



කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය - ශ්‍රී ලංකාව
දුරස්ථ සහ අඛණ්ඩ අධ්‍යාපන කේන්ද්‍රය
ශාස්ත්‍රවේදී (සාමාන්‍ය) උපාධි තෙවන පරීක්ෂණය (බාහිර) - 2022
2025 ජූලි

මානවශාස්ත්‍ර පීඨය
බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව
(නව නිර්දේශය)
මානසික අක්‍රමතා පිළිබඳ බෞද්ධ විග්‍රහය හා මානසික සෞඛ්‍යය
BUPS - 38224
ප්‍රශ්න පහකට (05) පමණක් පිළිතුරු සපයන්න.

ප්‍රශ්න සංඛ්‍යාව : 10 යි.

කාලය : පැය 03 යි.

01. හීනිකා (Phobia) වර්ගීකරණය කෙටියෙන් දක්වමින්, ඒ සඳහා උපයෝගී කරගත හැකි බෞද්ධ ප්‍රතිකාර ක්‍රම විග්‍රහ කරන්න.
02. “කාංසා ආබාධ” (Anxiety Disorders) හට ගැන්මට බලපාන මූලික හේතු අතර “පාරිසරික සාධක” කෙතරම් දුරට බලපෑම් කරන්නේද යන්න බෞද්ධ ඉගැන්වීම් අනුව පහදන්න.
03. මානසික අක්‍රමතා පිළිබඳ බෞද්ධ විශ්ලේෂණය මූලාශ්‍රයානුසාරයෙන් පරීක්ෂා කරන්න.
04. මානසික අක්‍රමතා පිළිබඳ ඉගැන්වීම් ජාත්‍යන්තර කථා තුළින් පිළිබිඹු වන ආකාරය තෝරාගත් ජාත්‍යන්තර දෙකක්වත් ඇසුරෙන් විමසන්න.
05. මානසික රෝග සමනය කිරීමෙහිලා යොදාගත හැකි මනෝවිද්‍යාත්මක ක්‍රමෝපායන් බෞද්ධ ඉගැන්වීම් ඇසුරින් පෙන්වා දෙන්න.
06. මානසික ආතතිය කළමනාකරණයෙහිලා සෞඛ්‍ය සම්පන්න ජීවන රටා ක්‍රමෝපායන් ඉවහල් වන ආකාරය බෞද්ධ මූලාශ්‍රය ඇසුරෙන් අධ්‍යයනය කරන්න.
07. බෞද්ධ භාවනාව පිළිබඳ අද්‍යයන ප්‍රවණතා පෙන්වා දෙන්න.
08. ආතති කළමනාකරණය සඳහා සතිපට්ඨාන භාවනාව යොදාගත හැකි ආකාරය පැහැදිලි කරන්න.
09. පුද්ගල වර්ග වෙනස් කිරීමට බෞද්ධ භාවනාව උපයෝගී කරගත හැකි ආකාරය සාකච්ඡා කරන්න.
10. පහත සඳහන් මාතෘකා දෙකකට (02) කෙටි සටහන් සපයන්න.
 1. දුක්ඛ
 2. උපායාස
 3. විපල්ලාස
 4. සංයෝජන
