



ICPMH 2024

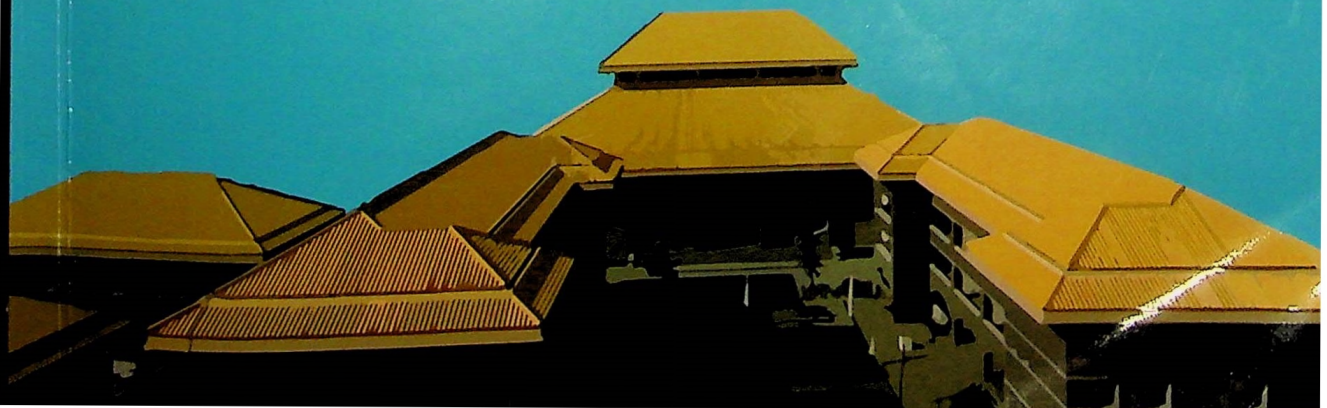
1st International Conference on
Psychology and Mental Health

Conference Proceedings

Organized by

Counseling Psychotherapy Unit
Faculty of Buddhist Studies

Nāgānanda International Institute for Buddhist Studies,
Manelwatta, Bollegala, Kelaniya, Sri Lanka



1st International Conference on Psychology and Mental
Health

Conference Proceedings

ICPMH 2024

22nd February 2024

*"Mind, Body, and Soul: Exploring Holistic Approaches to
Psychological Well-being"*

Organized by
Counselling Psychotherapy Unit
Faculty of Buddhist Studies
Nāgānanda International Institute for Buddhist Studies
Manelwatta, Bollegala, Kelaniya, Sri Lanka

Conference Proceedings of the 1st International Conference on Psychology and Mental Health (ICPMH 2024)

Pages: 98

ISSN: 3030-7503 (online) | ISSN: 3030-7619 (print)

Copyright© Counselling Psychotherapy Unit Faculty of Buddhist Studies, Nāgānanda International Institute for Buddhist Studies (NIIBS), Manelwatta, Bollegala, Kelaniya, Sri Lanka.

All rights are reserved according to the Code of Intellectual Property Act of Sri Lanka, 2003.

Published by: Counselling Psychotherapy Unit, Faculty of Buddhist Studies, NIIBS, Manelwatta, Bollegala, Kelaniya, Sri Lanka.

Tel/Fax: 011 290 4658, 011 340 3666

Disclaimer

The responsibility for opinions expressed, in articles, studies and other contributions in this publication rests solely with their authors, and this publication does not constitute an endorsement by Counselling Psychotherapy Unit, Faculty of Buddhist Studies, NIIBS of the opinions so expressed in them.

Website of the Faculty: <https://fbs.niibs.lk/>

Published By : Counselling Psychotherapy Unit
Faculty of Buddhist Studies
NIIBS, Sri Lanka

Cover Design by : Dr. Kanishka Wijayarathna
Faculty of Humanities and Social Sciences
NIIBS, Sri Lanka

MINDFULNESS-BASED COGNITIVE THERAPY (MBCT) WITH BUDDHIST TEACHINGS: ALLEVIATING PSYCHOLOGICAL DISTRESS IN OBSESSIVE THOUGHTS 16

CLINICAL & HEALTH PSYCHOLOGY

THREE STRATEGIES TO REDUCE ANXIOUS DISORDER 18

මිනිස් ගැටලු නිරාකරණය කිරීමේහි ලා බුදුසමයෙන් නිර්දේශිත මනෝචිකිත්සා ක්‍රමයන්ගේ ඉහත උපයෝගීතාව පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් (මස්කීම නිකායේ සබ්බාසව සුභුය ඇසුරෙන්) 19

ඇනොරක්ෂියා නර්වෝසා (ආහාර අරුචිය) සහ බුලිමියා නර්වෝසා (බෝජන විකියාව) සමනය කිරීම සඳහා වර්යාත්මක ප්‍රතිකාරයක් ලෙස සීලය උපයෝගී කරගත හැකිද යන්න පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් 20

AN ANALYSIS ON THE IMPACT OF SOCIAL MEDIA ON THE CHILD'S MIND IN MODERN SRI LANKAN SOCIETY 21

බෞද්ධ මනෝ උපදේශනයේ ප්‍රායෝගික භාවිතය 22

සෞඛ්‍ය සංවර්ධනය සඳහා බුදුදහමේ දායකත්වය පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් 23

අසාමාන්‍ය වර්යාවක් නිර්ණය කිරීම පිළිබඳ ගවේෂණයක් 24

AN INVESTIGATIVE STUDY ON THE USE OF BATC, BACP, BAT, AROMA THERAPY & BUDDHIST PSYCHOTHERAPY FOR MENTAL STABILITY 25

මනෝමූලික උමතුම් බෞද්ධ උපදේශන මනෝ ප්‍රතිකාර හා BACP ඉළින් සමනය කළ හැකිද යන්න විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් 26

නව යොවුන් ගැහැනු දරුවන් කුළ වන ශරීර රූපය පිළිබඳ අතෘප්තිකර භාවය අවම කිරීම සඳහා බෞද්ධ මනෝචිකිත්සාව භාවිත කිරීම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් 27

බර්නර් ඩාසඩ මගින් සුව නොවූ මනෝමූලික උමතුම් බෞද්ධ උපදේශන මනෝප්‍රතිකාර හා BACP ඉළින් සුඵකිරීම පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් 28

පශ්චාත් ව්‍යයන ක්‍රමයට අනුමත කළමනාකරණය විෂයයෙහි ජාතික කථා මගින් සිදුවන මනෝ චිකිත්සාව පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් 29

ළමා පෞරුපය සංවර්ධනය විෂයයෙහි බෞද්ධ උපදේශනයේ උපයෝගීතාව: මූලාශ්‍රය අධ්‍යයනයක් 30

CULTURE & PSYCHOLOGY

නාගරික සමාජ ශාස්ත්‍රව රෝගාබාධ සමනය කිරීම සඳහා සුදු අභිචාරවල භාවිතය පිළිබඳ සමාජ විද්‍යාත්මක අධ්‍යයනයක් (කොට්ටාව නගරය ඇසුරෙන්) 32

DIVERSITY OF BELIEFS IN SRI LANKAN BUDDHIST CULTURE RELATED TO POST-FUNERAL BUDDHIST RITUALS: A CRITICAL STUDY 33

ඌවේ හා පහතරට ගම්මඩු ශාන්ති කර්මය පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් 34

දරු නැළවිලි කවි පෞරුෂ වර්ධනයට අවස්ථාව සලසා ඇති ආකාරය පිළිබඳ මනෝ විද්‍යාත්මක අධ්‍යයනයක් 35

වෙසක් මංගල්‍යය හා තදනුබද්ධ ක්‍රියාකාරකම් තුළින් උදාවන මානසික සුවතාවය පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් (ශ්‍රී ලංකාව ඇසුරෙන්) 36

සෙමින් ඉගෙන ගන්නා සිසුන්ගේ ඉගෙනුම් උනන්දුව වර්ධනයට රංග විකිත්සාවේ භූමිකා නිරූපණය භාවිත කිරීම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් 37

සිහින පදනම් විරහිත නිෂ්ඵල සංකල්පයක් ද? බෞද්ධ පර්යාචලෝකනයක් 38

USING DRAMA THERAPY TO IMPROVE EMOTIONAL INTELLIGENCE OF SRI LANKAN YOUTH 39

USING THE MIRROR LEARNING APPROACH WITHIN A DRAMATHERAPY FRAMEWORK FOR THE IMPROVEMENT OF SOCIAL INTERACTION IN CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS 40

APPLYING DRAMATHERAPY TOOLS TO IMPROVE EMOTIONAL AWARENESS OF INSTITUTIONALISED CHILDREN 41

දූෂණ හා සාහන වැළැක්වීම සඳහා සෙන් දහමේ උපයෝගිතාව පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් 42

මානසික සුවතාව විෂයයෙහි ස්වභාව සෞන්දර්ය රසාස්වාදයේ උපයෝගිතාව පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් 43

A STUDY ON USING ETHNODRAMATHERAPY AS A COMMUNITY TREATMENT TO EMPOWER WOMEN IN SRI LANKA 44

USE OF SOCIAL MEDIA FOR COLLABORATIVE LEARNING: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW 45

MEDITATION & YOGA

| | |
|---|----|
| THE LIVELINESS THROUGH MINDFULNESS MEDITATION AND YOGA | 48 |
| THE EXPERIENCE OF HAPPINESS AND WELL-BEING AMONG MEDITATING AND NON-MEDITATING BUDDHIST ADULTS | 49 |
| සීමාසන්ත පෞරුෂ ආබාධ වළක්වා ගැනීම විෂයයෙහි භාවනාව උපයුක්ත වන ආකාරය පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් | 50 |
| උපදේශනයේ දී බෞද්ධ භාවනාව උපයෝගී කර ගත හැකි ආකාරය පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් | 51 |
| මානසික ව්‍යාධීන් නිවාරණය කිරීමෙහි ලා සතිමත්භාවයේ වැදගත්කම | 52 |

MENTAL HEALTH RESEARCH

| | |
|--|----|
| ගර්භිණී කාන්තාවන්ගේ මානසික ගැටලු අවම කිරීම සඳහා උපදේශනයේ ඇති වැදගත්කම පිළිබඳ මනෝවිද්‍යාත්මක අධ්‍යයනයක් | 54 |
| AN EXPLORATION OF THE THERAPEUTIC IMPACT OF CREATIVE GROUP PERFORMANCES IN FOSTERING MENTAL WELLBEING AMONG SRI LANKAN HOUSEWIVES | 55 |
| BIBLIOTHERAPY AS A TOOL OF COUNSELING TECHNIQUE: OVERVIEW AND IMPLICATIONS FOR COUNSELORS | 56 |
| AN ANALYTICAL STUDY OF BUDDHIST PERSPECTIVE ON COUNSELLING AND MENTAL HEALTH | 57 |
| AN INVESTIGATIVE STUDY OF THE PRAGMATIC USAGE OF BUDDHIST PSYCHOTHERAPY WITH BACP TO RECOVER PSYCHOSOMATIC DISORDERS | 58 |
| THE IMPACT OF INTERACTIVE BIBLIOTHERAPY ON SELECTED UNDERGRADUATES AT SABARAGAMUWA UNIVERSITY OF SRI LANKA: A CASE STUDY | 59 |
| EXPLORING THE IMPACT OF INFORMATION ENVIRONMENT ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING: A CROSS-DISCIPLINARY ANALYSIS OF LIBRARIES AND USER MENTAL HEALTH | 60 |

USE OF SOCIAL MEDIA FOR COLLABORATIVE LEARNING: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Fernando I.D.K.L.^o and Warnasooriya W.W.S.T.

Main Library, Sabragamuwa University of Sri Lanka
kusala@lib.sab.ac.lk

ABSTRACT

Collaborative learning behaviour in favour of social media is one of the modern pedagogical approaches in learning in the metaverse. Collaborative learning behaviour is directly associated with the learner's metacognition and hence leads towards the development of metaliteracy skills. Empirical research in the field is still being conducted, yet there are visible gaps in the existing cognitive domain of the research area. The main objectives of the study include, (1) investigate the existing knowledge and (2) identify areas where empirical research is lacking in the research area. A systematic literature review method was followed according to a predefined inclusion criteria and review conducted in accordance with PRISMA guidelines. Scholarly journal articles published between 1980-2023 were queried through the Lens.org database where 63 articles were selected for the final review. Results revealed that there is a strong relationship between the social media involvement in collaborative learning and research area is highly associated with the psychological research with a cloud word count of 45 while collaborative learning scored 59 and social media scored 65. Yet it was evident that there are empirical research gaps in the related research and more research is needed to supplement the lacuna in association with learning environments, new pedagogical concepts such as pedagogies of play, blended learning, flipped learning, etc, and evaluation frameworks, students' satisfaction, and academic performances. A suggestion can be made to conduct more research related with the meta literacy aspects such as meta cognition and application of psychological aspects of learning in social media use for collaborative learning.

Keywords: Collaborative learning, Social media, Learning behaviour, Meta literacy, Learning psychology