

Diploma in psychology & Counseling

Child Psychopathology

Sonali Fernando

Counselor & Psychotherapist (MIPC)

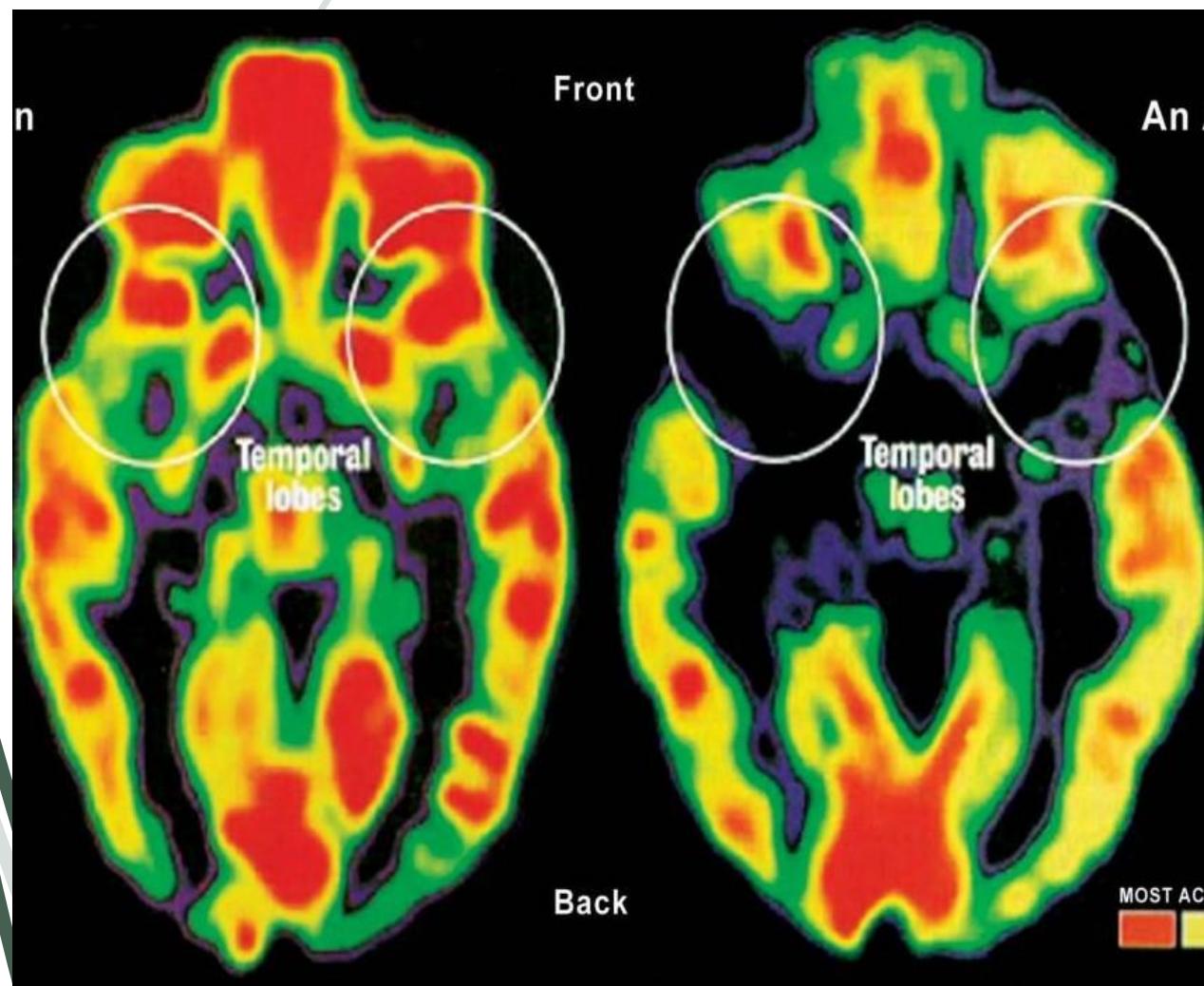
B.A. Hon. Psychology (Kelaniya)

M.A. Buddhist Ayurvedic Counselling (PGIPBS)

HND. Counselling & Psychotherapy (SLNIPC)

Dip. Counselling & Psychotherapy (IPS)

ළමා අසාමාන්‍යතා පිළිබඳ විවිධ ආකෘති



අප මෙහිදී සාකච්චා කරනුයේ පහත සඳහන් ආකෘති පිළිබඳවය.

ජීව රසායන ආකෘතිය (Bio Chemical Model)

වෛද්‍ය විද්‍යාත්මක ආකෘතිය (Medical Model)

මානුෂවාදී ආකෘතිය (Humanistic Model)

මනෝ විශ්ලේෂණ ආකෘතිය (Psychoanalytic Model)

චර්යාවාදී ආකෘතිය (Behavioral Model)

හේතුවාදී ආකෘතිය (Rational Model)

ප්‍රජානන ආකෘතිය (Cognitive Model)

මානුෂීය හා සංදෘෂ්ඨික අර්ථදැක්වීම (Humanistic and existential definition)

ප්‍රවේශයක්, ආකෘතියක් හෝ අර්ථ දැක්වීමක් යනු යම් ගැටලුවක් විග්‍රහ කළ හැකි එක් විධි ක්‍රමයකි.

එක් එක් ආකෘතියක් එකම ගැටලුවක් දෙස විවිධ දෘෂ්ටිකෝණ මගින් බලයි.

මිනිස් වර්ගයා ඉතා සංකීර්ණ බැවින් වඩාත් උචිත ශාස්ත්‍රීය දෘෂ්ටිකෝණ එකකින් හෝ කීපයකින් එම වර්ගාව විග්‍රහ කළ යුතු වේ.

ජීව රසායන ආකෘතිය (Bio Chemical Model)



- රසායන විද්‍යාවට අනුව ලොව පවතින සියලුම ද්‍රව්‍ය රසායනික ඒකක වෙයි.
- මේ අනුව මිනිස් මොළය ද විවිධ රසායනිකයන්ගේ එකතුවකි.
- මිනිස් සිරුර රසායනික ස්කන්ධයක් බැවින් එහි ක්‍රියාකාරීත්වය ද රසායනික ක්‍රියාකාරීත්වයකි.
- ඔනෑම වර්ගාවකට අදාළ රසායනික හේතු ඇත.
- කෝපගත් විට ලේ වලට විවිධ රසායනික එක්වෙයි.
- හෘද ක්‍රියාකාරීත්වය හා ස්වසනය වේගවත් වේ.
- මේ සියල්ල රසායනික ක්‍රියාකාරීත්වයේ ප්‍රතිඵල වෙයි.
- ඊට ශරීරයේ සියලු ඉන්ද්‍රියන් දායක වෙයි. රසායන විද්‍යාව අද සිරුරේ සියලුම ක්‍රියාකාරකම් රසායනික සිදුවන අන්දම අධ්‍යයන කර තිබේ .

- අධික දැගලිල්ල ඇති ළමයාගේ ශරීරයේ අදාළ යම් හෝමෝනයක් වැඩියෙන් ශ්‍රාවය විය හැකිය.
- එහෙත් දැගලිල්ල ළමුන්ගේ සාමාන්‍ය ස්වභාවයයි.
- එහෙත් එය පමණට වඩා වැඩි හා හානිකර අන්දමින් ක්‍රියාත්මක වන විට එය අඩුකරන හෝමෝනයක් පෙත්තක් හෝ කරලක් මගින් ශරීරයට දී දැගලිල්ල පාලනය කළ හැකිය.
- රසායන විද්‍යාව අනුව ඔනෑම අක්‍රමතාවයක් හෝ වැරදි හැසිරීමක් පෙත්තක් හෝ කරලක් මගින් නිවැරදි කළ හැකිය.
- යම් රසායනක් වැඩියෙන් ඇතිවීම හෝ අවශ්‍ය මට්ටමට අඩුවෙන් පවතින්නේ නම් එය “ආබාධයක්” හෝ “අසනීපයක්” ලෙස ගණන් ගැනේ.
- පෙනී හෝ කරල් මගින් කරන රසායනික ප්‍රතිකාරයේ විවිධ ගැටලු නැතිවා නොවේ.
- ක්‍රමයෙන් ඖෂධයට ශරීරය ප්‍රතික්‍රියා නොකිරීම කලකදී ඇතිවීම එක් ගැටලුවකි.
- එවිට බෙහෙත් වලින් පලක් නැත.

- ඵවිට බෙහෙත් වලින් පලක් නැත.
- බෙහෙත් නැතිව බැරිවීම තවත් ගැටලුවකි.
- බෙහෙත නැවැත් වූ විට රෝගය හෝ ආබාධය නැවත මතු වේ.
- සමහර ඖෂධ නිතර ගන්නා විට වෙනත් රෝග සෑදීමට වැඩි ඉඩකඩක් ඇත.
- සමහර ළමා අක්‍රමිකා වලදී ළමා වෛද්‍ය විශේෂඥයෙකු මගින් ඖෂධ ප්‍රතිකාරය යෙදිය හැකි අවස්ථා තිබේ.
- ඒ සමගම උපදේශනය හා මනෝ ප්‍රතිකාරය ද යෙදිය යුතු වේ.

වෛද්‍ය විද්‍යාත්මක ආකෘතිය (Medical Model)



- වෛද්‍ය විද්‍යාත්මක ආකෘතිය අනුව ඔන්ෆ් හැසිරීම් වෙනසක් හෝ මානසික රටාවේ වෙනසක් ලෙසින් හෝ අසනීපයකි.
- අසනීප හට ගන්නේ දේශගුණික වෙනස්වීම්, ආහාර වෙනස්වීම් හා විෂබීජ ශරීරගත වීමෙනි.
- වයිරස් ශරීරගත වීම පහසුය.
- එහෙත් බොහෝ විෂ බීජ අප ගන්නා ආහාර හෝ ජලය මගින් ශරීරයට ඇතුළු වෙයි.
- අධික උක්මුසුබව, ප්‍රකෝපකාරී බව, අධික දැගලිල්ල ඖෂධයක් මගින් පාලනය කළ හැකිය. එය අසනීපයකි.

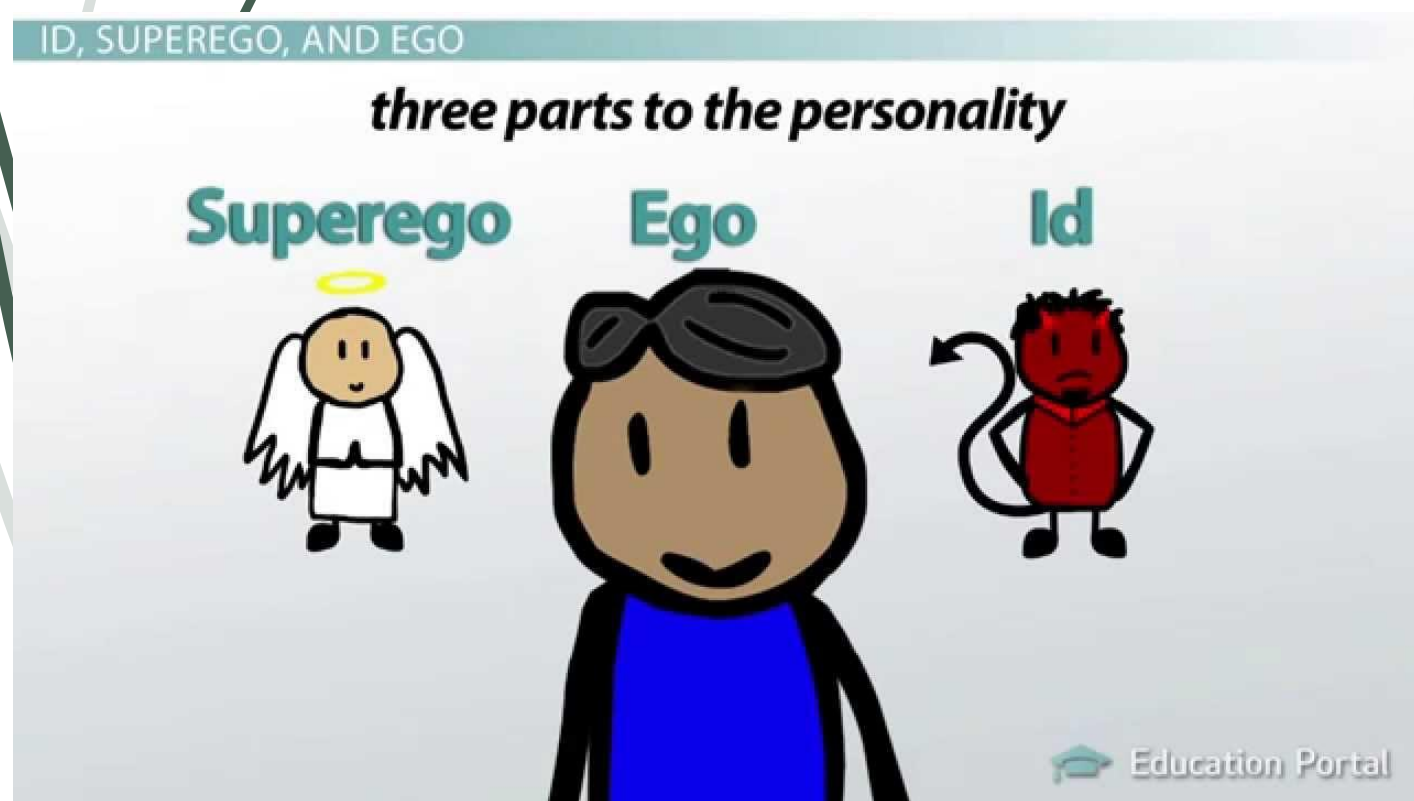


මානුෂවාදී ආකෘතිය (Humanistic Model)



- මෙම ආකෘතිය අනුව මූලික අවශ්‍යතා එනම්, ආහාරපාන, ජලය ආදිය නිසිපරිදි නොලැබෙනවිට පුද්ගල චර්යා වෙනස් විය හැකිය.
- ඒවා නිසි ලෙස නොලැබෙන විට සදාචාරය, අගම හෝ අධ්‍යාත්මික අංශයට පුද්ගලයා ලගාවෙයි.
- මේවා මානසික අවශ්‍යතා වේ.
- නිදසුනක් වශයෙන් ආදරය කිරීමට අය මෙන්ම තමාට ආදරය දක්වන්නන් ද ළමයාට අවශ්‍යය.
- අනුමැතිය දිනාගැනීම, ප්‍රශංසාවට පත්වීමේ වුවමනාව මානසික අවශ්‍යතා වෙයි.
- මෙම අවශ්‍යතා මනාව ඉටුවේ නම් සමබර පුද්ගලයෙකු බිහි වෙයි.
- අවශ්‍යතා ඉටු නොවීම නිසා ළමයා තුළ මානසික මෙන්ම චර්යා අක්‍රමකාවයන් ද පෞරුෂ අක්‍රමකාවයන් ද හට ගැනීමට අවකාශය සැලසේ.
- ඒබ්‍රහම් මාස්ලෝ, කාල් රොජස් වැනි අය මෙම අවශ්‍යතා න්‍යායයේ මූලිකයෝය.

මනෝ විශ්ලේෂණ ආකෘතිය (Psychoanalytic Model)



- මෙම ආකෘතිය යටතේ පුද්ගලයාගේ මනසේ පෞරාණික අංශය වූ ඉඩ හා විඥානය ඉතා වැදගත් වේ.
- බොහෝ අසාමාන්‍ය චර්යාවලට හේතුව අවිඥානික ආශාවන්ය.
- එක්කෝ ඉඩ අහංභාවයේ නිදන්ගත පරිනාමයේ යම් අවධියක පැවැති පුරුදු හෝ අවශ්‍යතා මතුවීමය.

- යම් ආසාමාන්‍ය වර්ගාවක හේතු සොයා ගත හැක්කේ ළමයා තුළ පවතින “අවිඥානික ද්‍රව්‍ය” මතුපිටට ගෙන ඒමෙනි.
- පුද්ගලයෙකුගේ ළමා කාලයේ යටපත් කරන ලද ආශාවන් හා පිඩාවන්, ඊඩිපස් හා අනෙකුත් සංකීර්ණයන් (Complexes) නිසිපරිදි ජයගන්නට ඉඩ නොලැබීම් ආදිය නිසා පුද්ගලයා තුළ අසාමාන්‍ය ආශා හා හැසිරීම් ඇති වීමට ඉඩ ඇත.

- නිදහස් සංසඳ්‍යා, සම්මුඛ සාකච්චාව, විරෝධතා විශ්ලේෂණය, සිහින විශ්ලේෂණය හා මෝහන ප්‍රතිගමනය මගින් යටි සිතේ පවත්නා ආශා හා ඉච්ඡාහංගයන් (ඉටුකර ගැනීමට බැරි වූ ආශාවන් , කඩ වූ අපේක්ෂා) අධ්‍යයනය කිරීමට සිදු වේ. .
- විශ්ලේෂණ ප්‍රතිකාරක ක්‍රම මගින් අසාමාන්‍ය චර්යාව නිරූපනය කළ හැකිය .
- ළමුන්ගේ බොහෝ අසාමාන්‍ය චර්යාවන් විශ්ලේෂණ ප්‍රතිකාරය මගින් වෙනස් කළ හැකිය.

චර්යාවාදී ආකෘතිය (Behavioral Model)

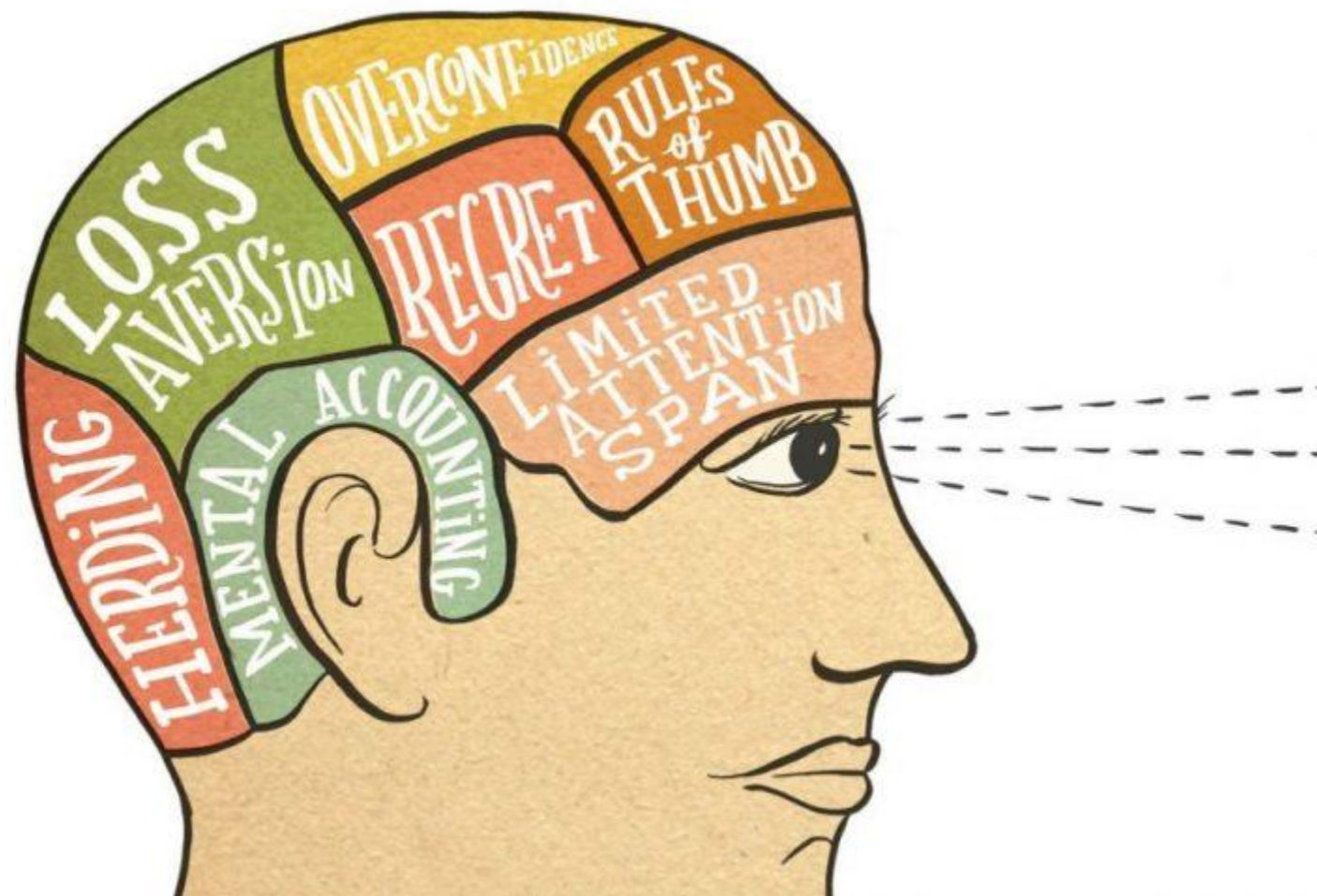


- මෙම ආකෘතිය අනුව ඔනෑම අසාමාන්‍ය චර්යාවක් චර්යා ප්‍රතිකාරය (Behavior Modification) මගින් වෙනස් කළ හැකිය.
- මෙම ආකෘතිය අනුව ඔනෑම අසාමාන්‍ය චර්යාවක් උගත් චර්යාවකි (අත්‍යයන් කරනු දැකීමෙන් හෝ තමන් ලබාගත් යම් වැරදි අත්දැකීම් අනුසාරයෙන්) .
- එය ආරෝපිත චර්යාවක් (Conditioned Response) වශයෙන් හඳුන්වනු ලැබේ.
- චර්යා ප්‍රතිකාරය මගින් කාංසා ප්‍රතිචාරය (අසාමාන්‍ය චර්යාව) නිරූපනය, මකා දැමීම හෝ අනධ්‍යයනය කළ හැකිය.

- සංයම ප්‍රතිකාර (Relaxation Therapy) ක්‍රියාකාරකම් පුහුණුව (Assertive Training) බඳු ප්‍රතිකාර ක්‍රම ශිල්පයන් පුහුණු වර්ග ප්‍රතිකාරයෙකුට යොදා ගත හැකිය.
- මෙහිදී වර්ග ප්‍රතිකාරකයාට ප්‍රමිතියකින් යුත් පුහුණුවත්, විශේෂඥ මගපෙන්වීමක් අවශ්‍ය වේ.

- පියවුරුම භිතියා මෙම ක්‍රමයෙන් ප්‍රතිකාර කළ හැකිය.

හේතුවාදී ආකෘතිය (Rational Model)



- මෙම ආකෘතිය අනුව ළමයාගේ ගැටලුවට හා අසාමාන්‍ය චර්යාවට හේතුවන්නේ ළමයා තුළ පවත්නා අහේතුවාදී හා අතාර්කික විශ්වාසයන්ය.
- චර්යාවාදී ප්‍රතිකාරක ක්‍රම ශිල්ප යොදා ගනිමින් මෙම අතාර්කික හා අහේතුවාදී සිතුවිලි වලට පහර දී අසාමාන්‍ය චර්යාව වෙනස් කළ හැකිය.
- පුද්ගල අසාමාන්‍යතා වලට හේතුව පුද්ගලයා තුළ පවත්නා ප්‍රජානනයේ (Cognition) ස්වභාවය බව මෙම ආකෘතියේ පිළිගැනීමය.

- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය වෙනස් වන විට වර්ගයාව වෙනස් වේ.
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය වර්ගයා ප්‍රතිකාරක ක්‍රමය (Cognitive Behavioral Therapy) (CBT) දියුණු කරන ලද්දේ ඇල්බට් එලිස් (Albert Ellis) ප්‍රමුඛ පර්යේෂකයන් විසිනි.
- මෙම ආකෘතිය අනුව පුද්ගලයාගේ අභේදවාදී හා අතාර්කික පිළිගැනීම් හා විශ්වාස වෙනස් කළ හැක්කේ ‘අභියෝග ක්‍රම’ නම් ප්‍රතිකාරක ක්‍රමය මගිනි.

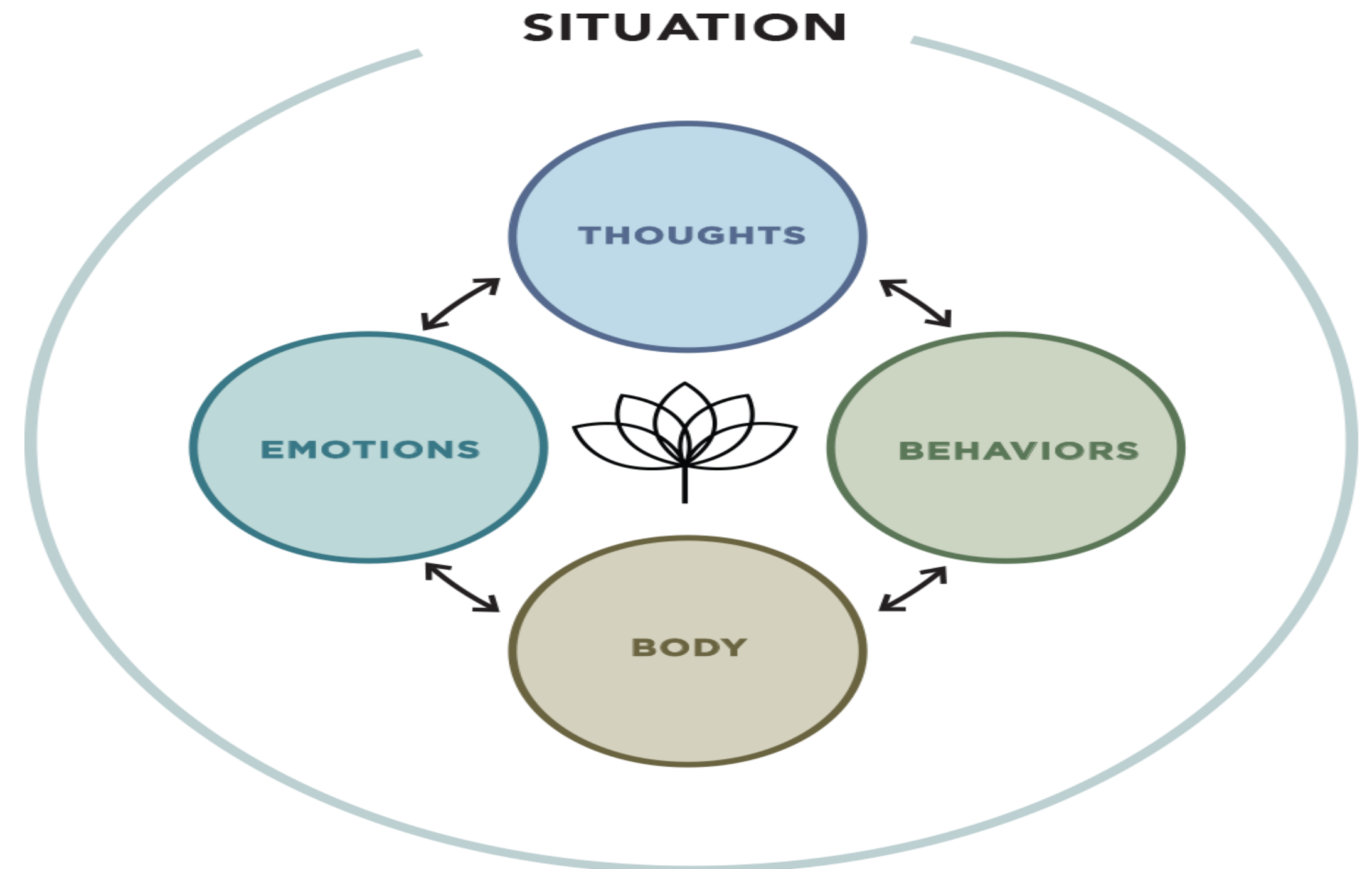
- මෙය ඉතා සාර්ථක ප්‍රතිකාරක ක්‍රමයකි.
- අවිඥානය හාරා අවුස්සා බැලීම කරනු කියාදීම මෙම ක්‍රමය පිළිගන්නේ නැත.
- ළමයින් අතර නොයෙක් වැරදි විශ්වාස පවතී.
- සමහර ඒවා භීතියා (Phobia) ගණයට අයත් වේ.
- එබඳු භීතියා කල්වේලා ඇතිව ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කළ යුතුය.

- කරල්, පෙති ප්‍රතිකාර වලින් මෙම වර්ග සුව කළ නොහැකිය.
- මෙම ආකෘතිය මගින් ලොවපුරා පවතින අහේතුවාදී හා අතාර්කික විශ්වාස ලැස්තුවක් පිළියෙල කර තිබේ.



ප්‍රජානන ආකෘතිය (Cognitive Model)

- තමා මෙන්ම පරිසරය පිළිබඳව පවත්නා උස්සමාහිත (Maladaptive) සංජානනය හා චිත්තනය පුද්ගලයාගේ අසාමාන්‍ය චර්යා කෙරේ බලපාන බව මෙම අර්ථ දැක්වීම කියයි.



- වෙනත් ආකාරයකින් පවසන්නේ නම් කුමන දෙයක් සම්බන්ධයෙන් වුවද පුද්ගලයාගේ දැක්ම හා පිළිගැනීමක් ඔහු සිතන ආකාරයත් වැරදි සහගත නම් ඒ අනුව ඔහු අසාමාන්‍යයව හැසිරීමට ඉඩ තිබේ.

- ළමයි උමිබීම වැඩිහිටියන් කරන යහපත් දෙයක් ලෙස (වැරදි අන්දමින්) දකිනම් ඔහු ද එය අනුගමනය කිරීමට බලයි.

- මත්ද්‍රව්‍ය, මත්පැන් ආදිය ද තමන් පිළිගත් අය කරන විට එය යහපත්ය යන ආකල්පය ළමුන් තුළ හටගනී.

- පරිසරය සම්බන්ධයෙන් ද ළමයා දකින්නේ හා සංජානනය කරන්නේ වැරදි අන්දමට නම් ඔහු ගහකොළ කපා දමයි.

- බොහෝ ලිංගික වර්යා ද ළමයා ඉගෙන ගන්නේ මේ අන්දමිනි.

- ජලමාර්ග අපිරිසිදු කරයි.

- ගමේ ලිං වලට කුණු රොඩු හෝ මළ මුත්‍රා දමයි.

- ඔහු පරිසරයේ සතුරකු මෙන් හැසිරේ.

- යහපත් හා නිවැරදි චිත්තනය ගෙදරින් හා පාසලෙන් ඇති කළ යුත්තකි.

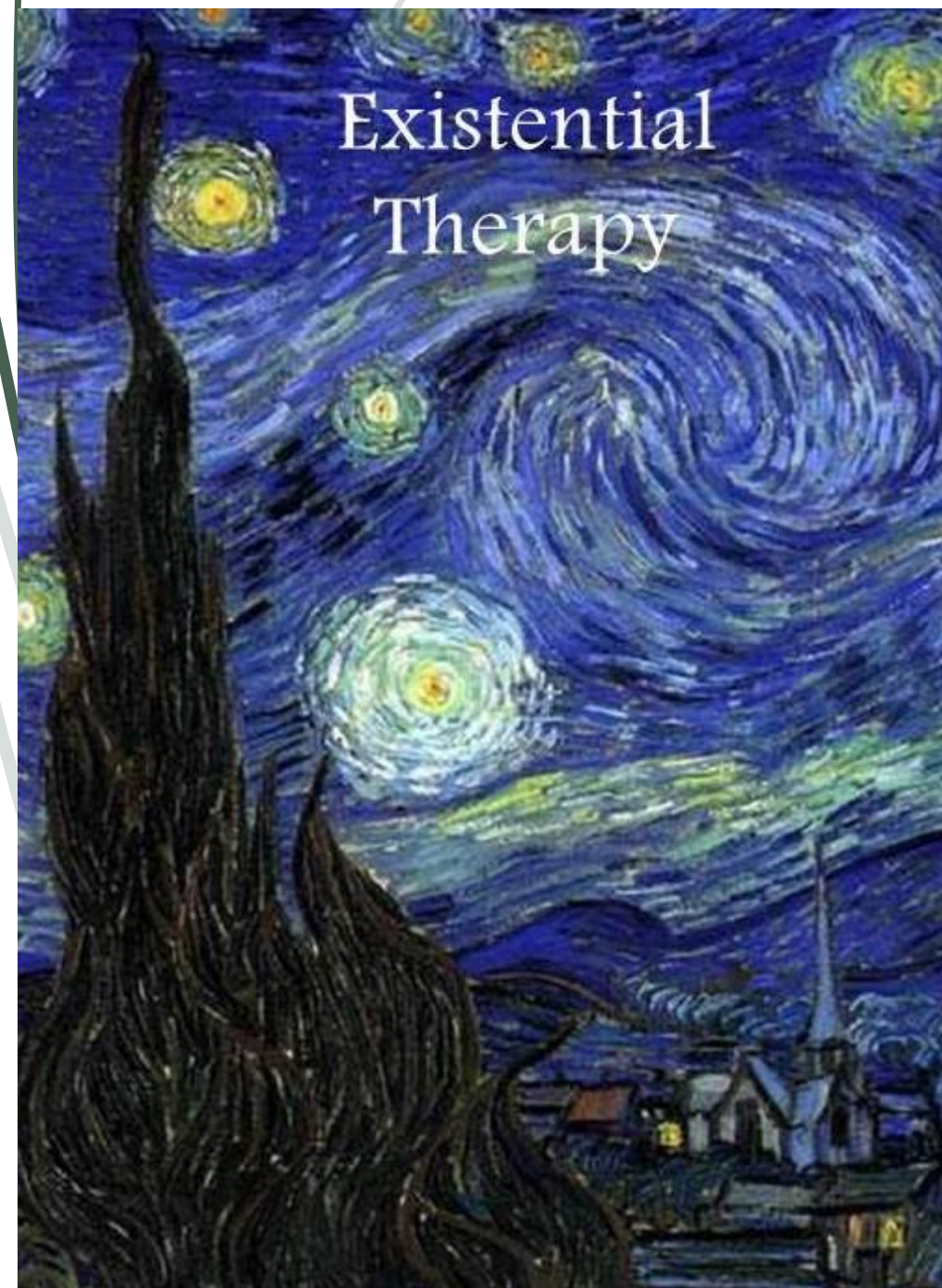
- නියං කාලයේ නම් වියළි කැළයට ගිනිකබා පලා යයි.

- චිත්තනය හැසිරීමේ පදනම වශයෙන් හේතුවාදී ආකෘතිය ද පිළිගනී.

- එහෙත් සමහරවිට පරිසරය ඊට විරුද්ධ දේවල් උගන්වයි.

- සමාජ විරෝධී කණ්ඩායම්වල ආහාමය ළමුන්ට ද තිබෙනවා විය හැකිය.

- පිළිගත් මතවාද නිවැරදියයි ළමයා සිතයි.



මානුෂීය හා සංදෘෂ්ඨික අර්ථදැක්වීම
(Humanistic and existential
definition)

- තමා තමාටම පිළිගන්නට බැරිවීම හා තම ක්‍රියාවල වගකීම භාරගන්නට අසමත්වීම අසාමාන්‍ය චර්යාවලට හේතුවක් වනබව මෙම ආකෘතිය මගින් කියයි .
- මේ නිසා වරද අත්‍යයින් පිට පටවන්නටත් බොරකීමටත් ළමයා ක්‍රියා කිරීමට ඉඩ ඇත.
- තමාත් තමාගේ ක්‍රියාත් සම්බන්ධ වගකීම භාගැනීමට ළමයා පුරුදු කළ හැක්කේ පවුල් පරිසරය තුළමය.

- සමාජ විරෝධී කණ්ඩායම්වල ආභාෂය ළමුන්ට ද තිබෙනවා විය හැකිය.

- ළමයා පිළිගැනීම, ඔහුගේ දක්ෂතා හා යහපත් ක්‍රියා අගය කිරීම ඊට මාර්ගය වෙයි.

- ආත්ම අභිමානයක් ගෞරවයක් ළමයා තුළ ඇතිකළ හැක්කේ ද දෙමාපියන්ටය.

THE END

