RESEARCH ARTICLE

*E-journal of Social Work 2017 1 (1): 46-57*

6

# IMPORTANCE OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND SOCIAL WORK INTERVENTION ON MALADAPTIVE BEHAVIOR OF SCHOOL CHILDREN

## පාසල් සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් අවම කිරීමෙහි ලා මනෝ උපදේශන හා සමාජ වැඩ මැදිහත්වීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ විමසුමක්

**K. Chamari Kumari De Thabrew**

*MA in Sociology (University of Kelaniya), BA(sp) (Hons)Sociology (University of Colombo), Research Assistant, Social Development Policy, Research & Publications Division, National Institute of Social Development*

**Abstract:** Every human being who is under 18 years is consider as a child and according to Sri Lankan Law Education is a must for every child who is under 18 years of age. During this period of time of education behavior of students can be varied and students can be categorized according to their behaviors. Mal-adaptive behavior is one of such sub-type of behaviors. Mal-adaptive behavior is an obstacle for the process of education of School Children. Mal-adaptive behavior is a type of behavior which makes a person to avoid adapting to certain situations. A person expects to stay away from Anxiety situations using this type of behavior. Evading such Anxiety situations make them to escape from social norms and it considers as social misbehavior. The interventions of psychological counselors and Social Workers is timely important in order to decrease the mal-adaptive behaviors of the school children. Social workers and Counselors practice theoritical and practical procedures in order to minimize the maladaptive behavior of school children. Sample of this research has been chosen according to non- random sampling in order to select the Purposive sample. Data collection was done by using questionnaire method, Observations, Interviews as well as Secondary data.

**Key words:** Childhood, Mal-adaptive Behavior, School Children, Social Workers, Psychological Counselors

**සංක්ෂේපය:** අවුරුදු දහඅටකට (18) අඩු සෑම පුද්ගලයෙකුම ළමයකු ලෙස සැළකේන අතර ශ්‍රී ලංකාවේ නීතියට අනුව වයස අවුරුදු 18 අඩු සෑම අයෙකුටම අනිවාර්ය අධ්‍යාපන කාලසීමාවක් වේ. අධ්‍යයන කාල සීමාව තුළ සිසුන්ගේ චර්යාව විවිධ ස්වරූපයන් ගන්නා අතර චර්යාව අනුව සිසුන් වර්ගීකරණයට ලක් කළ හැකි අතර එහි එක් ප්‍රවර්ගයක් වශයෙන් දුස්සමාහිත චර්යාව හඳුනාගත හැකි ය. පාසල් සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාව අධ්‍යාපනික ක්‍රියාවලියට බාධාකාරී වේ. දුස්සමාහිත චර්යාවක් යනු පුද්ගලයා යම් අවස්ථාවකට අනුගත වීමේ හැකියාව අඩු කරවන චර්යා තත්ත්වයකි. පුද්ගලයා මේ තුළින් බලාපොරොත්තු වන්නේ තමාට ඇති විය හැකි කාංසාමය තත්ත්වයන් මඟහරවා ගැනීම ය. කාංසාමය තත්ත්වය මඟහරවා ගැනීම තුළින් සමාජ සම්මතයන්ට පිටුපෑමට සිදු වන අතර එය සමාජ අර්ථ ගන්වනු ලබන්නේ සමාජ විරෝධික්‍රියා වශයෙනි. පාසල් සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් අවම කිරීමෙහිලා මනෝ උපදේශකවරුන්ගේ හා සමාජ වැඩකරුවන්ගේ මැදිහත් වීම කාලීනව වැදගත්කමක් වේ. සමාජ වෘත්තිකයින් හා මනෝ උපදේශකවරුන් විසින් පාසල් සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් අවම කිරීම සඳහා න්‍යාය හා ක්‍රම ශිල්ප උපයුකත්ත කර ගනු ලබයි. මෙම අධ්‍යයනය සඳහා නියැදිය තෝරා ගැනීමේදී සසම්භාවි නොවන නියැදීම යටතේ අරමුණුගත නියැදිය තෝරාගන්නට විය. අධ්‍යයන දත්ත සම්පාදනය සඳහා ප්‍රශ්නාවලිය, නිරීක්ෂණය, සම්මුඛ සාකච්ඡා හා ද්විතීයික දත්ත උපයෝගි කර ගන්නා ලදී.

**ප්‍රමුඛ පද:** කාංසාව, දුස්සමාහිත චර්යාව, පාසල් ළමයා, සමාජ වැඩකරු, මනෝ උපදේශක

## හැඳින්වීම

මෙම අධ්‍යයනය පාසල් සිසුන්ගේ චර්යාව මූලික කරගනිමින් සිදු කරන ලැබුවක් වන හෙයින් මූලික වශයෙන් ම පාසල් සිසුවා යනු කවුරුන් දැයි හඳුනාගත යුතු ය. පාසල් සිසුවා යන්න පැහැදිලි කර ගැනීමේ දි මූලික වශයෙන්ම ළමයා යනු කවුරුන් ද යන්න නිර්වචනය කර ගැනීම යෝග්‍ය වේ. 1989 නොවැම්බර් 20 වන දින එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානයේ මහ සමුළුව විසින් ''දරුවන්ගේ අයිතීන් පිළිබඳ ප්‍රඥාප්තිය'' (Convention of the rights of the child) සකස් කොට එළි දක්වා ඇත. එහි පළමුවැනි වගන්තියේ දරුවා යන්න අර්ථ දක්වා ඇත්තේ මෙසේ ය. '' ඒ ඒ රටෙහි නීතිය විසින් දරුවකු වයෝප්‍රාප්තභාවයට පත්වීමේ පූර්ව වයස් සීමාවක් නියම කර ඇත්තේ නම් මිස, අවුරුදු දහඅටකට (18) අඩු සෑම පුද්ගලයෙකුම දරුවකු ලෙස සැළකේ''. ශ්‍රී ලංකාවේ ''දරුවන් හා තරුණයන්'' පිළිබඳ ආඥා පනතේ දැක්වෙන පරිදි, දරුවෙකු නැතහොත් ළමයෙකු සේ පිළිගැනෙන්නේ අවුරුදු 14ට අඩු අයකු බව සඳහන් වේ. එයට අනුව තරුණයෙකු ලෙස සැලකෙන්නේ වයස අවුරුදු 14 ට වැඩි හා 16 ට අඩු අයෙකි. 1956 අංක 48 දරණ ළමයින් සහ තරුණයන් පිළිබඳ ආඥා පනතෙහි ද සමාන අර්ථ දැක්වීමක් දැකිය හැක.

ඒ අනුව අප රටේ නීතිය අනුව දරුවකු නැතහොත් ළමයෙකු ලෙස පිළිගැනෙන්නේ වයස අවුරුදු දාහතරට (14) අඩු පුද්ගලයන් ය. ශ්‍රී ලංකාවේ නීති පද්ධතිය විසින් ළමයෙක් වෙන් කර ගනු ලබන මූලිකම මානය වයස් සීමාව ය. දරුවන්ගේ මනසට දැරිය හැකි ශක්තිය අනුව ද, නීතිය විසින් ඉහත මානය නම්‍යශීලිව සලකා බැලෙනු ඇත. දණ්ඩ නීති සංග්‍රහයේ 75 වන වගන්තියට අනුව වයස අවුරුදු අටකට අඩු පුද්ගලයෙකු (ළමයකු) විසින් කරන කිසිවක් වරදක් සේ නොසැලකේ. එම සංග්‍රහයේම 76 වන වගන්ති ප්‍රකාරව අවුරුදු අටට වැඩි නමුත් අවුරුදු 12 ට අඩු ළමයකු ද තමා විසින් කරනු ලබන ක්‍රියාවේ ස්වභාවය හෝ ප්‍රතිඵලය අවබෝධ කරගැනීමට තරම් වැඩි නැති අවස්ථාවක ඉහත තත්ත්වයෙහිලා සැලකෙන බව සඳහන්ව ඇත.

## පාසල් උපදේශනය

පාසල් උපදේශනය යනු පාසල සම්බන්ධ කරගනිමින් ක්‍රියාත්මක වන උපදේශනය වේ. පාසල් උපදේශනය සිදු කරනු ලබන්නේ පාසල් උපදේශකවරයා විසින් ය. මාර්ගෝපදේශක, උපදේශක හෝ අධ්‍යාපන උපදේශක යන නම්වලින් ද පාසල් උපදේශකවරයා හඳුන්වනු ලබයි. ශ්‍රී ලංකාවේ පාසල් උපදේශනයට දිගු ඉතිහාසයක් නොතිබුණත් සංවර්ධිත රටවල පාසල් උපදේශනයට දිගු ඉතිහාසයක් පවති (මුතුලිංගම්,1979).

ඇමරිකාවේ පාසල් උපදේශන වෘත්තිය ආරම්භ වුයේ වෘත්තිය උපදේශන ක්‍රියාවලියක් ලෙසය. 1907 දී විධිමත්ව පාසල් උපදේශනය ඇමරිකාවේ හඳුන්වා දෙනු ලැබුයේ ජෙස්. බී.ඩේවිස් නම් විදුහල්පතිවරයා ය (අතුකෝරල,2008). උසස් ද්විතියික පාසලක විදුහල්පතිවරයෙකු වු ඔහු ඉංග්‍රීසි භාෂාව ඉගැන්වූ ගුරුවරුන්ට උපදෙස් දුන්නේ සිසුන්ට රචනා මාතෘකා ලබාදීමේ දි හා ඊට අදාළ පාඩම් තෝරා ගැනීමේ දි වෘත්තිය ලැදියාවෙන් චරිත සංවර්ධනයට හා චර්යාමය ගැටලුවලින් මිදීමට උපකාරිවන්නා වූ මාතෘකා තෝරා ගන්නා ලෙස ය (පෙරේරා,2011). වෘත්තීය මාර්ගෝපදේශනයේ පියා යන විරුදාවලියෙන් හඳුන්වන ෆ්‍රැන්ක් පාර්සන්ස් 1908 දි වෘත්තිය මාර්ගෝපදේශ ආයතනයක් ආරම්භ කර පාසලින් වැඩ ලෝකයට සංක්‍රාන්ති වන යෞවනයන්ට යෝග්‍ය රැකියා ක්ෂේත්‍ර තෝරා ගැනීම සඳහා සහාය දක්වන ලදී (අබේපාල,2011).

ඇමරිකාවේ පාසල්වලට හඳුන්වා දුන් ප්‍රගතිශීලි අධ්‍යාපන වැඩසටහන් නිසා 1920 සිට 1930 දක්වා වන අධ්‍යයන දශකයේ පාසල් උපදේශනය හා මාර්ගෝපදේශනයෙහි පැහැදිලි වර්ධනයක් දක්නට ලැබුණි. මෙම ව්‍යාපාරය සිසුන්ගේ පුද්ගල පෞරුෂ සංවර්ධනය කෙරෙහි සමාජ හා සදාචාර සංවර්ධනය කෙරෙහි ද වැඩි අවධානයක් යොමු කරන ලදි (රණවක,1986). 1950 දී මාර්ගෝපදේශ හා උපදේශන සේවය නමින් වෙනම අංශයක්, රාජ්‍ය හා ප්‍රාන්ත පාසල් පද්ධතියට අනුබද්ධව ආරම්භ කරන ලදි. 1960 වසරේ සිට පාසල් උපදේශනය වෘත්තීය මට්ටමින් දියුණු වීම ආරම්භ වු අතර

ශක්තිමත් ව්‍යවස්ථාවක් සහිතව හා වෘත්තියක මාර්ගෝපදේශ ක්ෂේත්‍රයක් ලෙස දියුණු ක්ෂේත්‍රයක් ලෙස පාසල් වල ක්‍රියාත්මක විය (රණවක,2002).

වෘත්තිය පාසල් උපදේශකවරුන් ශිෂ්‍යයන්ගේ අවශ්‍යතා ප්‍රධාන ක්ෂේත්‍ර තුනක් ඔස්සේ විශේෂිතව සැලකිල්ලට ගෙන ක්‍රියාත්මක වේ. එනම්,

1. අධ්‍යාපන සංවර්ධනය
2. වෘත්තීය සංවර්ධනය
3. පුද්ගල සමාජ සංවර්ධනය

මෙම ක්ෂේත්‍ර පිළිබඳව අදාළ උපදෙස් හා මගපෙන්වීම් සිසුන්ට ලබා දීමට අදාළ වන දැනුම හා අවබෝධය වර්ධනය කරනුයේ පංති කාමරවල දි ලබා දෙන දැනුවත් කිරීම්, දක්ෂතා මැන බැලීම්, උපදේශනය ලබා දීම, අන්‍යොන්‍ය මුණ ගැසීම්, ඒකාබද්ධව සහායක කටයුතු කිරීම් හා සම්බන්ධිකරණය කිරීම් ආදි විවිධ ක්‍රම ශිල්ප මඟිනි. සිසුන්ගේ දක්ෂතා හා ලැදියා හඳුනාගැනීම සඳහා සිසුන්ට විවිධ පරීක්ෂණ පවත්වා ඔවුන්ගේ නැඹුරුතා හඳුනාගනු ලැබේ.

**වෘත්තිය පාසල් උපදේශකවරයෙකු හා සමාජ වැඩකරුවෙකු සතු විය යුතු ලක්ෂණ**

- පාසල් උපදේශනය හා පාසල් සඳහා සමාජ වැඩ පිළිබඳ වෘත්තිය අනන්‍යතාවයක් ගොඩනඟා ගත යුතුය.
- සංස්කෘතික සමානකම්, අසමානකම්, සිරිත් විරිත් සම්ප්‍රදායන් පිළිබඳ වැටහීම
- සමාජ ඇගයුම් හා වටිනාකම් පිළිබඳ අවබෝධය
- පුද්ගල සංවර්ධනය හා මානව සංවර්ධනය පිළිබඳ මනෝ විද්‍යාත්මක දැනුම
- වෘත්තීය සංවර්ධනය හා වැඩ ලෝකය පිළිබඳ පරිණත අත්දැකීම් ලබා ගැනීම
- තනි පුද්ගල හා සමූහ කණ්ඩායම් සමග වැඩ කිරීමේ කුසලතාව
- තක්සේරුකරණය, ඇගයීම්, පර්යේෂණය හා ව්‍යාපෘති ඇගයීම් පිළිබඳ අවබෝධය

**දුස්සමාහිත චර්යාව (Maladaptive)**

පුද්ගලයා යම් අවස්ථාවකට අනුගත වීමේ හැකියාව අඩු කරවන චර්යා තත්ත්වයකි. පුද්ගලයා මේ තුළින් බලාපොරොත්තු වන්නේ තමාට ඇති විය හැකි කාංසාමය තත්ත්වයන් මඟ හරවා ගැනීම ය. නමුත් එය සාර්ථක ප්‍රයත්නයක් වන්නේ නැත. එමෙන්ම දුස්සමාහිත චර්යාවක් වශයෙන් හඳුන්වනු ලබන්නේ පුද්ගලයෙකුගේ අසාමාන්‍ය චර්යාවක් හෝ පුරුද්දක් ඉස්මතු වීමට මාස හයකට වැඩි කාලයක් ගත වී ඇත්නම් එය දුස්සමාහිත චර්යාවක් වශයෙන් හඳුන්වනු ලබයි (අබේපාල,2011).

මෙහි දි පුද්ගලයා තමා අකැමැති අවස්ථාවන් මඟ හැර ඔහු තුළ පවතින අතාත්වික බිය දුරු කර ගැනීමට උත්සහ දරයි. නමුත් මෙය ඔහුගේ සැබෑ ගැටලුවට විසඳුමක් නොවේ. දුස්සමාහිත චර්යාවන් යහපත් නොවන්නේ එමගින් පුද්ගලයා ජීවිත අපේක්ෂාවෙන් ඉටු කර ගැනීමට බාධා ඇති කර බැවිනි. පුද්ගලයා තම කාංසාමය තත්ත්වය අඩු කරගැනීම සඳහා දුස්සමාහිත චර්යා වල යෙදුණ ද එහි අවසන් ප්‍රතිඵලය ඵලදායි නොවන්නකි. ඒ තුළින් කාංසාමය තත්ත්වයෙන් තාවකාලිකව ඈත් වී සිටීමේ හැකියාව ලැබෙන මුත් සැබෑ ගැටලුවට විසඳුම් නොලැබේ.

නිරන්තරයෙන් සිදු වන අසමානතා නිසා සමවයස් කණ්ඩායම් සහ ගුරුවරුන් විසින් පිළිනොගැනීම නිසා ළමයාට නිසි උපස්ථම්භක නැතිකම වැනි සාධක එකක් හෝ සියල්ලේ බලපෑම නිසා හැසිරීම් රටාව පහළ මට්ටමකට ගෙනයයි. මේ නිසා සාමාන්‍ය ඉගෙනුම් රුචිය වෙනතකට හැරෙන්නට හෝ එය පහත මට්ටමකට වැඩිමට හෝ අභිප්‍රේරණ සහමුලින්ම සිඳී යාමට ඉඩ තිබේ.

**පර්යේෂණ ගැටලුව**

පාසල් සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් අවම කිරීමෙහිලා මනෝ උපදේශන හා සමාජ වැඩ මැදිහත්වීමේ වැදගත්කමක් පවතී ද යන්න අවබෝධ කර ගැනීම

**ප්‍රධාන අරමුණ**

පාසල් සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් අවම කර ගැනීම සඳහා උපදේශනයේ හා සමාජ වැඩකරුවන්ගේ මැදිහත්වීමේ වැදගත්කම හඳුනාගැනීම.

**උප අරමුණු**

- පාසල් සිසුන්ගේ සංවර්ධනය උදෙසා බලපෑම් කරන ලද පුද්ගලික, සමාජ, චර්යාත්මක, පාරිසරික, මනෝ විද්‍යාත්මක අංශ පිළිබඳව අවබෝධයක් ලබා ගැනිම
- එම අංශවල සංවර්ධනයට අවශ්‍ය පියවර ගැනීම
- ගැටලුව විසඳීමෙන් පසු පාසල් සිසුන්ගේ සමස්ත සංවර්ධනය අපේක්ෂා කිරිම

**පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය**

**නියැදිය තෝරා ගැනීම හා නියැදීම**

අධ්‍යයනය සඳහා නියැදිය තෝරා ගැනීමේ දි සසම්භාවි නොවන නියැදීම යටතේ අරමුණුගත නියැදිම අනුව නියැදිය තෝරා ගන්නට විය. ඒ අනුව ගාල්ල දිස්ත්‍රික්කයේ මිශ්‍ර පාසල් හතරක් අධ්‍යයනය සඳහා තෝරා ගන්නා ලදි. එනම්,

1. ගා/ ධර්මාශෝක විද්‍යාලය
2. ගා/ දේවානන්ද විද්‍යාලය
3. ගා/ රාජපක්ෂ විද්‍යාලය
4. ගා/ හෑගල්ල මහා විද්‍යාලය

ඉහත එක් පාසලකින් 7 ශ්‍රේණියේ සිට 11 ශ්‍රේණිය දක්වා ශ්‍රේණි නියෝජනය වන පරිදි ළමුන් විසිපස් දෙනෙකු එක් පාසලකින් අධ්‍යයනය සඳහා තෝරා ගන්නා ලදි. ඒ අනුව මුළු අධ්‍යයන නියැදිය වශයෙන් පාසල් හතරින් පාසල් ළමුන් 100 ක් තෝරා ගන්නට විය.

**දත්ත රැස් කිරීමේ ශිල්පීය ක්‍රම හා දත්ත රැස් කිරිම**

මෙම අධ්‍යයනය තුළ දී ප්‍රාථමික දත්ත ලබාගැනීම සඳහා නිරීක්ෂණ හා සම්මුඛ සාකච්ඡා ආදී මෙවලම් භාවිතා කළ අතර ලබාගත් දත්තයන්ගේ නිරවද්‍යතාව සඳහා ද්විතීයික දත්ත පරිශීලනය කරනු ලැබීය. සිසුන්ගේ තොරතුරු ලබා ගැනීමට පුද්ගලයන් කිහිපදෙනෙකු සමඟ සම්මුඛ සාකච්ඡා පවත්වන්නට විය. සම්මුඛ සාකච්ඡා පැවැත්වූ පුද්ගලයන් පහතින් දැක්විය හැකිය.

- පාසලේ විදුහල්පති
- පංතිභාර ගුරුවරු
- මව හෝ පියා
- විෂය භාර ගුරුවරුන්

**දත්ත විශ්ලේෂණය**

මෙම අධ්‍යයනය මූලිකවම ගුණාත්මක දත්ත මත පදනම් වූ පර්යේෂණයක් ලෙස ක්‍රියාත්මක කරන ලදි. ගුණාත්මක දත්ත තහවුරු කිරීම සඳහා ප්‍රමාණාත්මක දත්ත ද උපයෝගි කර ගන්නට විය. මෙහිදී පර්යේෂණ ක්ෂේත්‍රය ආශ්‍රයෙන් ලබාගත් ප්‍රමාණාත්මක දත්ත විශ්ලේෂණය කිරීම සඳහා Excell, SPSS පරිගණක මෘදුකාංගය භාවිතා කරනු ලැබේ. එහි දී ප්‍රස්ථාර, වගු සටහන් ආශ්‍රයෙන් සංඛ්‍යාත්මක දත්තයන් විශ්ලේෂණය කරනු ලැබේ. ගුණාත්මක දත්ත විශ්ලේෂණය කිරීමේ දී එයට අදාළ සමාජ විද්‍යාත්මක ක්‍රමවේදයන් ඔස්සේ විග්‍රහයට ලක් කරන ලදි.

### පාසල් සිසුන්ගේ අධ්‍යයන ශ්‍රේණි අනුව බෙදියාමේ ස්වභාවය

අධ්‍යයනයට ලක් කරන ලද පාසල් සිසුන්ගේ ඉගෙනුම ලබන ශ්‍රේණි සැලකිල්ලට ගැනීමේ දී එය පහතාකාරයට විසිර පවතින්නට විය. වගු අංක 01 මගින් සිසුන්ගේ අධ්‍යයන ශ්‍රේණි අනුව පාසල් සිසුන්ගේ විසිරීම නිරූපනය කරනු ලබයි.

**වගු අංක 01: පාසල් සිසුන්ගේ අධ්‍යයන ශ්‍රේණි අනුව බෙදියාමේ ස්වභාවය**

| අධ්‍යයන ශ්‍රේණිය | ධර්මාශෝක විද්‍යාලයේ සිසුන් සංඛ්‍යාව | දේවානන්ද විද්‍යාලයේ සිසුන් සංඛ්‍යාව | රාජපක්ෂ විද්‍යාලයේ සිසුන් සංඛ්‍යාව | හැගල්ල විද්‍යාලයේ සිසුන් සංඛ්‍යාව | මුළු සිසුන් සංඛ්‍යාව | ප්‍රතිශතය (%) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 ශ්‍රේණිය | 05 | 05 | 05 | 05 | 20 | 20 |
| 8 ශ්‍රේණිය | 05 | 05 | 05 | 05 | 20 | 20 |
| 9 ශ්‍රේණිය | 02 | 02 | 02 | 02 | 20 | 20 |
| 10 ශ්‍රේණිය | 05 | 05 | 05 | 05 | 20 | 20 |
| 11 ශ්‍රේණිය | 05 | 05 | 05 | 05 | 20 | 20 |
| **මුළු එකතුව** | **20** | **20** | **20** | **20** | **100** | **100** |

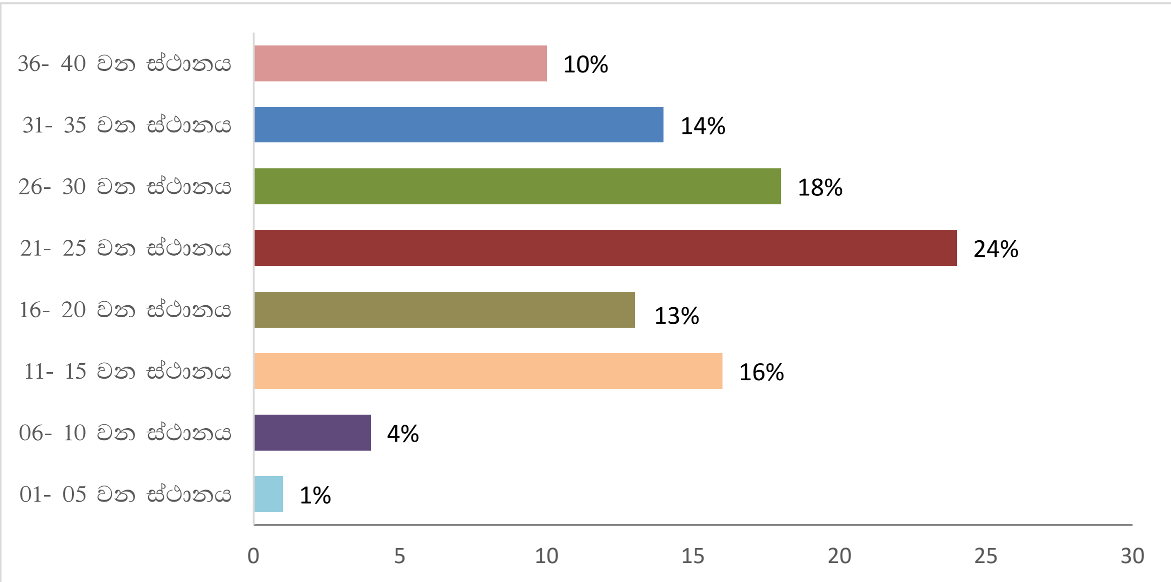
**ක්ෂේත්‍ර සමීක්ෂණය,** 2016

අධ්‍යයන නියැදිය තෝරා ගැනීමේ දි එක් ශ්‍රේණියක් නියෝජනය කරන ළමුන් සංඛ්‍යාව විස්සක් වන අතර එම සිසුන් විසිදෙනා සමානුපාතිකව එක් පාසලකින් පස් දෙනෙකු වශයෙන් තෝරාගන්නට විය. ඒ අනුව එක් පාසලකින් එක් ශ්‍රේණියක් සඳහා සිසුන් පස් දෙනෙකු තෝරාගන්නට විය.

### පාසල් සිසුන්ගේ අධ්‍යාපනික ස්ථානගතවීම්හි ස්වභාවය

පාසල් සිසුන් සිය දෙනාගේම 2015 වසරේ අවසාන වාර පරීක්ෂණය සඳහා ලබාගත් ලකුණු අනුව ශ්‍රේණිගත කිරීම් පිළිබඳව ද අධ්‍යනයේ දි අවධානය යොමු කරන ලදි. එහිදි ළමුන් ශ්‍රේණිගත කිරිමේ දි 2015 වර්ෂයේ අවසාන වාර විභාගයේ දි ලබාගත් ශ්‍රේණිය සැලකිල්ලට ගනිමින් ප්‍රස්ථාර අංක 01 තුළ එම ස්ථානගත කිරීම් අනුව හිමි කරත් ස්ථානයේ ස්වභාවය ප්‍රස්ථාරගත කර ඇත.

**ප්‍රස්ථාර 01: පාසල් සිසුන්ගේ අධ්‍යාපනික ස්ථානගත වීමේ ස්වභාවය**




**ක්ෂේත්‍ර සමීක්ෂණය** 2016

ප්‍රස්ථාර අංක 01ට අනුව පංතියේ මුල් ස්ථාන පහ තුළ සිටින් ළමුන් සංඛ්‍යාව ඉතා සීමිත සංඛ්‍යාවක් වන අතර එය ප්‍රතිශතාත්මකව 1% අඩු ප්‍රතිශතයක් වේ. 21 වන ස්ථානයේ සිට 25 වන ස්ථානය දක්වා ස්ථානවල රැඳී සිටින සංඛ්‍යාව 24% ක් වේ. විසිඑක්වන ස්ථානයේ සිට හතළිස්වන ස්ථානය දක්වා වන ස්ථානයන් ලබා ගත් සිසුන් සංඛ්‍යාව අධ්‍යයන නියැදියේ වැඩි ප්‍රතිශතයක් වන අතර එය 66% ක් වේ. ඒ අනුව අධ්‍යයන නියැදියේ බහුතරයකගේ අධ්‍යාපන මට්ටම යම් ආකාරයකට පහළ මට්ටමක පවතින බව තහවුරු වේ. අධ්‍යාපන මට්ටම යම් ආකාරයකට ධනාත්මක තත්ත්වයක පවතින්නේ 21% ක පමණ ප්‍රතිශතයක පමණි. මේ අනුව පැහැදිලි වන්නේ අධ්‍යයන නියැදියේ බහුතරයක් සිසුන් අධ්‍යාපනයට දක්වනුයේ ඉතා අඩු සැලකිල්ලක් බවය.

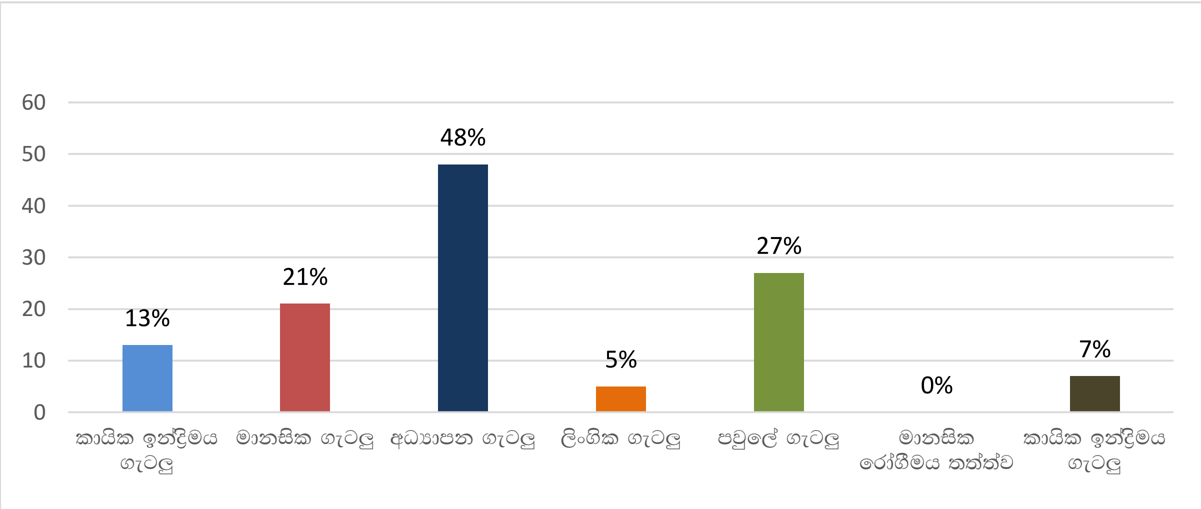
## ශිෂ්‍යයන් මුහුණ දෙන ගැටලු

පාසල් යන වයසේ දරුවන් මුහුණ දෙන ගැටලු විවිධාකාරය. එකී ගැටලු අතර,

- කායික ඉන්ද්‍රිමය ගැටලු
- මානසික ගැටලු
- අධ්‍යාපන ගැටලු
- ලිංගික ගැටලු (අතුකෝරාල,2008).
- දුස්සමාහිත චර්යා
- මානසික රෝගීමය තත්ත්ව
- පවුලේ ගැටලු

මෙවන් ගැටලුවලට සිසුන් මුහුණ දෙන කල්හි ඔවුන්ගේ සතුට ගිලිහි යයි. ජීවිතයේ සුන්දරත්වය නැති වී යයි. මේවා පාසල් අධ්‍යාපනය කෙරෙහි අහිතකර අයුරින් බලපානු ලබයි. ශිෂ්‍යන්ගේ ශාස්ත්‍රීය කටයුතු දුර්වල කරනු ලබති. ශිෂ්‍ය පෞරුෂය කෙරෙහි ද අහිතකර අයුරින් බලපානු ලබයි (අතුකෝරල, 2008). පාසල් සිසුන් මුහුණ දෙන ගැටලු අධ්‍යයනයේ දී අධ්‍යයනයට ලක් කරන ලදි. අධ්‍යයන නියැදියේ සමස්තය ම දුස්සමාහිත චර්යාවන්ට අමතරව වෙනත් ගැටලු ද පවතින බව අධ්‍යයනයේ දී අනාවරණය විය. ප්‍රස්ථාර අංක 02 මඟින් සිසුන් මුහුණ දෙන ගැටලුවල සංඛ්‍යාත්මක පැතිකඩක් දක්වා තිබේ.

**ප්‍රස්ථාර 02: ශිෂ්‍යයන් මුහුණ දෙන ගැටලු**



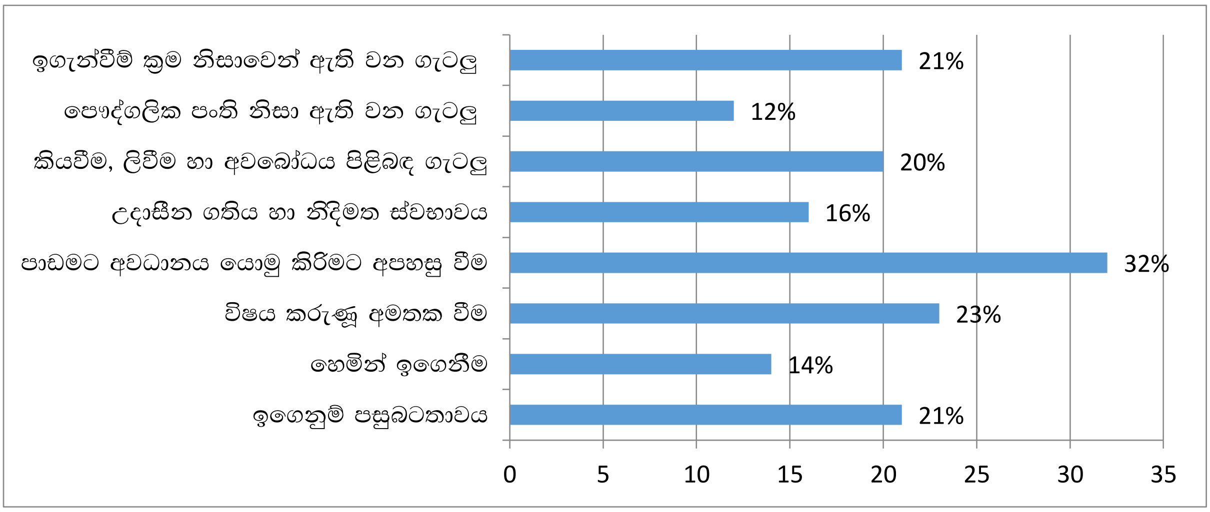

**ක්ෂේත්‍ර සමීක්ෂණය** 2016

නියැදියේ 21%ක් මානසික ගැටලුවලින් යුක්ත බව අනාවරණය විය. එම මානසික ගැටලුවලින් බහුතරයක් දෙනා එම ගැටලුවලට නිසි ප්‍රතිකාරයක් ලබා නොගන්නා අතර එම තත්ත්වය පිළිබඳව කිසිවෙකුත් දැනුවත් කර නොමැත. එවැනි සිසුන් සඳහා කඩිනමින් උපදේශන මැදිහත්වීමක් හෝ මනෝ වෛද්‍යවරයෙකුගේ සායනික මැදිහත්වීම අවශ්‍ය වේ. එසේම දුස්සමාහිත චර්යාවන් සහිත ළමුන් අතරින් 27%ක් සඳහා පවුල් ගැටලු පවතින බව අධ්‍යයනයේ දී අනාවරණය විය. එම පවුල් ගැටලු හේතුවෙන් ඔවුන් දැඩි මානසික ආතතිමය තත්ත්වයකින් පෙළෙන බව අධ්‍යයන දත්ත තුළින් අනාවරණය විය. කායික ගැටලු හා ලිංගික ගැටලු පවතින්නේ අධ්‍යයන නියැදියෙන් සුළු

ප්‍රතිශතයකට පමණි. අධ්‍යයන නියැදියේ සියලුම ළමුන්ගේ මානසික ගැටලු පැවතිය ත් එය මානසික ව්‍යාධිමය තත්ත්වයන් ඇතිවීමට හේතුවක් වී නොමැත. ඒ අනුව අධ්‍යයන නියැදියේ සමස්තය ම මානසික ව්‍යාධිමය තත්ත්වයන්ට පත්ව නොමැත. අධ්‍යයන නියැදියට අනුව දුස්සමාහිත චර්යාවන්ගෙන් යුක්ත සිසුන් තුළ තවදුරටත් දක්නට ලැබුණු ගැටලු අතරින් වැඩි ප්‍රතිශතයකට පවතින ගැටලුව වනුයේ අධ්‍යාපනික ගැටලු ය.

## සිසුන් සංජානනය කරනු ලබන අධ්‍යාපන ගැටලු

**ප්‍රස්ථාර 03: සිසුන් සංජානනය කරනු ලබන අධ්‍යාපන ගැටලු**




**ක්ෂේත්‍ර සමීක්ෂණය 2016**

සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් සමඟ අධ්‍යාපන අංශයේ ද යම් යම් ගැටලුකාරී තත්ත්වයන් ඇති වන අතර අධ්‍යයන නියැදියේ වැඩි බහුතරයකට පවතිනුයේ පාඩමට අවධානය යොමු කිරීමේ අපහසුතාවය වන අතර එය ප්‍රතිශතාත්මක වශයෙන් 32%ක් වේ. පාඩම් සඳහා අවධානය යොමු කිරීමේ අපහසුතාවය ඇති වීමට ඔවුන් හේතු වශයෙන් දක්වනුයේ නිවසේ ඇති ප්‍රශ්න සිහිපත්වීම, යහලුවන් සමඟ කාලය ගත කරන අයුරු සිහිපත්වීම ආදි වෙනත් දේ කෙරෙහි සිත යොමු වන බවයි. ඉගෙනුම් අක්‍රමිකතාවයන් හේතුවෙන් අධ්‍යාපනික ගැටලු ඇති වූ සිසුන් සංඛ්‍යාව සමස්තයක් වශයෙන් 78%ක් වේ. මෙම සිසුන්ගේ ඉගෙනුම් අක්‍රමිකතාවයන් සඳහා විශේෂ අවධානයක් යොමු කිරීමට සිදු වන අතර මෙම සිසුන් පංති කාමරය තුළ රඳවා තබා ගැනීම අපහසු බව විෂයභාර ගුරුවරුන්ගේ අදහස වේ. ඉගෙනුම් අක්‍රමිකතාවයන් හේතුවෙන් ඇති වන්නා වූ ගැටලු රැසකට සිසුන් මැදිහත් වන හෙයින් මෙම ගැටලු හුදෙකලාකර විසඳීම අපහසු ය. මේවා සමාජ, ආර්ථික සාධකයන් හා බැඳි පවතින හෙයින් මේවා සඳහා මනෝ උපදේශකවරුන්ගේ හා සමාජ වැඩකරුවන්ගේ මැදිහත් වීම අවශ්‍ය වේ.

## චර්යාමය ගැටලු

අධ්‍යයනයේ දි සිසුන් තුළ හඳුනාගත හැකි චර්යාමය ගැටලු පහතාකාරායට පෙන්වා දිය හැකිය

- පාසල් නිල ඇඳුම් අපිරිසිදුව ඇඳීම
- පාඩම් වැඩ අතපසු කිරීම
- නොඉවසන බව
- තොරතුරු ඉදිරිපත් කිරීමේ දි සංවේදි වීම
- අන් අයට සවන් නොදීම
- ඇතැම් පුද්ගලයන් සමඟ වෛරයෙන් පසුවීම
- වගකීමෙන් තොරව කටයුතු කිරීම
- ඉක්මන් කේන්තිය
- පරුෂ වචන භාවිතය
- පාසලේ ළමුන් සමඟ රණ්ඩු කිරීම
- නිතර රූපවාහිනිය නැරඹීම
- අවධානය රඳවා ගැනීමට නොහැකි වීම

අධ්‍යාපනයට උනන්දු නොවීම, පරුෂ වචන භාවිතය, ළමුන් සමඟ නිතර රංඩු කිරීමට යොමු වීම යහපත් සමාජ සම්බන්ධතා නොවීම යන ලක්ෂණ මඟින් මෙම සිසුන් දුස්සමාහිත චර්යාවන්ගෙන් යුතු අය ලෙස හඳුනාගත හැකි ය. සිසුන්ගේ මෙම තත්ත්වය පාලනය කිරීම හා අවම කිරීම සඳහා මනෝ උපදේශකවරුන්ගේ මැදිහත්වීම හා සමාජ වැඩකරුවන්ගේ මැදිහත්වීම කාලීන සමාජ අවශ්‍යතාවයක් වේ.

## දුස්සමාහිත චර්යාවන් හේතුකොට ගෙන ඇතිවන බලපෑම

පුද්ගලයා වනාහි සමාජ සත්වයෙක් වේ. පුද්ගලයාට සමාජයෙන් වියුක්තව ජීවත් විය නොහැකි ය. මම තනි වෙලා යැයි මිනිසුන් කිව්ව ද එය සමාජ විද්‍යානුකූලව බලන කල අසත්‍යයක් වේ. මන්ද යත් මිනිසා ජීවත් වීමේ දී විවිධ සත්වයන්ගේ ශක්තීන් හා ශ්‍රමය උපයෝගී කරගනිමින් ඒවා පරිභෝජනය කරනු ලබන බැවිනි. පුද්ගලයෙකුගේ එක් ක්‍රියාවක් තවත් එක් පුද්ගලයෙකුට හෝ පුද්ගල කණ්ඩායමකට බලපානු ලබයි. එහෙයින් මානවයා සමාජයෙන් වියුක්තව ජීවත් වනවා යනු මිත්‍යාවක් වේ. මෙම අධ්‍යයනය සඳහා යොදා ගනු ලැබූ සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් පාර්ශවයන් කිහිපයකට බලපා තිබෙන ආකාරය හඳුනාගත හැකි ය. ඒ අනුව එම බලපෑම ප්‍රධාන අංශ දෙකක් ඔස්සේ විග්‍රහයට ලක් කිරිමට හැකි ය. එනම්,

- පුද්ගලයාට ඇති වන බලපෑම
- සමාජයට ඇති වන බලපෑම

## පුද්ගලයාට ඇති වන බලපෑම

සිසුන්ගේ චර්යාව පුද්ගල මට්ටමින් බලපානු ලබන ආකාරය පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරිමට හැකි ය. මෙම අධ්‍යයනයට අයත් සිසුන් බොහෝ විට කටයුතු කරනුයේ අපේක්ෂාභංගත්වයට පත් වූ අය වශයෙනි. කිසිම දෙයක් කරාට වැඩක් නෑ, මට කවුරුත් නෑ, මට ඉගෙන ගන්න බෑ ආදි වශයෙන් ඔහුන් සිය ජිවිතය පිළිබඳව නිශේධාත්මකව බලන ආකාරය ඔවුන් හා සාකච්ඡා කරන විට අවබෝධ වේ. මෙම තත්ත්වය දිගින් දිගටම පැවතියහොත් සිසුන් සිය ජීවිතය විනාශකාරි තත්ත්වයකට පත් කර ගනු නියතය. සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් සිසුන්ගේ පැවැත්මට අහිතකර අයුරින් බලපෑ තිබේ.

සිසුන් රැකියාවක් කිරීමට අපේක්ෂාවෙන් සිටින බව අධ්‍යයනය මඟින් අනාවරණය විය. වර්තාමනයේ යම් රැකියාවක් ලබා ගැනිම සඳහා අධ්‍යාපනය වැදගත් සාධකයක් වේ. සිසුන් අධ්‍යාපන කටයුතු මඟ හරිනු ලබන බැවින් සිසුන්ගේ අපේක්ෂිත රැකියාව සපුරා ගැනීම අපහසු දෙයක් බවට පත් වේ. සිසුන්ගේ අධ්‍යාපන තත්ත්වය රැකියාවට බලපාන බව පවසා ඔවුන්ව අධ්‍යාපනයට යොමු කර ගැනීමට හැකියාව ඇත. මන්ද සිසුන් රැකියාවක් කිරිම සඳහා කැමැත්තෙන් පසු වන හෙයින් එම කැමැත්ත මත ඔහුව අධ්‍යාපන කටයුතු සඳහා යොමු කරගැනීමට හැකියාව ලැබේ. මෙම සිසුන් නිසි අධ්‍යාපනයක් නොලබා සිටීමෙන් අවධානම් හා සමාජ විරෝධී රැකියාවක් සඳහා යොමු වීමේ ඉඩ කඩ බහුල ය. අධ්‍යාපනය සඳහා මනා අවධානයක් යොමු කරනු ලබන විට ස්වයං විනයක් ගොඩනැගෙන අතර මෙම සිසුන්ට හොඳ අධ්‍යාපනයක් ලැබුණේ නම් ඔහුගේ දුස්සමාහිත චරිත ලක්ෂණ බොහෝමයක් අවම කර ගැනීමට හැකියාව පවති.

මෙම සිසුන්ට යහපත් අන්තර් සම්බන්ධතාවයක් සහිත සමවයස් කණ්ඩායමක් ඇසුරට ලැබෙන්නේ නම් හැසිරීම තවත් ආකාරයකින් වෙනස් කිරිමට හැකියාව ලැබේ. විශේෂයෙන්ම සිසුන් වැඩි කාලයක් රූපවාහිනි නැරඹීමට ත් සෙල්ලම් කිරිමට ත් යොමු වනුයේ කාලය කළමණාකරණය කර නොගැනීම හේතුවෙන් බව නිගමනය කිරිමට හැකි ය. මෙම සිසුන් අධ්‍යාපන කටයුතු සඳහා වැඩි කාලයක් යොමු කිරිමට හුරු වී සිටියේ නම් ඔවුන් සෙල්ලමටත්, රූපවාහිනිය නැරඹීමටත් වැඩි කාලයක් නොයොදවනු ඇත.

සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාව නිසාවෙන් ඔවුන් නිතර දඬුවමට ලක් විය. පාසලේ ගුරුවරුන් ඔවුන්ට දඬුවම් කිරීම සෑම දිනකම පවා සිදු වන බව සිසුන් පවසයි. එයට හේතුව සිසුන්ගේ හැසිරිම පාසලින් ප්‍රතික්ෂේප කරන හෙයින් ය. පාසල් සිසුන් පාසල තුළ දී මෙලෙස නිතර දඬුවමට ලක්

වුවහොත් ඔවුන් පාසල් යෑම ද අතර මඟ නතර කිරිමට ඉඩ ඇත. නිතර දඬුවමට ලක් වීම සිසුන්ගේ පෞරුෂ වර්ධනයට ද අහිතකර ආකාරයෙන් බලපානු ලබති. සිසුන්ගේ පවතින ක්‍රිඩා දක්‍ෂතාවයන් හඳුනාගනිමින් පාසල තුළ ද ඒවාට වැඩි ඉඩක් ලබා දීමෙන් සිසුන්ගේ පෞරුෂය ඉහළ නංවාගැනීමට හැකියාව ලැබේ. තව ද ක්‍රිඩාව තුළින් විනය ගොඩනැගෙන හෙයින් සිසුන්ගේ අවධානම් තත්ත්වය මඟහරවා ගැනීමට ක්‍රිඩාව උපයෝගි කරවාගැනීමට හැකියාව ලැබේ.

සිසුන්ගේ චර්යාව දෙස අවධානය යොමු කර බලන විට පැහැදිලි වනුයේ සිසුන්ගේ එම චර්යාව දිගින් දිගටම පැවතිය හොත් ඔහුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාව තවදුරටත් වර්ධනය වන අතර එය ඔවුන්ගේ පුද්ගල ජිවිතය කෙරෙහි සෘණාත්මක අයුරින් බලපානු ලබන බවයි. සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාව අවම කිරිම සඳහා උපදේශන මැදිහත්වීම හා සමාජ වැඩකරුවන්ගේ මැදිහත්වීම වැදගත් වේ. මෙම මනෝ සමාජ මැදිහත් වීම හරහා සිසුන්ගේ පුද්ගල සංවර්ධනය ඇති කිරිමට හැකියාව ලැබේ.

### සමාජයට ඇති වන බලපෑම

අධ්‍යයන නියැදියේ සිසුන් වාසය කරන සමාජ පරිසරය පිළිබඳව නිරීක්‍ෂණය කිරීමේදී සමාජ විරෝධී ක්‍රියාවන් කිහිපයක් හඳුනාගත හැකිවිය. ඒවා නම්,

- කුඩු භාවිතය
- කුඩු විකිණිම
- මධ්‍යසාර (අරක්කු/හොර අරක්කු)
- කොල්ලකෑම්
- බාබුල් භාවිතය හා විකිණිම
- ගණිකා වෘත්තිය

ආදි සමාජ විරෝධි ක්‍රියාවන් රැසක් මෙම අධ්‍යයනයේ නියැදියට අයත් සිසුන්ගේ ජීවත් වන පරිසරය තුළ දක්නට ලැබේ. විශේෂයෙන්ම ඉතා අඩු වයසෙන් එම ක්‍රියාවන්වලට යොමු වීමක් දැක ගත හැකි විය. ළමුන්ට නිවැරදි මඟපෙන්වීමක් නොවුවහොත් එම දුශ්චරිත සමාජයට එකතු වී යහපත් පුරවැසියෙකු වීමේ අවධානම් සහගත තත්ත්වයක් නිර්මාණය විය හැකිය.

සිසුන්ට නිසි අධ්‍යාපනයක් ලබා දීමට හැකි වුවහොත් ඔහුව යහපත් රැකියාවකට යොමු වන අතර ඒ හරහා ඔහු අවධානම් සමාජයක් තුළින් ජිවිතය ජයගත්තෙකු බවට පත් වේ. සිසුන්ගේ මෙම චර්යාවන් දිගින් දිගටම පැවතිය හොත් ඔහු සමාජ සත්වයින්ට හිංසාකාරි වන ආකාරයෙන් ජිවත් වෙමින් සමාජ විරෝධි ක්‍රියාවල නිරත වුවහොත්, තවත් සමාජ ගැටලු රැසක් හටගැනීමේ අවධානමක් පවති.

සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාව පුද්ගල මට්ටමෙන්, පවුල් මට්ටමෙන් හා සමාජ මට්ටමෙන් බලපා තිබෙන බව අවබෝධ කරගැනීමට හැකියාව ලැබේ. ඉහත අංශයන් ත්‍රිත්වය සඳහාම බලපා තිබෙනුයේ සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාව වන හෙයින් සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාව අවම කිරිමට උපදේශනය හා සමාජ වැඩ මැදිහත්වීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

## සිසුන්ගේ අධ්‍යාපනික වර්ධනය සඳහා උපදේශන හා සමාජවැඩ ක්‍රම ශිල්ප භාවිතා කිරිම

### සරල සංයම අභ්‍යාස

සිසුන්ගේ අධ්‍යාපනික තත්ත්වය සංවර්ධනය කිරිම සඳහා සරල සංයම අභ්‍යාසවල නිරත විය හැකි ය. සරළ සංයම අභ්‍යාසයන් හරහා සේවාලාභියාගේ පාඩම් කටයුතු පහසු කිරිමට හැකියාව ලැබේ. පාඩම් කරනු ලබන විෂය කරුණු මතකයේ රඳවා තබා ගැනීම සඳහා මොළයේ රුධිර ගමනාගමනය හොඳින් සිදු විය යුතු ය. ඒ සඳහා හොඳින් හුස්ම ගැනීම කළ යුතු ය. පාඩම් කිරිමට පෙර සිසුන්ට හුස්ම ගැනීමේ අභ්‍යාසයක නිරත කරවීම තුළින් පාඩම් කරනු ලබන දේ හොඳින් මතකයේ තබා ගැනීමට හැකියාව ලැබෙන බව සිසුන්ට තේරුම් කර දීමෙන් හුස්ම ගැනීමේ අභ්‍යාසයට සිසුන්ට පුරුදු කළ යුතු ය. මේ හරහා සිසුින්ගේ මානසික ඒකාග්‍රතාවය රඳවා තබා ගැනීමට හැකියාව හිමි

වේ. ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියේ දී මානසික ඒකාග්‍රතාවය වැදගත් වන අතර ඒ සඳහා සරල සංයම අභ්‍යාසයේ යෙදීම වැදගත් වේ.

### කාල සටහනකට පාඩම් කිරීම

සිසුන් ඉගෙනීමට ආශා කරන හෙයින් ඔහුන්ව ඉගෙනීම සඳහා උනන්දු කරවීම කළ යුතු ය. එම උනන්දු කරනු ලබන විට සිසුන් යම් ආකාරයකට කාලය කළමනාකරණය වන ආකාරයට පුරුදු කරවීම වැදගත් වේ. ඒ සඳහා සිසුන්ව කාල සටහනක් අනුව කාලය ගතකිරීමට හුරු කරවීම කළ යුතුය. එහිදි සිසුන්ගේ විෂය හා විෂය සමගාමී ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳව අවධානය යොමු කරමින් අපහසුවක් නොවන පරිදි කාලය ගත කිරීමට හුරු කළ යුතුය. කාලසටහනකට අනුව කටයුතු කිරීමට එකවර හුරුවක් නොමැති සිසුන්ට කාලසටහන අනුව කටයුතු කිරීමට අවශ්‍ය හුරුව සඳහා පසුවිපරම් කරමින් කාල සටහන සඳහා අනුගත කළ යුතුය. කාල සටහනට සිසුන් යම් හුරුවක් ලැබුණුවිට යම් කාලයක් තුළ දි කාලසටහන නැවත සංශෝධනය කර අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා යොදවන කාලය වර්ධනය කරමින් සිසුන් තුළ ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියට වැඩි වශයෙන් යොමු කිරීම කළ යුතුය.

### SQ3R ක්‍රමය

ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලිය තුළ සිසුන් තුළ අත්‍යන්තයෙන්ම තිබිය යුතු දෙයක් වනුයේ විෂය කරුණු මතකයේ තබා ගැනීමය. එහෙත් ඇතැම් සිසුන්ගේ ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලිය තුළ පවතින ප්‍රධානතම ගැටලුවක් වනුයේ විෂය කරුණු මතකයේ තබා ගැනීමේ අපහසුතාවයයි. එකී අපහසුතාවය මඟ හරවා ගැනීම සඳහා පහත SQ3R ක්‍රමය අනුගමනය කිරීමට හැකියාව ඇත.

| | | |
|---|---|---|
| S | Survey | - සෝදිසි කරන්න |
| Q | Questaioning | - විචාරන්න |
| R | Read | - කියවන්න |
| R | Resell | - තේරුම් ගන්න |
| R | Review | - පුනරීක්ෂණය කරන්න |

පාඩම් කිරීමේ දි විෂය කරුණු වැඩි වශයෙන් මතකයේ රඳවා තබා ගැනීම සඳහා ඉහත ක්‍රමවේදය අනුගමනය කළ යුතුය. එහිදි සිසුන් විෂය කරුණු කෙරෙහි වැඩි වශයෙන් අවධානය යොමු කරනු ලබන අතර ඉන් ළමයා විෂය කරුණු සමඟ අවබෝධයෙන් යුක්තව කටයුතු කරනු ලබයි. විෂය කරුණු පිළිබඳව ගරුවරුන් ලබා දෙන දැනුම නැවත නැවත සෝදිසි කිරීමත්, විෂය කරුණු පිළිබඳව විමර්ශණය කිරීමත්, විෂය කරුණු පිළිබඳව අමතර කියවීම්වලට හුරු කරවීමත්, විෂය කරුණු තේරුම් ගැනීම හා විෂය කරුණු පුනරීක්ෂණය කිරීම හරහා විෂය කරුණු වැඩි වශයෙන් මතකයේ රඳවා තබා ගැනීමට හැකියාව හිමි වේ.

### නිදහස් සංසර්ගනය

නිදහස් සංසර්ගනය සිග්මන් ප්‍රොයිඩ්ගේ මනෝ විශ්ලේෂණවාදය එන ප්‍රතිකාර ප්‍රවේශයකි. අනෙකුත් උපදේශන ප්‍රවේශවලදී ද මේ ක්‍රමය බහුල වශයෙන් අනුගමනය කරන බැවින් වර්තමානයේ ජනප්‍රිය ශිල්ප ක්‍රමයක් බවට පත් වී ඇත. නිදහස් සංසර්ගනය මඟින් පුද්ගලයා මනෝ විරේකයකට පත් කරනු ලබයි. ඒ ඔස්සේ පුද්ගලයාගේ මානසික සැහැල්ලුවක් ඇති කරනු ලබයි. පුද්ගලයා තුළ මානසික සැහැල්ලුව පවතින විට චිත්ත අභ්‍යන්තරය ද විවෘත වේ. එවිට පුද්ගලයා තුළ මානසික ඒකාග්‍රතාවය ඇති වේ. සිසුන්ගේ මානසික ඒකාග්‍රතාවය ඇති විට අධ්‍යාපනික කටයුතුවල සංවර්ධනයක් ඇති වේ.

### තර්ක හා වාද කිරිම

මෙහිදි සිදු වනුයේ, සේවාලාභියාගේ අහේතුවාදි සිතුවිලි ඉලක්ක කර ගෙන දිර්ඝව හේතු සාධක හා කරුණු සහිතව පැහැදිලි කිරිම යි. ඇතැම් විට උපදේශනයේ යොදා ගන්නා ලබන ඒදිරි සංවාදයට

වඩා වැඩි කාලයක් මේ සඳහා ගත කරන්නට සිදු විය හැකි ය. මෙහිදි උපදේශකවරයාගේ විෂය දැනුම මෙන්ම වෘත්තීය පළපුරුද්ද හා අත්දැකීම් වැදගත් වේ. තර්ක හා වාද කිරීම තුළින් සිසුන් තුළ පවතින අහේතුවාදි හා අතාර්කික සිතුවිලි ඉවත් කර ධනාත්මක සිතුවිලි ඇති කිරීමට හැකියාව හිමි වේ. ඒ ඔස්සේ සිසුන් තුළ අධ්‍යාපනයට ඇති ලැදියාව වර්ධනය කිරීමට හැකියාව හිමි වේ.

### අහේතුවාදි සිතුවිලි ඉවත් කිරිම

පුද්ගලයා තුළ අහේතුවාදි සිතුවිලි ඉවත් කිරිම සඳහා පුද්ගලයා සමග සාකච්ඡා කර ධනාත්මක සිතුවිලි ලැයිස්තුවක් සකස් කිරිමට හැකි ය. සේවාලාභියා සමග ධනාත්මක සිතුවිලි සකස් කිරිමට පෙර සේවාලාභියාගේ අහේතුවාදි සිතුවිලි හඳුනා ගත යුතු ය. පාසල් සිසුන් තුළ පවතින අහේතුවාදි සිතුවිලි හඳුනාගනිමින් එකී අහේතුවාදි සිතුවිලි ඉවත් කිරීමට ධනාත්මක සිතුවිලි පද්ධතියක් සිසුන්ගේ සහයෝගයෙන් සකස් කර ගත යුතු අතර එම ධනාත්මක සිතුවිලි හෙවත් හේතුවාදි සිතුවිලි ළමයා තුළ වර්ධනය කිරීමට උපදේශකවරුන් හා සමාජ වැඩකරුවන් මැදිහත් විය යුතුය.

### නිගමනය

පාසල් සිසුන්ගේ චර්යාව අධ්‍යයනය කිරීමේ දි ඇතැම් පාසල් සිසුන්ගේ චර්යාව තුළ දුස්සමහිත චර්යාමය ලක්‍ෂණයන් දකින්නට ලැබෙන බව අනාවරණය විය. මෙම දුස්සමාහිත චර්යාව සෘජුව හා වක්‍රව පාසල් සිසුන්ගේ අධ්‍යාපනික ක්‍රියාවලියට බාධාකාරි වේ. දුස්සමාහිත චර්යාව මගින් ළමයා යම් අවස්ථාවකට අනුගත වීමේ හැකියාව අඩු කරවන චර්යා තත්ත්වයකි. දුස්සමාහිත චර්යාව මගින් ළමයා අපේක්‍ෂා කරනුයේ තමාට ඇති විය හැකි කාංසාමය තත්ත්වයන් මග හරවා ගැනීම ය. දුස්සමාහිත චර්යාවන් අවම කිරීම සඳහා විද්‍යාත්මක මැදිහත්මක් අවශ්‍ය වේ. ඒ සඳහා මනෝ උපදේශකවරුන්ගේ හා සමාජ වැඩකරුවන්ගේ මැදිහත් වීම කාලීනව වැදගත් වේ. සමාජ වෘත්තිකයින් හා මනෝ උපදේශකවරුන් විසින් පාසල් සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් අවම කිරීම සඳහා න්‍යාය හා ක්‍රම ශිල්ප උපයුක්ත කර ගනු ලබයි. ඒ ඔස්සේ සිසුන්ගේ දුස්සමාහිත චර්යාවන් අවම කිරීමට හැකියාව හිමි වන අතර ඒ ඔස්සේ ඔවුන්ගේ අධ්‍යාපනික සංවර්ධනයක් ඇති කිරීමට හැකියාව හිමි වේ.

### සමාලෝචනය

පාසල් සිසුන්ට අඛණ්ඩව උපදේශනයේ හා සමාජ වැඩකරුවන්ගේ මැදිහත්වීම තුළින් ඔවුන් තුළ යම් සංවර්ධන තත්ත්වයක් ඇති කිරිමට හැකියාව පවතින බව අධ්‍යයනය මගින් අනාවරණය විය. එම සංවර්ධන තත්ත්වයන් වනුයේ චර්යාමය දියුණුව, අධ්‍යාපන දියුණුව, යහපත් අන්තර් සම්බන්ධතාවයන්, යහපත් අනාගත බලාපොරොත්තු, කාලය කළමනාකරණය ආදියයි. මෙම සංවර්ධනය සිසුන් තුළ අඛණ්ඩව පැවතිය යුතු ය. ඒ සඳහා උපදේශකවරුන් මෙන්ම සමාජ වැඩකරුවන් සිසුන් පිළිබඳව පසු විපරමක් කිරිම යෝග්‍ය වේ. සිසුන් පසුවිපරම් කරනු ලබන විට සිසුන් ශක්තිමත් වේ. සිසුන් පිළිබඳ සොයා බලන විට සිසුන් එම පවරන ලද ක්‍රියාවන් හා පැවරුම් එලෙසින්ම ඉටු කිරිමට උනන්දු වේ. මනෝ උපදේශකවරුන් හා සමාජ වැඩකරුවන් විසින් සිසුන් කෙරෙහි අඛණ්ඩව අවධානය යොමු කිරීමේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් සිසුන් තුළ පැවති දුස්සමාහිත චර්යාව ඉවත් කර පිළිගත් සමාජ චර්යාවන්ගෙන් යුතු චර්යාවන් වර්ධනය කිරීමට හැකියාව ලැබේ.

**ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය**


අතුකෝරල, දයා රෝහණ. 2008. *මනෝ විද්‍යාත්මක උපදේශනය.* කොළඹ 08: ශික්‍ෂා මන්දිරය.

අබේපාල, රෝලන්ඩ්. අබේපාල, අරුන්දති. 2011. *අධ්‍යාපන මාර්ගෝපදේශනය හා උපදේශනය.* මහරගම: තරංජී ප්‍රින්ටර්ස්.

පෙරේරා, එම්. ආර්. එල්., 2006. *මනෝ විද්‍යාත්මක උපදේශනය.* බත්තරමුල්ල: සමාජ සේවා හා සමාජ සේවා සුබසාධන අමාත්‍යාංශය.

පෙරේරා, ඥානදාස. 2011. *උපදේශන මනෝ විද්‍යාව.* කොළඹ: සහස්‍ර ප්‍රකාශකයෝ.

මුතුලිංගම්, එස්., 1979. *අධ්‍යාපන මනෝ විද්‍යාව හා මිණුම්.* කොළඹ: සමය වර්ධන ප්‍රකාශකයෝ.

රණවක, ඩී. එස්., 1986[a]. *මාර්ගෝපදේශනය, උපදේශනය හා මනෝ ප්‍රතිකාරය.* කොළඹ: ශ්‍රී ලංකා විද්වත් වෘත්තික උපදේශකවරුන්ගේ ජාතික ආයතනය.

රණවක, ඩී. එස්., 2002[b]. *උපදේශනය හා මනෝ ප්‍රතිකාරය.* කොළඹ: ශ්‍රී ලංකා විද්වත් වෘත්තික උපදේශකවරුන්ගේ ජාතික ආයතනය.