United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ပံ့ပိုးကူညီသူ လက်စွဲစာအုပ်

မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအတွက်

Published by UNESCO Bangkok
Asia and Pacific Regional Bureau for Education
Mom Luang Pin Malakul Centenary Building
920 Sukhumvit Road, Prakanong, Klongtoey
Bangkok 10110, Thailand

© UNESCO 2011

All rights reserved

ISBN: 978-92-9223-390-7 (Print version)

ISBN: 978-92-9223-391-4 (Electronic version)

Myanmar Version © UNESCO 2012
Published by UNESCO Bangkok and UNESCO Yangon.

ကုလသမဂ္ဂပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအဖွဲ့ (ယူနက်စကို) ရန်ကုန်
ကုလသမဂ္ဂအဆောက်အဦ၊ ၆ နတ်မောက်လမ်း၊ တာမွေမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့
ဖုန်း - (+၉၅-၁) ၅၄၂၉၁၀၊ ဖက်စ် - (+၉၅-၁) ၅၄၄၅၃၁

The designations employed and the presentation of material throughout this publication do not imply the expression of any opinion whatsoever on the part of UNESCO concerning the legal status of any country, territory, city or area or of its authorities, or concerning the delimitation of its frontiers or boundaries.

The authors are responsible for the choice and the presentation of the facts contained in this book and for the opinions expressed therein, which are not necessarily those of UNESCO and do not commit the organization.

Copy-editing: Ellie Meleissa
Design/Layout/Illustration: Warren Field
Front cover photo: © ECD Technical Working Group Myanmar

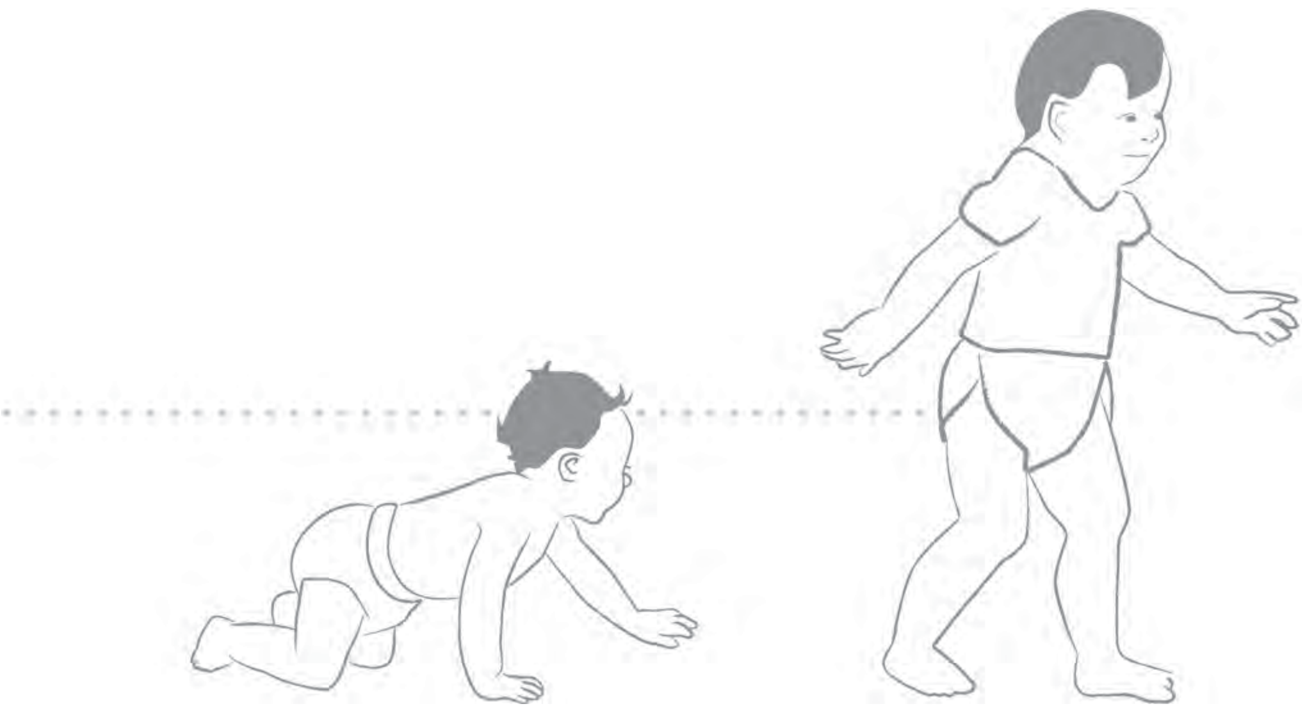
Printed in Myanmar

APL/11/OS/037-800

ISBN: 978-92-9223-391-4 (electronic)

မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအတွက်

ပုံပိုးကူညီသူလက်စွဲစာအုပ်



မာတိကာ

မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအတွက် ပံ့ပိုးကူညီသူလက်စွဲစာအုပ်

မိတ်ဆက်စာအုပ် - မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအတွက် ပံ့ပိုးကူညီသူလက်စွဲ

အပိုင်း (၁) - ပံ့ပိုးကူညီသူတွင် ရှိရမည့် ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော သင်ကြားသင်ယူမှုနည်းဗျူဟာများ

အပိုင်း (၂) - မိဘပညာပေးအစီအစဉ်ဆောင်ရွက်ရန်လမ်းညွှန်ချက်များ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၁)- ကလေးများအားပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၂)- ကလေးငယ်မွေးဖွားခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၃)- ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသောကလေး

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၄)- ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၅)- ကလေးဘဝနှင့်ကစားခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၆)- ကလေးများအသုံးပြုသောဘာသာစကားများ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၇)- ကလေးများ၏အပြုအမူ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၈)- မသန်စွမ်းကလေးများ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၉)- ကျောင်းစတင်တက်ရောက်ခြင်း

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

မိတ်ဆက်စာအုပ်ငယ်

မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအတွက် ပံ့ပိုးကူညီသူလက်စွဲ

မိတ်ဆက်စာအုပ်ငယ်

မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအတွက် ပံ့ပိုးကူညီသူလက်စွဲ

မာတိကာ

အမှာစာ ---------- ၂

မိတ်ဆက်အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ ---------- ၅

- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း ---------- ၆
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ လမ်းညွှန် ---------- ၈
- ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း ---------- ၈
- လုပ်ငန်းစဉ် (၁)အတွက် မိတ်ဆက်ခြင်းလေ့ကျင့်ခန်း ---------- ၁၁

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ အကဲဖြတ်ပုံစံ ---------- ၁၂

ဝေါဟာရအဓိပ္ပါယ်များ ---------- ၁၃

ရည်ညွှန်းစာအုပ်စာတမ်းများ ---------- ၂၇

အမှာစာ

ရှေးဦးကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်းသည် လူသားဖွံ့ဖြိုးရေးတွင် အရေးကြီးသောကဏ္ဍ ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးဘဝ၏ ပထမနှစ်အတွင်း ကလေးများ၏ ဦးနှောက်အတွင်း၌ ထူးခြားသိသာသော ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်ပေါ်နေသည်။ ကလေးများသည် မိသားစုများနှင့် မိမိဝန်းကျင်မှ အကြောင်းအရာများ၊ အရာဝတ္ထုများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်ဆံခြင်းဖြင့် ကလေး၏ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်း(ECCE)ကို တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် အရည်အသွေးကောင်းမွန်အောင်ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် လူတိုင်းအတွက် ပညာရေးရည်မှန်းချက် (၆)ခုထဲမှ ပထမဆုံးရည်မှန်းချက်ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ဤရည်မှန်းချက်သည် ဦးစားပေးဆောင်ရွက်ခြင်းမခံရဆုံးသော ရည်မှန်းချက်များအနက် တစ်ခုဖြစ်နေပါသည်။ ထို့အပြင် ဘဝတွက်တာသင်ယူရေးအတွက် အရေးကြီးသော ဤအခြေခံအုတ်မြစ်ကို တည်ဆောက်ခြင်းလုပ်ငန်းအတွက် အနည်းငယ်မျှသောဘဏ္ဍာငွေကိုသာ ခွဲဝေသုံးစွဲထားသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

ယူနက်စကိုသည် အရည်အသွေးရှိ ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်းများကို တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ကလေးသူငယ်ပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်းများကို အများပြည်သူ သိရှိလက်ခံလာအောင်ဆောင်ရွက်ပြီး မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းကို တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်နေပါသည်။ မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းသည် မိဘနှင့်မိသားစုဝင်များ/ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများအား ထိရောက်အောင်မြင်သော ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများနှင့် ပညာပေးသူများဖြစ်စေရန် ပံ့ပိုးကူညီသောလုပ်ငန်း ဖြစ်ပါသည်။ 'ရပ်ရွာပညာပဒေသာဌာန တန်းညှိအစီအစဉ်နှင့် ပညာရေးလက်လှမ်းမမီသူများအတွက် ဘဝတစ်သက်တာပညာရေး' စီမံချက်၏ အပိုင်းကဏ္ဍတစ်ရပ်အဖြစ်၊ ယူနက်စကို အာရှ-ပစိဖိတ်ဒေသဆိုင်ရာ ပညာရေးဗျူရို(ယူနက်စကို၊ဘန်ကောက်)က ဤမိဘပညာပေးလုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ ရပ်ရွာပညာပဒေသာဌာနများ (CLCs)တွင် ဆောင်ရွက်သော ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်း၏ အရည်အသွေးကို မြှင့်တင်ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ ဤ *ပံ့ပိုးကူညီသူများအတွက် လက်စွဲစာအုပ်*သည် မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းကို တာဝန်ယူဆောင်ရွက်မည့်သူများအတွက် ရည်ရွယ်၍ရေးဆွဲထားပါသည်။ ဤလက်စွဲစာအုပ်ကို မိတ်ဆက်စာအုပ်ငယ်၊ အပိုင်း (၁)နှင့် အပိုင်း (၂) ဟူ၍ ခွဲခြမ်းထားပါသည်။ အပိုင်း (၁)တွင် ပံ့ပိုးကူညီသူတွင်ရှိရမည့် ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော သင်ကြား-သင်ယူမှုနည်းဗျူဟာများ ပါဝင်ပါသည်။ အပိုင်း(၂)တွင် မိဘပညာပေးအစီအစဉ် မည်သို့ဆောင်ရွက်ရမည်ကို လမ်းညွှန်ချက်များဖြင့် ဖော်ပြထားပါသည်။ အပိုင်း(၂)တွင် အခန်းငယ်(၉)ခု- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၉) ခုဖြင့် တင်ပြထားပြီး အလုပ်ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုတိုင်းတွင် ဆောင်ရွက်ရမည့် တိကျသောလုပ်ငန်းများနှင့် လုပ်ငန်းစဉ်များ ပါဝင်သည်။ ပံ့ပိုးကူညီသူများအနေဖြင့် ဆွေးနွေးပွဲတွင် ဖော်ပြထားသောလုပ်ငန်းများကို သင့်တော်သော သင်ကြား-သင်ယူမှုနည်းဗျူဟာ (ချဉ်းကပ်နည်းများကို) အသုံးပြု၍ ထိရောက်စွာဆောင်ရွက်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ပူးတွဲပါ *မိဘပညာပေးလက်စွဲစာအုပ်*သည် ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးလုပ်ငန်း အရေးကြီးပုံနှင့် ကလေးများ၏ကျန်းမာရေးဖွံ့ဖြိုးမှု၊ သင်ယူခြင်းနှင့် ပျော်ရွှင်ရေးအတွက် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများ၏ အခန်းကဏ္ဍအရေးကြီးပုံကို သိစေလိုသော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ပြင်ဆင်ရေးဆွဲထားပါသည်။ ဤသို့ပြင်ဆင်ရေးဆွဲရာတွင် ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးလုပ်ငန်းအတွက် အရေးကြီးပြီး လက်တွေ့အသုံးဝင်သော သတင်းအချက်အလက်၊ အကြောင်းအရာများကို စီစဉ်တင်ပြထားပါသည်။ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများဟုဆိုရာတွင် မိဘများ၊ အဘိုးအဘွားများ၊ မိသားစုဝင်ညီအစ်ကိုမောင်နှမများနှင့် ရပ်ရွာသူ/သားအားလုံး ပါဝင်ပါသည်။

လမ်းညွှန်စာအုပ်နှင့် လက်စွဲစာအုပ်များကို ပြုစုရာတွင် သိပ္ပံနည်းကျ သုတေသနပြု၍ရရှိထားသည့် တွေ့ရှိချက်များမှလည်းကောင်း၊ မိဘပညာပေးအစီအစဉ်အတွက် လက်ရှိကျင့်သုံးသော အလေ့အကျင့်များနှင့် လိုအပ်ချက်များအပေါ် အခြေခံ၍လည်းကောင်း ရေးဆွဲပြုစုထားပါသည်။ ဤလေ့လာတွေ့ရှိချက်များ/လိုအပ်ချက်များကို ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်၊ မြန်မာ၊ ပါကစ္စတန်၊ ဆာမိုအာနှင့် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံများတွင် လေ့လာဆောင်ရွက်ခဲ့သော သုတေသနဆန်းစစ်လေ့လာချက်မှ ရရှိပါသည်။

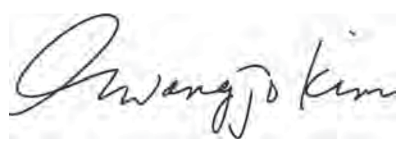
ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်နှင့် လက်စွဲစာအုပ်များကို အထက်တွင်ဖော်ပြထားသော နိုင်ငံပေါင်း (၅) နိုင်ငံတွင် နိုင်ငံအလိုက် နိုင်ငံ၏အခြေအနေနှင့် ဆီလျော်စွာ ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်ရန် သက်ဆိုင်ရာနိုင်ငံသုံး ဘာသာစကားများသို့ ဘာသာပြန်ရန် စီစဉ်ထားပါသည်။ ကျန်နိုင်ငံများမှလည်း အလားတူ ဘာသာပြန်ဆို သုံးစွဲလိုပါက ယူနက်စကိုဘန်ကောက်ရုံးနှင့် ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ရန် ဖိတ်ခေါ်ပါသည်။

လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ဆက်စပ်အခြေအနေများ ကွဲပြားသော အာရှနှင့် ပစိဖိတ်ဒေသတွင်းရှိ နိုင်ငံများတွင် မိမိနိုင်ငံ၏အခြေအနေနှင့် ဆီလျော်စွာသုံးနိုင်ရန်နှင့် ရိုးရှင်းပြီး သတင်းအချက်အလက်များစွာပါသော ဤမိဘပညာပေးအစီအစဉ်စာအုပ်ကို လမ်းညွှန်နှင့်လက်စွဲစာအုပ်များအဖြစ် ပြုစုထုတ်ဝေခြင်းသည် ကြီးမားသော စိန်ခေါ်မှု ဖြစ်ပါသည်။ ဤခက်ခဲသောလုပ်ငန်းကို အောင်မြင်အောင်ဆောင်ရွက်ရာတွင် အဖက်ဖက်မှ ကူညီဆောင်ရွက်ပေးသူများအား ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် စာမူများ ပြင်ဆင်ပေးသော အကြံပေး ပုဂ္ဂိုလ် ဂလင်ပါးမာလ်၊ ယူနက်စကိုဘန်ကောက်မှ စာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးပြီး စာအုပ်ထုတ်ဝေရန် ကြိုးကြပ်ပေးသော မာမီအူမယာဟာရာနှင့် လက်ထောက် အာရှီမာကပူးလ်တို့အား သူတို့၏ကူညီဆောင်ရွက်ပေးမှုများအတွက် ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ ထို့အပြင် ဤစာအုပ်ကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေနိုင်ရန် သုတေသနလေ့လာရေးစာတမ်းကို ပြင်ဆင်ပေးသော လူးဝစ်ဟာဗေးကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ပါသည်။

ထို့အပြင်လည်း သုတေသနလေ့လာရေးစာတမ်းအတွက် အချက်အလက်ကောက်ယူရာတွင် ပါဝင်ခဲ့ပြီး ယူနက်စကိုဘန်ကောက်မှ ကြီးမှူးကျင်းပသော အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွင် အရေးကြီးသည့် သတင်းအချက်အလက်များ၊ လက်တွေ့အကြံဉာဏ်များပေးခဲ့သော ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်သူ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ် မြန်မာ၊ ပါကစ္စတန်၊ ဆာမိုအာနှင့် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံများမှ ကိုယ်စားလှယ်များကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ လမ်းညွှန်စာအုပ်နှင့် လက်စွဲစာအုပ်နှစ်အုပ်၏ အရည်အသွေး ကောင်းမွန်စေရန် အဖိုးတန်သောအကြံဉာဏ်နှင့် မှတ်ချက်များပေးခဲ့သော ယူနက်စကိုဘန်ကောက် ရှေးဦးကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးနှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်းကော်မတီအဖွဲ့ဝင်များဖြစ်သော ဟာမစ် အေဟာကင် (ယူနက်စကို၊ဘန်ကောက်)၊ လော်ရယ်ပီတာဆင် (ဟင်တူဟတ်အင်တာနေရှင်နယ်)၊ မာကီဟာရာရှိကာဝါ (ယူနီဆက်-အရှေ့အာရှနှင့်ပစိဖိတ်ဒေသဆိုင်ရာရုံး)နှင့် ယိုရှိအဲကာဂါ (ယူနက်စကို၊ ပဲရစ်)နှင့် အရေးကြီးသောအကြံဉာဏ်များပေးခဲ့သော ဒေးဗစ်ဖိန်းဂိုလ်းနှင့် ဂျပ်စတင်ဆက် (ယူနက်စကို၊ ဘန်ကောက်) တို့ကြောင့် လမ်းညွှန်စာအုပ်နှင့် လက်စွဲစာအုပ်များ၏ အရည်အသွေးမှာ ပိုမိုကောင်းမွန်လာပါသည်။

နောက်ဆုံးအနေဖြင့် ဂျပန်နိုင်ငံအစိုးရအား ၎င်းတို့၏ ရက်ရောသော ရန်ပုံငွေပံ့ပိုးမှုကြောင့် ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်အောင်မြင်လာရသည့်အတွက် ကျေးဇူးအထူးတင်ကြောင်း ပြောကြားလိုပါသည်။

သင်သည် ဤစာအုပ်ကိုဖတ်ပြီး ကျေနပ်နှစ်သက်လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။ ဤစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုပြီး သင်၏မိသားစုရပ်ရွာအတွင်း၌ ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်သည့် ကျွမ်းကျင်သောပညာပေးသူနှင့် ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်းကို အများသိရှိလက်ခံလာအောင် တိုက်တွန်းပြောဆိုပေးမည့်သူ ဖြစ်လာမည်ဟု ယုံကြည်မျှော်လင့်ပါသည်။



ဂွန်ဂျိုကင်
ဒါရိုက်တာ
ယူနက်စကို၊ ဘန်ကောက်
အာရှ-ပစိဖိတ်ဒေသဆိုင်ရာပညာရေးဗျူရို

မိတ်ဆက်အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ

ဆွေးနွေးပွဲရည်ရွယ်ချက်

- ပံ့ပိုးကူညီသူများအား မိဘပညာပေးအစီအစဉ်နှင့် မိတ်ဆက်ပေးခြင်းနှင့် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ဤမိဘပညာပေးလုပ်ငန်းကို ရပ်ရွာများတွင် ဆောင်ရွက်ရမည့်အကြောင်း ရှင်းလင်းခြင်း၊
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများနှင့်အတူ ဆွေးနွေးပွဲအချိန်ဇယား၊ ကလေးများအား ကြီးကြပ်လမ်းညွှန်နည်းများနှင့် အခြားလက်တွေ့လုပ်ငန်းများအကြောင်း ဆွေးနွေးဆုံးဖြတ်ခြင်း၊
- ပါဝင်တက်ရောက်သူ အချင်းချင်းတွေ့ဆုံနှုတ်ဆက်ခြင်း၊ ရင်းနှီးခွင့်ရစေခြင်း၊ မေးခွန်းများ အပြန်အလှန်မေးခြင်းနှင့် မိဘပညာပေးအစီအစဉ်အကြောင်းကို အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများမစခင် ဆွေးနွေးခြင်း၊

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

- 'မိတ်ဆက်ခြင်း' အစီအစဉ်လုပ်ငန်း (၁၅ မိနစ်)၊
- မိဘပညာပေးအစီအစဉ်အကြောင်း အုပ်စုငယ်များအတွင်း ဆွေးနွေးခြင်း (၂၀-၃၀ မိနစ်)၊

လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- 'မိတ်ဆက်ခြင်း'အစီအစဉ်ဇယား မိတ္တူစာရွက်များ၊
- သောက်ရေ၊ မနက်နှင့် နေ့ခင်းလက်ဖက်ရည် (ဖြစ်နိုင်ပါက)၊
- လိုအပ်ပါကပေးရန် မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာတွဲ(မိတ်ဆက်စာအုပ်ငယ်အပါအဝင်)၊
- ဘောပင်၊ ဆော့ပင်၊ မြေဖြူ၊ စာရွက်နှင့်ရွက်ဆုတ်ပိုစတာစာရွက်ကြီးများ၊

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

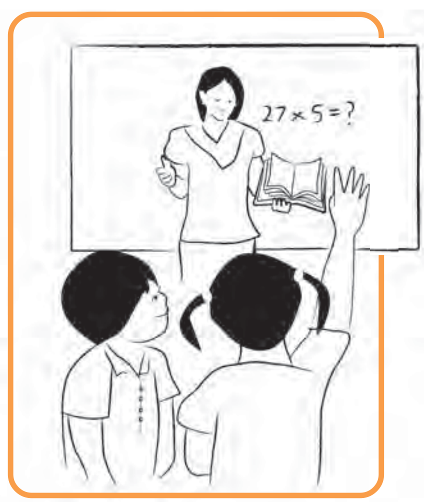
- မိဘပညာပေးအစီအစဉ်နှင့် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲကို အများသိရှိရန်ဖြန့်ဝေရာတွင် ပါးစပ်သတင်း ဖြန့်ဝေခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပိုစတာများသုံး၍လည်းကောင်း၊ မိမိရပ်ရွာတွင် ထိရောက်မှုရှိသော အခြားနည်းလမ်းများဖြင့် (ဥပမာ- ရပ်ရွာခေါင်းဆောင်များ၊ ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာဒေသတွင်းရှိ တီဗီ၊ ကျန်းမာရေးဌာန၊ ကျောင်းများမှတစ်ဆင့်) လည်းကောင်း၊ ဆောင်ရွက်ပါ။

- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်ကို သေချာစွာဖတ်ပါ။ စာပိုဒ်များကို အစဉ်အတိုင်းဖတ်၍ ဆွေးနွေးပွဲကို ပိုမိုစိတ်ဝင်စားစေရန်နှင့် မိမိတို့ရပ်ရွာသူ/သားများနှင့် ဆီလျော်အောင် လိုအပ်သော ပြင်ဆင်ပြောင်းလဲမှုများ ပြုလုပ်ပါ။ အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်မှုရှိသော သင်ကြား-သင်ယူမှုနည်းဗျူဟာများနှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်မှုရှိအောင် ပြင်ဆင်ထားပါ။ ဥပမာ- ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း၊ ဤနည်းကို ဆွေးနွေးပွဲတွင် သုံးဖို့လိုပါမည်။ (အသေးစိတ်ကို ဤလက်စွဲစာအုပ်၏ အပိုင်း-(၁)တွင် လေ့လာပါ) ။

- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲပြုလုပ်သည့် အခန်းတွင်း၌ ကလေးရုပ်ပုံများကို ချိတ်ဆွဲထားပါ။ အထူးသဖြင့် ကလေးငယ်များနှင့် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများနှင့် သက်ဆိုင်သောရုပ်ပုံများကို သတင်းစာ၊ မဂ္ဂဇင်းများမှပုံများ၊ သို့မဟုတ် အလွယ်တကူရနိုင်သော ကြော်ငြာပါရုပ်ပုံများကိုသုံး၍ သင်ကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ဤသို့ရုပ်ပုံများသုံးခြင်းဖြင့် ကလေးများ၏အခွင့်အရေးများကို ရပ်ရွာမှပိုမိုနားလည်နိုင်လာသည်။

- ဆွေးနွေးပွဲအတွက် လိုအပ်သောပစ္စည်းများ ပြင်ဆင်စုဆောင်းပါ (စာရွက်ကြီးများ၊ ဘောပင်၊ ကျောက်သင်ပုန်း၊ မြေဖြူ)။

- ဤပထမဆုံးဆွေးနွေးပွဲအချိန်အတွင်း ဆွေးနွေးရန်လိုအပ်သည့် အကြောင်းအရာများ၊ မေးမြန်းမည့် မေးခွန်းများ၊ ဥပမာ - ကလေးများကို ဆွေးနွေးပွဲသို့ ခေါ်ဆောင်နိုင်ခြင်းရှိ၊ မရှိ စသည်တို့ကို ကြိုတင်စဉ်းစားပါ။



- မိတ်ဆက်ကစားနည်းကို မည်သို့ကစားမည်ကို ကြေညာက်စွာလေ့လာထားပါ။ ဤစာအုပ်တွင် ပြသထားသည့်အတိုင်း လိုအပ်သည့်ဇယားကို ပြင်ဆင်ရေးဆွဲထားပါ။ သက်ဆိုင်ရာအကွက်များတွင် မိမိရေးလိုသောအရာများကို ရေးထားပါ။ မိမိရေးသောအကြောင်းအရာသည် အခန်းတွင်းရှိ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ နားလည်လွယ်သော စကားလုံးများဖြစ်ရမည်။
- ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်သူအားလုံးအတွက် လုံလောက်သောမိတ္တူများရှိအောင် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားပါ။
- သောက်ရေ စီစဉ်ထားပါ။ အဆင်ပြေပါက မနက်နှင့် နေ့လယ်အတွက် မုန့်နှင့် လက်ဖက်ရည်များ ပြင်ဆင်ပါ။
- အကယ်၍ ဆွေးနွေးပွဲအခမ်းအနားကို တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ အဖွင့်စကားဖြင့် ဖွင့်လိုပါက ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ တက်ရောက်နိုင်မှု အခြေအနေ၊ အဖွင့်မိန့်ခွန်းပြောကြားရာတွင် ကြာမြင့်ချိန်တို့ကို ကြိုတင်အတည်ပြုချက်ရယူထားပါ။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

- ပါဝင်တက်ရောက်သူတိုင်းကို ရင်းနှီးစွာကြိုဆိုပါ။ အကယ်၍ တက်ရောက်လာသူများက သင့်ကိုမသိပါက မိမိကိုယ်ကိုမိတ်ဆက်ပါ။ ဆွေးနွေးပွဲအတွင်း သိထားရန်လိုအပ်သောအချက်များ၊ ဥပမာ- အိမ်သာ၊ သောက်ရေအိုး တည်နေရာ စသည်တို့ကို ရှင်းလင်းပြောပြပါ။
- အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ဦးကို အဖွင့်မိန့်ခွန်းပြောကြားရန် ဖိတ်ကြားထားပါက ထိုသူအား မိတ်ဆက်ပေးပါ။ အမှာစကားပြောကြားရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။
- မိဘပညာပေးအစီအစဉ်အကြောင်း ခြုံငုံ၍ အကျဉ်းချုံးရှင်းပြပါ။ မိဘပညာပေး အစီအစဉ်၏ ရည်ရွယ်ချက်၊ ဘယ်နှစ်ခါကျင်းပမည်၊ ဆွေးနွေးချိန် မည်မျှကြာမည် စသည်ဖြင့် (ရပ်ရွာနှင့်ကိုက်ညီသော အစီအစဉ်ဖြစ်ရန် ဆောင်ရွက်ပါ။) ပါဝင်တက်ရောက်သူများ သိရမည့်အချက်အလက်များကို ရှင်းပြပါ။ မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ငယ်များကို ပြပါ။ ဤစာအုပ်ငယ်များကို မည်သို့ဖြန့်ဝေမည်ကို ပြောပြပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

မိတ်ဆက်ခြင်း (ဤအစီအစဉ်ကို 'ဘင်ဂို' (Bingo) ဟုခေါ်သည်၊ သို့မဟုတ် အခြားသင့်လျော်သော အမည်ဖြင့်ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။)

ဤလေ့ကျင့်ခန်းကိုလုပ်ဆောင်ရာတွင် ဆူညံခြင်း၊ ပရမ်းပတာဖြစ်ခြင်းတို့ရှိနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤလေ့ကျင့်ခန်းသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူအချင်းချင်း စကားပြောဆိုခွင့်ပေးသည့်ပြင် ပျော်စရာကောင်းပြီး စိတ်သက်သောင့်သက်သာ ဖြစ်စေပါသည်။ ဆွေးနွေးပွဲစတင်ပြုလုပ်ရန်အတွက် သင့်လျော်ပါသည်။

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၁၅) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့ကို သင်နှင့်အတူ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် နေရာမှထပြီး အစဉ်လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်မည့်နေရာသို့ စုရုံးရောက်ရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။
- မိတ်ဆက်ခြင်းစာရွက်ကို ဝေပါ။
- ကစားနည်းကိုရှင်းပြပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် အခန်းတွင်းလျှောက်သွားပြီး အချင်းချင်း မေးခွန်းများမေးရန်လိုပါသည်။ သို့မှသာ လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်ကို ဖြည့်စွက်နိုင်ပါမည်။ ဥပမာ- ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် ကလေး (၄) ယောက်ရှိသူကို ရှာပါ။ သို့မဟုတ် မြင်းစီးတတ်သူကို ရှာရန်လိုပါသည်။ ၎င်းတို့လိုချင်သော အဖြေနှင့် ကိုက်ညီသောသူကို တွေ့ပါက ထိုသူ၏အမည်ကို ကွက်လပ်တွင်ဖြည့်ရမည်။ ဤသို့ဖြင့် ကွက်လပ်များတွင် အမည်အကုန်လုံး ဖြည့်စွက်ပြီးပါက 'ဘင်ဂို'

သို့မဟုတ် 'ပြီးပြီ'ဟု အော်ရပါမည်။ ဤသို့ဖြင့် ကစားခြင်းပြီးဆုံးပါမည်။ အကယ်၍ စာမရေး၊ စာမဖတ်တတ်သော ပါဝင်တက်ရောက်သူများရှိပါက စာရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်သူနှင့် တွဲပေးပါ။

- ကစားခြင်းပြီးပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူများက မိမိတို့နေရာတွင် ထိုင်ပါစေ။ ပြီးလျှင် လာမည့် ဆွေးနွေးပွဲများတွင်လည်း အုပ်စုငယ်အတွင်း စကားပြောခွင့်၊ မေးခွန်းများမေးခွင့်ရှိသော ကစားနည်း၊ သို့မဟုတ် လေ့ကျင့်ခန်းများပါဝင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

မိဘပညာပေးအစီအစဉ်အကြောင်းအုပ်စုတွင်းဆွေးနွေးခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၂၀ မိနစ် (မေးခွန်းအတွက်အဖြေများရသည်အထိအချိန်ယူနိုင်ပါသည်။)

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား (၅-၆)ယောက်စီ ပါဝင်သောအုပ်စုများဖွဲ့ခိုင်းပါ။
- အုပ်စုများဖွဲ့ပြီးပါက အချင်းချင်းဆွေးနွေးခိုင်းပါ။ ပြီးလျှင် မိဘပညာပေးအစီအစဉ်နှင့် ပတ်သက်သော မေးလိုသည့် မေးခွန်းများကို ပြုစုခိုင်းပါ။ ပြီးလျှင် အုပ်စုကိုယ်စားပြုပြောဆိုမည့်သူတစ်ဦးကို ရွေးချယ်ရန် ပြောပါ။ (၅ မိနစ်)
- အုပ်စုကြီးအတွင်း ပြန်လည်စုဝေးစေပါ။ ပြီးလျှင်အုပ်စုတစ်အုပ်စုစီအား ၎င်းတို့ရရှိထားသောမေးခွန်းများကို မေးပါစေ။ ထို့နောက် မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်သောအဖြေကို ဖြေပေးပါ။ ပြီးလျှင် နောက်အုပ်စုတစ်စုအား မေးခွန်းများမေးစေခြင်း၊ ဖြေကြားစေခြင်းပြုလုပ်ပါ။ ထို့နောက် တတ်နိုင်သမျှ အုပ်စုအားလုံး၏ မေးခွန်းများကိုဖြေကြားခြင်းပြုလုပ်ပါ။ တစ်ခါတစ်ရံ အချို့မေးခွန်းများအတွက် ဆွေးနွေးချက်များလိုပါသည်။ ဥပမာ- ကလေးများ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲသို့ လာနိုင်ပါသလားဆိုသည့် မေးခွန်းမျိုးအတွက် အချိန်ယူဆွေးနွေးရန်လိုပါသည်။ ပံ့ပိုးကူညီသူမှ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ကလေးများကို အလုပ်ရုံ ဆွေးနွေးပွဲသို့ ခေါ်ဆောင်လာနိုင်ကြောင်း ပြောပါ။ သို့သော် ကလေးများကို မိဘများနှင့်သီးခြားထား၍ ထိန်းသိမ်းရန်လိုအပ်ကြောင်းရှင်းပြပါ။ ထိုအခါမိဘများ သင်တန်းတက်နေစဉ်အတွင်း ကလေးများကို မည်သူကြည့်ရှုထိန်းသိမ်းမည်ဆိုသည့် မေးခွန်းကို ဆွေးနွေးအဖြေရှာရန်လိုပါမည်။ အုပ်စုတွင်း ဆွေးနွေးခြင်းမှ သင့်တော်သော သဘောတူညီချက်ရရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပါ။ အခြားအရေးကြီးသော အချက်များကိုလည်း ဆွေးနွေးပါ။ အကယ်၍ ဤကဲ့သို့သော မေးခွန်းမျိုးကို မေးသူမရှိပါက ပံ့ပိုးကူညီသူမှ မေးခွန်းများမေး၍ ဆွေးနွေးပေးပါ။
- အားလုံးပြီးပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို မေးခွန်းများ မေးမြန်းဆွေးနွေးသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်စကားပြောပြီး ၎င်းတို့ သိသင့်သော၊ သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးသင့်သော အခြားအကြောင်းအရာများကို ရှင်းလင်းပြောပြနိုင်ပါသည်။

ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၁၀) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်သည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပြောပြပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုပြီးတိုင်း ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆွေးနွေးခြင်းအတွက် အားပေးချီးမြှောက်ပါ။
- အကယ်၍စာအုပ်များ မဝေရသေးပါက *မိဘပညာပေးစာအုပ်*ကို မည်သို့ဝေငှပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ဥပမာ- ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံး ဖိုင်နှင့် မိတ်ဆက်စာအုပ်ငယ်အား ယခုဝေပေးမည်၊ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဆွေးနွေးပွဲတိုင်းတွင် စာအုပ်ငယ်များ ဝေငှပေးမည်ဟု သိပါစေ။
- အကယ်၍ မနက်၊ သို့မဟုတ် နေ့ခင်းအတွက် လက်ဖက်ရည်ဖြင့် ဧည့်ခံမည့်အစီအစဉ်ရှိပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံး သုံးဆောင်နိုင်ရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ/ စီစဉ်ပါ။
- နောက်တစ်ခါကျင်းပမည့် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက် ဆွေးနွေးမည့် ခေါင်းစဉ်၊ ရက်စွဲ၊ အချိန်၊ နေရာတို့ကို ကြေညာပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁) အတွက် မိတ်ဆက်ခြင်းလေ့ကျင့်ခန်း

ကလေး ၄ ယောက်ရှိသူ	အနီရောင် ဝတ်ဆင်ထားသူ	လက်မထပ်ရသေးသူ	ယခုတစ်ပတ်အတွင်း ငါးမျှားသွားခဲ့သူ
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------
မြေးရှိသူ	ဆံပင်အရှည်ရှိသူ	မြင်းစီးတတ်သူ	အိမ်မှာ မွေးခါစကလေးရှိသူ
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------

မှတ်ချက် ။ ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် ကွက်လပ်တွင်ရေးထားသော အကြောင်းအရာကို ရပ်ရွာသူ/သား များနှင့်ကိုက်ညီမှုရှိအောင် ပြောင်းလဲရေးသားနိုင်သည်။ အထက်ပါဇယားတွင် ကွက်လပ်များ ထပ်ဖြည့်ခြင်းဖြင့် အကြောင်းအရာများကို ပိုမိုရေးသားနိုင်ပါသည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ အကဲဖြတ်ပုံစံ

ကျေးရွာအမည် --

ပံ့ပိုးကူညီသူအမည် --

ခေါင်းစဉ် --

ရက်စွဲ --

တက်ရောက်သူ - ကျား -------------------- မ --------------------

၁။ လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအောင်မြင်စွာဆောင်ရွက်နိုင်သည်ဟုထင်ပါသလား။

၂။ ဆွေးနွေးပွဲတွင်အကောင်းဆုံးဟုထင်သောအရာ။

၃။ သင်တန်းသူ၊သင်တန်းသားများမည်ကဲ့သို့တုံ့ပြန်ပါသနည်း။

၄။ သင်တန်းသူ၊သင်တန်းသားများ၏မေးခွန်းများ သို့မဟုတ် အကြံပြုချက်များကိုရေးသားပါ။

၅။ နောက်ဆွေးနွေးပွဲတွင်ပြုပြင်ပြောင်းလဲလိုသောအရာ။

၆။ အခြားထင်မြင်ယူဆချက်၊ အကြံပြုချက်များ။

ဝေါဟာရအဓိပ္ပါယ်များ

လွဲမှားစွာပြုကျင့်မှု (Abuse)

လွဲမှားစွာပြုကျင့်မှုဆိုသည်မှာ တရားမျှတမှုမရှိသော၊ သို့မဟုတ် မရိုးသားသောနည်းဖြင့် အကျိုးအမြတ်များ ရရှိရန် အခြားသူများအား မလျော်ကန်စွာပြောဆိုခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဆက်ဆံခြင်းဖြစ်သည်။ လွဲမှားစွာ ပြုကျင့်ခြင်းသည် ကိုယ်ထိလက်ရောက်၊ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ သို့မဟုတ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာပုံစံ အမျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်သည်။ လွဲမှားစွာပြုကျင့်ခြင်း ဥပမာများမှာ- ရိုက်နှက်ခြင်း၊ ကန်ကျောက်ခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စော်ကားခြင်း၊ အဓမ္မကျင့်ခြင်း၊ တရားမျှတမှုမရှိခြင်းနှင့် ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းစွာပြောဆိုခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

စွဲလမ်းခြင်း (Addiction)

စွဲလမ်းခြင်းဆိုသည်မှာ စွဲလမ်းသောပစ္စည်းတစ်ခုခုအပေါ် ကိုယ်ခန္ဓာလိုအပ်ချက်၊ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တောင့်တချက်ရှိခြင်းဟု အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ်သည်။ စွဲလမ်းခြင်းဆိုသည်မှာ ပစ္စည်းတစ်ခုခုကိုသော်လည်း ကောင်း၊ လုပ်ဆောင်မှုတစ်ခုခုကိုသော်လည်းကောင်း ကောင်းကျိုးမပေးမှန်းသိသော်လည်း ကာလ တာရှည်စွာ ဆက်လက်သုံးစွဲခြင်း၊ ပြုမူဆောင်ရွက်ခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ သာယာမှု၊ ကျေနပ်မှုကို ရရှိရန် သုံးစွဲပြုမူရင်း ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ထိုသို့သုံးစွဲပြုမူမှသာ နေသာထိုင်သာခံစားရပေသည်။

စိတ်ကြွဆေးများ၊ မူးယစ်ထုံထိုင်းသောဆေးများ (Addictive substances)

စိတ်ကြွဆေးဆိုသည်မှာ ဦးနှောက်အတွင်းရှိ ဓာတ်သတ္တုအခြေအနေကို ယာယီပြောင်းလဲစေသည့် အရက်၊ ဆေး၊ ဘိန်းဖြူနှင့် အခြားမူးယစ်ဆေးဝါးများ ဖြစ်သည်။

ကလေးများအတွက်ပြုစုစောင့်ရှောက်နည်းအစီအစဉ်များ (Alternative care for children)

မိဘမဲ့ကလေးများ၊ သို့မဟုတ် မိရင်းဖရင်းအောက်တွင်မရှိသော အန္တရာယ်ကြုံတွေ့နိုင်သော ကလေးများ အတွက် ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးမှုကို ဆိုလိုပါသည်။

အိပ်(ချ်)အိုင်ဗွီပိုင်းရပ်(စ်)ပိုးမပြန့်ပွားအောင်ဆေးဖြင့်တားဆီးခြင်း(Antiretroviral therapy)

Antiretroviral therapy(ART)ဆိုသည်မှာအိပ်(ချ်)အိုင်ဗွီ ရောဂါဝေဒနာသည်များအား အိပ်(ချ်)အိုင်ဗွီပိုး မပွားရန် ဆေးထိုးပေးခြင်းဖြင့် နှိမ်နင်းထားခြင်းကိုခေါ်သည်။ စံချိန်မီကုသခြင်းတွင်အနည်းဆုံး ဆေးသုံးမျိုး ပေါင်းစပ်ပါဝင်သည်။ အမြင့်ဆုံးတက်ကြွထိရောက်သော (HighlyActive Antiretroviral Therapy/HAART) ကုထုံးဟုခေါ်သည်။ ဤကုထုံးသည် အိပ်(ချ်)အိုင်ဗွီပိုး မထကြွရန် နှိမ်နှင်းပေးသည်။ ဤသုံးမျိုးစပ်ဆေးသည် အိပ်(ချ်)အိုင်ဗိုင်းရပ်(စ်)၏ ပြန့်ပွားမှုကို လျော့ကျစေသည်။

ဂရုစိုက်မှုလိုအပ်ပြီးသာမန်လှုပ်ရှားမှုထက်ပိုသောကလေးများ(Attention deficit hyperactivity)

ဂရုစိုက်မှုလိုအပ်ပြီးသာမန်လှုပ်ရှားမှုထက်ပိုသောကလေးများ(ADHD)သည် ဦးနှောက်အတွင်းရှိလုပ်ငန်း များနှင့် ဓာတ်သတ္တိများမှုမမှန်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သော အာရုံကြောဆိုင်ရာရောဂါလက္ခဏာတစ်ခုဖြစ်သည်။ မူကြိုနှင့်မူလတန်းပထမနှစ်ရှိ အချို့ကလေးများတွင် တွေ့ရှိရသောလက္ခဏာများဖြစ်သည်။ ယင်းလက္ခဏာ များမှာ အာရုံစူးစိုက်နိုင်မှုမရှိခြင်း၊ လိုအပ်သည်ထက်လှုပ်ရှားမှုပိုခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဂဏှာမငြိမ်လှုပ်ရှားမှုများ ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

အော်တစ်ဇင် (Autism spectrum disorder)

အော်တစ်ဇင်ရောဂါ(ASD)အောက်တွင် အခြားအော်တစ်ဇင်ရောဂါအခေါ်အဝေါ်များလည်း ပါဝင်ပါသည်။ အော်တစ်ဇင်သည် ခြုံငုံခေါ်သောစကားလုံးဖြစ်ပြီး ဤစကားလုံးအောက်တွင် အက်စ်ပါဂျာဆင်ဒရုမ်း၊ အပြင်းစားအော်တစ်ဇင်၊ အော်တစ်ဇင်ချို့ယွင်းချက်နှင့် ကလပ်စစ်အော်တစ်ဇင်(ကန်နားအော်တစ်ဇင်)တို့ ပါဝင်သည်။ အော်တစ်ဇင်ရောဂါရှိသူများသည် အဓိကအားဖြင့် နယ်ပယ်(၃)ခုတွင် အခက်အခဲရှိနိုင်ပါသည်။ လူမှုရေးနားလည်ခြင်းနှင့် အပြုအမူ၊ လူမှုဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာစကားပြောဆို ဆက်သွယ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် စကားမပြောဘဲဆက်သွယ်ခြင်းနှင့် စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်းတို့တွင် ခက်ခဲခြင်းဖြစ်သည်။ ဤနယ်ပယ်(၃)မျိုးရှိ အားနည်းချက်များကို တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအကြား မတူညီဘဲ ထူးခြားထင်ရှားစွာ သိရှိနိုင်ပါသည်။

သတိပြုနားလည်မှုမြှင့်တင်ခြင်း(Awareness raising)

သတိပြုနားလည်မှုမြှင့်တင်ခြင်းဆိုသည်မှာသိစေလိုသောအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များကိုလူအများအားဖြန့်ဝေပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ဤသို့သတင်းအချက်အလက် ဖြန့်ဝေပေးခြင်းသည် ရပ်ရွာလူထု၏လိုအပ်ချက်များ ပြည့်မီအောင် ဆောင်ရွက်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေပြီး ရပ်ရွာအနေဖြင့် မိမိတို့မျှော်မှန်းထားချက်များကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

မွေးစာရင်းမှတ်ပုံတင် (Birth registration)

မွေးစာရင်းမှတ်ပုံတင်ဆိုသည်မှာ သက်ဆိုင်ရာအစိုးရက အသိအမှတ်ပြု လက်ခံထားသော ကလေးတစ်ဦး၏ မွေးနေ့၊ မွေးရပ်တို့ကို ဖော်ပြထားသော သက်သေခံလက်မှတ်ဖြစ်ပါသည်။ ဤသက်သေခံလက်မှတ်များသည် တရားဥပဒေအရ ကလေးဖြစ်တည်မှုကို အသိအမှတ်ပြု လက်ခံပြီး ကလေး၏ မွေးရာပါအခွင့်အရေးများကို အာမခံချက်ပေးထားသော တရားဝင်စာရင်းဖြစ်သည်။ (နိုင်ငံသား၊ နိုင်ငံရေး၊စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ)မွေးရာပါအခွင့်အရေးများကို အာမခံချက်ပေးထားသော တရားဝင်စာရွက်စာတမ်းကို ဆိုလိုပါသည်။

သံယောဇဉ်ခိုင်မြဲမှု (Bonding)

သံယောဇဉ်ခိုင်မြဲမှုဆိုသည်မှာ လက်တွဲဖော်များ၊ ရင်းနှီးသောသူငယ်ချင်းများ၊ မိဘနှင့်သားသမီးတို့အကြားတွင်ဖြစ်ပေါ်သော သံယောဇဉ်စိတ်ခံစားမှုဖြစ်စဉ်ကို ဆိုလိုပါသည်။ ဤသံယောဇဉ်ခိုင်မြဲမှု၏ လက္ခဏာများမှာချစ်ခင်ခြင်းနှင့် ယုံကြည်စိတ်ချခြင်းစသည့် စိတ်ခံစားမှုများဖြစ်သည်။

ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း (Brain storming)

ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်းဆိုသည်မှာဆန်းသစ်တီထွင်မှုရှိသောနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး အုပ်စုအတွင်း အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးခြင်း၊ မိမိ၏အယူအဆ၊ အတွေးအခေါ်များကိုဝေမျှခြင်းဖြင့် ဖြစ်ပေါ်နေသော ပြဿနာများကို စုပေါင်းဖြေရှင်းနိုင်ပါသည်။

ပြုစုစောင့်ရှောက်သူ (Caregiver)

ပြုစုစောင့်ရှောက်သူဆိုသည်မှာ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်နိုင်ခြင်းမရှိသေးသော ကလေး၊ စိတ်ဝေဒနာခံစားရသူ၊ စိတ်ကျန်းမာခြင်းမရှိသူ၊ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးမကောင်းသူ၊ မသန်စွမ်းသူ၊ ကျန်းမာရေးချို့တဲ့သူ၊ သက်ကြီးရွယ်အို စသည်တို့ကို ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်ပြုစုသူကို ဆိုလိုပါသည်။

ကလေး (Child)

ကလေးဆိုသည်မှာခန္ဓာကိုယ်အပြည့်အဝမဖွံ့ဖြိုးသေးသောသူ၊ သို့မဟုတ် တရားဝင်သတ်မှတ်ထားသောအသက်အောက်ရှိသူအားလုံးကို ဆိုလိုပါသည်။ (၁၈နှစ်၊ သို့မဟုတ် သက်ဆိုင်ရာနိုင်ငံ၏ဥပဒေအရသတ်မှတ်ထားသောအသက်မပြည့်သေးသူ)

ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး (Childcare)

ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး (သို့မဟုတ် 'ကလေးငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး' သို့မဟုတ် 'နေ့ကလေးထိန်းလုပ်ငန်း')သည် လူမှုဖူလုံရေးဝန်ဆောင်မှုနှင့် သမိုင်းကြောင်းအရဆက်စပ်မှုရှိပြီး အလုပ်လုပ်သောမိခင်များ၏ ကလေးများအားပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ထိန်းသိမ်းပြုစုခြင်းကိုဆိုလိုသည်၊ သို့မဟုတ် အခွင့်အလမ်းနည်းပါးသော၊ ချို့တဲ့မပြည့်စုံသောကလေးများကို စောင့်ရှောက်ပေးသောနေရာ၊ ဌာနကို ခေါ်ဆိုသည်။ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးသည် ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်စေသော အပြုအမူ၊ လှုပ်ရှားမှုလုပ်ငန်းများကိုလည်းရည်ညွှန်းပါသည်။ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးတွင် ကလေး၏ ကျန်းမာရေး၊ အာဟာရနှင့် သန့်ရှင်းရေးတို့ကို အလေးပေးဆောင်ရွက်ပါသည်။

ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်း (Child-centred approach)

ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းဆိုသည်မှာ ကလေး၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် အခွင့်အရေးများကို ဦးစားပေးစဉ်းစားဆောင်ရွက်သော ချဉ်းကပ်နည်းဖြစ်ပါသည်။ ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းသည် ကလေးများ၏ ရွေးချယ်ခွင့်၊ ဆက်စပ်သုံးသပ်ခွင့်၊ ဆက်သွယ်ပြောကြားခွင့်တို့ကို မြှင့်တင်ပေးပါသည်။ ထို့အပြင် ဤချဉ်းကပ်နည်းသည် ကလေးများအား လွတ်လပ်စွာစဉ်းစားတွေးခေါ်ခွင့်၊ အတွေ့အကြုံများရရှိခွင့်၊ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခွင့်၊ မေးခွန်းများမေးခွင့်နှင့် အဖြေများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခွင့် စသည့် အခွင့်အရေးများပေးပါသည်။

ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု (Child development)

ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုသည်မှာ လူတို့တွင် မွေးစအရွယ်မှ ပျိုဘော်ဝင်အရွယ် ပြီးဆုံးချိန်အကြား ဇီဝဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများကို ဆိုလိုသည်။ လူတစ်ဦးသည် အခြားသူအပေါ်မှီခိုရသည့် အနေအထားမှ မိမိကိုယ်တိုင်လုပ်ကိုင်နိုင်လာသည်အထိ တိုးတက်လာခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး (Child protection)

ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဆိုသည်မှာကလေးများကိုအကြမ်းဖက်ခြင်း၊ အမြတ်ထုတ်ခြင်းနှင့် လွဲမှားစွာပြုကျင့်ခြင်းတို့မှ တားဆီးကာကွယ်ပေးခြင်း၊ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ကလေးများအား ကိုယ်ထိလက်ရောက်စော်ကားခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမြတ်ထုတ်ခြင်း၊ ကလေးကုန်ကူးခြင်း၊

ကလေးအလုပ်သမားအဖြစ် ခိုင်းစေခြင်းနှင့် ကလေးအား ထိခိုက်စေသော ရိုးရာအစဉ်အလာများ (ကလေးအရွယ်တွင် အိမ်ထောင်ချခြင်း၊ အမျိုးသမီး လိင်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းဖြတ်တောက်ခြင်း) စသည်တို့မှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကလေးမွေးမြူပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း (Child rearing)

ကလေးမွေးမြူပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းဆိုသည်မှာ ကလေးများအား လူလားမြောက်အောင်ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း စောင့်ရှောက်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

ကလေးသူငယ်ဆိုင်ရာအခွင့်အရေး (Children's rights)

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာ ကလေးများအတွက် လူ့အခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။ အထူးအလေးပေးထားသောအခွင့်အရေးမှာ ကလေးများအတွက် အထူးကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးများရရှိမှုဖြစ်သည်။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးတွင် မွေးမိဘနှင့် အတူတကွ နေထိုင်ခွင့်၊ လူသားတစ်ဦးအဖြစ် ရပ်တည်ခွင့်အပြင် အခြေခံလိုအပ်ချက်များဖြစ်သော အစာအာဟာရ ရရှိခွင့်၊ အစိုးရတာဝန်ယူထားသော လူတိုင်းပညာသင်ယူခွင့်၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ခွင့်နှင့် ကလေးအသက်အရွယ်၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် ကိုက်ညီသော ပြစ်ဒဏ်စီရင်ရေးဥပဒေတို့ ပါဝင်သည်။

ကလေးအသက်ရှင်သန်ရေး (Child survival)

ကလေးအသက်ရှင်သန်ရေးသည် ကလေးသေနှုန်းလျော့ချရေးနှင့် ဆက်စပ်နေသော ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းဖြစ်သည်။ ကလေးအသက်ရှင်သန်ရေးအတွက် ကြားဝင်ကူညီဆောင်ရွက်ချက်များသည် ကလေးသေဆုံးမှုကို အများဆုံးဖြစ်စေသောအကြောင်းရင်းများကို ဖော်ထုတ်၍ ကာကွယ်ကုသပေးသည်။ ယင်းအကြောင်းရင်းများတွင် ဖျားနာခြင်း၊ ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောခြင်း၊ ငှက်ဖျားရောဂါနှင့် မွေးကင်းစအခြေအနေများ ပါဝင်သည်။

ရပ်ရွာ (Community)

ရပ်ရွာဆိုသည်မှာ နေရာဒေသတစ်ခုတွင် တစ်စုတစ်ဝေးတည်းနေသူများကိုစုပေါင်း၍ ခေါ်ဆိုသည်။

ရပ်ရွာကျန်းမာရေးလုပ်သား/ဝန်ထမ်း (Community health worker)

ရပ်ရွာကျန်းမာရေးလုပ်သား/ဝန်ထမ်း (CHW)ဆိုသည်မှာ ရပ်ရွာတွင်း၌ ကျန်းမာရေးနှင့် ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများကိုဆောင်ရွက်ရန် ရပ်ရွာလူထုမှ၊ သို့မဟုတ် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုခုမှ ရွေးချယ်ထားသော ရပ်ရွာသူ၊ ရပ်ရွာသား ဖြစ်သည်။ ဤသို့သော ကျန်းမာရေးလုပ်သားအတွက်သုံးသော အခြားအမည်များမှာ ကျေးရွာကျန်းမာရေးဆရာ(မ)၊ ရပ်ရွာကျန်းမာရေးအကူ၊ ရပ်ရွာကျန်းမာရေးမြှင့်တင်သူနှင့် အရပ်သားကျန်းမာရေးအကြံဉာဏ်ပေးသူတို့ဖြစ်သည်။

ရပ်ရွာပညာပဒေသာဌာန (Community learning centre)

ရပ်ရွာပညာပဒေသာဌာနဆိုသည်မှာ ကျောင်းသင်ပညာရေးစနစ်၏ပြင်ပတွင် ပညာရေးလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ရန် ရပ်ရွာတွင်းရှိနေရာတစ်ခုဖြစ်သည်။ ရပ်ရွာပညာပဒေသာဌာနသည် ရပ်ရွာလူထု၏ဘဝ ပိုမို

သာယာရေးနှင့် ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ရပ်ရွာမှထူထောင်ပြီး ရပ်ရွာမှစီမံအုပ်ချုပ်ပြီး သင်ယူရန် အခွင့်အရေးများပေးသောနေရာ ဖြစ်ပါသည်။

သန္ဓေတည်ခြင်း (Conception)

သန္ဓေတည်ခြင်းဆိုသည်မှာ အမျိုးသား၏သုက်နှင့် အမျိုးသမီး၏မျိုးဥတို့ပေါင်းစည်းခြင်းဖြင့် သန္ဓေသားလောင်း စတင်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကိုခေါ်ဆိုသည်။

သန္ဓေတားဆေးများ (Contraceptives)

သန္ဓေတားဆေးများသည် သန္ဓေမရရှိအောင် တားဆီးပေးရန် ပြုပြင်ထားသော ဆေးဝါးများနှင့် ကိရိယာများဖြစ်သည်။ ဥပမာ - ကိုယ်ကာယခြင်းထိတွေ့မှုမှ တားဆီးပေးသောပစ္စည်းများသုံးခြင်း (ကွန်ဒုံး)၊ ဟော်မုန်းဆိုင်ရာနည်းသုံးခြင်း(သန္ဓေတားဆေးလုံးများ)၊ သားကြောဖြတ်ခြင်းနှင့် သဘာဝနည်းများသုံးခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

ကလေးအခွင့်အရေးဆိုင်ရာသဘောတူညီချက် (The Convention on the rights of the child)

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်ဆိုသည်မှာ နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်ဖြင့် ပထမဦးဆုံး တရားဝင်ချုပ်ဆိုထားသော ကလေးများအတွက် လူ့အခွင့်အရေးများထည့်သွင်းထားသည့် သဘောတူညီချက် ဖြစ်သည်။ ကလေးအခွင့်အရေးများတွင် နိုင်ငံသား၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ စီးပွားရေး၊ နိုင်ငံရေးနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာလူ့အခွင့်အရေးများပါဝင်သည်။ ၁၉၈၉ခုနှစ်တွင် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံခေါင်းဆောင်များက အသက်(၁၈)နှစ်အောက်ကလေးများသည် လူကြီးများနှင့်မတူဘဲ အထူးပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းများလိုအပ်သောကြောင့် ယင်းတို့အတွက် အထူးသဘောတူညီချက်တစ်ရပ် လိုအပ်သည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ အသက်(၁၈)နှစ်အောက်ကလေးများတွင်လည်း လူ့အခွင့်အရေးများခံစားသင့်ကြောင်း ကမ္ဘာတစ်ဝန်းမှ အသိအမှတ်ပြုလက်ခံစေလို၍ ဤသဘောတူညီချက်စာတမ်းကိုထုတ်ပြန်ကြေညာခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤသဘောတူညီချက်တွင်အပိုဒ်(၅၄)ခု ပါဝင်ပြီးအထူးထုတ်ပြန်ချက်(၂)ခု ပါဝင်ပါသည်။ဤသဘောတူညီချက် ကြေညာစာတမ်းတွင်နိုင်ငံတိုင်းရှိကလေးတိုင်းသည် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများဖြစ်သည့် အသက်ရှင်သန်ခွင့်၊ အစွမ်းကုန်ဖွံ့ဖြိုးခွင့်၊ အန္တရာယ်ရှိသောလွှမ်းမိုးမှုများမှ ကာကွယ်ခွင့်၊ အလွဲသုံးစားခြင်းနှင့် ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်းမှ ကာကွယ်ခွင့်၊ မိသားစု၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ခွင့်စသည့်အခွင့်အရေးများနှင့်ဆိုင်သော အကြောင်းအရာများကို အတိအလင်းဖော်ပြထားပါသည်။ ကလေးအခွင့်အရေးဆိုင်ရာသဘောတူညီချက်၏ အခြေခံမူလေးချက်မှာခွဲခြားဆက်ဆံမှုမရှိခြင်း၊ ကလေးအတွက်အကောင်းဆုံးအကျိုးခံစားခွင့်ရှိစေခြင်း၊အသက်ရှင်သန်ခွင့်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း၊ ကလေးများ၏အမြင်များကို လေးစားလိုက်နာခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။ ဤသဘောတူညီချက်စာချုပ်ကို ဆိုမားလီးယားနှင့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှလွဲ၍ ကျန်ကမ္ဘာ့နိုင်ငံအသီးသီးမှ သဘောတူလက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ပါသည်။

နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးအကြံပေးခြင်း(Counselling)

နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးအကြံပေးခြင်းသည် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ၊ လူမှုရေးနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခက်အခဲပြဿနာများကို ဖြေရှင်းနိုင်ရန် အကူအညီပေးခြင်းနှင့် လမ်းညွှန်ပေးခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

ကလေးဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာမှတ်တိုင်များ (Developmental milestones)

ကလေးများဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာမှတ်တိုင်များသည် သတ်မှတ်ထားသည့်အသက်အပိုင်းအခြားအတွင်း၌ ကလေးအများစုက လုပ်နိုင်သော လှုပ်ရှားမှု၊ လုပ်ငန်းများကို ဆိုလိုသည်။

မသန်စွမ်းခြင်း (Disability)

မသန်စွမ်းခြင်း ခေါင်းစဉ်အောက်တွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်ပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ်ချို့ယွင်းခြင်း၊ လှုပ်ရှားမှုအကန့်အသတ်ရှိခြင်း၊ ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်မှု အကန့်အသတ်ရှိခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။ မသန်စွမ်းခြင်းဟုဆိုရာ၌ ကိုယ်ကာယ၊ သိမှု၊ ဉာဏ်ရည်၊ အာရုံခံစားမှု၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာမသန်စွမ်းမှုနှင့် အချို့တွင် ယင်းမသန်စွမ်းမှုများစုပေါင်း၍ဖြစ်နေတတ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်ချို့ယွင်းခြင်းရှိခြင်းမှာ ခန္ဓာကိုယ်တည်ဆောက်ပုံနှင့် ခန္ဓာကိုယ်လှုပ်ရှားမှုတွင် အားနည်းချက်၊ ချို့ယွင်းချက်များရှိနေခြင်းဖြစ်သည်။လှုပ်ရှားမှုအကန့်အသတ်ရှိခြင်းဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် လုပ်ငန်း၊ သို့မဟုတ် အလုပ်တစ်ခုဆောင်ရွက်ရာတွင် အခက်အခဲရှိခြင်းခြင်းဖြစ်သည်။ ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်မှု အကန့်အသတ်ရှိခြင်းဆိုသည်မှာ လူမှုရေးလှုပ်ရှားမှု၊ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရန် ခက်ခဲခြင်းကိုဆိုလိုသည်။ ထို့ကြောင့် မသန်စွမ်းဆိုသည့် ဝေါဟာရသည် ရှုပ်ထွေးသောအကြောင်းအရာဖြစ်စဉ်ကို ရည်ညွှန်းသည်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ကိုယ်ခန္ဓာပုံပန်းသဏ္ဌာန်နှင့် ၎င်းနေထိုင်ရာလူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအနေအထားတို့၏ အပြန်အလှန်ဆက်ဆံခြင်းကို ထင်ဟပ်ပြသနေပါသည်။

ဘေးအန္တရာယ် (Disaster)

ဘေးအန္တရာယ်ဆိုသည်မှာ ရပ်ရွာ/လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာများအား အလွန်အမင်း ထိခိုက်ဆုံးရှုံးစေသည့် နှောင့်ယှက်ဖျက်စီးမှုတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ လူသား၊ အိုးအိမ်၊ ပစ္စည်းများ၊ စီးပွားရေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာဆုံးရှုံးမှုနှင့် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုများ ကျယ်ပြန့်စွာဖြစ်ပေါ်စေပြီး ရပ်ရွာ/လူ့အဖွဲ့အစည်းက မိမိတို့၏ကိုယ်ပိုင်ရင်းမြစ်များကို အသုံးပြုဖြေရှင်းနိုင်သည့်စွမ်းရည်ထက် ကျော်လွန်လေ့ရှိသည်။

စည်းကမ်း (Discipline)

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အား စည်းကမ်းပေးခြင်းဆိုသည်မှာ ထိုသူအား သတ်မှတ်ထားသောကိုယ်နှုတ်အမူအရာများကို လိုက်နာကျင့်သုံးစေခြင်းဖြစ်သည်။ ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး နယ်ပယ်တွင် စည်းကမ်းဆိုသည်မှာ ကလေးများက မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ထိန်းသိမ်းနိုင်မှု၊ လက်ခံနိုင်သော ကိုယ်နှုတ်အမူအရာများနှင့် ကောင်းသောအလေ့အကျင့်များကို သင်ကြားပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ဥပမာ- ကလေးအား အစာမစားခင်လက်ဆေးရန်သင်ပေးခြင်း၊ ဤနေရာတွင်အစာမစားမီ လက်ဆေးခြင်းသည် သတ်မှတ်ထားသည့်ပုံစံရှိသောအပြုအမူဖြစ်ပါသည်။ ကလေးအနေဖြင့် ထိုပုံစံကို လက်ခံကျင့်သုံးခြင်းသည် ကလေးသည် စည်းကမ်းလိုက်နာခြင်းဖြစ်သည်။ ကလေးအား စည်းကမ်းပေးရာတွင် ကြမ်းတမ်းသောအပြုအမူများနှင့် ကြမ်းတမ်းသောစကားလုံးများ မပါဝင်သင့်ပါ။

ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း (Discrimination)

(ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းဆိုသည်မှာ လူအများအား ဆက်ဆံရာတွင် လူမျိုး၊ အသားအရောင်၊ ကျား/မ လူမှုရေး အဆင့်အတန်း၊ အဆင့်အလိုက် သိသာထင်ရှားစွာခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းဖြစ်သည်။

ရောဂါ (Disease)

ရောဂါဆိုသည်မှာ သက်ရှိခန္ဓာကိုယ်ကို ထိခိုက်စေသည့် သာမန်မဟုတ်သော အခြေအနေ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကို ခေါ်ပါသည်။ ဤအခြေအနေသည် များသောအားဖြင့် ဆေးပညာအရ နားလည်နိုင်သော တိကျစွာ သတ်မှတ်ထားသည့် ရောဂါလက္ခဏာများနှင့် သင်္ကေတများရှိသည်။ ရောဂါဖြစ်ခြင်းသည် ပြင်ပအကြောင်း အရာများကြောင့် ဖြစ်နိုင်သည်၊ ဥပမာ-ပိုးများကြောင့်ဖြစ်သော ကူးစက်ရောဂါ၊ သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း အင်္ဂါများ ပုံမှန်အလုပ်မလုပ်ခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ဥပမာ- ခန္ဓာကိုယ်တွင်း အလိုအလျောက် ခုခံစနစ်ကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါ။

အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု (Domestic violence)

အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုဆိုသည်မှာ နီးစပ်သောဆက်ဆံရေးရှိသူများ၊ ဥပမာ- လင်မယား၊ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်း၊ အတူနေသူများထဲမှ တစ်ဦး၊ သို့မဟုတ် နှစ်ဦးစလုံးသုံးသော ကြမ်းတမ်းသောအပြုအမူပုံစံကို ခေါ်ဆိုသည်။

ဒေါင်းစင်ဒရုမ်း (Down’s Syndrome)

ဒေါင်းစင်ဒရုမ်းရောဂါသည် ကရိုမိုဇုမ်းကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါလက္ခဏာကို ခေါ်သည်။ ကရိုမိုဇုမ်းများတွင် အပိုဖြစ်သော ၂၁ခုမြောက် ကရိုမိုဇုမ်းတစ်ခုလုံး၊ သို့မဟုတ် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းရှိနေခြင်းကြောင့် ရောဂါ ဖြစ်ပေါ်ရခြင်း ဖြစ်သည်။ သည့်ထက် ပို၍လည်းကောင်း၊ ဒေါင်းစင်ဒရုမ်းရောဂါကြောင့် ကလေးတွင် ပုံမမှန်သောဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု၊ သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်အနေအထားပုံမမှန်ခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်သည်။

ရှေးဦးကလေးအရွယ် (Early childhood)

ရှေးဦးကလေးအရွယ်ဆိုသည်မှာ မွေးစမှအသက်(၈)နှစ်အရွယ်ကိုဆိုလိုသည်။ ဤအချိန်တွင် ဦးနှောက်သည် အလျင်မြန်ဆုံးဖွံ့ဖြိုးပြီး ကလေးများအတွက် အဖွံ့ဖြိုးဆုံးနှင့် အကြီးထွားဆုံးအချိန်ကာလလည်း ဖြစ်သည်။

ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့်ပညာပေးလုပ်ငန်း (Early childhood care and education)

ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်း(ECCE)သည် ငယ်ရွယ်သောကလေးများ ဆက်လက် ရှင်သန်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန်အတွက် လိုအပ်သောအာဟာရ၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ သင်ယူခြင်းနှင့် လှုံ့ဆော်မှု၊ အပြန်အလှန်ရှိသောဆက်သွယ်ပြောကြားမှု၊ ချစ်ခင်ကြင်နာမှု၊ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံစေမှု၊ဂရုစိုက်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ပညာပေးမှုတို့ဖြစ်ပါသည်။ ရှေးဦးကလေး ပြုစု ပျိုးထောင်ရေးနှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်းအစီအစဉ် နမူနာများမှာ- ရှေးဦးကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးဌာနများ၊ မိသားစုနေ့ကလေးထိန်းဌာနများ၊ မူလတန်းကြိုကျောင်းများ၊ မိဘပညာပေးခြင်း၊ ရပ်ရွာ အခြေပြုကလေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဆောင်ရွက်ခြင်းများ၊ ကလေးငယ်ရှိသော မိသားစုအတွက် အိမ်အလည်သွားပေးခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

ရှေးဦးလှုံ့ဆော်မှု (Early stimulation)

ရှေးဦးလှုံ့ဆော်မှုသည် မူကြိုအရွယ်ကလေးများ၏ ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးမှု၊ ကိုယ်ကာယဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် စိတ်ဖွံ့ဖြိုးမှု ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်မှုတို့ကို ကူညီမြှင့်တင်ပေးသောနည်းလမ်းများဖြစ်သည်။

သန္ဓေသားလောင်း (Embryo)

သန္ဓေသားလောင်းဆိုသည်မှာ သန္ဓေတည်စအချိန်နှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင် (၈) ပတ်ကြာချိန်အတွင်းရှိ ရှေးဦး သန္ဓေသားဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်များကို ဆိုလိုသည်။

စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ လွဲမှားစွာပြုမူခြင်း (Emotional abuse)

စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ လွဲမှားစွာပြုမူခြင်းဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦးမှ အခြားသူတစ်ဦး၏ စိတ်ကို အန္တရာယ်ပေး ထိခိုက်စေသော အပြုအမူဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ပြုမူခံရပါက စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း၊ နာတာရှည်စိတ်ကျရောဂါနှင့် စိတ်ဒဏ်ရာရပြီးနောက် စိတ်ဖိစီးမှုခံစားရခြင်း အပါအဝင် စိတ်ဒဏ်ရာများရရှိစေပါသည်။

တိုးချဲ့မိသားစု (Extended family)

တိုးချဲ့မိသားစုဆိုသည်မှာမိသားစုဝင်များစွာပါဝင်သောမိသားစုများကိုဆိုလိုသည်။ မိသားစုဝင်များမှာ အဖိုး၊ အဖွား၊ မိဘ၊ ကလေးများနှင့် အခြားဆွေမျိုးများ တစ်အိမ်တည်းတွင် စုဝေးနေကြခြင်း၊ (အမြဲတမ်း မဆိုလိုပါ) သို့မဟုတ် အနီးအနားပတ်ဝန်းကျင်တွင် စုဝေးနေထိုင်ခြင်းကို ဆိုလိုသည်။

ပံ့ပိုးကူညီသူ (Facilitator)

ပံ့ပိုးကူညီသူသည် အခြားသူများ သင်ယူနိုင်ရန် ကူညီပေးသူများဖြစ်သည်။ ပံ့ပိုးကူညီသူသည် သင်တန်းများ တွင် သင်ယူသူများကို ကူညီပေးပါသည်။ သို့သော် ပံ့ပိုးကူညီသူသည် ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူ ဖြစ်ရန်မလိုပါ။ ပံ့ပိုးကူညီသူသည် သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများ၏ ရှိနှင့်ပြီးသော အတွေ့အကြုံအပေါ် မူတည်၍ သတင်းအချက်အလက်အသစ်များကိုရရှိစေရန်ကူညီဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

မိသားစုပညာရေး (Family education)

မိသားစုပညာရေးသည်မိသားစုဝင်များကိုအဓိကထား၍ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးစသည့် ခေါင်းစဉ် များဖြင့်မိသားစုဝင်များ၏ကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့်ပတ်သက်သောကျွမ်းကျင်မှုနှင့် အရည်အချင်းများကို မြှင့်တင်ပေးရန် ပို့ချပေးသောသင်တန်းဖြစ်သည်။

သန္ဓေသား (Foetus)

သန္ဓေသားဆိုသည်မှာ ကိုယ်ဝန်ဆောင် (၉) ပတ်နှင့် မွေးဖွားမည့်အချိန်တွင်ရှိသော မမွေးဖွားသေးသည့် ကလေးကို ခေါ်သည်။

ကျား-မ (Gender)

ကျား-မ ဆိုသည်မှာ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအရ ဖြစ်တည်လာသော ယူဆချက်ဖြစ်ပါသည်။ ကျား-မဆိုသော အယူအဆတွင် (မိန်းမဖြစ်ခြင်းနှင့် ယောကျ်ားဖြစ်ခြင်းကြောင့်) မိန်းမနှင့် ယောကျ်ားများ ဆောင်ရွက်ရန် မျှော်လင့်ထားသော အခန်းကဏ္ဍနှင့် အပြုအမူများ ပါဝင်ပါသည်။ ဤမျှော်လင့်ချက်များကို

သင်ယူရရှိကြပါသည်။ ကျား-မ အခြေပြုအခန်းကဏ္ဍသည် အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ သို့မဟုတ် မတူညီသောယဉ်ကျေးမှု အခြေအနေများတွင် ပြောင်းလဲတတ်ပါသည်။ 'ကျား-မ'သည် 'လိင်'ကိုဆိုလိုခြင်း မဟုတ်ပါ။ လိင်သည် ဇီဝကမ္မသဘောအရ ယောကျ်ားနှင့်မိန်းမအကြားတွင် ရှိသော ခြားနားချက်များကို ဆိုလိုသည်။ အားလုံးက ဤခြားနားချက်များကို လက်ခံထားကြပြီး ယင်းတို့သည် ယဉ်ကျေးမှုများအကြား ကွာခြားမှု/ပြောင်းလဲမှု မရှိပါ။

ကျား-မ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း (Gender discrimination)

ကျား-မ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းသည် ကျား၊ သို့မဟုတ် မ အပေါ် ပိုမိုအရေးပေးဆက်ဆံခြင်းကိုဆိုလိုသည်။ ဥပမာ-အိမ်ထောင်စုတစ်ခုတွင်မိန်းကလေးများသည် မိန်းကလေးဖြစ်သည့်အတွက် ယောကျ်ားလေးများနှင့် တန်းတူ အစားအစာအာဟာရ အညီအမျှ မရရှိကြပါ။ ဤသို့ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းသည် သိ၍ဖြစ်စေ၊ သတိမထားမိဘဲဖြစ်စေ ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသည်။

ကျား-မ တန်းတူညီမျှမှု (Gender equality)

အကယ်၍ ကျား-မ တန်းတူညီမျှမှုရှိပါက အမျိုးသမီးများနှင့် အမျိုးသားများသည် ညီမျှသော အခြေအနေများရရှိခြင်းနှင့် ဆက်ဆံခံရခြင်း၊ ၎င်းတို့၏ စွမ်းရည်ရှိသလောက် အပြည့်အဝတိုးတက်နိုင်မှု၊ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာကိုရနိုင်သောအခွင့်အရေးများ ရရှိပါသည်။ ကျား- မ တန်းတူညီမျှမှုဟူသည် အမျိုးသမီးများနှင့် အမျိုးသားများအကြားတွင်ရှိသော တူညီမှုများနှင့် ခြားနားမှုများကို တန်းတူ အလေးပေး တန်ဖိုးထားခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤအချက်သည် အမျိုးသမီးများနှင့် အမျိုးသားများသည် အတူတူဖြစ်သည်ဟု မဆိုလိုပါ၊ သို့ရာတွင် ၎င်းတို့၏ရပိုင်ခွင့်များ၊ တာဝန်ယူမှုများနှင့် အခွင့်အရေးများသည် ယောကျ်ား၊ သို့မဟုတ် မိန်းမအဖြစ် ၎င်းတို့မွေးဖွားလာခြင်းအပေါ်တွင် မူမတည်ပါဟုဆိုလိုသည်။

ကျန်းမာခြင်း (Health)

ကျန်းမာခြင်းဆိုသည်မှာ ကိုယ်ခန္ဓာ၊ စိတ်၊ လူမှုရေးဆိုင်ရာ အဆင်ပြေမှုကို ဆိုလိုပါသည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် ကျန်းမာခြင်းကို ရောဂါမရှိခြင်း၊ သို့မဟုတ် နေကောင်းခြင်းဟုဆိုလိုကြသော်လည်း ၎င်းတို့ထက် ပိုမိုအဓိပ္ပါယ်ကျယ်ပြန့်ပါသည်။

အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ-အေအိုင်ဒီအက်စ် (HIV and AIDS)

အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ(HIV)ခေါ် လူ၏ရောဂါကာကွယ်ရေးကိုလျော့ကျစေသောဗိုင်းရပ်သည် လူ့ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ နေပြီး ရောဂါခုခံကာကွယ်ရေးဆဲလ်များကို ထိခိုက်စေခြင်းအပြင် ၎င်းဆဲလ်များ၏လုပ်ငန်းကို ပျက်စီးစေသည်၊ သို့မဟုတ် ဖျက်စီးပစ်သည်။ ရောဂါပိုး ပိုမိုများလာပါက ရောဂါခုခံကာကွယ်ရေးစနစ်သည် အားနည်းသည်ထက် နည်းလာပြီး ရောဂါခံစားနေရသူတွင် အခြားရောဂါများ အလွယ်တကူ ဝင်ရောက်လာနိုင်ပါသည်။ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး၏ အဆင့်မြင့်ဆုံးအဆင့်မှာ အေအိုင်ဒီအက်စ်(AIDS)ခေါ် လိုအပ်သည့်ရောဂါခုခံကာကွယ်ပစ္စည်းလျော့နည်းသောရောဂါ ဖြစ်ပါသည်။ အိပ်အိုင်ဗွီပိုး ကူးစက်ခံရသူများသည် အေအိုင်ဒီအက်စ် ဖြစ်ပွားရန် (၁၀) နှစ် မှ (၁၅) နှစ်အထိ ကြာပါသည်။ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီရောဂါကုသသော ဆေးက ဤဖြစ်စဉ်ကို နှေးကွေးစေပါသည်။

တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းမှု (Hygiene)

တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းမှုဆိုသည်မှာ အခြေအနေ၊ သို့မဟုတ် အလေ့အကျင့်ဖြစ်ပြီး ကျန်းမာရေးထိန်းသိမ်းထားခြင်းကို ကူညီပြီး ရောဂါများမပြန့်ပွားအောင် ကာကွယ်ပေးသော အလေ့အကျင့်များ၊ အခြေအနေများကို ဆိုလိုပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးဆေးတိုက်ခြင်း (Immunization and vaccination)

ကာကွယ်ဆေးထိုး၊ ဆေးတိုက်ခြင်းဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦးအား ရောဂါကူးစက်မှုကိုခုခံကာကွယ်ရန်၊ သို့မဟုတ် ရောဂါပိုးများကိုခံနိုင်ရည်ရှိစေရန် ထုံးစံအားဖြင့် ဆေးထိုး၊ဆေးတိုက်ခြင်းကို ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုး၊ ဆေးတိုက်ခြင်းဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ရှိ ရောဂါခုခံကာကွယ်သည့်စနစ်ကို လှုံ့ဆော်ပေးပြီး ထိုသူအား ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်း၊ သို့မဟုတ် ရောဂါကူးစက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးသည်။

သန္ဓေတည်ခြင်း (Implantation)

သန္ဓေတည်ခြင်းဆိုသည်မှာ သန္ဓေသားလောင်းမှာ သားအိမ်နံရံတွင် တွယ်ကပ်ပြီး ကိုယ်ဝန်စရှိခြင်းဖြစ်သည်။

လွတ်လပ်ခြင်း (Independence)

လွတ်လပ်ခြင်းအခြေအနေ၊ သို့မဟုတ် လွတ်လပ်ခြင်းကြောင့်ရရှိသော အရည်အသွေး၊ မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်၊ မည်သည့်တိုင်းပြည်၏ ချုပ်ကိုင်မှု၊ လွှမ်းမိုးမှု-ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုမရှိခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ ရှေးဦးကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့်ပညာပေးလုပ်ငန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဤစကားလုံး၏အဓိပ္ပါယ်မှာ ကလေးတစ်ဦး၏ စားသောက်ခြင်း၊ အဝတ်ဝတ်ခြင်းနှင့် ကစားခြင်းအပါအဝင် ကိစ္စရပ်များကို မိမိဘာသာဆောင်ရွက်နိုင်သောအရည်အချင်းကို ဆိုလိုသည်။

သင်ယူခြင်း (Learning)

သင်ယူခြင်းဆိုသည်မှာ အသိပညာသစ်၊ သို့မဟုတ် ပြုပြင်မွမ်းမံထားသောအသိပညာ၊ အပြုအမူ၊ ကျွမ်းကျင်မှု၊ တန်ဖိုးထားမှု၊ သို့မဟုတ် ဦးစားပေးနှစ်သက်သောအရာများကို ရရှိခြင်းဖြစ်သည်။ သင်ယူခြင်းတွင် မတူညီသော သတင်းအချက်အလက်အမျိုးမျိုးကို စုစည်းခြင်း ပါဝင်နိုင်သည်။

စာတတ်မြောက်သူ (Literate)

စာတတ်မြောက်သူဆိုသည်မှာ မိမိ၏နေ့စဉ်ဘဝ အကြောင်းအရာများနှင့်ပတ်သက်၍ ရိုးရှင်းစွာ ဖော်ပြထားသည့် စာကြောင်းများကို နားလည်စွာ ရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်သူကို ဆိုလိုသည်။

ကိုယ်အလေးချိန်မပြည့်ခြင်း (Low birth weight)

ကိုယ်အလေးချိန်မပြည့်ခြင်း(LBW)ဆိုသည်မှာ အသက်ရှင်လျက် မွေးဖွားလာသော ကလေးငယ်သည် သတ်မှတ်ထားသောအချိန်တွင် (၂၅၀၀) ဂရမ်ထက်လျော့နည်းနေခြင်းဖြစ်သည်။

မိခင်ဘာသာစကား (Mother tongue)

မိခင်ဘာသာစကားဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦး၏ ပထမဆုံးသင်ယူသော ဘာသာစကား၊ သို့မဟုတ် ပထမဆုံးပြောသော ဘာသာစကားကို ဆိုလိုသည်။

မိဘ(Parent)

ဤစာအုပ်၏ရည်ရွယ်ချက်များအတွက်သုံးသော 'မိဘ'သည် မွေးမိဘများအပါအဝင်၊ အဖိုး၊ အဖွား၊ ညီအစ်ကိုမောင်နှမများ၊ မိသားစုဝင်များနှင့် ရပ်ရွာသူ/သားများ အပါအဝင် မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို ကလေးများကို စဉ်ဆက်မပြတ် ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို ဆိုလိုပါသည်။

မိဘပညာပေးခြင်း (Parenting)

မိဘပညာပေးခြင်းသည် ကလေးများတွင် မွေးစမှစ၍ အရွယ်ရောက်သည်အထိ ကိုယ်ခန္ဓာ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ လူမှုရေးနှင့် ဉာဏ်ရည်ဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများကို မြှင့်တင်ပေးရန်နှင့် ပံ့ပိုးကူညီပေးရန် ဆောင်ရွက်သောလုပ်ငန်းစဉ်ကို ခေါ်ဆိုသည်။ မိဘပညာပေးခြင်းဆိုသည်မှာ ဇီဝကမ္မအရ ဆက်နွယ်မှုရှိခြင်းကို မဆိုလိုဘဲ ကလေးတစ်ဦးကို လူလားမြောက်အောင် ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသော လုပ်ငန်းကိုဆိုလိုသည်။

ခန္ဓာကိုယ်ကိုနှိပ်စက်ညှင်းပမ်းခြင်း (Physical abuse)

ခန္ဓာကိုယ်ကိုနှိပ်စက်ညှင်းပမ်းခြင်းဆိုသည်မှာ ရိုက်နှက်ခြင်း၊ လှုပ်ရမ်းခြင်း၊ ကန်ကျောက်ခြင်း၊ တွန်းထုတ်ခြင်း၊ မီးနှင့်တို့ခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကို အနာတရဖြစ်စေသော၊ သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်နာကျင်အောင် ပြုလုပ်သည့် မည်သည့်လုပ်ရပ်ကိုမဆို ဆိုလိုသည်။ ကလေးအား ဒဏ်ပေးခြင်းတွင် ကလေးအား နာကျင်အောင် ပြုလုပ်လျှင် (ဥပမာ- ရိုက်ပုတ်ခြင်း) ခန္ဓာကိုယ်ကို ညှင်းဆဲခြင်း တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ကြမ်းတမ်းသော ဒဏ်ပေးခြင်းသည် ကလေး၏ ခန္ဓာကိုယ်ကိုသာ နာကျင်စေသည်မဟုတ်၊ ကလေး၏ ကျန်းဘဝတစ်လျှောက်လုံး စိတ်ဒဏ်ရာကိုရစေပါသည်။

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထွားခြင်း (Physical growth)

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထွားခြင်းဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦး၏ခန္ဓာကိုယ်အရွယ်အစားကြီးလာခြင်း ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထွားနှုန်းသည် မွေးပြီး ပထမလများတွင် မြန်ပြီး တဖြည်းဖြည်းနှေးသွားတတ်သည်။ ကလေး၏ ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်သည် ပထမလေးလတွင် (၂)ဆရှိ၍ (၁၂)လအရွယ်ရောက်ပါက (၃) ဆ ရှိသည်။ သို့သော် (၂၄)လ မပြည့်မီ (၄)ဆ မရှိပါ။ ထို့နောက် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထွားနှုန်းသည် ပျိုဘော်ဝင်စအချိန် (အသက် ၉ နှစ်နှင့် ၁၅ နှစ် အကြား)မတိုင်ခင် အရှိန်နှေးသွားသည်။ ပျိုဘော်ဝင်စအရွယ်တွင် နှုန်းမြန်လာပါသည်။ ကြီးထွားနှုန်းသည် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းအားလုံးအတွက် တစ်ချိန်နှင့်တစ်ချိန် မတူညီကြပါ။ မွေးစအချိန်တွင်ခေါင်းအရွယ်အစားသည်လူကြီးခေါင်းနီးပါးရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းသည် လူကြီးအရွယ်အစားထက် များစွာသေးငယ်ပါသည်။ ကလေးခန္ဓာကိုယ်ကြီးထွားနေစဉ် ကာလတစ်လျှောက်လုံး ကလေး၏ ဦးခေါင်းသည်အနည်းငယ်မျှသာ ဆက်လက်ကြီးထွားပြီး ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ခြေလက်များသည် လျင်မြန်စွာ ကြီးထွားပါသည်။

ကစားခြင်း (Play)

ကစားခြင်းသည် ပျော်ရွှင်မှုနှင့် အပန်းဖြေမှုအတွက် စိတ်ရောကိုယ်ပါလုပ်ဆောင်ရသော လှုပ်ရှားမှု ဖြစ်သည်။ ကစားခြင်းသည် လေးနက်သော၊ သို့မဟုတ် လက်တွေ့ကျသော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် လုပ်ဆောင်

ရသော လှုပ်ရှားမှုမျိုးမဟုတ်ပါ။ ကစားခြင်းသည် ကလေး၏လူမှုရေး၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ စိတ်၊ ဘာသာစကားနှင့် ခန္ဓာကိုယ်ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှုအားလုံးကို အထောက်အကူပြုသည်။

မီးဖွားပြီးဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှု (Postnatal care)

မီးဖွားပြီးဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှုဆိုသည်မှာ မိခင်နှင့်မွေးကင်းစကလေးတို့၏ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကျန်းမာမှုကို ဂရုစိုက်ဆောင်ရွက်ပေးသော လုပ်ငန်းဖြစ်သည်။ ဤဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှုကိုမွေးပြီးပြီးခြင်းအချိန်မှ (၆) ပတ်အတွင်း ပြုလုပ်သည်။ ဤသို့ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်ခြင်းတွင် ရောဂါများနှင့် ရောဂါဖြစ်စေနိုင်သော အခြေအနေများမှ ကာကွယ်ခြင်း၊ စောစီးစွာ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့် ကုသခြင်းတို့ပါဝင်သည်။ ထို့ပြင် မီးဖွားပြီး စောင့်ရှောက်မှုတွင် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်း၊ မိသားစုစီမံကိန်းနှင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့် မိခင်နှင့်ကလေးအာဟာရတို့နှင့် ပတ်သက်ပြီး ဆွေးနွေးတိုင်ပင် အကြံပေးခြင်း၊ ဝန်ဆောင်မှုပေးခြင်း တို့ပါဝင်ပါသည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း (Pregnancy)

ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းသည် မိန်းမ၏သားအိမ်ထဲတွင် သန္ဓေသားတစ်ဦး၊ သို့မဟုတ် တစ်ဦးထက်ပို၍ လွယ်ထားခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့(WHO)မှ ပြဌာန်းထားသော သာမန်ကိုယ်ဝန်ဆောင် ကာလမှာ (၃၇)ပတ်နှင့် (၄၂)ပတ်အကြား ဖြစ်သည်။

ကလေးလမစေ့ဘဲမွေးဖွားခြင်း (Premature birth)

ကလေးလမစေ့ဘဲ မွေးဖွားခြင်းဆိုသည်မှာ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်(၃၇)ပတ် မပြည့်ခင် မွေးသောကလေးကို ခေါ်ပါသည်။ အများအားဖြင့် လမစေ့ဘဲ မွေးဖွားသော ကလေးများ၏ ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းများသည် အကူအညီမပါဘဲ ကောင်းစွာ မဖွံ့ဖြိုးကြပါ။ လမစေ့ဘဲ မွေးဖွားသော ကလေးတွင် မသန်စွမ်းမှုဖြစ်ခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာကြီးထွားမှုနှင့် ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုတို့ကို အဟန့်အတားဖြစ်စေခြင်းအပါအဝင် ရေတို၊ ရေရှည် ကျန်းမာရေးပြဿနာများဖြစ်ရန် အလားအလာများပါသည်။

အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဌာန (Primary health centre)

အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဌာနသည် အချို့နိုင်ငံများတွင်ကျင့်သုံးလျက်ရှိပြီး လူထုကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုအောက်တွင်ဖွဲ့စည်းထားပြီး အခြေခံကျသောကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည့်နေရာ ဖြစ်ပါသည်။

အပန်းဖြေအနားယူခြင်း (Recreation)

အပန်းဖြေအနားယူခြင်းသည် အားလပ်ချိန်တွင် ပြုလုပ်သည့်လုပ်ဆောင်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ အပန်းဖြေ အနားယူခြင်းကို များသောအားဖြင့် စိတ်ပျော်ရွှင်မှုအတွက်လည်းကောင်း၊ အချိန်ကို ပျော်ရွှင်စွာ အသုံးချရန် အတွက် လည်းကောင်း၊ စိတ်ကျေနပ်မှုအတွက်လည်းကောင်း ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်ပြီး ပျော်စရာကောင်း သည်ဟု ယူဆကြသည်။

လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာလွဲမှားစွာပြုကျင့်မှု (Sexual abuse)

လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာလွဲမှားစွာပြုကျင့်မှုသည် လိင်နှင့်ပတ်သက်သည့် မတော်သောအပြုအမူ၊ အထိအတွေ့၊ ပွတ်သပ်ခြင်းများကို ဆိုလိုပါသည်။ ကလေးများအား လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ လွဲမှားစွာပြုကျင့်မှုသည် (လူကြီး သို့မဟုတ် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်များက) ကလေးများအား လိင်ကိစ္စနိုးကြားတက်ကြွစေရန် အသုံးပြုခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤအပြုအမူသည် ရာဇဝတ်မှုဖြစ်ပြီး လူ့ကျင့်ဝတ်ဖောက်ပြန်ခြင်းဖြစ်သည်။

လိင်အင်္ဂါမှတစ်ဆင့်ကူးစက်သောရောဂါများ (Sexually transmitted disease)

လိင်အင်္ဂါမှတစ်ဆင့် ကူးစက်သောရောဂါများ၊ သို့မဟုတ် လိင်ဆက်ဆံခြင်းဖြင့် ကူးစက်သောရောဂါများ၊ သို့မဟုတ် ကာလသားရောဂါသည် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအပြုအမူများမှတစ်ဆင့် ကူးစက်သောရောဂါများကို ခေါ်ပါသည်။

လူမှုဆက်ဆံရေးနှင့်ကျား-မ လူမှုဆက်ဆံရေး (Socialization and gender socialization)

လူမှုဆက်ဆံရေးသည်ဖြစ်စဉ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး ကလေးများသည် လူမှုဆက်ဆံရေးမှတစ်ဆင့်မိမိတို့၏ လူမှု အသိုင်းအဝိုင်းကျင့်သုံးနေသောတန်ဖိုးထားမှုများ၊ စံသတ်မှတ်ချက်များ၊ ဓလေ့ထုံးစံယုံကြည်မှုများကို သင်ယူပါသည်။ ဤလူမှုဆက်ဆံရေးသည်ကလေး၏အတွေးအခေါ်နှင့် အပြုအမူသဘောထားများကို ပုံဖော်ပေးပါသည်။ ကလေးများသည် ကျား-မ လူမှုဆက်ဆံရေးမှတစ်ဆင့် ကျား-မ သတ်မှတ်ချက်များ ကိုရရှိလာပါသည်။ ယောက်ျား၊မိန်းမ ဆိုသည့်အဓိပ္ပါယ်ကိုသိရှိနားလည်လာပြီး လူမှုရေးအသိုင်းအဝိုင်း၌ ကျား-မ အခန်းကဏ္ဍများကို ပါဝင်ဆောင်ရွက်လာပါသည်။ ဤလူမှုဆက်ဆံရေးကိုဖြစ်စေသော လူမှုဆက်ဆံရေးကိုယ်စားလှယ်များ (သို့မဟုတ် လူမှုဆက်ဆံရေးကိုလွှမ်းမိုးထားသောအားများ)သည် မိသားစုဝင်များ၊ မိဘများ၊ ကလေးကို အဓိကတာဝန်ယူစောင့်ရှောက်သူများ၊ ညီအစ်ကိုမောင်နှမများ၊ သက်တူရွယ်တူများ၊ ရပ်ရွာသူ၊ ရပ်ရွာသားများ၊ ကျောင်း၊ ဘာသာရေးဆိုင်ရာဌာနများ၊ လုပ်ငန်းခွင်နှင့် မီဒီယာများဖြစ်သည်။

လူမှုလုံခြုံရေး (Social security)

လူမှုလုံခြုံရေးဆိုသည်မှာ ပြည်သူများအတွက်လူမှုရေးအာမခံအစီအစဉ်ဖြစ်ပြီး ဆင်းရဲမွဲတေခြင်း၊ အသက် ကြီးခြင်း၊ မသန်စွမ်းခြင်းနှင့် အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ခြင်း စသည့်အခြေအနေများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ကာကွယ် စောင့်ရှောက်မှုပေးသော လူမှုရေးအာမခံအစီအစဉ်ဖြစ်သည်။။

ပုံပြင်ပြောကြားခြင်း(Storytelling)

ပုံပြင်ပြောကြားခြင်းသည် ဖြစ်ရပ်အကြောင်းအရာများကို စကားလုံးများ၊ ရုပ်ပုံများ၊ အသံများဖြင့် သိရှိအောင် ပြောပြပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် ပုံပြောခြင်းတွင် တစ်စုံတစ်ယောက်မှ အများသို့ တကယ့် အဖြစ်အပျက်၊ သို့မဟုတ် ဖန်တီးထားသောအကြောင်းအရာတစ်ခုကို ပြောပြခြင်းဖြစ်သည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း (Vaccine)

ကာကွယ်ဆေးသည် ရောဂါပိုးကိုခုခံကာကွယ်နိုင်ရန် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းမှ ရောဂါကို ခုခံကာကွယ်စေသော ဓာတုပစ္စည်းများကို ပေါ်ထွက်လာအောင်လှုံ့ဆော်ပေးခြင်းသည့် ပြင်ဆင်ပေးမှုဖြစ်သည်။ အများဆုံး အသုံး

ပြုနည်းမှာ ဆေးထိုးခြင်းဖြစ်သော်လည်း အချို့ကာကွယ်ဆေးများကို ပါးစပ်ဖြင့်သောက်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် နှာခေါင်းသို့ ဆေးဖြန်းမှုတ်ခြင်းဖြင့်လည်း အသုံးပြုပါသည်။

အကြမ်းဖက်မှု (Violence)

အကြမ်းဖက်မှုသည် ကိုယ်ခန္ဓာခွန်အားကို အသုံးပြုခြင်းဖြစ်သည်။ အကြမ်းဖက်မှုသည် ဒဏ်ရာရရှိခြင်း၊ ပျက်စီးဆုံးရှုံးခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။

ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးချမ်းသာသုခရရှိခြင်း (Well-being)

ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးချမ်းသာသုခရရှိခြင်းဆိုသည်မှာ ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာပြီး ပျော်ရွှင်မှုကို ခံစားရခြင်းဖြစ်သည်။

ပါးစပ်သတင်းဖြန့်ဝေခြင်း (Word of mouth)

ပါးစပ်သတင်းဖြန့်ဝေခြင်းဆိုသည်မှာ နှုတ်ဖြင့်ဆက်သွယ်ပြောဆိုပြီး သတင်းအချက်အလက်များကို တစ်ဦးမှ တစ်ဦးသို့ ဖြန့်ဝေခြင်းဖြစ်သည်။ ပုံပြင်ပြောခြင်းသည် နှစ်အရှည်ကြာဆုံး ပါးစပ်သတင်းဖြန့်ဝေနည်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။

References

Adrianbruce.com. Snakes and ladders game. www.adrianbruce.com (Accessed 25 June 2011).

Amnesty International. 1997. First Steps: *A manual for starting human rights education.* London, Amnesty International – International Secretariat. Published on the Human Rights Education Association website: http://www.hrea.org/index.php?base_id=104&language_id=1&erc_doc_id=511&category_id=6&category_type=3&group= (Accessed 21 February 2011).

http://www.babble.com/baby/baby-health-safety/autism-guide-spectrum-disorders-pdd-ASD/ (Accessed 29 July 2011).

Better Health Channel. Contraception choices. http://www.betterhealth.vic.gov.au/bhcv2/bhcarticles.nsf/pages/contraception_choices_explained (Accessed 13 July 2011).

Drosophila. Definitions: Embryo. http://groups.molbiosci.northwestern.edu/holmgren/Glossary/Definitions/Def-E/embryo.html (Accessed 13 July 2011).

Google Dictionary. Counseling. http://www.google.co.th/search?hl=en&rlz=1T4RNSN_enTH408TH414&q=counseling&tbs=dfn:1&tbo=u&sa=X&ei=vhscTp2zHcjorQe58_HDQ&ved=0CDUQkQ4&biw=1280&bih=832 (Accessed 12 July 2011).

Growing Places. Definitions: Child-centred approach. http://www.growingplaces.org.uk/reggio.htm (Accessed 12 July 2011).

Human Rights Education Association. *"Simplified version of the Convention on the Rights of the Child".* http://www.hrea.org/feature-events/simplified-crc.html. (Accessed 21 February 2011).

International Labour Organization. 2007. *ABC of women workers' rights and gender equality*, 2nd edition, Geneva, ILO.

Northwest Territories: Education, Culture and Employment. "Four Corners Discussion" http://www.ece.gov.nt.ca/divisions/kindergarten_g12/Section%202%20Critical%20Thinking%20Activities%20John%20version/Four%20Corners/Four%20corners%20discussion.doc (Accessed 25 June 2011).

Procter, P. 1995. *Cambridge International Dictionary of English,* Cambridge University Press.

Soanes, C. and Stevenson, A. 2008. *Concise Oxford English Dictionary,* 11th edition, Oxford, Oxford University Press.

The Free Dictionary. Conception. http://www.thefreedictionary.com/conception (Accessed 12 July 2011).

The Free Dictionary. Extended family. http://www.thefreedictionary.com/extended+family (Accessed 12 July 2011).

The Free Dictionary. Fetus. http://www.thefreedictionary.com/fetus (Accessed 13 July 2011).

Trumble, W. R. 2007. *Shorter Oxford Dictionary,* 6th edition, Oxford, Oxford University Press.

UNESCO 2009. *Teaching children with disabilities in inclusive settings*, Bangkok, UNESCO. http://www.unescobkk.org/news/article/teaching-children-with-disabilities-in-inclusive-settings/ (Accessed 12 July 2011)

UNESCO. 2007. *Advocacy Kit for Promoting Multilingual Education: Including the Excluded*, Bangkok, UNESCO http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001521/152198e.pdf.

UNICEF. 2006. *Alternative care for children without primary caregivers in tsunami-affected countries: Indonesia, Malaysia, Myanmar and Thailand.* Bangkok, UNICEF East Asia and Pacific Regional Office. http://www.unicef.org/eapro/Alternative_care_for_children.pdf (Accessed 12 July 2011).

UNICEF. Birth registration. http://www.unicef.org/protection/index_birthregistration.html (Accessed 12 July 2011).

UNICEF. Child-centred development: The basis for sustainable human development. http://www.unicef.org/dprk/ccd.pdf (Accessed 12 July 2011).

UNICEF. Convention on the Rights of the Child. http://www.unicef.org/crc/ (Accessed 13 July 2011).

UNICEF. The Convention on the Rights of the Child. http://www.unicef.org/thailand/overview_4010.html (Accessed 13 July 2011).

UNICEF. What is child protection? http://www.unicef.org/protection/files/What_is_Child_Protection.pdf (Accessed 12 July 2011).

UNICEF, WHO, UNESCO, UNFPA, UNDP, UNAIDS, WFP and the World Bank. 2010. *Facts for Life*. 4th edition, New York, United Nations Children's Fund. http://www.factsforlifeglobal.org/resources/factsforlife-en-full.pdf

UNISDR. Terminology. http://www.unisdr.org/we/inform/terminology (Accessed 12 July 2011).

USAID. 2002. Postnatal care. Unpublished. http://pdf.usaid.gov/pdf_docs/PNADN147.pdf (Accessed 12 July 2011).

http://www.webmd.com/add-adhd/tc/attention-deficit-hyperactivity-disorder-adhd-cause (Accessed 29 July 2011).

Wiki Answers. What is child rearing. http://wiki.answers.com/Q/What_is_child_rearing (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Addiction. http://en.wikipedia.org/wiki/Addiction (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Brainstorming. http://en.wikipedia.org/wiki/Brainstorming (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Caregiver. http://en.wikipedia.org/wiki/Caregiver (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Child care. http://en.wikipedia.org/wiki/Child_care (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Child development. http://en.wikipedia.org/wiki/Child_development (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Community health worker. http://en.wikipedia.org/wiki/Community_health_worker (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Implantation. http://en.wikipedia.org/wiki/Implantation_(human_embryo) (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Learning. http://en.wikipedia.org/wiki/Learning (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Child rearing and parenting models http://en.wikipedia.org/wiki/Child_rearing#Parenting_models.2C_tools.2C_philosophies_and_practices (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Child survival. http://en.wikipedia.org/wiki/Child_survival (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Children's rights. http://en.wikipedia.org/wiki/Children's_rights (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Disability. http://en.wikipedia.org/wiki/Disability (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Discipline. http://en.wikipedia.org/wiki/Discipline (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Domestic violence. http://en.wikipedia.org/wiki/Domestic_violence (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Down syndrome. http://en.wikipedia.org/wiki/Down_syndrome (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Extended family. http://en.wikipedia.org/wiki/Extended_family (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Growth. http://en.wikipedia.org/wiki/Growth (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Health. http://en.wikipedia.org/wiki/Health (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Human bonding. http://en.wikipedia.org/wiki/Human_bonding (Accessed 12 July 2011). introduction boklet

Wikipedia. Low birth weight. http://en.wikipedia.org/wiki/Low_birth_weight (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Pregnancy. http://en.wikipedia.org/wiki/Pregnancy (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Primary Health Centre. http://en.wikipedia.org/wiki/Primary_Health_Centre (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Preterm birth. http://en.wikipedia.org/wiki/Preterm_birth (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Psychological abuse. http://en.wikipedia.org/wiki/Psychological_abuse (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Recreation http://en.wikipedia.org/wiki/Recreation (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Social Security. http://en.wikipedia.org/wiki/Social_security (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Sexually transmitted diseases. http://en.wikipedia.org/wiki/Sexually_transmitted_disease (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Storytelling. http://en.wikipedia.org/wiki/Storytelling (Accessed 13 July 2011).

Wikipedia. Violence. http://en.wikipedia.org/wiki/Violence (Accessed 12 July 2011).

Wikipedia. Word of mouth. http://en.wikipedia.org/wiki/Word_of_mouth (Accessed 12 July 2011).

World Health Organization. Antiretroviral therapy. http://www.who.int/topics/antiretroviral_therapy/en/ (Accessed 13 July 2011).

World Health Organization. HIV and AIDS. http://www.who.int/topics/hiv_aids/en/ (Accessed 13 July 2011).

World Health Organization. Hygiene. http://www.who.int/topics/hygiene/en/ (Accessed 13 July 2011).

World Health Organization. Immunization. http://www.who.int/topics/immunization/en/ (Accessed 13 July 2011).

World Health Organization. Vaccines. http://www.who.int/topics/vaccines/en/ (Accessed 13 July 2011).

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

အပိုင်း (၁)

ပံ့ပိုးကူညီသူလက်စွဲစာအုပ်

သင်ကြားသင်ယူမှုအတွက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော နည်းဗျူဟာများ

အပိုင်း (၁)

မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအတွက် ပံ့ပိုးကူညီသူလက်စွဲစာအုပ်

ပံ့ပိုးကူညီသူတွင်ရှိရမည့်ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် သင်ကြားသင်ယူမှုအတွက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသောနည်းဗျူဟာများ

အကြောင်းအရာ

၁။ ပံ့ပိုးကူညီသူများ ---------- ၂

သက်ကြီးသင်ယူသူများနှင့်လုပ်ကိုင်ခြင်း ---------- ၃

အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း ---------- ၄

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွက် ပြင်ဆင်ခြင်း၊ စုစည်းခြင်း ---------- ၆

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲဆောင်ရွက်ခြင်း ---------- ၈

သတင်းအချက်အလက်ဆက်သွယ်ရေးနည်းလမ်းများ ---------- ၁၃

ကလေးများအတွက် လုပ်ငန်းများ ---------- ၁၃

၂။ သင်ကြားသင်ယူမှုအတွက်အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသောနည်းဗျူဟာများ ---------- ၁၄

ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း ---------- ၁၄

မိတ်ဆက်-အားဖြည့်ကစားနည်းများ ---------- ၁၅

ဘောလုံးပစ်ခြင်း ---------- ၁၆

တွေး - တွဲ - မျှဝေ ---------- ၁၈

စားပွဲတင်အခင်းခင်းတမ်းကစားနည်း ---------- ၁၈

ပေါင်း- နုတ်- စိတ်ဝင်စားမှု ---------- ၂၀

သင်ဘာသိသလဲ(KWL) ---------- ၂၁

အားသာချက်၊ အားနည်းချက်၊ အခွင့်အလမ်းနှင့်အခက်အခဲ ---------- ၂၂

ထောင့်လေးထောင့်ဆွေးနွေးခြင်း ---------- ၂၃

ပုံ-ရုပ်ပုံနှင့်ကားချပ်-ပန်းချီကားချပ် ---------- ၂၅

သဏ္ဍာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့်ပြဇာတ် ---------- ၂၆

ပုံပြင်ပြောခြင်း ---------- ၂၇

အမှိုက်စုတ်များလိုက်ရှာခြင်း ---------- ၂၉

ကတ်ပြားကြီးနှင့်စက္ကူကတ်ကစားနည်းများ ---------- ၃၀

မြွေနှင့်လှေကားကစားနည်း ---------- ၃၂

ရည်ညွှန်းစာအုပ်စာတမ်းများ ---------- ၃၃

၁။ ပံ့ပိုးကူညီသူများ

ပံ့ပိုးကူညီသူ၏အခန်းကဏ္ဍမှာ လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် လိုအပ်ချက်များကို စုစည်းခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့အပြင်လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲတစ်လျှောက်လုံး လမ်းညွှန်ကူညီခြင်းဖြစ်သည်။ ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် အရာအားလုံးသိစရာမလိုပါ။ သို့သော် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုကို ကောင်းစွာပြုလုပ်ထားရန် လိုပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် (ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့်) ရပ်ရွာထဲမှ၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာပြင်ပမှ ကျွမ်းကျင်နှံ့စပ်သူများကို ဖိတ်ခေါ်၍ အချို့အကြောင်းအရာကို ဟောပြောစေနိုင်ပါသည်။ ဖြစ်နိုင်ပါက လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွက် သင့်ကိုကူညီရန်အခြားတစ်ယောက်ကို ဖိတ်ခေါ်ထားသင့်ပါသည်။

မိဘပညာပေးအစီအစဉ်ကို ရပ်ရွာတစ်ခုလုံးအတိုင်းအတာနှင့် ထိရောက်အောင်မြင်စွာဆောင်ရွက်နိုင်ရန်မှာ ရပ်ရွာအတွင်းရှိ အခွင့်အလမ်းနည်းပါးသောမိသားစု၊ သို့မဟုတ် အုပ်စုကိုလည်း သင့်အစီအစဉ်တွင် ဖိတ်ခေါ်သင့်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မသန်စွမ်းကလေးမိဘများ၊ ရွာစွန်ရွာဖျားတွင်နေထိုင်သော မိသားစုများနှင့် ကျန်းမာရေးနှင့် စီးပွားရေးချို့တဲ့ခက်ခဲနေသောမိသားစုများအပေါ် သေချာဂရုစိုက် ဆောင်ရွက်ပေးသင့်ပါသည်။

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွင်း မိဘမှမိဘသို့၊ ကလေးမှကလေးသို့ ချဉ်းကပ်နည်းများကို အစပျိုးဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။ ဤချဉ်းကပ်နည်းသည် ကလေးများမှ ရွယ်တူကလေးအချင်းချင်း၊ မိဘများမှ အခြားမိဘများသို့အချင်းချင်းကူညီစောင့်ရှောက်ပေးနိုင်သည့်နည်းလမ်းစဉ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

ဤပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်၊ မိမိတာဝန်ယူဆောင်ရွက်နေသော ရပ်ရွာတွင်းမှ ရပ်ရွာသူ၊ ရပ်ရွာသားများ၏ လိုအပ်ချက်နှင့်စိတ်ဝင်စားမှုများကို သိရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပြီးပါက ဤစာအုပ်ပါ ခေါင်းစဉ် (၉)ခုအပြင် ရပ်ရွာသူ/သားများအတွက် အရေးကြီးပြီး အသုံးဝင်သော အခြားအကြောင်းအရာများကိုလည်း ဆွေးနွေးနိုင်ပါသည်။ ရပ်ရွာသူ/သားနှင့် ကိုက်ညီသော မိဘပညာပေး အစီအစဉ်ကို ဆီလျော်အောင်ပြုပြင်မွမ်းမံဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် အာရှနှင့်ပစိဖိတ်ဒေသတွင်းရှိ မွေးစကလေးများနှင့်ကလေးငယ်များအတွက်အပြုသဘောဆောင်သော ပြောင်းလဲမှုဖြစ်ပေါ်ရရှိလာပါမည်။

သက်ကြီးသင်ယူသူများနှင့်လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်း

သက်ကြီးသင်ယူသူများသည် ဘဝတွင် အတွေ့အကြုံပေါင်းများစွာကို ဖြတ်သန်းသင်ယူလာခဲ့ပြီးဖြစ်၍ သက်ကြီးသင်ယူသူများအတွက် ၎င်းတို့၏ ဘဝအတွေ့အကြုံများနှင့်ကိုက်ညီသော အကြောင်းအရာများ ဖြစ်ပါက သင်ယူရာ၌ ပိုမိုထိရောက်မှုဖြစ်စေပါသည်။ ထို့ကြောင့် လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွင်း ပါဝင် တက်ရောက်သူများအား မိမိအတွေ့အကြုံအတွေးအခေါ်များကို မျှဝေစေခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့၏ဆွေးနွေးချက် (အသိပညာ၊ အတွေ့အကြုံ)ကို ပံ့ပိုးကူညီသူမှ အလေးထားကြောင်း သိရှိပါမည်။ မိမိပေးသော သတင်းအချက်အလက်များသည် သင်ယူသူများအတွက် ပိုမိုအဓိပ္ပါယ်ရှိသောအကြောင်းအရာများဖြစ်လာပါမည်။

တစ်ချိန်တည်းမှာပင် သက်ကြီးသင်ယူသူများသည် ၎င်းတို့ငယ်ရွယ်စဉ်သင်ယူစဉ်က ဆရာ၊ ဆရာမမှ ပြောသမျှကို လိုက်နာဆောင်ပြီး၊ ကြည့်ရှုလေ့လာပြီး မှတ်စုများကူးခြင်းစသည့် သမားရိုးကျသင်ယူမှုအတွေ့အကြုံသာရခဲ့ပါမူ ဤသင်တန်းတွင် မိမိတို့၏ ကလေးများကို မည်သို့ပြုစုပျိုးထောင်ရမည်ကို သင်ကြည့်နှင့်ပြပေးမည်ဟု မျှော်လင့်ထားလိမ့်မည်။ ဤသို့သင်ယူ-သင်ကြားနည်းကို ယခုပြုလုပ်မည့် မိဘပညာပေး အစီအစဉ်တွင် မကျင့်သုံးပါ။

ယနေ့အများနားလည်လက်ခံထားသော အကောင်းဆုံးသင်ကြားပြသသူဆိုသည်မှာ သင်ယူသူများ သင်ယူနိုင်ရန် ကူညီပံ့ပိုးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သတင်းအချက်အလက်ပေးသူသက်သက် မဟုတ်ဘဲ သင်ယူသင်ကြားမှုဖြစ်စဉ်ကို ချောမွေ့အောင် ဆောင်ရွက်ပေးသူများဖြစ်ပါသည်။ ပံ့ပိုးကူညီသူသည် သင်ယူသူများအား သင်ယူသင်ကြားမှုဖြစ်စဉ်တစ်ခုလုံးတွင် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ တက်ကြွစွာပါဝင်စေရန် အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်ခြင်း နည်းဗျူဟာကိုသုံးပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ သင်ယူသူအချင်းချင်း အပြန်အလှန် ပြောဆို သင်ယူပြီးမေးခွန်းများမေးခြင်း၊ မိမိတို့သိလိုသောအချက်များ၊ မိမိတို့စိုးရိမ်သောအချက်များကို ဆွေးနွေးခြင်း၊ ပြဿနာအတူ ဖြေရှင်းခြင်းနှင့် မိမိသင်ယူလာသော အလေ့အကျင့်များကိုအသုံးချခြင်းစသည့် နည်းလမ်းများဖြင့် သင်ယူကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် အောက်ပါအချက်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်လိုပါသည်။

- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများပြောပြသည်ကို သေချာနားထောင်ခြင်း၊**
- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများက မိမိတို့အတွေ့အကြုံများဝေမျှနိုင်ရန်အချိန်ပေးခြင်း၊**
- **တစ်ဦးချင်းစီ တင်ပြချက်များကို လေးစားစွာနားထောင်ခြင်း၊ တစ်ဦးချင်းအားလေးစားမှု ရှိကြောင်း ပြသခြင်း၊**
- **ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာပြောဆိုခြင်း၊ ရိုးရှင်းသောစကားလုံးများကို သုံးပါ။**
- **ရပ်ရွာတွင်း၌ ဖြစ်ပျက်နေသောနမူနာများဖြင့် ရှင်းရှင်းလင်းလင်းတင်ပြပေးပါက ပိုမို နားလည်မှု ရှိပါသည်။**
- **လူတိုင်းဆွေးနွေးနိုင်ရန်တိုက်တွန်းအားပေးခြင်း၊**

- **ဆွေးနွေးပွဲများတွင် လမ်းညွှန်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် အရေးကြီးသော မေးခွန်းများအတွက် အဖြေများ ရရှိစေခြင်း**
- **သင်တန်းသူ၊သင်တန်းသားများ၏လုပ်ငန်းများလုပ်နိုင်ရန်ပံ့ပိုးပေးခြင်း**

ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် သင်ကြားသင်ယူမှုအတွက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော နည်းဗျူဟာများနှင့် လုပ်ငန်းများသုံးရန်တိုက်တွန်းပါသည်။ ဤသို့ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူများတွင် ဆွေးနွေးရမည့် ပြဿနာများအပေါ် အာရုံစူးစိုက်ခြင်း၊ ၎င်းတို့၏အကြံဉာဏ်များမျှဝေခြင်း၊ ဆက်စပ်နေသော ပြဿနာများကိုဖော်ထုတ်ခြင်းတို့ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ပံ့ပိုးကူညီသူသည်လိုအပ်ပါက လုပ်ငန်းများကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲသင့်ပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူများနှင့် အဆင်ပြေသော အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော နည်းဗျူဟာများကို သုံးသင့်ပါသည်။ ဤလက်စွဲစာအုပ်၏ အပိုင်း(၁)တွင် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော နည်းဗျူဟာများကို ရှင်းလင်းတင်ပြထားပါသည်။

အပြုအမူ၊ အလေ့အကျင့်ပြောင်းလဲခြင်း

မိဘပညာပေးအစီအစဉ်ကိုဆောင်ရွက်ရာတွင် ကြုံတွေ့နေရသော အခက်အခဲ၊ အဟန့်အတား (စိန်ခေါ်မှု) တစ်ခုမှာ အပြုသဘောဆောင်သော ရိုးရာဓလေ့ထုံးတမ်းစဉ်လာနှင့်လက်တွေ့ကျင့်သုံးနေမှုများကို ပိုမိုအားကောင်းလာရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင် ဤထုံးတမ်းစဉ်လာလက်တွေ့ကျင့်သုံးမှုများကို ပြောင်းလဲစေရန် ကြိုးစားဆောင်ရွက်ခြင်းမှာ ကလေးသူငယ်များ၏ ကိုယ်စိတ်ကျန်းမာရေးအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်သော အပြုအမူများကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ကလေးများ၏ကိုယ်စိတ်ကျန်းမာရေးတို့ကို ထိခိုက်စေသောအပြုအမူများကိုကျင့်သုံးခြင်းသည် *ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးသဘောတူညီချက်*ပါ အချက်အလက်များကို ချိုးဖောက်ရာကျပါသည် (အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ(၁) '*ကလေးများအားပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း*' ကို ရည်ညွှန်းပါ)။

လူအများအား သတင်းအချက်ဖြန့်ဖြူးပေးရုံမျှဖြင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများမရနိုင်ပါ။ ပံ့ပိုးကူညီသူမှ အားလုံး ပါဝင်ဆွေးနွေးစေခြင်း၊ အပြန်အလှန်နားထောင်ခြင်းဖြင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုကိုရစေနိုင်ပါသည်။ ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့်ထိရောက်သော သင်ယူမှုဖြစ်ပေါ်စေရန် အားပေးတိုက်တွန်းရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဆွေးနွေးစဉ် အတွင်း သင်ယူသူများအား တိုက်တွန်းအားပေးခြင်း၊ ဆွေးနွေးသည့်ခေါင်းစဉ်အပေါ် စိတ်ဝင်စားမှုရှိကြောင်း ပြသခြင်းဖြင့် သင်ယူသူများအနေဖြင့် သင်ယူလိုစိတ်ရှိပြီး သင်ယူရသည့် ရည်ရွယ်ချက်ကို သဘောပေါက်အောင် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးရမည်။

ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့်သင်ယူသူများ သင်တန်းတက်ရောက်စဉ်အတွင်း မိမိတို့သိလာသည့် အချက်များကို ပြန်လည်အသုံးချနိုင်အောင် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးရမည်။သင်တန်း၌လည်းမိမိတို့သိထားသော သတင်းအချက်အလက်များကို ပြန်အသုံးပြုနိုင်အောင်တိုက်တွန်းအားပေးပါ။ ဥပမာ-သဏ္ဍာန်လုပ် သရုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် ပံ့ပိုးကူညီသူကသင်ယူသူများသည် သင်တန်းတက်ရောက်ပြီးပါက မည်သည့်လုပ်ငန်းများကို

ဆက်လုပ်မည်ဆိုသည့် စာရင်းပြင်ဆင်နိုင်အောင်ဆောင်ရွက်စေရမည်။ သို့မှသာ သင်ယူသူများသည် သင်တန်းတက်ရောက်နေစဉ်အတွင်း မိမိတို့သိလာသည့်အချက်များကို ပြန်လည်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ သင်ယူသူများ စာရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်ပါက မိမိတို့ဆောင်ရွက်မည့်လုပ်ငန်းများကို ရေးမှတ်ထားစေပါ။ သင်ယူသူများအနေဖြင့် မိမိတို့ဆောင်ရွက်မည့်လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို ဤမိဘပညာပေးလက်စွဲပါ စာအုပ်ငယ်တွင်ဖော်ပြထားသော မှတ်စုစာအုပ်ငယ်တွင် ရေးသားနိုင်ပါသည်။ လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲမစခင် ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် သင်ယူသူများအားယခင်ဆွေးနွေးပွဲအတွင်းက မိမိတို့ဆောင်ရွက်ရန် စီစဉ်ထားသော လုပ်ငန်းအစီအစဉ်၏ ရလဒ်များကိုဝေမျှရန် အားပေးတိုက်တွန်းပါ။

ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် ရပ်ရွာတွင်ကျင့်သုံးနေသောအလေ့အကျင့်များကို ဦးစွာဖော်ထုတ်ပြီးမှ သတင်းအချက်အလက်အသစ်ကို မိတ်ဆက်ရှင်းပြပါ။ ရိုးရာအစဉ်အလာ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးအလေ့အကျင့်၊ အစဉ်အလာများကို ဆွေးနွေးနေစဉ်အတွင်း ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် အပြုသဘောဆောင်သောအလေ့အကျင့်များနှင့် အန္တရာယ်ရှိသော အလေ့အကျင့်များကို သိရှိလာပါမည်။ ဤအလေ့အကျင့်များသည် ရပ်ရွာတွင်းရှိနေသော ရိုးရာအစဉ်အလာယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံများကို အခြေခံ၍ ကျင့်သုံးလာသော အလေ့အကျင့်များ ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းအစဉ်အလာ အလေ့အကျင့်များသည် မိမိတို့မကြုံဖူးသေးသော အတွေ့အကြုံများကို ဖြေရှင်းရန်ကြိုးစားခြင်းဖြင့် ရပ်ရွာ/သားများသည် ဤသို့ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ကလေးငယ်တို့၏ ကိုယ်စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးကိုပံ့ပိုးပေးနေသူဟု ယူဆလက်ခံလာကြသည်။ ထို့ကြောင့် အချို့သောကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးအလေ့အကျင့်များ(ဥပမာ- ကလေးအားပြင်းထန်စွာဒဏ်ပေးခြင်း)သည် ယနေ့အခါတွင်ကလေးများအတွက် အန္တရာယ်ရှိသည်ကို သတိပြုမိလာကြပါသည်။ ကလေးများအတွက် အန္တရာယ်ရှိသောကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးအလေ့အကျင့်၊အစဉ်အလာများကို လျစ်လျူမရှုဘဲ၊ မိဘတို့အား အပြစ်မတင်ဘဲ အသိအမှတ်ပြုရပါမည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ဤအလေ့အကျင့်အပြုအမူသည် ကလေးအတွက် မည်သို့အန္တရာယ်ရှိကြောင်း ရှင်းပြရန်လိုပါသည်။ အကယ်၍ ရပ်ရွာသူ/သားများက မိမိတို့ကျင့်သုံးနေသော အလေ့အကျင့်၊အပြုအမူများသာမှန်သည်ဟု ငြင်းဆန်ကာကွယ်နေပါက ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် စိတ်ရှည်သည်းခံ နားလည်ပေးရပါမည်။

လူအများသည်မိမိတို့၏ အပြုအမူအလေ့အကျင့်ပြောင်းရန် အဆင့်များစွာကို ကျော်ဖြတ်ရပါသည်။ ၎င်းအဆင့်များမှာ-

၁။ သတိမမူမိခြင်း

၂။ သတိပြုလာမိခြင်း

၃။ ဘာကြောင့်ပြောင်းဖို့လိုသည်ကိုသိရှိပြီးကောင်းသောအပြုအမူသစ်တစ်ခုကို စတင်ရန်ကြိုးစားခြင်း

၄။ အပြုအမူသစ်ကို လက်ခံကျင့်သုံးခြင်း

၅။ နေ့စဉ်ပြုမူဆောင်ရွက်ခြင်းများမှ အပြုအမူသစ်တစ်ခုကို ထည့်သွင်းကျင့်သုံးခြင်း

ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့်ဆွေးနွေးပွဲအတွင်း သင်ယူသူများအနေဖြင့် တတိယအဆင့်တွင် ရောက်နေရကြောင်း သိစေရန်အားထုတ်ပါ။ ထိုမှတစ်ဆင့်ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် စတုတ္ထနှင့်ပဉ္စမအဆင့်များသို့ ရောက်နိုင်မည့်လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို ထည့်သွင်းရေးဆွဲနိုင်ရန် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးပါ။

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့်လိုအပ်သော ပစ္စည်းများစုစည်းခြင်း

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရာတွင် အောက်ပါအချက်များကို သတိပြုပါ။

မိမိရပ်ရွာအကြောင်းကိုသိရန်ကြိုးစားပါ။

အကယ်၍ သင်သည် ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပသည့် ရပ်ရွာမှ ရွာခံရပ်ရွာသူ/သား မဟုတ်ပါကဆွေးနွေးပွဲ မကျင်းပခင် ရပ်ရွာအကြောင်းအချက်များကို စုဆောင်းပါ။ ရပ်ရွာအတွင်းမည်သည့်အုပ်စုများဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသနည်း၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးဆက်ဆံရေး၊ ရပ်ရွာခေါင်းဆောင်နှင့် ရပ်ရွာလူကြီးတို့၏ ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် ပတ်သက်သော ဦးစားပေးအစီအစဉ်များ၊ ရပ်ရွာသူ/သားများ လတ်တလောရင်ဆိုင်နေရသောပြဿနာ၊ အခက်အခဲ၊ ရပ်ရွာတွင်း၌ ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးဌာန ရှိ-မရှိ၊ ရှိပါက မည်သူတို့သာ တက်ရောက်နိုင်သလဲ စသည့်အချက်အလက်များဖြစ်သည်။

ထို့အပြင်ရပ်ရွာအကြောင်းလေ့လာရာတွင် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာနှင့် ကျား၊မ ခွဲခြားမှု ရှုထောင့်မှလည်းလေ့လာပါ။ ဥပမာ- မိန်းကလေးများနှင့်အမျိုးသမီးများကို မည်သို့ဆက်ဆံကြသနည်း။ ကလေးများအားမည်သို့ဆက်ဆံကြသနည်း။ ဤရပ်ရွာတွင်း၌ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ယုံကြည်လက်ခံထားသော ထုံးတမ်းအစဉ်အလာယုံကြည်မှု၊ ကျင့်သုံးမှုများ ရှိ-မရှိ၊ မည်သို့သော ကျန်းမာ ရေးစောင့်ရှောက်မှုများရနိုင်သလဲ။ လူတိုင်းကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာနသို့ သွားရောက်နိုင်ခြင်း၊ အလှမ်းမီခြင်း ရှိ-မရှိ။

ဆွေးနွေးပွဲအချိန်နှင့်အကြိမ်အရေအတွက်တို့ကိုပြင်ဆင်ခြင်း

ဆွေးနွေးပွဲအချိန်နှင့်အကြိမ်အရေအတွက် မည်မျှဆောင်ရွက်မည်ကို ရပ်ရွာ၏အခြေအနေနှင့် ကိုက်ညီ အောင် ဆောင်ရွက်ပါ။ မိတ်ဆက်ဆွေးနွေးပွဲတွင် သင်ယူသူများနှင့်ဆွေးနွေးခြင်းဖြင့်လည်း ဆုံးဖြတ် နိုင်ပါသည်။ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုနှင့်တစ်ခုသည်ဖြစ်နိုင်ပါက အနည်းဆုံး (၂)ပတ်ထက် ပိုမကွာသင့်ပါ။ဆွေးနွေးပွဲ ကျင်းပချိန်သည် ဤလက်စွဲပါလမ်းညွှန်ချက်ကို လိုက်နာမည်ဆိုပါက (၂) နာရီ ကြာမြင့်မည်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ရပ်ရွာ၏လိုအပ်ချက်နှင့်အညီ ဆွေးနွေးပွဲကြာချိန်ကို အတိုးအလျှော့လုပ်နိုင်ပါသည်။

နေရာနှင့်အချိန်

သင်ယူသူများ၊ သို့မဟုတ်ရပ်ရွာနှင့် အဆင်ပြေသောနေရာနှင့် အချိန်တို့ကိုရွေးချယ်ပါ။ အမျိုးသားရော အမျိုးသမီးပါတက်ရောက်ရန် အရေးကြီးသဖြင့်ခေါင်းစဉ်တစ်ခုကို (၂)ကြိမ်ခန့် ဆွေးနွေးရန်လိုအပ်ပါလိမ့် မည်။ အကယ်၍တက်ရောက်သူတို့သည် ဝေးသောနေရာမှလာရသည်ဆိုပါက ဆွေးနွေးပွဲကို (၂) ကြိမ် ပြုလုပ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ သို့မဟုတ် သင့်အနေဖြင့်တက်ရောက်သူရှိရာနေရာသို့ သွားရန်လိုအပ်ပါသည်။

အလျော့အတင်းရှိခြင်း

ဆွေးနွေးပွဲ ကောင်းမွန်စွာကျင်းပနိုင်ရန်မှာ မိမိတာဝန်ယူဆောင်ရွက်နေသော ရပ်ရွာသူ/သားများ၏ လိုအပ်ချက်နှင့် စိတ်ဝင်စားမှုအပေါ်မူတည်ပါသည်။ ဤလက်စွဲစာအုပ်ပါ ဆွေးနွေးပွဲအစီအစဉ်ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ သို့သော်လိုအပ်သလိုပေးလိုသည့်သတင်းအချက်အလက်များကို လျှော့ခြင်းတိုးခြင်းဖြင့် သတင်းအချက်အလက်များကို အလျော့အတင်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ဤလက်စွဲပါလုပ်ငန်းစဉ်အားလုံးကို လုပ်စရာမလိုပါ။ သင့်အနေဖြင့် လုပ်ငန်းများ ဖြည့်စွက်အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ရပ်ရွာ/သားများ၏ သိလိုသောအကြောင်းအရာများကို ဖြည့်စွက်ခြင်း၊ သို့မဟုတ်ခေါင်းစဉ်သစ်နှင့် ပတ်သက်သောလုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲ လုပ်ပေးခြင်း၊ သို့မဟုတ်အုပ်စုဆွေးနွေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

ပါဝင်တက်ရောက်သူအရေအတွက်သည် မနည်း၊ မများစေရပါ

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲတွင် တက်ရောက်သူများပါက ထိရောက်သောဆွေးနွေးပွဲဖြစ်မည် မဟုတ်ပါ။ တက်ရောက်သူဦးရေများပါက လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအစား သင်တန်းပေးခြင်း၊ သင်ကြားခြင်းအခြေအနေသို့ ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ဆိုလျှင် ဆွေးနွေးပွဲ ထိရောက်မှုရှိမည်မဟုတ်ပါ။ လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွက် ကြိုတင်စီစဉ်ကတည်းက ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူ (၂၀)ဦးထက်လျော့၍ လျာထားသင့်ပါသည်။ အကယ်၍ လူ(၂၀)အထက် တက်ရောက်လိုပါက ခေါင်းစဉ်တူဆွေးနွေးပွဲများ ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။

အခြားသူများနှင့်လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်း

အကယ်၍ သင့်အားကူညီမည့်သူရှိပါက လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲကို ကျင်းပရာတွင် ပိုမိုလွယ်ကူချောမွေ့လာနိုင်ပြီး စိတ်ချမ်းသာမှုရှိပေမည်။ ဆွေးနွေးပွဲဆောင်ရွက်ရန်အတွက် စိတ်ဖိစီးမှုလျော့နည်းနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်ရပ်ရွာအတွင်းရှိ မိဘများ၊ အခြားသင်ယူသူများကိုဆွေးနွေးပွဲကျင်းပရာတွင် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးရန်အားပေးတိုက်တွန်းပါ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့အတွက်စိတ်ဝင်စားမှုပိုလာပြီး လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်မှုနှင့် ယုံကြည်မှုတိုးတက်လာပါသည်။အကယ်၍ရပ်ရွာအတွင်း၌ဆွေးနွေးမည့် ခေါင်းစဉ်နှင့်ပတ်သက်၍ကျွမ်းကျင်စွာသိသူရှိပါကဆွေးနွေးပွဲတွင်လာရောက်ဆွေးနွေးပေးရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။ ဥပမာ-ကျန်းမာရေး/ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ကျေးရွာရှိကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းအားပြောစေခြင်း

စာမရေးတတ် မဖတ်တတ်သူများအား နားလည်သဘောပေါက်ပေးပါ။

ဆွေးနွေးပွဲစခင် ပါဝင်တက်ရောက်မည့်သူများထဲမှ ဦးရေမည်မျှက စာရေးတတ်ဖတ်တတ်သလဲဟု လေ့လာပါ။ အကယ်၍ စာမရေးတတ် မဖတ်တတ်သူ များနေပါက သင့်အနေဖြင့် လုပ်ငန်းများကို လိုအပ်ချက်နှင့်အညီ ပြင်ဆင်ရမည်။ (ရုပ်ပုံကားချပ်ပိုမိုသုံးခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်းများပြုလုပ်ခြင်း) အကယ်၍ စာမရေးတတ် မဖတ်တတ်သူဦးရေနည်းပါးပါက အုပ်စုထဲမှ စိတ်ပါဝင်စားသူတစ်ယောက်ကိုခေါ်၍ လိုအပ်သည့် အချိန်တွင် စာအကြောင်းအရာများကို ဖတ်စေပါ။ ပြီးလျှင် ၎င်းတို့၏စိတ်ကူးအတွေးအမြင်များနှင့် မှတ်ချက်များကို မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။

ဆွေးနွေးပွဲမစခင်ကြိုတင်လေ့ကျင့်ခြင်း

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲမစခင်အချိန်ယူ၍ဆွေးနွေးပါ။ အကြောင်းအရာများကိုလေ့လာပါ။အသုံးပြုမည့် ချဉ်းကပ်နည်းများကို လေ့ကျင့်ပြုလုပ်ထားပါ။ မည်ကဲ့သို့အသုံးပြုမည်ကို ကြိုတင်စဉ်းစားထားပါ။ ဤကဲ့သို့ ကြိုတင်လေ့လာခြင်းကို အနည်းဆုံးဆွေးနွေးပွဲမစခင်တစ်ရက်အလိုတွင် ပြုလုပ်ပါ။ ဤသို့လေ့ကျင့်ခြင်းဖြင့် ပြင်ဆင်ဖို့လိုအပ်ပါက ပြင်ဆင်ပြောင်းလဲရန်အချိန်ရပြီး လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများစုဆောင်းရန် အချိန်ပို ရပါမည်။ အကယ်၍ သင်နှင့်လက်တွဲဆောင်ရွက်မည့်သူရှိပါက နှစ်ယောက်အတူတူလေ့ကျင့်ပါ။ မည်သည့် အခန်းကဏ္ဍများကို တာဝန်ယူမည်ဟု ကြိုတင်ညှိနှိုင်းပြီးဆွေးနွေးပွဲစဉ်တစ်လျှောက် မည်သို့ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ကြမည်ကို ဆွေးနွေးခြင်းဖြင့်ဆွေးနွေးပွဲကို ထိရောက်မှုရှိအောင် ကျင်းပနိုင်ပါမည်။

ကြေညာခြင်း၊ အသိပေးခြင်း

ရပ်ရွာနှင့်ကိုက်ညီမည့် နည်းလမ်းများကိုသုံး၍ ဆွေးနွေးပွဲအကြောင်းကြိုတင်အသိပေးထားပါ။ သင့်အနေ ဖြင့် ဒေသတွင်းထုတ်လွှင့်နေသော ရေဒီယို၊ လမ်းဘေးပွဲ/လမ်းဘေးတွင်တင်ဆက်ပြသသောပြဇာတ်၊ ရပ်ရွာလုံးကျွတ်အစည်းအဝေး၌လည်းကောင်း၊ ဆွေးနွေးပွဲအကြောင်းတင်ပြခြင်း၊ ကျန်းမာရေးဌာန၊ ကျောင်း၊ ရပ်ရွာပညာပဒေသာ/ရပ်ရွာပညာသင်ယူရာနေရာများ၌ လက်ကမ်းစာစောင်များကပ်ထားခြင်း စသည် တို့ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ သင်၏စိတ်ပါလက်ပါ ဖွဲ့ရှိရှိဖြင့် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် လူအများ ပိုမို စိတ်ဝင်စားမှု ရှိပြီး ဆွေးနွေးပွဲသို့ တက်ရောက်လိုစိတ်ရှိလာပါမည်။ ဆွေးနွေးပွဲ ကျင်းပတိုင်း ပိုမိုတက်ရောက်လာပါမည်။

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲကျင်းပခြင်း

သင်တက်ရောက်ခဲ့ဖူးသော လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ မည်သည့်အချိန်/မည်သည့်အပိုင်းက စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းပြီးပျော်ရွှင်မှုရှိသလဲ။ သင်ယူနိုင်အောင်မည်သည့်အချက်က ကူညီပံ့ပိုးသလဲ။ မည်သည့်အရာက သင်ပိုနားလည်အောင်ကူညီခဲ့သလဲ။ မည်သည့်အပိုင်းက ငြီးငွေ့ဖွယ်ကောင်းသလဲ။ ဤအချက်များက သင်ပြုလုပ်မည့်ဆွေးနွေးပွဲကို မည်သို့ထိရောက်အောင်ဆောင်ရွက်နိုင်မည်ကို ကူညီပါ လိမ့်မည်။ အောက်ပါအချက်များသည်သင့်အတွက်အသုံးဝင်နိုင်ပါသည်။

လူအများသက်သောင့်သက်သာရှိအောင်ပြုလုပ်ပေးပါ၊ နွေးထွေးစွာကြိုဆိုပါ။

ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်လာသူအားလုံးကို ရောက်လာပါက တစ်ဦးချင်းစီ နှုတ်ဆက်ကြိုဆိုပါ။ အကယ်၍ သင်တန်းတက်ရောက်လာသူများကို မသိပါကသူတို့၏ နာမည်များကိုသိအောင်ကြိုးစားပါ။ သင်တန်းသို့ တက်ရောက်လာသူများအားသက်တောင့်သက်သာဖြစ်စေရန် လေးလေးစားစားဆက်ဆံပေးပါ။ ဆွေးနွေးပွဲ မစခင်ကတည်းက သင်သည် ၎င်းတို့ဆီမှသင်ယူရန်နှင့် ၎င်းတို့ ကြုံတွေ့နေရသော အခက်အခဲပြဿနာကို ကူညီဖြေရှင်းပေးရန်လာသူဖြစ်ကြောင်း သိအောင်ရှင်းပြပါ။ သင့်အနေဖြင့်သူတို့အား ဝေဖန်အပြစ်တင်ခြင်း၊ ညွှန်ကြားခြင်းများပြုလုပ်မည်မဟုတ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

_သေချာစွာပြင်ဆင်စုစည်းပါ။_

ဆွေးနွေးပွဲအချိန်မီကျင်းပနိုင်ရန်နှင့်ချောမွေ့စွာ ကျင်းပနိုင်ရန်ဆွေးနွေးပွဲမစခင် သေချာစွာပြင်ဆင်ပြီး လိုအပ်သောပစ္စည်းများကို ပြင်ဆင်စုစည်းထားရန် လိုပါသည်။ သင်ပြောမည့်အကြောင်းအရာများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။ သင်အသုံးပြုရန်လိုသည့်ပစ္စည်းများကို ဆွေးနွေးပွဲအခန်းရှိ စားပွဲပေါ်တွင်လည်းကောင်း၊ အခန်းတွင်းရှိ သင့်တော်သောနေရာတွင် အလွယ်တကူယူ၍ ရနိုင်အောင်စီစဉ်ထားပါ။ ဆွေးနွေးပွဲမစခင် အစမ်းလေ့ကျင့်ထားခြင်းဖြင့် မိမိလိုအပ်မည့် ပစ္စည်းများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားနိုင်ခြင်း၊ မည်သည့်လုပ်ငန်းစဉ်အတွက်ပိုမိုလေ့ကျင့်ထားရန် လိုမည်ကို သိရှိနိုင်ပါသည်။

_ခေတ္တအားလပ်ချိန်ယူပါ။_

ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏ မျက်နှာအမူအရာကို မကြာခဏ အကဲခတ်ပါ။ ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ကာယ ပင်ပန်းမှုများနေသည်ဟု ထင်ပါက ခေတ္တနားပါ၊ သို့မဟုတ် အားဖြည့်လုပ်ငန်း(ကစားခြင်း) ပြုလုပ်ပါ။ ဤသို့လုပ်ခြင်းဖြင့် ဆွေးနွေးပွဲတွင်ရှိနေသောကလေးများလည်း ပါဝင်နိုင်စေပါသည်။

_လူတိုင်းကိုနားထောင်ပေးပါ။_

ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် ဆွေးနွေးပွဲတစ်လျှောက်လုံး ပါဝင်တက်ရောက်သူများ ပြောသောအကြောင်းအရာ၊ ဆွေးနွေးချက်များကို တလေးတစားစိတ်ပါဝင်စားစွာနားထောင်ပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို ဆွေးနွေးရန်၊ စကားများများပြောရန်အားပေးပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ပါဝင်ဆွေးနွေးနိုင်ရန်အားပေးရာတွင် ထိရောက်သောနည်းတစ်ခုမှာ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား သင်တန်းထိရောက်မှုရှိရန်အတွက် အခြေခံစည်းမျဉ်းများကို အကြံပြုစေခြင်းဖြစ်သည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများပြောသော အကြံပြုချက်များကို ရေးမှတ်ထားပါ။

အကြံပြုချက်များဖြင့် အခြေခံစည်းမျဉ်းများကို ရေးချထားပြီးလိုအပ်ပါကထပ်ဖြည့်နိုင်ပါသည်။ အကြံပြုချက်များကို ရေးသားပြုစုပြီးပါက မည်သည့်အကြံပြုချက်၊ စည်းမျဉ်းများကို လိုက်နာလိုသလဲဟု မေးပါ။ ဤလုပ်ငန်း (လေ့ကျင့်ခန်း)ကို မိတ်ဆက်ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပြုလုပ်နိုင်ပြီး ပြုစုထားသောစည်းကမ်းချက်များကို နံရံတွင်ကပ်ထားပါ။ အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်က ဖော်ပြပါစည်းကမ်းချက်များကို လိုက်နာခြင်းမရှိပါက အုပ်စုတွင်းဆွေးနွေးထားသော စည်းကမ်းချက်များကို ညွှန်ပြ၍ကျန်အုပ်စုများအား မည်သို့ဆောင်ရွက်သင့်သည်ကိုမေးပါ။

_သဘောထားကြီးပါ။_

ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံးအား မိမိတို့ထင်မြင်ချက်များကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြောပါစေ။ ၎င်းတို့၏ ထင်မြင်ချက်၊ ယူဆချက်များကို သင့်အနေနှင့်သဘောမတူသော်လည်း ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြောပါစေ။

အချိန်ကိုလေးစားလိုက်နာပါ၊ သို့သော်ပါဝင်တက်ရောက်သူများ လွတ်လွတ်လပ်လပ်ဆွေးနွေးခွင့်ပေး၍ သတင်းအချက်အလက်များမှတ်မိနိုင်ရန် အချိန်ကို အလျှော့အတင်းလုပ်ပါ။

ဆွေးနွေးပွဲမစမီ ကြိုတင်ရောက်နှင့်နေပြီး ဆွေးနွေးပွဲနေရာနှင့် အခမ်းအနားပြင်ဆင်ထားပုံ၊ ပစ္စည်းများခင်းကျင်းထားသည်ကို စစ်ဆေးပါ။ ဆွေးနွေးပွဲကို အချိန်မီစပါ။ လုပ်ငန်းများကို အစဉ်အတိုင်းပြုလုပ်သွားပါ။ ဤလက်စွဲပါလမ်းညွှန်ချက်များတွင် ခန့်မှန်းကြာချိန်ကို ဖော်ပြထားပါသည်။ သတ်မှတ်ချိန်အတွင်း ဆွေးနွေးပွဲပြီးစီးအောင် သေချာဆောင်ရွက်ပါ။ တစ်ချိန်ထဲမှာပင် တစ်ခါတစ်ရံဆွေးနွေးနေသည့် အကြောင်းအရာများကို ဆက်ဆွေးနွေးလိုပါက လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုသို့ဆက်မသွားသေးဘဲ ဆွေးနွေးချိန်ကို ချဲ့နိုင်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ တစ်ခါတစ်ရံ သင်အနေဖြင့် လေ့ကျင့်ခန်း/လုပ်ငန်းအားလုံးကိုပြီးစီးအောင် လုပ်နိုင်ချင်မှ လုပ်နိုင်ပါမည်။ ထို့ကြောင့် သင့်အနေနှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန်လိုအပ်ပါသည်။ အကယ်၍ဆွေးနွေးသည့်အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ပါဝင်စားမှုများပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူများက ထိုအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ဆက်လက်ဆွေးနွေးလိုပါလိမ့်မည်။ နောက်ဆက်တွဲဆွေးနွေးပွဲ၊ သို့မဟုတ် အုပ်စုဆွေးနွေးပွဲပြုလုပ်ရန်လိုအပ်ပါမည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် မေးခွန်းများပြန်လည် မေးမြန်းနိုင်ခြင်း၊ ဆန်းသစ်သောအတွေးအမြင်များကိုပြောခြင်း၊ ဖလှယ်ခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့၏အပြုအမူ၊ အလေ့အကျင့်များကို ပြောင်းစေနိုင်ပါသည်။

မှတ်စုများယူထားရန်တိုက်တွန်းအားပေးပါ။

အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့်ရရှိထားသောသတင်းအချက်အလက်များကို ပြန်လည်အသုံးချရပါက ပိုမိုမှတ်မိလွယ်ပါသည်။ မှတ်စုများရေးခိုင်းထားပါ။ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့အတွက် အသုံးဝင်သော၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသော အချက်အလက်များကိုရေးသားစေပါ။ မှတ်စုများရေးမှတ်ထားရန်မှာ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏ စိတ်ဆန္ဒ၊ဆုံးဖြတ်ချက်ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများက စိတ်ဝင်စားမှုရှိပြီး ရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်ပါက သင့်အနေဖြင့်၎င်းတို့ ပြုစုထားသောလုပ်ငန်းစဉ် အစီအစဉ်များကို ဆွေးနွေးပွဲ မပြီးခင် ၎င်းတို့၏စာအုပ်ငယ်တွင် ရေးမှတ်ထားရန် အားပေးတိုက်တွန်းပါ။

နည်းဗျူဟာအမျိုးမျိုးကိုသုံး၍အုပ်စုဖွဲ့ခြင်း။

လုပ်ငန်းစဉ်အတော်များများသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူအချင်းချင်းသော်လည်းကောင်း၊ အုပ်စုငယ်အတွင်းတွင်သော်လည်းကောင်း၊ အတူတကွလုပ်ဆောင်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူ အရေအတွက်ပေါ်မူတည်၍ အနည်းဆုံး (၆) ယောက်ပါအုပ်စုငယ်များဖွဲ့ပေးပါ။ ဤနည်းဖြင့် အားလုံးပါဝင်ဆွေးနွေးနိုင်ပါသည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား (၄) ယောက် သို့ မဟုတ် (၆)ယောက်ပါ အုပ်စုများဖွဲ့စည်းရန်ပြောပါ။ များသောအားဖြင့် ယခင်အုပ်စုမှ တွဲဖူးသော လူအချင်းချင်း အုပ်စုသစ်တွင် ပါဝင်သည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ ထို့ကြောင့် အုပ်စုဖွဲ့သောနည်းဗျူဟာကိုသုံးခြင်းဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံး မျှတစွာ

ပါဝင်တက်ရောက်သူများကိုနေရာချထားပုံ

ရောနှောမှု ရှိပါသည်။ ရိုးရှင်းသောနည်းတစ်ခုမှာ အခန်းတွင်ရှိလူများအား နံပါတ်စဉ်ရေတွက်ခိုင်းပါ။ (၆)ယောက်ပါ အုပ်စုကိုလိုချင်ပါက(၁) မှ (၆) အထိ အစဉ်လိုက်ရေတွက်ပါ။ ပြီးလျှင်သက်ဆိုင်ရာနံပါတ် အသီးသီးဖြင့် သတ်မှတ်ထားသော နေရာတွင်အုပ်စုဖွဲ့ပါ။

အခြားနည်းတစ်ခုမှာ ရောင်စုံ(၆)မျိုးရှိသောကတ်ပြားများကို ပြင်ဆင်ပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူတစ်ဦးလျှင် ကတ်ပြားတစ်ခု အခန်းတွင်း ရောက်လာချိန်တွင်ဝေပေးပါ။ အခန်းတွင်းလူစုံပါက အနီရောင်ကတ် ရသူများအား တစ်အုပ်စုဖွဲ့ပြီးကျန်အရောင်(၅)မျိုးအတွက်အုပ်စု(၅)ခုဖွဲ့နိုင်ပါသည်။ အရောင်အပြင်ပုံသဏ္ဍာန် အမျိုးမျိုး၊ သို့မဟုတ် အရာဝတ္ထု ပစ္စည်းများဖြင့်ခွဲခြားနိုင်ပါသည်။ အခြားစိတ်ဝင်စားစရာနည်းဖြင့်လည်း အုပ်စုဖွဲ့နိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ဆွေးနွေးသောအကြောင်းအရာသည် ယောကျ်ားနှင့် မိန်းမတို့အကြား ဆွေးနွေးရန် မသင့်လျော်သောခေါင်းစဉ်ဖြစ်ပါက အမျိုးသားသပ်သပ်၊ အမျိုးသမီးသပ်သပ်အုပ်စုခွဲ၍ ဆွေးနွေးစေပါ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိရှိဖြင့်တင်ပြပါ။

ပံ့ပိုးကူညီသူတစ်ယောက်အနေဖြင့် သင်သည်ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုလုံးကို တာဝန်ယူသူဖြစ်ပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့်၄င်းတို့ သင်ယူနေစဉ်အတွင်း သင့်ထံမှစီမံမှု၊ လမ်းညွှန်မှု၊ တိုက်တွန်းအားပေးမှုတို့ ရရှိမည်ဟုမျှော်လင့်ထားပါသည်။ ထို့ကြောင့်ပံ့ပိုးကူညီသူ၏ မိမိတင်ပြမှု၊ ရှင်းလင်းတင်ပြမှုတို့သည် အရေးကြီးပါသည်။ သင်၏တင်ပြမှု၊ ရှင်းလင်းမှုကောင်း၊မကောင်းအပေါ်မူတည်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ နောက်တစ်ကြိမ် ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်ခြင်း ရှိ-မရှိ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အောက်ပါအချက်များကို သတိပြုပါ။

- အားလုံးမြင်သာသည့် နေရာကိုရွေးချယ်၍နေရာယူပါ။ သင်ဆွေးနွေးတင်ပြနေစဉ်အတွင်း နေရာပြောင်းလဲမှုသည် ထိရောက်မှုရှိနိုင်ပါမည်။
- မိမိကိုယ်မိမိယုံကြည်မှုရှိသည်ဟုထင်ရအောင်ရပ်ပါ။ (အကယ်၍စိတ်လှုပ်ရှားမှုရှိပါက အသက် ပြင်းပြင်းရှူပါ။)
- မိမိ၏အသံကို စိတ်ဝင်စားမှုရှိအောင်၊အများကြားအောင်၊ နားလည်အောင်အသံမြှင့်၍ ပြောဆိုပါ။
- ရပ်ရွာ၊ သို့မဟုတ်ရပ်ရွာတွင်းရှိ ဓလေ့ထုံးစံနှင့်ကိုက်ညီသော ကိုယ်အမူအရာကို ကျင့်သုံးပါ။
- မျက်လုံးချင်းဆိုင်စကားပြောခြင်းကို လက်ခံသောရပ်ရွာဖြစ်ပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူများနှင့် မျက်လုံးချင်းဆိုင်၍ စကားပြောပါ။
- မှတ်စုပါစာသားများကို ရွတ်မပြပါနှင့်။ လိုအပ်ပါက အဓိကအချက်များကို ကတ်ပြားပေါ်တွင် ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာပြင်ဆင်ရေးသားထားပါ။ မိမိဆွေးနွေးစဉ်အတွင်းလိုအပ်ပါက လှမ်းကြည့်နိုင်ရန် ရှင်းလင်းပြတ်သားမှုရှိအောင်ရေးသားပါ။

သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများကို သတိထား၍သုံးစွဲပါ။

သင်ထောက်ကူပစ္စည်းဆိုသည်မှာ ကျောက်သင်ပုန်း၊ အဖြူရောင်သင်ပုန်း၊ ဒေါက်တိုင်၊ ပိုစတာ၊ ပရိုဂျက်တာ၊ ဒီဗီဒီ၊ ရုပ်သေးနှင့် အခြားပစ္စည်းများကိုဆိုလိုပြီး သင်ယူရာတွင်အထောက်အကူပြုနိုင်ရန် သုံးပါသည်။

များသောအားဖြင့်လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲများတွင် ပံ့ပိုးကူညီသူသည်ပါဝင်တက်ရောက်သူများဖတ်နိုင်ရန် အကြောင်းအရာများကို မြင်သာထင်သာရှိစေရန် စာရွက်ကြီးများပေါ်တွင်ရေးသားထားပါသည်။ အမှန်တကယ် ထိရောက်သော လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲများကို ထိုကဲ့သို့ပစ္စည်းများမပါဘဲလည်း ကျင်းပနိုင်သည်။ သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများသည်ဆွေးနွေးသည့်အကြောင်းအရာကိုပိုမိုသဘောပေါက်စေရန် အထောက်အကူပြုသောပစ္စည်းများဖြစ်ပါသည်။ ဆွေးနွေးပွဲတွင် ဤသင်ထောက်ကူမပါမဖြစ်ဆိုသည်မှာမဖြစ်သင့်ပါ။ အထူးသဖြင့် စက်မှုပိုင်းဆိုင်ရာပစ္စည်းများဖြစ်သော ပါဝါပွိုင့်တင်ပြချက်များ၊ ဗီဒီယို၊ သို့မဟုတ် ဒီဗီဒီတို့မှာ မရှိမဖြစ်လိုသောပစ္စည်းများမဟုတ်ပါ။ အကယ်၍ ဗီစီဒီ၊ သို့မဟုတ် ဒီဗီဒီရှိပါက ဆွေးနွေးပွဲနောက်ဆက်တွဲအနေဖြင့်ပြခြင်းက ပိုမိုသင့်တော်ပါသည်၊ သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးပွဲအတွင်း၊ အပိုင်းလိုက်တင်ပြပါက သင့်တော်ပါသည်။ ဤသို့ ပြသမည်ဆိုပါက စက်ကိရိယာများကို ဆွေးနွေးပွဲမစခင် ကြိုတင်တပ်ဆင်ပြင်ဆင်ထားပါ။

ဆွေးနွေးပွဲကိုအကဲဖြတ်ခြင်း

ဆွေးနွေးပွဲအောင်မြင်မှုရှိပါသလား။ နောက်တစ်ခေါက်တွင် ဘာတွေပြောင်းလဲဖို့လိုမလဲ။ ဆွေးနွေးပွဲသည် မိဘများ၊ မိသားစုနှင့်ရပ်ရွာအတွက် အကျိုးရှိအသုံးဝင်ပါသလား။ ဆွေးနွေးပွဲထိရောက်စွာကျင်းပနိုင်ရန် အထက်ပါမေးခွန်းများကို မေးမြန်းအဖြေရှာသင့်ပါသည်။

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအကဲဖြတ်လွှာကို ဤလက်စွဲစာအုပ်ပါ မိတ်ဆက်စာအုပ်ငယ်တွင် ဖော်ပြထားပါသည်။ သင့်အနေဖြင့်နေ့တိုင်းမိမိတွေ့ရှိချက်များကို မှတ်သားထားရန် အကြံပြုလိုပါသည်။ လေ့ကျင့်ခန်းစာအုပ်၊ သို့မဟုတ် မှတ်စုငယ်ထဲတွင် မိမိတွေ့ရှိချက်၊ လိုအပ်ချက်၊ ပြောင်းလဲရန်လိုသည့်အချက်များအပြင် ဆွေးနွေးပွဲနှင့် ပတ်သက်သောမှတ်စုများအပြင် မိဘပညာပေးဆွေးနွေးပွဲအစီအစဉ်နှင့်ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများကိုလည်း မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်။ ဆွေးနွေးပွဲပြီးပြီးချင်း မှတ်စုရေးသည့်အကျင့်ကို လုပ်ပါ။ ဆွေးနွေးပွဲမည်ကဲ့သို့အခြေအနေရှိသည်၊ ကောင်းမွန်စွာဆောင်ရွက်ခြင်းရှိ-မရှိနှင့် လိုအပ်သောပြောင်းလဲမှုများရှိသည်ထင်ပါက မှတ်စုရေးထားပါ။ ထို့ပြင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများမှဆွေးနွေးပွဲအတွင်း အကြံပြုတင်ပြချက်များ၊ ဆွေးနွေးပွဲအတွင်း မေးမြန်းသော အဓိကသော့ချက်မေးခွန်းများကိုလည်း မှတ်သားထားသင့်ပါသည်။

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲများကျင်းပပြီးတိုင်းမေးမြန်းလေ့လာခြင်းကို ပြုလုပ်ပါက ဆွေးနွေးပွဲတွင် မည်သည့်အပိုင်းကို ကောင်းမွန်စွာလုပ်ကိုင်ပြီး မည်သည့်အပိုင်းကို ကောင်းမွန်စွာမလုပ်နိုင်ခြင်း၊ မည်သည့် ခေါင်းစဉ်အကြောင်းအရာများကို အားဖြည့်ဆွေးနွေးသင့်သည်ဆိုသည့် အရေးကြီးသော သတင်းအချက်အလက်များကို စုဆောင်းရရှိနိုင်ပါမည်။

သင့်အနေဖြင့်ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုမစခင်ယခင်အပတ်ဆွေးနွေးပွဲကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းဖြင့် စတင်သင့်ပြီး ယခင်ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများရေးသားထားသော လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များတွင် လုပ်ငန်းပြီးမြောက်မှုရှိ-မရှိကို ဆန်းစစ်လေ့လာရမည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အရေးကြီးသော သတင်းအချက်အလက်နှင့်ပြန်လည်အသုံးချမှုတို့ကို အားဖြည့်ဆောင်ရွက်ရာရောက်ပြီး မိဘပညာပေးအစီအစဉ်တစ်ခုလုံး ဆက်လက်ရှင်သန်စေပါသည်။

ဆက်သွယ်ပြောဆို၍သတင်းအချက်အလက်ပေးနည်းများ

လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲများသည် ပေးလိုသောသတင်းအချက်အလက်များကို မျှဝေပေးနိုင်သည့် ထိရောက်သော နည်းလမ်းဖြစ်ပါသည်။ သို့သော်ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်ခြင်းသက်သက်ဖြင့် ရပ်ရွာသူ/သားတို့၏ အပြုအမူ ဓလေ့စရိုက်တို့ကို မပြောင်းလဲနိုင်ပါ။ အခြားနည်းလမ်းများသုံးရန်လိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပံ့ပိုးကူညီသူ အနေဖြင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုနည်းများနှင့်ချဉ်းကပ်နည်းများကို ရောစပ်အသုံးပြုရန် အရေးကြီးပါသည်။ ဥပမာ- ရပ်ရွာမှထုတ်လွှင့်နေသော ရေဒီယိုမှတစ်ဆင့်သတင်းအချက်အလက်ဖြန့်ဝေခြင်းအပြင် အိမ်လည် ခြင်းဖြင့် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် ၎င်းနည်းလမ်းများသုံးပါက ရပ်ရွာ၏အခြေအနေနှင့် ကိုက်ညီသောနည်းလမ်းများနှင့် ရပ်ရွာတွင်းရှိနှင့်ပြီးသော ရင်းမြစ်(လူနှင့်ပစ္စည်း)များကိုသာသုံးသင့်ပါသည်။

နောက်ဆက်တွဲဆွေးနွေးပွဲများ၊ ကလေးများနှင့်အရေးပါသောအုပ်စုများပါဝင်သော ဆွေးနွေးပွဲများလည်း ကျင်းပသင့်ပါသည်။ ကလေးများ၊ ကလေးဆိုင်ရာအခွင့်အရေးများနှင့်ကလေးများ၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ကျန်းမာခြင်းသည် ဆွေးနွေးပွဲ၏ ဦးတည်ချက်ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် ကလေးများနှင့် လူငယ်လူရွယ်များသည်အရေးပါသော ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုကို ဆောင်ကြဉ်ပေးမည့်သူများ ဖြစ်နိုင်သဖြင့် မိဘပညာပေးဆွေးနွေးပွဲတွင် အတတ်နိုင်ဆုံးပါဝင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ကလေးများနှင့်လူငယ်များ ပါဝင် ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

ကလေးများအတွက်လုပ်ငန်းများ

အချို့မိဘများသည် လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲသို့ ကလေးများခေါ်လာနိုင်ပါသည်။ ဤလုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲသည် ကလေးများအတွက်ဖြစ်သဖြင့် မိဘများအနေဖြင့် မိမိတို့သင်ယူထားသော အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်အသုံးချခြင်း၊ ကောင်းသောအလေ့အကျင့်များအတွက်နမူနာများပြသနိုင်သော အကောင်းဆုံး အခွင့်အလမ်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ကလေးခေါ်ဆောင်လာသောမိဘများရှိပါက အခြားသူများအတွက် အနှောက်အယှက်ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်ဆွေးနွေးပွဲပြုလုပ်နေစဉ်အတွင်း ကလေးများအတွက် သီးသန့်နေရာတွင် ကြီးကြပ်သူတစ်ယောက်ဖြင့် စီစဉ်ထားသင့်ပါသည်။

အချို့ဆွေးနွေးပွဲအကြောင်းအရာများသည် ကလေးများအတွက် လုပ်ငန်းများအကြောင်းပါဝင်ပါသည်။ အချို့လုပ်ငန်းများမှာ ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် ကလေးများအား ပုံပြင်ပြောပြခြင်းကို သရုပ်ပြနိုင်ပါသည်။ ဆွေးနွေးပွဲမစခင်ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် ကလေးများအတွက် ကစားခြင်းများကို ပြင်ဆင်ထားရပါမည်။ ဆွေးနွေးပွဲပြီးပါက စိတ်ဝင်စားမှုရှိသောမိဘများကို မိမိတို့ကလေး များနှင့်ပြင်ဆင်ထားသော ကစားနည်းများဖြင့် ကစားရန် အားပေးတိုက်တွန်းပါ။ အကယ်၍ရပ်ရွာတွင်းရှိ ကလေး စောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်း/ဌာနမရှိပါက မိဘများအား ကလေးအတွက်ပုံမှန်ကစားခြင်း၊ အုပ်စုဖွဲ့ထားစေခြင်း သည် မိဘပညာပေးအစီအစဉ် အကောင်းဆုံးလုပ်ရပ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

၂။ သင်ကြား-သင်ယူမှုအတွက် အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်မှုရှိသောနည်းဗျူဟာများ

ညဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း

ဤနည်းသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မြန်မြန်ဆန်ဆန်တွေးခေါ်နိုင်စေပြီး မိမိတို့၏ အတွေး အမြင်များကိုမျှဝေရာတွင် အသုံးများသောနည်းဗျူဟာတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဤနည်းတွင် အဓိပ္ပါယ် မရှိသော၊ မှန်ကန်မှုမရှိသော အတွေးအမြင်များကိုပင် အသိအမှတ်ပြုလက်ခံရန် အရေးကြီး ပါသည်။ ဆွေးနွေးမှုအစ၌ပင် ဤနည်းကိုသုံးခြင်းဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူများ အား ဆွေးနွေးမည့်ခေါင်းစဉ်နှင့်ကိုက်ညီအောင်အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ဤနည်းသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများဆွေးနွေးသည့်အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ မည်မျှသိထားပြီးဖြစ်ကြောင်းကို ပံ့ပိုးကူညီသူအား သိနိုင်စေရန် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ညဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးပွဲစတင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ရှေးဦးစွာအသိပေးပါ၊ လိုအပ်ပါက ညဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေး ပွဲ၏အဓိပ္ပါယ်ကို ရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများပြောကြားသော အရာအားလုံးကိုဝေဖန်ခြင်းမပြုဘဲ လက်ခံမည်ဟု ရှင်းလင်းပြောပြပါ။
- ညဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးရန် အချိန်သတ်မှတ်ပေးပါ။ (မိနစ်အနည်းငယ်မျှဆိုလုံလောက်ပါသည်။ အချိန်တိုနိုင်သမျှတိုပါစေ)
- မေးခွန်း-စကားလုံး စာပိုဒ်-ခေါင်းစဉ်၊ သို့မဟုတ် ပြဿနာကို ပြောပြပါ။
- အခန်းတွင်ရှိသူများအားလုံးဆီမှအဖြေရရန်ကြိုးစားပါ။
- တင်ပြလာသောအကြောင်းအရာ၊ အချက်အလက်၊ အတွေးအမြင်များကို ကျောက်သင်ပုန်း၊ သို့မဟုတ် စက္ကူပေါ်တွင် ရေးသားပါ။ ဤသို့ရေးသားခြင်း လိုချင်မှလိုပါမည်။ ဖြစ်နိုင်ပါက တစ်စုံ တစ်ယောက်အား ရေးသားရန် အကူအညီတောင်းနိုင်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် ဤလုပ်ငန်း အရှိန် မပျက်စေရန်မေးခွန်းများ ဆက်လက်မေးနိုင်ပါသည်။
- အားလုံးပြီးပါက အကျဉ်းချုပ်ပေးပါ။ ပြောလာသောအချက်အလက်များအားလုံးအတွက် အသိ အမှတ်ပြုပြီး- ခြုံငုံမိစေရန် အကျဉ်းချုပ်ပေးပါ။

နမူနာ

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်း

ရေးသားရန် စာရွက်၊ ကျောက်သင်ပုန်း၊ ရွက်ဆုတ်ပိုစတာစာရွက်ကြီးများ။

ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်မှုရှိရန် ကစားနည်းများ

ဤနည်းကို ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပနေစဉ်အတွင်း မည်သည့်အချိန်တွင်မဆို အချိန်အနည်းငယ်ယူ၍ လုပ်ဆောင် နိုင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏ စိတ်ပါဝင်စားမှုလျော့နည်းနေသည်ဟုထင်ပါက၊ သို့မဟုတ် ပါဝင်တက်ရောက်သူများ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်သည်ဟုယူဆပါက ဤကစားနည်းများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ဤကစားနည်းများသည် လှုပ်ရှားမှုများပါပြီး ပျော်စရာဖြစ်ပါသည်။ ကလေးများ ကစားသော ကစားနည်းများနှင့် လှုပ်ရှားမှုပါသောသီချင်းများကို ဆီလျော်အောင်သုံးနိုင်ပါသည်။ ကစားခြင်းသည် လူတိုင်းအတွက် အရေးကြီးကြောင်းကို ပြသသည့် နည်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- အားလုံးခေတ္တနားရန်လိုကြောင်းရှင်းပြပါ။ တန်းခဏဖြုတ်မည့်အကြောင်းရှင်းပြပါ။ ပြီးလျှင် အားလုံးစိတ်ပါရွှင်လန်းတက်ကြွလာရန် ကစားနည်း၊ သို့မဟုတ် လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုပြုလုပ်မည်ဟု ပြောပါ။
- ကစားနည်းကိုရှင်းပြပါ။
- ကစားပါ၊ လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ပါ။

နမူနာ

ကစားနည်းနမူနာတစ်ခုကိုတင်ပြပါမည်။ သင့်အနေနှင့် အခြားကစားနည်းများကိုလည်းစဉ်းစားပြီး ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအားလည်း သိထားသောကစားနည်းများ ရှိ-မရှိ မေးမြန်းနိုင်သည်။

ကစားနည်းအမည် - **လက်ညိုးဖမ်းတမ်းကစားနည်း**

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- အားလုံးမတ်တပ်ရပ်ခိုင်းပါ။အားလုံးကိုစက်ဝိုင်းပုံထားပြီးရပ်ခိုင်းပါက အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။
- ပြီးလျှင်မိမိ၏လက်ညိုးကိုမိမိဘယ်ဘက်တွင်ရပ်နေသူ၏လက်ဖဝါးတွင်းသို့ထိထား စေပါ။
- ပြီးလျှင်သင်ကအောက်ပါအတိုင်းရေရွတ်မည်ဟုပြောပါ။ (လက်ညိုးကိုဆုပ်ဖမ်းလိုက်ပါ)၃ ဖမ်း- (ဆိုလိုသည်မှာ လက်ညိုးကို ဆုတ်ဖမ်းလိုက်ပါဟုသုံးကြိမ်ခေါ်ပြီးလျှင် 'ဖမ်း' ဟု အော်လိုက်ပါ)
- သင်ကဖမ်းဟုအော်လိုက်လျှင် အားလုံးက မိမိ၏ညာဘက်လက်တွင် ရှိနေသောလက်ညိုးကို ဖမ်းဆုပ်ရပါမည်။ လက်ကိုဆုပ်ကိုင်လိုက်ရပါမည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် မိမိတို့၏လက်ညိုးကို မလိုက်ရပါမည်။ သို့မှသာ မိမိလက်ညိုးကို တစ်ခြားသူများဖမ်းမမိမှာဖြစ်ပါသည်။
- အားလုံးနားလည်အောင်အစမ်းလုပ်ကြည့်ပြီးမှစတင်ပါ။
- ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့်မိမိညွှန်ကြားချက်များကို ပြောင်းလဲပြောဆိုနိုင်ပါသည်။ လက်ညိုးကိုဖမ်းပါဟု (၃) ခါပြောရမည့်အစား (၄) ခါ၊ သို့မဟုတ် (၂) ခါခန့်မျှသာပြော၍ လက်ညိုးကိုဆွဲထုတ်ပါဟုပြောခြင်းဖြင့် ပိုမိုပျော်စရာကောင်းသောကစားနည်းဖြစ်လာပါမည်။

ဘောလုံးပစ်ပေးခြင်း

ဘောလုံးပစ်ပေးခြင်း-ဘောလုံးဖမ်းခြင်းသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏ တွေးခေါ်မှုကို လှုံ့ဆော် ပေးပါသည်။ ဤကစားနည်းသည် ပျော်ရွှင်စရာကောင်းသည့်ပြင် စိတ်ကို ဖြေလျှော့ပေးစေပါသည်။ ဤနည်းကို ဆွေးနွေးပွဲအစတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများက မိမိကိုယ်ကိုမိတ်ဆက်ရာတွင် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ဆွေးနွေးပွဲအဆုံးတွင်လည်း ဤကစားနည်းကို သုံးနိုင်ပါသည်။ ဘောလုံးကို တစ်ဦးစီပစ်ပေးခြင်းဖြင့် ပါဝင် တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် တစ်နေ့တာသင်ယူထားသောအကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်မှတ်မိစေပြီး မည်သည့်အကြောင်းအရာများကို သင်ယူထားသည်၊ မည်သည့်အကြောင်းအရာများကို ပိုမိုသိလိုသည်ဆိုသည့် အကြံပြုချက်များကို ထင်ဟပ်ပြောပြနိုင်ပါသည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံးပါဝင်ရန် တိုက်တွန်းအားပေးပါ။ ဤလေ့ကျင့်ခန်းသည် မြန်မြန်ဆန်ဆန်လုပ်ရသောလုပ်ငန်းဖြစ်ပြီး အချိန်တိုအတွင်း ပြုလုပ်နိုင်သော ကစားနည်းဖြစ် ပါသည်။

ဆွေးနွေးပွဲအစတွင် မိတ်ဆက်ခြင်းအနေဖြင့် အသုံးပြုပါက

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား စက်ဝိုင်းပုံရပ်ခိုင်းပါ။
- ဤကစားနည်းအကြောင်းရှင်းပြပါ။ ပြီးလျှင်လုပ်ဆောင်ရမည့်အလုပ်၊ သို့မဟုတ် မေးခွန်းကိုပြော ပြပါ။

ဥပမာ

အကယ်၍ ဘောလုံးကို လက်ခံရရှိပါက မိမိအမည်၊ မိမိနှင့်ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာတစ်ခုကို ပြောစေပါ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွက် အကောင်းဆုံးသော အစပျိုးမှုဖြစ်သည်။ မိမိအကြောင်းပြောပြီးပါက စက်ဝိုင်းထဲရှိ အခြားသူတစ်ဦးဦးထံသို့ ဘောလုံးကိုပစ်ပေးစေပါ။ ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် စတင်ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့်နမူနာပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

ဆွေးနွေးပွဲအဆုံးတွင် ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအားစက်ဝိုင်းပုံရပ်ခိုင်းပါ။ ဤကစားနည်းကို အုပ်စုငယ်များ အတွင်းတွင်လည်းကောင်း၊ အုပ်စုကြီးအတွင်း၌လည်းကောင်း ကစားနိုင်ပါသည်။
- ဤကစားနည်း(လုပ်ငန်း) အကြောင်းရှင်းပြပါ။ ပြီးလျှင် ဖြေဆိုရမည့်မေးခွန်း၊ လုပ်ဆောင်ရမည့် အလုပ်ကို ပြောပြပါ။

နမူနာ

အကယ်၍ ဘောလုံးရရှိပါက ဘောလုံးရရှိသူသည် ဆွေးနွေးပွဲတွင် မိမိသင်ယူသိရှိလာသည့် အချက် တစ်ချက် သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးပွဲနှင့်ပတ်သက်သော မှတ်ချက်တစ်ခုခုကို ပြောပြရမည်။ မိမိအလှည့်ပြီးပါက ဘောလုံးကို အခြားသူတစ်ဦးဦးထံပစ်ပေးပါ။ ဤသို့ကစားနည်းဖြင့်ဆွေးနွေးပွဲနှင့်သက်ဆိုင်သော တင်ပြ ချက်၊ အကဲဖြတ်ချက်များကို သိရပါမည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် မိမိ၏ထင်မြင် အကဲဖြတ် ချက်များကို စာဖြင့်ရေးချရမည့်အစား ပြောဆိုခြင်းကို ပိုမိုအားသန်ပါက ဤကစားနည်းကို အသုံးပြုနိုင်ပါ သည်။ ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် ပထမဆုံး နမူနာလုပ်ပြပါ။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်း

ဘောလုံး၊ စက္ကူလုံးကိုလည်း ဘောလုံးကဲ့သို့အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

တွေး - တွဲ - မျှဝေနည်း

ဤ တွေး-တွဲ-မျှဝေနည်းတွင် နှစ်ယောက်တွဲ တွဲစေပါ။ ပြီးလျှင် တစ်ဦးချင်းအပြန်အလှန် သင်ယူနေသော အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်၊ သို့မဟုတ် ပြဿနာတစ်ခုနှင့်ပတ်သက်၍ စဉ်းစား ခိုင်းပြီး မိမိ၏အတွေးအမြင်များကို မိမိအတွဲအား မျှဝေဖော်ထုတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤကစားနည်း သည် ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံးကို ပါဝင်နိုင်စေသည်။ ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်းကဲ့သို့ပင် လျင်လျင်မြန် မြန် အချိန်တိုအတွင်း ပြုလုပ်နိုင်ပြီး ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းရာ၊ သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးပွဲအစတွင် သုံးနိုင်သောနည်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ ဤကစားနည်းကို ဆွေးနွေးပွဲတွင် တစ်ခါမက အသုံးချပါက လူချင်းလဲ၍ ပြုလုပ်ခိုင်းပါ။

လုပ်ငန်းစဉ်ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာ သို့မဟုတ် မေးခွန်းကိုပြောပြပါ။
- ပြီးလျှင် ဤအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ၁ မိနစ် ခန့်မျှစဉ်းစားစေပြီး ၎င်းတို့အတွေးများ ကိုမှတ်သားထားစေပါ။ **(တွေး)**
- ပြီးလျှင်ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို မိမိတို့ဘေးတွင်ရှိသော အခြားသင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသား တစ်ဦးနှင့်တွဲစေပြီး ၎င်းတို့၏ အတွေးများကို ပြောစေပါ။ (၂) မိနစ်အချိန်အတွင်း ပြောစေပါ။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် အုပ်စုတစ်ခုလုံးတွင် ပြန်ပြောပြနိုင်ရန် အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်သော အချက် အလက်တစ်ခုကိုသဘော တူညီရန်လိုအပ်ပါသည်။ (အုပ်စုတစ်ခုလုံးတွင် ပြန်လည်ပြောပြရန်) **(တွဲ)**
- ပြီးလျှင် အတွဲအချို့၊ သို့မဟုတ် အတွဲတိုင်းကို ၎င်းတို့၏အတွေးများကို အုပ်စုတွင်းဝေငှပြောဆို ပါစေ။ **(မျှဝေ)**
- ပြီးလျှင်အဓိကအချက်များကို အကျဉ်းချုံးပေးခြင်းဖြင့် ဤကစားနည်းကို အဆုံးသတ်နိုင်ပါသည်။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

စာရွက်နှင့်ဘောပင်၊ ဤကစားနည်းကို စာမရေးဘဲနှင့်နှုတ်ပြောဖြင့်လည်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

စားပွဲတင်အခင်းများ ခင်းတမ်းကစားခြင်း

ဤကစားနည်းသည် အုပ်စုငယ်အတွင်းကစားရန် လွယ်ကူသောနည်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ယင်း နည်းသည် ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်သောတစ်ဦးချင်းစီ၏ အတွေးများ ပေါ်ထွက်လာရန်နှင့် မိမိအတွေးများကိုဝေမျှရန် တိုက်တွန်းလှုံ့ဆော်ပေးသောနည်းဖြစ်သည်။

လုပ်ငန်းစဉ် ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို လေးယောက်တစ်အုပ်စုဖွဲ့၍ စားပွဲခင်းပုံသဏ္ဌာန် လေးထောင့်စက္ကူ တစ်ခုပေးပါ။
- ပြီးလျှင် လုပ်ငန်းအကြောင်းရှင်းပြ၍ခေါင်းစဉ်(သို့) မေးခွန်းကိုပြောပြပါ။
- ပြီးလျှင် လေးယောက်အုပ်စုများမှ တစ်ဦးချင်းစီ ခေါင်းစဉ်၊ သို့မဟုတ် မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ မိမိထင်မြင်ချက်၊ အတွေးကို ပေးထားသောလေးထောင့်စ၏ထောင့်တစ်ထောင့်စီတွင် ရေးစေပါ။
- ၃-၅ မိနစ်ကြာပြီးပါက မိမိတို့၏အတွေးများကို အုပ်စုအတွင်းဝေမျှစေပါ (အုပ်စုဝင်တစ်ဦးချင်းစီ သည် မိမိရေးထားသည့်အကြောင်းအရာကို အုပ်စုဝင်များအား ပြောစေပါ) ပြီးလျှင်အုပ်စုအတွင်း၌ မိမိတို့ရေးထားသည့်အကြောင်းအရာများကိုဆွေးနွေးစေပြီးမိမိတို့အနေဖြင့် အခြားသူများအား သိစေလိုသည့်အချက်ကို လေးထောင့်စအလယ်ရှိအကွက်ထဲတွင်ရေးစေပါ။
- ပြီးလျှင် အုပ်စုတစ်ခုချင်းကို ၎င်းတို့၏ဆွေးနွေးချက်များကို အကျဉ်းချုပ်ပြောစေခြင်းဖြင့် ကစားနည်းကို အဆုံးသတ်ပါ၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ရေးထားသောလေးထောင့်စကို အခြားသူများ ဖတ်နိုင်စေရန် နံရံတွင်ခင်းကျင်းကပ်ထားစေခြင်းဖြင့် ကစားနည်းကို အဆုံးသတ်နိုင်ပါသည်။

ပြင်ဆင်ခြင်း

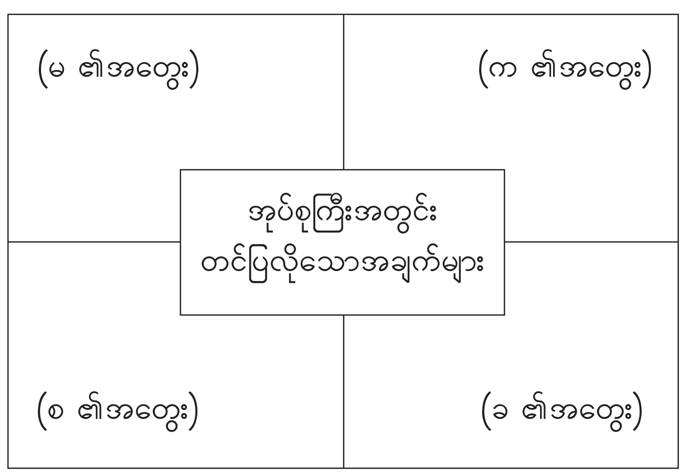
လေးထောင့်စများကို လိုအပ်သလောက်ပြင်ဆင်ထားပါ။ သို့မှသာ အုပ်စုတိုင်းအတွက် လုံလောက်ပါမည်။ ဤ စားပွဲခင်း(လေးထောင့်စသည်) လူလေးယောက်ထိုင်စာ ကျယ်ရမည့်အပြင် တစ်ချိန်တည်း၌ ရေးလိုသော အချက်များအကုန်ရေးနိုင်ရန် ကျယ်ပြန့်ရမည်။

လေးထောင့်စားပွဲခင်းပုံစံနမူနာများ

လေးထောင့်စက္ကူ သို့မဟုတ် အဝတ်စပေါ်တွင်ညီမျှသောအကွက်လေးကွက်ချပါ။ ပုံတွင်ပြသထားသည့် အတိုင်း အလယ်ခေါင်တွင်နေရာချန်ထားပါ။ အကယ်၍ ကျယ်ပြန့်သောစာရွက်မရှိပါက (A4)လျှောက်လွှာ စာရွက်လေးရွက်ကို ကပ်ထားခြင်းဖြင့် လိုအပ်သောလေးထောင့်ပုံစာရွက်ကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်း

စာရွက်နှင့်ဘောပင်၊ ပြီးလျှင် လေးထောင့်စက္ကူစများ၊ ပါဝင်တက်ရောက်သူအရေအတွက်နှင့်အညီ လိုသလောက်ရရှိရန် စီစဉ်ထားပါ။ (ပါဝင်တက်ရောက်သူအရေအတွက်ကို (၄)နှင့်စား၍ စီစဉ်ထားပါ။)



ပေါင်း - နုတ်- စိတ်ဝင်စားစရာ

ဤကစားနည်းသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိမိတို့လက်ခံယူဆထားသော အတွေးအခေါ်၊ ရိုးရာအစဉ်အလာ၊ အကျင့်စရိုက်၊ ဓလေ့ထုံးစံများကိုကျော်၍ စဉ်းစားစေသောနည်းဖြစ်ပြီး အခြားသူများ၊ အခြားသောအတွေးအခေါ် အယူအဆ ဓလေ့ထုံးစံများဘက်မှ စဉ်းစားစေသောနည်း ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- 'အကယ်၍ဖြစ်ခဲ့သော်' ဆိုသည့်မေးခွန်းကို ရွေးချယ်ပါ။ ဤမေးခွန်းသည် ဆွေးနွေးပွဲ ခေါင်းစဉ်နှင့် ဆက်စပ်မှုရှိပြီးကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေးသားထားပါ။ ဥပမာ-အကယ်၍ ကလေးများအား ရပ်ရွာဆွေးနွေးပွဲဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင် ပါဝင်ခိုင်းပါက ဘာဖြစ်မည်ထင်သလဲ။
- ပြီးလျှင် ဇယားကွက် ၃ ကွက်ပါ ဇယားကိုဆွဲထားပါ၊ ဇယားတစ်ခုထိပ်တွင် အပေါင်းလက္ခဏာ၊ အနုတ်လက္ခဏာ စိတ်ဝင်စားစရာ စသည်တို့ကိုရေးထားပါ။ နမူနာကို အောက်တွင်ဖော်ပြထားပါသည်။

ပေါင်း	နုတ်	စိတ်ဝင်စားစရာ

- ပြီးလျှင် စာရွက်နှင့်ဘောပင်ကို အုပ်စုတွင်းသို့ပေးပါ။ ပြီးလျှင်ပေးထားသောစက္ကူပေါ်၌ ပုံတွင်ဖော်ပြသည့်အတိုင်းကို ရေးဆွဲပါ။
- ပြီးလျှင် အုပ်စုတိုင်းအား ပေးထားသောမေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်သော ကောင်းသောအချက်များကို စဉ်းစားစေပြီး ရလာသောအချက်များကို အပေါင်းအောက်တွင် ရေးသားစေပါ။ ပြီးလျှင် မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်သော မကောင်းသောအချက်များကို စဉ်းစားစေပြီးအနုတ်ဇယားအောက်တွင် ရေးသားစေပါ။ ပြီးလျှင်မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ကောင်းသော/မကောင်းသောအချက်များ မဟုတ်ဘဲ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းမည့်အချက်များကို စဉ်းစားစေပြီး စိတ်ဝင်စားစရာ ဇယားကွက်တွင် ရေးသားစေပါ သို့မဟုတ် အခြားဖြစ်နိုင်ချေရှိသော အတွေး (သို့) အကြောင်းအရာများကို စိတ်ဝင်စားစရာဇယားကွက်တွင်ရေးသားစေပါ။
- အကယ်၍ ဤလုပ်ငန်းသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအတွက် အသစ်အဆန်းဖြစ်နေပါက အဆိုပါမေးခွန်းနှင့်ဆိုင်သောနမူနာကို ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင် နမူနာကပ်ထားပြီးမိမိ သိလိုသော အချက်တစ်ခုခုကို မေးခွန်းအနေဖြင့်ဆက်လက်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။
- ပြီးလျှင် ဇယားကွက်တစ်ခုချင်းစီရှိ အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ထင်မြင်ချက်များတောင်းခံပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံး ပါနိုင်သမျှပါစေရန် တိုက်တွန်းအားပေးပါ။ ဤသို့ဖြင့်

ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံး၏ အတွေးအခေါ်များကို ကျယ်ပြန့်စေပါသည်။ မိမိတို့ ပေးလိုသောထင်မြင်ချက် အသစ်အဆန်းများမရှိပါက အခြားသူကို အလှည့်ပေးမေးနိုင်ပါသည်။

မှတ်ချက်။ သင့်အနေနှင့် မျက်နှာပုံကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ပြုံးနေသောမျက်နှာ၊ မဲ့နေသောမျက်နှာနှင့် မေးခွန်းထုတ်နေသောမျက်နှာများ စသည်ဖြင့် . . . ။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

စာရွက်နှင့် ဘောပင်။

သင်ဘာသိသလဲ၊ သင်ဘာသိချင်သလဲ၊ သင်ဘာသိပြီးပြီလဲ (ကေ-ဒဗျူလျူ-အယ်- KWL)

ဤနည်းသည်သိသည်၊ သိချင်သည်၊ သိလာသည်ဟု အသိများပါသည်။ ဤလေ့ကျင့်ခန်းသည် ဆွေးနွေးမည့် အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ မည်မျှသိထားသနည်း၊ ဘာတွေ သိထားပြီးပြီလဲ အပေါ်မူတည်၍ အခြားအချက်များကိုဖော်ထုတ်နိုင်သော နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ ဤလေ့ကျင့်ခန်းသည် ပြန်လည်ထင်ဟပ်မြင်စေခြင်း၊ မေးခွန်းထုတ်ခြင်းနှင့် လုပ်ငန်းလုပ်ဆောင်ခြင်းတို့ကိုဖြစ်ပေါ်စေရန် အားပေးသောနည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။

လုပ်ငန်းစဉ် ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးမည့်ခေါင်းစဉ်ကိုဆုံးဖြတ်ပြီးပါက ကျောက်သင်ပုန်း၊ သို့မဟုတ် စက္ကူပေါ်တွင်ရေးသားပါ။ ဥပမာ ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးပုံ
- ခေါင်းစဉ်အောက်တွင်ဇယားကွက် ၃ ကွက်ပါဇယားကိုဆွဲပြီး ခေါင်းစဉ်ရေးပါ။ သင်ဘာသိသလဲ၊သင်ဘာသိချင်သလဲ၊ သင်ဘာသိပြီးပြီလဲ။(နမူနာကိုအောက်တွင်ကြည့်ပါ။)
- လုပ်ရမည့်လုပ်ငန်းကိုရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအုပ်စုအတွင်းနေရာယူစေပြီးဘောပင်နှင့်စက္ကူပေးပါ။
- အုပ်စုတစ်ခုချင်းစီအားဇယားဆွဲစေပြီးအောက်ပါတို့ကိုလုပ်စေပါ။
  - အုပ်စုတွင်း၌ခေါင်းစဉ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး မိမိတို့သိထားသည့်အချက်ကို ဆွေးနွေး၍ ပထမဆုံးဇယားကွက်တွင်ရေးစေပါ။

- အုပ်စုတွင်း၌ခေါင်းစဉ်နှင့်ပတ်သက်ပြီးမိမိတို့သိလိုသောအချက်ကိုဆွေးနွေး၍ဒုတိယ ဇယားကွက်တွင် ဖြည့်စေပါ။

- ဆွေးနွေးပွဲပြီးသည့်အချိန်တွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား၎င်းဆွေးနွေးပွဲမှ မိမိတို့ သိလာသည့် အချက်ကို တတိယဇယားကွက်တွင်ဖြည့်စေပါ။

နမူနာ

ခေါင်းစဉ် - ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးပုံ

ကျွန်ုပ် ဘာသိသလဲ	**ကျွန်ုပ် ဘာသိချင်သလဲ**	**ကျွန်ုပ်ဘာသင်ယူပြီးပြီလဲ၊** ဘာသိလာသလဲ (ကော်လံ၂မှာ ရေးသွင်းထားသည့် အဖြေများ ပါဝင်သင့်သည်။)

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

ဘောပင်နှင့်စက္ကူ ဤလုပ်ငန်းကိုအုပ်စုတွင်း၌လုပ်ပါက အုပ်စုတစ်ခုစီကို စက္ကူကြီးတစ်ခုစီပေးပါ။

အားသာချက်၊ အားနည်းချက်၊ အခွင့်အလမ်းများနှင့်အခက်အခဲများ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းသည် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၊ ရပ်ရွာတစ်ခုအတွင်း ဘာကြောင့်ပြုပြင်ပြောင်းလဲဖို့ လိုသည်ကို ဆန်းစစ်လေ့လာရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်သည်။ သို့မဟုတ် အဆိုပြုလွှာတစ်ခု၊ ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာရာတွင် အသုံးဝင်သည်။ ပေးထားသော အကြောင်းအရာ အပေါ်မူတည်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် တစ်ဦးချင်းသော်လည်းကောင်း၊ အုပ်စုငယ်အတွင်းတွင်သော်လည်းကောင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာများကို ပြောပြပါ။
- ကျောက်သင်ပုန်း၊ သို့မဟုတ် ရွက်ဆုတ်ပိုစတာစာရွက်ကြီးများပေါ်တွင် ပုံပြထားသည့်အတိုင်း ဇယားကွက်ဆွဲပါ။
- ဆွေးနွေးသည့်အကြောင်းအရာပေါ်မူတည်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် တစ်ဦးချင်းသော် လည်းကောင်း၊ အုပ်စုငယ်အတွင်း၌သော်လည်းကောင်း၊ ၎င်းဇယားကိုဖြည့်ရမည်။ အကယ်၍

ပါဝင်တက်ရောက်သူအရေအတွက်နည်းပါက အုပ်စုတစ်ခုအနေနှင့် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

- ပထမဆုံးဆွေးနွေးမည့်ခေါင်းစဉ်နှင့်ပတ်သက်သော **အားသာချက်**၊ သို့မဟုတ် ကောင်းသော အချက်များကို စဉ်းစားခိုင်းပြီး ရလာသောအချက်များကို **အားသာချက်**အောက်တွင်ရေးသားစေပါ။ ထို့အတူ **အားနည်းချက်**များကိုလည်း **အားနည်းချက်**အောက်တွင်ရေးသားစေပါ။ ပြီးလျှင် ရနိုင်သော**အခွင့်အလမ်းများ**ကို စဉ်းစားခိုင်းပါ။ တစ်ခါတစ်ရံအကူအညီ၊ သို့မဟုတ် အဖြေကို ရပ်ရွာအတွင်း၌လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာအပြင်ဘက်မှလည်းကောင်း ရရှိနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ပြီးလျှင် ဤပြောင်းလဲမှုကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရာတွင် တွေ့နိုင်သည့် အခက်အခဲ၊ အတားအဆီးများကို စဉ်းစားပြီး **အခက်အခဲ**အောက်တွင်ရေးပါ။
- အကယ်၍ ဤလုပ်ငန်းကိုတစ်ဦးချင်းဆောင်ရွက်ပါက အတွဲလိုက် မိမိတို့ရေးသားထားသည်များကို ဖလှယ်ပါ။ အကယ်၍အုပ်စုငယ်များအတွင်းဆောင်ရွက်ပါက အုပ်စုအချင်းချင်းဖလှယ်ပါ။
- ပြီးလျှင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့အနေဖြင့် မည်သို့ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်လိုကြောင်း မေးပါ။ ဤသို့မေးမြန်းခြင်းသည် ၎င်းတို့ဆက်လက်လုပ်မည့်လုပ်ငန်းစဉ်များကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤလုပ်ငန်းများသည် တစ်ဦးချင်းသော်လည်းကောင်း၊ ရပ်ရွာနှင့်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းကို သော်လည်းကောင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

နမူနာ

ခေါင်းစဉ် - ရပ်ရွာကစားကွင်းတည်ဆောက်ခြင်း

အားသာချက်	**အားနည်းချက်**
• ရပ်ရွာထဲမှစိတ်အားထက်သန်မှုရှိခြင်း • ကစားကွင်းတည်ဆောက်ရန် လုံလောက်သောနေရာရှိခြင်း • ရပ်ရွာတွင်း၌ကစားကွင်းတည်ဆောက်ရန် ကျွမ်းကျင်သူများရှိခြင်း • ရပ်ကွက်တွင်း၌ အခြားလုပ်ငန်းစီမံချက်များကို အတူတကွ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်လေ့ရှိခြင်း	• ငွေကုန်ကြေးကျများမည် • ကလေးကြီးများကျောင်းဆင်းချိန်များ၌ ဝင်ကစားခြင်းဖြင့်ကစားစရာများပျက်စီးနိုင်သည် • ကစားကွင်းဆောက်ရန်ကိရိယာတန်ဆာပလာများ လုံလုံလောက်မရှိခြင်း
အခွင့်အလမ်း	**အခက်အခဲ**
• ကစားကွင်းတည်ဆောက်ရန် ရန်ပုံငွေရရှိနိုင်ခြင်း • ကျောင်းမှဝန်ထမ်းများမှကူညီရန်အသင့်ရှိခြင်း • ကလေးကြီးများလည်းကူညီနိုင်သည် • ရပ်ရွာတွင်း၌ကစားကွင်းဆောက်ရာတွင်လိုအပ် သောသဘာဝပစ္စည်းများရှိခြင်း	• ကစားကွင်းသည် အန္တရာယ်ကင်းဖို့ လိုအပ်သည် • အဆိုပြုလွှာတင်သွင်းရန် သတ်မှတ်ထားသောရက်မီရန်

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

ဘောပင်ကြီးများ(မာကာ)နှင့်စာရွက်ကြီး သို့မဟုတ် ကျောက်သင်ပုန်းနှင့်မြေဖြူ

ထောင့်လေးထောင့်ဆွေးနွေးခြင်း

ထောင့်လေးထောင့်ဆွေးနွေးခြင်းနည်းသည် သမားရိုးကျငြင်းခုံဆွေးနွေးခြင်းမှ သွေဖယ်၍ လုပ်နိုင် သော နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ သမားရိုးကျချေပခြင်းတို့အစား ထောင့်လေးထောင့် ဆွေးနွေးခြင်းသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အခြားသူများ၏အမြင်ကို ထောက်ခံပေးခြင်း၊ အခြားသူများပြောသောစကားကို သေချာနားထောင်ခြင်းနှင့် မျက်စိဖွင့်နားဖွင့်ပြီး ကောင်း သောအဆိုပြုချက်ကို လက်ခံရန်အသင့်အနေအထားတွင်ရှိနေစေသည်။ ၎င်းတို့သည် တင်ပြ ချက်များအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပြန်လည်ချေပငြင်းခုံခြင်းအပေါ်တွင် လည်းကောင်း မူတည်၍ ၎င်းတို့၏အနေအထားကို ပြန်လည်စဉ်းစားပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ်ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- အခန်း၏ထောင့်လေးထောင့်တွင် ဖေါ်ပြထားသောအညွှန်းများကပ်ထားပါ။
  လုံးဝသဘောတူသည်။ သဘောတူပါသည်။ သဘောမတူပါ။ လုံးဝသဘောမတူပါ။
- ပြီးလျှင် ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား ပြဿနာနှင့်ဆက်စပ်သော အဆိုပြုချက်တစ်ကို ပေးထားပါ။ ထိုအဆိုပြုချက်က ဆွေးနွေးမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေပါမည်။ ဥပမာ- 'အဖေများသည် အမေများနည်းတူ မိမိတို့ကလေးငယ်များနှင့်အတူ နေချိန်များများပေးရမည်။'
- ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား အထက်ပါအဆိုပြုချက်နှင့်ပတ်သက်၍ စဉ်းစားခိုင်းပါ။ ပြီးလျှင် ၎င်းတို့၏အခြေအနေနှင့်ကိုက်ညီသော၊ ထင်ဟပ်စေသော စာတမ်းနှင့်ကိုက်ညီသည့် နေရာသို့ ပြောင်းရွှေ့စေပါ။
- ပြီးလျှင် ထောင့်လေးထောင့်တွင် နေရာယူထားသူအချင်းချင်း(၃၀)စက္ကန့်ခန့်မျှ ဘာကြောင့် ဤနေရာကို ရွေးချယ်ရသလဲဟုမေးပါ/ဖြေပါ။
- အကယ်၍ အုပ်စုထဲမှ တစ်စုံတစ်ယောက်သည် ၎င်း၏အမြင်များသည် အခြားသူများအမြင်နှင့် မတူညီ၊ ကွဲလွဲချက်ရှိပါကထိုသူ၊ သို့မဟုတ် သူမသည်အခြားထောင့်တစ်နေရာသို့ ပြောင်းရွှေ့လိုခြင်း ရှိ-မရှိ စဉ်းစားစေပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် မိမိတို့ရွေးချယ်ထားသော ထောင့်တွင်နေရာယူပြီး အုပ်စုတွင်း ဆွေးနွေးပါ။
  - *ဆွေးနွေးရာတွင်လွယ်ကူချောမွေ့စေရန် **လုံးဝသဘောတူ**သည်ဆိုသည့်ထောင့်တွင် ရပ်နေ သူတစ်ဦးအား ဖိတ်ခေါ်၍ ဘာကြောင့် သူ/သူမ ဤထောင့်ကို ရွေးရသလဲမေးပါ။*
  - *ပြီးလျှင် **လုံးဝသဘောမတူ**ဆိုသည့် ထောင့်တွင်ရပ်ရသူတစ်ဦးကို ဖိတ်ခေါ်၍ သူ၏အဆိုကို ခိုင်ခိုင် မာမာကာကွယ်ပြောဆိုစေပါ။*
  - *ဤနည်းအတိုင်း ထောင့်တိုင်းမှပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့၏အဆိုပြုချက်၊ ထင်မြင် ချက်များကို ပြောပါစေ။*

- *ပြီးလျှင်ထောင့်အားလုံးမှလူအားလုံးကို ဖိတ်ခေါ်၍ဆွေးနွေးစေပါ။*

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့ထောင့်၊ နေရာပြောင်းချင်ကပြောင်းနိုင်ကြောင်း ပြောပြပါ။ မည်သည့်အခြေအနေတွင် ပြောင်းနိုင်ကြောင်းရှင်းပြပါ။ အကယ်၍ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကိုပြောင်းလဲစေနိုင်သည့်/ငြင်းခုန်မှုကို ပြေလည်စေမည့် ဆန်းသစ်သော အဆိုပြုချက်များကြားပါက နေရာပြောင်းလိုကပြောင်းနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ၎င်းတို့၏ ထင်မြင်ယူဆချက်ကို လုံးဝပြောင်းလဲလိုက်ဖို့မလိုပါ။ ဥပမာ-လုံးဝသဘောတူအဆင့်မှ သဘောတူသို့ ပြောင်းနိုင်ပါသည်။ နောက်ဆုံးတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံး မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ဤထောင့်နေရာများတွင် နေရာယူထားကြောင်း ၎င်းတို့၏ ယူဆချက်များကို ရှင်းပြစေပါ။ သို့မဟုတ် ထောင့်ပြောင်းရခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဘာကြောင့်ထောင့်ပြောင်းရခြင်းများကို ရှင်းပြစေပါ။

ဓာတ်ပုံ၊ ရုပ်ပုံနှင့် ပန်းချီပုံများ

ရုပ်ပုံကားချပ်များသည် အားလုံး၏အာရုံစူးစိုက်မှုကို ရရှိစေသော ထိရောက်သောနည်းဖြစ်ပြီး ဆွေးနွေးမည့် ခေါင်းစဉ်၊ သို့မဟုတ် ပြဿနာကို စတင်ဆွေးနွေးရန် လွယ်ကူစေသည်။ ဓာတ်ပုံနှင့် ရုပ်ရှာ အခြေအနေကို ညွှန်ပြသောရုပ်ပုံများသည် များစွာအဓိပ္ပါယ်ရှိပြီး ရုပ်ရှာသူ/သားများကို ရုပ်ပုံရေးဆွဲရာတွင် ပါဝင်စေပါ။ ဤလုပ်ငန်းကို နည်းမျိုးစုံဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ဥပမာ- ကလေးများ ကစားနေသောပုံကို ပြခြင်းဖြင့် ကလေးများကစားခြင်းဖြင့် မည်သည်တို့ကိုသင်ယူသည် ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် ရုပ်ရှာတွင်း၌ ကျန်းမာရေး၊ လုံခြုံရေးနှင့်ပတ်သက်သော ပြဿနာအခက်အခဲများရှိပါက ၎င်းတို့နှင့်သက်ဆိုင်သောပုံကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ပါဝင် တက်ရောက်သူများ၏ အာရုံစူးစိုက်မှုကို ရရှိပါမည်။

လုပ်ငန်းစဉ်ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာနှင့်ဆိုင်သောမေးခွန်းကို ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေးပါ။ ဥပမာ ခေါင်းစဉ်သည် ကစားခြင်းဖြစ်ပါက ဆွေးနွေးမည့်မေးခွန်းသည်ကလေးများသည် ဤကစားခြင်းမှ မည်သည်တို့ကို သင်ယူမည်နည်း။

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အုပ်စုငယ်ဖွဲ့စေပါ။ ပြီးလျှင် အုပ်စုတစ်ခုစီအား ခေါင်းစဉ်ကို ဖော်ပြနေသော ရုပ်ပုံ/ ခေါင်းစဉ်နှင့်ကိုက်ညီသော ဓာတ်ပုံ၊ သို့မဟုတ် ရုပ်ပုံကိုပေးပါ။

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဓာတ်ပုံ၊ သို့မဟုတ် ရုပ်ပုံကိုသေချာကြည့်ခိုင်းပါ။ ပြီးလျှင် အဓိက လိုချင်သည့် မေးခွန်းနှင့်သက်ဆိုင်သော အကြောင်းအရာများကို မှတ်စုရေးခိုင်းပါ။ ရုပ်ပုံကို သေချာ လေ့လာနိုင်ရန်နှင့်၊ မှတ်စုရေးရန် လုံလောက်သော အချိန်ပေးပါ။ လုပ်ငန်းပြီးပါက ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် ပြန်လည်တင်ပြခြင်းများပြုလုပ်နိုင်ရန် တိုက်တွန်းအားပေးပါ။ ဤလုပ်ငန်းကိုအောင်မြင် ပြီးမြောက်

အောင်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအားဆွေးနွေးမည့် အကြောင်းအရာနှင့် ဆိုင်သော ဓာတ်ပုံ၊ ရုပ်ပုံကားချပ်နှင့် ပန်းချီပုံများကိုသေချာစွာ ကြည့်ရှုလေ့လာစေပါ။

- ရုပ်ပုံကားချပ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး ၎င်းတို့ဆွေးနွေးထားချက်များကို အခြားအုပ်စုများနှင့်ဖလှယ်ပါ။ မျှဝေပါ။ အုပ်စုတစ်ခုရှင်းပြနေပါက အခြားအုပ်စုမှမေးခွန်းများမေးရန်နှင့် ပါဝင်ဆွေးနွေးရန် အားပေးတိုက်တွန်းပါ။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

ဓာတ်ပုံ၊ ပုံဆွဲထားသောကားချပ်၊ မဂ္ဂဇင်းထဲမှ ဓာတ်ပုံများ၊ ပြက္ခဒိန် စသည်များ၊ အကယ်၍ ပစ္စည်းစုံစုံရှိပါက အိုဗာဟက်ပရိုဂျက်တာဖြင့် ဓာတ်ပုံများကို ပြနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ပါဝါပွိုင့်ဖြင့် ဓာတ်ပုံများကို ပြနိုင်ပါသည်။

သဏ္ဌာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် ပြဇာတ်

သဏ္ဌာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်းသည် ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်နှင့် ပတ်သက်သော ပါဝင် တက်ရောက်သူများ၏ ယုံကြည်မှုဓလေ့ထုံးစံ၊ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့်သဘောထားများကို ထင်ဟပ်စေသောနည်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ မိမိတို့တာဝန်ယူထားသောဇာတ်ကောင် သရုပ်အား လျော်စွာ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ကွဲပြားသောထင်မြင်ချက်များကို စဉ်းစားစေပါသည်။ ဤနည်းသည် ခေါင်းစဉ်အမျိုးမျိုးအတွက် သုံးရန် အသုံးဝင်သင့်တော်ပါသည်။ ဤသို့ သရုပ်ဆောင်စေခြင်းဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား မိမိတို့နှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်မှုမရှိသော အတွေ့အကြုံသစ်ကို ရရှိစေ ပါသည်။ ဥပမာ-ကလေးများဆွဲထားသောပုံနှင့် ပတ်သက်ပြီး ကလေးများနှင့် မည်သို့ပြောဆိုမည်ကို လက်တွေ့သိရှိမည်။ ဤလုပ်ငန်းသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဆွေးနွေးပွဲတွင် တင်ပြ ထားသော အကြောင်းအရာ၊ အနေအထားများနှင့်ပတ်သက်၍ အတွေးအမြင်များစွာကို စုစည်း ရရှိစေပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ်ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအားအုပ်စုငယ်ဖွဲ့စေပါ။ ပြီးလျှင် ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာ၊ ခေါင်းစဉ်နှင့်ကိုက်ညီသောအကြောင်းအရာကို ရှင်းပြပါ။ အုပ်စုများကို တူညီသောဇာတ်ကွက်၊ ဇာတ်လမ်းအကြောင်းအရာများပေးနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် အုပ်စုတစ်ခုချင်းစီအတွက် သီးသန့် ဇာတ်လမ်း၊ ဇာတ်ကွက်များပေးနိုင်ပါသည်။
- အုပ်စုတိုင်းအား ၎င်းတို့လုပ်ဆောင်ရမည့်အခန်းကဏ္ဍများ၊ ပြဿနာများကိုဆွေးနွေးရန် အချိန် ပေးပါ။ ပြီးလျှင် တစ်ဦးစီသရုပ်ဆောင်ရမည့်ကဏ္ဍကိုပေး၍ လေ့ကျင့်စေပါ။ အုပ်စုတွင်းရှိ လူအားလုံးပါဝင်နိုင်စေရပါမည်။

- ပြီးလျှင်အုပ်စုများက သက်ဆိုင်ရာသရုပ်ဆောင်မှုကို တင်ဆက်စေပါ။ ထိုသို့တင်ဆက်ရာတွင် သင့်လျော်သော အဝတ်အစား၊ အသုံးအဆောင်၊ ဇာတ်ကွက်များဖြင့် ပေးလိုသောသတင်း အချက်အလက်ကို ပေးစေပါ။
- အားလုံးပြီးပါက နောက်ဆက်တွဲဆွေးနွေးပွဲတွင် ၎င်းတို့၏လုပ်ငန်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး မည်သည်တို့ကို သိရှိသင်ယူကြောင်းဆွေးနွေးစေပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများက တင်ဆက်ထားသော သရုပ်ဆောင်ကွက်များမှ တွေ့ရှိလာသော ပြဿနာများကို ရှင်းလင်းစေပြီး ၎င်းပြဿနာများကို မည်သို့ဖြေရှင်းရန်လိုအပ်မည်ဟုထင်ပါသလဲ မေးမြန်းပါ။

နမူနာသရုပ်ဆောင်ဇာတ်ကွက်များ

- *ဆယ်ကျော်သက်အရွယ် မိန်းကလေးတစ်ဦးက မိမိတွင်ကိုယ်ဝန်ရှိနေပြီထင်သဖြင့် ကျန်းမာရေးဆေးပေးခန်းသို့သွားရောက်ပုံ*
- *ကလေးမီးဖွားပြီးစ မိခင်မှ သူမ၏မိသားစုဝင်များအား သူမ၏လိုအပ်ချက်၊ မည်သည့်အကူအညီများလိုအပ်သည်ကို ပြောပြနေပုံ*
- *အိမ်ထောင်ရှင်မတစ်ဦးမှ မိမိ၏ခင်ပွန်းအား မိသားစုစီမံကိန်းအကြောင်းပြောပြနေပုံ*

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

အကျီအဝတ်အစားအမျိုးမျိုး၊ အသုံးအဆောင်အမျိုးမျိုး

ပုံပြင်ပြောပြခြင်း

ဆွေးနွေးပွဲအတွင်းပုံပြင်ပြောပြခြင်းသည် ထိရောက်သောနည်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ပုံပြင်ပြောပြခြင်းဖြင့် ဆွေးနွေးသည့်အကြောင်းအရာ၊ ခေါင်းစဉ်ကို စိတ်ဝင်စားမှုပိုစေပြီး သဘာဝကျကျနည်းဖြင့်ဆွေးနွေးသည့် အကြောင်းအရာကို ဦးတည်ထားဆွေးနွေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤစာအုပ်တွင် ဖော်ပြထားသော ပုံပြင်ပြောပြ ခြင်းလုပ်ငန်းသည် ထိရောက်သော ပုံစံတစ်ခုဖြစ်ပြီး ဤနည်းကို သုံးခြင်းဖြင့်ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် ပုံပြင်ပြောစွမ်းရည်ကို ပိုမိုတိုးတက်အောင် လုပ်နိုင်ပါသည်။ သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားအနေဖြင့် ဝေမျှစရာပုံပြင်များစွာရှိသော်လည်း လူတိုင်းသည် ပုံပြောကောင်းသူများဖြစ်ချင်မှဖြစ်မည်။ ထို့ကြောင့်ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် ဤနမူနာပုံစံကိုအသုံးပြု၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏ ဆွေးနွေးသောအကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်သော မိမိတို့၏အတွေ့အကြုံများကို ပြောပြစေနိုင်ပါသည်။ ဤချဉ်းကပ်နည်းသည် ကလေးများအတွက်လည်း မိမိတို့၏ အတွေ့အကြုံများကို ကောင်းမွန်စွာပြန်လည်စဉ်းစားစေနိုင်ပြီး ပြန်လည်ပြောပြနိုင်စေပါသည်။ ငယ်ရွယ်သောကလေးများပင် အကူအညီပေးပါက ပုံပြင်ပြောတတ်နိုင်ပါသည်။ ကလေးများအားလုံးပုံပြင်နှင့် ပတ်သက်သောရုပ်ပုံများကို ဆွဲစေနိုင်ပါသည်။ အသက်အရွယ်ကြီးသောကလေးများသည် ပုံပြင်ကိုပင် ရေးသားနိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ်ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင် ဇယားကွက်ဆွဲပါ။ ဇယားတစ်ခုစီတွင် ဘယ်အချိန်၊ ဘယ်သူ၊ ဘယ်မှာ၊ ဘာဖြစ်၊ ဘာကြောင့် ခေါင်းစဉ်များတပ်ပါ။

ဘယ်အချိန်က ဖြစ်ပျက်ခဲ့သလဲ	**ဘယ်သူတွေ** ပါဝင်သလဲ	**ဘာဖြစ်ခဲ့သလဲ**	**ဘယ်မှာ** ဖြစ်ခဲ့သလဲ	**ဘာကြောင့်** ဖြစ်ခဲ့သလဲ

- အထက်ပါဇယားပုံစံနမူနာကိုကြည့်၍ ပုံပြင်တစ်ခုပြောပါ။ ပထမ စပြောချိန်တွင် ရိုးရှင်းသော ပုံပြင်ဖြင့်စတင်ပါ။
- အထက်ပါပုံပြင်ကို ပြန်ပြောပါ၊ သို့သော်ပိုမိုအသေးစိတ်သောအချက်များထည့်ပြောပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား နှစ်ယောက်တွဲစေပြီး အထက်ပါနည်းကိုသုံး၍အပြန်အလှန် ပုံပြောစေပါ။
- ပြီးလျှင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို ဖိတ်ခေါ်ပြီး ၎င်းတို့၏ပုံပြင်များကို အုပ်စုကြီးအတွင်းတွင် ပြောစေပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အိမ်ပြန်ရောက်လျှင် အထက်ပါနည်းကို သုံး၍ မိမိတို့၏ သားသမီးများအားပုံပြောပြစေပါ။

ဖြစ်ရပ်မှန်ဇာတ်လမ်း

ဖြစ်ရပ်မှန်ဇာတ်လမ်းများသည် ထူးခြားသောအကြောင်းအရာ၊ သို့မဟုတ် ပြဿနာကို ဦးတည်ထားပြီး ပြောသောပုံ၊ သို့မဟုတ် ဇာတ်လမ်းဖြစ်ပါသည်။ ဖြစ်ရပ်မှန်ဇာတ်လမ်းများကို ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏ တကယ့်လက်တွေ့ဘဝတွင်ဖြစ်ပေါ်နေသော အကြောင်းအရာအပေါ်မူတည်ပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူများ နားလည်လွယ်ပြီး အဓိပ္ပါယ်ရှိသောဖြစ်ရပ်များဖြင့်ဖန်တီးထားပါသည်။ ဥပမာ- သုံးနှစ်အရွယ်ကလေး တစ်ဦးက အခြားကလေးကို ရိုက်နှက်ခြင်း၊ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် အထက်ပါ ဖြစ်ရပ်ကဲ့သို့သော အကြောင်းအရာများကို စဉ်းစားနိုင်သမျှစဉ်းစားစေပါ။ သို့မှသာ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအချင်းချင်း တိုင်ပင်ဆွေးနွေးဖြင့် အထက်ပါပြဿနာကဲ့သို့ အကြောင်းအရာများအတွက် အဖြေရှာဖြေရှင်းနိုင်ပါမည်။ ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် အထက်ဖော်ပြပါ နမူနာပုံစံကို အသုံးပြု၍ ဤလုပ်ငန်းကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

စာရွက်နှင့်ဘောပင်

အမှိုက်စုတ်များရှာဖွေခြင်း

အမှိုက်စုတ်များရှာဖွေခြင်းနည်းသည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကလေးများကစားခြင်းနှင့် ဖွံ့ဖြိုးစေရန်အတွက်အသုံးပြုနိုင်သောပစ္စည်းများကို မည်သို့ရှာဖွေနိုင်သည်ကို ညွှန်ပြပေးပါသည်။ ဤပစ္စည်းများသည် နေ့စဉ်သုံးပစ္စည်းများ၊ ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သောပစ္စည်းများနှင့် သဘာဝပစ္စည်းစစ်စစ်များဖြစ်ပါသည်။ ဤနည်း၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဈေးကြီးသော ကစားစရာပစ္စည်းများကို ဝယ်ယူပေးခြင်းထက် စရိတ်သက်သာစွာနှင့် ငွေကုန်ကြေးကျမများဘဲ အလွယ်တကူရရှိနိုင်သောပစ္စည်းများဖြင့် ကလေးများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေသော ကစားနည်းများ ဖန်တီးပေးနိုင်ကြောင်းသိစေရန် ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ်ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား အမှိုက်စုတ်များရှာဖွေခြင်းလုပ်ငန်းတွင် အလေးထား သိထားရမည့် အကြောင်းကို ရှင်းပြပါ။ ဤသို့ရှင်းပြခြင်းဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် မည်သည့်အရာကို အလေးထားဦးစားပေးရှာဖွေရမည်ကို သိလာမည်။ ဥပမာ- အရာဝတ္ထုများ ခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်၊ ရေတွက်ရန်နှင့် တူရာရွေးချယ်ရန်ပစ္စည်းများရှာဖွေခိုင်းခြင်း၊ သို့မဟုတ် ကလေးများ၏ကိုယ်ကာယ (ကိုယ်ခန္ဓာ) ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေသောကစားနည်းနှင့် လှုပ်ရှားမှုများအတွက်လိုအပ်သောပစ္စည်းများ ရှာဖွေစေခြင်း၊ သို့မဟုတ် ကလေး၏အခြားဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက်အကူပြုမည့်ကစားနည်းအတွက် လိုအပ်သောပစ္စည်းများရှာဖွေစေခြင်း။
- ၎င်းတို့ပတ်ဝန်းကျင်တွင် မိမိတို့ရှာလိုသော ပစ္စည်းများရနိုင်မရနိုင် စဉ်းစားခိုင်းပါ။ လိုအပ်ပါက အကြံဉာဏ်ပေးပါ။ ပစ္စည်းများသည် အန္တရာယ်မရှိသောပစ္စည်းများဖြစ်ပြီး ဘေးကင်းသော ပစ္စည်းများဖြစ်ရပါမည်။ မိမိတို့ရှာဖွေအသုံးပြုမည့်ပစ္စည်းသည် ကလေးများအတွက် ဘေးကင်းပြီး သန့်ရှင်းရန်လိုအပ်ပါသည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများစုဆောင်းရှာဖွေရမည့်ပစ္စည်းများကိုဘာကြောင့်ရှာဖွေရသည် ဆိုသည့် ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှင်းပြပါ။ ဥပမာ- ဤပစ္စည်းများကို ပစ္စည်းများခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်၊ တူရာရွေးချယ်ရန်၊ သို့မဟုတ် ရေတွက်ရန်၊ သို့မဟုတ် ကလေးငယ်များအတွက် နားထောင်စရာ/ကစားစရာပြုလုပ်ရန်စသည်ဖြင့်ရှင်းပြပါ။ ပြီးလျှင်၎င်းတို့လုပ်ဆောင်ရမည့်လုပ်ငန်းကို ရှင်းပြပါ။ လိုအပ်သောပစ္စည်းကိုရှာဖွေခြင်း၊ ရရှိထားသော ပစ္စည်းကို မည်သို့အသုံးပြုဆိုသည့် အတွေးများနှင့် ၎င်းတို့ပြုလုပ်မည့်ကစားစရာ၊အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ စဉ်းစားထားသည်များကို အုပ်စုကြီးသို့ ရှင်းပြစေပါ။
- အကယ်၍လေ့ကျင့်ခန်းကို အုပ်စုအတွင်း၌ လုပ်ရန်လိုအပ်ပါကပါဝင်တက်ရောက်သူများကို အုပ်စုငယ်များဖွဲ့စည်းစေပါ။ ဤလုပ်ငန်းကို တစ်ဦးချင်းလည်း ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ အုပ်စုခွဲထားပြီးပြုလုပ်ပါက တစ်အုပ်စုကိုအကြောင်းအရာတစ်မျိုး ပေးပါ။ ဥပမာ- ဖွံ့ဖြိုးမှုဧရိယာများ၊ သို့မဟုတ် အသက်အရွယ်အုပ်စုအဆင့်ဆင့်။

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများ လိုအပ်သောပစ္စည်းများရှာဖွေစုဆောင်းနိုင်ရန် အချိန်သတ်မှတ်ပေးပါ။ ၎င်းတို့ရှာဖွေထားသော ပစ္စည်းများကို ဆွေးနွေးပွဲခန်းမသို့ ယူဆောင်လာစေပြီးအခြား အုပ်စုများကို ရှင်းပြစေပါ။ ပြီးလျှင် ၎င်းတို့ရရှိလာသောပစ္စည်းများဖြင့် မည်သည့်လုပ်ငန်းများ၊ ကစားနည်းများ ပြုလုပ်နိုင်ပြီး ၎င်းကစားနည်း/လုပ်ငန်းများသည် ကလေးများ၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုကို မည်သို့ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ကြောင်းရှင်းလင်းစေပါ။
- အကယ်၍ပစ္စည်းများရှာဖွေရန်ခက်ခဲပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် ပစ္စည်းအမည်ကို ပြော၍ မိဘများအနေဖြင့် အထက်ပါပစ္စည်းများကို မည်သို့အသုံးပြုနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြစေပါ။
- သတင်းအချက်အလက်ဖလှယ်ခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်း ပြုလုပ်ပါ။ တစ်ဦးချင်းသော်လည်းကောင်း၊ အုပ်စုလိုက်သော်လည်းကောင်း၊ မိမိတို့၏အတွေးအမြင်များကို ဖလှယ်စေပါ။ မေးခွန်းမေးခြင်းနှင့် ဆွေးနွေးခြင်းများလုပ်ဆောင်ရန် တိုက်တွန်းအားပေးပါ။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

ဤလုပ်ငန်းတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများမှရှာလိုသောပစ္စည်းများကိုရှာဖွေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ ၎င်းတို့ရှာလာသောပစ္စည်းများဖြင့် ကစားစရာများ ချက်ချင်း ပြုလုပ်ရန်လိုပါက သင့်အနေဖြင့် ကတ်ကြေး များ၊ ကော်၊ ဘောပင်၊ သို့မဟုတ် အခြားကိရိယာများ လိုအပ်ပါသည်။

ကတ်ပြားကြီးနှင့်စက္ကူကတ်ကစားနည်းများ

ကတ်ပြားကြီးနှင့်စက္ကူကတ်ကစားနည်းများကို သက်ဆိုင်ရာအကြောင်းအရာများကို စတင် ဆွေးနွေးရာတွင် အသုံးပြုပါကပျော်ရွှင်စရာကောင်းပါသည်။ ကလေးများကစားသော ကတ် ကစားနည်းများကို ဤရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ကစားနိုင်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် အသင့်ပြုလုပ်ထား သော ဤဂိမ်းကို သုံးနိုင်သလို မိမိကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်ထားသော ကတ်ဂိမ်းဖြင့်လည်း အသုံးပြု နိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ ရှိနှင့်ပြီးသားကတ်ကို အသုံးပြုမည်ဆိုပါက စက္ကူစငယ်ပေါ်တွင် မိမိရေးလိုသောအကြောင်းအရာကိုရေး၍ ထိုစက္ကူစကို ကတ်ပြားကြီးပေါ်တွင် ကပ်ပါ။ ကတ်ပြားကစားနည်းများကိုကြည့်၍ သင့်အနေဖြင့် မည်သို့ပြုလုပ်မည်ဆိုသည့်နည်းလမ်းများ ရရှိနိုင်ပါသည်။ သင်တီထွင်ထားသော ကတ်ပြားကစားနည်းကို ဆွေးနွေးပွဲကို အသုံးပြုနိုင်ပါ သည်။ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာပဒေသာ စာကြည့်တိုက်တွင် ထားရှိနိုင်ပါသည်။ ကလေးများ ကစား သော ကတ်ပြားကစားနည်းကို မိဘပညာပေးဆွေးနွေးပွဲတွင် ဆီလျော်အောင်ပြုပြင် အသုံး ပြုနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ကတ်ပြားအလွတ်များဖြင့် ကစားနည်းကို တီထွင်အသုံး ပြုနိုင်ပါ သည်။ ထို့အပြင် အချို့သောရိုးရာကစားနည်းများကို ဆွေးနွေးမည့် ခေါင်းစဉ်နှင့် ဆီလျော်စွာ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ကတ်ပြားကစားနည်းများဖြင့် အကျွမ်းတဝင်ရှိပြီးဟု ယူဆပါသည်။ ဥပမာ-မြွေကစားနည်း၊ အကယ်၍ မသိသေးပါက သင့် အနေဖြင့် မည်သို့ကစားရမည်ကို အလွယ်တကူသင်ကြားပေးနိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ်ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးမည့်ခေါင်းစဉ်နှင့် ကစားနည်းကိုရှင်းပြပါ။ ယေဘုယျအားဖြင့် ကတ်ပြားကစားနည်းတွင် ကစားသူတစ်ဦးချင်းမှ အန်စာတုံးပစ်၍ အန်စာတုံးပါနံပါတ်အတိုင်း မိမိတို့၏ မဲပြားများကို ရွှေ့ရပါသည်။ ပြီးလျှင် ၎င်းတို့ကျရောက်သောအကွက်တွင် ရေးသားထားသောစာကိုဖတ်၍ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။ သို့မဟုတ် မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုပါ။ ပြီးလျှင် နောက်ကစားသမားက အလှည့်ကျ ကစားစေပါ။ ဤကစားနည်းတွင် ကစားသမားအနည်းဆုံး (၄)ယောက်ရှိပါမည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို လေးယောက်တစ်အုပ်စု အုပ်စုငယ်များဖွဲ့ပါ။
- ပြီးလျှင် အုပ်စုအလိုက်ကစားစေပါ။ ကစားပွဲတစ်ခုပြီးအောင်ကစားနိုင်ရန် လုံလောက်သောအချိန်ပေးပါ။ (၁၀-၃၀ မိနစ်)
- အားလုံးပြီးပါက ကစားနေစဉ်အတွင်း ၎င်းတို့သိလာသည့် အချက်များကို ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ဆွေးနွေးသည့်အချက်များကို ပြန်ပြောစေခြင်းဖြင့် ကစားခြင်းကို အဆုံးသတ်နိုင်ပါသည်။

ဥပမာ- မြွေနှင့် လှေကားကစားနည်း (မြွေကစားနည်း)

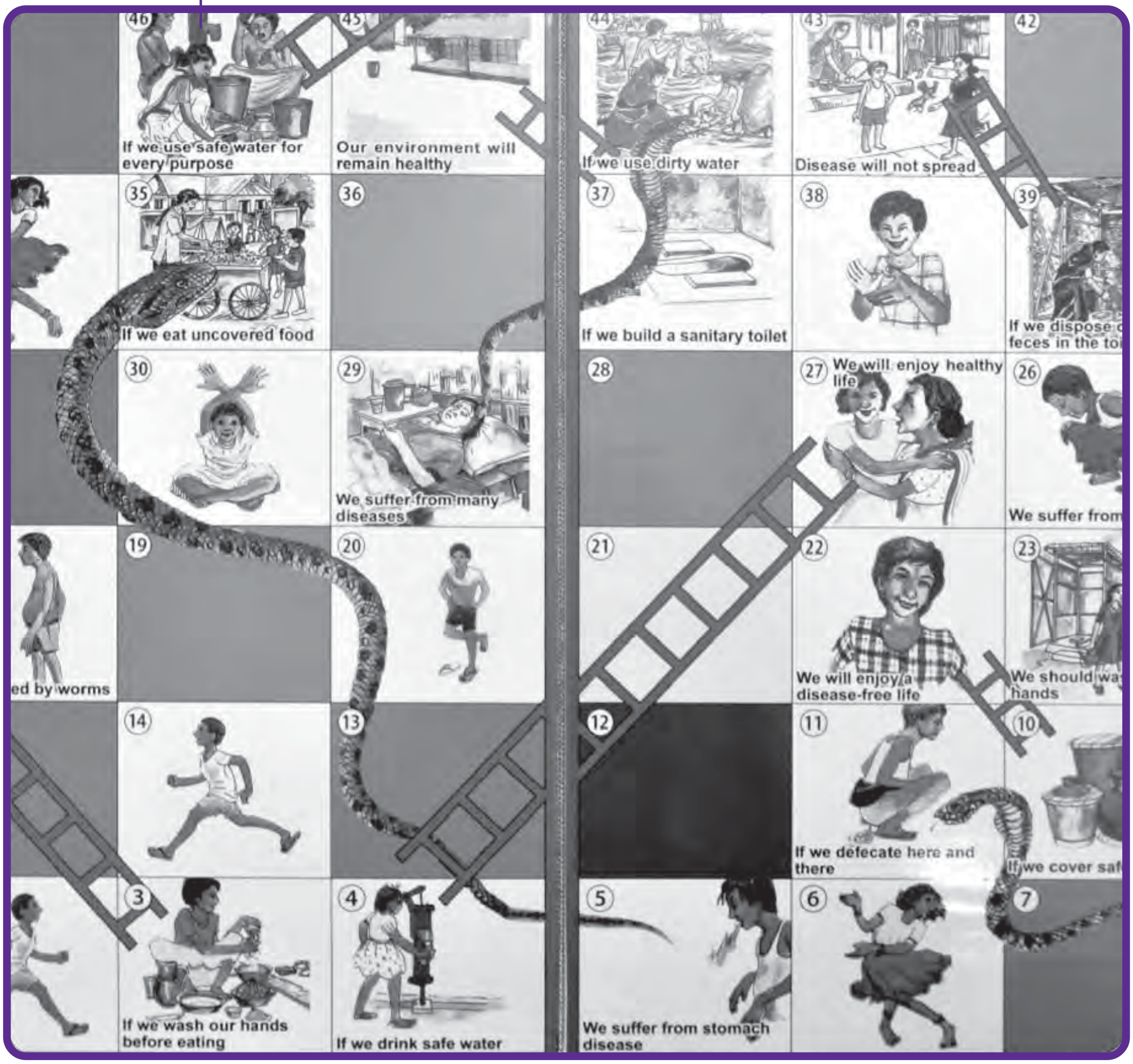
မြွေနှင့်လှေကားကစားနည်းသည် ဆွေးနွေးလိုသည့်အကြောင်းအရာစတင်ဆွေးနွေးရန်နှင့် ဆွေးနွေးမှုလွယ်ကူချောမွေ့စေရန် အထောက်အကူပြုသည်။ ဤကစားနည်းတွင် လှေကားတက်ခြင်းသည် ကောင်းသောအချက်များဖြင့်ဖော်ပြပြီး မြွေပုံဖြစ်ပါက မကောင်းသောအချက်များကို ဖော်ပြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ မိမိ၏မဲပြားသည် လှေကားခြေရင်းသို့ရွှေ့မိပါက လှေကားသို့ တက်ရမည်ဖြစ်ပြီး မြွေခေါင်းသို့ရွှေ့မိပါက မြွေအမြီးသို့ဆင်းရပါမည်။ ဥပမာ-ဆွေးနွေးမည့်ခေါင်းစဉ်သည် ကလေးဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် ပတ်သက်ပါက သင့်အနေဖြင့် 'မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်း' ကို လှေကားခြေရင်းတွင် ထားပါ။ 'ကလေးများအားလက်ဆေးရန် သင်မပေးခြင်း' ကို မြွေခေါင်းတွင် ထားရမည်။ အချို့နေရာများတွင် မေးခွန်းများရေးသားထားနိုင်သည်။ အကယ်၍ မေးခွန်းကို မှန်ကန်စွာဖြေဆိုနိုင်ပါက ကစားသူသည် အန်စာတုံးကို နောက်တစ်ခါလှည့်ရန် အခွင့်အရေးရပြီး ရှေ့သို့တိုးခွင့်ရပါမည်။ ဤစာအုပ်ငယ်တွင် မြွေနှင့်လှေကားကစားနည်းကို ဖော်ပြထားပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် မည်သည့်ခေါင်းစဉ်အတွက်မဆို ဆီလျော်အောင်ပြုပြင်သုံးနိုင်ပါသည်။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

အကယ်၍မိမိကိုယ်တိုင်ဤကစားနည်းကို ပြုလုပ်မည်ဆိုပါက ထူထဲ၍ လေးသောကတ်ပြားကို အသုံးပြုပါ။ ဤကတ်ပြားကစားနည်းကိုလုပ်ရန် အချိန်နှင့်အားထုတ်မှု လိုအပ်ပါသည်။ ဖြစ်နိုင်ပါက ကတ်ပြားပြုလုပ်ပြီးပါက ကတ်ပြားကို ကြာရှည်သုံးနိုင်ရန် ပလတ်စတစ်အဖုံးဖြင့်ဖုံးပါ။

- ရောင်စုံခဲတံနှင့် ဘောပင်များ
- အန်စာတုံး
- ကစားသူများအတွက် ကတ်ပြားပေါ်တွင်ရွှေ့ရန် အရောင်စုံမဲပြားများ၊ ကြယ်သီးများစသည့် သေးငယ်သောအရာများ

မြွေနှင့်လှေကားကစားနည်း



Source: Best Practice Series: Asia-Pacific Joint Programme for Promotion of NFE Materials (AJP). Asia-Pacific Cultural Centre for UNESCO (ACCU) 2006.

ရည်ညွှန်းစာအုပ်စာတမ်းများ

Evans, J. and Myers. 1994. 'Childrearing practices: Creating programs where traditions and modern practices meet'. Coordinators' Notebook, No. 15.

Frangenheim, E. 2004. Reflections on Classroom Thinking Strategies. 5th edition. Brisbane, Rodin Educational Consultancy.

Graves, M. 2000. The Essential Parent Workshop Resource. Ypsilanti, Michigan, High/Scope Press.

Mannison, M. 1998. Interactive Teaching Strategies. 5th edition. Brisbane, Nice Business Publications.

Ministry of Education, Republic of the Fiji Islands. 2009. Kindergarten Training and Awareness Package. Suva, Government of Fiji.

Torkington, K. And Landers, C. 1999. Enhancing the Skills of Early Childhood Trainers. Oxford, Bernard van Leer/UNESCO Publishing and Oxford & IBH Publishing.

UNICEF, WHO, UNESCO, UNFPA, UNDP, UNAIDS, WFP and the World Bank. 2010. Facts for Life. 4th edition. New York, UNICEF.

Four corners discussion.
http://www.ece.gov.nt.ca/divisions/kindergarten_g12/Section%202%20Critical%20Thinking%20Activities%20John%20version/Four%20Corners/Four%20corners%20discussion.doc
(Accessed 25 June 2011).

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

အပိုင်း (၂)

ဆောင်ရွက်ရန် လမ်းညွှန်ချက်များ
မိဘပညာပေးအစီအစဉ်

UNESCO
United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၁)

© Pham Hoai Thanh/VietNam

ကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း

ဆွေးနွေးပွဲရည်ရွယ်ချက်

- **ကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်းနှင့် ကလေးများ၏လုံခြုံစိတ်ချရမှုနှင့် ဆိုင်သော ပြဿနာများကို သိရှိလာစေရန် ဆွေးနွေးခြင်း။**
- **ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်၍ လူအများလက်ခံထားသော ယုံကြည်မှု ဓလေ့ထုံးစံများကိုဖော်ထုတ်ရန်နှင့် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာသဘော တူညီချက်စာချုပ်တွင်ပါဝင်သော ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို သိရှိလာ/ သတိပြုမိလာစေရန်။**
- **ရပ်ရွာအခြေပြုချဉ်းကပ်နည်းများကို အသုံးပြု၍ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အားပေးရန်။**

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

လုပ်ငန်းစဉ် (၁) - ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရန် မည်သူ့ထံတွင် တာဝန်ရှိသနည်းဆိုသည်ကို ဉာဏ်ဖွင့်စဉ်းစားရန်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၂) - ကလေးများ၏ အခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်၍ အုပ်စုတွင်း ဆွေးနွေးခြင်း။

လုပ်ငန်းစဉ် (၃) - ပုံပြောပြခြင်းဖြင့် ကလေးများ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုအကြောင်း ဆွေးနွေးခြင်း။

လုပ်ငန်းစဉ် (၄) - အားသာချက်၊ အားနည်းချက်၊ အခွင့်အလမ်း၊ အခက်အခဲကစားနည်း၊ ကလေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ရပ်ရွာမှပံ့ပိုးမှုလုံခြုံမှု အကြောင်း ဆွေးနွေးခြင်း။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

- ရွက်ဆုတ်ပိုစတာစာရွက်နှင့် ဆေးပင်၊ သို့မဟုတ် ကျောက်သင်ပုန်းနှင့် မြေဖြူ
- စာရွက်ညိုကြီးများ

အဓိကဆွေးနွေးသည့်အချက်များ

- ကလေးတိုင်း ချစ်ခင်ခြင်းနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုလိုအပ်သည်။
- မိဘဟုဆိုရာ၌ ကလေးကို မွေးသော မိဘများအပြင် ကလေးကို အဓိကထားစောင့်ရှောက်နေသူများကိုပါ ဆိုလိုသည်။
- ကလေးများကို စောင့်ရှောက်ရာတွင် ဖခင်များသည်လည်း မိခင်များနည်းတူ တာဝန်ရှိသည်။
- ငယ်ရွယ်သော ကလေးများသည် မိမိတို့အန္တရာယ်ကို မမြင်တတ်၊ မသိတတ်ကြပါ။ လူကြီးများအနေဖြင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများအား အန္တရာယ်များနှင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းတို့မှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်။
- ကလေးများအား အလွဲသုံးစားပြုခြင်းအမျိုးမျိုးမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်။ အလွဲသုံးစားပြုခြင်းသည် ကိုယ်ခန္ဓာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်သည်။ ကလေးများသည် အလွဲသုံးစားပြုခြင်းခံရပါက တစ်သက်လုံး စိတ်ဒဏ်ရာများ ရသွားတတ်သည်၊
- ကလေးတိုင်း အခွင့်အရေးခံစားခွင့်ရှိသည်။ ကလေးတိုင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ခံခွင့်၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမရှိဘဲ တန်းတူထားဆက်ဆံခံခွင့်၊ လွတ်လပ်စွာကစားခွင့်နှင့် ပညာသင်ယူခွင့်တို့ ပါဝင်သည်။ မိဘ၊ ရပ်ရွာနှင့် သက်ဆိုင်ရာ အစိုးရအဖွဲ့အစည်းအသီးသီးတို့သည် ဤအခွင့်အရေးများ ရရှိရန် ဆောင်ရွက်ပေးရမည့် တာဝန်ရှိပါသည်။
- ဤအခွင့်အရေးများရရှိရန် အထူးအလေးထားဆောင်ရွက်ပေးမည့်သူများမှာ မိန်းကလေးငယ်များ၊ မသန်စွမ်းကလေးများ၊ အခွင့်အလမ်းနည်းပါးသော ကလေးများနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခံရဖွယ်ရှိသောကလေးများ ဖြစ်ကြသည်။
- ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးသည် အားလုံး၏တာဝန်ဖြစ်သည်။ ရပ်ရွာသူ/သားများအနေဖြင့် မိမိတို့ရပ်ရွာသည် ကလေးပျော်ရပ်ရွာများဖြစ်အောင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရမည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- မိဘပညာပေးဆွေးနွေးခြင်း လမ်းညွှန်တွင်ပါရှိသော *'ကလေးတစ်ဦးမွေးဖွားခြင်း'* စာအုပ်တွင်ပါရှိသော ဤခေါင်းစဉ်နှင့်ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများကို ဖတ်ရှုပါ။ သတင်းအချက်အလက်များတွင် *ကလေးသူငယ်ဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးနှင့် ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များအပြင်* အခြားရရှိနိုင်သည့် အချက်အလက်များလည်း ပါဝင်ပါသည်။
- အပြန်အလှန်ရှိသော ချဉ်းကပ်နည်းများကို အကျွမ်းဝင်ရင်းနှီးစေရန် လေ့လာထားပါ။ ဥပမာ ညဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်းကို ဤဆွေးနွေးပွဲတွင် အသုံးထည့်နိုင်ပါသည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

ဤအချိန်အတွင်း ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို ပြုလုပ်ရပါမည်။

- အားလုံးကို ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါ။ ဧည့်သည်များနှင့်မိတ်ဆက်ပေးပါ။
- မိတ်ဆက်ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပြောကြားခဲ့သော မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအစီအစဉ်၏ ရည်ရွယ်ချက်ကို အတိုချုံးပြန်ပြောပြပါ။ မိနစ်အနည်းငယ်မျှအချိန်ယူ၍ မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအစီအစဉ်အကြောင်း ပြောကြားပြီး အခြားဆွေးနွေးပွဲနှင့်သက်ဆိုင်သော အစီအစဉ်အကြောင်းအရာ၊ လုပ်ရမည့် အလုပ်တို့ကို ရှင်းပြပါ။
- မိတ်ဆက်ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်ပတ်သက်သူများချမှတ်ခဲ့သော ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ရှင်းလင်းပြောကြားပါ (ဥပမာ-ကလေးများအား မည်သို့ကြီးကြပ်ထိန်းကျောင်းမည်)။ ဤသတင်းအချက်အလက်သည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အရေးကြီးသောအချက်များကို ပြန်လည်သတိပြုမိလာစေပြီး အထူးသဖြင့် မိတ်ဆက်ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်နိုင်ခြင်းမရှိသောသူတို့အတွက် အသုံးဝင်ပါမည်။
- *'ကလေးများအားပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း'* ခေါင်းစဉ်ကို မိတ်ဆက်ပြောကြားပေးပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအတွက် ဤခေါင်းစဉ်ကိုပိုမိုနားလည်စေရန် လုပ်ရမည့်လုပ်ငန်းများပြင်ဆင်ထားကြောင်း ပြောပြပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

'မွေးစကလေးများနှင့် ကလေးငယ်များအား မည်သူတို့က ပြုစုစောင့်ရှောက်သင့်သနည်း' ဆိုသည့် မေးခွန်းဖြင့် ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးပါ။

လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် - မိခင်ရော ဖခင်တွင်ပါ (မိဘနှစ်ပါးလုံးတွင်) ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရန် အညီအမျှ တာဝန်ရှိကြောင်း အလေးအနက်ပြောကြားရန်၊ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးသည် လူတိုင်း၏ တာဝန်ဖြစ်ကြောင်း သိရှိရန်။

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပေးထားသောမေးခွန်းနှင့် သက်ဆိုင်သော မိမိတို့၏ အတွေးအမြင်များနှင့် အယူအဆများကို မျှဝေခြင်းဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် မိမိတို့ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို တစ်ဆက်တည်းပြောနိုင်ပြီး လွတ်လပ်စွာ သဘောမတူခွင့် - တစ်ယောက်အတွေးနှင့်တစ်ယောက် မတူနိုင်ကြောင်း၊ ဆန့်ကျင်နိုင်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။
- မေးခွန်းကို ဖတ်ပြပါ။ 'မွေးစကလေးနှင့် ကလေးငယ်များကို မည်သူတို့က ပြုစုစောင့်ရှောက်ရန် လိုသနည်း' သင့်အနေဖြင့် ဤမေးခွန်းကို ဆွေးနွေးပွဲမစခင် ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးသား နိုင်ပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို ဖတ်ပြပါ။ ပြပါ။
- မေးခွန်းအတွက် အဖြေများကို အားလုံးဆီမှ ရနိုင်ပါစေ။ (အခန်းတွင်းရှိ အမျိုးသမီး၊ အမျိုးသားများ နှင့် အခန်းတွင်းရှိ အသက်အရွယ်မတူသောသူများထံမှ)
- ရရှိလာသော အဖြေများ၊ တုံ့ပြန်မှုများကို ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင်လည်းကောင်း၊ စာရွက်ပေါ်တွင် လည်းကောင်း သင့်တော်သလိုရေးသားပါ။ အခြားတစ်ယောက်ကို ရေးသားရန် အကူအညီ တောင်းခြင်းဖြင့် သင့်အနေနှင့် ဤလုပ်ငန်းကို အရှိန်မပျက်ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နိုင်မည်။
- အတိုချုံးပေးပါ။ အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။ သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားပြောကြားသော အရေးကြီးသော အချက်များကို ပေါ်လွင်အောင် ဖော်ပြပေးပါ။ အကယ်၍ ပြောကြားသည့်အထဲတွင် ဖခင်များ သည်လည်း မိခင်များနည်းတူ ကလေးများကို ညီတူညီမျှပြုစုစောင့်ရှောက်သင့်ကြောင်းဆိုသည့် အချက် မပါရှိပါက ဖြည့်စွက်ပြောကြားပါ။
- မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ 'ကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း' စာအုပ်ကို ရည်ညွှန်း ဖတ်စေပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

ကလေးအခွင့်အရေးအကြောင်းဆွေးနွေးခြင်း

လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် - ပါဝင်ပတ်သက်သူများအနေဖြင့် ကလေးအခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်၍ မည်မျှနားလည်ထားကြောင်း၊ မည်သို့ထင်မြင်ယူဆကြောင်းကို သိရှိရန်နှင့် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး သဘောတူစာချုပ်တွင်ပါဝင်သော ကလေးများ၏အခွင့်အရေးကို မိတ်ဆက်ပေးရန်။

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၄၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- အနည်းဆုံး ၆ ယောက်ပါ အုပ်စုများဖွဲ့ပါ။ ဤလက်စွဲ စာအုပ်၏ အပိုင်း (၁)တွင်ပါသော အုပ်စုခွဲသည့်နည်းလမ်းများကို ကြည့်ပါ။
- အုပ်စုငယ်အတွင်း မည်သို့ဆောင်ရွက်ရမည်ကို ရှင်းပြပါ။ ပြီးလျှင် အုပ်စုကြီးတွင် ပြန်လည်တင်ပြရန်လိုကြောင်း ပြောပါ။ အုပ်စုတစ်ခုစီအတွင်း တင်ပြမည့်သူများကို ရွေးချယ်စေပါ။ မှတ်စုယူမည့်သူတစ်ဦးကိုလည်း ရွေးစေပါ။ အကယ်၍ စာမတတ်သူအုပ်စုဖြစ်ပါက ၎င်းတို့တင်ပြနိုင်ရန် မှတ်စုယူထားပေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ကလေးများတွင် အခွင့်အရေးရှိသည်ဆိုသည့်အချက်ကို မည်သို့ထင်မြင်ကြောင်း မေးမြန်းပါ။ အကယ်၍ 'အခွင့်အရေး' ဆိုသည့်သဘောထားကို နားလည်ခြင်းမရှိပါက ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် ကျန်းမာပျော်ရွှင်ရေးအတွက် (ကိုယ်ခန္ဓာ၊ စိတ်၊ လူမှုဆက်ဆံရေးနှင့်စိတ်လှုပ်ရှားမှု) မည်သည့်အရာများလိုအပ်ပါသနည်းဟု မေးပါ။
- အုပ်စုငယ်အတွင်းဆွေးနွေးရန် အချိန် (၁၀) မိနစ်ပေးပါ။
- အုပ်စုတစ်ခုချင်းစီအား အုပ်စုကြီးအတွင်း ပြန်လည်တင်ပြရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။ အုပ်စုအားလုံးအား မိမိတို့၏ အတွေးအမြင်များကို တင်ပြစေပါ။ (ထပ်လျော့မှုမရှိစေပါနှင့်) ၎င်းတို့၏ အတွေးအမြင်အယူအဆများကို ရွက်ဆုတ်ပိုစတာစာရွက်ကြီးများပေါ်တွင်၊ သို့မဟုတ် သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။
- အတွေးအမြင်အယူအဆများကို အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။ ထပ်မံဖြည့်စွက်လိုပါက ဖြည့်စွက်နိုင်ကြောင်း ပြောပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများတင်ပြထားသော 'အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ' အကြောင်းအပေါ်အခြေခံ၍ မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်၏ *'ကလေးများအားပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း'* စာအုပ်ငယ်တွင် ဖော်ပြ

ထားသော ‘အခွင့်အရေးများ’ကို ထုတ်ဖော်ပြောကြားပေးပါ။ အကယ်၍ ဖော်ပြထားသော အခွင့်အရေးများကို သတိမပြုမိပါက (မပါဝင်ပါက) ထိုအခွင့်အရေးကို ဖော်ပြ၍ ဆွေးနွေးစေပါ။

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏ ဆွေးနွေးပွဲတွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆွေးနွေးခြင်းအတွက် လက်ခုပ်တီးအားပေး၍ ဤလုပ်ငန်းကို အဆုံးသတ်နိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)

ပုံပြော၍ မွေးစကလေးများနှင့် ကလေးငယ်များ၏ဘေးကင်းလုံခြုံမှုကို ဆွေးနွေးခြင်း

လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် - မွေးစကလေးများနှင့် ကလေးငယ်များ၏ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုနှင့်ဆိုင်သော အရေးကြီးသော အချက်များကို သိလာစေရန်။

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၃၀

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- မိမိတို့ မိသားစု၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာအတွင်းတွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သော ကလေးနှင့်ပတ်သက်သော မတော်တဆမှုကို ပြောကြားပေးရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။ အကယ်၍ ပြောပြမည့်သူမရှိက သင့်အနေဖြင့် ကလေးမတော်တဆဖြစ်မှုကို ပြောပြပါ။ ထိုသို့ပြောကြားရာတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများ မပြောချင်သော အကြောင်းအရာကိုပြောရန် ဖိအားမပေးပါနှင့်။ (ဥပမာ- ကလေးသေဆုံးခြင်း)
- အောက်တွင်ဖော်ပြထားသော အကွက်(၃)ကွက်ပါဇယားကို အသုံးပြု၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ကလေးငယ်များတွင် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော မတော်တဆမှု နမူနာ၊ သို့မဟုတ် ဖြစ်နိုင်သော မတော်တဆမှုများကို အိမ်တွင်လည်းကောင်း၊ လမ်းပေါ်တွင်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် တစ်နေရာရာတွင်ဖြစ်နိုင်သော မတော်တဆမှုများကို စဉ်းစားဖြေခိုင်းပါ။ ပြီးလျှင် မတော်တဆမှုများကို မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။ သစ်ပင်ပေါ်မှ လိမ့်ကျခြင်း၊ သို့မဟုတ် လှေကားပေါ်မှ ပြုတ်ကျခြင်း၊ ဤနည်းဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူများထံမှ မတော်တဆမှုများစာရင်းရရှိပါမည်။ ရှည်လျားစွာ ပြောဆိုခြင်းရှောင်ပါ။ အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ စာမရေးတတ်၊ မဖတ်တတ်ပါက နှုတ်ဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

ဖြစ်ပွားခဲ့ပြီးသောမတော်တဆမှုများ (သို့) ရပ်ရွာတွင်းရှိ မွေးစကလေးငယ်များနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများတွင်ဖြစ်နိုင်သော မတော်တဆမှုများ		
အိမ်မှာ	**လမ်းမှာ**	**အခြား**

- အထက်ပါဇယားတွင်ပါရှိသော မတော်တဆမှုများကိုကြည့်၍ မည်သည့် မတော်တဆမှုမှာ အဖြစ်များကြောင်း မှတ်ချက်ပြုပါ။ ဤ မတော်တဆမှုမျိုး ဘာကြောင့်ဖြစ်ရသလဲ။ ဤမတော်တဆမှုမဖြစ်ရန် မည်ကဲ့သို့ ကာကွယ်နိုင်သနည်းဟု မေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိမိအိမ်နှင့် ရပ်ရွာတွင်းရှိ မတော်တဆဖြစ်နိုင်သောနေရာများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်စေ၍ ဤပြဿနာကို မည်သို့ဖြေရှင်းနိုင်ကြောင်း၊ မည်သို့ဆောင်ရွက်မည့်အကြောင်း မေးမြန်းပါ။ ဖြေရှင်းနိုင်သောနည်းလမ်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် တိုက်တွန်းပါ။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ ကလေးများအား ပြုစုစောက်ရှောက်ရေးစာအုပ်ငယ်ပါ* ‘*ကလေးများအား ဘေးအန္တရာယ်ကင်းစွာထားရေး*’ အပိုင်းကို ဖတ်ရန် ရည်ညွှန်းပါ။
- ကလေးများအား အလွဲသုံးစားခြင်း၊ လွဲမှားစွာပြုကျင့်ခြင်းအမျိုးမျိုးနှင့် ကလေးများအပေါ် သက်ရောက်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးနိုင်ရန်မေးခွန်းများမေးပါ။ မေးခွန်းများမှာ‘ကလေးကို လွဲမှားစွာပြုကျင့်ခြင်းဆိုသည်ကို မည်သို့နားလည်သနည်း’ ၊ ‘ကလေးကို ရိုက်နှက်ခြင်းသည် ကလေးအားကိုယ်ခန္ဓာညှင်းဆဲနှိပ်စက်ခြင်းဟု ပြောနိုင်ပါသလား’ နှင့် ‘ကလေးများကို ကြမ်းတမ်းစွာ ပြောဆိုခြင်းသည် ကလေးကို ထိခိုက်နိုင်ပါသလား’ တို့ဖြစ်သည်။ မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ ‘*ကလေးများအားပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း*’ စာအုပ်ငယ်ပါ ‘အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်း’ အပိုင်းနှင့် ‘*ကလေးများကို လွဲမှားစွာပြုကျင့်မှုမှကာကွယ်ခြင်း*’ အပိုင်းများကို အာရုံစိုက်ဖတ်ကြားပါစေ။

- ကလေးငယ်များအား ကြမ်းတမ်းစွာဆက်ဆံခြင်း၊ သို့မဟုတ် ကြမ်းတမ်းစွာ ပြောဆိုခြင်းမရှိဘဲ စည်းကမ်းပေးခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများထံမှ ထင်မြင်ယူဆချက်များ တောင်းခံပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအချင်းချင်းဆွေးနွေးစေ၍ အထက်ပါအတိုင်း ကြမ်းတမ်းစွာ ဆက်ဆံခြင်း၊ (သို့) ကြမ်းတမ်းစွာပြောဆိုခြင်းမရှိဘဲ စည်းကမ်းပေးနိုင်သည့်နည်းလမ်း (၃-၄) ခုကို ရရှိလာအောင်ဆွေးနွေးစေပါ။ ၎င်းတို့၏ အကြံပြုချက်များကို ကျောက်သင်ပုန်း (သို့) စာရွက်ညိုကြီးပေါ်တွင်ရေးသားစေပါ။ အကယ်၍ လှောင်ပြောင်ခြင်း၊ (သို့) ကြမ်းတမ်း၍ အန္တရာယ်ရှိသော စည်းကမ်းပေးနည်းများကို ဖော်ပြထားသည်ကိုတွေ့ပါက အထက်ပါ နည်းလမ်းများသည် ယနေ့ခေတ်တွင် လွဲမှားစွာပြုကျင့်ခြင်းဟု သတ်မှတ်ထားပြီး ကလေးများအတွက် အန္တရာယ်ရှိကြောင်း ပြောပြပါ။ အကယ်၍ ကလေးများအား ပြင်းပြင်းထန်ထန်စည်းကမ်းမပေးခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ တင်ပြနိုင်ခြင်းမရှိပါက စာအုပ်အမှတ် (၇) 'ကလေးငယ်များ၏အပြုအမူ' စာအုပ်ငယ်တွင်ပါသော 'ကလေးများ၏အပြုအမူများကို လမ်းညွှန်ခြင်း၊ ထိန်းချုပ်ခြင်းအတွက် အပြုသဘောဆောင်သော ချဉ်းကပ်နည်း' အပိုင်းကို ရည်ညွှန်း၍ဖတ်စေပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၄)

အားသာချက်၊ အားနည်းချက်၊ အခွင့်အလမ်းနှင့် အခက်အခဲများ။ ရပ်ရွာမှကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ပံ့ပိုးဆောင်ရွက်မှုများ

မှတ်ချက် - အကယ်၍ ဖော်ပြထားသော လုပ်ငန်းစဉ် (၄) ခုစလုံးကို လုပ်ရန် အချိန်မရှိပါက ဤလုပ်ငန်းစဉ် (၄) ကို အခြားလုပ်ငန်းစဉ်အစား အစားထိုးပြုလုပ်သင့်ပါသည်။ လုပ်ငန်းစဉ် (၄) သည် နောက်ရှေ့ဆက်လုပ်မည့် ဆွေးနွေးပွဲအတွက် အရေးကြီးသည်။

လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် - ရပ်ရွာအတွင်းရှိ ကလေးငယ်များ၏ လိုအပ်ချက်နှင့် အခွင့်အရေးများကို ပြည့်မီအောင် ဆောင်ရွက်ရာတွင် (နိုင်ရန်) ရပ်ရွာတွင်းရှိ အားသာချက်၊ အားနည်းချက်၊ အခွင့်အလမ်းနှင့် အခက်အခဲများကို ဖော်ထုတ်ရန်နှင့် ရပ်ရွာအနေဖြင့် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ရေးဆွဲနိုင်ရန်။

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၂၀ - ၃၀ မိနစ်၊ (ဤလေ့ကျင့်ခန်း/လုပ်ငန်းကို ဤဆွေးနွေးပွဲတွင် စတင်နိုင်ပြီး နောက်ဆွေးနွေးပွဲအထိ ဆက်လက်ဆွေးနွေးနိုင်ပါသည်။)

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဤဆွေးနွေးပွဲမစခင် ရေးဆွဲထားသော ဇယားကို ညွှန်းပါ။ ထိုဇယားသည် အောက်တွင် ဖော်ပြထားသည်နှင့် ဆင်တူပါသည်။

ရပ်ရွာတွင်း ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း

အားသာချက်	**အားနည်းချက်**
သင်၏ရပ်ရွာတွင် လက်ရှိလုပ်ဆောင်နေသော ကလေးအခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်သော **ကောင်းသောအချက်များ**	သင်၏ရပ်ရွာတွင်း၌ ကလေးအခွင့်အရေး နှင့်ပတ်သက်သော **မကောင်းသော အချက်များ**ကို ရေးသားပါ။
အခွင့်အလမ်း	**အခက်အခဲများ**
ကောင်းသောအချက်များ၊ သို့မဟုတ် အားနည်းချက်များကို ကျော်ဖြတ်နိုင်ရန်အတွက် ရပ်ရွာအနေနှင့် ရရှိနိုင်သော **ပံ့ပိုးမှုများနှင့် အရင်းအမြစ်များ**	ကောင်းသော အချက်များကို ဆက်လက် ထိန်းသိမ်းထားရန်၊ သို့မဟုတ် အားနည်းချက်၊ မကောင်းသော အချက်များကို ကျော်လွှားနိုင်ရန်အတွက် **စိန်ခေါ်မှုများ**

- အုပ်စုကြီးအတွင်း ဤလုပ်ငန်းစဉ်အကြောင်းရှင်းပြပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ကလေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ မိမိတို့ရပ်ရွာတွင် ဖြစ်ပျက်နေသောအချက်များကို ပြန်လည် ဆန်းစစ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။
- ရပ်ရွာတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်နေသော ကောင်းသောအချက်များနှင့် ရနိုင်သောကလေးစောင့်ရှောက်ရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို စဉ်းစားစေပါ။ ဥပမာ- ရပ်ရွာတွင်း၌ သောက်ရေသန့်ရရှိမှု၊ ရွာတွင် မူလတန်းကျောင်းရှိမှု၊ ကလေးကစားကွင်းရှိခြင်း၊ အကယ်၍ အထက်ပါကဲ့သို့ ကောင်းသော အချက်များကိုစဉ်းစား၍ရပါက ထိုအချက်များကိုဘယ်ဘက်ထောင့်အကွက်ရှိ အားသာချက်တွင် ရေးသားပါ။ မမှန်ကန်သော သတင်းအချက်အလက်များ မရေးမိပါစေနှင့်။ အကယ်၍ မမှန်ကန် သော သတင်းများပါရှိပါက (၃) မိနစ်ခန့်မျှရပ်၍ အထက်ပါအကြောင်းဆွေးနွေးပါ။ (၃ မိနစ်)
- ကလေးအခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်သော မကောင်းသောအချက်များကို မေးမြန်းပါ။ ဥပမာ- ရပ်ရွာတွင်း၌ ကလေးများပြေးလွှားဆော့ကစားရန် ကစားကွင်းမရှိပါ။ (သို့) ဘောလုံးကွင်းမရှိပါ။ ဤအချက်များကို ညာဘက်ထောင့်ရှိ အားနည်းချက်အကွက်တွင် ရေးသားပါ။ (၃ မိနစ်)
- ရပ်ရွာမှ မည်သည့်ပံ့ပိုးမှု၊ သို့မဟုတ် အရင်းအမြစ်များရရှိနိုင်မလဲ။ ဤကဲ့သို့ အကြံပြုချက်များကို 'အခွင့်အလမ်း' အောက်တွင် ထည့်သွင်းပါ။ ဥပမာ- ကစားကွင်း (သို့) ကစားရန်နေရာအတွက် ရန်ပုံငွေရရှိခြင်း။ (၃ မိနစ်)
- ရပ်ရွာမှ လုပ်ငန်းတစ်ခုလုပ်ရန်အတွက် အခက်အခဲ၊ စိန်ခေါ်မှုများရှိပါက ထိုအချက်များကို ပြုစုခိုင်းပါ။ ဥပမာ- ရပ်ရွာကလေးကစားကွင်းဆောက်ရန် မြေပိုင်ရှင်မှ မြေနေရာမတည်ပေးခြင်း စသည့်အချက်ကို အခက်အခဲအဟန့်အတားအကွက်တွင် ထည့်သွင်းပါ။ (၃ မိနစ်)
- အားလုံးပြီးပါက အထက်ပါ ဇယားကို နောက်တစ်ခေါက် ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပြန်လည်စဉ်းစားနိုင်ရန် အဆုံးမသတ်သေးဘဲထားမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား ရပ်ရွာအတွင်း

လှည့်လည်ကြည့်ရှုစေ၍ ရေးသားထားချက်များကို ပြန်စဉ်းစားစေပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ အနေဖြင့် နောက်ထပ် သတင်းအချက်များကို နောင်လုပ်မည့်ဆွေးနွေးပွဲတွင် ထပ်ဖြည့်လိုပါက ဖြည့်နိုင်ပါလိမ့်မည်။ အဓိကအနေဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် မိမိတို့ ရပ်ရွာကို ကလေးပျော် ရပ်ရွာဖြစ်ရန် မည်သည့်လုပ်ငန်းစီမံချက်မျိုးလုပ်နိုင်မည်ကို စဉ်းစားစေပါ။ ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူများ ကြည့်ရှုလေ့လာနေချိန်တွင် ပါဝင်ခြင်းဖြင့် ရရှိလာသော သတင်းအချက် အလက်များသည် နောက်တစ်ခါ ပြုလုပ်မည့် ဆွေးနွေးပွဲနှင့် လုပ်ငန်းအတွက် အသုံးဝင်သော အချက်အလက်များဖြစ်လာပါမည်။

မှတ်ချက် - အောက်ဖော်ပြပါအချက်သည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများ စာမရေးတတ်၊ မဖတ်တတ်ပါက လုပ်ဆောင်နိုင်သော နည်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို အုပ်စု (၂) ခု သို့မဟုတ် (၂) ခုထက်ပိုသော အုပ်စုဖွဲ့စေပါ။ အုပ်စု တစ်ခုစီကို စာရွက်ကြီး တစ်ရွက်စီပေး၍ ကြမ်းပြင်ပေါ်၊ သို့မဟုတ် စားပွဲတွင် ထိုင်စေပါ။
- အုပ်စုထဲမှ ပုံဆွဲတတ်သူတစ်ဦးကို ပုံဆွဲပေးရန် အကူအညီတောင်းပါ။
- လုပ်ငန်းကို ရှင်းပြပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ရပ်ရွာထဲရှိ ကလေးသူငယ်များအတွက် ရနိုင်သော ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးဝန်ဆောင်မှုနှင့် အထောက်အဦပစ္စည်းများအကြောင်း ဆွေးနွေးစေပါ။ ပုံဆွဲသူမှ ၎င်းတို့ပြောသည်ကို ပုံဆွဲထားပါ။
- ပံ့ပိုးကူညီသူမှ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား စဉ်းစားနိုင်ရန် တိုက်တွန်းပေးပါ။ ကလေးပြုစုစောင့် ရှောက်ရေးဝန်ဆောင်မှုနှင့် ပစ္စည်းများဆိုသည်မှာ ကစားကွင်း၊ ပန်းခြံ၊ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး ဌာန၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာန၊ ကျောင်း၊ ကလေးစာကြည့်တိုက်။
- အုပ်စုတိုင်းသည် အုပ်စုကြီးအတွင်း ၎င်းတို့၏ပုံများကိုတင်ပြပြီး ပုံပါအကြောင်းအရာကို ပြော ပါစေ။
- ပံ့ပိုးကူညီသူမှ အဆိုပါ ပုံများမှ မည်သည့်ဝန်ဆောင်မှုနှင့် အထောက်အဦပစ္စည်းများမပါသေးဘဲ ကျန်နေသေးသည့်အချက်များကို ဦးဆောင်ဆွေးနွေးပါ။ ဤကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးနှင့် ပတ်သက်၍ လုပ်ဆောင်ရန် မည်သည့်အခွင့်အလမ်းများရှိသည်ကို ဆွေးနွေးစေပါ။ အကယ်၍ အခက်အခဲ၊ အဟန့်အတားများရှိပါက ၎င်းအခက်အခဲ၊ အဟန့်အတားကို မည်သို့ ကျော်လွှားမည် ဆိုသည်ကို ဆွေးနွေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများဆွဲထားသောရုပ်ပုံများကို ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပသည့် ခန်းမ၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာ စာသင်ဝိုင်း၊ ရပ်ရွာပညာပဒေသာဌာနများတွင် ခင်းကျင်းချိတ်ဆွဲထားနိုင်ခြင်း ရှိ-မရှိ မေးမြန်းပါ။

ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိနစ်အနည်းငယ်အချိန်ယူ၍ ဤဆွေးနွေးပွဲပြီးပါက မိမိတို့ရပ်ရွာတွင် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးနှင့် ပတ်သက်သည့်လုပ်ငန်းများအကြောင်းကို စဉ်းစားစေပါ။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် လုပ်ငန်းတစ်ခုခုလုပ်ရန် ပြင်ဆင်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ စဉ်းစားပြီးပါက ၎င်းတို့စဉ်းစားထားသောလုပ်ငန်းအကြောင်းကို မိမိဘေးတွင်ထိုင်နေသူအား ပြောပြစေပါ။
- ယနေ့ဆွေးနွေးပွဲနှင့် ပတ်သက်၍သော်လည်းကောင်း၊ နောင်လုပ်မည့် ဆွေးနွေးပွဲနှင့်ပတ်သက်၍ မေးလိုသောမေးခွန်း၊ သို့မဟုတ် မှတ်ချက်များပေးလိုခြင်း ရှိ-မရှိ မေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံးအား ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပြောပါ။
- နောင်ကျင်းပမည့် ဆွေးနွေးပွဲတွင် ဆွေးနွေးမည့် အကြောင်းအရာ၊ ကျင်းပမည့်ရက်၊ အချိန်နှင့် နေရာတို့ကို ကြေညာပါ။

ဤခေါင်းစဉ်ပါ အကြောင်းအရာအချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်းများဖြင့်ဖြန့်ဝေခြင်း

- ဆွေးနွေးပွဲမစခင်နှင့် ဆွေးနွေးပွဲပြီးသည့်နောက်တွင်လည်းကောင်း၊ ပါဝင်တက်ရောက်သူအချို့အား ကလေးအခွင့် အရေးနှင့်ပတ်သက်သည့် ပိုစတာလုပ်ရာတွင် ပါဝင်စေပါ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ဆွေးနွေးသည့် အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ပိုမိုနားလည်သဘောပေါက်စေပြီး ၎င်းတို့ ပြုလုပ်မည့် မိဘပညာပေး လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ကို ၎င်းတို့၏လုပ်ငန်းကဲ့သို့ သဘောထားလာစေပါမည်။ ထို့ပြင် ရပ်ရွာပိုင်နေရာတွင် ပြသချိတ်ဆွဲ(ခင်းကျင်းပြသ)ထားနိုင်သည့် ပစ္စည်းကိုလည်း ရရှိစေပါသည်။
- အကယ်၍ ရပ်ရွာထဲတွင် ကျောင်းရှိပါက သင့်အနေနှင့် အတန်းကြီးမှကလေးများအား ဆွေးနွေးသည့်အကြောင်းအရာကို ပြောပြလိုကြောင်းခွင့်တောင်းပါ။ ကလေးများ အဆင်ပြေသောအချိန်တွင် ဆွေးနွေးသည့်အကြောင်းအရာကို ကလေးများနှင့်ဆီလျော်သလို ဆွေးနွေးပြောပြနိုင်ပါသည်။
- ရပ်ရွာတွင်း၌ ထုတ်လွှင့်နေသော ရေဒီယိုအစီအစဉ်ရှိပါက မိဘပညာပေးအစီအစဉ်အကြောင်းကို ရေဒီယိုမှတစ်ဆင့် တင်ပြလိုကြောင်း တောင်းဆိုပါ။ ဤ ရေဒီယိုအစီအစဉ်တွင် ပထမဆုံး ဆွေးနွေးသောခေါင်းစဉ်တွင် ပါဝင်သော အဓိကအချက်များကို ပြောပြပါ။
- အကယ်၍ ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်သူဦးရေနည်းပါက အလားတူ ဆွေးနွေးပွဲနောက်တစ်ခါ ထပ်လုပ်ပါ။ သို့မဟုတ် အိမ်လည်ခြင်းပြုလုပ်ပါ။ သင့်အနေဖြင့် ရပ်ရွာနှင့်ကိုက်ညီမည့်လုပ်ငန်းကို သိပြီး အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ပါလိမ့်မည်။

- ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်နေစဉ်အတွင်း စိတ်ဝင်စားသူများရှိပါက အမျိုးသားသီးသန့်ဆွေးနွေးပွဲကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ဆွေးနွေးပွဲတက်ဖူးသူ အမျိုးသားတစ်ဦးမှ ဦးဆောင်ကျင်းပနိုင်ပြီး ထိုသူသည် ဖခင်များအနေဖြင့် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်းများလုပ်ရာတွင် စိတ်ပါဝင်စားသူ၊ တာဝန်ယူလိုစိတ်ရှိသူ ဖြစ်သင့်ပါသည်။
- အိမ်လည်ခြင်းဖြင့် တစ်ဦးချင်းသော်လည်းကောင်း၊ မိသားစုအတွက်သော်လည်းကောင်း တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်းပြုနိုင်ပါသည်။ ဆွေးနွေးပွဲလုပ်နေစဉ်အတွင်း အချို့သောသူများသည် အကူအညီ ပိုလိုသည်ကို သိရှိလာ၊ သတိထားမိလာနိုင်ပါသည်။ (အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု၊ သမီးမိန်းကလေးအား ကျောင်းသို့စေလွှတ်မှု မရှိခြင်း၊ ကျောင်းမထားခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အလွဲသုံးစားပြုမှုခံရခြင်း စသည်) မိမိကိုယ်တိုင်သော်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် ကျွမ်းကျင်သူတစ်ဦးကို အကူအညီတောင်းခြင်းဖြင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပေးခြင်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- ရပ်ရွာတွင်း၌ နေရာအဆင်ပြေပါက ရုပ်သေးပွဲ၊ သို့မဟုတ် လမ်းဘေးဇာတ်တင်ဆက်ခြင်းဖြင့် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်ကို ပေးနိုင်ပါသည်။
- ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့်ဆိုင်သော အရေးကြီးသောအချက်များကို ထုတ်လွှင့်နိုင်ရန် ဒေသတွင်းရှိ တီဗီထုတ်လွှင့်သူများနှင့်ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။
- အကယ်၍ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်သော ဗီဒီယို၊ သို့မဟုတ် ဒီဗီဒီရှိပါက ပြသနိုင်ရန် နေရာနှင့် အချိန်စီစဉ်ပါ။
- ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များကို ကျေးရွာတွင်း ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲတွင်လည်း ပြသဖျော်ဖြေနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ ဗဟုသုတများကို ပိုမိုနားလည်သိရှိလာပါသည်။

နောက်ခံအချက်အလက်များ

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ ကြေညာစာတမ်း

လွန်ခဲ့သော နှစ် ၂၀ ကျော်ခန့်က ကုလသမဂ္ဂအဖွဲ့အစည်းမှ *ကလေးသူငယ်ဆိုင်ရာ ကြေညာစာတမ်း*ကို ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ နိုင်ငံတော်အားလုံးနီးပါးက သဘောတူညီ လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ပါသည်။

ဤကြေညာစာတမ်းသည် ကလေးများအား မည်သို့ပြုစုစောင့်ရှောက်မည်၊ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မည်ကို စည်းမျဉ်းများ၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်များ သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤကြေညာစာတမ်းတွင် အသက် (၁၈) နှစ်အောက်ကလေးများ အကျုံးဝင်ပါသည်။ မိဘပညာပေးအစီအစဉ်သည် မွေးစမှ (၈) နှစ်ကလေးများအတွက် မည်သို့ဆောင်ရွက်ရမည်ကို အလေးထားစဉ်းစားပါသည်။

ကလေးများတွင် အခွင့်အရေးရှိသည်ဆိုသည့်အချက်ကို မိဘတော်တော်များများက မသိရှိပါ။ မိဘများအတွက် ဆန်းသစ်သောအတွေးအခေါ် ဖြစ်နေပါသည်။ *ကလေးများ အခွင့်အရေးဆိုင်ရာကြေညာစာတမ်း*သည် မိဘများ၏အခွင့်အရေးကိုလည်း မပစ်ပယ်ပါ။

မွေးစကလေးများနှင့် ကလေးသူငယ်တို့သည် မိဘအပေါ် လုံးဝမှီခိုနေရပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိဘများက ကလေးများနှင့်ပတ်သက်သောလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ပေးရပြီး ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ချမှတ်ရပါမည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင်လည်းကောင်း၊ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင်လည်းကောင်း ကလေးများ၏ ကောင်းကျိုးကို ရှေ့ရှု၍ လုပ်ဆောင်ပေးရပါသည်။ အကယ်၍ မိမိတို့ကျင့်သုံးနေသော ရိုးရာအစဉ်အလာ၊ အလေ့အကျင့်များသည် ကလေးများ၏ ကောင်းကျိုးကို ရှေ့ရှုခြင်းနှင့် မကိုက်ညီပါက ထိုဓလေ့ထုံးစံ အစဉ်အလာ အလေ့အကျင့်များကို ပြောင်းရန် လိုအပ်ပါသည်။

● အသက်ရှင်ခွင့်၊ ရှင်သန်နိုင်ခွင့်၊ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နိုင်ခွင့်

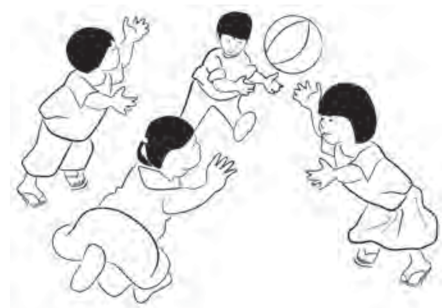
ဤအခွင့်အရေးသည် ကလေးများသည် ကောင်းမွန်စွာ စောင့်ရှောက်ခံယူနိုင်ခွင့် ရှိရမည်။ မိခင်ရော ကလေးပါ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ လုံလောက်သောအာဟာရ ရရှိခြင်း၊ ရောဂါများမှ ကင်းဝေးရပါမည်။ ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ဖွံ့ဖြိုးမှုကို အပြည့်အဝပေးသော လုံခြုံစိတ်ချမှုရှိပြီး ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သောပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကြီးထွားရှင်သန်ခွင့်ရှိရပါမည်။

● ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမခံရခွင့်

ကလေးတိုင်းကို အညီအမျှထား ဆက်ဆံရပါမည်။ အထူးသဖြင့် ဤအခွင့်အရေးသည် မိန်းကလေးများ၊ မသန်စွမ်းကလေးများ၊ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး ကူးစက်ခံထားရသော ကလေးများ၊ အခြားကူးစက်ရောဂါရှိသော ကလေးများနှင့် လူမျိုး၊ ဘာသာ၊ ဇာတိ၊ သို့မဟုတ် အခြားအဆင့်အတန်းနှင့် အခွင့်အလမ်းနည်းပါးနေသော ကလေးများအားလုံး အကျုံးဝင်ပါသည်။ ကလေးတိုင်းအား ကောင်းသောအစားအစာ၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးခွင့်များကို အညီအမျှပေးရပါမည်။

● ကစားခွင့်နှင့် အနားယူအပန်းဖြေခွင့်

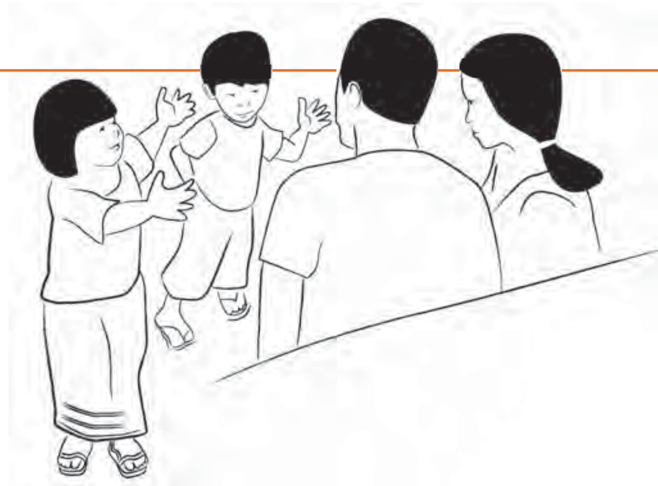
ကစားခြင်းသည် ကျန်းမာစွာ ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားမှုနှင့် သင်ယူခြင်းကို ဖြစ်စေပါသည်။ ကလေးတိုင်းသည် မိမိတို့ သူငယ်ချင်းများနှင့် လွတ်လပ်စွာ ကစားခွင့်ရှိပါသည်။ ကစားခြင်းဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ လူမှုဆက်ဆံရေးနှင့် ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေပါသည်။



● ကျောင်းနေခွင့်၊ ပညာသင်ခွင့်

ကလေးတိုင်း အခမဲ့မူလတန်းပညာရေးနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများရပိုင်ခွင့်ရှိပါသည်။ ကျောင်းဝင်ခွင့်နှင့် ကျောင်းပြီးဆုံးအောင် နေခွင့်ရှိပါသည်။ ဤရပိုင်ခွင့်တွင် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်းများ၊ မူကြိုကျောင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကောင်းမွန်သော ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်းတွင် ပါဝင်ခွင့်ရပါက ကလေးများအား မူလတန်းကျောင်းသို့ ကူးပြောင်းရန် အဆင်သင့်ပြင်ဆင်ပေးပြီး ကျောင်းနေမြဲရန် သေချာစေပါသည်။ မိမိတို့၏ အတွေးအမြင်များနှင့် ထင်မြင်ယူဆချက်ချက်များကို လွတ်လပ်စွာ ဖော်ထုတ်နိုင်ခွင့်၊ လူမှုယဉ်ကျေးမှုအမျိုးမျိုးတွင် ဤရပိုင်ခွင့်ပါ အကြောင်းအရာတော်တော်များများကို လက်ခံရန် ခက်ခဲပါသည်။ လူတော်တော်များများက လူကြီး၏အခန်းကဏ္ဍသည် ကလေးများအား လမ်းညွှန်ပေးဖို့ဖြစ်ပြီး ကလေးများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ထင်မြင်ချက်များကို ပွင့်လင်းစွာဖော်ထုတ်ရန်နှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်ရန် ငယ်ရွယ်လွန်း၊ သို့မဟုတ် မရင့်ကျက်သေးဟု ယူဆထားပါသည်။ ဤရပိုင်ခွင့်သည် ငယ်ရွယ်သောကလေးများတွင်ပင် မိမိတို့၏ထင်မြင်ချက်များကို လွတ်လပ်စွာထုတ်ဖော်ခွင့်၊ မိမိနှင့်ဆိုင်သောကိစ္စများတွင် ဆုံးဖြတ်ချက်ချပိုင်ခွင့်ရှိကြောင်း ဖော်ပြထားပါသည်။ မိဘပညာပေးအစီအစဉ်၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ

မိဘများနှင့် ရပ်ရွာအတွင်းရှိ လူအများအား ကလေးသူငယ်ဆိုင်ရာအခွင့်အရေးများကို သိရှိနားလည်စေရန်နှင့် မိမိတို့ကျင့်သုံးနေသော ကလေး၏ကောင်းကျိုးကို သွေဖည်သော အလေ့အကျင့်များကို ပြောင်းလဲရန်လိုအပ်ကြောင်းသိရှိစေရန် ဖြစ်ပါသည်။ ကောင်းမွန်သော ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး နည်းလမ်းများဖြင့် ကြီးပြင်းလာရသော ကလေးများသည် မိမိတို့သည် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုရှိပြီး မိမိ၏မိသားစုက မိမိအပေါ် ချစ်ခင်ကြင်နာမှုရှိကြောင်း သိရှိပြီး မိဘများနှင့် မိမိတို့ဘဝတွင် အရေးပါသောသူများအပေါ် ယုံကြည်အားကိုးစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။



ရိုးရှင်းစွာ တင်ပြထားသော ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးပဋိညာဉ်စာတမ်းပါ

အခွင့်အရေးများ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်း၊ ပဋိညာဉ်၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ နိုင်ငံတော်တိုင်းတွင် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ လျစ်လျူရှုခြင်း၊ ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း၊ အလွဲသုံးစားပြုခြင်းတို့ကို အနည်းနှင့်အများခံစားနေရသော ကလေးများအား ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် ချမှတ်ထားသော စည်းမျဉ်းများ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို သတ်မှတ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့သတ်မှတ်ရာတွင် မတူညီသောယဉ်ကျေးမှု၊ နိုင်ငံတော်ရေးနှင့် လူမှုရေးများဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသော နိုင်ငံတော်အသီးသီး၏ အခြေအနေနှင့် ကိုက်ညီစွာ ရေးဆွဲထားပါသည်။ အရေးကြီးဆုံးအချက်မှာ ကလေးများ၏ကောင်းကျိုးကို ရှေ့ရှုဆောင်ရွက်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးပါ ကြေညာစာတမ်းတွင်ပါဝင်သော ရပိုင်ခွင့်များကို အကြမ်းအားဖြင့် (၃) ပိုင်း ပိုင်းနိုင်ပါသည်။

ရရှိပိုင်ခွင့်

ဤရပိုင်ခွင့်သည် လက်ဝယ်ပိုင်ဆိုင်ခွင့်၊ သီးခြားအမျိုးအစားနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ရပိုင်ခွင့်၊ သို့မဟုတ် အလှမ်းမီခွင့်ရှိရေး (ဥပမာ- အမည်၊ လူမျိုး၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ ပညာရေး၊ အနားယူခြင်း၊ ကစားခြင်း၊ မိဘမဲ့များနှင့် မသန်စွမ်းသောကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခံခွင့်)

ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခွင့်

ဤရပိုင်ခွင့်သည် အမျိုးမျိုးသော၊ အန္တရာယ်ရှိသောအပြုအမူများနှင့် အလေ့အကျင့်များမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းဖြစ်သည်။ (မိဘများနှင့်ကွဲကွာခြင်း၊ စစ်မက်ဖြစ်ပွားချိန်တွင်ရောက်ရှိနေခြင်း၊ စီးပွားရေး၊ သို့မဟုတ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာခေါင်းပုံဖြတ်အမြတ်ထုတ်ခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်ကို ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း)

ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခွင့်

ဤရပိုင်ခွင့်သည် ကလေး၏ဘဝကို သက်ရောက်မှုရှိနိုင်သော မည်သည့်ဆုံးဖြတ်ချက်မျိုးကိုမဆို ကြားစေ၊ သိစေရမည်။ ကလေးများတဖြေးဖြေး အရွယ်ရောက်လာသည်နှင့်အမျှ လူမှုပတ်ဝန်းကျင်တွင် ဝင်ဆံ့စေရမည်။ ကလေးဘဝမှ လူကြီးဘဝသို့ကူးပြောင်းရာတွင် ပြင်ဆင်ပေးခြင်း (မိမိပြောလိုသည်ကို လွတ်လပ်စွာပြောဆိုနိုင်ခြင်း၊ မိမိ၏အတွေးအမြင်များကို လွတ်လပ်စွာ ဖော်ထုတ်ခွင့်ရခြင်း၊ ဘာသာရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ကြိုက်နှစ်သက်ရာ ဘာသာရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ဘာသာစကားတို့ကိုကျင့်သုံးခွင့်)

အပိုဒ် (၁) ကလေးသူငယ်အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်

သက်ဆိုင်ရာနိုင်ငံတော်ဥပဒေအရ အရွယ်ရောက်ခြင်းကို စောစွာသတ်မှတ်ထားမှုမှအပ အသက် (၁၈)နှစ် အောက်ရှိ လူအားလုံး အကျုံးဝင်သည်။

အပိုဒ် (၂) ခွဲခြားသတ်မှတ်မှုမရှိခြင်း

ကလေးတိုင်းအား အကြွင်းမရှိ ရပိုင်ခွင့်ပေးရမည်။ နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် ကလေးအား အကြွင်းမရှိ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးရမည်။ နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် ကလေးအား အမျိုးမျိုးသောနည်းများဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် တာဝန်ရှိသည်။

အပိုဒ် (၃) ကလေးသူငယ်အတွက်အကောင်းဆုံးအကျိုးခံစားခွင့်ရှိစေခြင်း

ကလေးနှင့်ပတ်သက်သော အရေးယူလုပ်ရှားမှုအားလုံးသည် ကလေး၏ အကောင်းဆုံးအကျိုးခံစားခွင့်ကိုမျှော်ကိုး၍ လုပ်ဆောင်ရမည်။

အပိုဒ် (၄) အခွင့်အရေးများကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခြင်း

နိုင်ငံတော်၏တာဝန်မှာ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးညီလာခံသဘောတူစာချုပ်ပါ အခွင့်အရေးအားလုံးကို ခြွင်းချက်မရှိ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရမည်။

အပိုဒ် (၅) မိဘ၊ မိသားစုနှင့်ရပ်ရွာများ၏အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ

နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် မိဘနှင့် မိသားစုတို့မှ မိမိတို့၏ ကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ တာဝန်နှင့် ဝတ္တရားများကို လေးစားလိုက်နာရမည်။

အပိုဒ် (၆) အသက်ရှင်သန်ကျန်ရှိခြင်းနှင့်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု

ကလေးသည် အသက်ရှင်သန်ကျန်ရှိခွင့်ရှိပြီး နိုင်ငံတော်၏တာဝန်မှာ ကလေး၏ ရှင်သန်မှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကိုရရှိစေရန် တာဝန်ခံဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

အပိုဒ် (၇) အမည်နှင့်နိုင်ငံတော်သားဖြစ်မှု

မွေးစမှစ၍ အမည်တစ်ခုပိုင်ဆိုင်ခွင့်၊ နိုင်ငံသားဖြစ်ခွင့်နှင့် ကလေး၏မိဘမှ အသိအမှတ်ပြုပြီး ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှု ခံယူစေရမည်။

အပိုဒ် (၈) သီးခြားဂုဏ်အင်္ဂါရပ်ထိန်းသိမ်းခြင်း

နိုင်ငံတော်၏တာဝန်မှာ ကလေး၏မိမိမည်သူမည်ဝါဖြစ်သည်ဆိုသည့် အခြေခံလက္ခဏာများကို အကာအကွယ်ပေးပြီး မတရားသဖြင့် ရုတ်သိမ်းထားသော နိုင်ငံတော်သားဖြစ်ပိုင်ခွင့်နှင့် မိမိသည် နိုင်ငံသားဖြစ်ကြောင်း ပြန်လည်လျှောက်ထားရာတွင် တရားဥပဒေအရ ကူညီစောင့်ရှောက်ပေးရမည်။

အပိုဒ် (၉) မိဘများနှင့် မကွဲမကွာနေရခြင်း

အကယ်၍ မိသားစုနှင့် ခွဲခွာနေရပါက ကလေးအနေဖြင့် မိသားစုနှင့် ဆက်သွယ်ခွင့်ရှိရမည်။ အကယ်၍ ပြစ်မှုတစ်ခုခုကြောင့်၊ သို့မဟုတ် ပြစ်ဒဏ်ကြောင့် အထိန်းသိမ်းခံနေရခြင်းကြောင့်၊ သို့မဟုတ် သေဆုံးသွားခဲ့သော် နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် ကလေး၊ သို့မဟုတ် မိဘပျောက်ဆုံးနေသော၊ မိဘ/သားသမီးအကြောင်းနှင့်ဆိုင်သော သတင်းအချက်အလက်များကို ပြန်ကြားပေးပို့ရမည်။

အပိုဒ် (၁၀) မိသားစုပြန်လည်ပေါင်းစည်းခြင်း

မိသားစုနှင့် ပြန်လည်ပေါင်းစည်းနိုင်ရန် နိုင်ငံတော်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် နိုင်ငံတော်မှ ထွက်ခွာ၊ စွန့်ခွာသွားခြင်းတို့ကို လူသားချင်းစာနာထောက်ထားစွာဖြင့် ပြုလုပ်ခွင့် ပေးရမည်။ ကလေးအနေဖြင့် အခြားနိုင်ငံ၊ သို့မဟုတ် အခြားနေရာတွင် ရောက်ရှိနေသော မိဘများနှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်သွယ်ထိတွေ့ခွင့် ရှိရမည်။

အပိုဒ် (၁၁) တရားဥပဒေနှင့် ဆန့်ကျင်သည့် လွှဲပြောင်းခြင်းနှင့် ပြန်မလာစေခြင်း

နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် မိတ်ဖက်နိုင်ငံတော်(အဖွဲ့အစည်း)၊ သို့မဟုတ် တတိယအဖွဲ့မှ ကလေးသူငယ်များအား အခြားနိုင်ငံသို့ တရားဥပဒေနှင့်ဆန့်ကျင်သည့် လွှဲပြောင်းမှုများကို ဆန့်ကျင် တိုက်ခိုက်ခြင်း စီမံချက်များကို ဆောင်ရွက်ရာတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ရမည်။

အပိုဒ် (၁၂) ကလေးသူငယ်၏ထင်မြင်ယူဆချက်ကိုလွတ်လပ်စွာဖေါ်ထုတ်ခြင်း

ဤအပိုဒ်သည် ကလေးတိုင်း မိမိတို့၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို လွတ်လပ်စွာ ဖော်ထုတ် ဆွေးနွေးခွင့်ရှိ၍ ဤအခွင့်အရေးကို အလေးအနက်ထားစဉ်းစားရမည်။

အပိုဒ် (၁၃) လွတ်လပ်စွာ ပြောဆိုခြင်းနှင့်သတင်းအချက်အလက်ရယူခွင့်

ဤအခွင့်အရေးတွင် ကလေးများအနေဖြင့် သိသင့်သိထိုက်သော သတင်းအချက်အလက်များကို လွတ်လပ်စွာရှာဖွေခြင်း၊ လက်ခံရယူခြင်းနှင့် ဖြန့်ချိခြင်းကို နှုတ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် ပန်းချီအနုပညာ၊ ပုံနှိပ်ခြင်း၊ ရေးသားခြင်း စသည်တို့ဖြင့်လည်းကောင်း။

အပိုဒ် (၁၄) လွတ်လပ်စွာတွေးခေါ်စဉ်းစားခွင့်၊ ကိုယ်စိတ်ခံယူချက်နှင့် လွတ်လပ်စွာကိုးကွယ်ခွင့်

ဤအခွင့်အရေးအရ မိဘများသည် ကလေး၏စွမ်းဆောင်ရည်တိုးမြင့်လာသည်နှင့်အမျှ အခွင့်အရေးကျင့်သုံးမှုများအပေါ် လမ်းညွှန်ခြင်းကို နိုင်ငံအနေဖြင့် အသိအမှတ်ပြု၍ လေးစားတန်ဖိုးထားရမည်။

အပိုဒ် (၁၅) လွတ်လပ်စွာ ပေါင်းသင်းစည်းရုံးခြင်း

ကလေးတိုင်း လွတ်လပ်စွာ ပေါင်းသင်းစည်းရုံးခြင်း၊ ငြိမ်းချမ်းစွာ စီတန်းလှည့်လည်ခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် (၁၆) ကိုယ်ပိုင်သီးသန့်နေပိုင်ခွင့်၊ နာမည်ဂုဏ်သတင်းကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခွင့်

ကလေးများအား ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများနှင့် ပတ်သက်၍ ကိုယ်ပိုင်သီးသန့်နေထိုင်မှု၊ မိသားစု၊ နေအိမ်နှင့် စာပေးစာယူဆက်သွယ်မှုများတွင် ဝင်ရောက်စွက်ဖက်မှုမရှိရ။

အပိုဒ် (၁၇) သင့်တော်သည့် သတင်းပြန်ကြားချက်ရရှိနိုင်ခွင့်

ကလေးများ အထူးသဖြင့်လူနည်းစုတိုင်းရင်းသား ကလေးသူငယ်များအနေဖြင့် ကွဲပြားခြားနားသော ရင်းမြစ်များမှ သတင်းအချက်အလက်များကို ရနိုင်ခွင့်၊ လက်လှမ်းမီခွင့်ရှိသည်။ ကလေးများ ဤသို့ သတင်းအချက်အလက်များရယူရာတွင် အန္တရာယ်ရှိသော သတင်းအချက်အလက်များမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်။

အပိုဒ် (၁၈) မိဘများ၏ တာဝန်ဝတ္တရားများ

မိဘနှစ်ပါးစလုံးအနေဖြင့် ကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ရာတွင် တူညီသောတာဝန်ဝတ္တရားများရှိသည်။ ၎င်းတို့သည် မိမိတို့၏ ကလေးများကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ရာတွင် မိဘဝတ္တရားကျေပွန်စွာ စောင့်ရှောက်နိုင်ရန် နိုင်ငံအနေဖြင့်လိုအပ်သော အကူအညီအထောက်အပံ့များပေးရမည်။

အပိုဒ် (၁၉) ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်းနှင့် လျစ်လျူရှုခြင်းမှ ကာကွယ်ခြင်း

နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် ကလေးတိုင်းအား အမျိုးမျိုးသော ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှုနှင့် အလွဲသုံးစားပြုခြင်းများမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်။ လူမှုရေးအစီအစဉ်များ၊ အထောက်အကူပြုဝန်ဆောင်မှုများကို ကလေးများ ပါဝင်ရရှိနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ပေးရမည်။

အပိုဒ် (၂၀) မိသားစုများမရှိသည့်ကလေးသူငယ်များအားအကာအကွယ်ပေးမှုနှင့်စောင့်ရှောက်မှု

တရားဥပဒေနှင့်ရင်ဆိုင်နေရသော ကလေး၊ သို့မဟုတ် နိုင်ငံ၏ စောင့်ရှောက်ရေးအစီအစဉ်အောက်တွင်ရှိသော ကလေးများသည် မိမိတို့၏ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံ၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ၊ မိမိတို့၏ဘာသာစကား စသည်တို့ကို လွတ်လပ်စွာဆက်လက်ကျင့်သုံးခွင့်ရှိရမည်။

အပိုဒ် (၂၁) မွေးစားခြင်း

နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် ကလေးမွေးစားခြင်းကိစ္စကို တာဝန်ပေးအပ်ခြင်းခံရသော အဖွဲ့အစည်းမှ ဆောင်ရွက်ရန် တာဝန်ပေးရမည်။ အကယ်၍ ကလေး၏ ပင်ရင်းနိုင်ငံတော်တွင် သင့်တော်သည့်

နည်းစနစ်ဖြင့် စောင့်ရှောက်ကြည့်ရှုခြင်း မပြုလုပ်နိုင်ပါက နိုင်ငံကူးပြောင်းမွေးစားခြင်းကို စဉ်းစား လက်ခံဆောင်ရွက်ပေးရမည်။

အပိုဒ် (၂၂) ခိုလှုံသူ ဒုက္ခသည်ကလေးသူငယ်များ

ခိုလှုံသူ ဒုက္ခသည်ကလေးများအား အထူးကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးရမည်။ နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် နိုင်ငံတကာ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ဤကိစ္စများ အပြီးသတ်ရန် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရပါမည်။ ထို့ပြင် မိသားစုနှင့် ကွဲကွာနေသော ကလေးများအား မိသားစုနှင့် ပြန်လည်ပေါင်းစည်းရေးကိစ္စများကို ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန် လိုပါသည်။

အပိုဒ် (၂၃) ကိုယ်လက်အင်္ဂါမသန်စွမ်းသော ကလေးသူငယ်များ

ဤရပိုင်ခွင့်သည် ကိုယ်လက်အင်္ဂါ မသန်စွမ်းသော ကလေးသူငယ်များသည် အထူးကြည့်ရှု စောင့်ရှောက်ခံခွင့်ရရှိပြီး လူမှုအသိုင်းအဝန်းတွင် ဝင်ဆံ့ရန် လိုအပ်သောဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှုနှင့် ပညာရေးကို ပေးရမည်။

အပိုဒ် (၂၄) ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ

ကာကွယ်ရေးနှင့် ကုသရေးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုများကို လက်လှမ်းမီရရှိကြပြီး ကလေးအတွက်အန္တရာယ်ရှိသော မိရိုးဖလာအလေ့အကျင့်များကို ဖျောက်ဖျက်စွန့်ပစ်ရမည်။

အပိုဒ် (၂၅) အခါကာလ အားလျော်စွာ နေရာချထားမှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

အကယ်၍ ကလေးတစ်ယောက်အား ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်ရန်၊ ကုသရန်၊ သို့မဟုတ် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် ထိန်းသိမ်းနေရာချထားပါက ၎င်းကလေး၏ အခြေအနေအား အခါအားလျော်စွာ ပြန်လည်သုံးသပ်ပေးရမည်။

အပိုဒ် (၂၆) လူမှုဖူလုံရေး

ကလေးအနေဖြင့် လူမှုဖူလုံရေးမှ အကျိုးခံစားခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် (၂၇) လူနေမှုအဆင့်အတန်း

ကလေးများအား ကောင်းမွန်စွာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန်နှင့် လူတန်းစေ့နေနိုင်ရေးသည် မိဘများ၏ တာဝန် ဖြစ်သည်။ မိဘများအားလိုအပ်သော ထောက်ပံ့မှုများပေးရမည်။ မိဘတစ်ဦးသည် ကလေးနှင့်အတူမနေဘဲ အခြားနိုင်ငံတွင်နေထိုင်သော်လည်း ကလေးအား လိုအပ်သော ထောက်ပံ့မှုများပေးရမည်။

အပိုဒ် (၂၈) ပညာရေး

ကလေးတိုင်း အခမဲ့ မူလတန်းပညာသင်ယူခွင့်၊ သက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာသင်ယူခွင့်ရရှိနိုင်မှုနှင့် ကျောင်းထွက်နှုန်းကို လျော့ကျစေသောလုပ်ငန်းစီမံချက်များကို ဆောင်ရွက်ရန်လိုအပ်သည်။

အပိုဒ် (၂၉) ပညာရေးရည်မှန်းချက်များ

ပညာရေးသည် ကလေး၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့် ထူးချွန်ထက်မြက်မှုကို ပျိုးထောင်ပေးသော လုပ်ငန်းဖြစ်သည်။ လူမှုအသိုင်းအဝန်းတွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်သော လူကြီးတစ်ဦး ဖြစ်လာရန် ပြင်ဆင်ပေးသည်။ ထို့ပြင် လူ့အခွင့်အရေးများကို လေးစားလိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားရာနိုင်ငံနှင့် အခြားနိုင်ငံများ၏ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကို အလေးထား သိရှိစေသည်။

အပိုဒ် (၃၀) တိုင်းရင်းသား၊ သို့မဟုတ် လူနည်းစုမျိုးနွယ်မှ ကလေးများ

တိုင်းရင်းသား၊ သို့မဟုတ် လူနည်းစုမျိုးနွယ်မှ ကလေးများသည် မိမိတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံများ ကျင့်သုံးခွင့်နှင့် မိမိတို့ဘာသာစကားကို သုံးစွဲနိုင်ခွင့်ရှိရမည်။

အပိုဒ် (၃၁) အားလပ်မှု၊ အပန်းဖြေမှုနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုများ

ကလေးများသည် လွတ်လပ်စွာ ကစားခွင့်၊ အနားယူအပန်းဖြေစရာ လုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ခွင့်နှင့် မိမိတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် အနုပညာဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ဆင်နွှဲခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် (၃၂) စီးပွားရေးအရခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်း

ကလေးများသည် ၎င်းတို့အား အန္တရာယ်ရှိသောအလုပ်လုပ်ကိုင်စေခြင်းနှင့် ခေါင်းပုံဖြတ် အမြတ်ထုတ်ခြင်းမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခံခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် (၃၃) မူးယစ်ဆေးနှင့် စိတ်ကြွဆေးများ

ကလေးများအား မူးယစ်ဆေးနှင့် အခြားစိတ်ကြွဆေးများသုံးစွဲခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးရမည်။ ထို့ပြင် ထိုဆေးများ ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ရောင်းဝယ်ဖြန့်ချိခြင်းတွင် ကလေးများအား အသုံးချခြင်းမှ ကာကွယ်ရမည်။

အပိုဒ် (၃၄) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်း

ကလေးများအား လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်းမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်။ ကလေးပြည့်တန်ဆာလုပ်ငန်းနှင့် ကလေးညစ်ညမ်းပုံများတွင် အသုံးပြုခြင်းတို့မှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်။

အပိုဒ် (၃၅) ရောင်းချခြင်း၊ ကုန်သွယ်ခြင်းနှင့် ဖြားယောင်းသွေးဆောင်ခေါ်ယူခြင်း

နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် ကလေးများအား ဖြားယောင်းသွေးဆောင်ခြင်း၊ ရောင်းစားခြင်း၊ လူကုန်ကူးခြင်းများမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးရမည်။

အပိုဒ် (၃၆) အခြားခေါင်းပုံဖြတ်နည်းများ

နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် ကလေးများ၏ အကျိုးစီးပွားကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ကလေးများအား ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်းအမျိုးမျိုးမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်။

အပိုဒ် (၃၇) ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း၊ ပြင်းထန်စွာ အပြစ်ပေးခြင်း၊ လွတ်လပ်မှုကို ချုပ်ချယ်ခြင်း၊ လွတ်လပ်မှုမှ ကင်းဝေးစေခြင်း

နိုင်ငံတော်သည် အကျဉ်းကျခံနေရသောကလေးများအား ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် တာဝန်ရှိပါသည်။

အပိုဒ် (၃၈) လက်နက်ကိုင်တိုက်ခိုက်ခြင်း၊ ကလေးစစ်မှုထမ်းခြင်း

အသက် (၁၅)နှစ်အောက် ကလေးများအား ကြမ်းတမ်းရက်စက်သော လုပ်ရပ်များကို လုပ်ကိုင်စေခြင်းမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်။ အသက်(၁၅)နှစ်အောက် ကလေးများအား လက်နက်ကိုင်အဖွဲ့အစည်းများ၌ စစ်မှုထမ်းရန် ခွင့်မပြုပါ။

အပိုဒ် (၃၉) ပြန်လည်နာလန်ထူထောင်ခြင်းနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင်ပြန်လည်ပေါင်းစည်းရေး

နိုင်ငံတော်နှင့် စစ်ဘက်ဆိုင်ရာ အမှုထမ်းလာခဲ့သောကလေးများ၊ ခေါင်းပုံဖြတ်ခံရသော ကလေးများ၊ ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခံရသော ကလေးများအား လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင် ပြန်လည်ဝင်ဆံ့စေရန် လိုအပ်သောပညာပေးခြင်းနှင့် လူမှုရေးဆောင်ရွက်ချက်များလုပ်ပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။

အပိုဒ် (၄၀) ကလေးသူငယ်များအတွက် တရားစီရင်ရေးဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲမှု

တရားဥပဒေနှင့်ရင်ဆိုင်နေရသော ကလေးများအား ကိစ္စဆောင်ရွက်ရာတွင် ကလေးများ၏ ဂုဏ်သိက္ခာကို မထိခိုက်အောင် ထိန်းသိမ်းကာကွယ်၍သတိထားဆောင်ရွက်ရမည်။

အပိုဒ် (၄၁) တည်ရှိနေသော စံချိန်များကို လေးစားခြင်း

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို အမှန်ဖြစ်မြောက်စေရန်အတွက် ပို၍အားပေးရာရောက်သော သတ်မှတ်ချက်များသည် ဤနိုင်ငံတကာသဘောတူစာချုပ်နှင့် မည်သို့မျှ သက်ဆိုင်ခြင်းမရှိစေရ။ ထိုသို့သော ပြဋ္ဌာန်းချက်များသည် မိတ်ဘက်နိုင်ငံများ၏ တရားဥပဒေ၊ သို့မဟုတ် ထိုမိတ်ဖက်နိုင်ငံတွင်တည်ရှိနေသည့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာဥပဒေများ၌ပါဝင်ခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။

အပိုဒ် (၄၂) ကလေးသူငယ်ဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးကို ဖြန့်ဝေခြင်း

နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် ကလေးသူငယ်ဆိုင်ရာအခွင့်အရေးများကို လူကြီးများနှင့်ကလေးသူငယ်များပါ ကျယ်ပြန့်စွာသိရှိရန် ဖြန့်ဝေပေးရမည်။

အပိုဒ် (၄၃-၅၄) အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခြင်း

ဤအပိုဒ်များသည် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာကော်မတီအနေဖြင့် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရာတွင် ထိန်းချုပ်လမ်းညွှန်သည်။

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ကလေးငယ်
မွေးဖွားခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၂)

© Mathyas Sindhu Adityawan/Indonesia

ကလေးငယ်မွေးဖွားခြင်း

ဆွေးနွေးပွဲရည်ရွယ်ချက်

- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ မီးဖွားခြင်းနှင့် မွေးစကလေးများနှင့်ပတ်သက်သော အတွေ့အကြုံများကိုဝေမျှရန်။**
- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများအားဆွေးနွေးပွဲအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်ပြီး သိလိုသောသတင်း အချက်အလက်များပေးရန်။**
- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့်လွတ်လပ်စွာမေးနိုင်၊ သက်သောင့်သက်သာဆွေးနွေးနိုင်ပြီး မေးခွန်းများမေးနိုင်သော ပတ်ဝန်းကျင်အနေအထားဖန်တီးပေးရန်။**

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

လုပ်ငန်းစဉ်(၁) - အတွေ့အကြုံများဝေမျှခြင်း။

လုပ်ငန်းစဉ်(၂) - သင်ဘာသိသလဲ။ သင်ဘာသိချင်သလဲ။ သင်ဘာသိလာသလဲ။

လုပ်ငန်းစဉ်(၃) - လုံ့ဆော်မှုနှင့်သက်ဆိုင်သောရုပ်ပုံ။

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

- ရေးသားရန်မြေဖြူ၊ ရွက်ဆုတ်ပိုစတာစာရွက်ကြီးများ၊ မာကာပင်များ၊ ကျောက်သင်ပုန်းများ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများမေးလိုသော မေးခွန်း၊ ထည့်ရန်ဘူးခွံ (လုပ်ငန်း ၂ အတွက်)။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ စာအုပ်ငယ်၂* မှသန္ဓေသားဖွံ့ဖြိုးပုံဇယား (လုပ်ငန်းစဉ် ၃ အတွက်)။

အဓိကဆွေးနွေးသည့်အချက်များ

အောက်ပါအချက်များမှာ မိခင်များ၊ အမျိုးသမီးများနှင့် ၎င်းတို့မိသားစုဝင်များအတွက် အရေးကြီးသောသတင်းအချက်ဖြစ်သည်။

- အသက် (၁၈) နှစ်အောက်နှင့် (၃၅) နှစ်နှင့်အထက်အမျိုးသမီးများ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ပါက မိခင်နှင့်ကလေးအတွက် အသက်အန္တရာယ်ကြီးသည်။ မွေးဖွားရခက်နိုင်သည်။ မွေးဖွားရာတွင် ရုပ်ထွေးမှု၊ ခက်ခဲမှုရှိတတ်သည်။

- အမျိုးသားရောအမျိုးသမီးပါမိသားစုစီမံကိန်း အကောင်အထည်ဖော်ရန် တာဝန်ရှိပါသည်။
- ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ အရက်နှင့်မူးယစ်ဆေးများ၊ ကဖင်းပါသောဆေး/အစားအစာများနှင့် အခြား အဆိပ်ရှိသောအရာဝတ္ထုများနှင့် မူးယစ်ထုံထိုင်းစေတတ်သောဆေးများသည် ကလေးနှင့်မိခင်အတွက် အန္တရာယ်ရှိသည်။
- မိခင်နှင့်ကလေးကျန်းမာရေးကိုထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရန်အတွက်မိခင်ဖြစ်သူသည်ကလေး အသက် (၂) နှစ်ကျော်မှနောက်ထပ်(ကလေးတစ်ဦး) ကိုယ်ဝန်ဆောင်သင့်သည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်အနေဖြင့် မီးမဖွားခင်လေ့ကျင့်ထားပြီးသော သားဖွားဆရာမထံသို့ပုံမှန်၊ သို့မဟုတ် မကြာခဏသွားရောက်စစ်ဆေးရမည်။ ကလေးမွေးဖွားရာတွင်ကျွမ်းကျင်သောသားဖွား ဆရာမ၊ သို့မဟုတ် အရန်သားဖွားဆရာမအကူအညီဖြင့် မွေးဖွားသင့်သည်။
- မိခင်နို့သည်ကလေးအတွက်အကောင်းဆုံးအာဟာရဖြစ်သဖြင့်ကလေး (၆) လအထိ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းသာ တိုက်ကျွေးရမည်။
- သားဖွားပြီးစမိခင်တိုင်း နို့တိုက်ခြင်းကိုကျွမ်းကျင်စွာသိထားရမည်။ အကယ်၍မိခင်နို့မထွက်ပါက ကလေးကိုညှစ်ထားသောနို့ရည်၊ သို့မဟုတ် နို့မှုန့်တိုက်ကျွေးနိုင်သည်။ နို့မှုန့်တိုက်ကျွေးပါက သန့်ရှင်းသောနို့ဘူးကို အသုံးပြုရမည်။
- ကလေးအသက် (၆) လပြည့်ပြီးက ဖြည့်စွက်စာများကျွေးရန်လိုပါသည်။ အနည်းဆုံးတစ်နေ့ (၅) ကြိမ် ကျွေးပါ။
- ကလေးများသည်ချစ်ခင်ယုယမှု၊ ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှု၊ အထိအတွေ့နှင့် စိတ်ဓာတ်လှုံ့ဆော်ပေးခြင်းတို့လိုအပ်ပါသည်။ ကလေးများသည် မွေးကတည်းက သင်ယူကြပါသည်။
- မိဘနှင့်ကလေးကြား သံယောဇဉ်ကြိုးချည်နှောင်မှု၊ ချစ်ခင်မှုနှင့် ယုံကြည်စိတ်ချရသောဆက်ဆံရေးသည် အရေးကြီးပါသည်။ ၎င်းသည်အခြားသောဆက်ဆံရေးများအတွက် အခြေခံကျပါသည်။

မှတ်ချက် - ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့်ရပ်ရွာတွင်း အရေးကြီးသောအခက်အခဲပြဿနာများကို ဖော်ထုတ်၍ ဆွေးနွေးပွဲတွင်ဦးစားပေးဆွေးနွေးပါ။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်*တွင်ပါသော *'ကလေးတစ်ဦးမွေးဖွားခြင်း'* စာအုပ်ငယ်ကို သေချာစွာဖတ်ထားပြီး သိအောင်လုပ်ထားပါ။ စာအုပ်ပါအချက်အလက်များကိုရပ်ရွာတွင်း၌မည်သို့ဖြန့်ဝေမည်ကို စဉ်းစားထားပါ။
- အကယ်၍သင့်အနေဖြင့် ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သော အတွေ့အကြုံဗဟုသုတမရှိပါကရပ်ရွာတွင်းရှိသူနာပြုဆရာမ၊ သို့မဟုတ် လက်မှတ်ရသားဖွားဆရာမကိုဖိတ်ခေါ်ပြီး ဆွေးနွေးစေပါ။ ဆွေးနွေးပွဲကိုအတူတကွပြုလုပ်ပါ။
- ရပ်ရွာတွင်း၌ အလွယ်တကူရရှိနိုင်သော၊ ဈေးသက်သာ၍အာဟာရရှိသော၊ ကလေးများနှင့် ကလေးအမေများနှင့် သင့်တော်သော အစားအသောက်များကို ဖော်ထုတ်ပါ။ ဤသတင်းအချက်အလက်သည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအတွက် အသုံးဝင်သောအချက်ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။
- လုပ်ငန်းစဉ် (၁) အတွက် ပြောပြနိုင်ရန် ကိုယ်ပိုင်ပုံပြင်တစ်ပုဒ်ရှာထားပါ။ သင်သိသောပုံပြင်တစ်ပုဒ်ရှာထားပါ။ စဉ်းစားထားပါ။
- ဤလက်စွဲစာအုပ်ပါအပိုင်း (၁) တွင်ပါရှိသော *သင်ယူ-သင်ကြားမှုအတွက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော ချဉ်းကပ်နည်းတွင်* ပါရှိသော ကေ-ဒဗလျူ-အယ်လ် (KWL) ချဉ်းကပ်နည်းကိုဖတ်ထားပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲအတွက်လိုအပ်သောပစ္စည်းများ စုဆောင်းထားပါ။ ကလေးများအတွက်လုပ်ငန်းများအတွက်လိုအပ်သောပစ္စည်းများကို တစ်ပါတည်းစုဆောင်းထားပါ။ ဆွေးနွေးပွဲတွင်မပါသော တစ်ဦးတစ်ယောက်က ကလေးများကို တာဝန်ယူပြီး ကြည့်ရမည်ဖြစ်သဖြင့် ထိုသူနှင့် ကလေးများလုပ်နိုင်မည့် လုပ်ငန်းများကို ပြင်ဆင်ပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပမည့်အကြောင်းကို ရပ်ရွာအတွင်း၌ထိရောက်မှုရှိသောနည်းဖြင့် ကြေညာပါ။ ဥပမာ- ရပ်ရွာလူကြီးမှတစ်ဆင့်၊ ကျန်းမာရေးဌာနမှတစ်ဆင့်၊ သို့မဟုတ် ကျောင်းများမှတစ်ဆင့်။
- အရေးကြီးသောသတင်းအချက်အလက်များကို ပေါ်လွင်စေရန် ပိုစတာ၊ သို့မဟုတ် ရောင်စုံကတ်ပြားများပေါ်တွင် ရေးသားထားပါ။ သင့်ရပ်ရွာတွင်း၌ အရေးကြီးသောအချက်ကိုဦးစားပေး အလေးထားပြုစုပါ။ ပုံများ ထပ်ထည့်ပါ။ ဥပမာ- သန္ဓေသားအဆင့်ဆင့်ဖွံ့ဖြိုးပုံ။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

ဤအခန်းကဏ္ဍတွင်ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့်အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပါ။

- အားလုံးကိုကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါ။
- ဧည့်သည်များနှင့်မိတ်ဆက်ပါ။

ယခင်အပတ်ဆွေးနွေးပွဲအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၂၀) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ယခင်ဆွေးနွေးပွဲ *(ကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း)*တွင် ဆွေးနွေးထားသောလုပ်ငန်းစဉ် (၄)ရှိ ဇယားကိုရည်ညွှန်း၍ ဆွေးနွေးပါ။ အကယ်၍ဤလေ့ကျင့်ခန်းကို ယခင်ပြီးခဲ့သည့် ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပြုလုပ်ရန်အချိန်မရပါက ဤအချိန်တွင်ဆွေးနွေးပါ။ (ဇယားကိုဆွေးနွေးပွဲမစခင်ကြိုတင်ဆွဲထားပါ။) ဇယားကိုအသုံးပြု၍ကလေးများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန်ရပ်ရွာမှ ကူညီပံ့ပိုးမှုလိုအပ်ပုံကို ဆွေးနွေးပါ။
- အကယ်၍ ရပ်ရွာတွင်း၌လှည့်လည်ကြည့်ရှုခဲ့ရန်အချိန်ရခဲ့ပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ထပ်မံထည့်လိုသည့်အချက်များကိုထည့်စေပါ။ ကလေးများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ရပ်ရွာမှ မည်သို့ ပံ့ပိုးပေးနိုင်သည်ကို ထပ်မံစဉ်းစားခိုင်းပါ။
- ဇယားပါအကွက်တိုင်းကို ပြန်လည်ကြည့်ရှု၍ အတွေးအမြင်သစ်၊ အချက်အလက်အသစ်များ ထည့်လိုကထည့်ပါစေ။
- အကယ်၍လုပ်ငန်းစီမံချက်ဆောင်ရွက်ရန် စိတ်ပါဝင်စားပါက ထိုလုပ်ငန်းစီမံချက်ကိုဆွေးနွေးနိုင်ရန် နေရာနှင့် အချိန်ကိုသတ်မှတ်ပါ။ (ဥပမာ- ကလေးများအတွက်ကစားကွင်းတည်ဆောက်ခြင်း) နေရာနှင့်အချိန်သတ်မှတ်ပြီးပါက ဤအစပျိုးလုပ်ငန်းကို စိတ်ဝင်စားသူတစ်ဦးမှ ဦးဆောင်ဆွေးနွေးစေပြီး စိတ်ပါဝင်စားသူ မည်သူမဆိုတတ်နိုင်ကြောင်း တိုက်တွန်းပြောဆိုပါ။ ရပ်ရွာတွင်းရှိ အသက်ကြီးသောကလေးများအားလည်း ပါဝင်စေနိုင်ကြောင်းပြောပါ။

ခေါင်းစဉ်သစ်နှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း - ကလေးငယ်မွေးဖွားခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၁၀) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ခေါင်းစဉ်ကိုရှင်းပြပါ။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ မီးဖွားခြင်းနှင့်မွေးစကလေးငယ်ပြုစုခြင်းနှင့်မိခင်များ အကြောင်း ဆွေးနွေးမည်ဖြစ်ကြောင်းရှင်းပြပါ။
- ဤအကြောင်းအရာသည် အရေးကြီးကြောင်း ကောက်ချက်ချအတည်ပြုပြောကြားပါ။ ရပ်ရွာများတွင်လိုအပ်သော ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုမရပါက မိခင်နှင့် ကလေးများအနေဖြင့် အသက်အန္တရာယ်နှင့် ရင်ဆိုင်နိုင်ကြောင်း ပြောကြားပါ။
- ဤအချိန်သည် ရပ်ရွာတွင်းရှိ အရေးကြီးသောပြဿနာများကို ဆွေးနွေးရန်နှင့် မေးမြန်းရန် အကောင်းဆုံးအခွင့်အရေးဖြစ်သည်။
- ဤဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာသည် လူတိုင်းအတွက် အရေးကြီးကြောင်း ထပ်မံသတိပေး ပြောကြားပါ။ ယောကျာ်းများနှင့်ဆယ်ကျော်သက်ရွယ် အပါအဝင်လူတိုင်းအတွက် အရေးကြီး ကြောင်း ပြောကြားပါ။
- အချို့သောအကြောင်းအရာအခက်အခဲများသည် လူအများ၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာတွင်း၌ ကျင့်သုံး နေသော ယဉ်ကျေးမှုအစဉ်အလာနှင့် မကိုက်ညီသော်လည်း ဤအကြောင်းအရာများသည် မိခင်နှင့် ကလေးများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့်ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးကျန်းမာခြင်းအတွက် အလွန်အရေးကြီးကြောင်း သိစေပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

အတွေ့အကြုံများဝေမျှခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် -(၂၀) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ မီးဖွားခြင်း၊ မွေးကင်းစကလေးများနှင့် ပတ်သက်သော မိမိအတွေ့အကြုံကို စီကာပတ်ကုံးပြောပြပါ။ (၂-၃ မိနစ်ခန့်)
- မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ *'ကလေးငယ်မွေးဖွားခြင်း'* ခေါင်းစဉ်ပါ *'ဖခင်တစ်ယောက် အကြောင်း'* အပိုဒ်ကိုရည်ညွှန်းကြည့်ရှုစေပါ။ ဤအပိုဒ်ပါ အကြောင်းအရာကို ကြားသာအောင် ဖတ်ပြပါ။ သို့မဟုတ်ပါဝင်တက်ရောက်သူများထဲမှ တစ်ယောက်ယောက်ကိုဖတ်စေပါ။ ဤ အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်သောထင်မြင်ချက်များရှိသလားဟု မေးပါ။

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများကိုမိနစ်အနည်းငယ်စီမျှ မိမိတို့အတွေ့အကြုံများကိုပြောစေပါ။ အတွေ့အကြုံမျှဝေမည့် ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် မိခင်ဖြစ်စေ၊ ဖခင်ဖြစ်စေ၊ ဆယ်ကျော်သက်ဖြစ်စေ၊ အဖိုးအဖွား၊ သို့မဟုတ် မည်သူမဆိုဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အတွေ့အကြုံမျှဝေမည့်သူသည် ကလေးမီးဖွားဖူးသောအတွေ့အကြုံရှိရန် မလိုပါ။ (ရှိချင်မှရှိပါလိမ့်မည်။) မေးခွန်းများမေး၍ဆွေးနွေးရန် အားပေး တိုက်တွန်းပါ။
- မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်တွင်ပါဝင်သော စာအုပ်ငယ်အမှတ်စဉ် (၂) တွင် လေ့ကျင့်ရန် နေရာလွတ်တစ်ခုရှိသည်ကိုပြောပြပါ။ အိမ်ပြန်ရောက်လျှင်မိမိကိုယ်ပိုင်အတွေ့အကြုံကို ထို လေ့ကျင့်ခန်းထဲတွင် ရေးစေပါ။ သို့မဟုတ် ပုံဆွဲစေပါ။ လမ်းညွှန်စာအုပ်တွင်ပါဝင်သော စာအုပ်ငယ် အမှတ်စဉ် (၂) ရှိ'ကျွန်တော်၏အကြောင်း'စာမျက်နှာကို ညွှန်ပြပေးပါ။ နောက်တစ်ခေါက်လုပ်မည့် ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပြန်လည်မျှဝေရန်လိုကြောင်း ပြောကြားပါ။ (၎င်းတို့ ပြောကြားသောအကြောင်းများကို စုစည်း၍ စာအုပ်အဖြစ်ပြုစုထားပြီး ရပ်ရွာပညာပဒေသာဌာနများတွင် ထားပါ။)

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

သင်ဘာသိသလဲ။ ဘာသိချင်သလဲ။ ဘာသိလာသလဲ။ ကေ-ဒဗလျူ-အယ်လ် (KWL)

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၂၀) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာကိုပြောပြပါ။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ မီးဖွားခြင်း၊ မိခင်နှင့် မွေးစကလေးငယ်များအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း။
- (၆)ယောက်မှ(၈)ယောက်ပါအုပ်စုများဖွဲ့ပါ။ ယောကျ်ားလေး၊ မိန်းကလေးသပ်သပ် အုပ်စု သီးသန့်ဖွဲ့ရန်အကြံပြုပါ။
- အဖွဲ့ကိုယ်စား တင်ပြပေးမည့်သူတစ်ဦးကိုရွေးချယ်စေပါ။ (အကြောင်းအရာကို စာရွက်ပေါ်တွင် ရေး၍တင်ပြရန်)
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အောက်ပါဇယားကိုပြပါ။

ကျွန်ုပ်သိသောအကြောင်းအရာ	ကျွန်ုပ်သိချင်သည့်အရာ	ကျွန်ုပ်သိလာသည့်အရာ

- ကေ-ဒဗလျူ-အယ်လ်(KWL)ဆောင်ရွက်ပုံအကြောင်းရှင်းပြပါ။ ဦးစွာဆွေးနွေးစေပြီးနောက် ပထမဆုံး ဇယားကွက်ပါကျွန်ုပ်သိသောအကြောင်းအရာကို ရေးခိုင်းပါ။ ပြီးပါကကျွန်ုပ်သိလိုသော အကြောင်းအရာဇယားကွက်တွင် ရေးသားနိုင်ရန်ဆက်လက်ဆွေးနွေးစေပါ။ လိုတိုရှင်းသာ ရေးခိုင်းပါ။ အကယ်၍ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် စာမရေးတတ်ပါက ပံ့ပိုးကူညီသူမှ စာရွက်ကြီးပေါ်တွင် ရေးပေးနိုင်ပါသည်။ နောက်ဆုံးအကွက်မရေးသေးဘဲ ဆွေးနွေးပွဲပြီးသည်အထိ စောင့်ဆိုင်းစေပါ။ ဤလုပ်ငန်းအတွက်အချိန် (၁၀) မိနစ်ခန့်ပေးပါ။
- အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်များအား ၎င်းတို့ရေးသားထားသည်များကိုတင်ပြစေပါ။ မေးခွန်းများ မေးမြန်း၍ဆွေးနွေးကြရန်တိုက်တွန်းပါ။ (၁၀ မိနစ်)
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ*စာအုပ်ငယ် (၂) ကိုရည်ညွှန်းပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲပြီးသည့်အချိန်တွင်လေ့ကျင့်ခန်းကိုတစ်ခါပြန်ကြည့်ကြမည့်အကြောင်း အသိပေး ပြောကြားပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)

လှုံ့ဆော်ခြင်းပုံ။ သန္ဓေသားဖွံ့ဖြိုးခြင်းအဆင့်ဆင့်ကို အုပ်စုငယ်အတွင်း ဆွေးနွေးခြင်း၊ မေးမြန်းခြင်းတို့အတွက် လှုံ့ဆော်ပေးသောအရာအဖြစ်အသုံးပြုပါ။

လိုအပ်မည့်အချိန် -(၂၅) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်၏ စာအုပ်ငယ်(၂)တွင် ပါရှိသော '*ကလေးငယ်မွေးဖွားခြင်း*'မှ သန္ဓေသားဖွံ့ဖြိုးပုံကို ကြည့်ရန်ပြောကြားပါ။
- သန္ဓေသားဖွံ့ဖြိုးပုံဇယားကိုမည်သို့ ဖတ်ရှုနားလည်နိုင်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။
- သန္ဓေသားဖွံ့ဖြိုးပုံဇယားကို မိမိဘာသာရှိပါဝင်တက်ရောက်သူ၊ သို့မဟုတ် ပါဝင်တက်ရောက်သူအတွဲဖြင့်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် အုပ်စုငယ်အတွင်း၌လည်းကောင်း ဆွေးနွေးစေပါ။ (၁၀ မိနစ်)
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအတွဲ၊ သို့မဟုတ် အုပ်စုကို မိမိတို့ဆွေးနွေးထားသည့်အချက်များကို တင်ပြစေပါ။ မေးခွန်းများမေးရန်တိုက်တွန်းပြီး ဆက်လက်ဆွေးနွေးစေပါ။ လိုအပ်ပါက ပံ့ပိုးကူညီသူမှ အဓိကအချက်များပေါ်တွင် ဦးတည်ဆွေးနွေးနိုင်စေရန် မေးခွန်းများမေးပေးပါ။ ဥပမာ- သန္ဓေသား

ဖွံ့ဖြိုးခြင်းတွင် အထိခိုက်မခံသော အရေးကြီးသောအချိန်အပိုင်းအခြားများ၊ သို့မဟုတ် မူးယစ်ထုံထိုင်းစေသောဆေးများက သန္ဓေသားအား မကောင်းကျိုးပြုပုံစသဖြင့်။

- ဆွေးနွေးပွဲပြုလုပ်နေစဉ်အတွင်း အရေးကြီးသောမေးခွန်းများအားလုံးကိုခြုံငုံမိအောင် ဂရုစိုက်ဆောင်ရွက်ပါ။

ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် -(၁၀) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိနစ်အနည်းငယ်အချိန်ယူ၍ ဤဆွေးနွေးပွဲမှသိရှိလာသည့် အကြောင်းအရာများကို စဉ်းစားစေပါ။ ပြီးလျှင်ထိုအကြောင်းအရာတို့ကို ဇယားကွက်-၃ 'ကျွန်ုပ်သိလာသောအရာများ'အောက်တွင် ရေးသားစေပါ။ (*မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ငယ်* (၂) တွင် ရှိသောဇယားကွက်)
- ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား ၎င်းတို့သင်ယူလာသည့်အချက်တစ်ချက်အား အခြားသူများအား ပြောပြစေပါ။ ဤလေ့ကျင့်ခန်းကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် လုပ်ပါ။ ကျန်သောလေ့ကျင့်ခန်းကို ဘောလုံးပစ်ပေးခြင်း ကစားနည်းဖြင့်လည်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ (သင်ကြား-သင်ယူမှုအတွက် အသုံးပြုသော အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ရေးချဉ်းကပ်နည်း၊ နည်းဗျူဟာများကိုကြည့်ပါ။)
- နောက်တစ်ခါကျင်းပမည့်လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲအတွက်ခေါင်းစဉ်၊ အချိန်၊ ရက်စွဲနှင့် နေရာတို့ကို ကြေညာပါ။

ကလေးများအတွက်လုပ်ငန်းများ

အကယ်၍ကလေးများပါမိဘများနှင့်အတူ ဆွေးနွေးပွဲသို့လိုက်ပါလာပါက အောက်ပါလုပ်ငန်းများကို ကလေးများနှင့်အတူ လုပ်ကိုင်နိုင်ပါသည်။

ရုပ်ပုံစာအုပ်ပြ၍ ပြောပြခြင်း

- ငယ်ရွယ်သောကလေးများသည် မွေးစကလေးများပုံများကိုကြည့်ရှုရန် နှစ်သက်ကြပါသည်။ မူကြိုအရွယ်ကလေးများအနေဖြင့် ပုံပြအကြောင်းအရာကို မိမိအကြောင်း၊ မိမိအိမ်အကြောင်းနှင့် ဆက်စပ်ပြီး ပြောတတ်ပါလိမ့်မည်။ ရုပ်ပုံသည် ကလေးများမြင်လွယ်အောင်ထင်ရှား၍ ကြီးရပါမည်။ ပြီးလျှင်ကလေးများအား အဖွင့်မေးခွန်းများမေးပါ။ ထိုမေးခွန်းများသည်ကလေးများအား ရုပ်ပုံနှင့်ပတ်သက်သည့်အတွေးများကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။
- တိရစ္ဆာန်ငယ်လေးများနှင့် မိဘများပါဝင်သော ပုံများကိုသုံးပါ။
- ကလေးများနှင့်နီးနီးကပ်ကပ်ထိုင်၍ကလေးများကိုစာဖတ်ပြပါ၊ သို့မဟုတ် ရုပ်ပုံကို အတူတူကြည့်ကြပါ။
- အကယ်၍နို့စို့အရွယ်ကလေးရှိပါက၊ ကလေးနှင့်မိခင်ကိုအလယ်တွင်ထား၍ အခြားကလေးများကို ဝိုင်းထိုင်စေပြီး ကေ-ဒဗလျူ-အယ်လ်(KWL)နည်းလမ်းကိုသုံး၍ ကလေးများအနေဖြင့် နို့စို့လေးငယ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး သူတို့သိထားသောအကြောင်းများနှင့် သူတို့သိလိုသော အကြောင်းများကို မေးပါ။ ဤသို့ဖြင့် စိတ်ဝင်စားမှုရှိသော ဆွေးနွေးပွဲကို ဦးတည်ရရှိစေပါသည်။
- တိရစ္ဆာန်ငယ်လေးများနှင့် ၎င်းတို့၏အဖေ၊ အမေများကို တူရာတူရာစုခိုင်းပါ။ တိရစ္ဆာန် အရုပ်ကြီး (အဖေအရုပ်၊အမေအရုပ်)နှင့် တိရစ္ဆာန်ငယ်များကိုဖြတ်၍တူရာတူရာကို စက္ကူ ကတ်ပြားပေါ်တွင် ကပ်ပေးပါ။ တိရစ္ဆာန်ငယ်ကလေးများနှင့် ၎င်းတို့မိဘများကိုကိုက်ညီအောင် တွဲခိုင်းပါ။ အကယ်၍ ဤကစားနည်းသည်လွယ်လွန်းသည်ဟုထင်ပါက မှတ်ဉာဏ်ကစားနည်း ကိုသုံးပါ။ ကတ်ပြားများကိုမှောက်ထားပြီး ကလေးများအား တစ်ဦးစီ-တစ်လှည့်စီ ကတ်တစ်ခုစီကို ရွေးချယ်၍ တူရာကတ်များကိုရှာခိုင်းပါ။ ဥပမာ- မြင်းမပုံကို ဆွဲလှန်မိပါက မြင်းကလေးကတ်ပြားကို ရှာခိုင်း၍ တူရာစုစေပါ။ အကယ်၍ ရှာတွေ့ပါက ကတ်ပြားများကိုသိမ်းပါ။ ရှာမတွေ့ပါက ကတ်ပြားများကို ပြန်မှောက်ခိုင်းထားပါ။

ဤခေါင်းစဉ်ပါအကြောင်းအရာအချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်းများဖြင့်ဖြန့်ဝေခြင်း

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့အနေဖြင့် မိသားစုဝင်များ သို့မဟုတ်ရပ်ရွာတွင်းရှိအခြားသူများအားမိမိတို့လေ့လာသင်ယူခဲ့သည့်အချက်များကို မျှဝေပေးရန်တိုက်တွန်းပါ။
- ရပ်ရွာသူ၊ ရပ်ရွာသားများသိလိုသော၊ မြင်လိုသောအကြောင်းအရာများကို ပိုစတာများပြုလုပ်၍ ကပ်ထားပါ။ ပိုစတာပြုလုပ်ရာတွင်ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို ပါဝင်စေပါ။
- ရပ်ရွာမှလွှင့်နေသော ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် အခြားသောသတင်းဖြန့်ချိရေး များကိုသုံး၍တင်ပြရန် စီစဉ်ပါ။
- ရပ်ရွာတွင်းရှိ အထူးအလေးပြုလိုသောအုပ်စုများအတွက် ဆွေးနွေးပွဲများ ထပ်မံကျင်းပပေးပါ။ ဥပမာ- ကျောင်းရှိ ဆယ်ကျော်သက်များ၊ လူငယ်လူရွယ်များနှင့် ဘာသာရေးအုပ်စုများ၊ အသင်းအဖွဲ့များ၊ ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပရာတွင်အရေးကြီးသောပုဂ္ဂိုလ်များပါဝင်စေပါ။ ဥပမာ- ကျောင်းဆရာများ၊ဆရာမများ။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့်ဆရာ/မများအနေဖြင့် အရေးကြီးသောအချက်များကို ထပ်မံအားဖြည့်ပြောပြပေးနိုင်ပါသည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့သင်ယူထားသည့်အချက်များကို လက်တွေ့ အိမ်တွင်ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်ရန် ကူညီပံ့ပိုးပေးရန်လိုပါသည်။ အိမ်လည်ခြင်းဖြင့်တစ်ဦးချင်းသော်လည်းကောင်း၊ မိသားစုအတွင်းဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်းဖြင့်သော်လည်းကောင်း ပြုလုပ်နိုင်ရန် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေပါသည်။
- ဆွေးနွေးပွဲနောက်ဆက်တွဲအနေနှင့် အထက်ပါ အကြောင်းအရာပါဝင်သော ဗီဒီယို (သို့မဟုတ်) ဒီဗီဒီကိုပြသနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့်အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်ပြီး အချင်းချင်းဆွေးနွေးနိုင်ပြီး ဆွေးနွေးပွဲမတက်ရောက်နိုင်သောသူများကိုလည်း ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်လာရန် ဆွဲဆောင်နိုင်ပါသည်။
- သင်၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာထဲမှတစ်ဦးဦးက ဟင်းချက်နည်းအစီအစဉ်ကို တင်ဆက်နိုင်ပါသည်။ အသက် (၆) လကျော် အရွယ်ရှိကလေးနှင့် မိခင်များအတွက်ရပ်ရွာတွင်းမှရနိုင်သော အသီးအနှံ၊ ပစ္စည်းများဖြင့် အာဟာရရှိသောအစားအစာများချက်ပြုတ်ပြင်ဆင်နည်းကို သင်ပြနိုင်ပါသည်။
- ရပ်ရွာတွင်းရှိ ကျန်းမာရေးဆရာမမှ လိင်ကြောင့်ဖြစ်သောကူးစက်ရောဂါများနှင့် အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ/ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါအကြောင်းကို ရပ်ရွာသူ၊ ရပ်ရွာသားများအား ပြောပြနိုင်ရန်စီစဉ်ပေးပါ။

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသော ကလေး

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၃)

ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသောကလေး

ဆွေးနွေးပွဲရည်ရွယ်ချက်

- **မိဘများအား ၎င်းတို့ရပ်ရွာတွင်းရှိ ကလေးများ၏ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် ပတ်သက်သော အသိပညာ၊ သတင်းအချက်အလက်များ မျှဝေရန်၊**
- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ပတ်သက်ပြီး ပိုမိုသိရှိစေရန် နှင့် အသက်အရွယ်အလိုက် ကလေးများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန် မည်သို့ ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သည်ကို သိရှိရန်၊**

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

လုပ်ငန်းစဉ် (၁) - လမ်းလျှောက်ရန် ဖွံ့ဖြိုးမှုမှတ်တိုင်များ

လုပ်ငန်းစဉ် (၂) - ကလေးအားလပ်ချိန်

လုပ်ငန်းစဉ် (၃) - စားပွဲတင်အခင်းကစားနည်း

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

စာရွက်နှင့် ဘောပင်

အဓိကဆွေးနွေးသည့်အချက်များ

- ကလေးများအားလုံး သင်ယူရန် အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီး မွေးဖွားလာကြသည်။
- မွေးစမှ စ၍ ကလေးများတွင် အတွေးများ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများနှင့် လူ၊ အရာဝတ္ထုများနှင့် ထိတွေ့ဆက်သွယ်မှုပြုနိုင်ကြသည်။
- ကလေးဘဝ၏ကနဦးနှစ်များ အထူးသဖြင့် မွေးစမှစ၍ (၃)နှစ်အထိသည် ကလေးများ၏ ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးရန် အရေးကြီးသော ကာလများဖြစ်သည်။ အခြားဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများနှင့် သင်ယူမှုများသည် ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးမှုအပေါ် မူတည်နေသည်။ ရွေ့လျားခြင်း၊ စကားပြောဆိုခြင်း၊ စိတ်ခံစားမှုများ၊ အပြုအမူများနှင့် အတွေးများ။
- မွေးစနှင့် ငယ်ရွယ်သော ကလေးများသည် မိမိတို့၏ အာရုံခံစားမှုများမှတစ်ဆင့် စူးစမ်းရှာဖွေလေ့လာခြင်းဖြင့် ကမ္ဘာလောကကြီးအကြောင်းကို သိရှိလာသည်။ ၎င်းတို့သည် မြင်၊ ကြား၊

အထိအတွေ့၊ အရသာ၊ အနံ့များမှတစ်ဆင့် ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးလာပြီး ပိုမိုစွမ်းဆောင်မှုကောင်းသော ဦးနှောက်ကို တည်ဆောက်ပေးသည်။

- မိဘများနှင့် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများ၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှု၊ ၎င်းတို့နှင့် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ခြင်း၊ အာဟာရပြည့်ဝသော အစားအစာ၊ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု၊ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုတို့ဖြင့် ကလေးများသည် လျင်မြန်စွာနှင့် ကောင်းမွန်စွာ ဖွံ့ဖြိုးလာကြသည်။
- ချစ်ခင်ယုယမှုခံရခြင်း၊ အခြားသူများအား ချစ်တတ်ခြင်းဖြင့် နောင်ကြုံတွေ့လာရမည့် လူမှုဆက်ဆံရေးအခြေခံကောင်းများကို ဖြစ်စေပါသည်။
- ကလေးတိုင်း တစ်သမတ်တည်းပုံစံတကျ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးလာကြသည်။ သို့သော် ကလေး တစ်ဦးချင်းစီသည် ဖွံ့ဖြိုးနှုန်းများ မတူညီကြပါ။ မိဘများအနေဖြင့် မိမိကလေး၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ပတ်သက်၍စိုးရိမ်မကင်းဖြစ်ပါက တတ်ကျွမ်းသူများထံ အကူအညီ၊ သို့မဟုတ် အကြံဉာဏ် တောင်းနိုင်ပါသည်။ ကလေးများအတွက် အကူအညီအမြန်ဆုံးရရန်အရေးကြီးပါသည်။
- ကလေးများအပေါ် မကောင်းသောအတွေ့အကြုံများ၊ သို့မဟုတ် စိတ်ဖိစီးမှုများစေသော အတွေ့အကြုံများသည် ကလေး၏ ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးရေး၊ ရေရှည်ကျန်းမာရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို ထိခိုက်နိုင်ပါသည်။
- မူလတန်းကျောင်းသို့ သတ်မှတ်ထားသော အသက်အရွယ်၊ အချိန်တွင် တက်ရောက်နိုင်ခြင်းနှင့် ကျောင်းတက်မှန်ခြင်းတို့သည် ကလေး၏ ရေရှည်ဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် သင်ယူမှုတို့အတွက် အရေးကြီးပါသည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ စာအုပ်ငယ်ဖြစ်သော *'ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသောကလေး'* ခေါင်းစဉ်ကို ရင်းနှီးမှုရှိစေရန် သေချာစွာဖတ်ပါ။
- ဤစာအုပ်ငယ်တွင်ပါသော နောက်ခံအကြောင်း၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသဖြစ်သော ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်းမှတ်စုကို ဖတ်ပါ။ ဤမှတ်စုသည် အကြောင်းအရာအကျဉ်းချုပ်ကို ဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်သည်။အကယ်၍သင့်အနေဖြင့်ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် ပတ်သက်သော သတင်းအချက်ပြည့်ပြည့်စုံစုံကို သိရှိလိုပါကကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့်ဆိုင်သော အခြားဖတ်စရာများကိုလည်း ဖတ်ထားရန် ရည်ညွှန်းပေးနိုင်ပါသည်။
- ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်း အကျဉ်းချုပ်မှတ်စုကို မိတ္တူကူးပြီး လိုအပ်သူများကို ဖြန့်ဝေထားပါ။ ၎င်းသည် အားလုံးကို ဖြန့်ဝေရန် မဟုတ်ဘဲ လိုအပ်သူများအတွက်သာဖြစ်ပါသည်။

- ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်၏ အပိုင်း (၁) ပါ *သင်ယူ-သင်ကြားမှုအတွက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော ချဉ်းကပ်နည်းတွင်* ဖော်ပြထားသော စားပွဲတင်အခင်းကစားနည်းကို ဖတ်ထားပါ။ စားပွဲတင်အခင်းပုံသဏ္ဍာန်စက္ကူချပ်များကိုဤကစားနည်းတွင် သုံးရန် ပြင်ဆင်ထားပါ။ ဤပစ္စည်းကို ပြင်ဆင်ရာတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူ မည်မျှ ဤဆွေးနွေးပွဲသို့ တက်ရောက်မည်ကို စဉ်းစားထားပါ။ စားပွဲတင်အခင်းပုံသဏ္ဍာန်စက္ကူချပ်တစ်ခုသည် (၄) ယောက် အုပ်စုတစ်စုအတွက်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူအရေအတွက်ကို (၄)ဖြင့်စား၍ရရှိလာသော အရေအတွက်အတိုင်း စက္ကူချပ်များကို ပြင်ဆင်ထားပါ။ အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူ (၂၄)ဦးတက်ရောက်ပါက စက္ကူချပ် (၆)ခု လိုအပ်ပါမည်။ စက္ကူချပ် အလယ်ဗဟိုနေရာတွင် ကလေးအသက်ကို ရေးထားပါ။ (၁)လသား၊ (၆)လသား၊ (၁)နှစ်အရွယ်၊ (၂) နှစ်အရွယ်၊ (၃) နှစ်အရွယ်နှင့် (၅) နှစ်အရွယ်။ အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူ (၂၄)ယောက်ထက်ပိုပါက အသက်အုပ်စုတစ်ခုအတွက် စက္ကူချပ် တစ်ခုထက်ပိုလိုပါလိမ့်မည်။
- ဆွေးနွေးပွဲအတွက် လိုအပ်သောပစ္စည်းများကို စုဆောင်းပါ။ ကလေးများ လုပ်ငန်းအတွက် အပါအဝင်ပစ္စည်းများကို စုဆောင်းပါ။ ကလေးများ ကစားရန်အတွက် အရုပ်များ၊ ရောင်စုံခဲတံ၊ စာရွက်၊ ရွှံ့စေးစသည်တို့ကို ပြင်ဆင်စုဆောင်းထားပါ။ ကလေးများ ကစားရာတွင် ကြီးကြပ်မည့်သူသည် သင်၏အကူအညီနှင့် အကြံဉာဏ်များ လိုအပ်ပါမည်။ ကလေးငယ်များအတွက် ဖျာ၊ သို့မဟုတ် စောင်များ ခင်းထားပေးပါ။
- ရုပ်ရှာအတွင်း ထိရောက်သောနည်းကိုသုံး၍ ဆွေးနွေးပွဲအကြောင်းကြေညာထားပါ။ ဥပမာ- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဌာနမှတစ်ဆင့်၊ သို့မဟုတ် လူအများစုရုံး လည်ပတ်တတ်သည့်နေရာများတွင်လည်း ကြေညာထားပါ။
- မွေးစကလေးနှင့် ကလေးငယ်များရှိသော အချို့သောမိဘများကို ကလေးများခေါ်ဆောင်၍ ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်ရန် တိုက်တွန်းပါ။
- အသက်အရွယ်အမျိုးမျိုးရှိသော မွေးစနှင့် ကလေးငယ်များ၏ ပိုစတာများကို ခင်းကျင်းပြသထားပါ။ မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ စာအုပ်ငယ်ဖြစ်သော *‘ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသောကလေး’* ပါ အကြောင်းအရာ၊ သို့မဟုတ် ရုပ်ပုံများဖြင့် ပိုစတာများ ရေးဆွဲထားနိုင်ပါသည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

- အားလုံးကို ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါ။
- ဧည့်သည်များနှင့် မိတ်ဆက်ပါ။

ယခင်အပတ်ဆွေးနွေးပွဲအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် အကြံပြုချက်များတင်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၁၅) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ရေးဆွဲထားသော၊ သို့မဟုတ် ရေးသားထားသော ကလေးရရှိခြင်း (ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း)၊ မီးဖွားခြင်း၊ မွေးကင်းစကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်းနှင့်ဆိုင်သော ပုံပြင်၊ အကြောင်းအရာများကို ဝေမျှရန် တိုက်တွန်းပါ။ (တစ်ဦးချင်းတင်ပြမှုအတွက် မိနစ်အနည်းငယ်သာပေးပါ။) အကြောင်းအရာပြောကြားပြီးပါက ဆွေးနွေးခြင်း၊ မေးခွန်းမေးမြန်းစေခြင်းတို့ ပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်းပါ။
- ၎င်းတို့ရေးသားထားသော၊ သို့မဟုတ် ဆွဲထားသောပုံများနှင့်ပတ်သက်၍ တစ်ခုခုလုပ်ရန် စိတ်ဝင်စားမှု ရှိ-မရှိ မေးမြန်းဖော်ထုတ်ပါ။ (စာအုပ်လုပ်ခြင်း၊ ချိတ်ဆွဲထားရန် စသဖြင့်)
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများ ပါဝင်နိုင်သော ရှေ့ဆက်ဆောင်ရွက်မည့် လုပ်ငန်းစဉ်အကြောင်း ဆွေးနွေးပါ။ အခြားသူများအားလည်း မိမိတို့၏ အကြောင်းအရာများကို ထပ်ဖြည့်စေပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူအနေဖြင့် ဤခေါင်းစဉ်အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်ပြီး ပိုမိုသိလိုသေးသော အချက်များ ရှိ-မရှိ မေးမြန်းပါ။ ရှိပါက မေးလာသော မေးခွန်း၊ အချက်များကို ချက်ချင်းဖြေကြားပေးပါ။ အကယ်၍ ခေါင်းစဉ်သစ်များ ထွက်ပေါ်လာပါက ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခု၊ သို့မဟုတ် အစည်းအဝေးတွေ့ဆုံရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဤအချက်ကို မှတ်သားထားပြီး သင်ဘာဆက်လုပ်မည်ကို ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အသိပေးပါ။

ခေါင်းစဉ်သစ်နှင့် မိတ်ဆက်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၁၀) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- '*ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားနေသော ကလေးငယ်*' ခေါင်းစဉ်နှင့် မိတ်ဆက်ပါ။ ဆွေးနွေးပွဲသည် မွေးစမှ ကလေးများ မူလတန်းကျောင်းသို့ သွားသည့်အချိန်ထိ ကလေးများ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားနေသည့် အကြောင်းကို ဦးတည်ဆွေးနွေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။
- ကလေးကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးနေသည့်အချိန်တွင် အပြောင်းအလဲများဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို ကလေး ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးခြင်းဟု ခေါ်ကြောင်းရှင်းပြပါ။ ပြောင်းလဲမှုများသည် နေရာတိုင်းတွင် ဖြစ်နေသည်။ ကိုယ်ခန္ဓာ၊ စိတ်၊ ဘာသာစကား၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုနှင့် လူမှုဆက်ဆံရေး စသည့် ဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်များတွင် ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်ပေါ်နေခြင်းဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။
- အကယ်၍ ဦးနှောက်ပုံရှိပါက အုပ်စုအတွင်း ပြသပါ။ ပြီးလျှင် ရိုးရှင်းသောစကားလုံးများဖြင့် ဦးနှောက်သည် ကလေးဖွံ့ဖြိုးမှုတွင် မည်မျှအရေးကြီးကြောင်းရှင်းပြပါ။ မွေးစမှ (၃) နှစ်အတွင်း ကလေး၏ ရှေးဦးနှစ်များသည် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသည်ကို ရှင်းပြပါ။
- အာဟာရပြည့်သော အစားအစာ၊ ချစ်ခင်ကြင်နာမှု၊ ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှုနှင့် လှုံ့ဆော်မှုပေးသော ကစားနည်းများသည် ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် ညီတူညီမျှ အရေးကြီးကြောင်းရှင်းပြပါ။
- ကလေးတစ်ဦးချင်းစီသည် ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်များ၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုအချိန်များ မတူညီကြကြောင်း၊ ကွာခြားကြောင်း အလေးအနက်ထားပြောကြားပေးပါ။ (ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်ကို ရောက်ရှိလာသော အချိန်များ မတူကြောင်း)

လုပ်ငန်းစဉ်(၁)

လမ်းလျှောက်ခြင်းအဆင့်

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၃၅) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- 'ကလေးမည်သည့်အသက်အရွယ်တွင် ကိုယ်တိုင်လမ်းလျှောက်နိုင်သလဲ' ဆိုသည့် မေးခွန်းနှင့် ဆွေးနွေးပွဲကို စပါ။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်ပါစာအုပ်ငယ် 'ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသောကလေး'*မှရုပ်ပုံနှင့် ကလေးဖွံ့ဖြိုးမှု အဆင့်ဇယားကို ရည်ညွှန်းပါ။ ကလေးဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်ဆိုသည်မှာ ကလေးကျော်ဖြတ်လာသော ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်များ ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ မရှင်းသောအဆင့်များရှိပါက ဖြစ်နိုင်ပါက ကလေးမိဘ တစ်ဦးအား ၎င်းကလေးနှင့် နမူနာပြ၍ရှင်းပြစေပါ။
- ပေးထားသော ကလေးဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်မှတ်တိုင်နှင့် ပေးထားသော အသက်အရွယ်အမျိုးမျိုးကို ကြည့်ပါ။ ပြီးလျှင် အချက်များကို လေ့လာစေပြီးဆွေးနွေးစေပါ။ အကယ်၍ ယခင်နှစ်က ကလေးမွေးဖွားခဲ့သော မိဘများရှိပါက ဤအချက်များ မှန်ကန်သလားဟု မေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ကလေးတစ်ယောက်ယောက်နှင့် သက်ဆိုင်သော ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်များကို ဖြည့်စွက်ခိုင်းပါ။ (ကလေးတစ်ယောက်ဆိုသည်မှာ ၎င်းတို့၏ ကလေး၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ တာဝန်ယူ ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရသောကလေး) ဤလေ့ကျင့်ခန်းကို တစ်ဦးချင်းသော်လည်းကောင်း၊ အုပ်စုငယ်နှင့်သော်လည်းကောင်း လုပ်နိုင်ပါသည်။
- မေးခွန်းများနှင့် ဆွေးနွေးချက်များ၊ ဤအချိန်တွင် ဤခေါင်းစဉ်နှင့် ပတ်သက်သော အဓိကကျသည့်အချက်များကို အခွင့်အရေးရလျှင် ရသလောက် အလေးအနက်ထား ပြောကြားထားပါ။ မိဘများအနေဖြင့် မိမိတို့ကလေးများ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ပတ်သက်သော စိုးရိမ်စရာအချက်များရှိပါက ဤအချိန်သည် ထိုအချက်များဆွေးနွေးရန် အသင့်တော်ဆုံးအချိန် ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

ကလေးငယ်များအတွက် အားလပ်ချိန်

လိုအပ်မည့်အချိန်- (၁၅) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံ အဆင့်ဆင့်

ပင့်ကူကလေး

(ပင့်ကူကလေး)♪ . .
ရေတံလျှောက်အောက်မှာ လျှောက်သွားနေ
မိုးရွာလာတော့ ရေနဲ့တိုက်ချပေါ့
နေမင်းကြီး ထွက်လာတော့
မိုးရေတွေကို ခြောက်စေပေါ့
(ပင့်ကူကလေး)♪ . . .
ရေတံလျှောက်အောက်မှာဆက်လက်ပြေး

- မွေးစကလေးများ၊ ကလေးငယ်များနှင့် သင့်တော်သော ကစားနည်း၊ သီချင်း၊ သို့မဟုတ် သံစဉ်များနှင့် ကစားနိုင်သော လက်ချောင်း ကစားနည်းကို မျှဝေပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူ အားလုံးကို ပါဝင်စေပါ။ အထူးသဖြင့် နို့စို့ကလေးနှင့် ကလေးငယ်ပါသော မိဘများအား ပါဝင်ပါစေ။ ဥပမာ- အမည်ကျော်ကြားသော လက်ညှိုး လက်ချောင်းကစားနည်းဖြစ်သော *'ပင့်ကူကလေး'* ဤကစားနည်းပါစာသားကို အထက်တွင် ဖော်ပြထားပါသည်။ အကယ်၍ သီချင်းနှင့် ပတ်သက်သော သံစဉ်နှင့် လက်ညှိုး၊ လက်ချောင်း လှုပ်ရှားမှုကိုမသိပါက အခြားနေရာမှရနိုင်သော ဗီဒီယိုမှ ကလေးများဆိုသောသီချင်းနှင့် လှုပ်ရှားမှုကို လေ့လာနိုင်ပါသည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ဘာသာစကားဖြင့် ရှိနေသော ကာရန်စာသားများ၊ သီချင်း များကို မျှဝေစေပါ။
- ဤကာရန်ရှိစာသားများနှင့် လှုပ်ရှားမှုတန်ဖိုးကိုရှင်းပြပါ။ ဤကစားနည်းသည် ကလေးများ၏ အာရုံစူးစိုက်မှုကို ရရှိစေပြီး ၎င်းတို့အတွက် အဓိပ္ပာယ်ပေါ်လွင်စေသည့်အတွက် ကလေးများ၏ သိမှုဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက်အကူပြုစေပါသည်။ ထို့အပြင် ကလေးများသည် မိမိတို့၏ လက် ချောင်းကလေးများနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းများကို လှုပ်ရှားခြင်းဖြင့် ကလေးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာ ဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက်အပံ့ဖြစ်စေပါသည်။ ထို့အပြင် ဤကစားနည်းတွင် မိဘများနှင့် အတူတကွ အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်၍ ကစားရခြင်းကြောင့်ကလေးများ အနေဖြင့် ပျော်ရွှင်သော အတွေ့အကြုံကို ရရှိစေပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဤကစားနည်းသည် ကလေးများ၏ လူမှုဆက်ဆံ ရေးနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားဖွံ့ဖြိုးမှုတို့ကို ရရှိစေပါသည်။ ထို့ပြင် ကလေးများအနေဖြင့် ဤသီချင်းထဲမှ စာသားများ၊ ကာရန်ရှိစာသားများကို နားထောင်ရသဖြင့် ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက် အပံ့ဖြစ်စေပါသည်။ ရိုးရှင်းသော ဤကစားနည်းသည် ကလေးများအား အဖက်ဖက်မှ ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရန် အထောက်အကူပြုပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ်(၃)

စားပွဲတင်အခင်းကစားနည်း။ နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများ ဘာတွေ လုပ်နိုင်သလဲ။

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၃၀-၄၀) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးမည့်မေးခွန်းကို ပြောပြပါ။ နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သော ကလေးများ ဘာတွေ လုပ်နိုင်သလဲ။
- လုပ်ရမည့်လုပ်ငန်းကို ရှင်းပြပါ။ ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ အပိုင်း(၁) တွင်ဖော်ပြထားသော သင်ကြားသင်ယူမှုအတွက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော ချဉ်းကပ်နည်းတွင် ပါဝင်သော 'စားပွဲတင်အခင်းကစားနည်း'ကို ရည်ညွှန်းပါ။

လိုအပ်ပါက နမူနာလုပ်ဆောင်ပြပါ။

- ပါဝင်တက်ရောက်သူ(၄) ယောက်အုပ်စုပါအဖွဲ့များဖွဲ့ပါ။
    - အုပ်စုတစ်စုစီအား ပြင်ဆင်ထားသော စက္ကူချပ် (ဖျာပုံစံ) ပေးပါ။ ထိုစက္ကူတွင် လေးထောင့်ကွက် (၄)ခုကို ညီညီညာညာပိုင်းထားပြီး အလယ်တွင် အသက်အရွယ်ကို ရေးထားပါ။ (ဥပမာ- ၆ လသား)
    - အုပ်စုတွင်ပါသူများသည် ထောင့်လေးထောင့်ရှိ မိမိတို့အတွက် သတ်မှတ်ထားသော နေရာများ တွင် (၆) လသားကလေးလုပ်နိုင်သည့် လုပ်ငန်းများကို ပုံဆွဲ၍ဖြစ်စေ၊ စာရေး၍ ဖြစ်စေ ရေးသားစေပါ။
    - (၅)မိနစ်ခန့်ကြာပြီးပါက အုပ်စုအတွင်းတွင် မိမိတို့ရေးသားထားသော အကြောင်းအရာ၊ သို့မဟုတ် ပုံအကြောင်း အချင်းချင်းပြောပြပါ။ ပြီးလျှင် အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ယောက် ရွေးချယ်၍ အုပ်စုကြီးအတွင်းတင်ပြစေပါ။
- အုပ်စုအားလုံး အုပ်စုကြီးအတွင်းတွင် ပြန်လည်တင်ပြပြီးပါက မေးခွန်းများနှင့် ထင်မြင်ချက်များပေးရန် တိုက်တွန်းပါ။
- မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်မှ စာအုပ်ငယ်(၃)ဖြစ်သော *'ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသောကလေး'* တွင်ပါသော အကြံပြုချက်ဖြစ်သော မိဘများနှင့် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများသည် အသက်အရွယ်အသီးသီးရှိသော ကလေးများ၏ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကို မည်သို့ကူညီဆောင်ရွက်ပေး နိုင်သည်ဆိုသည်ကို ရည်ညွှန်းပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိမိတို့၏ အကြံဉာဏ်များ၊ အတွေ့အကြုံများကို ဤစာမျက်နှာတွင် ယခုဖြစ်စေ၊ နောင်အိမ်ပြန်ရောက်လျှင်ဖြစ်စေ ထပ်မံ ဖြည့်စေလိုကြောင်း ပြောပါ။
- အကယ်၍ အချိန်ပိုရှိပါက ဤစာအုပ်ပါ စာမျက်နှာများကို ကြည့်၍ မေးမြန်းခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - (၁၀) မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည့် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး လုပ်ငန်းများမှ ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သော ကလေးများအတွက် ကျန်းမာသန်စွမ်းစွာ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးရန် အရေးကြီးသော အချက်များကို စဉ်းစားစေပါ။
- ဤဆွေးနွေးပွဲစဉ်တစ်လျှောက်လုံးအရေးကြီးသော အဓိကအချက်များ ဆွေးနွေးနိုင်ရန် သေချာဂရုစိုက်ပါ။ ကလေးများအား ဈေးကြီးသောကစားစရာများဝယ်ပေးခြင်း၊ ဈေးကြီး၍ အကုန်အကျများသော၊ ဝေးသောနေရာများသို့ ခေါ်ဆောင်သွားခြင်းသည် ကလေးပုံမှန်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန် အရေးမပါကြောင်း ထုတ်ဖော်ပြောဆိုပါ။ နေ့စဉ်သာမန်လုပ်ငန်းများဖြစ်သော စကားပြောခြင်း၊ သီချင်းဆိုခြင်း၊ ပုံပြင်များဖတ်ပြခြင်း၊ ပြောပြခြင်း၊ ကစားစရာများဖြင့် ကစားခြင်းနှင့် ကလေးများလွတ်လပ်စွာ စူးစမ်း ရှာဖွေနိုင်ခြင်းတို့သည် ကလေးများအတွက် ပိုမိုသင့်တော်ပြီး မိဘများအနေဖြင့်လည်း အပန်းမကြီးဘဲ ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သော လုပ်ငန်းများဖြစ်သည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ယခင်ဆွေးနွေးပွဲတွင် ဆောင်ရွက်ခဲ့သော 'အမှိုက်ရှာဖွေခြင်းကစားနည်း'ကို ပြန်လည်ထုတ်ဖော်ပြောပြပါ။ (အကယ်၍ ဤလုပ်ငန်းကို ယခင်ဆွေးနွေးပွဲတွင် လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါက) ထိုကစားနည်းတွင် မိဘများအနေဖြင့် မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာတွင် အလွယ်တကူရနိုင်သောပစ္စည်းများကို ရှာဖွေစုဆောင်းပြီး ကစားစရာများအဖြစ် ဖန်တီးပေးသော လုပ်ငန်းဖြစ်သည်။ (ဥပမာ- ပလတ်စတစ်ဘူးထဲတွင် ဆပ်ပြာရည်ထည့်ပြီး ကလေးကစားစရာအဖြစ် ဖန်တီးပေးနိုင်သည်။ ကလေးအတွက် ဆွဲဆောင်မှုရှိသော ကစားနည်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။)
- အကယ်၍ အထက်ပါ ကစားနည်းမလုပ်ရသေးပါက မိဘများအနေဖြင့် မိမိကလေးများ၏ ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားတိုးတက်မှုကို လိုလားပါက ဤလုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်သင့်ကြောင်း ပြောပြပါ။
- နောက်တစ်ပတ်ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာ၊ ရက်စွဲ၊ အချိန်၊ နေရာတို့ကို ကြေငြာပါ။

ကလေးများနှင့်ဆောင်ရွက်နိုင်သော လုပ်ငန်းများ၊ ကာရန်ရှိ ကဗျာများနှင့် သီချင်းများ

ဆောင်ရွက်ပုံ အဆင့်ဆင့်

- အားလုံးပါဝင်ရန် တိုက်တွန်းပါ။
- လူကြီးနှင့်ကလေးများကို စက်ဝိုင်းပုံသဏ္ဍာန်စုဝေးစေပြီး ၎င်းတို့အားလုံးသိသော၊ ရိုးရှင်းသော လှုပ်ရှားမှုပါသောသီချင်း၊ ကာရန်ရှိကဗျာ၊ သို့မဟုတ် လက်ချောင်းလှုပ်ရှားကစားနည်းကို ကစားစေပါ။
- အခြားသူများအားလည်း ဖိတ်ခေါ်၍ ၎င်းတို့သိသော ကလေးကဗျာနှင့် သီချင်းများသီဆိုမျှဝေပေးရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။ သေချာစွာကြည့်ရှုလေ့လာပြီး အသက်အရွယ်အမျိုးမျိုးရှိ ကလေးများအား ဤလုပ်ငန်းကို မည်သို့တုန့်ပြန်သည်ကို မှတ်ချက်ပေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အိမ်တွင် ကလေးများနှင့်အတူ ဤသီချင်းနှင့် ကစားနည်းတို့ကို လေ့ကျင့်ကစားရန် တိုက်တွန်းပါ။
- နောက်တစ်ခါကျင်းပမည့် ဆွေးနွေးပွဲတွင် ကစားနည်း၊ သီချင်းကဗျာများယူဆောင်လာရန် တိုက်တွန်းပါ။ သင့်အနေနှင့် ဤသီချင်း၊ ကဗျာကစားနည်းများကို မိဘများအိမ်သို့ ယူဆောင်သွားနိုင်မည့် စာအုပ်များ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

ဤခေါင်းစဉ်ပါ အကြောင်းအရာအချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်းများဖြင့် ဖြန့်ဝေခြင်း

- ဆွေးနွေးပွဲသို့ တက်ရောက်သောသူအားလုံးအား ဤဆွေးနွေးပွဲတွင် သိလာသော အကြောင်းအရာများကို အိမ်ရှိ အိမ်သူအိမ်သားများနှင့် ရပ်ရွာထဲရှိ ရပ်ရွာသူ/သားတို့အား ဖြန့်ဝေပေးရန် တိုက်တွန်းပါ။
- မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်ရှိ စာအုပ်ငယ်-၃ တွင်ပါဝင်သော 'ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသော ကလေး' စာအုပ်ပါရုပ်ပုံများနှင့် သတင်းအချက်အလက်များကိုအသုံးပြု၍ မိဘနှင့် ကလေးပြုစု စောင့်ရှောက်သူများ၊ နို့စို့ကလေးများနှင့် ကလေးသူငယ်များဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို မည်သို့ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ကြောင်း ပိုစတာများ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ဤရုပ်ပုံများကို ရပ်ရွာစာသင်ဝိုင်းတွင် ချိတ်ဆွဲထားခြင်းသော်လည်းကောင်း၊ ခင်းကျင်းပြသထားခြင်းသော်လည်းကောင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- ဤခေါင်းစဉ်ကိုရပ်ရွာတွင်းလွှင့်နေသော ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် တီဗီမှ လွှင့်နိုင်ရန် စီစဉ်ပါ။
- ရပ်ရွာသူ၊ရပ်ရွာ သားများအား ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ပတ်သက်သော ဗီဒီယို၊ သို့မဟုတ် ဒီဗီဒီ ပြပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲသို့ မတက်ရောက်နိုင်သောကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များနှင့် ကလေးမိခင်များရှိသော အိမ်သို့ အိမ်လည်သွားပါ။ စာအုပ်ငယ် 'ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသောကလေး' စာအုပ်ကို ပေး၍

ၾငင်းတို့သိလိုသော မေးခွန်းများကို ဖြေပေးပါ။ ၎င်းတို့၏ ကလေးများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို လှုံ့ဆော်ထောက်ပံ့ပေးနိုင်မည့် နည်းလမ်းများအကြောင်းပြောပြပါ။

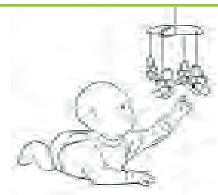
- မူလတန်းကြိုးကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအကြောင်း ပြောပါ။ မိမိတို့အိမ်တွင်ရှိသော နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သော ကလေးများ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကို ၎င်းတို့အနေနှင့် မည်သို့ကူညီထောက်ပံ့နိုင်သော နည်းလမ်းများပြောပြပါ။ ကလေးများအား စကားပြောခြင်း၊ စာဖတ်ပြခြင်းနှင့် သီချင်းဆိုခြင်းတို့အရေးကြီးကြောင်း အလေးအနက်ထားပြောပေးပါ။
- ရပ်ရွာတွင်း၌ ဒေသသုံးဘာသာစကားဖြင့် ရှိနေသော ကလေးလက်ချောင်းများကစားခြင်း၊ ကဗျာနှင့် သီချင်းများကို စုဆောင်းပါ။ ၎င်းတို့ကို စာအုပ်ငယ်တစ်ခုအဖြစ် စုစည်းထားပြီး ရပ်ရွာရှိ မိဘများအား နောင်တစ်ချိန်တွင် ဖြည့်ဝေနိုင်ပါမည်။

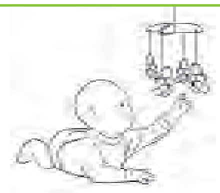
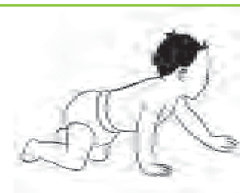
နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်

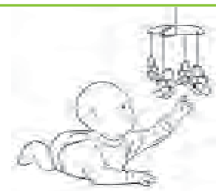
ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကို ခြုံငုံသုံးသပ်လေ့လာခြင်း

●ပထမ ၁၂ လ (မွေးစမှတစ်နှစ်အတွင်း)

	တစ်လသား	**၆ လသား**	**တစ်နှစ်သား**
အသက်အရွယ်အလိုက် ကလေးများလုပ်နိုင်သည့်လုပ်ငန်းများ	• ပါးကိုလက်ဖြင့်ထိသည့်ဘက်သို့ ခေါင်းလှည့်နိုင်သည်။ • လက်နှစ်ဖက်ကိုမိမိ၏ပါးစပ်ရှေ့သို့ ရွှေ့နိုင်သည်။ • ကြားနေကြအသံနှင့် စကားပြောသံများရှိရာသို့လှည့်နိုင်သည်။	• မှောက်နေစဉ်အတွင်း ခေါင်းကိုထောင်ထားနိုင်ပြီး ခန္ဓာကိုယ်အပေါ်ပိုင်းကိုလက်နှစ်ဖက်ပေါ်အားပြုနိုင်သည်။ • မျက်လုံးဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကြည့်ရှုလေ့လာပြီး လူနှင့် အရာဝတ္ထုများကို ရှာဖွေလေ့လာသည်။ • တွဲလောင်းကျနေသော ပစ္စည်းများကို လှမ်းထိနိုင်သည်။	• အကူအညီမပါဘဲ ထိုင်နိုင်ခြင်း။ • လေးဖက်ထောက်သွားနိုင်ပြီး မတ်တတ်စမ်းရပ်နိုင်သည်။ • အကယ်၍ကိုင်ထားပါက ခြေလှမ်းအနည်းငယ် လှမ်းနိုင်သည်။ • စကားလုံးနှင့် အသံများကို အတုခိုးသည်။

			
	တစ်လသား	**၆ လသား**	**တစ်နှစ်သား**
	• မိမိနှင့်နီးကပ်စွာရွေ့နေသော အရာဝတ္ထုပစ္စည်းများကိုမျက်စိဖြင့်လိုက်ကြည့်နိုင်သည်။ • နို့စို့စဉ် မိမိ၏ လက်နှစ်ဖက်ဖြင့် မိခင်၏သားမြတ်ကို ကိုင်နိုင်ခြင်း။ • ငိုကြွေးခြင်းဖြင့် ဆက်သွယ်သည်။	• အရာဝတ္ထုပစ္စည်းများကို ဆုပ်ကိုင်လှုပ်ယမ်းနိုင်သည်။ • ခန္ဓာကိုယ်ကို ဘယ်ညာသို့လှိမ့်နိုင်သည်။ • အကူအညီဖြင့် ထိုင်နိုင်သည်။ • အရာဝတ္ထုများကို လက်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပါးစပ်ဖြင့်လည်းကောင်း စူးစမ်းလေ့လာသည်။ • အသံနှင့် မျက်နှာအမူအရာများကို အတုခိုးနိုင်သည်။ • အသံမျိုးစုံလုပ်နိုင်သည်။ (ဝူးဝူးဝါးဝါး၊ ဂူးဂူးဂဲဂဲ အသံကုန် အော်ဟစ်ရီမောခြင်း) • မိမိနာမည်ခေါ်ပါက ပြန်ထူးတတ်သည်။ မြင်နေကျမျက်နှာများကို ရင်းနှီးစွာတုံ့ပြန်သည်။ • မှန်ကြည့်၍ ပြုံးတတ်သည်။	• ကစားခြင်းနှင့် လက်ခုပ်တီးခြင်းကို နှစ်သက်သည်။ • ရိုးရှင်းသောညွှန်ကြားချက်များကိုလိုက်လုပ်နိုင်သည်။ • ဂရုစိုက်မှုရရန်အသံနှင့် အမူအရာများကို ထပ်ခါ တလဲလဲလုပ်ခြင်း၊ ဂရုစိုက်ခံရသည်ကို နှစ်သက်ခြင်း။ • လက်ညိုးနှင့် လက်မဖြင့် ကောက်ယူနိုင်သည်၊ လွှတ်ချသည်။ • ဇွန်းနှင့်ခွက်များကို စတင်ကိုင်နိုင်ပြီး မိမိဘာသာစားတတ်လာသည်။ • လူစိမ်းများကို ကြောက်တတ်သည်။
မိဘများနှင့် ကလေးပြုစု စောင့်ရှောက်သူများ အနေဖြင့် မည်သို့ကူညီ ပံ့ပိုးပေးနိုင်သနည်း။	• မွေးမွေးပြီးခြင်း နာရီပိုင်းအတွင်း မိခင်နို့ တိုက်ကျွေးပါ။ အသားချင်း ထိပေးပါ။ • မိခင်နို့ကို မကြာခဏ (သို့) ကလေးငိုတိုင်း တိုက်ပါ။	• မိခင်နို့ကို ကလေး ငိုတိုင်း နေ့ရောညရော ဆက်တိုက်ပါ။ ဖြည့်စွက်စာများကို နှစ်ကြိမ် (သို့) သုံးကြိမ်ကျွေးပါ။ (၆လ ကျော်ပါက) • ကလေးကိုမကြာခဏ ချီပါ၊ ချော့မြှူပါ။	• မိခင်နို့ကို ဆက်တိုက်ပါ။ ဖြည့်စွက်စာများကို သုံးကြိမ်၊ သို့မဟုတ် လေးကြိမ် ကျွေးပါ။ (၉လ ကျော်ပါက) • ကလေးအား အစဉ်အမြဲ ချစ်ခင်ကြင်နာမှုပြပါ။ ကလေးများကို ဂရုတစိုက် ချစ်ခင်ကြင်နာစွာတုံ့ပြန်ပါ။

			
	တစ်လသား	**၆ လသား**	**တစ်နှစ်သား**
	• ကလေးကို မကြာခဏ ပွေ့ချီပြီး ဖြေညင်းစွာ ပွတ်သပ်နှိပ်နယ်ပေးပါ။ • ကလေးအား ချစ်ခင်ကြင်နာမှုပေးပါ။ မကြာခဏ ညင်သာစွာ ပွေ့ချီပါ။ • ကလေးနှင့်မကြာခဏ မျက်လုံးချင်းဆုံ ဆက်သွယ်ပါ။ မျက်နှာအမူအရာ အမျိုးမျိုး လုပ်ပြပါ၊ လျှာထုတ်ပြပါ။ • ကလေးအားမကြာခဏ စကားပြောခြင်း၊ သီချင်းဆိုပြခြင်း(သို့) စာဖတ်ပြပါ။ • ကလေးအနီးအနားတွင် ကစားစရာများနှင့် ရွှေ့လျားနေသော အရာများ ချိတ်ဆွဲထားပါ။ ကစားစရာများကို ကလေးများ လှမ်းကြည့်နိုင်ရန် ကလေးမျက်နှာနှင့် (၃၀)စင်တီမီတာ အကွာတွင်ထားပေးပါ။ • သန့်ရှင်းစွာထားပါ။ ကလေးမစင်များကို သေချာစွာထုတ်ပိုး၍ ပစ်ပါ။ ကလေးအနှီးလဲပေးတိုင်း လက်ကို ရေနှင့် ဆပ်ပြာဖြင့် စင်ကြယ်စွာ ဆေးကြောပါ။	• ကလေးလက်(သို့) ပါးစပ်ဖြင့် အရာဝတ္ထုများကို စူးစမ်း လေ့လာ တတ်သဖြင့် ကလေးအား သန့်ရှင်း၍ အန္တရာယ်ကင်းသော အရုပ်များပေးပါ။ • ကလေးအား ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင်ချထားပါက သန့်ရှင်းသောဖျာ (သို့) အခင်းပေါ်တွင် ထားပါ။ ကလေးများ လွတ်လပ်စွာလှုပ်ရှားနိုင်သည်။ ကလေးအနီးတွင် အရုပ်များကို ထားပေးခြင်းဖြင့် ကလေးများလက်လှမ်းမီပြီးဆုပ်ကိုင်နိုင်သည်။ • ကလေးကိုထောင်ပြီး ချီထားပါ။ သို့မှသာ ကလေးသည် မိမိ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကြည့်ရှု လေ့လာနိုင်သည်။ • ကလေးအားမကြာခဏ စကားပြောခြင်း၊ သီချင်းဆိုပြခြင်း (သို့) စာဖတ်ပြပါ။ • ကလေးများ ပြုလုပ်သော အသံအတိုင်း ကလေးများနှင့်စကားပြောပါ။ • ကလေးများနှင့်တူတူ ရေဝါးကစားပါ။	• အရာဝတ္ထုများ၊ ရုပ်ပုံများကိုညွှန်ပြ၍ အမည်များပြောပြပါ။ • ကလေးများအား မကြာခဏ စကားပြောပါ၊ သီချင်း ဆိုပြပါ၊ ပုံပြင်ပြောပြပါ။ ကလေးများနှင့် မကြာခဏရိုးရှင်းသော ကစားနည်းများ ကစားပါ၊ အကယ်၍ ကလေးမှ ကစားနည်းကို စတင်ပါက ကလေးနောက် လိုက်ကစားပါ။ • ကလေးများကို တွန်းနိုင်သော၊ ဆွဲနိုင်သော၊ လှိမ့်နိုင်သော ကစားစရာများပေးပါ။ • ကလေးများ သေးငယ်သောအရာဝတ္ထုများ ဖြည့်နိုင်၊ သွန်နိုင်ရန် ထည့်စရာများပေးထားပါ။ • မိသားစုဝင်များနှင့် အပြန်အလှန်စကားပြောရန်/ဆက်သွယ်ရန် အားပေးပါ။ • ကလေးများအတွက် အန္တရာယ်ရှိသော၊ ချွန်ထက်သောအရာများ၊ ပလတ်စတစ်အိတ်များနှင့် ကလေးမျိုချနိုင်သော၊ သေးငယ်သောအရာ

			
	တစ်လသား	**၆ လသား**	**တစ်နှစ်သား**
		• ကလေးများကို မှန်ကြည့်တတ်ရန် သင်ပေးပါ။	ဝတ္ထုများကို ကလေးများ လက်လှမ်းမမီသော နေရာများတွင်ထားပါ။ • ကလေးများ လက်ကို အစဉ်သန့်ရှင်းစွာ ထားပါ။ ကလေးများအားလက်ကို ရေ၊ ဆပ်ပြာဖြင့် စင်ကြယ်စွာ ဆေးကြော တတ်ရန် သင်ကြားပေးပါ။ • ကလေးများပုဂံနှင့် ဇွန်း အသုံးပြု၍ မိမိဘာသာ စားနိုင်ရန် ကူညီပေးပါ။ • ကာကွယ်ဆေးများကို အချိန်မီထိုးပါ။
ကလေးဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရာတွင် အန္တရာယ်ရှိသော လက္ခဏာများ	• နို့စို့ရာတွင် ခက်ခဲခြင်း၊ နို့စို့ရန် ငြင်းဆန်ခြင်း • ပွေ့ချီထားပါက မျက်လုံးခြင်းမဆုံတတ်ခြင်း • လက်နှင့် ခြေထောက်များလှုပ်ရှားရာတွင် နှေးကွေးခြင်း • အသံနှင့် အလင်းတို့ကို တုံ့ပြန်မှုအားနည်းခြင်း • ကလေးအား ကောက်ချီပြီးသည့်တိုင် အဆက်မပြတ်ငိုခြင်း	• ခြေထောက်များ၊ လက်များရွေ့လျားရာတွင် ခက်ခဲခြင်း၊ တောင့်တင်းခြင်း • ရင်းနှီးသောအသံနှင့် မျက်နှာတို့ကို တုံ့ပြန်မှုနည်းခြင်း၊ • မိခင်နို့စို့ရန် ငြင်းဆန်ခြင်း၊ အစာစားရန် ငြင်းဆန်ခြင်း • ခေါင်းကိုတစ်ချိန်လုံး လှုပ်နေခြင်း (ဤအချင်းအရာသည် နားတွင်း ကူးစက်ရောဂါဖြစ်နေခြင်း လက္ခဏာဖြစ်နိုင်သည်)	• အခြားသူများကို တုံ့ပြန်မှုမရှိခြင်း • လမ်းလျှောက်နေစဉ် ဟန်ချက်ညီအောင် ထားရန်ခက်ခဲခြင်း • အစာစားလိုစိတ် မရှိခြင်း • ကိုယ်အမူအရာတို့၌ ရှင်းပြရခက်သော ပြောင်းလဲမှုများ ရှိနေခြင်း

● အသက် ၂ နှစ်နှင့် ၅ နှစ်အရွယ်ကလေးများ

ကလေးများလမ်းလျှောက်နိုင်ခြင်းနှင့်စကားပြောတတ်ခြင်းသည် ကလေးများသင်ယူရန်အတွက် ကြီးမားသော အခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။ ဤအရွယ်ကလေးများသည် အငြိမ်မနေ၊ အမြဲတမ်းလှုပ်ရှားနေတတ်သည်။ လှုပ်ရှားရန် အားအင်အပြည့်ရှိသည်။ စူးစမ်းလိုစိတ်များတတ်သည်။ ဤအရွယ်ကလေးများသည် လူကြီးမိဘများအပေါ်တွင် အရာတော်တော်များများအတွက် မှီခိုနေရသေးသော်လည်း ကိစ္စတော်တော်များများကို မိမိတို့ဘာသာ ဆောင်ရွက်လိုကြသည်။ မိမိဘာသာမလုပ်ကိုင်ရပါက စိတ်အနှောက်အယှက်ဖြစ်ကြသည်။ ဤသို့ဖြစ်ပါက ဒေါသအကြီးအကျယ်ထွက်ပြီး အော်ငိုခြင်း၊ အော်ဟစ်ခြင်းကို ပြုလုပ်တတ်ကြသည်။ မည်သည့်လူမျိုး၊ ယဉ်ကျေးမှု၌မဆို 'ဟင့်အင်း' ဆိုသည့်စကားသည် လမ်းလျှောက်တတ်သည့်ကလေးများလက်သုံးစကားဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့မလုပ်ချင်သည့် အရာများကို ပြင်းပြင်းထန်ထန်ငြင်းဆန်ပြီး လူကြီးများကို အခက်တွေ့စေသောစကားဖြစ်သည်။ ကလေးများ မိမိဘာသာမိမိ မည်သည့် အတိုင်းအတာအထိ လုပ်နိုင်သည်ဆိုသည်မှာ လူမျိုးတစ်မျိုးနှင့်တစ်မျိုး၊ ယဉ်ကျေးမှုတစ်မျိုးနှင့် တစ်မျိုး သတ်မှတ်ထားသော အတိုင်းအတာကွာခြားမှု ရှိပါသည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ကလေးများအနေဖြင့် မှုကြိုကျောင်း၊ သို့မဟုတ် မူလတန်းကျောင်းသို့မသွားခင် ၎င်းတို့၏လိုအပ်ချက်များကို မိမိတို့ ဘာသာတာဝန်ယူခြင်းသည် အရေးကြီးပါသည်။ ဥပမာ-မိမိဘာသာ အဝတ်အစားဝတ်ဆင်ခြင်း၊ အစားအသောက်များစားခြင်း၊ မိဘနှင့်ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများအနေဖြင့် ကလေးများမိမိဘာသာ အမှီအခိုကင်းစွာ ဆောင်ရွက်ရန်အားပေးခြင်းသည် ကလေးများကျောင်းနေရန်အဆင်သင့်ဖြစ်စေပါသည်။

အသက် ၃ - ၄ နှစ်နှင့် ၅ နှစ်အရွယ်ကလေးများသည် မွေးစမှစ၍ယခုအချိန်အထိ ကျွမ်းကျင်မှုအမျိုးမျိုးကို ဖွံ့ဖြိုးရရှိလာပြီးဖြစ်သည်။ အကယ်၍ ၎င်းတို့အနေဖြင့် လိုအပ်သောပြုစုစောင့်ရှောက်မှု၊ ပံ့ပိုးမှုနှင့် လုပ်ဆောင်မှုများကို စောစီးစွာရရှိပါက ၎င်းတို့သည် တီထွင်ကြံဆမှု၊ ကျွမ်းကျင်စွာပြောဆိုနိုင်မှုနှင့် စဉ်းစားတွေးခေါ်မှု မြင့်မားခြင်း စသည်တို့ကို ပိုင်ဆိုင်မှုရှိပြီး ဤအချက်က ၎င်းတို့၏သင်ယူမှုကို နယ်ပယ်အသီးသီးတွင်ချဲ့ထွင် ဖွံ့ဖြိုးလာပါမည်။

ဤအစဦးနှစ်များတွင် ကလေးများသည် မိမိတို့၏စိတ်လှုပ်ရှားမှု ထိန်းချုပ်မှုပိုမိုဖွံ့ဖြိုးလာပါသည်။ ၎င်းတို့သည် လူမှုဆက်ဆံရေးကျွမ်းကျင်မှုများ တိုးတက်လာပြီး အခြားကလေးများနှင့်ပိုမိုကစားလာပါသည်။ ကစားခြင်းဖြင့်သင်ယူကြသဖြင့် ဤအရွယ်ကလေးများကို ကစားစေခြင်းသည် ၎င်းတို့၏ဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက်အပံ့ ပေးသည်။

အောက်ပါဇယားသည် အသက် ၂ နှစ်မှ ၅ နှစ်အထိ ကလေးများ မည်သည့်ကျွမ်းကျင်မှုများ ရရှိနိုင်သည်ကို ပြသည်။

	၂ နှစ်သား	၃ နှစ်သား	၅ နှစ်သား
ကလေးများ လုပ်နိုင်သော လုပ်ငန်းများ	• မိမိဘာသာလမ်းလျှောက်နိုင်သည်။ တက်နိုင်သည်။ ပြေးနိုင်သည်။ • အမည်ပြောပါက ပစ္စည်းများနှင့် ရုပ်ပုံများကို လက်ညှိုးထိုးပြတတ်သည်။ • စကားလုံး (၂) လုံးနှင့် ပိုသော စကားဖြင့် မိမိတို့၏ အတွေးကို ပြည့်စုံစွာဖော်ပြနိုင်သည်။ (မေမေ တာ့တာ) • လွယ်ကူရိုးရှင်းသော ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာနိုင်သည်။ • စက္ကူနှင့် ရောင်စုံခဲတံ ပေးပါက ခြစ်နိုင်သည်။ (လက်တစ်ခုလုံးလှုပ်ရှားမှု) • ရိုးရှင်းသောပုံပြင်များနှင့် သီချင်းများကိုနားထောင်ရန် နှစ်သက်သည်။ • အခြားသူများ၏ အမူအရာကို လိုက်အတုခိုးတတ်သည်။ • မိမိတို့ဘာသာ အစားစားနိုင်သည်။ အဝတ်အစား ဝတ်နိုင်သည်။	• လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ပြေးခြင်း၊ လှေကားတက်ခြင်း၊ ကန်ခြင်း၊ ခုန်ခြင်းတို့ကို လွယ်ကူစွာ လုပ်နိုင်သည်။ • မိမိ၏အသက်နှင့်အမည်ကိုပြောတတ်သည်။ • အရောင်နှင့် အမည်များကိုယှဉ်တွဲ၍ ပြောတတ်သည်။ • ကိန်းဂဏန်းများကို ပြောတတ်သည်။ • မေးခွန်းများကိုမေးတတ်သည်။ ဖြေတတ်သည်။ • ကဗျာများရွတ်တတ်သည်။ လွယ်ကူသော သီချင်းများဆိုတတ်သည်။ • ကစားရာတွင် ပစ္စည်းများသုံး၍ အတုလုပ်တမ်း ကစားတတ်သည်။ • မိမိဘာသာ အစားအစာ ကောင်းစွာစားတတ်သည်။ • ချစ်ခင်နှစ်သက်ကြောင်း ပြတတ်သည်။ • လက်ကိုဆေးကြောတတ်သည်၊ ခြောက်အောင် သုတ်တတ်သည်။ လူကြီးအကူအညီဖြင့်သွားတိုက်နိုင်သည်။	• ခြေလက်မျက်စိများကို ဟန်ချက်ညီစွာလှုပ်ရှားအသုံးပြုနိုင်သည်။ • စကားလုံးများစွာ ပါသော ဝါကျများကို ပြောနိုင်သည်။ • ရှင်းလင်းစွာပြော နိုင်သည်။ • ဆန့်ကျင်ဖက်သဘော တရားကို နားလည် သည်။ (ဝခြင်း၊ ပိန်ခြင်း၊ အရှည်၊ အတို) • ခဲတံ၊ သို့မဟုတ် ရောင်စုံခဲတံကို လက်ညှိုး၊ လက်မ လက်ခလယ်တို့ဖြင့် ကောင်းစွာကိုင်နိုင်သည်။ • ညာ၊ သို့မဟုတ် ဘယ် လက်ကို များသော အားဖြင့်သုံးသည်။ • အခြားကလေးများနှင့် ကစားပြီး မိတ်ဆွေ ဖွဲ့တတ်သည်။ • ရိုးရှင်းလွယ်ကူသော အလုပ်များကိုပြီးအောင် လုပ်တတ်သည်။ အလျှော့မပေးတတ်။ • အဝတ်အစားကို ကိုယ်တိုင်ဝတ်နိုင်သည်။

	၂ နှစ်သား	**၃ နှစ်သား**	**၅ နှစ်သား**
		• ဆီး၊ ဝမ်း ထိန်းနိုင်သည်။ (အိမ်သာသွားရန်အကျင့် လုပ်ပေးခြင်းဖြင့်) • ပုံပြင်များကိုသေချာစွာ • နားထောင်တတ်ပြီး မှတ်ချက်များ ပေးတတ်သည်။	• မေးခွန်းများစွာ မေးတတ်သည်။ • (၁)မှ (၁၀) အထိ အရာဝတ္ထုများကို ရေတွက်တတ်သည်။ • အိမ်သာကို အကူအညီမပါဘဲ မိမိဘာသာ သွားတတ်သည်။ • အကူအညီမပါဘဲ မိမိဘာသာ လက်ဆေးတတ်သည်။
မိဘများနှင့် ကလေးပြုစု စောင့်ရှောက်သူများ အနေဖြင့် မည်သို့ ကူညီပံ့ပိုးပေး နိုင်သနည်း။	• မိခင်နို့ကိုအနည်းဆုံး အသက်(၁)နှစ်အထိ တိုက်ပါ။ ကလေးတိုင်း ကျား-မ မရွေး လုံလောက်သော အစာ အာဟာရနှင့် အာဟာရ ပြည့်ဝသော အစား အစာများ ကျွေးပါ။ • ကလေးတိုင်း ကာကွယ်ဆေး အပြည့်အဝထိုးပေးပါ။ • ကလေးများအား အန္တရာယ်ရှိသော အရာ ဝတ္ထုများနှင့် နေရာများ ကို ရှောင်ကြဉ်နိုင်ရန် သင်ကြားပေးပါ • ကလေးများကို ပုံမှန် အတိုင်း စကားပြောပါ။ ကလေးများ သုံးသော အသုံးအနှုန်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။	• ကလေးများနှင့်အတူ စာအုပ်ကြည့်ပါ၊ ဖတ်ပါ၊ စာအုပ်ပါရုပ်ပုံ အကြောင်းပြောပါ။ • ကလေးများအား ပုံပြော ပြပါ။ သီချင်းနှင့် ကဗျာများ သင်ပေးပါ။ • ကလေးပြောသောစကား ကိုနားထောင်ပြီး ကလေး မေးသောမေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးပါ။ • ကလေးများ အတူလုပ် တမ်းကစားရန်၊ တီထွင် ကြံဆသော ကစားနည်း များ ကစားရန်၊ တည်ဆောက်ရန်နှင့် ပုံဆွဲရန်၊ လိုအပ်သော ပစ္စည်းများပေးပါ။ • ကလေးများ၏အပြု သဘောဆောင်သော အပြုအမူများကို အသိ	• ကလေးပြောသော စကားကို နားထောင် ပြီး ကလေးမေးသော မေးခွန်းများကို ဖြေ ကြားပေးပါ။ သား နည်းတူ သမီးနှင့် လည်း စကားပြောပါ။ • ကလေးများနှင့်အတူ မကြာခဏစကားပြောပါ။အပြန် အလှန်ဆက်သွယ်ပါ။ • ကလေးများအား ပုံပြင် ပြောပြပါ၊ စာဖတ်ပြပါ။ • သားနည်းတူသမီးကို လည်း စူးစမ်း လေ့လာခွင့်ပေးပါ။ • ကလေးများ အတူ လုပ်တမ်းကစားရန်၊

	၂ နှစ်သား	၃ နှစ်သား	၅ နှစ်သား
	• ကလေးများလိုက်နာနိုင်ရန် ရိုးရှင်းသော စည်းကမ်းများ ချပေးပါ။ ကလေးများထံမှ သူတို့ အသက်အရွယ်အလိုက် လုပ်နိုင်ချေရှိသော အပြုအမူကိုသာ မျှော်လင့်ထားပါ။ • ကလေးများအား နေ့စဉ် ဂရုစိုက်မှုနှင့် ချစ်ခင်ကြင်နာမှုကိုပြပါ။ ကလေးများ၏အောင်မြင်မှု အတွက် ချီးမွမ်းပါ။ • ကလေးများနှင့် ကဗျာများ၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုပါသော သီချင်းများ၊လက်ချောင်း လှုပ်ရှားမှုကစားနည်းများ သုံး၍ ကစားပါ။ • ကလေးအား သင်၊ သို့မဟုတ် မိသားစုဝင် တစ်ဦးဦးက နေ့စဉ် ပုံပြင်ဖတ်ပြပါ။ • ကလေးများအား အမျိုးအစား ခွဲခြားခြင်း၊ တူရာစုခြင်း၊ အတု လုပ်တမ်းကစားခြင်း အတွက် ပစ္စည်းများ ဖန်တီးပေးပါ။ တွန်းနိုင်၊ ဆွဲနိုင်သော ကစားစရာများပေးပါ။	အမှတ်ပြုပါ။ တိုက်တွန်းပါ။ ရှင်းလင်းပြတ်သားသော စည်းကမ်းများ ချမှတ်ပါ။ • ကလေးများအားလွယ်ကူသော အလုပ်များ လုပ်ခိုင်းပါ။ ဥပမာ- ကစားစရာများကို ကစားပြီးပါကမူလနေရာ တွင်ပြန်ထားစေခြင်း၊ • ကလေးအားနေ့စဉ် ချစ်ခင်ကြင်နာမှုပြပါ။ • ကလေးများအား အခြားကလေးများနှင့် ကစားခွင့်ပေးပါ။ • ကလေးများအား တီဗီ ကြည့်ရန် အချိန်သတ်မှတ်ပေးပြီး ကြမ်းတမ်းသောကားများကို ကလေးများ မကြည့်နိုင်ရန်စီစဉ်ပါ။ • ကလေးများအား အစာစားရန် တိုက်တွန်းပါ။ သို့သော် အတင်းမစားစေပါနှင့်၊ ကလေးစားနိုင်ရန် အချိန်အလုံအလောက်ပေးပါ။ • ကလေးများအား အဝတ်အစားဝတ်ရာတွင်လည်းကောင်း၊ အိမ်သာသုံးရန်လည်းကောင်း၊ လက်ဆေးရန်လည်းကောင်း၊ သွားတိုက်ရန်နှင့် ခေါင်းဖြီးရန်လည်းကောင်း ကူညီပေးပါ။	တီထွင် ကြံဆသော ကစားနည်းများ ကစားရန်၊ တည်ဆောက်ရန်နှင့် ပုံဆွဲရန်၊ လိုအပ်သော ပစ္စည်းများ၊ ကစားစရာနေရာပေးပါ။ • ကလေးများ၏အပြုသဘောဆောင်သော အပြုအမူများကို အသိအမှတ်ပြုပါ၊ တိုက်တွန်းပါ။ ရှင်းလင်းပြတ်သားသော စည်းကမ်းများ ချမှတ်ပါ။ • ကလေးအားနေ့စဉ် ချစ်ခင်ကြင်နာမှုပြပါ။ • ကလေးများအား တယ်လီဗေးရှင်းကြည့်ရန် အချိန်သတ်မှတ်ထားပေးပြီး ကြမ်းတမ်းသောကားများ ကလေးများ မကြည့်နိုင်ရန် စီစဉ်ပါ။ • သားနည်းတူ သမီးကိုလည်း ကစားသည့်အုပ်စုတွင် ပါဝင်စေပါ။ သို့မဟုတ် အခြားသင်ယူနိုင်သည့် အစီအစဉ်တွင် ပါဝင်စေပါ။

	၂ နှစ်သား	၃ နှစ်သား	၅ နှစ်သား
ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရာတွင် အန္တရာယ်ရှိသော လက္ခဏာများ	• အခြားသူများနှင့် အခြားကလေးများကို တုံ့ပြန်မှုမရှိခြင်း • လမ်းလျှောက်နေစဉ်တွင် ဟန်ချက်ညီရန်ခက်ခဲခြင်း • အစာစားလိုစိတ်မရှိခြင်း ကိုယ်အမူအရာတို့၌ ရှင်းပြရခက်သော ပြောင်းလဲမှုများ ရှိနေခြင်း အခြားသူများနှင့် အခြားကလေးများကို တုံ့ပြန်မှုမရှိခြင်း	• ကစားခြင်းနှင့် အစာစားခြင်းတို့တွင် စိတ်ဝင်စားမှုနည်းခြင်း • မကြာခဏလဲကျခြင်း • သေးငယ်သော အရာဝတ္ထုများကို ကိုင်တွယ်အသုံးပြုရာတွင် ခက်ခဲခြင်း • ရိုးရှင်းသော ရှင်းပြချက်များကို နားလည်ရန် ခက်ခဲခြင်း စကားလုံးများသုံး၍ စကားပြောရန်ခက်ခဲခြင်း	• အခြားသူများနှင့် မိတ်ဆွေမဖွဲ့နိုင်ခြင်း • အခြားသူများကစားနေစဉ် ဝင်မကစားဘဲ တစ်ဦးတည်း သီးသန့်နေခြင်း • အခြားသူများနှင့် ကစားရာတွင် ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ စိတ်ဆိုးဒေါသထွက်ခြင်း၊ အကြမ်းဖက်ခြင်း • ခဲတံနှင့်ရောင်စုံခဲတံ ကိုင်တွယ်ရာတွင် ခက်ခဲခြင်း၊ စကားပြောဆိုရာတွင် နားလည်ရန် ခက်သောအသံထွက်ရှိခြင်း

● အသက် ၆ နှစ် နှင့် ၈ နှစ်ကလေးများ

ဤအသက်အရွယ်သည် ကလေးများ ကျောင်းစတက်သည့်အရွယ် ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးတိုင်း မိမိတို့နိုင်ငံအလိုက် သတ်မှတ်ထားသော အသက်ရောက်ပါက ကျောင်းစနေနိုင်ပြီး ကျောင်းနေမြဲရန်လိုပါသည်။ ဤအချက်သည် အရေးကြီးသဖြင့် နောက်မကျသင့်ပေ။ ကလေးမွေးစမှ (၁)နှစ်အတွင်း ချစ်ခင်ကြင်နာမှု၊ အလေးထားခြင်း၊ လှုံ့ဆော်မှုနှင့် ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှုခံရသော ကလေးများသည် ကျောင်းနေရန် အဆင်သင့်ဖြစ်နေတတ်သည်။ ကျောင်းတွင် ဆရာ၊ ဆရာမများက သင်ယူမှုအခွင့် အလမ်းများကို ဖန်တီးပေးသော ကလေးဗဟိုပြုနည်းလမ်းများကို သုံးခြင်းဖြင့် ကလေးများသည် ဆက်လက် ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွား တိုးတက်နေပါမည်။ ကလေးဗဟိုပြုနည်းလမ်းများသည် ကလေးများ၏ အားသာချက်များနှင့် ကလေး၏ရှိနှင့်ပြီးသော ဖွံ့ဖြိုးမှုအပေါ်မူတည်၍ ဖန်တီးထားသော၊ ကလေးများလွတ်လပ်စွာ သင်ယူနိုင်သောနည်းလမ်းများ ဖြစ်ပါသည်။

	၈ နှစ်အရွယ် ကလေး
၈ နှစ် အရွယ် ကလေး လုပ်နိုင်ရမည့် လုပ်ငန်းများ	• ကျောင်းသွားပျော်ခြင်း၊ စာသင်ယူရသည်ကို နှစ်သက်ခြင်း။ • ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုများကိုတစ်ဦးချင်းသော်လည်းကောင်း၊ (ဥပမာ- ရေကူးခြင်း၊)အဖွဲ့ဝင်အနေဖြင့်လည်းကောင်း ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ထိုသို့ပါဝင် ဆောင်ရွက်ရသည်ကို နှစ်သက်သဘောကျခြင်း၊ • လက်နှင့်မျက်စိ အချိုးညီစွာ လုပ်ရသောလုပ်ငန်းများတွင် ကျွမ်းကျင်ခြင်း၊ လုပ်နိုင်ခြင်း။ • ဒြပ်မဲ့တွေးခေါ်မှုများကိုနားလည်စပြုလာပြီး ပိုမိုရှုပ်ထွေးသော အတွေးများကို စဉ်းစားတွေးခေါ်တတ်လာခြင်းဖြင့် ပြဿနာဖြေရှင်းနိုင်လာခြင်း။ • အခြားသူများ၏ မတူညီသောအတွေးအမြင်များ၊ ယုံကြည်မှုဓလေ့ထုံးစံများနှင့် လုပ်ပုံလုပ်နည်းများကို သတိပြုမိလာသည်။ • အတန်းတွင်း၌ ဂရုစိုက်နားထောင်တတ်လာသည်။ • မိခင်ဘာသာစကားဖြင့် ရိုးရှင်းသော ဝေါဟာရများကို ရေးနိုင်ဖတ်နိုင်သည်။ • အခင်မင်ဆုံးသူငယ်ချင်းများ ထားရှိတတ်လာပြီး ၎င်းတို့နှင့်အတူနေရသည်ကို နှစ်သက်သည်။ • မိမိကိုယ်ကို သင့်တင့်ဆီလျော်စွာ ထိန်းချုပ်တတ်ပြီး စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကို နားလည်သဘောပေါက်လာသည်။

	၈ နှစ်အရွယ် ကလေး
မိဘများနှင့် ကလေးပြုစု စောင့်ရှောက်သူများ အနေဖြင့် မည်သို့ ကူညီပံ့ပိုး ပေးနိုင်သနည်း။	• စံပြနမူနာကောင်းများဖြစ်ပါစေ။ • မိမိတို့၏သားသမီးများအား ၎င်းတို့၏ခံစားမှုများ၊ အတွေးအမြင်နှင့် ယုံကြည်မှုဓလေ့ထုံးစံများကို လွတ်လပ်စွာဖော်ထုတ်ခွင့်ပြုပါ။ • မိမိတို့၏ သားသမီးများနှင့် အချိန်ကုန်ဆုံးပါ။ အတူနေချိန်များပါစေ။ သူတို့ပြောသောစကားများကို သေချာစွာ နားထောင်ပါ။ • မိမိတို့၏ သားသမီးများနှင့်အတူကစားပါ။ လုပ်ငန်းများအတူတကွ လုပ်ပါ။ • ကလေးများ၏တီထွင်ကြံဆမှု၊ ဆန်းသစ်မှုကို အားပေးပါ။ • ကလေးများအား သူငယ်ချင်းများနှင့် ကစားခွင့်ပေးပါ။ ကျောင်းပြင်ပ လုပ်ငန်းများနှင့် အိမ်မှုကိစ္စများတွင် ပါဝင်ခွင့်ပေးပါ။ • ကလေးများ၏ အပြုအမူနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းတိကျသော စည်းကမ်းများချမှတ်ပေးပြီးအပြုသဘောဆောင်သော အပြုအမူများကို ချီးကျူးပါ။ • ကလေးများ၏ ကျောင်းကိစ္စများကို စိတ်ဝင်စားမှုရှိပြီး ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပါ။
ကလေး ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရာတွင် အန္တရာယ်ရှိသော လက္ခဏာများ	• မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းပြုရန်ခက်ခဲပြီး မိတ်ဆွေဖွဲ့ရန်ခက်ခဲခြင်း၊ • မိမိ၏သူငယ်ချင်းများကို မထိန်းသိမ်းထားနိုင်ခြင်း၊ • အခက်အခဲစိန်ခေါ်မှုများနှင့်လုပ်ငန်းများကို ရှောင်လွှဲခြင်း၊ လက်မြှောက်အရှုံးပေးခြင်း၊ မိမိ၏ လိုအပ်ချက်များ၊ အတွေးများနှင့်စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုများကို သိအောင်မပြောပြနိုင်ခြင်း၊ • အာရုံစူးစိုက်မှု အခက်ခဲရှိခြင်း၊ သတိပြု/ဂရုစိုက်မှုအားနည်းခြင်း၊ • ကျောင်းစာများမပြီးခြင်း၊ ပြီးအောင်မလုပ်နိုင်ခြင်း၊ • အလွန်ဒေါသကြီးသည်။ သို့မဟုတ် ရှက်ရွံ့တတ်သည်။

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ကျန်းမာရေးနှင့် အာဟာရ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၄)

ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရ

ဆွေးနွေးပွဲရည်ရွယ်ချက်

- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိမိတို့ရပ်ရွာတွင်းရှိ နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ကလေးငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သောအကြောင်းအရာများကို ပြန်လည် စဉ်းစားစေ၍ အရေးတကြီးဆောင်ရွက်ရန်ရှိသောအချက်များကို ဖော်ထုတ်ဆွေးနွေးရန်။**
- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ရောဂါများဖြစ်ပွားရခြင်း အကြောင်းရင်းများနှင့် မည်သို့ကာကွယ်ရမည်ဆိုသည့်အချက်များအပါအဝင် ကလေးများတွင်အဖြစ်များ သောရောဂါများနှင့်ကလေး၏ကျန်းမာရေးကိုခြိမ်းခြောက်နေသောအခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များကိုပေးရန်။**

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

လုပ်ငန်းစဉ် (၁) - တွေး - တွဲ - မျှဝေ

လုပ်ငန်းစဉ် (၂) - ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်း

လုပ်ငန်းစဉ် (၃) - သရုပ်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

လက်ဆေးခြင်းနှင့် သွားတိုက်ခြင်းသရုပ်ဖော်ပြုလုပ်ရန်ပစ္စည်းများ- ရေ၊ ရေဇလုံ၊ ဆပ်ပြာ၊ သန့်ရှင်းသောပဝါ၊ သွားတိုက်တံ၊ သွားတိုက်ဆေး၊ ဆား၊ သို့မဟုတ် မုန့်ဖုတ်ဆော်ဒါ။

အဓိကအချက်များ

- ကလေးတစ်ဦး၏ကျန်းမာရေးသည် မိခင်ဖြစ်သူကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်ကတည်းက ရရှိသော အရည်အသွေးပြည့်ဝသော ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှုပေါ်တွင် မူတည်သည်။ ထို့ပြင် မွေးဖွားစဉ်အတွင်း အတွေ့အကြုံရှိသော သားဖွားဆရာမနှင့် မွေးဖွားခြင်းနှင့် ကလေးမွေးဖွားပြီး နောက်ဆက်တွဲ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုရရှိခြင်းတို့အပေါ်တွင် မူတည်သည်။

- ကလေးများတွင်အဖြစ်များသောရောဂါများသည် ငွေကုန်ကြေးကျသက်သာစွာဆောင်ရွက်မှုဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။ အချို့သည်ဆေးကုသခံရပါက တုံ့ပြန်မှုကောင်းကြသည် (အချို့နည်းများ သည်ရောဂါကိုပျောက်ကင်းစေနိုင်သည်အထိတုံ့ပြန်မှုကောင်းပါသည်)။
- ငယ်ရွယ်နုနယ်သောကလေးများသည် အခြားသောအသက်အရွယ်ရှိ ကလေးများထက် မသန့် ရှင်းသောရေ၊ ညစ်ညမ်းသောအိမ်သာ/ပတ်ဝန်းကျင်၊ တိရစ္ဆာန်များမှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ် သောရောဂါများ နှင့်ကျန်းမာရေးဆောင်ရွက်မှုအားနည်းခြင်းတို့ကြောင့် ရောဂါဖြစ်ပွားရန် ပိုမို အခွင့်အလမ်းများပါသည်။
- လက်ကို ရေနှင့် ဆပ်ပြာဖြင့်စင်ကြယ်စွာဆေးခြင်းသည် ရောဂါများဖြစ်ပွားခြင်းမှ ကာကွယ်ပါ သည်။ အန္တရာယ်နည်းပါသည်။ ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများအနေဖြင့် ကလေးများအစာ မစားမီနှင့် အိမ်သာတက်ပြီးတိုင်း မိမိတို့၏ လက်များကိုဆပ်ပြာဖြင့်ဆေးကြောသည့်အကျင့် ပျိုးထောင်ပေးရန်လိုပါသည်။
- အသက် ၅ နှစ်အောက်ကလေးများအတွက် အာဟာရချို့တဲ့ခြင်းသည် မကျန်းမာခြင်းနှင့် အသက်ဆုံးရှုံးရခြင်း အကြောင်းရင်းဖြစ်ပါသည်။ အာဟာရမပြည့်ပါက ကလေးများအားနည်း လာပြီး ရောဂါပေါင်းစုံဝင်လာစေပါသည်။
- ကလေးအသက် ၆ လအထိ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းသာ တိုက်ကျွေးရမည်။
- အိပ်ချ်အိုင်ဗွီရောဂါဖြစ်နေသောမိခင်ပင်လျှင် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးနိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် မိခင်အားထိုးထားသည့် အိပ်ချ်အိုင်ဗွီရောဂါကာကွယ်ဆေးသည် မိခင်မှကလေးသို့ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးကူးစက်ရန် လျော့နည်းစေသည်။
- ကလေး ၆ လကျော်မှစ၍ ဖြည့်စွက်အစာများကို တစ်နေ့ ၅ ကြိမ်ကျွေးပါ။
- မိမိတို့ရပ်ရွာတွင် သတ်မှတ်ထားသောဆေးပတ် အကြိမ်ပြည့်သည်အထိ ကလေးတိုင်းကို ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးရမည်။
- ကလေးအားလုံး ကျား-မ မရွေး မသန်စွမ်းကလေးအပါအဝင် လုံလောက်သော အာဟာရ အစားအစာ ရရှိစေရမည်။
- ကလေးများ သွားမထွက်သေးသည့်တိုင် မိဘများအနေဖြင့် ကလေး၏သွားကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်ရမည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်ပါ 'ကျန်းမာရေးနှင့် အာဟာရ'* စာအုပ်ငယ်ကို ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်စေရန် ကြိုတင်ဖတ်ထားပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲမစမီကပင်ရပ်ရွာတွင်းသို့ လှည့်လည်၍ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများရှာဖွေဖော်ထုတ်ထားခြင်းဖြင့် မေးလာမည့်မေးခွန်းများအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်နိုင်သည်။ အကယ်၍ ဖြစ်နိုင်ပါကကျန်းမာရေး ဆရာမ၊ ဆရာဝန်၊ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးလုပ်သားနှင့် ဤပြဿနာများကို ဆွေးနွေးပါ။
- ရပ်ရွာတွင်း၌ မည်သည့်ကာကွယ်ဆေးထိုးရန်လိုအပ်သလဲကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပေးပါ။ မည်သည့်အချိန် မည်သည့်နေရာတွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခဲ့သလဲဆိုသည်ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပါ။
- ရပ်ရွာကျန်းမာရေးလုပ်သားနှင့်တကွ အခြားကျန်းမာရေး၊ အာဟာရနှင့်ပတ်သက်၍ သိနားလည်သူများကိုဆွေးနွေးပွဲတွင် ဦးဆောင်ဆွေးနွေးမှုပြုနိုင်ရန် ဖိတ်ကြားပါ။
- အကယ်၍ ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်ရာတွင် မိဘများနှင့်အတူ ကလေးများလိုက်ပါလာခြင်းမရှိပါက မိဘအချို့အား ၎င်းတို့၏ကလေးငယ်များ (မူကြိုအရွယ်)ကို ဆွေးနွေးပွဲသို့ခေါ်ဆောင်လာရန် ပြောကြားပါ။ သင့်အနေဖြင့် ကလေးများအား လုပ်ငန်းစဉ် (၁) ခု၊ သို့မဟုတ် (၂) ခုတွင် ပါဝင်စေချင်ကြောင်း မိဘများအားရှင်းပြပါ။
- သရုပ်ပြရန်အတွက် ပစ္စည်းများအပါအဝင် ဆွေးနွေးပွဲအတွက်လိုအပ်သောပစ္စည်းများကိုစုဆောင်းပါ။
- ကျန်းမာရေး၊ အာဟာရစသည်တို့နှင့်ပတ်သက်သောပိုစတာများရှိပါက ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပသည့် နေရာတွင်ချိတ်ဆွဲ၍ပြသထားပါ။ သင့်အနေဖြင့် ပိုစတာများကို ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- အကယ်၍ ရပ်ရွာတွင်းမှရနိုင်သော အာဟာရနှင့် ပြည့်ဝသောအစားအစာများကို ခင်းကျင်းပြသထားနိုင်ပါသည်။
- ရပ်ရွာအတွင်း၌ဆွေးနွေးပွဲအကြောင်းကို ထိရောက်သောနည်းလမ်းသုံး၍ လူအများသိစေရန်ကြေညာပါ။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

- အားလုံးကိုကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါ။
- ဧည့်သည်များနှင့်မိတ်ဆက်ပါ။

ယခင်အပတ်ဆွေးနွေးပွဲအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့်အကြံပြုချက်များတင်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ယခင်ဆွေးနွေးပွဲအပြီး မည်သည့်အကြောင်းအရာများထူးခြားမှုရှိသနည်းဟု မေးပါ။ယခင်အပတ်တွင် ဆွေးနွေးခဲ့သော 'ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားနေသော ကလေး'စာအုပ်တွင်ပါသော လုပ်ငန်းများကို စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်ခြင်း ရှိ-မရှိ မေးမြန်းပါ။ လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါက ဘာတွေဖြစ်သလဲဟုမေးပါ။ ဆွေးနွေးရန် အချိန်ပေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မျှဝေရန် သီချင်း၊ ကစားနည်း၊ ကဗျာရှိပါသလား မေးပါ။ အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများက စိတ်ဝင်စားမှုရှိပါက မည်ကဲ့သို့မှတ်တမ်းတင်ထားမလဲဟုမေးပါ။

ခေါင်းစဉ်သစ်နှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ယခုဆွေးနွေးပွဲခေါင်းစဉ်သည် နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများအတွက် ကျန်းမာရေးနှင့် အာဟာရဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်* ပါ *'ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရ'* စာအုပ်ငယ်တွင်ဖော်ပြထားသော အကြောင်းအရာပေါ်တွင်မူတည်၍ ကလေးများ ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်အောင် မည်သို့လုပ်နိုင်သည်နှင့် ပတ်သက်၍ ယေဘုယျမှတ်ချက်များပြောပါ။ ကလေးများ၏ ကျန်းမာရေးအတွက် အန္တရာယ်ရှိသောအချက်များကို ပေါ်လွင်အောင်ပြောပြပြီး ရောဂါအများစုသည်ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်ခြင်းရှိသည်ကို ပြောပြပါ။
- ဤဆွေးနွေးပွဲတွင် သင့်အနေဖြင့်ရပ်ရွာအတွင်း ရှိနို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရကို အဓိကဆွေးနွေးမည် ဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားပါ။ ဤသို့ ရှင်းပြခြင်းဖြင့် သင့်အားလုပ်ငန်းစဉ်(၁)သို့ ကူးပြောင်းဆွေးနွေးရန် လွယ်ကူစေပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

ရပ်ရွာအတွင်းရှိကလေးများ၏ ကျန်းမာရေးအပေါ် တွေး-တွဲ-မျှဝေခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၂၀

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား မိနစ်အနည်းငယ်အချိန်ယူ၍ ရပ်ရွာတွင်းရှိကလေးငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သောအချက်များကိုစဉ်းစားစေပါ။ မည်သည့်ရောဂါအဖြစ်များသလဲ။ ကလေးများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်ပြီး ရပ်ရွာသူ/သားများ၏ စိတ်ပင်ပန်းမှုများသည် အဘယ်နည်း။
- ဤသို့မေးရာတွင် မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်ပါ'ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရ' စာအုပ်ငယ်တွင်ပါဝင်သော မေးခွန်းများမေးရန်ရည်ညွှန်းပါ။ အကယ်၍ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ စာအုပ်ငယ်တွင် မှတ်စုတိုများရေးသားထားလိုပါက ရေးသားနိုင်ကြောင်းပြောပြပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိမိဘေးရှိလူအား ၎င်းတို့၏စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ၊ သို့မဟုတ် ရေးထားသောမှတ်စုကို ပြောပြစေပါ။
- လူအများထံမှအကြံပြုတင်ပြချက်များရနိုင်သမျှရအောင်တောင်းပါ။ သင့်အနေနှင့် ရပ်ရွာအကြောင်းကို ကောင်းစွာသိထားပြီး ဖြစ်သော်လည်း ပါဝင်တက်ရောက်သူများမှတင်ပြသော ၎င်းတို့၏ စိုးရိမ်ပူပင်မှုများကို ဖော်ထုတ်ရန်လိုပါသည်။ ဤစိုးရိမ်ပူပင်မှုများကို ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင်လည်းကောင်း၊ စက္ကူကြီးပေါ်တွင်လည်းကောင်း ရေးသားစေပါ။
- ရရှိလာသောစိုးရိမ်ပူပင်မှုများကိုအတိုချုံးပါ။ ဦးစားပေးအစီအစဉ်အလိုက်စီပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများနှင့်အတူ အဓိကစိုးရိမ်ပူပန်မှုတစ်ခုကိုဖော်ထုတ်၍ဆက်လက်ဆွေးနွေးပါ။ သင့်အနေဖြင့်ကျန်စိုးရိမ်ပူပင်မှုကို နောက်ဆွေးနွေးပွဲတွင်ဆွေးနွေးနိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်း - သင့်အနေနှင့်ဤပြဿနာနှင့်ပတ်သက်၍ဘာလုပ်နိုင်သနည်း။

ဤလုပ်ငန်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များမှာ ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် လုပ်ငန်းစဉ်(၁)တွင် ဖော်ထုတ်ထားသော အဓိကစိုးရိမ်ပူပန်မှုတစ်ခုအတွက် စုပေါင်းအဖြေရှာရန်ဖြစ်သည်။

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၂၀ မှမိနစ် ၃၀

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ဤပြဿနာကိုသေချာအလေးပေးစဉ်းစားပြီး ဤပြဿနာအတွက်အဖြေတစ်ခု ရရှိနိုင်ခြင်းရှိ-မရှိ သိလိုကြောင်းရှင်းပြပါ။
- ပြဿနာ၊ သို့မဟုတ် အခက်အခဲကိုစတင်ဦးဆောင်ဆွေးနွေးပါ။

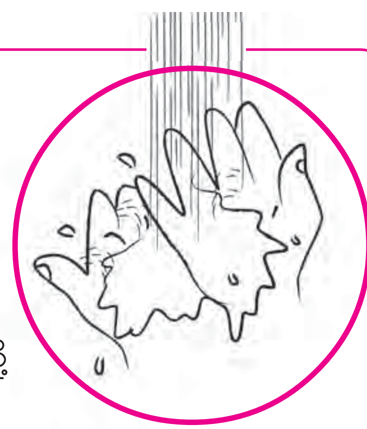
- ရပ်ရွာတွင် လက်ရှိကျင့်သုံးရသောအလေ့အကျင့်၊ မိရိုးဖလာယုံကြည်မှုတစ်ခုသည် ရပ်ကွက်အတွင်း၌ နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုကို အန္တရာယ်ပေးနိုင်ခြင်း ရှိ-မရှိ၊ ရှိခဲ့လျှင်မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ရသနည်း။
- ဤအမူအကျင့်ကိုပြောင်းရန် မည်သည့်သတင်းအချက်နှင့်ပံ့ပိုးမှုများ လိုအပ်ပါသနည်း။ မည်သည့် အခက်အခဲ/အတားအဆီးများကိုကျော်လွှားရမည်နည်း။
- ဤအခက်အခဲကို ဖြေရှင်းရန်၊ သို့မဟုတ် ဖြေလျှော့ရန် လုပ်ရမည့်လုပ်ငန်းများကိုဖော်ထုတ်ပါ။ ဤလုပ်ငန်းသည် ရပ်ရွာတွင်ရှိသောရင်းမြစ်များဖြင့် အမှန်တကယ်ဖော်ထုတ်နိုင်သော လုပ်ငန်းမျိုး ဖြစ်ရမည်။ လိုအပ်သည့်ရင်းမြစ်များ၊ အကူအညီပေးနိုင်မည့်သူများကို ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်စေပါ။
- ဤပြောင်းလဲမှုရရှိရန်ရပ်ရွာရှိ လူတိုင်းမည်သို့ပါဝင်ဆောင်ရွက်သင့်ကြောင့် ဆွေးနွေးပါ။

- အကယ်၍ဆုံးဖြတ်ချက်များချခဲ့ပါက ထိုဆုံးဖြတ်ချက်များကို အနှစ်ချုပ်ပါ။ သဘောတူညီထားသော အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်မည့်လုပ်ငန်းများလုပ်နိုင်ရန် ကြိုတင်အစီအစဉ်ရေးဆွဲပါ။ ဤလုပ်ငန်းများကို ဘယ်အချိန်၊ ဘယ်လို ရှေ့ဆက်ဆောင်ရွက်မည်ကို သဘောတူညီမှုရစေပါ။

မှတ်ချက်။ *ဤလုပ်ငန်းကိုအုပ်စုငယ်အတွင်း၌ကျင်းပနိုင်ပြီး အုပ်စုငယ်တွင်ဆွေးနွေးပြီးပါက အုပ်စုကြီး အတွင်းတွင် ပြန်လည်ဝေမျှပါ။*

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)

သရုပ်ပြရှင်းလင်းခြင်း - လက်ဆေးခြင်း



လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

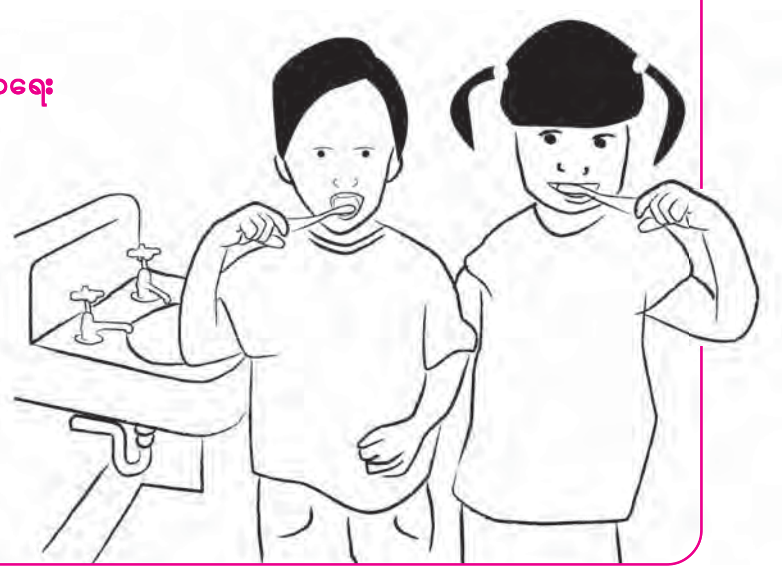
- ဆပ်ပြာဖြင့် လက်ကိုဆေးခြင်းသည် ရောဂါများမှ ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ လက်ကို မည်ကဲ့သို့ ဆေးရကြောင်း သရုပ်ပြရှင်းလင်းမည့်အကြောင်း ပြောပြပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲမတိုင်မီ စုဆောင်းထားသောပစ္စည်းများဖြင့် လက်ဆေးခြင်းပြုလုပ်ပြပါ။ *မိဘပညာပေး ဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ 'ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရ'* စာအုပ်ငယ်တွင်ပါရှိသော လက်ကို မှန်ကန်စွာဆေးကြောခြင်း သရုပ်ဖော်ပုံကို ကြည့်ပါ။
- အကယ်၍တက်ရောက်သူထဲတွင် ကလေးများပါဝင်ပါက ကလေးတစ်ယောက်ကို လက်ဆေးခြင်းကို မှန်မှန်ကန်ကန်ပြုလုပ်ခြင်းကို သရုပ်ပြစေပါ။ ကလေး . . . က လက်ကိုဘယ်လို စင်အောင်

ဆေးရကြောင်း သရုပ်ပြပါမည်ဟု ရှင်းပြပါ။ သရုပ်ပြမည့်ကလေးနှင့် မိဘကို ရှေ့သို့လာရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။ အကယ်၍ ကလေးတစ်ဦးမျှ သရုပ်ပြရန်ထွက်လာခြင်းမရှိပါက ကလေးတစ်ယောက်ကို ရွေးချယ်၍ လက်ဆေးခြင်းကို သရုပ်ဆောင်စေရန် အကူအညီတောင်းပါ။ ကလေးသရုပ်ပြနေစဉ် ရှင်းပြပါ။ သရုပ်ပြရှင်းလင်းပြီးပါက ကလေးအားချီးမွမ်းပါ။ ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။ ကလေးအားကျေးဇူးတင်သည့်အနေဖြင့်လက်ဆောင်ပေးနိုင်ပါသည်။ (ဥပမာဆပ်ပြာတစ်တုံး)

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မည်သည့်အချိန်တွင် လက်ဆေးသင့်ကြောင်းမေးပါ။ ပေးထားသောအဖြေများမှန်ကန်ခြင်းရှိ-မရှိ စစ်ဆေးပါ။ *မိဘပညာပေးဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်စာအုပ်* ပါ *'ကျန်းမာရေးနှင့် အာဟာရ'* စာအုပ်ငယ်တွင်ပါသော သတင်းအချက်အလက်ရှိမည့်နေရာကို ညွှန်ပြပါ။

သရုပ်ပြရှင်းလင်းခြင်း - သွားကျန်းမာရေး

အကယ်၍အချိန်ရှိပါက သွားကျန်းမာရေးအကြောင်းကိုဆွေးနွေးပြီး နို့စို့ကလေးများနှင့် ကလေးငယ်များ၏ သွားဖုံးနှင့် သွားများကို မည်သို့တိုက်ရကြောင်း သရုပ်ပြရှင်းလင်းပါ။ *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်* ၏ *'ကျန်းမာရေးနှင့် အာဟာရ'* စာအုပ်ငယ်ပါ သတင်းအချက်အလက်များကို ညွှန်ပြပါ။



ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးပွဲတွင်ပေါ်ထွက်လာသော ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သောပြဿနာ/ အခက်အခဲ/ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကိုပြန်လည်သတိပေးပြောပြပါ။ 'သင်တို့အနေဖြင့်ဘာလုပ်ကြမလဲ' ဟုမေးပါ။ အဖြေရရန် မိနစ်အနည်းငယ် အချိန်ပေးပါ။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်ပါစာအုပ်ငယ်* (၄) *'ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရ'*ကိုရည်ညွှန်းပါ။ စာမျက်နှာများကို လေ့လာကြည့်စေပြီး အရေးကြီးသောအချက်များပေါ်လွင်အောင်ပြောပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အရေးကြီးသောအချက်များကိုရပ်ရွာတွင်းရှိအခြားသူများအား ဖြန့်ဝေပေးရန်တိုက်တွန်းပါ။

- ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံးကို ၎င်းတို့၏ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းအတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။
- နောက်အပတ်ဆွေးနွေးပွဲတွင်ပြောကြားမည့်အကြောင်းအရာ၊ ခေါင်းစဉ်၊ ရက်စွဲ၊ အချိန်၊ နေရာတို့ကိုကြေညာပါ။

ဤခေါင်းစဉ်ပါအကြောင်းအရာအချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်းများဖြင့်ဖြန့်ဝေခြင်း

- ဆွေးနွေးပွဲမှရလာသောသတင်းအချက်အလက်များကို မိမိ၏ မိသားစုများနှင့်ရပ်ရွာတွင်းမှ အခြားသူများအား ဖြန့်ဝေရန်တိုက်တွန်းပါ။
- ရပ်ရွာတွင်လွှင့်နေသော ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် တယ်လီဗေးရှင်းမှ လွှင့်နိုင်ရန်စီစဉ်ပါ။
- ဤဆွေးနွေးပွဲသို့ မတက်ရောက်နိုင်သောမိသားစုများ၏ အိမ်သို့အလည်သွားပါ။ ၎င်းတို့အား နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့်ကလေးငယ်များ၏ ကျန်းမာရေး၊ အာဟာရနှင့်အခြားအကြောင်းအရာများနှင့်ပတ်သက်သောစိုးရိမ်ပူပန်မှုများအကြောင်း ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ကျန်းမာရေးနှင့် အိမ်သန့်ရှင်းရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်လုပ်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ကူညီဖော်ထုတ်ပါ။
- အသက်ကြီးသောမူလတန်းအထက်ဆင့်မှကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများ၊ ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် ကလေးများ၏ ကျန်းမာရေး၊ အာဟာရအကြောင်းပြောပါ။ မိမိတို့မိသားစုအတွင်းရှိ ကလေးငယ်များအား ကူညီပံ့ပိုးရန် တာဝန်ယူရမည်ဖြစ်ကြောင်းတိုက်တွန်းပါ။
- ကျန်းမာရေး၊ အာဟာရနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေးနှင့်ပတ်သက်သောကလေးကစားနည်းများ၊ ကဗျာနှင့်သီချင်းများကိုစတင်စုစည်းပါ။
- ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရအကြောင်း ပိုစတာ၊ သို့မဟုတ် ဖြန့်ဝေရန်စာရွက်များပြုလုပ်ပါ။
- ရပ်ရွာမှထွက်ရှိသောစားစရာများဖြင့် ဟင်းချက်နည်းသင်တန်းများပြုလုပ်ရန်စုစည်းပါ။ အဆိုပါသင်တန်းများတွင်မတူညီသောခေါင်းစဉ်များကိုသင်ကြားပါ။ ဥပမာ-ကလေးငယ်များအတွက် အာဟာရပြည့်ဝသောအစားအစာများပြင်ဆင်ချက်ပြုတ်ခြင်း၊ ကလေးများနှင့်အတူ ထမင်းဟင်းချက်ခြင်း၊ ဤသင်တန်းတွင် မိဘများပါဝင်ပါစေ။
- အကယ်၍ဆွေးနွေးပွဲသို့ကလေးများပုံမှန်တက်ရောက်ပါက သူတို့နှင့်ကလေးများအတွက် ခြံစိုက်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့နှင့်အတူ အာဟာရပြည့်စုံသောဟင်း၊ ထမင်းပြင်ဆင်ချက်ပြုတ်ခြင်း ပြုလုပ်ပါ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည်ရပ်ရွာရှိ မိဘများနှင့်ရပ်ရွာတစ်ခုလုံးအတွက် နမူနာဖြစ်စေပါသည်။

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ကလေးဘဝနှင့် ကစားခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၅)

ကလေးဘဝနှင့်ကစားခြင်း

ဆွေးနွေးပွဲ၏ရည်ရွယ်ချက်

- **ကလေးများအတွက်ကစားခြင်း၏တန်ဖိုးကို အလေးအနက်ထား သိစေရန်နှင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့၏နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ကလေးငယ်များအတွက် အသုံးပြုနိုင်သော ကစားစရာပစ္စည်းနှင့် ကစားနည်းများနှင့်ပတ်သက်သော လက်တွေ့အကြံဉာဏ်ပေးနိုင်ရန်။**

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)- လှုံ့ဆော်မှုပုံများ-ကစားခြင်းသည်အရေးကြီးပုံ

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)- ကလေးများကစားသည်ကို ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်း

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)- ကလေးများကစားနိုင်ရန်ပံ့ပိုးပေးနိုင်သောနည်းလမ်းများ ဖြန့်ဝေခြင်းနှင့် ဆွေးနွေးခြင်း

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုကဏ္ဍအပိုင်းတွင်ဖော်ပြထားသော နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သော ကလေးများအတွက် ကစားစရာပစ္စည်းများ

အဓိကဆွေးနွေးသည့်အချက်များ

- ကလေးတိုင်း ကစားခွင့်ရှိသည်။
- မိန်းကလေးများကိုလည်း ယောကျ်ားလေးများနည်းတူ ကစားချိန်ပေးရမည်။
- ကစားခြင်းဖြင့် ကလေးများ သင်ယူခြင်းဖြစ်သည်။ ကစားခြင်းဖြင့် ကလေး၏ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။
- ကလေးငယ်များအား ပြင်းထန်၍ ပင်ပန်းလွန်းသော အလုပ်များ၊ အန္တရာယ်ရှိသောလုပ်ငန်းများတွင် မပါဝင်စေသင့်ပါ။ ကလေးများအား နေ့စဉ်လုပ်ငန်းများတွင်မိဘများနှင့်အတူ ပါဝင်လုပ်ကိုင်စေခြင်းသည် ကူညီစေခြင်းနှင့် ကစားခြင်းတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။
- ကလေးများအတွက်ကစားခြင်းသည် ပျော်ရွှင်စရာလုပ်ငန်းဖြစ်ပါသည်။ ကလေးများ ကစားရာတွင် ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်းရှိရမည်။

- မိဘများအနေဖြင့်ကလေးများ လွတ်လပ်စွာကစားနိုင်ရန်ကလေးများ၏ အသက်အရွယ်အလိုက် ဖွံ့ဖြိုးခြင်းနှင့် ကိုက်ညီသောအန္တရာယ်ကင်းသောကစားစရာပစ္စည်းများ၊ ကစားရန်နေရာနှင့် အချိန် သတ်မှတ်ပေးရမည်။
- ကစားစရာပစ္စည်းများကိုရပ်ရွာအတွင်းမှရရှိသော သဘာဝပစ္စည်းများဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- ဖြစ်နိုင်ပါကမိဘများအနေဖြင့် ကလေးများကို ရိုးရာကစားနည်းနှင့် ကစားရန်တိုက်တွန်းအားပေး ရပါမည်။ ကလေးများအား ရိုးရာကစားစရာအရုပ်များရရန်စီစဉ်ပေးရမည်။
- ကလေးများတီဗီကြည့်ခြင်းနှင့် ကွန်ပျူတာဂိမ်းများကို လူကြီး၏ကြီးကြပ်မှုဖြင့်ကစားစေရမည်။ ကလေးများ ကြည့်သောတီဗီနှင့်ကစားနည်းများကို သေချာစွာ စီစစ်ကြပ်မတ်ပေးခြင်းဖြင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများ အကြမ်းဖက်မှု လိင်ကိစ္စဆိုင်ရာအကြောင်းအရာများနှင့် ထိတွေ့မှု ကင်းဝေးပါမည်။
- မူကြိုအရွယ်ကလေးများသည် အခြားကလေးများနှင့်ကစားခြင်းဖြင့် အကျိုးကျေးဇူးများရရှိနိုင်ပါ သည်။ မိဘများကိုရပ်ရွာရှိ ရနိုင်သောကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်းဝန်ဆောင်မှုနှင့် ကစားနိုင်မည့် အုပ်စုများကို လက်လှမ်းမီအောင်ကြိုးစားရန် တိုက်တွန်းအကြံပေးသင့်သည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ 'ကလေးဘဝနှင့်ကစားခြင်း'* စာအုပ်ငယ်တွင် ကလေးဘဝတွင် ကစားခြင်းအရေးကြီးပုံကို သေချာစွာဖတ်ပါ။
- သင်၏ရပ်ရွာတွင်ရှိသော နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သသောကလေးများ ကစားနေသော ပုံများကို ဓာတ်ပုံရိုက်ယူပါ။ ထိုဓာတ်ပုံများဖြင့် ပိုစတာများပြုလုပ်ပြီး ရိုးရှင်းသောစာတမ်း ရေးထိုးပါ။
- အကယ်၍ ကိုယ်တိုင်ဓာတ်ပုံမရိုက်နိုင်ပါက *ကလေးများ၏ဘဝတွင် ကစားခြင်းအရေးကြီးပုံကို စာအုပ် ငယ်*တွင်ပါသော ရုပ်ပုံများဖြင့် ပိုစတာများပြုလုပ်ပါ။
- ရပ်ရွာအတွင်းထိရောက်သောနည်းကိုသုံး၍ဆွေးနွေးပွဲအကြောင်းကြေညာထားပါ။
- ငယ်ရွယ်သောကလေးများနှင့် မူကြိုကျောင်းသို့သွားနေသော ကလေးများရှိသော မိဘများနှင့် ကလေး ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများကိုဆွေးနွေးပွဲသို့ တက်ရောက်ရန်တိုက်တွန်းပါ။ (သင်ကောင်းစွာ ထိန်းချုပ် ကိုင်တွယ်နိုင်သောပါဝင်တက်ရောက်သူဦးရေဖြစ်ပါစေ) အကယ်၍မိဘများမအားပါက ကလေးများ ကိုကြီးကြပ်ကြည့်ရှုရန် တစ်စုံတစ်ယောက်အား တာဝန်ပေးပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲအတွက်လိုအပ်သောပစ္စည်းများကိုစုဆောင်းပါ။
- မိမိပေးလိုသောသတင်းအချက်အလက်များကိုအားဖြည့်ပေးရန် နို့စို့အရွယ်ကလေးများ၊ ငယ်ရွယ် သောကလေးများနှင့်သင့်တော်သောလုပ်ငန်းကို ပြင်ဆင်ထားပါ။ သင့်တွင်ရှိသောပစ္စည်းများနှင့် ကိုက်ညီသောလုပ်ငန်းကို ရွေးချယ်ပါ။ သို့သော်အခြားလုပ်ငန်းများဖြစ်သောပုံဆွဲခြင်း၊ ပန်းချီဆွဲခြင်းနှင့်

တည်ဆောက်ခြင်းတို့ကိုလည်း ပြုလုပ်ပြသနိုင်ရန်ကြိုးစားဆောင်ရွက်ပါ။ ဤလုပ်ငန်းများအတွက် လိုအပ်သောပစ္စည်းများကို ရပ်ရွာအတွင်း၌စုဆောင်းခြင်း၊ သို့မဟုတ် ငှားရမ်းခြင်းတို့ ပြုလုပ်ရပါမည်။ ဥပမာ-ကတ်ထူပြားများ၊ ဘူးခွံများ၊ သဲ၊ ရေ၊ တည်ဆောက်ကစားသည့် သစ်သားဘလောက်များနှင့် အခြားရပ်ရွာတွင်းမှ ရရှိနိုင်သောပစ္စည်းများကို အရာဝတ္ထုများအမျိုးအစားခွဲရန်လည်းကောင်း၊ အနုပညာပစ္စည်းများဖန်တီးရာတွင်လည်းကောင်း သုံးနိုင်အောင်စုဆောင်းထားရမည်။ ဤပစ္စည်းများနှင့် ကလေးများအလွယ်တကူကစားနိုင်ရန်လုံလောက်သောနေရာ ရှိရပါသည်။

- ရပ်ရွာတွင်းမှ အခြားသောမိဘများ၊ ရပ်ရွာသူ/သားများအထူးသဖြင့်လူငယ်များကိုဖိတ်ကြား၍ သင်ဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်နေချိန်တွင်လာရောက်ကူညီရန်ပြောကြားပါ။ အချို့မိဘများသည် ဆွေးနွေးပွဲအတွင်း ဆွေးနွေးတင်ပြရန်အဆင်သင့်ဖြစ်သူများဖြစ်ပါသည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

- အားလုံးကိုကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါ။
- ဧည့်သည်များနှင့်မိတ်ဆက်ပါ။

ယခင်အပတ်ဆွေးနွေးပွဲအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့်အကြံပြုချက်များတင်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ယခင်အပတ်ဆွေးနွေးပွဲ၏ နောက်ဆက်တွဲအနေဖြင့်ပါဝင်တက်ရောက်သူများတွင် ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သောဆက်လက်ဆောင်ရွက်လိုသောလုပ်ငန်းများအတွက် အကြံဉာဏ်များ ရှိ-မရှိ မေးမြန်းပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိမိတို့ကလေးများအား လက်ကိုစင်ကြယ်စွာဆေးနည်း သင်ပေး-မပေး မေးမြန်းပါ။ မေးခွန်းနှင့်ဆွေးနွေးခြင်းအတွက် အချိန်အနည်းငယ်ပေးပါ။
- အကယ်၍ရပ်ရွာမှ စိတ်ဝင်စားမှုရှိပါက ဆက်လက်ဆွေးနွေးဆောင်ရွက်ရန်နေရာနှင့် အချိန်သတ်မှတ်ပါ။ ၎င်းကို ဤဆွေးနွေးပွဲပြီးပြီးခြင်း ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

ခေါင်းစဉ်သစ်နှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ယနေ့ဆွေးနွေးပွဲသည် ကစားခြင်းအကြောင်းဖြစ်ကြောင်းရှင်းပြပါ။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်တွင်ပါဝင်သော ကလေးများ၏ဘဝတွင်ကစားခြင်းသည် အရေးကြီးကြောင်း စာအုပ်ငယ်တွင်ပါရှိသော ‘ကစားခြင်းအားပြန်လည်အောက်မေ့ခြင်း’* စာပိုဒ်/ပုံပြင်ကိုဖတ်ပြပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ငယ်စဉ်ကလေးဘဝက ကစားခြင်းနှင့်ပတ်သက်သော အမှတ်တရအဖြစ်များကို မျှဝေစေပါ။ (၂ မိနစ်ခန့်)
- အုပ်စုကြီးအတွင်း ၎င်းတို့ကလေးဘဝက ကစားခြင်းအရေးပါခဲ့ပါသလားဟု မေးပါ။ ပြီးလျှင် အကြံပြုချက်၊ ဝေဖန်ချက်များပေးပါ။ ၎င်းတို့ ကလေးဘဝက ၎င်းတို့၏မိဘများအနေဖြင့် ကစားခြင်းအပေါ် ထင်မြင်ယူဆချက်များမေးပါ။
- ကလေးများတွင် လွတ်လပ်စွာကစားခွင့်ရှိကြောင်း ပြောပြပါ။ ကလေးဆိုရာ၌ နို့စို့အရွယ်ကလေး၊ ငယ်ရွယ်သောကလေးများ၊ ဆယ်ကျော်သက်များ၊ မိန်းကလေး၊ ယောကျ်ားလေးနှင့် မသန်စွမ်း

ကလေးများ အားလုံးကို ဆိုလိုသည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ကလေးများကစားရန် အချိန်မည်မျှပေးသနည်းဟုမေးပါ။ နောက်ဆက်တွဲဆွေးနွေးရာတွင် *မိဘလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ* စာအုပ်ငယ်(၂)တွင် ဖော်ပြထားသောအလုပ်နှင့် ကစားခြင်းတွင်ပါဝင်သော အရေးကြီးသောအချက်များကို ထည့်ဆွေးနွေးပါ။ ဤသို့ဖြင့်ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် မိမိတို့၏အသက်အရွယ်မတူသော ကလေးများလုပ်နိုင်သောအလုပ်များနှင့် ကလေးများအလုပ်လုပ်ရာတွင် မည်မျှသာလုပ်နိုင်သည် ဆိုသည့်အမြင်ကို ဆွေးနွေးတင်ပြနိုင်သည်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

လှုံ့ဆော်မှုရုပ်ပုံများ - ကစားခြင်းသည်အရေးကြီးပုံ

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၂၀

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်ပါ ‘ကလေးများ၏ဘဝတွင် ကစားခြင်းသည် အရေးကြီးပုံစာအုပ်ငယ်’*တွင် ပါရှိသောကလေးများကစားနေသောပုံများကိုပြ၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏ စိတ်ဝင်စားမှုကို ဆွဲခေါ်ပါ။ ပုံတစ်ပုံစီသည် နို့စို့အရွယ်ကလေး၊ သို့မဟုတ် ကစားငယ်တစ်ဦးကစားနေပုံဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ အကယ်၍သင့်ထံတွင်ရပ်ရွာတွင်းရှိ ကလေးများကစားနေသောဓာတ်ပုံများရှိပါက စာအုပ်ပါရုပ်ပုံအစား အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူ ၃ ယောက်မှ ၄ ယောက်ပါသော အုပ်စုငယ်များဖွဲ့ပါ။ ဤလက်စွဲစာအုပ်အပိုင်း (၁) တွင်ပါသော *သင်ယူ-သင်ကြားမှုအတွက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသောချဉ်းကပ်နည်းများ* အသုံးပြု၍အုပ်စုဖွဲ့နိုင်ပါသည်။ အုပ်စုတစ်ခုစီမှပြန်လည်တင်ပြရန် ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီ ရွေးချယ်စေပါ။
- အုပ်စုတွင်း၌ ကစားနည်းတစ်ခုစီသည် ကလေးများသင်ယူရန်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးရန် မည်သို့ကူညီပံ့ပိုးနိုင်သည်ကို ဆွေးနွေးစေပါ။
- အုပ်စုကြီးအတွင်း၌ အုပ်စုတစ်ခုစီမှတင်ပြသောရုပ်ပုံ/ဓာတ်ပုံကို ကြည့်၍ထင်မြင်ချက်များပေးရန် ပြောပါ။ ပြီးလျှင်ဆက်လက်ဆွေးနွေးပါ။ ကစားခြင်း၏ ရလဒ်ကောင်းနှင့်ဆိုင်သော အဓိကအချက်များပါဝင်စေရန် ထင်မြင်ချက်များကိုဆက်လက်ဆွေးနွေးပါ။ ထင်မြင်ချက်များထပ်ဖြည့်လိုကဖြည့်ပါ။ မိမိနှင့်ရပ်ရွာနှင့်ကိုက်ညီသော အချက်များကိုပေါ်လွင်စေရန်အလေးထားပြောကြားပါ။ ဥပမာ- ကစားခြင်း၏ တန်ဖိုးတစ်ခုဖြစ်သောကစားခြင်းဖြင့်ကောင်းမွန်သော စိတ်ခံစားမှုများ ဖွံ့ဖြိုးစေသည်။ သို့မဟုတ် ကလေးများ၏ဒေါသကိုဖော်ထုတ်ရန် မည်သို့ပံ့ပိုးပေးသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

ကလေးများကစားသည်ကို ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၃၀ မှမိနစ် ၄၀

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- သင်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသော ကလေးများအတွက်လုပ်ငန်းများကို ပါဝင်တက်ရောက်သူများအားပြပါ။ (မည်သို့ပြင်ဆင်ရမည်ကို ဤစာအုပ်အစပိုင်းတွင်ဖော်ပြထားသောလုပ်ငန်း ဆွေးနွေးပွဲကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းတွင်ပါသော သတင်းအချက်အလက်ကိုကြည့်ခြင်းဖြင့် သိရှိနိုင်ပါသည်) *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်ပါစာအုပ်ငယ်* (၅)တွင် လုပ်ငန်းများကိုဖော်ပြထားပါသည်။
- အကယ်၍သင်ပြင်ဆင်ထားသောကစားနည်းများတွင်ကလေးများသည် ချက်ချင်းပါဝင် မကစားသေးပါက ဆွေးနွေးပွဲခန်းမအတွင်း၌သော်လည်းကောင်း၊ ပြင်ပနေရာတွင်သော်လည်းကောင်း မိဘများအား ကလေးများနှင့်ပါဝင်ကစားစေပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ကလေးများကစားရာတွင်သေချာစွာစောင့်ကြည့်စေ၍ ကလေးများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်စေပါ။ ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့်ကစားနေစဉ် လိုက်လံကြည့်ရှုပြီး ကစားနေစဉ်အတွင်း ကလေးများမည်သည့်အရာများကိုသင်ယူပြီး မည်သည့်ကျွမ်းကျင်မှုများ ရရှိစေသည်ကို သေချာစွာစူးစိုက်လေ့လာပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဆွေးနွေးပွဲခန်းမထဲရှိ မိမိနေရာများသို့ပြန်လည်နေရာယူစေပြီး ကလေးများကို ကြီးကြပ်ကြည့်ရှုသူနှင့်ထားခဲ့ပါ။
- ကစားခြင်းတစ်ခုစီ၏ အသုံးဝင်ပုံကို ဦးဆောင်ဆွေးနွေးပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)

ဆွေးနွေးခြင်းနှင့်အတွေ့အကြုံဝေမျှခြင်း - ကစားခြင်းကိုပံ့ပိုးစေသောနည်းများ

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၂၀ မိနစ် ၃၀

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- မိဘများအနေဖြင့် ကလေးများကစားနိုင်ရန်စျေးကြီးသောကစားစရာများ၊ အရုပ်များမလိုကြောင်း ရှင်းပြပါ။ လုပ်ငန်းစဉ် (၂) တွင်သုံးသောအခြေခံပစ္စည်းများကို ရည်ညွှန်းပါ။ သဲ-ရေ-ရောင်စုံခဲတံ-ဘူးခွံအလွတ်-ပလတ်စတစ်ဘူးခွံအလွတ်များ
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ကလေးများကစားသည်ကို မည်သို့တိုက်တွန်းအားပေးသနည်း။ မေးပါ။
- ဆွေးနွေးခြင်းနှင့်အတွေ့အကြုံ ဝေမျှခြင်းအတွက် လုံလောက်သောအချိန်ပေးပါ။

- အကယ်၍ မိဘများအနေဖြင့်အလုပ်များပါက ၎င်းတို့၏ အိမ်မှုကိစ္စများဆောင်ရွက်ရာတွင် ကလေးများပါဝင်နိုင်သော လုပ်နိုင်သောလုပ်ငန်းများကို ထည့်သွင်းနိုင်ကြောင်း အကြံပြု ပြောကြားပေးပါ။ *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်တွင်ပါရှိသောစာအုပ်ငယ် ၅* တွင်ဖော်ပြထားသောအကြံပြုချက်များကို ဖတ်ရှုခြင်းဖြင့် နေ့စဉ်အိမ်မှုကိစ္စများတွင် ကလေးငယ်များအတွက် မည်သည့်လုပ်ငန်းများ ထည့်သွင်းနိုင်ကြောင်းသိရှိလာမည်။ မိဘများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ အကြံဉာဏ်သစ်များကို စာအုပ်ငယ်တွင် ထပ်မံဖြည့်စွက်နိုင်ပါသည်။
- မိဘများအား ကလေးများအတွက်ကစားနည်းများပြုလုပ်ပေးရာတွင် မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်မှ ရရှိနိုင်သောပစ္စည်းများကိုအသုံးပြု၍ မည်သည့်ပစ္စည်းများပြုလုပ်ပေးနိုင်ကြောင်း စဉ်းစားစေပါ။
- အချိန်ရပါက ဤလက်စွဲစာအုပ်၏ အပိုင်း(၁)တွင်ပါရှိသော '*သင်ကြား-သင်ယူမှုအတွက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသောချဉ်းကပ်နည်းများ*'ထဲမှ အမှိုက်များရှာဖွေခြင်းနည်းကိုသုံး၍ ကလေးများအတွက်ကစားစရာပစ္စည်းများပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍အချိန်မရပါက ကလေးများအတွက်ကစားစရာပစ္စည်းများ ပြုလုပ်ပေးခြင်းကို နောက်ဆက်တွဲဆွေးနွေးပွဲတွင်ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဤဆွေးနွေးပွဲပြီးပါက စမ်းသပ်လုပ်နိုင်ရန် ကစားနည်းတစ်ခု၊ သို့မဟုတ် ကစားနည်းများကို ရွေးချယ်စေပါ။

ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၅- ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးပွဲမှအဓိကအချက်များကိုအနှစ်ချုပ်ပြောကြားပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ကလေးများအတွက် အရုပ်များနှင့်ကစားစရာများပြုလုပ်ပေးရန် စိတ်ဝင်စားမှု ရှိ-မရှိ လေ့လာပါ။ အကယ်၍ စိတ်ဝင်စားမှုရှိပါက ဆွေးနွေးပွဲအချိန်ပိုလုပ်ရန် အချိန်ညှိနှိုင်းပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အသုံးဝင်သောပစ္စည်းများယူဆောင်လာရန် တိုက်တွန်းပါ။ (ပလပ်စတစ်ဘူးများ၊ အဝတ်စများနှင့်သစ်သားများ စသည် . .)
- သင်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသောကလေးများအတွက်လုပ်ငန်းများတွင် ကလေးများပါဝင်စေရန် မိဘများအား တိုက်တွန်းပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အဆိုပါလုပ်ငန်းများမှတချို့ကို အိမ်တွင် ကလေးများနှင့် စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်ရန်တိုက်တွန်းပါ။
- နောက်တစ်ပတ်ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာ၊ ရက်စွဲ၊ အချိန်၊ နေရာတို့ကိုကြေညာပါ။

ဤခေါင်းစဉ်ပါအကြောင်းအရာအချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်းများဖြင့်ဖြန့်ဝေခြင်း

- ဆွေးနွေးပွဲမှရလာသောသတင်းအချက်အလက်များကိုမိမိ၏ မိသားစုများနှင့်ရပ်ရွာတွင်းမှ အခြားသူများအား ဖြန့်ဝေရန်တိုက်တွန်းပါ။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်တွင်ပါရှိသောစာအုပ်ငယ်(၅)တွင်ဖော်ပြထားသော* ရုပ်ပုံများ၊ သတင်းအချက်အလက်များဖြင့်ကလေးများအတွက်ကစားခြင်းသည်အလွန်အရေးကြီးကြောင်း ပိုစတာပြုလုပ်ပါ။ ဤပိုစတာကို ရပ်ရွာစာသင်ဝိုင်းနေရာဌာနတွင် ချိတ်ဆွဲထားပါ။
- ရပ်ရွာမှထုတ်လွှင့်နေသော ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် တယ်လီဗေးရှင်းမှ တင်ပြရန်စီစဉ်ပါ။ ကလေးအသက်အရွယ်အမျိုးမျိုးအတွက် ကစားခြင်းသည် အလွန်အရေးကြီးသဖြင့် သင်၏တင်ပြမှုတွင် ကစားခြင်းနှင့်အလုပ်လုပ်ခြင်းခေါင်းစဉ်ကိုထည့်သွင်းတင်ဆက်ပါ။
- အကယ်၍ရပ်ရွာတွင်း၌ ကစားမည့်နေရာနှင့်ကစားသည့် အုပ်စုမရှိပါကမိဘများနှင့် ရပ်ရွာလူကြီးများကို ဖိတ်ခေါ်၍ရပ်ရွာစာသင်ဝိုင်းနေရာ၊ သို့မဟုတ် အခြားနေရာတွင် တစ်ပတ်လျှင် တစ်ကြိမ် ကလေးများကစားရန်စီစဉ်ပေးနိုင်ကြောင်း ပြောကြားပါ။ ကစားသည့်အုပ်စုဆိုသည်မှာ ယေဘုယျအားဖြင့် မိဘ၊ သို့မဟုတ် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများနှင့် ကလေးများပါဝင်သောအဖွဲ့ ဖြစ်သည်။ မိဘများအနေဖြင့်ကစားသည့် အုပ်စုကော်မတီဖွဲ့စည်း၍ အခြေခံစည်းမျဉ်းများကို ချမှတ်နိုင်ကြောင်း အကြံပြုပါ။
- အသက်အရွယ်အမျိုးမျိုးသောကလေးများအတွက် အားကစားပွဲကိုရပ်ရွာတွင်း၌ စီစဉ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ရပ်ရွာထဲရှိ လူငယ်များမှ ပါဝင်စည်းရုံးဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။
- ရပ်ရွာတွင်းမှရရှိသောပစ္စည်းများဖြင့် ကစားစရာအရုပ်များနှင့် ကစားစရာများပြုလုပ်ရန် ဆွေးနွေးပွဲ တစ်ခုကျင်းပပါ။ ရပ်ရွာသူ/သားများအား အသုံးဝင်သောပစ္စည်းများယူလာရန် တိုက်တွန်းပါ။ ဤလက်စွဲစာအုပ်အပိုင်း (၁)တွင်ပါရှိသော '*အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော ချဉ်းကပ်နည်းများ*'မှ တစ်ခုဖြစ်သောအမိုက်ရာဖွေသောနည်းကိုသုံး၍ ဤဆွေးနွေးပွဲကို ကျင်းပနိုင်ပါသည်။

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ကလေးများအသုံးပြုသော ဘာသာစကားများ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၆)

ကလေးများအသုံးပြုသော ဘာသာစကားများ

ဆွေးနွေးပွဲ၏ရည်ရွယ်ချက်

- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများက နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများ၊ မိမိတို့၏ခံစားမှုများကို ထုတ်ဖော်ပြောကြားတတ်ပုံ အမျိုးမျိုးရှိပုံကို အလေးထား အသိအမှတ်ပြုရန်။**
- **ကလေးများသင်ယူပုံနှင့် မိခင်ဘာသာစကားသုံးစွဲပုံနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဖိုးထားမှုများကို အလေးအနက်ထားစဉ်းစားရန်။**
- **ကလေးများ၏ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးခြင်းကို အားပေးသည့်ရင်းမြစ်များနှင့် လုပ်ငန်းများနှင့်ဆိုင်သော အကြံဉာဏ်များကို စုဆောင်းရန်နှင့် ဖြန့်ဝေရန်။**

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

လုပ်ငန်းစဉ် (၁) - ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း

လုပ်ငန်းစဉ် (၂) - အရင်းအမြစ်များပြုလုပ်ခြင်းနှင့် သရုပ်ပြရှင်းလင်းခြင်း

လုပ်ငန်းစဉ် (၃) - မိခင်ဘာသာစကားအသုံးပြုပုံကို ပေါင်း-နုတ်-စိတ်ဝင်စားစရာဖြင့်ဖော်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

- ရွက်ဆုတ်ပိုစတာစာရွက်ကြီး၊ ကျောက်သင်ပုန်း၊ မြေဖြူနှင့် ဘောပင်။
- ရုပ်သေးရုပ်၊ စာအုပ်နှင့် အခြားအရင်းအမြစ်လုပ်ရန် လိုအပ်သောပစ္စည်းအမျိုးမျိုး။

အဓိကဆွေးနွေးသည့်အချက်များ

- ကလေးများသည် မွေးကတည်းက ဆက်သွယ်မှုပြုရန် အဆင်သင့်ဖြစ်နေသည်။ ဘာသာစကားသင်ကြားခြင်းသည် မွေးစမှအစပြုသည်။
- ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးခြင်းသည် ကလေးဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးခြင်း၏ အရေးကြီးသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး ၎င်းသည်အခြားဖွံ့ဖြိုးမှုများနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည်။
- ပုံဆွဲခြင်းသည်ငယ်ရွယ်သော ကလေးများအတွက်အရေးကြီးသော ဆက်သွယ်ရေးနည်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် ပုံဆွဲခြင်းဖြင့်မိမိတို့၏ပတ်ဝန်းကျင်ကို စူးစမ်းရှာဖွေပြီးမိမိတို့၏ ခံစား

ချက်၊ ထင်မြင်ချက်များကို ဖော်ပြတတ်သည်။ ပုံဆွဲခြင်းဖြင့် ထို့အပြင်အခြားဆက်သွယ်ရေး ကိရိယာများဖြစ်သော သီချင်းဆိုခြင်း၊ ကခြင်း ခန္ဓာကိုယ်လှုပ်ရှားမှုနှင့် သင်္ကေတသုံးဘာသာစကားကိုလည်းအသုံးပြုကြသည်။

- ပုံပြောခြင်းသည် ကလေးများအား ဘာသာစကားကျွမ်းကျင်မှုအမျိုးမျိုးဖွံ့ဖြိုးရန် အထောက်အကူပြုသည်။ ဥပမာ- နားထောင်ခြင်း၊ စကားပြောခြင်း၊ စာဖတ်ခြင်း၊ စဉ်းစားတွေးတောခြင်း၊ မှတ်မိခြင်းနှင့် ရေးသားခြင်း
- ကလေးများအတွက် မိခင်ဘာသာစကားကိုနားထောင်ခြင်းနှင့် ပြန်အသုံးပြုခြင်းသည် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။
- ကလေးများသည် မိမိတို့မိခင်ဘာသာစကားဖြင့် အကောင်းဆုံးသင်ယူကြသည်။
- ကလေးတိုင်းအရေး၊ အဖတ်ကိုသင်ယူလေ့လာရမည်။
- ကလေးများမိခင်ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးရန် မိဘများအနေဖြင့် နည်းမျိုးစုံဖြင့်ကူညီနိုင်သည်။ ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် စာရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်စရာ မလိုပေ။ မိသားစုဝင်တိုင်း ပါဝင်နိုင်သည်။
- ရပ်ရွာ(သို့) ရိုးရာဓလေ့ပုံပြင်များ၊ ကလေးများ၏ ကိုယ်တိုင်အတွေ့အကြုံများနှင့် ရပ်ရွာတွင်း၌ ဖြစ်ပျက်လျက်ရှိသောအဖြစ်အပျက်များကိုအသုံးပြု၍ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသောစာအုပ်များကို ပြုစုနိုင်ပါသည်။
- ကလေးများ စာမဖတ်တတ်ခင် အရေးကြီးသော လုပ်ငန်း (၂)ခုကို တတ်မြောက်ထားရမည်။
    - မိမိတို့မိခင်ဘာသာစကားသံကို နားထောင်တတ်ခြင်း၊ နားထောင်နိုင်ခြင်း
    - မိမိတို့မိခင်ဘာသာစကားသံသင်္ကေတများကို အရေးအဖတ်စကားလုံးများနှင့် ဆက်စပ်နားလည်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ *'ကလေးများအသုံးပြုသောဘာသာစကား'* စာအုပ်ငယ်ကို ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်စေရန် သေချာစွာဖတ်ပြီး လေ့လာထားပါ။
- ဤဆွေးနွေးပွဲတွင် ဖော်ပြထားသော နောက်ခံအချက်အလက်များကို ဖတ်ထားပါ။ ၎င်းတို့မှအချို့အချက်များသည် *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်*တွင်ပါသော အချို့အချက်များကို အကျယ်ချဲ့ ရှင်းပြထားသည်။
- ဆွေးနွေးပွဲအတွက်လိုအပ်သောပစ္စည်းများကို စုဆောင်းပါ။ ဤပစ္စည်းများတွင်ကလေးများအတွက် ဘာသာစကားရင်းမြစ်များပြုလုပ်ပေးမည့်ပစ္စည်းများလည်းပါဝင်သည်။ သင့်အနေဖြင့်ရပ်ရွာထဲရှိ ရပ်ရွာသူ/သားများအား လိုအပ်သောပစ္စည်းများဖြစ်သည့် ကတ်ထူပြားနှင့် အဝတ်စများ ရှာဖွေစုဆောင်း

ရာတွင် ကူညီရန်ပြောကြားပါ။ ထို့အပြင် ကော်၊ ကတ်ကြေး၊ ချုပ်စက်၊ ကြိုး၊ ရောင်စုံဘောပင်များလည်း လိုအပ်ပါသည်။

- အခန်းတွင်းရှိ အရာဝတ္ထုများအတွက် အမည်များရေးထား၍ သက်ဆိုင်ရာပစ္စည်းနှင့် ယှဉ်တွဲဖော်ပြထားပါ။ ဥပမာ- 'ပြတင်းပေါက်' ဆိုသောအမည်ကို ရပ်ရွာတွင်အသုံးပြုသော မိခင်ဘာသာစကားဖြင့် ရေး၍ ပြတင်းပေါက်တွင်ကပ်ထားပါ။
- အကယ်၍ရပ်ရွာတွင် အသုံးပြုသော ဘာသာစကားဖြင့်ရေးသားထားသော ကလေးစာအုပ်များရှိပါက ထိုစာအုပ်များကို စုဆောင်း၍ ခင်းကျင်းပြသထားပါ။ ကျောင်းမှလည်းငှားရမ်းနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ ထိုကဲ့သို့သော စာအုပ်များမရှိပါက သင့်အနေဖြင့် စာအုပ်တစ်အုပ်လုပ်ထားပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ပြသနိုင်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် အခြားသာသာစကားဖြင့် ရေးထားသော ရိုးရှင်းသော ကလေးစာအုပ်ကို ဘာသာပြန်၍ ၎င်းတို့ကို စာမျက်နှာတိုင်းတွင် ရပ်ရွာတွင်သုံးသောဘာသာစကားသို့ ပြန်ဆိုထားနိုင်ပါသည်။
- ဖြစ်နိုင်ပါက ရုပ်သေးရုပ်အမျိုးမျိုးကိုပြသထားပါ။ သို့မဟုတ် ရုပ်သေးပုံပါသော ရုပ်ပုံစာအုပ်များ ပြထားနိုင်ပါသည်။
- တစ်ဖက်သုံးပြီးထားသောစာရွက်များကို စုဆောင်းထားပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဝေငှခိုင်းပါ။ မိဘများအနေဖြင့်မိမိတို့ကလေးများသုံးနိုင်ရန် အိမ်သို့ယူဆောင်သွားနိုင်ပါသည်။ ဖြစ်နိုင်ပါက မတတ်နိုင်သော မိဘများရှိပါက ရောင်စုံခဲတံများပါပေးနိုင်ပါသည်။
- လုပ်ငန်း(၃)လုပ်ရန်အတွက် ဤလက်စွဲစာအုပ်ပါ အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော ချဉ်းကပ်နည်းအပိုင်းတွင်ဖော်ပြထားသော ပေါင်း-နုတ်-စိတ်ဝင်စား ချဉ်းကပ်နည်းကို ကြိုတင်လေ့လာသင့်ပါသည်။ ဆွေးနွေးပွဲမစခင် ဤချဉ်းကပ်နည်းတွင် အသုံးပြုမည့်ဇယားပုံကို ကျောက်သင်ပုန်း၊ သို့မဟုတ် ရွက်ဆုတ်ပိုစတာစာရွက်ကြီးတွင် ရေးဆွဲထားနိုင်ပါသည်။
- ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပမည့် အကြောင်းအရာကို သင့်ရပ်ရွာအတွင်း၌ ထိရောက်မှုရှိသောနည်းဖြင့် ကြေညာပါ။ ဥပမာ - ရပ်ရွာတွင်းထုတ်လွှင့်နေသော ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာတွင်းရှိ ကျန်းမာရေးဌာနမှ တစ်ဆင့်၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာသူ/သားများစုရုံးတတ်သည့်နေရာများ၊ အလှမ်းမီသည့် နေရာများမှ တစ်ဆင့်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

- အားလုံးကိုကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါ။
- ဧည့်သည်များနှင့်မိတ်ဆက်ပါ။

ယခင်ဆွေးနွေးပွဲအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့်တင်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ယခင်ဆွေးနွေးပွဲတွင်တင်ပြခဲ့သောကလေးများအတွက် ကစားနည်းများကို အိမ်တွင် မိမိတို့ကလေးများအတွက်ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း ရှိ-မရှိ မေးမြန်းပါ။
- ကလေးများမည်သို့တုန့်ပြန်သနည်းဟု မေးပါ။
- အသက်အရွယ်မတူသောကလေးများမှ တုန့်ပြန်မှုများကွာခြားမှုရှိမည်ကို သတိထားမိသလားဟု မေးပါ။
- အခြားမိဘ၊ သို့မဟုတ် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူများအတွက် ကစားနည်းနှင့်ပတ်သက်၍ မေးလိုသောအကြံဉာဏ်များရှိသလားဟု မေးပါ။
- ဆွေးနွေးရန်နှင့်မေးမြန်းရန် အချိန်ပေးပါ။

ခေါင်းစဉ်သစ်နှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ယနေ့ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာသည် ဘာသာစကားအကြောင်းဖြစ်ပြီး ငယ်ရွယ်သောကလေးများ မည်သို့ ဆက်သွယ်သနည်း၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် ခံစားချက်များကို မည်သို့ဆက်သွယ်ပြောပြကြသည်ဆိုသည့်အကြောင်း ဖြစ်ကြောင်းရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ကလေးများ မည်သည့်အချိန်ကစ၍ ဘာသာစကားသင်ယူသည်ဟု ထင်သလဲဟုမေးပါ။ အကြံပြုတင်ပြရန် အချိန်ပေးပါ။

- အောက်ပါအရေးကြီးသောအချက်များကို အလေးထားပြောကြားပါ။
  - ကလေးများမွေးစမှစ၍ ဘာသာစကားသင်ယူသည်။
  - ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးခြင်းသည်ကလေးဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးခြင်း၏ အရေးကြီးသောအစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး၊ ၎င်းသည်အခြားသောဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့်ဆက်စပ်မှုရှိသည်။ ဥပမာ- စကားကိုရှင်းလင်းပြတ်သားစွာမပြောတတ်သောကလေးသည် အပေါင်းအသင်းရရှိရန်ခက်ခဲသည်။
  - မိသားစုဝင်အားလုံး ကလေးဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးရန် ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သည်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်း - နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများက အခြားသူများနှင့် မည်ကဲ့သို့ဆက်သွယ်သနည်း၊ သို့မဟုတ် မိမိတို့၏လိုအပ်ချက်၊ ခံစားချက်အကြောင်းကို အခြားသူများသိအောင် မည်သို့ဖော်ထုတ်သနည်း။

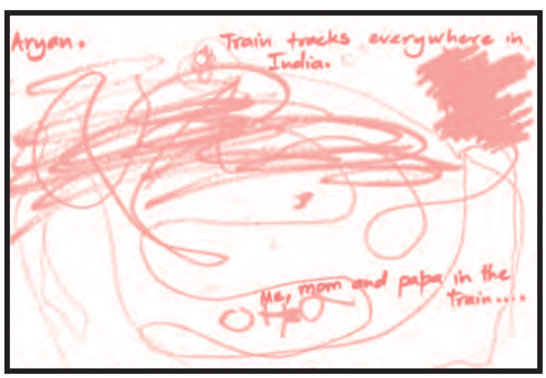
လိုအပ်မည့်အချိန် - ၂၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- အောက်ပါမေးခွန်းကိုမေးပါ- နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများ အခြားသူများနှင့် မည်ကဲ့သို့ ဆက်သွယ်သနည်း၊ သို့မဟုတ် မိမိတို့၏လိုအပ်ချက်၊ ခံစားချက်အကြောင်းကို အခြားသူများသိအောင် မည်သို့ဖော်ထုတ်သနည်း။ သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားအားလုံး၏ အဖြေများကို ရယူပါ။
- အကယ်၍ စာရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်ပါက အဖြေများကို ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေးခိုင်းပါ။ ခေါင်းစဉ် ၂ ခု ခွဲရေးပါ။ *'နို့စို့အရွယ်ကလေးများ'*နှင့် *'ငယ်ရွယ်သောကလေးများ'*။
- အဖြေများကို စုစည်းအကျဉ်းချုပ်ပေးပါ။
- ငယ်ရွယ်သောကလေးများအတွက် ပုံဆွဲခြင်းသည် အရေးကြီးကြောင်း မှတ်ချက်ပြုပါ။ များသောအားဖြင့် ကလေးများသည် ၎င်းတို့ဘာတွေစဉ်းစားနေသည်။ ၎င်းတို့မည်သို့ခံစားရသည်ကို စကားလုံးများဖြင့် မဖော်ပြတတ်ပါ။ သို့သော် ၎င်းတို့သည် ပုံများမှတစ်ဆင့် ဆက်သွယ်ပြောကြားကြသည်။ ကလေးများအတွက် ပုံဆွဲရန်ပစ္စည်းများအရေးကြီးကြောင်း အလေးထားပြောကြားပေးပါ။ ရောင်စုံခဲတံ(ထူထဲသောခဲတံ)နှင့် စာရွက်။ ပြန်သုံးနိုင်သောစက္ကူ၊ စာရွက်သုံးနိုင်ပါသည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်*တွင်ပါသော *'ကလေးများပြောသော ဘာသာစကားများ'* စာအုပ်ငယ်တွင်ဖော်ပြထားသော ကလေးဆွဲထားသော ရုပ်ပုံကိုကြည့်စေပါ။ လေ့လာစေပါ။ ဤပုံနှင့်ပတ်သက်၍ ၎င်းတို့၏ထင်မြင်ချက်ကိုမေးပြီး ထင်မြင်ချက်ရရန် စောင့်ပါ။
- အောက်ပါအချက်ကို အလေးထားပြောကြား လေးလေးနက်နက်ပြောကြားပါ။

- ဤပုံသည် ကလေးတစ်ယောက်လျှောက်ခြစ်ထားသောပုံနှင့်တူသည်ဟု ထင်ရသော်လည်း အမှန်တကယ်မှာ ကလေး၏ခံစားချက်ကို ပုံနှင့်ဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်သည်။
- မိဘမှ ကလေးနှင့်စကားပြောဆိုပြီး ၎င်းပြောပြသောပုံပြင်ကိုချရေးထားသဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် ဤပုံပြင်ကိုသိရခြင်း ဖြစ်သည်။

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ကလေးများနှင့် အထက်ပါ ပုံပြောခြင်း၊ စကားပြောခြင်း လုပ်သလားဟုမေးပါ။ ၎င်းတို့အား ဤသို့လုပ်ရန်တိုက်တွန်းပါ။ သို့မဟုတ် အကယ်၍ မိဘများသည် စာမရေးတတ်ပါက မိသားစုဝင်တစ်ဦးဦးမှလုပ်ပေးရန် တိုက်တွန်းပါ။ အကယ်၍ ကလေးက ပုံတစ်ပုံဆွဲပြီးသွားပါက ကလေးအား ဤရုပ်ပုံအကြောင်းပြောပြရန် မေးပါ။ ကလေးပြောသော စကားလုံးများကို အသုံးပြု၍ ပုံပြင်ရေးပါ။ ပြီးလျှင် ကလေးအားပုံပြင်ပြန်ဖတ်ပြပါ။ ဤရုပ်ပုံကို အိမ်တစ်နေရာတွင် ချိတ်ဆွဲထားပါ။ သို့မဟုတ် ဤသို့ ရုပ်ပုံများကို စုစည်းထားပြီး စာအုပ်ချုပ်ထားပါ။ အကယ်၍ ကလေးက ပုံတစ်ပုံဆွဲပြီးသွားပါက ကလေးအား ကျန်ရုပ်ပုံအကြောင်းပြောပြရန်မေးပါ။ ကလေးပြောသောစကားလုံးများကို အသုံးပြု၍ ပုံပြင်ရေးပါ။ သို့မဟုတ် ဤသို့ ရုပ်ပုံများကိုစုစည်းထားပြီး စာအုပ်ချုပ်ထားပါ။ အကယ်၍မိသားစုတွင်မည်သူတစ်ယောက်မှ ရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်ခြင်း မရှိပါက မိဘအနေဖြင့် ကလေး၏ရုပ်ပုံအကြောင်းကို နှုတ်ဖြင့် ပြောရန်တိုက်တွန်းပါ။ ပြီးလျှင်ရုပ်ပုံကို ချိတ်ဆွဲထားပါ၊ သို့မဟုတ် စာအုပ်လုပ်ထားပါ။ (ရုပ်ပုံများကို ချုပ်စက် ဖြင့်တွဲထားနိုင်ပါသည်) ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ပုံပြင်ကိုဖတ်ပြခြင်းမှ သင်ယူမှုများစွာဖြစ်စေပြီး ကလေးအား ပျော်ရွှင်မှုရစေပါသည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား စက္ကူနှင့် (ရောင်စုံခဲတံ)များအား အိမ်သို့ယူသွားရန်တိုက်တွန်းပါ။



- *အာယမ်*
- *အိန္ဒိယတစ်နိုင်ငံလုံးရထားလမ်းများနေရာတိုင်းတွင်ရှိသည်*
- *ကျွန်ုပ်မေမေနှင့်ဖေဖေရထားပေါ်မှာ*

(Source: Ministry of Education. 2009. Na Noda Matanciva: Kindergarten curriculum guidelines for the Fiji Islands, Suva, Ministry of Education)

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

အရင်းအမြစ်များပြုလုပ်ခြင်းနှင့် သရုပ်ပြရှင်းလင်းခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - အနည်းဆုံး မိနစ် ၄၀၊ ထိုထက်ပိုနိုင်ပါသည်။

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ကလေးများ ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးရန် မိသားစုများမှ နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်ကြောင်း ပြောကြားပါ။
- အခန်းထဲတွင် သင်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသောလုပ်ငန်းများနှင့် ရင်းမြစ်များကိုညွှန်ပြ၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏အာရုံကို ဆွဲဆောင်ပါ။ စာအုပ်များ၊ ရုပ်သေးရုပ်များ- အခန်းတွင်းရှိစာတမ်းများနှင့် သင်ပြင်ဆင်ထားသော အခြားလုပ်ငန်းများနှင့်အရင်းအမြစ်များကိုပြပါ။
- *မိဘလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ 'ကလေးများအသုံးပြုသောဘာသာစကား'* စာအုပ်ငယ်တွင် ပါသောလုပ်ငန်းများကိုရည်ညွှန်း၍ ၎င်းလုပ်ငန်းများထဲမှ မိဘများအနေဖြင့် မိမိတို့ကလေးများနှင့်လုပ်နိုင်သော လုပ်ငန်းများနှင့်ရင်းမြစ်အကြောင်းကိုရှင်းပြပါ။
- မိဘများအား ကလေးများအတွက် ရင်းမြစ်စာအုပ်များပြုလုပ်ရန် သင်ရှာဖွေစုဆောင်းထားသော ပစ္စည်းများကိုအသုံးပြုရန် ပြောကြားပါ။ အကယ်၍ ဤဆွေးနွေးပွဲအတွင်းတွင် ပြုလုပ်ရန်မပြီးပါက အိမ်သို့ယူသွား၍ ဆက်လက်လုပ်နိုင်ကြောင်းပြောပါ။
- အခန်းတွင်းသို့ လှည့်လည်ကြည့်ရှု၍ လိုအပ်သောအကူအညီများပေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိမိတို့ဘေးတွင်ရှိသောအခြားပါဝင်တက်ရောက်သူတစ်ဦးအား မိမိကလေးအတွက်ပြုလုပ်ထားသောစာအုပ်အကြောင်းကိုပြသဆွေးနွေးစေပါ။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် မိမိတို့ ရည်မှန်းပြုလုပ်ထားသောစာအုပ်သည်မည်သည့်အသက်အရွယ်ကလေးအတွက်ဖြစ်သည်၊ ဤစာအုပ်သည် ကလေး၏ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် မည်သို့အထောက်အကူပြုမည် ဆိုသည့် အကြောင်းများကို တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအပြန်အလှန်ဆွေးနွေးစေပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား စာအုပ်ပြုလုပ်မပြီးပါက အရေးမကြီးကြောင်း သေချာစွာရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ပြန်လည်စုစည်း၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများကပေးသော အကြံဉာဏ်အမျိုးမျိုးတို့ အပေါ် မှတ်ချက်ပေးဆွေးနွေး၍ဤလုပ်ငန်းကိုအဆုံးသတ်ပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ပြုလုပ်ထားသောစာအုပ်များကို အခြားသူများအား ပြသစေပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့လုပ်နေသောအလုပ်များကို ဆွေးနွေးပွဲပြီးပါက ပြီးစီးအောင် ဆက်လုပ်နိုင်သည်၊ သို့မဟုတ် အိမ်သို့ ယူပြန်၍ပြီးအောင်လုပ်နိုင်ကြောင်းရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ဖန်တီးထားသော စာအုပ်များကို မိမိတွင်ရှိသော ကလေးများနှင့် စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်နိုင်ကြောင်းပြောကြားပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)

ပေါင်း-နုတ်-စိတ်ဝင်စားစရာ-အကယ်၍ကလေးများသည် မူကြိုကျောင်းနှင့် မူလတန်းကျောင်းတွင် မိခင်ဘာသာစကားဖြင့် သင်ကြားရသောအခါ မည်သို့ဖြစ်မည်ထင်သနည်း။

မှတ်ချက် ။ သင့်တွင် အချိန်ရှိပါက ဤလုပ်ငန်းကို ဖြည့်စွက်လုပ်နိုင်ပါသည်။

ဤလုပ်ငန်း၏ရည်ရွယ်ချက်သည် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် မိမိတို့ဘာသာစကား (မိခင်ဘာသာစကား)ကို သုံးရာတွင်လည်းကောင်း၊ မိမိတို့ဘာသာစကားပျောက်ကွယ်မသွားရန် ထိန်းသိမ်းရာတွင်လည်းကောင်း ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သောအခက်အခဲများကို စဉ်းစားစေရန်ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ မေးခွန်းပြောင်းပါက ဤအချက်ကို အလေးထားဆွေးနွေးပါ။

လိုအပ်သောအချိန် - မိနစ် ၃၀

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးပွဲမစခင် ပေါင်း-နုတ်-စိတ်ဝင်စားစရာဇယား(ဤလက်စွဲစာအုပ်၏ အပိုင်း(၁)တွင် ဖော်ပြထားသည်)ကို ကျောက်သင်ပုန်း၊ သို့မဟုတ် စာရွက်ကြီးပေါ်တွင်ဆွဲထားပါ။
- ဤလုပ်ငန်းအကြောင်းရှင်းပြပါ။ အခြားမေးခွန်းကို အသုံးပြု၍ရှင်းလင်းအောင်ပြပါ။ မေးခွန်းသည် လေးနက်သောမေးခွန်း၊ သို့မဟုတ် အဓိပ္ပါယ်မရှိသောမေးခွန်းလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ဥပမာ- အကယ်၍ မြင်းများပျံနိုင်သော် ဘာဖြစ်မလဲ။ (၃ မိနစ်)
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို အနည်းဆုံး ၅ ယောက်ပါသောအုပ်စုများဖွဲ့ထားပါ။
- အုပ်စုတစ်ခုစီအား ပေါင်း-နုတ်-စိတ်ဝင်စားဇယားပုံဆွဲခိုင်းပါ (စာမရေးချင်ပါက မျက်နှာအမူအရာရုပ်ပုံဖြင့် ဖော်ပြနိုင်ပါသည်)။
- မိခင်ဘာသာစကားအရေးကြီးပုံကိုရှင်းပြ၍ ကလေးများသည် မိခင်ဘာသာစကား (ကလေးများအိမ်တွင်ပြောသောစကား)ဖြင့် သင်ယူရပါက ကလေးများ သင်ယူမှုအကောင်းဆုံးဖြစ်နိုင်သည်ကို အလေးထားရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား ဤမေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးစေလိုကြောင်းပြောပါ။ အကယ်၍ ကလေးများသည်မူကြိုကျောင်းတွင် မိခင်ဘာသာစကားဖြင့်သင်ကြားရသော် မည်သို့ဖြစ်မည်ထင်သနည်း။ မူလတန်းကျောင်းတွင် မိခင်ဘာသာစကားဖြင့်သင်ကြားရသော်၊ သို့မဟုတ် အထက်ပါအကြောင်းအရာ နှင့်ပတ်သက်၍ အခြားမေးခွန်းတစ်ခု ပြောင်းမေးနိုင်သည်။ (အကယ်၍ သင်ကအခြားမေးခွန်းကို ပြောင်းသုံးချင်ပါက)
- အုပ်စုတွင်းအထက်ပါမေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်သော ကောင်းသောအချက်များ- အပေါင်း လက္ခဏာများကို စဉ်းစားပြီး အပေါင်းကော်လံတွင်ထည့်၍မကောင်းသောအချက်- အနုတ်လက္ခဏာများ စဉ်းစားပြီး အနုတ်ကော်လံတွင်ရေးပါ။ ပြီးလျှင် ကောင်းသည်လည်းမဟုတ်၊ မကောင်းသည်လည်း မဟုတ်၊ အခြားစိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသည့်အချက်များ၊ သို့မဟုတ် သိလိုသောအကြောင်း

အရာများ၊ မရှင်းသဖြင့်မေးလိုသောမေးခွန်းများကို စိတ်ဝင်စားကော်လံတွင် ရေးစေပါ။ ဤအုပ်စု အတွင်းလုပ်ငန်းကို ၁၀ မိနစ်ခန့် အချိန်ပေးပါ။

- အုပ်စုအသီးသီးအား ထင်မြင်ချက်များပေးရန် ပြောကြားပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံးကို ၎င်းတို့၏အတွေးအမြင်၊ ထင်မြင်ချက်များကိုမျှဝေခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့၏အတွေးများကို ပိုမိုလေးနက် ထိရောက်စွာ တွေးစေလိမ့်မည်။ အခွင့်အရေးရလာပါကအရေးကြီးသော အချက်များကို ထုတ်နုတ်သုံးသပ်ပြပါ။
- ဆွေးနွေးချက်များမှ အဓိကအချက်များကို အကျဉ်းချုံးပေးပါ။ အကယ်၍ ရှေ့ဆက်လုပ်ငန်းလုပ်ရန် အကြံပြုတင်ပြလာပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား လိုအပ်သော နောက်ဆက်တွဲလုပ်ငန်း အစီအစဉ် ပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်းပါ။

ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံးကို ပါဝင်မှုအတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။
- ရပ်ရွာတွင်သုံးသော ဘာသာစကားဖြင့် ကာရံရှိကစားနည်း၊ သို့မဟုတ် သီချင်းဆို၍ဆွေးနွေးပွဲကို ရုတ်သိမ်းပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံးပါဝင်သီဆိုရန်၊ သို့မဟုတ် ကစားနည်းနှင့် သီချင်းများ မျှဝေရန် တိုက်တွန်းပါ။ အကယ်၍တက်ရောက်သူကလေးများရှိပါက ပါဝင်စေပြီး ၎င်းတို့၏ တုန့်ပြန်မှုများကို ကြည့်ရှုလေ့လာပါ။
- နောက်တစ်ပတ်ဆွေးနွေးမည့် အကြောင်းအရာ၊ ရက်စွဲ၊ အချိန်၊ နေရာ တို့ကို ကြေညာပါ။

နောက်ခံအကြောင်းအရာ

စာရေး၊ စာဖတ်ရန်အတွက်ရှေးဦးခြေလှမ်းများ/အဆင့်များ

စာရေး၊ စာဖတ်တတ်ခြင်းသည် အချို့သော ရပ်ရွာအတွက် အရေးကြီးသောအချက်မဟုတ်ပါ။ သို့သော် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ ယဉ်ကျေးမှု-လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းသည် အစဉ်အမြဲပြောင်းလဲနေပါသည်။ များစွာသောကလေးများသည် အလုပ်အကိုင် အခွင့်အလမ်းအတွက် မိမိတို့ရပ်ရွာကိုစွန့်ခွါ၍ အခြားရပ်ရွာများသို့ ပြောင်းရွှေ့နေကြပါသည်။

ဤသို့ ပြောင်းလဲသောကမ္ဘာကြီးပေါ်တွင် အောင်မြင်ရန်မှာ ကလေးများသည် စာရေး၊ စာဖတ်တတ်ရပါမည်။

မူကြိုကလေးများအား စာရေး၊ စာဖတ်တတ်ရမည်ဟု အကြံ**မပြုလို**ပါ။ သို့သော် ကလေးများအား ဤစိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသောခရီးရှည်ကိုလျှောက်လှမ်းရန်၊ ခြေလှမ်းအစကောင်းရန် ကူညီပံ့ပိုးပေးရပါမည်။

စာရေး၊ စာဖတ်ခြင်းအလေ့အထရှိသော၊ သို့မဟုတ် အားပေးသော မိသားစုများနှင့် ရပ်ရွာများတွင် ကြီးပြင်းလာသော ကလေးများသည် အရွယ်ငယ်စဉ်ကပင် စာလုံးပုံသဏ္ဍာန်များနှင့် စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးသားထားသောအရာများသည်အဓိပ္ပါယ်ရှိသည်ကို ငယ်စဉ်ကပင် သိရှိ နားလည်လာကြသည်။ ဤသို့သိလာခြင်းကိုအသက် (၂) နှစ်ခန့်အရွယ်တွင် စတင်သတိပြု နားလည်လာကြသည်။ စာရေး၊ စာဖတ်လေ့မရှိဘဲ နှုတ်မှပြောသောစကားဖြင့်သာ ဆက်သွယ်သော ပတ်ဝန်းကျင်/ရပ်ရွာတွင် ကြီးပြင်းလာသောကလေးများသည် ဤအသိကို နောက်ကျမှ ရရှိတတ်ကြသည်။ မည်သည့်အခြေအနေတွင်မဆို မိဘတိုင်းနှင့် မိသားစုဝင်တိုင်းသည် ကလေးများ စာရေး စာဖတ်တတ်ရန် တိုက်တွန်းအားပေးရာတွင် အရေးပါသောကဏ္ဍတွင် ရှိနေပါသည်။

ကလေးများအားနေ့စဉ်စာဖတ်ပြခြင်းသည် ကလေးအားကူညီခြင်းဖြစ်သည်။ တစ်ခုတည်းသော၊ သေချာသောနည်းဖြစ်သည်။ အကယ်၍မိဘနှစ်ပါးသည် စာဖတ်ခြင်းမရှိပါက အခြားမိသားစုဝင်များက ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည်။ လူကြီးများအနေဖြင့် (မိသားစုဝင်များအနေဖြင့်) အိမ်တွင်ရှိစဉ် အရေးပါသော သင်္ကေတများနှင့်စာများကိုညွှန်ပြ၍ သင်ပေးနိုင်သည်။ ဥပမာ- အစားအသောက်ထုတ်ထားသည့် ဘူးခွံပေါ်မှစာများ) ထို့အပြင် ရပ်ရွာများတွင်တွေ့ရသော/လမ်းပေါ်တွင် ရေးပြထားသော လမ်းညွှန်စာတမ်းများကိုညွှန်ပြပြီး ဘယ်အတွက်၊ ဘာတွေရေးထားသည်ကို ပြောပြနိုင်ပါသည်။ ကလေးများသည် လျင်မြန်စွာသင်ယူနိုင်ပြီး စာရေးထားသောဆိုင်းဘုတ်များ တွေ့ပါက မေးမြန်းပါလိမ့်မည်။ ‘အဲဒီမှာ ဘာတွေရေးထားတာလဲ။ ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ’ ဟုမေးမြန်းပါလိမ့်မည်။

ကလေးများသည် စာရေးသားခြင်းသည်အဓိပ္ပါယ်ရှိသည်ဟုသိလာပါက ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ရေးတတ်ရန် ကြိုးစားပါလိမ့်မည်။ ကလေးများသည် ဟိုခြစ်၊ ဒီခြစ်ရေးသားမည်ဖြစ်ပြီး ၎င်းကို ‘ကလေးလက်ရေး’ ဟု ခေါ်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် သင့်အား ရေးသားထားသောအရာသည် သူတို့အမည်ကို ရေးသားထားသည်၊ သို့မဟုတ် ဈေးဝယ်စာရင်း၊ သို့မဟုတ် မေမေသို့ပေးစာဟု ပြောပါလိမ့်မည်။ ဤအခြင်းအရာသည် ကလေးများစာရွက်ပေါ်တွင် ဟိုခြစ်၊ ဒီခြစ်ရေးခြင်း၊ သို့မဟုတ် စာရွက်ပေါ်တွင် သင်္ကေတအမှတ်အသားရေးခြင်းဖြင့် သူတို့သည် လူအများနှင့် ပြောဆို ဆက်နွယ်နိုင်ကြောင်း နားလည်သဘောပေါက်ကြသည်။ အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ဤခြစ်ရာပုံသဏ္ဍာန်များသည် ၎င်းတို့၏ ဘာသာစကားဖြင့်ရေးသားထားသော စာလုံးများနှင့်တစ်ဖြေးဖြေးတူလာပါလိမ့်သည်။ ဥပမာ- တရုတ်စာကို ရေးသားသောပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကြီးပြင်းလာသော ကလေးများ

ရေးသောစာများသည် စ၍ရေးသည့်ခြစ်ရာများတွင်ပင် တရုတ်စာလက္ခဏာများပေါ်လွင်နေပါမည်။

ကလေးများအတွက်ရေးသားထားသောစာများကိုနားလည်ရန် အရေးကြီးသောအဆင့်များမှာ ကလေးများသည် ၎င်းတို့ပြောသောစကားများကို စာအနေဖြင့်ရေးနိုင်သည်ဆိုသည့်အချက်ကို သိရှိနားလည်ရန်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အကယ်၍ကလေးများအတွက် မိမိတို့ပြောသည့် ဘာသာစကားကတစ်မျိုး၊ စာရေးစာဖတ်ကို နောက်အခြားဘာသာစကားတစ်ခုနှင့် သင်ရပါကကလေးများအတွက် စိတ်ရှုပ်ထွေးမှုဖြစ်စေပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကလေးများအတွက် စာရေး စာဖတ်ရာတွင် မိမိပြောသောစကားဖြင့် သင်ယူရပါက ပိုမိုကောင်းမွန်၍ပိုမိုအကျိုးရှိပါမည်။ ကလေးများသည် မိမိတို့ဘာသာစကား (မိခင်ဘာသာစကား)ဖြင့် စာရေးစာဖတ်သင်ယူတတ်မြောက်ပြီးပါက ၎င်းတို့အနေဖြင့် စာရေးစာဖတ်ခြင်းဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်မှုများကို အခြားဘာသာစကားတစ်ခု စာရေး၊ စာဖတ်သင်ရာတွင် ပြောင်းလဲအသုံးပြုခြင်းဖြင့် အခြားသာသာ စာရေးစာဖတ်ကို လေ့လာတတ်မြောက်လာစေသည်။

ဘာသာစကားများတွင် အသံအမျိုးမျိုးရှိပြီး ထိုအသံတစ်ခုချင်းကိုရေးသားရန် နည်းအမျိုးမျိုးရှိသည်။ ကလေးများ မည့်သည့်စကားပြောပြော၊ ကလေးများအတွက်အရေးကြီးသော အလုပ်မှာ ကလေးသည် အသံတစ်ခုချင်းနှင့်ရေးသားသောစာလုံးကြားရှိ ဆက်သွယ်ရေးကို သိရှိသင်ယူရန် ဖြစ်သည်။ ကလေးများသည် ကျောင်းစတက်သောနှစ်များတွင် ဤသင်ယူမှုကို ရရှိသည်။ သို့သော် နှုတ်ပြောစကားများဖြင့်သာ ဆက်သွယ်ပြီးစာဖြင့် ရေးသားဆက်သွယ်မှုမရှိသောအသိုင်းအဝန်း ပတ်ဝန်းကျင်တွင်ကြီးပြင်းရသော ကလေးများအတွက် ဤသင်ယူမှုမှာ နောက်ကျပါသည်။ ဤအဆင့်အတွက် အဆင်သင့်မဖြစ်မီ ကလေးများသည် မိမိတို့ဘာသာစကားဖြင့် အသံများကို နားထောင်တတ်ပြီး နောက်မှ စာလုံးများတွင် အဓိပ္ပါယ်ရှိကြောင်းကို သိရှိသတိထားမိလာကြသည်။ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် မိဘများအနေဖြင့် ကလေးများစာဖတ်တတ်ရန်မသင်ယူမီ ဤကျွမ်းကျင်မှုကို အရင်ရရှိရန် ဦးစားပေးဆောင်ရွက်ပေးသင့်သည်။

ရေးထားသောစာသားများကို နားလည်ပါမှကလေးများအတွက် စာဖတ်ရလွယ်ကူပါမည်။ ၎င်းတို့ပထမဆုံးဖတ်သည့်စာအုပ်များ၊ ပုံပြင်များနှင့်ရုပ်ပုံစာအုပ်များကိုပြုစုရာတွင် ၎င်းတို့နှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော အတွေ့အကြုံများ၊ နေရာများအကြောင်းကိုအခြေခံ၍ပြုစုရန်လိုပါသည်။ အရေးအသားပုံစံသည်လည်း ကလေးများ နေ့စဉ် အိမ်နှင့်ပတ်ဝန်းကျင်တွင် သုံးနေရသော ဘာသာစကားဖြစ်သင့်သည်။ နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုသောပတ်ဝန်းကျင်၊ ယဉ်ကျေးမှုတွင်ကြီးပြင်းရသော ကလေးများအတွက် ပုံပြင်များကို ပြုစုရာတွင်ရပ်ရွာတွင်ပြောလေ့ရှိသော အကြောင်းအရာနှင့်ကလေးများကိုယ်တွေ့ကြုံရသော အတွေ့အကြုံအပေါ်အခြေခံ၍ပြုစုသင့်သည်။ ဤသို့ဖြင့် လူကြီးများအနေဖြင့် မိမိရိုးရာအစဉ်အလာကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ပြီးကလေးများကိုလည်း စာဖတ်တတ်စေရန်သင်ကြားပေးခြင်းဖြစ်စေသည်။

ဤခေါင်းစဉ်ပါအကြောင်းအရာအချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်းများဖြင့်ဖြန့်ဝေစေခြင်း

- ဤဆွေးနွေးပွဲမှရလာသောသတင်းအချက်အလက်များကို မိမိတို့မိသားစုများနှင့်ရပ်ရွာအတွင်းမှ အခြားသူများအား ဖြန့်ဝေရန်တိုက်တွန်းပါ။
- မိဘမှမိဘသို့ အိမ်လည်ခြင်းပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်းပါ။ မိဘများ တစ်ဦးအိမ်တစ်ဦးအလည် သွားရန် တိုက်တွန်းပါ။
- စာအုပ်ပြုလုပ်နည်းဆွေးနွေးပွဲ နောက်ဆက်တွဲကိုကျင်းပရန် စည်းရုံးပါ။
- ရပ်ရွာအတွင်းရှိကျောင်းများမှ ကလေးကြီးများအားပုံပြင်စာအုပ်များပြုစုရန် တိုက်တွန်းပြီး ကလေးများအားဖတ်ပြစေပါ။
- အကယ်၍ရပ်ရွာထဲတွင်စာကြည့်တိုက်ရှိပါက မိဘများအား မိမိတို့ကလေးများကို စာကြည့် တိုက်သို့ ခေါ်သွားရန်တိုက်တွန်းပါ။ ဖြစ်နိုင်ပါက စာအုပ်များငှားလာရန် တိုက်တွန်းပါ။
- ရပ်ရွာ (ပညာ) စာသင်ဝိုင်းတွင်ကလေးများအတွက် စာအုပ်များ၊ ကလေးကာတွန်းများ၊ ရုပ်သေး၊ ကစားစရာများနှင့် ပုံဆွဲစာအုပ်များ၊ စာရေးရန်စာအုပ်များ စုစည်းပေးထားသည့်နေရာတစ်နေရာ ပြင်ဆင်ထားပေးပါ။
- ရပ်ရွာတွင်လွှင့်နေသော ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် တီဗီမှ ဤအကြောင်းကို လွှင့်နိုင်ရန်စီစဉ်ပါ။
- အကယ်၍ရပ်ရွာထဲတွင် ရပ်ရွာအခြေပြု မူကြို၊ သို့မဟုတ် ကစားခြင်းအုပ်စုရှိပါက ကလေးများ ကို မိခင်ဘာသာစကားဖြင့် (တတ်နိုင်သမျှ) သင်ကြားရန် တိုက်တွန်းပါ။

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ကလေးများ၏အပြုအမူ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၇)

ကလေးများ၏အပြုအမူ

ဆွေးနွေးပွဲ၏ရည်ရွယ်ချက်

- **ပါဝင်ပတ်သက်သူများမှ ကျင့်သုံးနေသော ကလေးများ၏အပြုအမူများနှင့် ပတ်သက်သောသဘောထားနှင့် ကျင့်သုံးနေသောတုံ့ပြန်မှုများကို ဖော်ထုတ်ရန်။**
- **ပါဝင်ပတ်သက်သူများအား ကလေးများ၏ အပြုအမူများကို တည့်မတ်ညွှန်းပြပေးရန် ကျင့်သုံးသင့်သောအပြုသဘောဆောင်သည့် နည်းလမ်းများနှင့်လက်တွေ့ကျသော အကြံဉာဏ်များပေးရန်။**

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

လုပ်ငန်းစဉ် (၁) - ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း

လုပ်ငန်းစဉ် (၂) - တွေး - တွဲ - မျှဝေ

လုပ်ငန်းစဉ် (၃) - သဏ္ဍာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်း

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

- စက္ကူကြီး ၊ ဘောပင် - ကျောက်သင်ပုန်းနှင့်မြေဖြူ
- နည်းဗျူဟာကတ်ပြားများ - ကလေးများ၏ အပြုအမူ၊ အမူအကျင့်ကိုလမ်းညွှန်မည့် အပြုသဘောဆောင်သောနည်းလမ်းများကို ရေးထားသော ကတ်ပြားငယ်များ၊ သို့မဟုတ် စက္ကူပိုင်း
- ဘောလုံး

အဓိကဆွေးနွေးသည့်အချက်များ

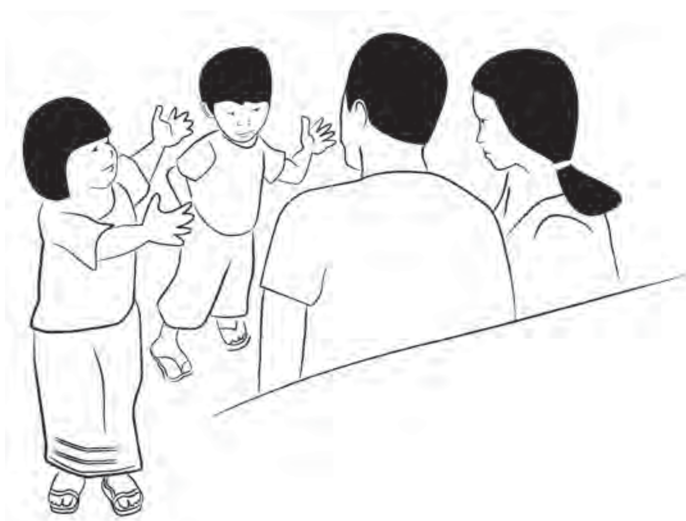
- ကလေးများသည် မွေးကတည်းက မည်သို့ ပြုမူရမည်ကို မသိကြပါ။ ၎င်းတို့သည် မိဘများနှင့် အခြားရင်းနှီးသောသူများထံမှ အတုယူခြင်း၊ ကြည့်ရှုခြင်းဖြင့် သင်ယူကြသည်။
- အသက် ၂ နှစ်မပြည့်မီ ကလေးများတွင် လူကြီးများချမှတ်ထားသောစည်းမျဉ်း စည်းကမ်းများနှင့် လူကြီးတို့၏ မိမိမည်သို့ပြုမူမည်ကို မျှော်လင့်ထားသောအချက်များကို သိရှိနိုင်သောစွမ်းရည် မရှိသေးပါ။ သို့မဟုတ် ထိုသို့သိနိုင်အောင် မရင့်ကျက်ကြသေးပါ။

- ယနေ့လူကြီးများတွင်တွေ့ရသော စိတ်နှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှု ပြဿနာမှာ ၄င်းတို့ငယ်စဉ်အခါက လူကြီးထံမှ ဖိအားပေးမှု၊ ကြမ်းတမ်းစွာဆက်ဆံခံရခြင်းတို့ကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း လေ့လာသိရှိရပါသည်။
- မိဘများအနေဖြင့်ကလေးများ၏ အသက်အရွယ်၊ သို့မဟုတ် ဖွံ့ဖြိုးမှုအနေအထားကိုကြည့်၍ ကလေးများ၏ အပြုအမူနှင့်ပတ်သက်ပြီး မည်သည့်အတိုင်းအတာထိ လက်ခံနိုင်သည်ကို လက်တွေ့ကျကျ စဉ်းစားမျှော်မှန်းထားရမည်။
- ကလေးများ၏အပြုအမူများကို လမ်းညွှန်ရန်နှင့် ထိန်းသိမ်းပေးရန် အပြုသဘောဆောင်သော နည်းလမ်းများရှိပါသည်။
- ကလေးများနှင့် ရင်းနှီးကောင်းမွန်သောဆက်ဆံရေးရှိပါက ကလေး၏အမူအကျင့်ကို ထိန်းသိမ်းတည့်မတ်ပေးရန် လွယ်ကူစွာကူညီနိုင်ပါသည်။
- အကယ်၍ မိဘများနှင့် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သူသည် ကလေး၏အပြုအမူကို သည်းမခံနိုင်သည်အထိဖြစ်လာပါက၊ ဥပမာ- ကလေးသည် ဒေါသတကြီးငိုနေပါက မိဘများအနေဖြင့် တုံ့ပြန်မှုမပြုသေးဘဲ မိမိစိတ်ကို တည်ငြိမ်စေရန် ခေတ္တနားနေရမည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်*တွင်ပါသော *'ကလေးငယ်များကိုအပြုအမူများ'*ကို သေချာချာနားလည်ရန်ကြိုတင်ဖတ်ထားပါ။
- သင်အသုံးပြုခဲ့သော အပြုအမူဆိုင်ရာထိန်းသိမ်းလမ်းညွှန်နည်းနှင့် ချဉ်းကပ်နည်းများနှင့်ဆိုင်သော သဘောထားများကို ပြန်လည်စဉ်းစားပါ။ ၎င်းသဘောထား၊ နည်းလမ်းများသည် *ကလေးသူငယ်ဆိုင်ရာအခွင့်အရေးတွင် ဖော်ပြထားသောစည်းမျဉ်းများ*နှင့် ဆီလျော်မှုရှိ-မရှိ၊ ကလေးများအား ပြင်းထန်စွာဒဏ်ပေးခြင်းကို အပြီးတိုင်ပယ်ဖျက်ရန်အတွက်ကိုက်ညီမှု ရှိ-မရှိ စဉ်းစားပါ။ပြောင်းလဲရန်အမှန်တကယ်လိုပါက မည်သည့်ပြောင်းလဲမှုများလုပ်သင့်သလဲ။ မိမိတို့၏အတွေ့အကြုံများကို မျှဝေခြင်းဖြင့်ဆွေးနွေးပွဲကို စတင်နိုင်ပါသည်။ ဤသို့ပြောပြခြင်းဖြင့် ပါဝင်ပတ်သက်သူများအား သင့်အနေဖြင့် ၎င်းတို့အားဝေဖန်ရှုံ့ချမည်မဟုတ်ကြောင်း သိစေပါ။
- ကိုင်တွယ်ရန်မလွယ်သောပြဿနာ/ထိခိုက်မခံသော အကြောင်းအရာများ၊ ဆွေးနွေးပွဲစဉ်တစ်လျှောက်ပေါ်ပေါက်နိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ သင့်အနေဖြင့် ရပ်ရွာတွင်ကျင့်သုံးနေသော ကလေးများ၏အပြုအမူနှင့်ပတ်သက်သောရပ်ရွာသူ/သားများ၏ သဘောထားနှင့် အလေ့အကျင့်များကို မသိသေးပါကသိအောင် ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပါ။ လက်မခံနိုင်သောအလေ့အကျင့်များ ကြိုတင်သိထားခြင်းဖြင့် သင့်အနေဖြင့် ဤအချက်ကို ဆွေးနွေးပွဲတွင် မည်သို့ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနိုင်မည့် နည်းလမ်းကို ကြိုတင်စဉ်းစားထားနိုင်ပါသည်။

- အကယ်၍ရပ်ရွာထဲတွင် ဤခေါင်းစဉ်အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွမ်းကျင်သူများရှိပါက ဆွေးနွေးပွဲတက်ရန်ဖိတ်ခေါ်ပါ။ ဆွေးနွေးပွဲအစီအစဉ်ကို နှစ်ယောက်အတူကြည့်ပြီး မည်သည့်အပိုင်းကို မည်သူကတာဝန်ယူမည်ကို ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။
- ဤဆွေးနွေးပွဲတွင် အပြန်အလှန်ဆက်နွယ်မှုရှိသော နည်းလမ်းအများအပြားကို အသုံးပြုထားပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ ညဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း၊ တွေး- တွဲ- မျှဝေ၊ သဏ္ဌာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်၏ အပိုင်း(၁)တွင်ဖော်ပြထားသော *'အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသောနည်းလမ်းများ'* အပိုင်းကို သေချာစွာဖတ်ထားပါ။ အကယ်၍ ချဉ်းကပ်နည်းအသစ်ကို အသုံးပြုမည်ဆိုပါက ဆွေးနွေးပွဲမစခင် ကြိုတင်လေ့ကျင့်ထားသင့်ပါသည်။
- ဆွေးနွေးပွဲအတွက်လိုအပ်သော ပစ္စည်းများကို စုဆောင်းပါ။ လုပ်ငန်း(၃)အတွက် ကတ်ပြား အပါအဝင်သင်ရနိုင်သော ရင်းမြစ်များအပေါ်တွင်မူတည်၍ ကလေးများအတွက် လုပ်ငန်းများကို *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်*တွင်ပါသောစာအုပ်ငယ်(၇)တွင် အကြံပြုထားသကဲ့သို့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ (ဥပမာ- ပုံဆွဲရန်ရောင်စုံခဲတံနှင့်အရုပ်များလုပ်ရန်ရွှံ့စေး)။
- ရပ်ရွာအတွင်းထိရောက်မှုရှိသောနည်းဖြင့် ဤဆွေးနွေးပွဲအကြောင်းကြေညာထားပါ။ ဥပမာ- ကျေးရွာ/ရပ်ရွာကျန်းမာရေးဌာန၊ ကျောင်း၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာတွင် အသုံးပြုနေသောဆက်သွယ်ရေးနည်းလမ်းများဖြစ်ပါသည်။



အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

- အားလုံးကိုကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါ။
- ဧည့်သည်များနှင့်မိတ်ဆက်ပါ။

ယခင်ဆွေးနွေးပွဲအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် အကြံပြုတင်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ယခင်ဆွေးနွေးပွဲတွင် အကြံပြုတင်ပြခဲ့သောလုပ်ငန်းများ၊ သို့မဟုတ် *'ကလေးများနှင့် ဘာသာစကား'*စာအုပ်ငယ်တွင် ပါဝင်သောလုပ်ငန်းများကို အိမ်တွင်ကလေးများအတွက် ဆောင်ရွက်ခြင်း ရှိမရှိ၊ မိမိတို့ပြုစုထားသောစာအုပ်ငယ်များကို ပြန်လည်အသုံးပြုခြင်း ရှိ-မရှိ မေးမြန်းပါ။
- ကလေးများ မည်သို့တုန့်ပြန်သည်ကို ပြန်လည်ပြောပြရန် တိုက်တွန်းပါ။ ကလေးများသည် ဤလုပ်ငန်းမှ မည်သည့်အရာများသင်ယူခဲ့သည်ဟုထင်သလဲဟု မေးပါ။
- ဤလုပ်ငန်းတွင် အခြားမိသားစုဝင်များပါဝင်ခြင်း ရှိမရှိ မေးပါ။
- ဆွေးနွေးရန်နှင့်မေးမြန်းရန်အချိန်ပေးပါ။

ခေါင်းစဉ်သစ်နှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်ပတ်သက်သူများအား ယနေ့ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာသည် 'ကလေးများ၏ အပြုအမူများ' ဖြစ်သည်ဟု ရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်ပတ်သက်သူများအား သင်ငယ်စဉ်ကထဲကသော်လည်းကောင်း၊ သင့်မိဘအနေဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ ကလေးငယ်များ၏အပြုအမူနှင့်ပတ်သက်၍ သင်မည်ကဲ့သို့ ထိန်းသိမ်းညွှန်ကြားခံခဲ့ရသည့်အတွေ့အကြုံကို ပြောပြပါ။ ဥပမာ- ကျွန်မငယ်ငယ်တုန်းက ကျွန်မ . . . လုပ်တဲ့အခါ . . . . ကျွန်မမိဘတွေက . . . တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မကလေးကလည်း ကျွန်မလိုမျိုး . . . လုပ်တဲ့ အခါ ကျွန်မက . . . ခဲ့တယ်။
- ခေါင်းစဉ်အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ထင်မြင်ချက်ကို အတိုချုံးပြောကြားပါ။ အောက်ပါအဓိကအချက်များကိုအလေးအနက်ပြောကြားပါ။ ဥပမာ-
  - ကလေးများသည် မွေးကထဲက မည်သို့ပြုမူရမည်ကို မသိခဲ့ပါ။ ကလေးများသည် မိဘများနှင့်အတူနေရသူများထံမှ သင်ယူကြသည်။ အကယ်၍ မိဘများသည်သည်းခံတတ်သူများ

ဖြစ်ပါကကလေးများသည် သည်းခံတတ်သောအလေ့အကျင့် ဖွံ့ဖြိုး လာပါမည်။ အကယ်၍ မိဘများသည် ဒေါသကြီးသူများဖြစ်ပြီး ကြမ်းတမ်းစွာဆက်ဆံတတ်သူများဖြစ်ပါက ၎င်းတို့၏ ကလေးများသည်လည်း ဒေါသကြီးသူ၊ အကြမ်းဖက်တတ်သူ ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။

- မိဘများက ကလေးများကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဒဏ်ပေးပါက ကလေးငယ်များသည် ကိုယ်ရော၊ စိတ်ရော ဒဏ်ရာရတတ်ပါသည်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်း - 'ကလေးများလိမ္မာယဉ်ကျေးရန် မည်သည့်နည်းဖြင့် သင်ကြားပေးမည်နည်း။'

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးပွဲတွင် မည်သည့်လုပ်ငန်းများပါသည်ကို ရှင်းပြပါ။ *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်* အပိုင်း (၁) တွင် ပါသော *'သင်ကြား-သင်ယူမှုအတွက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုရှိသော ချဉ်းကပ်နည်း'* အပိုင်းကို ရည်ညွှန်းပါ။ ပါဝင်ပတ်သက်သူများအား ဆွေးနွေးကြသောအကြောင်းအရာ၊ အဖြေများကို ကဲ့ရဲ့ရှုံ့ချဝေဖန်ခြင်းမရှိဘဲ လက်ခံမည်ဟု ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာပြောပြပါ။
- မေးခွန်းကို မေးပါ- ကလေးများလိမ္မာယဉ်ကျေးရန် မည်သည့်နည်းဖြင့်သင်ကြားပေးမည်နည်း။
- ပါဝင်ပတ်သက်သူများထံမှ အဖြေများရရှိပါစေ။ တစ်ယောက်ပြီးတစ်ယောက်အဆက်မပြတ် ပြောကြားစေပါ။ ပြောကြားချက်များကို ၅ မိနစ်ခန့်အချိန်ပေးပါ။
- ရလာသောအဖြေများကို ကျောက်သင်ပုန်း၊ သို့မဟုတ် စက္ကူပေါ်တွင် ရေးသားပါ။ သို့မဟုတ် အခြားသူတစ်ယောက်အား ရေးစေပါ။ (အကယ်၍ ပါဝင်ပတ်သက်သူများသည်စာရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်ဖြစ်က ပိုမိုအဆင်ပြေပါသည်။)
- ရလာသောအဖြေများကို အကျဉ်းချုပ်ပေးပါ။ ပါဝင်ဆွေးနွေးပေးသော ပါဝင်ပတ်သက်သူများအား ပေးသောအကြံဉာဏ်၊ အတွေးများအတွက် အသိအမှတ်ပြုကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

တွေး - တွဲ - မျှဝေ- သင့်အား စိတ်ပူပန်စေသော၊ သို့မဟုတ် စိတ်အနှောက်အယှက်ဖြစ်စေသော အပြုအမူများကို ဖော်ထုတ်ပါ။

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၃၀ မှ မိနစ် ၄၀ ခန့်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးပွဲမစခင် အောက်တွင်ဖော်ပြထားသော ဇယားကို ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင်လည်းကောင်း၊ စက္ကူချပ်ကြီးပေါ်တွင်လည်းကောင်းဆွဲထားပါ။ (ဇယားပုံ-မိဘလမ်းညွှန်စာအုပ်တွင်ပါသော စာအုပ်ငယ် (၇)တွင် ဖော်ပြထားကာ ဇယားကို ကြည့်ပုံ)

လုပ်ငန်းစာရွက်- ကျွန်ုပ်အားစိတ်ပူပန်စေသောအပြုအမူ

ကလေး ဘာလုပ်သနည်း (ကလေးလုပ်သည့် အမူအရာ)	**ကလေး၏ အသက်**	**ကျွန်ုပ်မည်သို့ တုံ့ပြန်သည်**	**ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် စမ်းသပ်နိုင်သော အခြားနည်းလမ်း**	**မည်သို့ ဖြစ်မည်နည်း** (ဘာဖြစ်မည်လဲ)

- ပါဝင်ပတ်သက်သူများအား ၎င်းတို့၏ နို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများ အကြောင်း စဉ်းစားစေပါ။ ပြီးလျှင် ဤမေးခွန်းကိုမေးပါ။ သင့်အားစိတ်ပူပန်စေသောအပြုအမူ၊ သို့မဟုတ် စိတ်အနှောက်အယှက်ဖြစ်စေသော သင့်ကလေး၏အပြုအမူများကို ဖော်ပြပါ။
- ဤမေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍မိနစ်အနည်းငယ် အချိန်ယူပြီးစဉ်းစားပါ။
- ပြီးလျှင် မိမိဘေးရှိသူအား ဤအပြုအမူနှင့်ပတ်သက်၍ မိနစ်အနည်းငယ်မျှအချိန်ယူပြောကြားပါ။

- သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား မိဘလမ်းညွှန်တွင်ပါသောစာအုပ်ငယ် ၇ တွင်ဖော်ပြထားသော ဇယားအားပြပါ။ ပြီးလျှင် ဇယားကွက်တွင်မည်သို့ဖြည့်ရမည်ကို ရှင်းလင်းပြပါ။
  - **ကော်လံ (၁)** - သင့်အားစိတ်ပူပန်စေသောသင့်ကလေးများ၏အပြုအမူတစ်ခု၊ သို့မဟုတ် အပြုအမူများကိုရေးပါ။ ဥပမာ- မောင်ငယ်၊ ညီမငယ်များကို ရိုက်ခြင်း။
  - **ကော်လံ (၂)** - ကလေး၏အသက်အရွယ်ကိုရေးပါ။
  - **ကော်လံ (၃)** - ဤအပြုအမူနှင့်ပတ်သက်၍သင်မည်ကဲ့သို့ပြုလုပ်သည်ကိုရေးပါ။
  - **ကော်လံ (၄) နှင့် (၅)** - ဤအကွက်ကို သင့်အိမ်တွင် ဖြည့်ပါ။ သင့်အနေဖြင့် နည်းလမ်းအသစ်ကိုကျင့်သုံးပါက ဤအကွက်ကို သင့်အိမ်တွင်ဖြည့်ပါ။

  ပါဝင်ပတ်သက်သူတို့အားဇယားကွက်ဖြည့်ရန်အချိန် ၁၀ မိနစ်ပေးပါ။ အကယ်၍ စာမရေးတတ်၊ မဖတ်တတ်ပါက ဆက်လက်ဆွေးနွေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို ၅ ယောက်မှ ၆ ယောက်ထိပါသောအုပ်စုငယ်ဖွဲ့စေပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ရေးထား၊ ပြောထားသောကလေးများ၏အပြုအမူနှင့် မိဘများအနေဖြင့် မည်သို့တုံ့ပြန်မှုပြုသည်ဆိုသည့်အကြောင်းများကို ဆွေးနွေးရန်ရှင်းပြပါ။ အခန်းတွင်းသို့ လှည့်လည်ကြည့်ရှုပြီး အုပ်စုတွင်းရှိ လူအားလုံး လုပ်ရမည့်အလုပ်ကို နားလည်သဘောပေါက်အောင် ရှင်းပြ၍ ၎င်းတို့၏အတွေ့အကြုံများကိုပြောစေပါ။ ဤဆွေးနွေးပွဲအတွက် အရေးကြီးသောရလဒ်မှာ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ကလေးများ၏ အပြုအမူ၊ အမူအကျင့်များကို ထိန်းသိမ်းလမ်းညွှန်နိုင်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းများ ရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများကတက်ရောက်သူအားလုံးထံမှ ကောင်းမွန်သော ဖြေရှင်းနည်းများကို သိလိုပါက ၎င်းတို့အနေဖြင့် ပြန်လည်ဖြေကြားချိန်ရောက်လျှင် မေးချင်သောမေးခွန်းများကို ကြိုတင်စဉ်းစားထားရမည်။
- ပြန်လည်ဖြေကြားချိန်- မေးခွန်းများမေး၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား ဤပြဿနာနှင့် ပတ်သက်သောဖြေရှင်းနည်းများတင်ပြရန်အကြံပြုပါ။ သင်၏ပါဝင်ဆွေးနွေးအကြံပြုချက် အရေးကြီးပါသည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ အကြံပြုတင်ပြထားသော ဖြေရှင်းနည်းများသည် *'ကလေးများ၏ အပြုအမူ'* စာအုပ်ငယ်တွင်ဖော်ပြထားသောလမ်းညွှန်ချက်နှင့် ကိုက်ညီသင့်လျော်မှုရှိပြီး ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်တွင်ဖော်ပြထားသော လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်လည်း ကိုက်ညီရမည်။ ပြီးလျှင် အရေးကြီးသောအချက်များကို ဆွေးနွေးပွဲအချိန်အတွင်း တင်ပြဆွေးနွေးစေပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)

သဏ္ဌာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၃၀

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်*တွင် ပါသော စာအုပ်ငယ်(၇)တွင်ဖော်ပြထားသည့် ကလေးများ၏ အပြုအမူကိုထိန်းသိမ်းလမ်းညွှန်ပေးရန်အတွက် '*အပြုသဘောဆောင်သောနည်းလမ်းများ*' အပိုင်းကို ညွှန်ပြပြီးလျှင် ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့၏အာရုံကို ဆွဲဆောင်ပါ။ အချို့ချဉ်းကပ်နည်းများမှာ ပါဝင်တက်ရောက်သူများ အကြံပြုထားပြီးသောနည်းများ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဤဆွေးနွေးပွဲတွင် ယခင်ဆွေးနွေးပွဲများတွင် မပါသေးသောချဉ်းကပ်နည်းများကို အဓိကထားဆွေးနွေးရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အထက်ပါချဉ်းကပ်နည်းများသုံး၍ သဏ္ဌာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်စေပါ။ ၎င်းတို့အားဤလုပ်ငန်းများသည် ပျော်စရာကောင်းပြီး ခြိမ်းခြောက်မှု တစ်စုံတစ်ရာ မရှိကြောင်း ရှင်းပြပါ။
- အုပ်စုတစ်ခုစီအား ဤချဉ်းကပ်နည်းတစ်ခုစီရေးထားသောကတ်ပြားတစ်ပြားစီ ဝေမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ။ ဥပမာ- 'မသင့်လျော်သောအပြုအမူများကို လျစ်လျူရှုခြင်း' နှင့် 'မိဘများအတွက် အနားယူချိန်' (ဤကတ်ပြားများကို ဆွေးနွေးပွဲမစခင်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။) အုပ်စုတစ်ခုစီအား ကတ်ပြားတွင်ပါဝင်သောချဉ်းကပ်နည်းတွင် သရုပ်ဆောင်ရန်အတွက် ပြင်ဆင်ချိန်မိနစ်အနည်းငယ်ပေးပါ။
- အုပ်စုများသရုပ်ဆောင်ရန်ပြင်ဆင်နေခိုက် သင့်အနေဖြင့် အုပ်စုတစ်ခုမှတစ်ခုသို့ ကူးပြောင်း၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် ကတ်ပြားပေါ်တွင်ရေးထားသော ချဉ်းကပ်နည်းကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိ-မသိ ဆန်းစစ်ပါ။
- တက်ရောက်လာသော ပါဝင်တက်ရောက်သူအရေအတွက်အပေါ်မူတည်၍ ဤလုပ်ငန်းကို ပြုလုပ်ပါ။ အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူဦးရေ နည်းပါက အုပ်စုတစ်ခုချင်းစီမှ အုပ်စုကြီးအား တင်ပြနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ ပါဝင်တက်ရောက်သူဦးရေများ (၂၄ ယောက်ထက်ကျော်ပါက) ပြီး အုပ်စုငယ်များလည်းများနေပါက အုပ်စုငယ်အချင်းချင်း တစ်ချိန်တည်းတွင်ပြန်လည်တင်ပြရန် ပြောပါ။ (ဥပမာ- အုပ်စု(၁)မှ အုပ်စု(၂)သို့ အပြန်အလှန်တင်ပြချိန်တွင်အုပ်စု (၃) နှင့်အုပ်စု (၄) မှလည်း တစ်ချိန်တည်းမှာပင်တင်ပြနိုင်ပါသည်) အုပ်စုများမှ တင်ပြနေသည်ကိုကြည့်ရှုပြီး ကျန်အုပ်စုများမှ ၎င်းတို့သည်မည်သည့်ချဉ်းကပ်နည်းကို သရုပ်ဆောင်နေသည်ကိုခန့်မှန်းရမည်။
- အုပ်စုအားလုံးသရုပ်ဆောင်ပြီးသွားပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူအားလုံးအား *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်*၏ စာအုပ်ငယ်(၇)တွင် ဖော်ပြထားသော နည်းဗျူဟာများ/ ချဉ်းကပ်နည်းများဖြစ်ကြောင်းကို ဆွေးနွေးစေပါ။

ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- အကြံဉာဏ်များနှင့်အတွေ့အကြုံများကို အခြားသူများနှင့် မျှဝေခြင်းနှင့်ဆွေးနွေးပွဲအတွင်းတစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ကူညီကြသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။
- ဘောလုံးပစ်တမ်းကစားနည်း ကစားပါ။ အကယ်၍ ဘောလုံးဖမ်းမိပါက ၎င်းတို့အနေဖြင့် အိမ်ပြန်ရောက်လျှင်ကလေးများ၏ အပြုအမူများကိုထိန်းသိမ်း လမ်းညွှန်နိုင်ရန် အသုံးပြုမည့်နည်းဗျူဟာတစ်ခုကို ပြောစေပါ။ အကယ်၍ အုပ်စုကြီးပါက ဘောလုံး ၂ လုံး အသုံးပြု၍ကစားပါ။ ဘောလုံး ၂ လုံး သုံးပါက ပရမ်းပတာဖြစ်နိုင်သော်လည်း ဆွေးနွေးပွဲကြီးပြီးစီးရန် ကောင်းသောပတ်ဝန်းကျင်ကို ဖန်တီးပေးပါလိမ့်မည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအားဇယားတွင် (၂)ကွက် (၄ နှင့် ၅) ဖြည့်ရန် ကျန်သေးကြောင်းသတိပေး၍ ၎င်းဇယားကွက်ကို ၎င်းတို့နည်းလမ်းအသစ်အသုံးပြုပြီးပြီးခြင်း ဖြည့်ရန်သတိပေးပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့်နောက်တစ်ပတ်ဆွေးနွေးပွဲတွင် ဤလုပ်ငန်းကို ပြန်လည်ဝေမျှနိုင်ပါသည်။
- သင်ပြင်ဆင်ထားသော ကလေးများအတွက်လုပ်ငန်းများကို အာရုံစိုက်ရန်ပြောကြားပါ။ (ဤလုပ်ငန်းများသည် *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်တွင်ပါဝင်သော* စာအုပ်ငယ်ဖြစ်သော 'ငယ်ရွယ်သောကလေးများနှင့်စိတ်ခံစားမှုများ' အပိုင်းတွင်ပါဝင်သော လုပ်ငန်းစဉ်များဖြစ်သည်)။ ဤ လုပ်ငန်းများသည် ကလေးများအား ၎င်းတို့၏စိတ်ခံစားမှုများနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကို ဖော်ထုတ်နိုင်ရန် အကူအညီပေးသော လုပ်ငန်းများဖြစ်ကြောင်းပြောပြပါ။ ဤလုပ်ငန်းများသည်ရိုးရှင်းသော လုပ်ငန်းများဖြစ်ပြီး မိဘများအနေဖြင့်မိမိတို့ကလေးများနှင့်အလွယ်တကူ လုပ်ဆောင်နိုင်သော လုပ်ငန်းများဖြစ်သည်။
- နောက်တစ်ပတ်ဆွေးနွေးမည့် အကြောင်းအရာ၊ ရက်စွဲ၊ အချိန်၊ နေရာတို့ကို ကြေညာပါ။

ဤခေါင်းစဉ်ပါအကြောင်းအရာအချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်းများဖြင့်ဖြန့်ဝေခြင်း

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဤဆွေးနွေးပွဲတွင် ဆွေးနွေးလာသောနည်းလမ်းများကို မိမိတို့ မိသားစုဝင်များနှင့်ဆွေးနွေးပွဲသို့မတက်ရောက်နိုင်သော အခြားသူများကိုဖြန့်ဝေရန် တိုက်တွန်းပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲသို့မတက်ရောက်နိုင်သော မိဘများနှင့် မိမိတို့ကလေးများ၏ အပြုအမူများကို လမ်းညွှန်ထိန်းသိမ်းပေးရာတွင် အကူအညီလိုနေသော မိဘများအိမ်သို့အိမ်လည်သွားပြီး ဤနည်းလမ်းများအကြောင်းကိုရှင်းပြပါ။
- အကယ်၍ ရပ်ရွာထဲတွင်ကစားခြင်းအုပ်စုရှိပါက ဤကစားခြင်းအုပ်စုတွင်ပါဝင်သော မိဘများအား မိမိတို့ကလေးများနှင့်အတူ တက်ရောက်ရန် တိုက်တွန်းပါ။ ထို့အပြင်မိဘများအား အခြားကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဝန်ဆောင်မှုများကိုလည်း အသုံးပြုရန်တိုက်တွန်းပါ။
- ကလေးများ၏ အပြုအမူများကို လမ်းညွှန်ထိန်းသိမ်းပေးနိုင်သောကောင်းသော နည်းလမ်းများကို ရပ်ရွာတွင် လွှင့်ရသော ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် အခြားသတင်းဖြန့်ချိရေးအစီအစဉ်များမှတစ်ဆင့် ဖြန့်ဝေနိုင်ပါသည်။
- ကလေးများ၏အပြုအမူများကိုထိန်းသိမ်းလမ်းညွှန်ရာတွင် အပြုသဘောဆောင်သော နည်းလမ်းများနှင့်အန္တရာယ်ရှိသောနည်းလမ်းများကို ပိုစတာများထုတ်လုပ်၍ရပ်ရွာစာသင်ဝိုင်းများတွင် ချိတ်ဆွဲထားပါ။ အန္တရာယ်ရှိသော နည်းလမ်းများကို (✘) သင်္ကေတဖြင့်လည်းကောင်း၊ အပြုသဘောဆောင်သောနည်းလမ်းများအတွက် (✔) သင်္ကေတဖြင့်အမှတ်အသားပြုထားပါ။
- ဖြစ်နိုင်ပါက ကလေးများ၏ခံစားမှုဖော်ထုတ်ရန်အထောက်အကူပြုရုပ်ပုံကားချပ်များနှင့် လုပ်ငန်းများကို ရပ်ရွာစာသင်ဝိုင်းတွင်နေ့စဉ်ပြင်ဆင်ပါ။

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ပညာ

မသန်စွမ်းကလေးများ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၈)

© Mathyas Sindhu Adityawan/Indonesia

မသန်စွမ်းကလေးများ

ဆွေးနွေးပွဲ၏ရည်ရွယ်ချက်

- **မသန်စွမ်းကလေးများ၏လိုအပ်ချက်နှင့်အခွင့်အရေးများကိုသိရှိသတိပြုမှုလာစေရန်**
- **မသန်စွမ်းသူများနှင့်ပတ်သက်သော သဘောထားများကိုထုတ်ဖော်ရန်။**
- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများ၏ ဆွေးနွေးမည့်ခေါင်းစဉ်နှင့်ပတ်သက်သော အသိပညာနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုကိုဖော်ထုတ်ရန်၊ မသန်စွမ်းသူများအပေါ် ရပ်ရွာမှလက်ခံကျင့်သုံးနေသော ရှေးရိုးစဉ်လာအစွဲအလမ်းနှင့် ရှောင်ကြဉ်လေ့ရှိသောဓလေ့များကို ဖော်ထုတ်ရန်။**

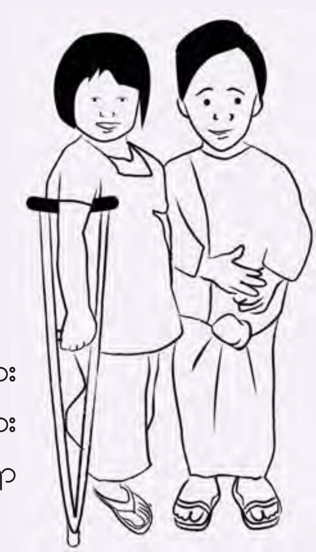
ရပ်ရွာရှိမိသားစုများနှင့် ရပ်ရွာသူ/သားများသည် မသန်စွမ်းကလေးများ၏ လိုအပ်ချက်များ၊ အခွင့်အရေးများနှင့်ပတ်သက်ပြီး ရှေ့ဆက်ဆောင်ရွက်လိုပါက အထက်ပါအချက်များသည် အရေးကြီးပါသည်။

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

လုပ်ငန်းစဉ် (၁) - သင်ဘာသိသလဲ ။ သင်ဘာသိချင်သလဲ။ သင်ဘာသိတာလဲ၊

လုပ်ငန်းစဉ် (၂) - တင်ပြခြင်း

လုပ်ငန်းစဉ် (၃) - သဏ္ဌာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်း



လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

- စာရွက်ကြီး ၊ ကျောက်သင်ပုန်း၊ ဘောပင်နှင့်မြေဖြူ

အဓိကဆွေးနွေးသည့်အချက်များ

- မသန်စွမ်းသော ယောကျာ်းလေးနှင့် မိန်းကလေးများသည် အခြားကလေးများနည်းတူ တူညီသောလိုအပ်ချက်များနှင့် အခွင့်အရေးများ ရှိကြသည်။ ၎င်းတို့အား လေးစားစွာဆက်ဆံရမည်ဖြစ်ပြီး ရပ်ရွာကိစ္စများတွင် ပါဝင်ခွင့်ပေးရမည်။
- ကလေးများတွင်အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် မသန်စွမ်းဖြစ်ကြရသည်။ မိသားစုတစ်ခုတွင် မသန်စွမ်းကလေးပါလာခြင်းသည် မဆန်းပါ။ မိသားစုတိုင်းတွင် ဖြစ်နိုင်သောအရာဖြစ်သည်။ ဤအတွက် ရှက်စရာမလိုပါ။
- အကယ်၍ မိမိတို့ကလေးများ၏ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားရေးနှင့်ပတ်သက်၍သံသယရှိပါက မိဘအနေဖြင့် ကျွမ်းကျင်သောဆေးပညာရှင်များနှင့် စောနိုင်သမျှစောစွာ ပြသဆွေးနွေးတိုင်ပင်သင့်သည်။

- ကလေးများမည်သည့်ကိစ္စများတွင် လုပ်ဆောင်နိုင်သည်ကို အလေးထားရန်အရေးကြီးပါသည်။ ကလေးများ၏ အားနည်းချက်ကိုသာ အာရုံမစိုက်ပါနှင့်။
- မသန်စွမ်းနို့စို့အရွယ်ကလေးများနှင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများ၏ အခြေအနေများကို မိဘများ၏ ချစ်ခင်ကြင်နာမှုနှင့် ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှုတို့ဖြင့် ပိုမိုတိုးတက်ကောင်းမွန်စေနိုင်ပါသည်။
- ကလေးတိုင်း ၎င်းတို့၏ အသက်အရွယ်နှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့်ကိုက်ညီသော ကစားနည်းများ၊ လုပ်ငန်းများနှင့် အရုပ်အမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ကစားရန်လိုအပ်ပါသည်။ မသန်စွမ်းကလေးများသည် မိမိတို့နှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်တွင်ရှိသော ကလေးများနှင့်အတူတကွကစားခြင်းဖြင့် အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်ပါသည်။
- မိဘများနှင့် ကလေးကြီးများသည် အိမ်တွင်ရနိုင်ရှိသောပစ္စည်းဖြင့် ကစားစရာပစ္စည်းအမျိုးမျိုး ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။
- ရပ်ရွာမှကူညီပံ့ပိုးမှုဖြင့် ၎င်းရပ်ရွာတွင် ဆောင်ရွက်နေသောလုပ်ငန်းများတွင် မသန်စွမ်းကလေးများအား ရပ်ရွာကိစ္စများတွင်ပါဝင်နိုင်ရန် ထောက်ပံ့ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ မသန်စွမ်းကလေးများသည်လည်း ရပ်ရွာပျော်ပွဲရွှင်ပွဲများတွင်ပါဝင်ခြင်းဖြင့် ပျော်ရွှင်နှစ်သက်မှုရစေပါသည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- ဆွေးနွေးပွဲတွင် မသန်စွမ်းသူများကိုပါဝင်စေခြင်းသည် မသန်စွမ်းနှင့်ဆိုင်သော အခက်အခဲပြဿနာများကို သတိပြုနားလည်စေရန် ထိရောက်သောနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ဖြစ်နိုင်ပါက ရပ်ရွာထဲတွင်ရှိသော မသန်စွမ်းသူတစ်ဦး၊ သို့မဟုတ်တစ်ဦးထက်မကကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်၍ ဆွေးနွေးပွဲတွင်မသန်စွမ်းခြင်းနှင့်ဆိုင်သော အကြောင်းအရာများကိုပြောပြနိုင်ခြင်း၊ မေးခွန်းများကို ပြန်လည်ဖြေကြားစေနိုင်ပါသည်။ အသက်အရွယ်အမျိုးမျိုးရှိ မသန်စွမ်းသူအားလုံးကို ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်ရန် တိုက်တွန်းပါ။
- ကျွမ်းကျင်သောကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း၊ သို့မဟုတ် မသန်စွမ်းခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ တတ်ကျွမ်းနားလည်သူတစ်ဦးကိုဆွေးနွေးပွဲတွင်ပါဝင်ရန်ဖိတ်ကြားပါ။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် မေးလာသောမေးခွန်းကို ဖြေဆိုနိုင်ပါသည်။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်*တွင်ပါဝင်သော *'မသန်စွမ်းကလေးများ'* စာအုပ်ငယ်(၈)နှင့်အခြား ရရှိနိုင်သောသတင်းအချက်အလက်များကိုသေသေချာချာဖတ်ထားပါ။
- မသန်စွမ်းသူများအပေါ် ထားသော သင်၏သဘောထားအမြင်ကို စဉ်းစားပါ။ သင့်မှာအခြားသူများကို မျှဝေရန် မသန်စွမ်းသူများနှင့်ပတ်သက်သောအကြောင်းအရာများ ရှိ-မရှိ စဉ်းစားပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲအတွက်လိုအပ်သောပစ္စည်းများကိုစုဆောင်းပါ။ အကယ်၍သင့်ဆီတွင်မိဘများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ကလေးငယ်များအား ပြုလုပ်ပေးနိုင်မည့်ကစားစရာများရှိပါက ခင်းကျင်းပြသထားပါ။

- ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပမည့်အကြောင်းကို ရပ်ရွာအတွင်း၌ ထိရောက်မှုရှိသောနည်းလမ်းများဖြင့် ကြေညာပါ။ ဥပမာ - ရပ်ရွာရှိ ကျန်းမာရေးဌာနမှတစ်ဆင့်၊ သို့မဟုတ် ကျောင်း၊ ရပ်ရွာတွင်း၌ ထုတ်လွှင့်ရသော ဆက်သွယ်ရေးကိရိယာများမှတစ်ဆင့်၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာသူ/သားများ အလှမ်းမီသည့်နေရာများ၊ အထူးသဖြင့် မသန်စွမ်းသူများ သွားတတ်၊ သွားနိုင်သည့်နေရာများမှတစ်ဆင့် ကြေညာပါ။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

- အားလုံးကိုကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါ။
- ဧည့်သည်များနှင့်မိတ်ဆက်ပါ။

ယခင်ဆွေးနွေးပွဲအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့်တင်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်ပါစာအုပ်တွင်ပါသော *'ကလေးများ၏အပြုအမူ'* စာအုပ်ငယ် နောက်ကျောတွင်ရှိသောလုပ်ငန်းကို ရည်ညွှန်း၍ဇယားကို ဖြည့်-မဖြည့် မေးမြန်းပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ကလေးများ၏ အပြုအမူ ထိန်းသိမ်းလမ်းညွှန်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ နည်းလမ်းအသစ်များကျင့်သုံးခြင်း ရှိ-မရှိ၊ ရှိပါက အခြေအနေမည်သို့ရှိသည်ကိုမေးမြန်းပါ။
- ဆွေးနွေးရန်နှင့်အကြံဉာဏ်များပေးရန်တိုက်တွန်းပါ။

ခေါင်းစဉ်သစ်နှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- 'မသန်စွမ်းခြင်းဆိုသည်ကိုမည်သို့နားလည်သနည်း' ဟုမေးပါ။ ဤမေးခွန်းကို ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း အတိုချုပ်အနေဖြင့် ပြုလုပ်ပါ။ စာရွက်ပေါ်တွင်ရေးသားရန်မလိုပါ။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများထံမှ အကြံဉာဏ်များ၊ ၎င်းတို့သိသည့်အကြောင်းအရာများကို ဖော်ထုတ်နိုင်ရန် တိုက်တွန်းခြင်းသာ ဖြစ်သည်။
- မိနစ်အနည်းငယ်အချိန်ပေးပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့သိထားသည်ကို ထုတ်ဖော်ပြောသည့်အတွက် ကျေးဇူး တင်ကြောင်းပြောပါ။ ယနေ့ဆွေးနွေးပွဲသည် မိဘနှင့်ရပ်ရွာသူ/သားများအနေဖြင့် မသန်စွမ်း ကလေးငယ်များအား မည်သို့ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သည်ကို ဆွေးနွေးရန်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

သင်ဘာကိုယုံကြည်ထားသနည်း။ ကေဒဗျူလျူအယ် (KWL) 'သင်ဘာသိသလဲ။ သင်ဘာသိချင်သလဲ၊ သင်ဘာသိလာသလဲ။'နည်းလမ်းကိုသုံး၍ရပ်ရွာထဲတွင်ကျင့်သုံးသောထုံးတမ်းစဉ်လာ အယူအဆ၊ အလေ့အထ၊ အလေ့အကျင့်တို့ကိုဖော်ထုတ်၍ရပ်ရွာသူ/သားများ မည်သည့် သတင်းအချက်များ လိုအပ်သည်ကိုဖော်ထုတ်ရန်။

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၃၀ မှမိနစ် ၄၀ ခန့်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- မေးခွန်းကို ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေး၍ဖတ်ပြပါ။ ရပ်ရွာထဲရှိ မသန်စွမ်းကလေးများအကြောင်းကို သင်မည်မျှသိသနည်း။ မသန်စွမ်းကလေးများနှင့်ပတ်သက်၍ သင်မည်သည့်အရာများကိုထပ်မံသိရန် လိုအပ်သနည်း။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို ၆ ယောက်စီပါသောအုပ်စုများဖွဲ့ပါ။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်*တွင်ပါရှိသော *'မသန်စွမ်းကလေးများ'* စာအုပ်ငယ်တွင်ဖော်ပြထား သောလုပ်ငန်းအတွက်ကို ရည်ညွှန်းပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့်ပထမဦးဆုံး ၎င်းတို့သိသည့်အရာ၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ယုံကြည်စွာ လက်ခံထားသောအချက်ကို ဆွေးနွေး၍ပထမဆုံးဇယားကွက်တွင်ဖြည့်ပါ။ ပြီးလျှင် ဒုတိယဇယား ကွက်တွင် ၎င်းတို့ထပ်သိချင်သည့် အချက်ကိုရေးသားရမည်။ တတိယဇယားကွက်ကို ဆွေးနွေးပွဲပြီး သည်အထိ မဖြည့်သေးဘဲချန်ထားပါ။ ဤလေ့ကျင့်ခန်းအတွက်အချိန် ၁၀ မိနစ်ပေးပါ။

- ပြီးလျှင် မိမိတို့အတွေး၊ သို့မဟုတ် သိထားသည်များကို မျှဝေပါ။ ဆွေးနွေးပါ။ မေးခွန်းတစ်ခုစီအတွက် အုပ်စုတစ်ခုစီမှ အကြံပြုတင်ပြချက်တစ်ခုစီကို အုပ်စုကြီးအတွင်း၌ တင်ပြပါ။ တုံ့ပြန်မှုများကို အချိန်ယူ၍ ဆွေးနွေးပါ။ သင့်အနေဖြင့် မသန်စွမ်းမှုတစ်ခုနှင့်ပတ်သက်၍ ရပ်ရွာမှလူအများ လက်ခံယုံကြည်နေသော ဓလေ့ထုံးစံ၊ အစွဲအလမ်းများကိုဖော်ထုတ်ပြီး သင်၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာထဲမှ ကျွမ်းကျင်သူက ဆွေးနွေးချက်များထဲမှလွဲမှားစွာသိနေသော သတင်းအချက်အလက်များကို ပြန်လည်ရှင်းလင်းတင်ပြနိုင်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့်ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မေးသောမေးခွန်းများကိုလည်း သိလိုပါလိမ့်မည်။ ၎င်းတို့မေးသောမေးခွန်းများကို စာရွက်ကြီး၊ သို့မဟုတ် ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးသားထားပါ။ နောက်လုပ်ငန်းတစ်ခုလုပ်ချိန်တွင် ၎င်းတို့မေးထားသောမေးခွန်းကို ဖြေဆိုနိုင်ပါသည်။
- ဆွေးနွေးချက်များကို အကျဉ်းချုံးပေးပါ။ အကယ်၍ရပ်ရွာသူ/သားများသည် မသန်စွမ်း မိန်းကလေးနှင့် ယောကျ်ားလေးများအပေါ် မည်သို့ပြုမူဆက်ဆံသည်ဆိုသည့်မေးခွန်းကိုမေးမြန်းသူ၊ တင်ပြသူ မရှိပါက သင့်အနေဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား ၎င်းတို့၏ သဘောထားများကိုမေးမြန်းပါ။

မှတ်ချက်။ အကယ်၍ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် စာမရေးတတ်၊ မဖတ်တတ်ပါက ဤလုပ်ငန်းကို နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုပြုလုပ်ပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

တင်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၃၀ မှမိနစ် ၄၀ ခန့်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- အကယ်၍ မသန်စွမ်းသူတစ်ဦး၊ သို့မဟုတ် မသန်စွမ်းသူများကဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်ပြောဆိုရန် သဘောတူပါက ၎င်းတို့အား စကားပြောစေပါ။ ၎င်းတို့သည် သူတို့အား လူအများကဆက်ဆံပုံ၊ မသန်စွမ်းကလေးများအား မည်သို့ကူညီပံ့ပိုးသင့်ကြောင်း စသည်ဖြင့်သူတို့အကြောင်းကို ပြောပြနိုင်ပါသည်။ မေးခွန်းမေးရန်နှင့် ဆွေးနွေးရန်အချိန်ပေးပါ။
- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်*တွင် ပါဝင်သော စာအုပ်ငယ်(၈) ဖြစ်သော '*မသန်စွမ်းကလေးများ*' စာအုပ်တွင်ပါဝင်သော 'မသန်စွမ်းကလေးများအားကူညီပံ့ပိုးခြင်း'အပိုင်းနှင့် စာအုပ်ငယ် (၅) ဖြစ်သော '*ကလေးများနှင့် ကစားခြင်း* 'စာအုပ်တွင်ပါဝင်သော 'ကစားစရာပြုလုပ်နည်း' အပိုင်းကို ရည်ညွှန်းပါ။ ထိုအပိုင်းများတွင်ပါသောအဓိကအချက်များကိုရှင်းပြပါ။ သင်ခန်းကျင်းပြသထားသော ကစားနည်းစာအုပ်များကို ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား ပြသပါ။
- အချို့ရပ်ရွာများတွင် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော မသန်စွမ်းကလေးများအား ကူညီပံ့ပိုးပေးသော အစီအစဉ်များအကြောင်း ပြောပြပါ။

- ရပ်ရွာအတွင်း၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာပြင်ပမှရရှိနိုင်သော ရင်းမြစ်များနှင့်ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များကို ပြောပြပါ။ ရပ်ရွာတွင်းမှ မသန်စွမ်းကလေးများနှင့် မသန်စွမ်းသူများအား ထောက်ပံ့ကူညီရန်လိုအပ်သော အခြားရင်းမြစ်များအကြောင်း ဆွေးနွေးပါ။
- လုပ်ငန်းစဉ်(၁)တွင်မေးထားသောမေးခွန်းကိုဖြေဆိုရန် ဖိတ်ခေါ်ထားသောကျွမ်းကျင်သူများအား ဖြေဆိုပေးရန်ပြောကြားပါ။
- တက်ရောက်လာသော ပါဝင်တက်ရောက်သူများနှင့် ဖိတ်ကြားထားသော ကျွမ်းကျင်သူပညာရှင်များအား ဆွေးနွေးပွဲတွင်ပါဝင်တက်ရောက်ခြင်းအတွက် ကျေးဇူးတင်စကားပြောကြားပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)

သဏ္ဍာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်း

ဤလုပ်ငန်းကို အချိန်လုံလောက်ပါက လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် အခြားလုပ်ငန်းများအစား ဤတစ်ခုကို အစားထိုးပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၃၀ မှမိနစ် ၄၀ ထိ

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဤလုပ်ငန်းအကြောင်းကိုရှင်းပြ၍ ၎င်းတို့အားဖြစ်စဉ်များကို တင်ပြပါ။ ဤဖြစ်စဉ်များတွင် မသန်စွမ်းသူများအပေါ်တွင် လူအများကဆက်ဆံရာတွင် အပြုသဘောဆောင်သော၊ လက်ခံနိုင်သောအပြုအမူများနှင့် လက်ခံရန်မသင့်သော၊ လက်မခံနိုင်သော အပြုအမူများ ပါဝင်ရပါမည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အုပ်စုငယ်များခွဲ၍ အုပ်စုတစ်ခုစီမှဖြစ်ရပ်မှန်မြင်ကွင်းတစ်ခုစီကို ရွေးချယ်ပြီး မသန်စွမ်းကလေး/လူကြီး အဖြစ် သရုပ်ဆောင်ရန် ပြင်ဆင်စေပါ။ ဤသရုပ်ဆောင်မှု ကြာချိန်သည် ၅ မိနစ်မျှ ဖြစ်သင့်သည်။
- အုပ်စုတစ်ခုချင်းအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏သရုပ်ဆောင်ပုံကို အခြားအုပ်စုများအားတင်ပြရမည်။ အကယ်၍ အုပ်စုများ များပြားနေပါက အုပ်စုအချင်းချင်းပြန်လည်တင်ပြစေပါ။
- သဏ္ဍာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်းပြီးပါက ဤသရုပ်ဆောင်ခြင်းမှပေးသောသတင်းစကား၊ အကြောင်းအရာကိုဆွေးနွေးပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲအဆုံးတွင် 'ယနေ့ဆွေးနွေးပွဲမှ ကျွန်ုပ်တို့မည်သည့်အကြောင်းအရာများကို သင်ယူခဲ့ပါသလဲ' ဟုမေးမြန်းပြီး ပြန်လည်ဆွေးနွေးတင်ပြရန် အချိန်ပေးပါ။

ဆွေးနွေးပွဲ နိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံ အဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အချိန်အနည်းငယ်ယူ၍ ဇယား၏တတိယကော်လံကို ဖြည့်ရန်ပြောပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဤဆွေးနွေးပွဲပြီးပါက မသန်စွမ်းကလေး၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏ မိသားစုအား လုပ်ပေးနိုင်မည့်လုပ်ငန်းတစ်ခုအကြောင်း စဉ်းစားစေပါ။
- 'ဘောလုံးပစ်တမ်း' ကစားပါ။ ကစားနည်းကိုရှင်းပြပါ။ နေရာရှိပါက စက်ဝိုင်းပုံနေရာ ယူခိုင်းပါ။ ဘောလုံး၊ သို့မဟုတ် အရာဝတ္ထုတစ်ခုကိုစက်ဝိုင်းတွင်းရှိလူများအားတစ်လှည့်စီပစ်ပေးပါ။ဘောလုံးရရှိသူအား ဤဆွေးနွေးပွဲပြီးပါက ၎င်းလုပ်ရန်ရည်ရွယ်ထားသော လုပ်ငန်းတစ်ခုအကြောင်း ပြောစေပါ။ အကယ်၍ ဤကစားနည်းကိုကစားရန်နေရာမရှိပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မိမိတို့ဘေးတွင်ရှိသူအား ပြောကြားစေပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့ပါဝင်တက်ရောက်ခြင်းအတွက် ကျေးဇူးတင်စကား ပြောကြားပါ။
- နောက်တစ်ပတ်ဆွေးနွေးမည့်အကြောင်းအရာ၊ ရက်စွဲ၊ အချိန်၊ နေရာတို့ကိုကြေညာပါ။

ဤခေါင်းစဉ်ပါအကြောင်းအရာအချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်းများဖြင့်ဖြန့်ဝေခြင်း

- ဤဆွေးနွေးပွဲမှရလာသော သတင်းအချက်အလက်များကို မိမိ၏မိသားစုများနှင့် ရပ်ရွာတွင်းမှ အခြားသူများအား ဖြန့်ဝေရန်တိုက်တွန်းပါ။
- အကယ်၍ မသန်စွမ်းကလေးများအတွက် ရပ်ရွာမှပံ့ပိုးသည့်အစီအစဉ်ကိုစတင်လိုသည့် စိတ်ဝင်စားမှုကို ထုတ်ဖော်ပြောပြပါက ဤအစီအစဉ်ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ဆွေးနွေးပါ။ ဤအစီအစဉ်နှင့် အလားတူသောအစီအစဉ်များနှင့်ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များ စုဆောင်းပါ။ ကော်မတီတွင်ပါဝင်နိုင်မည့်သူများကို ချဉ်းကပ်ပါ။ မသန်စွမ်းဖြစ်နေသူများထံမှ အကြံဉာဏ်များ ရယူပါ။
- ရပ်ရွာမှထုတ်လွှင့်နေသော ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် တီဗီမှတစ်ဆင့် တင်ဆက်ရန်စီစဉ်ပါ။
- ရပ်ရွာတွင်းမှ မူလတန်းကျောင်းသား၊ လူငယ်လူရွယ်များအပါအဝင် အခြား စိတ်ပါဝင်စားသူများအတွက် မသန်စွမ်းကလေးနှင့်ပတ်သက်သောဆွေးနွေးပွဲတစ်ခု ပြုလုပ်ပါ။
- မသန်စွမ်းကလေးငယ်များအတွက် ကစားစရာအရုပ်များလုပ်ပေးရန် လုပ်ငန်းဆွေးနွေးပွဲတစ်ခု ကျင်းပပါ။ ကလေးများကို ပါဝင်စေပါ။
- အိမ်လည်ခြင်းဖြင့် လိုအပ်သောအကူအညီအထောက်အပံ့များပေးပါ။ တစ်ဦးချင်း ဆွေးနွေးခြင်းဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ မိသားစုအတွင်း တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်းဖြင့်သော်လည်းကောင်း ပြုလုပ်ပေးပါ။

- အိမ်လည်ခြင်းအစီအစဉ်စီစဉ်ပေးပါ။ ဤအစီအစဉ်တွင် လူကြီးများမှမသန်စွမ်းကလေးများနှင့် သူတို့မိသားစုများထံ လာရောက်လည်ပတ်ပြီး လိုအပ်သောအကူအညီပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။
- အကယ်၍ ရင်းမြစ်များရှိပါကမိဘများအတွက်စာကြည့်တိုက် တည်ထောင်ပေးပါ။ စာကြည့်တိုက်တွင်လက်ကမ်းစာစောင်များ၊ စာအုပ်များ၊ ဒီဗီဒီများနှင့်အခြား သတင်းအချက်အလက်များကို စီစဉ်ထားပေးပါ။
- မသန်စွမ်းကလေးဆိုင်ရာအခွင့်အရေးကို ဖော်ပြထားသောပိုစတာများ ပြုလုပ်ပါ။ ဤပိုစတာများကို ရပ်ရွာထဲရှိမြင်သာသောနေရာများတွင် ပြသထားပါ။

နောက်ခံအကြောင်းအရာ

ရောဂါအခြေအနေများနှင့်ဖြစ်ပေါ်သောအကြောင်းရင်းများ

ကလေးများမသန်စွမ်းဖြစ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် မွေးရာပါမသန်စွမ်းကလေးများဖြစ်ရသည့် အကြောင်းရင်းအမျိုးမျိုး ရှိနိုင်ပါသည်။ အောက်တွင်အဖြစ်များသော၊ အများဆုံးတွေ့နိုင်သောအခြေအနေများနှင့် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသောအကြောင်းရင်းများကိုဖော်ပြထားပါသည်။ သင့်အနေဖြင့်သင့်ရပ်ရွာတွင် အဖြစ်များသောအခြေအနေများကို ထပ်မံဖြည့်စွက်နိုင်ပါသည်။ ဤသတင်းအချက်အလက်သည်ဆွေးနွေးပွဲအတွက် အသုံးဝင်ပါမည်။ အထူးသဖြင့် ကျွမ်းကျင်သောဆေးဝန်ထမ်းကို ရင်းမြစ်အဖြစ်သုံးရန် မလွယ်ကူပါက ဤသတင်းအချက်အလက်များသည် ဆွေးနွေးပွဲအတွက် အသုံးဝင်ပါမည်။

အခြေအနေ	ဖြစ်နိုင်သောအကြောင်းရင်း
အာရုံစူးစိုက်မှု အားနည်းခြင်း၊ လှုပ်ရှားမှုပိုခြင်း (အေဒီအိပ်ချ်ဒီ) (Attention Deficit Hyperactivity Disorder- ADHD)	• အေဒီအိပ်ချ်ဒီ (ADHD) သည် အာရုံကြောနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဦးနှောက်၏ ဓာတုတုံ့ပြန်မှုနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည်။ • အချို့သောကလေးများတွင် မူကြိုကျောင်း၊ သို့မဟုတ် မူလတန်းကျောင်းနေစဉ် ပထမနှစ်များအတွင်း၌ သိသာထင်ရှားသော လက္ခဏာများပြသည်။ • အေဒီအိပ်ချ်ဒီ၏ အဓိကလက္ခဏာများမှာ အာရုံစူးစိုက်မှုမရှိခြင်း၊ အာရုံမစူးစိုက်နိုင်ခြင်း၊ သာမန်ထက်ပို၍ လှုပ်ရှားမှုများခြင်းနှင့် တုံ့ပြန်မှု မြန်ဆန်ခြင်း။ • ဖြစ်ပွားရသောအကြောင်းရင်းအတိအကျကို မသိရသော်လည်း မိခင်သည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတွင်း စီးကရက်/ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ အရက်သောက်ခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးခြင်းတို့ကြောင့် အေဒီအိပ်ချ်ဒီ ဖြစ်ရန်အလားအလာများ ရှိပါသည်။

အခြေအနေ	ဖြစ်နိုင်သောအကြောင်းရင်း
အော်တစ်ဇင်	• အော်တစ်ဇင်သည် ခြုံငုံခေါ်သောစကားလုံးဖြစ်ပြီး ဤစကားလုံးအောက်တွင် အော်တစ်ဇင်၊ အက်စ်ပါဂျာဆင်ဒရုမ်း၊ အော်တစ်တစ်ချို့ယွင်းချက်နှင့် ကလပ်စစ်အော်တစ်စင် (ကန်နားအော်တစ်စင်) တို့ပါဝင်သည်။ အော်တစ်ဇင်ရောဂါရှိသူများသည် အဓိကအားဖြင့် နယ်ပယ်(၃)ခုတွင် အခက်အခဲ ရှိနိုင်ပါသည်။ လူမှုဆက်ဆံရေး နားလည်ခြင်းနှင့် အပြုအမူများ၊ လူမှု ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာဆက်သွယ်မှုများ (စကားဖြင့်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် စကားမပါဘဲဆက်သွယ်ခြင်း)နှင့် စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်းတို့တွင် ခက်ခဲခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ • ဤအားနည်းချက်များသည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူညီကြပါ။ တစ်ဦးတွင် ဤအားနည်းချက်များကို ထင်ရှားစွာတွေ့နိုင်သော်လည်း ကျန်တစ်ဦးတွင်မူ ထင်ရှားစွာ မတွေ့ရပါ။ • လေ့လာတွေ့ရှိချက်များအရ ဖြစ်ပွားရခြင်းအကြောင်းသည် မျိုးရိုးဆိုင်ရာနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်အချက်များပေါင်းစည်း၍ ဖြစ်နိုင်ကြောင်း သိရှိရသည်။ • ပေါင်ချိန်မပြည့်သောကလေးများနှင့် လမစေ့ဘဲမွေးသောကလေးများ (၃၃ပတ်ထက်စောပြီးမွေးသော ကိုယ်ဝန်များသည်) အော်တစ်ဇင် ဖြစ်နိုင်ခြေ နှစ်ဆပိုများပါသည်။
နားမကြားခြင်း	• မိဘမျိုးရိုးမှဆက်ခံရရှိခြင်း။ • ကလေးမိခင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတွင်း ဂျာမန်ဝက်သက်ပေါက်ခြင်း။ • ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတွင်း မိခင်စားသောအစားအစာတွင် အိုင်အိုဒင်းဓါတ်ချို့တဲ့ခြင်း။ • ကလေးဦးနှောက်ငှက်ဖျားပိုးဝင်ခြင်း။ • ကလေးဦးနှောက်အမြှေးရောင်ခြင်း၊ (ဦးနှောက်နှင့် ကျောရိုးနာဗ်ကြောအတွင်းရောဂါပိုးဝင်ရောက်ခြင်း)။ • လမစေ့ဘဲမွေးသောကလေးများဖြစ်ခြင်း။ • ကလေးတွင်ပြင်းထန်သောနားရောဂါစွဲကပ်ခြင်း။

အခြေအနေ	ဖြစ်နိုင်သောအကြောင်းရင်း
အမြင်အာရုံ ချို့တဲ့ခြင်း ဝေဒနာ	• မိခင်ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတွင်း ဂျာမန်ဝက်သက်ပေါက်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အခြားကူးစက်ရောဂါများဖြစ်ခြင်း (မိခင်ကိုယ်ဝန် ၁၂ ပါတ်မှ ၁၄ ပါတ် အတွင်း အန္တရာယ်ကြီးနိုင်ပါသည်)။ • မိခင်၊ သို့မဟုတ် ကလေး အာဟာရချို့တဲ့ခြင်း။ • ကလေးအား ရောဂါဝင်ရောက်ခြင်း။ • ဗီတာမင်အေဓါတ် ချို့တဲ့ခြင်း။ • မွေးဖွားနေစဉ်နှင့် မွေးဖွားပြီး ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိခြင်း။ • မျက်စိကူးစက်ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း။ • ရိုးရာအယူအဆအရ မသင့်လျော်သော အလေ့အကျင့်များ အသုံးပြုခြင်းကြောင့်ဖြစ်ခြင်း။
ဦးနှောက်ထိခိုက်ခြင်း (ဦးနှောက်အာရုံကြော ထိခြင်းနှင့် အခြားရောဂါ အခြေအနေများ)	• မိခင်ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတွင်း ဂျာမန်ဝက်သက်၊ ရေကျောက်၊ လိင်အင်္ဂါ ရေယုန်တို့ဖြစ်ခြင်း။ • ကပ်ပါးပိုးများကြောင့်ဖြစ်ခြင်း။ • ကိုယ်ဝန်ဆောင်သူကအန္တရာယ်ရှိသောဆေးများသောက်သုံးခြင်း၊ အရက်၊ ဆေးရွက်ကြီး၊ နီကိုတင်း (စီးကရက်မှတစ်ဆင့်) ကဖိန်းနှင့် အခြားမူးယစ်ဆေးဝါးသုံးခြင်း။ • မွေးဖွားစဉ်ထိခိုက်ပျက်စီးမှုဖြစ်ခြင်း (ကလေးငယ်သည် အောက်ဆီဂျင် လုံလောက်စွာမရရှိခြင်း)။ • လမစေ့ဘဲမွေးဖွားခြင်း၊ သို့မဟုတ် ပေါင်မပြည့်သောကလေးဖြစ်ခြင်း။ • ကလေးမွေးပြီး မတော်တဆဒဏ်ရာရခြင်း။
နှုတ်ခမ်းကွဲ အာခေါင်ကွဲခြင်း ကိုယ်ဝန်ဆောင်စအချိန်၊ အများအားဖြင့် (၆)ပတ်မှ(၉)ပတ်အတွင်းပါးစပ် အနား(၂)ဖက် ဆက်ချိန်တွင် ဖြစ်ပွားနိုင်သည်။	• ကူးစက်ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အာဟာရမပြည့်ဝခြင်း။ • ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတွင်း မိခင်၌ပြင်းထန်သော စိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ စိတ်ဖိစီးမှုများခြင်း။ • ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခါစတွင် မိခင်မှ အန္တရာယ်ရှိသောအရက်၊ ဆေးလိပ် စသည့်ဆေး/ပစ္စည်းများသုံးခြင်း။

အခြေအနေ	ဖြစ်နိုင်သောအကြောင်းရင်း
ပိုလီယို အကြောသေရောဂါ (ခြေ၊ လက်များ ထိခိုက်ခြင်း၊ ပျက်စီးခြင်း)	• ပိုလီယိုအကြောသေရောဂါသည် ရှားပါးသော ဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါပိုး ကြောင့်ဖြစ်ပြီး ကူးစက်လွယ်သောရောဂါဖြစ်သည်။ အဓိကအားဖြင့် ပိုလီယိုရောဂါရှိသူ၏မစင်ဖြင့် ထိတွေ့မိခြင်းမှကူးဆက်ခြင်းဖြစ်ပြီး ပိုလီယိုရောဂါကာကွယ်ဆေး မထိုးနိုင်ခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်သည်။
ဝက်ရူးပြန်ရောဂါ (တက်ခြင်း)	• မိဘမျိုးရိုးမှဆက်ခံရရှိခြင်း။ • ကလေးမွေးဖွားစဉ် အောက်ဆီဂျင်လုံလောက်စွာ မရရှိခြင်း၊ ပြတ်လပ်ခြင်း။ • ဦးနှောက်တွင်း ကူးစက်ရောဂါပိုးဝင်ရောက်ခြင်း။ • ဖျားခြင်း။ • ခေါင်းထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း။
ဒေါင်းစင်ဒရုမ်း	• မိဘမျိုးရိုးမှဆက်ခံရရှိခြင်း။ • ဤရောဂါဖြစ်ခြင်းကြောင့် ကလေးများတွင် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာပုံမမှန်ခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေသည်။ • ဤရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်းသည် မိခင်၏ အသက်ကြီးမှုပေါ်တွင်လည်း မူတည်သည်။ အထူးသဖြင့်မိခင်အသက် ၃၅ နှစ်နှင့်အထက်ကျော်ပါက၊ ကလေးတွင် ဤရောဂါလက္ခဏာဖြစ်နိုင်ခြေ များသည်။

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Japan
Funds-in-Trust

ကျောင်းစတင်တက်ရောက်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၉)

ကျောင်းစတင်တက်ရောက်ခြင်း

ဆွေးနွေးပွဲ၏ရည်ရွယ်ချက်

- **ပါဝင်တက်ရောက်များအား ကလေးများ ကျောင်းစတင်တက်ရောက်ခြင်း အပါအဝင် ကလေးများ၏သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် မိဘများ၏အခန်းကဏ္ဍ အရေးကြီးပုံကို အလေးအနက်သိစေရန်။**
- **မိဘများအား၊ မိမိတို့ကလေး ကျောင်းစတင်တက်ရောက်သည့်အခါ မည်သို့ကူညီနိုင်သည်ကို သိရှိရန်။**
- **ပါဝင်တက်ရောက်သူများက မိမိတို့ရပ်ရွာရှိကလေးတိုင်း သတ်မှတ်ထားသော အသက်အရွယ်တွင် ကျောင်းစတင်ရန်၊ ကျောင်းတက်မှန်ရန်၊ ကျောင်းနေပျော်ရန်နှင့် အခြေခံ ပညာကောင်းများရရှိသည်အထိ ကျောင်းပြီးဆုံးအောင်တက်ရောက်နိုင်ရန် မိမိတို့ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရမည့်လုပ်ငန်းများကို စဉ်းစားအကောင်အထည်ဖော်နိုင်ရန်။**

အကြံပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ

လုပ်ငန်းစဉ် (၁) - သဏ္ဍာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်း

လုပ်ငန်းစဉ် (၂) - အုပ်စုကြီးတွင်ဆွေးနွေးခြင်း

လုပ်ငန်းစဉ် (၃) - တွေး-တွဲ-မျှဝေခြင်း

လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

- သဏ္ဍာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သောပစ္စည်းများ။

အဓိကဆွေးနွေးသည့်အချက်များ

- မိဘများသည်ကလေးများ၏ လက်ဦးဆရာများ ဖြစ်ကြပြီး ကလေးများမွေးစမှ သင်ယူနိုင်ရန် ပါဝင်ကူညီရမည်။
- မိမိတို့နိုင်ငံအလိုက် သတ်မှတ်ထားသော အသက်အပိုင်းအခြား၌ ယောကျ်ားလေးများနည်းတူ မိန်းကလေးများအားလုံး ကျောင်းနေရမည်။
- ကျောင်းစတက်ချင်းသည်ကလေးများအတွက် စိတ်ဖိစီးမှုများဖြစ်စေသည်။ ထို့ကြောင့် မိဘ၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာထံမှ အကူအညီလိုပါသည်။

- ကလေးများ ကျောင်းစတက်ရန်နှင့်ကျောင်းတွင် အောင်မြင်စွာသင်ယူနိုင်ရန် မိဘများအနေဖြင့် နည်းမျိုးစုံဖြင့် ကူညီနိုင်သည်။
- မူလတန်းကျောင်းမစမီ တစ်နှစ်ကျော်သောကလေးများ မူကြိုကျောင်းသို့ တက်ရောက်နိုင်ပါက ကလေးများသည် ပိုမိုအောင်မြင်စွာသင်ယူနိုင်သည်။
- အကယ်၍ မိသားစုများ၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာတို့ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကလေးများ သင်ယူနိုင်ရန် ပိုမိုပံ့ပိုးကူညီပေးနိုင်သည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်၏ ‘ကျောင်းစတင်တက်ရောက်ခြင်း’* စာအုပ်ငယ်ကို သေချာစွာ ဖတ်ရှုပြီး နားလည်အောင်လုပ်ထားပါ။
- ရပ်ရွာတွင်းရှိကလေးများ မည်သည့်အချိန်၊ အသက်အရွယ်တွင် ကျောင်းစတင်ဝင်ရောက်သည်။ ကျောင်းဝင်ရန်လိုအပ်ချက်များ၊ ကျောင်းတက်ရောက်မှုပုံစံများ၊ မူလတန်းကျောင်းပြီးဆုံးအောင် တက်ရောက်မှုစသည်တို့နှင့်ဆိုင်သော သတင်းအချက်အလက်၊ သို့မဟုတ် ကလေးများ ကျောင်းစတင်တက်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်ပြီး ရှိနိုင်သောအခက်အခဲများစသည့် သတင်းအချက်အလက်များကို ဆွေးနွေးပွဲမစခင်ရှာဖွေစုဆောင်းထားပါ။ ရပ်ရွာရှိ မူလတန်းကျောင်းအုပ်ကြီးထံတွင် ဤသတင်းအချက်အလက်များ ရရှိနိုင်ပါသည်။ထို့ကြောင့်ကျောင်းအုပ်ကြီးနှင့်စကားပြောဆိုပါ၊ မေးမြန်းပါ။ ထို့အတူ ရပ်ရွာအတွင်း၌ မိဘအချို့နှင့်ရပ်ရွာသူ/သားများနှင့်လည်း စကားပြောဆိုမေးမြန်းပါ။
- မူလတန်းကျောင်းအုပ်ကြီး၊ မိဘကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦး၊ မူကြိုဆရာမ(ရှိခဲ့လျှင်)တို့ကို ဆွေးနွေးပွဲရှိ အုပ်စုကြီးဆွေးနွေးပွဲတွင်ပါဝင်ရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။ ဖိတ်ကြားထားသူများမှတစ်ဦးစီ ၅ မိနစ်ခန့်အချိန်ယူ၍ ကလေးများကျောင်းစနေချိန်တွင် ကြုံတွေ့နိုင်သော အခက်အခဲများ၊ ကလေးကျောင်းတက်ချိန်၊ ကျောင်းခေါ်ကြိမ်နှင့် ပထမတန်းတွင်သင်ယူပုံတို့ကိုပြောစေပါ။ ၎င်းတို့တင်ပြပြီးပါက တက်ရောက်သူပါဝင်တက်ရောက်များမှ မေးခွန်းများမေးမြန်းခြင်းကိုဆက်လက်ဆောင်ရွက်ပါ။ ရပ်ရွာတွင် ကျင့်သုံးသော ယဉ်ကျေးမှုအစဉ်အလာအရ၊ သို့မဟုတ် အခြားအကြောင်းကြောင့် အခြားတင်ပြမည့်သူကို ပိုမိုဖိတ်ခေါ်ရမည်ဆိုပါက အနည်းဆုံး ၄ ယောက်သာ ဖိတ်ခေါ်ပြီး တင်ပြချိန်ကို တစ်ဦးလျှင် ၅ မိနစ် အများဆုံးပေးပါ။
- ကလေးပထမဆုံးကျောင်းသွားသည့်အချိန်အကြောင်းကို သဏ္ဍာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခိုင်းပါ။ မိဘတစ်ဦး၊ သို့မဟုတ် နှစ်ဦးကို သင်နှင့်အတူပူးတွဲဆောင်ရွက်ရန် ရွေးချယ်ပါ။ ဤသရုပ်ဆောင်မှုသည် အချိန်တိုအတွင်းဖြစ်ပြီး ကလေးများပထမဆုံးကျောင်းစတက်သည့်နေ့တွင် ကလေးနှင့် မိဘတို့ကြုံတွေ့ရသည့်စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကို ပေါ်လွင်အောင်ပြပါ။
- ရပ်ရွာတွင်းမှ ရပ်ရွာသူရပ်ရွာသားများအားလုံး၊ အလွှာအသီးသီးမှလူများအား ဆွေးနွေးပွဲ တက်ရောက်ရန် တိုက်တွန်းပါ။ ဤအခက်အခဲပြဿနာသည် တစ်ရပ်ရွာလုံးနှင့်သက်ဆိုင်သဖြင့် အားလုံး၏ ကူညီပံ့ပိုးမှု လိုအပ်ပါသည်။

- ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပသည့်အကြောင်းကို သင့်ရပ်ရွာတွင်း၌ထိရောက်မှုရှိသောနည်းဖြင့် ကြေညာပါ။ ဥပမာ- ရပ်ရွာတွင်းရှိကျန်းမာရေးဌာန၊ ရပ်ရွာတွင်းထုတ်လွှင့်နေသောဆက်သွယ်ရေး ကိရိယာများနှင့် အထူးသဖြင့် ကျောင်းမှတစ်ဆင့်ကြေညာပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲအတွက်လိုအပ်သောပစ္စည်းများ စုဆောင်းပါ။
- ဆွေးနွေးပွဲကိုပြင်ဆင်ပါ။ အခန်းရှေ့တွင်အုပ်စုကြီးဆွေးနွေးပွဲပြုလုပ်နိုင်ရန်ထိုင်ခုံများချထားပါ။
- ကလေးများကျောင်းတွင်ကစားနေပုံနှင့် သင်ယူနေပုံတို့ပါဝင်သော ပိုစတာကို ထောင်ထားပါ။ *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်*တွင်ပါဝင်သော *'ကျောင်းစတင်တက်ရောက်ခြင်း'* စာအုပ်ငယ်(၉)တွင် ပါဝင်သော သတင်းအချက်အလက်များနှင့် ရုပ်ပုံများကိုအသုံးပြု၍ ပိုစတာပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလမ်းညွှန်

မိတ်ဆက်ကြိုဆိုခြင်း

- အားလုံးကိုကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါ။
- ဧည့်သည်များနှင့်မိတ်ဆက်ပါ။

ယခင်ဆွေးနွေးပွဲအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့်အကြံပြုတင်ပြခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ယခင်ဆွေးနွေးပွဲတွင ်မသန်စွမ်းကလေး၊ သို့မဟုတ် ကလေး မိသားစုအား အနည်းဆုံးလုပ်ပေးနိုင်သော လုပ်ငန်းတစ်ခုလုပ်မည်ကို ဆုံးဖြတ်ခဲ့ကြသည်ကို သတိပေးပြောကြားပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့လုပ်ဆောင်ချက်ကိုတင်ပြစေပါ။
- မသန်စွမ်းကလေးများအတွက် ပါဝင်တက်ရောက်သူများမှလည်းကောင်း၊ ရပ်ရွာမှလည်းကောင်း၊ နောက်ထပ်လုပ်ပေးနိုင်သည့်လုပ်ငန်းများအတွက် အကြံဉာဏ်များပေးရန်ပြောကြားပါ။
- မေးခွန်းမေးရန်နှင့်ဆွေးနွေးရန်တိုက်တွန်းပါ။

ခေါင်းစဉ်သစ်နှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- မိမိတို့နိုင်ငံရှိကလေးများ မည်သည့်အသက်အရွယ်တွင် ကျောင်းအပ်နှံနိုင်ကြောင်း မိတ်ဆက်စကားဖြင့်စတင်ပါ။ ဤရပ်ရွာတွင် ကျင့်သုံးနေသောကျောင်းအပ်နှံမှုနှင့်ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များကို ဖြည့်စွက်ပြောကြားပါ။ မိန်းကလေးများနှင့်ယောကျ်ားလေးများ၏ ကျောင်းအပ်နှံမှုအခြေအနေကို ရည်ညွှန်းပါ။ အကယ်၍ ကျောင်းထွက်စေခြင်းသည် ပြဿနာ၊ အခက်အခဲတစ်ခုဖြစ်နေပါက ဤအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဝေဖန်ခြင်းမပြုဘဲနှင့် မှတ်ချက်ချပြောပေးပါ။
- ယနေ့ပြောမည့်အကြောင်းအရာသည်ကလေးများ ကျောင်းစတက်ခြင်းနှင့်ကျောင်း၏ အစောပိုင်းနှစ်များတွင်ကလေးများ မည်သို့သင်ယူသည်ဆိုသည့်အကြောင်းဖြစ်ကြောင်း ပြောဆိုပါ။ မိဘများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကိုထုတ်ဖော်နိုင်သောအခွင့်အရေး ရရှိပါမည်။ မိဘများနှင့် ဆရာ/ဆရာမများသည်အခြားသူများပြောကြားချက်ကို နားထောင်ရန်အခွင့်အရေး ရရှိပါမည်။

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

သဏ္ဍာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့်ဆွေးနွေးခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၅ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ကလေးကျောင်းသို့ပထမဆုံးသွားသည့်ပုံစံကိုတင်ပြပါ။ (ဤသဏ္ဍာန်လုပ်သရုပ်ဆောင်မှုကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ)၊ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအားလုံး ဤသရုပ်ဆောင်မှုကိုသေချာပြင်ရန် စီစဉ်ပါ။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအားလုံး ဤမေးခွန်းကိုမေးပါ- 'ကလေးများကျောင်းစတက်သည့်အချိန်တွင် မည်သို့ခံစားရသည်ဟုထင်ပါသနည်း။'
- အကြံပြုတင်ပြရန်နှင့်ဆွေးနွေးရန်အချိန်ပေးပါ။

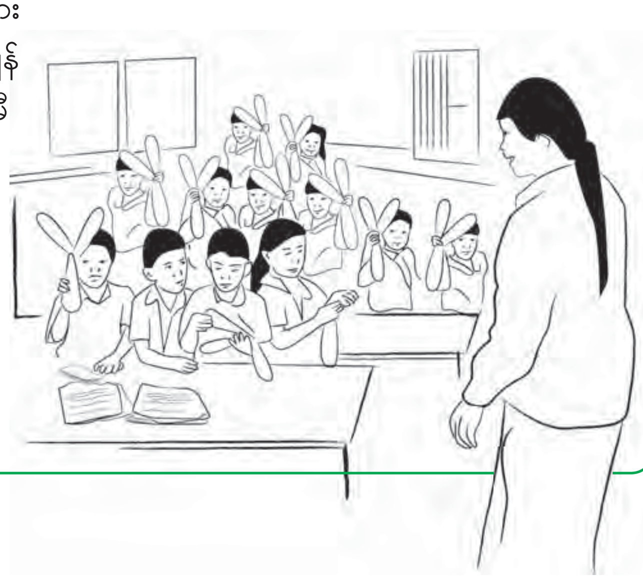
လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

အုပ်စုကြီးတွင်ဦးဆောင်ဆွေးနွေးခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၄၀ နှင့်အထက်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- လုပ်ငန်းအကြောင်းရှင်းပြပါ။ ဖိတ်ကြားခြင်းခံရသူများမှ ကလေးများကျောင်းစတင်တက်သည့်အချိန်တွင်ကြုံတွေ့နိုင်သည့်အခက်အခဲများ၊ ပြဿနာများ၊ ကလေး၏ကျောင်းခေါ်ကြိမ်နှင့်ကျောင်းတွင်း သင်ယူပုံတို့နှင့်ပတ်သက်သောပြဿနာများအကြောင်းကို ပြောဆိုဆွေးနွေးကြပါမည်။ (တစ်ဦးလျှင် ၅မိနစ်ထက်မပိုစေပါနှင့်) ဖိတ်ကြားထားသူများမှ တင်ပြချက်များပြီးပါက ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် မေးခွန်းများမေးခြင်းနှင့် ဖြစ်နိုင်သော အခြားပြဿနာအခက်အခဲများအကြောင်းတို့ကိုတင်ပြနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။
- ဖိတ်ကြားထားသူများအား အခန်းရှေ့တွင်ထိုင်စေပြီး မိတ်ဆက်ပေးပါ။
- ဖိတ်ကြားထားသူ တစ်ဦးချင်းစီအား စကားပြောပေးရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။ အချိန်သတ်မှတ်ထားပြီး အချိန်မပြည့်မီ တစ်မိနစ်အလိုတွင် အချက်ပြပါ။ (ခေါင်းလောင်းတီးခြင်း၊ သို့မဟုတ် စားပွဲခုံကို ခေါက်ခြင်း)
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများထံမှ မေးခွန်းများနှင့် မှတ်ချက်များ တင်ပြစေပါ။ အကယ်၍ ခက်ခဲနေပါက သင်



ကစ၍ မေးခွန်းများမေးပါ။ သင့်အနေဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူတို့အား ၎င်းတို့၏ စိတ်ပူပန်မှုများကို ထုတ်ဖော်ပြောကြားစေပြီး သင့်တော်သောအဖြေများရှာနိုင်ရန် ကူညီပေးချင်လိမ့်မည်။ အကယ်၍ သင့်အနေဖြင့်အချို့သောပြဿနာများနှင့်ပတ်သက်၍သိထားပါက ဆွေးနွေးခြင်းကို ၎င်းပြဿနာများကိုဦးတည်၍ ဆွေးနွေးပါ။

- မိဘများအနေဖြင့် မိမိတို့ကလေးကျောင်းသွားရန်အဆင်သင့်ဖြစ်ရန် နည်းလမ်းများစွာဖြင့် ကူညီနိုင်ကြောင်း ထပ်လောင်းအတည်ပြုပြောပေးပါ။ *မိဘပညာပေးလမ်းညွှန်စာအုပ်ပါ 'ကျောင်းသို့စတင်တက်ရောက်ခြင်း'* စာအုပ်ငယ်ကိုရည်ညွှန်းပါ။ ၎င်းစာအုပ်ငယ်ထဲတွင် 'ကလေးများ ဘာတွေသိဖို့လိုသလဲနှင့် ကျောင်းစတက်သည့်အချိန်တွင် မည်သည့်လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်နိုင်သလဲ။ မိဘများအနေဖြင့်မည်သို့ကူညီပေးနိုင်သလဲ' ဆိုသည့်အပိုင်းကိုလေ့လာပါ။ ဤအကြောင်းကို အုပ်စုကြီးတွင်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် အုပ်စုငယ်တွင်လည်းကောင်း ဆွေးနွေးစေပါ။
- ဆွေးနွေးချက်များကိုအကျဉ်းချုပ်ပေးပါ။ အရေးကြီးသောအချက်များရပါလိမ့်မည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ဧည့်သည်များကိုကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြသရန် လက်ခုပ်တီးစေပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)

လှုံ့ဆော်မှုရုပ်ပုံများကိုကြည့်၍ တွေး - တွဲ - မျှဝေခြင်း

ဤလုပ်ငန်းကိုအချိန်လုံလောက်ပါက လုပ်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် အခြားလုပ်ငန်းအတွက် အစားထိုးဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

လိုအပ်မည့်အချိန် - မိနစ် ၃၀

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- မိဘလမ်းညွှန်စာအုပ်တွင်ပါဝင်သော *'ကလေးကျောင်းစတင်တက်ရောက်ခြင်း'* စာအုပ်ငယ် (၉) တွင် ပါဝင်သောရုပ်ပုံများဖြစ်သော ကလေးများကျောင်းတွင်ကစားနေပုံနှင့် သင်ယူနေပုံကို ရည်ညွှန်းပါ။ သို့မဟုတ် သင်စုဆောင်းထားသောဓာတ်ပုံများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။
- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ရုပ်ပုံကိုကြည့်စေ၍ ကလေးများမည်သည့်အရာများကို သင်ယူနေပြီး မည်ကဲ့သို့သင်ယူနေကြောင်းမေးပါ။ (၃ မိနစ်)
- မိမိတို့ဘေးတွင်ရှိသော ပါဝင်တက်ရောက်သူအား မိမိတို့၏အတွေးများကို ပြောပြစေပါ။ (၃ မိနစ်)
- ရုပ်ပုံတစ်ခုစီကို ပြန်လည်ကြည့်ရှုစေ၍ အကြံပြုတင်ပြချက်များ၊မှတ်ချက်များ ပေးစေပါ။
- ကလေးများသည်တက်ကြွစွာသင်ယူသူများဖြစ်ကြောင်းပြောစေပြီး အကျဉ်းချုပ်ပေးပါ။ ကလေးများသည် ၎င်းတို့စိတ်ဝင်စားသောအရာများကို အခြားကလေးများနှင့်အတူတကွ လုပ်ကိုင်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း အကောင်းဆုံးသင်ယူကြသည်။

ဆွေးနွေးပွဲနိဂုံးချုပ်ခြင်း

လိုအပ်မည့်အချိန် - ၁၀ မိနစ်

ဆောင်ရွက်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ဆွေးနွေးပွဲချိန်အတွင်း အရေးကြီးသောပြဿနာအတွက်ဆွေးနွေးခြင်း၊ အကြံဉာဏ်များမျှဝေခြင်း တို့အတွက်ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။
- ကလေးများကျောင်းစတင်ဝင်ရောက်ရန်နှင့် ကျောင်းတွင်အောင်မြင်ရန်အတွက် ကူညီနိုင်ရန် မိဘများမှ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းသည် အရေးကြီးကြောင်းပြောပြပါ။ မိဘများအနေဖြင့် နောင်တွင် ပိုကောင်းအောင်လုပ်နိုင်မည့်နည်းလမ်းများရှိပါက အကြံပြုတင်ပြရန်ပြောကြားပါ။
- ဤသို့အကြံပြုတင်ပြခြင်းသည် နောင်တွင်အစည်းအဝေးကျင်းပခြင်းနှင့် လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရန် ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်နိုင်ရန်ဦးတည်သည်။ အကယ်၍ အစည်းအဝေးများကျင်းပရန် လိုပါက ဆွေးနွေးပွဲမပြီးခင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ရက်စွဲ၊ အချိန်၊ နေရာများသတ်မှတ်နိုင်ရန်ကူညီပေးပါ။

ဤခေါင်းစဉ်ပါအကြောင်းအရာအချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်းများဖြင့်ဖြန့်ဝေစေခြင်း

- ဤဆွေးနွေးမှုရသောသတင်းအချက်အလက်များကို မိမိ၏မိသားစုများနှင့်ရပ်ရွာတွင်းမှ အခြားသူများအားဖြန့်ဝေရန် တိုက်တွန်းပါ။
- မိမိတို့၏ကလေးများကို ကျောင်းသို့မပို့သောမိဘများနှင့် ကျောင်းခေါ်ကြိမ်မပြည့်သော ကလေးမိဘများအိမ်သို့အိမ်လည်သွားပြီး မိဘမှမိဘသို့ကူညီပံ့ပိုးနိုင်ရန်တိုက်တွန်းပါ။
- ရပ်ရွာတွင်းလွှင့်နေသော ရေဒီယို၊ သို့မဟုတ် တီဗီမှ ဤအကြောင်းကိုလွှင့်နိုင်ရန်စီစဉ်ပါ။
- ကလေးမှကလေးသို့ကူညီပံ့ပိုးနိုင်ရန်တိုက်တွန်းပါ။ ကလေးကြီးများအနေဖြင့်ကလေးငယ်များ ကျောင်းသို့စတင်တက်ရောက်ချိန်တွင် စောင့်ရှောက်ကူညီခြင်း။
- ကလေးများမူကြိုကျောင်း၊ သို့မဟုတ် မူလတန်းကြိုအတန်းများတက်ရောက်ရန် အရေးကြီးကြောင်း ပြောပေးပါ။ ရပ်ရွာတွင်းရှိမူလတန်းကြိုကျောင်း၊ မူကြိုကျောင်းနှင့် မူကြိုဆရာမများကို ရပ်ရွာမှ ကူညီပံ့ပိုးပေးရန်တိုက်တွန်းပါ။ အကယ်၍မူလတန်းကြိုကျောင်း၊ သို့မဟုတ် မူကြိုကျောင်းမရှိပါက ကျောင်းဖွင့်ရန်တိုက်တွန်းပါ။
- ဖြစ်နိုင်ပါက ရပ်ရွာစာသင်ဝိုင်းတွင် ကလေးကစားကွင်းဖန်တီးပေးပါ။ မိဘများအနေဖြင့် ကလေးများ မည်သို့သင်ယူသည်ကိုလက်တွေ့တွေ့ရှိပြီး မိမိတို့ကလေးများနှင့် အိမ်တွင် လုပ်ငန်းများ လုပ်နိုင်ရန်သိလာပါမည်။

အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အကြံဉာဏ်များ

(ပံ့ပိုးကူညီသူအနေဖြင့် မိမိ၏အကြံဉာဏ်များနှင့်မှတ်စုများကို ဤနေရာတွင်မှတ်သားထားနိုင်ပါသည်)

မိဘပညာပေးလုပ်ငန်းအတွက် ပံ့ပိုးကူညီသူ လက်စွဲစာအုပ်၏ မာတိကာ

မိတ်ဆက်စာအုပ်ငယ်

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၄)
ကျန်းမာရေးနှင့် အာဟာရ

အပိုင်း (၁)
သင်ကြားသင်ယူမှုအတွက် အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်မှုရှိသော နည်းဗျူဟာများ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၅)
ကလေးဘဝနှင့် ကစားခြင်း

အပိုင်း (၂)
မိဘပညာပေးအစီအစဉ် ဆောင်ရွက်ရန်လမ်းညွှန်ချက်များ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၆)
ကလေးများအသုံးပြုသော ဘာသာစကားများ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၁)
ကလေးများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၇)
ကလေးများ၏အပြုအမူ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၂)
ကလေးငယ်မွေးဖွားခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၈)
မသန်စွမ်းကလေးများ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၃)
ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသော ကလေး

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ (၉)
ကျောင်းစတင်တက်ရောက်ခြင်း

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

UNESCO Bangkok
Asia and Pacific Regional Bureau for Education

Mom Luang Pin Malakul Centenary Building
920 Sukhumvit Road, Prakanong, Klongtoey
Bangkok 10110, Thailand
E-mail: appeal.bgk@unesco.org
Website: www.unesco.org/bangkok
Tel: +66-2-3910577 Fax: +66-2-3910866

This publication was printed eco-friendly with soy-based ink and 60% recycled paper