ජීවන නිපුනතා සංවර්ධනය

ලිංගික සෞඛ්‍යය ප්‍රවර්ධනය සඳහා

ජීවන නිපුනතා

මා සුවිශේෂී එමෙන්ම වටිනා පුද්ගලයෙක්මි..

- මම මට මෙන්ම මගේ පවුලේ අයට හා මගේ රටට සුවිශේෂී චරිතයකි.
- මට මාගේ සෞඛ්‍යය සහ ජීවිතය පිලිබඳ වගකීමක් ඇත.
- මා කරන සියළුදේ සඳහා වගකීම මා බාර ගත යුතුය .

ඔබව හඳුනා ගන්න

- ඔබගේ දක්ෂතා හඳුනාගන්න.
- ඔබගේ යුතුකම් හා වගකීම් හඳුනා ගන්න.
- ඔබගේ දුර්වලතා හඳුනා ගන්න.
- ඔබවන් සුවිශේෂී වෙනත් කෙනෙක් මේ ලෝකයේ නැත.
- ඔබගේ සියලු ක්‍රියාවන්ගේ සහ හැසිරීම්වල වගකීම ඔබ බාර ගත යුතුය.

- කිසිදිනක ඔබව අන්අය සමග සසදන්න එපා !
- ඔබගේ පවුලේ අය හෝ සහකරුවා /සහකාරිය අන් අය සමඟ සසදන්න එපා !

ඔබගේ යහළුවන්

- ඔබට සමාන චරිත ලක්ෂණ බොහොමයක් තිබිය හැක.
- ඔබ මෙන්ම ඔබේ යහළුවන්ද සුවිශේෂී චරිත වේ.
- වෙනස්කම්ද තිබිය හැක.
- ඔබ ඔබගේ පවුලේ අය හෝ යහළුවන් සමඟ සසඳන්න එපා

ඔබ නිවැරදි තීරණයක් ගන්නේ කෙසේද ?

- සමහරවිට ඔබ තීරණ ගැනීමේදී යහළුවන්ගේ බලපෑමට ලක්විය හැක.
- සමහරවිට අනෙක් අයගේ පිහිට තීරණ ගැනීමට උදවු විය හැක.

අපි දැන් ප්‍රශ්න විසඳමු !

- ඔබගේ ප්‍රශ්න වලට අනෙක් අයගේ උදවු ලබාගමු.

- ඔවුන් ඉතා කැමැත්තෙන් ඔබගේ දියුණුව පතා ඔබට උදවු කරනු ඇත.

- ඔබට හරි මග පෙන්නන්නට නිවැරදි කෙනා තෝරා ගත යුතුය.

අපි නිවැරදි තීරණ ගනිමු.

තීරණ ගැනීම පහත සඳහන් පියවර වලින් සිදුකරමු.

ක්‍රියාව සිදුකිරීමට තීරණය කිරීම		ක්‍රියාව සිදුනොකිරීමට තීරණය කිරීම	
වාසි	අවාසි	වාසි	අවාසි