

# ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී සමාජයක ගැටුම් නිරාකරණය

එදිනෙදා ව්‍යවහාරය තුළ නිරන්තරයෙන් කියවෙන, ඇසෙන පදයක් ලෙස ගැටුම හැඳින්විය හැකි ය. සෑම සමාජයක ම මෙය දක්නට ලැබේ. මෙය විවිධත්වයේ ප්‍රතිඵලයකි. මිනිසුන් තුළ පවත්නා විවිධත්වය ගැටුම තුළින් පිළිබිඹු වේ. පුද්ගල අරමුණු, අභිලාෂයන්, අවශ්‍යතාවන්ගේ විවිධත්වය මත ගැටුම් නිර්මාණය වේ. මෙම විවිධත්වය භාෂාව, කුලය, ආගම, ප්‍රදේශ ආදිය මුල්කරගෙන ඇති වේ. එම විවිධත්වයේ ප්‍රතිඵල ලෙස පුද්ගලයින් තුළ, පුද්ගලයින් අතර, පුද්ගලයින් හා රාජ්‍ය අතර, රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය අතර ගැටුම් නිර්මාණය වේ.

ගැටුම මඟින් විනාශකාරී ලක්ෂණ මෙන් ම සාධනීය ලක්ෂණ ද දක්නට ලැබේ. සමාජ සංවර්ධන ක්‍රියාවලිය තුළ සාධනීය හා නිර්මාණාත්මක වැඩ කොටසක් ඉටු කරන බලවේගයක් ලෙස ද ගැටුම පෙන්වා දිය හැකි ය. නිදසුනක් ලෙස නොවිසඳී ඇති ප්‍රශ්නයක් හෝ ප්‍රශ්න මාලාවක් වෙනත් ආකාරයකින් ප්‍රකාශයට පත් කිරීමක් මෙ මඟින් සිදු වේ.

## ගැටුමට මුල්වන පුද්ගල මතස

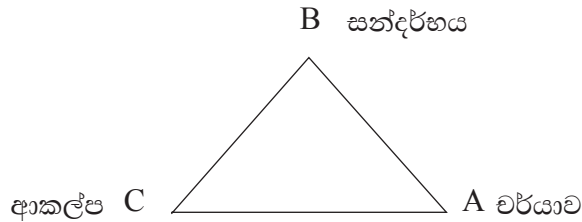
පුද්ගල මතස තුළ ඇතිවන යම් නොරිස්සුම්කාරී තත්ත්වයන් මඟින් ගැටුමක මූලාරම්භය සිදු වේ. එහි ප්‍රතිඵල ලෙස අසහනය, ආතතිය, ක්ෂණික කෝපය, නොරුස්නාකම, ප්‍රවණ්ඩ වචන භාවිතය, කලහකාරී හැසිරීම, කායික පහරදීම ආදී අසාමාන්‍ය වර්ෂා කෙරෙහි යොමු වේ. මෙකී ගැටුම්කාරී මානසික තත්ත්වයන් සමනය කර නොගෙන දිගින් දිගට ම පැවතුනහොත් අවසානයේ මානසික රෝගී තත්ත්වයන් කරා වුව ද ගොදුරු විය හැකි ය.

මෙවැනි ගැටුම්කාරී වර්ෂා සහිත පුද්ගලයින් නිසා පවුල තුළ මෙන් ම, පවුල් අතර, සමාජය තුළ ද ආයතන තුළ ද නිරතුරු ව ගැටුම්කාරී තත්ත්වයන් නිර්මාණය වේ. එය පුද්ගලයාට මෙන් ම සමාජයට ද හානිදයක බැවින් ඒ සඳහා ආරම්භක අවස්ථාවේ දී ම පිළියම් යෙදීම වැදගත් වේ. මේ අනුව ගැටුම ඇතිවීමට පුද්ගල මතස මුල්වන බැවින් මානසික සාමය ඇති කිරීම මඟින් ගැටුම්කාරී ස්වභාවය අවම කිරීම හෝ ඉවත් කිරීම කළ හැකි ය.

- මනසේ සාමය ඇති කර ගැනීම සඳහා යොමු විය හැකි අංශ**
- ආගමික වතාවත් කෙරෙහි යොමු වීම
  - මනෝ විද්‍යාත්මක අභ්‍යාස මඟින්
  - උපදේශනය මඟින්
  - ස්වාභාවික පරිසරය නිරීක්ෂණය මඟින්

## ගැටුම ඇතිවීමට බලපාන මූලික හේතු

ගැටුම් පිළිබඳ ව අධ්‍යයනය කිරීමේ දී යොදා ගනු ලබන ජොහාන් ගැල්ට්ස් විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද ත්‍රිකෝණ අරගල ගැටුම් ආකෘතිය වැදගත් වේ.

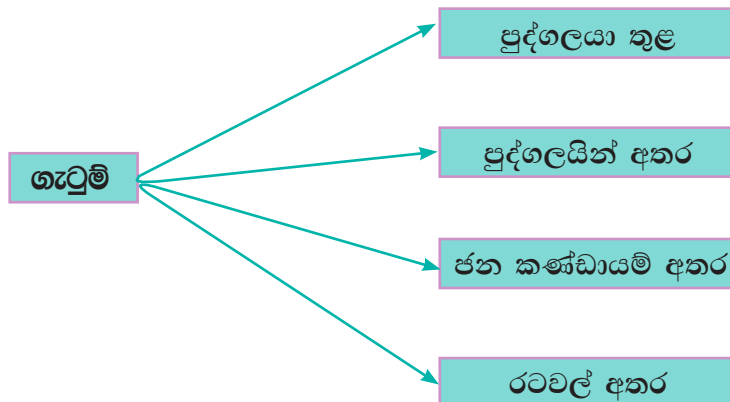


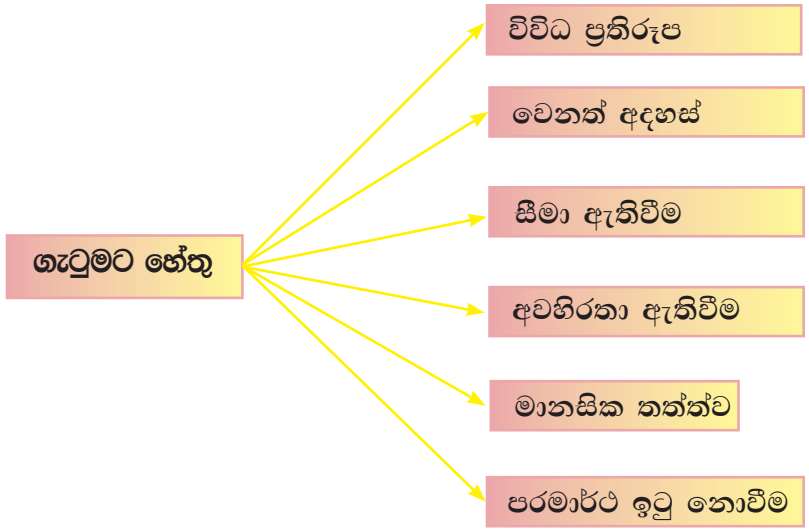
මෙහි සන්දර්භය යනු ගැටුමට පසුබිම් වන තත්ත්වයයි. ඒ යටතේ පාර්ශ්වකරුවන්ගේ අභිලාෂයන් මත හටගත් සම්බන්ධතා මත ගැටුම් ඇති වේ. මේ අනුව සන්දර්භය මගින් ගැටුමට මුල්වන සමාජ, ආර්ථික, දේශපාලන වාතාවරණය පැහැදිලි කරයි.

ආකල්ප යනු ගැටුම නිර්මාණය වීමට බලපාන මනෝ විද්‍යාත්මක සාධකවේ. නොඑසේනම් පාර්ශ්වකරුවන් ඇති කරගන්නා අසත්‍ය හෝ වැරදි අවබෝධයයි. ප්‍රචණ්ඩකාරී ගැටුම් ඇතිවන්නේ පාර්ශ්වකරුවන් ඇති කරගන්නා වැරදි අවබෝධය හේතුවෙනි. ඒ තුළ බිය, සැකය, අපේක්ෂාහිඟත්වය, වෛරය වැනි මානසික තත්ත්වයන් නිර්මාණය වේ. එහි ප්‍රතිඵල ලෙස සතුරු ආකල්ප ඇති වී ගැටුම් නිර්මාණය වේ.

ගැටුම් හා සම්බන්ධ වර්ගාව විවිධාකාර වේ. එය සහයෝගීකාරී හෝ බලහත්කාරී විය හැකි ය. මෙම බලහත්කාරී වර්ගාව ප්‍රචණ්ඩකාරී හෝ විනාශකාරී විය හැකි ය.

## ගැටුම් ඇතිවන පාර්ශ්ව





**ක්‍රියාකාරකම්**

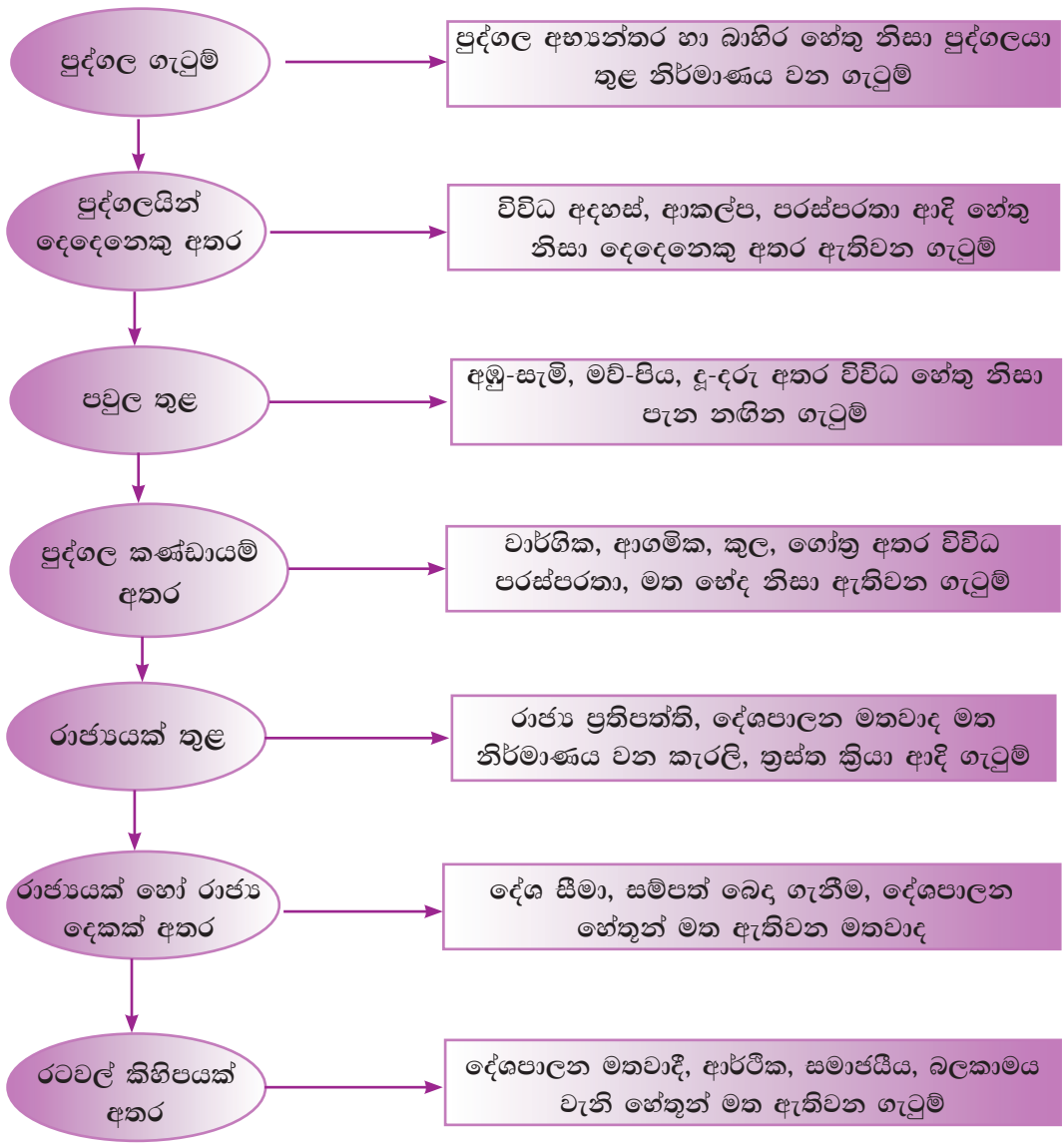
- ඔබ මුහුණ දුන් ගැටුම් අවස්ථාවක් සිහිපත් කරන්න.
- එම ගැටුමට මුල් වූ හේතු මොනවා ද?
- ඉන් ඔබට ලැබුණු අයහපත් ප්‍රතිඵල මොනවා ද?
- එම ගැටුම් අවස්ථාව මග හරවා ගැනීමට ගත හැකි ව තිබූ ක්‍රියාමාර්ග සාකච්ඡා කරන්න.

**ගැටුම් වර්ග**

ගැටුම් වර්ග පිළිබඳ ව අධ්‍යයනය කිරීමේ දී එය විවිධ ස්වරූප අනුව හඳුනා ගත හැකි ය.

පහත දැක්වෙන සටහනට අනුව ගැටුම් වර්ග පුළුල් ලෙස ප්‍රධාන ක්ෂේත්‍ර දෙකක් ඔස්සේ අධ්‍යයනය කළ හැකි ය. එනම්,

- අභ්‍යන්තර ගැටුම්
- අන්තර්ජාතික ගැටුම්



**අභ්‍යන්තර ගැටුම්**

යම් රටක ජීවත්වන ජනතාව තුළ දැකිය හැකි පුද්ගල ගැටුම් හා සමාජයීය ගැටුම් අභ්‍යන්තර ගැටුම් ලෙස හඳුන්වයි. මෙම ගැටුම් සාර්ව ගැටුම් හා සුක්ෂ්ම ගැටුම් ලෙසට තවදුරටත් වර්ග කළ හැකි ය. ජාතික මට්ටමින් නැතිනම් පුළුල් මට්ටමින් පවතින ගැටුම්කාරී තත්ත්ව සාර්ව ගැටුම් ලෙස සැලකේ. නිදසුන් ලෙස ජනවර්ග අතර, ආගම් අතර, ජාතික වෘත්තීය සමිති අතර පැන නගින ගැටුම් පෙන්වා දිය හැකි ය. පුද්ගලයා තුළ, පුද්ගලයින් අතර, පවුල තුළ, පවුල් අතර ඇතිවන ගැටුම් සුක්ෂ්ම ගැටුම් ලෙස හැඳින්විය හැකි ය. සුක්ෂ්ම ගැටුම්වලට නිදසුන් ලෙස අපේක්ෂාහිඟත්වය නිසා

පුද්ගලයා තුළ ඇතිවන මානසික ගැටුම්, ආර්ථික ප්‍රශ්න නිසා පවුල තුළ ඇතිවන ගැටුම් ගහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය, ඉඩම් ආරවුල් ආදිය දැක්විය හැකි ය.

මෙම ගැටුම් ඇතිවීම කෙරෙහි පුද්ගල මට්ටමේ හේතු මෙන් ම ජාතික මට්ටමේ හේතු ද එක සේ බලපායි. ඒ අනුව පුද්ගල මට්ටමේ ගැටුම් විසඳා නොගෙන ජාතික මට්ටමේ ගැටුම් විසඳිය නොහැකි අතර, ජාතික මට්ටමේ ගැටුම් විසඳා නොගෙන පුද්ගල මට්ටමේ ගැටුම් ද විසඳිය නොහැකි බව මින් අවබෝධ වේ. ගැටුම් විසඳීමේ දී ගැටුම් තුළ පවතින පුද්ගල හා ජාතික මට්ටමේ පවතින සම්බන්ධතාව පිළිබඳ මනා වැටහීමක් හා අවබෝධයක් පැවතීම වැදගත් වේ.

### අන්තර්ජාතික ගැටුම්

රටවල් අතර පවත්නා ගැටුම් අන්තර්ජාතික ගැටුම් ලෙස හඳුන්වයි. මෙම ගැටුම් ප්‍රධාන කොටස් දෙකක් යටතේ දැක්විය හැකි ය.

- මතවාදී ගැටුම්
- යුධමය ගැටුම්

දේශපාලනික හා සමාජ ආර්ථික වශයෙන් පවතින මතවාදී ස්වභාවයන් මුල් කර ගෙන ඇතිවන ගැටුම් මතවාදී ගැටුම් ලෙස හඳුන්වයි. නිදසුන් ලෙස ධනවාදී හා සමාජවාදී බල කඳවුරුවල පැවති ගැටුම්, බටහිර හා පෙරදිග සංස්කෘතීන් අතර පවතින මතභේද සහිත ක්‍රියාවලි, බටහිර ක්‍රිස්තියානි හා මැදපෙරදිග ඉස්ලාමීය රටවල් අතර පවතින මතවාදී ගැටුම් පෙන්වා දිය හැකි ය.

අන්තර්ජාතික ගැටුම් ඇතිවීම කෙරෙහි සම්පත්, ආර්ථික ප්‍රතිලාභ, බල ව්‍යාප්තිය ආදී හේතූන් බලපායි.

අන්තර්ජාතික ගැටුම්වල අවසාන ප්‍රතිඵලය ලෙස යුද්ධ කිරීම දැක්විය හැකි ය. මෙම තත්ත්වය ලෝක මට්ටමින් ද, කලාපීය මට්ටමින් ද, රාජ්‍යයන් අතර ද දැක්නට ලැබේ. I වන හා II වන ලෝක සංග්‍රාම ලෝක මට්ටමින් සිදු වූ අතිබිහිසුණු යුද්ධ වේ. මෙ මඟින් මිනිස් ජීවිත දස ලක්ෂ ගණනින් අහිමි වූ අතර සිදු වූ දේපල හා පරිසර හානි අතිබිහිසුණු ය.



5.1 රූපය - I වන ලෝක සංග්‍රාමයේ අවස්ථාවක්



5.2 රූපය - II වන ලෝක සංග්‍රාමයේ අවස්ථාවක්

වර්තමානයේ ලෝක මට්ටමින් සිදුවන මහා සංග්‍රාම නොමැති වුව ද රටවල් අතර පවතින යුද්ධ රැසක් අද දක්වා ම පවතී. නිදසුන් ලෙස ඊශ්‍රායලය හා පලස්තීන යුද්ධය, ඉන්දු-පාකිස්ථාන යුද්ධය, ඇෆ්ගනිස්ථානය, ලිබියාව, කුර්කිය, සිරියාවට එරෙහි ඇමෙරිකාව ප්‍රමුඛ යුරෝපා ප්‍රජාව මැදිහත් වී කරන යුද්ධ පෙන්වා දිය හැකි ය.



5.3 රූපය - ගාසා නිරයේ කොටසක්



5.4 රූපය - ලිබියා යුද්ධයේ අවස්ථාවක්



5.5 රූපය - සිරියා යුද්ධයේ බිහිසුණු බව

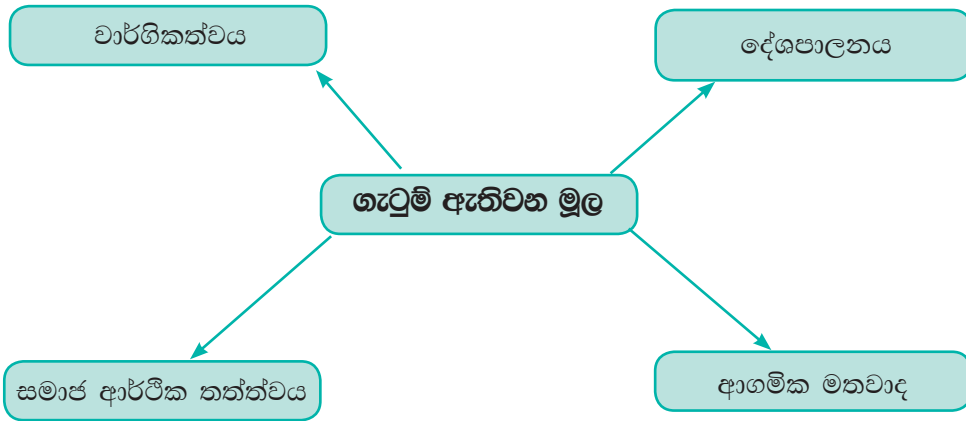
### ක්‍රියාකාරකම්

වර්තමානයේ රටවල් අතර පවතින යුද්ධයක් පිළිබඳ ව පහත සඳහන් තොරතුරු රැස්කර ඉදිරිපත් කරන්න.

- යුද්ධයට මැදිහත් වී ඇති රටවල්
- යුද්ධය ඇති වීමට හේතු
- සාමය සඳහා ගෙන ඇති ක්‍රියා මාර්ග

### ගැටුම් ඇතිවන මූල

ගැටුම් ඇතිවීම කෙරෙහි බලපාන ප්‍රධාන මූල ලෙස වාර්ගිකත්වය, දේශපාලන මතවාද, ආගමික මතවාද හා සමාජ ආර්ථික ගැටලු පෙන්වා දිය හැකි ය. එය පහත සටහන මගින් නිරූපණය වේ.



වාර්ගිකත්වය —————> කුලය උදා:- රුවන්ඩාවේ ධුට්සිවරු හා හුටුවරු අතර ඇතිවූ ගෝත්‍රික ගැටුම  
 —————> ගෝත්‍ර  
 —————> මතවාද  
 —————> කායික ස්වභාවය - උදා:- දකුණු අප්‍රිකාවේ වර්ණභේද ගැටුම  
 —————> සමාජ ස්තර

දේශපාලන —————> දේශසීමා උදා:- ඊශ්‍රායල, පලස්තීන ගැටුම  
 —————> බල ව්‍යාප්තිය උදා:- බටහිර ධනවාදීන් හා සෝවියට් දේශය සමඟ ගැටුම

සමාජ ආර්ථික තත්ත්වය —————> දරිද්‍රතාව උදා: සෝමාලියාව, ඉතියෝපියා ගැටුම  
 —————> වෙළෙඳපොළ උදා:- ආර්ථික සම්බාධක පැනවීම  
 —————> සම්පත් උදා:- මැදපෙරදිග අර්බුදය

ආගමික මතවාද —————> නිකාය භේදය උදා:- අයර්ලන්ත යුද්ධය  
 —————> ආගම් අතර උදා:- කුරුස යුද්ධය

**ක්‍රියාකාරකම්**

- ඉහත සටහන ඇසුරින් ගැටුම් ඇතිවීමට බලපාන එක් මූලයක් තෝරාගෙන වර්තමානයේ යුද්ධමය ක්‍රියාදාමයක් පවතින නිදසුනක් ඇසුරින් එය පැහැදිලි කරන්න.
- යුද්ධයේ ඇති බිහිසුණුබව හා සාමයෙහි ඇති අවශ්‍යතාව නිරූපණය වන පෝස්ටරයක් නිර්මාණය කරන්න.

## ගැටුම් නිරාකරණය කිරීමේ ක්‍රම

ගැටුමක් නිර්මාණය වීම සඳහා පුද්ගලයින් තුළ ඇතිවන නොරිස්සුම හා මතභේදය මූලික වශයෙන් හේතු පාදක වේ. එම තත්ත්වය ගැටුමකට යා නොදී ආරම්භක අවස්ථාවේ දී ම පිළියම් යෙදීම මඟින් ගැටුම් මග හරවා ගත හැකි ය. මේ සඳහා පුද්ගලයින්ට හා විවිධ පාර්ශ්වවලට ක්‍රම රැසක් අනුගමනය කළ හැකි ය.

ගැටුම් නිරාකරණය සඳහා යොදා ගත හැකි හොඳ ම ක්‍රමවේදයක් ලෙස ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ව කටයුතු කිරීම පෙන්වා දිය හැකි ය. ගැටුමකට හෝ මතභේදයකට ලක් වී ඇති පුද්ගල පාර්ශ්වයන්ගේ අදහස් සැලකිල්ලට ගනිමින් තීරණ තීන්දු ගැනීම මින් අදහස් වේ. මෙය පුද්ගලයකු මෙන් ම පවුලක්, රටක්, ජාතියක්, ජාත්‍යන්තරය සම්බන්ධයෙන් ද එක සේ වැදගත් වේ.

යම් පුද්ගලයකු හෝ පිරිසක් අතර මතභේදයක් පවතින විට එයට සංවේදී නොවී සිටීමෙන් එය ගැටුමක් කරා අවතීර්ණ විය හැකි ය. එබැවින් අදාළ පාර්ශ්ව සමග මනා සන්නිවේදනයක් ඇති කර ගැනීමෙන් එකී මතභේදකාරී තත්ත්වය ප්‍රචණ්ඩකාරී තත්ත්වයන්ට යා නොදී පාලනය කර ගැනීමේ හැකියාව මෙමඟින් හැකි වනු ඇත.

ගැටුමකින් ඇති වන ප්‍රතිඵල පුද්ගලයාට මෙන් ම සමාජයට ද අහිතකර බැවින් ගැටුම් නිරාකරණයට මැදිහත්වීම වැදගත් වේ. සමාජය තුළ පවතින ගැටුම් විවිධ ස්වරූපයන් හා විවිධ මට්ටම්වලින් සමන්විත වේ. ගැටුම් නිරාකරණය කිරීමේ දී වර්තමානයේ ගැටුමේ පවතින ස්වරූපය තේරුම් ගැනීම වැදගත් වේ. ඒ අනුව එයට ගැලපෙන විවිධ ක්‍රම කෙරෙහි අවධානය යොමු කළ යුතු වේ. මේ සඳහා යොදා ගත හැකි ක්‍රම ලෙස සාකච්ඡා කිරීම, කේවල් කිරීම හා සහමන්ත්‍රණය, මැදිහත්කරණය, සමථකරණය, බේරුම් කිරීම, විනිසීම, උපදේශනය වැනි ක්‍රම වැදගත් වේ.

### සාකච්ඡා කිරීම

ගැටුම් නිරාකරණය සඳහා යොදා ගනු ලබන මූලික ම ක්‍රමය සාකච්ඡා කිරීම වේ. ගැටුමකට මුල් වූ පාර්ශ්ව දෙක සෘජු ව හෝ වෙනත් මැදිහත්කමකින් ගැටුම් විසඳා ගැනීම මෙ මඟින් සිදු වේ. දෙපාර්ශ්වයට ම “ජය - ජය” විසඳුම් මෙ මඟින් ලබා ගත හැකි ය.

### සාකච්ඡා ක්‍රමයේ ගති ලක්ෂණ

- සාකච්ඡාවෙන් විසඳුම් කරා යොමුවීම
- පෞද්ගලික හෝ විශ්වසනීය මට්ටමින් සිදුවීම
- ක්ෂණික විසඳුම් ලැබීම
- වියදම් අවම ක්‍රමයක් වීම
- අවිධිමත් ව්‍යුහයකින් යුක්ත වීම
- දෙපාර්ශ්වයටම “ජය - ජය” විසඳුම් ලැබීම



## සාකච්ඡා ක්‍රමය යොදා ගත හැකි අවස්ථා

- පෞද්ගලික ගැටුම්
- පවුලේ ගැටුම්
- දේපළ ආරවුල්
- ආයතනික ගැටුම්
- ආයතන අතර ගැටුම්
- රට තුළ හා රටවල් අතර ගැටුම්

### ක්‍රියාකාරකම

- ඔබේ පාසලේ/පන්ති කාමරයේ සිසුන් අතර නිරතුරු ව පැන නඟින ගැටුම් අවස්ථාවක් තෝරා ගෙන එය විසඳීම සඳහා සාකච්ඡා ක්‍රමය යොදා ගන්නා ආකාරය භූමිකා රංගනයක් මගින් ඉදිරිපත් කරන්න.

## සහමන්ත්‍රණය හා කේවල් කිරීම

වෘත්තීය ක්ෂේත්‍රය තුළ සේවය සේවක දෙපාර්ශ්වය වෘත්තීය ගැටලු ඇති වූ අවස්ථාවල එය විසඳා ගැනීම සඳහා ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ව ආරවුල් විසඳා ගැනීමට මෙම ක්‍රමය යොදා ගනියි. මෙහිදී ගැටුමට සම්බන්ධ පාර්ශ්ව ඔවුනොවුන්ගේ ඉල්ලීම් සම්බන්ධ ව සාකච්ඡා කර විසඳුමකට ළඟා වේ. මෙම ක්‍රියාවලියේ දී ආරවුල් ඇතිවන අවස්ථාවල දී මෙන් ම එකඟ නොවන අවස්ථාවල දී දෙපාර්ශ්වය ඉවත් වී විරෝධය පෑම විශේෂ ලක්ෂණයකි. අවසානයේ දී දෙපාර්ශ්වය තම තමන්ගේ ඉල්ලීම් සලකා බලා යම් යම් තීරණවලට එකඟ වී ගැටුම් විසඳා ගනී.

කාර්මික ආරවුල්, වතු කම්කරු ආරවුල්, වෘත්තීය සමිති සහසම්මන්ත්‍රණය හා කේවල් කිරීම බහුල ව භාවිත කරයි.

## කේවල් ක්‍රමයේ ලක්ෂණ

- කණ්ඩායම් ක්‍රියාවලියකි
- සේවක - සේවය දෙපාර්ශ්වයකින් යුක්ත වීම
- සාකච්ඡා මේසයේ දී මූණ ගැසී සාකච්ඡා කිරීම
- අන්‍යෝන්‍ය එකඟත්වය මත සිදුවීම
- විධිමත් ක්‍රියාවලියකින් යුක්ත වීම
- සේවා කොන්දේසි වෙනන හා සම්බන්ධ ක්‍රියාත්මක වේ

- ඉල්ලීම්වලින් කේවල් කිරීම ආරම්භ වීම
- එකඟත්ව ගිවිසුමකින් කේවල් කිරීම අවසන් වේ

### ක්‍රියාකාරකම්

- කේවල්කරණයෙහි ඇති විශේෂ ලක්ෂණ කිහිපයක් පැහැදිලි කරන්න.
- සේවක - සේවා දෙපාර්ශ්වයට ගැටුම් විසඳා ගැනීමේ දී කේවල් කිරීම යොදා ගැනීමෙන් ලැබෙන වාසි පැහැදිලි කරන්න.

### මැදිහත්කරණය

පුද්ගලයින් දෙදෙනෙකු අතර හෝ කණ්ඩායම් දෙකක් අතර හෝ ජන කණ්ඩායම් අතර හෝ රටවල් දෙකක් අතර ගැටුමක් විසඳා ගැනීමට සාකච්ඡා ක්‍රමය මඟින් අපොහොසත් ව සිටින විට එය විසඳා ගැනීමට උපකාර කිරීම මැදිහත්කරණය ලෙස හැඳින්වේ. මෙය යුද්ධමය නොවන සාමකාමී මැදිහත්වීමකි. මේ සඳහා වෘත්තීය මැදිහත්කරුවන්, ගැටුම් නිරාකරණ විශේෂඥයින්, ගැටුමේ නිරත වූ පිළිගත හැකි සාමාජිකයින් හා බාහිර පාර්ශ්වයන් යොදා ගත හැකි ය.

### මැදිහත්කරුවෙකු තෝරා ගැනීමේදී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු

- දෙපාර්ශ්වය ම පිළිගන්නා අපක්ෂපාති පුද්ගලයකු වීම
- ගැටුම පිළිබඳ පූර්ණ අවබෝධයක් ඇති අයෙකු වීම
- තමාගේ විසඳුම්, තීන්දු ඔවුන් මත පටවන්නකු නොවීම
- දෙපාර්ශ්වයට ම බලපෑම් එල්ල නොකිරීම
- දෙපාර්ශ්වයේ ම එකඟතාව මත විසඳුම් කරා යොමු කරවීම
- සෘජු ව මුණ ගැසීමට නොහැකි අවස්ථාවල වෙන වෙන ම හමු වී අදහස් ලබාගෙන දෙපාර්ශ්වයට ම සන්තිවේදනය කිරීම
- නම්‍යශීලී විසඳුම් කරා යොමු කර “ජය - ජය” විසඳුම් ලබා දීම

### මැදිහත්කරුවකු තුළ පැවතිය යුතු ගුණාංග

- හොඳ සවන් දෙන්නකු වීම
- විශ්වාසවන්තභාවය
- කැපවීම
- අවංක වීම
- අපක්ෂපාතීත්වය
- මධ්‍යස්ථභාවය
- විචාරශීලී හා නිර්මාණශීලීඛව

## මැදිහත්කරණය යොදා ගත හැකි අවස්ථා

- පවුල් ආරවුල් (උදා:- ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය)
- පාරිභෝගික හා වෙළෙඳ ආරවුල් (උදා:- ප්‍රමිතියෙන් තොර භාණ්ඩ සම්බන්ධයෙන්)
- කුලී නිවැසියන් හා අයිතිකරු අතර ආරවුල් (උදා:- කුලී නිවැසියන් ඉවත් කිරීම)
- සේවා - සේවක ආරවුල් (උදා:- වැටුප් හා අතිකාල දීමනා සම්බන්ධ ආරවුල්)
- වැඩිහිටි මණ්ඩල (උදා:- දරුවන් හා වයස්ගත දෙමාපියන් අතර ගැටුම්)
- ජාතීන් අතර පවතින ගැටුම්
- රටවල් අතර පවතින ගැටුම් විසඳීම සඳහා

### ක්‍රියාකාරකම්

- මැදිහත්කරණ ක්‍රම වේදයේ විශේෂ ලක්ෂණ කිහිපයක් ලියන්න.
- ගැටුම් විසඳා ගැනීම සඳහා මැදිහත්කරණයෙන් ලැබෙන ප්‍රයෝජන පැහැදිලි කරන්න.
- ඔබේ පාසලේ/පන්තියේ මිතුරන් අතර ඇතිවන ගැටුම්කාරී අවස්ථාවක් තෝරාගෙන එය විසඳීමට මැදිහත්කරුවෙකු වශයෙන් දැයක වන්න. එය විසඳීමට ගත් ක්‍රියා මාර්ග පැහැදිලි කරන්න.

## සමථකරණය

සමථකරණය යනු ගැටුමක් හෝ මතභේදයක් විසඳීම සඳහා යොමු කරවන මැදිහත් වීමකි. මෙය අවසන් විසඳුමක් නොවේ. සමථකරු පුද්ගලයකු හෝ කණ්ඩායමක් විය හැකි ය. ගැටුම් නිරාකරණය සඳහා ප්‍රතිවිරුද්ධ පාර්ශ්ව සමඟ සාකච්ඡා මඟින් විසඳුම් කරා යොමු කර ගැනීමට මෙ මඟින් හැකි වේ. ගැටුම් අවස්ථාවක් පාදක කර ගෙන එක් පාර්ශ්වයකටවත් ජය - පරාජය ලබා ගත නොහැකි ව පසුවන අවස්ථාවක දී සමථකරණ ක්‍රමවේදය භාවිත කළ හැකි ය. සමථකරු ගැටුම නිරාකරණය සඳහා යොමු වන්නේ එක් පාර්ශ්වයක ඉල්ලීම මත හෝ වෙනත් අයෙකුගේ ඉල්ලීම මත හෝ පාර්ශ්වයක ඉල්ලීම මත විය හැකි ය.

## සමථකරුගේ කාර්යය

- ප්‍රතිවිරුද්ධ පක්ෂයන් අතර සංවාදයක් ඇති කිරීම
- ගැටුමට තුඩු දී ඇති හේතු පිළිබඳ ව විග්‍රහ කිරීමට මූල පිරීම
- ගැටුමට තුඩු දී ඇති කරුණු පිළිබඳ ව සෘජු හෝ වක්‍ර වශයෙන් සාකච්ඡා ඇති කිරීම
- ප්‍රතිවිරුද්ධ පාර්ශ්වයන් අතර වෙනස්කම් සහ පරතරය අඩු කිරීමට ක්‍රියා කිරීම
- සම්මුතීන්ට එළඹීමට අවශ්‍ය වැඩ පිළිවෙළක් යෝජනා කිරීම

සමථකරණය සඳහා නීත්‍යානුකූල ආයතනයක් ලෙස අධිකරණ අමාත්‍යාංශය මගින් සමථ මණ්ඩලය ස්ථාපිත කොට ඇත. මේ මගින් ගැටුම්කාරී අවස්ථා, සුළු වැරදි, පවුල් ආරවුල් ආදිය නඩු මාර්ගයට පිවිසීමට ප්‍රථම විසඳීම සඳහා යොමු වී ඇත. මෙවැනි සමථ මණ්ඩල රැසක් ප්‍රාදේශීය මට්ටමින් පිහිටුවා ඇත.

### සමථකරණය යොදා ගත හැකි අවස්ථා

- පවුල් ආරවුල් විසඳීමට
- කම්කරු ආරවුල් විසඳීමට
- පුද්ගල කණ්ඩායම් අතර පවතින ආරවුල් විසඳීම
- පොදු දේපළ සම්බන්ධ ව පවතින ආරවුල්
- සුළු වැරදි විසඳීම. උදා:- නින්දා අපහාස කිරීම්, අවවාද දීම්, දේපළවලට හානි කිරීම

#### ක්‍රියාකාරකම්

- ඔබ ප්‍රදේශයේ සමථ මණ්ඩලය රැස්වන අවස්ථාවක් නිරීක්ෂණය සඳහා සහභාගි වන්න.
- එහි දී සිදුකරන ක්‍රියාවලිය හොඳින් අධ්‍යයනය කර වාර්තාවක් පිළියෙල කරන්න.

### බේරුම් කිරීම

යම් ගැටුමකට මැදිවී සිටින පාර්ශ්වකරුවන්ගේ කැමැත්ත මත ගැටුම විසඳා ගැනීම සඳහා මැදිහත්කරණ විධි ක්‍රමයක් ලෙස බේරුම් කිරීම හැඳින්විය හැකි ය. ඒ සඳහා තෝරා ගනු ලබන විශේෂඥ පුද්ගලයා බේරුම්කරු ලෙස හඳුන්වයි. ගැටුමට ලක්වී ඇති පාර්ශ්ව දෙකෙහි ම ප්‍රශ්න හා ගැටලුවලට සවන් දී අනතුරු ව නිවැරදි පාර්ශ්වය තේරුම් කරනු ලබයි. දෙපාර්ශ්වය ම විනිශ්චයකරුවාගෙන් විසඳුම් ලබා ගැනීමට අපේක්ෂා කළ ද එක් පාර්ශ්වයක් පමණක් ජයග්‍රහණය කිරීම මෙහි විශේෂ ලක්ෂණයකි.

### බේරුම්කරුවකු සතු විය යුතු ගුණාංග

- හොඳින් සවන් දීම
- පක්ෂග්‍රාහී නොවීම
- මධ්‍යස්ථ වීම
- නිවැරදි තීරණ ගැනීම
- විවාරශීලී හා නිර්මාණශීලී බව
- යමක් අර්ථවත් ව පැහැදිලි කිරීමේ හැකියාව
- සාධාරණභාවය

## බේරුම් කිරීම යොදා ගත හැකි අවස්ථා

- කාර්මික ආරවුල් විසඳීම
- සේවක වැටුප් හා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ගැටුම්
- සේවක ගැටුම්
- විනය පරීක්ෂණ
- මුදල් පිළිබඳ ආරවුල්

### ක්‍රියාකාරකම්

- බේරුම්කරණය මඟින් ගැටුම් විසඳා ගැනීම දැක්වෙන භූමිකා රංගනයක් ඉදිරිපත් කරන්න.
- ගැටුම් විසඳා ගැනීමට බේරුම්කරණය මඟින් ලැබෙන වාසි හා අවාසි සාකච්ඡා කරන්න.

## විනිසීම

ගැටුම් නිරාකරණය සඳහා යොදා ගනු ලබන සාම්ප්‍රදායික ක්‍රමය විනිසීමයි. නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන අධිකරණයක හෝ ඒ හා සමගාමී බලයක් සහිත ආයතනයක් ඇසුරින් නඩු පැවරීම ගැටුමට අදාළ පාර්ශ්වවලට සමථයකට එන ලෙස මෙහි දී පළමුව ප්‍රකාශ කරන අතර එකඟ නොවන විට නඩු විභාගයට යාම මඟින් ගැටුම නිරාකරණය කරයි. අධිකරණය දෙනු ලබන තීන්දුව අවසාන තීරණය වන අතර පරාජය වන පාර්ශ්වයට ඉහළ අධිකරණයකට අභියාචනා කිරීමේ හැකියාව ඇත.

## විනිසීමේ ක්‍රියාවලියේ ලක්ෂණ

- සාකච්ඡාවෙන් දෙපාර්ශ්වයට ම ඉවත් විය නොහැක.
- විත්තිකරු අධිකරණයෙහි පෙනී සිටිය යුතු ය.
- සාක්ෂි දීම, නඩු ඇසීම විධිමත් ව සිදු වේ.
- පාර්ශ්ව දෙකට ම සාක්ෂි දීම, වාද කිරීම, හරස් ප්‍රශ්න ඇසීම සඳහා අයිතියක් ඇත.
- නීතියේ ප්‍රතිපාදන අනුව තීරණ දීම.
- උසාවි තීන්දුව අවසානාත්මක වන අතර හැම පාර්ශ්වයක් ම තීන්දුවට බැඳී සිටීම.
- අභියාචනා කිරීමේ හැකියාව.
- නඩුවෙන් පැරදුණු පාර්ශ්ව නඩු ගාස්තු ගෙවිය යුතු ය.



5.6 රූපය - අලුත්කඩේ උසාවි සංකීර්ණය

### ක්‍රියාකාරකම්

- ගැටුම් නිරාකරණයේ දී නීතියේ පිහිට පැතීමෙන් සිදුවන වාසි අවාසි සාකච්ඡා කරන්න.
- ඔබ අවට ප්‍රදේශයේ ඇති අධිකරණයක් මගින් ගැටුම් නිරාකරණය කරන ආකාරය නිරීක්ෂණය සඳහා සහභාගි වන්න.

### එකඟත්වයක් ගොඩ නැඟීම

තෙවන පාර්ශ්වයක් මගින් ගැටුමට අදාළ පාර්ශ්ව දෙක එකඟත්වයකට පත් කිරීම මෙ මගින් සිදු වේ. දෙපාර්ශ්වයට එකඟත්වය සහතික කරන ගිවිසුමක් සඳහා අත්සන් කොට ගැටුම් ඇතිවන අවස්ථා පාලනය කිරීම කරනු ලබයි. මෙම එකඟතාවන් ක්‍රියාත්මක වන ආකාරය හා විමසීම සඳහා තෙවන පාර්ශ්වයක් දැයක විම මෙහි විශේෂ ලක්ෂණයකි.

### එකඟත්වයෙන් ගැටුම් විසඳා ගත හැකි අවස්ථා

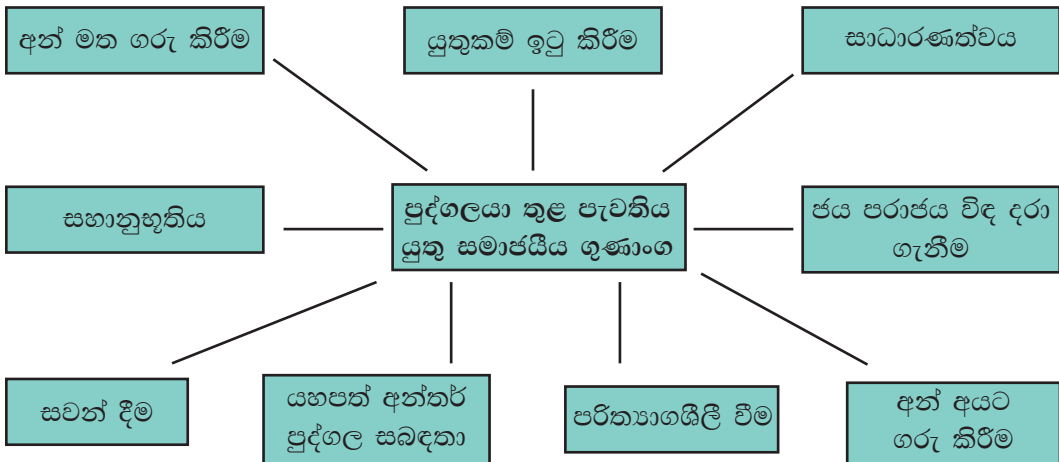
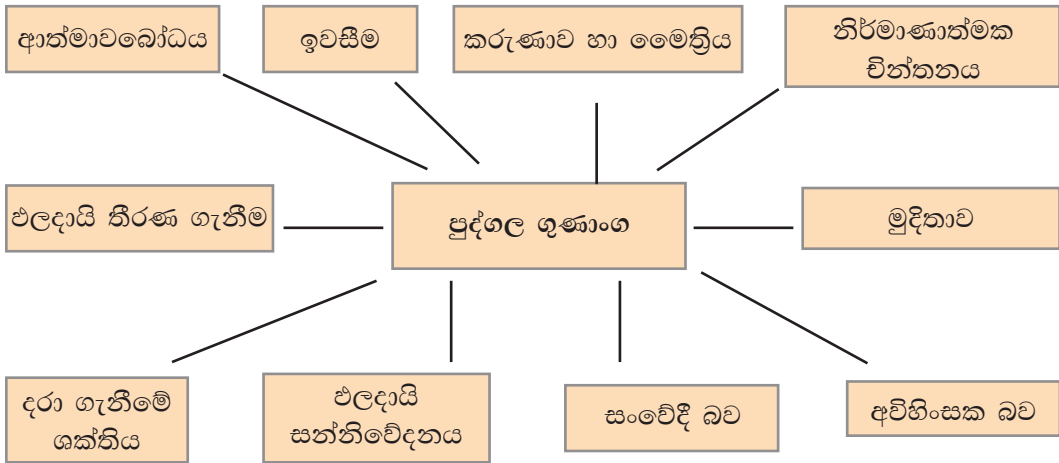
- පවුල් ආරවුල්
- සේවය - සේවක ආරවුල්
- අසල්වාසීන් සමඟ ඇති ආරවුල්
- ආයතන - ආයතන අතර ඇතිවන ආරවුල්
- සමවිය කණ්ඩායම් අතර ඇති ආරවුල්

### උපදේශනය

පුද්ගල ගැටුම් මෙන් ම දෙපාර්ශ්වයක් අතර පවතින ගැටුම්වල දී තෙවන පාර්ශ්වයක් විසින් විවිධාකාරයෙන් පහසුකම් සපයා උපදෙස් හා මග පෙන්වීම් ලබා දෙමින් ගැටුම් නිරාකරණයට යොමු වීම උපදේශනයයි. මෙහි දී විකල්ප විසඳුම් කරා පාර්ශ්වකරුවන් යොමු කිරීම, ගැටුමින් ඇතිවන ප්‍රතිඵල හා පීඩාකාරී ස්වභාවයන් පිළිබඳ ව දෙපාර්ශ්වය ම දැනුවත් කිරීම, ගැටුම් ලිහිල් කිරීම සඳහා පාර්ශ්වකරුවන් යොමු කරවීම මෙ මගින් සිදු වේ.

### ගැටුම් නිරාකරණය සඳහා පුරවැසියෙකු සතු විය යුතු ගුණාංග

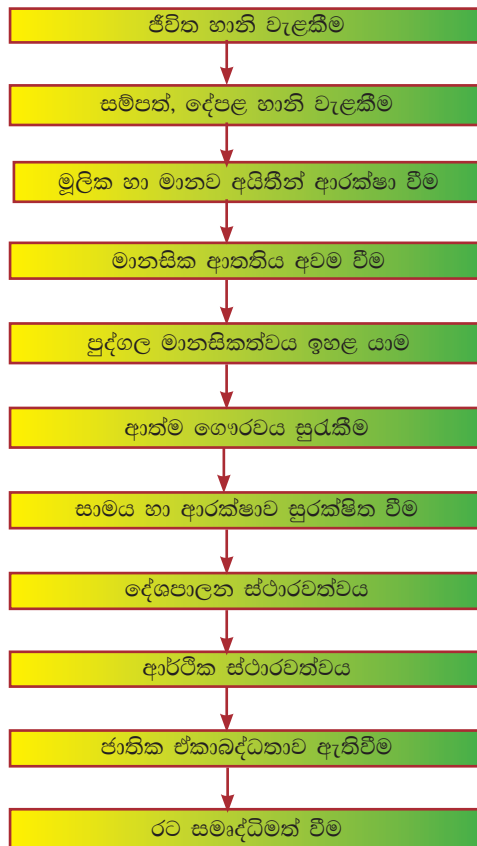
සමාජය තුළ ජීවත්වීමේ දී තමා වෙත එල්ල වන අභියෝග ජය ගැනීම සඳහා පෞද්ගලික හා සමාජීය වශයෙන් වර්ධනය කර ගත යුතු ගුණාංග රැසක් ඇත. ඒ සඳහා ප්‍රගුණ කර ගත යුතු ගුණාංග පහත සටහන් මගින් දැක්වේ.



### ක්‍රියාකාරකම්

- මොහොතක් දෙනෙත් පියාගෙන කිහිපවතාවක් හොඳින් ආශ්වාසයෙහි හා ප්‍රශ්වාසයෙහි යෙදෙන්න.
- ඔබ තුළ ඇති විශිෂ්ට වූ ගුණාංග සිහිපත් කරන්න.
- ඒ පිළිබඳ ව සිතින් සතුටක් ඇති කර ගන්න.
- ඔබ සතු ගුණාංග පිළිබඳ නිර්මාණාත්මක ප්‍රකාශනයක් වික්‍රයක් ඇඳ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.

- ගැටුම් සාමකාමී ව නිරාකරණය කර ගැනීමේ වාසි





ඉහත සටහන අනුව ගැටුම පුද්ගල හා සමාජ පරිහානියට හේතු වන බැවින් ගැටුමෙන් තොර වීම ජනතාවගේ දියුණුවට මෙන් ම රටේ දියුණුවට ද හේතු වේ. මේ අනුව පුද්ගල සාමය මඟින් පවුලේ සාමය උදාවන අතර පවුලේ සාමය මඟින් රටේ සාමය උදවන අතර එය ලෝක සාමයට ද හේතු වේ.

### ක්‍රියාකාරකම්

- ඔබ තුළ ඇතිවන ආවේගශීලී තත්ත්ව පාලනය සඳහා යොදාගත හැකි ස්වයං යෝජනා මාලාවක් සකස් කරන්න.
- පවුලේ දී, පාසලේ දී හා සමාජයේ දී අන් අයට හිරිහැර කරදර ගෙන දෙන ලෙස කටයුතු නොකිරීමට කළ හැකි දේ යෝජනා කරන්න.