



NILE-EURASIAN SYMPOSIUM INTERNATIONAL 2025

"Sustainable Graduates, Sustainable Nation"

1st Nile-Eurasian International Symposium

NEXS '25

"Sustainable Graduates, Sustainable Nation"

PROCEEDINGS BOOK

16th October 2025

Eurasian Campus, Sri Lanka

*Nile University of Science and Technology
Mogadishu*

Proceedings Book of the 1st Nile-Eurasian International Symposium
(NEXS '25)

Pages: 67

ISSN: ISSN 3051-4835

Copyright Eurasian Campus, Sri Lanka. All rights reserved according to the Intellectual Property Act of Sri Lanka, 2003.

Published by: NEXS '25, Eurasian Campus, Sri Lanka affiliated with the Nile University of Science and Technology, Mogadishu.

Official website of the symposium: <https://eurasiancampus.edu.lk/>

Published By: Eurasian Campus, Sri Lanka Affiliated with Nile University of Science and Technology, Mogadishu

Disclaimer

The opinions and statements of facts expressed in the abstracts and the synopses of speeches in this proceeding are those of the authors and do not necessarily represent those of the editors, the organizing committee of NEXS '25 or Eurasian Campus, Sri Lanka. No responsibility would be accepted by the conference committee for any errors in the content of individual papers.

Executive Board of the Eurasian Campus

Ven. Dr. Delthara Gnanananda Thero

Vice-Chancellor, Eurasian Campus, Sri Lanka

Ms. W. D. Navodha

Registrar, Eurasian Campus, Sri Lanka

Mr. A. K. B. Silva

Bursar, Eurasian Campus, Sri Lanka

Mr. A. N. B. Silva

Director, International Affairs, Eurasian Campus, Sri Lanka

Mrs. Maheshini Silva

Deputy Bursar, Eurasian Campus, Sri Lanka

Mrs. Nilaksha Harshani Rajathilaka

Head, Student's Affairs, Eurasian Campus, Sri Lanka

Conference Committee

Conference Advisor

Ven. Dr. Delthara Gnanananda Thero
Vice-Chancellor, Eurasian Campus, Sri Lanka

Conference Chair

Asst. Prof. Padmasiri Ranawakaarchchi, PhD
Dean, Faculty of Management, Eurasian Campus, Sri Lanka

Conference Co-Chairs

Asst. Prof. Manohara Peiris, PhD
Dean, Faculty of Humanities and Social Sciences, Eurasian Campus
Dr. Tharindu Uthpala Rajathilaka
Dean, Faculty of Technology, Eurasian Campus

Conference Secretary

Ms. Harshani Jayathilake
Lecturer, Faculty of Humanities and Social Sciences, Eurasian Campus

Conference Co-Secretaries

Ms. Nuwani Munasinghe
Lecturer, Faculty of Humanities and Social Sciences, Eurasian Campus
Mr. Dhanushka Nuwan Weerasinghe
Lecturer, Faculty of Humanities and Social Sciences, Eurasian Campus

Editorial Board

Ven. Dr. Delthara Gnanananda Thero

Asst. Prof. Padmasiri Ranawakaarchchi, PhD

Asst.Prof. Manohara Peiris, PhD

Dr. Tharindu Uthpala Rajathilaka

Ms. Harshani Jayathilake

Ms. Nuwani Munasinghe

Mr. Dhanushka Nuwan Weerasinghe

Mr. Ranjan Ramyasiri Perera

Panel of Reviewers

Asst. Prof. Padmasiri Ranawakaarchchi, PhD

Asst. Prof. Manohara Peiris, PhD

Dr. Tharindu Rajathilaka

Ven. Dehipe Chandawimala Thero

Ms. Harshani Jayathilake

Mr. Chamaka Samarakoon

Ms. Hashini Vindya Athauda

Mr. Thushan Rangana

Mr. Pasindu Udugahapattuwa

Ms. Thashila Yohani

Ms. Achala Damayanthi

Ms. Enoka Abraham

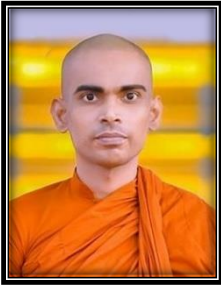
Mrs. D. A. R. Kavinda

Mr. Anil Pagoda Arachchi

Mr. Colin Aryarathne

Ms. Nuwani Munasinghe

Mr. Dhanushka Nuwan Weerasinghe



Message from the Vice Chancellor

“SUSTAINABLE GRADUATES, SUSTAINABLE NATION”

It is an honor and a pleasure to address this critical assembly in the beautiful Eurasian Green house. It is also a pleasure to share with you our passion for Eurasian graduates and my enthusiasm for what quality education, aligned with the 17 Sustainable Development Goals (SDGs), can do for humanity. And let me emphasize the significance of being here, on our campus, which has been a strong promoter of interdependence among nations, highlighting the importance of shared values and standard policies as a basis for sustainable development.

This recognition of the Eurasian Campus is what drove the adoption of the Sri Lankan Agenda for Sustainable Development. It is also key to the nation’s development. We live in Sri Lanka, where acute poverty and disrupted education are prevalent. We are also seeing heightened tensions and humanitarian crises, violent, jobless, and multiplying conflicts among nations.

And now we are facing one of the biggest unemployment crises ever, and it is largely human-made. Sri Lanka is at risk. People risk losing futures and reversed development gains. The task at hand is urgent. Indeed, Sri Lankan leaders must acknowledge this and have committed to eradicating poverty through education for all time. They must have committed to ensure that all people can fulfill their potential in dignity and equality, not only that, peace and security, and they must have agreed to protect the richness of life and nature in our loving nations, the only home we have.

We live in a world of changes so profound and rapid that no country can stand alone. The world’s interlinked threats and challenges require everyone to share responsibility and contribute to a common vision. That is why the Goals speak to many common concerns of countries, at all levels of development, whether

youth unemployment and widening inequalities, increasing natural disasters and threats from climate change that include industrial pollution.

As a global nation, we face a range of global challenges. That will place people and the planet on course for a better future. Everyone's contributions inspire hope.

I wish to thank the administration, the organizing committee, and delegates of Eurasian Campus, and all of my teammates, for your commitment to this shared vision of humanity.

Thank you for your generous dedication, and I greatly look forward to the next stages of our journey together.



*Ven. Dr. Delthara Gnanananda,
Vice Chancellor / Conference Advisor,
Eurasian Campus,
Delthara,
Piliyandala, Sri Lanka*



Message from the Conference Chair

It is with great pleasure that I extend my warmest greetings to all participants of the 1st International Conference ‘NEXS '25 of the Eurasian Campus, affiliated with Nile University of Science and Technology, Mogadishu. I wish to warmly welcome our distinguished Vice-chancellor and the Executive board, Keynote Speaker, respected invitees, researchers, presenters, to ‘Eurasian Green House’, the central venue of our academic and research activities.

This inaugural conference marks a momentous milestone in the relatively short yet dynamic journey of our institution. It symbolizes our commitment to advancing scholarly inquiry and fostering intellectual collaboration across disciplines. The theme, “Sustainable Graduates, Sustainable Nation,” reflects our vision of integrating academic excellence with national development priorities.

The conference aims to provide a meaningful platform for young graduates and researchers to exchange knowledge, share experiences, and present innovative ideas that contribute to a more sustainable and equitable society.

Sustainable development remains one of the defining imperatives of our era to meet the needs of the present without compromising the ability of future generations to meet their own. Guided by this principle, our conference focuses on three thematic pillars: Sustainable Business and Governance, Sustainable Minds and Learning, and Sustainable Technology and Innovation.

I take this opportunity to extend my heartfelt appreciation to all those who have contributed to making this conference a reality. My special thanks go to our Keynote Speaker Rev. Amron Paul Yuwono, who has graciously travelled all the way from United State of America to share his valuable insights with

us. I wish to express my deep gratitude to our Vice Chancellor, Venerable Dr. Deltara Gnanananda Thero, for his visionary guidance and invaluable advice throughout the preparation process. I am equally thankful to my Co-Chairpersons, Asst. Professor Dr. Manohara Peris, Dean of the Faculty of Humanities and Social Sciences and Dr. Tharindu Rajathilake, Dean of the Faculty of Information Technology for their unwavering commitment and constant support.

My sincere appreciation is also extended to the Executive Board of Management for their encouragement and facilitation, and to the Conference Secretariat and staff members for their tireless efforts, dedication, and teamwork in ensuring the success of this important academic event.

At a time when our nation is striving to achieve the 17 Sustainable Development Goals (SDGs) of the United Nations by 2030, this academic gathering stands as a beacon of collaboration and inquiry. I am confident that the research and discussions generated here will contribute to the advancement of sustainable knowledge and practice.

I extend my sincere appreciation to all contributors and participants for their dedication and enthusiasm in making this conference a success.



*Asst. Professor Padmasiri Ranawakaarachchi, PhD
Dean, Faculty of Management
Chairperson – NEXS '25
Eurasian Campus, Sri Lanka*



Message from the Conference Secretary

I am deeply honored and delighted to extend my heartfelt greetings to the distinguished invitees, researchers, and participants at the Nile Eurasian International Symposium 2025. The theme, “*Sustainable Graduates, Sustainable Nation,*” reflects our shared dedication to cultivating a future in which education transcends the traditional transfer of knowledge and becomes the bedrock for sustainable development, social equity, and global well-being. Education is a transformative force that shapes societies, spurs innovation, tackles urgent global issues, and gives graduates the vision, abilities, and moral foundation they need to prosper in a world that is becoming more complex, interconnected, and dynamic. It is no longer just a means of advancing one's career.

The vision of the Nile Eurasian International Symposium emphasizes systematic and strategic collaboration across academia, industry, government, and civil society to embed sustainability into every aspect of education. Through interdisciplinary research initiatives, environmentally responsible campus policies, and community-centered learning programs, educational institutions can establish ecosystems in which theoretical knowledge is seamlessly translated into practical, real-world applications. Through these programs, students can learn how environmental conservation, technological innovation, and societal needs are interconnected, ensuring that their educational experiences have a significant and real impact on the local, national, and international levels. Innovation and digital transformation are central to the evolution of sustainable education. By leveraging emerging technologies, institutions can create adaptive learning environments that enhance accessibility, provide personalized learning pathways, and support environmentally conscious practices. Virtual laboratories, AI-assisted simulations, online collaborative platforms, and data-driven research

environments empower students to explore and address sustainability challenges while minimizing ecological impact. Integrating green innovation into curricula enables graduates to create workable solutions for resource management, sustainable urban development, climate resilience, renewable energy deployment, and circular economy tactics. In addition to developing technical proficiency, these experiences foster the creative thinkings required for sustainable leadership.

I extend my deepest gratitude to the conference advisor, the Executive board, Keynote Speaker, the conference committee, respected invitees, researchers, presenters, and the participants whose dedication has made this symposium as a platform for visionary thinking, knowledge exchange, and foster a culture innovation.

Together, let us inspire and empower a generation of graduates who embody sustainability in action, lead with integrity and vision, and build nations that flourish in harmony with people, society, and the environment.



Harshani Jayathilake
Conference Secretary – NEXS '25
Eurasian Campus, Sri Lanka

Acknowledgment

We sincerely express our deepest gratitude to everyone whose contributions made the International Nile–Eurasian International Symposium (NEXS '25) a resounding success. We extend our profound gratitude to Venerable Dr. Delthara Gnanananda Thero, Vice Chancellor, for his visionary leadership, continuous encouragement, and unwavering support throughout the planning and execution of this conference. His intellectual guidance and commitment to promoting sustainable education have been instrumental in realizing this significant academic initiative. Our sincere thanks due to our Keynote Speaker, Rev. Amron Paul Yuwono, for his invaluable contribution and for graciously travelling from United State of America to share his wisdom and global perspectives on sustainability.

We also wish to acknowledge with appreciation the invaluable cooperation of the Conference Chair, Assistant Professor Padmasiri Ranawakaarachchi, and Co-chairs of the Conference, Assistant Professor Dr. Manohara Peiris and Dr. Tharindu Rajathilaka, whose dedicated involvement and academic leadership ensured the high quality and success of the symposium. Special recognition is extended to the Executive Board of the Eurasian Campus for their strategic guidance and institutional support, which have provided the foundation for this event's success. We also extend our sincere appreciation to the Conference Secretariat, academic coordinators, staff members and technical teams, whose dedication, meticulous attention to detail, and tireless efforts ensured a smooth and highly engaging conference experience. Finally, we acknowledge with sincere appreciation all researchers, presenters from Sri Lanka, and beyond whose participation, scholarly engagement, and exchange of ideas have enriched this symposium and contributed meaningfully to the discourse on sustainability. The achievements of NEXS '25 reflect a collective vision, strong academic collaboration, and a steadfast commitment to advancing sustainable knowledge for a resilient and forward-looking nation.

Organizing Committee
International Nile–Eurasian Symposium (NEXS '25)

Table of Content

Executive Board of the Eurasian Campus.....	ii
Conference Committee	iii
Editorial Board	iv
Panel of Reviewers.....	v
Message from the Vice Chancellor.....	vi
Message from the Conference Chair.....	viii
Message from the Conference Secretary	x
Acknowledgment	xii
Table of Content.....	xiii

Keynote Speech

Profile of the Keynote Speaker	xviii
Keynote Speech - Sustainability in Spirituality	1

Track 1: Sustainable Minds and Learning

The Psychological Impact of Sexual Violence on Individual Context of Domestic Violence (With Reference to Negombo DSD in Sri Lanka)	4
ශ්‍රී ලංකාවේ සෞඛ්‍ය අභියෝග විසඳීමේ දී ජෛව තාක්ෂණයේ කාර්යභාරය 5	
දෙවියන් වෙනුවෙන් පුද පූජා පැවැත්වීමේ බටහිර සහ නූතන මනෝවිද්‍යාත්මක දෘෂ්ටිකෝණය.....	6

මව්වරුන්ට ඇතිවන පශ්චාත් ප්‍රසව විශාදය දරුවන්ගේ සමාජ විරෝධී හැසිරීමට ඇති කරන බලපෑම විමර්ශනය කිරීම (නාවලපිටිය, මහින්දාගම ග්‍රාමය ඇසුරින්) 7

Relationship Between Mathematics Degree-Holding Teachers' Proportion and Grade 10 Students' Mathematics Achievement in Rathnapura Education Division..... 8

Awareness Regarding the Factors Contributing to Student Dropout in Bilingual Education Programs in Saddhathissa Maha Vidyalaya, Ampara 9

උසස්පෙළ ජීව විද්‍යා විෂය නිර්දේශයෙහි සංකීර්ණ විෂය ඒකක කෙටි කාලයකින් ආවරණයට ගවේෂණාත්මක ශිල්පීය ක්‍රම භාවිතයෙහි බලපෑම විමර්ශනය 10

මනෝභාවාත්මක කුලනයන් සඳහා බෞද්ධ සුත්‍රාන්තගත උපදේශන ප්‍රවේශ පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනය 11

අ.පො.ස. සාමාන්‍ය පෙළින් පසු සිසුන් තෝරා ගන්නා වෘත්තීය ක්ෂේත්‍ර පිළිබඳව අධ්‍යයනයක් 12

මන්ද්‍රව්‍ය අනිසි භාවිතය තුළ කාරුණ්‍යයේ සමාජීය පසුබෑම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් (ගල්කිස්ස, මොරටුව හා රත්මලාන පොලිස් බල ප්‍රදේශයන් ඇසුරින්)..... 13

The Impact of Artificial Intelligence Tools on Student Engagement and learning Outcomes in Advance Level Academic Studies in Non-Government Schools of the Colombo District, Western Province, Sri Lanka..... 14

A Psychological Study on How the Family Environment Affects Early Childhood Development 15

වයස අවුරුදු 25-35 අතර විවාහ නොවූ පුද්ගලයන්ගේ විවාහයට නොයෑමට සහ ඔවුන්ගේ පවුල් ජීවිතය දෘෂ්ටිය පිළිබඳ විශ්ලේෂණයක් 16

Risk factors affecting to Insomnia: Rural community of the Ratnapura District, Sri Lanka 17

Work Related Stress and Associated Factor among Nurses in the Colombo South Teaching Hospital in the Kalubowila, Sri Lanka 18

නිර්මාණශීලී ඉගැන්වීමේ ක්‍රම හඳුන්වා දීම මගින් අඩු අවධානයක් සහිත සිසුන්ගේ කාර්ය සාධනය සංවර්ධනය කිරීම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් 19

පරිවර්තනීය ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියක් සඳහා තාක්ෂණය ඒකාබද්ධ කිරීම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් (හොරණ කලාපය ඇසුරින්)..... 20

ජාතික පොතෙන් නිරූපිත ස්ත්‍රී භූමිකාව පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් 21

Psychological Determinants of Depression among Expatriate Workers: A Cross-Level Study from Lower-Level Employees to Strategic Management in the Middle East 22

A Brief Study About Applying Formal and Informal Assessment Methods for Students with Special Educational Needs 23

කෝපය කළමනාකරනය සඳහා දුනිය ආසාන පටිච්චය සූත්‍රයේ උපයෝගිතාවය පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක්..... 24

දෙවන බසක් ලෙස දෙමළ භාෂාව ඉගෙනගන්නා සිංහල සිසුන් දෙමළ අක්ෂර හෝචිය ඉගෙන ගැනීමේදී සිදුකරන දෝෂ පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් 25

Enhancing ESL Writing Skills through Task-Based Language Teaching: An Action Research Study..... 26

Track 2: Sustainable Business and Governance

සේවකයන්ගේ ආයතනය හැරයාමේ අභිප්‍රායට බලපාන මානසික හා ආයතනීය සාධක පිළිබඳ අධ්‍යනය (මත්තමගොඩ ඇපරල් කර්මාන්තශාලාව ඇසුරින්)..... 27

ශ්‍රී ලංකාවේ ව්‍යාපාරවල කෘත්‍රිම බුද්ධිය සහ ස්වයංක්‍රීයකරණය අනුගමනය කිරීමේ ප්‍රවණතා සහ අභියෝග පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්..... 28

An Analysis of Factors Influencing Blue-Collar Workers’ Workplace Morale for Enhanced Performance during working Shift (Based on food manufacturing industry in Colombo) 29

The Role of Microcredit in Promoting Rural Economic Empowerment: A Study Based on Tsunami Gammanaya, Botnikwatta GND in the Kalutara Divisional Secretariat Division 30

ලමාවිය හිංසනය පසුකාලීන පුද්ගල අපරාධකාරීත්වයට බලපාන ආකාරය පිළිබඳ විද්‍යාත්මක අධ්‍යයනයක් (වැලිකඩ බන්ධනාගාරයේ රැඳවියන් ඇසුරින්)..... 31

Exploring the Impact of Emotional Wellness on Apparel Industry Employees 32

SDB බැංකුවේ Upay යෙදුම මගින් සපයනු ලබන ජංගම බැංකුකරණයේ මාර්ගගත බැංකුකරණ සේවාවන් පිළිබඳ ඇගයීමක් (මාතලේ දිස්ත්‍රික්කයේ දඹුල්ල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශය ඇසුරින්)..... 33

Impact of Primary Health Care on Diabetes Management in the Kahawatta Cluster, Ratnapura District..... 34

ගබඩා කළමනාකරණය සහ සේවක අනාරක්ෂිතතාව පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් (කොළඹ දිස්ත්‍රික්කයේ සුරිය පැනල සවිකරන ආයතනයක් ඇසුරින්)..... 35

Overcrowding of Remand Detainees in Sri Lanka: The Need for Legal and Institutional Reforms..... 36

An Analysis of The Causes and Effects of Labour Absenteeism in an Organization..... 37

Assessing the Effectiveness of Rehabilitation Programs: An Evaluation of Implementation Challenges..... 38

Track 3: Sustainable Technology and Innovation

පාසල් සිසුන්ගේ කෘතීම බුද්ධිය පිළිබඳ දැනුම සහ එහි අනාගත වැදගත්කම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් 39

Strengthening Cybersecurity Resilience in Sri Lanka through Strategic Threat Mitigation and Policy Enforcement: A Case Study of the April 2021 Government Website Defacements (2020–2024)..... 40

Leveraging Green Information Technology Practices for a Sustainable Academic Environment in Sri Lanka..... 41

The Digital Isolation Paradox: Exploring the Psychological Impact of Constant Online Connectivity among Remote Professionals 42

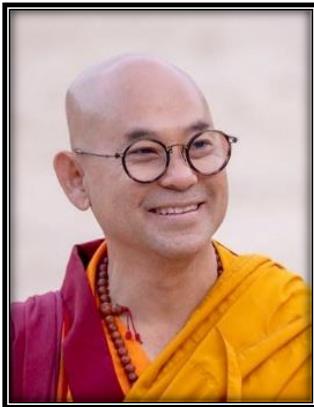
The Impact of Digital Transformation on Damro Group of Company Sri Lanka – A Pathway to Competitive Advantage..... 43

The Evolution and Impact of Information Technology: Advancements, Challenges, and Implications in the Digital Age 44

Keynote Speech



Profile of the Keynote Speaker



Amron Paul Yuwono was a multi talented artist born in Java island of Indonesia in 1967. In 1986 he left Indonesia and continued his studies in USA. He received a scholarship and studied a double major in Telecommunications (emphasized in Drama, TV, Film) and Fine Art at this famous Christian Oral Roberts University in Tulsa, Oklahoma, USA.

Later he also received several scholarships in Hospitality Tourism Management & Cosmetology School in California where he resided most of the time.

His career throughout his life was including playing part as Woodstock in Broadway scripted Snoopy the Musical where he was nominated as the best supporting actor of the year at the university, making some little appearances in Hollywood Films (MILK with Sean Penn, Eat Pray Love with Julia Roberts, La Mission with Benjamin Bratt), choreographing a fashion show in Milan, Italy, Getting A Jury Mention Awards in Photography & Design and many more.

His last debut when he was asked to be in the stylist team for President Barack Obama during his inauguration in Washington DC, USA. He owned his own fashion line called Ba-Ju & Klambi.

He was raised and studied in Muslim, Catholic and Christian religions. About six years ago he came into Buddhism and met his teacher from Bhutan, Lopon Dorji Sherap. Two years later he was ordained as a monk in Namdroling University in Karnataka, India and given the name of Ugyen Pema Lundup.

Keynote Speech - Sustainability in Spirituality

By Ven. Ugyen Pema Lundup

Have you ever felt like when you're having a tough time, you just want to find a spiritual or religious place to help you feel better? But then, as soon as you step back outside, that weight seems to come crashing back? And how about those moments when you meet someone you really admire, like a spiritual leader? They might seem warm and encouraging in their own environment, but it can be pretty shocking to realize they're not quite what you expected. Instead of the calm, gentle person you imagined, they might actually come off as harsh or even aggressive, which can really let you down.

A lot of folks get caught up in the identity of a person instead of the core teachings they represent. When you see or experience something that contradicts your view of that person you admire, suddenly those teachings seem to fade away. Or if you discover a flawed organization, disappointment sets in. You might throw out everything you've learned from them, blaming them for all the issues, and then you're left starting from scratch. This cycle can really wear people out. But if you look inside yourself and tap into your own wisdom, you can start to think and act more wisely. You might realize that what they did wasn't right, but you can still believe that the teachings can help you grow into a better person. This way, whatever happens out there won't shake you because your happiness comes from within, not from an institution or its leader.

Sustainability in a spiritual practice is all about having a stable mind. This means being able to focus on the essence of the teachings, not just the rules. It's about learning from within, not just about what's happening outside. We should aim to use our wisdom to become better versions of ourselves. It's not about relying on someone you look up to or the organization they represent; it's really about your own growth.

When you gain knowledge, it can turn into wisdom. But just memorizing nice phrases isn't enough; the method is key too. You need that method to turn wisdom into your everyday life. Wisdom and method go hand in hand, and that's when it really clicks for me.

Sometimes we say things like, "I need to go meditate," and then we do it. But sometimes, that practice can turn into shutting out the world; we think we need silence and expect everyone else to be quiet too. If you have that kind of mindset, you'll always be fighting against distractions and you might not find that lasting peace. Once boredom sets in, you might just give up. Or you might idolize your spiritual leader, but if they do something that doesn't meet your expectations, what then? You might just discard everything you learned and start searching for something new.

What I've learned about the Dharma focuses on both method and wisdom. It helps us handle those kinds of experiences. There are three main principles: not grasping, rejecting, or fabricating. Just see things for what they are. For instance, if I hear noise while meditating, I acknowledge it without getting upset. I simply say, "Okay, I notice there's noise," and then I refocus on my practice rather than letting anger take over. As you deepen your meditation, you can even carry that awareness into your daily life. When you're at work and hear gossip, for example, you can recognize it but not let it distract you from your tasks.

This is the kind of wisdom we can apply to our everyday lives. People might have their opinions about you, but you can choose not to react. When you face challenges in your spiritual practice, don't let them derail you; keep pushing forward in your spiritual journey. We've all heard about the scandals involving monks in Thailand. If we focus too much on those incidents and not on the essence of the Dharma, it's easy to let doubt creep in and think about walking away.

So, sustainability in spirituality comes from looking inward instead of relying on external factors. By getting to know yourself better, you can maintain a strong spiritual practice.

When I became a monk, some people said, “Oh, he’s going to have a hard time. This is going to be tough.” Sure, it wasn’t always easy, but by learning both the wisdom and methods, I figured out how to apply them in my daily life. It doesn’t feel overly complicated, and even when I hear negative things about Buddhism, my spirituality remains intact. I’ve found something deeper than just my expectations of what beauty and monkhood should be. The key is to stay unreactive to life’s ups and downs and to be mindful of them.

To all the young folks out there, no matter where you come from or what you do. Do not shy away from diving into spirituality. I know some folks worry that exploring this path means giving up everything they know. But trust me, when you really connect with your spiritual side, it can feel amazing at first. Then, you might hit a phase of feeling a bit bored, and that might make you think about stepping away. I've been digging into a lot about Dharma in the last few years, and I've realized that if we cling too tightly to just the teachings, we can lose sight of the bigger picture. Remember, your spiritual journey is about experiencing, not just holding onto ideas or trying to force them into boxes.

***Track 1: Sustainable Minds and
Learning***



The Psychological Impact of Sexual Violence on Individual Context of Domestic Violence (With Reference to Negombo DSD in Sri Lanka)

U. K. D. N. T. Udugama

Faculty of Humanities and Social Sciences
Eurasian Campus
nudugama317@gmail.com

Sexual violence in the domestic abuse is grossly underreported in Sri Lanka. This study looks into how sexual violence impacts the psychological state of victims in a domestic setting, with particular attention to cases reported in the Negombo Divisional Secretariat Division in 2024. The study is all qualitative and has a deeper view of the survivors' lived realities. The researchers gather data from participants who have experienced sexual violence in its various forms: sexual coercion, forced sexual acts, and non-consensual exposure to sexual acts, via semi-structured interviews whereby participants are guided along with a specifically designed questionnaire. According to the research, the survivors of sexual abuse in intimate relationships carry such a heavy, often underrated, mental health burden. The data for this study were gathered from clients referred to the "Mithuru Piyasa" center at Negombo District General Hospital. Referrals were made both within and outside of the hospital, ensuring a representative and diverse sample. Findings reveal that survivors of sexual abuse in intimate relationship experience pronounced psychological distress, including depression, anxiety, post-traumatic stress, and self-isolation, reflecting the severe but often hidden mental health burden they endure. Based on these findings, the study recommends strengthening acute mental health interventions, developing survivor-centered support systems, and implementing comprehensive legislative and policy measures to ensure sustained protection, recovery, and reintegration for affected individuals in the Negombo region. By shedding light on the profound psychological impact of sexual violence within domestic settings, this study contributes evidence-based insight to academia, informs local policy, and supports services for survivors to improve their wellbeing and ensure their survivability.

Keywords: *Sexual Violence, Domestic Abuse, Psychological Impact, Coping Mechanisms, Qualitative Research*

ශ්‍රී ලංකාවේ සෞඛ්‍ය අභියෝග විසඳීමේ දී ජෛව තාක්ෂණයේ කාර්යභාරය

එආ. එන්. හනිෆා

මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨය

යුරේසියානු සරසවිය

nuzrah@gmail.com

ශ්‍රී ලංකාවේ පවතින ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය අභියෝග හඳුනා ගැනීම, ඒවා විසඳීම සඳහා වර්තමානයේ යොදා ගන්නා ජෛව තාක්ෂණ ක්‍රම ඇගයීම, සහ සෞඛ්‍ය සේවා සැපයීමේදී ජෛව තාක්ෂණ විසඳුම් භාවිතයේ ඇති සාර්ථකත්වය විශ්ලේෂණය කිරීම මෙහි ප්‍රධාන අරමුණු විය. මිශ්‍ර පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය භාවිතා කරමින්, මහනුවර දිස්ත්‍රික්කයේ තෙල්දෙණිය කලාපයෙන් ස්ථර සරල සසම්භාවී ක්‍රමවේදය යටතේ තෝරාගත් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්ති සම්පාදකයින්, ජෛව තාක්ෂණ විශේෂඥයින්, වෛද්‍ය වෘත්තිකයන්, රෝගීන් සහ ජෛව තාක්ෂණික සමාගම් නියෝජිතයන් 20 දෙනෙකු සමඟ සම්මුඛ සාකච්ඡා සහ ප්‍රශ්නාවලියක් මගින් දත්ත රැස් කරන ලදී. ගුණාත්මක දත්ත තේමාත්මක ව විශ්ලේෂණය කළ අතර, ප්‍රමාණාත්මක දත්ත ප්‍රස්ථාර හා රූපසටහන් මගින් ඉදිරිපත් කරන ලදී. පර්යේෂණයේ මූලික සොයාගැනීම් අනුව, ජෛව තාක්ෂණය ශ්‍රී ලංකාවේ රෝග විනිශ්චය (PCR, ELI, RDTS) රෝග නිවාරණය (එන්තන්, Wolbachi ව්‍යාපෘති) සහ ප්‍රතිකාර (දේශීය ජනක ඖෂධ, ජෛව ඖෂධ) යන ක්ෂේත්‍රයන්හි සැලකිය යුතු ප්‍රගතියක් අත්කරගෙන ඇති බව තහවුරු විය. ජෛව තාක්ෂණය රෝග නිවාරණය කිරීමට සහ සෞඛ්‍ය සේවා ක්ෂේත්‍රයේ ප්‍රවණතා නවීකරණයන් සොයා ගැනීමට අවශ්‍ය සාධක සපයන අතර, විශේෂයෙන් සම්ප්‍රේෂණය රෝග පාලනය, සම්ප්‍රේෂණය නොවන රෝග කළමනාකරණය, හා සෞඛ්‍ය ගැටළු විසඳීමේදී ජෛව තාක්ෂණය ප්‍රධාන භූමිකාවක් ලෙස දැක්විය හැකිය. කෙසේ වෙතත්, සීමිත මූල්‍ය සම්පත්, යටිතල පහසුකම්වල අඩුපාඩු, මානව සම්පත් හිඟය, ප්‍රමාණවත් නොවන නියාමන රාමු සහ දත්ත කළමනාකරණයේ ගැටලු වැනි ප්‍රධාන අභියෝග ද හඳුනා ගන්නා ලදී. ජෛව තාක්ෂණයේ පූර්ණ ප්‍රතිලාභ ලඟා කර ගැනීම සඳහා රාජ්‍ය-පෞද්ගලික හවුල්කාරිත්වයන්, මානව සම්පත් සංවර්ධනය, යටිතල පහසුකම් වැඩිදියුණු කිරීම සහ ශක්තිමත් නියාමන රාමු අත්‍යවශ්‍ය බව මෙම අධ්‍යයනයෙන් අවධාරණය කෙරේ.

මූලික පද: ජෛව තාක්ෂණය, සෞඛ්‍ය පද්ධති, සෞඛ්‍ය අභියෝග, රෝග විනිශ්චය, ප්‍රතිපත්තිමය යෝජනා

දෙවියන් වෙනුවෙන් පුද පූජා පැවැත්වීමේ බටහිර සහ නූතන මනෝවිද්‍යාත්මක දෘෂ්ටිකෝණය

බී. ඒ. ජී. සී. බෙලිගල
මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
prekshana@gmail.com

ශ්‍රී ලාංකීය ජන සමාජය ආගමික සහ සංස්කෘතික වාරිත සමඟ ඒකාබද්ධ වූ සමාජයක් වන අතර, තම විත්තවේග මුදාහැරීම සහ මානසික ගැටළු සඳහා පිලියමක් ලෙස ආගමික ක්‍රියාකාරකම්වල නියැලීම අතීතයේ සිටම සිදුකර ඇත. ඒ තුළ ඔවුන් මානසික සුවයක් ලබමින් පුද්ගලිකව සහ සමාජීය වශයෙන් ශක්තිමත් වීමට උත්සහ කරයි. එබැවින්, මෙම පර්යේෂණය මගින් ආගමික ක්‍රියාකාරකම් සහ දේව වන්දනාව වර්තමාන සමාජය තුළ මනෝ විකිත්සක ක්‍රමයක් ලෙස භාවිතා කළ හැකිද යන්න ගවේෂණය කරමින්, එම වාරිත පිටුපස ඇති මනෝවිද්‍යාත්මක යාන්ත්‍රණය හඳුනාගෙන වර්තමාන විකිත්සක ක්‍රම සමඟ ඒකාබද්ධ කිරීම පිළිබඳ අවධානය යොමු කරයි. ගුණාත්මක ක්‍රමවේදය ඔස්සේ මෙම පර්යේෂණයේ අධ්‍යයනයන් සිදු කර ඇත. ගවේෂණයක් මගින් තෝරාගත් විශේෂ ආගමික සිද්ධස්ථානයක් ඔස්සේ මෙම ආගමික ක්‍රියාකාරකම් වලට සහභාගිව සහ ඒ තුළ සජීවී ව නියැලී, නිරීක්ෂණයෙන් සහ අත්දැකීමෙන් දත්ත රැස් කරන ලදී. තව දුරටත්, අර්ධ ව්‍යුහගත ප්‍රශ්නාවලියක් මගින් විශේෂ සිදුවීම් සහිත වාරිත සඳහා සහභාගි වූ පුද්ගලයින්ගෙන් අවශ්‍ය ගුණාත්මක දත්ත රැස් කර සිද්ධි අධ්‍යයන සැකසූ අතර, පුද්ගලානුබද්ධ ප්‍රශ්න මගින් එම ඇතැම් දත්තවල නිවරද්‍යතාව තහවුරු කර ඇත. එසේම, මුල් යුගයේ මෙන්ම පසුකාලීන මනෝවිද්‍යාඥයින්ගේ සහ පර්යේෂකයන්ගේ ශාස්ත්‍රීය ලිපි ඇතුළු ද්විතීයික දත්ත ඔස්සේ පුද්ගලයින් තම විත්තවේගීය ගැටළු සඳහා මුහුණ දීමට ආගමික වාරිත යොදාගන්නේ කෙසේද යන්න සොයා බලන ලදී. මෙසේ රැස් කළ දත්ත, විශ්ලේෂණය සඳහා රටාවන් සහ තේමා අධ්‍යයන භාවිත කළ අතර දත්තවල වලංගු භාවය සහ විශ්වසනීයත්වය තහවුරු කිරීම ත්‍රිකෝණාකෘතිය භාවිතයෙන් සිදුකර ඇත. පර්යේෂණයේ අවසාන ප්‍රතිඵල යෝජනා කරන්නේ, නවීන මනෝවිද්‍යාත්මක ප්‍රතිකාර සඳහා ප්‍රවේශයක් නොමැති සහ සංස්කෘතිය සමඟ එක්ව යන ප්‍රජාවට මානසික සුවය සඳහා සුදුසු අවිධිමත් මනෝ විකිත්සක ක්‍රමවේදයක් ලෙස ආගමික වාරිත යොදා ගත හැකි බවයි. කෙසේවෙතත්, මෙම පර්යේෂණය මගින් ආගමික ක්‍රියාකාරකම්වල මනෝ විකිත්සක අගය හඳුනාගත් නමුත් ඒවා විධිමත් ප්‍රතිකාර ලෙස පිළිගැනීමට විද්‍යාත්මක සහ සමාජීය බාධා පවතින බව ඉස්මතු විය. එසේ වුවත්, නව ක්‍රමෝපායන් සහ පර්යේෂණ මගින් එම බාධාවන් මැඩපවත්වා මනෝවිද්‍යාව සහ ආගමික වාරිත ඒකාබද්ධ කිරීමෙන්, ශ්‍රී ලාංකීය සමාජය තුළ තිරසාර මනෝ විකිත්සක ක්‍රමවේදයක් නිර්මාණය කිරීමට හැකි බව හඳුනාගන්නා ලදී.

මූලාස පද: ආගමික වාරිත, මානසික සෞඛ්‍ය, විත්තවේග මුදාහැරීම, තිරසාර මනෝ විකිත්සාව, ශ්‍රී ලංකාව

**මව්වරුන්ට ඇතිවන පශ්චාද් ප්‍රසව විශාදය දරුවන්ගේ සමාජ විරෝධී
හැසිරීමට ඇති කරන බලපෑම විමර්ශනය කිරීම (නාවලපිටිය,
මහින්දාගම ග්‍රාමය ඇසුරින්)**

ආර්. පී. සී රාජපක්‍ෂ
මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජයවිද්‍යා පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
chamilarp77@gmail.com

මව්වරුන්ට ඇතිවන පශ්චාද් ප්‍රසව විශාදය දරුවන්ගේ සමාජ විරෝධී හැසිරීමට ඇති කරන බලපෑම විමර්ශනය කිරීම. මෙම පර්යේෂණයේ පර්යේෂණ මාතෘකාව වන අතර නිතර කනස්සලු ස්වභාවයෙන් පසු වන බව දැක ගත හැකි මව්වරුන්ගේ නව යොවුන් වියේ දරුවන් ගේ සමාජ විරෝධී හැසිරීම පර්යේෂණ ගැටළුව විය. නාවලපිටිය ප්‍රදේශයේ කණගාටුදායක කනස්සලු සහගත පෙනුමකින් යුතුව හැසිරෙන මව්වරුන්ගේ දරුවන් සමාජ විරෝධී වැඩ කටයුතුවල නිරතවීම මෙම පර්යේෂණය සිදු කිරීමට හේතු සාධක විය. මෙම පර්යේෂණයේ අරමුණ ලෙස මව්වරුන්ගේ පශ්චාද් ප්‍රසව විශාදය තත්ත්වය නව යොවුන් වියේ දරුවන්ගේ සමාජ විරෝධී හැසිරීමට බලපාන ආකාරය අධ්‍යයනය කළ අතර පර්යේෂණයේ සුවිශේෂ අරමුණු වශයෙන් මව්වරුන් විශාදය තත්ත්වයට පත්වීමට හේතු සාදක හඳුනාගැනීම සහ එම මව්වරුන්ගේ නව යොවුන් වියේ පසුවන දරුවන් ගේ සමාජ විරෝධී හැසිරීමට මුල්ලමාවිය සංවර්ධනයේ බලපෑම අධ්‍යයනය කිරීම සිදු කරන ලදී. ගුණාත්මක ක්‍රමවේදය මෙහි ප්‍රධාන පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය ලෙස භාවිතා කරන ලදී. මෙහිදී අරමුණු සහගත නියැදිය සඳහා තෝරාගත් පශ්චාද් ප්‍රසව විශාදය තත්ත්වයෙන් පෙළුණු බවට නාවලපිටිය මධ්‍යම රෝහලේ මනෝ වෛද්‍යවරයකු රෝග විනිශ්චය කරන ලද පසුගිය වසර පහළොව තුළ දරුවන් ප්‍රසූත කළ නාවලපිටිය, මහින්දාගම ග්‍රාමයේ ප්‍රසූත අවස්තාවේදී වයස 23 හා 27 අතර පසුවූ මව්වරුන් කිසි දෙනෙකු හා ඔවුන්ගේ වයස අවුරුදු දහය පහළොව අතර පසුවන දරුවන් හතළිස්හය දෙනෙකු සමග කරන ලද සම්මුඛ සාකච්ඡා, ප්‍රශ්නාවලි හා දුරකථන සංවාද ආශ්‍රයෙන් දත්ත රැස්කරන ලදී. එමෙන්ම මෙහිදී මූලික තොරතුරු සොයා ගැනීම සඳහා ප්‍රමාණාත්මක ක්‍රමවේදය භාවිතා කරන ලදී. එනමින් මෙම පර්යේෂණය මිශ්‍ර ක්‍රමවේදය ඔස්සේ සිදු කරන ලදී. මවට ඇති වන පශ්චාද් ප්‍රසව විශාදය ඇයට දාව උපත ලබන දරුවාගේ සමාජ විරෝධී හැසිරීමට සෘජුවම බලපාන බවට පර්යේෂණ සාහිත්‍ය තුළ එකඟතාවයක් පවතී. මවගේ හා පියාගේ වැරදි වර්ග දරුවාගේ සංජානනය අවුල් සහගත හෝ විකෘති තත්ත්වයට පත්කරන බවත් එය දරුවාගේ සමාජ විරෝධී වර්ග වලට පැහැදිලිවම හේතු වන බවත් එම නිසා දරුවන් තුළ කෲරත්වය, එකිනෙකාට ගරු නොකිරීම හා නොරිස්සීම, මත් ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිය, අධ්‍යාපනයට ඇති කැමැත්ත අඩු වීම වැනි ගැටළු ඇතිවීමට ප්‍රධාන හේතුවක් ලෙස මවට ඇති වන පශ්චාද් ප්‍රසව විශාදය බලපාන බවට කළ උපකල්පනය නිවැරදි විය.

මුඛ්‍ය පද: පශ්චාද් ප්‍රසව විශාදය, බේබි බ්ලූස්, සමාජ විරෝධී හැසිරීම, මුල් ළමා විය සංවර්ධන අවධි, පෞරුෂ ගැටළු

Relationship Between Mathematics Degree-Holding Teachers' Proportion and Grade 10 Students' Mathematics Achievement in Rathnapura Education Division

W. A. A. Weragama

Faculty of Graduate Studies

Eurasian Campus

aweragama2014@gmail.com

This study examines the relationship between the proportion of mathematics degree-holding teachers and Grade 10 students' mathematics achievement in the Rathnapura Education Division, Sri Lanka. Persistent disparities in mathematics outcomes across schools prompted this investigation. The study aimed to determine whether degree-qualified mathematics teachers significantly influence student performance and whether this effect differs among urban, semi-urban, and rural schools. Using a quantitative design, data were collected from a stratified sample of 1,000 Grade 10 students and 50 mathematics teachers across 15 schools. Student scores from the 2024 third-term mathematics examination and a teacher qualification survey formed the data set. Descriptive statistics, correlation, regression modelling, and subgroup comparisons were applied to examine the relationship between teacher qualifications and student outcomes. Results indicated a strong positive correlation between the proportion of degree-holding mathematics teachers and higher student achievement. Schools with more qualified teachers achieved better results, with urban schools performing best, followed by semi-urban and rural schools. Gender analysis revealed no significant performance differences among students, though male teachers were more likely to hold degrees. Regression analysis confirmed teacher qualification as a significant predictor of mathematics achievement. The study concludes that expanding the recruitment and equitable distribution of degree-qualified mathematics teachers is essential to improving student outcomes. Policy recommendations include providing incentives for qualified teachers in disadvantaged areas, enhancing professional development, and strengthening support for rural schools. By establishing a clear link between teacher qualifications and student performance, the study informs national education policy and global discussions on effective mathematics education.

Keywords: *Mathematics education, Teacher qualifications, Student achievement, Rathnapura education division, Sri Lanka*

Awareness Regarding the Factors Contributing to Student Dropout in Bilingual Education Programs in Saddhathissa Maha Vidyalaya, Ampara

H. M. C. S. Herath

Faculty of Graduate Studies

Eurasian Campus

chanasherath@gmail.com

This research investigates awareness regarding factors contributing to student dropout in bilingual education programs, drawing insights primarily from parents (70%), alongside students (20%) and administrators (10%). A notable 82% of respondents had less than one year of experience in bilingual education, suggesting a focus on more immediate and evident challenges. Findings reveal a strong consensus that socio-economic challenges (73%), lack of adequate support for diverse language proficiency levels (80% agreement), and insufficient teacher preparedness and training (93% agreement) are critical contributors to student dropout. Similarly, insufficient parental involvement (67% agreement) and limited resources or facilities (60% agreement) were identified as significant factors. These areas highlight the profound impact of external pressures, pedagogical quality and home school dynamics on student retention. Conversely, difficulty in understanding the curriculum across both languages and a lack of curriculum relevance to students' cultural backgrounds were generally not perceived as primary dropout drivers by the majority of respondents. Factors like lack of motivation or interest, feeling isolated and the absence of clear future pathways or benefits associated with bilingual education showed mixed or moderate levels of agreement, suggesting their impact might be more nuanced or context-dependent. The study concludes that effective strategies for improving student retention in bilingual education must be multi-faceted. Key recommendations include implementing direct socio-economic support, enhancing differentiated language assistance, investing significantly in teacher professional development, fostering robust parental engagement and securing adequate resources. Addressing these core challenges is crucial for creating a supportive environment that mitigates dropout rates and maximizes the success of bilingual learners.

Keywords: *Bilingual education, Student dropout, Socio-economic factors, Teacher training, Parental involvement.*

උසස්පෙළ ජීව විද්‍යා විෂය නිර්දේශයෙහි සංකීර්ණ විෂය ඒකක කෙටි කාලයකින් ආවරණයට ගවේෂණාත්මක ශිල්පීය ක්‍රම භාවිතයෙහි බලපෑම විමර්ශනය

ජේ. ඒ. එස්. එස්. සී. ජයසිංහ
පශ්චාත් උපාධි අධ්‍යයන පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
chandani.jayasinhal1@gmail.com

උසස් පෙළ සඳහා ජීව විද්‍යා විෂය ධාරාව හදාරන සිසුන් සංඛ්‍යාව අඛණ්ඩව ඉහළ ගියද ජීව විද්‍යා ප්‍රතිඵල හා විශිෂ්ඨ සාමාර්ථ ලබාගැනීමේ ප්‍රතිශතය ඉතා අඩු මට්ටමක පවතී. ඒකක අනුව සිදුකල විශ්ලේෂණයකදී හදුනාගත් පරිදි අණුක ජීව විද්‍යාව වැනි සංකීර්ණ විෂය ඒකක කෙරෙහි සිසු අවබෝධය අඩුවීමෙන් සමස්ථ ප්‍රතිඵලය අඩුවීමට බලපා ඇත. මෙම ගැටලුවට විසඳුම් ලෙස අණුක ජීව විද්‍යාව වැනි සංකීර්ණ විෂය ඒකක ආවරණය සඳහා ශිෂ්‍ය කේන්ද්‍රීය ගවේෂණාත්මක ඉගෙනුම් ක්‍රම භාවිතයේ බලපෑම විමර්ශනය කරන ලදී. මෙම පර්යේෂණයේ ප්‍රධාන අරමුණ ලෙස ජීව විද්‍යා විෂයේ සංකීර්ණ ඒකක කෙටි කාලයකින් ආවරණය කිරීම සහ සිසුන්ගේ අවධානය සහ අවබෝධය වැඩිකිරීම ද වෙනත් අරමුණු ලෙස සහයෝගී ඉගෙනුමක් තුළින් ජීව විද්‍යා සංකල්ප අවබෝධ කර ගැනීම, සිසුන් පාසලට ආකර්ෂණය කර ගැනීම, අන්තර්ජාලය සහ පරිගණක මෘදුකාංග අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා භාවිතයට යොමු කිරීම, විෂය කරුණු හොඳින් අවබෝධ කර ගැනීමට සහ මතකයේ රඳවා ගැනීම ආදිය සඳහන් කළ හැකිය. මෙම අධ්‍යයනය සඳහා ප්‍රමාණාත්මක සහ ගුණාත්මක දත්ත ඒකාබද්ධ කළ සම්මිශ්‍රිත පර්යේෂණ ක්‍රමවේදයක් භාවිතා කරන ලදී. පර්යේෂණ නියැදිය ලෙස මීගමුව නිස්ටඩ් බාලිකා විද්‍යාලයේ උසස් පෙළ ජීව විද්‍යා අංශයේ සිසුවියන් හතළිස් දෙනෙකු යොදා ගන්නා ලදී. විසිදෙනෙකුගෙන් යුතු එක් කණ්ඩායමකට දේශන ක්‍රමවේදයක්, අනෙක් කණ්ඩායමට ගවේෂණාත්මක ක්‍රමවේදයක් ඉගෙනුම් ක්‍රමවේද ලෙස භාවිතා කරන ලදී. දත්ත රැස් කිරීම සඳහා ප්‍රශ්නාවලි, සම්මුඛ සාකච්ඡා, නිරීක්ෂණ සහ ලිඛිත මූලාශ්‍ර වැනි උපකරණ භාවිතා කරන ලදී. මෙම පර්යේෂණයට අනුව සිසු ක්‍රියාකාරිත්වයට වැඩි ඉඩක් ලබා දෙන සිසු ක්‍රියාකාරී ගවේෂණාත්මක අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය භාවිතය වඩාත් ඵලදායී බවට නිගමනය විය. එම ක්‍රමවේදය තුළදී සිසුන් සිද්ධාන්ත කරුණු පිළිබඳව තවදුරටත් විශ්ලේෂණාත්මකව සෙවීමට හා ඇතැම් කරුණු සංසන්දනාත්මකව අධ්‍යයනයට යොමු විය. එමගින් විෂය පිළිබඳ සිසු අවබෝධය වැඩිවිය. සංකීර්ණ විෂය කරුණු වුවද වඩාත් උනන්දුවෙන් අධ්‍යයනයට ස්වයං පෙළඹවීමක් සිසුන් තුළ ඇති විය. ගවේෂණාත්මක ක්‍රමවේදයේදී ගුරු අධීක්ෂණය හා මගපෙන්වීම නිරන්තරයෙන් සිදුවන බැවින් සිසු ගුරු සබඳතා ඉහළ මට්ටමකින් පවත්වා ගැනීමටද හැකිවිය. සංකීර්ණ විෂය ඒකක කෙටි කාලයක් තුළ ආවරණය කර ගැනීම සඳහා ජීව විද්‍යා ගුරුවරුන්ට ගවේෂණාත්මක අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය භාවිතය යෝග්‍ය බවට නිර්දේශ කළ හැකිය.

මුඛ්‍ය පද: අණුක ජීව විද්‍යාව, අධීක්ෂණය, විෂයමාලා, පර්යේෂණ නියැදිය, සම්මුඛ සාකච්ඡා

මනෝභාවාත්මක තුලනයන් සඳහා බෞද්ධ සුත්‍රාන්තගත උපදේශන ප්‍රවේශ පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනය

තුෂාන් රංගන

කථිකාවාර්ය, මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය

thushanrangana33@gmail.com

උපදේශනය යනුවෙන් වර්තමානයේ සැලකෙන ආකාරයේ ක්‍රමවේදයක් බෞද්ධ සම්ප්‍රදාය තුළ දක්නට නොලැබුණ ද පුද්ගල හා සමාජ යහපැවැත්ම අරමුණු කර ගත් ගැබුරු දාර්ශනික ඉගැන්වීම් තුළින් බුදුදහම පොහොසත් වේ. බුද්ධ දේශනාවේ ප්‍රමුඛතම අභිප්‍රාය වන්නේ මානව වර්ගයා හමුවේ ඇති අයහපත් හැගීම් වලින් මිදීම සඳහා මනෝවිද්‍යාත්මක වූත්, ආචාර විද්‍යාත්මක වූත් ශික්ෂා සංඛ්‍යාත පිළිවෙත් මාර්ගය පෙන්වා දීම බවත් එම සංකල්පය පදනම් කරගෙන පුද්ගල සන්තානගත ක්ලේශයන් පාලනය කර ගත හැකි බෞද්ධ උපදේශන විකිත්සක ප්‍රවේශ පිළිබඳව සුත්‍ර ආශ්‍රයෙන් අධ්‍යයනය කිරීම මෙම පර්යේෂණයේ මූලික අභිමතාර්ථය වේ. මනෝවිද්‍යාත්මක උපදේශන සිද්ධාන්තයක් සකස් කර ගැනීමෙහිලා උපයෝගී වන මූලික උපදේශාත්මක ප්‍රවේශ බොහෝ සුත්‍ර වල අන්තර්ගත වුවද ප්‍රධාන වශයෙන් විතක්ක සන්තාන සුත්‍රය, මහා සතිපට්ඨාන සුත්‍රය මා හැගී උපදේශන කුසලතා තුළින් සංගෘහිත වේ. මේ සඳහා අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය වශයෙන් ගුණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය ඔස්සේ පර්යේෂණය සිදු කර තිබේ. බෞද්ධ විග්‍රහයට අනුව පුද්ගල හා සමාජ ගැටලු නිරාකරණයට අදාළ යථාර්ථවාදී මග පෙන්වීමක් යථෝක්ත සුත්‍රාන්ත තුළ අන්තර්ගත වී තිබේ. අතීතයේ පටාචාරා, කිසාගෝතමී, නන්ද තෙරුන්, වුල්ලපත්ථක තෙරුන් වැනි වර්තමාන තුළ පෙන්වුම් කළ මනෝභාවාත්මක ගැටලු සඳහා ලබා දුන් උපදේශාත්මක මනෝවිකිත්සක ප්‍රවේශ මෙහිලා අන්තර්ගත වේ. විතක්ක සන්තාන සුත්‍ර තුළ අන්තර්ගත වන ප්‍රධාන කාරණා පහක් තුළින් අකුසල් සිත් යටපත් කර ගන්නා අයුරු සවිස්තර කෙරේ. සතර සතිපට්ඨානය තුළින් පුද්ගල මනෝභාවයන් ක්‍රමයෙන් සිහින් කර ගන්නා අයුරුත් දිගුකාලීන වශයෙන් සිතෙහි සමාධිගත ස්වභාවයක් අත්කරගැනීමත් මෙයින් පිටුබලයක් ලැබේ. උපදේශාත්මක කුසලතා චිත්තන, චිත්තවේගිය හා සමාජ කුසලතා යන අංශ තුනකින් සමන්විත වන අතර වර්තමානයේ පවතින මනෝභාවීය ව්‍යාධීන් බොහොමයකට ස්වභාවික උපදේශන විකිත්සක ප්‍රවේශයන් වශයෙන් බෞද්ධ සුත්‍ර උපයෝගී කර ගත හැකි බව නිගමනය කළ හැකි වේ.

මූලාස පද: මනෝභාවාත්මක, බෞද්ධ සුත්‍ර, උපදේශාත්මක, විතක්ක සන්තාන සුත්‍රය, මහා සතිපට්ඨානය

අ.පො.ස. සාමාන්‍ය පෙළින් පසු සිසුන් තෝරා ගන්නා වෘත්තීය ක්ෂේත්‍ර පිළිබඳව අධ්‍යයනයක්

ජේ. පී. ටී. ආර්. අභයගුණවර්ධන
මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
thakshilaruwan2020@gmail.com

ශ්‍රී ලංකාවේ අධ්‍යාපන ක්‍රමය තුළ ප්‍රධාන කඩඉම් විභාගයක් ලෙස අ.පො.ස. සාමාන්‍ය පෙළ විභාගය හඳුනා ගත හැකිය. එම විභාගයේ ප්‍රතිඵල වලින් පසු ඔවුන් තෝරා ගන්නා ක්ෂේත්‍ර පිළිබඳ අධ්‍යයනය කිරීමක් අරමුණු වේ. මෙම අධ්‍යයන සඳහා විභාග ලකුණු, වයස් මට්ටම, සමාජ සාධක, ලිංගික ගණය ආදී විචල්‍යයන් සම්බන්ධව දත්ත එකතු කිරීමට සම්මුඛ සාකච්ඡා, ප්‍රශ්නාවලි, පාසල් සංඛ්‍යා ලේඛන ආදිය භාවිතා කරන ලදී. විශ්ලේෂණෙන් පෙන්වා දී ඇත්තේ පසු ගිය අධ්‍යාපන අත්දැකීම් වෘත්තීය තේරීම්, සිසුන්ගේ රුචි අරුචිකම්, රැකියා වල ආකර්ශනීය බව සෘජුව බලපා ඇත. අධ්‍යාපන උපදේශනය සහ මාර්ගෝපදේශන සේවාවන් මගින් සිසුන්ට තම හැකියාවන් සහ තම කැමැත්ත මත වඩා සාර්ථක වෘත්තීය මාර්ගයක් තෝරා ගැනීමට අවස්ථාව ලබා දිය හැක. සාමාන්‍ය පෙළ විභාගයෙන් පසුව සිසුන් තම ජීවිතයට එකතු කර ගන්නා වටිනාකම පිළිබඳව අධ්‍යයනයක් සිදුකිරීම සහ වෘත්තීය අධ්‍යාපනය තුළින් ජීවිතයට වටිනාකමක් එකතු කිරීම මෙයින් අපේක්ෂිතයි. මෙහිදී දත්ත විශ්ලේෂණය කිරීමේදී සංඛ්‍යාත්මක සහ ගුණාත්මක ක්‍රම වේද යොදා ගන්නා ලදී. එමගින් සිසුන්ගේ තේරීම පිළිබඳ සවිස්තරාත්මක තොරතුරු ලබා ගත හැකිය. නිගමන වශයෙන් අ.පො.ස. සාමාන්‍ය පෙළ විභාගයේ ප්‍රතිඵල වල සහ සිසුන්ගේ වෘත්තීය අධ්‍යාපන තේරීම් අතර පැහැදිලි සම්බන්ධතාවක් පවතී. මෙම අධ්‍යයනය තුළින් පාසැල්, ගුරුවරුන්, පවුල්, වෘත්තීය මාර්ගෝපදේශකයන්, අධ්‍යාපන නියෝජිතයන් ආදී අංශ වලට ප්‍රයෝජනවත් දැනුමක් ලබා ගත හැකිය. එසේම අධ්‍යයනයෙන් ලබා ගන්නා තොරතුරු අධ්‍යාපන ප්‍රතිපත්ති සකස් කිරීමේදී උපකාරී වනු ඇත. එසේම සිසුන්ට ඔවුන්ගේ වෘත්තීය මාර්ගය තෝරා ගැනීමට සහ අනාගතයේ සාර්ථකත්වය ලැබීමට අවශ්‍ය නිවැරදි මාර්ගෝපදේශයක් ලබා ගැනීමට උපකාරී වනු ඇත. අනෙක් අතට අනාගත ප්‍රතිපත්ති සම්පාදනයේදී අ.පො.ස. සාමාන්‍ය පෙළ විභාගයෙන් පසු සිසුන්ට උසස් අධ්‍යාපනය සහ වෘත්තීය අධ්‍යාපනය පිළිබඳව ප්‍රතිපත්ති සකස් කිරීමට සහ තීරණ ගැනීමට ප්‍රතිපත්ති සම්පාදකයන්ට මෙම අධ්‍යයනයෙන් ලබා ගත් තොරතුරු උපකාරී වේ. ඒ අනුව මෙම අධ්‍යයනය තුළින් සමස්ත ප්‍රජාවටම ප්‍රතිඵල දායක වන තොරතුරු රාශියක් පිළිබඳව විග්‍රහයක් සිදු කරයි.

මූලාසනය: අ.පො.ස. සාමාන්‍ය පෙළ, වෘත්තීය තේරීම, විභාග පතිඵල, වෘත්තීය මාර්ගෝපදේශනය, පසුගිය අධ්‍යාපන අත්දැකීම්

මත්ද්‍රව්‍ය අනිසි භාවිතය තුළ තරුණයන්ගේ සමාජීය පසුබෑම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් (ගල්කිස්ස, මොරටුව හා රත්මලාන පොලිස් බල ප්‍රදේශයන් ඇසුරින්)

පී. මුණසිංහ

මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨය
සුරේසියානු සරසවිය
munasinghe19751222@gmail.com

ශ්‍රී ලංකාව වැනි සංවර්ධනය වෙමින් පවතින රටක තරුණ පරපුර රටේ සමාජීය හා ආර්ථික සංවර්ධනයේ මූලික බලශක්තියක් වන අතර, ඔවුන්ගේ සෞඛ්‍ය සම්පන්න හා නිවැරදි ජීවිත රටේ අනාගතය තීරණය කරයි. එහෙත්, අද වන විට බොහෝ තරුණයන් විවිධ සමාජීය, ආර්ථික හා පවුල්මය හේතු නිසා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය කරා යොමුවෙමින් සමාජීය පසුබෑමකට ලක්වී ඇති බව දැක්වේ. මෙම ගැටළුව තරුණයන්ගේ අධ්‍යාපනය, වෘත්තීය, පවුල් ජීවිතය සහ නීතිගරුක බවට දැඩි බලපෑමක් ඇති කරමින් පවතී. අධ්‍යයනයේ ප්‍රධාන අරමුණ වන්නේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට බලපාන හේතු හඳුනාගෙන එය තරුණ පරපුරේ සමාජීය හා ආර්ථික ජීවිතයට ඇති බලපෑම් විශ්ලේෂණය කිරීමත්, මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීමට ප්‍රායෝගික නිර්දේශ ඉදිරිපත් කිරීමත් ය. මෙය ගල්කිස්ස, මොරටුව සහ රත්මලාන පොලිස් බල ප්‍රදේශයන් ඇසුරින් සිදු කරන ලද මිශ්‍ර පර්යේෂණයකි. දත්ත රැස්කිරීම සඳහා පොලිසිය, පාසල්, ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලය සහ විද්වතුන්ගේ ලිපි, වාර්තා හා පුවත්පත් භාවිතා කරන ලදී. රැස්කළ දත්ත ගුණාත්මක හා ප්‍රමාණාත්මක විශ්ලේෂණ ක්‍රම දෙකම යොදා විග්‍රහ කෙරුණි. විශ්ලේෂණයෙන් හෙළිවූයේ අධ්‍යාපන හිඟය, ආර්ථික අස්ථාවරභාවය, පවුල් ගැටලු, මානසික ආතතිය හා නීති දැනුම අඩුවීම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ප්‍රධාන හේතු වන බවය. තරුණයන්ගේ අනාගතය පිළිබඳ අනාශාව හා සමාජීය බලපෑම්ද මෙම ගැටලුව වැඩිදියුණු කරයි. අධ්‍යාපනය හා වෘත්තීය පුහුණු අවස්ථා වැඩි කිරීම, පවුල් හා පාසල් මට්ටමින් මගපෙන්වීම් වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම, නීතිමය දැනුම වර්ධනය කිරීම, සහ රජයේ මත්ද්‍රව්‍ය විරෝධී ප්‍රතිපත්ති ශක්තිමත් කිරීම මගින් මෙම ගැටලුව අඩු කළ හැකි බව අධ්‍යයනයෙන් නිගමනය විය. එමඟින් තරුණ පරපුර සමාජීය, ආර්ථික හා සංස්කෘතික වශයෙන් ශක්තිමත් කර රටේ දිගුකාලීන සංවර්ධනයට දායක කළ හැකි බවත් අවධාරණය කෙරේ.

මුඛ්‍ය පද: ශ්‍රී ලංකාව, තරුණයන්, මත්ද්‍රව්‍ය, ආර්ථිකය, අධ්‍යාපනය

The Impact of Artificial Intelligence Tools on Student Engagement and learning Outcomes in Advance Level Academic Studies in Non-Government Schools of the Colombo District, Western Province, Sri Lanka

I. N. Abraham

Lecturer, Faculty of Humanities and Social Sciences

Eurasian Campus

enokaabraham@gmail.com

The accelerated collaboration in Artificial Intelligence (AI) tools in the academic system has revolutionized in teaching and learning process, despite that, effect on student's involvement and learning achievements still remains unresearched or less. This study explores how AI based platforms such as chatgpt, intelligent tutoring and adaptive learning applications effects on student's involvement, goal orientation or the motivation and study related accomplishment in advance level setting in a Non-government Private Institutions. The primary objectives are, to examine the extent to which AI tools enhance students' engagements, to evaluate their effect on academic performances and to identify pitfalls and best practices in their deployment in education technology. A mix method approach was adopted combining quantitative data from students' surveys and qualitative perception from focus group discussion and interviews with students. Data were analyzed by summarizing large data sets so they are easier to understand. Further, to identify, qualitative data such as interviews and open-ended survey responses. The findings reveal that AI tools notably, improve students' involvements by supplying instant feed backs, personalized learning avenues and (participatory) interactive study surroundings. Nevertheless, the results also demonstrate and indicate concerns related to heavy dependence on AI generated content and equal and fair access to digital, education technology and ethical technology usage. The study concludes with promotion of active learning and enriching advance level academic education by promoting individual support and well-trained educator which with clear institutional guidelines, can enrich the AI tools. It is recommended that non-government educational institutions implement targeted training for student's ethical frame work to guide AI use in class room context.

Keywords: *Artificial Intelligence, Qualitative perception, institutional guidelines, educational technology, interactive study surrounding*

A Psychological Study on How the Family Environment Affects Early Childhood Development

N. A. H. L. Karunarathna

Assistant Lecturer, Department of Philosophy and Psychology
Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Sri Jayewardenepura
hansanikarunarathna12@gmail.com

According to the international definition, early childhood is the period from conception to the age of eight years. According to the National Early Childhood Policy of Sri Lanka, this age is 0-5. Since 80% of an individual's intellectual development occurs during early childhood, the primary objective of this study was to study the impact of the family environment on early childhood development. Other objectives included identifying how early childhood development should be, identifying the shaping of the child in the extended and nuclear family environments, and identifying the duties and responsibilities assigned to the family for early childhood development. The study area was the Nivitigala Divisional Secretariat Division of the Ratnapura District of the Sabaragamuwa Province. Interviews and questionnaires were used as the research methodology and about 100 preschool children were used for the research using a random sample. Data analysis revealed that about 78% of parents had not identified the basic needs of their children. It is further stated that only 22% of the data contributors receive a nutritious diet. 65% of the data contributors are mentally distressed due to their father's drunkenness. Of the children who provided information, about 54 children have been in psychologically problematic situations due to parental disputes. Forgetfulness, hyperactivity, and low attention were seen in them. Accordingly, it was clear that the family factor has a significant impact on the early childhood development of children and that it has not been properly recognized by current parents. It was identified that various programs should be implemented to raise awareness among parents about this, and to clarify the mutual relationship between children and parents, focusing on each preschool.

Keywords: *Childhood Development, Family, Psychological Issues, Memory, Family Members*

වයස අවුරුදු 25-35 අතර විවාහ නොවූ පුද්ගලයන්ගේ විවාහයට නොයැමට සහ ඔවුන්ගේ පවුල් ජීවිතය දෘෂ්ටිය පිළිබඳ විශ්ලේෂණයක්

පී. ඩී. ජයතිලක

මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
prbajani2029@gmail.com

සමකාලීන ශ්‍රී ලාංකේය සමාජය තුළ විවාහය පිළිබඳ සම්ප්‍රදායික අදහස් සහ වටිනාකම් සුවිශේෂී ලෙස වෙනස් වී ඇත. විෂයෙන් වයස අවුරුදු 25-35 තරුණ පරපුර විවාහය ප්‍රමාද කිරීම හෝ විවාහ නොවීමේ ප්‍රවණතාවක් පෙන්වයි. මෙය සමාජය ව්‍යුහය වෙනස්කම්, වෘත්තීය කැපවීම්, ආර්ථික අස්ථාවරය සහ පුද්ගලික අභිලාෂ පදනම් වී ඇති අභ්‍යන්තර හා බාහිර සාධක රැසක ප්‍රතිඵලයකි. නමුත් මෙම තත්ත්වය පිළිබඳ විද්‍යාත්මක හා සංජානනමය විමර්ශන අඩුවීම නිසා මෙම පර්යේෂණය අතිශය සමාජය හා මනෝ විද්‍යාත්මක වැදගත්කමක් දරයි. විවාහය කෙරෙහි තරුණ පරපුරේ මනෝභාවය හා ආකල්ප වෙනස් වී ඇතිද එම වෙනස්කම් වලට බලපාන හේතු මොනවාද යන්න තවමත් ප්‍රවණතාවක් ලෙස විද්‍යාත්මක විමර්ශනය කර නොමැති බැවින් මෙම අධ්‍යයනය මගින් උත්සාහ කරන්නේ "ශ්‍රී ලංකාවේ වයස අවුරුදු 25-35 අතර පුද්ගලයින් අතර අවිවාහකව සිටීමට බලපාන හේතු මෙන්ම ඔවුන්ගේ පවුල් ජීවිතය පිළිබඳ දෘෂ්ටිය විමර්ශනය කිරීම"යි. ඒ අනුව මෙම පර්යේෂණයේ අරමුණ වන්නේ අවිවාහක සිටීමට බලපාන පුද්ගලික, ආර්ථික, සමාජය හා මනෝවිද්‍යාත්මක සාධක හඳුනා ගැනීම. විවාහය සහ පවුල් ජීවිතය පිළිබඳ තරුණ පරපුරේ මතවාද සහ මනෝභාවය විමර්ශනය කිරීම, විවිධ අධ්‍යාපනික හා වෘත්තීය පසුබෑසීම් අනුව අදහස්වල වෙනස්කම් සොයා බැලීම, නව පරපුරේ විවාහ සංකල්පය පිළිබඳ මනෝවිද්‍යාත්මක තේරුම් ලබාදීම යනාදියයි. මෙම පර්යේෂණය සඳහා මිශ්‍ර ක්‍රමවේදයක් භාවිතා කර ඇත. එනම් ප්‍රමාණාත්මක සහ ගුණාත්මක පරීක්ෂණ ක්‍රමය ඒකාබද්ධ කරමින් විශ්ලේෂණය සිදුකරයි. මෙම අධ්‍යයනයෙන් ලැබෙන ප්‍රතිඵල මගින් විවාහ නොවීමේ තත්ත්වයට බලපාන ප්‍රධාන සාධක හඳුනා ගැනීමත් තරුණ පරපුරේ විවාහය සහ පවුල් ජීවිතය පිළිබඳ වෙනස් වන මනෝභාවයන් තේරුම් ගැනීමත් සිදුකරයි. එමගින් සමාජීය හා උපදේශන මැදිහත්වීම් සැලසුම් කිරීමේදී තරුණ වැඩිහිටියන්ට ඔවුන්ගේ ජීවන තේරීම් පිළිබඳ නිරවුල් සහාය ලබාදිය හැකි ආකාරයක් සොයාගැනීමට මෙම පර්යේෂණය දායක වේ.

මූලාස පද: විවාහය, පවුල් ජීවිතය, මනෝභාවය, වෘත්තීය පසුබෑසීම්, තරුණ පරපුර

Risk factors affecting to Insomnia: Rural community of the Ratnapura District, Sri Lanka

T. A. H. Jayathilake

Lecturer, Humanities and Social Sciences
Eurasian Campus
taharshani@gmail.com

Insomnia is a common sleep disorder characterized by persistent difficulty in falling or staying asleep, leading to impaired daytime functioning. Although it can affect all age groups, adults and older individuals are particularly vulnerable. Common symptoms include difficulty initiating sleep, frequent awakenings, early morning awakenings, and non-restorative sleep. Various psychological, biological, and lifestyle factors contribute to its development. Stress, anxiety, and depression are major psychological causes, while hormonal changes, chronic pain, and neurological disorders represent biological influences. Lifestyle factors such as irregular sleep patterns, excessive caffeine or alcohol intake, and prolonged screen exposure worsen the condition. Environmental factors like light, noise, and uncomfortable sleeping environments, as well as medical conditions such as asthma and cardiovascular disease, can further disrupt sleep. This study employed a cross-sectional design using stratified random sampling among 500 adults aged 18–85 years. Standardized tools including the Insomnia Severity Index (ISI), Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), and Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) were administered alongside demographic and health-related measures. The mean sleep duration was 6.2 ± 1.3 hours, and the mean ISI score was 12.4 ± 4.8 , indicating moderate insomnia. Data analysis involved t-tests, ANOVA, Pearson correlation, and multiple regression, with significance set at $p < 0.05$ and 95% confidence intervals. Effective treatment requires integrated behavioral, psychological, and medical approaches. Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia (CBT-I) remains the most effective, targeting maladaptive sleep habits and negative beliefs. Short-term pharmacological treatments may offer temporary relief, but lifestyle modifications such as maintaining regular sleep routines and improving sleep hygiene are essential for long-term management. Early identification and intervention can significantly reduce the adverse effects of insomnia and enhance overall well-being.

Keywords: *Insomnia, Sleep Disorder, Risk Factors, Psychological Stress, Anxiety*

Work Related Stress and Associated Factor among Nurses in the Colombo South Teaching Hospital in the Kalubowila, Sri Lanka

A. N. M. Perera

Faculty of Post Graduate Studies

Eurasian Campus

nishanthiperera651@gmail.com

Stress is a natural physiological and psychological response to demanding or threatening situations. It becomes a chronic issue for nurses, negatively impacting the homeostatic state of the body, and their perceived challenges, while a moderate level of stress can be adaptive and enhance performance. Nurses were at a high risk of developing health issues on health physical and mental well-being as they worked within a demanding healthcare system burdened by high staff loads and resource limitations. This was a significant and complex professional issue, and factors such as heavy work loads, shortage of staff, exposure to patient death, and insufficient equipment were found to influence stress levels among nurses. The study aimed to identify the prevalence of stress and its associated factors among nurses working at the Colombo South Teaching Hospital, Kalubowila, Sri Lanka. The specific objectives were to assess the prevalence of work-related stress, investigate the level of stress, and identify the organizational, social, and professional factors associated with work-related stress among nurses. To achieve these objectives, a descriptive cross-sectional study was conducted, and data were collected from a sample of 120 nurses working at the hospital using a self-administered questionnaire. The data collection method focused on gathered numerical data, which were statistically analyzed. The findings showed that a high workload, emotional demands, and a lack of support were the main contributors to stress, while support from colleagues and supervisors were effective in reducing stress. The study concluded that organizations should adopt a holistic approach that combines environmental adjustments, such as a mindfulness-based environment, to foster a resilient and healthy workforce.

Keywords: *Work-Related Stress, Nurses, Prevalence, Mindfulness*

නිර්මාණශීලී ඉගැන්වීමේ ක්‍රම හඳුන්වා දීම මගින් අඩු අවධානයක් සහිත සිසුන්ගේ කාර්ය සාධනය සංවර්ධනය කිරීම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්

ජී. සී. කේ. ප්‍රනාන්දු

අධ්‍යාපන විද්‍යා අධ්‍යයනාංශය
මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
chathusha456@gmail.com

අද පාරිසරික තත්ත්වය තුළ දරුවන්ගේ අවධානය දිගු කාලයක් පවත්වා ගැනීම ඉතා අභියෝගාත්මක ගැටලුවක් වී තිබේ. 2 වන ශ්‍රේණියේ පරිගණක විෂයය උගන්වන ජාත්‍යන්තර පාසලක සිසුන් අතර ද, දෘශ්‍ය හා ශ්‍රව්‍ය උපාංග යොදාගෙන පවත්වන සම්ප්‍රදායික පන්තිවල සිසුන්ට ද ඇත්තේ කෙටි කාලයක් පමණක් පවත්නා අවධානයක් බව නැවත නැවත සනාථ වී තිබේ. මෙය පරීක්ෂණාත්මකව විසඳා නොගත් විට, අනාගත තාක්ෂණික හැකියාවන් වර්ධනය සඳහා අත්‍යවශ්‍ය පදනමක් වන පරිගණක අධ්‍යාපනය අඩු ප්‍රතිඵලයක් ලබන බියකරු තත්ත්වයකට පත්විය හැක. මෙම පර්යේෂණයෙහි අරමුණ වන්නේ ජාත්‍යන්තර පාසලක දෙවැනි ශ්‍රේණියේ අඩු අවධානයක් සහිත සිසුන්ගේ කාර්ය සාධනය සංවර්ධනය කිරීම සඳහා නිර්මාණශීලී ඉගැන්වීමේ ක්‍රම හඳුන්වාදීමේ බලපෑම විශ්ලේෂණය කිරීමයි. මෙම අධ්‍යයනයේ අරමුණ වන්නේ ක්‍රීඩා ක්‍රියාකාරකම්, දෘශ්‍ය සහ ශ්‍රව්‍ය ආධාරක සහ කණ්ඩායම් වැඩ වැනි නිර්මාණාත්මක ක්‍රම හරහා සිසුන්ගේ විවේචනාත්මක චින්තන කුසලතා, සහභාගීත්වය සහ චින්තනය ගැඹුරු කිරීම මැනීමයි. ගුණාත්මක සහ ප්‍රමාණාත්මක මිශ්‍ර ක්‍රමවේදය යටතේ, දත්ත රැස් කිරීම සඳහා ප්‍රශ්නාවලිය, සම්මුඛ සාකච්ඡා සහ නිරීක්ෂණ ක්‍රම භාවිතා කරනු ලැබේ. මෙහි අපේක්ෂිත ප්‍රතිඵල වන්නේ නිර්මාණශීලී ක්‍රම හඳුන්වා දීමෙන් සිසුන්ගේ අවධානය සහ විශේෂයෙන්ම පරිගණක විෂයයෙහි කාර්ය සාධනය ව්‍යාප්ත වීමයි. එය ගුරුවරුන්ට ඉදිරිපත් කළ හැකි ක්‍රියාවලියක් වශයෙන් සනාථ වීමයි. මෙම පර්යේෂණය තුළින් පන්තිය තුළ අවධානයක් නොදෙන සිසුන්ගේ හැසිරීම් රටාවන් සහ ඒවා වෙනස්කළ හැකි ක්‍රමවේද පිළිබඳ නිගමනයන් ලබා ගැනීම සිදු කෙරේ. එමෙන්ම ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලිය කෙරෙහි සිසුන්ගේ උනන්දුව සහ සක්‍රීයතාවය වැඩි කරමින් වඩාත් ඵලදායී ඉගෙනුම් පරිසරයක් නිර්මාණය කිරීම සඳහා ද මෙය උපකාරී වේ. නිර්මාණශීලී ඉගෙනුම් ක්‍රම භාවිතය ගුරුවරුන්ට අලුත් ඉගෙනුම් අධ්‍යාපනයන් පිළිබඳ හැකියාවන් ලබා දෙන අතර දීර්ඝ කාලීනව සිසුන්ගේ ඉගෙනුම් ප්‍රගතිය සඳහා වටිනා බලපෑමක් ද ලබාදිය හැකි වේ. මෙම පර්යේෂණය හරහා සාධක සහිත ව පෙන්වා දිය හැකි වන්නේ සම්ප්‍රදායික ක්‍රම වලට වඩා නිර්මාණශීලී ක්‍රම මගින් කුඩා දරුවන්ගේ අවධානය සහ උනන්දුව වැඩි කර ගැනීමේ හැකියාවක් ඇති බවයි. මෙය පාසැල් ගුරුවරුන්ට අධ්‍යාපන ක්‍රමවේද සංවර්ධනය සඳහා ද අනාගත පාඨමාලා සැලසුම් කිරීම සඳහාද ප්‍රයෝජනවත් වේ.

මූලාසනය: අවධානය, කාර්ය සාධනය, දෙවැනි ශ්‍රේණිය, නිර්මාණශීලී ඉගැන්වීම, පරිගණක විෂය

පරිවර්තනීය ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියක් සඳහා තාක්ෂණය ඒකාබද්ධ කිරීම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් (හොරණ කලාපය ඇසුරින්)

නාගොඩ සාරද හිමි^{1*}, ඩබ්ලිව්. ඩී. ඒ. කේ. දමයන්ති²
නම්බපාන කණිෂ්ඨ විද්‍යාලය¹, ජාතික අධ්‍යාපන කොමිෂන් සභාව²
batuvitathero@gmail.com*

ගෝලීය අධ්‍යාපන පද්ධති ඩිජිටල් තාක්ෂණය සමග සම්පවීමත් සමඟ ශ්‍රී ලංකාව ද සිය පන්ති කාමරයේ ගුණාත්මක අධ්‍යාපනය ඉහළ නැංවීමට තාක්ෂණය අර්ථවත් ලෙස ඒකාබද්ධ කිරීමට ප්‍රයත්න දරයි. පාසල් තුළ සැමට සාධාරණ ලෙස තාක්ෂණය ඒකාබද්ධ කිරීමට ඇති බාධක පිළිබඳව අධ්‍යයනය කරමින් අධ්‍යයන කාර්යයන්වල සිසුන්ගේ නියැලීම සහ කාර්යයසාධනය වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා ඵලදායී උපාය මාර්ග හඳුනා ගැනීම තුළින් ශ්‍රී ලංකාවේ පාසල්වල ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියේ තාක්ෂණික පරිවර්තනීය වෙනසක් කළ හැකි ආකාරය පිළිබඳව අධ්‍යයනය කිරීම මෙම පර්යේෂණයේ අරමුණයි. හොරණ අධ්‍යාපන කලාපයේ ප්‍රාථමික, ද්විතීයික සහ ජ්‍යෙෂ්ඨ අංශ නියෝජනය කරන ගුරුවරුන් 90 දෙනෙකුගෙන් සමන්විත සරල සසම්භාවී නියැදියක් මගින් මිශ්‍ර පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය ඔස්සේ පර්යේෂණය මෙහෙවන ලදී. රැස්කරගත් ප්‍රතිචාර අනුව තාක්ෂණය ඒකාබද්ධ කිරීමේ වටිනාකම පිළිබඳව ඔවුන් තුළ දැඩි විශ්වාසයක් ඇති බව පෙන්නුම් කරයි. ගුරුවරුන්ගෙන් 98.9%ක් තාක්ෂණය ඒකාබද්ධ කිරීම, සිසුන් අධ්‍යයන කාර්යයන් වල නියැලීම වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය යැයි සලකන අතර, 95.6%ක් එය සිසුන්ගේ අධ්‍යයන කාර්යයසාධනය සඳහා ප්‍රයෝජනවත් බවට ප්‍රතිචාර දක්වා ඇත. ප්‍රතිචාර දැක්වුවන්ගෙන් 62.2%ක් ප්‍රමාණවත් නොවූ යටිතල පහසුකම් ද, 52.2%ක් සීමිත අන්තර්ජාල ප්‍රවේශය ද, 38.9%ක් ඉහළ පිරිවැය සහ 36.7%ක් ප්‍රමාණවත්නොවූ පුහුණුව ද ලෙස තීරණාත්මක අඩුපාඩුකම් තවමත් පවතින බව දක්වා ඇත. ගුරුවරුන්ගෙන් 80%ක් පෞද්ගලිකව ඩිජිටල් උපාංග හිමි කර ගෙන සිටිය ද, ඒවා මිලදී ගැනීමට හා නඩත්තු කිරීමට ප්‍රමාණවත් සහයෝගයක් පාසලෙන් ලැබෙන බව තහවුරු කරන්නේ 43.3%ක් පමණක් වන අතර, එමගින් ගුරුවරුන්ගේ තාක්ෂණික යොමුවීම සහ ආයතනික සුදානම අතර පරතරයක් හෙළි කරයි. පාසල් තුළ තාක්ෂණ භාවිතය ඉහළ නැංවීම සඳහා අවධානය දැක්විය යුතු මාතෘකා හතරක් ලෙස යටිතල පහසුකම් වැඩි දියුණු කිරීම, ගුරු සහ ශිෂ්‍ය ඩිජිටල් සාක්ෂරතාව ශක්තිමත් කිරීම, තාක්ෂණය ඒකාබද්ධ කිරීම සඳහා විෂය මාලාවන් නවීකරණය කිරීම සහ රාජ්‍ය හා ආයතනික සහයෝගය වැඩි කිරීම පෙන්වා දී ඇත. මෙම සොයාගැනීම් අවධාරණය කරන්නේ සාර්ථක ඒකාබද්ධ කිරීමක් මෙවලම් මත පමණක් නොව තාක්ෂණික කුසලතා ගොඩනැංවීම, නායකත්වය සහ තිරසාර ප්‍රතිපත්ති මත ද රඳා පවතින බවයි. උපායමාර්ගිකව ආයෝජනය කිරීමෙන්, ශ්‍රී ලංකාවට මෙය සැලසුම් කිරීම හා ක්‍රියාවට නැංවීම අතර පරතරය පියවා ගත හැකි අතර, සෑම ඉගෙනුම්ලාභියෙකුටම තාක්ෂණය ඒකාබද්ධ කරගත් අධ්‍යාපනයක් මගින් ප්‍රතිලාභ ලැබිය හැකි අනාගතයක් නිර්මාණය කළ හැකිය.

මුඛ්‍ය පද: තාක්ෂණ ඒකාබද්ධ කිරීම, ඩිජිටල් සාක්ෂරතාව, ගුරු සුදානම, අධ්‍යාපන සාධාරණත්වය, ශ්‍රී ලංකා පාසල් අධ්‍යාපනය

ජාතක පොතෙන් නිරූපිත ස්ත්‍රී භූමිකාව පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්

කේ. එම්. ඒ. පෙරේරා
පාලි හා බෞද්ධ පශ්චාද් උපාධි ආයතනය
කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය
kmaperera89@gmail.com

මෙම අධ්‍යයනය මඟින් විස්තර වන්නේ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය හා එය ජීව විද්‍යාත්මක “ලිංගභේදය” වෙතින් වෙනස් වන ආකාරය පිළිබඳ ය. ලිංගභේදය යනු උපතින්ම ලැබෙන ස්වභාවික ජෛවික වෙනසක් වන අතර ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය සමාජය විසින් නිර්මාණය කළ සංස්කෘතික හා මනෝභාවාත්මක සංකල්පයකි. සමාජය පුරුෂයන්ට හා ස්ත්‍රීන්ට වෙනස් වූ භූමිකා, වගකීම් සහ ගති ලක්ෂණ පවරා ඇත. පුරුෂයා ශක්තිමත් නායකත්වය සහිතයෙකු ලෙසත් ස්ත්‍රීය කාරුණික හා ගෘහස්ථ කාර්ය භාරය නිසි ලෙස කළ යුතුය යන අදහසත් එයින් බිහිවී ඇත. මේ ආකල්ප සදාචාර ආගම විශ්වාස හා සිරිත් විරිත් මගින් ශක්තිමත් කර ඇති අතර සමාජයෙන් සමාජයට වෙනස් වේ. බෞද්ධ සමාජයෙහි මනාව දැක්වෙන්නේ පුරුෂයා හා ස්ත්‍රීය අතර ජෛව විද්‍යාත්මක වෙනස පමණක් ඇති බවත් අධිකාරිමය උසස්පදයක් නොමැති බවත්ය. බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙපාර්ශවයම අන්‍යෝන්‍ය ආකර්ෂණයෙන් බැඳී සිටින බව දක්වමින් ස්ත්‍රීයටද පුරුෂයා මෙන්ම ප්‍රඥාව, විමුක්තිය හා නායකත්වය ඇති බව විවෘත කළහ. එසේම බුද්ධ දේශනා විනය හා ජාතක කතා තුළින් පෙනී යන්නේ බෞද්ධ දෘෂ්ටි කෝණයෙන් ස්ත්‍රී භූමිකාව පුරාණ ඉන්දීය සමාජයේ ප්‍රතිපත්තිවලට වඩා සාධාරණව දැක්වූ බවය. ජාතක කතා විමසීමේදී එහි ස්ත්‍රී පුරුෂ භූමිකා විචාරාත්මකව අධ්‍යයනය කරමින් මානව හා අමානව (තිරිසන් දේව ප්‍රේත) ස්ත්‍රීන්ගේ වර්ත ද විශ්ලේෂණය කෙරේ. මෙහි අරමුණ වන්නේ ජාතක කතා තුළින් නිරූපිත ස්ත්‍රීත්වය මගින් නූතන කාන්තාවට ගත හැකි ආදර්ශ හඳුනා ගැනීම හා ඓතිහාසික බෞද්ධ පසුබැසීම තුළින් සමාජීය ස්ත්‍රී භූමිකාව නිවැරදිව තේරුම් ගැනීමය. එමඟින් ජාතක කතා සාහිත්‍යයෙහි ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය හා එය නූතන සමාජයට ලබාදෙන දර්ශනික හා නෛතික අගය විමසනු ලැබේ.

මූල්‍ය පද: ජාතක පොත, ස්ත්‍රී භූමිකාව, බෞද්ධ දර්ශනය

Psychological Determinants of Depression among Expatriate Workers: A Cross-Level Study from Lower-Level Employees to Strategic Management in the Middle East

P. S. Ranil Jeewantha

Faculty of Humanities and Social Sciences

Eurasian campus

psr.jeewantha@gmail.com

In today's globalized economy, depression among foreign workers has become a significant psychological concern. Occupational stress, cultural dissonance, and the emotional strain of relocation frequently result in mental health issues that vary depending on the organizational hierarchy. The purpose of this study is to investigate the psychological factors that contribute to depression in foreign workers, from lower-level personnel to strategic managers. The study uses a mixed-method approach, conducting both qualitative interviews and quantitative surveys with expatriate employees of Middle Eastern multinational businesses. The study looks at four important factors that affect depression: leadership dynamics and organizational support, workload and job insecurity, cultural displacement and identity stress, and the efficacy of corporate mental health interventions. According to preliminary research, managerial and executive staff suffer from stress-induced depression brought on by leadership demands and performance standards, whereas lower-level employees frequently experience depressed symptoms associated with social isolation and financial instability. Due to stigma and ignorance, employee assistance services are underutilized, and the analysis reveals a substantial vacuum in culturally adaptable mental health frameworks. The study concludes that proactive wellness initiatives, sympathetic leadership, and cross-cultural understanding are critical to lowering depression in foreign workers. The results aid in the creation of inclusive, long-lasting, and psychologically friendly workplace models that support long-term organizational resilience and are in line with global mental health priorities.

Keywords: *Depression, Expatriate Employees, Occupational Stress, Cross-Cultural Adaptation, Mental Health Support*

A Brief Study About Applying Formal and Informal Assessment Methods for Students with Special Educational Needs

S. A. D. U. Indeewarie

Special Education Resource Person
Zonal Education Office, Kelaniya
uma.indeewarie@gmail.com

Educational assessment is a vital component of effective teaching and learning as it provides insight into student's knowledge, skills, attitude and abilities. Teachers engage both formal and informal assessment methods to assess students' achievements and progress of students with special educational needs. Continuous assessment is especially crucial due to their diverse learning requirements. The study focused on how teachers apply formal and informal assessment methods to evaluate students with special educational needs. As the study follows a qualitative design, data were collected through a documentary study, Focus Group Discussion (FGD) and a questionnaire with open ended questions. With the direction of the data triangulation the data were crosschecked to improve the credibility of the study. The discussion reveals the types of assessment tools used by teachers to made decisions based on assessment outcomes and the challenges faced in the assessment process. The collected data were analyzed thematically to understand the usage, patterns, strengths and weaknesses of formal and informal assessment practices. The study also provides practical suggestions for addressing identified challenges and improving assessment effectiveness. Findings reveal that teachers involve in current education settings tend to rely more on informal assessment methods when evaluating students with special needs. The study emphasizes the necessity for the advocate is to have clear understanding of assessment principles in special education and to balance both formal and informal approaches to ensure accurate and meaningful evaluations.

Keywords: *Educational Assessment, Formal & Informal Assessment Methods, Students with Special Needs, Inclusive Education*

කෝපය කළමනාකරනය සඳහා දුතිය ආසාත පටිචනය සූත්‍රයේ උපයෝගිතාවය පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක්

දෙහිපේ වන්දවීමල හිමි

කථිකාවාර්ය, මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
rew.cdehipe@gmail.com

කෝපය (Anger) යනු අසාධාරණයක් හෝ වරදක් සිදුවූ විට පුද්ගලයෙකුට දැනෙන ඉතා දැඩි වික්තවේගයකි. එය මෘදු කෝපයක සිට දරුණු කෝපය සහ වෛරය දක්වා විවිධ තිවුනාවයන්ගෙන් යුක්ත විය හැක. කෝපය මූලික වශයෙන් ආතතිය, කලකිරීම වැනි හැඟීම් වලින් සංලක්ෂිත වන අතර එය ඕනෑම අයෙකුට වරින් වර ඇතිවිය හැකි ස්වාභාවික මානව ප්‍රතිචාරයක් ලෙස සැලකේ. මූලික හේතු සහ බලපෑම් කෝපය බාහිර හෝ අභ්‍යන්තර බලපෑම් මත ඇති විය හැකිය. මනෝවිද්‍යාත්මකව, කෝපය මොළයේ ඇමිග්ඩලා (Amygdal) සක්‍රිය වීම හා පූර්ව-ප්‍රති frontal cortex හි ක්‍රියාකාරීත්වය අඩුවීම හා බැඳී පවතී. නිවැරදි ලෙස කළමනාකරණය නොකළ අධික කෝපය (uncontrolled anger) හේතුවෙන් ශරීරයෙන් නිකුත් වන ආතති හෝමෝන මගින් ශාරීරික හා මානසික සෞඛ්‍ය ගැටලු රැසක් ඇති කළ හැක. ඒවාට අධි රුධිර පීඩනය, හෘද රෝග, හිසරදය, කාංසාව සහ මානසික අවපීඩනය ඇතුළත් වේ. එසේම පාලනයකින් තොරව කෝපය පිටකිරීම සමාජ සම්බන්ධතා බිඳවැටීමට හා ප්‍රචණ්ඩ ක්‍රියා ඇතිවීමට ද හේතු වේ. සාර්ප්‍රත්නයන් වහන්සේ විසින් වෛරය මුළුමනින්ම දුරු කළ යුතු පුද්ගල වර්ග පහක් පෙන්වා දෙති. මෙම ඉගැන්වීම මගින් කෝපය දුරු කිරීමේදී පුද්ගලයාගේ බාහිර ක්‍රියා සහ අභ්‍යන්තර වික්ත ස්වභාවය පිළිබඳ පුළුල් දෘෂ්ටියක් ලබා දෙයි. මෙම වර්ග පස මෙසේ සාරාංශ කළ හැකිය: අපිරිසිදු කායික ක්‍රියා ඇති, පිරිසිදු වාචසික ක්‍රියා ඇති පුද්ගලයා: බාහිර කායික දුසිරිත් ඇතත්, වචනයෙන් යහපත් වන අය කෙරෙහි වුවද වෛරය දුරු කළ යුතුය. අපිරිසිදු වාචසික ක්‍රියා ඇති, පිරිසිදු කායික ක්‍රියා ඇති පුද්ගලයා: කතාවෙන් දුසිරිත් කළත්, කයින් යහපත් වන අය කෙරෙහි වුවද වෛරය දුරු කළ යුතුය. අපිරිසිදු කායික හා වාචසික ක්‍රියා ඇති, නමුත් විටින් විට සිතෙහි ප්‍රසාදය ඇති වන පුද්ගලයා: බාහිර හා වාචසික ක්‍රියාවන්ගෙන් අයහපත් වුවත්, මොහොතකට හෝ අභ්‍යන්තරයෙන් සිත දියුණු කරගන්නා අය කෙරෙහි වුවද වෛරය දුරු කළ යුතුය. අපිරිසිදු කායික හා වාචසික ක්‍රියා ඇති, කිසි විටෙකත් සිතෙහි ප්‍රසාදය ඇති නොවන පුද්ගලයා: කයෙන්, වචනයෙන් හා සිතින් අයහපත් වන, කිසිදු යහපත් ලක්ෂණයක් නොපෙන්වන අයට වුවද නොකඩවා මෙම ක්‍රියා පැතිරවීමෙන් වෛරය දුරු කළ යුතුය. පිරිසිදු කායික හා වාචසික ක්‍රියා ඇති, විටින් විට සිතෙහි ප්‍රසාදය ඇති වන පුද්ගලයා: සියලු අතින් යහපත් අය කෙරෙහි සිතේ කිසිදු කෝපයක් හෝ වෛරයක් ඇති නොකළ යුතු බව තහවුරු කරයි. මෙම පර්යේෂණයේ මූලික අරමුණ වන්නේ පුද්ගලයා තුළ ඇතිවෙන කෝපය පිළිබඳ තවදුරටත් අධ්‍යයනට කොට කෝපය කළමනාකරනයට බෞද්ධ උපදේශන ක්‍රමවේද ලෙසින් දුතිය ආසාත පටිචනය සූත්‍රයේ උපයෝගිතාවය පිළිබඳ අධ්‍යයනයක නිරත වීමයි. කෝප කළමනාකරනය සඳහා ඉතා සාර්ථක ක්‍රමවේදයක් ලෙසින් පර්යේෂණයෙන් එළඹී තිබෙනුයයි.

ප්‍රමුඛ පද: කෝප කළමනාකරණය, තරහා පාලනය, ද්වේශය, බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව, බෞද්ධ උපදේශනය

දෙවන බසක් ලෙස දෙමළ භාෂාව ඉගෙනගන්නා සිංහල සිසුන් දෙමළ අක්ෂර හෝඩිය ඉගෙන ගැනීමේදී සිදුකරන දෝෂ පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්

එච්. එච්. එල්. නයනශාන්ති

අධ්‍යාපන විද්‍යා අධ්‍යයනාංශය
මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය

lakmininayanashanthi89@gmail.com

දෙවන භාෂාවක් ඉගෙනීමේදී සිසුන්ට මුහුණ දිය හැකි ප්‍රධානතම අභියෝගයක් ලෙස අක්ෂර හඳුනා ගැනීම සහ නිවැරදිව එම අක්ෂර ලිවීමේ ක්‍රියාවලිය පෙන්වා දිය හැකිය. ඒ අනුව මෙම පර්යේෂණයේ මූලික අරමුණ වන්නේ සිංහල භාෂාව තම මව් භාෂාව ලෙස භාවිතා කරන සිසුන්, දෙමළ භාෂාවේ අක්ෂර හෝඩිය ඉගෙනීමේදී සිදුකරන දෝෂ හඳුනා ගැනීම සහ ඒවාට බලපාන භාෂාමය හේතු විශ්ලේෂණය කිරීමයි. තොරතුරු රැස් කිරීමේදී, සිසුන්ගේ අක්ෂර ලිවීමේ ප්‍රායෝගික අවස්ථා මෙන්ම සිසුන්ගේ සහ ගුරුවරුන්ගේ සම්මුඛ සාකච්ඡා යොදා ගන්නා ලදී. පර්යේෂණයේ දී හඳුනාගත් ප්‍රධාන දෝෂ අතරට අක්ෂර හැඩවල අසමානකම්, සමාන ශබ්ද ඇති අකුරු අතර ගැළපීම දෝෂ, පිල්ලම් භාවිතයේ දී සිදුකරන දෝෂ, සවන්දීමෙන් පසු ලේඛනගත කිරීමේදී සිදුකරන දෝෂ මෙයට ඇතුළත් වේ. මෙම දෝෂවලට ප්‍රධාන හේතු ලෙස භාෂාමය වෙනස, ප්‍රායෝගික භාවිතාවන් හා පළපුරුද්ද නොමැතිවීම, පාරිසරික වශයෙන් සිදුව ඇති භාෂාමය බලපෑම් හඳුනා ගත හැක. මෙම අධ්‍යයනයෙන්, සිසුන්ට වඩා ක්‍රියාකාරී සහ ආකර්ෂණීය අකුරු ඉගෙනුම් ක්‍රමවේදයක් නිර්මාණය කිරීම අපේක්ෂා කරයි. ඒ තුළින්, දෙමළ අක්ෂර හඳුනා ගැනීමේ සහ ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලිය තවත් සාර්ථක කිරීමට අවශ්‍ය මාර්ගෝපදේශ සකස් කිරීම සඳහාද උපදෙස් ලබා දියයුතු බව මෙයින් නිගමනය කළ හැකිය.

මූලික පද: මව් භාෂාව, දෙවන භාෂාව, දෙමළ අක්ෂර හෝඩිය, අක්ෂර දෝෂ, ශබ්ද, ලිවීමේ දෝෂ

Enhancing ESL Writing Skills through Task-Based Language Teaching: An Action Research Study

D. A. R. Kavinda

Lecturer, Faculty of Humanities Social Sciences
Eurasian Campus,
kavinda.sibcc@gmail.com

This action research study investigates the efficacy of Task-Based Language Teaching (TBLT) in enhancing the writing skills of English as a Second Language (ESL) learners. The study involved 40 students from a leading girls' school in the Colombo Zone, with average English language proficiency, who participated in an eight-week Task-Based Writing (TBW) program. The TBW approach focused on developing learners' writing skills through real-life tasks, including writing sentences, paragraphs, picture descriptions, posters, stories, and essays. Various writing techniques, such as controlled composition, guided composition, and free writing, were employed to facilitate learners' writing development. Data collection involved task-based writing tasks, questionnaires, and focus group interviews, which provided rich insights into learners' writing abilities and perceptions towards TBLT. The study's findings indicate that TBLT is an effective approach in enhancing ESL learners' writing skills, particularly in terms of organization, coherence, and style. Moreover, learners' perceptions towards TBLT were overwhelmingly positive, with many students expressing enthusiasm and motivation towards writing tasks. The study's results have significant implications for language teaching and learning in ESL contexts, suggesting that TBLT can be a valuable addition to ESL pedagogy. By adopting a TBLT approach, language teachers can create a more learner-centered and effective learning environment, ultimately enhancing learners' writing skills and overall language proficiency. The research contributes to the existing body of knowledge on TBLT and its application in ESL contexts, providing insights for language teachers, policymakers, and researchers.

Keywords: *Task-Based Language Teaching, ESL writing, Task-Based Writing, organizational skills, stylistic skills.*

***Track 2: Sustainable Business and
Governance***



සේවකයන්ගේ ආයතනය හැරයාමේ අභිප්‍රායට බලපාන මානසික හා ආයතනීය සාධක පිළිබඳ අධ්‍යයනය (මත්කමගොඩ ඇපරල් කර්මාන්තශාලාව ඇසුරින්)

ඩබ්ලිව්. ඒ. ජී. ඒ. විරසිංහ
කළමනාකරණ පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
anugayathri25@gmail.com

ශ්‍රී ලංකාවේ ඇගයුම් කර්මාන්තය ජාතික ආර්ථිකයට වැදගත් දායකත්වයක් සපයන, විශාල පරිමාණයේ සේවක පිරිසක් යෙදෙන කර්මාන්තයක් වන අතර, එය විශේෂයෙන්ම ශ්‍රම-දැඩි කර්මාන්තයක් ලෙස හැඳින්වේ. මෙම ක්ෂේත්‍රයේ මහන මැණිත් ක්‍රියාකරුවන් නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ මූලික භූමිකාවක් ඉටු කරන අතර, ඔවුන්ගේ කාර්ය සාධනය සෘජුවම සංවිධානයේ කාර්යක්ෂමතාවයට හා නිෂ්පාදන තත්ත්වයට බලපායි. එහෙත්, මෙවැනි වැඩපිළිවෙලකින් පෝෂණය වන වැඩ පරිසරයන්හි සේවකයන් බොහෝ විට අධික මානසික පීඩනයකට, වැඩ පිළිබඳ අතෘප්තියකට, හා ආයතනීය අසතුටට ලක්වන බව සොයාගෙන ඇත. මෙම අධ්‍යයනය මගින් මත්කමගොඩ ප්‍රදේශයේ තෝරාගත් ඇපරල් කර්මාන්ත ශාලාවක් තුළ සේවය කරන මහන මැණිත් ක්‍රියාකරුවන්ගේ මානසික හා සංවිධානාත්මක අභියෝගවලට ඔවුන් පිළිබඳව ඇති ප්‍රතිචාර, සහ ඒවා ඔවුන්ගේ ආයතනය හැරයාමේ අභිප්‍රායට බලපාන ආකාරය විග්‍රහ කරයි. නියැදි ලෙස තෝරාගත් මහන මැණිත් ක්‍රියාකරුවන් 100 දෙනෙකුගෙන් දත්ත රැස් කිරීමට ව්‍යුහගත සමීක්ෂණ පත්‍රයක් භාවිතා කරන ලදී. මෙම සමීක්ෂණය මගින් සේවකයන්ගේ මානසික හිරිහැර මට්ටම, සංවිධානයේ සහකාරකතාව හා විවෘතතාවය පිළිබඳ ඔවුන්ගේ අදහස්, රැකියා තෘප්තිය, සහ ආයතනය හැරයාමේ අභිප්‍රාය මැනීමට උත්සාහ කෙරේ. දත්ත විශ්ලේෂණය සඳහා විස්තරාත්මක සංඛ්‍යාන, සමීකරණ විශ්ලේෂණය, සහ බහු ප්‍රතිගාමී විශ්ලේෂණය යන ක්‍රමවේද භාවිතා කරනු ලැබීය. විශේෂයෙන්, මානසික හිරිහැරය, වැඩ පීඩනය, සහ ආයතනීය සහාය අඩු වීම යන සාධක සේවකයන්ගේ පිරිවැටුම් අභිප්‍රාය මත කෙසේ බලපාන බව සොයා බැලීම මෙම පර්යේෂණයේ ප්‍රධාන අරමුණක් වේ. පර්යේෂණයේ නිගමන ලෙස සංවිධානයේ නිශ්චිත සන්දර්භය තුළ මානසික හිරිහැර සහ පිරිවැටුම් අභිප්‍රාය අතර සමීකරණවය පිළිබඳ ප්‍රමාණාත්මක අවබෝධයක් ලබා දෙයි. පිරිවැටුම් අභිප්‍රාය කෙරෙහි හිරිහැරයේ බලපෑම ප්‍රමාණනය කිරීමෙන්, සේවක රඳවා තබා ගැනීම සහ සංවිධානාත්මක කාර්ය සාධනය වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා සේවා ස්ථාන හිරිහැර ආමන්ත්‍රණය කිරීමේ වැදගත්කම පිළිබඳව මානව සම්පත් (HR) වෘත්තිකයන්ට සහ සංවිධානාත්මක නායකයින්ට දැනුම් දීම මෙම අධ්‍යයනයේ අරමුණයි.

මූලාස පද: කාර්ය සාධනය, පිරිවැටුම් අභිප්‍රාය, මහන මැණිත් ක්‍රියා කරුවන්, මානසික හිරිහැර, වාචික අපයෝජනය

**ශ්‍රී ලංකාවේ ව්‍යාපාරික කෘත්‍රිම බුද්ධිය සහ ස්වයංක්‍රීයකරණය
අනුගමනය කිරීමේ ප්‍රවණතා සහ අභියෝග පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්**

ජේ. ජී. ඩී. පාවුළුආරච්චි
කළමනාකරණ පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
jeewapauluarachchi@gmail.com

ලංකාවේ ව්‍යාපාරික ක්ෂේත්‍රය තුළ කෘත්‍රිම බුද්ධිය (AI) සහ ස්වයංක්‍රීයකරණ (Automation) තාක්ෂණයන් පිළිබඳ අවබෝධය, අභියෝග සහ ප්‍රවණතා පරීක්ෂා කිරීමේ අරමුණින් මෙම අධ්‍යයනය සිදු කරන ලදී. පසුබිම වශයෙන්, ගෝලීය ව්‍යාපාරික පරිසරය වේගයෙන් පරිවර්තනය වී කෘත්‍රිම බුද්ධිය සහ ස්වයංක්‍රීයකරණයන් හි බලපෑම විසින් තරඟකාරීත්වය ප්‍රබලව වර්ධනය කර ඇති යුගයකට ව්‍යාපාර මුහුණ දෙමින් තිබේ. අධ්‍යයනයේ අරමුණ වන්නේ ශ්‍රී ලංකාවේ විවිධ පරිමාණයේ කෘත්‍රිම බුද්ධිය සහ ස්වයංක්‍රීයකරණය පිළිබඳ ඇති දැනුම, අභියෝග සහ අවශ්‍යතා පුළුල්ව විමර්ශනය කිරීමය. ක්‍රමවේදය ලෙස ප්‍රශ්නාවලි මගින් දත්ත රැස්කරමින් විවිධ කුඩා, මධ්‍ය සහ විශාල ව්‍යාපාර ආයතන 50කට වැඩි සංඛ්‍යාවක් අධ්‍යයනයට ඇතුළත් කරගත් අතර ගුණාත්මක සහ සංඛ්‍යාත්මක විග්‍රහ ක්‍රම යොදා ගනු ලැබීය. ප්‍රධාන ප්‍රතිඵල අනුව ව්‍යාපාර 68%කට වැඩි ප්‍රමාණයක් කෘත්‍රිම බුද්ධිය පිළිබඳ මූලික හෝ මධ්‍යම අවබෝධයක් පැවති අතර, කුඩා හා මධ්‍ය ව්‍යාපාරවල දැනුම සීමිත විය. එසේම 75% කට පමණ නිසි පුහුණු වැඩසටහන් අවශ්‍ය බව පෙන්වා දුන්. තවද, 52% කට වැඩි සංවිධානවල දී තාක්ෂණික හිතිය, රැකියාවන් අහිමි වීමේ හිතිය සහ සංස්කෘතික විරෝධය වැනි බාධක පවතින බව හඳුනා ගන්නා ලදී. අධ්‍යයනයේ නිගමනය වශයෙන් ශ්‍රී ලංකාවේ කෘත්‍රිම බුද්ධිය සහ ස්වයංක්‍රීයකරණ ව්‍යාප්තිය සඳහා නීතිමය හා ආයතනික පදනම් ශක්තිමත් කිරීම, (ICTA, NEDA, EDB) වැනි ආයතන සවිබල ගැන්වීම, පුහුණු වැඩසටහන් ක්‍රමවත් කිරීම සහ ව්‍යාපාර-අධ්‍යාපන සහයෝගය ප්‍රවර්ධනය කිරීම අත්‍යවශ්‍ය බව අවබෝධ විය. මෙය දිගුකාලීනව ගෝලීය තාක්ෂණික තරඟකාරීත්වයට ශ්‍රී ලංකාවේ ව්‍යාපාරයන් සාර්ථකව සූදානම් කරගැනීමට මූලික දායකත්වයක් සපයන ලදී. තවද, අනාගතයේදී සම්පත් කාර්යක්ෂමව යොදාගත් කෘත්‍රිම බුද්ධිය විසඳුම්, තිරසාර නිෂ්පාදන ක්‍රම සහ නව නිෂ්පාදන නවෝත්පාදන ක්‍රියාවලීන් ඇතුළත් කරගැනීම මගින් ශ්‍රී ලංකා ආර්ථිකය නවෝත්සාහයෙන් ඉදිරියට ගෙන යාහැකි බව පෙන්වා දුන්. මේ නිසා ආයතනික ප්‍රතිපත්ති සැලසුම්කරුවන්ට, අධ්‍යාපන හා පුහුණු ආයතනවලට සහ ව්‍යාපාර ප්‍රධානීන්ට යුක්තිසම්පන්න තීරණ ගනිමින් ප්‍රායෝගික ක්‍රියාමාර්ග ගත හැකි දැනුමක් ලබා දුන්. එමඟින් ව්‍යාපාරික ක්ෂේත්‍රයේ නවෝත්පාදන සංස්කෘතියක් ගොඩනගා, වැඩි වශයෙන් ගෝලීය හවුල්කාරීත්වයන් හා ආයෝජන ආකර්ෂණය කිරීමටද අවස්ථාවන් නිර්මාණය විය.

මූල්‍ය පද: කෘත්‍රිම බුද්ධිය (AI), ස්වයංක්‍රීයකරණය (Automation), ව්‍යාපාරික ක්ෂේත්‍රය, ශ්‍රී ලංකාව, අභියෝග සහ අවශ්‍යතා, පුහුණු වැඩසටහන් සහ ප්‍රතිපත්ති

An Analysis of Factors Influencing Blue-Collar Workers' Workplace Morale for Enhanced Performance during working Shift (Based on food manufacturing industry in Colombo)

D. L. G. S. K. Chandrapala

Faculty of Management,

Eurasian Campus

dlgsk1984@gmail.com

This study examined the factors influencing workplace morale and shift performance among blue-collar workers in Colombo's food manufacturing industry. Using a deductive research approach, data were collected from two selected production facilities through a structured questionnaire based on a 5-point Likert scale. Quantitative methods were applied to assess the perceptions of mostly young, early- to mid-career workers with relatively short job tenures. Findings revealed that environmental factors such as cleanliness, proper organization, ventilation, temperature control, and access to clean rest and toilet facilities were vital for maintaining morale during shifts. Safety procedures, adequate equipment, regular maintenance, training opportunities, and fair shift scheduling were also key determinants of positive morale and performance. Supervision emerged as a critical factor; approachable supervisors, constructive feedback, recognition, and fair conflict management fostered motivation and trust. Job clarity, variety aligned with skills, and practical demonstrations before new tasks increased engagement. Teamwork and supportive peer relations, especially in low-conflict settings, enhanced collaboration and satisfaction. Financial motivators competitive salaries, incentives, benefits, and transparent pay increases were considered essential to sustaining commitment. Moreover, employee participation in workplace decisions and problem-solving strengthened their sense of belonging and empowerment. The study concluded that improving morale among youthful, less-experienced workers requires tailored strategies such as comprehensive onboarding, continuous training, inclusive communication, leadership development, and consistent improvements in workplace conditions and benefits. Emphasizing these factors was found to significantly enhance morale and shift performance within Colombo's food manufacturing sector.

Keywords: *Blue-Collar Workers, Morale, Performance, Food Manufacturing Industry, Working Shifts*

The Role of Microcredit in Promoting Rural Economic Empowerment: A Study Based on Tsunami Gammanaya, Botnikwatta GND in the Kalutara Divisional Secretariat Division

D. L. N. K. Munasinghe

Lecturer, Faculty of Management,

Eurasian Campus

nuwanikalhari97@gmail.com

This study examines the impact of the microcredit system on rural economic empowerment with special reference to Tsunami Gammanaya, Botnikwatta. It explores how microcredit factors such as loan amount, interest rate, repayment period, and repayment ability influence rural empowerment. Although microcredit facilities are available, many rural borrowers still face challenges like high interest rates, limited repayment capacity, and low financial literacy, which hinder the success of empowerment initiatives. A mixed-method approach combining quantitative and qualitative analyses was adopted to gain a comprehensive understanding. Primary data were collected through structured questionnaires and interviews from 200 respondents selected using stratified random sampling. Quantitative data were analyzed using descriptive statistics, Pearson correlation, and multiple regression, while qualitative data were analyzed thematically. Findings revealed that loan amount ($r = 0.684$, $p < 0.01$) and repayment ability ($r = 0.611$, $p < 0.01$) have strong positive correlations with economic empowerment, while interest rate ($\beta = -0.217$, $p < 0.05$) negatively affects it. Regression results identified loan amount ($\beta = 0.428$, $p < 0.05$) as the strongest predictor, confirming that accessible and sufficient credit enhances rural livelihoods. Qualitative insights supported improvements in income generation, small business development, and household welfare among beneficiaries. The study concludes that microcredit significantly contributes to rural economic empowerment when loan conditions are favorable and repayment systems are supportive. It recommends lowering interest rates, extending repayment periods, and promoting financial literacy and livelihood training to ensure sustainable empowerment. Overall, the findings highlight the need for policy interventions and effective microfinance management to foster inclusive and resilient rural development in Sri Lanka.

Keywords: *Microcredit, Rural Economic Empowerment, Loan Amount, Interest Rate, Repayment Period, Repayment Ability, Mixed Method*

ලමාවිය හිංසනය පසුකාලීන පුද්ගල අපරාධකාරීත්වයට බලපාන ආකාරය පිළිබඳ විද්‍යාත්මක අධ්‍යයනයක් (වැලිකඩ බන්ධනාගාරයේ රැඳවියන් ඇසුරින්)

එච්. ඩබ්ලිව්. එල්. ජේමසිංහ
අපරාධ විද්‍යාව හා අපරාධ යුක්ති අධ්‍යයනාංශය
ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්වවිද්‍යාලය
amithagnana123@gmail.com

ලමයා යනු අව්‍යාජත්වයේ හා සුන්දරත්වයේ විශ්වමය සංකේතය යන වග හඳුනාගත හැකිය. ඔවුන් නයි මින ආකාරයට සාදාගතහොත් සමාජය ද ඉබේම අපරාධ වලින් ගහන නොවූ සමාජයක් බවට පත්වේ. එබැවින් ලමයා විවිධ හිංසනයන්ගෙන් විමුක්ත කරගත යුතුය. මෙම පර්යේෂණය ලමාවිය හිංසනය පසු කාලීන පුද්ගල අපරාධකාරීත්වය අතර ඇති අන්‍යෝන්‍ය සම්බන්ධතාවය ගවේෂණය කිරීමෙන් එහි ඇති සංකීර්ණ සම්බන්ධය විමර්ශනය කරයි. ලමා හිංසනය සම්බන්ධයෙන් පවුල, අධ්‍යාපනය, සාමාජ සම්බන්ධතා, මිතුරු බලපෑම සාදක බලපාන ආකාරය අධ්‍යයනය කරනු ලබයි. ප්‍රමාණාත්මක දත්ත විශ්ලේෂණය සම්මුඛ පරීක්ෂණ, සිද්ධි අධ්‍යයන, ප්‍රශ්නාවලි හරහා ගුණාත්මක දත්ත ගවේෂණය ඒකාබද්ධ කරමින් පර්යේෂණ මිශ්‍ර ප්‍රවේශයක් අනුග්‍රහණය කොට ඇත. බන්ධනාගාර දත්ත වාර්තා සමුදායන් සහ සමීක්ෂණ වලින් ප්‍රමාණාත්මක දත්ත ලබා ගත් අතර, ඒ හරහා අපරාධ හැසිරීම් වල රටා සහ අපරාධ වලට හේතු හඳුනා ගැනීමට හැකි වේ. සම්මුඛ සාකච්ඡා සහ සිද්ධි අධ්‍යයනය අපරාධ ක්‍රියාකාරකම් වලට සම්බන්ධ පුද්ගලයන්ගේ අත්දැකීම්, ඉදිරි දර්ශනයන සොයා බැලීමට අවස්ථාවක් සපයයි. පර්යේෂණ ක්ෂේත්‍රය ලෙස වැලිකඩ බන්ධනාගාරය තෝරාගන්නා ලදී. බන්ධනාගාරයේ සියලුම රැඳවියන් සංගහනය වශයෙන් ගෙන ඔවුන්ගෙන් 40 ප්‍රමාණයක් අහඹු ලෙස පහසු නියැදිම් ක්‍රමය යටතේ ගන්නා ලදී. එහි කාන්තාවන් 7 දෙනෙකු සහ පුරුෂයන් 33 දෙනෙකු නියැදුම් ක්‍රමය ඔස්සේ තෝරා ගන්නා ලදී. පර්යේෂණයේ ප්‍රධාන අරමුණ වන්නේ ලමාවිය හිංසන සහ අපරාධ හැසිරීම් අතර ඇති සංකීර්ණ සම්බන්ධතාවය විමර්ශනය කිරීම, විශ්ලේෂණය කිරීම සහ ගැඹුරු අවබෝධයක් ලබා ගැනීමයි. මෙම පර්යේෂණයේ අනාවරණයන් ලෙස ප්‍රතිපත්ති සම්පාදකයන්, නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන ආයතන සහ පුනරුත්ථාපන වැඩසටහන් ඇතුළු පාර්ශ්වකරුවන්ට සැලකිය යුතු බලපෑමක් ඇති කරනු ඇත. ලමයා පාසල තුළදී තම පවුල තුළදී යහළු මිතුරන් ඇසුරේදී අත්දැකීම් මත පසුකාලීන තමාගේ ජීවිතය හැඩ ගසා ගන්නා ආකාරය හඳුනාගත හැක. යම් හෙයකින් එම කාලය තුළ දී අපරාධකාරී හැසිරීම් උකහා ගත්හොත් ඔහු නිරායාසයෙන් අපරාධකරුවෙකු වෙයි. මෙම අධ්‍යයනය තුළින් සොයාගත් විශේෂ කරුණ වන්නේ ලමා කාලය තුළ ලබන ලද කායික, මානසික, ලිංගික, හිංසනයන් නොසලකා හැරීම්, ප්‍රතික්ෂේප කිරීම් මේ සියලු හිංසන තත්වයන් පසුකාලීනව වැඩිහිටි අපරාධකරුවෙකු වීම සඳහා බලපාන බවයි. ලමා විය තුළ ලිංගික හිංසනයකට ලක් වූ වින්දිතයෙකු බොහෝ වෙලාවට ලිංගික අපරාධ කිරීමට වැඩි නැඹුරුවක් දක්වන ආකාරය ද මෙම පර්යේෂණයේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් දැකගත හැකිය.

මූලාස පද: අපරාධකාරීත්වය, ලමා හිංසනය, ලමා අයිතිවාසිකම්, ලමා කම්පන, බිඳුණු පවුල

Exploring the Impact of Emotional Wellness on Apparel Industry Employees

R. M. Weeraddana

Department of Social Work Social Sciences
Eurasian campus
rwnrweeraddana@gmail.com

Emotional wellness plays a vital role in sustaining employee productivity, job satisfaction, and organizational growth. This study explores the impact of emotional wellness on employees working in the apparel industry, focusing on how counselling services and mental health initiatives contribute to overall employee well-being. The research was conducted within a large apparel company that operates both locally and internationally, employing more than 100,000 individuals. A sample of 260 employees was selected, consisting of 120 team members and staff, 80 executives, and 60 managers and above. Data were collected using questionnaires and semi-structured interviews administered across multiple factory locations. The findings reveal that the majority of team members expressed a strong need for counselling services and mental health programs to maintain emotional balance and workplace motivation. Executives highlighted the importance of emotional wellness programs in promoting work-life balance and reducing stress-related absenteeism. Senior managers reported that effective counselling initiatives have contributed to lowering suicide rates and enhancing employee morale, which directly supports business growth and productivity. The study concludes that emotional wellness significantly influences overall employee performance and organizational success. It recommends empowering counsellors' roles within the company, implementing regular mental health training programs, and reducing the stigma associated with seeking counselling support. Strengthening emotional wellness initiatives can ultimately lead to a healthier, more engaged, and more resilient workforce in the apparel sector.

Keywords: *Emotional Wellness, Counselling, Mental Health, Apparel Industry, Employee Well-Being*

SDB බැංකුවේ Upay යෙදුම මගින් සපයනු ලබන ජංගම බැංකුකරණයේ මාර්ගගත බැංකුකරණ සේවාවන් පිළිබඳ ඇඟයීමක් (මාතලේ දිස්ත්‍රික්කයේ දඹුල්ල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශය ඇසුරින්)

බී. එම්. එන්. එන්. බස්නායක
කළමනාකරණ පීඨය,
යුරේසියානු සරසවිය
nadeeka255@gmail.com

ශ්‍රී ලංකා ආර්ථිකයේ ස්ථාවරත්වය සහ ව්‍යාපෘතිය කෙරෙහි රටේ බැංකු අංශය සැලකිය යුතු ලෙස බලපායි. ශ්‍රී ලංකා මහ බැංකුවට අනුව ශ්‍රී ලංකාවේ සියලුම මූල්‍ය ආයතන කාණ්ඩ 3 කට බෙදිය හැකිය මේවාට බලපත්‍රලාභී මූල්‍ය ආයතන, බලපත්‍රලාභී විශේෂිත බැංකු සහ බලපත්‍රලාභී වාණිජ බැංකු ඇතුළත් වේ. බැංකුකරණයේ තොරතුරු තාක්ෂණයේ වර්ධනය වඩාත් අනුවර්ථනය කළ හැකි ගෙවීම් යාන්ත්‍රණ සහ වඩාත් පරිශීලක හිතකාමී බැංකු සේවා නිර්මාණය කිරීමට සැලකිය යුතු ලෙස බලපා ඇත. මීට අමතරව ජංගම බැංකුකරණය භාවිතා කිරීම මූල්‍ය වංචා නැවැත්වීමට උපකාරී වේ. බැංකුවට මේ ආකාරයෙන් නව ව්‍යාපාර සම්බන්ධතා ඇති කර ගත හැකිය. මෙම අධ්‍යයනය ප්‍රධාන වශයෙන් අවධානය යොමු කරන්නේ ජංගම බැංකුකරණය පිළිගැනීමේදී විද්‍යුත් සේවා ආරක්ෂාවේ බලපෑම හඳුනාගැනීම, ජංගම බැංකුකරණය පිළිගැනීමේදී ආත්මීය සම්මතයන්ගේ බලපෑම පරීක්ෂා කිරීම සහ ආත්මීය සම්මතයන් සහ හේතුව අතර අන්තර් ක්‍රියාකාරීත්වය තීරණය කිරීම කෙරෙහිය. සියලුම විමසීම් SDB බැංකුවෙන් බලගැන්වෙන U Pay යෙදුම භාවිතයෙන් පවත්වනු ලැබේ. මෙම පර්යේෂණයේ නියැදිය වන්නේ මාතලේ දිස්ත්‍රික්කයේ දඹුල්ල නගරයේ SDB බැංකුවේ ජංගම බැංකු පහසුකම් භාවිතා කරන ගනුදෙනුකරුවන්ය. ඒ අනුව ප්‍රායෝගික දූෂ්කරතා සලකා බැලීමෙන් පර්යේෂකයා ප්‍රතිචාර දැක්වූවන් 100 දෙනෙකුගේ නියැදි ප්‍රමාණය තෝරාගෙන ඇත. දත්ත විශ්ලේෂණ ක්‍රමය ස්වාධීන විචල්‍යත් සහ යැපෙන විචල්‍යත් අතර අන්තර් සම්බන්ධතාවය ඔප්පු කිරීමේ කාරණය වන බැවින් දත්ත විශ්ලේෂණය සමාජ විද්‍යා සංඛ්‍යාන පැකේජ (SPSS) භාවිතයෙන් සිදු කෙරේ. මෙම අධ්‍යයනය භාවිතා කරනු ලබන්නේ ප්‍රශ්නාවලියක් හරහා රැස් කරන ලද සංඛ්‍යාතමය, අංක ගණිතමය, කරුණු අධ්‍යයනය කිරීම මගිනි. මෙම පර්යේෂණය මගින් යැපෙන විචල්‍යත් සහ ස්වාධීන විචල්‍යත් අතර සැලකිය යුතු සම්බන්ධතාවයක් ඇති බව පර්යේෂණයේදී නිගමනය කරයි.

මූලික පද: ජංගම බැංකුකරණය, අවධානම, විශ්වාසය හා ආරක්ෂාව, පදිංචි ගුණාත්මක භාවය, Upay

Impact of Primary Health Care on Diabetes Management in the Kahawatta Cluster, Ratnapura District

W. L. S. W. K. Liyanage
Faculty of Post Graduate Studies
Eurasian Campus
wasanli@yahoo.com

Diabetes presents a growing public health challenge in Sri Lanka's rural and semi-urban areas, notably within the Kahawatta Cluster of Ratnapura District. Barriers such as limited access, affordability, and resource constraints hinder effective disease management, leading to rising prevalence and complications. This study assesses the role of primary health care (PHC) service delivery in diabetes management through a mixed-method approach, focusing on early detection, patient education, and sustainable control. Key areas examined include service accessibility for marginalized populations, affordability of care, and quality of PHC delivery. Operational constraints, such as workforce shortages and inadequate diagnostics are analyzed alongside integrated strategies involving government, private, and NGO collaboration. Emphasis is placed on culturally sensitive, patient-centered models and digital innovations like electronic medical records and telehealth to enhance continuity of care. Quantitative analysis compared diabetes caseloads across three PHC facility types, Base Hospital Kahawatta (BH), District Hospital Pelmadulla (DHC), and Primary Medical Care Unit Beranduwa (PMCU). One-way ANOVA revealed significant variation in monthly diabetes cases ($F(2, 6) = 12.47, p < 0.05$), with BH reporting the highest mean caseload (419), followed by DHC (77.7) and PMCU (1.7). Regression analysis showed patient satisfaction was moderately linked to service proximity and caseload. PMCU, with shorter travel distances (1–10 km) for PMCU Berenduwa had showed higher satisfaction scores (mean = 9.3/15), while BH's higher caseload correlated with lower satisfaction (mean=11.6/15) of BH Kahawatta, suggesting a tradeoff between service volume and patient experience. Findings highlight the need to strengthen peripheral PHC services to enhance diabetes detection, improve patient experience, and ensure equitable care delivery through patient centered care to improve diabetes outcomes in under-served regions in Sri Lanka.

Keywords: *Primary Health Care, Diabetes Management, Community Health, Kahawatta Cluster Ratnapura District*

**ගබඩා කළමනාකරණය සහ සේවක අනාරක්ෂිතතාව පිළිබඳ
අධ්‍යයනයක් (කොළඹ දිස්ත්‍රික්කයේ සුරිය පැනල සවිකරන
ආයතනයක් ඇසුරින්)**

කේ. ටී. තිසර මදුෂාන්
කළමනාකරණ පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
madushanthisara88@gmail.com

නූතනයේ ව්‍යාපාරික ලෝකය තරඟකාරී හා වේගවත් පරිසරයක ක්‍රියාත්මක වන අතර, නිසි ගබඩා කළමනාකරණය ව්‍යාපාරයක සාර්ථකත්වය හා සේවක ආරක්ෂාව තීරණය කරන මූලික සාධකයකි. නිවැරදි ගබඩා කළමනාකරණයක් නොමැති වීම නිසා බොහෝ ආයතනවල ගබඩාවල අස්ථාවරතාව, හානිදායක අලාභය, කාර්යය ප්‍රමාද සහ සේවක අනාරක්ෂිත තත්වයන් ඇතිවීම දැක්වෙයි. එම පසුබිම මත මෙම අධ්‍යයනය "ගබඩා කළමනාකරණය සහ සේවක අනාරක්ෂිතතාවය: කොළඹ දිස්ත්‍රික්කයේ සුරිය පැනල සවිකරන ආයතනයක් ඇසුරින්" යන ශීර්ෂය යටතේ සිදු කෙරේ. අධ්‍යයනයේ ප්‍රධාන අරමුණ වන්නේ එම ආයතනයේ පවතින වත්මන් ගබඩා කළමනාකරණ ක්‍රියාවලිය විමසා එය නිසි පද්ධතියකින් යුක්ත කර සේවක ආරක්ෂාව වැඩිදියුණු කිරීම සඳහා නිර්දේශ ඉදිරිපත් කිරීමයි. මෙම අධ්‍යයනය මිශ්‍ර ක්‍රමවේදයක් භාවිතා කරන නිගාමී පරීක්ෂණයකි. දත්ත රැස්කිරීම සඳහා ස්ථානීය අධීක්ෂණයක් සහ ගබඩාවේ සේවය කරන සේවකයන් නිස්දෙනෙකුගෙන් ලබාගත් ප්‍රශ්නාවලියක් යොදා ගන්නා ලදී. රැස්කළ දත්ත ගුණාත්මක හා ප්‍රමාණාත්මක විශ්ලේෂණ ක්‍රම භාවිතයෙන් විග්‍රහ කෙරුණි. විශ්ලේෂණයෙන් හෙළිවූයේ ගබඩාවේ හානිදායක පිළිවෙලට ගබඩා නොකිරීම, ආරක්ෂිත උපකරණ හිඟවීම, වැඩ කරන අවකාශයේ ආලෝකය හා වාතය අඩුවීම, සහ අධීක්ෂණ පද්ධති නොමැති වීම නිසා සේවක අනාරක්ෂිතතාවය වැඩිවීම යන කරුණු ය. එමෙන්ම සේවකයන්ගේ තොරතුරු අනුව ආරක්ෂාව පිළිබඳ අවබෝධය හා පුහුණුව ද අඩු මට්ටමින් පවතින බවත්, අනතුරු වළක්වීම සඳහා ක්‍රියාත්මක ක්‍රම හෝ මගපෙන්වීම් නොමැති බවත් තහවුරු විය. ඒ අනුව, ගබඩා කළමනාකරණය පද්ධතිමය ආකාරයකින් සංවිධානය කිරීම, ආරක්ෂිත උපකරණ ලබාදීම, සේවකයන්ට නිතර පුහුණුවක් ලබාදීම, හා නව තාක්ෂණික අධීක්ෂණ පද්ධති හඳුන්වාදීම අවශ්‍ය බව නිගමනය කෙරේ. එමඟින් ආයතනයේ ගබඩා කළමනාකරණ ක්‍රියාවලිය කාර්යක්ෂම හා ආරක්ෂිත පරිසරයක් බවට පත් කර සේවක ආරක්ෂාව හා ආයතනික කාර්යක්ෂමතාව තහවුරු කළ හැකි බව මෙම අධ්‍යයනයෙන් අවධාරණය කෙරේ.

මූලාස පද - සේවක අනාරක්ෂිතතාව, ගබඩා කළමනාකරණය, ගබඩාව තුළ පවතින ගැටලු, ගබඩාවේ වත්මන් තත්වය, ගබඩාව තුළ පවතින අඩුපාඩු.

Overcrowding of Remand Detainees in Sri Lanka: The Need for Legal and Institutional Reforms

C. H. Samarakoon

Lecturer, Department of Law and Legal Studies
Eurasian campus
chamaka111@gmail.com

The overcrowding of remand detainees in Sri Lankan prisons has become a major concern within the country's criminal justice system. This issue adversely affects the administration of justice, prison management, and Sri Lanka's efforts to uphold human rights. The purpose of this research is to examine the causes, consequences, and possible reforms needed to address prison overcrowding. The study identifies several key factors contributing to the problem, including delays in judicial proceedings, the lack of non-custodial alternatives, difficulties in furnishing bail bonds, and inadequate prison infrastructure. Overcrowding severely violates the basic human rights of detainees, leading to inhumane living conditions characterized by poor sanitation and limited space. It also contributes to increased violence among inmates and undermines the broader objectives of the criminal justice system. Through a qualitative analysis of available prison statistics, legal frameworks, and constitutional provisions, this research highlights the urgent need for comprehensive judicial and social reforms. Proposed solutions include amending the Bail Act to introduce more flexible bail conditions, expanding community-based correctional programs, and implementing judicial reforms to expedite criminal proceedings. Additionally, establishing a dedicated authority to monitor and ensure prison standards is essential to maintaining humane conditions. Addressing the issue of overcrowding in remand prisons is an immediate necessity for protecting detainees' right to humane treatment, safeguarding the rule of law, and strengthening the justice system. Sustainable and rights-based reforms are crucial to ensuring dignity for detainees and aligning Sri Lanka's correctional system with international human rights standards. This research ultimately seeks to contribute to the development of effective and sustainable measures for improving prison conditions and promoting justice within the country.

Keywords: *Remand Detainees, Prisons, Overcrowding, Human Rights, Criminal Justice*

An Analysis of The Causes and Effects of Labour Absenteeism in an Organization

Lochani Welagedara (AAL)

Lecturer, Department of Law and Legal Studies
Eurasian campus
nlochani@hotmail.com

Absenteeism is a major issue that significantly affects organizational performance, productivity, and efficiency. Frequent and unauthorized absences disrupt workflow, reduce labour efficiency, and increase operational costs. The primary causes of absenteeism include low job satisfaction, inadequate wages, poor working conditions, workplace stress, lack of motivation, and personal or health-related problems. In industries and factories, absenteeism increases pressure on present employees and raises expenses through overtime payments or the hiring of temporary staff. At the managerial level, it disrupts organizational control, supervision, and decision-making processes. This study aims to identify the causes, patterns, and effective control measures of absenteeism. Data were collected from 20 employees representing both government and private sector organizations through qualitative interviews and questionnaires. The findings indicate that companies investing in employee welfare, fair compensation, a supportive work culture, safe environments, and reward systems tend to have lower absenteeism rates. Furthermore, effective communication between employers, managers, and employees fosters trust and minimizes unauthorized leave. Recommended strategies include flexible work schedules, balanced workload distribution, regular attendance monitoring, and performance-based incentive programs to promote attendance. The study highlights the strong relationship between absenteeism and employee performance, emphasizing motivation, engagement, and recognition rather than disciplinary action. Labour counseling is identified as an effective long-term strategy to address underlying personal and psychological issues contributing to absenteeism. Ultimately, minimizing absenteeism enhances employee commitment, increases productivity, strengthens workplace morale, and contributes to the sustainable growth of the organization.

Keywords: *Absenteeism, Employee Performance, Organizational Productivity, Workplace Motivation, Human Resource Management*

Assessing the Effectiveness of Rehabilitation Programs: An Evaluation of Implementation Challenges

N. D. D. N. Weerasinghe^{1*}, A. R. P. C. U. Amarasinghe²

Lecturer, Eurasian Campus, Sri Lanka¹

Senior Lecturer, University of Sri Jayewardenepura²

nuwandhanushka512@gmail.com

Rehabilitation is a key component of modern correctional systems, aiming to reform offenders and support their reintegration into society. Despite various initiatives, many rehabilitation programs struggle to achieve meaningful outcomes. This study investigates the challenges affecting the effectiveness of rehabilitation programs in correctional institutions and proposes practical solutions for improvement. A qualitative research design was used, collecting data from 50 participants ($n=50$), including correctional officers (10), rehabilitation staff (10), and inmates (30) from selected institutions. Data were gathered through structured questionnaires focusing on resource availability, staff training, institutional support, overcrowding, and post-release assistance. The findings reveal that rehabilitation efforts are hindered by inadequate facilities, insufficient financial and human resources, and weak institutional coordination. Many programs operate without proper planning, monitoring, or evaluation systems, resulting in inconsistent outcomes. The shortage of trained personnel and lack of post-release follow-up further reduce the sustainability of rehabilitation efforts. These limitations weaken reintegration success and increase the likelihood of reoffending. The study concludes that program effectiveness relies on institutional commitment, adequate resource allocation, and strong community-based support systems. It emphasizes the need for structured, evidence-based rehabilitation frameworks and continuous evaluation mechanisms. Strengthening institutional collaboration and expanding post-release support are essential to ensure offender transformation and successful social reintegration.

Keywords: *Rehabilitation, Implementation Challenges, Correctional Institutions, Reintegration, Institutional Support, Program Effectiveness*

***Track 3: Sustainable Technology
and Innovation***



පාසල් සිසුන්ගේ කෘතිම බුද්ධිය පිළිබඳ දැනුම සහ එහි අනාගත වැදගත්කම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්

පී. ජී. එන්. එච්. ඩයස්
තාක්ෂණ පීඨය
යුරේසියානු සරසවිය
dewmi.harshani@gmail.com

පාසල් සිසුන් යනු රටක අනාගතය බාර ගන්නා පුරවැසියන් වන අතර, ලෝකයේ වේගයෙන් වෙනස්වන තාක්ෂණික ප්‍රවණතා පිළිබඳ දැනුම ලබා ගැනීම හා ඒවා අනුකූලව ඉගෙනීම ඔවුන්ගේ මූලික අයිතියක් ලෙස සැලකිය යුතුය. අනාගතයේදී කෘතිම බුද්ධිය (Artificial Intelligence - AI) සම්බන්ධ තාක්ෂණය සියලුම ක්ෂේත්‍රවලට බලපාන බව පැහැදිලි වන අතර, එය පිළිබඳව දැනුම ලබාදීම හා පුහුණුවීම වත්මන් වැඩිහිටි පරම්පරාවේ සහ අධ්‍යාපන පද්ධතියේ මූලික වගකීමක් ලෙස සැලකිය හැක. එම පරිප්‍රේක්ෂයෙන්, මෙම පර්යේෂණයේ අරමුණ වූයේ පාසල් සිසුන්, ගුරුවරුන් හා දෙමාපියන් අතර කෘතිම බුද්ධිය පිළිබඳ දැනුවත්භාවය සොයා බැලීම හා ඒ සඳහා පරිසරික හා තාක්ෂණික සාධකයන් විශ්ලේෂණය කිරීමයි. පර්යේෂණය ප්‍රධාන වශයෙන් ප්‍රමාණාත්මක ක්‍රමවේදයක් මත පදනම් වූ අතර, තොරතුරු රැස් කිරීමට ව්‍යුහගත ප්‍රශ්නාවලි හා සම්මුඛ සාකච්ඡා භාවිතා කරන ලදී. ප්‍රාථමික දත්ත ලබා ගැනීමට සිසුන්, ගුරුවරුන් සහ දෙමාපියන් වෙත වෙනම සකස් කළ ප්‍රශ්නාවලි භාවිතා කරනු ලැබීය. ද්විතීක දත්ත සඳහා පූර්ව පර්යේෂණ, ග්‍රන්ථ, වාර්තා සහ විද්‍යාත්මක ලිපි සලකා බැලූණි. නියැදි ප්‍රමාණය ලෙස කළුතර දිස්ත්‍රික්කයේ ඔලඹොඩුව ප්‍රදේශයේ පාසල් කිහිපයක් තෝරාගෙන, සිසුන් 53 දෙනෙකු සහ ගුරුවරුන් හා දෙමාපියන් 25 දෙනෙකු අහඹු ලෙස තෝරාගත්හ. අවසාන ප්‍රතිඵල පෙන්වා දුන්නේ නාගරික හා ජාත්‍යන්තර පාසල්වල සිසුන් සහ ඔවුන්ගේ දෙමාපියන්ට කෘතිම බුද්ධිය පිළිබඳ වැඩි දැනුමක් හා අවබෝධයක් ඇති බවත්, එසේම ග්‍රාමීය පාසල්වල සිසුන් හා දෙමාපියන් තාක්ෂණික මධ්‍යස්ථානවල සීමාවන්, අන්තර්ජාල පහසුකම් හිඟය සහ ආර්ථික ගැටළු නිසා ඒ පිළිබඳ දැනුවත්භාවය අඩු බවත්ය. එමනිසා, ග්‍රාමීය ප්‍රදේශවල තාක්ෂණික පහසුකම් වර්ධනය කිරීම, ගුරුවරුන්ට කෘතිම බුද්ධිය පිළිබඳ පුහුණුව ලබාදීම, සහ සිසුන්ට ප්‍රායෝගික අවස්ථා ලබාදීම අනාගත පරම්පරාවට තාක්ෂණය හඳුනාගැනීමට හා ප්‍රයෝජනයට ගන්නා සමාන අවස්ථාවක් සලසන බව මෙම පර්යේෂණයෙන් අවධාරණය කෙරේ.

මුඛ්‍ය පද: කෘතිම බුද්ධිය, දැනුවත්භාවය, පාසල් සිසුන්, තාක්ෂණික පහසුකම්, අධ්‍යාපන පද්ධතිය

Strengthening Cybersecurity Resilience in Sri Lanka through Strategic Threat Mitigation and Policy Enforcement: A Case Study of the April 2021 Government Website Defacements (2020–2024)

J. A. D. R. Dilshan

Department of Information Technology,

Eurasian Campus

drasika659@gmail.com

The rapid digitalization of Sri Lanka between 2020–2024 created new opportunities for innovation and growth but also heightened the country's exposure to sophisticated cyber threats. Despite initiatives such as the *Sri Lanka National Cyber Security Strategy (2019–2023)* and institutions like CERTLK, a significant gap persists between policy-making and compliance. This has left critical infrastructure, government portals, and banks vulnerable to high-profile cyberattacks. The defacement of several government websites in April 2021 exemplifies how strategic and operational weaknesses translate into real incidents. This qualitative, desk-based study utilized secondary data from government documents, CERTLK threat reports, ICTA publications, international indices, and academic research. A theme-based analysis explored emerging threats, institutional readiness, and legal frameworks. Comparative insights from Singapore provided perspective on how policy goals must align with enforcement capacity. Findings revealed that fragmented governance, lack of forensic readiness, weak inter-agency coordination, and the delayed enactment of the Cybersecurity Bill collectively undermined national resilience. The 2021 attacks exposed deficiencies in detection, crisis communication, and public confidence, underscoring the urgent need for stronger cyber defenses. The study recommends implementing a comprehensive, enforceable cybersecurity strategy supported by a central agency, enhanced inter-agency collaboration, and capacity building in digital forensics. Mandatory security audits, continuous awareness programs, public–private partnerships, and investment in skilled human resources are also essential. By bridging the gap between strategic intent and operational execution, Sri Lanka can strengthen its cybersecurity resilience, safeguard critical infrastructure, and restore public trust in the digital era.

Keywords: *Cybersecurity resilience, policy enforcement, cyber threats, digital forensics, Sri Lanka*

Leveraging Green Information Technology Practices for a Sustainable Academic Environment in Sri Lanka

G. A. G. C. Dilanka

Lecturer, Faculty of Humanities Social Sciences
Eurasian Campus
geemaofficial@gmail.com

In the modern digital era, Information Technology (IT) plays a crucial role in shaping sustainable practices within educational institutions. However, the increasing demand for computing power, energy consumption, and electronic waste poses significant environmental challenges. This study explores the concept of Green Information Technology (Green IT) as a strategy to promote environmental sustainability in Sri Lankan higher education institutions. The research aims to identify current IT practices, assess their environmental impact, and propose eco-friendly alternatives that support sustainable academic development. A mixed-method approach was adopted, combining surveys among undergraduate students and interviews with IT administrators across selected universities. Findings indicate that while awareness of Green IT remains moderate, the implementation of energy-efficient servers, cloud-based storage, and responsible e-waste management can significantly reduce institutional carbon footprints. Furthermore, integrating Green IT principles into academic curricula enhances students' environmental consciousness and aligns with national sustainability goals. The study concludes that cultivating "sustainable graduates" through the adoption of responsible IT practices not only benefits individual institutions but also contributes to building a more sustainable nation. Recommendations include introducing institutional policies for energy conservation, e-waste recycling programs, and sustainability-focused IT training modules.

Keywords: *Green IT, Sustainability, Higher Education, E-waste, Energy Efficiency*

The Digital Isolation Paradox: Exploring the Psychological Impact of Constant Online Connectivity among Remote Professionals

P. S. Ranil Jeewantha

Faculty of Humanities and Social Sciences

Eurasian campus

psr.jeewantha@gmail.com

Digital isolation is a paradoxical phenomenon that has emerged as a result of the transformation of professional communication and collaboration brought about by the rise of digital work settings. This study presents a novel psychological idea known as the "Digital Isolation Paradox," which explains how constant online connectedness might exacerbate emotions of emotional tiredness, loneliness, and alienation from genuine human connection. The study looks into how, even with frequent digital interaction, distant workers suffer from cognitive weariness and depression symptoms. Using a mixed-method approach, the study examines remote workers at multinational companies in Asia and the Middle East using digital behavior analytics, structured interviews, and psychometric tests. The study looks at four main areas: the rise of virtual emotional dependency, the breakdown of real social ties, the blurring of work-life boundaries, and digital overexposure and mental exhaustion. According to preliminary research, digital platforms increase productivity but also promote cognitive overload, social disengagement, and a decline in emotional health. Due to their persistent virtual presence and lack of in-person connections, participants experienced symptoms similar to burnout and subclinical depression. In addition to suggesting therapies like "digital detox policies," structured offline contact programs, and organizational digital wellness models, the study offers a groundbreaking theoretical framework for understanding mental health in the digital age. In the post-pandemic digital workplace, this research redefines the boundaries between technology, mental health, and human connection, with worldwide consequences for psychological resilience.

Keywords: *Digital Isolation, Remote Work Psychology, Emotional Fatigue, Online Connectivity, Cognitive Well-being*

The Impact of Digital Transformation on Damro Group of Company Sri Lanka – A Pathway to Competitive Advantage

P. N. Mahathantrige

Faculty of Management,
Eurasian Campus
mhpahanmi@gmail.com

The Damro Group of Company is one of the leading and most recognized furniture brands in Sri Lanka today. The company has successfully embarked on a digital transformation journey to strengthen its competitive advantage in the modern business environment. This transformation includes the adoption of e-commerce platforms, online payment systems, data-driven marketing strategies, and automated data entry processes, which collectively enhance operational efficiency and customer satisfaction. Digital transformation has significantly increased consumer appeal while reducing operational costs, ensuring that the Damro brand remains strong and reputable in both domestic and international markets. Despite these advancements, the company faces several challenges, including high investment costs, gaps in digital literacy, and employee resistance to technological change. These barriers hinder the full realization of digital transformation benefits. To address these issues and sustain competitiveness, the company must focus on strong leadership, continuous innovation, and strategic planning. Recommended measures include conducting comprehensive training programs to enhance employees' digital skills, increasing investments in modern technologies, nurturing a culture of innovation within the organization, and reinforcing management's commitment to digital transformation. The study's findings reveal that Damro has effectively utilized digital tools to improve customer engagement and streamline operations, thereby reducing costs and enhancing its market presence. However, addressing the identified challenges is crucial for long-term success. This research provides valuable insights for managers and policymakers aiming to accelerate digital adoption and strengthen competitive positioning. Ultimately, the Damro Group sets a noteworthy precedent for other Sri Lankan companies striving for digital transformation in the furniture industry.

Keywords: *Digital Transformations, Competitive Advantages, E-commerce, Innovation, Digital Literacy*

The Evolution and Impact of Information Technology: Advancements, Challenges, and Implications in the Digital Age

S. B. Mahathantrige
Faculty of Management,
Eurasian Campus
mahathantrigesanula@gmail.com

Information technology refers to the use of computer systems, software, hardware, telecommunications, and other digital tools to create, process, store, secure, and exchange data and information. It has evolved into an essential part of modern life, shaping nearly every aspect of human activity. Technology advances every year, month, day, and even second, reaching new levels of innovation and complexity. While these developments bring many benefits, they also create significant challenges for society. The history of information technology dates back thousands of years—from early communication systems and mechanical devices to the digital revolution. The invention of the transistor and the Internet in 1947 marked the beginning of the digital age, with major advancements occurring during and after World War II. Today, modern innovations such as artificial intelligence, cloud computing, blockchain, quantum computing, and 5G networks define the current era of technology. However, the rapid growth of information technology has also introduced new challenges. These include cybersecurity threats, data breaches, privacy violations, the shortage of skilled IT professionals, and the rising costs of infrastructure and maintenance. Moreover, the overuse of technology has contributed to mental health issues among young people, leading to increased stress and social isolation. Despite these problems, information technology continues to offer vast opportunities for communication, efficiency, and global connectivity. In conclusion, information technology has brought both benefits and risks to society. It is a human creation that reflects both innovation and responsibility. When used wisely, it can enhance human progress, but its misuse can lead to significant social and psychological consequences.

Keywords: *Information Technology, Advancement, Digital Age, Cybersecurity, Artificial Intelligence*



'Eurasian Green House'

The Central Venue of our academic and research activities.

44, Mihindu Mawatha, Kesbewa.



www.eurasiancampus.edu.lk



<https://www.nust.edu.so>



ISSN

ISSN 3051-4835



Eurasian Campus
No.130A/3,
Horana Rd, Kesbewa

Eurasian Campus
No.264, 100Ft Rd,
Mirijjhawila, Hambanthota

Eurasian International Institute
No.91, SIBCC Head Office
Seelananda Nahimi Mw, Delthara,
Piliyandala

Eurasian International Collage
and CC House
No.264, 100Ft Rd,
Mirijjhawila, Hambanthota

Eurasian International College
and Pre School,
44, Mihindu Mawatha,
Kesbewa