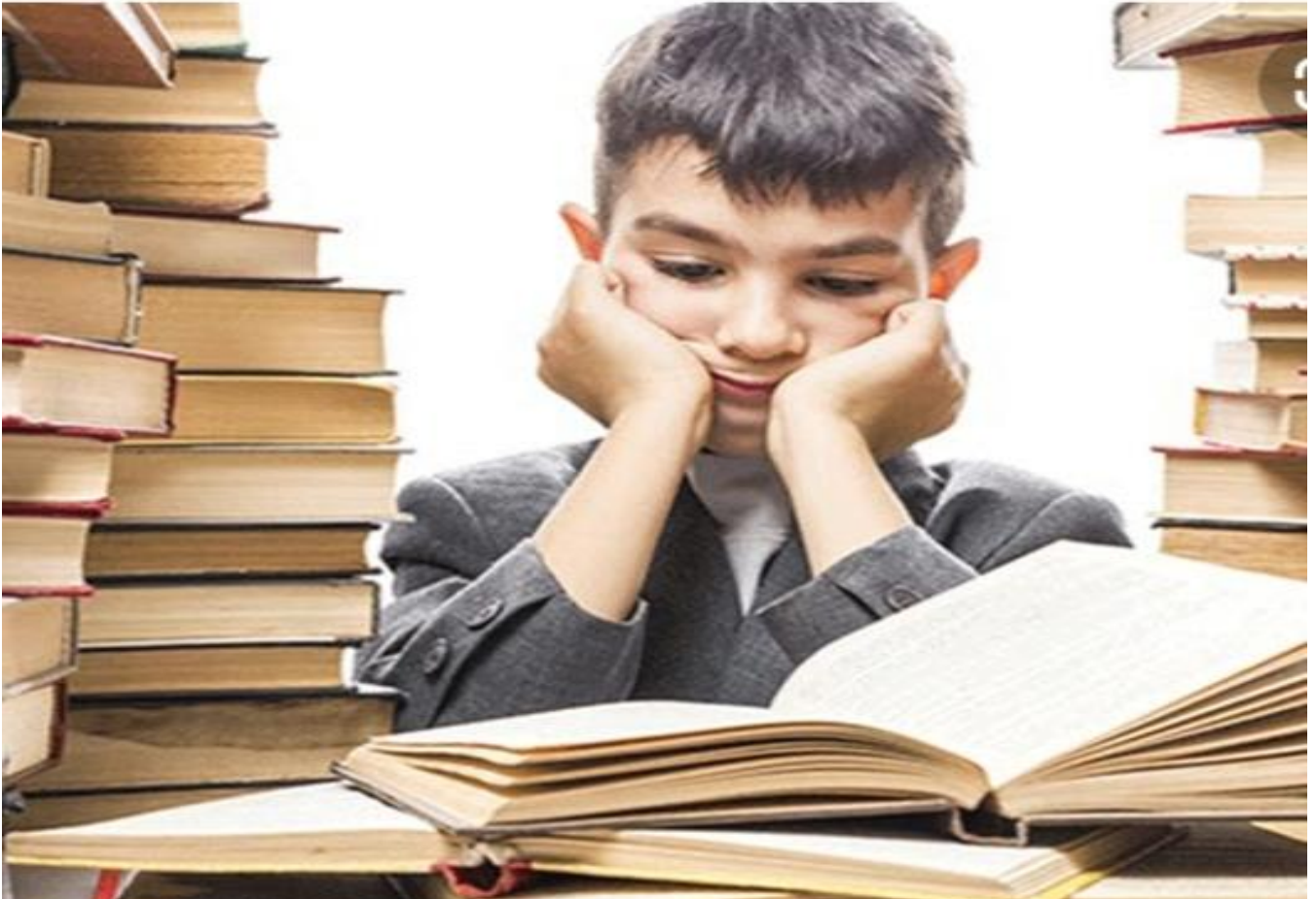


කොරෝනා සහ ළමාවිය



මේ දවස්වල කොරෝනා වසංගතය එක්ක අපේ දරුවෝ ගතකරන්නේ ඒකාකාරී ජීවිතයක්. පාසල් යන්න යාළුවෝ හමුවෙන්න, ක්‍රීඩා කටයුතු හැමදේම නතර වෙලා. මේ හේතුවෙන් දරුවන් නොයෙකුත් මනෝමය සංකූලතා වලට මුහුණ දෙන්න වැඩි ඉඩකඩක් තිබෙන අතර ඒ පිළිබඳ අවධානය යොමුකර කටයුතු කිරීම මගින් ඔවුන්ගේ එම තත්ත්වය වලක්වා ගත හැකි වේ. ඒ පිළිබඳ අවධානය යොමුකර කටයුතු කිරීම දෙමාපියන්ගේ වගකීමකි.

මුලින්ම දරුවන් පෙන්වන ලක්ෂණ කෙරෙහි අවධානයෙන් සිටිය යුතු අතර කිසි ලෙසකින්වත් දෙමාපියන් ඒවා මගහරවා නොගතයුතු වේ. එවැනි ලක්ෂණ කිහිපයකි. මේ ලෙස සිදු වීමට බොහෝ විට හේතු වන්නේ කොරෝනා නිසා තමන් සහ දෙමාපියන් අනාරක්ෂිත බව දැනීම නිසාය.

- නිතර කේන්තියෙන් තරහින් පසුවීම.
- දෙමාපියන් කියන දේ නොඇසීම හා කියන දේට ප්‍රතිවිරුද්ධ දේ කිරීම.
- දරුවාගේ සංවර්ධන අවධියට සහ වයස් සීමාවට පහල වයස්වලට උචිත ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම.

- නිදිමත ගතිය වැඩිවීම මෙය නිදාගන්නා කාලය වැඩිවීම නිසා ද ඇතිවේ.
- කෑම අරුවිය හෝ අනවශ්‍ය ලෙස ආහාර ගැනීම
- නිතරම කල්පනාකාරීව කල්ගත කිරීම හා කතාබහ අඩුවීම .
- හීනෙන් බය වීම

දරුවාගේ ඉහත ලක්ෂණ නිතර දක්නට ලැබෙන බව පෙනේ නම් එම තත්වය සාමාන්‍ය තත්ත්වයට පත්කර ගැනීමට දෙමාපියන් විසින් කළයුතු කාර්යයන් කිහිපයක්ම තිබේ.එනම්,

1. දරුවා ඉදිරිපිටදී කොරෝනා වසංගතය පිළිබඳ එහි භයානක බව,සිදුවන මරණ පිළිබඳ කථා නොකිරීම සහ ඒ පිළිබඳ රූපවාහිනී වැඩසටහන් වලින් දරුවා ඇත්කර නිසි සෞඛ්‍ය පුරුදු රැකගැනීම සහ එන්නත්කරණය වැනි ප්‍රතිකාර මගින් රෝගය පාලනය කළ හැකි බව අවබෝධ කරවීම.

2. දරුවාට උචිත දිනවර්ෂාවක් සකස් කර දීම.
3. දරුවන් ඵලිමහනේ කටයුතු වලට සම්බන්ධකරගැනීම.පැලසිටුවීම,සතූන්ට කෑම දෙන ස්ථානයක් සැකසීම,ගෙවත්ත සුද්ද කිරීම ආදී කටයුතු සිදුකල හැකිය.
4. දරුවන්ට උචිත ගීත ,කතන්දර ඇසීමට දීම.
5. දරුවා සමග නිතර සුභද කතාබහ සිදු කිරීම.
6. නිවසේ ආගමික කටයුතු වල නිරත වීම.
7. කොරෝනා වසංගතය නිසා දරුවා සහ පවුලේ අය අනාරක්ෂිත නොවන ඇගවීමට ක්‍රියා කිරීම.

මේ ආකාරයට දරුවන් පිළිබඳ අවධානයෙන් සහ අවබෝධය සමග ක්‍රියා කිරීම මගින් වසංගතය පහව ගොස් ජන ජීවිතය යථා තත්වයට පත් වන විට එම තත්වය මගහැරී ගොස් අභියෝගයක් ජයගත් ප්‍රීතිමත් දරුවන් ලෙස ජීවිතය සාර්ථක කරගන්නා බව පැහැදිලිය.



කැ/මාව/ අම්බුළුගල මහා විද්‍යාල උපදේශන
ඒකකය

