

“မိဘများအတွက်ထိရောက်သောလေ့ကျင့်ပျိုးထောင်မှုလက်စွဲ”

PARENT EFFECTIVENESS TRAINING IN ACTION

(Dr. Thomas Gordon)

ရွက်လှေတစ်စီးကို မည်သို့သောရာသီဥတု အခြေအနေ၊ မည်သည့်ရေကြောင်းပုံစံမျိုးတွင်မဆို ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်စွာ ရွက်လှေနှင့် တတ်ရန် ရွက်အတင်အချ၊ အလှည့်အပြောင်း ပြုတတ်ရုံမျှမကသော စွမ်းရည်များစွာလိုအပ်သည်။ လေယာဉ်တစ်စင်းကို ဘေးကင်းပြီး ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်စွာ မောင်းနှင်ပျံသန်းရေးတွင်လည်း လေယာဉ်မှူးသည် လေကြောင်းဆိုင်ရာ အာကာသဘောတရားများကို ခိုင်မာစွာတတ်သိနေရုံမျှမက လေယာဉ်အင်ဂျင်၏ စွမ်းအားကိုထည့်သွင်း စဉ်းစားရန်မလိုဘဲ ရာသီဥတုအခြေခံသဘောတရားများကို လည်းနားလည် သဘောပေါက်ရပါမည်။ လေယာဉ်ကိုပျံတက်နည်း တည့်မတ်စွာမောင်းနှင်နည်း မောင်းနှင်ပျံသန်းရမည့် အမြင့်နှင့်မြေ ပြင်သို့ဆင်းသက်ခြင်းတို့မှာ စနစ်သားကလေးတစ်ဦးပင် သင်ယူနိုင်စွမ်းရှိသော သာမန်ကျွမ်းကျင်မှုများသာ ဖြစ်သည်။

ထိရောက်ထက်မြက်သော မိဘတစ်ဦးဖြစ်လာရေးနှင့် အလားတူပင်ဖြစ်ပါသည်။ ကျွမ်းကျင်ပါးနပ်သော မိဘတစ်ဦးဖြစ်လာရန် လူ့ဆက်ဆံရေးနှင့် ပတ်သက်သောအချို့ အခြေခံသဘောတရားများကို သိရှိနားလည်ရန် လိုအပ်သည်။

ဤ “မိဘများအတွက် ထိရောက်သောလေ့ကျင့်ပျိုးထောင်မှုလက်စွဲ” သည် မိဘနှင့်သားသမီး ဆက်ဆံရေးအခြေခံ သဘောတရားမျှသာမက လင်နှင့်မယား ဆရာနှင့်တပည့် အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား မိတ်ဆွေအချင်းချင်းစသည့် လူ့ဆက်ဆံရေးအားလုံးတို့ အခြေခံသဘောတရားလည်း ဖြစ်ပါသည်။ မိဘအများစုက မိဘနှင့်သားသမီးတို့၏ ဆက်ဆံရေးများနှင့် အလွန်အလွန်ခြားနားသည်ဟု ယူဆသောမိဘများအတွက် ဤလက်စွဲစာစောင်ကို ဖတ်ခြင်းအားဖြင့် အံ့ဩခြင်းကြီးစွာ ဖြစ်မိကြပါလိမ့်မည်။ မိဘများ၏ မျက်စေ့ထဲ တွင်သားသမီးများ/ ကလေးများကို လူသားများအဖြစ် ရှုမြင်လေ့မရှိကြပေ။

လူကြီးတစ်ယောက်အား နှိမ့်ချသော ရှုတ်ချသောစကားတစ်ခွန်းကို ပြောမိလျှင်အပြောခံရသူ လူကြီးတွင်ထိခိုက်ခံစားရပြီး ဆက်ဆံရေး ပျက်ပြားသွားမည်ဟု မိဘတိုင်းလိုလိုပင် အခိုင်အမာယုံကြည်ကြပါသည်။ ကလေးများနှင့်ပတ်သက်၍မူ ထိုသို့သောနှိမ့်ချ ဖေဖန်ပြောဆိုမှုသည် ကလေးများအား ထိခိုက်စေလိမ့်မည်မဟုတ် သို့မဟုတ် မိဘနှင့်ဆက်ဆံရောပျက် ပျက်ပြားစေလိမ့်မည် မဟုတ်ဟု ယုံကြည်ထားကြသည်။ စင်စစ် ကလေးများအတွက် ဖေဖန်ပြောဆိုမှု နှိမ့်ချပြောဆိုမှု ပြုလုပ်ဖို့လိုသည်။ သို့မှသာ “ကလေးများ၏ ကောင်းကျိုးအတွက်” တာဝန်ကျေသော မိဘဖြစ်မည်ဟူ၍လည်း မိဘများအကြား အငြင်းပွားလေ့ရှိကြပါသည်။

မိဘများသည် ဘာသာစကားနှစ်မျိုးကို အသုံးပြုကြသူများ ဖြစ်ကြသည်။ ဘာသာစကားတစ်မျိုးမှာ လူကြီးများအတွက် အသုံးပြုပြီး ကျန်တစ်မျိုးမှာ ကလေးများအတွက် အသုံးပြုကြသည်။ မိတ်ဆွေတစ်ဦးကြောင့် ၎င်းတို့၏ပန်းကန်တစ်ချပ် ကျကွဲသွားလျှင် ထိုအတွက် မိတ်ဆွေတွင်စိတ်အနှောင့်အယှက် မဖြစ်စေလိုကြသဖြင့် “အိုး ပန်းကန်ကွဲသွားလို့ ဘာမှစိတ်မပူပါနဲ့။ မတော်တဆဆိုတာဖြစ် တတ်တာမျိုးပဲ” ဟူသော ဘာသာစကားကို သုံးစွဲလေ့ရှိသည်။ စနစ်သား ကလေးတစ်ဦးကြောင့် ပန်းကန်ကျကွဲသွားသည် ဆိုပါစို့။ “ကဲ ကြည့်စမ်း၊ အကောင်းစားပန်းကန် ကွဲသွားပြီ။ ဒါလေးတောင် မြဲအောင်မကိုင်နိုင်ဘူးလား။ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလောက်နမောနမဲ့ နိုင်ရတာလဲ” ဟူသော ဘာသာစကားကို ကျွန်ုပ်တို့ကြားရပါလိမ့်မည်။

.....
မိဘအများစုတွင် သူတို့ကိုယ်တိုင်အတွက် ထားရှိသောစံထက် ၂ဆပို၍တင်းကျပ်သော စံတစ်ရပ်ကို သားသမီးများအတွက် ထားလေ့ရှိကြသည်။
.....

မည်သူ၏ပြဿနာလဲ

“မိဘများအတွက် ထိရောက်သောလေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ရေးလက်စွဲ” တွင်အခြေခံအုတ်မြစ်တစ်ရပ်မှာ “ပြဿနာ ပိုင်ဆိုင်မှု” စည်းမျဉ်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ “ပြဿနာများ၏ ပိုင်ဆိုင်မှု” သဘောတရားကို ဤလက်စွဲတွင် တွေ့ရှိရပါမည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မိဘများသည်သားသမီးများ၏ ပြဿနာများကို ကိုယ်တိုင်ဖြေရှင်းရန် အားပေးခြင်းထက် မိဘများကဖြေရှင်းပေးရန် တာဝန်ရှိသည်ဟု ယူဆထားလေ့ရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

ကလေးငယ်များ ပြဿနာတစ်ရပ်ကို ကြုံတွေ့လျှင် ပိုင်ဆိုင်နေလျှင် မိဘများက ထိုပြဿနာကို ဝင်ရောက်ဖြေရှင်းပေးရန် တာဝန်ရှိသည်ဟု ယူဆပြီးဖြေရှင်းပေးနိုင်ခြင်း မရှိပါက သူတို့ကိုယ်သူတို့ အပြစ်တင်တတ်ကြသည်။ ဤလက်စွဲစာစောင် (PE) က အောက်ပါအချက်များပေါ်တွင် အခြေပြုသော ရွေးချယ်ခွင့်တစ်ရပ်ကို ကမ်းလှမ်းထားပါသည်။

၁။ ကလေးငယ်အားလုံးသည် အသွင်သဏ္ဍာန်နှင့် အမျိုးအစားမတူညီသော ပြဿနာမျိုးစုံကို ၎င်းတို့၏ကလေးဘဝတွင် မလွဲမရှောင်သာ ကြုံရမြဲမိမ္မတာဖြစ်သည်။

၂။ ကလေးများတွင် ၎င်းတို့၏ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရန်နည်းလမ်းကောင်းများ ရှာဖွေရေးအတွက် မယုံကြည်နိုင်သောပေါ်

ထုတ်အသုံးပြုခြင်း မရှိသေးသော စွမ်းအားများရှိသည်။

၃။ မိဘများက ပြဿနာ၏အဖြေများကို အရန်သင့်ဖြည့်ဆည်းပေးလျှင် ကလေးများသည် မှီခိုလာတတ်ပြီး ၎င်းတို့၏ကိုယ်ပိုင် ပြဿနာကို ဖြေရှင်းမှုစွမ်းရည်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဆုံးရှုံးသွားပေလိမ့်မည်။ ပြဿနာသစ်တစ်ခုတွေ့တိုင်း မိဘကိုသာ ဖြေရှင်းပေးရန် မှီခိုအားပြုနေပေလိမ့်မည်။

၄။ ကလေးများ၏ပြဿနာကို မိဘများက လွှဲပြောင်းယူလျှင် (ကိုယ်ပိုင်အဖြစ်ခံယူလျှင်) ပြဿနာအတွက် ကောင်းမွန်သော အဖြေပေါ်ပေါက်လာရေးကိုပါ တာဝန်ရှိသည်ဟု မှတ်ယူလေ့ရှိပြီး ယင်းသည်ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသော ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးတစ်ခုဖြစ်လာ ရုံသာမက ဖြစ်နိုင်ဖွယ်မရှိသော လုပ်ငန်းတစ်ရပ်လည်း ဖြစ်လာပေသည်။

၅။ ကလေးငယ်တစ်ဦး၏ ပြဿနာသည် မိမိပိုင်ဆိုင်သော ပြဿနာမဟုတ်ဟု မိဘတစ်ဦးကလက်ခံလျှင် ကလေးငယ်က သူ၏ ပြဿနာကို ကိုယ်တိုင်ကိုင်တွယ် ဖြေရှင်းရေး၌ အကူအညီပေးနိုင်သော ပို၍ကောင်းမွန်သည့် အနေအထားပင်ဖြစ်ပါသည်။

မိဘက ပြဿနာကို ပိုင်ဆိုင်ထားလျှင် ကလေးငယ်နှင့် ဆက်သွယ်ရမည့်ပုံစံမှာ “ဟေး ဖေဖေမှာပြဿနာရှိတယ်။ သားရဲ့အကူ အညီလိုတယ်” ဟူ၍ဖြစ်ပြီး ကလေးငယ်က ပြဿနာကိုပိုင်ဆိုင်လျှင် ပုံစံမှာလုံးဝခြားနားသွားပြီး မိဘက ကလေးငယ်ကို “သားမှာ ပြဿနာရှိနေပုံရတယ်။ ဖေဖေကူညီပေးရမလား” ဟူ၍ဆက်သွယ်ချင် ပေလိမ့်မည်။

.....

ပြဿနာ၏အခြေခံ မြစ်ဖျားခံရာကို သင်နားလည်သဘောမပေါက်လျှင်သော်မှ ဘုရားသခင်နားလည် သဘောပေါက်ပါသည်။ မည်သည့် ပြဿနာပင် ဖြစ်စေကာမူ ယင်း၏အဖြေမှာ ချစ်ခြင်းမေတ္တာပင်ဖြစ်သည်။

.....

အတားအဆီးများကိုရှောင်ရှားခြင်း

ကလေးများ၏ ပြောစကားကို နားထောင်ခြင်း၏ အရေးကြီးပုံကို ကြားသိဖူးသော မိဘများကားရှားပါးလှပါသည်။ ဤစည်း မျဉ်းကို မိဘများ၏ ထိရောက်သော ပြုစုပျိုးထောင်မှုအတွက် စာအုပ်စာစောင်များ၊ မဂ္ဂဇင်းများတွင် တာဝန်ရှိသူများက ဖော်ပြလေ့ရှိကြ ပါသည်။ ဤစည်းမျဉ်းကို အဆက်မပြတ်ပြောဆို ဆုံးမဖော်ပြသကဲ့သို့ပင် မိဘများက သူတို့ကလေးများ ဖွင့်ထုတ်ပြောပြသည်ကို လက်တွေ့အားဖြင့် နားထောင်ကြသည်ဟု ယူဆကြသည်။

မိဘများအတွက် ထိရောက်သောလေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ရေး သင်ခန်းစာကို လေ့လာသင်ယူရန် စာရင်းပေးသွင်းကြသော မိဘများ သည်သူတို့ကလေးများက ပြောပြသောပြဿနာကို နားထောင်သည်ထက် ပြောခြင်းဖြင့်သာ တုန့်ပြန်လေ့ရှိကြသည်။ သူတို့ကလေးငယ် ကိုတစ်ခုခုပြောရမည်။ သတင်းအချက်အလက် တစ်ခုခုပေးရမည်။ တစ်စုံတစ်ရာပြောမှ ဖြစ်မည်ဟုယူဆလေ့ ရှိကြသည်။

၁၄နှစ်အရွယ် ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦးက သူ၏တွေ့ကြုံနေရသော အိမ်လေ့ကျင့်ခန်းနှင့် ကျောင်းကိစ္စပြဿနာကို မိဘများအား “အိမ်စာတွေကို ဘယ်လိုမှမလုပ်နိုင်ဘူး။ အိမ်စာလုပ်ရတာကို သားသိပ်မုန်းတယ်။ ကျောင်းတက်ရတာကိုလည်းမုန်းတယ်။ သိပ်ပျင်းဖို့ ကောင်းတာပဲ။ ဟုတ်တိပတ်တိ ဘာမှအရေးကြီးတာလည်း မဟုတ်ဘူး။ သားကြီးလာရင်တော့ ကျောင်းထွက်မှာပဲ။ သားကျောင်းဆက် တက်ဖို့ မလိုတော့ဘူး” ဟုပြောလာပါက

အောက်ပါမိများ၏ တုန့်ပြန်ချက်နမူနာများကို တွေ့ရပါမည်။ ယင်းတို့ကို “ဆက်သွယ်ရေးအတားအဆီးများ” ဟုခေါ်ပါသည်။

၁။ တုန့်ပြန်မှု “ငါ့သားတွေဘယ်သူမှ ကျောင်းမထွက်ရဘူး။ ငါလည်းခွင့်မပြုဘူး”
အတားအဆီးပုံစံ အမိန့်ပေးခြင်း၊ ညွှန်ကြားခြင်း၊ တောင်းဆိုခြင်း

၂။ တုန့်ပြန်မှု “ကျောင်းထွက်ချင်ထွက်လေ။ အေးဒါပေမဲ့ ငါ့ဆီက ငွေကြေးတစ်ပြားတစ်ချပ်မှ မရဘူးမှတ်”
အတားအဆီးပုံစံ သတိပေးခြင်း၊ ခြိမ်းခြောက်ခြင်း

၃။ တုန့်ပြန်မှု “စာပေသင်တယ်ဆိုတာ လူတိုင်းရနိုင်တဲ့ အတွေ့အကြုံတွေထဲမှာ တန်ဖိုးအရှိဆုံးပဲ”
အတားအဆီးပုံစံ စိတ်ဓါတ်မြှင့်တင်ခြင်း၊ ဆုံးမခြင်း

၄။ တုန့်ပြန်မှု “အိမ်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ဖို့ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အချိန်ဇယားလေးတစ်ခု ဘာဖြစ်လို့ဆွဲမထားတာလဲ”
အတားအဆီးပုံစံ အကြံပေးခြင်း၊ အဖြေပေးခြင်း

၅။ တုန့်ပြန်မှု “ဆယ်တန်းအောင်တဲ့သူထက် ဘွဲ့ရတဲ့သူက အလုပ်ရဖို့ ၅၀% ပိုပြီးသေချာတယ်”
အတားအဆီးပုံစံ ဟောပြောပို့ချခြင်း၊ အကြောင်းပြချက်ပေးခြင်း

၆။ တုန့်ပြန်မှု “မင်းကတော်တော် အမြင်ကျဉ်းတာပဲ။ မရင့်ကျက်သေးဘူး”
အတားအဆီးပုံစံ ဆုံးဖြတ်ခြင်း၊ အပြစ်တင်ခြင်း၊ ဝေဖန်ခြင်း

၇။ တုန့်ပြန်မှု “သားမှာစွမ်းရည်တွေ အများကြီးရှိတဲ့ လူတော်တစ်ယောက်ပဲ”
အတားအဆီးပုံစံ ချီးမွမ်းခြင်း၊ မြှောက်ပင့်ခြင်း

၈။ တုန့်ပြန်မှု “မင်းက ကလေးကချေလို စကားပြောတာပဲ”
အတားအဆီးပုံစံ အမည်တပ်ခြင်း၊ လှောင်ပြောင်ခြင်း

၉။ တုန့်ပြန်မှု “မင်းက မကြိုးစားချင်လို့ ကျောင်းတက်ရတာကို မကြိုက်တာပေါ့”
အတားအဆီးပုံစံ အဓိပ္ပာယ်ပြန်ပေးခြင်း၊ အကဲဖြတ်ခြင်း

၁၀။ တုန့်ပြန်မှု “သားဘယ်လိုခံစားရတယ်ဆိုတာ မေမေသိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ကျောင်းတက်ရတာနောင်နှစ်ဆိုရင်အဆင်ပြေသွားမှာပါ။”
အတားအဆီးပုံစံ သံသယပျောက်စေခြင်း၊ စာနာခြင်း

၁၁။ တုန့်ပြန်မှု “ပညာမတတ်ပဲ ဘာလုပ်မှာလဲ။ ဘယ်လိုလုပ်ကိုင်စားမလဲ”
အတားအဆီးပုံစံ စစ်ဆေးခြင်း၊ မေးခွန်းထုတ်ခြင်း၊ စုံစမ်းခြင်း

၁၂။ တုန့်ပြန်မှု “ညစာစားတာကတော့ ပြဿနာမရှိပါဘူး။ ဒီနေ့ ဘတ်စကတ်ဘော ကစားရတာ လက်တွေ့ရဲ့လား”
အတားအဆီးပုံစံ ကျေအေးခြင်း၊ လမ်းလွှဲခြင်း၊ စိတ်ရှုတ်ထွေးစေခြင်း

ဤမူနာများမှာ ပြဿနာရှိသော ကလေးတစ်ဦးနှင့် ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံရသော မိဘများက အမိန့်ပေးခြင်း၊ သတိပေးခြင်း၊ စိတ်
ခါတ်မြှင့်တင်ပေးခြင်း၊ အကြံပေးခြင်း၊ သင်ခန်းစားပေးခြင်း၊ ဝေဖန်ခြင်း၊ အမည်တပ်ခေါ်ခြင်း၊ ဆန်းစစ်ခြင်း၊ ချီးမွမ်းခြင်း၊ သံသယ
စိတ်ပြေပျောက်စေခြင်း၊ စုံစမ်းခြင်း၊ သို့မဟုတ် စကားလမ်းလွှဲခြင်းစသည့် စကားတစ်မျိုးမျိုးကို ပြောတတ်လေ့ရှိခြင်းကို ဖော်ပြနေကြပါ
သည်။

အဆိုပါ အတားအဆီး ၁၂မျိုးသည် ကလေးငယ်များအပေါ်၌ အောက်ပါအကျိုးသက်ရောက်မှု တစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုဖြစ်ပေါ်
စေရန် အလားအလာမြင့်မားပါသည်။

- * ကလေးများအား စကားပြောခြင်းကို ရပ်တန့်စေခြင်း
- * ခုခံလိုစိတ်ဖြစ်ပေါ်စေခြင်း
- * ငြင်းခုံနှိပ်စန့်လည် ခွန်းတုန့်ပြန်စေခြင်း
- * ပြည့်စုံလုံလောက်မှုမရှိဘဲ သိမ်ငယ်သည်ဟု ခံစားရခြင်း
- * မခံမရပ်နိုင်ဖြစ်စေခြင်း၊ ဒေါသထွက်စေခြင်း
- * အပြစ်ရှိသည် သို့မဟုတ် မိုက်မဲသည်ဟုခံစားရခြင်း

(အယ်ဒီတာ ။ အဆိုပါတုန့်ပြန်ပြောဆိုမှုများအနက် အချို့မှာ ၎င်းတို့၏ အယူအဆအရ ကောင်းနေသည့်တိုင်
အဓိကသဘောတရားမှာ ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် လူသိရှင်ကြားမပြောရပါ။ ချက်ချင်းတုန့်ပြန်ခြင်း မပြုရပါ။ သို့သော် လာမည့်အခန်းတွင်
ဖော်ပြမည့်အဆင့်များ ကျော်လွန်သွားသည့်တိုင်အောင် ကျွန်ုပ်တို့စောင့်ဆိုင်းရပါမည်။)

နားထောင်မှုစွမ်းရည်များ

မိဘများအတွက် ထိရောက်သောလေ့ကျင့်ပျိုးထောင်မှု သင်ခန်းစာတွင် အောက်ပါနားထောင်မှုစွမ်းရည် ၄မျိုးကိုသင်ကြားပါ
သည်။

(က) ငြိမ်သက်စွာနားထောင်ခြင်း (တိတ်တိတ်နေခြင်း)။ သင်ကချည်းပဲ စကားအမျှင်မပြတ်ပြောနေပါက ကလေးငယ်
ကသူ/သူမ စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်နေရသောပြဿနာကို သင့်အားပြောပြရန် လမ်းစရာမရဘဲ ခက်ခဲနေတတ်ပါသည်။ “တိတ်
တိတ်နေလျှင် ထောင်တန်၏” ဟူသောဆိုရိုးစကားကို ထိရောက်သောနှစ်သိမ့် ဆွေးနွေးခြင်းနည်းစနစ်တွင် တိကျစွာအသုံးပြုလေ့ရှိ
သည်။ အကြောင်းမူ ငြိမ်သက်စွာနားထောင်ခြင်းသည် အသံမထွက်သည့်/ နှုတ်စကားမပါသည့် ခိုင်မာသောနားထောင်မှုမျိုးဖြစ်ပြီး
ကလေးငယ်အား

- သားဘယ်လိုခံစားနေရတယ်ဆိုတာ မေမေကြားချင်တယ်
- သားရဲ့ခံစားမှုကို မေမေလက်ခံပါတယ်
- သားမေမေ့ကို ပြောပြချင်တဲ့အကြောင်းကို ဆုံးဖြတ်မယ်လို့ မေမေယုံကြည်တယ်
- ဒီကိစ္စမှာ သားကအဓိကပဲ သားရဲ့ပြဿနာပဲ

ဟူသောသဘော အဓိပ္ပါယ်ကိုသက်ရောက်စေပါသည်။

ငြိမ်သက်စွာနားထောင်ခြင်းသည် ကလေးငယ်များ၏ ခံစားချက်များကို ဖော်ထုတ်ပြောပြလာစေသည့်ပြင် စတင်ပြောပြထားသည့်အကြောင်းအရာထက် ပို၍အခြေခံကျသော အစိတ်အပိုင်းများကိုပင် နက်နဲစွာပြောပြလာစေပါသည်။ အခြားတစ်ဘက်တွင်လည်း ငြိမ်သက်စွာနားထောင်နေရုံမျှနှင့် မလုံလောက်သေးပါ။ ကလေးငယ်တစ်ဦးက ပြဿနာတစ်ခုကိုမျှဝေ ပြောပြနေသောအခါ သူ/သူမသည်ငြိမ်သက်စွာ နားထောင်နေရုံမျှမက ထိုထက်ပို၍ တစ်စုံတစ်ရာကို လိုချင်နေလေ့ရှိပါသည်။

(ခ) အသိအမှတ်ပြုသောတုန့်ပြန်မှု။

တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်မှုသည် ဆက်သွယ်ရေးအတားအဆီးများကို ရှောင်ရှားစဉ်တွင်ပင် ထိုသို့သော ငြိမ်သက်ခြင်းက ကလေးငယ်၏ပြောပြချက်ကို လက်ခံနိုင်ခြင်းမရှိဟူသော သဘောသက်ရောက်စေသည့်ပြင် သင်သည်အမှန်တကယ် အလေးထားမှုရှိကြောင်းကို ခိုင်မာစွာသက်သေပြခြင်းမဟုတ်ပေ။ ထို့ကြောင့် သင်သည်အမှန်တကယ် အာရုံစူးစိုက်မှုရှိကြောင်းပြဆိုရန်အတွက် ခဏမျှရပ်တန့်ချိန်တွင် စကားမပါသော အရိပ်အမြွက်နှင့် စကားဖြင့်အရိပ်အမြွက်ပြခြင်းတို့ဖြင့် အထောက်အကူရစေပါသည်။ ထိုသို့သော အရိပ်အမြွက်များကို “အသိအမှတ်ပြု တုန့်ပြန်မှုများ” ဟုခေါ်သည်။ ခေါင်းညိတ်ခြင်း၊ ရှေ့သို့ကိုင်းညွတ်ခြင်း၊ ပြုံးခြင်းနှင့် အခြားသော ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်ရှားမှုများကို သင့်တော်သလို အသုံးပြုပြီး သင်တကယ်နားထောင်ကြောင်း သိကြောင်းကို ကလေးငယ်သိရှိပါစေ။ စကားပါသော အရိပ်အမြွက်အဖြစ် “အူး ဟား” “အိုး” “ဟုတ်လား” စသည် ပြောခြင်းဖြင့်သင်စိတ်ဝင်စားကြောင်း သူ/သူ့အား ဆက်ပြောစေလိုကြောင်း ထပ်၍ပြောစေလိုကြောင်းပြောပြပါ။

(ဂ) လမ်းဖွင့်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် ဖိတ်ခေါ်ခြင်း။

ကလေးငယ်များသည် ၎င်းတို့၏ခံစားမှုများ ပြဿနာများကို ပြောပြစေရန် ရံဖန်ရံခါတိုက်တွန်း အားပေးမှုလိုအပ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် စတင်ပြောဆိုကာစတွင် အားပေးရန်လိုသည်။ ထို့ကြောင့် ထိရောက်ထက်မြက်သော နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးအကြံပေး သူကောင်းတစ်ယောက်သည်

- ဒီပြဿနာကိုပြောပြချင်သလား
- ဒီကိစ္စကို သမီးဘယ်လိုသဘောထားသလဲဆိုတာ မေမေစိတ်ဝင်စားတယ်
- ဒီကိစ္စကို သားကစိုးရိမ်နေတဲ့ပုံစံပဲ
- ဒီထက်ပိုပြီး ပြောပြချင်သေးလား

စသည့်စကားဆက်များကို အသုံးပြု၍လမ်းဖွင့်ဖိတ်ခေါ် ပေးတတ်ကြပါသည်။

အဆိုပါ တုန့်ပြန်မှုများသည် အဆုံမသတ်ပဲ လမ်းဖွင့်ထားသည်ကို သတိပြုပါ။ ယင်းတို့သည် ကလေးငယ်က ပြဿနာ၏ အမြင်ကိုပြောပြစေရန် ကျယ်ဝန်းစွာလမ်းဖွင့် ထားပါသည်။ ကလေးငယ်ဝေမျှ ပြောပြချင်သည်ကို ဆုံးဖြတ်ရန်လွတ်လပ်မှု ပေးထားပါသည်။

(ဃ) ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်း။

မိဘ၏ထက်မြက်ဆုံးသော စွမ်းရည်မှာ အကြောင်းအရာအမှန်များ မဟုတ်သော်လည်းကလေးငယ် ပြောပြခဲ့ပြီးသော ယခင်အကြောင်းအရာကို ရောင်ပြန်ဟပ်မှုများ ပါဝင်သည့်နှုတ်စကားဖြင့် တုန့်ပြန်ပြောဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ယင်းကို ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းဟု ခေါ်ပါသည်။ နားထောင်သူက သူကြားရသည်ကို အမျှန်တကယ်နားလည်ကြောင်း ပြောပြသူအား သရုပ်ပြတုန့်ပြန်ပြောဆိုခြင်းဖြစ်၍ ငြိမ်သက်စွာနားထောင်ခြင်းနှင့် ကွဲပြားခြားနားပါသည်။ နားထောင်သူက ပြောကြားသူ၏အကြောင်းအရာကို သူ၏ကိုယ်ပိုင်စကားဖြင့် ပြန်ဆို၍ ပြောကြားသူအား ပြန်လည်ပြောပြခြင်းဖြင့် အမှန်တကယ်နားထောင်ကြောင်း သက်သေပြခြင်းဖြစ်သည်။ ပြဿနာရှိနေသော ကလေးငယ်တစ်ဦးအား မိဘတစ်ဦးက ထက်သန်စွာ နားထောင်ခြင်း၏နမူနာကိုအောက်တွင်ဖော်ပြထားပါသည်။

- ကလေးငယ် - သမီးကသင်္ချာ သင်ဖို့အရမ်းညံ့လွန်းတယ်။ သမီးဘယ်တော့မှ သင်္ချာတတ်မှာမဟုတ်ဘူး။
- မိဘ - သမီးကသင်္ချာ မနိုင်ဘူး။ ဒီတော့ သင်္ချာသင်လို့ ရမှာမဟုတ်ဘူးလို့ သံသယရှိနေတာပေါ့ ဟုတ်လား။
- ကလေးငယ် - ဟုတ်ကဲ့။

ကလေးငယ်၏ ပြောစကားကိုနားထောင်သူက မှန်ကန်စွာပြန်လည်ပြောပြလျှင် ကလေးငယ်က နားထောင်သူ၏ တုန့်ပြန်မှုမှာ တိကျမှန်ကန်ကြောင်း “ဟုတ်ကဲ့” သို့မဟုတ် “မှန်ပါတယ်” ဟူသောစကားမျိုးဖြင့် အတည်ပြုပါလိမ့်မည်။ အကယ်၍ နားထောင်သူက မှားလျှင်ကလေးငယ်က “မေမေနားမလည်ပါဘူး” ဟူသောစကားဖြင့် နားထောင်သူကို ပြင်ဆင်ပေးပါလိမ့်မည်။ ကလေးငယ်၏ ပြောစကားကို မိမိအသုံးအနှုန်းဖြင့် ပြန်လည်ပြောပြခြင်းဖြင့် ကလေးငယ်၏ဆိုလိုချက်ကို မိမိကောင်းစွာနားလည် သဘောပေါက်ခြင်း ရှိမရှိ

နားထောင်သူက စစ်ဆေးကြည့်နိုင်ပါသည်။

လူတို့သည် ခက်ခဲနက်နဲတတ်ကြသည်။ ကလေးငယ်များသည်လည်း လူသားများပင်ဖြစ်၍ သူတို့၏ ပြဿနာသည်လည်း ခက်ခဲနက်နဲပါသည်။ ကလေးငယ်များကို ကလေးများပဲဟု တွေးခေါ်ယူဆခြင်းကို ရပ်တန့်၍၎င်းတို့အား လူများအဖြစ်တွေးခေါ်ယူဆ နိုင်ကြလျှင် ၎င်းတို့နှင့်ပတ်သက်သည့် မှားယွင်းမှုများကို ကျွန်ုပ်တို့ ပိုမိုရှာဖွေတွေ့ရှိလာကြပေမည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်ုပ် တို့ပို၍ပို၍ နားလည်သဘောပေါက်လာကြသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

အဘယ်ကြောင့်ထက်သန်စွာနားထောင်ရသနည်း

၁။ **ခံစားမှုများပျောက်ကွယ်စေသည်။** ခံစားမှုများကို မြို့သိပ်ထားခြင်း သို့မဟုတ် မေ့လျော့ထားခြင်းဖြင့် စွန့်လွှတ်နိုင် သည်ဟု လူတို့ကယူဆလေ့ရှိကြသည်။ စင်စစ် ပြဿနာဖြစ်စေသော ကသိကအောက်ဖြစ်စေသော ခံစားမှုများမှာ လွတ်လပ်ပွင့်လင်းစွာ ဖွင့်ထုတ်မှသာလျှင် လွင့်ပါးပျောက်ကွယ်လေ့ရှိကြပါသည်။ မိဘများက ကလေးငယ်များ အမှန်တကယ်ခံစားနေရသည့်အရာကို ထက် သန်စွာနားထောင်ခြင်းဖြင့် ဖွင့်ဟလာစေရန် ကူညီနိုင်ပါသည်။

၂။ **ဂရုစိုက်ခြင်းကိုလေးနက်စွာခံစားခြင်း။** အခြားပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးက ကြားသိပြီးနားလည် သဘောပေါက်ခြင်းသည် ပြောပြ သူအတွက် နေသာထိုင်သာရှိသွားပြီး နားထောင်သူအပေါ် နွေးထွေးမှုဖြစ်ပေါ်လာသည်။ အထူးသဖြင့် ကလေးငယ်များက ဤနည်းအ တိုင်းတုန့်ပြန်ကြသည်။ နားထောင်သူအနေဖြင့်လည်း ပြောကြားသူအား နွေးထွေးကြင်နာစိတ်ဝင်လာကာ ပို၍ရင်းနှီးလာစေသည်။ သူ တစ်ပါးပြောပြသည်ကို စိတ်ထပ်၍ (ပြောသူ၏စိတ်နှင့်ထပ်တူထား၍) နားထောင်ခြင်းသည် ထိုသူအပေါ်ပို၍ နားလည်လက်ခံလာစေ သည်။ ထိုသို့စိတ်ထပ်ခြင်းဖြင့် နားထောင်သူက ပြောသူ၏ နေရာသို့ တခဏမျှရောက်ရှိသွားသည်။

၃။ **ကလေးများကသင်ပြောသည်ကိုနားထောင်စမြဲလာပါလိမ့်မည်။** လူတစ်ဦးကသင်၏အမြင်ကို နားထောင်သည်ဆိုပါ ကသူ့အမြင်ကိုလည်း သင်နားထောင်ရန်ပို၍ လွယ်ကူလာပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိဘများက ကလေးများ၏ ဖွင့်ဟပြောပြမှုကို နားထောင် လျှင်ကလေးများကလည်း မိဘ၏ပြောစကားကို နားထောင်လာပါလိမ့်မည်။ ကလေးများသည် မိဘများပြောစကားကို နားမထောင်လျှင် မိဘများသည် ကလေးများပြောကြားချက်ကို နားမထောင်တတ်သော နားထောင်သူကောင်းတစ်ဦး မဟုတ်၍ပင်ဖြစ်ပါသည်။

၄။ **သင်သည်“အလွန်ထူးခြားစွာတော်သောမိဘ”မဖြစ်နိုင်ပါ။** မိဘကောင်းတစ်ဦးဖြစ်ရေးအတွက် ကလေးများ၏ ပြဿနာအားလုံးကို ဖြေရှင်းနိုင်စွမ်းရှိရမည်ဟု မိဘအများစုက လွဲမှားစွာယူဆထားကြသည်။ ကလေးများကို ပုံဖော်ရေး၊ ကလေးများ၏ အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရေး၊ ဆုံးဖြတ်ချက်အားလုံးချမှတ်ရေး၊ အစဉ်သဖြင့်ဖြောင့်မတ်ရေး အဖြေအားလုံး ထုတ်ယူရေးစသည့် ကလေးငယ် များ၏ တာဝန်အားလုံးကို ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်ပေးပြီး ဆုံးရှုံးမှုအားလုံးအတွက် မိမိကိုယ်မိမိအပြစ်တင်ရမည်ဟူ၍ “အလွန်ထူးခြားသော ပါရမီရှင်မိဘ” အဖြစ်သတ်မှတ်ယူကြသည်။

နားထောင်တတ်သောမိဘတစ်ဦးဖြစ်လာခြင်း

အကျင့်ဟောင်းများကို ချိုးဖျက်ရန်ခက်ခဲလှသည်။ မိဘများကလည်း သူတို့ကိုယ်သူတို့ စုံစမ်းစစ်ဆေးသူများ၊ စိတ်ဓါတ်လေ့ ကျင့်ပေးသူများနှင့် အဖြေရှာပေးသူများ ဖြစ်လာရန်စိတ်အားထက်သန်မှုကို ပယ်လှန်ရန်ခက်ခဲလေ့ရှိကြသည်။ အချို့မိဘများအတွက် ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များမှာ သဘာဝမကျ။ အံ့မဝင်လှပါ။ ထိုကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကို စမ်းသပ်ကြည့်သောအခါ ကိုးရိုးကားရား ဖြစ်လေ့ ရှိကြသည်။ ဓါးကို ညာဘက်လက်ဖြင့် တစ်သက်လုံးကိုင်နေရာမှ ဘယ်ဘက်လက်ဖြင့်ကိုင်၍ အသားလှီးဖြတ်သကဲ့သို့ပင် ဖြစ်ပေသည်။ အချို့ကလေးငယ်များသည် ၎င်းတို့၏ တကယ့်ခံစားမှုအစစ်အမှန်ကို ပွင့်လင်းစွာမျှဝေရှင်းပြခြင်း မပြုတတ်ကြပေ။ ထိုအခါ ကျွမ်းကျင် မှုအသစ်၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို သိရှိလိုစိတ်ထက်သန်နေသော မိဘအတွက် စိတ်ပျက်အားလျော့သွား တတ်ပါသည်။ ထို့ပြင် သူတို့ ကြားရသည့်ကိစ္စအတွက် အကြီးအကျယ်ဒေါသဖြစ်နေချိန် စိတ်ဆင်းရဲနေချိန် သို့မဟုတ် သူတို့၏ ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးများနှင့် ယုံကြည်မှု များကို ပြင်းထန်စွာစွဲကိုင်ထားချိန် စသည့်လွဲမှားသောအချိန်များတွင် ထက်သန်သောနားထောင်ခြင်းကို ကြိုးစားစမ်းသပ် အသုံးပြုသော မိဘများလည်း ရှိကြပါသေးသည်။

ထက်သန်သော နားထောင်ခြင်းတွင် ကျွမ်းကျင်မှုလိုအပ်ခြင်းသည် တင်းနစ်၊ ဂေါက်သီး၊ ကခြင်း သို့မဟုတ် တရုတ်ထမင်းစား တူကိုအသုံးပြုခြင်းစသည့် ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်တစ်ခုကို သင်ယူခြင်းနှင့် အလားတူပါသည်။ သင်ယူကာစတွင် သင်ယူမှုအဖို့ ကိုးရိုး

ကားရားနိုင်ပြီး စိတ်မလုံမလဲဖြစ်လေ့ရှိသည်။ ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းတွင် မိဘများအတွက် နှုတ်စကားအပြုအမူသစ်ကို သင်ယူရုံသာမက နှုတ်စကားအပြုအမူဟောင်းကိုလည်း စွန့်ပစ်ရသည်။ သို့ရာတွင် လေ့ကျင့်မှုနှင့် အတွေ့အကြုံများနှင့်အတူ မိဘအများစုသည် အစပျိုးသည့်အဆင့်ကို ကျော်လွန်ကာ ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်ကို နေသားကျလာကြလေ့ရှိသည်။

.....
ပြောင်းလဲရေးအတွက် အချိန်ယူရသည်။ ကြိုးပမ်းရသည်။ တွေးခေါ်ရသည်။ အမှန်တကယ်စွန့်လွှတ်ရသည်။
.....

မည်သည့်အခါတွင်ကလေးငယ်များစကားမပြောသနည်း။

မည်သို့ထက်သန်စွာ နားထောင်ရမည်ကို သင်ယူပြီး၍ မယုံကြည်မှုရှိသော ယင်းကိုအသုံးပြုခြင်းအားဖြင့် အောင်မြင်မှုကိုမြင့်မားစွာမျှော်လင့်ထားသော မိဘများအနက် မိဘတစ်ဦးက သူ/သူမ၏ ကလေးငယ်သည် သူတို့ထင်သလောက် ပွင့်လင်းစွာဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်းမရှိကြောင်းကို တွေ့ရှိရသည်။

ကလေးငယ်တစ်ဦးက တစ်ခါတစ်ရံ စကားမပြောလိုခြင်း သို့မဟုတ် စကားမပြောချင်ဘူးဟု ပြောဆိုလာခြင်းအတွက် မိဘများအနေဖြင့် စိတ်ပျက်လက်လျှော့ရန် မလိုအပ်ပါ။ “မြင်းတစ်ကောင်ကို ရေထဲဖြတ်ပြီးမောင်းလိုရပေမဲ့ ရေသောက်ခိုင်းလိုတော့ မရနိုင်ဘူး” ဟူသောစကားတွင် ကလေးများ၏ စကားပြောခြင်းကို အသုံးပြုနိုင်သည့် စည်းမျဉ်းတစ်ခုပါဝင်ပါသည်။ ကလေးများစကားပြောလာစေရန်သေချာသောနည်းလမ်းမရှိပါ။ စင်စစ် ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းသည် ကလေးများ စတင်ဖွင့်ဟပြောကြားစေသည့် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းအဖြစ် အစဉ်အမြဲ မဖြစ်နိုင်ပါ။ လမ်းဖွင့်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် ဖိတ်ခေါ်ခြင်းကပို၍ အကျိုးသက်ရောက်ပါသည်။

- သားဒီနေ့ကျောင်းတက်တဲ့အကြောင်းကို ပြောပြချင်သလား။
- ဘယ်ကိစ္စကြောင့် စိတ်ပျက်နေတယ်ဆိုတာ ပြောပြချင်သလား။
- ဘာကြောင့်စိတ်ညစ်ရတယ်ဆိုတာကို ပြောပြရန်အဆင်ပြေပါ့မလား။

ကလေးငယ်တစ်ဦးက သူ၏ခံစားမှု သို့မဟုတ် အတွေ့အကြုံကို ပြောပြရေးအတွက် သင်၏ဖိတ်ခေါ်ကမ်းလှမ်းချက်ကို လက်ခံပြီးစတင်ပြောပြလျှင်မူကား သူတို့နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်း သူ့ခံစားချက်ကို လက်ခံကြောင်း ကလေးငယ်သိရှိလာစေသည့် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းမှာ တက်ကြွစွာနားထောင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ကလေးများသည်လည်း လူကြီးများနှင့်မကွာခြားလှပါ။ တစ်ခါတစ်ရံ သူတို့လည်းစကားပြောချင်စိတ် မရှိကြပါ။ စပ်စုခြင်းကို ကန့်ကွက်လေ့ရှိကြသည်။ သူတို့ပြောသည်ကို လက်ခံမည်ဟု သူတို့မယုံကြည်လျှင် စကားမပြောပါ။ တစ်ခါတစ်ရံ သူတို့၏လျှို့ဝှက်ချက်ကိုအလေးထား ခံချင်ကြပါသည်။

.....
ကလေးများ၏ ခံစားချက်များသည် လူကြီးများနှင့်အလွန်အလွန် တူညီကြပါသည်။ ခက်ခဲသောအတွေ့အကြုံတစ်ရပ်သည်ပင် ကလေးများအတွက် စိတ်ဒဏ်ရာဖြစ်စေပါသည်။ အကြောင်းမူအဆိုပါ အတွေ့အကြုံမျိုးကို သူတို့ယခင်က မတွေ့ကြုံဖူးခဲ့သည့်ပြင် အဆိုပါအခြေအနေများသည် အဆုံးတွင်ပြေလည်သွားမည်ဟု သင်ကဲ့သို့သေချာစွာ ခံစားခဲ့ဖူးခြင်းမရှိ၍ ဖြစ်ပါသည်။ သင်ကဲ့သို့ဆက်လက်ဖြစ်ပွားတတ်သည့် အတွေ့အကြုံမျိုး သူတို့တွင်မရှိကြပါ။
.....

ဒီလိုထက်ထက်သန်သန်နားထောင်တာမျိုးကိုကျွန်တော့်အပေါ်မသုံးပါနဲ့။

ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို အစတွင်ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကန့်ကွက်ပြီးထိုနည်းကို သုံးဖို့ကြိုးစားသော မိဘများနှင့် စိတ်အခန့်မသင့်ဖြစ်လာတတ်သော ကလေးများအကြောင်းကို အချို့မိဘများက ပြောပြကြသည်။

“ကျွန်မက ဆာရာ (Sarah) ကိုထက်သန်စွာ နားထောင်နည်းနဲ့ ကြိုးစားပြီးပါပြီ။ ဆာရာ ၁၄နှစ်ရှိပြီလေ။ သူက ဒီလိုအပ်ကြောင်းထပ်ပြောတဲ့ စကားမျိုးသမီးကို မပြောပါနဲ့လို့ ပြန်ပြောတယ်။ ကျွန်မရဲ့ပထမဆုံး ကြိုးစားမှုက အလဟဿဖြစ်သွားတယ်။ သူက တော့ကျွန်မကို ဒီလိုမလုပ်ပါနဲ့တဲ့လေ။”

အနည်းငယ်ကြီးသော ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏မိဘများထံမှ အမျိုးမျိုးသော အကြောင်းအရာများကို နှစ်ပေါင်မေးများစွာ ရရှိခဲ့ပြီးကြားခဲ့ပြီးဖြစ်၍ ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို မကြိုက်ကြပေ။

ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို မကြိုက်သည်ကလေးကြီးများ၏ ပယ်လုန်မှုကို ရှောင်ကြဉ်ရန်ထိရောက်သော နည်းလမ်းတစ်ခုမှာမိဘများအနေဖြင့် ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်တစ်ခုကို အိမ်တွင်အသုံးမပြုမီ ကလေးငယ်များအား သင်ယူခဲ့သည့် ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်၏ အကြောင်းကို မချွင်းမချန်ရှင်းပြပါ။ အချို့မိဘများက ၎င်းတို့၏မှတ်စုစာအုပ်များကို ကလေးငယ်များအားပြသကာ ကလေးများအား

သူတို့အသုံးပြုခဲ့သည့်အချက်များကို ဝန်ခံ၍ အတားအဆီးဖြစ်စေသည့်အချက်များကို ရှင်းပြလေ့ရှိကြသည်။ ဤသို့သော ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ကောင်းသော လက္ခဏာဆောင်သည့် ဆွေးနွေးမှုမျိုးဖြစ်သကဲ့သို့ ကလေးများအတွက်လည်း ရယ်မောပျော်ရွှင်ဖွယ် ဖြစ်စေသည်။ အတားအဆီးများကို ကလေးများသိရှိပြီးနောက် ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို သဘောပေါက်လာကြပြီး မည်သို့အသုံးပြုရမည်ကို လည်းနားလည်လာကြသည်။

ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကိုလွန်ကဲစွာအသုံးပြုခြင်း

ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို လွန်ကဲစွာအသုံးပြုခဲ့သော နားထောင်ခြင်းကို အလွန်အမင်းအသုံးပြုခဲ့သော မိဘအချို့က ကလေးလေးယောက်၏ မိခင်တစ်ဦးကဲ့သို့ပင် အောက်ပါအတိုင်းတွေ့ရှိခဲ့ကြသည်။

“ကျွန်မ ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို လွန်လွန်ကဲကဲသုံးခဲ့တယ်။ ဘာကြောင့်များ ဘယ်သူကမှကျွန်မကို ဘာအကြောင်းမှ မပြောကြမှန် ကျွန်မသိခဲ့ပါဘူး။ နောက်ဆုံးမှာ ကျွန်မရဲ့သမီးတစ်ယောက်ကပြောတယ်။ ဘယ်သူကမှ မေမေ့ကိုရယ်စရာတောင် မပြောကြတော့ဘူးဆိုတာ မေမေသိရဲ့လားတဲ့။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ မေမေဘယ်လိုခံစားနေရတယ်ဆိုတာ ဘယ်သူ့ကိုမှမပြောဘဲ။ နားချည်းပဲထောင်နေလို့ပေါ့တဲ့။ မေမေက တစ်ချိန်လုံးထက်သန်စွာ နားထောင်ခြင်းကိုပဲ သုံးနေတာကိုးတဲ့။ သူကအဲဒီလို နားထောင်တာကို မကြိုက်ဘူး။ သူလည်း စိတ်မသက်သာဖြစ်ရတယ်။ သူ့ကိုယ်သူ စိတ်ရောဂါကုခံရသလို ထင်နေတယ်တဲ့။”

ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို လွန်ကဲစွာအသုံးပြုသော မိဘများကြုံတွေ့ကရသည့် အခက်အခဲများကို ရှောင်ကြဉ်နိုင်ရန် လမ်းညွှန်မှုအချို့ လိုအပ်ပါသည်။

၁။ ကလေးများတွေ့ကြုံနေရသော အခက်အခဲအားလုံးသည် နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးအကြံပေးမှု ပြုလုပ်လောက်အောင် အရေးမကြီးကြပါ။ သင်၏ ဇနစ်အရွယ် ကလေးငယ်က “ဒီထောပတ်က မာလွန်းတော့ပေါင်မုန့်တွေ ကျေမသွားဘဲသုတ်လို့ ရမှာမဟုတ်ဘူး” ဟု ပြောလာနိုင်ပါသည်။ “ဒီကိစ္စကိုပြောပြချင်သလား” သို့မဟုတ် “ဒီကိစ္စအတွက် မင်းတကယ့်ကိုစိတ်ရှုတ်ထွေးနေတာကိုး” ဟုဖိတ်ခေါ်ကမ်းလှမ်း၍ လမ်းဖွင့်ရလောက်အောင် ခက်ခဲ့သည့်ပြဿနာမဟုတ်ပါ။

၂။ သူတို့အတွက် အကျဉ်းအကျပ်ဖြစ်စေသည့် ပြဿနာများရှိလာမည်ဆိုလျှင် ကလေးငယ်များက အရိပ်အမြွက်ပြလေ့ရှိပါသည်။ မျက်ရည်ကျခြင်း၊ လက်လျှော့ခြင်း၊ နှုတ်ခမ်းစုခြင်း၊ ဒေါသကြီးခြင်း သို့မဟုတ် ကြောက်ရွံ့ခြင်းစသည့် လက္ခဏာများကိုကြည့်ရှုပါ။ ထို့ပြင် ပုံမှန်အလေ့အကျင့်များမှ ပြောင်းလဲသွားသော အလေ့အကျင့်များကို ရှာဖွေပါ။ (စကားများလွန်းသော ကလေးတစ်ဦးသည်ထုံးစံအတိုင်းမဟုတ်ဘဲ ငြိမ်သက်သွားခြင်း သို့မဟုတ် တွေးတောနေခြင်း)

၃။ ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို အသုံးမပြုမီ သင့်ကလေးငယ်သည် ထိုနည်းကိုသုံးရန် လိုမလို စဉ်းစားဆုံးဖြတ်ပါ။ မိနစ်အနည်းငယ်မျှငြိမ်သက်စွာ နားထောင်ကြည့်ပါ။ “ဒီထက်ပိုပြောပြချင်သေးလား” ဟူသောစကားမျိုးကို စမ်း၍ပြောကြည့်ပါ။

ဖုံးကွယ်ထားသောအကြောင်းအရာတစ်ခုဖြင့် ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်း

အချို့မိသားစုများတွင် ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို အသုံးပြုရာ၌ မအောင်မြင်ခြင်း၏ အခြားအကြောင်းတစ်ရပ်မှာ ကလေးငယ်ပင်မသိသော ကြိုတင်စိတ်ကူးထားသည့် ရလဒ်သစ်ပေါ်ထွက်လာစေရန် ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို အသုံးပြုပုံဖြစ်သည်။ မိဘများအတွက် ထိရောက်သောလေ့ကျင့်ပျိုးထောင်မှုတွင် ယင်းကို “ဖုံးကွယ်ထားသော အကြောင်းတစ်ရပ်ရှိနေခြင်း” ဟုခေါ်သည်။ မိဘများက ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို အသုံးပြုသဖြင့် တစ်ခါတစ်ရံပေါ်ပေါက်လာတတ်သော ဖုံးကွယ်ထားသည့်အကြောင်းအရာတစ်ရပ်မှာ မိဘများကတန်ဖိုးထားသော သီးခြားအဖြေတစ်ခုဆီသို့ ကလေးငယ်ရောက်ရှိစေလိုသည့် မိဘများ၏ဆန္ဒအရပင် ပေါ်ပေါက်ခြင်းဖြစ်ပေသည်။ ၎င်းတို့၏ မျှော်လင့်ချက်မှာ ကလေးငယ်၏ ဆုံးဖြတ်ချက် “မှန်ကန်မှု” ကိုရောက်ရှိစေရေးအတွက် ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို အသုံးပြု၍လွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်ရန်ပင် ဖြစ်သည်။ ထိုဖြစ်ရပ်ကို မိခင်တစ်ဦးက ဤသို့ရှင်းပြပါသည်။

“မိုးရွာနေတော့ သူ့ကိုကျွန်မက မိုးကာအင်္ကျီဝတ်စေချင်တယ်။ ဒါမှမဟုတ် ထီးဆောင်းစေချင်တယ်။ ဒီတော့ကျွန်မက မင်းပုံကြည့်ရတာစကားကို နားမထောင်ချင်သလိုပဲ။ မင်းက အဆောင်းမပါဘဲ အပြင်ထွက်မယ်။ မိုးမိတော့ရေစိုမယ်။ ရေစိုတော့ကျောင်းမတက်ရဘူးပေါ့။ ဒီသဘောမျိုးဖြစ်နေတယ်လို့ သူ့ကိုပြောတယ်။ ကျွန်မပြောတာ သိပ်အရာမထင်ဘူး။ ကျွန်မက မဆင်မခြင်ပြောပြီး သူနဲ့အငြင်းအခုန် ဖြစ်ကြတယ်။ အဲဒါနဲ့သူက ကျွန်မကိုကလန်ကဆန်လုပ်တော့တာပဲ။”

သူ့မိခင်၏ ပြောဆိုတုန့်ပြန်မှုကို သူကြားရသဖြင့် သူ့ဤသို့တုန့်ပြန်ခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။သူမ၏ (မိခင်၏) ဖုံးထားသောအကြောင်းအရာ၏ သဲလွန်စမှာသူမ၏ စကားထဲတွင် ပါနေပါသည်။ “မင်းကိုကြည့်ရတာ စကားကိုနားမထောင်ချင်ပုံပဲ” ဟူသောစကား မှာ “မင်းက လုပ်သင့်တယ်လို့ ငါကဆုံးဖြတ်ထားတဲ့ကိစ္စကို မလုပ်ချင်ဘူး” ဟူသောအဓိပ္ပာယ် သက်ရောက်နေပါသည်။

ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်း၏ စည်းမျဉ်းကိုသတိထားပါ။ ယင်းသည်ကလေးငယ်၏ ကိုယ်ပိုင်ပြဿနာအတွက် အဖြေရှာဖွေရေးအတွက်ကူညီရန် အသုံးပြုသောလက်နက် ကိရိယာဖြစ်ပြီး မိဘ၏အဖြေနှင့် လိုက်လျောညီညွတ်မှုရှိစေရန် အသုံးပြုသည့် လက်နက်

ကိရိယာမဟုတ်ပါ။

.....
သင့်အခြေအနေကို ကလေးငယ်၏ အခြေအနေနှင့်အတတ်နိုင်ဆုံး နီးစပ်အောင်ထား၍ ထိုအခြေအနေမျိုးတွင် သင်မည်သို့ခံစား ရမည်နည်းဟု စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ထိုအခါ သူ့အကြောင်းကို သင်ပို၍ကောင်းစွာနားလည်လာပါမည်။
.....

သင်ကကလေးငယ်များကို ယုံကြည်သည့်တိုင်အောင် သူတို့ကိုယုံကြည်နိုင်စွမ်းရှိမရှိ သင်မည်သည့်အခါမျှ သိလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။

မိဘများက ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို မည်သည့်အခါမျှ အသုံးမပြုလျှင် ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် သူ၏ကိုယ်ပိုင်ပြဿနာကို ကိုင်တွယ် ဖြေရှင်းနိုင်စွမ်း ရှိမရှိ သို့မဟုတ် သူ၏ခံစားမှုများကို အကျိုးရှိစွာ ထိန်းချုပ်ဖြေရှင်းနိုင်စွမ်း ရှိမရှိကို မိဘများမည်သည့် အခါမျှ သိနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ကလေးငယ်၏ ပြဿနာကို မိဘများကအတားအဆီး ဖြစ်စေသော နည်းလမ်းများဖြင့် တုန့်ပြန်လျှင် ကလေးငယ်အား သူ့ပြဿနာကို သူဖြေရှင်းခွင့်မပေးဘဲ မိဘများအပေါ် ယုံကြည်မှုကို ရယူခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ အတားအဆီးများက ကလေးငယ်အား “မင်းရဲ့ပြဿနာကို မင်းကိုယ်တိုင်ဖြေရှင်းနိုင်မယ်လို့ မယုံကြည်နိုင်ဘူး” (မင်းဒါကိုလုပ်ရမယ်။ မင်းဒီလိုလုပ်သင့် တယ်။ မင်းဒါကိုပိုပြီး ကောင်းအောင်ပြန်လုပ်ရမယ်။ ငါ့အဖြေကို သို့မဟုတ် ငါ့အကြံဉာဏ်ကို ပြောပြမယ်။ မင်းဟာ ငါ့ရဲ့အကြောင်း အချက်တွေနဲ့ အမြော်အမြင်တွေလိုအပ်တယ်။ ဒီပြဿနာရှိနေတာတောင်မှ တစ်ခုခုတော့မင်းမှားနေပြီ) ဟုပြောပြနေပါသည်။

အဓိကပြဿနာကိုဖော်ထုတ်ခြင်းဖြင့်အတားအဆီးများဖြစ်ပေါ်ခြင်းမှကလေးငယ်ကိုကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

ထက်သန်သောနားထောင်ခြင်းကို အားကိုးသောမိဘများသည် ၎င်းတို့ကလေးငယ်များ မူလစရိုက်လက္ခဏာများမှ သေဖယ်ခြင်း ကိုစောင့်ကြည့်ခဲ့ကြသည်။ (“ကျွန်တော်ကောလိပ်ကိုမသွားချင်ဘူး” “သူငယ်တန်းကိုမုန်းတယ်” သို့မဟုတ် “ဒီမိသားစုက ကျွန်တော့် ကိုရူးအောင်လုပ်နေကြတာပဲ”) ထို့ပြင် အဓိကပြဿနာကို လွဲမှားစွာခန့်မှန်းခဲ့ကြသည်။ ဖော်ပြလာသော ပြဿနာ၏ရင်းမြစ်ကို ပြည့်စုံ စွာသတ်ပြခြင်းမရှိဘဲ မိဘများက ယုံကြည်မှုကင်းမဲ့စွာဖြင့် ဝင်ရောက်စွက်ဖက်ကာ အမိန့်များခြိမ်းခြောက်မှုများ အဖြေများ သို့မဟုတ် စိတ်ဓါတ်ပြုပြင်ခြင်း စသည်တို့ဖြင့်ဖြေရှင်းရန် ကြိုးပမ်းလေ့ရှိကြပါသည်။

.....
အဖြေအားလုံးကို သိခြင်းထက် မေးခွန်းအချို့ကိုမေးခြင်းက ပို၍ကောင်းပါသည်။
.....

“သင်ပြောသည်ကိုကျွန်ုပ်ကြားပါသည်” ဟူသောစကား၏ထိရောက်မှုအစွမ်း

ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းသည် ပြောသူ၏စကားကို နားထောင်နေရုံမျှမက ကြားလည်းကြားသည်ဟု ဖော်ညွှန်းသည့်သဘော ပင်ဖြစ်သည်။ ထိုသဘော၏ သက်ရောက်မှုက တစ်စုံတစ်ခုအစွမ်းထက်ပုံရသည်။ ထိုအစွမ်းကို ၁၅နှစ်သားလေး အာနိုး (Arnold) နှင့်ပတ်သက်၍ ဓမ္မဆရာတစ်ဦးက အဖြစ်အပျက်အကျဉ်းချုပ်ကို ရှင်းလင်းစွာပြောပြခဲ့သည်။

“ထက်သန်စွာ နားထောင်ခြင်းကို ကျွန်တော်တို့ပထမဆုံး စမ်းကြည့်တုန်း ကျွန်တော်ကတော့ လေ့လာသူနေရာကပေါ့။ ဒီ နည်းဟာမဖြစ်နိုင်ဘူး။ ထူးဆန်းတယ်လို့ ကျွန်တော်ထင်ခဲ့မိတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အိမ်ရှေ့က တံသလင်းမှာ ထိုင်နေကြတုန်း ဇနီးသည် ကအာနိုးကို တစ်ခုခုပြောလိုက်တယ်။ အာနိုးက ကျွန်တော့်ဇနီး လစ်ဇ် (Litz) ကိုလှည့်ကြည့်ပြီး “မေမေကပြဿနာရှာနေတာပဲ” ဟု ကျယ်လောင်စွာ ပြန်အော်လိုက်ပါသည်။ သူ၏နားထင်ကြောများပင် ထောင်လာသည်။ ကျွန်တော်၏သား ဤသို့ပြောသည်ကို တစ်ခါမျှ မကြုံဖူးခဲ့ပါချေ။ အကြောင်းမူကား ဓမ္မဆရာတစ်ဦး၏သားသည် သိမ်မွေ့သောယောက်ျားကလေး မိန်းကလေးတိုင်းတွင်ရှိရမည့် အရည် အသွေးများ၏ အမှတ်လက္ခဏာပင် မဟုတ်ပါလော။ ယခုတော့ သူကနားကြားမှုနှုန်း ၁၀၀ ဒက်စီဘယ်အထိ အသံကုန်အော်ပါတော့ တယ်”

လစ်ဇ်ကတော့ သူ့ကိုကြည့်ရုံသာကြည့်ပြီး “သားကိုမေမေနားလည်တယ်မဟုတ်လား။ သားပြောတာကိုမေမေကြားပါတယ်” လို့ပြောလိုက်တယ်။ သူ့မျက်နှာပေါ်က အမူအရာကိုခင်ဗျားစောင့်ကြည့်မေရင် လစ်ဇ်မကလည်းသူ့လိုပဲ ဝန်းဒိုင်းကြံပြီး ပြန်အော်လိမ့် မယ်။ အဆက်မပြတ် အပြစ်တင်တော့မယ်လို့ မျှော်လင့်ထားပုံရတယ်။ ဒါပေမဲ့ထင်သလို မဖြစ်လာတော့ သူ့အသံနှုန်းက ဒက်စီဘယ် ၁၀၀ ကနေပြီး ပုံမှန်နှုန်းအထိလျော့ကျသွားတယ်။ ပြီးတော့ “မေမေပြောတာမှန်ပါတယ်။ မေမေ့ကိုလည်း သားနားလည်ပါတယ်” လို့ ပြောလိုက်တာကတော့ တကယ့်ကိုမယုံနိုင်စရာပါဘဲ။ သူတို့နှစ်ယောက်ကြား ဂျာရီလောက်အချေအတင်များနိုင်တယ်။ ဒါမှမဟုတ် တစ်

ရက်လောက်စကားမပြောဘဲ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ မိနစ်ပိုင်းအတွင်း ပြဿနာပြေလည်သွားတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ တစ်ဦးက “သားကိုမေမေနားလည်ပါတယ်။ သားပြောတာကိုမေမေ ကြားပါတယ်” လို့ပြောတဲ့လိုပဲ။ သားမှားတယ်လို့ မပြောပါဘူး။ သားပြော တာကိုကြားတယ်လို့ပဲပြောတာပါ။

“ပြောတာကိုကြားပါတယ်” သို့မဟုတ် အာလားတူ အဓိပ္ပါယ်သက်ရောက်သော စကားမျိုးသည် ပြဿနာ၏အဖြေကို ပြောပြ ခြင်းထက်ပို၍တန်ဖိုး ရှိပါသည်။ ဥပမာ မုန်တိုင်းတိုက်နေစဉ်တွင် မိုးချုန်းသံကိုကြောက်သော ဂုဏ်အရွယ်ကလေးတစ်ဦးရှိသည်။

“သူမက မိုးချုန်းတာတို့ လျှပ်စီးလက်တာတို့ကို ကြောက်တယ်။ အထူးသဖြင့် မိုးချုန်းသံကိုကြောက်တယ်။ သူမက ကျွန်မဆီ ကိုငိုပြီး “သမီးကြောက်တယ် မိုးချုန်းသံကိုသမီးမုန်းတယ် လို့ပြောတယ်။ ကျွန်မက သူ့ကိုစပြီး အတားအဆီးတွေ လုပ်တော့မယ်။ မိုး ချုန်းတယ်ဆိုတာ တိမ်တိုက်ကြီးတွေ တစ်ခုနဲ့တစ်ခုတိုက်မိတာပါလို့ ပြောလိုက်တယ်။ သူမကတော့ ငိုရင်းနဲ့ပဲ ဒီအသံကိုမကြားချင်ဘူး သမီးကြောက်တယ်လို့ပဲ ပြောပါတယ်။ ကျွန်မက မိုးချုန်းသံက သမီးကိုနာအောင်မလုပ်ပါဘူး။ အသံကြားရတာလေးကိုများ ကြောက်ရ တယ်လို့ရာ ငိုပါတော့သည်။ ဒါနဲ့ပဲ ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို သတိရလိုက်မိသည်။ ဒါကြောင့် သမီးကမိုးချုန်းလို့ စိုးရိမ်နေတာ ကိုး။ သမီးကမိုးချုန်းသံကို တိတ်စေချင်နေတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သမီးကကြောက်လို့ပေါ့လို့ ပြောလိုက်ပါတယ်။ သူ့အမူအရာက ရုတ်တရက်ပြောင်းသွားတယ်။ စိုးရိမ်စိတ်တွေလည်း ပျောက်သွားတယ်။ နောက်ထပ်ဘာမှ မပြောတော့ဘူး။ တကယ်တော့ သူမဘယ်လို ခံစားနေရတယ်ဆိုတာ ကျွန်မနားလည်စေချင်လို့ပါဘဲ။ အဆုံးမှာတော့ ဒါပါပဲ။ ဒါဟာ အကြောက်ပြေစေတဲ့ ချစ်စရာနည်းလမ်းတစ်ခု ပါပဲ။”

၂နှစ်သားကလေး တော်မီ (Tommy) သည်လည်း ဤသို့ပင်ဖြစ်ခဲ့ကြောင်း မိခင်ကရှင်းပြပါသည်။

“သူက နည်းနည်းလေးနာရင် အရမ်းငိုတဲ့ကလေးပေါ့။ မူကြိုကျောင်းသားဘဝက ကလေးတစ်ချို့နဲ့ သူတို့နေတယ်။ အဲဒီ ကလေးက “နာတယ် နာတယ်” လို့ပြောပြီး အော်ငိုတတ်တယ်။ ကျောင်းထဲကို “နာတယ်” လို့ပြောပြီး ဘယ်သူမှသူ့ကို ပွေ့ချိုပြီးမချော့ မချင်းအော်ငိုတော့တာပဲ။ အဲဒီအကျင့်ကို တော်မီရတာတယ်။ တစ်နေ့တော့ အဲဒီကလေးနဲ့အတူ “နာတယ်” လို့အော်ပြီး သူဝင်လာတယ်။ ဒါနဲ့ပဲကျွန်မလည်း အိုးတကယ့်ကို နာနေတဲ့ပုံပါလားလို့ ပြောလိုက်တော့ သူအငိုတိတ်သွားတယ်။ ဒါပါပဲ။ အဲဒီကတည်းက သူ့ကိုဒီ နည်းပဲသုံးတော့တယ်”

ကျွန်ုပ်တို့တွင် ကျွန်ုပ်တို့နှင့် ပတ်သက်သည့် နူးညံ့သိမ်မွေ့ပြီး ငြိမ်သက်သော စိတ်ဓါတ်ရှိရမည်။ ထိုစိတ်ဓါတ်က ကူးစက်တတ် သောကြောင့် အခြားသူများအပေါ်တွင်လည်း ယုံကြည်မှု ကတိတည်မှု စိတ်ချမှုနှင့် စိတ်သက်သာရာရစေမှု ဖြစ်ပေါ်စေခြင်း အကြောင်း ရင်းဖြစ်ပေသည်။

.....

ခံစားမှုများသည်ယာယီမျှသာဖြစ်သည်။

ကလေးတစ်ဦးက သူ၏ခံစားချက်များကို ပြောပြပြီး၍ သူတစ်ပါးကြားသိပြီးသောအခါ ထိုခံစားချက်များ လျင်မြန်စွာပျောက် ကွယ်သွားခြင်းကို မိဘများအံ့ဩလေ့ရှိကြသည်။

အလွန်ခိုင်မာနက်နဲသော ခံစားချက်များသည် ထိုသို့ပြေပျောက်တတ်သည်မှာ ဓမ္မတာဖြစ်သည်။ ပဲကိုမုန်းသော ဂုဏ်အရွယ်ကလေး ငယ်ဘော်ဘီ (Bobby) ၏ဖြစ်ရပ်ကို နားထောင်ကြည့်ပါ။ သူ၏ဖခင်က ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းကို ယခင်ကတည်းက သံသယ ရှိသူဖြစ်သဖြင့် ထိုနည်းသည်အကျိုးသက်ရောက်မှုမရှိကြောင်း သက်သေပြရန် ကြိုးစားကာဤသို့ပြောပြခဲ့သည်။

“တစ်ခါက ဘော်ဘီကသူပဲ မကြိုက်ဘူးလို့ပြောတယ်။ ပဲကိုစားလေ ဘော်ဘီ ဒါမှမဟုတ် တိတ်စမ်းဘော်ဘီလို့ ပြောမည့်အစား မင်းကပဲကိုမကြိုက်တာကိုးလို့ ပြောလိုက်တယ်။ ဒီတော့ ဘော်ဘီက အိုးသားကြိုက်တယ်ထင်ပါတယ်လို့ ပြန်ပြောတယ်။ ကျွန်တော် တော့မယုံနိုင်အောင်ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ သူပဲကိုစားတယ်။ ကျွန်တော်ဒီနည်းကို ပထမဆုံးသုံးတဲ့အချိန်မှာပဲ မယုံနိုင်အောင်ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။”

ကေသီ (Cathy) နှင့်သူမ၏ သူငယ်ချင်းတစ်ဦးတို့သည် သူတို့ကစားနေသောဘောလုံးကို ကေသီမိခင်၏ လမ်းပြခွေးက ကိုက်ဖောက်ပြစ်လိုက်သဖြင့် ပြဿနာတက်ကြရသည်။

“ကျွန်မသမီး ကေသီသူငယ်ချင်းက ဘောလုံးကန်တာကိုအတုခိုးတတ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မခွေးကြီး ဖရန့်က ဘောလုံးမှန်သမျှ ကိုရယ်စရာပစ္စည်းလို့ပဲ မှတ်ထားတယ်။ ဒါကြောင့် ဘောလုံးလည်း ခုန်တက်လာရော ဖရန့်စ်ကလေထဲမှာ ခုန်ဖမ်းပြီးကိုက်ဖောက်ပစ် လိုက်တယ်။ ကလေးလေးက အရမ်းစိတ်ထိခိုက်သွားပြီး အော်ငိုတော့တာပဲ။ သူ့မိဘတွေက “ကိစ္စမရှိပါဘူးသားရယ်။ မနက်ဖြန်ကျရင် နောက်တစ်လုံးဝယ်ပေးပါ့မယ်” လို့ပြောပေမဲ့ မရဘူး။ ပိုပြီးဆိုးသွားတယ်။ ကြွက်ကြွက်ညှစ်အောင်ငိုတော့တာပဲ။ ဒါနဲ့ပဲ ကျွန်မက “ဖရန့်စ် ကသားရဲ့ ဘောလုံးကလေးကို ကိုက်ဖောက်ပစ်လိုက်တော့ သားအရမ်းကို စိတ်ထိခိုက်သွားတာပေါ့နော်။ ဟုတ်တယ်မို့လား” မေးတော့ သူကဟုတ်ကဲ့လို့ပြောတယ်။ အော်ငိုတာလည်း တိတ်သွားတယ်။ ပြီးတော့ နောက်စကားစရာတစ်ခုကို သွားယူပြီးကစားနေတယ်လေ။ ကလေးနှစ်ယောက်စလုံး ချက်ချင်းပဲကျေနပ်သွားကြပါတယ်။

.....

ကျွန်ုပ်တို့အတွက်သေးတယ်သည်ဟု ယူဆရသော်လည်း ကလေးများအတွက် အလွန်အရေးပါသော အထိန်းအမှတ်အဖြစ်ယူဆ သည့်ကိစ္စများစွာကို ကလေးငယ်များ ကျော်ဖြတ်ကြရသည်။ သင့်ကိုယ်သင် ကလေးငယ်များ၏ နေရာတွင်ဝင်ကြည့်ပါက ထိုအချက်ကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် ခက်ခဲမည်မဟုတ်ပါ။

.....

ပြဿနာအစစ်အမှန်ကိုဖြေရှင်းခြင်း

စကားပြောနေစဉ်အတွင်း ကလေးငယ်တစ်ဦးက သူ၏အမှန်တစ်ကယ် စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်နေသောပြဿနာကို စတင် ပြောဆိုရန် ခဲ့ယဉ်းသည်။ ကလေးများသည် သာမန်အကြောင်းအရာ သို့မဟုတ် အပေါ်ယံအကြောင်းအရာကိုသာ စတင်ပြောဆိုလေ့ရှိ သည်။ ယင်းကို အချို့နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေး အကြံပေးသူများက “တင်ပြလာသောပြဿနာ” ဟုခေါ်သည်။ ကလေးများနှင့် ပါတ်သက်သော ယင်းပြဿနာကို နားလည်သဘောပေါက်မှုမရှိဘဲ မိဘများကမေးခွန်းမေးခြင်း၊ အကြံပေးခြင်း၊ သင်ခန်းစားပေးခြင်း၊ စိတ်ဓါတ်ပြုပြင် ခြင်း သို့မဟုတ် အဆုံးအဖြတ်ပြုခြင်းစသည့် အစည်းအတားများပြောကြား၍ စတင်ဖြေရှင်းလေ့ရှိသည်။ ထိုအဆီးအတားများက ကလေးငယ်အား အပေါ်ယံပြဿနာကိုသာ အာရုံစိုက်စေပါသည်။ သူ့အား အမှန်တစ်ကယ်စိတ် အနှောင့်အယှက်ပေးနေသော နက်နဲ သည့်ပြဿနာကို အာရုံစိုက်မှုကို တိုးတက်ရန် အဟန့်အတားပြုနေပေသည်။

တနည်းအားဖြင့် လေ့ကျင့်ထားမှုမရှိသော မိဘများကပြဿနာ၏ အရင်းအမြစ်ကို အတိအကျမသိမီပြဿနာကို ဖြေရှင်းရန် ကလေးငယ်အား ဝင်ရောက်စွက်ဖက်ကူညီခြင်း ဖြစ်သည်။ သူတို့ထင်မြင်ယူဆထားသည့် ပြဿနာကိုဖြေရှင်းပေးရန် ဆန္ဒလွန်ကဲသော ကြောင့်ကလေးငယ်က ပြဿနာအစစ်အမှန်ကို ပြောပြရေးတွင်အတားအဆီးဖြစ်စေသည်။

သို့ရာတွင် ထက်သန်စွာနားထောင်နည်းကို လေ့လာသင်ယူထားလျှင် မိဘများအနေဖြင့် ပြဿနာအစစ်အမှန်ကို ကိုင်တွယ်ဖြေ ရှင်းနိုင်ပေမည်။ အသက် ၄နှစ်အရွယ်ရှိ မာ့ခ် (Mark) သည်သူ၏ ညီလေးနှင့် ပြဿနာဖြစ်သည်ကို အိမ်ထောင်ကွာရှင်းထားသော မာ့ခ်၏မိခင်က ဤသို့ဖြေရှင်းထားသည်။

“ဒီဇင်ဘာလကုန်ပိုင်းလောက်မှာ မာ့ခ်ဟာအိမ်မက်ဆိုးတွေမက်လာတယ်။ ပြီးတော့ရင်လည်းနဲနဲကျပ်လာတယ်။ ဆရာဝန်နဲ့ပြပြီး ဆေးတွေလည်းတိုက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သက်သာမလာပါဘူး။ ဖေဖော်ဝါရီလထဲမှာတော့ ကျွန်မဟာမိဘများအတွက် ထိရောက်သောလေ့ ကျင့်ပျိုးထောင်မှု လက်စွဲသင်တန်း တက်ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ မာ့ခ်နဲ့ကျွန်မ အတူနေဖို့အလှည့်ကျတဲ့ စနေ၊ တနင်္ဂနွေအားလပ်ရက်တွေမှာ သူ့ရဲ့အသက်ရှူပုံဟာ ပိုကျပ်ပြီး ပိုမိုဆိုးလာပါတယ်။ သူ့အိပ်ရာမဝင်ခင်လေးမှာဘဲ သူ့အိပ်ရာဘေးမှာထိုင်ပြီး “တစ်ခုခုကြောင့်သာ စိတ် အနှောင့်အယှက် ဖြစ်နေပုံရတယ်” လို့စကားစပြီး ပြောခဲ့ပါတယ်။ မာ့ခ်ဟာ သူ့ညီလေးက သူ့ကစားစရာတွေကို ဖျက်ဆီးပစ်လို့ ညီလေး ကိုစူးစူးဝါးဝါး အော်ဟစ်ပြီးသူ့အခန်းထဲသို့ သွေးရူးသွေးတန်းပြေးဝင်တာကို သူ့မြင်ယောင်နေပါတယ်။”

“ကျွန်မက တင်မီ (Timmy) ကိုအော်လိုက်တဲ့အတွက် သားစိတ်မကောင်း ဖြစ်နေပုံရတယ်” လို့ကျွန်မကပြောတော့ သူက ဟုတ်ကဲ့လို့ပြန်ဖြေပါတယ်။ ကျွန်မက ဒီအတွက် စိတ်မကောင်းမဖြစ်ပါနဲ့လို့ ပြောပေမဲ့အရာမထင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ကျွန်မကထက်သန် စွာနားထောင်နည်းကို သုံးရပါတယ်။ မာ့ခ်က “သားသူ့ကိုအော်တော့ သားရဲ့အရိုးတွေကျိုးသွားသလိုပဲ” ဟုပြောကာ သူ့နံရိုးတွေကိုပြပါ တယ်။ ပြီးတော့ ရင်ကျပ်ပြီးချောင်းဆိုးလာပါတယ်။ သူကဆက်ပြီး “မေမေကြားလား နံရိုးတွေကျိုးနေတယ်။ နံရိုးတွေကျိုးနေတယ်။ အိမ်ကြီးကလည်း ကျိုးနေတယ်” လို့သူ့ဖခင်နှင့်အတူနေသော အိမ်ကြီးကိုရည်ညွှန်းပြောပါတယ်။ ပန်းနာရင်ကျပ်ဟာလည်း တစ်ကယ့် ကိုဆိုးဆိုးဝါးဝါး ဖြစ်လာပါတော့တယ်။

“ကျွန်မက အိမ်ကြီးကကျိုးတော့မယ်လို့ သားထင်တယ်ပေါ့” ဟုပြောရာသူက အိမ်မက်ထဲမှာ အိမ်ကြီးရောပစ္စည်းတွေအားလုံး ကျိုးနေတယ်။ သားကတော့ သားရဲ့အခန်းထဲမှာ ကစားစရာလေးတွေနဲ့ပေါ့။ အဲဒီတုန်းက ဖေဖေအိမ်မှာမရှိဘူး။ သားရဲ့အရိုးတွေလည်း ကျိုးနေတယ်” လို့ပြောပါတယ်။ ကျွန်မက သူ့ကိုတစ်ချက်စိုက်ကြည့်လိုက်ပြီး သားရဲ့အိမ်ထောင်စုပြိုကွဲသွားလို့ သားလေးစိတ်ထိခိုက်ရ တာကိုးဟု ပြောလိုက်သောအခါ သူကရှိုက်၍ရှိုက်၍ ငိုပါတော့သည်။ ကျွန်မကလည်း ငိုပါစေတော့ဟု လွှတ်ထားပေးလိုက်ပြီး သူ့ကိုသာ ဖက်ထားလိုက်ပါတယ်။ ငိုလို့အားရတဲ့အခါမှာတော့ သူ့ရဲ့အသက်ရှူသံဟာ အဆတစ်သန်းလောက် ပိုကောင်းသွားပါတယ်။”

“သူက ကျွန်မနဲ့ သူ့ဖေဖေလမ်းခွဲရတဲ့အကြောင်းကို ပြောချင်နေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မကမိသားစုပြိုကွဲသွားလို့ သားရူးမတတ် ခံစားရတာပေါ့ဟုပြောရာ သူကမရူးပါဘူး။ ဝမ်းနည်းတာပါဟု ပြောပါတယ်။ ကျွန်မကဟုတ်တာပေါ့။ အားလုံးပြိုကွဲသွားပြီး သားတစ် ယောက်တည်းကျန်ခဲ့တယ်လို့ ထင်နေတာပေါ့ဟုပြောပြီး သူ့ဘယ်မှာနေရမည်ကို မည်သို့ဆုံးဖြတ်ခဲ့ကြောင်း ဆက်ပြောပြပါတယ်။ အဲဒီ ညမှာဘဲ အဲဒီအကြောင်းကို သူကနှစ်ကြိမ်သုံးကြိမ်လောက်ထပ်ပြီး ကြားချင်နေပါတယ်။”

“ကျွန်မက ကျွန်မတို့ ဇနီးမောင်နှံနှစ်ဦးစလုံး သူ့အားမည်မျှလိုချင်ကြောင်း သို့ရာတွင် ဖေဖေနှင့်နေပါက အိမ်ကြီးထဲတွင် သူ၏ ကိုယ်ပိုင်အခန်းနှင့် နေရမည်ဖြစ်ပြီး ကျွန်မနှင့်နေပါက အခန်းသေးသေး ကလေးတွင်ကျဉ်းကျဉ်းကျပ်ကျပ် နေရမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြ ပါတယ်။ ပြီးတော့လည်း သူ့ဖေဖေနှင့်ကျွန်မ မာ့ခ်ကိုသူခေါ်မယ် ငါခေါ်မယ်အငြင်းပွားပုံကို သရုပ်ဆောင်ပြလိုက်တော့ သူကပြုံးပြုံး

ကြီးကြည့်နေပါတယ်။ သူ့အသက်ရှူသံဟာလည်း လုံးဝရှင်းလင်းသွားပါတယ်။ သိပ်ကိုအံ့သြဖို့ကောင်းပါတယ်။ တစ်ပတ်ထဲမှာ ဒီအကြောင်းအရာအားလုံးကို တစ်ကြိမ်နှစ်ကြိမ်လောက်ခန့် သူ့ကိုပြောပြရပါတယ်။ သူကဒီအကြောင်းကို နားထောင်ရတာ သဘောကျတဲ့အပြင်ထပ်ခါထပ်ခါလည်း ငိုပါတယ်။ သူ့ရဲ့ တစ်ကယ့်အတွင်းစိတ်က ဖွင့်ဟလာတာဖြစ်တဲ့အတွက် ပန်းနာရင်ကျပ်ဟာလည်း တစ်ကြိမ်ထက်တစ်ကြိမ်ပိုပြီး သက်သာလာပုံရပါတယ်။ ခုတော့ လုံးဝပျောက်သွားပါပြီ။ ချောင်းဆိုးတာ။ အသက်ရှူကျပ်တာ ဘာမှမရှိတော့ပါဘူး။တစ်ကယ့်ကိုမယ့် နိုင်စရာပါပဲ။”

အခြားမိခင်တစ်ဦးကလည်း ကျောင်းမတက်ချင်သောသူမ၏ သမီးလေးနှင့်ပတ်သက်၍ ဤသို့ပြောပြပါသည်။

“ဇန်နဝါရီလမှာ သူ့ကျောင်းစမတက်ချင်တော့ဘူး။ အမှန်ပြောရရင် ကျွန်မတို့လည်းဘာလုပ်ရမှန်း မသိတော့ပါဘူး။ သမီးက မနက်အစောကြီးထတယ်။ သူ့နေမကောင်းဘူးလို့ပြောတယ်။ သူ့လိမ်တာကို အခြားကလေးတွေ သိမှာစိုးတော့ အိမ်ထဲမှာဘဲ ကုပ်နေတယ်။ တစ်မနက်မှာတော့ ကျွန်မကသမီးကို ကဲကောင်းပြီ။ အဝတ်အစားလဲ။ မေမေနဲ့ကျောင်းကိုသွားမယ်။ ကျောင်းမှာမနေချင်ဘူးဆိုရင် သမီးကိုမေမေအိမ်ပြန်ခေါ်လာမယ်လို့ ပြောပါတယ်။ ကျောင်းတက်ချိန်ရောက်တော့ ကလေးတွေကတန်းစီပြီး အခန်းထဲကိုဝင်ကြပါတယ်။ ကျွန်မက ဂျိုအန် (Joan) အခန်းထဲဝင်ဖို့အချိန်တန်ပြီလို့ ပြောတော့သူကမျက်ရည်ပေါက်ကြီးငယ်ကျကာ မဝင်ဘူးဟုအော်ပြောပြီး ကားဆီသို့ပြန်ပြေးပါတယ်။ ဒါကြောင့် အိမ်ပြန်ခေါ်ခဲ့ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မထက်သန်စွာနားထောင်နည်းကို သုံးဖို့ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။”

“ကျွန်မက ဂျိုအန်သမီးကျောင်းနေချင်ပုံမရဘူး။ ကျောင်းမှာလည်း ပျော်ပုံမရဘူးလို့ပြောတော့ သမီးနေမကောင်းဘူး။ သမီးနေမကောင်းဘူးလို့ပဲ ထပ်ခါထပ်ခါပြောပါတယ်။ ပထမတော့ သူတစ်ကယ့်စိတ်ပျက်တဲ့အကြောင်းရင်းကို မပြောပါဘူး။ အပေါ်ယံအကြောင်းတွေကိုသာ ပြောနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကောက်ခါငင်ကာဘဲ သူ့ကျောင်းမှာ တစ်ခါမှဆုမရတဲ့အကြောင်းကို ပြောပြပါတော့တယ်။”

“ဆရာက ကျောင်းသားတစ်ယောက် သက်မှတ်တဲ့အမှတ်ကိုရရင် ဆုပေးလေ့ရှိတယ်။ ဒီလိုအမှတ်ရအောင် စာများများဖတ်ရပါတယ်။ ဒီလိုနဲ့ တစ်ပတ်နှစ်ပတ်ကြာအောင် ဆုတွေပေးလာတော့ ဂျိုအန်စိတ်ဝင်စားလာပါတယ်။ သူဟာ တတ်နိုင်သလောက် ဆုရအောင် ကြိုးစားပေမဲ့ အတန်းထဲမှာအငယ်ဆုံးဖြစ်ပြီး ကျန်တဲ့ပသူတွေက သူ့ထက်အမှတ်များကြပါတယ်။ ဂျိုအန်မှာ အာရုံသိမှုပြဿနာရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူ့နဲ့အတန်းထဲက တစ်ခြားကလေးတစ်ယောက် နှစ်ယောက်ရယ် အကွာရာစာလုံးတွေကို မှတ်မိအောင်ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာမသိကြဘူး။ သူ့ကိုယ်သူလည်း ကြိုးစားတယ်လို့မထင်ဘူး။ ဆုလည်းတစ်ခုမှမရဘူး။”

ဂျိုအန်၏မိဘများသည် ထိုကိစ္စကိုကျောင်းမှ တာဝန်ရှိသူများနှင့် ဆွေးနွေးပြီးအခြားအခန်းတစ်ခုသို့ သူ့အားပြောင်းရွှေ့ပေးခဲ့သည်။ ယခုမူ ဂျိုအန်သည်ကျောင်းတွင် ပျော်နေပြီးဖြစ်ပြီး စာလည်းကြိုးစားနေပြီဖြစ်သည်။ တစ်ခြားမိခင်တစ်ဦးကလည်း သူမ၏ ၄နှစ်သားကလေးငယ်၏ ပြဿနာအမှန်ကို ဖြေရှင်းရေးအတွက် ထက်သန်စွာနားထောင်နည်းကို အသုံးပြု၍ကူညီခဲ့ပုံကို ပြောပြပါသည်။

“ကျွန်မ တင်မ် (Tim) ရဲ့တစ်ကယ့် သူငယ်ချင်းကလေးတစ်ဦးကို ကလေးကြည့်လုပ်ပေးရတယ်။ မကြာခင်မှာဘဲ တင်မ်က အဲဒီကလေးကို ဒေါသတစ်ကြီးထိုးလား ကြိတ်လားလုပ်ပါတယ်။ ကျွန်မက မေရီကသူ့နာမည်ခေါ်တာကို မကြိုက်ဘူး။ ဒါမှမဟုတ်သားကမေရီကို ရိုက်တော့နာမှာပေါ့ သို့မဟုတ် သူများတွေကိုရိုက်တာ မေမေကြိုက်ဘူးစသဖြင့် ပြောပါတယ်။”

အထက်ပါအတားအဆီးများသည် တစ်လနှစ်လခန့်ကြာနေပြီဖြစ်သော ကင်မ်၏ပြဿနာကို ဖြေရှင်းရန်မအောင်မြင်နိုင်ပါ။ တစ်နေ့တွင် တင်မ်ကမေရီ၏ ဆံပင်ကိုဆွဲပြီးနောက် မိခင်ကတင်မ်အား အခန်းထဲဝင်ခိုင်းလိုက်ပါသည်။ တင်မ်အကြီးအကျယ် ဒေါသပုန်ထပါတော့သည်။ “သူ့ဒီလောက်ဒေါသပုန်ထတာ ကျွန်မတစ်ခါမှ မတွေ့ဘူးဖူး” ဟုသူ့မိခင်က ပြောပြပါသည်။ နောက်ဆုံးတွင် မိခင်ကသူ့အား “ကဲ ဒေါသပုန်ထတာကိုရပ်ပြီး ငါ့တို့စကားပြောကြရအောင်” ဟုအစချီကာ အောက်ပါအတိုင်းစကားပြောကြပါသည်။

- မိခင် - တင်မ်မင်းငါ့ကိုသိပ်ဒုက္ခပေးတာဘဲ။ ဟုတ်တယ်မဟုတ်လား။
- တင်မ် - မဟုတ်ပါဘူး။
- မိခင် - မေရီကသားကို စိတ်ဆိုးအောင်လုပ်လို့လား။
- တင်မ် - မလုပ်ပါဘူး။
- မိခင် - သားမေရီကိုသဘောမကျဘူး။
- တင်မ် - မဟုတ်ပါဘူး။
- မိခင် - မေမေကမေရီနဲ့ပိုပြီး အတူနေတယ်လို့သားထင်နေတယ်။
- တင်မ် - ဟုတ်တယ်။ မေမေကမေရီကို သားထက်ပိုချစ်တယ်။
- မိခင် - မေမေကမေရီကို ပိုချစ်တယ်။ သားထက်ပိုအရေးကြီးတယ်။ သားထက်ပိုသဘောကျတယ်လို့ သားထင်နေတာကိုး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ တစ်ခါတစ်လေမေမေက သားကိုစိတ်ဆိုးတာကိုး။ ဒါပေမဲ့ မေမေမေရီကို စိတ်ဆိုးတာကိုကော သားမတွေ့ဘူးလား။
- တင်မ် - တွေ့ပါတယ်။

ထို့နောက်မိခင်က တင်မ်ကို သူမနှင့်ခင်ပွန်းသည်ကပါ အထူးချစ်ကြကြောင်း အကြောင်းမူသူသည် သူတို့၏သားဖြစ်သောကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း ထို့အတူသူတို့၏သမီးလေးကိုလည်း အထူးချစ်ခင်ကြောင်း ထို့အတူပင် မေရီသည် သူမ၏မိဘများအတွက် အထူး

အလေးထားရသူဖြစ်ကြောင်း အကြောင်းမူ သူမသည်သူတို့၏သမီးဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်ကြောင်းရှင်းပြပါသည်။ တင်မံသည် စိတ်အေး သွားပြီး သူတို့၏မိခင် ဖခင်များက အထူးအလေးထားသော သူ၏အခင်မင်ဆုံးသူငယ်ချင်းများ၏ အမည်များကိုရေရွတ်နေပါတော့ သည်။

.....
သင့်ကိုယ်သင်ကလေးငယ်၏ နေရာတွင်အဖြစ်နိုင်ဆုံးထားပါ။ အချို့သာဆုံးနှင့် အတတ်နိုင်ဆုံးနားလည်နိုင်အောင် ကြိုးစား ရှင်းပြပါ။
.....

ကိုယ်တိုင်တာဝန်သိသောကလေးငယ်များ

ထက်သန်စွာနားထောင်နည်းကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် မိဘများအတွက်ရရှိသော ပီတိအဖြစ်ရဆုံး ဆုလာဒ်မှာသူတို့၏ ကလေးငယ် များပို၍ ကိုယ်တိုင်တာဝန်သိသော ကလေးများဖြစ်လာသည်ကို စောင့်ကြည့်ရခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ လေးနက်သောနားထောင်ခြင်းသည် ကလေးငယ်တစ်ဦးအား သဘောထားအမျိုးမျိုးဖြင့်ဆက်သွယ်စေသည်။

- သားရဲ့ပြဿနာကို ဖေဖေတာဝန်ယူမှ မဟုတ်တော့ဘူး။
- ဒါပေမဲ့ပြဿနာအဖြေရှာဖို့အတွက် ဖေဖေကူညီမယ်။
- ဒီပြဿနာကိုအကျိုးရှိရှိ ဖြေရှင်းနိုင်စွမ်းရှိမယ်လို့ သားကိုဖေဖေတစ်ကယ်ယုံကြည်တယ်။
- ပြဿနာရှိလို့ သားကိုအချစ်လျော့မသွားဘူး။ ပြဿနာဆိုတာ လူတွေရဲ့ ဘဝမှာသာမန်ကိစ္စတစ်ခုဘဲ။

ကလေးငယ်များအား သူတို့၏ပြဿနာကို သူတို့ကိုယ်တိုင်ဖြေရှင်းခွင့်ပေးလျှင် မည်မျှဖြေရှင်းနိုင်စွမ်းရှိကြကြောင်း သိရှိရသော မိဘများသည် အလွန်အံ့ဩလေ့ရှိကြသည်။ အသက် ၁၀နှစ်ရှိပြီဖြစ်သော သမီးတစ်ဦး၏ မိခင်ကအောက်ပါ အခြေအနေကို ရှင်းပြပါ သည်။

“အဲလစ် (Alice) ဟာကျောင်းမှာ သိက္ခာရှိတဲ့မိန်းကလေးတစ်ယောက်ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ဆရာကသူ့ကိုစာသင်ခန်းထဲမှာ ယောက်ျားလေးတွေများပြီး ပြဿနာထူတဲ့နေရာမှာ ထိုင်ခိုင်းတယ်။ တစ်နေ့မှာ အဲလစ်ဟာအိမ်ကို မျက်ရည်လည်ရွဲနဲ့ပြန်လာခဲ့တယ်။ ၁၅မိနစ်လောက်ကြာအောင် ထိုင်ငိုနေတယ်။ ဒါမတရားဘူး။ ဆရာ့ကိုသမီးမုန်းတယ်။ သူကသိပ်ကြောက်ဖို့ကောင်းတယ်။ ဘယ်သူပြော တာကိုမှလည်း နားမထောင်ဘူးလို့ တတွတ်တွတ်ပြောနေတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဆရာကသူ့ကိုနေရာပြောင်းထားတာကို သိပ် စိတ်ဆိုးလို့ဘဲ။ ဆရာကိုကြိုးစားပြီး ရှင်းပြပေမဲ့ဆရာက နားမထောင်ဘူး။ နောက်တော့ အဲလစ်ဒေါသတွေပြေသွားပြီး စိတ်တည်ငြိမ် လာတယ်။”

“ကျွန်မကသမီးပြောတာကို ဆရာကနားမထောင်ရင် နားထောင်လာအောင်လုပ်ဖို့ ဘယ်နည်းလမ်းရှိသေးလဲလို့ မေးတဲ့အခါ သူမက သူ့ကိုစာရေးပြီး ပြောမယ်ဟုပြောကာ စာထိုင်ရေးနေပါတယ်။ စာပါအကြောင်းအရာကတော့ “သမီးကိုဟိုနေရာရွှေ့ ဒီနေရာရွှေ့ လုပ်ပြီးအပြစ်ပေးနေတယ်လို့ ထင်ပါတယ်” လို့ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစာကိုသမီးပေးမပေးဆိုတာ ကျွန်မ မတွေးတတ်အောင်ပါဘဲ။ သူ့စာထဲ မှာက ဒီလိုနေရာရွှေ့တဲ့အတွက် သူ့စိတ်ဆိုးကြောင်း တရားမျှတတဲ့အပြုအမူမဟုတ်ကြောင်း သူမထိုင်ချင်သည့်နေရာတွင် ရွေးချယ်ထိုင် ခွင့်ပေးစေလိုကြောင်း ကျောင်းသားအများကြီးရှိတဲ့အတွက် လူတိုင်းရဲ့တောင်းဆိုချက်ကို လိုက်လျောညီထွေခက်ခဲမည်ကို နားလည်ပါကြောင်း ရေးထားပါတယ်။ အဲလစ်က စာကိုသူ့ဆရာလက်ထဲထည့်ပါတယ်။ သူ့ဆရာကစာကို ဖတ်ကြည့်ပြီးသူမကြိုက်တဲ့ နေရာမှထိုင်ခွင့်ပေး လိုက်ပါတယ်။ ဒီကိစ္စက ကျွန်မအတွက်တော့ မယုံနိုင်စရာပါဘဲ”

အခြား ၁၀နှစ်သမီးကလေးတစ်ဦးကလည်း သူမ၏ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်နိုင်သည့် အစွမ်းအစကြောင့် မိခင်ကပင်အံ့ဩယူခဲ့ရပါ သည်။

“သူ့ပြဿနာကို သူ့ဘာသာဖြေရှင်းခွင့် မပေးခင်ကျွန်မက သူ့ကိုနည်းလမ်းအချို့နဲ့ ကူညီဖို့ကြိုးစားခဲ့ပါတယ်။ သူမနှင့်သူ ငယ်ချင်း ဘာဘရာ (Barbara) တို့ တွေ့ခဲ့ကြပြီးနောက် ဘာဘရာပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ လုပ်ရပ်မှန်သမျှ ကျွန်မကိုပြောပြပါတယ်။ ‘ဘာဘရာ ကသမီးကို မဟုတ်တရုတ် နာမည်ကိုခေါ်တယ်။ သူ့ညီမလေးကိုလည်း ရိုက်ပြီးတွန်းလှဲတယ်။’ ကျွန်မအပိုင်းကတော့ ထက်သန်စွာနား ထောင်နည်းကို မသုံးတဲ့အပြင် စကားနဲ့တောင် တုန့်ပြန်မပြောခဲ့ဘူး။ ဘာဘရာနဲ့ ပါတ်သက်တဲ့ထိတ်လန့်စရာ အကြောင်းအရာတွေကို ပြောနေရင်းတန်းလန်းမှာဘဲ သမီးကတယ်လီဖုန်းဆီကိုထသွားပြီး ဘာဘရာကိုခေါ်လိုက်ကာ ‘ဘာဘရာရေ ငါလုပ်ခဲ့တာတွေကို စိတ်မကောင်းပါဘူး။ ညည်းကိုငါတောင်းပန်ပါတယ်’ လို့ပြောလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်မအံ့ဩသွားပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကျွန်မ ကဘာဘရာအပြစ်ချည်းဘဲလို့ ယူဆပြီး ဘာဘရာကိုအပြစ်တင်နေမိလို့ပါဘဲ”

အခြားမိခင်တစ်ဦးက သူ့သား၏ပြဿနာကို ဖြေရှင်းနိုင်မည့်အကြံဉာဏ်ပေးသောအခါ မည်သို့ဖြစ်သည်ကို အောက်ပါအတိုင်း ပြောပြပါသည်။

“သူကျွန်မကို စိတ်ဆိုးနေတာက ကျွန်မသူ့ကို အမြဲတန်း ‘ကောင်းတယ် ဒီတိုင်းလုပ် ဒီလိုလုပ်’ စသဖြင့် အဖြေတစ်ခု ဒါမှမဟုတ် စည်းကမ်းတစ်ခုပြောနေတာကို ကြားနေရလို့ ဖြစ်မယ်ထင်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ကျွန်မပြောတာမှားသွားရင်တော့ သူကျွန်မကိုအပြစ်တင်မယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မပြောတာမှန်သွားရင်တော့ မသိသလိုနေလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ သူဟာသူ့လမ်းသူထွင်ပြီး သူ့ဆုံးဖြတ်ချက်သူချချင် လိမ့်မယ် လို့ကျွန်မ မထင်ပါ။ ဒီအချက်ကို ပြန်စဉ်းစားလိုက်တော့ အဲဒီကလေးမျိုးတွေဟာ လွန်ခဲ့တဲ့တစ်လနှစ်လလောက်က သူတို့တစ်ခါမှ မလုပ်ခဲ့ဘူးတဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်တွေကို ချတတ်လောက်အောင် အလွန်အလွန်တိုးတက်လာတာကို တွေ့လိုက်ရပါတယ်။”

ကလေးငယ်များက မိဘများကို အကြံဉာဏ်ပေးရန် မည်သို့ပြုလုပ်ရမည်ကို ဆုံးဖြတ်ချက်ပေးရန် ဆွဲဆောင်ခြင်း သို့မဟုတ် ဖိအားပေးခြင်းပြုသည့်အခါမျိုးတွင် ထူးခြားသောမိဘဖြစ်ရန် အာသီသနှင့်ကလေးငယ်၏ ပြဿနာကို လွှဲပြောင်းပိုင်ဆိုင်လိုသော စိတ်အားထက်သန်မှုကို သဘောပေါက်နိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် တစ်ဦးတည်းဖြစ်ထားလိုက်ပါက ၎င်းတို့၏ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင်ချမှတ်နိုင်စွမ်း ရှိကြောင်းအောက်ပါဥပမာက နမူနာပြနေပါသည်။

“အသက်ရှစ်နှစ်ရှိတဲ့ ကင် (Ken) က ဂျမ်းဘားသင်တန်းတက်နေတယ်။ သင်တန်းတက်လို့ တစ်ပတ်နှစ်ပတ်လောက်ကြာတော့ဒီသင်တန်းကို သူစိတ်ပျက်လာတယ်။ နည်းပြဆရာကို သူမကြိုက်တော့ဘူး။ ပြီးတော့ ကာယလိုအပ်ချက်တွေကိုလည်း သူမလုပ်နိုင်ဘူး။ ဆက်တက်သင့် မတက်သင့် ဝေခွဲမရဖြစ်နေတော့ ကျွန်မဆီကိုလာပြီး ဂျမ်းဘားသင်တန်းက ထွက်သင့်မထွက်သင့် မေးပါတယ်။ ကျွန်မကလေးတွေအားလုံးထဲမှာ သူ့အတွက်ဆုံးဖြတ်ချက်အတော်များများကို ကျွန်မချမှတ်ပေးခဲ့ပါတယ်။”

“ဒါပေမဲ့ သူ့အတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်မပေးခင် ပြောနေကျအတိုင်းဘဲ ကျွန်မက ‘ဒီသင်တန်းကို ဆက်တက်သင့် မတက်သင့်သား တစ်ကယ်စိတ်ရှုတ်နေတာကိုး’ လို့ပြောပြီး ထက်သန်စွာနားထောင်နည်းကို စတင်လိုက်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါဘူး။ သူ့ဆုံးဖြတ်ချက်ကို သူချဖို့သူမကျွမ်းကျင်ပါဘူး။ ကျွန်မက ‘ဂျမ်းဘားသင်တန်းကို သားစိတ်ပျက်နေတယ် မဟုတ်လား’ ဟုပြောသောအခါ သူက ‘ကျွန်တော်နည်းပြကို မကြိုက်ဘူး။ သူက ကျွန်တော်တို့ကို သိပ်တွန်းအားပေးတယ်။ သူ့ကိုဘယ်လိုပြောပြရမှန်းလည်း မသိဘူး။ သင်တန်းကထွက်ရင် မေမေနဲ့ဖေဖေတို့ စိတ်ပျက်သွားမှကြိုလည်း စိုးတယ်။’ သူကဘာလုပ်ရမလဲဟု ကျွန်မကိုတောင်းဆိုရင်း စိတ်မရှည်နိုင်ဖြစ်နေပါတယ်။ ‘ဘာလုပ်ပါလို့ မေမေကဘာဖြစ်လို့ မပြောနိုင်ရတာလဲ။ မေပြောတဲ့အတိုင်း သားလုပ်မှာပေါ့’ လို့ပြောပါတယ်။ ကျွန်မသူ့ကို လက်မြောက်အရှုံးမပေးစေချင်ပါ။ ဒါပေမဲ့ သူ့အတွက်ဘာမှ ဆုံးဖြတ်မပေးဘဲထားလိုက်ပါတယ်။’

“တစ်ပါတ်လောက်ကြာလို့ ဂျမ်းဘားသင်တန်းပြန်စတော့ သင်တန်းကထွက်လိုက်ဘို့ သူ့ဘာသူ့ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ ကျွန်မမှာသင်တန်းဆက်တက်စေလိုတဲ့ ဖုံးကွယ်ထားတဲ့သဲလွန်စမရှိလေတော့ သူ့ဘာသာသူထွက်လိုက်တာဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်ကိုသူချခဲ့တာပေါ့။”

.....
တစ်ဦးတစ်ယောက်အပေါ်တွင် တာဝန်ပေးသည်ထက် အနည်းငယ်မျှသောအရာလေးများက ပို၍အထောက်အပံ့ပြုပါသည်။ သင်က သူ့အားယုံကြည်ကြောင်းသူသိစေခြင်းမျိုးကို ဆိုလိုသည်။
.....

မိဘများက၎င်းတို့ကိုယ်တိုင်ထိုးထွင်းသိမြင်မှုအသိတစ်ခုရရှိခြင်း

မိဘများသည်ထက်သန်စွာနားထောင်နည်းကို စတင်အသုံးပြုသောအခါ ၎င်းတို့၏ကိုယ်ပိုင်အပြုအမူများနှင့် ပါတ်သက်သည့် အသိအမြင်အသစ်များကို ဖြစ်ပေါ်စေသော ခံစားမှုများနှင့် အတွေးအခေါ်များကို ကလေးများထံမှကြားရပါလိမ့်မည်။ အောက်ပါဖြစ်ရပ်တွင်သူ၏ မြင့်မားသော မျှော်မှန်းချက်များက သူ၏သမီးအကြီးဆုံးအတွက် မည်သို့ထိခိုက်ခံစားရသည်ကို နားလည်သွားသော သွားဆရာဝန် တစ်ဦး၏အကြောင်းဖြစ်ပါသည်။

“ကျွန်တော့်ရဲ့ ၁၂နှစ်သမီးကလေးကို ကျောင်းစာဘာသာရပ်တိုင်းမှာ အမှတ် ၁၀၀မရရင် ရှုံးမယ်လို့ ကျွန်တော်အတင်းအကျပ် ဖိအားပေးထားတယ်။ သူ့ကျောင်းက ပြန်လာလို့ တစ်ဘာသာမှာ ၈၉မှတ်စီဘဲရတယ်လို့ ပြောပြတဲ့အခါ ကျွန်တော်က ‘တယ်ညံပါလား။ နောက်တစ်ခါ ဒီထက်ပိုအမှတ်ကောင်းအောင် ဒီထက်ပိုကြိုးစားရမယ်ကြားလား’ လို့ပြောလေ့ရှိပါတယ်။”

“လွန်ခဲ့တဲ့ဒီလက်စွဲသင်တန်း မစခင်လေးမှာ ဆယ်လီ (Sally) အရမ်းစိတ်ဓါတ်ကျနေပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အင်္ဂလိပ်စာမှာ ၂မှန်လျော့နေလို့ပါဘဲ။ ကျွန်တော်က သမီးစိတ်ပျက်နေပုံဘဲလို့ပြောတော့ သူ့သဖေဖေသိပ်စိတ်ပျက်သွားမှာဘဲ။ ဒီလေးလစလုံးသမီး အမှတ်ပြည့်မရခဲ့ဘူးလို့ ပြောပါတယ်။ ကျွန်တော်က သမီးအတွက် သိပ်စိတ်ပျက်တာဘဲလို့ ပြောတဲ့အတွက် နာရီဝက်လောက်ထိုင်ငိုနေပါတယ်။ ‘က သမီးလုပ်ချင်ရာလုပ်ပေတော့။ သမီးလာသာသမီး ကျေနပ်လိမ့်မယ်လို့ ဖေဖေထင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဆင့်ဘယ်လောက်ရရအကြောင်း မဟုတ်ဘူး။ သမီးကိုဖေဖေချစ်နေမှာဘဲ” လို့ကျွန်တော်က ထိန်းထိန်သိမ်းသိမ်း ပြောလိုက်ပါတယ်။

“သမီးကရှိက်ပြီး ငိုပါတော့တယ်။ ကျွန်တော်ကသူ့ကို ပွေ့ဖက်ထားပါတယ်။ နောက်ဆုံးတော့သူက သမီးလည်းဖေဖေကိုချစ်ပါတယ်လို့ ပြောပါတယ်။ နာရီဝက်လောက်စကားပြောပြီးတော့ ဆရာတစ်ယောက်ကို သူ့သဘောမကျမှန်း ဘာကြောင့်သဘောမကျမှန်း ကျွန်တော်သိလာပါတယ်။ ဘယ်မိန်းကလေးသူငယ်ချင်းနဲ့ သူ့အငြင်းအခုန်ဖြစ်ရတယ်ဆိုတာကို တွေ့လာရပါတယ်။ အားလုံးကို လွှမ်းခြုံမိတဲ့တကယ့်အနှစ်သာရရှိတဲ့ စကားပြောဆိုးလေးဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစကားပြောခန်းမှာ ကျွန်တော်နားထောင်နေမှန်း သူ့သိအောင်တစ်ခါ

တစ်လေ ခွန်းတုန့်ပြန်တာကလွဲလို့ ကျွန်တော်စကားများများ မပြောဖြစ်ခဲ့ပါ။

“သမီးစာသိပ်ပြီး စိတ်ကုတ်နေရှာပါတယ်။ ကျွန်တော်ကထိုင်ပြီး သူ့ကိုပွေ့ဖက်ထားကာ ကျောင်းစာမှာ သိပ်ထူးချွန်အောင် မမျှော်မှန်းတော့ကြောင်း ဘယ်အဆင့်ပဲရရသမီးကိုချစ်နေမှာဖြစ်ကြောင်း ပြောပြပါတယ်။ သူမကိုကျောင်းစတားစဉ်က ကျွန်တော် တို့အနေနဲ့သမီးကို ထူးခြားတဲ့လူသား ထူးခြားတဲ့အောင်မြင်သူ ဖြစ်လာစေဖို့ မျှော်မှန်းခဲ့ကြပါတယ်။ မျှော်မှန်းတဲ့အတိုင်းဖြစ်မလာတော့ သမီးကိုကျွန်တော်တို့က မချစ်ဘူးလို့ ယူဆလာအောင် ကျွန်တော်တို့ဘာသာ လုပ်ခဲ့မိတယ်လို့ စဉ်းစားခဲ့မိပါတော့တယ်။”

.....
ကလေးများသည် စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုနှင့် စိတ်ဓါတ်ဆိုင်ရာအလေးပေးမှုတို့ လိုအပ်ကြပါသည်။ ကလေးငယ်များအား သူတို့ သည်အရေးပါသူများဖြစ်ပြီး သူတို့အား ချစ်ခင်နှစ်သက်ကြကြောင်း သိရှိရန်လည်းလိုအပ်ပါသည်။
.....

“မင်း/သင်” ဆန့်ကျင်ဘက် “ကျွန်ုပ်/ငါ”

“မင်း/နင်/သင်” ဟူသောစကားသည် ယင်း၏မူရင်းဆိုလိုချက်၏ ဆန့်ကျင်ဘက် အဓိပ္ပါယ်ကို ကလေးငယ်များအပေါ်တွင် သက်ရောက်စေပါသည်။ “မင်း သိပ်မဆူနဲ့” “မင်းတို့ဆူညံနေရင် အရိုက်ခံရမယ်” ဟူသောပြောကြားချက်များကို ကလေးငယ်များက ဆန့်ကျင်တတ်ကြသည်။ “မင်း/နင်/သင်” ဟူသောပြောစကားတွင် အောက်ပါသက်ရောက်မှုတစ်မျိုး သို့မဟုတ် တစ်မျိုးထက်ပို၍ ပါဝင်သည်။

၁။ ကလေးများအား တစ်ခုခုလုပ်ရန် အမိန့်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် တစ်ခုခုမလုပ်လျှင် ချိန်းခြောက်ခြင်းခံရသောအခါ ခုခံတွန်း လှန်လိုကြသည်။

၂။ စိတ်ဓါတ်ပြုပြင်ခြင်း ဆုံးမဩဝါဒပေးခြင်း ဟောပြောခြင်းနှင့် ညွှန်ကြားခြင်းတို့ကို အဆက်မပြတ် ပြုလုပ်သောမိဘများ အားကလေးများက စိတ်ဝင်စားမှု အလေးအနက်ထားမှု မရှိကြပါ။

၃။ “မင်း/နင်/သင်” ဟူသောပြောစကားသည် “ကျွန်တော့်ကိုကူညီဘို့ နည်းလမ်းရှာတယ်ဆိုတာ ကျွန်တော်မယုံဘူး” ဟူသော သဘောသက်ရောက်သည်။

၄။ “မင်း/နင်/သင်” ဟူသောပြောစကားသည် မိဘများ၏လိုအပ်ချက်ကို ကလေးငယ်များကိုယ်တိုင် အရေးယူဆောင်ရွက်မှု အခွင့်အလမ်းကို ငြင်းဆိုရာရောက်သည်။

၅။ ကလေးငယ်များအား သုံးသပ်ခြင်း အမည်တပ်ခေါ်ခြင်းတို့ဖြင့် နှိမ်ချခြင်းခံရလျှင် ကလေးငယ်များက အပြစ်ရှိသည်ဟု ခံစားရလေ့ရှိသည်။

၆။ ဝေဖန်ခြင်း ပြစ်တင်ခြင်းတို့သည် ကလေးငယ်များ၏ ကိုယ်တိုင်အထင်ကြီးလေးစားမှုကို လျော့နည်းစေသည်။

၇။ ကလေးငယ်များက ဘယ်လောက်ဆိုးသလဲ။ သိပ်မိုက်တာဘဲ။ အတွေးအခေါ်မရှိဘူး။ ဆင်ခြင်ဉာဏ်မရှိဘူး စသည့်ဆက် သွယ်ပြောဆိုခြင်းမျိုးကို ကြားရလျှင် သူတို့အားငြင်းပယ်ခံရသည် သို့မဟုတ် ချစ်ခင်နှစ်သက်မှုမရှိဟုခံစားရလေ့ရှိသည်။

၈။ “မင်း/နင်/သင်” ဟူသောစကားသည် မိဘများအားပြန်လည်တွန်းကန်လေ့ရှိသည်။ ဥပမာ “မင်းကအမြဲတန်းမောနေတာဘဲ မင်းအဝတ်အစားကို မင်းဘယ်တော့မှ မသိမ်းဘူး။ မင်းသိပ်ပျင်းတာဘဲ” ဟူသောစကားမျိုးဖြစ်သည်။

အောက်ပါစားမျိုးသည် ကလေးငယ်များအား သူတို့၏အပြုအမူက သင့်အားမည်သို့ခံစားရစေသည်။ သင့်အပေါ်တွင် မည်သို့ သောနောက်ဆက်တွဲ အကျိုးဆက်များ သက်ရောက်စေသည်ဟု ပြောကြားသည်နှင့် အတူတူပင်ဖြစ်သည်။

- ဒီလောက်ဆူနေတာ အိမ်ထဲမှာတစ်ရေးမှအိပ်လို့မရဘူး။
- သန့်ရှင်းတဲ့ငါ့မီးဖိုချောင်မှာ ဒီလိုရှုတ်ပွနေတာတွေ့လိုက်ရတော့ စိတ်ပျက်သွားတာဘဲ။
- ငါဖုန်းပြောနေတဲ့အခါ စကားပြောသံမကြားရအောင် ဆူနေရင်သိပ်စိတ်ညစ်တာဘဲ။

အနားယူချင်သော မိဘတစ်ဦးအတွက် သူ၏ငှာနှစ်သမီးကလေးက ကစားချင်နေလျှင် မိဘအနေဖြင့် ငါ/ဖေဖေ/မေမေ အသုံး အနှုန်းကို “ဖေဖေမောနေပြီး” ဟုသုံးသင့်သည်။ ‘နင်ကတစ်ကယ့် နဂျီကောင်လေးဘဲ’ ဟူသော မင်း/နင်/ သင် အသုံးအနှုန်းသည် မိဘ ၏ခံစားချက်ကို မပေါ်လွင်သည့်အပြင် ကလေးငယ်အနေဖြင့် စိတ်မကောင်းဖြစ်နိုင်သည်။ ယင်းအသုံးအနှုန်းသည် မိဘထက် ကလေး ငယ်ကိုပို၍ ရည်ညွှန်းသည်။

.....
ကလေးငယ်များသည် နည်းလမ်းများစွာတို့၌ လူကြီးများထက်ပို၍ အန္တရာယ်ကျရောက်လွယ်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် တစ်ခါတစ်ရံသူတို့သည် အကြောင်းကိစ္စများကို သဘောမပေါက်ကြပါ။ ထို့ကြောင့် သူတို့အား သတိနှင့်ယှဉ်၍ဆင်ခြင်းတုံတရားဖြင့် ပိုမိုနူးညံ့သိမ်မွေ့စွာ ပြုမူဆက်ဆံရပါမည်။
.....

အဘယ်ကြောင့်ဟူသောအကြောင်းရင်းကိုပြောပြပါ။

ပြည့်စုံစော “ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ” အသုံးအနှုန်းတွင်

၁. လက်မခံနိုင်သောအပြုအမူကိုဖော်ပြချက်

၂. မိဘတွေ့ကြုံနေရသောခံစားချက်

၃. မိဘအပေါ်တွင် ထိတွေ့ကျရသော ခိုင်မာသည့်သက်ရောက်မှုတို့ ပါဝင်သည်။

ဥပမာ မိခင်တစ်ဦး၏ “ကျွန်ုပ်၊ ဖေဖေ၊ မေမေ” ဟူသောပြောစကားသည် “ညီလေးကိုသားက စိုက်ကြည့်နေတော့ (လက်မခံနိုင်သောအပြုအမူ) မေမေစိတ်ညစ်တယ် (ခံစားချက်) ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူ့အော်ဟစ်နေတဲ့အတွက် သားဘို့မေမေချက်ပြုတ်နေတာ တွေအနှောက်အယှက် ဖြစ်တယ် (ခိုင်မာသည့်သက်ရောက်မှု) ” ဟူ၍ဖြစ်နိုင်သည်။ ဤစကားသည် ကလေးငယ်က အမှားပြုလုပ်နေခြင်းကိုဖော်ပြနေရုံမက မိခင်တွင်မိခင်ခံစားရမှုကိုလည်း ဖော်ပြသည်။ ထို့အပြင် ထိုအပြုအမူသည် အဘယ်ကြောင့်မိခင်အား အနှောက်အယှက်ဖြစ်ရသည်ဟူသော အချက်သည်လည်း အရေးကြီးသည်။

သင်ကိုယ်တိုင် ကလေးငယ်၏နေရာတွင် ဝင်၍ခံစားကြည့်ပါ။ သင်သည် သင့်အတွက် လိုအပ်ချက်တစ်ခုကို ဖြေရှင်းရန် ဆောင်ရွက်နေသည့် သို့မဟုတ် သင့်အတွက်စိတ်မသက်မသာ ဖြစ်စေသောအရာကို ရှောင်လွှဲရန်ကြိုးစားနေသည်။ ထိုအချိန်တွင် သင်၏ မိဘက “မင်းလုပ်နေတာ ငါသိပ်စိတ်ပျက်တာဘဲ” ဟုပြောသဖြင့် သင်၏အပြုအမူကို ပြောင်းလဲရန်လှုံ့ဆော်နိုင်ပါသလား။ မလှုံ့ဆော်နိုင်ပါ။ အကြောင်းမူသင့်တွင်ပြောင်းလဲရန် ခိုင်လုံသောအကြောင်းပြချက် ရှိရမည်ဖြစ်သောကြောင့်တည်း သို့မဟုတ် ဖေဖေပြောင်းခိုင်းလို့ ပြောင်းတာဟူ၍လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။

ထို့ကြောင့်ကလေးတို့၏ အပြုအမူသည် မိဘများအပေါ်တွင် မည်သို့သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း အတိအလင်းဖော်ပြရန်လိုသည်။ ဤသို့မဖော်ပြပါက ကလေးငယ်အတွက်အပြုအမူပြောင်းလဲရန် ခိုင်လုံသောအကြောင်းရှိမည်မဟုတ်ပေ။

.....

ဆက်သွယ်ခြင်းသည် အလွန်အရေးကြီးသည်။ မလျော်ကန်သောအပြုအမူများ ပြုလုပ်သည့်အချိန်မျိုးတွင် ရိုက်နှက်အပြစ်ပေးခြင်းထက်ကလေးငယ်ကိုယ်တိုင် ရှင်းလင်းခွင့်ပေးကာ ထုတ်ဖော်ပြောကြားစေခြင်းက ပို၍ကောင်းပါသည်။

.....

တစ်ခါတစ်ရံခိုင်လုံသော အကျိုးအကြောင်းမပေးခြင်းသည် ကလေးငယ်အတွက် ထိခိုက်စေပြီး ငြင်းပယ်သကဲ့သို့ ခံစားရစေသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကလေးငယ်များအား အဘယ်ကြောင့်မှားယွင်းကြောင်း မပြောပြလျှင် ကလေးငယ်များက သူတို့၏ကိုယ်ပိုင်အကြောင်းပြချက်ကို “အမေကသာကို မချစ်ပါဘူး” သို့မဟုတ် “မေမေကသမီးကို မမြင်ချင်ပါဘူး” စသဖြင့်ဖော်ထုတ်လာနိုင်ပေသည်။

“ကျွန်ုပ်/ မေမေ/ ဖေဖေ” ဟူသောအသုံးအနှုန်း၏ သုံးပိုင်းစလုံးသည် မိဘများအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိပေသည်။ မိဘများက ကျွန်ုပ်/ ဖေဖေ/ မေမေ၏ ထင်ရှားသောသက်ရောက်မှုအပိုင်းကို ဖော်ပြရန်ကြိုးစားသည့်အခါများတွင် စင်စစ်ထင်ရှားသောသက်ရောက်မှုမရှိကြောင်း သတိပြုမိလေ့ရှိကြသည်။ မိခင်တစ်ဦးက ဤလက္ခဏာကို အောက်ပါအတိုင်းရှင်းပြသည်။

“ကျွန်ုပ်/ ဖေဖေ/ မေမေအသုံးအနှုန်းဟာ ကျွန်မအနေနဲ့ ကလေးတွေကို ဘယ်လောက်စိတ်ထင်ရာပြုတတ်သလဲဆိုတာကို သိမြင်လာအောင်တော့ အကူအညီပေးရာမှာ တန်ဖိုးရှိဆုံးဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီနည်းရပ်အပိုင်း (၃)ပိုင်းစလုံးကို အသုံးပြုဘို့ကြိုးစားတဲ့အခါမှာဘယ်အပြုမူက ကျွန်မအပေါ်ကို အကျိုးသက်ရောက်သလဲဆိုတာကို စဉ်းစားစရာဖြစ်လာပါတယ်။ “အင်း ငါ့မှာအကြောင်းပြချက်မှ မရှိဘဲ” ဟုတွေးမိပါတယ်။ အကယ်၍ “အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ သိပ်ဆူညံနေရင် မေမေသည်းမခံနိုင်ဘူး” ဟုဆိုပြန်လျှင် အဘယ်ကြောင့်ဟူသောအကြောင်းပြချက်ကို စဉ်းစားရပေမည်။ “ဘာဖြစ်လို့ ဆူညံတာကိုငါစိတ်ရှုတ်ရတာလဲ” ဟုမေးစရာပေါ်လာပါတယ်။ ထို့ကြောင့်ကျွန်မအပေါ်မှာ မည်သို့သက်ရောက်မှုမျှ မရှိတော့တဲ့အလေ့အကျင့်ကို ရလာတယ်။ ဒီတော့ “ကဲမေမေပြောတာတွေကိုမေ့လိုက်ကြတော့” လို့ပြောရပါတော့မယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကျွန်မစိတ်ထင်ရာ လုပ်တတ်ပြောတတ်တာကို သတိထားမိလာလို့ပါဘဲ။ ကျွန်မအတွက် အကြောင်းပြချက်တစ်ခုကိုမှ ရှာမတွေ့နိုင်တဲ့အဖြစ်ကို ဒီနည်းနဲ့ဖော်ထုတ်သိရှိတာ အလွန်ပီရိပါတယ်။”

သူမ၏ရှာဖွေတွေ့ရှိမှု ပိုမိုခြင်းကို ဤသို့ဆက်လက်ရှင်းပြပါသည်။

“ကျွန်မကလေးတွေကို သိပ်ထိန်းချုပ်တယ်။ ကလေးများတဲ့ မိသားစုမှာ ဒီလိုထိန်းချုပ်မှ အဆင်ပြေမယ်လို့ ကျွန်မထင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အခါပြန်စဉ်းစားကြည့်တော့ ကျွန်မဘယ်လိုထိန်းချုပ်နိုင်ပါ့မလဲ။ ဒီအချက်က ကျွန်မကိုပိုပြီး အတွေးနက်စေပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကျွန်မကအသေးအဖွဲ့လေးတွေကစပြီး ကလေးတွေလုပ်တဲ့အရာမှန်သမျှကို သိပ်ပုန်လွန်းနေတာကိုး။ အခုတော့ ‘ဒီတော့ ရောဘာဖြစ်သလဲ/ အဲဒီလိုဖြစ်တော့ကော ဘာဖြစ်သေးလဲ’ ဟူ၍ သဘောထားတတ်လာပါသည်။ ထိုသဘောထားအသစ်ကို သူမအသုံးချပုံအားဤသို့ပြောပြပါသည်။

“ကယ်ရိုလင်း (Caroline) ဟာရေချိုးခန်းထဲမှာ ရေသိပ်ကစားတာဘဲ။ ကျွန်မက ကျွန်ုပ်/မေမေ/ဖေဖေ ပြောနည်းကိုအသုံးပြုပြီး သူမအားပြောဘို့ ပြင်ဆင်လိုက်ပါတယ်။ ‘ရေချိုးခန်းကို ငါရှင်းဖို့မလိုပါဘူး’ ပြီးတော့ကျွန်မ စဉ်းစားလိုက်တယ်။ ‘ခဏနေဦး ရေချိုးခန်းကို ငါရှင်းရမယ်လို့ ဘာဖြစ်လို့စဉ်းစားတာလဲ’ ထို့ကြောင့် သူမအား ‘ရေချိုးခန်းထဲမှာ ရေကစားချင်တယ်ဆိုရင် ရေချိုးခန်းကို

ပြန်ပြီးသန့်ရှင်းရေးလုပ်မလား' လို့မေးလိုက်ပါတယ်။ သူမက 'ရှင်းပါ့မယ်' ဟုပြောပါတယ်။ အဖြစ်ကတော့ဒါပါပဲ။ ရေချိုးခန်းကို သူ့ဘာသာသူရှင်းတယ်။ ကျွန်မတို့နှစ်ယောက်စလုံး စိတ်ချမ်းသာရတာပေါ့”

သင်၏ ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေနည်းကို မည်သည့်အခါတွင်ကလေးငယ်များ လျစ်လျူပြုပါသနည်း။

ဤနည်းစနစ်များကို အချန်တိုင်းအသုံးပြုရမည်ဟုဆိုခြင်းမှာ ဤလက်စွဲစာစောင်နည်းစနစ်ကို သဘောပေါက်မှုနည်းပါးနေခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ နည်းစနစ်သည် တစ်ဦးတစ်ယောက်အား သူ/သူမ၏အပြုအမူသည် သင့်အတွက် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်နေကြောင်း အသိပေးရာ၌ အသုံးပြုသောနည်းလမ်းကောင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင် အသိပေးခံရသူအားလည်း နှိမ်ခြင်းအပြစ်ရှိခြင်း မခံမရပ်နိုင်ဖြစ်ခြင်းစသည်တို့ကို မခံစားစေနိုင်ပါ။ သို့ရာတွင် ဤနည်းသည် အပြစ်ပေးခံရသူက သင့်အလိုဆန္ဒအတိုင်း သူ၏အပြုအမူများကို ချက်ခြင်းပြောင်းလဲလိမ့်မည်ဟု အာမခံချက်မပေးနိုင်ပါ။

အလားတူစွာပင် ကလေးငယ်များ၏ ပြဿနာကို နားထောင်လေ့မရှိသော မိဘများရှိသည့်မိသားစုများ၌ ထိုနည်းစနစ်သည် အကျိုးသက်ရောက်မှုမရှိပါ။ သင့်ကလေးငယ်များက (သင့်တွင်ပြဿနာရှိသောအခါ) သင်၏ထုတ်ဖော်ပြောပြချက်ကို နားထောင်စေလိုလျှင် (သူတို့တွင်ပြဿနာရှိသောအခါ၌) သူတို့၏ထုတ်ဖော်ပြောကြားချက်ကို သင်ကနားထောင်ရပေလိမ့်မည်။

.....
သင်၏ကလေးငယ်များသည် သင်၏ရောင်ပြန်ဟပ်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။

.....
ကျွန်ုပ်/မေမေ/ဖေဖေ နည်းစနစ်ကိုအကူအညီတောင်းခံမှုတစ်ရပ်အဖြစ် ရှုမြင်ရမည်။ “ဆူညံနေတော့ ဖေဖေတီဗွီကြည့်လို့ မရတော့ဘူး။ ဖေဖေ တီဗွီကောင်းကောင်းကြည့်ရမယ်လို့ မျှော်လင့်တယ်” အဆိုပါစကားမျိုးသည် သင့်အားကလေးငယ်က ကူညီရန်ဆန္ဒရှိမရှိမေးမြန်းသည့် သဘောသက်ရောက်သည်။ သို့ရာတွင် ကလေးငယ်တွင် ပြဿနာရှိသောအခါ၌ သင်ကကူညီရန် ဆန္ဒမရှိလျှင်သင့်တွင်ပြဿနာရှိသောအခါ၌လည်း ကလေးငယ်ကကူညီလိမ့်မည်မဟုတ်ပါ။

မင်း/နင်/သင် နည်းစနစ်သည် ကလေးများအပေါ်တွင် အချိန်ကြာမြင့်စွာ ဆိုးကျိုးသက်ရောက်စေသည်။ ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ နည်းစနစ်မှာမူ ကလေးငယ်၏ အပြုအမူသည် သင့်အပေါ်တွင် မည်သို့သက်ရောက်သည်ကိုသာ ဖော်ပြခြင်းဖြစ်သောကြောင့် ကလေးငယ်က သူ့တွင်အပြစ်ရှိသည်ဟု မခံစားရနိုင်ပါ။ ယင်းသည်ကလေးငယ်အတွက် အရေးကြီးသောထူးခြားချက် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေနည်းစနစ်အတွက်လမ်းညွှန်ချက်များ

၁။ ဤနည်းစနစ်နှင့် ပတ်သက်သောထိရောက်မှုသည် သင်၏ကလေးများနှင့် သင်၏ဆက်ဆံရေး အရည်အသွေးပေါ်တွင် မူတည်သည်။ သင်၏ကလေးများတွင် ပြဿနာများရှိသောအခါ သင်ကသူတို့၏ ထုတ်ဖော်ပြောကြားချက်များကို နားထောင်လျှင် သင်တွင်ပြဿနာရှိသောအခါ၌လည်း သူတို့၏အပြုသဘောဆောင်သော တုန့်ပြန်မှုများကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်ပေလိမ့်မည်။ ကူညီလိုသောဆန္ဒသည်နှစ်ဦးနှစ်ဘက် အပြန်အလှန်ဖြစ်ရမည်။ တစ်လမ်းသွားမဖြစ်နိုင်ပါ။

၂။ သင်၏စစ်မှန်သော ခံစားမှုများကို သိရှိအောင်လေ့ကျင့်ပါ။ သင်၏ ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ သတင်းစကားသည် ဒေါသပါနေလေ့ရှိလျှင် ကလေးငယ်များက သင့်အားပြဿနာပေးသောအခါ၌ သင်တွေ့ကြုံရသောခံစားမှု အစစ်အမှန်ကို သင်မသိနိုင်ပေ။ သင့်ကိုယ်သင့် “ငါဘာကိုကြောက်တာလဲ” ဟုမေးပါ။ အကြောင်းမူ သင်မနှစ်သက်သောအကြောင်းအရာအချို့သည် သင်၏တန်ဖိုးကို တစ်နည်းနည်းဖြင့် ခြိမ်းခြောက်နေသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

၃။ အဆိုပါအပြုအမူ၏ရလဒ်ကို ကလေးငယ်များအား သင်မပေးလျှင် ကလေးငယ်များ၏ အပြုအမူပြောင်းလဲရန် မမျှော်လင့်ပါနှင့်။ သူတို့အား အကြောင်းရင်းမှန်ကို ပြောပြပါ။ အကြောင်းမူ သူတို့အဘယ်ကြောင့် အပြုအမူပြောင်းလဲရန် လိုအပ်သည့်အကြောင်းရင်းတစ်ခုရှိနေသည်ဟု ကလေးများက ယူဆထားသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

၄။ ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ နည်းစနစ်သည် အစဉ်အမြဲအကျိုးသက်ရောက်မည်ဟု မျှော်လင့်မထားပါနှင့်။ သင်သည် မိတ်ဆွေတစ်ဦး သို့မဟုတ် ဇနီး/ခင်ပွန်းနှင့် ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင်တွေ့ရလျှင် သင်ပြောင်းလဲရမည်ဟု အချိန်တိုင်းခံယူထားသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

၅။ သင့်ကလေးများအား ပျက်စီးလွယ်သော ထိခိုက်လွယ်သောသူများအဖြစ် မယူဆပါနှင့်။ ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ နည်းစနစ်ကိုပထမအကြိမ် အသုံးပြု၍ မအောင်မြင်လျှင် နောက်တစ်ကြိမ်သည်ထက်ပို၍ ခိုင်မာစွာအသုံးပြု ကြိုးစားကြည့်ပါ။

၆။ သင်၏ကလေးများနှင့် ထိပ်တိုက်တွေ့ကြုံရ၍ ဖီဆန်သောလက္ခဏာများတွေ့ရလျှင် သတိထား၍နားထောင်ပါ။ ထို့နောက်လိုအပ်ပါက ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်း နည်းစနစ်သို့ပြောင်းလိုက်ပါ။

၇။ သင့်အားအဘယ်ကြောင့် သူတို့ကပြဿနာဖြစ်စေခြင်းကို ကလေးများအားပြောပြပါ။ ထိုပြဿနာကို မည်သို့ဖြေရှင်းရမည်ကိုမပြောပါနှင့်။ သူတို့အား သင့်ကိုကူညီနိုင်သည့် အခွင့်အလမ်းပေးပါ။

၈။ ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ နည်းစနစ်သည် သင်လိုချင်သောအရာကို ရရှိရေးအတွက် စွမ်းအားမဲ့သော နည်းစနစ်ဖြစ်သဖြင့် အမိန့်ပေးခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်အားကိုးဖြင့် အတင်းအကျပ်ပြုခြင်း အပြစ်ပေးမည်ဟု ခြိမ်းခြောက်ခြင်းစသည်တို့ကို နောက်ဆက်တွဲအကျိုး ဆက်အဖြစ်အသုံး မပြုပါနှင့်။

စည်းကမ်းအတွက် ပုံသေနည်း - ချစ်ခြင်းမေတ္တာဖြင့်အနိုင်ယူပါ။

ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ အသုံးပြုနည်းကမည်သို့အထောက်အပံ့ပြုသနည်း။

ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ သုံးနှုန်းသည့်နည်းစနစ် အသုံးပြုမှု၏ အကျိုးသက်ရောက်ပုံကို မိခင်တစ်ဦးက “ဒီနည်းကိုကျွန်မစပြီး အသုံးပြုပြီးတဲ့နောက် ဘာကိုမျှော်လင့်ရမလဲ။ ဘယ်လိုအခြေအနေရှိသလဲ ဟူသောရွေးချယ်မှု (၂)ခုအနက် ဖြစ်နိုင်ချေမရှိသောအချက် တစ်ခုကိုရွေးချယ်ဖို့ အခွင့်အလမ်းရလာခဲ့ပါတယ်။ ဇနစ်သားကလေးတစ်ဦးကို အိမ်မှမိုင်ပေါင်းများစွာ ဝေးကွာသောနေရာရှိ ဂီတသင် တန်းတစ်ခုကို စီးပွားရေးအချက်အချာနေရာတွေ ကျောင်းတွေပြည့်နှက်နေတဲ့ နေရာတွေကိုဖြတ်ပြီး ညနေပိုင်းကားအသွားအလာ ရှုတ်တဲ့ အချိန်မှာ အကြိုအပို့လုပ်ပေးရတာဟာ အင်မတန်ခက်ခဲလှပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ကျွန်မအနေနဲ့လည်း တစ်ခြားမိဘတွေလို တစ်ခါ တစ်ရံမှာ စိတ်ဆင်းရဲတာ ကလေးတွေကို အော်ရငေါက်ရတာ မသင့်တော်တဲ့နာမည်တွေကိုခေါ်ရတာ ဆူပူကြိမ်းမောင်းရတာတွေ ရှိခဲ့ တာပေါ့။ နေ့ကြီးရက်ကြီးတစ်ခုမှာ ကျွန်မရဲ့ခံစားချက်တွေကို မအော်မငေါက်ဘဲ ပြောပြဖို့ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ ကားကိုလမ်းဘေးမှာ ထိုးရပ်ပြီး ကားသော့ကိုဆွဲထုတ်လိုက်ပါတယ်။ သူတို့ကမေးကြမြန်းကြတော့ ကျွန်မကအေးအေးဆေးဆေး ရှင်းပြပါတယ်။ “အခု မေမေ ကားမောင်းဖို့ကြောက်နေပြီ။ သားတို့တွေက ဆူညံပြီးအငြိမ်မနေကြတော့ မေမေကားမောင်းဖို့ မရဲတော့ဘူး။ မေမေတို့ ကားတိုက်မှုတစ် ခုဖြစ်မှာ သိပ်စိုးရိမ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒီနေရာမှာ စိတ်ငြိမ်သွားအောင် မေမေဇနစ်နားနေတာ” နောက်ထပ်စကားပြောစရာ မလိုတော့ ဘဲအားလုံးပင် ငြိမ်သက်သွားကြပါတယ်။ အဲဒီခရီးတစ်လျှောက်လုံး စိတ်အေးလက်အေးကားမောင်းနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ အခုဆိုရင် ကားမောင်း နေတုန်းကလေးတွေ ရုတ်တရက်လုပ်လာရင် ကားကိုလမ်းဘေးထိုးရပ်လိုက်ပြီး တိတ်တိတ်ကလေးငြိမ်နေလိုက်တယ်။ အသံမထွက်ဘဲ နေပေမဲ့ ကျွန်မဘာပြောနေတယ်ဆိုတာကို ကလေးတွေသိနေကြပါတယ်။”

.....

ရေရှည်ရည်မှန်းချက်မှာ ကလေးများအား နာခံတတ်ရန်အားပေးရေး အမှားနှင့်အမှန်ကို သိမြင်၍အမှန်ကိုရွေးချယ်တတ်ရေးပင် ဖြစ်သည်။

.....

ကလေးများသည်အမှန်တစ်ကယ် ကူညီလိုကြပါသည်။

ကလေးများသည် ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ချစ်ခြင်းမေတ္တာဖြင့် တုန့်ပြန်လေ့ရှိကြသည်။ ၎င်းတို့သည် မိဘများ၏ လိုအပ်ချက်များ နှင့်ခံစားချက်များကို အမှန်တကယ် အလေးထားလျှင် ကောင်းမွန်သော ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ သုံးနှုန်းသည့်စနစ်ကို တုန့်ပြန်ကြကြောင်း မိဘများတွေ့ရပါလိမ့်မည်။ မိဘတစ်ဦးက သူ၏၁၀နှစ်အရွယ် သမီးကေသီ (Cathy) အားအဆိုပါနည်းစနစ် အသုံးပြုပြောပြပုံကို ရှင်းပြထားပါသည်။ မိခင်ညှပ်ပိုင်းစာသင်ရာမှ ပြန်ရောက်လာလျှင် အိမ်တွင်ပစ္စည်းပစ္စယများ သိမ်းဆည်းထားရန်ပြောခဲ့သည်။ ‘ကျွန်မ ပြောပြီးအတော်ကြာတဲ့တိုင်အောင် ကေသီဘာမှ ပြန်မပြောဘူး’ သူမအတွက် ထူးဆန်းနေသလိုပဲ။ နောက်ဆုံးတော့ ‘မေမေဒီလိုလုပ်စေ ချင်တာ သမီးမသိဘူး’ လို့ကေသီကပြန်ပြောပါတယ်။

ကေသီကဲ့သို့ပင် ကလေးများအား မိဘများ၏လိုအပ်ချက်ကို ပြောပြလေ့မရှိကြပါ။ သူတို့ဘာလုပ်ရမည်။ ဘာလုပ်သင့်သည်။ ဘယ်လိုကောင်းအောင် လုပ်ရမည်ကိုသာ ပြောပြလေ့ရှိကြသည်။

ဤနည်းစနစ်၏ စွမ်းအားမှာ ပြောကြားသူကသူ့တွင် ပြဿနာရှိကြောင်းနှင့် ထိုပြဿနာကို အကူအညီရယူလိုကြောင်း ဝန်ခံ ဖော်ပြချက်ပင် ဖြစ်သည်။ လူသားအားလုံး၏ ဆက်ဆံရေးတွင် ဤသို့ဖော်ပြချက်မျိုးသည် အလွန်စွမ်းအားကြီးသည်။ သူငယ်ချင်းတစ် ဦးကသူ့တွင် ပြဿနာတစ်ခုရှိကြောင်း ယုံကြည်စွာပြောပြလျှင် အပြောခံရသူက စိတ်ဝင်စားစွာ နားထောင်လေ့ရှိကြပါသည်။ သို့ရာတွင် အဆိုပါသူငယ်ချင်းက အပြစ်တင်သောစကားများ လုပ်ရမည်။ လုပ်သင့်သည်ဟူသော မှတ်ချက်များဖြင့်ပြောလျှင်မူကား နားထောင်သူ ကငြင်းဆန်တုန့်ပြန်တတ်ပေသည်။ ဘာလုပ်ရမည်ဟုပြောခြင်းကို ကလေးငယ်များအပါအဝင် မည်သူမျှမကြိုက်ကြပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကလေးငယ်များ၏ ဆန္ဒနှင့်စိတ်အားထက်သန်မှုများကို လျော့တွက်လေ့ရှိကြသည်။ တစ်ကယ်တော့ ကလေးငယ်များသည် မိဘများအား ကူညီချင်ကြပါသည်။ မိဘများ၏ ဘဝပို၍အဆင်ပြေစေရန် အထောက်အကူပြုချင်ကြပါသည်။ ထိုသို့အထောက်အကူပြုနိုင်လျှင် သူတို့ ကျေနပ်ပီတိဖြစ်ကြပါသည်။ မိဘများက ကလေးများ၏ကူညီလိုသောဆန္ဒကို အထင်သေးကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူတို့တွင် အကူအညီလိုအပ်ကြောင်း ပြောပြရန်ခဲယဉ်းလှသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

.....

.....

ကလေးငယ်များ၏ ထူးချွန်သောဖြေရှင်းချက်များတွေ့ရှိသူ

မိဘများက ကလေးများအား “မင်းဒါကိုလုပ်ရမယ်။ ဒီလိုလုပ်သင့်တယ်။ ဘာကြောင့် ဒါကိုမလုပ်တာလဲ” ဟူသောအဖြေများမပါ သည့် ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ အသုံးအနှုန်းနည်းစနစ်ကို အသုံးပြုလျှင် မိဘများ၏ပြဿနာကို ကူညီဖြေရှင်းပေးရေးအတွက် ကလေးများ ၏ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ချမှတ်ရန်စဉ်းစားတွေးခေါ်ခွင့် ပေးခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါ ဖြေရှင်းချက်များသည် အံ့ဩဖွယ် ကောင်းလောက်အောင်ပင် တီထွင်ဖန်တီးမှုရှိပြီး ထူးချွန်ပြောင်မြောက်လှကြောင်း တွေ့ရှိရပေသည်။ ထိုဖြေရှင်းချက်မျိုးကို မိဘများပင် ဘယ်သောအခါကမျှ တွေးခေါ်စဉ်းစားခဲ့ကြမည် မဟုတ်ပါချေ။ ဂန္ဓာ ၃နှစ်သား ကလေးငယ်များပင်လျှင် ထုံးစံအတိုင်းဖြစ်လေ့ဖြစ်ထ မရှိသောအဖြေများ ထုတ်နိုင်စွမ်းရှိကြပါသည်။ ဖခင်တစ်ဦးက ဤသို့ပြောပြပါသည်။

“ကျွန်တော်အိမ်ပြန်လာတော့ ဂယ်ရီ (Garry) ရဲ့ဟော်ကီနက် (ဟော်ကီပိုက်) ကကားလမ်းအလယ်ကောင် မြက်ခင်းသစ်ရဲ့ တစ်ဝက်တည့်တည့်မှာ ချိတ်ထားတာကို တွေ့ရတယ်။ မြက်ခင်းထဲမှာလည်း ခြေရာတွေရှုတ်ပွနေပြီး မြက်ပင်တွေပြန်ကျနေတာတွေ့ရ တယ်။ ကျွန်တော်က သူ့ကိုမြက်ပင်တွေက ရှုတ်ပွနေတာမြင်ရတော့ စိတ်ဆင်းရဲကြောင်း မြက်ခင်းကိုပြန်စိုက်ဖို့ အချိန်လည်းမရှိကြောင်း ပြောပြလိုက်ပါတယ်။ သူက ကျွန်တော်ပြောတာကို အသိအမှတ်ပြုတဲ့ သဘောနဲ့အာမာန္တခံပြီး တီဗွီကိုဆက်ကြည့်နေပါတယ်။”

“တစ်ရက်နှစ်ရက်လောက်ကြလို့ ကျွန်တော်အိမ်ပြန်လာတော့ ဟော်ကီကစားပွဲက စည်ကားနေတာတွေ့ရပါတယ်။ အိမ်နီးချင်း ယောက်ျားကလေး ၄-၅ ဦးနဲ့ကျွန်တော့်သားပေါ့။ ဟော်ကီနက်ကတော့ မြက်ခင်းကိုခွပြီး ကားလမ်းမှာဆင်ထားတယ်။ ကျွန်တော်က မေးတော့ ချာတိတ်တစ်ယောက်က “မြက်ခင်းပေါ်မှာ ခြေရာထင်တိုင်း ပင်နယ်လ်တီလိုသတ်မှတ်ထားတယ်” လို့ပြောပြပါတယ်။ ဒီလို ဖြေရှင်းမှုမျိုးဘယ်လို ရလာပါလိမ့်ဆိုတာ ကျွန်တော်မစဉ်းစားတတ်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ အဖြေကတော့ ကျွန်တော်တစ်ခါမှ မစဉ်းစားခဲ့ဘူးတဲ့ ထူးခြားတဲ့အဖြေတစ်ခုပါပဲ။”

ကလေးများသည် ပြဿနာကိုဖြေရှင်းရာ၌ ထွင်ဉာဏ်ရှိကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူတို့လုပ်ချင်သောအရာကို ဖြစ် မြောက်အောင်လုပ်ရန် ပြင်းပြသောဆန္ဒ ရှိသောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးငယ်များသည် သူတို့၏အလုပ်များကို ရပ်မပြတ်ဘဲ မိဘများ ၏လိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်သည့် ဖြေရှင်းချက်များကို သူတို့၏သေးငယ်သော ဦးနှောက်ကလေးများဖြင့် ရှာဖွေနိုင်စွမ်းရှိကြကြောင်း ကိုတွေ့ရပါလိမ့်မည်။ အောက်ပါဖြစ်ရပ်တွင် တင်မ် (Tim) အားမည်သည့်အရာက လှုံ့ဆော်သည်ကို တွေ့ရပါမည်။

“မိခင်တစ်ဦးက သူမ၏စတီရီယို ဘီရိုကိုအရောင်တင်နေသည်။ သူမ၏ ၇နှစ်နှင့် ၄နှစ်သားကလေးငယ်နှစ်ဦးကလည်း သူတို့ ၏အသံသွင်းခွေများကို ဖွင့်ချင်နေသည်။ သို့သော် မိခင်ကလက်ရာများ ထင်မှာစိုးသည်။ မိခင်က “အဖုံးဖွင့်ရင် လက်ရာတွေထင်မှာစိုး တယ်။ မိတ်ဆွေတွေ မလာခင်မှာ လက်ရာတွေကို မေမေကပြန်ဖျက်နေရဦးမယ်” ဟုပြောလိုက်သည်။ ထိုအခါ ၇နှစ်သားကလေးက သူ၏ ကိုယ်ပိုင်အဖြေကို တီထွင်ရန်ရှာဖွေခဲ့သည်။ သူ၏ဆွယ်တာအင်္ကျီလက်ကို လက်ဖျန်အထိဆွဲချပြီး စတီရီယိုကို လက်ရာမထင်ဘဲဖွင့်လိုက် လေသည်။”

ရိုးသားခြင်းသည်မွန်မြတ်၏

မိဘများက ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ အသုံးအနှုန်းနည်းစနစ်ကို အသုံးပြုသောအခါ ကလေးငယ်များ၏ ပြောင်းလဲမှုကိုသတိပြုမိ ရုံမျှမက သူတို့ကိုယ်တိုင်တွင်လည်း ထူးခြားသောပြောင်းလဲမှုကို ကြုံတွေ့ကြရသည်။ ထိုပြောင်းလဲမှုကို ဖော်ပြသည့်စကားလုံးတစ်ခုမှာ မွန်မြတ်သော ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုဟု ဆိုရပေမည်။

“သင်လုပ်တဲ့အတိုင်း ဖြစ်လာတယ်” ဟူသောဆိုရိုးစကားဟောင်းကို ဤနေရာတွင်အသုံးပြုရပေသည်။ ဆက်သွယ်ရေးနည်းစနစ် သစ်တစ်ခုကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့်အစတွင် မိဘများသည် သူတို့၏ ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ နည်းစနစ်ကအခြားသူများကို ရိုးသားဖြောင့်မတ် စွာဆက်သွယ်နိုင်သည်ဟု အလေးအနက်ခံစားကြရသည်။ အဆိုပါနည်းစနစ်သည် မိဘများ၏ ခံစားမှုအစစ်ကို အမှန်တကယ် ဆုပ်ကိုင် ဖမ်းယူနိုင်စွမ်းရှိပါသည်။

.....

သူ့ကိုယ်သူ ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုမရှိသောသူသည် အခြားသူများအပေါ်တွင်လည်း ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှု မရှိနိုင်ပါ။

.....

သင်၏ဒေါသကိုမည်သို့ဖြေဖျောက်မည်နည်း။

သင်ကိုယ်တိုင်မှန်ကန်သော နည်းလမ်းဖြင့်ဖွင့်ထုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးပင် အနေနှင့်အမြန်ဆိုသလို ဒေါသဖြစ်လေ့ စိတ် ဆိုးလေ့ရှိတတ်ကြပါသည်။ သို့သော် နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာဖွင့်ထုတ်လျှင် တွန်းကန်လိုစိတ် သို့မဟုတ် မကျေမချမ်း ဖြစ်စိတ်များအစား

ကောင်းသောအကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။ မိခင်တစ်ဦးက အောက်ပါနမူနာတစ်ခုကို ပြောပြပါသည်။

“ကျွန်မက ကြမ်းတိုက်နေသည်။ ကလေးတွေက ဝင်လိုက်ထွက်လိုက်လုပ်နေတော့ တော်တော်မသိသားဆိုးတာပဲလို့ ကျွန်မ တွေးမိတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်မက မေမေအခုစိတ်ဆိုးနေတယ်။ စိတ်တိုနေတယ်။ ဒီတော့ ဘယ်သူနဲ့မှစကား မပြောချင်ဘူး။ မေမေ တစ်ယောက်တည်းပဲ နေချင်တယ်လို့ ပြောလိုက်တယ်။ သူတို့က ကျွန်မကိုကြည့်ပြီး “ဟုတ်ကဲ့ သားတို့အပေါ်ထပ်မှာ သွားကစကားပါ မယ်” လို့ပြောပါတယ်။ အဖြစ်ကတော့ ရိုးရိုးလေးပါပဲ။ သိပ်အံ့ဩဖို့ကောင်းပါတယ်။”

ထိုမိခင်က အကြောင်းပြချက်များ (သူမတစ်ယောက်တည်းနေချင်တယ်။) ပေးသောအခါ ဒေါသသည် တံခါးကိုဆောင့်ပိတ်ရန် သို့မဟုတ် အတ္တစိတ်ကိုထကြွစေရန် နှိုးဆွခြင်းမပြုတော့ဘဲ ရလဒ်ကောင်းများ ထွက်ပေါ်စေသည်မှာ ထင်ရှားပါသည်။ စင်စစ် ဒေါသကို ဖွင့်ဟပြောခြင်းသည် မိဘများအတွက် ရင်ထဲတွင်ကြိတ်မှိတ် ခံစားကာ ကလေးငယ်များအား မကျေမနပ်ဖြစ်နေခြင်း ထက်ပို၍ စိတ်သက် သာရာရစေပါသည်။

ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ အသုံးအနှုန်းနှင့်လက်ခံခြင်း

အောက်ပါတို့သည် ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ အသုံးအနှုန်းနည်းစနစ်နှင့် လက်ခံခြင်းတို့အတွက် အပြုသဘောဆောင်သော နမူနာ အချို့ဖြစ်ပါသည်။

သင်၏ ဂန္ဓစိတ်အရွယ်သမီးငယ်က ကျောင်းဆင်းသောအခါ သူမ၏သူငယ်ချင်း တစ်ဦးအိမ်တွင် ဝင်နေကြောင်း သင့်ကိုဖုန်းဆက်အကြောင်းကြားပါသည်။

“သမီးဘယ်မှာရှိတယ်ဆိုတာဖုန်းဆက်တော့ သမီးကိုစိတ်မပူရတော့ဘူး။ မေမေစိတ်သက်သာသွားတာပေါ့ကွယ်”

သင်၏ ၁၂အရွယ်သားငယ်လေးက သူ၏ဆံပင်ကို ယခင်ကထက်ပို၍ ကြော့နေအောင်ပြီးသည်။

“သားကဆံပင်ကို အခုလိုကြော့နေအောင် ဖြီးထားတော့ တကယ်ကြည့်လို့ကောင်းတယ်ဟေ့”

သင်၏ ၆နှစ်အရွယ်သားငယ်လေးက သင်အရင်စလို စားပွဲပြင်နေသည်ကို စိတ်ပါလက်ပါဝင်ရောက်ကူညီသည်။

“သားဒီညကူညီတာ မေမေတကယ့်ကို ဝမ်းသာတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ညစာစားဖို့နောက်မကျတော့ဘူးလေ။”

ထိုသို့ မိမိကိုယ်မိမိ ပြဿနာကို ကိုယ်စားပြုဖော်ပြောသော ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ အသုံးအနှုန်းသည် ပြဿနာများကိုလည်း ကြိုတင်ကာကွယ်ရန် အထောက်အကူပြုပါသည်။ သင်၏ ကလေးများသည် သင်၏လိုအပ်ချက်များကို မသိရှိဘဲ လက်မခံနိုင်သော အပြုအမူများကို ပြုလုပ်သည်အထိ စောင့်ဆိုင်းမနေဘဲ သင့်စိတ်ထဲတွင် ဘာတွေတွေးနေသည်ကို ကလေးများအား ကြိုတင်သိရှိစေခြင်း ကပို၍ အကျိုးသက်ရောက်စေပါသည်။

ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ (မိမိပြဿနာကို ဖော်ပြသောနည်းသည် ပြဿနာများကို မည်သို့ဖြေရှင်းနိုင်သနည်း)

ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ အသုံးအနှုန်းကို အသုံးပြုသောနည်း (မိမိအခက်အခဲကိုဖော်ပြသောနည်း) သည် ကလေးများ၏ အပြုအမူ ကိုပြောင်းလဲနိုင်ခြင်း မရှိသောအခါ မိဘများက ထိုနည်းကိုမကျေမချမ်းဖြင့် စွန့်လွှတ်ဖြစ်ကြသည်။ ထိုနည်းသည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် ပြဿနာဖြေရှင်းသည့် ပမာဏအဆင့်သာဖြစ်ကြောင်းကို မိဘများကမေ့လျော့နေတတ်ကြသည်။ သင့်အတွက် ကလေးငယ်၏ အပြုအမူ ကိုအဘယ်ကြောင့် လက်မခံနိုင်ကြောင်း ထိုနည်းဖြင့်ပြောပြသော်လည်း ကလေးငယ်က ထိုအပြုအမူခိုင်မြဲစွာ ဆက်လက်ပြုမူလိုသော ဆန္ဒရှိနေဆဲဖြစ်သည်။ သို့သော် ထိုသို့အဘယ်ကြောင့် ဆက်လက်ပြုမူသည်ကို သင်မသိနိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် သူ၏အပြုအမူကို ပြောင်းလဲ ခြင်းမပြုလျှင် သင်တို့ ၊ ဦးတွင် ပြဿနာရှိနေပေပြီ။ သင်က ထိုအပြုအမူကို မနှစ်သက်။ သူကဆက်လက်ပြုမူသည်။

ဤအကြောင်းဖြင့် ထိုနည်းကိုသုံးစွဲရန် လက်မလျှော့သင့် မစွန့်လွှတ်သင့်ပါ။ သင်၏လိုအပ်ချက်ကို ယခုတိုင်ဖြေရှင်းမပြီးသေး ပါ။ သင့်တွင် အဆိုပါပြဿနာရှိနေဆဲဖြစ်ပါသည်။ သင်၏အလုပ်မှာ ထိုပြဿနာကို စတင်ဖြေရှင်းရေးပင် ဖြစ်ပါသည်။ သင့်နှင့် ကလေး ငယ်နှစ်ဦးစလုံး လက်ခံနိုင်သော အဖြေတစ်ခုနှင့် ပတ်သက်ပြီးနှစ်ဦးနှစ်ဘက် ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုကို ချမှတ်ရပါလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် မိမိ၏အခက်အခဲကိုသာ ထုတ်ဖော်ပြောပြသည်။ ကျွန်ုပ်/ဖေဖေ/မေမေ အသုံးအနှုန်းနည်းသည် အရာမထင်ပါက မိဘများနှင့်ကလေး ငယ်တို့၏ လိုအပ်ချက်ကို ပြေလည်သွားစေမည့် ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းကို တစ်ဆင့်တက်၍ ဆောင်ရွက်ရန်သာဖြစ်ပါသည်။

ပဋိပက္ခဖြေရှင်းနည်း ၃ရပ်

မိဘများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏သားသမီးများနှင့် မလွဲမရှောင်သာ တွေ့ကြုံရသော ပဋိပက္ခများကို ဖြေရှင်းရာတွင် ခြွင်းချက်မရှိသောနည်း ၂ခုမှာ ထင်းကျပ်ခြင်းနှင့် သက်ညှာခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ယင်းတို့ကို နည်း ၁နှင့် နည်း ၂ ဟုခေါ်နိုင်ပါသည်။ ယင်းနည်း ၂ခုစလုံးပင် အနိုင် အရှုံးနည်းများဖြစ်သည်။ တစ်ဦးကနိုင်၍ တစ်ဦးကရှုံးရပေမည်။ ပဋိပက္ခများကို အင်အားပြိုင်ဆိုင်မှုအဖြစ် ချဉ်းကပ်လေ့ရှိသည်။ ဆန္ဒပြိုင်ဆိုင်မှုနှင့် အနိုင်ရလိုမှုဟူသော သင်အားပြိုင်ဆိုင်မှုဖြစ်သည်။ အဘယ်ကြောင့် ဤသို့ဖြစ်သည်ကိုမူ စာရှုသူသုံးသပ်ခြင်းဖြင့်အထောက်အကူ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

နည်း ၁ သည်မည်သို့ ဖြစ်ပျက်သနည်း။

မိဘနှင့်ကလေးငယ်အခြား ပြဿနာတစ်ခု ဖြစ်ပွားသောအခါ ကလေးငယ်က လက်ခံလိုမိမည်။ လက်ခံရမည်ဟူသော မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ပြဿနာ၏အဖြေကို မိဘကဆုံးဖြတ်ကြသည်။ ကလေးငယ်က လက်မခံဘဲတုန့်ပြန်သောအခါ အင်အား သို့မဟုတ် လုပ်ပိုင်ခွင့်ကိုသုံး၍ (သို့မဟုတ် အမှန်တကယ်သုံး၍) ကလေးငယ်အား အတင်းအကျပ်လိုက်နာစေရန် ခြိမ်းခြောက်သည်။ (မိဘနိုင်၍ ကလေးငယ်ကရှုံးသည်။)

နည်း ၂ သည်မည်သို့ဖြစ်ပျက်သနည်း။

မိဘနှင့်ကလေးငယ်အကြား ပြဿနာတစ်ခုဖြစ်ပွားသောအခါ ကလေးငယ်က မိဘ၏အဖြေကိုလက်ခံလာစေရန် မိဘကဦးစွာ ဆွဲဆောင်သည်။ ကလေးငယ်က လက်မခံဘဲတုန့်ပြန်သောအခါ မိဘကစွန့်လွှတ် သို့မဟုတ် လက်လျှော့လိုက်ကာ ကလေးငယ်အား သူ့သဘောအတိုင်းပြုရန် ခွင့်ပြုလိုက်သည်။ (ကလေးငယ်ကနိုင်၍ မိဘကရှုံးသည်။)

နည်း ၂မျိုးစလုံးတွင်ပင် မိဘနှင့်ကလေးငယ်၏ သဘောထားမှာ “ငါ့နည်းလမ်းအတိုင်း ဖြစ်ချင်တယ်။ မဖြစ်ရင်ဖြစ်အောင် အင်အားသုံးမယ်” သို့မဟုတ် “သူများတွေလိုအပ်ချက်ပြည့်အောင် မလုပ်နိုင်တာငါမသိဘူး။ ငါလိုအပ်ချက်တွေ ပြည့်အောင်လုပ်မှာဘဲ” ဟူ၍ဖြစ်သည်။ နည်း ၂မျိုးစလုံးတွင် တစ်ဦး၏ခံစားချက်သည် ဖြိုဖျက်ခံရပြီး အခြားသူ၏အောင်နိုင်မှုအတွက် မခံမရပ်နိုင်ဖြစ်လေ့ရှိသည်။ ဒေါသထွက်လေ့ရှိရသည်။ သို့သော် “မည်သူမျှမရှုံးသောနည်း” ဟုခေါ်သည့် တတိယနည်းလမ်းရှိပါသည်။

နည်း ၃ နည်းသည်မည်သို့ဖြစ်ပျက်သနည်း။

မိဘနှင့်ကလေးငယ်အကြား ပြဿနာဖြစ်ပွားသောအခါ နှစ်ဦးနှစ်ဘက်လက်ခံနိုင်သော အဖြေအချို့ကိုအတူတကွ ရှာဖွေရေးအတွက်မိဘက ကလေးငယ်ကိုပြောသည်။ တစ်ဦးဦးက ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသောအဖြေများကို အကြံပြုကာနောက်တွင် ပြန်လည်စိစစ်သုံးသပ်ကြသည်။ အကောင်းဆုံးအဖြေကို ဆုံးဖြတ်ကြသည်။ ထိုဆုံးဖြတ်ချက်ကို မည်သို့ဆောင်ရွက်ကြသည်ကို အတူတကွဆုံးဖြတ်ကြပါသည်။ အင်အားဖြစ်စေ လုပ်ပိုင်ခွင့်ဖြစ်စေ သုံးစွဲခြင်းမပြုကြပါ။ (မည်သူမျှမရှုံးကြပါ။)

ကလေးများတွင် ကန့်သတ်ချက်များ လိုအပ်သည်။ သို့သော် ကန့်သတ်ချက်များကို သူတို့အပေါ်တွင် မစည်းကြပါနှင့်။ သူတို့ကန့်သတ်ချက်ကို သူတို့ချမှတ်ပါစေ။ သို့မဟုတ် အပြန်အလှန်ချမှတ်ပါစေ။ နည်း ၁ကိုစွန့်လွှတ်ခြင်းသည် ကန့်သတ်ချက်မရှိသော အိမ်ထောင်စုဟူသော အဓိပ္ပါယ်မသက်ရောက်ပါ။ ကန့်သတ်ချက်နှင့် စည်းကမ်းချက်များစွာ ထားရှိပြီး ယင်းတို့မှာလိုက်နာရန် ဆီလျော်သည့်အချက်များ ဖြစ်လေ့ရှိပါသည်။ မိဘများက ဤအချက်ကိုနားလည်လျှင် ၎င်းတို့၏အင်အား/လုပ်ပိုင်ခွင့်ကို အစွဲကြီးစွာကိုင်ဆုပ်ထားရန် လိုမည်မဟုတ်ပါ။

.....
စည်းကမ်းချက်နည်းလေကောင်းလေဖြစ်သည်။ ကလေးများလိုက်နာရန် ခက်ခဲသည့်စည်းကမ်းများကို မချမှတ်ပါနှင့်။ ခက်ခဲသောစည်းကမ်းများကို ချမှတ်ပါက ကလေးများက အန်တုဖီဆန်လာမည့်အပြင် ယင်းစည်းကမ်းများကို လေထဲသို့လွှင့်ပြစ်လိုက်ပါလိမ့်မည်။
.....

“အရှုံးမရှိသော” နည်းကိုအသုံးပြုခြင်း

ရှေးဦးစွာ အရှုံးမရှိသောနည်းကို လတ်တလောပေါ်ပေါက်တတ်သော မပြင်းထန်သည့် ပြဿနာမျိုးတွင် စ၍သုံးကြည့်ပါ။ မပြင်းထန်သောဆိုရာတွင် အမျက်ဒေါသ သို့မဟုတ် မခံမရပ်နိုင်ဖြစ်မှု သို့မဟုတ် ကသိကအောက် သိပ်မဖြစ်သောကိစ္စမျိုးကို ဆိုလိုသည်။ ဥပမာ “ဒီစနေ တနင်္ဂနွေမှာ တို့မိသားစုအတူတကွ ဘယ်လိုအချိန်ဖြုန်းကြမလဲ။” “နောက်တစ်ပတ် သားရဲ့သူငယ်ချင်း အေမီ အလယ်လာမယ်ဆိုရင် သားလည်းအဆင်ပြေ၊ ဖေဖေတို့လည်း အဆင်ပြေအောင် ဘယ်လိုစည်းကမ်းတွေ ချထားဖို့လိုမလဲ” “မနက်ကျောင်းမီအောင် သားကို ၃-၄ ခါနှိုးရတဲ့ကိစ္စ အဆင်ပြေအောင် မေမေတို့ဘယ်လိုလုပ်ရင် ကောင်းမလဲ။”

“ပြဿနာကြိုတင်ဖြေရှင်းခြင်း” မျိုးကဲ့သို့သော အခြေအနေ ဤနည်းစနစ်ကို စတင်အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ရှုတ်ထွေးခက်ခဲပုံမရသည့်ပြင် မိဘများအနေဖြင့်လည်း မိဘများကိုအထောက်အပံ့ပြုမည့် အဖြေများကိုကလေးငယ်များက မည်မျှလိုလားစွာ လက်ခံကြသည်ကိုမြင်တွေ့ခွင့်လည်း ရရှိနိုင်ပါသည်။

ဒုတိယအနေဖြင့် ယခင်ကကလေးငယ် အလိုမကျခဲ့သော သူ၏ဆန္ဒမပြည့်ဝခဲ့သော ပြဿနာမျိုးကိုရွေးချယ်ပါ။ ထိုပြဿနာမျိုးတွင်ကလေးများသည် ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းမှ တစ်စုံတစ်ခုကို ရရှိပါသည်။ ဥပမာ “ညအိပ်ရာဝင်ဖို့ပြောတိုင်း သားကမေမေနဲ့ဖေဖေကို မုန်းတယ်။ ကဲ သားရော ဖေဖေတို့ရော လက်ခံနိုင်တဲ့အဖြေတစ်ခုကို ရှာကြည့်ရင်မကောင်းဘူးလား။” “သားကလည်း ကြက်ဥ ဘဲဥ မကြိုက်ဘူး။ မေမေကလည်း ဆူရကြိမ်းရတာကို မုန်းတယ်။ ဒီတော့ တို့နှစ်ဦးစလုံး စိတ်ချမ်းသာစေမယ့် နည်းလမ်းတစ်ခုကို ရှာစေချင်တယ်။”

ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းမှ ကလေးများအကျိုးကျေးဇူးများစွာ ရရှိ၍အတွေ့အကြုံသစ်များ ရရှိသွားသောအခါ မိဘများက ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်များကို ဖြေရှင်းနိုင်ခြင်းမရှိသည့် အချိန်တွင်ကလေးများက ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းတွင် ပိုမိုလိုလားစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ချင်ကြပါသည်။

ကျောင်းဆရာမတစ်ဦးဖြစ်သည့် မိခင်တစ်ဦးက ကလေးများနှင့် ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်း၏ အရေးကြီးပုံကို အောက်ပါအတိုင်း အကျဉ်းချုပ်ပြောပြပါသည်။

“ဒီကိစ္စဟာ အိမ်ထောင်ပြုတာနဲ့အတူတူပဲ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် နားလည်မှုရှိတဲ့ ဆက်ဆံရေးကို လိုချင်ရင် အဲဒီလိုဆက်ဆံရေးမျိုး တိုးတက်အောင်ကြိုးစား နေရလို့ပါပဲ။ တစ်ခုခုအဆင်မပြေဘူးဆိုရင် တစ်ယောက်ယောက်က သူတို့ရဲ့ခံစားချက်တွေကို ပြောပြဖို့ဆန္ဒမရှိဘူးဆိုရင် ဒီပြဿနာဖြေရှင်းနည်းကို အသုံးပြုခြင်းကြောင့် အောင်မြင်မှုရစေပါတယ်။”

ကလေးများထံမှစစ်မှန်မှုမရှိသောအဖြေများ

လုပ်ငန်းတာဝန်တစ်ရပ်လျှင် မည်မျှလွယ်ကူသည်။ မည်မျှခက်ခဲသည်ကို ရှုမြင်တတ်သည်။ အတွေ့အကြုံများ ကလေးငယ်များတွင်နည်းပါးကြသည်ကို စွဲမှတ်ထားပါ။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့အား သူတို့၏ပထမဆုံး တာဝန်ခံမှု/ အာမခံမှုကို ခိုင်မာစွာဆွဲကိုင်မထားသင့်ပါ။

ညစဉ်ပင် ဇနာရီ ဇနာရီခွဲခန့်တွင်မှ အိပ်ရာဝင်လေ့ရှိသော ၅နှစ်သမီးကလေးတစ်ဦးသည် ည၇နာရီခွဲတွင် အိပ်ရာဝင်ရန် ကတိပေးမှု အာမခံမှုကို အောင်ပါအဖြစ်အပျက်က ဖော်ပြနေပါသည်။

“မနက်ခင်းမှာ ကျွန်မက ဂျန် (Jan) ကိုအိပ်ရာထဖို့နှိုးတဲ့အခါတိုင်း သူမကမောတယ်။ ကျောင်းမတက်ချင်ဘူးလို့ပဲ ပြောနေတယ်။ ကျွန်မက မနက်တိုင်းဒီလိုပဲ နှိုးနေရတာ အင်မတန်အခက်ခဲလဲဖို့ ကူညီပေးရတာကို စိတ်ရှုတ်လှပြီ။ အဝတ်အစားလဲဖို့ မနက်စာစားဖို့ မေမေအလုပ်ချိန်တွေထဲက ခွဲပေးနေရတယ်လို့ ကျွန်မကသူမကို ပြောမိတယ်။ သူမက မနက်ခင်းတွေမှာ မောနေတယ်လို့ပဲ ပြောတယ်။ ဒီအကြောင်းကို ကျွန်မနဲ့သူ ထိုင်ပြီးပြောကြတော့ သူမနေတော့ စကားမပြောချင်ဘူး။ သူ့စိတ်ကူးကို စာရေးပြောမယ်တဲ့။ ဒါပေမဲ့သူကမှ စာမရေးတတ်သေးတာပဲ။ ပြီးတော့ပြောတယ်။ မေမေကသမီးကို ပုံပြင်တစ်ပုဒ် ဖတ်ပြပြီးရင် အိပ်မယ်တဲ့။ သူ့အိပ်နေကျက ဇနာရီ ဇနာရီခွဲလောက်ပေါ့။ ပုံပြင်ဖတ်ပြလို့ပြီးတာက ၇နာရီခွဲဆိုတော့ သူ့၇နာရီခွဲမှာ အိပ်ပါမယ်တဲ့။ ဒါဟာဘယ်လိုမှ မဖြစ်နိုင်ဘူးလေ။ အဲဒီညက သူမ၇နာရီခွဲမှာ အိပ်ရာဝင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ၅မိနစ်လောက်ကြာတော့ သီချင်းဖွင့်မယ်တဲ့။ သီချင်းဖွင့်တယ်။ နောက် ၅မိနစ်ကြာတော့ ပြန်ထက်လာပြီး ဒီအဖြေကသိပ်မကောင်းဘူးလို့ပြောတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်မတို့ထပ်ပြီး ကြိုးစားဖြေရှင်းရဦးမှာပေါ့။”

လို့အပ်ချက်များကို ရှိုးသားစွာသိလျှင် အဖြေရှိပါသည်။

ကလေးတစ်ဦး၏ လိုအပ်ချက်ကို နားလည်သဘောပေါက်ရေးနှင့် မတိုးသာ မဆုတ်သာ ဖြေရှင်းနည်းများကို အပြိုင်အဆိုင် ရွေးချယ်နေခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရေးသည် မည်မျှအရေးကြီးကြောင်း ငှနစ်သားကလေး စတန် (Stan) နှင့်သူ့ဖခင်တို့၏ အောက်ပါပြဿနာဖြေရှင်းနည်းက ဖော်ပြနေပါသည်။ စတန်နှင့် သူ့ဖခင်တို့သည် အိမ်တွင်ရှိနေကြပြီး စနေ တနင်္ဂနွေပိတ်ရက် ဖြစ်သဖြင့်သူ့မိခင်နှင့် ၂နှစ်သားကလေးတစ်ဦးက အခြားမြို့တစ်မြို့သို့ ခရီးထွက်နေကြသည်။ ပထမတစ်ရက်တွင် စတန်နှင့် သူ့ဖခင်တို့ အတူတကွစကား

နည်းများကို အချိန်အတော်တော်ကြာအောင် ပြုလုပ်ကြသည်။ သို့သော် ဖခင်က သူ၏ကိုယ်ပိုင်အလုပ်များမပြီးမည်ကို စိတ်ပူလာတော့သည်။

- စတန် - ဖေဖေသားနဲ့အတူ အိမ်ကလေးတစ်လုံး ဆောက်ပေးမလား။
 - ဖေဖေ - မဆောက်နိုင်ဘူးကွာ။ ဖေဖေအလုပ်တော် မပြီးမှာစိတ်ပူနေတယ်။
 - စတန် - ဒီတစ်လုံးပဲ ဆောက်ပေးပါနော် ဖေဖေ၊ ဟုတ်ပြီလား။
 - ဖေဖေ - သားတစ်ယောက်တည်း မဆောက်တတ်သေးဘူးလား။
 - စတန် - (နှုတ်ခမ်းစူလျက်) မဆောက်တတ်ဘူး။
 - ဖေဖေ - သားကဖေဖေနဲ့အတူ ဆောက်ချင်တာလား။
 - စတန် - ဟုတ်ကဲ့။
 - ဖေဖေ - ဒါပေမဲ့ ဖေဖေအခုကစားလို့ မဖြစ်သေးဘူး။ ပြီးရင်ကစားမယ်နော်။
 - စတန် - သားအခန်းထဲမှာ ဖေဖေအလုပ်တွေကို လုပ်လို့ရတာပဲ။
 - ဖေဖေ - ဖေဖေက ဒီဧည့်ခန်းမှာပဲလုပ်မှဖြစ်မှာ။ ဖေဖေစာအုပ်တွေ စာရွက်တွေနဲ့ ထိုင်ခုံကဒီမှာပဲရှိတာလေ။
 - စတန် - (ခဏမျှစဉ်းစားပြီး) သားရဲ့အိမ်ဆောက်တဲ့ သစ်တုံးလေးတွေကို ဒီအခန်းထဲက ကူပြီးရွှေ့ပေးမလား။
 - ဖေဖေ - ဖေဖေအလုပ်လုပ်နေတုန်း ဖေဖေအခန်းထဲမှာ သားက ကစားနေချင်လို့လား။
 - စတန် - ဟုတ်ကဲ့။
 - ဖေဖေ - ကောင်းပြီလေ။ သားရဲ့ပစ္စည်းတွေကို ရွှေ့ကြတာပေါ့။
- စတန်က သူ့ပစ္စည်းနှင့် တစ်နာရီခန့်ကစားနေသည်။ ဖခင်ကလည်း အလုပ်ကောင်းစွာ လုပ်နိုင်သည်။ နောက်နေ့တွင် နှစ်ဦး သားအတူကစားဖို့လည်း အဆင်ပြေသွားပေသည်။

ပြဿနာများတွင် အဖြေတစ်ခုမက ရှိကြသည်။

သူတို့၏ကလေးငယ်များတွင် ပြဿနာကိုဖြေရှင်းနိုင်သည့် အဖြေကောင်းများ ထုတ်နိုင်သည့်စွမ်းရည် ရှိကြကြောင်းကို မိဘများက အချိန်နှင့်အမျှ သတင်းပေးကြပါသည်။ ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်ုပ်တို့က ကလေးများကိုလျှော့၍တွက်တတ်ကြသည်။ အကြောင်းမူသူတို့၏စွမ်းရည်များကို ပြဿနာအခွင့်အရေးကို ကျွန်ုပ်တို့ကဖန်တီးပေးမှု နည်းပါးသောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ အောက်ပါအဖြစ်အပျက်တွင်မိခင်၏တအံ့တဩဖြစ်ရပ်ကို သင့်တွေ့နိုင်ပါသည်။

“ပြဿနာတစ်ခုကတော့ ကလေးတွေ အိမ်နောက်ဖေးတံခါးကို ရွံ့တွေပေကျနေတဲ့ ခြေထောက်တွေနဲ့ ဝင်တဲ့ကိစ္စပါပဲ။ ပထမတော့ သူတို့ကိုအိမ်ပြင်ဘက်ကပတ်ပြီး ဂိုထောင်ဘက်ကဝင်ခိုင်းပါတယ်။ ဒါကတော့ ကျွန်မရဲ့ဖြေရှင်းနည်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီလိုအိမ်ကိုပတ်ပြီးသွားရတာ ကြာတဲ့အပြင် သူတို့အတွက်လည်း ချမ်းအေးလှပါတယ်။ ဒီတော့ သူတို့ဖိနပ်ကို ဆင်ဝင်နောက်မှာချွတ်ပြီး အိတ်နဲ့ထည့်တော့ပိုပြီး အဆင်ပြေသွားတယ်လေ။ ဒီလိုဖြေရှင်းနည်းကို ကျွန်မတစ်ခါမျှမတွေ့ခဲ့ပါဘူး။ ကျွန်မက ဖြေရှင်းနည်းတစ်ခုကို ပြောလိုက်ရင် အဲဒီဖြေရှင်းနည်းက ကျောက်ထက်အကွရာ တင်ထားတဲ့ဥပဒေလို ဖြစ်သွားတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီနည်းလမ်းဟာ ပြဿနာကို အပြီးတိုင်ကောင်းတဲ့ စိတ်ကူးလေးတွေရှိပြီး အဲဒီစိတ်ကူးလေးတွေက သူတို့လိုချင်တာကို ရနိုင်သလို ကျွန်မဖြစ်စေချင်တာကိုလည်း ဖြစ်သွားတယ်။ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် စကားလည်းမများရတော့ဘူးပေါ့။”

စစ်မှန်သောပြဿနာကိုတွေ့ရှိခြင်း

အပေါ်ယံပြဿနာကို ထက်သန်စွာနားထောင်ခြင်းဖြင့် မတ်တတ်ပြေးစ ကလေးငယ်တစ်ဦး၏ စစ်မှန်သောပြဿနာကို မည်သို့တွေ့ရှိကြောင်း အောက်ပါဖြစ်ရပ်ကလေးက ဖော်ပြနေပါသည်။

“မနက် ၃နာရီခွဲလောက်ရောက်တိုင်း မလ် (Mel) ဟာသူ့အခန်းက နိုးလာပြီး မိဘတွေခုတင်ပေါ်လာပြီး အိပ်လေ့ရှိတာဟာ အတော်ဆိုးတဲ့ကိစ္စပါပဲ။ ဒီကိစ္စကို ရပ်တန့်ကရပ်အောင် လုပ်ရမယ်။ သားအခန်းထဲမှာ မအိပ်ချင်းဘူးလို့ပြောပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့အိပ်ရာကိုတော့ သူမြတ်နိုးတယ်။ ဒီအိပ်ရာလေးကို သူရတော့မြတ်နိုးလိုက်တာ တုန်နေတာပါပဲ။ ဒါကြောင့် သူ့ကိုစိတ်ရှည်ရှည်နဲ့ ထက်သန်စွာနားထောင်နည်းကို သုံးရပါတယ်။ သိလာရတာက သူ့ညီလေး (Greg) ဂရက် ကနိုးလာပြီးအော်ငိုတော့ သူ့အိပ်မရတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် သူ့အိပ်ရာမှာ သူမအိပ်ချင်တာကိုး။ သူက ဂရက်ကိုအောက်ထပ်က ပုခက်ထဲမှာ အိပ်ဖို့ပြောပါတယ်။ ဒါဆိုရင် ပြဿနာမရှိတော့ဘူးတဲ့။ ကျွန်မတို့က ဒါပေမဲ့ ဂရက်ကနိုးနေတော့ ရှူးတွေနဲ့ရွဲနေလို့ ငိုရင်မေမေတို့ ဘယ်ကြားရမလဲလို့ ပြောတော့သူက စဉ်းစားနေပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ သူ့ကိုအခြားအခန်းတစ်ခုမှာ သူ့အိပ်ရာနဲ့သူ ရွှေ့အိပ်ဖို့သဘောတူခဲ့ကြပါတယ်။”

ပုံမှန်တွေ့ဆုံခြင်း

အချို့မိသားစုများတွင် ရုံးများတွင်ပြုလုပ်သော ဝန်ထမ်းများအစည်းအဝေးကဲ့သို့ မိသားစုပြဿနာများ ရှင်းလင်းသည့်တွေ့ဆုံပွဲများ စည်းဝေးပွဲများကို ပုံမှန်အချိန်ဇယား ပြုလုပ်ထားကြသည်။ မိခင်တစ်ဦးက သူတို့မိသားစု တွေ့ဆုံမှုများကို အောက်ပါအတိုင်း ပြောပြပါသည်။

“ကျွန်မတို့ဘယ်လိုကိစ္စကို ဆွေးနွေးမယ်ဆိုတဲ့ စာရွက်တစ်ခုကို လူတိုင်းမြင်နိုင်တဲ့ ကြောင်အိမ်တံခါးမှာ ကပ်ထားတဲ့အလေ့အကျင့်ကို သုံးခဲ့တာကြာခဲ့ပါပြီ။ ကျွန်မတို့ မိသားစုတစ်ပတ်မှာ တစ်ကြိမ်ဆိုပါတယ်။ ဆွေးနွေးမယ့်ကိစ္စတွေကို ကျွန်မကချရေးထားတော့ ဒီကိစ္စတွေအတွက် မိသားစုတိုင်းစဉ်းစား ထားနိုင်တာပေါ့။ ကလေးတွေကိုလည်း သူတို့ဆွေးနွေးချင်တဲ့ကိစ္စတွေကို အဲဒီစာရင်းမှာ ထည့်ရေးခွင့်ပေးထားတယ်။ ဒီတော့သူတို့ကလည်း မိသားစုဆွေးနွေးပွဲမှာ သူတို့ပါပါတယ်ဆိုပြီး ဂုဏ်ယူနိုင်တာပေါ့။ ကိစ္စတစ်ခုချင်းအတွက်ဖြေရှင်းထားတဲ့အချက်တွေကို ချရေးထားပြီး အဲဒီဖြေရှင်းချက်တွေက အကျိုးရှိ မရှိကိုလည်းပြန်ပြီး သုံးသပ်ကြည့်ကြပါတယ်။ ပြီးတော့ ကလေးတွေရဲ့မှတ်ဉာဏ်ကိုလည်း အမြဲတန်းလန်းဆန်းပြီး အားဖြည့်နေစေပါတယ်။

မိသားစုပုံမှန်တွေ့ဆုံ ဆွေးနွေးခြင်း၏ ကောင်းကျိုးရလဒ်များ ထင်ရှားသည်ဆိုလျှင် ပို၍ထိရောက်အောင်မြင်စေမည့် လမ်းညွှန်မှုအချို့ကို အောက်တွင်ဖော်ပြထားပါသည်။

- ၁။ အဆိုပါဆွေးနွေးပွဲကို အချိန်ကြာမြင့်စွာ မပြုလုပ်ပါနှင့်။ ကလေးများသည် အချိန်ကြာကြာ ငြိမ်မနေတတ်ကြသည်ကို သတိပြုပါ။
- ၂။ အချို့ပြဿနာများမှာ ချက်ချင်းဖြေရှင်းရန်လိုအပ်သဖြင့် မိသားစုဆွေးနွေးပွဲကို ချက်ချင်းဖြေရှင်းရမည့်ကိစ္စများအတွက် မစီစဉ်သင့်ပါ။ သို့မဟုတ် ချက်ချင်းဖြေရှင်းရမည့်ကိစ္စကို မိသားစုဆွေးနွေးပွဲ ပြုလုပ်ချိန်အထိ ရွှေ့ဆိုင်းထားသင့်ပါ။
- ၃။ မိသားစုဆွေးနွေးပွဲများကို ကလေးများအားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သောကိစ္စများ ပြဿနာများအတွက်သာ အသုံးပြုပါ။ ကလေးတစ်ဦးနှင့်မိဘများ အကြားရှိပြဿနာကို ဖြေရှင်းရာ၌အချိန်ကြာမြင့်လျှင် ကျန်ကလေးများက ပျင်းရိပြီးငွေ့လာတတ်သည်။
- ၄။ ဆွေးနွေးရမည့်အစီအစဉ်က ရှည်လျားလွန်းနေပါက မိသားစုအတွက် အရေးကြီးဆုံးကိစ္စများကိုသာ ဦးစားပေးဆွေးနွေးပါ။ ကျန်ကိစ္စများကို နောက်တစ်ကြိမ်ဆွေးနွေးပွဲတွင် ဖြေရှင်းနိုင်ပါသည်။

အတိုင်ပင်ခံကောင်းတစ်ဦးဖြစ်ပါစေ

မိဘများသည် ကလေးငယ်များ၏ တန်ဖိုးများ ယုံကြည်မှုများနှင့် အပြုအမူများတွင် ဩဇာသက်ရောက်လိုပါက အတိုင်ပင်ခံတစ်ဦးအသုံးပြုသော လမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။

အချက်အလက်များနှင့်အကြောင်းအရာများကိုကြိုတင်ပြင်ဆင်ပါ။ ကျွမ်းကျင်သောအတိုင်ပင်ခံ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် နားလည်သဘောပေါက်စေသော အချက်အလက်များကို ပိုင်နိုင်စွာကြိုတင်ပြင်ဆင်ပြီးမှသာ ၎င်းတို့အလုပ်ကို ချဉ်းကပ်လေ့ရှိကြသည်။ သူတို့မည်သို့ ယုံကြည်သင့်သည်။ မည်သို့ပြုမူသင့်သည်ကို စနစ်တကျစဉ်းစားသော အထောက်အထားမရှိဘဲနှင့် ၎င်းတို့၏ “ကိစ္စရှင်” (သားသမီး) ကိုမပြောကြပါ။ ကိစ္စရှင်အနေဖြင့် ပြောင်းလဲသင့်သည်ဟု ယူဆရန်ခိုင်မာသော အသိဉာဏ်ဗဟုသုတ မပြည့်စုံဘဲ မပြောကြပါ။

မိဘများသည် လုံလောက်သော အကြောင်းအချက်အလက်များ မရှိဘဲ၊ ၎င်းတို့၏သားသမီးများကို လွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်ရန် ကြိုးစားလေ့ရှိကြသည်။ သင့်တွင် အတွေ့အကြုံများစွာ မရှိလျှင် ခိုင်လုံသောအကြောင်းအရာများ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု မရှိလျှင် ကလေးငယ်၏ အတိုင်ပင်ခံ ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ရပ်တည်ခြင်းမပြုရန် အကြံပြုလိုပါသည်။ သူတို့သည် ပြောင်းလဲမှုမပြုခင်တွင် ကြိုတင်စဉ်းစားထားကြရမည်။ ကလေးငယ်များသည်လည်း လူသားများပင်ဖြစ်သည်။

ဦးစွာငှားရမ်းထားသောအတိုင်ပင်ခံသမ္မတပြုမူပါ။ ကျွမ်းကျင်သောအတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ၎င်းတို့၏ကိစ္စရှင်/အမှုသည်များက ၎င်းတို့အား ငှားရမ်းရန်အဆင်သင့် ဖြစ်မဖြစ်နှင့် ငှားရမ်းလိုစိတ်ရှိမရှိကို သေချာအောင်ပြုလုပ်လေ့ရှိကြသည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ရာတွင် အချိန်လုံလောက်စွာပေး၍ နားထောင်ခြင်းကို အသုံးပြုသည်။

- ၁။ သင်၏အချက်အလက်များနှင့် ယူဆချက်များက စိတ်ဝင်စားမှုမရှိမရှိ ကလေးငယ်များကို မေးပါ။
- ၂။ သင်ကော ကလေးများပါ အဆင်ပြေမည့်အချိန်ကိုမေးပါ။
- ၃။ သူတို့အတွက် အထောက်အကူရရှိနိုင်သော တန်ဖိုးရှိသည့် အကြောင်းအရာများ သင့်တွင်ရှိကြောင်း ကလေးငယ်များကို ပြောပြပါ။

သင်၏ကိစ္စရှင်/အမှုသည်တွင်သာတာဝန်ရှိပါစေ။ ကျွမ်းကျင်သောအတိုင်ပင်ခံ ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ၎င်းတို့၏အတွေ့အကြုံများနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကိုသာ ကမ်းလှမ်းခြင်းဖြစ်ပြီး သူ၏အကြံပြုချက်ကို ကိစ္စရှင်/အမှုသည်က ဝယ်ယူလိုခြင်းရှိမရှိ ငြင်းပယ်ခြင်း ရှိမရှိ

ဆုံးဖြတ်ရန်ကိုမူ အမှုသည်၏တာဝန်အဖြစ်ထားရစ်တတ်ကြသည်။ အတိုင်ပင်ခံကောင်းတို့သည် မျှဝေခြင်းသာဖြစ်ပြီး ဆုံးမဩဝါဒပေးခြင်းမပြုကြပါ။ သူတို့က တောင်းဆိုမှုထက်အကြံပြုမှုကိုသာ ပြုလုပ်ပါသည်။ ကလေးများကြီးပြင်းလာသည်နှင့်အမျှ ကလေးများ ငယ်ရွယ်စဉ်ကထက်ပို၍ မိဘ၏အခွင့်အာဏာကို အသုံးပြုရပါမည်။ မိဘများတွင် ဘုရားသခင်၏ စွမ်းအားမျိုးမရှိခဲ့လျှင် သာမန်ကိစ္စကလေးတွင်ပင်လျှင် ထိရောက်မှုမရှိဘဲ မိဘ၏အခွင့်အာဏာ မသက်ရောက်တတ်ပါ။ ဆယ်ကျော်သက်များသည် ဆရာအလုပ်မခံချင်ကြ။ အနိုင်ကျင့်မခံချင်ကြပါ။ ထိုအခါမျိုးတွင် မိဘ၏အခွင့်အာဏာသည် သင်္ကြန်အမြောက်ပမာဖြစ်သွားကြမည်ကို စိုးရိမ်ပူပန်လေ့ရှိကြပါသည်။

မိဘများအဘယ်ကြောင့်လေ့ကျင့်သင်ကြားရန်လို့သနည်း။

မိဘများသည် အခြားသောလှုပ်ရှားမှုတစ်ခုခုတွင် ထက်မြက်လာချင်လျှင် သို့မဟုတ် ကျွမ်းကျင်လာချင်လျှင် သင်တို့အများမှတ်သကားရန် လေ့ကျင့်မှုကို ခံယူရန်အတိုက် သင်တန်းအစီအစဉ်များတွင် စာရင်းပေးသွင်းကြရပါမည်။ တင်းနစ်ကိုကျွမ်းကျင် ပိုင်နိုင်စွာကစားတတ်လိုပါက ကြေးစားတင်းနစ်သမားတစ်ဦးထံမှ နည်းနာခံ၍သင်ကြားရသည်။ မည်သည့်အရာတွင်မဆို တစ်ဘက်ကမ်းတတ်ကျွမ်းကျင် တတ်မြောက်လိုပါက လေ့လာသင်ယူကြရသည်ချည်းပင် ဖြစ်သည်။

မိဘအဖြစ်ပြုစုပျိုးထောင်မှုသည်ကား တမူခြားနားပေသည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေကာမူ ကလေးငယ်များကို နားလည်သဘောပေါက်လျှင်ကလေးငယ်များကို ထိန်းသိမ်းနိုင်လျှင် မိဘကောင်းများဖြစ်ကြသည်ဟု အများကယူဆလေ့ရှိကြပါသည်။ သို့မဟုတ် မိဘကောင်းတစ်ဦးဖြစ်လာစေရန် သူတို့အားမည်သူကမျှ သင်ကြားပေးနိုင်မည်မဟုတ်ဟုလည်း မှတ်ယူကြသည်။ သို့ရာတွင် လေ့ကျင့်သင်ယူမှုတစ်ရပ်သည် မိဘများအား တစ်နည်းတစ်လမ်း အထောက်အကူဖြစ်စေပြီး ကလေးတစ်ဦးသွားသင့်သည့်လမ်းသို့ ဖြောင့်မတ်စွာသွားနိုင်စေရန်လေ့ကျင့်ပေးရေး၌ အဆင်ပြောချောမွေ့စေနိုင်ပါသည်။