ගුරු සේවා ව්‍යවස්ථාවට අනුකූලව 3වන පන්තියේ ගුරුවරුන් 1 වන හා 11වන කාර්යක්ෂමතා කඩඉම් සඳහා ගුරු අත්පොත

අංක - 14 මනෝවිද්‍යා උපදේශනය

සැකසුම

එල්.එම්. වංසවතී මෙය
පී. එදිරිසිංහ මයා

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහය සමග එක්වන්න...

01. මොඩියුලයේ නම - මනෝවිද්‍යා උපදේශනය

02. අරමුණ - පාසලේ ගුරුවරයෙකු තුළ තිබිය යුතු උපදේශන කුසලතා හා ගුණාංග වර්ධනයට යොමු වෙයි

03. අපේක්ෂිත ඵලය

- උපදේශනය යන සංකල්පයේ අන්තර්ගත ප්‍රධාන ලක්ෂණ තුනක් පැහැදිලි කරයි.
- උපදේශනය සහ උපදෙස් දීම අතර ඇති වෙනස්කම් උදාහරණ සහිතව ඉදිරිපත් කරයි
- උපදේශන ක්‍රියාවලියේ විකාශනයට දායකවූ දාර්ශනිකයන්ගේ අදහස් සංසන්දනාත්මකව විග්‍රහ කරයි
- උපදේශනය පුද්ගල හා සමාජ සංවර්ධනයට දායකවන ආකාරය සෙවීමට කැමැත්ත පළ කරයි
- පාසලට උපදේශන ක්‍රියාවලියක් අවශ්‍ය බවට ප්‍රධාන හේතූන් පහක් ඔස්සේ කරුණු දක්වයි
- පාසල් උපදේශන සේවාවේ ප්‍රධාන අරමුණු පැහැදිලි කරයි
- පාසල් ගුරුවරයෙකු තුළ තිබිය යුතු උපදේශන ගුණාංග හා කුසලතා ප්‍රදර්ශනය කරයි

04. අන්තර්ගතය

4.1 හැඳින්වීම

හයවන සංවර්ධනයේ නියමුවා මෙන්ම ක්‍රියාකාරී පාර්ශවකරුවෙකු වන පුද්ගලයාට කායික සමබරතාව මෙන්ම මානසික සමබරතාවද අත්‍යවශ්‍යය. එසේ වුවද පුද්ගලයා උපදේ සිට මියයන මොහොත දක්වා ම ඔහු / ඇය ගැටෙන, ඇසුරු කරන, සහභාගීවන, සම්බන්ධතා පවත්වන, පුද්ගලයින්, කණ්ඩායම් අවස්ථා පිළිබඳ ව සංජානන නිසා ඔහු / ඇය මානසික ව්‍යාකූලතාවයකට පත්වීමට ඉඩ ඇත. සංකීර්ණ සමාජ රටාව තුළ ඒ සඳහා බෙහෙවින් ම ඉඩ ප්‍රස්ථා බහුලව ඇත. එමනිසා පුද්ගලයා එවැනි ගැටළු සහගත අවස්ථාවකට මුහුණ පෑමෙන් සිදුවන මානසික අසමබරතාවෙන් මිදීමට හැක්වන්නේ එම ගැටලු සහගත තත්ත්වය නිවැරදිව හඳුනා ගැනීමට එයට සාර්ථකව මුහුණුදීමට පුද්ගලයා බලසම්පන්න කිරීමයි.

එම කාර්යයේ දී ගුරුවරයාට සුවිශේෂී කාර්යය භාරයක් පැවරෙන බැවින් ප්‍රථමයෙන් ම ගුරුවරයා ශක්තිමක් වීම අවශ්‍යය. ඒ සඳහා සැකසුණු මෙම ඉගෙනුම් කට්ටලයෙන් උපදේශන සංකල්පයේ ස්වභාවය, උපදේශන

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහයේ සමග එක්වන්න...

ක්‍රියාවලියේ ආරම්භය හා විකාශනය, උපදෙස් දීම හා උපදේශනය අතර ඇති වෙනස, පාසලට උපදේශන සේවක අවශ්‍යතාව, පාසල් ගුරුවරයෙකු තුළ තිබිය යුතු උපදේශන ගුණාංග හා කුසලතා යන මාතෘකා පිළිබඳ ව සැසි පහක් ඔස්සේ අත්දැකීම් ලබාදීම අපේක්ෂිතය.

මෙම කරුණු හැදෑරීමෙන් අපේක්ෂා කරනුයේ ගුරුවරයා හුදෙක් උපදේශන ක්‍රියාවලිය පිළිබඳ ව න්‍යායික දැනුම ලබා ගැනීමෙන් සීමා නොවී එම දැනුම පදනම් කරගෙන තම පන්ති කාමරයේ මුණ ගැසෙන විවිධ මානසික ව්‍යාකූලතා වලින් එනම් භීතිකා, කාංසාව මෙන්ම ඉදිරිපත් නොවීම, වගකීම් භාර නොගැනීම ආදිය නිසා පසුබෑමකට ලක්ව සිටින සිසුන් හඳුනා ගනිමින් එම තත්ත්වයන් ගෙන් මිදීමට අවශ්‍ය ශක්තියක් ලබාදීමයි.

5. අමතර ක්‍රියාකාරකම්

1. ශ්‍රී ලංකාවේ උපදේශන සේවා ක්‍රියාත්මක කිරීමට සහායන වන ආයතන සහ එමගින් ඉටුකරන කාර්ය භාරය පිළිබඳ තොරතුරු එක්රැස් කරනන
2. ඔබගේ පන්ති කාමරයේ / පාසලේ සිසුන් මුහුණපා ඇති ගැටළු විසඳා ගැනීම සඳහා සිසුන්ට සහායවීමට ළමා ආරක්ෂ හා කාන්තා කටයුතු අමාත්‍යාංශයේ සහාය ඇතිව දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කරන්න.

6. අමතර කියවීම්

Patterson, Osipove – Tossy, Theories of Counseling

රණවකල D.S. (   ) උපදේශනය හා මනෝ ප්‍රතිකාරය

කාරියවසම් තිලෝකසුන්දරී (   ) අධ්‍යාපන මාර්ගෝපදේශනය හා උපදේශනය

අබේපාල, රෝලන්ඩ් සහ අබේපාල අරුන්දතී (2011)
අධ්‍යාපන මාර්ගෝපදේශය හා උපදේශනය

අබේවික්‍රම, ඩොරති (2000) මාර්ගෝපදේශය හා මාර්ගෝපදේශකරණ න්‍යාය හා ක්‍රමවේදය පිළිබඳ ගුරු දෙගුරුන්ට අත්පොතක්

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහයේ සමඟ එක්වන්න...

ඇමුණුම 1

අත්පත්‍රිකාව - 1

උපදේශනය

Counseling

උපදේශනය යනු

- පුද්ගලයන් දෙදෙනෙකු හෝ කිහිප දෙනෙකු අතර පවතින ගතික, ඵලදායී සම්බන්ධතාවයකි. Richard Nelson & Jones
- උපදෙස් දීමේ සිට මනෝ ප්‍රතිකාරය දක්වා පැතිරෙන ක්‍රියාවලියකි.
- පුද්ගලයාට ශක්තිය ලබාදෙන ක්‍රියාවලියකි. Edwin Herr & Crammer Stanly
- පෞද්ගලික විභව්‍යතාවයන්ගේ උපරිම සංවර්ධනය ඉලක්ක කරගත් ආධාරක සේවාවකි. කෙනත් හොයිට්
- අන්‍යොන්‍ය සම්බන්ධ ක්‍රියාවලියකි. ගැටලු විසඳීමටත් විචල්‍යයන් අතරින් යමක් තේරුම් ගැනීමටත් පුද්ගලයාට ආධාර කිරීමකි. බර්කක් හා ස්ටෙපයර්

උපදේශය සහ උපදේශනය අතර වෙනස හඳුනා ගැනීම

උපදේශය **Advice**	උපදේශනය **Counseling**
• පෞද්ගලික අත්දැකීම් හා දැනුම අනුව කරන්නකි	මනෝවිද්‍යාත්මක ක්‍රියාවලියකි
• උපදෙස් සැපයීම කෙටි කාලීන ක්‍රියාවලියකි	දිගුකාලීන ක්‍රියාවලියකි

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහයේ සමග එක්වන්න...

• උපදෙස් දෙන්නා හා ලබන්නා අතර සම්බන්ධය ඉහල සිට පහලට දිශානත වූවකි • උපදෙස් දීම සන්නිවේදන ක්‍රියාවලියකි	උපදේශනයේ දී වඩා වැදගත් වන්නේ උපදෙස් ලබන්නාගේ මතය හා තීරණයයි උපදේශනය විශේෂිත වූ සන්නිවේදන ක්‍රියාවලියකි
උපදේශය **Advice**	**උපදේශනය** **Counseling**
• උපදේශය පෞද්ගලික ආකල්ප අදහස් අනුව ක්‍රියාත්මක වන්නකි • උපදේශය සම්ප්‍රදායිකව ක්‍රියාත්මක වන්නකි	උපදේශනය පිළිගත් දාර්ශනික පදනමක් මත ක්‍රියාත්මක වන අරමුණු සහගත ගතික සම්බන්ධතාවයකි උපදේශනය වර්තමානයේ මනෝ ප්‍රතිකාර දක්වා දියුණු වූවකි

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහයේ සමග එක්වන්න...

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහයේ සමග එක්වන්න...

ඇමුණුම 2

සිද්ධි අධ්‍යයන වාර්තා

දැනට 11 වන වසරේ ඉගෙනුම ලබන පාසල් ශිෂ්‍යයකු වූ පියල් 10වන වසරේ ඉගෙනුම ලබද්දී විෂය දස්කම් පෙන්වූ ශිෂ්‍යයෙකි. දැනට මාස කීපයක සිට ඉගෙනුම ලබන විෂයය කරුණු අමතක වන බව පන්ති භාර ගුරුතුමියට පැවසුවේ ය. පන්ති භාර ගුරුතුමිය එම පාසලේ ශිෂ්‍ය උපදේශකවරියට මෙම ගැටළුව විසඳීම සඳහා පියල් යොමු කළේ ය. ඔබ එම පාසල් උපදේශකවරිය නම් පියල්ගේ ගැටළුව විසඳීම සඳහා උදව් කරන්නේ කෙසේ ද යන්න පැහැදිලි කරන්න.

10වන වසරේ ඉගෙනුම ලබන නිසන්සලා නිශ්ශබ්ද දැරියකි. ඇය ප්‍රසිද්ධ කාන්තා විද්‍යාලය ඉගෙනුම ලබයි. මිතුරන් අතරේ දී පවා එතරම් ඉදිරිපත්වීමේ හැකියාවක් නොපෙන්වූ අතර පොත පතේ වැඩට ඇලුණු බවක් පෙනුනි. අමුත්තන් ඉදිරියට යෑමේ බයක් තිබුණු නිසා ගෙදරට අමුත්තෙකු ආ විට කාමරයට වී සිටීම ඇගේ සිරිත විය. සමහර අවස්ථා වලදී අමුත්තන් ඉදිරියේ කුමක් කළයුතු ද, කෙසේ හැසිරිය යුතු ද ආදී වශයෙන් ඇය වික්ෂිප්ත වූවාය. ඇය මෙම තත්ත්වය මග හරවා ගැනීම සඳහා උපදේශක සේවාලාභීන් කටයුතු කරන්නේ කෙසේදැයි සාකච්ඡා කර ඉදිරිපත් කරන්න.

තිසුරි නම් දැරිය 1 ශ්‍රේණියට ඇතුළු කර දැනට සති තුනක් පමණ වේ. ඇය මේ දක්වාම මවගේ ඇගේ එල්ලී අඩමින් මව සමග රැඳෙන්නට උත්සාහ කරයි. ඉඳහිට හෝ පන්තියේ වැඩකට සහභාගී වන්නේ මවගේ ඇකයේ ඉඳගෙනය. පන්තිභාර ගුරුතුමියට මෙම ගැටළුව මගහැර වීමට සුදුසු උපදේශනික වැඩ පිළිවෙලක් සාකච්ඡා කරන්න.

ප්‍රියාණි 13 වසරේ ඉගෙනුම ලබන ශිෂ්‍යාවකි. ඇයට උසස් පෙළ විභාගයට මුහුණු දීමට ඇත්තේ තව මාස 06 කි. ඇගේ මව මැද පෙරදිග රැකියාවකට ගොස් අවුරුද්දකි. ප්‍රියාණි බාල සහෝදර සහෝදරියන් හතර දෙනෙකි. බාලම නැගණිය 3වන ශ්‍රේණියේ ඉගෙනුම ලබයි. මව

රට හැර දා ගිය පසු පියා බීමට ඇබ්බැහි වී ඇත. මේ නිසා ගේ දොර සියළු කටයුතුවල වගකීම් ඇයට පැවරී ඇත. රෑ බෝ වී නිදා ගැනීමටත්, පාන්දරින් අවදි වීමටත් ඇයට සිදුවී ඇත. මේ නිසා පාසලේ දී නිතර නිදමත ගතියෙන් පෙලෙන ඇයට පාඩම් අවධානය රඳවා ගැනීමට අපහසු වී ඇත. ඉගෙනුම් කටයුතු දුර්වල නිසා ගුරුවරුන්ගෙන් දොස් අහන්නට සිදුවූ වාර බොහෝ ය. මෑතක සිට ඇය තදබල හිසරදයකින් පෙළෙන අතර හුස්ම ගැනීමේ අපහසුතාවයක් ගැනද පවසයි. මෙවැනි තත්ත්වයන්ට තුඩුදුන් සාධක සාකච්ජා කර ප්‍රියානිගේ ගැටළුව විසඳීමට උදව් කිරීමට සුදුසු වැඩ පිළිවෙලක් යෝජනා කරන්න.

ඇමුණුම - 3

අත් පත්‍රිකාව 2

උපදේශනයේ අවශ්‍යතාවය

- සමාජ ආර්ථික සංස්කෘතික වෙනස්වීම්
- පවුල් සංස්ථාව ආශ්‍රිත ගැටළු
    - දෙමාපිය ආශ්‍රිත ඇසුර අඩුවීම
    - බිඳුන පවුල්
    - පවුල් ගැටළු
- පාසල හා විෂයමාලාවආශ්‍රිතව අධ්‍යාපන ගැටලු
- යොවුන්විය සහ සම වයස් කණ්ඩායම් ආශ්‍රිත ගැටලු
- තාක්ෂණික දියුණුව ආශ්‍රිත ගැටලු
- පුද්ගලයා ආශ්‍රිත සාධක
- ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය ආශ්‍රිත ගැටලු
- මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිවීම ආශ්‍රිත ගැටලු
- ලිංගිකත්වය පිළිබඳ ගැටලු
- ළමා හිංසනය සහ අපයෝජනය ආශ්‍රිත
- විවිධ ව්‍යසනයන් ආශ්‍රිතව මතුවන ගැටලු
    - ස්වාභාවික විපත්
    - යුධ බිය
- වැඩලෝකය ආශ්‍රිත ගැටලු
- වෙනත් කාලීන ගැටලු

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහයේ සමග එක්වන්න...

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහයේ එකතුව...

අත් පත්‍රිකාව 3

උපදේශනයේ පරමාර්ථ Goals

සංවර්ධනය : කායික, මානසික, චිත්තවේගීය, සමාජයීය, සදාචාරාත්මක, භාෂාමය,
Prevention සෞන්දර්යාත්මක, චාලක යන සියලු අංශවල සංවර්ධනය

වැළැක්වීම : ගැටළු ඇතිවීමට පෙර ගන්නා ක්‍රියාමාර්ග
Prevention
* දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන්
* කුසලතා සංවර්ධන වැඩසටහන්

යොමු කිරීම : අවශ්‍යතාවයන්ට අනුව ප්‍රතිකාර සැපයෙන ආයතන
Refer (රාජ්‍ය ආයතන, රාජ්‍ය නොවන ආයතන පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම)

ප්‍රතිකාර : පුද්ගලයා මුහුණ දෙන ගැටළු ඇසුරින් මැදහත් වියහැකි ගැටළු හඳුනා
Therapy ගෙන ඒයා විසඳා ගැනීමට උපදේශන ප්‍රතිකාර ලබාදීම
- ප්‍රජානන ප්‍රතිකාර
- චර්යා ප්‍රතිකාර

උපදේශනයේ අරමුණු

- පුද්ගල සංවර්ධනය ඇති කිරීම
- චර්යාමය වෙනසක් ඇති කිරීමට සහායවීම
- අභියෝගවලට මුහුණදීමේ හැකියාව වර්ධනය
- ඵලදායී තීරණ ගැනීමට පුරුදු කිරීම
- අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා දියුණු කිරීම
- අයහපත් පුරුදු වලක්වා ගැනීමට අවශ්‍ය ශක්තිය ලබාදීමට උදව් කිරීම

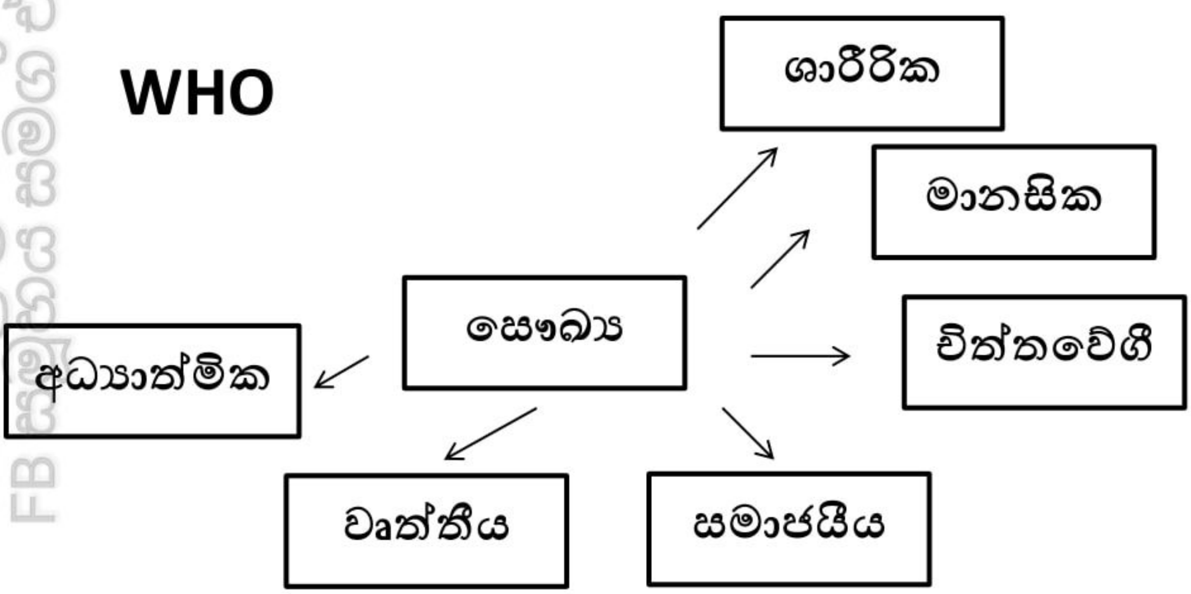
- සේවාලාභියාගේ විභව්‍යතා මතු කිරීම හා ඒවා වර්ධනය

ඉලක්ක :

සංවර්ධනය	-	Development
වැළැක්වීම	-	Prevention
යොමු කිරීම	-	Refer
ප්‍රතිකාරය	-	Therapy

උපදේශනයේ විවිධ ක්ෂේත්‍ර
(Fields of Counseling)

- මනෝවිද්‍යාත්මක උපදේශනය (Psychological Counseling)
- අධ්‍යාපනික උපදේශනය(Educational Counseling)
- වෘත්තීය උපදේශනය (Vocational Counseling)
- පවුල් උපදේශනය (Family Counseling)
- ලිංගික උපදේශනය (Sexual Counseling)
- ව්‍යසන උපදේශනය (Trauma Counseling)
- මත්ද්‍රව්‍ය උපදේශනය (Drug Counseling)
- කාන්තා උපදේශනය (Women Counseling)
- සෞඛ්‍ය උපදේශනය (Health Counseling)



SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහය සමග එක්වන්න...

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහය සමග එක්වන්න...

උපදේශන සේවාවේ ක්‍රියාකාරීත්වය

රාජ්‍ය අංශය

- අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
- ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
- සමාජ සේවා අමාත්‍යාංශය
- කම්කරු අමාත්‍යාංශය
- අධිකරණ අමාත්‍යාංශය
- වෘත්තීය පුහුණු අධිකාරිය
- ළමා ආරක්ෂක හා කාන්තා කටයුතු අමාත්‍යාංශය
- සමෘද්ධි අමාත්‍යාංශය
- ළමා රක්ෂණ අධිකාරිය
- ආරක්ෂක අමාත්‍යාංශය යටතේ
  ත්‍රිවිධ හමුදාව
- ශ්‍රී ලංකා පොලිස් දෙපාර්තමේන්තුව
- ශ්‍රී ලංකා බන්ධනාගාර දෙපාර්තමේන්තුව

රාජ්‍ය නොවන

- නිදහස් වෙළෙඳ කලාපය
- ප්‍රජනන සෞඛ්‍ය හා පවුල් සංවිධාන සංගමය
- පල්ලිය
- ආලෝකය පවුල් උපදේශන හා ලිංගික ගැටලු
- FRC පුනරුත්ථාපන උපදේශන මධ්‍යස්ථානය
- සුමිත්‍රයෝ දුම්වැටි හා මත් නිවාරණය
- ලයිෆ් ආයතනය

- සිත් සවිය

1994 කොළඹ විශ්ව විද්‍යාලය උපදේශනය පිළිබඳ පශ්චාත් උපාධි පාඨමාලාව

- ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්ව විද්‍යාලය - ඩිප්ලෝමා පාඨමාලාව
- රුහුණු විශ්ව විද්‍යාලය
- ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
- ශ්‍රී ලංකා පදනම් ආයතනය
- මනෝවිද්‍යා අධ්‍යාපන ආයතනය

SLTS - ශ්‍රී ලංකා ගුරු සේවය - Sri Lanka Teachers Service
FB සමූහය සමග එක්වන්න...