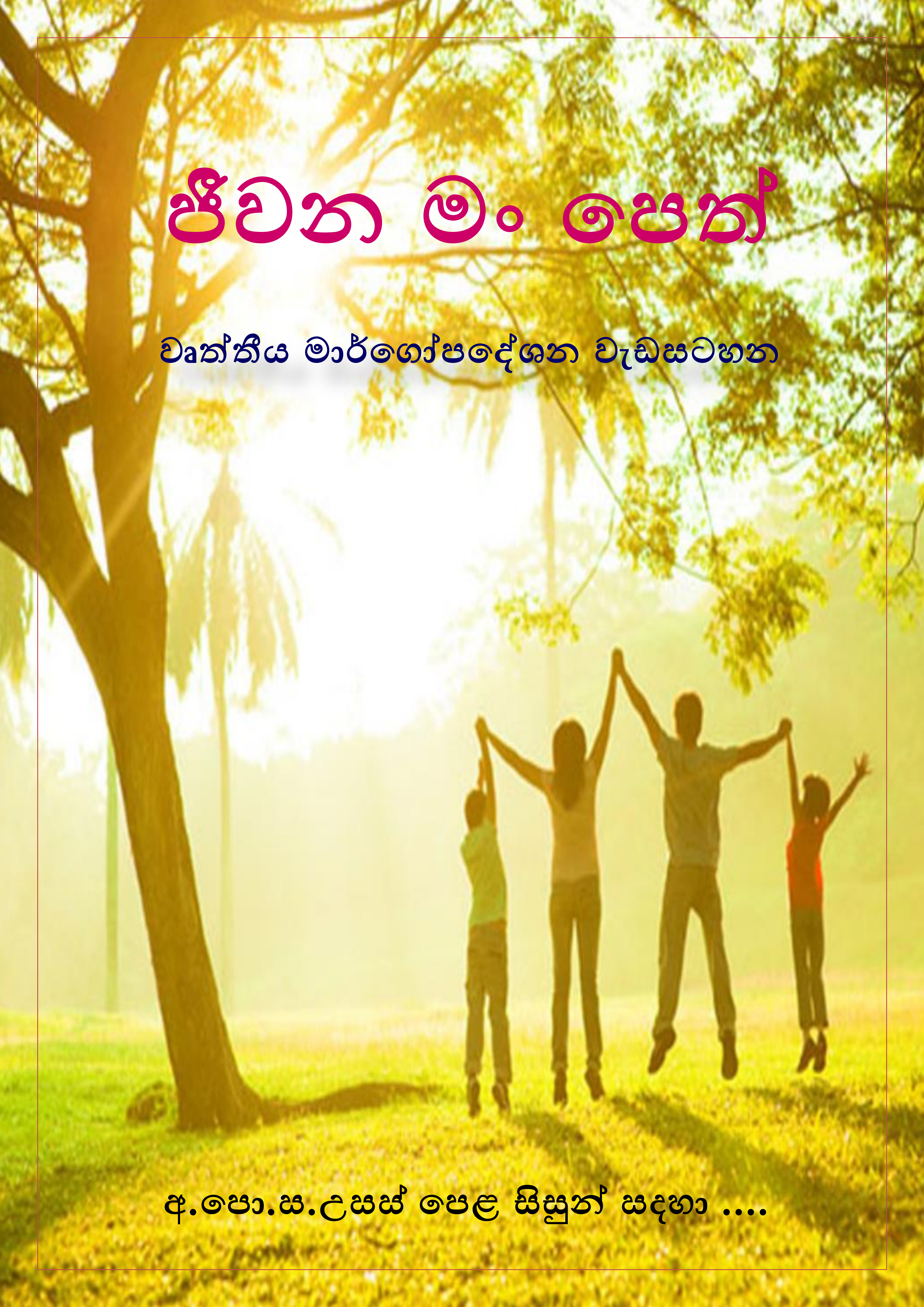
ජීවන මං පෙත්

වෘත්තීය මාර්ගෝපදේශන වැඩසටහන



අ.පො.ස.උසස් පෙළ සිසුන් සදහා ....

සංස්කාරක මණ්ඩලය

W.B.M.A.විජේකෝන් (වෘත්තීය මාර්ගෝපදේශන නිලධාරී)

නිල්මිණී විජේකෝන් (වෘත්තීය මාර්ගෝපදේශන නිලධාරී)

R.M.S.රණසිංහ (වෘත්තීය මාර්ගෝපදේශන නිලධාරී)

නයනා කුමුදුනී (මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරී)

ජගත් ප්‍රේමතිලක (මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරී)

ස්වර්ණ තිලක (මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරී)

ජගත් දිසානායක (මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරී)

කාංචනා ගීතානි (මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරී)

වත්සලා විදානපතිරණ (මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරී)

ටී.ජී.අරුණකාන්ති (මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරී)

අජිත් සමන්ත (මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරී)

චන්දිමාල් පියතිස්ස (මානව සම්පත් සංවර්ධන නිලධාරී)

ඉෂාරා මධුශානි (සංවර්ධන නිලධාරී)

පටුන

01.ප්‍රවේශය හා පසුබිම.

02.අරමුණු සිහින ගැන්වීම.

03.පෞරුෂය හා මෘදු කුසලතා

04.උසස් අධ්‍යාපන අවස්ථා

05.ශ්‍රම වෙළඳපොල

06.සම්මුඛ පරීක්ෂණ

ප්‍රවේශය හා පසුබිම

ඔබ දක්ෂයෙක්, පාසල් සමය මැනවින් භුක්ති විදි, මානා සේ ශිල්ප ලද්දෙක්. ජිවිතයේ සුන්දර පාසල් දිවිය අරුත් බර ලෙස ගත කල ඔබ, ඉතා තරගකාරී කඩඉම් පසු කරමින් ඉදිරියට පියමන් කරන විද්‍යාර්ථයෙකි. එහෙයින් සාර්ථක අනාගතයකට මුහුණ දීමට තරම් ශක්ති වන්ත විය යුතුය. ඔබට හිමි ජීවිතය දිනන්නට තරම් අධිෂ්ඨානයෙන් දිරිමත් විය යුතුය.

ඉදින් අද දින අප මේ ලබා දෙනුයේ ඔබට නිවැරදි මග පෙන්වීමකි. එන්න.......... මේ දැනුම ඔබ ගන්න.
දැනුමින් සන්නද්ධ ඔබ, සැබැවින් ම දිනක මේ ලෝකය දිනාවී..
උසස් පෙළ පංතියේ වසර තුනක කාලයක් ගත කරනවා. මෙම කාලය ඉතා ඵලදායි විදියට ගත කල යුතුයි. උසස් පෙළ හදාරා ඔබ බලාපොරොත්තු වන්නේ හොද රැකියාවක් සමාජ වටපිටාවක් සමාජ තත්වයක් . උසස් පෙළ හදාරන්නන්ගෙන් 50% අවම වශයෙන් උසස් අධ්‍යාපන අවස්ථා උදාකර ගැනීම සදහා සුදුසුකම් ලැබුවද එයින් 15% පමණ ප්‍රමාණයකට පමණයි උසස් අධ්‍යාපන වරම් ලැබෙන්නේ ඉතිරි 85% සදහා විවිධ වූ ප්‍රශ්න රාශියක් උදා වෙනවා.

ඔබ මේ වන විට ජීවිතයේ තීරණාත්මක අවදියක සිටී .ඔබගේ අනාගතය තීරණය වන්නේ වර්තමාවයේ ගන්නා තීරණ මතයි .
ඔබගේ වෘත්තීය අධ්‍යාපන වෘත්ති පුහුණුව ආකල්ප අවාරධර්ම ඔබතුල ගොඩනගා ගත යුතුය.උසස් පෙළ හදාරන්න්ගෙන් වැඩි දෙනෙක් අපේක්ෂා කරන්නේ රජයේ රැකියාවක්ය.

.නමුත් ඒ සදහා අවස්ථාව සැලසෙන්නේ සීමිත පිරිසකටය.එසේ ආවත් අඩු වැටුපක් ලැබෙන්නේ.නමුත් ඔබ තුල ව්‍යවසායකත්ව ගති ලක්ෂණයක් ප්‍රගුණ කල යුතුය.එයින් තමන්ට රැකියාවක් මෙන්ම අන් අයට රැකියාවක් ලබාදීමේ අවස්ථාව උදා වේ.
ඔබ එලෙස තබන පියවර රටේ අනාගත දියුණුවට මහත් පිටිවහලක් උදා කරයි.
තාක්ෂණය වෙනස් වීමත් සමග විවිධ වූ රැකියා අවස්ථා උදාවී ඇත.මේ වන විට බොහෝ දෙනෙක් පරිගනකය උපයෝගී කොටගෙන නිවසේ සිට රාජකාරී කිරීමට පෙළඹී ඇති අතර ඒ සදහා අවස්ථාව උදාවී ඇත. පෞරුෂත්වය වර්ධනය කරගෙන රැකියාව ඉල්ලන කුසලතාවන් වර්ධනය කර ගත යුතුය.
ඔබට මෙම පොත අධ්‍යනය කිරීම තුලින් ජීවිතයේ අරමුණු කරා ගමන් කිරීමේදී පිටිවහලක් උදා වේ.21වන සිය වසට ඔබින ශ්‍රමික පිරිසක් බිහි කිරීම මෙහි මූලික අරුතයි

1.සිහින අරමුණු ගතකිරීම හා තීරණ ගැනීම.

1.1 සිහින අරමුණු ගතකිරීම.

අප සියලු දෙනාටම කුඩාකල සිටම ජීවිතය පිළිබද විවිධ සිහින තිබී ඇත.

සිහින දැකීම මෙන්ම ඒ තුළ ජීවත් වීම ද ඉතා වැදගත් වේ. සිහිනවලට සීමාවක් නැත. එනිසා ඔබ දකින සිහින වලට ද සීමා පනවා නොගන්න. ඔබට අවශ්‍ය ආකාරයට ඕනෑම කාරණයක් පිළිබදව සීමාවකින් තොරව ලොකු සිහින දකින්න. ඔබ අහසේ මාලිගාවක් තැනුවහොත් යම්දිනක ඔබ ඔබේ අරමුණු ජයගත් විට පොළවේ සිට ශක්තිමත් පදනමක් සහිතව ඔබ තනන ප්‍රාසාදය එම මාලිගාවට සම්බන්ධ කිරීමට ඔබට අනිවාර්යයෙන් හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

නමුත් සිහින සැබෑකර ගැනීම සදහා සිදුකළ යුතු අත්‍යාවශ්‍ය ක්‍රියාමාර්ග කිහිපයක් ඇත. නැතහොත් ඔබ ඇති කරගෙන තිබූ සිහින , සිහින ලෙසටම තිබී බොදව යනු ඇත .

සිහින ඉටුකර ගැනීමට අපි කුමක් කළ යුතු ද?

1.1.1 සිහින හා අරමුණු අතර වෙනස හදුනා ගන්න.

සිහින	අරමුණු
සැලසුමක් නැත.	නිශ්චිත සැලසුමක් ඇත.
ක්‍රමවේදයක් නැත.	ක්‍රමවේදයක් නැත.
සීමාවක් නැත.	ප්‍රයෝගික වේ.
එය සිතිවිලක් වේ.	එය හුදු සිතිවිල්ලක් නොවේ.

ඔබට අවශ්‍ය නම් ඔබේ සිහින සියල්ලම අරමුණු බවට පත්කර ගත හැක.

ඒ කෙසේ ද.......?

ඒ සඳහා එම සිහින වලට නිසි සැලසුමක් , ක්‍රමවේදයක් තුළින් අරමුණු නැමති පියාපත් ලබාදිය හැක. එලෙස නිවැරදිව අරමුණු සකසාගත් දරුවන් ඉතා වේගයෙන් තම අරමුණු කරා යනු ලැබේ.

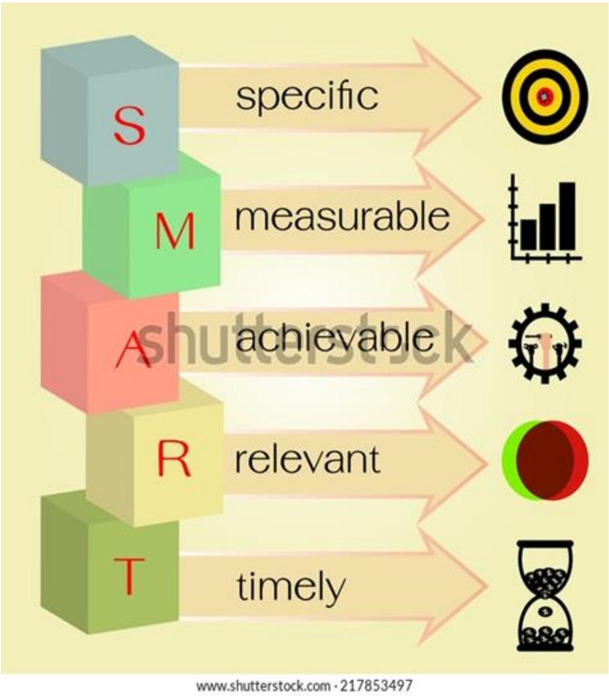
1.2 අරමුණු නිවැරදිව සකසා ගනිමු.

ඔබේ අරමුණු ඉටුකර ගැනීමට නම් ඒවා නිවැරදිව සකසා ගතයුතු වේ. ඒ සඳහා නිශ්චිත වූත් නිවැරදි වූත් ක්‍රමවේදයක් ඇත. ඒ අනුව අරමුණක් සතු විය යුතු ලක්ෂණ කිහිපයකි.

1.2.1 අරමුණක තිබිය යුතු ලක්ෂණ හඳුනා ගනිමු.

- විශේෂිතබව.

උදා: ඔබ ඉංජිනේරුවරයෙකු වන්නේනම් කුමන අංශයක ඉංජිනේරුවරයකු ද යන්න.



- මැනිය හැකි බව.
  උදා: පිරිවැය,ගතවන කාලය,තමාට ලැබෙන වටිනාකම ආදී .

- ළඟා කරගත හැකි බව.
  උදා: මෙලොව තුළ පවතින්නක් වීම.

- යථාර්ථවාදී බව.
  උදා : ප්‍රායෝගිකව ඉටුකර ගත හැකි අරමුණක් වීම. නිශ්චිත, ක්‍රමානුකූල ගමන් මාර්ගයක් තිබීම.

- කාලයත් සමග බැඳී තිබිය යුතු බව.

උදා: නියමිත කාල සීමාවක් තුළ ඉටුකර ගැනීමට සැලසුමක් තිබිය යුතු වීම.

✸ මෙම ලක්ෂණ සියල්ල සහිතව ඔබේ අරමුණු ගොඩනගා ගැනීමට විශේෂ අවධානය යොමු කරන්න.

ඔබ විසින් ගොඩනගා ගන්නා මෙම අරමුණු,

- දිගු කාලීන අරමුණු (අවුරුදු 5 සිට 10 දක්වා දිවෙන)
- මධ්‍ය කාලීන අරමුණු (අවුරුදු 3 සිට 5 දක්වා දිවෙන)
- කෙටි කාලීන අරමුණු (අවුරුද්දක් තුළ ඉටුකර ගන්නා)

ලෙස කොටස් කරගත හැක. එවිට ඔබට ඔබේ අරමුණු ඉටුකර ගැනීම වඩා පහසු වනු ඇත. එසේම අරමුණු ඉටුකර ගැනීමේ දී ගතයුතු ක්‍රියා මාර්ග නිවැරදිව හඳුනා ගැනීමට හැකියාව ලබාදෙනු ඇත.

උදා -:

- **දිගු කාලීන අරමුණ -** මට අවුරුදු 25 වන විට තාරකා විද්‍යාඥයකු ලෙස සේවය කිරීම.

- **මධ්‍ය කාලීන අරමුණු -** අවුරුදු 22 වන විට ඒ සඳහා අවශ්‍ය ප්‍රථම උපාධිය හා අනෙකුත් විශේෂඥතා ලබා ගැනීම හා අවුරුදු 24 වන විට ප්‍රථම පංති සාමාර්ථයක් සහිතව තාරකා විද්‍යා විෂය ක්ෂේත්‍රයට සම්බන්ධ වීම.

- **කෙටි කාලීන අරමුණ -** මේවන විට ඉංග්‍රීසි භාෂාව ඔබට ලැටලුවක් නම් ඉසස් පෙළ අවසන් වන විට ඉංග්‍රීසි භාෂා ප්‍රවීණත්වය ලබාගැනීම සහ ශ්‍රී ලංකාවෙන් ගණිතය විෂය ධාරාවෙන් උසස් පෙළ ඉහලින්ම සමත්වන තුන්දෙනා අතරට පැමිණීම.

ඔබ දැන් සිහිනයක් අරමුණක් බවට පත්කර ගන්නේ කෙසේදැයි දනී. මෙම අරමුණු ඉටුකර ගැනීමට යන ගමනේ දී වඩා පහසුවෙන් යාහැකි මගක් ඔබ දන්නවා ද....? ඒ පහත ක්‍රමවේදයයි.

1 .3 වඩා පහසුවෙන් අරමුණු කරා යාමට ....

“ තමා හදුනා ගන්න ”.

“ ඔබ මෙලොවට ඉපදෙන විට ඔබටම අනන්‍යවූ විභව ශක්තීන් ප්‍රභවයන් සහිතව ඉපදී ඇතිබව ඔබ දන්නවා ද ? ”

ඔබට ඔබේ යහළුවා කරන දෙයම කිරීමට හැකියාව අවම විය හැක. ඇත්තෙන්ම තව කෙනෙක් කරන දෙයම කිරීමට තවත් අය මෙලොවට අවශ්‍ය නැත. අවශ්‍ය වන්නේ තවකෙකුට කළ නොහැකි දෙයක් කළ හැකි අයයි. එනිසා ඔබ ඔහු හෝ ඇය වීමට නොයන්න.

> “ මතක තබාගන්න...... ඔබ මෙලොවට ඉපදී ඇත්තේ අනෙකකු වීමට නොව , ඔබ සතුව පවතින විශේෂ ශක්තීන් අවධිකර ගැනීමෙන් විශිෂ්ඨයකු වීමටයි. ”

ඔබ සතුව ඇති ඔබේ මහපට ඇගිලි සලකුණ මේ මිහිපිට හිමිව ඇත්තේ ඔබටම පමණි. එය ඔබ මෙලොව අන් සියලු දෙනාටම වඩා වෙනස් ශක්තීන් හා හැකියාවන් සතුව ඉපදී ඇති බවට ලැබෙන එක් සාක්ෂියක් පමණි.

ඔබ තවමත් ඔබේ ශක්තීන් හදුනාගෙන නැතිද ? එසේනම් පහත අභ්‍යාසය කර බලන්න.

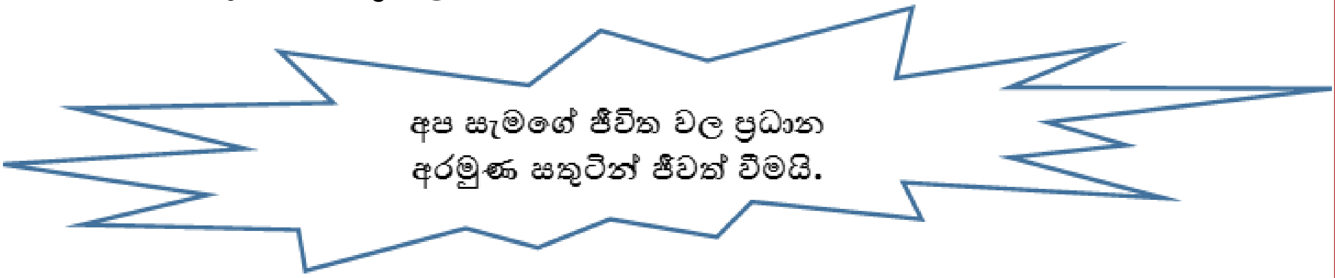
මේ මොහොතේ ඔබ සතුව ඇති ශක්තින් , දුර්වලතා , අවස්ථා සහ තර්ජන ඔබට හදුනා ගත හැකිවනු ඇත. එය ඔබේ අරමුණු ඉටුකර ගැනීම කරා යන ගමන වඩාත් පහසු කරනු ඇත.

- හඳුනාගත් ශක්තීන් වැඩි දියුණු කර ගන්න.
- හඳුනාගත් දුර්වලතා නැතිකර ගන්න. එවිට ඒවා ඔබේ ශක්තීන් බවට පත්වනු ඇත.
- ළඟා කර ගත හැකි අවස්ථා පිළිබඳව උනන්දු වන්න. එසේම ලැබී තිබෙන අවස්ථා වලින් ප්‍රයෝජන ගන්න.
- ඔබට ඇති තර්ජන හඳුනා ගැනීමෙන් ඒවා මගහැර ගන්නා ආකාරය හා විකල්ප ක්‍රම කල්තියා හඳුනාගැනීමෙන් ඔබේ ගමනට ඇති බාධා අවම කර ගැනිමට හැකිවනු ඇත.

1.ජීවිත දර්ශණය සකසා ගනිමු

ජීවිතයේ ප්‍රධාන අරමුණ “ සතුට” බැවින් එය ළඟා කරගැනීම සඳහා ඒ ඒ කාලයේ දී ඔබ විසින් සිදු කරන සියලු ක්‍රියාකාරකම් නිවැරදිව , ක්‍රමානුකූලව , කැපවීමෙන් යුතුව ඉටුකළ යුතු වේ. නැතහොත් ඔබ විසින් සිදුකරන එක් අතපසු වීමක් , වැරැද්දක් නිසා සමස්ථ ජීවිතයේම සතුට විනාශ වී යාහැක.
“ දැන ගෙන ගියොත් කතරගම , නොදැන ගියොත් අතරමග” යන්න ඔබ අසා ඇත.
එනිසාම අන් සියලුම ගමන් වලට වඩා වැදගත් වන ජීවිත ගමන යන්නේ කොහේදැයි , යාමට අවශ්‍ය කොතැනටදැයි දැනගෙන යාම ඉතාම වැදගත් වේ.
 මෙම කාල සීමාව තුළ ඔබේ ජීවිත සැලැස්මේ සැකිල්ල නිවැරදිව සකසා ගැනීම සිදු කළ යුතුය. එනම් ඔබ ඔබේ ජීවිත දර්ශණය ඉතා අලංකාරව , ක්‍රමානුකූලව සකසා ගත යුතුය. එ෴ සඳහා ඔබට ඩිමයි කොළයක් හෝ බ්‍රිස්ල් බෝර්ඩ් එකක් යොදා ගත හැකි අතර , ඔබේ අරමුණු වලට අදාල වන අලංකාර පින්තූරයන් ද සපයාගත යුතු වෙයි.
පහත පෙන්වා දී ඇති ආකාරයට ඔබට ඔබේ ජීවිත අරමුණු සිරස් අක්ශයටත් ඔබගේ වයස තිරස් අක්ශයටත් යොදා ගෙන ඒ ඒ වයස් සීමාව තුළ දී ඔබ ඉටුකරගැනීමට අපේක්ෂිත අරමුණට අදාල රූපයක් ඊට ඉහලින් අලවා ගන්න.

2 තීරණ ගැනීමේ කුසලතාවය.

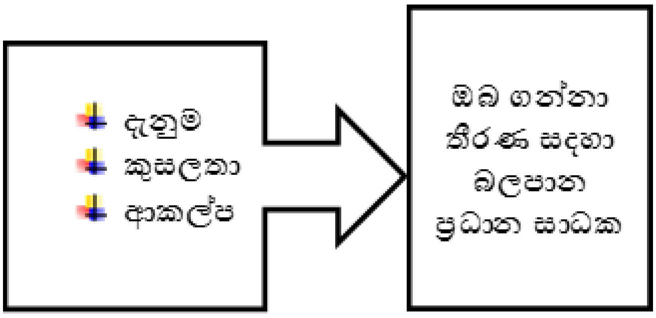


ඒ සඳහා නිවැරදි අවස්ථාවේ දී නිවැරදි තීරණ ගැනීමට අපි දක්ෂ විය යුතු ය.

තීරණ ගැනීම යනු , යමක් සිදු කිරීමේ දී ඒ සඳහා තිබෙන අවස්ථා වලින් හොඳම විකල්පය තෝරා ගැනීමයි.

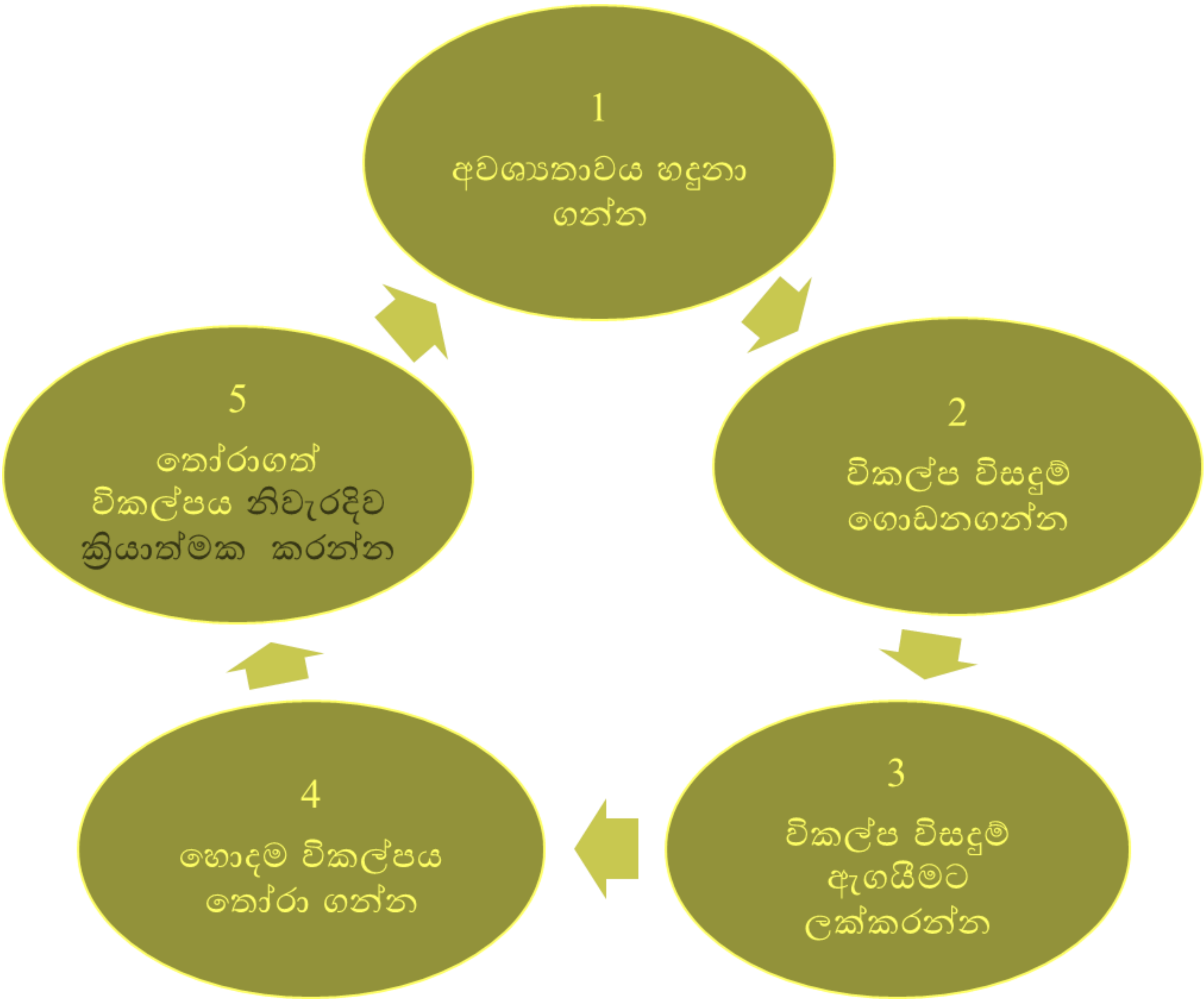
සැබවින්ම , නිවැරදි අවස්ථාවේ දී නිවැරදි තීරණය ගැනීමට දැන සිටීම කුසලතාවයකි. මෙම කුසලතාවය නොමැති වීම නිසා අද වන විට බොහෝ දෙනා විවිධ ගැටලු වලට මුහුණපාමින් ජීවිතය විඳවන අයුරු ඔබ දැක ඇත.

එනිසා සතුටින් ජීවත් වීමේ කලාව ප්රගුණ කරන ඔබ තීරණ ගැනීමේ කුසලතාවය ද ලබා ගත යුතු ය.



එබැවින් ඉහත ගුණාංග වර්ධනය කරගැනීම සදහා ද ඔබේ අවධානය යොමු කරන්න.

2.1 තීරණ ගැනීමේ ක්‍රියාවලිය.



උදා -: 1. උසස් පෙළින් පසු විදුලි ඉංජිනේරු වරයකු ලෙස රැකියා ගතවීම.
2. ඉංජිනේරු උපාධිය සඳහා පාඨමාලා පැවැත්වෙන රාජ්‍ය අංශයේ විශ්ව විද්‍යාල පිළිබඳව හා අවශ්‍ය ලකුණු මට්ටම් සහ Z අගය පිළිබඳව කරුණු සෙවීම.

- විදුලි කාර්මික ශිල්පීය පාඨමාලා පැවැත්වෙන පෞද්ගලික අංශයේ ආයතන සෙවීම.
- විදේශ ගතවී රැකියාව කරනවා ද ? ශ්‍රී ලංකාව තුළ රැකියාව කරනවා ද ? ආදී.......

3.
- අදාල ආතනය දේශීයව මෙන්ම විදේශීයව පිළි ගන්නවා ද?
- මින් පෙර වසර වල පාඨමාලා අවසන්කළ අයට රැකියා ලැබී තිබේ ද?
- අදාල සහතිකයට ලැබෙන වැටුප් මට්ටම ?
- පෞද්ගලික ආයතනයක පාඨමාලාව කිරීමට ඔබට ඇති ආර්ථික හැකියාව.
- ආදී........

4.හොඳම, ඔබට ගැලපෙනම විකල්පය තෝරා ගැනීම.

5. තෝරාගත් විකල්පය නිවැරදිව ක්‍රියාත්ම කිරීම.
- නිවැරදිව පාඨමාලාවට සහභාගී වීම.
- න්‍යායික මෙන්ම ප්‍රායෝගික දැනුම හොඳින් ලබා ගැනීම.
- පාඨමාලාව නිසි ලෙස අවසන් කිරීම.
- ආදී.......

මෙම ක්‍රියාදාමයේ වැදගත්ම පියවර මෙයයි. කොතරම් හොඳ තීරණයක් වුව ද නිවැරදිව ක්‍රියාත්මක නොකළොත් අපේක්ෂිත ප්‍රතිඵල නොලැබී යනු ඇත.

2.2 තීරණ ගැනීම සඳහා බලපාන අනෙකුත් සාධක

- අවශ්‍ය අවස්ථාවේ දී පසු බැසීම.

  ඔබ සිතන ආකාරයට තීරණයක් ගැනීම යනු එන ඕනෑම අභියෝගයක් භාරගැනීම ද ? නැත. සෑම විටම තමා ගන්නා තීරණය ඉදිරියට යාමක්ම විය යුතු නොවේ.
  සමහර විටෙක අවශ්‍ය අවස්ථාවේ දී පසු බැසීම ද නිවැරදි තීරණයක් වනු ඇත.

- අවශ්‍ය අවස්ථාවේ දී නැහැ / බැහැ කීමට ඉගෙන ගැනීම.

  මෙය අද බොහෝ දෙනෙකු තුළ දක්නට නොමැති කුසලතාවයකි.
  මේ නිසාම වැරදි චර්යා වලට , අනුමත නොකරන සබඳතා වලට යොමු වී බොහෝ දෙනෙකු තම ජීවිත ගැටලු වලින් පුරවාගෙන ඇත.
  ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථා වල දී අපට එකඟවිය නොහැකි කාරනා වලට එකඟ වන ලෙසට ආරාධනා හෝ සමහර විට බලපෑම් ඇති විය හැක. ඒ ඔබේ ළඟම මිතුරෙකු හෝ හිතවතෙකු ගෙන් වීමට ද බොහෝ විට ඉඩකඩ ඇත. නමුත් එම

යෝජනාවට එකග වීමෙන් ඔබට මෙන්ම ඔබ වටා සිටින අයටත් හානියක් සිදු වන බව ඔබට හැඟෙයි නම් අදාල මිතුරා හෝ හිතවතා අමනාප වේයැයි බියෙන් එයට එකඟ නොවිය යුතුය. ඒ බව ප්‍රකාශ කිරීමට තරම් පොහොසත්, ශක්තිමත් පෞරුෂයක් ඔබ ගොඩනගා ගත යුතුය.
එවැනි කාරනා වලට එකඟ නොවීමට (නැහැ / බැහැ කීමට) ඉගෙන ගන්න.

- අවශ්‍ය අවස්ථාවේ දී උපදෙස් ගැනීම.

  ඔබට අදාල කරුණ පිළිබදව දැනුම , අවබෝධය අඩුබව දැනෙයි නම් උපදේශක වරයකුගේ , දෙමාපියන්ගේ , ගුරුවරුන්ගේ අදහස් විමසා කටයුතු කිරීමද නිවැරදි තීරණ ගැනීමට ඔබට මහඟු පිටුවහලක් සපයනු ඇත.

2.පෞරුෂය හා මෘදු කුසලතා

දය බර දූවේ පු තේ ....

ඔබ උසස් පෙළ පංන්ති යේ දරුවන ලෙස අද කවුන් තු කළද නු, දුරු අන ගතයේ, දී කි සි යම් හෙ වෘත් ති යක නි රත්ව ය යු තු ය ඒ සඳහා ඔබට වෘත් ති යකට ප්‍ර වේ ශවී මට, සම් මු ඛ පරී කණ
වලට මු හු ණ දී මට සි දුවේ . එමෙන් ම ඔබට අන ගතයේ වි වි ධ සමා ජි ය අවස් ථා වන් ට මු හු ණ
දී මට සි දුවේ . ඒ සඳහා පෞ රු ෂත් වය ඉත වැ දගත් වේ .

දය බර දූවේ පු තේ ....

ඔබ උසස් පෙළ පංන්ති යේ දරුවන ලෙස අද කවුන් තු කළද නු, දුරු අන ගතයේ, දී කි සි යම් හෙ වෘත් ති යක නි රත්ව ය යු තු ය ඒ සඳහා ඔබට වෘත් ති යකට ප්‍ර වේ ශවී මට, සම් මු ඛ පරී කණ
වලට මු හු ණ දී මට සි දුවේ . එමෙන් ම ඔබට අන ගතයේ වි වි ධ සමා ජි ය අවස් ථා වන් ට මු හු ණ
දී මට සි දුවේ . ඒ සඳහා පෞ රු ෂත් වය ඉත වැ දගත් වේ .

දූවේ පු තේ .

ඒ අනු ව පෞ රු ෂය කො ටස් දෙකකට බෙදි ය හැ කි ය .

ඒ වා නම් ,

1 අන් තර්වර්ති ය පෞ රු ෂය
2 බහි ර්වර්ති ය පෞ රු ෂය වශයෙනි .

අන් තර්වර්ති ය පෞ රු ෂය යනු : -
පු ද් ගලයා ගේ ඇ තු ල න් තය වි ස් තර කරන පෞ රු ෂය සඵ හ වයයි .

බහි ර්වර්ති පෞ රු ෂය යනු, : -
පු ද් ගලයා ගේ බ හි ර ස් වරූ ප වි ස් තර කරන පෞ රු ෂ සඵ හ වයයි .

(පි න් තූ රයක් යො දන්න)

2.1 පෞ රු ෂය ගති ලක් ෂණ

1 පෞ රු ෂය ගති කයි
වෙනස් වෙන සු ලු යි

2 කෙනෙකු ගේ පෞ රු ෂය තවත් කෙනෙකු ට වෙනස්
සමා න පෞ රු ෂයන් ඇ ති අය හඳුන ගත නො හැ ක

3 සෑම විම පෞ රු ෂ ලක් ෂණ නි රී ක් ෂණය කළ නො හැ ක
පු ද් ගලයෙකු ගේ පෞ රු ෂ ලක් ෂණ එකි නෙක යො නි රී ක් ෂණය කළ නො හැ ක

4 හැසිරීම් වලින් අනුමාන කෙරේ

පුද්ගල හැසිරීම මත අනුමාන කෙරේ

5 පුද්ගල පෞරුෂයන් බාහිරව නිරූපණය වන්නේ 1/10 කොටසකි.

ඔබගේ පෞරුෂත්වයෙන් බාහිරව නිරූපණය වන්නේ 10/ ! කි. එය ජලයේ පාවෙන විශාල අයිස් කන්දකට සමාන කර ඇත. එයින් ජලයෙන් මතුපිටට දිස් වන්නේ ඉතා සුළු කොටසකි. පුද්ගල පෞරුෂයන් ඒ ආකාරයට බාහිරට නිරූපණය වන්නේ සුළු කොටසකි.

6 පෞරුෂයන් සංවර්ධනය කළ හැකිය

දයාබර දුවේ පුතේ ඔබට වර්තමාන පවතින පෞරුෂය අනාගතයට ගැලපෙන ලෙස වෙනස් කර ගත හැකිය

7 ජීව විද්‍යාත්මක කරුණු බලපායි.

ඔබගේ පෞරුෂත්වය සංවර්ධනය සඳහා ජීව විද්‍යාත්මක සාධක බලපෑම් කළද, පරිසරයට අනුව අනුවර්තනය වීමට ඔබට හැකියාව තිබේ.

(පින්තූරයක් යොදන්න)

සාර්ථක පෞරුෂයක් ගොඩනගා ගැනීම සඳහා :-

- තම උත්සාහයෙන් පෞරුෂය වෙනස් කර ගැනීම
- ගුරුවරු / උපදේශකවරුන්ගේ මග පෙන්වීම
- වැඩිමුළු දේ ගනවලට සවන් දීම
- සෑම දෙයක් දෙසම සුභවාදීව බැලීම
- තමන්ට ලැබෙන අවස්ථාවෙන් උපරිම ප්‍රයෝජන ගැනීම
- ධනාත්මක පුද්ගල ඇසුර
- සන්නිවේදන මාධ්‍ය භාවිතය
- ලොව දිනූ පුද්ගල චරිත කියවීම
- තම ජීවන අත්දැකීම් මැදහත්ව විඳගැනීම
- තම අධ්‍යාපන අරමුණු උපරිමයෙන් ඉටු කිරීම

සාර්ථක පෞරුෂයක් ගොඩනගා ගැනීම සඳහා ධනාත්මක සිතුවිලි වලින් සන්නද්ධ වන්න .

ඕවි මට පු වන් (ශී ෂජ්බ)

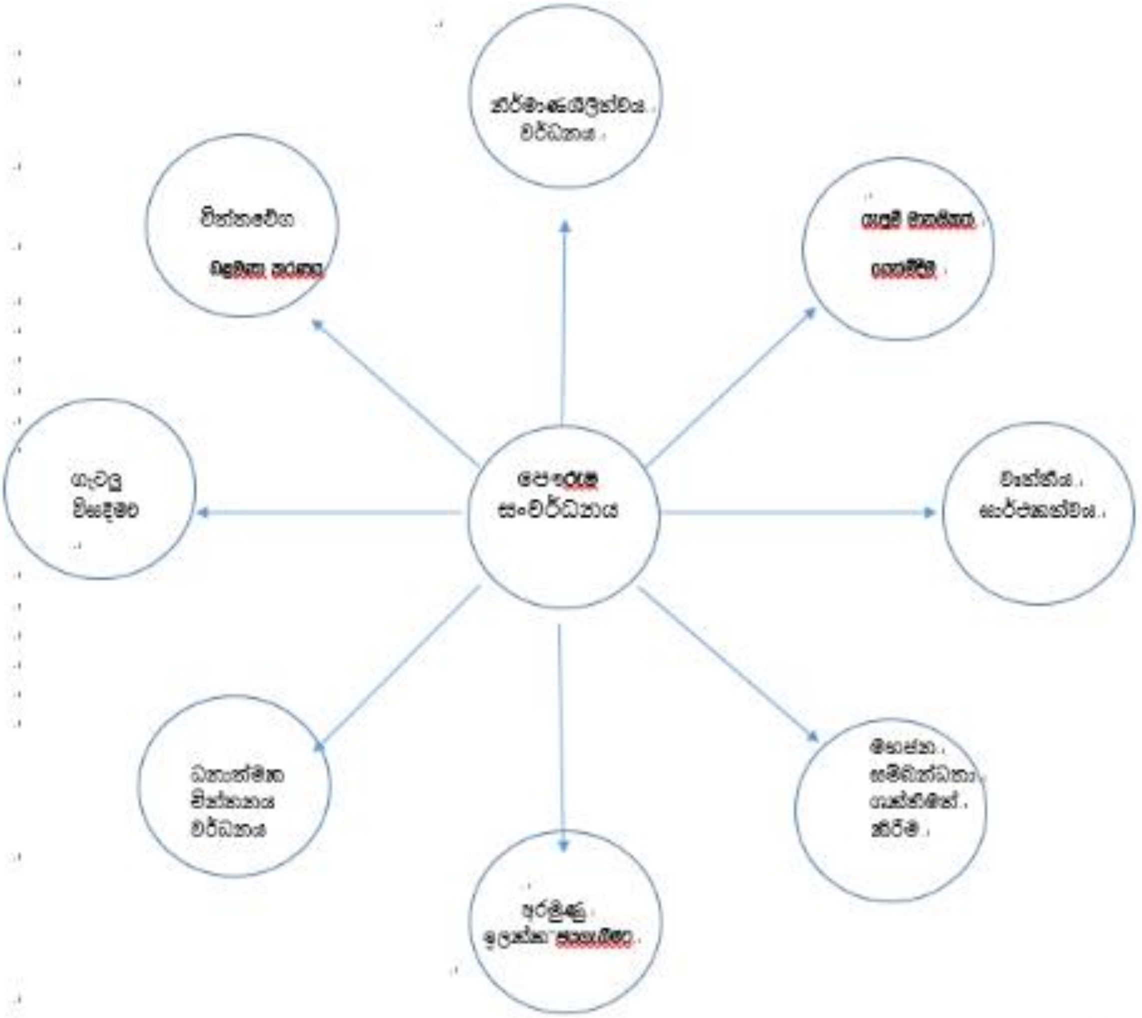
ජීවිතේ බොහෝ දේ ධනාත්මකව හරවා ගන්න - ජයග්‍රාහී මාවත ඇත්තේ ඒ තුලයි.
ඔබ නිරන්තරයෙන් ධනාත්මක සිතුවිලි වලින් සන්නද්ධ වීම ඉතා වැදගත් ය. එයට හේතුව අනාගතයේ දී ඔබට විවිධ අභියෝග සහ බාධක වලට මුහුණ දීමට සිදුවෙයි. මෙනිසා නිරන්තරයෙන් ඔබ සිත තුල "ඔව් මට පුළුවන්" යන්න ධාරණය කර ගැනීම ඔබගේ අනාගතය සාර්ථක කර ගැනීම එක් මඟකි.
(පින්තූරයක් යොදන්න)

2.2 පෞරුෂ සංවර්ධනයේ ප්‍රයෝජන :-

ස්වසංකල්පය

ආදරණීය දූවේ පුතේ,

පෞරුෂය පිළිබඳ අවධානය යොමු කිරීමේදී අප දැන ගත යුතුම සාධකයක් වන්නේ ස්වසංකල්පයයි



මනෝවිද්‍යාවේ දී ස්වසංකල්පය ලෙස හඳුන්වන්නේ □ තමා පිළිබඳ හැඟීම හෙවත් මමත්වය ලෙසයි
□□
ජින් පියජේට අනුව ස්වසංකල්පය ප්‍රජනන සංවර්ධනයත් සමඟ හට ගනී.
ළමා කාලයේ මව කේන්ද්‍ර කොට ගෙන සිතන කුඩා දරුවා පරිසරය පිළිබඳ අවබෝධයක්

සමඟ
එය
වෙනස්

ධනාත්මක ස්වයංකල්පය	ඍණාත්මක ස්වයංකල්පය
1 මට එය කළ හැකිය	ඔබට කළ නොහැකිය
2 විශේෂ දක්ෂතා මා තුළ ඇත	මා තුළ දක්ෂතා නොමැත
3 අභියෝග ජය ගැනීමට මට හැකිය	අභියෝග මට බරකි
4 විවිධ තත්වයන් පාලනය කළ හැකිය	බොහෝ දේ මට පාලනය කළ නොහැක

කර ගනී . මේ සමඟ ධනාත්මක සහ ඍණාත්මක ස්වයංකල්පය හට ගනී .

ස්වයංකල්පය කොටස් තුනකට බෙදේ

- ශාරීරික , කායික ස්වභාවය පිළිබඳ ස්වයංකල්පය
- හැකියා පිළිබඳ ස්වයංකල්පය
- සමාජ පිළිගැනීම පිළිබඳ ස්වයංකල්පය

මේ අනුව පුද්ගලයාගේ ස්වයංකල්පය වර්ධනය සඳහා සංස්කෘතිය හා පරිසරය විශාල බලපෑමක් එල්ල කරයි .එය ධන හෝ ඍණ පරාසයක ඕස් සේ විචලනය වන අතර එය ධනාත්මක දිශානතියකට වර්ධනය කරගැනීම වැදගත් වේ .

(නිබ්ලපුස්ටාරයක් යොදන්න)

නව යොවුනන්ගේ ස්වයංකල්පය වර්ධනය කර ගන්නේ අනන්‍යතා අර්බුධ ජයගැනීමෙන් බව පියජේ පෙන්වා දෙයි .

යොවුනන් අභියෝග දෙස බලන්නේ

1 අභියෝගයක් තිබේ - එය ජය ගැනීමට කැපවේ තමා ඉදිරියේ ඇති අභියෝග දැනී . ජය ගැනීමට කැපවෙ

2 අභියෝගයක් නැත - කැපවීමක් ඇත දෙමාපියන් ඇතු ❑ අනෙකුත් මගපෙන්වීම මත තම ජීවිතය ගෙනයයි . අභියෝගවලට මුහුණදෙන්නේ තමන් නොව දෙමාපියන් ය

3 අභියෝගයක් ඇත - කැපවීමක් නොමැත ගැටලු අභියෝග ඇත මුහුණදීමට හැකියාවක් නොමැත

4 අභියෝගයක් නොමැති - සැලසුමක් නොමැති උද්යෝගිලි නොවන උදාසීන ගති ලක්ෂණ ඇත්තේක, උපන්නට ඔහේ ජීවත් වේ.

(පින්තූරයක් යොදන්න)

මෘදු කුසලතා

අනාගතයේදී වැඩලෝකයට ප්‍රවේශවීමේදී ඔබගේ දැනුම කුසලතා සලකා බැලීමේදී 21 වන සියවසේදී ආයතන වඩාත් ආචාර ධර්ම වලින් හෙබි වෘත්තිකයන් බලාපොරොත්තු වෙයි. මේ නිසා පහත සඳහන් කුසලතා කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම වැදගත් වෙ.

1 නායකත්වය :-

ඉලක්ක සපුරා ගැනීම වෙනුවෙන් කණ්ඩායමක් අභිප්‍රේරණය කිරීමේ හැකියාව වියි. අනාගතයේදී තමා නායකත්වය ලබා දෙන පවුල, ගමට, රටට නායකත්වය ලබා දීම සඳහා නායකත්ව කුසලතා වන සංවර්ධනය කර ගැනීම

2 කණ්ඩායමක් ලෙස කටයුතු කිරීම :-

පොදු වූ අරමුණක් ඉටු කිරීම වෙනුවෙන් ස්වයං පෙලඹවීමෙන් දෙදෙනෙකු හෝ ඊට වැඩි පිරිසක් සමඟ කටයුතු කිරීම

3 කාල කළමනාකරණය :-

තම කාලය වලදායී වත් කාර්යක්ෂමවත් යොදා ගැනීමේ හැකියාව හා කාර්ය වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් ආකාරයට සිදු කිරීම

4 යහපත් ගුණධර්ම ඇති කර ගැනීම :-

සමාජීය හර පද්ධතිය සුරැකීම

5 නිර්මාණශීලී චින්තනය :-

නව නිර්මාණ බිහි කිරීම, සම්ප්‍රදායික චින්තනයෙන් අත්මිදී තාක්ෂණය හා නව දැනුම ඔස්සේ නව්‍යකරණ සිතුවිලි ඇති කිරීම

6 ගැටලු විසඳීම :-

එදිනෙදා ජීවිතයේ ඇතිවන ගැටලු හඳුනා ගැනීම සහ ඒ මොනවාද ඒ සඳහා විසඳුම් කෙසේ යොදා ගන්නේද යන්න අවබෝධ කර ගැනීම

7 විවේචනාත්මක චින්තනය :-

නිරන්තර විවේචනාත්මක ක්‍රියාමාර්ග වලින් අත්මිදී ධනාත්මකව කටයුතු කරන්නේ කෙසේද යන්න පුරුදු පුහුණු කිරීම තුලින් විවේචනාත්මක චින්තනය අත්මිදීම

8 ප්‍රසිද්ධියේ කථා කිරීම: -

තම අදහස් කිහිප දෙනෙකුට හෝ සභාවකදී දැක්වීම හා එය මනා ලෙස ශ්‍රාවකයන්ට එත්තු ගැන්වීම තුලින් ආකර්ෂණය දිනා ගැනීම

9 වෘත්තිමය ලිඛිතභාවය: -

අදහස් විධිමත්ව ව්‍යක්ත භාෂාවෙන් ලේඛනය කිරීම සහ එය පාඨකයන්ට ඒත්තු ගැන්විය හැකි බව.

10 ඩිජිටල් සාක්ෂරතාව : -

සෑම රැකියා අපේක්ෂකයෙකුටම අවම ඩිජිටල් සාක්ෂරතාව අත්‍යවශ්‍ය වන අතර වෘත්තිය ජීවිතය වඩා හොඳින් ග්‍රහණය කරගැනීමට සහ වෘත්තිය ස්ථායිතාවය සඳහා නිපුණ ඩිජිටල් සාක්ෂරතාව අත්‍යවශ්‍යවේ.

11. වෘත්තිය ආකල්ප: -

අනාගතයේදී කුමන වෘත්තියකට ප්‍රවිෂ්ඨ වුවද එය තෘප්තිමත්ව ඉටු කිරීම සඳහා ඇති කර ගත යුතු මානසික පෙළඹවීම

12 වැඩ ආචාර ධර්ම: -
තමාගේ වෘත්තියට අදාළ සිදු කළ යුතු කටයුතු සහ ඒ තුළින් සමාජයට සිදුවන අයහපත් බලපෑම් අවම කිරීම

14 වෘත්තිය කළමනාකරණය: -
තමා ප්‍රවේශවන වෘත්තිය විධිමත්ව, නිවැරදිව, කලට වේලාවට ඉටු කිරීම අත්‍යවශ්‍යවේ,

15 නම්‍යශීලීත්වය : -

අවශ්‍ය අවස්ථාවන් හිදී නම්‍යශීලීව කටයුතු කිරීම, මෙහිදී වෙනස්වන වැඩ පරිසර තත්වයන්ට අනුවර්තනය වීමට ඇති හැකියාව. නිහතමානිත්වය තුලින් මෙම කුසලතාවය වර්ධනය කර ගත හැකිය

16 මුලපිරීම : -

ස්වයං උපයමාර්ග පිළිබඳ අවබෝධය තුලින් ආරම්භක ශක්තියක් ඇති කර ගැනීමයි මෙය ජීවිතයට එකතු කර ගත යුතුම වන එහෙත් දුෂ්කර කුසලතාවයකි .

17 ඵලදායිතාවය: -

මෙහිදී අදහස් කරන්නේ ඔබේ අවධානය වෙනතකට යොමු කිරීමට සිදුවන කාලයේද උපරිම කාර්යක්ෂමතාවයකින් කටයුතු කිරීමයි.

18 සමාජ කුසලතා : -

අන්‍යෝන්‍ය සබඳතා මෙන්ම එකිනෙකාගේ අවශ්‍යතා, ප්‍රයෝජන සඳහා පුද්ගලයන් හමුවීම හා එක්ව ක්‍රියා කිරීමේ හැකියාවයි.

3.උසස් අධ්‍යාපන අවස්ථා

3.1 21 වන සියවසේ ඔබේ ජීවිත ගමන් මග

උසස් පෙළ විභාගය නිම කළාට ඔබට විවිධ ක්‍රියා මාර්ග ගත හැක

01 උසස් අධ්‍යාපන අවස්ථා හඳුනාදීම

ඔබ උසස් පෙළ ඉහලින් සමත්වි විශ්ව විද්‍යාල වරම් ලබා ගත හැක

උපාධියක් ලබා ගැනිම
විශ්ව විද්‍යාලයකට ඇතුලත්වි උපාධි පාඨමාලාවක් හැදැරිම

I. දේශිය විශ්ව විද්‍යාල
II. දේශිය පෞද්ගලික විශ්ව විද්‍යාල
III. විදේශ විශ්ව විද්‍යාල වලට අනුබද්ධිත දේශිය විශ්ව විද්‍යාල(UGC අනුමත)
IV. විදේශිය විශ්ව විද්‍යාල

පාසල් අධ්‍යාපනයෙන් පසු ඔඩ උසස් පෙළ විභාගය ඉහලින් සමත්ව ඇති නම් ඔඩට රජයේ විශ්ව විද්‍යාලයකට ඇතුලත් වි උපාධියක් ලබාගත හැක.

දේශිය විශ්ව විද්‍යාල 15 ක් හා අනුබද්ධ විශ්ව විද්‍යාල 07 ක් ඇත මෙ සඳහා UGC NET link මගින් අනුමත පාඨමාලා පිළිබඳ තොරතුරු ලබාගත හැක.

- දුරකතන - 0112 693 301
- වෙබ් - www.ugc.ac.lk

රාජ්‍ය විශ්ව විද්‍යාල වලට ඇතුලත් විමට නොහැකි වු ඔබට රාජ්‍ය විශ්ව විද්‍යාල

මගින් මෙහෙයවන බාහිර උපාධි පාඨමාලාව හැදාරිය හැක ඒසේ නැතිනම් පුද්ගලික අංශයේ විශ්ව විද්‍යාල වලට ඇතුලත්වී උපාධියක් ලබා ගත හැක මේ සදහා තෙරතුරු ඒම ආයතන වල link වලින් ලබා ගත හැක

w.apiit.lk /info@apiit.lk

: https://studentlanka.com/2011/01/23/national-diploma-in-technology-ndt-offered-by-university-of-moratuwa/
http://www.sliate.ac.lk/
www.uovt.ac.lk
www.sliit.lk
www.msl.edu.lk

ඔබට දේශිය විශව විද්‍යාල වලය ඇතුලත් නොවි විදේශ විශ්ව විද්‍යාල වලට ඇතුලත් විමට අවශ්‍යතාවයක් ඇත්නම් ඔබගේ උසස් පෙළ විෂය ධාරාවයට අදාලව හෝ ඊට පරිබාහිර පාඨමාලා හැදැරිය හැක. විදේශ විශ්ව විද්‍යාල වලට ගොස් හේ දේශියව ඇති අනුබද්ධ විශ්ව විද්‍යාල වල අධ්‍යාපනය ලබා උපාධි ලබාගැනිමට හැකි වේ. මේ සදහා අත්තර් ජාලය භාවිතා කර අදාල කොරතුරු ලබාගත හැක. විදේශ විශව විද්‍යාල හා පාඨමාලා පිළිබද තොරතුරු link වලින් ලබාගත හැක

ඇතුලත් වීමේදි දී ශිෂ්‍යත්ව ලබාගැනිමේ අවස්ථා තිබෙනවා අදාල පාඨමාලා ගාස්තුව අයකිරිමේදි 25%, 50%,75%,100 සහන හිමිවනු ඇත.

ඔබ දේශිය විශ්ව විද්‍යාල හෝ විදේශී විශ්ව විද්‍යාල අධ්‍යාපන නොලබන්නේ නම් ඊට විකල්පයක් වශයේන් රාජයේ හා පෞද්ගලික උසස් අධ්‍යාපන ආයතන වෙත ඇතුලත්වී උසස් අධ්‍යපන අවස්ථා ලබාගත හැක. (ඩිප්ලෝම හාසහතිකපත්‍ර පාඨමාල හැදෑරිමට)

1.රජයේ උසස් අධ්‍යාපන ආයතන

උදා

a. විද්‍යා පිඨ
b. හෙද විදුහල්
c. කෘෂි කාර්ම පියා(කුණ්ඩසාලය,මහ ඉලුපල්ලම,අගුනකොළ
d. උසස් තාක්ෂණ අධ්‍යාපන ආයතන
e. NIBM

2. පුද්ගලික උසස් අධපන ආයතන

a. NSBM
b. SLIIT
c. NCBM
d. IPM

https://www.coursenet.lk/course/1740/bachelor-of-information-technology-external-bit
:
w.cgtti.lk/web/index.php?option=com_gtcourse&view=courses&Itemid=125&lang=en
https://cmb.ac.lk/u_course_cat/diploma-courses/
https://www.course
: https://www.hndit.lk/
: https://www.kdu.ac.lk/
: https://www.kiu.ac.

3.2 වෘත්තිය පුහුණු අවස්ථා ලබාගැනිම

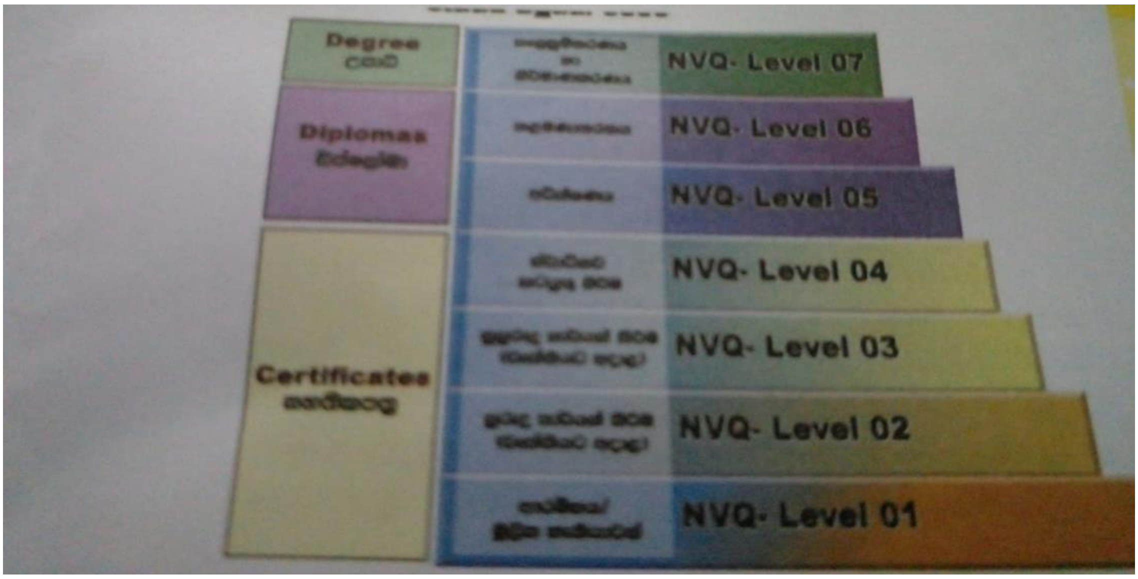
උසස් පෙළින් පසු විශ්ව විද්‍යාල අධ්‍යාපන ලැබුවත් ආගතයේදි ඉහල හා උසස් යැයි කියන රැකියාවක් කිරිමට නම් වෘත්තිය පුහුණුවක් සුදුසුකම් ලබාගැනිම අවශ්‍ය වේ.මේ සඳහා ඔබ සුදානම් වියයුතුයි.

අ.පො.ස. උසස් පෙළ විභාගයෙන් සරසවි වරම් නොලබන ඔබගේ ජීවිතය අවසන් නොවේ ඔබට නිසි කැපවීමක් ඇත්නම් වෘත්තිය පුහුනු පාඨමාලාවක් හදාරා ඒ ඔස්සේ උපාධියක් දක්වා සුදුසුකම් හෙවත් NVQ 1,2,3,4,5,6,7 සම්පූර්ණකර උපාධි මට්ටම දක්වා හැදැරිමට අවස්ථව ඇත.

මෙ සම්බන්ධව රාජ්‍ය හා පුද්ගලික අශයේ ආයතනවල විවිධ පුහුණු පාඨමාලා පැවැත් වේ.

රජයේ වෘත්තිය පුහුණු අයතන හා හා පාඨමාලා පිලිබද තොරතුරු තාක්ෂණ හා වෘත්තිය පුහුණු කොමිෂණ් සභා නිල වෙබ් අඩවියට ඇතලතු වී TVEC මගින් අනුමත පාඨමාලා පිළිබද තොරතුරු ලබාගත හැක.

තාක්ෂණවේදය උපාධියක් සමග වෘත්තිය අරබන්න



a. පුහුණු පාඨමාලා පැවැත්වෙන අයතන

   a. ජ්මන් ටෙක්
   b. කාර්මික විද්‍යාල 24
   c. වෘත්තිය පුහුණු අධිකාරාය
   d. ජාතික අධුනිකත්ව වෘතිය පුහුණු අධිකාරිය හා ඒහි අනුබද්ධ ආයතන
   e. අම්පාර හාඩි
   f. ජාතික තරුණ සේවා සභාව
   g. හොටල් පාසල (සංචාරක සංවර්ධන අධිකාරියෙන් මෙහෙයවන)
   h. වෙනත්

<u>21 වන සියවසේ නව පාඨමාලා</u>

1	ඩිජිටල් තාක්ෂණය	**Digital Technology**
2.	තොරතුරු තාක්ෂණය	**ICT**
3.	දත්ත විද්‍යාව	**Data Science**
4.	කෘතිම බුද්ධිය	**Artificial Intelligence**
5.	රොබෝ තාක්ෂණය	**Robotic Science**
6.	නැනෝ තාක්ෂණය	**Nano Technology**
7.	ඩ්රෝණ තාක්ෂණය	**Drone Technology**

(ඇමුණුම දිස්ත්‍රික **25** කාර්මික විද්‍යාල තොරතුරු නම/දිස්ත්‍රිකය/දුරකථන අංකය)

- රාජ්‍ය වෘත්තිය පුහුණු ආයතන වලට අමතරව පුද්ගලික අංශයේ වෘත්තිය පුහුණු අයතන වල හා විදේශ පුහුණු ආයතන වලට අනුබද්ධිත දේශිය ආයතන ද විවධ පුහුණු පාඨමාලා ඇත . ඒමෙන්ම වලද විවිධ වෘත්තිය පුහුණු පාඨමාලා පැවැත්වේ.

- මේ සම්බන්ද වැඩි විස්තර තොරතුරු හා පාඨමාලා පිලිබද අදාල ආයතන තොරතුරු link වලින් ලබා ගත හැක.

උදා-හයිටෙක්
පුද්ගලික හෙද විදුහල්

: https://www.vtasl.gov.lk/
https://www.britishcouncil.lk/?gclid=Cj0KCQjwraqHBhDsARIsAKuGZeGSOwKWMbZ6qh7rRxgiA1OX2xR1ikzOgu-g6itpmYm4QrY_U-fF89IaAglQEALw_wcB
https://ou.ac.lk/

https://www.mohe.gov.lk/index.php?lang=en

3.3 වෘත්තිය සුදුසුකම් පාඨමාලා පිළිබද තෙරතුරු

- ✓ 21 වන සියවසේ සාර්ථක රැකියාවකට යාමට නම් වෘත්තිය සුදුසුකම් සහිත පාඨමාලාවක් හැදැරිම අත්යවශ්ය වේ මේ සදහා රාජ්ය හා පුද්ගලික අංශයේ ආයතන මගින් සහ විදේශ හා විදේශ පුහුණු ආයතන වලට අනුබද්දිත මගින් මෙහෙයවන වෘත්තිය සුදුසුකම් ලබාගැනිමේ විවිධ පාඨමාලා පැවැත්වේ.

- ✓ ශ්රී ලංකා විද්වත් වෘත්තික සංවිධානය

Telephone - 011 2 580 268
011 2 055 217
Web - opasrilanka.org

පාඨමාලා සම්බන්ද උදාහරණ

අනු අංකය	පාඨමාලාව	අයතන දුරකථන අංකය	අනු අංකය	පාඨමාලාව	අයතන දුරකථන අංකය
1	ගිණුම්කරණ හා විගණනය	0112352000	1.	රසායන විද්යාව	0114015230
2.	මුල්යකරණය හා ගිණුම්කරණය	0112506391	3.	පරිගණක විද්යාව	0112592762
4.	කළමණාකරණය	0112503880	5.	වෛද්ය විද්යාව	0112691846
6.	ගෘහ නිර්මණ ශිල්පය	0112697109	7.	ඉල්ජිනේරු	0112698426
8.	බැංකු හා මුල්ය	0112055318	9.	කෘෂිකර්ම	0812395320
10.	මානව සම්පත් කළමනාකරණය	0112766273	11.	පාමසි	0112598826
12.	නිතිය	0112473119	14	මැණුම්	011504669
13.					

ඇමුණුම් සදහා

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
1	ගිණුම්කරණය හා විගණනය Accounting & Auditing	ශ්‍රී ලංකා වරලත් ගණකාධිකරණ ආයතනය Institute of Chartered Accountants of Sri Lanka	011 2 352 000
2	කළමනාකරණ ගිණුම්කරණය Management Accounting	සහතිකලත් කළමනාකරණ ගණකාධිකරණ ආයතනය Institute of Certified Management Accountants (CMA)	011 2 506 391

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 1

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
3	මූල්‍ය කළමනාකරණය හා ගිණුම්කරණය	වරලත් සහතිකලත් ගිණුම්කරණ සංගමය Association of Chartered Certified Accountants	011 2 301 920
4	කළමනාකරණය Management	වරලත් කළමනාකරණ ගණකාධිකරණ ආයතනය Chartered Institute of Management Accountants (CIMA)	011 2 503 880

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 21

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
5	ගෘහ නිර්මාණ ශිල්පය (වාස්තු විද්‍යා)	ශ්‍රී ලංකා වාස්තු විද්‍යාඥයින්ගේ ආයතනය Sri Lanka Institute of Architecture	011 2 697 109
6	පුරා විද්‍යාව Archeology	ශ්‍රී ලංකා පුරා විද්‍යාඥයින්ගේ ආයතනය Sri Lanka Council of Archeologists'	071 8 083 986

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 22

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
7	බැංකු හා මූල්‍ය Banking & Finance	ශ්‍රී ලංකා බැංකුකරුවන්ගේ ආයතනය Association of Professionals Bankers Sri Lanka	0112055318
8	මානව සම්පත් කළමනාකරණය Management Accounting	වරලත් පිරිස් කළමනාකරණ ආයතනය Chartered Institute of Personnel Management	011 2 766 273

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 23

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
9	මැණික් විද්‍යාව Gemology	ශ්‍රී ලංකා මැණික් විද්‍යා සංගමය Gemologists Association of Sri Lanka	011 2 589 293
10	නීතිය Law	නීති විද්‍යාලය Sri Lanka Law College	011 2 473 119

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 24

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
11	පුස්තකාල සේවා Librarianship	ශ්‍රී ලංකා පුස්තකාල සංගමය Sri Lanka Library Association	011 2 589 103
12	වරලත් ලේකම්කරණය Chartered Secretaries	ශ්‍රී ලංකා වරලත් ලේකම්වරු සහ පරිපාලකයින්ගේ ආයතනය Institute of chartered Secretaries and Administrators in Sri Lanka	0112301982

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 25

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
13	අලෙවිකරණය Marketing	ශ්‍රී ලංකා අලෙවිකරණ ආයතනය Sri Lanka Institute of Marketing	011 2 675 000
14	රසායන විද්‍යාව Chemistry	රසායන විද්‍යාඥයින්ගේ ආයතනය Institute of Chemistry Ceylon	011 4 015 230

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 26

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
15	පරිගණක විද්‍යාව Computer Science	ශ්‍රී ලංකා පරිගණක සංගමය Computer Society of Sri Lanka (CSSL)	011 2 592 762
16	වෛද්‍ය විද්‍යාව Medicine	ශ්‍රී ලංකා වෛද්‍ය සභාව Sri lanka Medical Council	011 2691848

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 27

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
17	පහසුකම් කළමනාකරණය Facilities Management	ශ්‍රී ලංකා පහසුකම් කළමනාකරණ ආයතනය Sri Lanka Facilities Management Association	077 3 750 707
18	ආර්ථික විද්‍යාව Economics	ශ්‍රී ලංකා ආර්ථික විද්‍යාඥයින්ගේ ආයතනය Sri Lanka Economic Association	011 2 559 478

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 28

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
17	පහසුකම් කළමනාකරණය Facilities Management	ශ්‍රී ලංකා පහසුකම් කළමනාකරණ ආයතනය Sri Lanka Facilities Management Association	077 3 750 707
18	ආර්ථික විද්‍යාව Economics	ශ්‍රී ලංකා ආර්ථික විද්‍යාඥයින්ගේ ආයතනය Sri Lanka Economic Association	011 2 559 478

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 28

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
21	ගුණාත්මක හා ඵලදායි කළමනාකරණය Quality & Productivity Management	ගුණාත්මක හා ඵලදායි කළමනාකරණ ආයතනය Institute of Quality & Productivity Management	011 2 868 302
22	ෆාමසි Pharmacy	ශ්‍රී ලංකා ඖෂධවේදීන්ගේ සංගමය Pharmaceuticals Society of Sri Lanka	011 2 598 826

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 31

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
23	ප්‍රමාණ සමීක්ෂණ Quantity Surveyors	ශ්‍රී ලංකා ප්‍රමාණ සමීක්ෂකයින්ගේ ආයතනය The Institute of Quantity Surveyors Sri lanka	011 2 595 570
24	සංඛ්‍යාලේඛන Statistics	ශ්‍රී ලංකා ව්‍යවහාරික සංඛ්‍යාලේඛන සංගමය Applied Statistics Association of Sri Lanka	011 2 538 291

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 32

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
25	සැපයුම් කළමනාකරණය Supply Management	සැපයුම් හා ද්‍රව්‍ය කළමනාකරණ ආයතනය Institutions of Supply & Material Management	011 2 584 302
26	නගර සැලසුම් කිරීම Town Planning	ශ්‍රී ලංකා නගර නිර්මාණ ආයතනය Institute of Town Planners Sri Lanka	011 2 508 010

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 33

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
27	මැණුම් Surveying	ශ්‍රී ලංකා මිනුම්දෝරුවන්ගේ ආයතනය Surveyors Institute of Sri Lanka	011 2 580 669
28	තක්සේරුකරණය Valuers	ශ්‍රී ලංකා තක්සේරුකරණ ආයතනය Institute of Valuers of Sri Lanka	011 2 504 699

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 34

වෘත්තීමය පාඨමාලා

	පාඨමාලාව	ආයතනය	දුරකතන
29	ඇඟළුම් Textile	ශ්‍රී ලංකා ඇඟළුම් ආයතනය Textile Institute of Sri Lanka	077 7 767 413
30	බදුකරණය Taxation	ශ්‍රී ලංකා බදුකරණ ආයතනය Sri Lanka Institute of Taxation	011 2 718 804

මිනිස්බල හා රැකිරක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව 35

4. සිසු ණය යොජනා ක්‍රමය

අපේ ආර්ථික මානව සංවර්ධනය සඳහා අත්‍ය අවශ්‍ය වන ඉහල මට්ටමේ මානව ප්‍රාග්ධන සංචිතයක් ඇති කිරිම උසස් අධ්‍යාපන ක්‍රම මගින් අපේක්ෂා කරයි .රාජ්‍ය විශ්ව විද්‍යාලවල ආසන සුරක්ෂිත කරගත නොහැකි වු බහුතරයක් අ.පෙ.ස උ.පෙළ සුදුසුකම් සහිත ශිෂ්‍යන් හට විදේශ විශව විද්‍යාල වල විදේශ විශ්ව විද්‍යාල වලට අනුබද්ධිත දේශිය ආයතනවල හෝවිශ්වවිද්‍යාල පනත යටතේ පිළිගන්නා ලද දේශිය රාජ්‍ය නොවන උපාධි පිරිනමන ආයතන වල පාඨමාල හැදැරිම සඳහා පාඨමාලා ගාස්තු ගෙවිමට අපහසු උසස් අධ්‍යාපනය හැදැරිමට අවශ්‍ය දරැවන් සඳහා රජය මගින් පොලි රහිත ණය යොජනා ක්‍රමයක් 2017 වර්ශයේ සිට හඳුන්වා දි ඇත.

- උපරිම ණය මුදල ලක්ෂ 08 ක්
- අමතර වියදම් සඳහා ලක්ෂ 03 ක්
- පොළි රහිත ණය
- ණය ගෙවිම පාඨමාලාව අවසන් වී වසර 03/04 කින් පසු ඒළබෙන වසරත සහන කාලයකින් පසු පිළිවලට වසර 7/8 කින්
- තමන් කැමති ඔනැම ආයතනයක ලියාපදිංචි වී තමන් කැමති පාඨමාලාවක් හැදැරිමේ අවස්ථාව
- අයදුම් කිරිම අන්තර් ජාලය මගින් මගින් ලියාපදිංචිය හා වැඩි විස්තර
- www.studantloans.mohe.gov.lk

1978 අංක 16 දරණ විශ්වවිද්‍යාල පනත(වරින් වර සංශෝධි.) යටතේ අනුමත කරණ ලද පොලී ශිධ්‍ය ණය යොජනා ක්‍රමයට ඇතුලත් වු රාජ්‍ය නොවන උසස් අධ්‍යාපන ආයතන පහත දැක්වේ.

- ශ්රි ලංකා ඉන්ස්ට්ටියුට් ඔෆ්ඉන්පෝමේෂන් ටෙක්නොලොජි (කැරන්ට්) ලිමිටඩ් ආයතනය(SLIIT)
- ජාතික ව්‍යාපාර කළමණාකාරිත්ව පාසල(NSBM)
- සිනෙක්ස් කැම්පස්(CINEC)
- ශ්රි ලංකා ජාත්‍යන්තර බෞෂධ ඇකඩමිය(SIBM)
- ශ්රි ලංකා වරලත් ගණකාධිකාරින්ගේ ආයතනය(ICASL)

- සණස කැම්පස් ආයතනය(SANASA)
- හොරයිසන් කොලේජ් ඔෆ් බිස්නස් ඇන්ඩ් ටෙක්නොලොජි(ප්‍රයිවට්)ලිමිටඩ්(HORIZON)
- කාට්සු හයිලි ඇඩ්වාන්ස් මෙඩිකල් ටෙක්නොලොජි(ප්‍රයිවට්)ලිමිටඩ්(KIU)
- ඒස්. ඒල් ටි කැම්පස් (ප්‍රයිවට්) ලිමිටඩ්(SLTC)
- සේජිස් කැම්පස් (ප්‍රයිවට්)ලිමිටඩ්(SAEGIS)
- ඊසොෆ්ට් මෙට්රෝ කැම්පස්(ESOFT)
- ඇක්වයිනාස් උසස් අධ්‍යාපන ආයතනය(AQUINAS)
- නේස්ට්ටියට් ඔෆ් කමේස්ට්‍ර සිලොන්(ICHEM)
- ඉන්ට නැෂණල් කොලේජ් ඔෆ් බිස්නස් ඇන්ඩ් ටෙක්නොලොජ් ලිමිටඩ්(ICBT)
- බෙනඩික් කැතලික් ඉන්ස්ට්ටියුට් ඔෆ් හයර් ඒඩියුකේෂන්(ප්‍රයිවට්)ලිමිටඩ්(BDI)

5.ශ්‍රම වෙළඳ පොළ

ආදරණීය දුවේ,පුතේ,
රැකියා ලෝකය ඉතාමත් වේගයෙන් වෙනස් වෙනවා.ඔබ රැකියා ලෝකයට නැතිනම් වැඩ ලෝකයට පැමිණෙන විට මේ තත්වය තවත් වෙනස් වෙලා තිබේවි.වර්තමානයේ පවතින ස්වභාවික ,ආර්ථික හා දේශපාලනික හේතු නිසා ඔබ දන්නා කියන රැකියා අවස්ථාවන් , රැකියා තනතුරු නැති වෙලා අළුත් රැකියා අවස්ථා පවා නිර්මාණයවෙලා තියේවි.ඒ නිසා රැකියා ලොව නව ප්‍රවණතා පිළිබඳ ඔබ දැන සිටීම ඉතා වැදගත්............

ඔබ දන්නවද හතරවන කාර්මික විප්ලවයේ ප්‍රතිඵලයක් විදිහට, කෘත්‍රිම බුද්ධිය, රොබෝ තාක්ෂණය , ඩිජිටල් තාක්ෂණය වැනි ක්ෂේත්‍රයන්හි, ඇතිවූ පිබිදීම නිසා ඒ ආශ්‍රිතව බොහෝ රැකියා අවස්ථාවන් බිහිවීමක් සිදු උනා.ඒ වගේමයි විශේෂයෙන්ම පිරිසිදු කිරීම් ,වැවිලි කර්මාන්තවල ඇතැම් කොටස්, යම් යම් නිෂ්පාදනවල අතරමැදි ක්‍රියාවලියන් සහගණකාධිකරණ, වෛද්‍ය විද්‍යාව,ඉංජිනේරු සේවා වැනි ක්ෂේත්‍රයන්හි,ඇතැම් කොටස්
ඉදිරි අනාගතයේදී ස්වයංක්‍රිය වීමේ වැඩි ඉඩක් තිබෙනවා. (ජාත්‍යන්තරය තුල නම් එවැනි ක්ෂේත්‍ර වල දැනටමත් මේ වෙනස ආරම්භ වෙලා.) ඒ නිසා මේ අංශයන් වල රැකියා අවස්ථාවන් සඳහා මානව ශ්‍රමයට ඉල්ලුමක් නැති වෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා නව ප්‍රවණතා ලෙසින් ,..............තව දුරටත් මේ දේවල් ඔබට හඳුන්වා දිය හැකියි...........

දුරස්ථව වැඩ කිරීමේ ක්‍රමවේද සඳහා හුරු වීම සහ අනුවර්තනය වීම ඉතා වැදගත්. මන්ද ලෝකය පුරා සේවා යෝජකයන් 84% ක් පමණ දුරස්ථව වැඩ කිරීම සඳහා තම වැඩ කිරීමේ ක්‍රියාවලින් ඩිජිටල්කරණය කිරීමටසූදානම් වීමේ ප්‍රවණතාවක්

දක්නට ලැබෙනවා. ඒ වගේමයි අන්තර්ජාලය පදනම් කරගත් රැකියා අවස්ථා බහුල වන බැවින් තරුණ තරුණියන්ට ගමනාගමන , සංස්කෘතික හා භූගෝලීය බාධාවන් මගහරිමින් රැකියා අවස්ථාවන් සඳහා ඉල්ලුම් කිරිමට කේවල් කිරිමට හැකියාව ලැබීම සතුටුදායක පුවතක් ලෙස හඳුන්වන්න පුළුවන්. එසේම , ලෝකයේ වේගයෙන් දියුණුවන කර්මාන්ත තුනක් කෙරෙහි අවධානය යොමුව තිබෙනවා.

5.1 සේවාවක් ලෙස මෘදුකාංග නිර්මාණය

වර්තමානය වන විට මුළු ලෝකයම පාහේ නැතිනම් වැඩකරන ජනතාවගෙන් 400%ක් දුරස්ථව වැඩ කිරිමට පෙළඹී තියෙනවා. එබැවින් කතා කරන වේදිකාවන් (chat flat form) ,වීඩියෝ, zoom ,teems වැනි සේවය කරන ස්ථානය කුමක් වුවත් සම්බන්ධතා පවත්වා ගැනිමට උපකාර වන මෘදුකාංග නිර්මාණය සඳහා ඉතා විශාලඉල්ලුමක් ඇතිවී තිබෙනවා. ඒ වගේමයි අප එදිනෙදා කටයුතු පහසු කිරිම සඳහා භාවිතා කරන විවිධ මෘදුකාංග විශාල ප්‍රමාණයක් මේවන විටත් අප සමාජය තුල දක්නට තියෙනවා. ඒ නිසාම අනාගතයේදී විවිධ අවශයතා සඳහා මෘදුකාංග නිර්මාණය කිරිමේ අවකාශය තව දුරටත් වැඩි දියුණු වීමේ හැකියාව තියෙනවා. එසේම මේ භාවිතය තුල පරිගණක ක්ෂේත්‍රය ආශ්‍රිතව විශාල පිබිදීමක් දක්නට ලැබෙනවා. එමෙන්ම දත්ත විශලේෂණය ,පරිගනක තාක්ෂණය ,ඩිජිටල්කරණය ,කෘතීම බුද්ධිය ,පරිගනක ආරක්ෂණ ක්ෂේත්‍රය ආශ්‍රිත විශේෂඥයන් , පරිගනක චිත්‍රන (Graphic Diesign) ආදී වශයෙන් මේ එක් එක් ක්ෂේත්‍රයන් වල විශාල රැකියාවන් ප්‍රමාණයක් විශාල වපසරියක් තුල ජනනය විය හැකියි. ඒ වගේම ලොකයේ බෝහෝ සමාගම් ස්වයංක්‍රියකරණයසඳහා යොමු වෙද්දී එම ක්‍රියාවලින් අධික්ෂණය ,නිර්මාණය, විශ්ලේෂණය හා නඩත්තුව ආදී කටයුතු සඳහා කුසළතා සපිරි මිනිසුන්ට වැඩි වැඩියෙන් අවස්ථාවන් ලැබෙනු ඇති..

02.ජෛව තාක්ෂණවේදය ආශ්‍රිත කර්මාන්ත.

මින් අදහස් කරන්නේ ,මිනිස් ජීවිතයේ ගුණාත්මක බව වැඩි දියුණු කිරිමට අවශය වන තාක්ෂණය සඳහා ජීව විද්‍යා ක්ෂේත්‍රය භාවිතා කිරිමයි.එහිදි පාරිසරික හා පරිසර දූෂණය අවම කිරිම , වෛද්‍ය හා සෞඛ්‍ය
සේවා ,කාර්මික,කෘෂි කාර්මික ජෛව තාක්ෂණය , ආහාර නිෂ්පාදනය,සත්ත්ව පාලනය ,ජෛව ඉන්ධන,
සාගර හා ජලජ ජීවී තාක්ෂණය ඇතුළු විවිධ කර්මාන්ත ගණනාවක ක්‍රියාවලි වැඩි දියුණු කිරිම් සඳහා මේ අංශයේ නව කුසළතා සපිරි තරුණ ප්‍රජාවට අවස්ථාව හිමි වන අතර මේ සඳහා ඉහළ මූල්‍ය වටිනාකම් සහිතව විශාල ඉල්ලුමක් ඇතිවේ. විද්‍යාව හා සම්බන්ධ පාඨමාලා මත පදනම් ව මේ විෂය ක්ෂේත්‍රය විවර වන අතරම ව්‍යාපාර හැකියාව සහිත බව මේ අංශයෙන් ඉතා දිගු ගමනක් යෑමට අවශය කදිම මෙවලමක් බව කිව යුතුවේ.

03.කෘෂි කාර්මික තාක්ෂණය

කෘෂිකර්මාන්තය සහ අස්වැන්න ප්‍රශස්ථ කිරිම සඳහා උසස් තාක්ෂණය භාවිතා කිරිම,කෘෂිකර්මය තුළ කළමණාකරණ බාවිතයක් වැඩි දියුණු කිරිම වැනි කටයුතු සඳහා මේ අංශයන්හි වපසරිය වැඩි දියුණු වීම නිසා රැකියා අවස්ථා බහුල වෙනවා. ලෝක ජනගහණය අඛණ්ඩව වර්ධනය වන අතර දැනට තිබෙන ගොවි බිම් ප්‍රමාණය ස්ථායි වෙනවා. මේ නිසා කෘෂි කාර්මික අංශය තුල වැඩි වන

ආහාර ඉල්ලුම සපුරා ලිම සඳහා නව ක්‍රම සෙවීමට හා ලැබෙන අස්වැන්න සුරක්ෂිත කිරිම වැනි කාර්යයන්හි වැඩි රැකියා අවස්ථා බිහි වීම සිදුවේ.

මීට අමතරව,

04.පුනර්ජනනිය බල ශක්තින් ආශ්‍රිත ක්ෂෙත්‍රයන්හි ඇති වන නව පිබිදීම

මේ ආශ්‍රිත ක්ෂේත්‍රයන්හි ද රැකියා බහුලතාවක් ඇතිවේ.විශේෂයෙන් ,ආනයනික තෙල් සහ ගල් අඟුරු මත යැපීම වෙනුවට දැඩි සූර්යය තාපය,බහුල වැසි සහ නොනවතින සාගර සුලඟ වැනි දේ නිසා අනාගතයේ ඇතිවන අර්බුදකාරි තත්වයන්හි රැකියා අවස්ථා සුලබ විය හැක. .එමෙන්ම අප ද්‍රව්‍ය කළමණාකරනය වැනි ක්ෂේත්‍රයන් හිද රැකියා අවස්ථා සුලබ විය හැක. එසේම විද්‍යුත් -වාණිජ්‍ය ක්ෂේත්‍ර යේ නව පිබිදීම නිසා ව්‍යවසායකත්වයට ආසක්තව සිටින තරුණ ප්‍රජාවට නව අපේක්ෂාවන් දැල්විය හැකි වේ.
.ඔබට මෙයත් ඉතාම වැදගත් විය හැකිය, දේශීය හා විදේශීය වශයෙන් ස්වයංර්කිය කරණය වීමේ අවදානම ඉතාම අඩු රැකියා ලෙසමානවිය ගති ලක්ෂණ සහිත රැකියා ක්ෂේත්‍ර හඳුන්වා දෙන්න පුළුවන් මෙහිදි සේවා ලාභියා සහ සේවා යොජකයා අතර ඉතා සුහදශීලී බවක් ගොඩ නැඟිම දක්නට හැකියි.
නිදසුන් ලෙස සෞඛ්‍ය සේවාවන්, ළමාසුවතා ,වැඩිහිටි සේවාවන් පාරිභෝගික සේවාවන්,අලෙවිකරණ වෘත්තින්,පුහුණු හා සංවර්ධන මෙහෙයුම් කළමණාකරන උපදේශන ගුරු වෘත්තින් වැනි වෘත්තින් සඳහා දේශීයව හා විදේශිය විශාල ඉල්ලුමක් බිහිවිය හැකිය.

ඒ වගේමයි , අවම නිපුණතාවන් සහිත තරුණ තරුණියන් අනාගතයේදී ඉතා ඉහළ අභියෝගයන් සඳහා මුහුණ දෙන බව සඳහන් වෙනවා. එබැවින් ඔබ කුසළතා සහිත කෙනෙක් විය යුතුමයි. එසේ ළගා කරගත යුතු කුසළතා ලෙස, විවේචනාත්මක චින්තනය, ගැටළු විසදිම, ක්‍රියාකාරී ඉගෙනුම, ඔරොත්තු දීමේ හැකියාව, ආතතිය ඉවසිම, නම්‍යශීලී බව ස්වයං කළමණාකරණය වැනි දේ හැඳින්විය හැකිය.
.ඒ වගේමයි , ඕනෑම වේලාවක ඕනෑම තැනකදි ඉගෙනීමට ප්‍රවේශ වීමට පමනක් නොව ඉගෙන ගත් හෝ වැඩි දියුණු කල කුසළතාවන් වේගයෙන් භාවිතා කිරිමට ඔබට ඇති හැකියාවද ඉතා වැදගත් බව මතක තබා ගන්න.තව දුරටත් ලොව පුරා සීඝ්‍ර ඩිජිටල් තාක්ෂණික භූමිකාවන්ට භාජනය වෙමින්

පවතින හෙයින් ලොව පුරා රැකියා අපේක්ෂිතයන් ,වෘත්තිකයන් ඉගෙනිම සඳහා සුදානම් වීම ඉතා වැදගත් . ඉගෙනීම හා කාර්්ය සාධනය එකිනෙකා මත රඳා පවතින බැවින් ඔබ ඉගෙනිම කිසි විටෙකත් නොනැවැත්විය යුතුයි

ඒ වගේමයි, වර්තමානයේ වැඩ ලෝකයට ප්‍රවේශ විය හැකි තවත් ක්‍රමවේද රාශියක් තියෙනවා.

<u>01.සෘජුවම විවෘත රැකියා වෙළඳ පොල වෙත යොමු වීම</u>

උසස්පෙළ විභාගය සමත් වූ පසු පෞද්ගලික අංශයේ විවිධ රැකියා අවස්ථා සඳහා ඔබට යොමු විය හැකියි. ඒ සඳහා ඔබ ලබා ගෙන ඇති විභාග සමාර්ථ ,විෂය සමගාමී ,ක්‍රීඩා ,කුසළතා,නායකත්ව,සෞන්දර්යය කුසළතාවන් සඳහා ලබා ගත් සහතික ආදිය සැළකිල්ල ගෙන සෘජුවම රැකියාවක් සඳහා යොමු වීමට හැකියි.මේ පිළිබඳව ඔබ උනන්දුවක් දක්වන්නේ නම් ඒ පිළිබඳව දැනුවත් බවක් හා පෙර සූදානමක් පාසල් කාලයේසිටම තිබිය යුතුයි. රැකියා අවස්ථාවන් පිළිබඳ තොරතුරු ඔබට පුවත්පත්,රජයේ ගැසට් පත්‍රය මගින්, සමාජ මාධ්‍ය ජාලා තුලින්, (වට්ස් ඇප්,Link din) වගේ දේවල් භාවිතා කරන්න පුළුවන්.
ඒ වගේමයි දුවේ ,පුතේ , කුමන ක්ෂේත්‍රයක වුවත් ඔබ ලබා තියෙන උසස්පෙල සහතිකය හුදෙක්ම වැඩ ලෝකයේ දොරට තට්ටු කිරිම පමණක් ප්‍රමාණවත් වන අතරම දොරටුවෙන් ඇතුලට ගොස් රැකියා ලොව තුල අභිමානයෙන් හැ සිරිම සඳහා ඔබ විවිධ කුසළතා වලින් සමන්විත විය යුතු වෙනවා.

01. <u>සංවෘත රැකියා වෙළඳපොල (සැඟවුණ රැකියා වෙළඳපොල)</u>

ඔබ දන්නවාද රැකියා ලොව තුළ 60% ක පමණ ප්‍රමාණයක් පවතින්නේ මේ කොටස තුල බව. මේ සැඟවුණු රැකියා ලොව තුලින් ඔබටත් රැකියාවන් සඳහා ප්‍රවේශ වීමේ හැකියාව පවතිනවා. මේ සඳහා ඔබ ප්‍රයෝජනයට ගත යුත්තේ ඔබ වටා ඇති සබඳතාවන්.සිතා බලන්න ඔබ වටා ගොනු වී ඇති සබඳතාවන් කොපමණද කියා. ඔබේ මව,පියා ,සහොදර සහෝදරියන්, ගුරුවරුන් ,පාසල,හිත මිතුරන්,ඥාතීන් සහ ඔවුන්ගේ සම්බන්ධතා ආදී වශයෙන් විශාල ජාලයක් ඔබ වටා දැනටමත් ගොඩ නැඟී අවසන්. මේ සබඳතා භාවිතා කිරිම තුලින් වැඩ ලෝකයේ විවිධ රැකියා අවස්ථාවන් සඳහා යොමු වීමේ හැකියාව පවතිනවා.

<u>රැකියා අවස්ථාවන්</u>

පෞද්ගලික අංශය -

වැඩ ලෝකය තුල විශාල කොටසක් අත්පත් කරගෙන තිබෙන පෞද්ගලික අංශය තුල වැඩි වශයෙන් රැකියා බිහිවීමක් සිදු වේ.ඒ වගේම ඉහළ වැටුප් ,වැඩි ප්‍රතිලාභ සහ උසස්වීම් සඳහා වැඩි අවස්ථා යන කරුණු මත මේ අංශයේ රැකියා සඳහා තරුණ ප්‍රජාව ආකර්ශනය වේ.
ඒ වගේම නිර්මාණශිලීත්වය,අභියෝග බාර ගැනීම, ඉලක්ක කරා ළගා විම,වැනි කුසළතාවන් රාශියක් ඔබ සතු වීම මේ අංශය තුල තහවුරු වීමට කදිම මෙවලම් වේ.

රාජ්‍ය අංශය -

සුරක්ෂිත බව, විශ්රාම වැටුප් සහිත බව යන කරුණු නිසාවෙන් රාජ්‍ය අංශයේ රැකියාවන් සඳහා ආකර්ශනීය බව ඉහලයි . ඒ පිළිබඳවත් ඔබ දැන ගැනීම සුදුසුයි. මේ අංශයේ විවිධ තනතුරු සඳහා අයැදුම පත්‍ර කැඳවීම සිදු කරන්නේ රජයේ ගැසට් පත්‍රය මඟින් .රාජ්‍ය අංශය තුල විවිධ මට්ටම් වලින් තනතුරු තිබෙනවා. ඒ සඳහා සා/පෙළි, න් උ/පෙළි න් සහ උපාධි මට්ටමින් දක්වා අයැදුම් කරන්න පුළුවන්.මේ බොහෝතනතුරු සඳහා තරඟ විභාග පැවැත්විම තුලින් බඳවා ගන්නා අතර ඒ සඳහා ඉතාමත් දැඩි තරඟයකට මුහුණ දීමට සිදු වේ. උ/පෙළ විභාගයෙන් පසුව ,රාජ්‍ය කළමණාකරන සහකාර වැනි තනතුරකින් රාජ්‍ය සේවාවට ඇතුල් වි පරිපාලන ,සැළසුම්,විදේශ සේවා වැනි දීප ව්යාප්ත සේවා සඳහාත් තමාගේ සේවා කාලය පදනම් කර ඉහලට ගමන් කිරිමේ හැකියාව පවතිනවා. ඒ වගේමයි රාජ්‍ය සේවය තුල ක්‍රියාත්මක වන විවිධ සේවාවන් පවතිනවා නිදසුන් ලෙස පරිපාලන ,අධ්යාපන පරිපාලන, සැළසුම් ,ගණකාධිකරණ ,විදේශ සේවා ආදි වශයෙන් විවිධ සේවාවන් ක්‍රියාත්මක වන අතර මේ සඳහා මූලික සුදුසුකම් වන්නේ උපාධියක් සතුවිමයි. බඳවා ගැනිම් සිදු කරන්නේ විභාගයක් තුලිනි. දැඩිතරඟකාරි ස්වභාවයක් මේ තුල පවතින නමුත් ඔබේ දක්ෂතා හා හැකියාවන් මත සුදුස්සෙක් විමේ හැකියාව ඔබට තියෙනවා.

විදේශ රැකියා -

කුසළතා සපිරි තරුණ ප්‍රජාව සඳහා විදේශ රැකියාවෙළෙඳපොල හැම විටම විවෘත බව පැවසිය හැකියි.කාර්මික කෘෂිකාර්මික හා සේවා යන අංශ වලින් විවිධ තනතුරු සඳහා විශාල ඉල්ලුමක් මෙරට තරුණ ප්‍රජාව සඳහා පැවතුනත් මේ අවස්ථා නිවැරදිව ග්‍රහණය කර ගන්නේ ඉතා අඩු පිරිසක්. එබැවින් විවිධ භාෂාවන් පිලිබඳ ඔබට ඇති දැනුමත් මේ ක්ෂේත්‍රය තුල දිගු ගමනක් යැමට ඔබට හොඳ අඩිතාලමක් වේවි.

නිදහස් රැකියා -

තමාගේම හැකියාවන් හා කුසලතාවන් මත ඇරඹිය හැකි වෘත්තීන් ඔනෑ තරම් දක්නට තිබේ. විශේෂයෙන්ම තමාගේ ප්‍රධානියා තමාම වන අතර ඔබගේ හැකියාව සහ කුසළතාවන් මත මේ ක්ෂේත්‍රයේ බොහෝ දදුරක් ගමන් කල හැකි වේ. එසේම ඩිජිටල් වේදිකාවන් (Digital Flatform) මත මෙවැනි රැකියා ඉතා හොඳින් සක්‍රීය කර ගැනීමේ අවකාශයන් තිබෙනවා. ඒ වගේමයි මෙවැනි රැකියා සඳහා ස්වයං විනයක් තිබීම ඉතාම අවශ්‍යයයි.

උදා- චිත්‍ර ශිල්පියෙකු,ඡායාරූප ශිල්පියෙකු, නිදහස් ලේඛකයෙකු ආදී වශයෙන්....

ස්වයං රැකියා –

ව්‍යවසායකත්වය ලෙසත් හැඳින්විය හැකි මේ අංශය තුළ මෑත කාලිනව විශාල පිබිදීමක් දක්නට තිබේ. විශේෂයෙන් නිර්මාණශීලීව අළුතින් සිතන තරුණයන් සඳහා මේ අංශය ඉතා හොඳින් ගැලපේ. ඉතිං රැකියා ලොව තුල තමාගේම අනන්‍යතාවක් සහිතව ගමනක් යෑමට ඔබ සිතනවානම් මේ ඒ සඳහා හොඳම අවස්ථාවයි. ඒ වගේමයි දරුවනේ මේ සඳහා ඔබට සහය වීමට ඇති සහයක සේවා ප්‍රමාණය ඉතා ඉහළයි. ඒ වගේම ඊ - වාණිජ්‍යය වැනි අවකාශයන් භාවිතා කිරිමටත් ඔබට හැකියි.

- කවර රැකියාවක් වුවද අභිමානවත් වේ .උසස් හෝ පහත්යැයි රැකියාවන් නොමැති බව අවබෝධ කරගන්න.
- හැම මොහොතකම ඉගෙන ගන්න.ඉගෙන ගනිමින් වැඩ කරන්න. වැඩ කරමින් ඉගෙන ගන්න.අධ්‍යාපනය යනු පාසල් අවධියේ දී පමණක් ලැබිය යුතු දෙයක් නොවේ.එය ජීවිත කාලය තුලදීම ඔබගේ අරමුණු හා ඉලක්ක මත රැඳී පවතින දෙයකි.

- කුසළතා වලින් සන්නද්ධ වන්න.ඔබ ඉල්ලුමක් සහිත වෘත්තිකයෙකු වන්නේ එසේ වූ විටයි. එවිට වැඩ ලෝකය ඔබ එන තෙක් බලා සිටී.

6. සම්මුඛ පරීක්ෂණ

6.1 රැකියා පිවිසුම් ප්‍රවේශයෙන් සම්මුඛ පරීක්ෂණ

රැකියා ලෝකයට පිවිසීමට අපේක්ෂා කරන ඕනෑම කෙනෙකුට තම රැකියාවට ප්‍රවිශ්‍ය විය හැක්කේ සම්මුඛ පරීක්ෂණයකට මුහුණදීමෙන් අනතුරුවය. මෙහිදී සම්මුඛ පරීක්ෂණයට ඉදිරිපත් වන පුද්ගලයන් අතරින් වඩාත් සුදුසු පුද්ගලයා තෝරාගැනීමට බලාපොරොත්තු වේ. මෙය අපේක්ෂකයා රැකියාවටත්, රැකියාව අපේක්ෂකයාටත් ගැලපෙනවාද යන්න සොයා බැලෙන ක්‍රියාදාමයකි. ආයතනය බලාපොරොත්තු වන්නේ සමාන සුදුසුකම් සහිත පුද්ගලයන්ගෙන් වඩාත්ම සුදුසු පුද්ගලයා ආයතනය වෙත බඳවා ගැනීමයි. ඔබ විසින් සිදුකල යුත්තේ අදාල තනතුරට වඩාත්ම ගැලපෙන්නේ ඔබ බව සහතික (සනාථ) කිරීමයි. ඔබගේ දැනුම, කුසලතා ,ආකල්ප මෙහිදී මැන බැලීමක් සිදුකරයි. ඒ සඳහා විවිධ ක්‍රම සහ විධි ආයතනය විසින් අනුගමනය කරයි.

රැකියා පිවිසුම් දොරටුව අභියස ඔබට මුහුණදීමට සිදුවන සම්මුඛ පරීක්ෂණ වර්ග මොනවාදැයි විමසා බලමු.

01. කේවල සම්මුඛ පරීක්ෂණ

මෙහිදී ඔබට මුහුන දීමට සිදුවන්නේ එක් සම්මුඛ පරීක්ෂකයකු හා සමගය.

උදා:- ආයතන ප්‍රධානියා පමණක් සහභාගි වන සම්මුඛ පරීක්ෂණ

02. සමූහ සම්මුඛ පරීක්ෂණ

මෙහිදී අයදුම්කරුවන් එක් අයකු හෝ කිහිප දෙනෙකු, සමග සම්මුඛ පරීක්ෂකයන් කිහිප දෙනෙකු (දෙදෙනෙකුට වඩා වැඩි ප්‍රමානයක්) සහභාගීවේ.

03. ආයාස සම්මුඛ පරීක්ෂණ

සම්මුඛ පරීක්ෂණයට භාජනය වන ඔබව හිතාමතාම අපහසුතාවයකට පත් කරන ප්‍රශ්න විමසයි. මෙහිදී පරීක්ෂා කරනු ලබන්නේ යම්කිසි අපහසුතාවයකට ඔබ පත්වූ විට ඔබ ක්‍රියාකරන ආකාරය පිළිබඳව නිගමනයකට එළඹීමයි. මෙහිදී ඔබට ආචාර නොකිරීම ,ඔබේ අදහසට විරුද්ධ වීම, බාධා කිරීම්, සමච්චලයට ලක්කිරීම් ආදිය සිදුකල හැකිය. මේ නිසා එවැනි අවස්ථාවකදී අවස්ථාවට උචිත පරිදි ඔබේ චිත්තවේග හා හැසිරීම් හැඩගස්වා ගැනීමට ඔබ සූදානම් විය යුතුය.

උදා:-

- ඔබ උපාධිධාරියකුනම් ඔබේ උපාධිය හැල්ලුවට ලක්කිරීම.
- ඔබට වේලාවට එන්නයැයි පවසා හිතාමතාම ප්‍රමාද කර සම්මුඛ පරීක්ෂනයට කැඳවීම.

විශේෂයෙන් මෙවැනි සම්මුඛ පරීක්ෂණ සිදුකරනුයේ ගුවන් නියමු නිලධාරීන්, පිළිගැනීමේ නිලධාරීන් ,සම්බන්ධීකරණ නිලධාරීන් ආදී තනතුරු සඳහා බඳවා ගැනීමේදීය.

04. ප්‍රායෝගික සම්මුඛ පරීක්ෂණ

මෙහිදී ඔබගේ ප්‍රායෝගික කුසලතාවය(තාක්ෂණික කුසලතාවය) ඇගයීමට ලක් කෙරේ. ඒ අනුව අයදුම් කර ඇති තනතුරට අදාලව එයප්‍රායෝගිකව යොදාගන්නා ආකාරය පිළිබඳව ඔබට ඇති හැකියාව කොතරම්ද යන්න පරීක්ෂා කෙරේ.

උදා:-

- පරිගණක ශිල්පියෙක් බඳවා ගන්නේ නම් ඊට අදාලව ඔබ තුල ඇති හැකියාව පරීක්ෂා කිරීම
- රියදුරකු බඳවා ගන්නේ නම් ඊට අදාල ඔබ තුල ඇති හැකියාව පරීක්ෂා කිරීම.

04. ඇගයීම් මධ්‍යස්ථාන (Assessment Center)

මෙම ක්‍රමයේදී සම්මුඛ පරීක්ෂණයට කැඳවා ඔබට විවිධ පරීක්ෂණ වලට භාජනය කරයි.

උදා:- මනෝමිතික පරීකණ (ශද්‍ුඅත විශ්ලේෂණය, හැකියා,ලැදියා පරීක්ෂණ, වෘත්තීය යතුර පරීක්ෂණය)

මෙහිදී ඔබේ පෞරුෂත්වය, ආකල්ප, කුසලතා පරීක්ෂා කිරීම සඳහා විවිධ පරීක්ෂණ වලට භාජනය කිරීමට පිළිවන. ඒ සඳහා ඔබ සූදානම් වී යාම වැදගත්ය.

05. පසුතල සම්මුඛ පරීක්ෂණ

මෙහිදී ඔබ ජීවත්වූ පරිසරය හා දැනට ඔබ ගතකරන පරිසරය පිළිබඳව සොයාබැලී ම

සිදුකරයි. (මේ සදහා ඔබ ඥාතීන් නොවන දෙදෙනෙකුගේ තොරතුරු විමසීම සිදුකරයි)

මෙයට අමතරව ආයතන ඔවුන් විසින් පවත්වනු ලබන සාමාජීය අවස්තාවකට ඔබ සහභාගී කරවා ගනිමින් එහිදී හැසිරෙන ආකාරය නිරීක්ෂණය කරමින් සම්මුඛ පරීක්ෂණ අවස්ථාවක් ලෙස යොදාගනී.

උදා:-

- දිවා හෝ රාත්‍රී භෝජනයකට ආරාධනා කිරීම
- විනෝද චාරිකාවකට සහභාගි කරවා ගැනීම
- විශේෂ උත්සවයක් සදහා සහභාගි කරවා ගැනීම

විශේෂ අවධානයට

ඔබ නූතනයේ තාක්ෂණය භාවිතා කිරීම පිළිබඳව ඉතා සැලකිලිමත් විය යුතුය. Skyp, Whatsapp, Viber, Zoom ආදී තාක්ෂණ ක්‍රම ඔස්සේ ඔබව නිවසේ සිටම සම්මුඛ සරීක්ෂණයට භාජනය කරයි. නිවසේ සිට සම්මුඛ පරීක්ෂණයට මුහුණ දෙන්නේ නම් ඒ සදහා පූර්ව සූදානමක් ඔබ නිවස තුල සිදුකිරීමට වග බලාගන්න..(ඔබගේ කැමරාව තුලින් නිවසේ බාහිර පරිසරය පවා නිරීක්ෂණය කිරීමට ඉඩ ඇති බැවින් කැමරාව විවෘත කිරීමට පෙර ඒ පිළිබඳ සැලකිලිමත් වෙන්න.)

සම්මුඛ පරීක්ෂණයට සූදානම් වෙමු

රැකියාවක් අපේක්ෂාවෙන් කාලය ගතකරන ඔබට මෙය ඉතා වැදගත් අවස්ථාවකි. එබැවින් පහත අදියරයන් අනුගමනය කරමින් මනා ලෙස මේ සඳහා සූදානම් විය යුතුය.

ඔබ සම්මුඛ පරීක්ෂණයට සහභාගී වන විට ඔබේ ජීව දත්ත පත්රිකාව සම්මුඛ පරීක්ෂණ මණ්ඩලය අත තිබෙන බව මතක තබා ගන්න. ඔවුන්ට ඔබ සමග
කථා කිරීමට අවශ්ය වන්නේ ඉන් තීරණය කරගත නොහැකි දේවල් දැනගැනීම
සඳහා පමණි. එනම්

- ඔබ කොරම් හොඳ සන්නිවේදකයෙක්ද ?
- ඔබ කොතරම් විශ්වාසනීයද ?
- ඔබ නිවැරදි ආකල්ප ඇත්තෙක්ද ?
- භාවිතයේදී ඔබට දැනුම යොදාගත හැකි ද ? යන්නයි.

ඒ අනුව සම්මුඛ පරීක්ෂණයට කැඳවීම් ලිපිය ලද විගස හා ඉන් පසු අනුගමනය කල යුතු ක්රියාමාර්ග කීහිපයකි

කැඳවීම් ලිපිය ලද විගස

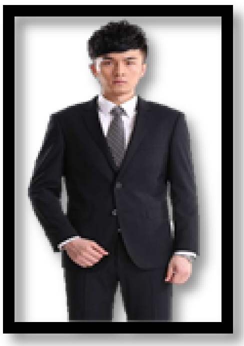
1. ආයතනයේ නිෂ්පාදන, සේවා හා ආයතනයේ ශාඛා පිලිබඳ සොයා බලනන.
2. ආයතනයේ ප්රචාරණ දැන්වීම් සොයා බලා ඔබේ ක්රියාකාරකම් අයදුම්පතේ මතුකර පෙන්වන්න.
3. කරපටිය පැළඳීම, සාරිය ඇඳීම පුහුණු වන්න.
4. ආයතනය පිහිටි ස්ථානය හා එයට ඇති දුර සොයා බලන්න.
5. නිරන්තරයෙන් අසන ප්රශ්නවලට පිළිතුරු දීම සඳහා පුහුණු වන්න.

ඇඳුම

දුටු විගස සිත් ඇදගන්නා පළමු දේ ඇඳුමයි.ඔබ ඉතා හොඳින් හැද පැළද මනා පෞරුෂයකින් යුතුව සම්මුඛ පරීක්ෂණයට සහභාගී වන්නේ නම් 50% ක් පරීක්ෂණයෙන් සමත් විය හැකිය

පිරිමි

- ලා පැහැති කමිසයක් හා තද පැහැති කලිසමක් ඇඳිය යුතුය.
- කමිසයේ පාටට කරපටිය ,මේස් ගැලපිය යුතුය.
- ඉනපටිය,සපත්තු වර්ණ ගලපා පැළඳිය යුතුය



කාන්තා

කාන්තාවකට ආකාර හතරකින් ඇඳිය හැකිය.

1.සාරිය හෝ ඔසරිය ඇඳීම

2.සාය ,හැට්ටය ඇඳීම
3.කලිසම් සූට් ඇඳීම
4.කෝට් කිට් ඇඳීම

❖ ඇඳුම රැකියාවට අනුව වියයුතු අතර උත්සව අවස්තාවලට අඳින තද පාට හා දිස්නය දෙන වැඩ දැමූ ඇඳුම් නොඇඳිය යුතු අතර, උදේ වරුවේ නම් ලා පැහැයද සවස් වරුවේ නම් තරමක් තද වර්ණද භාවිත කල යුතුය.
❖ ආභරණ අවම වශයෙන් පැලඳිය යුතුය.
❖ ගැලපෙන හා සුවපහසු පාවහන් පැලඳිය යුතුය

සම්මුඛ පරීක්ෂණයට පෙර දින

01. පහත දෑ සමග ලස්සන ගොනුවක් සකසා ගන්න.

- ඔබේ අයදුම්පතේ පිටපත
- කැඳවීම් ලිපිය
- අධ්‍යාපන සහතික හා පිටපත්
- වෙනත් ආශ්‍රිත ලිපි

02.ඍජුව රැකියාවට සම්බන්ධ ශක්තීන්, සුදුසකම් හා අත්දැකීම් පිළිබඳ ඔබේ මතකය අළුත් කර ගන්න.

03. වේලාසනින් නින්දට යන්න.

සම්මුඛ පරීක්ෂණ දිනයේ

✴ තරමක් වේලාසනින් අවදි වී සැහැල්ලු ආහාර වේලක් ගන්න
✴ ඔබේ ලිපිගොනුව නැවත පරීක්ෂා කර බලන්න
✴ හොඳින් හැද පැළඳගෙන වේලාසනින් පිටත් වන්න

ඔබ සම්මුඛ පරීක්ෂණ ස්ථානයට ලගාවන ආකාරය පිළිබද සැලකිලිමත් වන්න මන්ද පොදු ප්‍රවාහන සේවය යොදා ගන්නේ නම් බොහෝ විට මහන්සි වී, දහඩිය දමාගෙන යාමට සිදුවිය හැකිය. එවිට පිලිගැනීමේ නිලධාරිනියගෙන් විමසා විවේක කමරය අසා එතැනට ගොස් නැවත අළුත් වන්න.

සම්මුඛ පරීක්ෂණයට මුහුන දෙන විට

- සම්මුඛ පරීක්ෂණ ශාලාවට ඇතුළු වූ විට ඔබ පැමිණි දොර හෙමින් වසන්න.
- අවස්ථානෝචිතව සුබ පතන්න. එහෙත් දැනුම් දෙන තෙක් අසුන් නොගන්න.
- ඔබේ දෙඅත් සහ සහතික ගොනුව උකුල මත තබාගන්න.
- සම්මුඛ පරීක්ෂණය පුරාම පරීක්ෂණ මණ්ඩලය සමග මනා ඇස්

සම්බන්දයක් පවත්වා ගන්න. පුටුවෙන් ඉදිරියට නැමීම, අත් කම්මුලට තබාගැනීම ආදිය කිසි විටෙක නොකරන්න.

 සාමාන්යෙයන් ''ඔව් නැහැ'' වර්ගයේ කෙටි පිළිතුරු නොදෙන්න. එමෙන්ම වඩාත් දිගු පිළිතුරු දීමෙන්ද වලකින්න.

 සම්මුඛ පරීක්ෂණයේදී ඔබ කිසිවක් නොදන්නා ක්ෂේත්රයකින් ප්රශ්න අසන්නේ නම් එහි ගැඹුරට ගොස් අමාරුවේ නොවැටී ඒ ගැන ඔබ නොදන්නා බව කියන්නට නොපැකිලෙන්න.

 ඔබ වඩාත් දන්නා ක්ෂේත්රයකින් ප්රශ්න අසන විට ඒ පිළිබඳ වැඩි අවධාරණයක් ලබා ගනිමින් හැකිතාක් ලකුණු ලබා ගන්න. නිශ්ශබ්දව නොසිටින්න.

 ආයතනය තුල ඔබේ වෘත්තීය ඉදිරි ගමන හා පුහුණු අවස්ථා පිළිබඳව සම්මුඛ පරීක්ෂණ මණ්ඩලයෙන් ප්රශ්න අසන්න.

 සම්මුඛ පරීක්ෂණය අවසානයේ පුටුවෙන් නැගිට ස්තුති කොට පුටුව තිබූ ආකාරයට නැවත සකසා විශ්වාසයෙන් ඇවිද පිටව යන්න.

බොහෝ රැකියා අවස්ථා පෞද්ගලික අංශයට සීමා වීම නිසා හොද ඉංග්රීසි භාෂා සන්නිවේදනයක් තිබීම අතිශයින්ම වැදගත්ය. නමුත් සන්නිවේදනයේ 60% ක්ම වාචික නොවන සන්නිවේදනයයි. එම නිසා අභිනය, හඬ පාලනය වැනි දේ තුලින් සන්නිවේදන කුසලතා මතුවේ. විදේශීය භාෂාවක් කථා කිරීමේදී අඩුපාඩු පිළිබඳ බියවීම හෝ ලජ්ජාවීම අවශ්ය නැත. මේ සඳහා තිබිය යුත්තේ විශ්වාසනීයත්වයයි. ආත්ම විශ්වාසයෙන් සන්නිවේදනය කිරීම ජයග්රහණයේ මූලිකාංගයයි.

පහත අයුරින් හැසිරීම වැරදි බව මතක තබා ගන්න.

ඔබ සැලකිලිමත්විය යුතුය...

දවසක් නිමා වී දවසක් උදාවන විට ලෝකයේ සංවර්ධනය ගව් ගණනක් දුර ගොසින්ය. අධිවේගී මාර්ග, අහසට උසට ගොඩනැගිලි, අන්තර්ජාලය, ස්මාර්ට් ෆෝන්, න්‍යෂ්ඨික අවි ආදි නොයෙක් ක්ෂේත්‍රයන් සංවර්ධනයේ ඉහලම ඵල නෙලාගෙන ඇත. එහෙත් ආකල්ප මෙම භෞතික සංවර්ධනයත් සමග කොතරම් දුරට බැදී සාර්ථක ප්‍රථිපල ලබාගෙන ඇත්දැයි විමසා බලනු වටී.

යහපත් ආකල්ප මිනිසා මිනිසෙකු ලෙස ජීවත් කරවනවා යැයි කීම වඩාත් නිවැරදිය. ආකල්ප පුද්ගල පෞරුෂය කෙරෙහිද විවිධ අයුරින් බලපෑම් ඇති කරයි. පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට මුහුන දෙන අවස්ථා හා එහි ස්වභාවය සමාජ වටපිටාව මත ආකල්ප වෙනස් වන්නකි. අප නොදැනුවත්වම මේ ආකල්ප මගින් අපගේ ජීවිතය පාලනය කරයි.

වර්තමානයේ පවුලේ, පාසලේ, සමාජයේ , රැකියාගත ස්ථානයේ මෙන්ම රටේ දියුණුව සඳහා ද යහපත් ආකල්ප වර්ධනයේ අවශ්‍යතාවය මතුවෙමින් පවතී. කිසියම් සමාජ ආකල්පයක් සෘණාත්මක හෝ ධනාත්මක වීමට බලපාන ප්‍රධාන සාධක රාශියකි. පුද්ගලයකු සතු මනෝභාවය ඒ පුද්ගලයා සමාජයෙහි සෙසු පුද්ගලයන් හා කටයුතු කරන, හැසිරෙන ආකාරය සාර්ථක හෝ අසාර්ථක වීමට බලපානු ලබන්නේ සාණාත්මක හෝ ධනාත්මක ආකල්පයි.

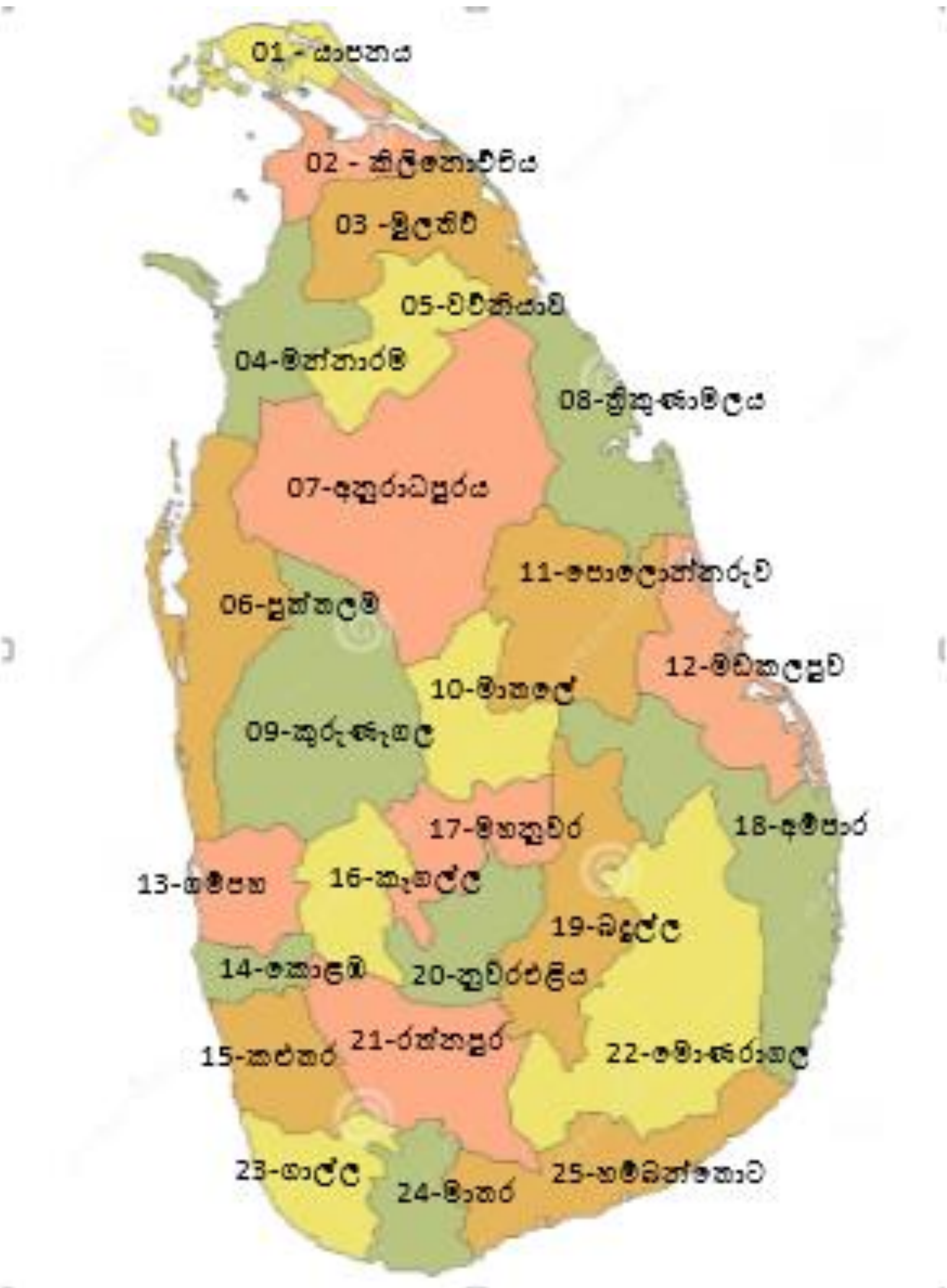
එනිසා ආකල්ප යනු දීර්ගකාලීනව සැලසුම් කරගෙන ඇතිකර ගතයුතු ජීවන දර්ශනයකි.

දැනුම,කුසලතා ඔබ වෙත පහසුවෙන් ලඟාකරගත හැක. සම්මුඛ පරීක්ෂණයකදී එය ඔබට ඔප්පුකර ද පෙන්විය හැකිය. නමුදු ආකල්පයන් එම මොහොතේ ඔබට සාදාගත

අවසාන පිටුවේ ඇතුල් පැත්තට දිස්ත්‍රික ලේකම් කාර්යාලවල දුරකතන අංක යොදන්න.

.

උදා:- 01.යාපනය (දුරකතන අංකය)


01 - යාපනය
02 - කිලිනොච්චිය
03 -මුලතිව්
05-වව්නියාව
04-මන්නාරම
08-ත්‍රිකුණාමලය
07-අනුරාධපුරය
11-පොළොන්නරුව
06-පුත්තලම
12-මඩකලපුව
10-මාතලේ
09-කුරුණෑගල
17-මහනුවර
18-අම්පාර
13-ගම්පහ
16-කෑගල්ල
19-බදුල්ල
14-කොළඹ
20-නුවරඑළිය
21-රත්නපුර
15-කළුතර
22-මොණරාගල
23-ගාල්ල
24-මාතර
25-හම්බන්තොට

රැකියා නිර්මාණ ප්‍රවර්ධන හා වෘත්තීය මාර්ගෝපදේශ අංශය

මිනිස් බල හා රැකී රක්ෂා දෙපාර්තමේන්තුව
9 වන මහල
සෙත්සිරිපාය 2 වන අදියර
බත්තරමුල්ල