

සමාජමාධ්‍යවල සිදුවන වෛරීකථනය හඳුනාගැනීම, ඒවාට මුහුණදීම සහ එවැනි සිද්ධි වාර්තා කිරීම



SEARCH FOR
COMMON GROUND



**සමාජමාධ්‍යවල සිදුවන වෛරීකථනය
හඳුනාගැනීම, ඒවාට මුහුණදීම සහ එවැනි සිද්ධි වාර්තා කිරීම**



**SEARCH FOR
COMMON GROUND**



01 වන දිනය

පුහුණුව ආරම්භ කිරීම - විනාඩි 30

- ව්‍යාපෘතිය පිළිබඳ හැඳින්වීමක්
- පුහුණුව පිළිබඳ හැඳින්වීමක්
- Zoom භාවිතය සඳහා උපදෙස්
- Ice Breaker උත්තේජන ක්‍රියාකාරකම්
- පුහුණු කාලසීමාව සඳහා වූ මූලික රීති

සමාජ මාධ්‍ය අවබෝධ කර ගැනීම - විනාඩි 90

- සමාජ මාධ්‍යයේ මානය/කේතනය
- සමාජ මාධ්‍ය වර්ග
- සමාජ මාධ්‍ය භාවිතාවන්
- ශ්‍රී ලංකාවේ සමාජ මාධ්‍ය භාවිතා වන ආකාරය
- සමාජ මාධ්‍යයේ වර්ධනය

ඩිජිටල් උද්දේශනය අවබෝධ කර ගැනීම - විනාඩි 120

- උද්දේශනය යනු කුමක්ද?
- උද්දේශනය සඳහා යොදා ගත් සාම්ප්‍රදායික ක්‍රම
- ඩිජිටල් උද්දේශනය
- ඩිජිටල් උද්දේශනයේ අවශ්‍යතාවය
- ඩිජිටල් උද්දේශනයේ වාසි සහ අවාසි

02 වන දිනය

මාර්ගගත/ඔන්ලයින් වෛරී කථනය අවබෝධ කර ගැනීම - විනාඩි 120

- මාර්ගගත ප්‍රවණතාවයේ දක්නට ලැබෙන ස්වරූප
- වෛරී කථනය යනු කුමක්ද?
- වෛරී කථනය හඳුනා ගැනීම
- වෛරී කථනයට මුහුණ දෙන්නේ කෙසේද?

ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය වෛරීකථනය වටහා ගැනීම - විනාඩි 120

- ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය හා පක්ෂපාතිත්වය
- මාර්ගගත ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවයේ පැතිකඩයන්
- ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය ආකාරයෙන් සිදුවන මාර්ගගත වෛරී කථනය

03 වන දිනය

ඩිජිටල් මාධ්‍යයේ කථාපුවත් පැවසීම වටහා ගැනීම - විනාඩි 120

- උද්දේශනය සහ කථාපුවත් පැවසීම
- ඩිජිටල් ආකාරයට කථාපුවත් පැවසීමේ ස්වරූප
- ආචාරධර්මානුකූල ලෙස කථාපුවත් පැවසීම
- ඩිජිටල් ආකාරයට කථාපුවත් සැකසීම

මාර්ගගතව කටයුතු කිරීමේදී ආරක්ෂාකාරී කටයුතු කිරීම වටහා ගැනීම - විනාඩි 120

- ඔන්ලයින්/මාර්ගගත අවකාශයට අදහස් ඉදිරිපත් කිරීම
- මාර්ගගත ආකාරයට සිදුවන වෛරීකථනය යනු කුමක්ද?
- මාර්ගගත ආකාරයට කටයුතු කිරීමේදී ආරක්ෂාව සහතික කිරීම
- මාර්ගගත වෛරීකථනය වාර්තා කිරීම

ඇමුණුම

සංස්කරණ මෙවලම් පිළිබඳ වටහාගැනීම - විනාඩි 60

- Canva අවබෝධ කර ගැනීම
- Kinemaster අවබෝධ කර ගැනීම



01 වන දිනය

සමාජ මාධ්‍යයන් හි භාවිතාව පිළිබඳ සාකච්ඡාව

(චිතාඩි 15)

සමහර අවස්ථාවන්හි දී මිනිසුන් සමාජ මාධ්‍ය උපයෝගී කරගනු ලබන්නේ අනෙක් පුද්ගලයින් සමග අන්තර්ක්‍රියා කිරීමට සහ අන්තර්ගතය දැකබලා ගැනීමට පමණක් යැයි සිතති. සමාජ මාධ්‍යයන් හි පවත්නා අංශෝපාංගයන් විවිධ වූ පරාසයක පවත්නා කරුණු ගණනාවක් සඳහා යොදාගත හැකිය. සහභාගිකයින් සමාජ මාධ්‍ය උද්දේශන සහ පෞද්ගලික භාවිතාව සඳහා යොදා ගන්නා විට ඔවුන් ඒවායේ පවත්නා බලපෑම/සීමාව පිළිබඳව විටහා ගැනීම වැදගත් වේ. විඛේදන ඔබ සමාජ මාධ්‍ය භාවිතාවන් හා ඒවායේ ප්‍රතිලාභ පිළිබඳ විවෘත සාකච්ඡාවක් සිදු කළ යුතුය.

ක්‍රියාකාරකම: ඔබට මෙම ප්‍රශ්නය ඇසිය හැකිය. සමාජ මාධ්‍ය භාවිතා කළහැක්කේ කුමකටද? අපිට ඒවා භාවිතා කළහැක්කේ කුමක් සඳහාද? ගුගල් ජෛම්බෝර්ඩ් (google jamboard) ක්‍රියාත්මක කර ඔබගේ දැරිගත තීරය සහභාගිකයින්ට දැක්මට සලස්වන්න. ඔවුන්ගේ පිළිතුරු/ජෛම්බෝර්ඩ් භාවිතා කරන්නන්ගේ තොරතුරු ඔබ වාර්තා කළ යුතුය. ඒවිට සියලු දෙනාටම ඒවා දැක බලාගත හැකිය. සෑම පිළිතුරක්ම සඳහන් කරන්න. ඒ සඳහා ස්ටික් හෝට් උපයෝගී කරගන්න. සහභාගිකයින් ඔවුන්ගේ පිළිතුරු ලබාදීමෙන් අනතුරුව කිසියම් වැදගත් පිළිතුරක් සඳහන් වී නොමැති නම් ඔබට විය එක් කළ හැකිය.

සමාජ මාධ්‍යවල ප්‍රධාන භාවිතාවන්වලට ජාලගතකරණය, තොරතුරු/අන්තර්ගත කරුණු බෙදාහදා ගැනීම, භාණ්ඩ මිල දී ගැනීම, අධ්‍යාපනය යනාදිය ඇතුළත් වේ.

ශ්‍රී ලංකාවේ සමාජ මාධ්‍ය භාවිතාව අවබෝධ කර ගැනීම

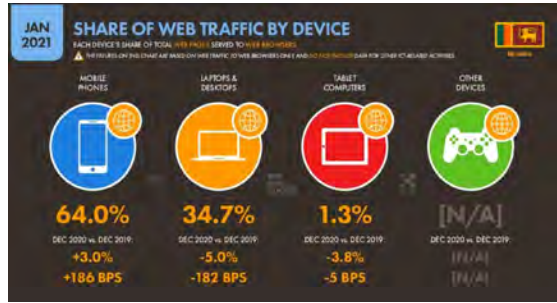
(චිතාඩි 10)

මෙහි දී සිදු කරන්නේ ශ්‍රී ලංකාවේ සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවන් භාවිතා කරන්නේ කුමකට ද යන්න පිළිබඳව ඉගැන්වීමයි. සහභාගිකයින් සමාජ මාධ්‍ය උද්දේශනයන් හෝ පුද්ගලික කටයුතු සඳහා භාවිතා කරන විට මෙම සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවන් ශ්‍රී ලංකාවේ දී භාවිතා වන අයුරු පිළිබඳව දැනුම්වත් වී සිටීම මගින් ප්‍රතිලාභ අත්වනු ඇත.

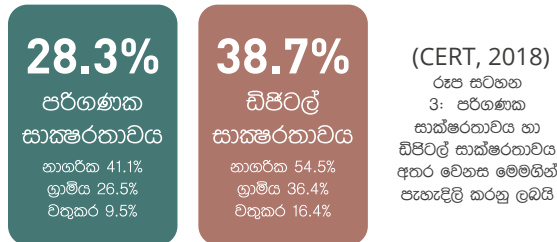
ශ්‍රී ලංකාවේ සමාජ මාධ්‍ය භාවිතාව පිළිබඳව පැහැදිලි කිරීමට ඔබට පහත දැක්වෙන ප්‍රස්ථාර සහ සංඛ්‍යාන දත්ත උපයෝගී කරගත හැකිය. සංඛ්‍යාන දත්ත වඩාත් හොඳින් පැහැදිලි කිරීමට වැඩිදුර තොරතුරු ලබා ගැනීම සඳහා පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම බලන්න.



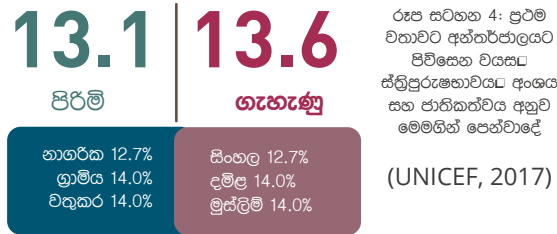
පහත දුරකතන, අන්තර්ජාල සහ සමාජ මාධ්‍ය භාවිතාව පිළිබඳ ප්‍රධාන තොරතුරු රූපසටහන 1: මෙමගින් ශ්‍රී ලංකාවේ දැනට සිටින ඩිජිටල් ජනගහනය තීරපයක කරනු ලබයි



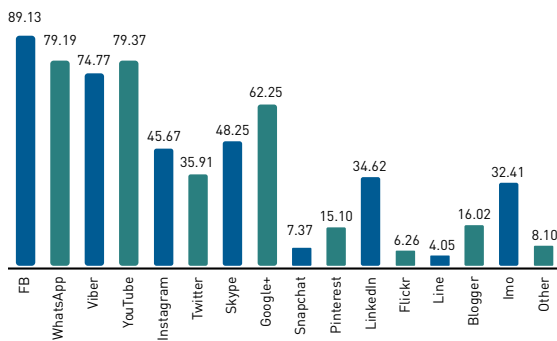
රූප සටහන 2: මෙමගින් අන්තර්ජාලයට සම්බන්ධ වීමට භාවිතා කරනු ලබන ප්‍රධාන උපාංගය පෙන්වා දෙනු ලබයි



පළමුවරට අන්තර්ජාලය බාවිතා කළ වයසේ සාමාන්‍යය



රූප සටහන 5: ශ්‍රී ලංකාවේ පොදුවේ භාවිතා වන සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවන් මෙයින් දැක්වේ



සමාජ මාධ්‍යවල වර්ධනය අවබෝධ කර ගැනීම

(චිතාඩි 15)

සමාජ මාධ්‍ය වේදිකා හඳුන්වාදෙනු ලැබූයේ මෑත දශකයන්හි දී වුවත් බෙහෝ කාලයක සිට මානව අන්තර් ක්‍රියාවන් අපගේ ජීවිතයේ අංගයක් ලෙසින් පැවැතිණි. ජෛම්බෝර්ඩ් වැනි දෙය බලා සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවන් හඳුන්වාදීමට පෙර ඔවුන් විකිනෙකා සමග අදහස් හුවමාරු කරගත් ආකාරය පිළිබඳව සිතන්නැයි සහභාගිකයින්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. මිනිසුන් නිවේදන නිකුත් කළේ කෙසේද? මිනිසුන් ඔවුන්ගේ මිතුරන් සමග සම්බන්ධතා පැවැත්වූයේ කෙසේද? උද්දේශන කටයුතුවල ඔවුන් නිරත වූයේ කෙසේද? විවිධ ස්වරූපයෙන් වූ මාධ්‍ය අපගේ මානව ඉතිහාසය පුරාම ජීවිතයේ කොටසක් වූ ආකාරය පැහැදිලි කරන්න.

ක්‍රියාකාරකම: පහසුකම්කරුවකු හෝ පුහුණුකරුවකු එක් කණ්ඩායමකට අයත්වන පරිදි සහභාගිකයින් කණ්ඩායම් තුනකට බෙදන්න. පුළුල් පරාසයක පිහිටි විවිධ වූ මාධ්‍ය ගණනාවක් දැක්වෙන මිශ්‍රරේ ඩෝර්ඩ් :ඵර්ට් ඊද්රා*විකෙහි දැරිගතය පුහුණුකරු විසින් සහභාගිකයින් සමග බෙදාගත යුතුයි. සහභාගිකයින් විසින් හැකිතාක් නිවැරදි ලෙස මෙම මාධ්‍ය පැරණිතම මාධ්‍යයන් හි සිට නූතන මාධ්‍යයන් දැක්වෙන ආකාරයට කාලානුරූපීව නැවත සකස් කළ යුතුයි. පුහුණුකරුවා සහභාගිකයින් විසින් ලබාදෙන උපදෙස් අනුව තීරයේ දැක්වෙන මෙම මාධ්‍ය නැවත පිළිවෙළට සකස් කළ යුතුයි. මෙසේ පෙන්වා දෙනු ලැබූ සමහර සමාජමාධ්‍ය පිළිබඳව සහභාගිකයින් නොදන්නේ නම් ඒවා පිළිබඳව ඔන්ලයින් ආකාරයට සොයා බැලීමට පුහුණුකරු විසින් සහභාගිකයින් උනන්දු කළ යුතුයි.

මිශ්‍රරේ ඩෝර්ඩ් විකෙහි සඳහන් කිරීම සඳහා මාධ්‍ය උදාහරණ:

Newspaper, TikTok, Fax, Facebook, Email, Carrier Pigeons, Instagram, Hi5, Myspace, MSN Messenger, Ola leaf books, Television, Snapchat. Tinder, Writing on clay tablets, Postal Service, YouTube, Twitter, Television, WhatsApp, Smoke Signals, Virtual Reality, Facetime, Drum Messengers.

සමාලෝචනය

(චිතාඩි 15)

මෙම සැසිය අවසානයේදී නැවතත් මතක් කළ යුතු ප්‍රධාන පණිවිඩය වන්නේ පසුගිය වසර කිහිපය තුළදී සමාජ මාධ්‍ය ඉතා සීඝ්‍රයෙන් වර්ධනය වූ බවත් විය අනාගතයේදී ද ඒ අන්දමින් ම අඛණ්ඩව වර්ධනය වන බවත්ය. මෙම වේදිකාවන් නවතම ඒවා වුවත් ව්‍යාපාරික අරමුණු, ජාලගතකරණය හෝ උද්දේශන වැනි ඒවායේ මූලික සංකල්පයන් බොහෝ පැරණි ඒවා වන බවය. විඛේදන ලෝකය සමග ඉදිරියට ගමන් කිරීම සඳහා ජාලගතකරණය හා උද්දේශනයන්හි මෙම නවීනතම ස්වරූපයන් සමග කටයුතු කිරීමට අනුගත වී සිටීම ඉතා වැදගත් වේ.

සහභාගිකයින්ට ගැටලු හෝ සැක සහිත තත්ත්වයන් පවතී නම් ඒවා පැහැදිලි කර ගැනීමට ප්‍රශ්න ඇසීමට සහ පිළිතුරු

ලබා දීමට කෙටි කාලයක් වෙන් කළ හැකිය. පහත දැක්වෙන ප්‍රශ්න අසමින් මෙම සැසිය අවසන් කළ හැකිය.

- ඔබගෙන් එක් අයෙකුට මෙම සැසිය තුළින් සමාජ මාධ්‍ය පිළිබඳව අලුතින් ඉගෙනගත් එක් දෙයක් පිළිබඳව පැවසිය හැකිද?
- සමාජ මාධ්‍ය පිළිබඳව ඔබ දැරූ වැරදි අදහසක් මෙම සැසියෙන් පසුව නිවැරදි වූවා නම් ඔබ අතරින් එක් අයෙකුට විය සඳහන් කළ හැකිද?

වැඩිදුර අධ්‍යයනය සඳහා පහත දැක්වෙන අන්තර්ජාල වෙබ් අඩවි වෙත පිවිසෙන්න.

[වැඩිදුර කියවීම් සඳහා අධ්‍යාපන ආධාරක](#)

DataReportal Sri Lanka 2021: This explains the use of digital platforms in Sri Lanka via a range of statistics and latest data

<https://datareportal.com/reports/digital-2021-sri-lanka>

Computer Emergency and Readiness Team - Information and Cyber Security Strategy of Sri Lanka 2019-2023: This includes an analysis of the present status of the digital world including information on digital governance in Sri Lanka -

<https://www.cert.gov.lk/documents/NCSStrategy.pdf>

සමාජ මාධ්‍ය මගින් සිදු කරන උද්දේශන පිළිබඳව වටහා ගැනීම

කාලය: විනාඩි 120

අරමුණු:

- උද්දේශනයේ අර්ථය සහ වැදගත්කම ඉගෙන ගැනීම
- සාම්ප්‍රදායික උද්දේශන ක්‍රම වටහා ගැනීම
- ඩිජිටල් උද්දේශන ලෝකය පිළිබඳව ඉගැන්වීම
- ඩිජිටල් උද්දේශනයේ ප්‍රතිලාභ සහ අවදානම් හඳුනා ගැනීම
- ඩිජිටල් උද්දේශනය පිළිබඳ සිද්ධි අධ්‍යයන විශ්ලේෂණය

මෙවලම්: GoogleJamboard, Zoomchatbox, Breakout room කණ්ඩායම් සාකච්ඡා

පුහුණුකරු සඳහා උපදෙස්: සමාජ මාධ්‍ය උද්දේශනය පිළිබඳ මෙම සැසිය මගින් ඩිජිටල් සමාජ ක්‍රියාකාරීත්වය පිළිබඳව හඳුන්වාදීම අපේක්ෂා කරනු ලබයි. ඩිජිටල් උද්දේශනය පිළිබඳව උපායමාර්ග සහ මෙවලම් පිළිබඳව පුහුණුවේ තෙවන දිනයේදී සාකච්ඡා කරනු ලැබේ. මෙම සැසියේ දී ඉලක්ක කරනු ලබන්නේ ඩිජිටල් උද්දේශනයේ මූලික සංරචක පමණි. ඩිජිටල් උද්දේශනය සාම්ප්‍රදායික උද්දේශනයෙන් වෙනස් වන්නේ කෙසේ ද යන්න වෙන්කර හඳුනා ගැනීමට සහභාගිකයින්ට ඔබ සහාය විය යුතුය. ඔබ මේ සඳහා හැකි සෑම අවස්ථාවක ද දේශීය සන්දර්භයෙන් උදාහරණ හා සිද්ධි අධ්‍යයන ඉදිරිපත් කළ යුතුය.

ක්‍රමවේදය:

උත්තේජන ක්‍රියාකාරකම

(විනාඩි 15)

ඔබට මෙය උත්තේජන ක්‍රියාකාරකමක් සමගින් ආරම්භ කළ හැකිය. කණ්ඩායම යම් අංකයක් (සාමාන්‍යයෙන් 20) වෙත විලඹෙන තෙක් එක් වරකට එක් අයෙක් බැගින් සසම්පාදි ලෙස අවස්ථාව ලබාගෙන ගණන් කළ යුතුය, මෙහි දී දෙදෙනෙක් එක්වර කථා නොකළ යුතුය. එක් තත්පරයක දී හෝ දෙදෙනෙක් එක්වර කතා කළ හොත් කණ්ඩායම හැවරන 1 ඉලක්කමේ සිට හැවර ගණන් කිරීම ආරම්භ කළ යුතුයි. කණ්ඩායම ජයග්‍රහණය කරන්නේ ඔවුන් පෙර එකඟ වූ අංකය තෙක් ගණන් කිරීමෙන් පසුවය. කණ්ඩායම අනුව මෙය සිදු කිරීමට අපොහොසත් විය හැකි නමුත් විය වරදක් නොවේ. මෙසේ අසමත් වීම උපදේශයක් විය හැකිය. මෙම අභ්‍යාසය පිළිබඳව ආවර්ජනය කරමින් රැස්වීම්වලදී හොඳ මූලපත්‍රයක් භාවිතා කිරීම සහ යහපත් සන්නිවේදනයේ වැදගත්කම අවධාරණය කිරීමටත් උපයෝගී කරගන්න.

සැසියේ නීති පිළිබඳව සහභාගිකයින්ට මතක් කර දෙන්න. මෙම නීතිරීති තවමත් අදාළ බවත් සියලුදෙනාම ඒවා පිළිපැදිය යුතු බවත් මතක් කරන්න.

පසුගිය සැසිවල දී ඉගෙනගත් ප්‍රධාන කරුණු තුනක් හෝ හතරක් පිළිබඳව අවධාරණය කරමින් ඒවා කෙටියෙන් සමාලෝචනය කරන්න. මේ සඳහා ඔබට පළමු වැනි සැසිය අවසානයේ දී සහභාගිකයින් විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද පිළිතුරු වුව ද උපයෝගී කරගත හැකිය.

අවසාන වශයෙන් සහභාගිකයින්ට සැසිය හඳුන්වා දෙන්න. සැසියේ අරමුණු පිළිබඳව පැහැදිලි කරමින් මෙහි දී සාකච්ඡා කරන්නේ කුමක් ද යන්න කෙටියෙන් වටහා දෙන්න.

උද්දේශනය යනු කුමක්ද?

(විනාඩි 15)

අපි ඩිජිටල් උද්දේශනය පිළිබඳ මාතෘකාවට පිවිසීමට පෙර උද්දේශනය යන්නෙහි අර්ථය පිළිබඳව වටහා ගැනීම වැදගත් වේ. සහභාගිකයින්ට උද්දේශනය පිළිබඳ පහත දැක්වෙන ප්‍රධාන සංරචක පිළිබඳව පැහැදිලි කරන්න.

උද්දේශනය යන්නෙන් අදහස් වන්නේ වෙනසක් ඇති කිරීම සඳහා ක්‍රියාකිරීමයි. යම් කරුණක් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීමට ගත යුතු පියවර උද්දේශකයින් තමන් විසින් ම සංවිධානය කර ගනු ලබයි. තමන් කෙරෙහි සෘණාත්මක ලෙස බලපෑමක් ඇති කරන්නා වූ දේ පිළිබඳව කථා කළ යුතු ආකාර හඳුනා ගැනීමට ඔවුන් ජනතාවට උපකාර කරනු ලබයි.

උද්දේශනයට විවිධ වූ ආකාරයේ ක්‍රියාකාරකම් ඇතුළත් වේ. මෙයට නව විසඳුම් සොයා පර්යේෂණ සිදු කිරීම, එක සමාන අදහස් දරණ පිරිස් එක් කර සංඛ්‍යා ගොඩනැංවීම, දැනුම්වත්භාවය වර්ධනය කිරීම සඳහා මහජනතාව සමග විශේෂ ප්‍රවර්ධන ව්‍යාපාර ආරම්භ කිරීම සහ තවත් බොහෝ දේ අඩංගු විය හැකිය. උද්දේශනයේ ඉලක්කය වන්නේ වෙනසක් ඇති කිරීමයි.

ලෝකයේ ඕනෑම ස්ථානයක ම සමාජ අසමානතාවය පිළිබඳ වූ ඕනෑම කරුණක් සම්බන්ධයෙන් වෙනසක් ඇති කිරීම සඳහා උද්දේශනය යොදාගත හැකිය. මෙමගින් වැඩි දියුණු කිරීමක් ඇති කරගත හැකි නම් එමගින් යම් ජන කණ්ඩායමකට ප්‍රතිලාභ ගෙනදෙන අතර එතුළින් උද්දේශනය ඵලදායී වීමට අවස්ථාවක් ඇති වේ.

ක්‍රියාකාරකම: ජැම් බොර්ඩ් එකෙහි නව පිටුවක් විවෘත කරන්න. උද්දේශනය සඳහා මාතෘකාවක් තෝරා ගන්නා මෙන් සහභාගිකයින්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. ඔවුන්ට යමක් අහඹු ලෙස තෝරා ගැනීම හෝ තමන් වැඩි කැමැත්තක් දක්වන එකක් තෝරා ගත හැකිය. ඔවුන් උනන්දු කිරීම සඳහා පහත දැක්වෙන ප්‍රශ්න ඔබට උපයෝගී කරගත හැකිය. ඔබ සිතන ආකාරයට මිනිසුන් උද්දේශන කිරීමට හේතු වන්නේ මොනවාද? උද්දේශන අවශ්‍ය වන්නේ කුමන කරුණු සඳහා ද? ඔබ කථා කිරීමට අදහස් දැක්වීමට කැමැති කුමන කරුණු සම්බන්ධයෙන් ද?

අවශ්‍ය නම් ඔබට උදාහරණයක් ලබාදිය හැකිය. උදාහරණ වශයෙන් දේශගුණික වෙනස්වීම් හෝ ළමා අයිතිවාසිකම්. ඔවුන්ගේ පිළිතුරු ස්ථිර තෝරා සාමාන්‍ය කර ජැම්බොර්ඩ් එකෙහි ලියන්න. මෙම පිළිතුරු මින් ඉදිරියේ දී පැවැත්වෙන සැසි සඳහා ප්‍රයෝජනවත් වේ.

සාම්ප්‍රදායික උද්දේශන ස්වරූප මොනවාද?

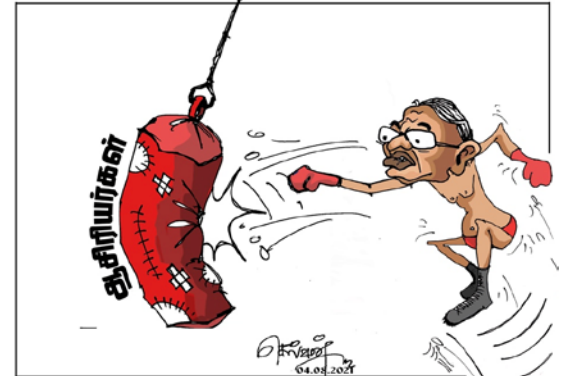
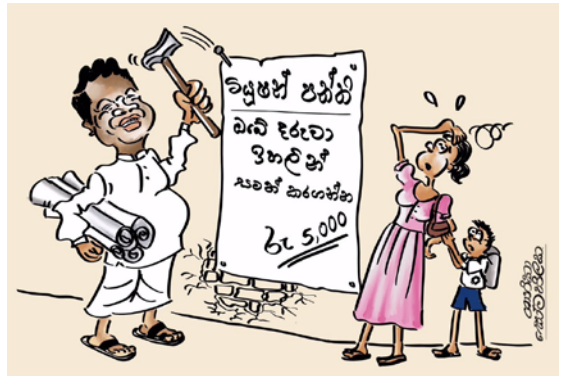
(විනාඩි 15)

උද්දේශනය සෑම කාල සීමාවක ම අපගේ ලෝකයේ පැවැති දෙයක් බව සහභාගිකයින්ට පවසන්න. අන්තර්ජාලය අපගේ ජීවිතයේ කොටසක් බවට පත් වීමට බොහෝ කාල සීමාවකට පෙර සිටම මිනිසුන් විවිධ වූ හේතූන් නිසා ඔවුන්ගේ කටහඬ අවිදි කළහ.

විවිධාකාරයේ තාක්ෂණයන් භාවිතා කරමින් උද්දේශනය කළ හැකිය. මේවාට විශේෂ ප්‍රවර්ධන ව්‍යාපාර, සමාජ මාධ්‍ය ඔස්සේ සිදුකරන විශේෂ ප්‍රවර්ධන, විරෝධතා දැක්වීම්, පෙත්සම් ඉදිරිපත් කිරීම සහ ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම සඳහා අනෙකුත් පුද්ගලයින් පෙළඹවීම අයත් වේ. උද්දේශකයින් සාක්ෂි සපයා ගැනීමට/සංවිධානය කිරීමට, අවධානය ලබා ගැනීමට සහ ධනාත්මක වෙනසක් ඇති කිරීමට හැකි ක්‍රියාමාර්ග සොයා ගැනීමට ප්‍රයත්න දරති.

සාම්ප්‍රදායික උද්දේශන ක්‍රමවලට උදාහරණ ඉදිරිපත් කරන ලෙස සහභාගිකයින්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. ඔවුන්ට තමන්ගේ පිළිතුරු වැරි බොක්ස් එකෙහි දැමීමට හෝ මයික්‍රොපෝනය සක්‍රීය කර පැවසීමට හැකිය. ඔවුන් මෙය සිදුකර අවසන් වූ පසු ඔබට පහත දැක්වෙන සාම්ප්‍රදායික උද්දේශන ක්‍රම පිළිබඳ උදාහරණ සහභාගිකයින්ට ඉදිරිපත් කළ හැකිය. මෙම උදාහරණ සම්බන්ධයෙන් වැඩිදුර තොරතුරු සාකච්ඡා කිරීම සඳහා පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම බලන්න.

සමාජ ප්‍රශ්න පිළිබඳව අවධානය යොමු කරවීම සඳහා අන්තර්ජාලයේ ජායාරූප භාවිතා කිරීමට බොහෝ කාලයකට ප්‍රථමයෙන් කාටූන් උපයෝගී කරගන්නා ලදී.



පසුගිය අවුරුදු කිහිපය තුළ දී ජාතිකවාදී ස්වරූපයේ පණිවිඩ නිරූපනය කිරීම සඳහා විවිධ චිත්‍ර හා ඩිබු සිතුවම් බහුලව උපයෝගී කරගන්නා ලදී.



ශ්‍රී ලංකාවේ තවමත් භාවිතා කරනු ලබන සාම්ප්‍රදායික ස්වරූපයේ උද්දේශන ක්‍රමයක් ලෙස පොස්ටර් තැබීම විය හැකිය. කෙසේ වෙතත් මේවා ප්‍රචාරයක් ලබා ගැනීම සඳහා ද උපයෝගී කරගත හැකිය. ඉහතින් දැක්වෙන පෝස්ටර් අතිශයින් දේශපාලනික පණිවිඩ නිරූපනය කරනු ලබයි.



පෝස්ටර් සහ විරෝධතා ව්‍යාපාර උද්දේශනය සඳහා යොදා ගන්නා පහසු ක්‍රමයක් වන අතර බොහෝ විට මේවා මානව හිමිකම් සම්බන්ධයෙන් ක්‍රියාකරන උද්දේශකයින් විසින් විවිධ හේතූන් සඳහා ඔවුන්ගේ අදහස් ඉදිරිපත් කිරීමට, හඬ හැඟීමට උපයෝගී කර ගනු ලබයි. ඉහතින් දැක්වෙන විරෝධතාවන් 2021 ජූලි මාසයේ දී දහසය හැවිරිදි මුහුණින් දැරූ මියගිය අවස්ථාවේ දී සිදුකරන ලදී.

ඩිජිටල් උද්දේශනය යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ කුමක්ද?

(විනාඩි 30)

දැන් සහභාගිකයින්ට උද්දේශනය යනුවෙන් අදහස් වන්නේ කුමක්ද සහ එය සාම්ප්‍රදායික ආකාරයෙන් භාවිතා කරන ලද්දේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳව මූලික අවබෝධයක් තිබේ. ඒ අනුව ඔබට තවත් පියවරක් ඉදිරියට තබමින් වර්තමානයේ ඩිජිටල් උද්දේශනය ක්‍රියාත්මක වන්නේ කෙසේ ද යන්න පැහැදිලි කළ හැකිය. ඩිජිටල් උද්දේශන ලෝකය පිළිබඳව පැහැදිලි කර දීමට ඔබට පහත දැක්වෙන තොරතුරු උපයෝගී කර ගත හැකිය.

ඩිජිටල් උද්දේශනය යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ සමාජ වෙනසක් ඇති කිරීම සඳහා අන්තර්ජාලය, ජංගම දුරකතන සහ සමාජ මාධ්‍ය මෙවලම් වශයෙන් යොදාගන්නා අවස්ථාවන් ය. ඩිජිටල් සමාජ ක්‍රියාකාරිත්වය 1990 දශකයේ දී ආරම්භ වූ අතර එතැන් පටන් සීඝ්‍රයෙන් වර්ධනය වී තිබේ. ඩිජිටල් අවකාශයේ සිදුකරන ලද විශේෂ ප්‍රවර්ධන ව්‍යාපාර/කැමිපේන් මගින් අපගේ සමාජ, දේශපාලන සහ ආර්ථික වාතාවරණයේ විශාල වෙනසක් ඇති වී තිබේ.

ශ්‍රී ලංකාවේ අප ප්‍රධාන වශයෙන් ඩිජිටල් උද්දේශන ක්‍රම හතරක් භාවිතා කරන්නෙමු. මෙහි දී භාවිතා කිරීමට අපේක්ෂා කරන දේශීය උදාහරණ දැක්වෙන ඉදිරිපත් කිරීම ඇසුරෙන් ඒවා සෑම එකක් පිළිබඳ අවබෝධය සහභාගිකයින්ට ලබා දෙන්න.

- සමාජ මාධ්‍ය ෆේස්බුක්, ඉන්ස්ටග්‍රෑම් සහ යූ ටියුබ් වැනි සමාජ වේදිකාවන් දැනුම්වත්භාවය වැඩි කිරීමටත් සහාය ලබා ගැනීමටත් ප්‍රධාන වශයෙන් භාවිතා කරනු ලැබේ.

- ඩිලොග්ස් ඩිලොග්ස් මාර්ගගත ජනමාධ්‍ය වේදිකාවන් ලෙසත් ඒවා මගින් පාඨකයින්ට සංස්කරණය නොකළ සන්නිවේදනයක් සපයන බැවින් ජනතාව සඳහා ඉගෙනුම් අවස්ථාවක් ද ලබාදේ.

- ක්ෂුද්‍ර ඩිලොග්ගින්ග් (Microblogging) මෙම මාර්ගගත උපායමාර්ගය යම් විශේෂිත සිද්ධියක් හෝ මාතෘකාවක් පිළිබඳව නිරන්තරයෙන් සිදු වන හමුත් කෙටි පණිවිඩ පැතිරවීමට උපයෝගී කරගනු ලබයි. ට්විටර් මේ සඳහා උදාහරණයකි.

- මාර්ගගත පෙත්සම් යම්කිසි හේතුවක් සම්බන්ධයෙන් පෙත්සම් අත්සන් කිරීමට ජනතාවට දැනුම්දීමට අවස්ථාව ලබාදෙන අන්තර්ජාල වෙබ් අඩවි තිබේ. මෙමගින් විශාල ප්‍රජාවක් වෙත පණිවිඩ ගෙනයාමට අවස්ථාව උදාකරනු ලබයි.

අන්තර්ජාලය භාවිතා කරන අවස්ථාවන්හි දී සහභාගිකයින්ට ඉහතින් සඳහන් කරන ලද ආකාරයේ මාර්ගගත උද්දේශන හමු වී තිබෙනවාදැයි සහභාගිකයින්ගෙන් අසන්නී සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවන් තුළින් උද්දේශන සිදුකරන පුද්ගලයින් හෝ අන්තර්ජාල පිටු ඔවුන්ට හමු වී තිබෙනවාදැයි අසන්න.

ක්‍රියාකාරකම: සහභාගිකයින් කණ්ඩායම් 3 කට බෙදන්න. සෑම කණ්ඩායමකටම ශ්‍රී ලාංකික සමාජයේ වෙනසක් ඇති කිරීමට තැත්කළ පුද්ගලයකුගේ හමක් ලබා දෙන්න. සහභාගිකයින් විනාඩි 10 කට කුඩා කණ්ඩායම්වලට යවන්න. මෙම කාලසීමාවේ දී ඔවුන් අන්තර්ජාලය භාවිතා කරමින් අදාළ පුද්ගලයා පිළිබඳව සොයා බලමින් ඔවුන්ගේ උද්දේශනයන්

පිළිබඳව අවම වශයේ කරුණු තුනක් ලිවිය යුතුය. ඔවුන් ආපසු පැමිණි පසුව තමන් විසින් අදාළ පුද්ගලයා සම්බන්ධයෙන් සොයාගත් කරුණු අන් අය සමඟ පැවසිය යුතු වේ.

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම සඳහා මෙහි දැක්වෙන නම් යොදා ගන්න. රත්න අත්පුතරාජා, ෂුක්රා මුනවර්, දේවානි ජයතිලක



ඩිජිටල් උද්දේශනය අපට අවශ්‍ය වන්නේ ඇයි?

(විනාඩි 15)

සහභාගිකයින් ඩිජිටල් උද්දේශනයේ මානසයන් සහ එහි අර්ථය වටහා ගැනීමෙන් පසුව එහි පවත්නා වැදගත්කම පිළිබඳව තේරුම් ගැනීමට ඔබ ඔවුන්ට උපකාර කළ යුතුයි. ඩිජිටල් උද්දේශනය අපට අවශ්‍ය වන්නේ ඇයි? පුහුණුවට සහභාගී වී සිටින බොහෝ දෙනෙක් මෙම ප්‍රශ්නය තම තමන්ගෙන්ම විමසනවා ඇත. පහත දැක්වෙන ආකාරයට ඔබට මේ සඳහා පිළිතුරු සැපයිය හැකිය.

- සක්‍රීය ඩිජිටල් ජනගහනය 2017 වසරේදී පරිගණක හදිසි අවස්ථා සහ සුදානම් කණ්ඩායම් කැපවීමවැරදි පැරට්‍රැක්ට්‍රේෂන් සැබ්සබ් ඔෆ්ස :කැසාඔ* විසින් සිදු කරන ලද අධ්‍යයනයකට අනුව ශ්‍රී ලංකාවේ තරුණයින් අවම වශයෙන් සාමාන්‍යයෙන් දිනකට පැයක් සමාජ මාධ්‍ය භාවිතා කරන අතර ආසන්න වශයෙන් 50%ක් පැය 1- 5 දක්වා කාලයක් මේ සඳහා වෙන් කරති. මෙම අධ්‍යයනයෙන් තව දුරටත් අනාවරණය කරන්නේ මේ අතරින් 60% ක් නව තොරතුරු සොයා ගැනීම සඳහා ද 43% ක් එම තොරතුරු අන් අය සමඟ බෙදා ගැනීමට ද අන්තර්ජාලය භාවිතා කරන බවය. මෙම සංඛ්‍යාවන්ගෙන් පෙන්වුම් කරන්නේ අපගේ රටේ ඇදහිය නොහැකි තරමේ සක්‍රීය ඩිජිටල් ජනගහනයක් සිටින බවය. එබැවින් ඩිජිටල් මෙවලම් භාවිතා කිරීම මෙම ප්‍රජාවන් වෙත ප්‍රවේශ වීම සඳහා ඵලදායී ක්‍රමෝපායක් පමණක් නොව ඉතා වැදගත් ක්‍රියාමාර්ගයක් ද වන බවය.

- නිර්නාමික බව සහ ආරක්ෂාව සමාජ ක්‍රියාකාරිත්වය සඳහා පුද්ගලයින් භෞතික වශයෙන් සම්බන්ධ වනවාට වඩා මාර්ගගත ආකාරයට සම්බන්ධ වීමට වැඩි කැමැත්තක් දක්වති. මෙයට හේතුව වන්නේ මෙමගින් වැඩි ආරක්ෂාවක් හා නිර්නාමිකභාවයක් ලබාදෙන බැවිනි. තමන්ගේ සීමාවන් පවත්වා ගන්නා අතර තමන් කැමැති තේරුමක් පිළිබඳව අදහස් බෙදා ගැනීමටත් ඒවාට මැදිහත්වීමටත් මෙමගින් අවස්ථාව හිමි වේ. මෙම නම්‍යශීලීභාවය තුළින් ඩිජිටල් උද්දේශනය බොහෝමයක් උද්දේශකයින්ට පහසු හා ආරක්ෂාකාරී මෙවලමක් බවට පත්ව තිබේ. මෙසේ නිර්නාමිකව අදහස් දැක්වීමට ඇති හැකියාව මගින් ලබාදෙන අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ නිදහස මගින් පුද්ගලයින් වෙරි කාර්යයන් සිදු කිරීමට හා සාවද්‍ය තොරතුරු බෙදා ගැනීමටත් අවස්ථාව ලැබීම නිසා අවදානම් තත්ත්වයන් ඇති විය හැකි බව සහභාගිකයින්ට මතක් කර දෙන්න.

- පණිවිඩ කොටස් යථාර්ථය රටේ දැනට පවත්නා තත්ත්වය පිළිබඳව සැලකිල්ලට ගත් විට අපි තේරුම්ගත යුත්තේ සෞඛ්‍ය සහ ආරක්ෂාව සම්බන්ධයෙන් ඇති තත්ත්වයන් හේතු කොටගෙන ඩිජිටල් උද්දේශනය තවදුරටත් බොහෝ සමාජ ක්‍රියාකාරකයින් සඳහා භාවිතා කළ හැකි තවත් එක් විකල්පයක් පමණක් නොවන බවය. මේ වෙනුවට ප්‍රජාවන් සමඟ සම්බන්ධ වීමටත් ඔවුන්ගේ වැඩ කටයුතු අඛණ්ඩව කරගෙන යාමටත් ඩිජිටල් වේදිකාවන් දැන් අත්‍යවශ්‍ය වී තිබේ.

සටහන මෙහි දී ඔබට ඩිජිටල් උද්දේශන සහ වැඩසටහන් පිළිබඳව උදාහරණ ලබා දිය හැකිය. ඔබ ලබාදෙන උදාහරණ සන්දර්භයට අදාළ බවට සහ මෂන කාලීන ඒවා බවට සහතික වන්න. වසංගත තත්ත්වය නිසා කලාපීය සහ ජාතික මට්ටමේ වෙබ්නාර් සහ මාර්ගගත පුහුණු වැඩසටහන්වල ඉක්මන් සීඝ්‍ර වැඩි වීමක් ඇති වී තිබෙන්නේ ඇයි දැයි ඔබට සාකච්ඡා කළ හැකිය. මෙහිදී දේශීය උදාහරණ හඳුනා ගැනීමට කටයුතු කරන්න.

මෙහි දී භාවිතා කළ හැකි විශේෂ උදාහරණයක් වන්නේ සාමය ගොඩනැංවීමේ ක්ෂේත්‍රයේ සිදු කරන වැඩ කටයුතුය. ඩිජිටල් ආකාරයෙන් සාමය ගොඩනැංවීම යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ මාර්ගගත ආකාරයෙන් සිදුවන ගැටුම් ගතිකත්වයන් විශ්ලේෂණය කිරීමටත් ඒවාට ප්‍රතිචාර දැක්වීමත් සඳහා වූ සාමය ගොඩනැංවීමේ ප්‍රතිඵල වර්ධනය කරන්නා වූ ඩිජිටල් මෙවලම් උපයෝගී කර ගන්නා මාර්ගගත උද්දේශන ක්‍රමයකි harnessing digital tools to amplify peacebuilding outcomes. උදාහරණ වශයෙන් ඩිජිටල් සාමය ගොඩ නැංවීමේ ප්‍රායෝගික ප්‍රජාවන් Digital Peacebuilding Community of Practice (CoP) වැඩසටහන විසින් අත්පොතක් නිර්මාණය කර ටික්ටොක් (TikTok) වේදිකාව සාමය ගොඩනැංවීම සඳහා යොදා ගන්නා ආකාරය පිළිබඳව මාර්ගගත සැසියක් පවත්වනු ලැබීණි.

අපගේ රට වැනි විවිධ ජාතීන් වාසය කරන විස්ම දශක ගණනාවක් පුරා පැවැති සන්නද්ධ ගැටුමකින් හා ජාතීන් අතර පවතින ආතතිකාරී තත්ත්වයන්ගෙන් මිදී යා

තත්ත්වයට පත්වෙමින් තිබෙන අවස්ථාවක අපගේ ප්‍රජාවන් විකිනෙකා සමගින් සහජීවනයෙන් කටයුතු කිරීම සඳහා සාමය ගොඩනැංවීමේ ප්‍රයත්නයන් ඉතා වැදගත් වේ. කෙසේ වෙතත් දැනට පවත්නා කොවිඩ් තත්ත්වය හේතුවෙන් අනෙකුත් උද්දේශනයන් මෙන්ම සාමය ගොඩනැංවීමේ ප්‍රයත්නයන් ද පුද්ගලයින් භෞතිකව සම්බන්ධ කර ගනිමින් ක්‍රියාත්මක කළ නොහැකිය.

සංසක්තිකභාවයට ප්‍රජාවන් අතර සහජීවනය, අදහස් හුවමාරුව, සාකච්ඡා කිරීම සහ සමථකරණය ඇති කිරීමට සිදුකරන ප්‍රයත්නයන් හැවැක්කුණු විට එම ප්‍රජාවන් අතර පවත්නා සංසක්තිකභාවයට බලපෑමක් ඇති විය හැකියි. එබැවින් ඩිජිටල් උද්දේශනය අත්පත්වන විට අප දැනට මුහුණදෙන ගැටලුකාරී තත්ත්වයන් හමුවේ අපගේ සාමය ගොඩනැංවීමේ වැඩකටයුතු අඛණ්ඩව සිදුකිරීම සඳහා එමගින් අවස්ථාව උදාකරනු ලබයි. එමගින් අපට විකල්ප අවස්ථාවක් ලබා දේ.

ඩිජිටල් උද්දේශනයේ වාසි සහ අවාසි මොනවාද?

(චිතාඩ් 15)

ඕනෑම උපායයමාර්ගයක හෝ ක්‍රමයක මෙන්ම ඩිජිටල් උද්දේශනයේ ද ප්‍රතිලාභ හා අවදානම් තිබේ. මෙම ද්විත්වතත්වය පිළිබඳව ඔබ පැහැදිලි කිරීමට පෙර උද්දේශන පරමාර්ථයන් සඳහා ඩිජිටල් වේදිකාවන් යොදා ගැනීමෙන් ඇති වන වාසි හෝ අවදානම් තත්ත්වයන් පිළිබඳව සිතීමට හැකි දැයි සහභාගිකයින්ගෙන් අසන්න. ඔවුන්ගේ අදහස් දැක්වීම්වලින් පසුව ඔබට පහත දැක්වෙන තොරතුරු ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

වාසිදායක තත්ත්වයන්	සීමාකාරී තත්ත්වයන්
ගේස්බුක් වැනි වේදිකාවන් ඔස්සේ ඔබට විශාල ප්‍රජාවක් සමග සම්බන්ධ විය හැකියි.	නියමිත ආකාරයේ අන්තර්ජාල සම්බන්ධතා නෙමෙැති ග්‍රාමීය ප්‍රදේශ සම්බන්ධ කර ගැනීමට දුෂ්කර වීම.
මාර්ගගත/ඔන්ලයින් ප්‍රවර්ධන ව්‍යාපාරයක් සාපේක්ෂ වශයෙන් අඩු වියදමකින් පුද්ගලයින් කිහිප දෙනෙකුට ක්‍රියාවට නැංවිය හැකිය.	මාර්ගගත ක්‍රියාකාරකයින් උපහාස හා අපහාස ඔස්සේ වෛර කථනයන්ට සහ විවේචනයන්ට ලක් වීම.
මෙය ආරක්ෂාකාරී මෙන්ම බොහෝ දෙනෙකුට පහසුවෙන් ප්‍රවේශ විය හැකි නිසා භෞතික වශයෙන් සමාජ ක්‍රියාකාරකම්වලට සහභාගී වීමට නොහැකි පුද්ගලයින්ට ඩිජිටල් ආකාරයට සම්බන්ධ වීමට උනන්දුවක් ඇති කරයි.	මාර්ගගත සමාජ ක්‍රියාකාරීත්වය බලධාරීන් විසින් සීමා කිරීම සහ වසා දැමීම වැනි සාධක මගින් සීමා වේ මෙම නිසා සමහර මාතෘකා පිළිබඳව කථා කිරීම සමහර ඒවාට වඩා දුෂ්කර විය හැකිය.
මෙය ආරම්භක ක්‍රමවේදයක් ලෙස භාවිතා කරන නමුත් එමගින් මාර්ගගත නොවන ආකාරයේ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා පුද්ගලයන් උනන්දු කළ හැකිය.	නව දත්ත ප්‍රවාහයන් නිසා තොරතුරු හැකි වීම හෝ නොසලකා හැරීම සිදුවිය හැකි අතර වැරදි ලෙස අර්ථකථනය කිරීමට ලක්විය හැකිය.

සමාලෝචනය

(චිතාඩ් 15)

අනෙකුත් අංශයන්හි දී මෙන්ම මෙම සැසියෙහි දී අවධාරණය කළ යුතු ප්‍රධාන කරුණ වන්නේ අන්තර්ජාලය සහ ඩිජිටල් වේදිකාවන් භාවිතා කිරීම තුළින් උද්දේශන ක්ෂේත්‍රය ද විස්ලවකාරී අන්දමින් වෙනස් වී ඇති බවයි. උද්දේශන සඳහා සමාජ මාධ්‍ය අතිවිශිෂ්ට මෙවලමක් වේ.

කෙසේ වෙතත් ඕනෑම මෙවලමක් මෙන්ම මෙහිදී ද අවදානම් හා සීමාකාරී තත්ත්වයන් තිබේ. මෙවැනි තත්ත්වයන් ඇති වීම වැළැක්වීම සඳහා පළමු පියවර වන්නේ අපි ඩිජිටල් ලෝකය සහ උද්දේශන පිළිබඳව හොඳින් දැනුවත් වීමයි. දැන් අපිට මෙම ක්ෂේත්‍ර දෙක පිළිබඳවම හොඳ අවබෝධයක් තිබෙන අතර ඩිජිටල් වේදිකාවන් අපට අවශ්‍ය කරුණු පිළිබඳව අපගේ හඬ අවදි කිරීමට, අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමට වඩාත් හොඳින් භාවිතා කරන්නේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳව හොඳින් වටහා ගැනීමට ඉදිරියට යා හැකිය.

සහභාගිකයින්ට කිසියම් ගැටලුවක් හෝ සැක සහිත තත්ත්වයන් පවතින්නේ නම් ඒවා පැහැදිලි කර ගැනීමට ප්‍රශ්න ඇසීමට හා පිලිතුරු සැපයීම සඳහා අවස්ථාවක් ලබා දිය හැකිය. පහත දැක්වෙන ප්‍රශ්න අසමින් ඔබට මෙම සැසිය අවසන් කළ හැකි ද?

- ඔබ අතරින් එක් අයෙකුට මෙම සැසිය තුළින් අලුතින් ඉගෙන ගත් එක් දෙයක් පැවැසිය හැකිද?
- උද්දේශනය පිළිබඳව ඔබ විසින් දරන ලද කිසියම් හෝ වැරදි මතයක් මෙම සැසිය මගින් නිවැරදි කර ගත හැකි වූ අවස්ථාවක් ඔබ අතරින් කිසියම් කෙනෙකුට සඳහන් කළ හැකිද?

වැඩිදුර ඉගෙනීම සඳහා සම්පත් මූලාශ්‍ර පහතින් සඳහන් වේ

වැඩිදුර කියවීම් සඳහා අධ්‍යාපන ආධාරක

Nalaka Gunawardana (2017) – Digital Trans4maton in Sri Lanka: Opportunities and Challenges in Pursuit of Liberal Policies: This is an in-depth study on how digitization and digital transformation impacts the Sri Lankan society -

<http://www.rticommission.lk/web/images/pdf/DigitalTransformationinSriLankareport-FINAL-30Nov2017.pdf>

Online Optimism (2020) – Why is Social Media Activism Important: This online article further explains the history and importance of social media activism -

<https://www.onlineoptimism.com/blog/social-media-activism/>



New Post



View Activity

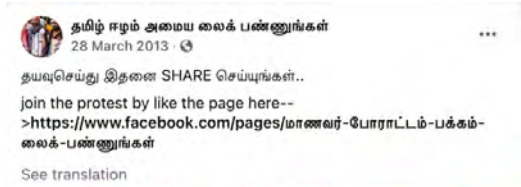


02 වන දිනය

පවසන්න. අප විසින් අන්තර්ජාල අවකාශයට මුදාහරින්නේ මොනවා ද යන්න තීරණය කිරීම සහ හිඳුනසේ අදහස් දැක්වීම් ඉක්මවා වෛරකථනය කරා ගමන් නොකිරීම අපගේ වගකීමක් බව සහභාගිකයින්ට පවසන්න.

සටහන හිඳුනසේ අදහස් දැක්වීම් සහ වෛරකථනය අතර මෙම සංකීර්ණ තත්ත්වය පැහැදිලි කරදීමට හොඳ මාර්ගයක් වන්නේ අපගේ ආණ්ඩුක්‍රම ව්‍යවස්ථාව යොදා ගැනීමයි. සමහර පුද්ගලයින් විශ්වාස කරන්නේ අපගේ ව්‍යවස්ථාවෙන් හිඳුනසේ අදහස් පැවසීම සහතික කර තිබෙන බැවින් මාර්ගගත හෝ සාමාන්‍ය වාතාවරණයේ දී තමන්ට කරමැති දෙයක් ප්‍රකාශ කිරීමට ඔවුන්ට අයිතියක් ඇති බවයි.

තත්ත්වය මෙය නම් මෙම ව්‍යවස්ථාවේ ම සමහර වගන්ති මගින් නීතිය ඉදිරියේ සියලුම පුද්ගලයින් සමාන බවක් සැලකෙන බව නීතියේ රැකවරණය ලබා ගැනීමට සමාන අයිතියක් ඇති බවටත් ජාතිය, ආගම, භාෂාව, කුලය, ලිංගකත්වය, දේශපාලන මතය, උපන් ස්ථානය, හෝ විවැනි කරුණු මත වෙනස්කොට සැලකීමට ලක් නොකළ යුතු බව සඳහන් වේ. මෙම අදාළ වගන්ති දෙක එනම් 12(1)(a) වගන්තිය (අදහස් පළ කිරීමේ හිඳුනස) සහ 12 වැනි වගන්තිය (සියලුදෙනාම සමාන බවට වූ වගන්තිය) අපගේ ව්‍යවස්ථාවේ දැක්වෙන බව පැහැදිලි කරන්න. එවිට අපගේ සහභාගිකයින්ට වෛරකථනය සාරධර්ම විරෝධී හා ආචාරධර්මයන්ට අනුකූල නොවන මෙන්ම නීති විරෝධී බව ද පැහැදිලි වනු ඇත.



ග්‍රැන්ඩ්පාස් හි බෝධීන් වහන්සේව කපා දමා මුස්ලිම් පල්ලිය පුළුල් කර ඉදිකරයි.

මුස්ලිම් පල්ලි ආක්‍රමණයට ලක් වූ නිරියය සැයට, දීඝවාසියට, දඹුල් විහාරයට, මුදු මහා විහාරයට, අනුරපුර මහමෙවුනාවට, කුරුමලට, දෙවනගලට... කව දසක කීපෙකින් මේ චිකම වෙන්නයි යන්නේ! සිංහලයෙහි අවදිවව ! Share කරන්න.

ආගමික හා සුලු ජාතික කණ්ඩායම් ඉලක්ක කර ගනිමින් සිදු කරනු ලබන මාර්ගගත වෛරකථනයන්ට උදාහරණ කිහිපයක්



අප්‍රේල් 21 පාස්කු ප්‍රහාරයට සැක කරන සෙට් එකම ඉන්න පැත්ත දිනවපු මිගමුව උඹලට ආයේ බොම්බ නෙවෙයි මල්ට්ටරල් ගැහුවත් අපේ නම් හිත් සංවේදී වෙන එකක් නෑ



අප වෛරකථනය හඳුනා ගන්නේ කෙසේද?

(චිතාඩි 30)

වර්ගය	පැහැදිලි කිරීම	උදාහරණ
එකඟ නොවීම	මෙහිත් අදහස් වන්නේ යම් කණ්ඩායමක අදහස් හෝ විශ්වාස සමග එකඟ නොවීමයි	ස්ත්‍රීවාදය නොපවති සියලුම ස්ත්‍රීවාදීන් වැරදි සහගතය
සෘණාත්මක ක්‍රියාවන්	මෙමගින් අවධාරණය කරන්නේ අදාළ කණ්ඩායම සම්බන්ධයෙන් ප්‍රචණ්ඩකාරී නොවන සෘණාත්මක ක්‍රියාවන් යොදාගැනීමයි	උතුරේ වැසියන්ට රට බෙදීමට අවශ්‍යයි
සෘණාත්මක ගති/වර්ත ලක්ෂණ	විශේෂිත කණ්ඩායමක් කෙරෙහි සෘණාත්මක ගති ආරෝපණය කිරීම හෝ සම්පීඩන කිරීම මෙයට ඇතුළත් වේ.	සියලුම සමලිංගිකයින් විලෝපිකයින් වේ.
අවිඥාවට ලක් කිරීම බිහිසුණුලෙස ක්‍රියාකිරීම	මෙමගින් අදහස් කරන්නේ කණ්ඩායම් හැරුණුවට ලක් කිරීම සහ ඔවුන් මිනිස්කමට/මානවයින්ට සමාන නොවන බව දැක්වීමයි.	මුස්ලිම් ජනතාව උගරන් ය. සමලිංගිකයින් රාක්ෂයන් ය.
ප්‍රචණ්ඩත්වය	විශේෂිත කණ්ඩායම් ඉලක්ක කර ගනිමින් සෘජුවම දුරකතන ඇමතුම් ලබා දීම.	අපි සියලුම මුස්ලිම්වරුන් මරාදමමු. ඔවුන් අපේ රටෙන් පන්නා දමමු.

වෛරකථනය විවිධාකාරයෙන් පළවිය හැකි බවත් ඒවායේ තීව්‍රතාවය/දැඩිබව අනුව එකිනෙකට වෙනස්විය හැකි බවත් පැහැදිලි කරන්න. පහත දැක්වෙන විවිධ ස්වරූපයේ වෛරකථනයන් ඒවායේ තීව්‍රතාවය/දැඩිබව වර්ධනය වීම අනුව පෙළගස්වා ඇත. මෙම වර්ග පිළිබඳව වැඩිදුර තොරතුරු සහ උදාහරණ සඳහා පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම බලන්න.

මෙම සෑම ස්වරූපයක්ම පිළිබඳව අවධානය යොමු කිරීමටත් හැකි තාක් උදාහරණ යොදා ගනිමින් ඒවා පැහැදිලි කිරීමටත් කටයුතු කරන්න. මෙම සාකච්ඡාවේ පරමාර්ථය වන්නේ සහභාගිකයින්ට වෛරකථනය හඳුනා ගැනීමට උදව් කිරීම පමණක් නොව වෛරකථනය රක්තකයක් තුළ නොපවතින බව වටහා දීමත්ය. මෙවැනි තත්වයන් වර්ධනය වීමට උපකාර වන වෙනස් වන දේශපාලන වාතාවරණයක් තුළ විවැනි ක්‍රියා වැඩි වීමත් පෙන්නුම් කරනු ලබයි.

ක්‍රියාකාරකම ඉහත දැක්වෙන වගුවේ පෙන්වා දී ඇති පරිදි එකඟ නොවීම සිට ප්‍රචණ්ඩත්වය දක්වා වූ විවිධ වූ ස්වරූපයන් ගත් වෛර කථනයන් පිළිබඳ උදාහරණ ඇතුළත් මිශ්‍රරේ ඛේඩි එක විවෘත කරන්න. සහභාගිකයින් 5 දෙනෙක් බැගින් වූ කණ්ඩායම්වලට වෙන්කර ඔවුන්ට මෙම උදාහරණ නිවැරදි ලෙස කාණ්ඩගත කිරීමට චිතාඩි 10 ක් ලබා දෙන්න. කණ්ඩායම් විසින් මෙම ක්‍රියාකාරකම අවසන් කළ පසුව නිවැරදි පිළිතුරු පෙන්වා ඔවුන් කොතරම් හොඳින් මේවා කාණ්ඩගත කර තිබේදැයි බලන්න. මෙම ක්‍රියාකාරකම මගින් විවිධ වූ ස්වරූපයේ වෛරකථනයන් හඳුනා ගැනීමටත් ඒවායේ විවිධ වූ තීව්‍රතා මට්ටම් අවබෝධ කර ගැනීමටත් හැකි වේ.

සටහන මෙම සාකච්ඡාව සිදුකරනු ලබන සෑම විටදීම මෙහි දී සාකච්ඡාවට භාජනය වන කරුණු සමහර සහභාගිකයින්ට සංවේදී හෝ දුරාගත නොහැකි/අවුස්සන සුලු ඒවා විය හැකි බව මතක තබා ගන්න. මෙම කරුණු දැක්වීම් තුළින් අපහසුකාරී බවක් දැනේ නම් ඔවුන්ට පෞද්ගලිකව පුහුණුකර හමු වී සාකච්ඡා කළ හැකි බව ඔවුන්ට මතක් කර දීම වැදගත් වේ.

වෛරකථනයට අපි මුහුණදෙන්නේ කෙසේද

(චිතාඩි 15)

මෙම සාකච්ඡාවේ අවසාන මාතෘකාව යොදාගෙන තිබෙන්නේ වෛරකථනයට නිවැරදි ආකාරයට මුහුණදිය හැකි ක්‍රම හඳුනා ගැනීමට සහාය වීම සඳහා ය. මෙහි දී පළමුවෙන්ම අපි වටහා ගත් කරුණක් වන්නේ අපට මාර්ගගත හා සාමාන්‍ය වාතාවරණයේ සිදුවන වෛරකථනය සම්පූර්ණයෙන්ම තුරන් කළ නොහැකි බවයි. නමුත් අපට මේවා අවම කිරීමට සහ එමගින් ඇති වන බලපෑම අඩුකිරීමට හැකි වේ. තරුණයින් ලෙස සහභාගිකයින්ට මාර්ගගත ආකාරයට සිදුවන වෛරකතනයට ප්‍රායෝගිකව මුහුණදිය හැකි ආකාර 5 ක් පහතින් දැක්වේ. මේවා සෑම එකක්ම හොඳින් පැහැදිලි කිරීමට වග බලා ගන්න.

■ ඒවා වාර්තා කරන්න බොහොමයක් සමාජ මාධ්‍ය වේදිකා මගින් ස්ථාපිත කර තිබෙන සේවා කොන්දේසි සහ ප්‍රජා ප්‍රතිභීන් වෛර කථනයන් මගින් උල්ලංඝනය කරනු ලබයි. මාර්ගගත ආකාරයට සිදුවන වෛරකථනයන් හමු වුවහොත් ඔබට ඒවා නිර්නාමිකව වාර්තා කළ හැකියි. එබැවින් ඔබට මෙමගින් අහිතකර ප්‍රතිච්ඡාක ඇති විය හැකි යැයි කණස්සල්ලට පත්විය යුතු නැත.

■ ඒවා අවහිර කරන්න ඔබ දන්නා මිතුරකු හෝ වෙනත් අයෙක් විසින් වෛරකථනයන් පැතිරවීමට කටයුතු කරන්නේ නම් විශේෂයෙන්ම ඒවායේ අඩංගු කරුණු ඔබට අවශ්‍ය නොවන්නේ නම් හා අකමැත්තක් දක්වන්නේ නම් ඔබට ඔවුන්ට අවහිර කළ හැකිය.

■ අන් අයට යැවීමෙන් වළකින්න වෛරකථනයන් අන්තර්ජාලයට එක් කිරීම සහ ප්‍රකාශනයට පත් කිරීම පමණක් නොව ඒවා අන් අය සමග හුවමාරු කර ගැනීමද වැරදක් වේ. එබැවින් ඔබ යම් ආකාරයක වෛර ප්‍රකාශයක් දුටුවහොත් එය අන් අයට යැවීමෙන් වළකින්න. මෙසේ කටයුතු කළ යුත්තේ ඔබ විසින් එය තවත් කෙනෙකුට

ක්‍රියාකාරකම: ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය පදනම් කරගත් වෛරකථනය යනු කුමක්දැයි යන්න මේ වන විට සහභාගීකරුවන් අවබෝධ කරගෙන ඇති හෙයින්, එය ඔන්ලයින්/මාර්ගගතව හඳුනා ගැනීමට ඔවුන්ට අවස්ථාවක් ලබා දෙන්න. සහභාගීකරුවන් කණ්ඩායම් තුනකට බෙදා ඔවුන් කුඩා කණ්ඩායම් (බිරේක් අවුරු රූමට්ට) යවන්න. ඔවුන්ට ලබාදෙන පැවරුම වන්නේ ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය මත පදනම් වූ වෛර ප්‍රකාශ ප්‍රවර්ධනය කරන ලෙසට හෝ ඉන්ස්ට්‍රූෂම් පිටු අවම වශයෙන් පහක්වත් හඳුනා ගැනීමයි. නිවැරදි සෙවුම් වචන භාවිතා කරන විට එවැනි පිටු සොයා ගැනීම ඉතා පහසු වන්නේ කෙසේදැයි පැහැදිලි කරන්න.

උදාහරණයක් වශයෙන්, සිංහලෙන් සෙවුම් වචන සමහරක් නම් "කෙල්ලෝ" හෝ "ලස්සන" ය. තොරතුරු සඳහා පහත රූපය බලන්න.

← lasanna kello

- lassana kello
- lassana kello poto
- lassana kello new
- lassana kello sri lanka
- lassana kello saha number
- lassana kello number
- lassana kello kollo
- lassana kello new pages
- Search for lasanna kello

ඔවුන්ගේ දිස්ත්‍රික්කය තුළ සිටින කාන්තාවන් ඉලක්ක කරගත් පිටු ඔවුන්ට සොයාගත හැකි නම් වඩාත් සුදුසුය. මෙම පිටු සිංහල සහ ඉංග්‍රීසි යන භාෂා දෙකෙන්ම තිබෙන බැවින් ඉංග්‍රීසි සහ සිංහල යන අක්ෂර දෙකම සෙවුම් භාෂාව ලෙස භාවිතා කිරීමට සහභාගීකරුවන්ට උපදෙස් ලබා දිය යුතුය. මෙවැනි වේඩ් පිටු හඳුනාගැනීමට සෑම කණ්ඩායමකටම මිනිත්තු 10ක කාලයක් ලබා දෙන්න. ඔවුන් ආපසු ප්‍රධාන කණ්ඩායමට පැමිණි පසු, පිටුවල නම් අන්තර්ගත සමග බෙදාගැනීමට ඔවුන්ට හැකි වේ. මිනිත්තු 10 ක කාලයක් තුළ මුළු කණ්ඩායම ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය මත පදනම් වූ වෛරකථන සහිත පිටු කියක් හඳුනාගෙන ඇත්දැයි බලන්න. මෙමගින් ලංකාවේ ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය මත පදනම් වූ මාර්ගගත වෛර ප්‍රකාශවල බරපතලකම සහ විශාලත්වය පෙන්නුම් කරන ආකාරය පැහැදිලි කරන්න.

අවසාන පියවර වන්නේ එවැනි පිටු සමග කටයුතු කළ යුතු ආකාරය පිළිබඳව සහභාගීකරුවන් දැනුම්වත් කිරීමයි. වැදගත්ම කාරණය වන්නේ එවැනි පිටු පිළිබඳව අදාළ සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවලට පැමිණිලි කිරීම ය. පිටුවක් හෝ ප්‍රෝෆයිලයක් පිළිබඳව පැමිණිලි කරන්නේ කෙසේදැයි යන්න පිළිබඳව බොහෝ තරුණියන්ට සමාජමාධ්‍ය සාක්ෂරතාවය නොමැත. මෙම අවස්ථාවේදී, ඔබේ පරිගණක තිරය/ස්ක්‍රීන් එක සහභාගීකරුවන්ට දැක්මට සලස්වා ලේස්ට්‍රක් පිටුවක් හෝ ගිණුමක් පිළිබඳව වාර්තා/පැමිණිලි කරන්නේ කෙසේදැයි ඔබට පැහැදිලි කළ හැකිය. ඔබ පැහැදිලි කර අවසන් වූ පසු, සහභාගීකරුවන් විසින් සොයා ගත් පිටු පිළිබඳව පැමිණිලි/වාර්තා කිරීමට ඔවුන්ව දිරිමත් කරන්න. මෙයින් අදහස් කරන්නේ පැමිණිලි කළ වචනම එම පිටුව ඉවත් කරන බව නොවන නමුත් සමූහයක් විසින් මෙසේ පැමිණිලි කිරීම හේතුවෙන් අවම වශයෙන් සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවේ අවධානය එය වෙත යොමු විය හැකි බවයි.

පැහැදිලි කිරීම

(විනාඩි 15)

මෙම සැසිය අවසානයේදී නැවත නැවතත් අවධාරණය කළ යුතු ප්‍රධාන පණිවිඩය නම් ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය පදනම් කරගත් වෛරකථනයන් පිළිබඳව සහභාගීකරුවන්ට අවබෝධ කර ගැනීමට හැකි වීම සහ මාර්ගගතව කාන්තාවන්ට හා ගැහැනු ළමයින්ට එරෙහිව සිදුකරන හිංසනය ඇත්ත වශයෙන්ම ගැටලුවක් වන බවයි. මාර්ගගත හිංසනයට මුහුණදෙන කාන්තාවන් මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වය සැබෑ ප්‍රචණ්ඩ ක්‍රියාවක් බව තේරුම් ගෙන සිටින නමුත් බොහෝ විට ඔවුන්ගේ සම වයසේ මිතුරන්, යහළුවන් හෝ පවුල්වලට එවැනි අවබෝධයක් නොමැත. සමහර විට එයට ඔවුන් සිතාසෙයි. ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳව පැමිණිලි කළහොත් සමහර පවුල් විසින් ගැහැනු ළමයින්ට සහ කාන්තාවන්ට අන්තර්ජාලයට පිවිසීම සීමා කරන බැවින් ඔවුන් ඒ පිළිබඳව තම පවුලේ සාමාජිකයින්ට නොපවසයි. මෙය ගැහැනු ළමයින්ගේ ආරක්ෂා සඳහා නිවසේ සිරකර තැබීම හෝ ඔවුන්ව ආරක්ෂා කිරීමේ නාමයෙන් ඔවුන්ගේ හැසිරීම්/නිදහස සීමා කිරීම හා සමාන ය. එය මාර්ගගත නොවන අවස්ථා සඳහා එලදායි ක්‍රියාමාර්ගයක් නොවන අතර එය ඔන්ලයින්/මාර්ගගත තත්ත්වයන් සම්බන්ධයෙන් ද එසේම වේ.

මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වයේ බලපෑම සහ ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය පදනම් කරගත් වෛර ප්‍රකාශ කාන්තාවන් සහ ගැහැනු ළමයින් කෙරෙහි ඇති කරන බලපෑම පැහැදිලි කර දී ඔබට සැසිය අවසන් කළ හැකිය.

මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වයේ අවාසනාවන්ත ප්‍රතිඵලයක් නම් වින්දිතයින් දිගු කාලීන විත්තවේගීභවය හා ආර්ථික ප්‍රතිඵලයන් පීඩා විඳීමයි. කාන්තාවන්ට සිදුවන මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වයන් පිළිබඳ සිදුකරන ලද පර්යේෂණයකින් පෙනීයන්නේ මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වයට ගොදුරු වන පුද්ගලයින් මානසික ආතතිය සහ කාංසාව වැනි විත්තවේගී ප්‍රතිඵලයන්ට මුහුණ දෙනවා පමණක් නොව ඩිජිටල් අවකාශයන්ගෙන් ඉවත් වීම ද සිදු කරන බවයි. තරුණියන්ට ජංගම දුරකථන, ලැප්ටොප් හෝ අන්තර්ජාල සම්බන්ධතාවය සඳහා ප්‍රවේශය ලබා දීම ප්‍රතික්ෂේප කරන පවුල් නිසා මෙම සාධක තව දුරටත් වර්ධනය වේ. විශේෂයෙන් පශ්චාත් කොවිඩ් ලෝකයක, අපගේ දෛනික කටයුතු සඳහා අන්තර්ජාලයට ප්‍රවේශ වීම ඉතා වැදගත් වන බැවින් මෙලෙස කිරීම අනතුරුදායක වේ. මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වයට විසඳුම නම් කාන්තාවන්ට අන්තර්ජාලයට ප්‍රවේශ වීමට ඇති හැකියාව අඩු කිරීම නොවේ. මෙයට විසඳුම වන්නේ සියළුම පරිශීලකයින් සඳහා ආරක්ෂිත හා

ගෞරවනීය වේදිකාවන් සැකසීමයි. අනෙක් සියල්ලන්ටම මෙන්ම කාන්තාවන්ට ද නිදහසේ සහ බියකින් තොරව අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමට අයිතියක් ඇත.

කාන්තාවන්ට එරෙහි හිංසනය ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවයේ සමානාත්මතාවයේ ප්‍රගමනයට ඇති විශාල තර්ජනයකි. කාන්තාවන්ට සහ ගැහැනු ළමයින්ට අන්තර්ජාලය සුරක්ෂිත ස්ථානයක් බවට පත් කිරීමට අපි වග බලා නොගත හොත් කාන්තාවන්ට පහර දීම, මර්දනය කිරීම සහ කොන් කිරීම සඳහා භාවිතා කරන තවත් එක් ක්‍රමයක් බවට තාක්ෂණය පත් වනු ඇත. ඩිජිටල් ලෝකය විවිධ වූ අවස්ථාවලින් පිරි පවතී. කාන්තාවන්ට සහ ගැහැනු ළමයින්ට මෙම අවස්ථා ලබා ගැනීමට ප්‍රවේශය ඇති බවට අපි වග බලා ගත යුතුයි. මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩ ක්‍රියා කළමනාකරණය කිරීමට සහ සෑම පුද්ගලයෙකුටම ඩිජිටල් ලෝකය ආරක්ෂිත ස්ථානයක් බවට පත් කිරීමට හා සවිබල ගැන්වීම සඳහා ඉක්මනින් සමාගම් සහ රජය මෙම ගැටලුව සම්බන්ධයෙන් සම්පව කටයුතු කිරීම අවශ්‍ය වන්නේ එබැවිනි.

සහභාගීකරුවන්ට තිබෙන ප්‍රශ්න හෝ ගැටලුකාරී තැන් පැහැදිලි කර ගැනීම සඳහා ඔබට කෙටි ප්‍රශ්න සහ පිළිතුරු සඳහා වේලාව වෙන් කළ හැකිය. පහත සඳහන් ප්‍රශ්න ඇසීමෙන් ඔබට සැසිය අවසන් කළ හැකිය.

- ඔබ අතරින් යම් කෙනෙකුට මෙම සැසියේ දී ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය පදනම් කරගත් වෛර ප්‍රකාශ පිළිබඳව ඔබ ඉගෙන ගත් අලුත් දෙයක් අනෙක් අය සමග බෙදා ගැනීමට හැකි ද?
- ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය පදනම් කරගත් වෛර ප්‍රකාශයක් පිළිබඳ ඔබ විසින් දරන ලද කිසියම් හෝ වැරදි මතයක් මෙම සැසිය මගින් නිවැරදි කරගත හැකි වූ අවස්ථාවක් ඔබ අතුරින් කිසියම් කෙනෙකුට සඳහන් කළ හැකිද?

වැඩිදුර කියවීම් සඳහා අධ්‍යාපන ආධාරක

Camilla Bratsbjerg (2018). Image-based Cyberviolence against Women and Girls in Sri Lanka: This includes key findings from a field study in Sri Lanka

<https://bit.ly/30TU2tM>

Ground Views (2018). Technology-related Violence Against Women and Girls in Sri Lanka: Key Trends. This is a research articles sharing the current trends and issues women face in digital platforms -

<https://bit.ly/3b1lrf2>



Memes මිමිස්

මිමිස් යනු භාසා ජනක අරමුණු සඳහා අන්තර්ජාලය හරහා ව්‍යාප්ත වන දෘශ්‍ය ඡායාරූපය. එය සාමාන්‍යයෙන් යම්කිසි හිඟිනින ප්‍රේක්ෂකයින් සමූහයකගේ සිතුවිලි සහ හැඟීම් නියෝජනය කරයි. මිමිස් ඕනෑම සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවක් සඳහා සුදුසු වන අතර කෙටි පණිවිඩ හුවමාරු කර ගන්නා වේදිකා හරහා ද බෙදා ගත හැකිය. මිමිස් සඳහා උදාහරණ කිහිපයක් ඔබට සහභාගිකයින් සමග බෙදා ගැනීමට හැකිය.



Canva වැනි වේදිකා හරහා ද මිමිස් ඡායාරූප සාදාගත හැකිය. නමුත් පහසුවෙන් මිමිස් ඡායාරූප සෑදීම සඳහා සහභාගිකයින්ට ඩවුන්ලෝඩ් කළ හැකි බොහෝ ඇප් තිබේ. Mematic යනු ජංගම දුරකථන සඳහා භාවිතා කළ විවැනි සරල ඇප් එකකි.

Mematic භාවිතා කරන්නේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳ උපදෙස් අඩංගු තොරතුරු සඳහා පිවිසෙන්නට https://www.youtube.com/watch?v=GR_UHANXa7Q

ඡායාරූප කතාංග

ඡායාරූප කතන්දර පුද්ගලයෙකු, ස්ථානයක් හෝ ගැටලුවක් පිළිබඳ පණිවිඩයක් ලබා දීම අරමුණු කරගත් ඡායාරූප මාලාවකින් සමන්විත වේ. විවිධ භාෂා කතා කරන ප්‍රේක්ෂකයින් සමග තොරතුරු හුවමාරු කර ගැනීමේ දී මෙම ආකෘතිය විශේෂයෙන් ඵලදායී වේ. ඡායාරූප කතාපුවත් ඉන්ස්ටග්‍රෑම් සඳහා වඩාත් සුදුසු නමුත් ලේස්බ්‍රික් හරහා ද බෙදා ගත හැකිය.

ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය පදනම් කරගත් ප්‍රවණ්ඩත්වය (UNFPA) පිළිබඳ ඡායාරූප කථාවක් සඳහා උදාහරණයක් ඔබට මෙම සබැඳිය හරහා ලබා ගත හැකිය:

<https://www.unfpa.org/16objects>



ඡායාරූප කතාවන් පහසුවෙන් සකස් කළ හැකිය. ඔබට අවශ්‍ය වන්නේ නිර්මාණශීලීත්වය හා ස්මාර්ට් දුරකතනයක් පමණි. ඡායාරූප සංස්කරණය කිරීම සඳහා යොදා ගන්නා සාමාන්‍ය ඇප් එකක් භාවිතා කර ඔබගේ දුරකතනයේ තිබෙන ඡායාරූප සංස්කරණය කළ හැකිය.

වීඩියෝ

කෙටි කාලයක් තුළ පණිවිඩ හුවමාරු කිරීමේ දී වීඩියෝ විශේෂයෙන් ඵලදායී වන අතර ඒවා විකිනෙකා අතර වැඩි වැඩියෙන් හුවමාරු වීමට ඉඩ ඇත. බොහෝ ක්‍රියාකාරීන් පුද්ගලයන්ගේ හා ස්ථානවල කථාපුවත් බෙදා ගැනීම සඳහා මාර්ගගත වීඩියෝ මාධ්‍යය භාවිතා කරති. ලෙස්බ්‍රික්, ඉන්ස්ටග්‍රෑම්, යූ ටියුබ් සහ ටික්ටොක් වැනි වේදිකා හරහා වීඩියෝ හුවමාරු කරගත හැකිය.

ගැහැණු ළමයෙකුගේ පළමු ඔසප් වීම පිළිබඳ විස්තර කරන කතා පුවතක් දැක්වෙන වීඩියෝ පටයක් සඳහා උදාහරණයක් මෙන්න-

<https://www.youtube.com/watch?v=01Aq59VbjCc>

වීඩියෝ සංස්කරණය කිරීම සඳහා යම්කිසි නිපුණතාවයක් අවශ්‍යයි. නමුත් සහභාගිවන්නන් ඉගෙන ගැනීමට කැමති නම් KineMaster, Quik,, iMovie, Splice සහ Cameo වැනි ඇප් භාවිතා කිරීම ප්‍රයෝජනවත් විය හැකිය.

ආචාරධර්මානුකූලව කතාපුවත් පැවසීම

(විනාඩි 15)

කතන්දර කීමේදී සහ අන්තර්ජාලය හරහා අන්තර්ගතය විකිනෙකා සමග බෙදාගැනීමේ දී, අපි එය සදාචාරාත්මකව හිච්‍රදි ලෙස කිරීම අත්‍යවශ්‍යය වේ. සියලුම කතන්දරවල යම් තරමක බලයක් හා බලපෑමක් ඇති බැවින්, අපගේ කතන්දර කීමේ ප්‍රයත්නයේ දී අපි වගකීම් සහගත විය යුතු බව සහභාගිකයින්ට තේරුම් ගැනීමට ඔබ උදව් කළ යුතුය.

ඩිජිටල් වේදිකාවල කතන්දර පළ කිරීමේ දී සහභාගිකයින් සැලකිලිමත් විය යුතු අත්‍යවශ්‍ය සදාචාරාත්මක කරුණු දෙකක් මෙන්න:

- දැනුම්වත්ව කැමැත්ත පලකිරීම - සහභාගිකයා වෙතත් පුද්ගලයෙකු පිළිබඳව කතාවක් කියන්නේ නම්, ඔහු/ඇය මුලින්ම එම පුද්ගලයාගෙන් ඒ සඳහා අවසර ලබා ගත යුතුය. කතාවේ සිටින පුද්ගලයාට එය උපකාරයක් විය හැකි බැවින් මෙසේ සිදු කිරීම හොඳ අදහසක් යැයි අපි සිතන නමුත්, ඔවුන්ගේ අනුමැතියක් නොමැතිව අපට තවත් කෙනෙකුට එය යැවිය නොහැකිය. එපමණක් නොව, අපි ඔවුන්ගේ කතාව පවසන ආකාරය හිච්‍රදි දැයි තහවුරු කර ගැනීමට ද අපට සිදු වේ. අපි අන්තර්ජාලය හරහා ජනතාව ගැන කතාපුවත් බෙදා ගන්නා විට ඒ මිනිසුන් වඩාත් අවදානමට ලක් විය හැකිය. එබැවින්, කතාවේ සිටින තැනැත්තා ඔබේ නිර්මාණය පිළිබඳව තෘප්තිමත් වන බවට ඔබ වග බලා ගත යුතුයි. ඔවුන්ගේ අනුමැතිය නොමැතිව ඔබට කතාවක් යැවිය නොහැක.
- ඒකාකාරී ස්වරූපය මග හැරීම - ඩිජිටල් කතාපුවත්වල පරමාර්ථය දැනුම්වත්භාවය ඇති කිරීම විය හැකි වුව ද එහි දෝෂ අඩංගු විය හැකි බව සහභාගිකයින් තේරුම් ගත යුතුය. බොහෝ කතන්දරවල ඇති පොදු අඩුපාඩුවක් නම් ඒවා ඒකාකාරී ස්වරූපයක් නිරූපණය කිරීම විය හැකිය. ඔවුන්ගේ කතාවල ඇති විය හැකි ඒකාකාරී වලක්වා ගැනීම සඳහා සහභාගිකයින් විසින් අවශ්‍ය පර්යේෂණ සිදුකළ යුතු අතර මාතෘකාව පිළිබඳ මනා අවබෝධයක් ලබා ගත යුතුය. සම්භර කණ්ඩායම් හෝ ප්‍රජාවන් ගැන කථා බෙදා ගැනීමේදී (උදා: කාන්තාවන්) ඔවුන් නියෝජනය කරන සමස්තයෙන් එක් පුද්ගලයෙකු කෙරෙහි පමණක් අවධානය යොමු නොකර සමස්ථයේ දෘෂ්ටිකෝණයන් අවබෝධ කර ගැනීමට වැඩි පිරිසකට කථා කර අදහස් විමසිය යුතුය.

තම කතන්දර තුළ ඒකාකාරී ස්වරූපය මග හැරීමට අපොහොසත් වූ උදාහරණ පහත දැක්වේ. පවර්පොයිස්ට් ඉදිරිපත් කිරීමට ඔබේම උදාහරණ එකතු කරන්න.



ඩිජිටල් කතන්දර නිර්මාණය කිරීම

(විනාඩි 30)

ක්‍රියාකාරකම - දැන් සහභාගිකයින් ඩිජිටල් කතන්දර නිර්මාණය කරන්නේ කෙසේදැයි දන්නා හෙයින්, ඔවුන් තම දැනුම ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාවට නැංවිය යුතු කාලය පැමිණ ඇත. සහභාගිකයින් කණ්ඩායම් 5 කට හෝ වැඩි ගණනකට වෙන් කරන්න. සෑම කණ්ඩායමක්ම ඩිජිටල් කතාපුවතක් නිර්මාණය කළ යුතුය. එය මිමිස්, පෝස්ටර්, ඡායාරූප කතන්දර හෝ විඩියෝවක් විය හැකිය. කෙසේ වෙතත් පළමුව, සහභාගිකයින්ට ඔබ මෙම උපදෙස් ලබා දිය යුතුය.

- මාතෘකාවක් තෝරා ගන්න - ඔබට අවශ්‍ය ඕනෑම සමාජ ප්‍රශ්නයක් තෝරා ගත හැකිය. සහභාගිකයින් විසින් ඉදිරිපත් කළ සමාජ ගැටලු ලැයිස්තුවක් සහභාගිකයින්ට මිසුරුව ඇසුරින් ප්‍රදර්ශනය කළහැකිය.
- කතන්දර පැවැසීම ක්‍රමවේදයක් තෝරා ගන්න - ඔබට පහසුවෙන් සහ විශ්වාසයෙන් භාවිතා කළ හැකි ක්‍රමයක් තෝරා ගන්න. මෙම ක්‍රියාකාරකම සම්පූර්ණ කිරීමට ඔබට ඇත්තේ සීමිත කාලයක් බව ඔබ මතක තබා ගත යුතුය.

- කාර්යයන් පැවරීම - ඔබ සියලුදෙනාටම එකට එක්ව එය සිදුකිරීමට ඔබට උත්සාහ කළ හැකිය, නැතහොත් එක් එක් සාමාජිකයාට නිශ්චිත කාර්යයක් පැවරිය හැකිය. කුමක් කවුරුන් විසින් කරන්නේදැයි සොයා බැලීම වඩාත් සුදුසුය. කණ්ඩායමේ එක් සාමාජිකයෙකුට සියලු කාර්යයන් කිරීමට ඉඩ නොදෙන්න.

- ප්‍රමාණය අවබෝධ කරගන්න - ඡායාරූප කතාංගයක අවම වශයෙන් ඡායාරූප 10 ක්වත් තිබිය යුතුය. මිමිස් සහ පෝස්ටර් භාවිතා කරන කණ්ඩායම් අවම වශයෙන් මිමිස්/පෝස්ටර් තුනක්වත් සෑදිය යුතුය. විඩියෝ පටයක් නිර්මාණය කරන කණ්ඩායම් කාලය විනාඩි 2 කට නොඅඩු විඩියෝ පටයක් සෑදිය යුතුය.

- ආචාරධර්ම මතක තබා ගන්න - එකඟතාවය සහ ඒකාකාරී මග හැරීම ගැන ඔවුන් ඉගෙන ගත් පාඩම මතක තබා ගන්නා ලෙස ඔවුන්ට පවසන්න.

- විනෝද වන්න - අන්තර්ගතය සෑදීමේ ක්‍රියාවලිය විනෝදයෙන් සහ රසවිඳීමින් සිදුකරන ලෙස ඔවුන්ට මතක් කර දෙන්න.

පහසුකම් සපයන්නා විසින් සෑම කණ්ඩායමක් සමග ම සම්බන්ධ වෙමින් එම කණ්ඩායම්වල ප්‍රගතිය හිතරම් පරීක්ෂා කිරීම කළ යුතුය. සෑම කණ්ඩායමකටම ඔවුන්ගේ අන්තර්ගතයන් නිර්මාණය කිරීමට විනාඩි 20 ක කාලයක් ලබා දෙන්න. ඔවුන් ආපසු පැමිණි පසු, ඔවුන් සොයාගත් දේ සෙසු කණ්ඩායම්වල සාමාජිකයින් සමග බෙදා ගත හැකිය. සාමාජිකයින්ට තම උපාංගයෙන් හරහා සෘජුවම අන්තර්ගතය හුවමාරු කර ගැනීමට නොහැකි නම් එය පහසුකම් සපයන්නෙකුට යවන්නැයි ඔවුන්ට පවසන්න. සෑම කණ්ඩායමකම අන්තර්ගතය සමාලෝචනය කර ඔවුන්ට ප්‍රතිපාතාත්මක ප්‍රතිපෝෂණ ලබා දෙන්න.

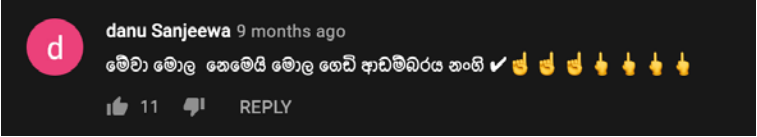
මාර්ගගත වෛරය යනු කුමක්ද?

(චිතාඩි 15)

ඩිජිටල් අවකාශය සමාජ ක්‍රියාකාරීත්ව අපමණ අවස්ථාවන් සහ විශාල ජ්‍යෙෂ්ඨකයින් සංඛ්‍යාවක් ඇමතිම සඳහා අවකාශය සලසන අතර, මාර්ගගත නොවන ක්‍රියාකාරකම් හිදී මෙන් ම වමහින් ඔවුන්ට මාර්ගගත වෛරකථනයට හා හිරිහැරවලට ගොදුරු වීමට අවදානමක් ඇති කරනු ලබයි. ඔවුන්ගේ ක්‍රියාකාරකම්වල/උද්දේශනවල ප්‍රතිඵලයක් ලෙස බොහෝ ක්‍රියාකාරීන් වෛරය, හිතේධාත්මක බව සහ වෙනස් කොට සැලකීමේ අත්දැකීමට මුහුණ දී තිබේ. කෙසේ වෙතත්, මාර්ගගත අවකාශයන් තුළින් මිනිසුන්ට තම විරුද්ධත්වය ප්‍රකාශ කිරීමට පහසු ප්‍රවේශයක් ලබා දෙන බව සහභාගිකයින්ට අවබෝධකර දීම වැදගත්ය. තිරය පිටුපස/සැගවී සිටි පුද්ගලයන්ට අදහස් දැක්වීමට සහ විවේචනය කිරීමට ඉඩ ඇති හෙයින්, අන්තර්ගතය නිර්මාණකරුවන් වෛරය හා හිංසනයට මුහුණ දීමේ සම්භාවිතාව වැඩි කරයි.

කෙසේ නමුත්, වෛරි කථනයන් හේතු කොටගෙන ලොව පුරා සිටින සමාජක්‍රියාකාරීන් හා ශ්‍රී ලංකාවේ සමාජ ක්‍රියාකාරීන් අධෛර්යමත් කර නොමැති අතර ඔවුන් තම උද්දේශන කටයුතු ඉදිරියට ගෙන යයි. මාර්ගගත වෛරය මුළුමනින්ම ඉවත් කළ නොහැකි දෙයක් වන හෙයින්, එයට ආරක්ෂිතව හා සංවේදීව ප්‍රතිචාර දැක්වීමට සමාජ ක්‍රියාකාරීන් වශයෙන් අප ඉගෙන ගැනීම අත්‍යවශ්‍යය.

ඩිජිටල් ක්‍රියාකාරීත්වයේ දී, වෛරිකථනයන් සාමාන්‍යයෙන් සමාජ ක්‍රියාකාරකයාගේ සහ/හෝ සංවිධානයේ ක්‍රියාකාරකම් සම්බන්ධයෙන් සෘජුවම ඉලක්ක කරනු ලබයි. තවද එය ඔබ සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවන් තුළ සාකච්ඡා කෙරෙන කරුණු, අදහස් සහ පුද්ගලයින් කෙරෙහි ද ඉලක්ක ගත විය හැකිය. මාර්ගගත වෛරයේ අරමුණ වන්නේ ක්‍රියාකාරීන්ට සහ ඔවුන්ගේ වැඩකටයුතුවලට හානි පැමිණවීම, පහත හෙළීම/අවමන් කිරීම, හිරිහැර කිරීම, බිය ගැන්වීම, තත්ත්වයෙන් පහත් කිරීම, පහත් කොට සැලකීම සහ පීඩාවට පත් කිරීමයි. ඩිජිටල් වේදිකාවල සමාජ ගැටලු පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීමේදී නිර්මාණකරුවන් මුහුණ දී තිබෙන වෛර හා හිරිහැර සඳහා උදාහරණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.



අපගේ මාර්ගගත ආරක්ෂාව තහවුරු කර ගන්නේ කෙසේ ද?

(චිතාඩි 30)

මාර්ගගත වෛරය සහ හිංසනය ගැන ඉගෙන ගැනීමේ වැදගත් අංගයක් නම් එයින් ඔබව ආරක්ෂා කර ගැනීමට ඉගෙන ගැනීමයි සහභාගිකයින්ගෙන් පහත සඳහන් ප්‍රශ්න අසන්න:

ඔබගේ ස්මාර්ට් ජංගම දුරකථනය සඳහා මුරපදයක් යොදා තිබේ ද?

ඔබගේ මුරපදය ලෙස ඔබේ නම, උපන් දිනය හෝ පෞද්ගලික තොරතුරු භාවිතා කරනවා ද?

ඔබේ සියලුම සමාජ මාධ්‍ය වේදිකා සඳහා ඔබ එකම මුරපදයක් භාවිතා කරනවා ද?

ඔබේ සමාජ මාධ්‍ය ප්‍රොෆයිල් වෙත ප්‍රවේශ වීම සඳහා ඔබ ඔබේම විද්‍යුත් තැපෑල ලිපිනයක් භාවිතා කරනවා ද?

මෙම ප්‍රශ්නවලට ලැබෙන පිළිතුරු මගින් මාර්ගගත ආරක්ෂාව පිළිබඳව සහභාගිකයින්ගේ දැනුම අවබෝධ කර ගැනීමට හැකි වේ. ඉහත හැසිරීම් මාර්ගගත හිරිහැර හා ප්‍රචණ්ඩත්වයට ඔවුන් වඩාත් ගොදුරු කරවන්නේ කෙසේදැයි පැහැදිලි කරන්න.

ජ්ලූන් ඉන්ටර්නැෂනල් ආයතනය විසින් සිදු කරන ලද තෝලිය සමීක්ෂණයකින් හෙළි වූයේ සියයට 60 ක් ගැහැනු ළමයින් හා කාන්තාවන් සමාජ මාධ්‍ය වේදිකාවල හිංසනයට ලක් වී ඇති අතර ඔවුන්ගෙන් පහෙන් එකක් තම සමාජ මාධ්‍ය භාවිතය අත්හැර දමා හෝ අඩු කර ඇති බවයි. කාන්තාවන් සහ ගැහැනු ළමයින්ට වරෙහි අන්තර්ජාල ප්‍රචණ්ඩත්වය අවසන් කිරීම සඳහා ඩිජිටල් උපාංග සහ ඔන්ලයින් වේදිකා භාවිතය නතර කිරීම තිරසර වීසඳුමක් නොවන බව වටහා ගැනීම වැදගත්ය. අන්තර්ජාලය යනු සෑම මනුෂ්‍යයෙකුටම වැදගත් සම්පතකි. සෑම කෙනෙකුටම අන්තර්ජාලයට ප්‍රවේශ වීමේ අයිතිය ඇත. වැදගත්ම දෙය නම් ආරක්ෂිතව අන්තර්ජාලයට ප්‍රවේශ වීමේ අයිතිය සෑම කෙනෙකුටම තිබේ.

මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වයට වරෙහිව සටන් කිරීම සඳහා එල්ලායි හා තිරසර වීසඳුමක් නම් මාර්ගගතව ආරක්ෂිතව

හා සංවේදීව සිටීමට අවශ්‍ය දැනුම හා මෙවලම්වලින් අපව සන්නද්ධව සිටීම බව සහභාගිකයින් දැනුවත් කරන්න. පෞද්ගලිකත්වය සඳහා ඇති අපගේ අයිතිය සහ ඩිජිටල් ආරක්ෂාවේ අවශ්‍යතාවය අපි තේරුම් ගෙන ඇති බව ඔවුන් තේරුම් ගැනීම අත්‍යවශ්‍යය. ඩිජිටල් ආරක්ෂාව සඳහා ඔවුන් දැනගත යුතු සාමාන්‍ය උපදෙස් කිහිපයක් පහත දැක්වේ:

■ **ඔබේ මුරපද තවත් පාර්ශවයක් සමග බෙදා නොගන්න** - සම්හර වීට ඔබේ මුරපදය වෙනස් වීමට පෙර සම්බන්ධතාවය වෙනස් වේ. ඔබේ අභිමතය පරිදි ඔබගේ මුරපද රහසිගතව තබා ගන්න.

■ **අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට වඩා බෙදා නොගන්න** - ඔබ වෙතත් අයෙකු සමග රහස්‍ය පණිවිඩ, පින්තූර හෝ තොරතුරු අන්තර්ජාල වේදිකා හරහා හුවමාරු කර ගැනීමේ දී ප්‍රවේශම් වන්න.

■ **අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට පමණක් අනාවරණය කරන්න** - ඔබ සිටින ස්ථානය සහ ජීවන රටාව පිළිබඳ තොරතුරු පළ කිරීමේදී සැලකිලිමත් වන්න.

■ **ඔබට අන්තර්ක්‍රියා කිරීමට අවශ්‍ය නොමැති පුද්ගලයින් අවහිර කරන්න** - ඔබේ සහජ බුද්ධිය විශ්වාස කර ඔබට අවශ්‍ය පරිදි පුද්ගලයින් නොසලකා හැරීම, මිතුරු ලැයිස්තුවෙන් ඉවත් කිරීම සහ අවහිර කිරීම සිදුකරන්න. මාර්ගගතව ඔබ සමග මිතුරු විය යුත්තේ කවුරුන් ද යන්න ඔබට තෝරා ගත හැකිය.

මෙම සැසිය තුළ දී ඔබ මාර්ගගතව කටයුතු කිරීමේදී අනුගමනය කළ යුතු වැදගත් ආරක්ෂක පියවර හතරක් පිළිබඳව සහභාගිකයින් දැනුවත් කරනු ඇත.

■ **ඔබගේ ස්මාර්ට් ජංගම දුරකථනය අගුළු දමන්නේ කෙසේ ද?**

■ **ආරක්ෂිත මුරපදයක් සකසන්නේ කෙසේ ද?**

■ **ෆෙස්බුක් හිණුමක් ආරක්ෂා කරගන්නේ කෙසේ ද?**

■ **ව්‍යප් හිණුම් මාර්ගගතව වාර්තා/පැමිණිලි කරන්නේ කෙසේ ද?**

ඉහත සඳහන් උපායමාර්ග නිවැරදිව කරන්නේ කෙසේදැයි යන්න සියලුම සහභාගිකයින් දැනුවත්ව වී ඇති බවට ඔබ වග බලා ගත යුතුය. ඒ සඳහා ඔබ කාලය ලබා දී එය තේරුම් ගැනීමට ඔවුන්ට උදව් කරන්න. ඔබට අවශ්‍ය තොරතුරු පහතින් ලබා ගත හැකිය.

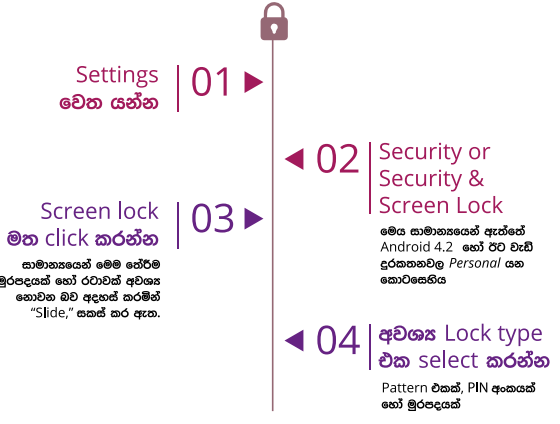
ඔබේ ස්මාර්ට් ජංගම දුරකථනය අගුළු දමන්නේ කෙසේද?

ඔබ ඒ පිළිබඳව අවධානය යොමු කළහොත්, අපගේ ස්මාර්ට් ජංගම දුරකථනවල අප පිළිබඳව බොහෝ තොරතුරු තිබේ. ඔබේ සම්බන්ධතා සහ මිතුරන් කවුරුන් ද යන්න එය දනී, එහි ජායාරූප සහ විඩියෝ තුළ අපේ ජීවිතවල නොයෙකුත් අවස්ථාවල ජායාරූප අන්තර්ගතව ඇත, ඔබ කොහේ සිටියා ද සහ ඔබ කොහේ ගියා ද යන්න, අන්තර්ජාලයේ ඔබේ සෙවුම් පුරුදු, ඔබේ මූල්‍ය ගනුදෙනු සහ ඔබේ මිලදී ගැනීමේ පුරුදු ඇතුළු ඔබ පිළිබඳව සෑම දෙයක්ම පාහේ එය දනී!

නමුත් පුදුමයට කරුණක් නම් ස්මාර්ට්ෆෝන් භාවිතා කරන්නන්ගෙන් තුනෙන් එකකට වැඩි ප්‍රමාණයක් තම ජංගම උපාංගය ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා සරල අංක 4 කින් යුත් මුර පදයක් පවා භාවිතා කිරීමට උත්සාහ නොකිරීමයි. එය කිසිම අයෙක් විසින් නොකළ යුතු එක් ආරක්ෂක දෝෂයකි. දැනට, ස්මාර්ට්ෆෝන් අගුළු දැමීමට සහ අගුළු හැරීමට

ක්‍රම ගණනාවක් තිබේ - මුහුණු ස්කෑන් කිරීම, මාපට ඇඟිලි සලකුණු, අයිරිස්, මුර කේත යෙදීම, පැටරින්ස් (face scans, thumbprints, irises, passcodes, patterns) භාවිතා කිරීම සහ තවත් බොහෝ දේ වේ.

ඔබ භාවිතා කරන උපකරණය සහ සෙට්ට්ස් අනුව ඔබගේ ස්මාර්ට් ජංගම දුරකථනය අගුළු දැමීමේ ක්‍රමය (ඔබේ උපාංගය විවෘත කිරීමට මුරපදයක් සැකසීම) වෙනස් විය හැකි බැවින්, සහභාගිකයින්ට ලබා දිය හැකි සාමාන්‍ය උපදෙස් මෙන්න.



Pattern: පැටරින්ස් එකක් (රටාවක්) භාවිතා කිරීම: ඔබට භාවිතා කිරීමට අවශ්‍ය අගුළු ඇරීමේ රටාවක් ඇඳීමට ස්වයංකාර කරන්න. ඔබට වැරදුනේ නම් අසාර්ථක වුණේ නම් නැවත උත්සාහ කරන්න. එසේ නැත්නම්, ඉදිරියට යාමට click කරන්න. තහවුරු කිරීම සඳහා එම රටාව නැවත අඳින්නැයි ඔබෙන් ඉල්ලනු ඇත.

PIN අංකයක් දීම: ඔබට පහසුවෙන් භාවිතා කළ හැකි ඉලක්කම් 4 ක PIN අංකයක් ඇතුළත් කරන්න. පුනරාවර්තන අංක භාවිතා නොකරන්න (ඔබට අත්‍යවශ්‍යම නම් දෙකකට වඩා භාවිතා නොකරන්න). ඉදිරියට යාමට click කරන්න. තහවුරු කිරීම සඳහා PIN අංකය නැවත ඇතුළත් කරන්න.

Password/මුරපදයක් යෙදීම: ඔබට පහසු මුරපදය ටයිප් කරන්න. මුරපදය අවම වශයෙන් අක්ෂර 4 කින් සමන්විත විය යුතුය, අක්ෂර 17 ට නොඅඩු විය යුතු අතර අවම වශයෙන් අකුරු 1 ක් වත් තිබිය යුතුය. ඉදිරියට යාමට click කරන්න. තහවුරු කිරීම සඳහා මුරපදය නැවත ඇතුළත් කරන්න.

ඔබ කුමන විකල්පය තෝරා ගත්ත ද, ඔබ ඔබේ උපාංගය විවෘත කරන සෑම අවස්ථාවකම ඔබේ pin අංකය ඇතුළු කරන ලෙස දැන් ඔබෙන් ඉල්ලා සිටිනු ඇත.

ආරක්ෂිත මුරපදයක් සකසන්නේ කෙසේද?

සමාජ මාධ්‍ය වේදිකා භාවිතා කරන විට ඔබේ මුරපදය කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම වැදගත්ය. ඔබේ මුරපදය ආරක්ෂිත සහ ස්ථිර දැයි තහවුරු කර ගත හැකි ආකාරය මෙන්න.

■ **ඔබේ මුරපදය අත් අය සමග බෙදා නොගන්න.** එය ඔබට පමණක් දැන ගත යුතු රහස්‍ය ලෙස සිතන්න.

■ ඔබේ නම, උපන් දිනය, පරිශීලක නාමය හෝ විද්‍යුත් තැපෑල ලිපිනය වැනි පුද්ගලික තොරතුරු කිසිවිටෙකත් භාවිතා නොකරන්න. මෙම ආකාරයේ තොරතුරු බොහෝ විට ප්‍රසිද්ධියේ ලබා ගත හැකි අතර එමඟින් යමෙකුට ඔබේ මුරපදය අනුමාන කිරීම පහසු කරයි.

■ දිගු මුරපදයක් භාවිතා කරන්න. ඔබේ ආරක්ෂක මුරපදය අවම වශයෙන් අක්ෂර හයක්වත් දික් විය යුතු නමුත් අමතර ආරක්ෂාව සඳහා එය තවත් දිගු විය යුතුය. අංක, සංකේත සහ ඉංග්‍රීසි කැපිටල් අකුරු සහ සිම්පල් අකුරු යන දෙවර්ගයම ඇතුළත් කිරීමට උත්සාහ කරන්න.

■ සෑම ගිණුමක් සඳහාම එකම මුරපදය භාවිතා නොකරන්න. එක් ගිණුමක් සඳහා වූ මුරපදයක් කවුරුහර සොයා ගත්තොත්, ඔබේ අනෙක් සියලුම ගිණුම් අවදානමට ලක් විය හැකිය. විවිධ ගිණුම්වලට වෙනස් වෙනස් මුරපද භාවිතා කරන්න.

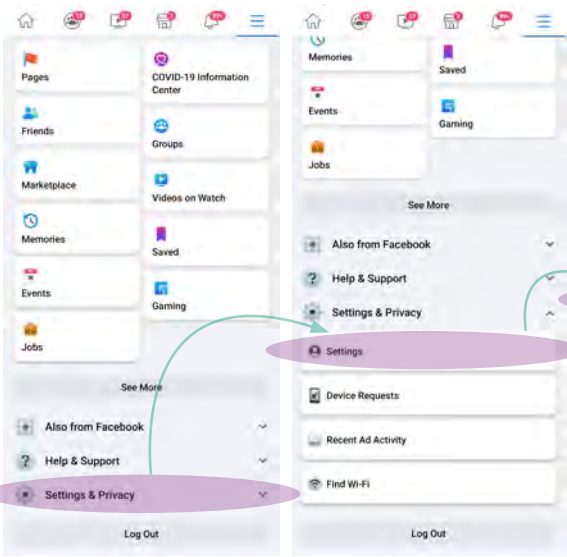
■ ඒවා ලියා තැබීමෙන් වළකින්න. ඔබේ මුරපද සටහන් පොතක ලියා සඟවා තැබීමට හෝ පුද්ගලයෙකුට ඒවා සොයා ගත හැකි වෙනත් තැනක ලියා තැබීමෙන් පවා වළකින්න.

සහභාගිකයින්ගෙන් ඔවුන්ගේ මුරපදය ආරක්ෂිත යැයි විශ්වාස කරන්නේ දැයි විමසන්න. ඔවුන් එසේ සිතන්නේ නැත්නම්, සැසිය අවසන් වූ වහාම එය වෙනස් කිරීමට දීර්ඝ කරන්න.

ඔබේ ගෞරවය ගිණුම් Private කරන්නේ කෙසේද?

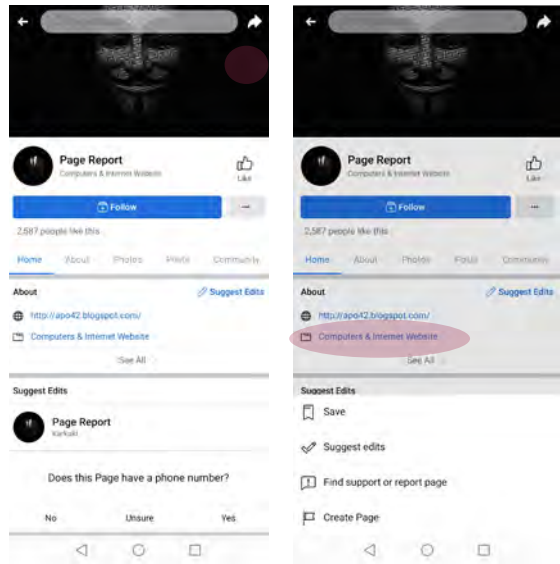
ගෞරවය සිටින අනෙක් පුද්ගලයන්ට ඔබේ ගෞරවය හි ඇති ඔබේ ගිණුමේ පළ කරන තොරතුරු නැරඹිය හැකිය. ඔබ පළ කරන තොරතුරු සොරකම් කිරීමට, අයුතු ප්‍රයෝජන ගැනීම සහ අහිසි ලෙස භාවිතා කිරීමට ඉඩ ඇති හෙයින් මෙය මුළුමනින්ම ආරක්ෂිත නොවේ. සාමාන්‍ය ජනතාවට සහ ඔබේ මිතුරු ලැයිස්තුවේ සිටින අය සම්බන්ධයෙන් පවා ගෞරවය හි ඔබේ ක්‍රියාකාරකම් සහ ගිණුමෙහි තොරතුරු නැරඹීමේ සීමා කිරීමට ක්‍රම තිබේ. ඔබේ ගිණුම සුරක්ෂිත වීමට ගත වන්නේ මිනිත්තු කිහිපයක් පමණක් වන අතර එය කිරීමට ප්‍රයෝජනවත් විය හැකිය. එය ඉතා සරලය.

Settings & Privacy > Settings > Privacy වෙත යන්න. Who Can See Your Posts යටතේ ඇති Public to Friends, or another option යන්න click කරන්න



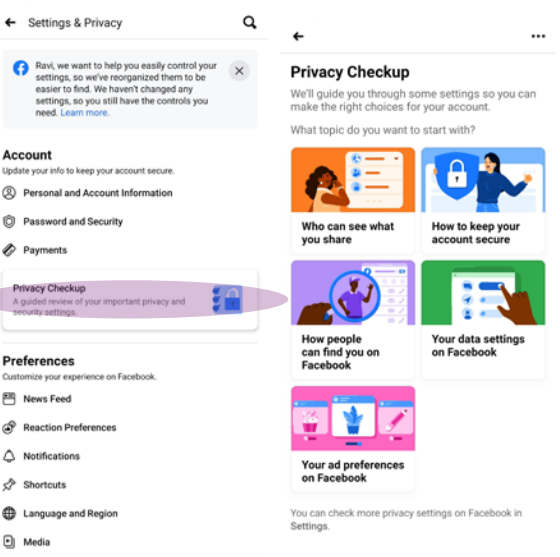
මුහුණුපොතෙහි ඇති ව්‍යාජ ගිණුමක් පිළිබඳව පැමිණිලි/වාර්තා කරන්නේ කෙසේද?

ව්‍යාජ ගිණුමක් යනු යමක් හෝ යම්කෙනෙකු ලෙස පෙනී සිටින ගිණුමකි. ඔබට ව්‍යාජ ගිණුමක් හමු වූයේ නම් එය බරපතල අහසනා සොරකම්ක් වන බැවින් ඔබ එය වහාම ගෞරවය වෙත වාර්තා/පැමිණිලි කළ යුතුය. ගෞරවය හි ව්‍යාජ ගිණුමක් හෝ පිටුවක් ඔබට වාර්තා කළ හැකි ආකාරය මෙන්න.



ඔබට පැමිණිලි කිරීමට අවශ්‍ය ගිණුම හෝ පිටුව වෙත යන්න. කවර පින්තූරයට පහළින් සිරස් අතට ඇති බොට් තුන මත click කරන්න. ඔබ ගිණුමක් රිපෝට් කරන්නේ නම් Support or Report Profile මත click කරන්න. ඔබ පිටුවක් රිපෝට් කරන්නේ නම් Find Support දර Report Page මත click කරන්න. පැමිණිල්ලක් වාර්තා කිරීම සඳහා තිරය මත ඇති උපදෙස් අනුගමනය කරන්න.

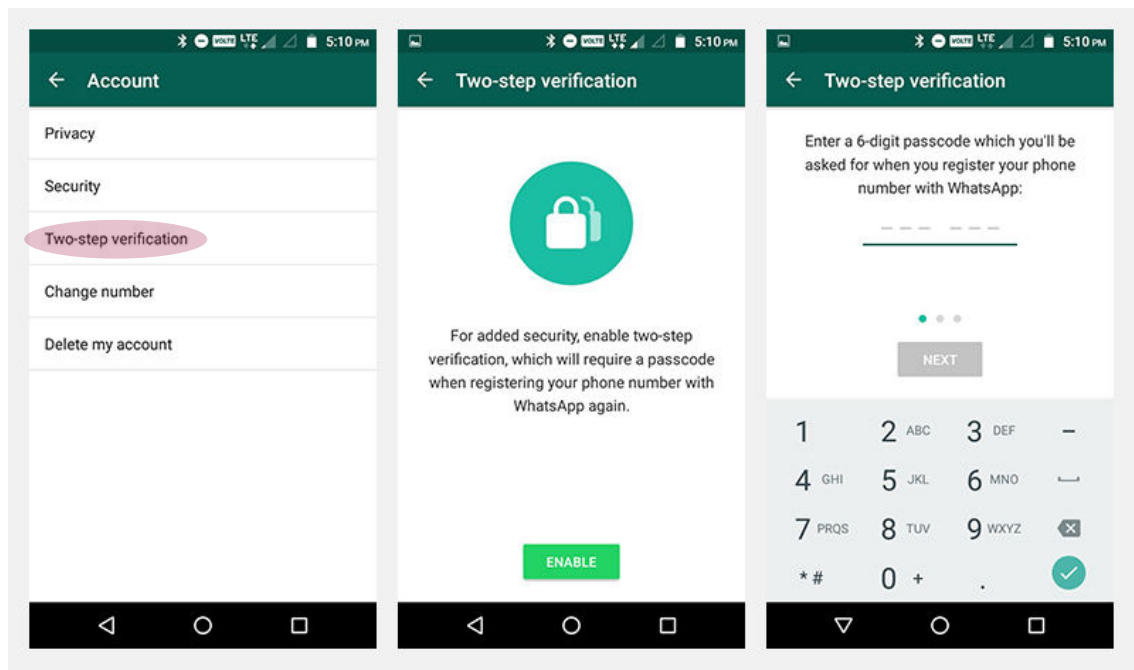
සහභාගිකයින්ට එය සිදුකර පෙන්වීමට ඔබට සිදුවිය හැකියි අවශ්‍ය නම් ඔබට මෙහි උපදෙස් සිංහල හා දෙමළ භාෂාවෙන් ලබා ගත හැකිය.



whatsapp හි පියවර දෙකේ සත්‍යාපනය භාවිතා කරන්නේ කෙසේ ද?

පියවර දෙකක සත්‍යාපනය (verification) ඔබේ WhatsApp ගිණුමට වැඩි ආරක්ෂාවක් එක් කරන විකල්ප ක්‍රමයකි. ඔබට ඔබේ PIN අංකය අමතක වී නම් ඔබගේ ගිණුම ආරක්ෂා කර ගැනීමට එය උදව් වන අතර හැවත සකස් කිරීමේ සබැඳියක් reset link විද්‍යුත් තැපෑල ලිපිනය වෙත යැවීමට මෙමගින් ඉඩ සලසයි. ඔබේ PIN අංකය මතක තබා ගැනීමට ඔබට වරින් වර ඔබේ PIN අංකය ඇතුළත් කිරීමට WhatsApp මගින් ඔබව පොළඹවයි. WhatsApp හි ඔබට පියවර දෙකේ සත්‍යාපනය සක්‍රීය කළ හැකි ආකාරය මෙන්න.

WhatsApp Settings > Tap Account > Two Step verification > Enable > Enter a six-digit PIN of your choice and confirm it > Provide an email address you can access > Tap Next > Confirm the email address > Tap Save or Done.



මාර්ගගත වෛරය පැමිණිලි කරන්නේ කෙසේද?

(චිතාඩ් 15)



ලේස්බ්‍රක් හි ගිණුමක් හෝ ප්‍රොෆයිල් පිළිබඳව වාර්තා/පැමිණිලි කරන්නේ කෙසේදැයි පසුගිය සැසියේ දී ඔබ දැනටමත් සාකච්ඡා කර ඇත. සහභාගිකරුවන්ගේ මතකය අලුත් කිරීමට දැන් වේලාව පැමිණ ඇත. ලේස්බ්‍රක් හි ඔබගේ ගිණුම විවෘත කර, වෛරය පතුරුවන පිටුවක් හඳුනාගෙන, එම පිටුව සාර්ථකව ලේස්බ්‍රක් ආයතනය වෙත වාර්තා කිරීමේ පියවරයන් පෙන්වාදෙන ලෙස සහභාගිකරුවන්ට පවසන්න. මාර්ගගත වෛරය සහ හානිකර පිටු වාර්තා කිරීමට කාන්තාවන් සහ ගැහැනු ළමයින් දැන සිටියත්, බොහෝ දෙනා පැමිණිලි කිරීමට මැලිකමක් දක්වන බව පෙනේ. එබැවින්, අන්තර්ගතය වාර්තා කරන ආකාරය ඔවුන්ට කියා දීම පමණක් ප්‍රමාණවත් නොවේ. මාර්ගගත වෛරය සහ හිරිහැර වාර්තා කිරීමේ වැදගත්කම තේරුම් ගැනීමට ඔබ ඔවුන්ට උදව් කළ යුත්තේ මේ ආකාරයට ය.

අප මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ සිද්ධීන් වාර්තා කිරීමට අවශ්‍ය ඇයි?

මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වයේ වින්දිතයින් බොහෝ විට සයිබර් ප්‍රචණ්ඩ සිද්ධීන් වාර්තා නොකරන්නේ මෙසේ වාර්තා කරනු ලබන ද ඒවා අදාළ පාර්ශවයන් විසින් විශ්වාස නොකරන්නේ යැයි සිතීම හෝ තම වාර්තා කිරීමට අදාළ බලධාරීන් විසින් හිස ලෙස හා සුපරීක්ෂාකාරීව විසඳුමක් ලබා නොදේ යැයි සිතන බැවිනි. ප්‍රචණ්ඩත්වය සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය නොවන්නේ කුමක් ද යන්න පිළිබඳව විවිධ අදහස් පැවතීම ද වින්දිතයින් විසින් එවැනි වාර්තා/පැමිණිලි නොකිරීමට හේතු විය හැකිය. තත්වය වඩාත් හරක අතට හැරේ යයි බිය වීම,

අන්තර්ජාල ප්‍රචණ්ඩත්වයට ගොදුරුවුවත් වාර්තා කිරීමට මැලි වීමට තවත් හේතුවක් වේ. සමාජ අපකීර්තිය සහ පළිගැනීමට ලක්වී යැයි යයි බියවීම - අපරාධකරුගෙන් මෙන්ම සමාජයෙන් ද - එවැනි සිදුවීම් වාර්තා කිරීමට කාන්තාවන් සහ ගැහැනු ළමයින් දිරිමත් කිරීමේ දී පවත්නා දැවැන්ත අභියෝගය වේ.

මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වය වාර්තා කිරීම දිරි ගැන්වීම, ශ්‍රී ලංකාවේ අන්තර්ජාලය තුළ සිදුවන ප්‍රචණ්ඩත්වයේ යථාර්ථය පිළිබඳ වඩාත් නිවැරදි විකුසක් ලබා ගැනීමට අපට උපකාරී වේ. අපරාධකරුට එරෙහිව පියවර ගත නොවේ මෙවැනි සිදුවීම්වල ව්‍යාප්තිය සැලකිය යුතු ලෙස අඩු කරගත හැකිය. බොහෝ අවස්ථාවලදී ඩිජිටල් වේදිකාවන් හරහා තර්ජනය කිරීම සහ සුරාකෘමිදී, අපරාධකරු බොහෝ විට භාවිතා කරන්නේ වින්දිතයාට සහාය ලබා ගැනීමට ඇති නොහැකියාව සහ ඔහු/ඇය මේ පිළිබඳව වාර්තා කිරීමට ඇති බියයි. එම නිසා, පවතින යාන්ත්‍රණයන්ගෙන් සහයෝගය ලබා ගැනීමට අප පුරුදු පුහුණු වීම සහ අපරාධකරුගෙන් එම බලය ඉවත් කිරීම සඳහා දැනට පවතින වාර්තාකරණ යාන්ත්‍රණයන් ගැන දැනුම්වත් වීම අත්‍යවශ්‍ය ය.

අත්ත වශයෙන්ම, ඔබට සිද්ධිය සම්බන්ධයෙන් ප්‍රාදේශීය පොලිසියට හෝ නීතිමය පියවර ගැනීමට පැමිණිලි කිරීමට අවශ්‍ය විය හැකිය. මෙම අවස්ථාවේ දී, අනුගමනය කළ යුතු වඩාත් සංවේදී පියවර පමණ දැක්වේ:

- **සාක්ෂි සුරැකිව තබා ගන්න** - සෑම දෙයකම ස්ක්‍රීන් ෂොට් ලබා ගන්න. කිසිම දෙයක් ඩිලීට් (Delete) නොකරන්න. සියලුම සබැඳි සුරැකිව තබා ගන්න.
- **සිද්ධිය පිළිබඳව ඔබේ පවුලට, සේවයෝජකයාට හෝ විශ්වාසවන්ත වැඩිහිටියෙකුට දැනුම් දෙන්න.**
- **තර්ජනය කළහොත්** අනාගතයේදී තවදුරටත් ඔබව සුරාකෘමි සඳහා නිරාවරණය වීමට හෝ විධිමත් භාවිතා කළ හැකි බැවින් තවත් දුරටත් එවැනි දෑ තර්ජනය කරන පුද්ගලයා වෙත නොයවන්න.
- **අපරාධකරු සමග කිසිදු පෞද්ගලික හෝ සම්බන්ධතා විස්තර බෙදා නොගන්න.**
- **ක්ෂණික උපකාර** ලබාදිය හැකි සංවිධානයකින් උපකාර ලබා ගන්න.

පැහැදිලි කිරීම

(චිතාඩ් 20)

මෙහිදී ලබාදෙන ප්‍රධාන පණිවිඩය වන්නේ මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වයේ සැබෑ බලපෑම අවබෝධ කර ගැනීමේ වැදගත්කම සහ මාර්ගගතව ආරක්ෂිතව හා අවධානයෙන් සිටීමට දිරි ගැන්වීමේ වැදගත්කම නැවත අවධාරණය කිරීමයි. අපි දිනපතාම මාර්ගගතව සහ මාර්ගගත නොවන ආකාරයෙන් බාධාවකින් තොරව සැරිසරන ලෝකයක - කාන්තාවන් මෙම ක්ෂේත්‍ර දෙකෙහිදීම මුහුණ දෙන හිංසනයට පිලිතුරු සෙවීම අපට ඉතා වැදගත් ය. මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වය සැබෑ ප්‍රචණ්ඩ ක්‍රියාවකි. එය අපගේ නිදහස් හා පූර්ණ සහභාගී වීමේ අයිතිය, අපගේ අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ නිදහස සහ ආරක්ෂිතභාවය සහ පෞද්ගලිකත්වය සඳහා ඇති අපගේ අයිතිය සීමා කරයි. එය මාර්ගගත අවකාශයේ පැවතීම නිසා එය යථාර්ථයක් වීම අවම වන්නේ නැත.

පසුගිය වසර කිහිපය තුළ ශ්‍රී ලංකාව තුළ සයිබර් අපරාධ ක්‍රමානුකූලව වර්ධනය වෙමින් පැවතුන ද, ගෝලීය වසංගතයෙන් පසු ඩිජිටල් ලෝකය මත වැඩි වශයෙන් රඳා පැවතීම හේතුවෙන් වැඩි වැඩියෙන් පුද්ගලයින් විශේෂයෙන් කාන්තාවන් සහ ගැහැනු ළමයින් ගොදුරු වීම හා හිංසනයට හේතු වී ඇත. මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වය විශේෂයෙන් කාන්තාවන්ට සහ ගැහැනු ළමයින්ට බලපාන්නේ එය පුරුෂාධිපත්‍යයේ ප්‍රතිඵල සහ සාරධර්ම මගින් ශක්තිමත් කරන ලද ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය පදනම් කරගත් ප්‍රචණ්ඩත්වයක් වන බැවිනි. කෙසේ වෙතත්, මාර්ගගත ප්‍රචණ්ඩත්වයට යොමුවීමේ අවදානම වැඩි වීමට තවත් කැපීපෙනෙන දායකත්වයක් සපයන්නේ ඩිජිටල් ලෝකයට අඩුවෙන් නිරාවරණය වීම සහ දැනුම්වත්භාවය නොමැති කමයි. එබැවින්, මාර්ගගත ලෝකය පිළිබඳව තවදුරටත් දැනුවත් කිරීමේ සහ ඉගෙනීමේ අවශ්‍යතාවය පැහැදිලි කරන්න. ඒ පිළිබඳව වැඩිදුර අධ්‍යයනය සඳහා අන්තර්ජාලය

සහ සමාජමාධ්‍ය භාවිතා කිරීමට සහභාගිකරුවන් උනන්දු කරවන්න.

ක්‍රියාකාරකම - අවසාන ක්‍රියාකාරකම වශයෙන්, සහභාගිකරුවන් පසුගිය දින තුන තුළදී ඔවුන් ඉගෙනගත් දේ පිළිබඳව නැවත මතකය ආවර්ජනය කිරීමට ඔබට හැකි වේ. ඔවුන් කණ්ඩායම් තුනකට බෙදා එක් එක් කණ්ඩායමට සැසියේ දිනයක් නියම කරන්න (1 වන දිනය 2 දිනය 3 දිනය). සෑම කණ්ඩායමක් සඳහාම මිශ්‍රරුල් පුවරුවක් විවෘත කර සෑම දිනයට අදාළ තමන්ට මතක ඇති සහ ඉගෙන ගත් සෑම දෙයක්ම ලිවීමට ඔවුන්ට සහාය වන්න. උදාහරණයක් වශයෙන්, 1 වන කණ්ඩායම 1 වන දිනයේදී ඔවුන් ඉගෙන ගත් කරුණු පිළිබඳව ලියනු ඇත. මෙම ක්‍රියාකාරකම සම්පූර්ණ කිරීම සඳහා සෑම කණ්ඩායමකටම චිතාඩ් 10 ක කාලයක් ලබා දෙන්න. ලියා අවසන් වූ පසු, කණ්ඩායම්වලට සෑම දිනකම ඔවුන් ඉගෙනගත් දෑ මුළු කණ්ඩායම සමඟ බෙදා ගැනීමට හා ආවර්ජනය කිරීමට හැකිය.

ප්‍රශ්න සහ පිලිතුරු

(චිතාඩ් 15)

සහභාගිකරුවන්ට මතුවන ප්‍රශ්න හෝ ගැටලුකාරී තැන් පැහැදිලි කර ගැනීම සඳහා ඔබට අවසාන ප්‍රශ්න පිලිතුරු සැසියක් සිදුකළ හැකිය. සැසිය පිළිබඳව සහ අනාගතයේ දී අන්තර්ගතයන් නිර්මාණය කිරීම, වෛර ප්‍රකාශ සහ මාර්ගගත ආරක්ෂාව පිළිබඳව ඔවුන් ඉගෙන ගැනීමට කැමති වෙතත් ඕනෑම දෙයක් පිළිබඳව ප්‍රතිපෝෂණයක් ලබා දෙන ලෙස ද ඔබට ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටිය හැකිය.

අපේ ජීවිතයේ - විශේෂයෙන් පශ්චාත් කොවිඩ් ලෝකය තුළ අන්තර්ජාලයේ වැදගත්කම අවධාරණය කරමින් ඔබට සැසිය අවසන් කළ හැකිය. අන්තර්ජාලය තුළ ප්‍රචණ්ඩත්වය, වෛරය සහ හිරිහැර කිරීම් නොතකා, සමාජ මාධ්‍ය යනු පුදුමාකාර හා සම්පත්වලින් පරිපූර්ණ වේදිකාවක් බව සහභාගිවන්නන්ට මතක් කරන්න. එය ආරක්ෂිතව හා සංවේදීව භාවිතා කිරීමට ඔවුන්ව දිරිමත් කරන්න.

සංස්කරණ මෙවලම් පිළිබඳව පැහැදිලි කිරීම

කාලය: විනාඩි 60 යි

අරමුණු:

- Canva භාවිතා කිරීමට ඉගෙන ගැනීම
- KineMaster භාවිතා කිරීමට ඉගෙන ගැනීම

මෙවලම්: Canva Mobile App සහ KineMaster

පුහුණුකරු සඳහා උපදෙස්: මෙම සැසියේ අරමුණ වන්නේ කැන්වා සහ කින්මාස්ටර් Canva and KineMaster වැනි සංස්කරණ මෙවලම් භාවිතා කිරීම පිළිබඳව අතිරේක සහයෝගයක් ලබා දීමයි. මෙම සැසිය ප්‍රධාන වශයෙන් අන්තර්ගතය නිර්මාණය කිරීමේ දී තාක්ෂණික අංශය කෙරෙහි අවධානය යොමු කර ඇති හෙයින් මෙම සැසිවාරයට සහභාගි වන සාමාජිකයින් ඩිජිටල් කතන්දර සම්බන්ධයෙන් සිදු කරන ලද සැසිය සඳහා ද සහභාගි වී ඇති බවට වග බලා ගත යුතුය. ප්‍රධාන කරුණ නම් ඉවසිලිවන්තව හා සෙමින් හා පැහැදිලිව වම වේදිකාවන් පිළිබඳව ඔවුන්ට අවබෝධ කර දීමයි.

ක්‍රමවේදය:

Canva පිළිබඳව පැහැදිලි කිරීම

(විනාඩි 30)

1. App එක ඩවුන්ලෝඩ් කර ලියාපදිංචි වීම - සියලුම සහභාගිකරුවන් Canva ජංගම යෙදුම සිය ස්මාර්ට් ජංගම දුරකථනයට ඩවුන්ලෝඩ් කරගෙන ඇති බව තහවුරු කරන්න. එය Android සහ iOS උපාංග සඳහා නොමිලේ ලබා ගත හැකිය. ඊළඟට, ඔවුන් ගිණුමක් සඳහා ලියාපදිංචි විය යුතුය. ඔවුන්ට සිය විද්‍යුත් තැපෑල ලිපිනය ඔස්සේ හෝ ඔවුන්ගේ සිය ෆේස්බුක් ගිණුම හරහා ලියාපදිංචි විය හැකිය. Canva ලියාපදිංචි වන්නේ කෙසේදැයි පෙන්වන්න. සමහර ස්මාර්ට් ජංගම දුරකථනවලට ඔබගේ දුරකථනයේ ඇති ජායාරූප සහ අනෙකුත් මාධ්‍ය සඳහා App එකට ප්‍රවේශය ලබා දීම අවශ්‍ය වේ. ඔබත් එය මුලින්ම සකස් කරගෙන තිබිය යුතුයි.

2. Choosing the Template ආකෘතියක් තෝරා ගැනීම - ඔබට සෑදීමට අවශ්‍ය පෝස්ටරය මත පදනම්ව, ප්‍රමාණය සහ නිර්මාණ අවශ්‍යතා වෙනස් විය හැකිය. උදාහරණයක් ලෙස, පෝස්ටරයක් සහ ඉන්ස්ටග්‍රෑම් සටහනක් සඳහා ඔබට සමාන මිමිමක් තිබිය නොහැක. සර්වි බොක්ස් එකෙහි/සෙවුම් ස්ථානයේ (ෆේස්බුක් පෝස්ට්, ෆොටෝ කොලොජ්, පෝස්ටර්) ඔබට කුමන ආකාරයේ පෝස්ටරයක් සැලසුම් කිරීමට අවශ්‍ය දැයි ටයිප් කළ යුතුය. ඔබට කාන්තා දිනය හෝ පාසල වැනි විශේෂිත යමක් ටයිප් කළ හැකිය. සහභාගිකරුවන්ට ඔවුන්ගේ සෙවුම් ඉතා සාර්ථක කරගැනීම සඳහා සෙවුම් වචන භාවිතා කරන ආකාරය උගන්වන්න.

3. පසුබිමක් තෝරා ගැනීම - සහභාගිකරුවන්ට දැනට පවතින පසුබිම් මෝස්තරයක් සහ/හෝ වර්ණය භාවිතා කළ හැකිය. නමුත් ඔවුන්ට මෙය වෙනස් කළ හැකිය - වර්ණය වෙනස් කිරීමෙන් හෝ තමන්ගේම පසුබිම් පින්තූරයක් ඇතුළත් කිරීමෙන්. භාවිතා කරන රූප/පසුබිමේ දීප්තිය, පැහැදිලිකම සහ saturation වෙනස් කළහැකි වන පරිදි filter එකතු කරන්නේ කෙසේදැයි ඔවුන්ට පෙන්වා දෙන්න.

4. අකුරු එක් කිරීම - පළමුව, අකුරු එකතු කරන්නේ කෙසේදැයි ඔබ ඔවුන්ට පෙන්විය යුතුය. අකුරුවල ප්‍රමාණය සහ වර්ණය වෙනස් කරන්නේ කෙසේදැයි පෙන්වීමට වග බලා ගන්න. මිලඟට, සහභාගිකරුවන්ට ඔවුන්ගේ අකුරු වෙනස් කරන්නේ කෙසේදැයි පෙන්වන්න. පෝස්ටරයක එකකට අකුරු වර්ග දෙකකට වඩා එකතු නොකළ යුතු බව සහභාගිකරුවන්ට මතක් කරන්න, මන්ද එය සිත් ඇදගන්නා සුළු නොවන පෙනුමක් ඇති කළ හැකි බැවිනි.

5. අවසාන අංගය - Canva භාවිතා කරන්නන්ට Canva හරහාම ග්‍රැෆික්ස්, gif සහ ජායාරූප වැනි වෙනත් අංග එකතු කළ හැකිය. ඔබට ගවේෂණය කිරීමට සහ භාවිතා කිරීමට යෙදුමේ පුළුල් පාරාසයක නොමිලේ ලබාගත හැකි අන්තර්ගතයන් ඇත. පළමුවෙන්ම, මෙම නොමිලේ ලබාගත හැකි සම්පත් වෙත ප්‍රවේශ වන්නේ කෙසේදැයි ඔවුන්ට පෙන්වන්න, පසුව ඒවා භාවිතා කරන්නේ කෙසේදැයි පෙන්වන්න. හැවත වරක්, සහභාගිකරුවන්ට බොහෝ අංග එකතු නොකරන ලෙස හෝ එය ඉක්මවා නොගත ලෙසට මතක් කර දෙන්න. සැලසුම සරල හා සංකීර්ණ නොවූ එකක් විය යුතුය.

ඔබට බෙස්ක්ටොප්/ලැප්ටොප් අධාරයෙන් Canva App එක භාවිතා කළ හැකි ආකාරය පිළිබඳ උපදෙස් අඩංගු විඩියෝ කිහිපයක් මෙන්න:

o දෙමළ -

<https://www.youtube.com/watch?v=8TBPXdkLbWw>

o සිංහල -

<https://www.youtube.com/watch?v=ERdlzKRmagc&t=293s>

KineMaster පිළිබඳව පැහැදිලි කිරීම

(විනාඩි 30)

1. App එක ඩවුන්ලෝඩ් කර ලියාපදිංචි වීම - සියලුම සහභාගිකරුවන් Kinemaster ජංගම යෙදුම සිය ස්මාර්ට් ජංගම දුරකථනයට ඩවුන්ලෝඩ් කරගෙන ඇති බව තහවුරු කරන්න. එය Android සහ iOS උපාංග සඳහා නොමිලේ ලබා ගත හැකිය. KineMaster සමග ලියාපදිංචි වීමට ඔබේ විද්‍යුත් තැපෑල ලිපිනය අවශ්‍ය නොවේ. නමුත් ඔවුන්ට නොසලකා හැරිය යුතු බොහෝ වෙළඳ දැන්වීම් සහ වදවම්ව ඇතිවිය හැකි බව සහභාගිකරුවන්ට අනතුරු අඟවන්න. සමහර ස්මාර්ට් දුරකථනවලට ඔබගේ දුරකථනයේ ඇති ජායාරූප සහ අනෙකුත් මාධ්‍ය සඳහා ප්‍රවේශය ලබා දීම සඳහා අනුමත කිරීම අවශ්‍ය වේ. ඔබත් එය මුලින්ම නිවැරදි කළ යුතුයි. මෙම යෙදුම භාවිතා කරන විට සහභාගිවන්නන්ට තම දුරකථනය තිරස් ආකාරයෙන් තබා ගත යුතු බව මතක් කරන්න.

2. ප්‍රමාණය තෝරාගන්න - විඩියෝව නිර්මාණය කිරීම සඳහා සහභාගිකරුවන් නිවැරදි ප්‍රමාණයේ මිනුම් තෝරා ගත යුතුය. (Facebook - 16:9, Instagram - 4:5, IGTV - 1:1, Regular videos - 4:3)

3. අවශ්‍ය ආධාරක එකතුකර ගන්න - සහභාගිවන්නන්ට අවශ්‍ය සියළුම මාධ්‍ය අන්තර්ගතයන් එක තැනක තිබේ නම් ඔවුන්ට එය වඩාත් පහසු වේ. උදාහරණයක් වශයෙන්, විඩියෝව සෑදීමට ඔවුන්ට ශ්‍රව්‍ය හා දෘශ්‍ය සම්පත් audio and visual අවශ්‍ය නම්, එය ඔවුන් සතුව දැනටමත් තිබෙන බවට වග බලා ගන්න. ඔවුන්ට අන්තර්ජාලයෙන් දැනට

තිබෙන ශ්‍රව්‍ය හඬ/සංගීතය සහ විඩියෝ භාවිතා කිරීමට හෝ තමන්ගේම ඒවා නිර්මාණය කිරීමට පවා පුළුවන.

4. එකට එකතු කරන්න/එකිනෙකට ගළපන්න - ඔබ විසින් පැහැදිලි කළ යුතු ප්‍රධාන කොටස්/මාතෘකා අතරට මෙම කරුණු ඇතුළත් විය යුතුය. ශ්‍රව්‍ය/දෘශ්‍ය යෙදුමට ඇතුළු කරන්නේ කෙසේ ද, ඒවායේ අවශ්‍යතා අනුව ශ්‍රව්‍ය/දෘශ්‍ය වෙන් කරන්නේ කෙසේ ද, filters භාවිතා කරන්නේ කෙසේ ද, විඩියෝවට අකුරු ඇතුළත් කරන්නේ කෙසේ ද, ශ්‍රව්‍ය විශේෂාංග අඩු කිරීම හෝ වෙනස් කිරීම සහ විඩියෝව ඔවුන්ගේ දුරකථනයේ ගබඩා save කරගන්නේ කෙසේ ද යන්නය. සහභාගිකරුවන්ට භාවිතා කළ හැකි වෙනත් උපාංග කිහිපයක් තිබේ. ඒවා සොයා බැලීමට සහ විනෝදයෙන් කිරීමට ඔවුන් දිරිමත් කරන්න.

සටහන: KineMaster වැනි විඩියෝ සංස්කරණ මෘදුකාංග භාවිතා කරන්නේ කෙසේදැයි, සහභාගිකරුවන්ට වාචිකව පැහැදිලි කරනවාට වඩා ප්‍රායෝගිකව නිරූපණ කර පැහැදිලි කිරීම අවශ්‍ය වේ. එමඟින් කළ යුතු දේ ඔවුන්ට ,පැවසීම, ප්‍රමාණවත් නොවේ. එය ,සිදු කරන්නේ කෙසේදැයි, ඔබ ඔවුන්ට පෙන්විය යුතුය.

ඔබට KineMaster භාවිතා කළ හැකි ආකාරය පිළිබඳ විඩියෝ නිබන්ධන කිහිපයක් මෙන්න:

o දමිළ -

<https://www.youtube.com/watch?v=w3xHGhskolF>

o සිංහල -

<https://www.youtube.com/watch?v=pNFM8cCXGLY>

පැහැදිලි කිරීම

(විනාඩි 10)

මෙම මෙවලම් දෙක පිළිබඳවම සහභාගිකරුවන් සමඟ ඔවුන්ගේ අදහස් පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීමට සැසිය භාවිතා කරන්න. ඒ පිළිබඳව ඔවුන්ට හැඟෙන්නේ කෙසේ ද සහ ඔවුන් කැමති දේ සහ අභියෝගාත්මක කරුණු පිළිබඳව ඔවුන්ගෙන් විමසන්න. ඔවුන්ට ඇති විය හැකි ගැටලු පිළිබඳව ද විමසීමට ඔවුන්ට අවස්ථාව ලබාදෙන්න. ප්‍රධාන කරුණ නම් විඩියෝ සහ ජායාරූප සංස්කරණය කිරීම එක් දිනක් තුළ වර්ධනය කර ගත හැකි කුසලතාවක් නොවන බව සහභාගිවන්නන්ට මතක් කර දීමයි. නමුත් පහසුසරල මෙවලම් සහ බොහෝ පුහුණුවීම් තුළින් ඔවුන්ට මෙම කුසලතාව ඉතා පහසුවෙන් වර්ධනය කර ගත හැකිය. මෙම මෙවලම් අත්හදා බැලීමට සහ වැඩි විශේෂාංග පිළිබඳව සොයා බැලීමට/ගවේෂණය කිරීමට සහ ඔවුන්ගේ කුසලතා පුළුල් කිරීමට ඔවුන් දිරිමත් කරන්න.



Co-funded by
the European Union

SEARCH FOR
COMMON GROUND

