ශ්‍රී ලංකාවේ විශ්වවිද්‍යාල සිසුන් මනෝ උපදේශනය සඳහා යොමුවීම අවම වීමට බලපාන සාධක පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්

පී.ජී.එස්.ආර්. බණ්ඩාර [1]

අනාගත නායකයන් ලෙස විශ්වවිද්‍යාලය සිසුන්ගේ මානසික යහපැවැත්ම ඔවුන්ගේ අධ්‍යාපනික අරමුණු සාධනයෙහි ලා ප්‍රබල ලෙසින් බලපාන්නා වූ කරුණකි. එය එකී සමාජයේ තිරසාර සංවර්ධන අරමුණු කෙරෙහි දීර්ඝ කාලීන අභියෝගයක් එල්ල කරයි. ශ්‍රී ලංකාවේ විශ්වවිද්‍යාල සිසුන් ගත් කල මානසික ආතතිය, කාංසාව, විෂාදය වැනි මානසික රෝග රැසකට ගොදුරු වී ඇති බවට මෑතකාලීන ව බහුල ව සිදු වූ විශ්වවිද්‍යාල සිසුන්ගේ දිවි නසා ගැනීම් සාක්ෂ්‍ය දරයි. මෙවැනි මානසික ආතතියේ බලපෑම අවම කිරීම සඳහා වූ ඵලදායී ප්‍රවේශයක් වන්නේ මනෝ උපදේශනයයි. එය තම හැඟීම් ප්‍රකාශ කිරීමට රහස්‍ය අවකාශයක් සපයන අතර ම සංජානන චර්යා චිකිත්සාව (Cognitive behavioural therapy) වැනි ඵලදායී ප්‍රවේශයන් හරහා කාංසාව සහ මානසික අවපීඩනය වැනි මානසික සෞඛ්‍ය අභියෝගයන් හසුරුවා ගැනීමට උපකාර ලබා ගැනීම, චිත්තවේගයන් සාකච්ඡා කිරීමට සහ පුහුණු විශේෂඥයන්ගේ මගපෙන්වීම ලබා ගැනීම සඳහා වූ අවකාශ සපයයි. එහෙත් මෙම උපාය මාර්ගවල සඵලතාව සහ භාවිතය අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා ප්‍රාමාණික පර්යේෂණයන් පර්යේෂණ සාහිත්‍ය තුළ දුලබ වේ. එබැවින් මෙම අධ්‍යයනයේ අරමුණ වූයේ ශ්‍රී ලංකාවේ විශ්වවිද්‍යාල තුළ ඉගෙනුම ලබන විද්‍යාර්ථයන් තම මානසික ආතතීන්වල දී මනෝ උපදේශනය සඳහා යොමුවීම අවම වීමට බලපාන හේතු සාධක මොනවා ද යන්න හඳුනා ගැනීමයි. එහි ලා මිශ්‍ර අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය ලෙස ගුණාත්මක දත්ත රැස්කිරීමට අර්ධ ව්‍යුහගත සම්මුඛ සාකච්ඡා ක්‍රමයත්, ප්‍රමාණාත්මක දත්ත රැස් කිරීම සඳහා ව්‍යුහගත ප්‍රශ්නාවලි ක්‍රමයත් භාවිතයට ගැනිණි. ඒ සඳහා සසම්භාවී නියැදීම ක්‍රමය යටතේ මෙරට විශ්වවිද්‍යාල 12ක විවිධ පීඨ නියෝජනය වන ලෙසින් සිසුන් 50කින් දත්ත රැස්කරන ලදී. එසේ රැස්කරගත් ප්‍රමාණාත්මක දත්ත MS-EXCEL මෘදුකාංගය මඟින් විශ්ලේෂණයක් සිදු කළ අතර ගුණාත්මක දත්ත තේමා විශ්ලේෂණ ක්‍රමවේදය ඔස්සේ විශ්ලේෂණය කරන ලදී. මෙම විශ්ලේෂණය තුළින් විශ්වවිද්‍යාලයීය සිසුන් මානසික ගැටලුවල දී මනෝ උපදේශනයට යොමු නොවීම සඳහා බලපාන ප්‍රධාන සාධක ලෙස මනෝ උපදේශනය සඳහා යොමු වීමට පහසුකම් නොතිබීම, මනෝ උපදේශනයේ ප්‍රයෝජනවත් බව පිළිබඳ ඇති අනවබෝධය, තම මානසික ගැටලුවල දී වෙනත් සමීපතමයන්ගෙන් සහාය ලබා ගැනීමට යොමු වී තිබීම, මනෝ උපදේශනය පිළිබඳ විශ්වාසයක් නොවීම හා උපදේශනයට යොමුවීම මඟින් සමාජයේ අපකීර්තියට ලක් වේ යැයි ඇති වන බිය යන සාධක හඳුනාගත හැකි විය. ඒ අනුව මෙම අධ්‍යයනය තුළින් එළඹිය හැකි නිගමනය වන්නේ මෙරට විශ්වවිද්‍යාලයීය සිසුන් මනෝ උපදේශනයට යොමු වීම අවම මට්ටමක පවතින බවයි. එහි ලා රහස්‍යභාවය සුරැකෙන සේ යොමුවිය හැකි උපදේශන මධ්‍යස්ථානයක් පිහිටුවීම, මනෝ උපදේශනයෙහි ප්‍රයෝජනවත්භාවය හා ඒ සම්බන්ධ ව පවතින ඍනාත්මක ආකල්පයන් වෙනස් කිරීමට ඒ පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබාදීම මඟින් සිසුන්ට මනෝ උපදේශන සේවාවන් ඵලදායී ලෙස ලබා ගැනීමට පවතින බාධාවන් මඟරවා ගත හැකි වනු ඇත.

ප්‍රමුඛ පද: විශ්වවිද්‍යාල සිසුන්, උසස් අධ්‍යාපනය, මානසික යහපැවැත්ම, මනෝ උපදේශනය, මනෝ උපදේශන සේවා

[1] සමාජ විද්‍යා අධ්‍යයනාංශය, ශ්‍රී ලංකා රජරට විශ්වවිද්‍යාලය, මිහින්තලේ. bandarapgsr@gmail.com