අන්තවාදී, දැඩි මතධාරී අදහස් අවම කිරීම සඳහා ළමා සහ යොවුන් මනෝ වෛද්‍ය විද්‍යාත්මක උපදෙස්

අන්තවාදී වීම යනු තනි පුද්ගලයෙකු හෝ කණ්ඩායමක් විසින්, වෙනත් කණ්ඩායම් පහත් කරමින්, ඔවුන්ගේ මත බැහැරකිරීම කරමින්, අර්බුදකාරී හෝ ප්‍රචණ්ඩකාරී ලෙස හැසිරීම හෝ හැසිරීමට උත්සහ කිරීමයි.

අන්තවාදී මනෝභාවයේ අවස්ථා

6. ත්‍රස්තවාදී ක්‍රියාව

5. අපිට එරෙහිවච ඔවුන් යන සංකල්පය සහ ප්‍රචණ්ඩත්වයට සන්දර්භය ලබාගැනීම

4. ගැඹුරු චින්තනයේ නැඹුරුව සහ හිංසාවට අරමුණක් ගොඩනැගීම

3. ක්‍රෝධය ඇතිවීම සහ මූලික ප්‍රචණ්ඩකාරී අදහස්

2. අසාධාරණයක් වූවායැයි සිතීම සහ ඊට කලයුතු දේ සිතීම, අවශ්‍ය දේ ලබාගැනීමට මංපෙත් සෙවීම

1. සමාජ පරිසරය මැනබැලිම, තමාගේ ඉගෙනීමට, හැකියාවට සමාජයෙන් ලැබියයුතු දේ ගැන සිතීම

යොවුන් අන්තවාදී දැඩි මතධාරී පුද්ගලයින් වර්ග

අනන්‍යතාවය සොයන්නා
ස්ව-අභිමානය දුර්වල නිසා කණ්ඩායමක අනන්‍යතාවය ආරෝපණය කරගනී

(වැරදි) සාධාරණය සොයන්නා
තමාට හෝ තම ජන කොටසට අසාධාරණයක් වූ බව සිතීම

(අනිසි) වීරත්වය සොයන්නා
හීනමානය සහ පුද්ගලික ගැටළු නිසා වීරයෙකු වීමට උත්සහකිරිම

ත්‍රාසය සොයන්නා
පුරුෂ අධිපත්‍යය මතින් උද්වේගකාරී සහ වික්‍රමාන්විත ක්‍රියාවලට පෙළඹීම

යොවුන් සිතේ අන්තවාදය ඇතිවීම වැලක්වීමට උපදෙස්

විවිධ ජනකොටස් සමග සම්බන්ධතා

- කුඩාකල සහ යොවුන් වියේදී වෙනත් ජාතීන් සහ වෙනත් ආගම් වල දරුවන් සමග කාලය ගතකිරීමට ලැබීමෙන් අනෙක් විශ්වාස සහ චාරිත්‍ර ගැන ගෞරවයක් ඇතිවේ.
- ඒ අතරම බහුවාර්ගික පාසැල් පරිසරයක අවශ්‍ය ගුරුවර අධීක්ෂණය ලැබීම සහ එහිදී සමාජ කොන්වීම් වලක්වාගැනීම ඉතා වැදගත්ය.

ආත්ම-විශ්වාසය ගොඩනැගීම

- තමා පිලිබඳ විශ්වාසය සහ ආත්ම-අභිමානය ගොඩනැගෙන ලෙස කටයුතු කල යුතුය.
- දරුවන්ගේ සුළු ජයග්‍රහණ පවා අගය කරමින් දිරිමත් කලයුතුය.
- හෘද සාක්ෂිය එක් පොතක ලියවූ දෙයකට එහාගිය සැබෑ ලෝකයේ නිදසුන් මත ගොඩනැගිය යුතුය.

සැබෑ සමානාත්මතාවය කියාදීම

- තමාගේ විශ්වාසය සහ ඇදිහිලි නිසා තමන් අනෙක් අයට වඩා උසස් නොවන බවත්, වෙනස් මත දරන්නන් වැරදිකරුවන් නොවන බවත් ඒත්තු ගැන්වීම.
- දක්ෂතාවය සහ සමාජ තත්ත්වය තීරණය වන්නේ පිරිමි ගැහැණු බව නිසා නොව තම හැකියාව නිසා බව පෙන්වීම.
- කිසිවිටෙකත් පහරදීම, ප්‍රචණ්ඩත්වය අගය නොකළ යුතුය. සතුන්ට පවා ශාරීරිකව හිරිහැර කිරීම මිනිස්බවට සුදුසු නොවන බව වටහා දීම.

නම්‍යශීලි සිතුවිලි ජනනය

- තමාගේ මතය 100% නිවැරදි කියා සිතුනද, අනෙක් අයගේ අදහස් වලට සවන් දී ඒවා නුවණින් විමසීමටද උනන්දු කිරීම.
- අළුත් දැනුම ලැබීමෙන් තම අදහස් වෙනස් වන බව සමාජ අත්දැකීම් වලින් අවබෝධ කරදීම.
- තමුන්ගේ සහ අනෙක් අයගේ හැඟීම් පිලිබඳ බුද්ධිය සහ සහකම්පනය ගැන කියා දීම

දැඩි මතධාරී අදහස් හඳුනාගැනීම

- දරුවන් කතාබහ කරන අය, අන්තර්ජාලයෙන් සම්බන්ධ වන දෑ සොයාබැලීම.
- සමාජ විරෝධී අන්තවාදී අදහස්දරන යොවුන් දරුවන් අවශ්‍ය මනෝ වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සහ අවධානම අධ්‍යයනය සඳහා යොමුකිරිම.

References

[Schmid, 2013]; [Moghaddam, 2005]; [Feddes et al., 2015]; [Christmann, 2012]; [Alizadeh et al., 2017]; [Trip et al., 2019]; [Harris et al., 2014]; [Decety et al., 2017]; [EU YCARE, 2019]

මියුරු චන්ද්‍රදාස - ළමා සහ යොවුන්විය පිලිබඳ මනෝ වෛද්‍ය විශේෂඥ

MBBS (Colombo) MD Psych (Colombo) Child Psych AdvCert (Australia) MRCPsych (United Kingdom)

උතුරු කොළඹ ශික්ෂණ රෝහල - රාගම; වෛද්‍ය පීඨය - කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය