය. එකම මේසයේ විවිධ ක්‍රියාකාරකම් කිරීමේදී යොදාගත හැකි දෘෂ්‍ය ඉඟි කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- මේසය මත තිත්ත බඳුන් තැබීම තුළින් චිත්‍ර ඇඳින අවස්ථාව ඵලඹ ඇති බවට දෘෂ්‍ය ඉඟියක් ලබා දිය හැකිය.
- මේසය මත මේස රෙද්දක් ඵළීම එසේ නැතහොත් මේසය මතින් කෑම පෙට්ටි තබා දිවා ආහාරය ගැනීමට ළමයින්ට ආරාධනා කිරීම දිවා ආහාරය ගැනීම සඳහා වන දෘෂ්‍ය ඉඟිය වනු ඇත.

(xi). සිදුවන්නේ කුමක්දැයි කලින් කීමට හැකි අන්දමින් දෛනිකව සිදු කෙරෙන කාර්යයන් (**Predictable Routines**)

මෙම ක්‍රියාකාරකම් ද සිදුවනු ඇත්තේ කුමක්දැයි කලින් කිව හැකි ඉඩකඩ (**Predictable Spaces**) නිර්මාණයට සමානවය. ඕටිසම් සහිත කුඩා ළමුන් මිළඟට සිදුවන්නේ කුමක්දැයි කලින් දැන සිටීමට (**Predictability**)

කැමැත්ත දක්වති. තමන්ගෙන් අපේක්ෂා කෙරෙන්නේ කුමක්ද යන්න සහ දවස මුළුල්ලේ තමන්ට අපේක්ෂා කළ හැකි කුමක්දැයි දැන සිටීමට ඔවුන් කැමතිය. සිදුවනු ඇත්තේ කුමක්දැයි කලින් කීමට හැකි අන්දමින් දිනපතා කරන ක්‍රියාකාරකම් හරහා මෙම තොරතුරු පැහැදිලිව සහ ඒකාකාරව ළමයාට ලබා දෙයි. **"මම කරන්නේ කුමක්ද?" "මම එය කරන්නේ කොහි සිටද?"** සහ **"මම මිළඟට කරන්නේ කුමක්ද?"** වැනි ප්‍රශ්න සඳහා ළමුන්ට පිළිතුරු ලබා දීමට මෙම ක්‍රමයෙන් මග පෑදෙයි.

පහත දැක්වෙන පියවර අනුගමනය කිරීම හරහා ඔබට සිදුවනු ඇත්තේ කුමක්දැයි කලින් කීමට හැකි අන්දමේ දිනපතා ක්‍රියාකාරකම් ඇති කර ගැනීමට හැකි වේ.

❖ **1 පියවර :** බොහොමයක් දිනවල ඔබේ පෙර පාසලේ කෙරෙන්නා වූ ක්‍රියාකාරකම්වල ලැයිස්තුවක් සාදන්න. වැසිකිළි යාම, ඩයිපර් මාරු කිරීම, දිවා ආහාරය, කෙටි ආහාර ගැනීම, කැමති සෙල්ලම් වල නිරත වීම, එළිමහනේ සෙල්ලම් කිරීම යනාදිය මීට උදාහරණ වේ.

❖ **2 පියවර :** මෙම ක්‍රියාකාරකම් බොහොමයක් දිනවලදී එකම අනුපිළිවෙලට සිදු කෙරෙන අන්දමට ඒවා අනුපිළිවෙලකට පෙළ ගස්වන්න. යම් යම් දිනවල එහි සුළු වෙනසක් වීමට ඉඩ ඇත. උදාහරණ ලෙස එක් එක් දිනයේ විත්‍ර ඇඳීමට යොදාගන්නා ද්‍රව්‍ය වෙනස්වීමට හෝ බඩුදා දිනයේ පැමිණෙන අමුත්තා වශයෙන් විවිධ පුද්ගලයින් පෙර පාසල වෙත පැමිණීමට ඉඩ තිබේ. නමුත් ක්‍රියාකාරකම් වලින් බහුතරය එකම අනුපිළිවෙලකට සිදුවිය යුතුය.

❖ **3 පියවර :** එක් ක්‍රියාකාරකමකින් අනෙක් ක්‍රියාකාරකමට

මාරුවීමට ආසන්න වන විට ඒ බව ළමයින්ට දැනුම් දෙන්න. ඒ සඳහා ඔබට යොදාගත හැකි ක්‍රම කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- දෘශ්‍ය උපකරණයක් හෝ වේලාවක් නාදවන සීනුවක් යොදා ගැනීම.
- “තව මිනිත්තු දෙකකින් අපි පිරිසිදු කරන්න පටන් ගනිමු” යනුවෙන් පැවසීම.
- මාරුවන අවස්ථාවේ ගැසීමට ගීතයක් යොදා ගැනීම. එනම් පිරිසිදු කිරීමේ ගීතය වැනි ගීතයක් වේ.

❖ **4 පියවර :** සුපුරුදු දිනවර්ගාවේ අනුපිළිවෙල වෙනස් නොකර පවත්වාගෙන යාමේ වැදගත්කම පිළිබඳව අළුතෙන් එන කාර්ය මණ්ඩල සාමාජිකයින්ද දැනුවත් කිරීම.

(xii). ළමයාගේ අවධානය වෙනතකට යොමු කර (Distracting) සුදුසු හැසිරීමක් වෙත ළමයාගේ අවධානය යළි යොමු කිරීම. (Redirecting)

ඕටිසම් සහිත ළමුන් ඇතැම් අවස්ථාවල අභියෝගාත්මක හැසිරීම් පෙන්නුම් කරනු ඇත. ළමයාගේ එම අභියෝගාත්මක හැසිරීම වෙනස් කර එවන් හැසිරීමක් ඇති කිරීමට හේතුපාදක වූ කරුණු ළමයාගේ සිතින් අමතක කරවා දැමීමට ඇතැම් විටක වුවමනා වන්නේ අවධානය වෙනතකට යොමු කිරීමක් හෝ අවධානය යළි යොමු කිරීමක් හෝ පමණක් විය හැකිය. ළමයා චිත්ත පීඩාවකින් පසුවන බවක් පෙනෙයි නම් ඔවුනට සෙල්ලම් බඩුවක් පෙන්වීම, වෙනත් ක්‍රියාකාරකමකට යොමු කිරීම හෝ වෙනත් මිතුරකු සමගින් සෙල්ලම් කිරීමට යොමු කිරීම තුළින් නුසුදුසු හැසිරීම්වලින් වෙනතකට අවධානය යොමු කරවා ගැනීමට ඔබට හැකිවනු ඇත. මෙම ක්‍රමෝපාය හරහා හැසිරීම වඩාත් යහපත් අතකට

“යළි පිහිටුවීම” (reset) ඔබට හැකිය. අවධානය වෙනතකට යොමු කරවා ගැනීමේ අදහසින් ඉදිරිපත් කෙරෙන වස්තුව හෝ ක්‍රියාකාරකම් ළමයා දැඩි සේ ප්‍රිය කරන්නක් නම් මෙම ක්‍රමය වඩාත් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ගෙන දෙයි.

පහත දැක්වෙන පියවර අනුගමනය කිරීම තුළින් ළමුන් වඩාත් උචිත හැසිරීම් දෙසට නැවත යොමු කරවා ගැනීමට පෙර පාසල් ගුරුවරුන්ට හැකි වනු ඇත.

❖ **1 පියවර :** ළමයින් විසින් අභියෝගාත්මක හැසිරීම් පෙන්නුම් කිරීමේ වැඩි සම්භාවිතාවක් ඇති පසුබිම් (දවසේ වේලාවන්, ක්‍රියාකාරකම්) කවරේදැයි හඳුනාගන්න. උදාහරණ ලෙස, උදෑසන පෙර පාසලට පැමිණි වහාම හෝ සැන්දෑවේ නිවසට යාමට පෙරාතුව ළමයෙකු අභියෝගාත්මක හැසිරීම් පෙන්නුම් කිරීමට ඇති ඉඩකඩ වැඩිය. නැතහොත් ආහාර ගන්නා අවස්ථාව හෝ කවයක් සෑදී කණ්ඩායමක් ලෙස ක්‍රියාකාරකම් කරන අවස්ථාවේ එවන් තත්ත්වයක් උද්ගත විය හැකිය. එම වේලාවන්හිදී අවශ්‍ය වුවහොත් ඉක්මනින් මැදිහත් වීමට හැකි ලෙස ළමයා ආසන්නයේම රැඳී සිටින්න.

❖ **2 පියවර :** ළමයා වඩාත්ම ප්‍රිය කරන ක්‍රියාකාරකම් සහ වස්තු කවරේදැයි ලැයිස්තුවක් සාදන්න. එම වස්තු හා ක්‍රියාකාරකම්වල ඡායාරූප හෝ එම වස්තු හෝ ක්‍රියාකාරකම් එක ස්ථානයක තබන්න.

❖ **3 පියවර :** එක් එක් ක්‍රියාකාරකම හෝ අන්තර්ක්‍රියාව අවස්ථාවේදී ඔබ අපේක්ෂා කරන දෑ (“අපි පිරිසිදු අත් පාවිච්චි කරමු” යනාදී වශයෙන්) පැහැදිලිව සඳහන් කරන්න.

- ❖ **4 පියවර :** අවධානය වෙනතක යොමු කිරීම හෝ යළි යොමු කිරීම අවශ්‍ය වුවහොත් ළමයා ප්‍රිය කරන වස්තුව/ක්‍රියාකාරකම හෝ විභි පින්තූරය පෙන්වන්න.
- ❖ **5 පියවර :** ළමයා වාචිකව එම අළුත් වස්තුව හෝ ක්‍රියාකාරකම වෙත යොමු කරන්න. **“එන්න, අපි ඔයා කැමතිම බෝනික්කා නාවන්න යමු.”** අවශ්‍ය වේ නම් අළුත් ක්‍රියාකාරකමට හුවමාරු වන අවස්ථාවේ දරුවාගේ අතින් අල්ලාගෙන මඟ පෙන්වන්න.
- ❖ **6 පියවර :** නව ක්‍රියාකාරකමට මාරු වීම වෙනුවෙන් ළමයා ඇගයීමට ලක්කර අළුත් වස්තුව/ක්‍රියාකාරකම යොදා ගනිමින් සතුටුවීමට ළමයාට අවශ්‍ය සහාය ලබා දෙන්න.

එක් එක් ළමයාගේ ඉලක්කගත හැසිරීම් (**Targeted Behavior**) සඳහා ලිඛිත වර්ග සැලසුමක් (**Behavior Plan**) සකසිය යුතුය. ළමයින්ගේ නුසුදුසු හැසිරීම් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීම සඳහා ද සැලසුමක් තිබිය යුතුය. මෙම සැලසුම්වල පිටපත් ඔබේ කාර්ය මණ්ඩලයේ සෑම දෙනා වෙතම තිබිය යුතුය. ශිෂ්‍යයින්ගේ අවශ්‍යතා අනුව එක් එක් හැසිරීම් සැලසුම දීර්ඝ වීමට හෝ කෙටි වීමට ඉඩ තිබේ. “ළමයා යළි යළිත් තම පාවහන් ගලවන්නේ නම් කළ යුත්තේ කුමක්ද?” වැනි සුළු කරුණු පවා ආවරණය කෙරෙන අන්දමින් මෙම සැලසුම සකස් කිරීමට හැකිය. එතැන් සිට, කලහකාරී බව, පහර දීම, පා පහර දීම යනාදී බරපතළ කරුණු ආවරණය දක්වා විය ව්‍යාප්ත කළ හැකිය. එක් එක් ළමයාට අදාළව වර්ග සම්බන්ධ මැදිහත්වීම් සැලසුම් (**Behavior Intervention Plans**) සකසීමට ඔබ විසින් ක්‍රියාකාරීත්ව වර්ග ඇගයුමක් (**Functional Behavior Assessment**) සිදු කළ යුතුය. එසේ සකසන වර්ග සැලසුම, එම එක් එක් හැසිරීම අවස්ථාවේදී ඔබේ කාර්ය මණ්ඩලයේ සෑම දෙනාම එකම ආකාරයෙන් ප්‍රතිචාර දක්වන බව සහතික කර ගත හැකි ලිඛිත ක්‍රියාත්මක සැලසුමක් (**Plan of Action**) විය යුතු ය.

6. කලින් කලට විමසුම් සාකච්ඡා පවත්වන්න

ඕපිසම් සහිත ළමුන්ගේ අවශ්‍යතා හා ගැටළු පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීමට ඔබේ කණ්ඩායමේ සාමාජිකයන් සමගින් රැස්වීම් පවත්වා කටා කිරීම වැදගත් ය. පන්ති කාමරයේ සේවයේ නියුතු ඔබගේ කණ්ඩායමට අවම වශයෙන් සතියකට වරක් හෝ රැස් වී විමසුම් සාකච්ඡා පැවැත්විය යුතුය. සිසුන් පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීම, සන්නිවේදන උපාය මාර්ග සමාලෝචනය කර සංශෝධනය, ඉගැන්වුම් උපාය මාර්ග, වර්ග මැදිහත්වීම්, කාලසටහන් සැකසීම සහ පන්ති කාමරයේ භූමිකා සහ වගකීම් යනාදී මාතෘකා යටතේ විවත් සාකච්ඡා පැවැත්විය හැකියි. සිසුන්ට මෙන්ම කාර්ය මණ්ඩලයටද සාර්ථක ඉගෙනුම් පරිසරයක් නිර්මාණය කරදීම සඳහා කාර්ය මණ්ඩලයේ සෑම දෙනාටම තම අදහස් පලකිරීමට දිරි දිය යුතු ය.

7. සංවේදන ගැටළු (Sensory Issues) :

දිනය මුළුල්ලේම සංවේදන ගැටළු පිළිබඳ අවධානය යොමු කළ යුතු වේ. අදාළ වන අවස්ථාවන්හි එක් එක් ළමයාගේ සංවේදන ගැටළු හඳුනාගෙන ඊට උචිත පරිදි වැඩසටහන් සකස් කර දෛනික කාලසටහනට ඇතුළත් කළ යුතුය.

8. ඔට්සම් තත්ත්වයෙන් පෙළෙන දරුවන් වැඩිපුර උපදෙස් සඳහා යොමු කිරීම.

ඔට්සම් තත්ත්වයෙන් පෙළෙන දරුවන් හඳුනාගැනීම, මෙම ලේඛනයේ සඳහන් කර ඇති ඉහත කී ලක්ෂණ මගින් සිදු කළ හැක. යම් දරුවකු එවැනි ලක්ෂණ සහිත බව ඔබට හැඟේ නම් දරුවාගේ දෙමාපියන්ගේ අවධානය ඔබ විසින් මේ වෙත යොමු කළ යුතු අතර, ඒ බැව් තහවුරු කරගැනීම සඳහා ළමා මනෝ වෛද්‍යවරයකුට යොමු කිරීම සම්බන්ධයෙන් සාකච්ඡා කළ යුතුය. මෙම තත්ත්වය හඳුනා ගැනීමේ ක්‍රියාවලිය සඳහා ඔබගේ නිරීක්ෂණ ඇතුලත් සටහන් ලබාදීම තුළින් එය වඩාත් ඵලදායී වනු ඇත.

මෙහිදී වඩාත්ම වැදගත් කරුණක් වන්නේ මෙම තත්ත්වය දෙමාපියන් හට ඉතා සංවේදී මාතෘකාවක් වන බැවින් දෙමාපියන්ගේ අදහස හා කැමැත්ත නම්, වෙනුවෙන් නිසි සැලකිල්ල ලබා දිය යුතු වීමයි. එමෙන්ම එම රෝග විනිශ්චය තොරතුරු පෙර පාසල් ගුරුවරුන් සමග හුවමාරු කර ගැනීමට කැමැත්තක් දක්වනුයේ ඇතැම් දෙමව්පියන් පමණක් වන අතර, එවැනි දරුවකුගේ උෟන ක්ෂේත්‍ර වැඩි දියුණු කිරීමට ගුරුවරියට සහය විය හැකි බැවින් ගුරුවරිය සමග චලෙස තොරතුරු හුවමාරු කර ගැනීමට දෙමාපියන් තුළ විශ්වාසයක් ඇතිවීම වැදගත් වේ. තවද, එවැනි අවස්ථාවක දෙමව්පියන් චලෙස පෙර පාසල් ගුරුවරිය සමග හුවමාරු කරගත් තොරතුරු වල රහස්‍යභාවය සුරැකීමට අදාළ ගුරුවරිය ඉතා විශ්වාසනීයව කටයුතු කළ යුතුමය.

ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

1. Autism Science Foundation. Guide for Preschool Teachers Supports Autism Inclusion [Internet]. [cited 2016 Oct 22]. Available from:
<https://autismsciencefoundation.wordpress.com/2009/09/08/guide-for-preschool-teachers-supports-autism-inclusion/>
2. American Psychiatric Publishing. Autism Spectrum Disorder [Internet]. Autism Spectrum Disorder. 2012. p. 2012–3. Available from: [http://www.dsm5.org/Documents/Autism Spectrum Disorder Fact Sheet.pdf](http://www.dsm5.org/Documents/Autism-Spectrum-Disorder-Fact-Sheet.pdf)
3. Autism Speaks. DSM 5 Criteria: Autism Spectrum Disorders [Internet]. Available from:
<https://www.autismspeaks.org/what-autism/diagnosis/dsm-5-diagnostic-criteria>
4. Kassari C. TIPS FOR EARLY CARE AND EDUCATION PROVIDERS Simple Concepts to Embed in Everyday Routines [Internet]. 2011. Available from:
https://www.acf.hhs.gov/sites/default/files/ecd/508_tips_for_early_care_and_education_providers_april_2013.pdf
5. LR W, GT B, PC D. Toddlers with autism: developmental perspectives. Infants Young Child An Interdiscip J Early Child Interv [Internet]. 2003;16(3):201–214 14p. Available from:

<http://search.ebscohost.com.ezproxy.liberty.edu:2048/login.aspx?direct=true&db=rzh&AN=106523472&site=ehost-live&scope=site>

6. Martinez-pedraza F, Carter AS. Autism spectrum disorders in young children. *Child Adolesc Psychiatr Clin N Am*. 2009;18(3):645–63.
7. Roberts KG. *Modifying the Preschool Classroom to Include Children with Autism*. 2008.
8. Speaks A. Educating Students with Autism A Child ' s Right to Public Education. *Autism Speak* [Internet]. 2012;71–9. Available from: https://www.autismspeaks.org/sites/default/files/sctk_educating_students_with_autism.pdf
9. Wright K. 20 Classroom Modifications for Students with Autism [Internet]. 2001. Available from: http://tcsp.ssharpschool.net/UserFiles/Servers/Server_981069/File/Migrated Documents/20_classrm_modifications_for_students_with_autism.pdf

