<u>කැටපත් ඉගෙනුම් ප්‍රවේශයෙන් අධික්‍රියාකාරී දරුවෙකු දෙස බලමු</u>

දීප්ති සිතිලි ද සිල්වා විසිනි.

<u>හැඳින්වීම</u>

ශ්‍රී ලංකා යුද්ධ හමුදාවට අයත් සෙනෙහස අධ්‍යාපන සම්පත් පර්යේෂණ සහ තොරතුරු කේන්ද්‍රයේ විශේෂ අධ්‍යාපන ගුරුවරියක ලෙස මා දැනට සේවය කරමි. රංග චිකිත්සාව හැදෑරීම මා හට අහම්බයකි. විවිධාකාරව මනසින් දුර්වල වූ තැනැත්තන්ට ප්‍රතිකර්මීය වැඩ පිළිවෙලක් ලෙස රංග චිකිත්සාව විසින් ලබා දෙන පිටිවහල විස්තර කල නොහැකි තරම් ය. විශේෂ අධ්‍යාපන අවශ්‍යතා ඇති දරුවන් සමග ගැටෙමින් ඔවුන්ගේ ඉදිරිය තකා ක්‍රියාත්මක වීමේදී රංග චිකිත්සාව මහගු කාර්‍යයක් ඉටුකරයි. මෙහි සඳහන් කරනුයේ අධික්‍රියාකාරී තත්වයෙන් පෙලෙන දරුවකුගේ සන්නිවේදන ගැටලුවකට රංග චිකිත්සාවෙහි එන කැටපත් ඉගෙනුම් ප්‍රවේශය ඔස්සේ සංවර්ධනය ලඟා කරගැනීම සම්බන්ධවයි. ඒ සඳහා වූ ප්‍රතිකර්මීය වැඩපිළිවෙල පහත පෙල ගස්වා ඇත.

රංග චිකිත්සාව

අතීතයේ පටන් අපගේ මුතුන් මිත්තන් මෙලෙස සිත්සතන් සුවපත් කිරිමෙහිලා රංග චිකිත්සාව යොදාගෙන ඇත. ගම්මඩු,කොහොඹා කංකාරිය, බලිතොවිල්, සොකරි, දෙවොල්මඩු ආදී ශාන්ති කර්ම තුලින් නාට්‍යානුසාරයෙන් ගැමි හදවත් තරණය කල අයුරු දක්නට ලැබුනි. බලිතොවිල් ආදියෙහි විවිධ ආකාරයෙන් සකසාගත් වෙස්මුහුණු භාවිතා කොට ආතුරයාට තමාගේ හැඟීම් මුදාහැරීම ට අවස්ථාව සලසා දෙයි. තවද තම අස්වනු සරුසාර කරගැනීමට, වර්ෂාව කලට ලබා ගන්නට ආදි කටයුතු වලදී ද මෙම රංග චිකිත්සන ක්‍රමවේදය යොදාගෙන ඇත.

කථන චිකිත්සක, භෞතික චිකිත්සක, ජල චිකිත්සක ආදී ශාරීරිකව අබල දුබල වූ අයවලුන් සුවපත් වීමෙහිලා පිටුවහල් වන චිකිත්සක ක්‍රමවේද පිළිබඳව අප නිතර අසා ඇත්තෙමු. ඒවායෙහි ප්‍රථිඵලයද ලඟා කරගත හැකිවන්නේ ඍජුවම එම ක්‍රියාවලියෙහිම නිරත වීමෙනි. නමුත් පීඩාවට හිංසනයට පත්වූ සිත් සතන් සුවපත් කිරිමෙහි ලා එවන් චිකිත්සන ක්‍රම වේදයක් ඇත්තේ නම් එහි ප්‍රමුඛස්ථානය රංග චිකිත්සාවට හිමිවිය යුතුය. නූතනයේ දී රංග චිකිත්සාව මනෝ චිකිත්සන ක්‍රියාවලියකි.

විශේෂ අධ්‍යාපනය පිළිබඳ යමක්

මා නියැලි සිටින ක්ෂේත්‍රය හා සසඳන විට දරුවන්ට ඇති ගැටළු පිළිබඳ වැඩි අවධානයක් යොමු කලෙමි. දරුවෙකු යනු උපතේ සිට කැටපත්කරණය මගින් අත්දැකීම් ලබාගන්නා අයෙකු වේ. උපතට පෙර මව් කුස තුළ ඉන්නා කාලය තුළ ද දරුවා විශාල බලපෑම් රාශියකට ලක් වේ. මවගේ භාවයටන් හා ක්‍රියාකාරීත්වය දරුවාට මුළුමණින්ම පාහේ මානසික හා කායික වර්ධනයට පාදක වේ. මව ලබන දුක, සතුට දරුවා කෙරෙහි නිරන්තරයෙන් බලපෑම් කරයි. විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවෙකු ඇතිවීම කෙරෙහි බොහෝ කරුනු බලපායි. ඒවා අතර ජානමය සාධක, මත්පැන් භාවිතාව, අඩු භාවිතයෙන් ප්‍රසූතිය, රෝග වැළඳීම ආදි කරුණු මෙන්ම ඉහත දැක්වූ මවගේ මානසික තත්ත්වය අයහපත්වීම ද බලපායි.

විශේෂ අධ්‍යාපනය හෙවත් විශේෂ අධ්‍යාපන අවශ්‍යතා ඇති දරුවන්ට ඉගැන්වීම යනු දරුවන් තුළ ඇති විශේෂ අවශ්‍යතා වල විවිධත්වය සහ වෙනස්කම් සැලකිල්ලට ගෙන පුද්ගලාභිමුඛව සැලසුම් කළ ආකාරයට අධ්‍යාපනය ලබා දීමයි. මෙය සාර්ථක වීමට නම්, පුද්ගලාභිමුඛව සැලසුම්කල මනාව අධීක්ෂණය කල ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියක් තිබිය යුතුය. එමෙන්ම අනුවර්තනය කරන ලද ඉගෙනුම් අධාරක හා උපකරණද ප්‍රවේශ පහසුකම් ද වෙනත් අවශ්‍ය මැදිහත්වීම් ද සැපයිය යුතුය.

- ඉගෙනුම් දුබලතා
- සන්නිවේදන දුබලතා
- චිත්තවේගිය හා චර්‍යා ගැටලු
- කායික දුබලතා
- වර්ධන ප්‍රමාද
- බහුවිධ දුබලතා

ආදී ලෙස විශේෂ අවශ්‍යතා යන්න වර්ග කල හැකිය. මෙම දරුවන්ට තාක්ෂණික ක්‍රම ශිල්ප උපයෝගී කර ගනිමින් විවිධ ඉගෙනුම් ප්‍රවේශයන් යොදා ගනිමින් අනුවර්තනය කරන ලද සම්පත් සහිත පංති කාමරයක ඉගැන්වීම මගින් උපරිම ප්‍රයොජන ලබා දිය හැකිය. මෙහිදී එක් එක් දරුවාට අනුකූල ලෙස සැලසුම් කෙරෙන ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේද මගින් ඕනෑම තත්වයක දරුවෙකු වැඩි දියුණු කලහැකිවේ.

විශේෂ අවශ්‍යතා හඳුනාගැනීම

දරුවන්ගේ වෛද්‍ය වාර්තා හා සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ඉතිහාසය අධ්‍යයනය කිරිමෙන් බොහෝ විශේෂ අවශ්‍යතා ඇති දරුවන් පහසුවෙන් හඳුනා ගත හැකිය. සමහර දරුවන් තුල බුද්ධිමය ඌනතා සම්බන්ධ වු ජානමය ගැටලු දක්නට ලැබෙන අතර විවිධ හේතු මත මොළයට හානි වු දරුවන් සහ වර්ධන ප්‍රමාදයක් ඇති දරුවන් ද, ශ්‍රවණ හෝ දෘෂ්ඨි ඌනතා මෙන්ම වෙනත් ආබාධ ඇති දරුවන් ද මෙලෙස පහසුවෙන් හඳුනා ගත හැකිය. එහෙත් ඉගෙනුම් දුබලතා සහ චිත්ත වේගීය ගැටලු ආදී විශේෂ අවශ්‍යතා හඳුනාගත හැක්කේ කාලයක් තිස්සේ දරුවා නිරීක්ෂණය කිරීමෙනි. අධික්‍රියාකාරී දරුවන්ද මෙම චිත්තවේගී ගැටලු කොටසට අයත් වේ. පෙර දක්වන ලද පරිදි උපත් සංකූලතා (Birth trauma), ගර්භනී සමයේදී යම් රසායනිකයන්ගේ බලපෑම, රෝග කාරක වෛරසයන් සහ බැක්ටීරියාවන්ගේ බලපෑම සහ ජානමය සාධක අධික්‍රියාකාරීත්වය ඇති විය හැකිය. මෙම දරුවන් කල්වේලා ඇතිව හඳුනාගෙන මැදිහත්වීම් සිදු කිරීමෙන් ඉතා හොඳ සංවර්ධනයක් ඔවුන්ගෙන් ලබාගත හැකිය. රංග චිකිත්සනය ද මෙලෙස විශේෂ අවශ්‍යතා ඇති දරුවන් වෙනුවෙන් ඉතා සූක්ෂමව භාවිතා කල හැකි ක්‍රම ශිල්ප රැසකින් සුසැදි ශිල්පීය ක්‍රම වේදයකි. මාගේ මෙම පර්යේෂණයට පාදක වන්නේ අධික්‍රියාකාරී දරුවෙකුගේ සන්නිවේදන ගැටලු සඳහා රංග චිකිත්සන ක්‍රමවේදයක් වන කැටපත්කරනය ඔස්සේ ප්‍රතිකාර කරන්නේ කෙසේද යන්නයි.

<u>අදාළ දරුවා පිළිබඳ යමක්......</u>

ළමයෙකුගේ වයසට නොගැළපෙන ආකාරයේ අවධානය නොමැති වීම අධික්‍රීයාකාරී බව සහ සිතා නොබලා ඉක්මන්කාරීව කටයුතු කිරීම ආදී අක්‍රමවත් හැසිරීම් පෙන්වන ලදි. වෛද්‍ය නිර්දේශයට අනුව මෙම තත්වය ඌන අවධානය සහිත අධික්‍රියාකාරී බව (ADHD) නම් වේ. මීට අයත් ලක්ෂණ වයස අවුරුදු 06 පමණ වන විට ප්‍රකටව පෙනෙන අතර වයස 12 පමණ වන තෙක් විද්‍යමාන වේ. මේ දරුවා මා හට මුණ ගැසෙන විට වයස අවුරුදු 12 කි.

දරුවාගේ ලක්ෂණ නම්,

- ඉතා ඉක්මණින් අරමුණ විසිරී යාම
- යම් දෙයක විස්තර අමතක වී යාම
- නිතර එක් ක්‍රියාකාරකමකින් තවත් ක්‍රියාකාරකමකට මාරු වෙයි.
- එක් කාර්යයක් කෙරෙහි සිත රඳවා ගැනීම අපහසු වේ.
- ක්‍රීඩාවක යෙදෙන විට ඒ ක්‍රීඩාව ඉක්මණින් එපා වේ.
- අලුතින් කාර්යයක් ඇරඹීමේදී හෝ යමක් සංවිධානය කිරීමේදී අවධානය ගිලිහී යයි.
- කියන දේවල් වලට සවන් නොදෙයි.
- පහසුවෙන් ව්‍යාකූලත්වයට පත් වෙයි.
- සෙමෙන් වැඩ කරයි.
- උපදෙස් අනුව ක්‍රියා කිරීම දුෂ්කරයි.
- අසුනේ එහාට මෙහාට ඇඹරෙයි.
- අතට අසුවන සෑම දෙයක්ම අදිමින්, එහා මෙහා දුවයි.
- අත්පොළසන් දෙන ආකාරයට වේගයෙන් අත්දෙක ගසයි.
- තමන්ගේ වාරය එනතුරු සිටීමේ හැකියාවක් නැත.
- ඇතැම් ස්පර්ෂයකදී හා තරමක හෝ තරවටු කිරීමකදී තදින් නොසන්සුන් වේ.

<u>දරුවා පිළිබඳ විස්තර</u>

I. පියවර -

මාස දෙකක කාලයක් මෙම දරුවා නිරීක්ෂණය කලෙමි. ඔහුගේ වයස 12 කි. ඔහු අධික්‍රියාකාරී හැසිරීමෙන් යුතුය. ඔහු කතාවේ යෙදීමට අපහසු දරුවෙක් විය. තමාට වඩා බාල සහොදරයෙක් හා සහෝදරියක් ද සිටින මෙම දරුවා පවුලේ වැඩිමල් දරුවාය. විදේශගතව සිටි ඔහුගේ දෙමව්පියන් ඔහු නිසාවෙන් ලංකාවට පැමිණි ඇත. දරුවා පිළිබඳව නිතරම සොයා බලනුයේ පියා ය. සාමාන්‍ය පාසලකට උදය වරුව සහභාගි වන මෙම දරුවා

සවස් වරුව සඳහා අප පාසල වෙත පැමිණෙන්නේ ඔහුව බලාගන්නා අයෙකු සමගිනි. නිවසේ තවත් මෙහෙකරුවන් තිදෙනෙකු සිටින බව ද දැනගන්නට ලැබුණි. තවද ඔහුට කුඩා සහෝදර සහෝදරියන් දෙදෙනෙකු සිටින නිසාවෙන් ඔහුගේ මවගේ අවධානය ඔහු වෙතින් ගිලිහී ගොසිනි. මාගේ නිරීක්ෂණ අවධිය තුළ දරුවා බලාගන්නා පුද්ගලයන් දෙදෙනෙකු මාරු වීමද විශේෂයෙන් දැක්විය යුතු කරුණකි. ඉන් එක් අයෙකු දරුවාට තදින් සැර වැර කරමින් තරවටු කරනු ද මා හට නිරීක්ෂණය වූ බවද පැවසිය යුතුය. මාගේ රංග චිකිත්සන පර්යේෂණය සඳහා මෙම දරුවා පාදක කර ගැනීම සඳහා ඔහුට සැකසී තිබෙන මේ වටපිටාව හා එම සිදු වූ සිදුවීම් කිව යුතුමය.

දරුවා එක් දිනක් ඉතා දරුණු ලෙස හැසිරෙන්නට විය. රැකබලා ගන්නිය හා පංතිභාර ගුරුවරිය ද දරුවා සන්සුන් කරගැනීම සඳහා ඉතා වෙහෙසක් ගෙන ක්‍රියා කරනු ද දක්නට ලැබුණි. අතින් අල්ලාගෙන හෝ කැඳවාගෙන කිසිදු නිසංසල ස්ථානයකට ඔහුව ගෙන යාම ඉතා අපහසු වුණි. ඔහුව මම එක් වරම එම ඝෝෂාකාරී ස්ථානයෙන් මුදවා සෞන්දර්යය කාමරය වෙත රැගෙන ගියෙමි. ඉන් පසුව මා ඔහුට එහි නිදහසේ රැඳීමට ඉඩ දී මඳක් නිහඬව පසකට වුණි. දොර වසා ඔහුගේ මේ දිගින් දිගටම කෙරුණු දරුණු කෑ ගැසීමේ ශබ්දය පිටතට යාම අවම කළෙමි. ඉන් ඔහු පිළිබඳව අන් අයගේ අවධානය අඩු කෙරුණු අතර අවට සිටි පිරිස එම ස්ථානයෙන් විසුරුවා හැරීමට ද මා කටයුතු කළෙමි. මඳ වේලාවකින් දරුවා නිහඬ විය. තවද ඉන් මා කෙරේ දරුවාගේ කිසිදු අවධානයක් යොමුකරවා ගැනීමට හැකියාවක් ලැබුණේ නැති අතර ඔහු දැඩි ලෙස නිහඬ වූ පසු මා ඔහුට සමු දුන්නේ ඔහුගේ අතට "හොඳ පුතා" යන්න සටහන් කොට හිනා මුහුණක් අඳින ලද කොළ කැබැල්ලක් ලබා දීමෙන් අනතුරුවයි. මා හට තිබුණු බලවත්ම ගැටළුව නම් ඔහු මා සමඟ කිසිදු අයුරකින් සන්නිවේදනය නොකිරීමයි.

II. පියවර

මීළඟ දිනයේ දී දරුවා පංතියට එන විටම දරුවාගේ ඇති විමසිලිමත් බව දක්නට ලැබුණා. අවට ඇති දේ සහ ගුරුවරයා දෙස ඉතා විමසිල්ලෙන් යුතුව බැලූ දරුවා පෙර දින සේම කලබලකාරී වුණි. එකතැන රඳවා ගැනීම ඉතා අපහසු නිසා දරුවාගේ කැමති ස්ථාන වෙත යාම සිදු කළෙමි.

දරුවා බිම හිඳගත් අතර මා ද බිම හිඳගෙන ඔහුව කැටපත් කිරීම ආරම්භ කළෙමි. මුල් ඉරියව් කිහිපය පසු කරත්ම දරුවා ඉතා විමසිල්ලෙන් දෑස් විශාල කර මා දෙස බලා සිටින්නට වුණි. ඔහු නැගිට ගොස් පුටුවක වාඩි වී නැවත මා හට අවස්ථාව දෙමින් විවිධ ඉරියව් මතු කරන්නට වුණි.

ඉලක්ක ගත ක්‍රියාකාරකම් දියත් කරන විට දරුවා ඉතා ඕනෑකමින් මා වෙත බැඳී ඉතා උනන්දුවෙන් හා උද්යෝගයෙන් කැටපත් ක්‍රියාකාරකම් සිදු කරන ලද අතර දින කිහිපයක් ගිය විට කැටපත් ඉගෙනුම් ප්‍රවේශයේ ඇති විශ්මයජනක බව සාධනය වන්නට පටන්ගත් අතර නොකඩවා මාස 1 1/2 ක් පමණ මෙම ක්‍රමය අත්හදා බලන ලදි.

දරුවාගේ හඬ, ක්‍රියා, චලන කැටපත් කරමින් ඔහු හා ඇසට ඇස සම්බන්ධතාව පවත්වා ගැනීම ඉතා වැදගත් ය. තමාගේ ක්‍රියා විලාශය කැටපත් වන බව දැනෙන විට දරුවා ප්‍රතිචාරාත්මක ලෙස බැල්ම හෙලයි. දරුවා ඊට යොමු කර ගැනීමට අත් පා සඳහා සියුම් උත්තේජන ලෙස අයිස් තැබීම, කිති කැවීම ආදි දේ ලබා දීය හැකිය. කැටපත් ඉගෙනුම් ප්‍රවේශය හරහා දරුවාගේ කැටපත් නියුරෝන සක්‍රීය කෙරෙයි. මොළයට අවශ්‍ය පණිවිඩ ගෙනයාම එවිට යථා තත්වයට පත් වේ. දරුවාට තමා වටා සිදුවන දේ ට නිසි ප්‍රතිචාර දක්වන්නට ඉන් පහසුව සැලසේ.

දරුවා සමඟ සිදු කල ක්‍රියාකාරකම්

- සියුම් සංගීත නාදයක් පසුබිමෙන් ඇසීමට සැලැස් වීම.
- දරුවාට ගැළපෙන සක්‍රීය ඇඟ උණුසුම් කිරීමේ ක්‍රීඩා සිදු කිරීම.
- මුහුණේ ඉරියව් භාවිතයෙන් හැඟීම් ප්‍රකාශණය.
- කටහඬ කැටපත් කරණය
- විවිධ සංඥා භාවිතය
- කතාන්දර රඟ දැක්වීම.
- ගීතයකට අනුව නර්ථක රිද්ම හුරු කර වීම.
- කුරු හඬ අනුකරණය

- විවිධ සතුන්ගේ හඬ අනුකරණය

- පිංතූර මඟින් නිදහස් ප්‍රකාශණයට ඉඩ දීම.

කැටපත් කරණය

කැටපත්කරණය යන්නට මිනිසාට එතරම් අලුත් සංසිද්ධියක් නොවේ. මන්ද යත් කුඩා අවදියේ පටන් ම තම ජීවන අත්දැකීම් සාක්ෂාත් කර ගැනීමෙහි ලා තව කෙනෙකු අනුකරණය, බොහෝ සෙයින් බලපාන බැවිණි. කුඩා කළ දරුවකුගේ හඬ, හැසිරීම්, ජීවන පුරුදු, සහ සිනහව පවා තමා අවට සිටින කුමන හෝ අයෙකු අනුකරණය මඟින් උකහා ගත්තක් වේ. එනම් කැටපත්කරණය යනු අපට අලුත් දෙයක් නොවේ.

කැටපත්කරණය මඟින් එකිනෙකා අතර මනා සබඳතාවක් ඇති වේ. එලෙස වෙනත් අයෙකු පිළිබඳව අවබෝධාත්මකව කටයුතු කරන්නට ඇති හැකියාව ස්ටැනිස්ලව්ස්කිගේ Magic If න්‍යාය හා කැටපත් නියුරෝන සම්බන්ධ කොට විටෝරියෝ ගැලීස් පැහැදිලි කළේ ය. කැටපත් නියුරෝන අක්‍රීය තත්වයට පැමිණි විට දරුවකුට තමන්ට ඇසෙන දේට, තමන් දකින දේට ප්‍රතිචාර දක්වන්නට නොහැකි වේ. අසන පැනයකට පිළිතුරු දෙන්නට, යම් දෙයක් ඉල්ලා සිටින්න ට හෝ යමක් ඇති දිසාවක් පෙන්වන්නට ඔහුට නොහැකි වේ. මේ නිසා යහපත් සන්නිවේදනයක් සඳහා කැටපත් ඉගෙනුම් ප්‍රවේශය මනා දායකත්වයක් සපය යි. රංග චිකිත්සාව තුළ කථනය, ක්‍රීඩාව, රංග පුහුණුව, රිද්මික චලනය, භාව ප්‍රකාශණය, විවිධ නිර්මාණ, චිත්‍ර ඇඳීම, යනාදී සියල්ල කැටපත් ඉගෙනුම් ප්‍රවේශයේ මෙවලම්ය.

මෙලෙස අසමසම මෙවලම් රාශියක් භාවිතා කරමින් සිදුකරන කැටපත් ක්‍රියාකාරකම් සේවා ලාභියාගේ දරුණු හෝ දුක්ඛිත අහිතකර මතකයන් වෙනස් කිරීම අරමුණු කර ගනියි. විශේෂයෙන්ම දරුණු ව්‍යසන අවස්ථාවන් වලදී අක්‍රමතාවට බඳුන් වූවන්ගේ මතකය වෙනස් කිරීමට අවැසි ස්නායු ආවේග සන්නයනය කැටපත් ඉගෙනුම් ප්‍රවේශ ක්‍රියාකාරකම් හරහා කැටපත් නියුරෝන සක්‍රීය තත්වයකට ලඟා කිරීමෙන් සිදුකල හැක.

වර්ධන අක්‍රමිකතා සහිත දරුවන් සඳහා කැටපත් ඉගෙනුම් ප්‍රවේශය මහඟු කාර්යයක් ඉටු කරයි. දරුවා පිළිබඳ හොඳින් නිරීක්ෂණය කොට අවශ්‍ය ආකාරයෙට කැටපත්කරණය ඔස්සේ මැදිහත් වීමෙන් මහඟු ප්‍රතිඵල ලඟා කරගත හැකිය.

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ

රණසිංහ, රවින්ද්‍ර (2015). *මනෝ උපදේශන පසුබිමෙහි රංග චිකිත්සාව*. කර්තෘ ප්‍රකාශනයකි.