

ကလေးများအားပျော်ရွှင်မှုကိုသင်ကြားပေးခြင်း

TEACHING CHILDREN JOY

(Linda & Richard Eyre)

နိဒါန်း

ကလေးငယ်များမွေးဖွားလာကြသောအခါ ရည်မှန်းချက်များကို ကျွန်ုပ်တို့ရှာဖွေစေ ပြုလာခဲ့ကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ သားသမီးများအတွက် အလိုအပ်ဆုံးဖြစ်မည့်အရာများ ကျွန်ုပ်တို့က သူတို့အားပေးဆပ်ချင်ဆုံးအရာများကို စူးစမ်းမေးမြန်းစေပြခဲ့ပါသည်။ ခက်သည်မှာကား အလိုအပ်ဆုံးနှင့် ပေးဆပ်ချင်ဆုံးအရာများ မရေတွက်နိုင်အောင်များပြားနေခြင်းပင်တည်း။ ယင်းတို့မှာ မေတ္တာတရား၊ ဘေးကင်းလုံခြုံမှု၊ မိမိကိုယ်မိမိယုံကြည်မှု၊ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်မှု၊ ခင်မင်ရင်းနှီးမှု၊ စိတ်အေးချမ်းမှု၊ မိမိကိုယ်မိမိအထင်ကြီးလေးစားမှု၊ စဉ်းစားဆင်ခြင်မှု၊ အခြားသူများအပေါ် စာနာတတ်မှု၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးထင်ရှားမှု၊ တာဝန်သိမှု စသည်ဖြင့် စုံလင်လှပေသည်။ ဆက်၍ရေးမှတ်လျှင်ဆုံးတော့မည်မထင်ပေ။

မိဘအတော်များများနှင့် စကားပြောခွင့်ရခဲ့သောတစ်ညနေတွင် အထက်ပါကိစ္စနှင့် ပတ်သက်သည့်ထူးခြားသော တိုးတက်မှုတစ်ရပ်ကိုတွေ့ရှိခဲ့ရသည်။ မိဘစုံတွဲများအား စာရွက်တစ်စောင်စီဝေငှကာ စာရွက်၏တစ်ဘက်ခြမ်းတွင် ကလေးများ၏အမည်နှင့် အသက်ကိုရေးမှတ်ခိုင်းပြီး အခြားတစ်ဘက်တွင် ကလေးများအား သူတို့ပေးဆပ်ချင်ဆုံးအရာကို စကားတစ်လုံးတည်းဖြင့် ဖော်ပြခိုင်းခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့က “တစ်လုံးတည်းသောစကားလုံးကို စဉ်းစားရခဲ့ရင် အဲဒီစကားလုံးဟာ ဘာလဲဆိုတာဖော်ပြပါ” ဟုရှင်းလင်းပြောကြားခဲ့သည်။

ရရှိသောအဖြေများကား မှတ်သားထိုက်လှပါသည်။ မူကြိုကလေးမိဘများကား အလားတူအဖြေမျိုးကို ဖော်ပြကြသည်။ မူလတန်းအရွယ်ကလေး မိဘများ၏အဖြေများကိုကား တူညီရာကိုစုပေါင်း၍ မတူညီသောမျိုးတူအုပ်စုများ ဖွဲ့စည်းလိုက်သည်။ ဆယ်ကျော်သက်ကလေးများ၏ မိဘများမှာမူ အခြားသောရည်ရွယ်ချက်များရှိကြသည်။ မူကြိုကလေးမိဘများက ပျော်ရွှင်မှုကိုလိုချင်ကြသည်။ မူလတန်းအရွယ် ကလေးမိဘများက တာဝန်သိတတ်မှုကို မျှော်လင့်ကြသည်။ ဆယ်ကျော်သက်ကလေးများ၏ မိဘများအတွက်မူကား ပို၍တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်မှု ပို၍တာဝန်သိမှုနှင့် ကိုယ်ကျိုးဆန္ဒကိုယုံကြည်မှုကို လျှော့ချမှုတို့ကို လိုလားကြပါသည်။

ဤသည်မှာ “ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် မိဘသဖွယ်ပြုစုပျိုးထောင်ရေး” အစီအစဉ်၏ အစဖြစ်ပါသည်။ ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် အစီအစဉ်ကိုအောက်ပါအတိုင်း ဂရုစိုက်ချမှတ်ရန် ကျွန်ုပ်တို့ဆုံးဖြတ်ခဲ့ကြပါသည်။

- အသက် ၀ - ၆ နှစ် သားသမီးများအား ဝမ်းသာပျော်ရွှင်မှုကိုသင်ကြားပေးပါ။
- အသက် ၄ - ၁၂နှစ် သားသမီးများအား တာဝန်သိတတ်အောင်သင်ကြားပေးပါ။
- အသက် ၁၀ - ၁၂နှစ် သားသမီးများအား အများအကျိုးဆောင်ရွက်လိုစိတ်နှင့် ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ရှိအောင် သင်ကြားပေးပါ။

ထပ်နေသောအကြောင်းအရာများ ရှိသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့သိပါသည်။ ဝမ်းသာပျော်ရွှင်မှုအတွင်း တာဝန်သိတတ်မှုနှင့် တာဝန်သိတတ်မှုအတွက် အများအကျိုးဆောင်ရွက်မှုများ ပါဝင်နေပါသည်။ သို့ရာတွင် ကလေးတစ်ဦး၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်အလိုက် ဆောင်ရွက်ရမည့်တိကျခိုင်မာသော ရည်မှန်းချက်တစ်ခုတည်းကိုသာ ကျွန်ုပ်တို့အလေးပေး အာရုံစိုက်ရန်လိုအပ်ပါသည်။

ဤ “သားသမီးများအား ဝမ်းသာပျော်ရွှင်မှုကို သင်ကြားခြင်း” စာအုပ်သည် ကျွန်ုပ်တို့ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုများ၏ ရလဒ်ဖြစ်ပါသည်။ အခန်းတစ်ခုစီတွင် ဝမ်းသာပျော်ရွှင်မှု တစ်ခုကိုသာတင်ပြထားပါသည်။

မိဘများကြုံတွေ့နေရသော ပြဿနာတစ်ရပ်မှာ သူတို့၏အောင်မြင်မှုကို တိုင်းတာရေးတွင် ခက်ခဲနေခြင်းဖြစ်သည်။ အကယ်၍ သူတို့တွင် တိုင်းတာရန်စံနှုန်းတစ်ခုအတွက် သီးခြားရည်မှန်းချက်များမရှိလျှင် သူတို့သည် ပြုမူလုပ်ဆောင်ခြင်းထက် တုန့်ပြန်ပြုမူလုပ်ဆောင်ကို ပိုမိုပြုလုပ်သည်သာမက သူတို့၏အောင်မြင်မှုကို သူတို့ခံစားလေ့ရှိကြသော စိတ်ရှုတ်ထွေးခြင်းနှင့် စိတ်မရည်ခြင်းစသည့် စိတ်ခံစားမှုဖြင့်သာ တိုင်းတာပြီးအဆုံးသတ်လေ့ရှိကြပါသည်။

တစ်နည်းအားဖြင့် လတိုင်းအတွက် အခြေခံမျှော်မှန်းချက်တစ်ခုသာရှိသော မိဘတစ်ဦးသည် မိသားစုအားလုံးလိုလိုပင် မကြာခဏတွေ့လေ့ရှိသည့် အတိတ်မှအခက်အခဲများကို ပြန်လည်ရှုမြင်နိုင်ကာ လအလိုက်သတ်မှတ်သော ရည်မှန်းချက်အတိုင်း ကလေးများဆောင်ရွက်သည့် တိုးတက်မှုကိုလည်း သုံးသပ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် တစ်လစီအတွက် “ဝမ်းသာပျော်ရွှင်မှု” တစ်ခုကိုသာရွေးချယ်သင်ကြားရန် အကြံပြုရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အလိုအလျောက်ဖြစ်သော ဝမ်းသာကြည်နူးမှု

တစ်နေ့တွင် ကျွန်ုပ်သည်နေ့လည်စာစားရန် လူစီကားလှသော ဘော်စတွန်လမ်း (Boston street) သို့ထွက်လာခဲ့ပါ သည်။ ရှေ့တွင် အဘိုးအိုတစ်ဦးက “အကြွေကလေးများရှိရင် မစခဲ့ပါခင်ဗျာ” ဟုတောင်းရမ်းနေသည်။ ကျွန်ုပ်၏ရှေ့မှ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်လူငယ်တစ်ဦးက “မရှိဘူး” ဟုပြော၍ အဘိုးအိုဘေးမှ တွန်းထွက်ကာခပ်သုတ်သုတ် လျှောက်သွားပါသည်။ ထိုနောက် ကျွန်ုပ်က သူတောင်းစား အဘိုးအိုအနားသို့ ရောက်ရှိလာပါသည်။ သူ၏မျက်နှာကို ကျွန်ုပ်တွေ့မြင်ရသည်။ အဘိုးအို၏ မျက်လုံးများမှ သောကရိပ်များကို ကျွန်ုပ်တွေ့ရသည်။ “ကဲ လာလာ ကျွန်တော်နဲ့အတူ နေ့လည်စာစားကြမယ်” အလိုအလျောက် လှုံ့ဆော်လိုက်သည့် တဒဂံပင်ဖြစ်သည်။ အဘိုးအိုအလွန်အံ့ဩသွားသည်။ ကျွန်ုပ်လည်း မိမိဘာသာမိမိအံ့ဩသွားခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် အခြားသောနေ့လည်စာများကို မေ့ကောင်းမေ့နိုင်ပါသည်။ သို့သော် ထိုနေ့ကစားခဲ့သော နေ့လည်စာကိုမူ ဘယ်တော့မှမေ့နိုင်ပါ။ ဘဝပျက်နေသူတစ်ဦးအတွက် မယုံကြည်နိုင်စရာ ဇာတ်လမ်းတစ်ခုပင်။ ထိုဇာတ်လမ်းကို သူပြော၍နှုတ်အာတွေ့စေသည်။ ကျွန်ုပ်ကြားရလျှင်လည်း တင့်တယ်လှပေသည်။ သူသည် ပြည့်အင့်နေသောဝမ်း၊ မှိတ်ချည်လင်းချည်ဖြစ်နေသော မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ထွက်ခွာသွားပါသည်။ အကြောင်းမူသူတွင် ဂရုစိုက်မည့်သူတစ်ဦး နားထောင်မည့်သူတစ်ဦး ရှိနေခဲ့သောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်လည်း ဝမ်းသာပီတိလွမ်း၍ လှမ်းထွက်ခဲ့ပါသည်။ အကြောင်းမူကား ကျွန်ုပ်သည်တစ်ဦးတစ်ယောက် အကူအညီပေးခဲ့သည်။ အလိုဆန္ဒကို ဖြည့်ဆည်းပေးခဲ့သည်။ ထိုမျှမကသေး ထိုအလုပ်ကိုမည်သူကမျှ တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ခြင်းမပြုရပါဘဲ ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင်အလိုအလျောက် လွတ်လပ်ပွင့်လင်းစွာ ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကလေးငယ်၏အမြင်

ကျွန်ုပ်သည်အပေါ်ထပ်ရှိ ကျွန်ုပ်၏အိပ်ခန်းထဲတွင်ရှိနေခိုက် ၁၈လသား ဂျိုးရှ် (Josg) သည် ကျွန်ုပ်၏အောက်တည့်တည့်အောက်ထပ်ရှိသူအစ်မ၏ အခန်းထဲတွင်ရှိနေခဲ့ပါသည်။ ပထမတွင် သူငိုနေသည်ဟုထင်ခဲ့သဖြင့် ထပ်၍နားထောင်ကြည့်ခဲ့ပါသည်။ ငိုသံမဟုတ်ပါ။ အသည်းလှိုက်အူလှိုက်အလိုအလျောက် ရယ်မောသံပင်ဖြစ်ပါသည်။ အောက်တွင်သူတစ်ယောက်တည်း ရှိနေမှန်းကျွန်ုပ် သိသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော သူ၏အစ်မသည် မီးဖိုချောင်တွင် လင်ဒါ (Linda) နှင့်အတူရှိနေ၍ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်ဖြစ်ပျက်ပုံကို သိရှိရန်ခြေသံလုံလုံဖြင့် ဆင်းလာခဲ့သည်။ နောက်ထပ်ဝါးလုံးကဲ့ ရယ်သံမကြားမီကလေးတွင်ပင် ကျွန်ုပ်တံခါးဝမှ ချောင်းကြည့်ခဲ့သည်။ ဂျိုးရှ်က ကျွန်ုပ်ကိုနောက်ကျောပေးကာ ဆာရင် (Saren) ၏ကုတင်ဘက်သို့ မျက်နှာမူ၍တင်မြင်ခွေ ထိုင်နေသည်။ အိပ်ရာခင်းမှာကြမ်းပြင်သို့ တန်းလန်းကျနေသည်။ ရုတ်တရက်ဆိုသလိုပင် တန်းလန်းကျနေသော အိပ်ရာခင်းက ဖောင်းကားလာပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏အိမ်မှ ခွေးနက်ကြီး ဘာနေး (Barney) သည် တွန့်လိမ်တိုးထွက်လာသည်။ ဘာနေး၏မြူးတူးပြတ်မျက်လုံးကြီးများနှင့် ရက်ကိုးရက်ကန်းအမူအရာကိုက တကယ့်ရယ်စရာဖြစ်နေသည်။ ဂျိုးရှ်သည် အားရပါးရအော်ရယ်လိုက်ပြီး ဘေးသို့တစောင်းလဲကျသွားတော့သည်။ ထိုနောက် ကပြာကယာလူးလဲထလိုက်ကာ အိပ်ရာခင်းအောက်သို့ တွား၍ဝင်လိုက်ပြီး ပြန်ထွက်အလာကို စောင့်ကြည့်နေတော့သည်။

ဂျိုးရှ်၏ အားရပါးရရယ်မောခြင်းကြောင့် ကျွန်ုပ်ပင်ပြီးလိုက်မိပြီး စိတ်လက်ပေါ့ပါးသွားစေတော့သည်။ လူကြီးများ၏ ရယ်မောခြင်းကား သရော်ခြင်း သို့မဟုတ် ဟားတိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် တမင်လုပ်၍ဖျစ်ညှစ်ရယ်ခြင်းမျိုး ဖြစ်သည်။ ဂျိုးရှ်၏ ဝါးလုံးကဲ့အူလှိုက်အသည်းလှိုက်ရယ်သံမျိုးကား လွတ်လပ်ပြီးဆည်းလည်းပေါင်း တစ်ထောင်ခန့်တစ်ပြိုင်တည်း မြည်သည်နှင့်တူသည်။ လွတ်လပ်ပေါ့ပါးသောရယ်မောခြင်းကို ကလေးများသာ ပြုလုပ်နိုင်ခွင့်ရှိကြပြီး လူကြီးများတွင် ထိုအခွင့်အရေးဆုံးရှုံးကြပါသည်။

သင်ကြားနည်း

အဓိကသော့ချက်မှာ အားပေးခြင်းနှင့် အားကူဖြည့်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးများသည် သူတို့အားချီးမွမ်းခံရသည့် အပြုအမူကို ထပ်ကာထပ်ကာပြုလုပ်လေ့ ရှိကြပါသည်။

ထူးခြားသော အပြုအမူတစ်ခုကို အားပေးရန်နှင့် ခွင့်ပြုရန်နည်းလမ်းများစွာ ရှိပါသည်။ အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းမှာ အဆိုပါထူးခြားသော အပြုအမူတွင် သင်ကိုယ်တိုင်ပါဝင် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကလေးများနှင့်အတူ စိတ်လှုပ်ရှားတက်ကြွမှု ရှိပါစေ။ သင်၏ကျွမ်းကျင်နံ့စပ်မှုများကို မျိုသိပ်ထားလိုက်ပါ။ သူတို့ကဲ့သို့ပင် ကလေးအဖြစ်ပြုမူလိုက်ပါ။ ကလေးစိတ်ဝင်လိုက်ပါ။ သူတို့က “အိုး ကြည့်ပါဦး” ဟုပြောလျှင် သင်က “အိုး ဟုတ်ပါရဲ့” ဟုပြောလိုက်ပါ။ “နေစမ်းပါဦးကွာ” “ဒီမှာ မဟုတ်ဘူး” စသည်ဖြင့် မပြောပါနှင့်။

သူတို့နှင့် အလိုအလျောက်လိုက်ပါ လုပ်ဆောင်ပါ။ ဂျိုးရှ် မေမေမောနေပုံရတယ်။ တစ်ရေးတမောအိပ်ပါစေ။ သားနဲ့ဖေဖေတို့ ညစာစီစဉ်ကြတာပေါ့။

အလိုအလျောက်ဖြစ်မှုကို မြင့်မားစွာဦးစားပေးပါ။ အလိုအလျောက်ဖြစ်မှုကို တန်ဖိုးထားပါ။ အတန်ငယ်အဆင်မပြေဖွယ်ရှိလျှင် သော်မှ အလိုအလျောက်ဖြစ်မှုကို ခွင့်ပြုပေးပါ။ နွေရာသီ၏ ညနေခင်းတစ်ခုတွင် သင်လမ်းလျှောက်ထွက်ရာ၌ သင်၏ ၂နှစ်သားကလေး ကိုခေါ်ခဲ့သည် ဆိုပါစို့။ ကလေးငယ်တွင် ရွှံ့အိုင်ကလေးကို ပျော်ရွှင်မြူးတူးစွာ ခြေဆောင့်ကစားနေလျှင် “မလုပ်နဲ့ မလုပ်ရဘူး” ဟူ၍ မတားမြစ်ပါနှင့်။ ကလေးငယ်အား ရာဘာရှူးဖိနပ်ဝတ်ပေးပါ။ သို့မဟုတ် သူ့ကိုယ်တိုင်ဝတ်ပါစေ။ (သို့မဟုတ် သင်ကိုယ်တိုင်ဝတ်ပါ။ သူနှင့်အတူဝတ်ပါ။)

- မတ်တပ်ရပ်၍ သင်ကြိုက်သောတေးသွားအတိုင်း ကလေးငယ်နှင့်ကပါ။
- စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်ဖြစ်စေသော မမျှော်မှန်းနိုင်သော အကျိုးများရစေသော ကစားနည်းကိုစိစဉ်ပါ။
- ပိုက်ဖြင့် ဆပ်ပြာပူဖောင်းကလေးများ မှုတ်ပါ။ (ဆပ်ပြာရည်ထည့်ထားသော ဖန်ခွက် သို့မဟုတ် ရေချိုးချိန်တွင် ရေချိုးလေ့ထဲ၌)

- ပလတ်စတစ်ဘူးခွံများ ပလတ်စတစ်ပိုက် ကတော့စသည်တို့ဖြင့် ရေထဲတွင်ဆော့ကစားပါ။

မုတ်ဆိတ်ရိတ်ရာတွင် အသုံးပြုသော ကရင်မ်ဖြင့်လက်ချောင်းပန်းချီဆွဲပါ။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ရှေ့ရှိ ဖေါ်မီကာပြား သို့မဟုတ်စားပွဲပေါ်တွင် မုတ်ဆိတ်ရိတ်ကရင်မ် အနည်းငယ်စီကို ညှစ်ဖျန်းပါ။ ကရင်မ်ပေါ်တွင် ဆေးနီမှုန့်အနည်းငယ်ဖြူးပေးပါ။ ကလေးငယ်များ၏ လက်ချောင်း သို့မဟုတ် လက်ဖဝါးဖြင့် မွှေခိုင်းပါ။ ထို့နောက် ဆေးပြာမှုန့်နှင့် ဆေးဝါမှုန့်တို့ကို တစ်နေရာစီဖြူးပေးပါ။ သို့ဖြင့် ကလေးငယ်များအရောင်စပ်ခြင်းကို သိရှိလာပေမည်။

မိသားစုရတနာသေတ္တာ

ကျွန်ုပ်တို့တွင် “ရတနာသေတ္တာ” တစ်ခုရှိပါသည်။ သစ်သားသေတ္တာဟောင်းကြီး တစ်လုံးဖြစ်ပြီး လှပသောဆေးရောင်စုံများ ခြယ်သထားကာ နံပါတ်ဖြင့်ဖွင့်ရသော သော့တစ်လုံးဖြင့်ခတ်ထားပါသည်။ သေတ္တာထဲတွင် အံ့ဩစရာပစ္စည်းတစ်ခု ရှိနေမှန်းကို အတွေ့အကြုံများအရ ကလေးများသိရှိနေကြပြီး ဖြစ်ပါသည်။

ထူးခြားသော အခါသမယများအတွက်ဖြစ်စေ ဆုချီးမြှင့်ရန်အတွက်ဖြစ်စေ ထိုသေတ္တာကို နံပါတ်သိနေသော ဖေဖေကတစ်ပါတ် လျှင်တစ်ကြိမ် သို့မဟုတ် နှစ်ကြိမ်ဖွင့်လေ့ရှိပါသည်။ သေတ္တာဖွင့်လိုက်သောအခါ မြေပဲလိပ်ဖြစ်စေ ထင်းရှူးသီးတစ်လုံးဖြစ်စေ စားပွဲတိုက်ရေမြှုတ်တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါစေ တွေ့လိုက်လျှင်ပင် ကလေးများအလွန်အံ့ဩ ပျော်ရွှင်ကြရပါသည်။ ထိုရတနာသေတ္တာ၏ သက်တမ်းမှာရှည်ကြာလှပြီ ဖြစ်သော်လည်း အလိုအလျောက်ပျော်ရွှင်မှုကိုမူ ဖန်တီးပေးနိုင်ဆဲဖြစ်ပါသည်။

ခန္ဓာကိုယ်အားနှစ်သက်သဘောကျရန်သင်ကြားပေးခြင်း

ကလေးငယ်၏အမြင်

ကျွန်ုပ်နှင့် ကျွန်ုပ်၏သုံးနှစ်အရွယ်ကလေးငယ်တို့ စကားပြောပုံမှာ ဤသို့ဖြစ်သည်။

- “သမီးမှာ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဘာဖြစ်လို့ရှိနေရတာလဲ”
- “ခုန်ပေါက်ကစားဖို့ပေါ့”
- “ခုန်ပေါက်ကစားဖို့ ဟုတ်လား”
- “ဟုတ်ကဲ့”
- “ဟုတ်လား ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှာ ဘယ်နေရာကအကောင်းဆုံးလဲ”
- “မျက်စေ့တွေပေါ့”
- “ဘာဖြစ်လို့လဲဟ”
- “ပန်းကလေးတွေကို မြင်ရလို့ပေါ့”
- “ဟုတ်လား”
- “ဒါပေမဲ့ နှာခေါင်းကိုလည်း သဘောကျတယ်။ ပန်းကလေးတွေရဲ့အနံ့ကိုရလို့လေ”
- “သူတို့အသံကိုကော ကြားရသလား”
- “မကြားရဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဖေဖေမျက်စိမှိတ်ထားရင် အသံတိုးတိုးလေးတွေကိုတောင် ကြားရတယ်”
- “ဘယ်လိုအသံမျိုးတွေလဲ”
- “လေတိုက်တာတို့ သစ်ပင်တွေရဲ့အသံတို့ပေါ့”

“ဘယ်လိုအသံမြည်လဲ”

“ရွှီး ရွှီး နဲ့ပေါ့။ ဒါပေမဲ့ ဒီထက်တိုးတယ်”

“ဒီပြင် ဘယ်နေရာကိုကြိုက်သေးလဲ”

“စကားပြောဖို့ လျှာကိုပေါ့။ ဖေဖေလျှာကိုလိပ်ထားပါလား။ စကားမပြောနိုင်တော့ဘူး။ လိပ်ထားလျှာကိုလိပ်ထား။ သမီးနာမည်ကိုခေါ်ကြည့်စမ်း”

“အမ်ဂူဝမ်”

“တွေ့လား” (ရယ်မောလျက်)

“ရှောနီ (Shawni) သမီးရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို သဘောကျလား”

“သမီးကိုယ်ကြီးက ပျော်စရာကြီးပဲလေ”

အလိုအလျောက်ဝမ်းသာပျော်ရွှင်မှုနှင့် စူးစမ်းလေ့လာလိုစိတ် မွေးမြူပေးခြင်းတို့သည် ကလေးများအား ၎င်းတို့၏ခန္ဓာကိုယ်ကို လက်ခံသဘောကျလာစေပါသည်။ ကလေးများသည် ပြောစရာမလိုအောင် ပြည့်စုံသောတပည့်ကောင်းများ ဖြစ်သည့်တိုင်သင်ကြားပေးမည့်ဆရာလိုအပ်သည်။ အာရုံခံပစ္စည်းများကို ဖြည့်ဆည်းပေးလျှင် အာရုံခံစားမှုကိုရရှိကြသည်။ သို့သော် အာရုံခံစားမှု၏ ပျော်ရွှင်ခြင်း/အာရုံခံစားမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ပျော်ရွှင်ခြင်းကိုမူ သဘောပေါက်အောင်သင်ကြားပေးရန် လိုအပ်သည်။ ကလေးငယ်များ၏ အာရုံများသည် ကျွန်ုပ်တို့ထက်စူးရှ ထက်မြက်သော်လည်း ခန္ဓာကိုယ်အား နှစ်သက်သဘောကျမှုသည် ကျွန်ုပ်တို့ခံစားရသည့် အာရုံကိုနားလည်သဘောပေါက်မှုတွင် မူတည်နေသဖြင့် သင်ကြားပေးရန်လိုအပ်ခြင်းဖြစ်သည်။

သင်ကြားနည်း

ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများ၏အမည်များကိုသင်ယူခြင်း

၁။ ဆိုင်မွန်ဆက်စ် (Simon Says) ကစားနည်းကိုကစားပါ။ ခေါင်းဆောင်လုပ်သူက “မိုက် ကိုထိပါ” “ဘယ်ခြေကိုမြှောက်ပါ” “မျက်လုံးကိုမိုတ်ပါ” စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုးအမိန့်ပေးစေခိုင်းပါ။ ကျန်သောကစားသူများက ဆိုင်မွန်ဆက်စ်၏ဦးဆောင်သည့် အမိန့်အတိုင်းသာလိုက်နာလုပ်ဆောင်ပါ။

၂။ ဟော့ကီပေါ့ကီ (Hoky Poky) ကစားနည်းကိုကစားပါ။ ကလေးများကို စက်ဝိုင်းပုံတန်းစီပါ။ ထိုနောက် “ဘယ်ခြေလေးကို နောက်ဆုတ်ခြေရှေ့ကိုထုတ် ဘယ်ခြေလေးကိုနောက်ပြန်ဆုတ် ရှေ့တိုးနောက်ဆုတ်လုပ်။ အဲဒီအတိုင်း တစ်ပတ်လှည့် ဟော့ကီပေါ့ကီကွဲ့” ဟူသောကာရန်အတိုင်း အသုံးပြုလုပ်ခိုင်းပါ။ ကာရန်ကို ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်း တစ်ခုချင်းစီအတွက်ထပ်၍ အသုံးပြုပါ။

၃။ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများအလိုက် ဖြတ်ထားသောကတ္တူပြားများကို ကလေးငယ်များ ရွေးချယ်ဆက်စပ်ခိုင်းပြီး အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုစီ၏အမည်ကိုလည်းကောင်း အသုံးဝင်ပုံကိုလည်းကောင်း ပြောပြစေ၍ ဆက်စပ်ခိုင်းပါ။

ခန္ဓာကိုယ်အားနားလည်သဘောပေါက်အောင်သင်ကြားခြင်း

၁။ “ဒါ ဘာလဲ” ကစားနည်း။ ကလေးငယ်များအား မျက်လုံးကိုအဝတ်ဖြင့် စည်းနှောင်၍ပိတ်ထားပါ။ အရာဝတ္ထုအမျိုးမျိုးအားကြားအောင် နံအောင် ထိကိုင်နိုင်အောင် မြည်းစမ်းနိုင်အောင်ပြုလုပ်ပါ။ အရာဝတ္ထုများကို ခွဲခြားခိုင်းပါ။ စမ်းသပ်၍ကောင်းသောပစ္စည်းများ (ကော်ပတ်၊ ချည်ထည်၊ ပြောင်ချောနေသောကျောက်တုံး) ကိုအသုံးပြုပါ။ အသံအမျိုးမျိုး (ပုလင်းထဲမှရေ၏အသံ၊ သေတ္တာထဲမှ ကျောက်ခဲသံ၊ ခေါင်းလောင်းသံ)ကို အသုံးပြုပါ။ အနံ့အမျိုးမျိုး (ရေမွှေး၊ ပေါက်ပေါက်နံ့၊ စူးရှသောအနံ့) ကိုအနံ့ခံခိုင်းပါ။ အရသာအမျိုးမျိုး (သကြား၊ ဆား၊ မြေပဲ) ကိုမြည်းစမ်းခိုင်းပါ။

၂။ လူ၏ခန္ဓာကိုယ်အပြင် အခြားခန္ဓာကိုယ်များကို နှိုင်းယှဉ်၍နားလည် သဘောပေါက်အောင် သင်ကြားပေးပါ။ ဆင် သို့မဟုတ် ငှက် သို့မဟုတ် ရှဉ့် စသည့်သရုပ်ဆောင်၍ရသော တိရစ္ဆာန်များကို ဟန်ဆောင်ပါ။ ထိုခန္ဓာကိုယ်များ၏ လုပ်ဆောင်နိုင်မှု မလုပ်ဆောင်နိုင်မှု ကိုသင်ကြားပါ။ (ခြေနှစ်ချောင်းဖြင့် လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ လက်ချောင်းများဖြင့် ဝတ္ထုပစ္စည်းများကို ကောက်ယူခြင်း၊ စကားပြောခြင်း၊ တစ်ခုခုကိုသယ်ယူ၍ လမ်းလျှောက်ခြင်း) သစ်ပင်တစ်ပင်ကဲ့သို့ ဟန်ဆောင်ပါ။ မလုပ်ဆောင်နိုင်သောအရာများကား အဘယ်နည်း။ (အားလုံးနီးပါး လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်းမရှိပါ။)

၃။ အာရုံများနှင့် ယင်းတို့၏အသုံးဝင်ပုံများကို ဆက်စပ်ပါ။ စာတိုင် ၆ခုပါသောဇယားပြုလုပ်ပါ။ စာတိုင် ၂၅၆အထိ စာတိုင်ထိပ်များ

တွင်အာရုံ ဂုဏ်အင်္ဂါ အမည်ကိုရေးပါ။ ကျန်သော ဘယ်ဘက်စာတိုင်တွင်ဝတ္ထုပစ္စည်းများကို ရေးချခိုင်းပြီး ဝတ္ထုပစ္စည်းနှင့်သက်ဆိုင်သော အာရုံစာတိုင်တွင် မှတ်သားခိုင်းပါ။ ဥပမာ လေ ကြားရသည်။ ထိတွေ့ခံစား၍ရသည်။ ဟောဒေါ့ (ဝက်အူချောင်းညှပ်ပေါင်မုန့်) အနံ့ခံ၍ရသည်။ ထိတွေ့ခံစား၍ရသည်။ မြည်းစမ်း၍ရသည်။ မြင်ရသည်။

၄။ ထိုနောက်ကစားနည်း တစ်ခုစီ၏အကြောင်းကို ပြန်ပြောပါ။ ဝမ်းမြောက်မှုကြည်နူးမှုကို ဖော်ထုတ်ပါ။ “အသုံးပြုတဲ့အာရုံတွေကို သိရတော့ ဝမ်းမသာဘူးလား” “အသံတွေကို ခွဲပြီးပြောရတာ ပျော်စရာမကောင်းဘူးလား” စသည်ဖြင့်မေးပါ။ ကစားနည်းတစ်ခုကို ကစားနေစဉ်တွင်လည်း “ပျော်စရာမကောင်းဘူးလား” “တို့ခန္ဓာကိုယ်တွေက သိပ်သဘောကျဖို့မကောင်းဘူးလား” စသည်ဖြင့်မေးနိုင်ပါသည်။ (မှတ်ချက်။ ကလေးများအား ဝမ်းသာပျော်ရွှင်မှုကို သင်ကြားခြင်းဖြစ်စဉ်တစ်လျှောက်လုံးတွင် ဤအချက်သည် အဓိကကျသည်။ ပျော်ရွှင်မှုကိုအတွေ့အကြုံတစ်ခု သင်ကြားဆဲနှင့်သင်ကြားပြီးတိုင်း ပျော်ရွှင်မှုကို ခွဲခြားတတ်လာစေသည်။ ခံစားတတ်လာစေသည်။ ခံစားလိုလာသည်။ နောက်တစ်ကြိမ်တွင် မှတ်မိသိရှိလာစေသည်။)

ခန္ဓာကိုယ်စွမ်းရည်များအသုံးပြုခြင်းနှင့်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း

၁။ ကခြင်း၊ စစ်ချိခြင်း ဘဲလေးအကကဲ့သို့သော ငြိမ်ညောင်းသည့်ဂီတသံစဉ်မှ စစ်ချိခြင်းကဲ့သို့ ပြင်းထန်တက်ကြွသော ဂီတသံစဉ်အထိ သံစဉ်အမျိုးမျိုးကို အသုံးပြုပါ။ ဂီတသံစဉ်တက်ကြွလေ ပို၍ကောင်းလေဖြစ်သည်။ လွတ်လပ်သောလှုပ်ရှားမှုကို အားပေးပါ။ ပိတ်ပင် တားမြစ်မှုလျော့ချပါ။ “မျက်နှာကျက်ကို လှမ်းကန်ကြည့်စမ်း” “သစ်ပင်ကြီးတစ်ပင်လို လေထဲမှ ယိမ်းထိုးဝှေ့ယမ်းကြည့်စမ်း”

၂။ ဘောလုံးဖမ်းတတ်အောင်သင်ယူခြင်း အနည်းငယ်မျှသောစွမ်းရည်သည် ကလေးငယ်အားကြီးမားသော ယုံကြည်မှုနှင့် ကျေနပ်နှစ်သက်မှုကို ပေးစွမ်းနိုင်သည်။ ရေမြှတ်ကြီးကြီးတစ်ခု သို့မဟုတ် ရေမြှတ်ဘောလုံးကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ဖမ်းမိရန်လွယ်ကူပါသည်။

၃။ အကြားအာရုံကစားနည်း ကြားနေကျအသံများကို အသံသွင်းကာ ကလေးများအားဖွင့်ပြ၍ ခွဲခြားနိုင်မှုရှိမရှိ ဆန်းစစ်ပါ။ ဥပမာ -
တံခါးခေါင်းလောင်းမြည်သံ
အသီးအနှံများ ပေါက်ကွဲသံ (ဖောက်ကန်မြည်သံ)
ရေပူဖောင်းမြည်သံ (ဆပ်ပြာရည်ကိုပိုက်ဖြင့်မှုတ်သံ)
ရေအိမ်သာမှရေကျသံ

၄။ အတားအဆီးကျော်လွှားမှုသင်ခန်းစာ ဝင်းခြံကျယ်ဝန်းပါက အတားအဆီးကျော်လွှားမှု သင်ခန်းစာအတွက် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပါ။

- ဖေမမှ စပေအထိရှည်သော ၄" x ၂" သစ်သားချောင်းတစ်ချောင်း၏ အဖျားတစ်ဘက်စီအောက်တွင် အုတ်ခဲတစ်လုံးစီချပြီး ထိုသစ်သားပေါ်တွင် ကလေးများကို လျှောက်ခိုင်းပါ။
- တာရာဟောင်းများကို တန်းစီ၍ တာရာနှုတ်ခမ်းပေါ်တွင် နင်း၍ဖြစ်စေ တာရာကွင်းအတွင် နင်း၍ဖြစ်စေ လမ်းလျှောက်ခိုင်းပါ။
- ကြိုးတစ်ချောင်းကို သစ်ပင်နှစ်ပင်တွင် ၈" သို့မဟုတ် ၁၀" ခန့်အမြင့်တန်းချီ၍ ကလေးများအား ခုန်ကျော်ခိုင်းပါ။
- ကားတာရာ၏ အတွင်းလေးကို လေဖြည့်ပြီးချိတ်ဆွဲကာ ကလေးများအား လေလုံးကိုတွယ်တက်ကျော်လွှားခိုင်းပါ။
- တစ်ဘက်ပွင့် ကတ္တူဘူးကြီးတစ်ခု၏ အခြားတစ်ဘက်ကိုပါဖွင့်၍ ကလေးများအား တွားဝင်ခိုင်းပါ။ သို့မဟုတ် ကျော်ထွက်ခိုင်းပါ။

တီထွင်ဖန်တီးပါ။ သင်၏ခြံဝင်းအတွင်း သို့မဟုတ် ဂိုထောင်များအတွင်းကြည့်၍ အခြားစိတ်ကူးများ တီထွင်ဖန်တီးကြည့်ပါ။ အသုံးပြုသော ပစ္စည်းများတွင် ငွေများ၊ သံချောင်းများ၊ သံငုတ်များ သို့မဟုတ် အခြားအန္တရာယ်ဖြစ်စေသော အရာများကင်းရှင်းပါစေ။ သို့မှသာ ကလေးများလဲကျပါက ထိခိုက်မှုမရှိမည်ဖြစ်သည်။ ကလေးများအား တွန်းတိုက်ခြင်းမပြုရန် သတိပေးပါ။ ကလေးများအား မျက်နှာမူရာအရပ်တစ်ခုတည်း သတ်မှတ်ကစားစေသင့်သည်။

ခန္ဓာကိုယ်အားဂရုစိုက်ခြင်း

၁။ လူနှစ်ဦး၏ ရုပ်ပုံကိုပြပါ။ တစ်ဦးသည်တောင့်တင်း၍ ပုံစံကျသောအားကစားသမားဖြစ်ပြီး ကျန်တစ်ဦးသည် ကြုံလှီ၍ပုံစံမကျသော သူဖြစ်သည်။ တစ်ဦးကပြုလုပ်ပြီး အခြားတစ်ဦးကမပြုလုပ်သောအရာများကို ရေးချခိုင်းပါ။ လေ့ကျင့်ခန်း အာဟာရပြည့်ဝစွာစားသည်။ တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းမှုရှိသည်။ ကောင်းစွာအိပ်စက်ရသည်/ အိပ်ရေးဝသည်။ စသည်ဖြင့်

၂။ အာဟာရပြည့်ဝသော အစားအစာနှင့်တစ်ခါတစ်ရံမှသာ စာသုံးရသောအစားအစာများကို ခွဲခြားပါ။ ဖလန်တည်စုဖုံးအုပ်ထားသော သင်ပုန်းတစ်ချပ်ပေါ်တွင် ချည်ခင်ကြိုးဖြင့် ထက်ဝက်ပိုင်းခြားပါ။ မဂ္ဂဇင်းများမှ အစားအစားအမျိုးမျိုး၏ ပုံများကိုကိုက်ညှပ်ယူပါ။ (ရောင်စုံပုံများဖြစ်ပါက အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။) ထိုပုံများ၏နောက်တွင် ဖလန်ထည်စသေးသေးလေးကို ကော်ဖြင့်ကပ်၍ (ဖလန်ထည် သင်ပုန်းတွင် တပ်ရန်အတွက်ဖြစ်သည်။ ဘူးခွံတစ်ခုတွင် ထည့်ထားပါ။

အချို့အစားအစာများသည် ကျန်းမာကြံ့ခိုင်သော အစားအစာများဖြစ်သဖြင့် ယင်းတို့၏အမည်များကို ကလေးများအားမေးပါ။ အချို့အစားအစာများသည် တစ်ခါတစ်ရံမှသာ စားသင့်ပြီး မကြာခဏမစားသင့်သော အစားအစာများဖြစ်သဖြင့် (ကိတ်မုန့်၊ ကွတ်ကီးနှင့် အချိုများ) ယင်းတို့၏အမည်များကို မေးပါ။ ထို့နောက် ဘူးခွံ/ သေတ္တာထဲတွင် ကျန်းမာကြံ့ခိုင်သော အစားအစာများနှင့် တစ်ခါတစ်ရံ မှစားသင့်သော အစားအစာများရှိကြောင်း ပြောပြပါ။ ဖလန်ထည်သင်ပုန်း၏ တစ်ဘက်ခြမ်းသည် အာဟာရပြည့်ဝသော အစားအစာများ ကိုကပ်ရန်ဖြစ်ပြီး အခြားတစ်ဘက်ခြမ်းတွင် တစ်ခါတစ်ရံမှ စားသင့်သော အစားအစာများကို ကပ်ရန်ဖြစ်သည်။

မြေကြီး၏ပျော်ရွှင်ဖွယ်ကောင်းပုံကို သင်ကြားခြင်း

ကမ္ဘာမြေကြီးတွင်လည်း ထိုကဲ့သို့သော အလှတရားရှိပါသည်။ ထိုအလှတရားကို အာရုံငါးပါးဖြင့် ခံစားခြင်းဖြင့်ဝမ်းသာပျော် ရွှင်မှုဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ ကမ္ဘာမြေကြီး၏ အကြောင်းကိုအများဆုံး ရေးဖွဲ့လေ့ရှိပြီး လောကကြီးတွင် ကျွန်ုပ်မသိသောအရာကို ပိုပြီးသိ မြင်သော ကဗျာဆရာတစ်ဦးကို ကျွန်ုပ်အမှတ်ရမိသည်။ သူ၏နံရံတွင် “အာရုံငါးပါး၏တတ်သိလိမ္မာမှု” ဟူသော စာတန်းကိုရေးထား သည်။ ထိုအကြောင်းကို သူ့အားမေးကြည့်မိသည်။ သူက မမျှော်လင့်သော ရှာဖွေတွေ့ရှိမှု တစ်နည်းအားဖြင့် မတော်တဆတွေ့ရသည့် ပျော်ရွှင်မှု ရုတ်တရက်နှစ်သက်အံ့ဩမှုများသည် တတ်သိလိမ္မာမှုမှ ပေါ်ပေါက်လာရသည်။ တတ်သိလိမ္မာမှုဟူသည် ထက်မြက်သော သတိ သဘောပေါက်မှု ခံစားနိုင်စွမ်းတို့ပင်ဖြစ်ပြီး ယင်းသည်အာရုံ ၅ပါးကို အသုံးချခြင်းမှ ဖြစ်ထွန်းလာရသည်ဟု ပြောသည်။ ထိုအ ချက်ကို တစ်ခန့်မျှစဉ်းစားကြည့်ပါ။ တကယ့်တွေးခေါ် မြော်မြင်မှုတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ ပျော်ရွှင်မှုသည် သတိတရားမှဖြစ်ပေါ်သည်။

ကလေးငယ်၏အမြင်

ကျွန်ုပ်တို့သားကလေး ဂျိုးရှ် ၁၅လသားရှိခဲ့ပြီ။ ၁၅လပြည့်သောလကား ဧပြီလဖြစ်သည်။ နွေဦးကာလ မတိုင်ခင်တုန်းကမူ သူသည် အပြင်သို့ထွက်ရန် ငယ်လွန်းသေးသည်။ ထို့ကြောင့် နှစ်တစ်နှစ်၏ ယခုလိုနွေးထွေးသော ပထမဆုံးရက်တွက် အိမ်နောက်ဖေး ဘက်သို့ သူပထမဦးဆုံး မြင်တွေ့ရခြင်းဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်က သူ့အားပြတင်းပေါက်မှ တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ် လှမ်းကြည့်နေလိုက်သည်။ သူက ဦးစွာမြက်ပင်များ ထိကိုင်စမ်းသပ်ကြည့်သည်။ ထို့နောက် မြင်ခင်းပေါ်သို့ထိုင်ချလိုက်သည်။ သူ၏ ခြေထောက်များကို ရှေ့တိုး နောက်ဆုတ်လှုပ်ရှားကြည့်သည်။ သူ့ဘာသာသူ သဘောကျပြီး အော်ဟစ်ရယ်မောလိုက်သည်။ ပြီးလျှင် မြက်ခင်းပေါ်သို့လှဲချလိုက် သည်။ သူ၏ ဦးခေါင်းနှင့်လည်ပင်းတို့၏ နောက်ကျောကိုမြက်ပင်များဖြင့် ထိတွေ့ခံစားကာ မျှော်လင့်စောင့်စားသည့် ပုံစံဖြင့်ပါးစပ်ကို ဖွင့်ဟထားသည်။ ထိုသို့ ပက်လက်လှန်နေရင်းဖြင့် ကောင်းကင်ပြင်ကြီးနှင့် မိုးသားတိမ်တိုက်များကို သူသတိပြုမိသည်။ လက်နှစ်ဘက် ကိုမြှောက်လိုက်သည်။ လက်ညှိုးနှစ်ချောင်းဖြင့် သူ၏ပါးစပ်ကလေးကို အင်္ဂလိပ်စာလုံး “အို” ပုံစံပြုလုပ်လိုက်သည်။ ထိုနောက် “အို” ဟုအလေးအနက် အသံထွက်ရွတ်ဆိုလိုက်သည်။

ထိုအချိန်တွင် အနီးအနားရှိသစ်ပင်ပေါ်မှ ငှက်ကလေးတစ်ကောင်က တကျီကျီအော်လိုက်သည်။ ဂျိုးရှ် ကခေါင်းထောင်ကြည့် လိုက်သည်။ ဘယ်နေရာမှ အသံထွက်လာသည်ကို မသိသော ငှက်ကလေးက ထပ်၍အော်လိုက်ပြန်သည်။ သည်တစ်ကြိမ်တွင် ငှက်က လေးကို ဂျိုးရှ်တွေ့သွားသည်။ မတ်တပ်ရပ်လိုက်ပြီး သစ်ပင်ဆီသို့ ပြေးသွားသည်။ ငှက်ကလေးက သစ်ပင်ပေါ်မှ ကိုက်နှစ်ဆယ်ခန့်အ ကွာသို့ ထိုးဆင်းလာပြီး မြက်ခင်းပေါ်တွင် နားလိုက်သည်။ ဂျိုးရှ်က ငှက်ကလေးပျံသန်းရာသို့ ဝမ်းသာအားရပြေးလိုက်သွားသည်။ ပါးစပ်မှလည်း တအံ့တဩရရွတ်ပြောဆိုနေသည်။ သူက ငြိမ်ပြီးရပ်ကြည့်နေသဖြင့် ငှက်ကလေးက မြက်ခင်းထဲသို့ နှုတ်သီးဖြင့်ဟိုထိုး သည်ထိုးလုပ်နေသည်။ အတန်ကြာသော် တွန့်လိမ်နေသော တီကောင်တစ်ကောင်ကို မိသွားသည်။ ဂျိုးရှ်က မယုံနိုင်သည့်သဘောဖြင့် ခေါင်းကလေးကိုခါရမ်း၍ ငှက်ကလေးဆီသို့ ရှုပ်တိုက်ပြေးသွားတော့သည်။ ငှက်ကလေးကား တကျီကျီအော်၍ သစ်ပင်ဆီသို့ပျံတက် သွားတော့သည်။

ဂျိုးရှ်က မိုးတိမ်များကိုထပ်ပြီး ကြည့်ကာငှက်ကလေးကို လက်ညှိုးနှစ်ဘက်ဖြင့်ထိုး၍ ညွှန်ပြရင်းပါးစပ်မှ “အို” ဟုရရွတ် လိုက်ပါတော့သည်။

သင်ကြားနည်း

ကမ္ဘာမြေကြီးဆိုင်ရာအခေါ်အဝေါ်များကိုသင်ကြားပေးပါ။

၁။ တိရစ္ဆာန်များ သစ်ပင်များနှင့် ပန်းပင်များပါသော ရုပ်ပုံစာအုပ်အမျိုးမျိုးကို ကလေးများနှင့်အတူကြည့်ပါ။ ရုပ်ပုံတစ်ခုကို ညွှန်ပြ၍ ကလေးများအား အမည်ကိုပြောခိုင်းပါ။ သို့မဟုတ် သင်ကအမည်ကို ပြောပြ၍ကလေးများအား ရုပ်ပုံကိုပြခိုင်းပါ။

၂။ သင်သွားသည့်နေရာတိုင်းရှိ သဘာဝပစ္စည်းများကို ညွှန်ပြပါ။ အမည်ကိုပြောပြပါ။

၃။ ပျော်ပွဲစားထွက်ခြင်း၊ သဘာဝရှုခင်းကြည့်ရန် လမ်းလျှောက်ခြင်းနှင့် ပြင်ပအတွေ့အကြုံလုပ်ငန်းများတွင် ကလေးများပါဝင်ပါစေ။ တိရစ္ဆာန်ဥယျာဉ် သို့မဟုတ် ရုက္ခဗေဒဥယျာဉ် သို့မဟုတ် နေအိမ်ခြံဝင်းအတွင်း သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို သတိပြုလေ့လာပါ။ ထိုအကြောင်းကိုပြောပြပါ။ ကလေးများကိုလည်း ပြန်ပြောခိုင်းပါ။

ကမ္ဘာမြေကြီးကိုလေးနက်စွာနားလည်သဘောပေါက်စေရန်သင်ကြားပေးပါ။

၁။ သဘာဝရှုခင်းကြည့်ရန် လမ်းလျှောက်ထွက်ပါ။ သစ်တောထဲ တောင်တန်းများပေါ်တွင်ရောက်ရှိနေရန် မလိုပါ။ ကျယ်ပြောသော ကွင်းပြင် သို့မဟုတ် နေရာကွက်လပ်တစ်ခုရှိလျှင် ဖြစ်ပါသည်။ အရာဝတ္ထုများကို ညွှန်ပြပါ။ များစွာရှင်းလင်းခြင်း မပြုပါနှင့်။ ကလေးများကိုယ်တိုင် စူးစမ်းလေ့လာပါစေ။ ပရွက်ဆိတ်တောင်ပို့တစ်ခုတွေ့သည် ဆိုပါစို့။ ရပ်ပြီးစောင့်ကြည့်ပါ။ ပရွက်ဆိတ်များ ဘာလုပ်နေသနည်းဟုမေးပါ။ ကလေးများစဉ်းစားနိုင်သည့် မေးခွန်းများစွာမေးပါ။ ထိုနေရာတစ်ခုတည်းသို့ပင် မတူညီသော ရာသီဥတုတိုင်း၌ လမ်းလျှောက်ထွက်၍ လေ့လာပါ။ ရာသီဥတုအလိုက် မည်သို့ပြောင်းလဲသည်ကို ကလေးများအားမေးပါ။

၂။ သဘာဝနှင့် သဘာဝမဟုတ်ခြင်းတို့၏ ကွဲပြားခြားနားမှုကို သင်ကြားပေးပါ။ သဘာဝရှုခင်းလေ့လာရေးခရီးတွင် သဘာဝမဟုတ်သောဝတ္ထုပစ္စည်းများကို ကလေးများအား ရှာခိုင်းပါ။ သံဗူးခွံ၊ စာရွက် စသည်။ လူများဖန်တီးသည့် ပစ္စည်းများသည် သဘာဝပစ္စည်းများလောက်လှပမှု မရှိသည်ကိုရှင်းပြပါ။ သဘာဝ သတ္တုပစ္စည်းကလေးတိုင်းသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခုမတူညီဘဲ သီးခြားစီရှိနေကြပြီး လူများပြုလုပ်သည့် ပစ္စည်းများမှာ တစ်ပုံတည်းအမြောက်အမြား ထုတ်လုပ်ကြပုံကို ရှင်းပြပါ။

၃။ ရာသီဥတုတိုင်းအတွက် ရုပ်ပုံကားချပ်တစ်ခုစီကို ကပ်ထားပါ။ ရုပ်ပုံကားချပ်များအတွက် မဂ္ဂဇင်းများတွင် အတူရှာဖွေပါ။

၄။ ငှက်ကလေးများကို စောင့်ကြည့်ပါ။ အစာကျွေးပါ။

၅။ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်ကလေးများ မွေးမြူပါ။ လေ့လာပါ။ မည်သို့မွေးမြူစောင့်ရှောက်ရမည်ကို သင်ယူပါ။

သဘာဝကိုအသုံးပြုခြင်း၏ပျော်ရွှင်မှုကိုသင်ကြားပေးပါ။

၁။ နွားနို့ညှစ်ခိုင်းပါ။ ထိုနွားနို့ကို သောက်ပါ။ ထောပတ်ပြုလုပ်ပါ။ ကြက်ဥများကောက်ပါ။ ကြက်ဥများကို ကြော်လျက်ချက်ပြုတ်ပါ။

၂။ ပျားရည်၊ ကြက်ဥ ဘဲဥ နွားနို့ အိမ်တွင်းလုပ်ပေါင်မုန့်တို့ ပါဝင်သော သဘာဝဟင်းလျာ စီစဉ်စားသုံးပါ။

၃။ “ဝတ္ထုပစ္စည်းများ ဘယ်ကရသနည်း” ဟူသော မေးခွန်းသည် ကလေးငယ်များ၏ အသိတွင်ရှိနေသေးသဖြင့် ဝတ္ထုပစ္စည်းအချို့ကို သေတ္တာပုံးခွံတစ်ခုတွင် ထည့်၍ကလေးများအတွင်းသို့ မမြင်နိုင်သော အမြင့်တွင်တင်ထားပါ။ ကလေးတစ်ဦးအား သေတ္တာပုံးခွံထဲမှ ပစ္စည်းတစ်ခုကို နှိုက်ယူစေပြီး ထိုပစ္စည်းဘယ်ကရကြောင်းကိုမေးပါ။ လိုအပ်သော ရှင်းလင်းချက်များ ဖြည့်စွက်ပေးပါ။ (နမူနာပစ္စည်း မုန့်လာဥနီ၊ ငှက်ပျောသီး၊ ပန်းသီး၊ ပေါင်မုန့်၊ ငါးသေတ္တာဘူး၊ ပျားရည်၊ နွားနို့၊ စပျစ်သီးခြောက်၊ ကွေကာအုတ်၊ ဝက်အူချောင်းညှပ် ပေါင်မုန့်၊ ချည်ထည်၊ သိုးမွေးလက်အိတ်၊ သစ်သား၊ ဖန် စက္ကူ စသည်)

၄။ ကလေးများနှင့် “ဉာဏ်စမ်းပဟေဠိ” ကစားပါ။ ကလေးများအား “တို့ရဲ့အံ့ဩဖို့ကောင်းတဲ့ ကမ္ဘာကြီးနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုကိုစဉ်းစားနေတယ်။ အဲဒီအကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်နေတာကိုပြောပြမယ်။ စဉ်းစားနေတာကို ခန့်မှန်းကြည့်ပါ။ သိတယ်ထင်ရင်

လက်ညှိုးထောင်ပါ။ ဒါပေမဲ့ “အဲဒါဘာလဲလို့ မမေးမချင်းမဖြေပါနဲ့” ဟုပြောပါ။

စဉ်းစားနေတဲ့ပစ္စည်းက အစိမ်းရောင်။ သူကရှင်သန်နိုင်တယ်။ တစ်ခါတစ်လေ သေးသေးလေးဖြစ်ပြီး တစ်ခါတစ်လေအရှည်ကြီးရှင်သန်တယ်။ သူ့မှာ အရွက်တွေလည်းရှိတယ်။ တစ်ခါတစ်လေ အသီးသီးတယ်။ အဲဒါဘာလဲ (သစ်ပင်)

စဉ်းစားနေတဲ့ပစ္စည်းက ကောင်းကင်မှာရှိတယ်။ အဖြူရောင်ရှိပြီး ညဘက်ကျမှမြင်ရတယ်။ လုံးလည်းလုံးတယ်။ တောက်ပတယ်။ တို့တွေကို သူကအလင်းရောင်ပေးတယ်။ အဲဒါဘာလဲ။ (လ)

စိတ်ဝင်စားမှုနှင့်စူးစမ်းလို့မှုတို့၏ပျော်ရွှင်ဘွယ်ကောင်းပုံကိုထိန်းသိမ်းခြင်း

ကလေးများ၏အမြင်

ကျွန်ုပ်တို့သည် လူစည်ကားလှသော စတိုးဆိုင်ကြီးတစ်ဆိုင်၏အတွင်း လူသွားလမ်းဘေးတွင်ထိုင်ကာ ဖြတ်သွားသောလူများတွင် ကျွန်ုပ်အားမည်သူစောင့်ကြည့်နေသနည်းဟု သိရှိရန်အကဲခတ်နေခဲ့သည်ကို အမှတ်ရမိသည်။ လူကြီးများသည် ၎င်းတို့၏အလုပ်များ၊ ပြဿနာများပေါ်တွင်သာ အာရုံစိုက်နေကြသည်။ တစ်ဦးတစ်လေမျှ ကျွန်ုပ်နှင့်မျက်လုံးချင်း မဆုံမိခဲ့ကြပေ။ လူစည်ကားသော စင်္ကြံလမ်းတစ်လျှောက်ရှိ သူတို့လိုချင်သောအရာကိုသာ မြင်တွေ့ကြသည်။

သို့ရာတွင် ကလေးငယ်များက အရာတိုင်းကိုတွေ့မြင်ကြသည်။ ကလေးငယ်တိုင်း ကျွန်ုပ်ကိုတစ်ခဏမျှ စိုက်ကြည့်သွားလေ့ရှိကြသည်။ အရာတိုင်းကိုလည်း ထိုနည်းနှင့်ပင်မလွတ်တမ်း ကြည့်သွားကြသည်။ သူတို့၏မျက်လုံးများနှင့် နားများသည် မြင်သမျှ၊ ကြားသမျှ၊ မေးသမျှ အချက်အလက်များကို မှတ်ယူစုဆောင်းသော လက်ခံသည့်အာရုံများဖြစ်ပေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့ ၅နှစ်သားအရွယ်ကလည်း ကျန်ရှိနေသေးသောဘဝသက်တမ်းများကဲ့သို့ပင် အလွန်စူးစမ်းလေ့လာခဲ့ကြသည်မှာ အဆန်းမဟုတ်တော့ပေ။ ကျွန်ုပ်တို့ ပို၍သိမြင်လာလေလေ ပို၍ခံစားတတ်လာလေလေဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် သဘာဝကျသော ပျော်ရွှင်ဖွယ်အတိတ်ပေးသော စူးစမ်းလို့မှုများနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုများဖြင့် မွှေးဖွားလာခဲ့ကြသည်။ ဘာကြောင့် ဤသို့ဖြစ်သနည်း။ လူကြီးများသည်အဆိုပါ ပျော်ရွှင်မှုများကို မည်သည့်နေရာတွင် စွန့်ခွာခဲ့ကြသနည်း။ ကလေးများသည်လည်း ၎င်းတို့၏ပျော်ရွှင်မှုများကို ဘယ်ခါတွင်ဆုံးရှုံးကြရ ပါသနည်း။

မွှေးစလသားအရွယ် ကလေးများသည် နီးထချိန်၏ ၅ပုံ ၁ပုံကို မလှုပ်မရှားငြိမ်သက်ကာ စူးစိုက်ကြည့်နေပြီး မြင်သည့်ပစ္စည်းများကို တွေးတောစဉ်းစားနေကြသည်ဟု သုတေသနတစ်ရပ်က ဖော်ပြပါသည်။ သူတို့၏စိတ်များသည် အလွန်ပုံသွင်း၍ လွယ်ကူပြီး အလွန်ပင်တိမ်းညွတ်လွယ်ကြပါသည်။ မိဘများသည် ကလေးငယ်များ၏ ခန္ဓာကိုယ် သို့မဟုတ် စာရိတ္တကို ပြုပြင်နိုင်သည်ထက် ပို၍ သူတို့၏စိတ်ကို ကောင်းအောင်ဖြစ်စေ ဆိုးအောင်ဖြစ်စေပြုပြင်လွယ်ကြပါသည်။

သင်ကြားနည်း

ကလေးသူငယ်များ၏နမူနာမှသင်ယူပါ။ သူတို့နှင့်အတူဆောင်ရွက်ပါ။ အားပေးပါ။

နွေဦးစရာသီ၏ နွေးထွေသောတစ်နေ့တွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ၃နှစ်အရွယ်သမီးငယ်လေးတစ်ဦးတည်း ပန်းပွင့်များအကြားကစားနေသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့လင်မယားနှစ်ဦး နောက်ဘက်ပြတင်းပေါက်မှ အကဲခတ်နေခဲ့ပါသည်။ သူမအတိုင်းမသိ ဝမ်းသာကြည့်နူးကာစိတ်ဝင်စားနေပုံကို ကျွန်ုပ်တို့အထင်းသား တွေ့မြင်သိရှိရသည်။ ကျွန်ုပ်က “သူ ဒီလိုအမြဲပျော်ရွှင်နေအောင် တို့ဘယ်လိုလုပ်ကြပါ့မလဲ” ဟုခပ်တိုးတိုး ပြောလိုက်ရာ ဇနီးသည်က “သူကြည့်နေတာကို စောင့်ကြည့်ပေါ့။ သူအမြဲကြည့်လေ့ရှိတာကို စောင့်ကြည့်ပါ” ဟုပြန်ဖြေပါသည်။

ဤအဖြေသည် လျှို့ဝှက်ချက်ဖြစ်ကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့သိရှိလာရသည်။ ကလေးများသည် ဆရာများ ကျွမ်းကျင်သူများဖြစ်ကြပြီး ကျွန်ုပ်တို့သည် လေ့လာသင်ယူသူတပည့်များ ဖြစ်ကြသည်။ သူတို့၏ ဆောင်ရွက်မှု/လှုပ်ရှားမှု (သစ်ရွက်များပေါ်တွင် ခုန်ခြင်း) မှဖွယ်ခွာစေပြီး သင်၏လှုပ်ရှားမှု (အိမ်သန့်ရှင်းလုပ်ငန်း) သို့ ဆွဲသွင်းမည့်အစား တစ်ခါတစ်ရံ သူတို့ပျော်ရွှင်မှုအတွက် သင့်လုပ်ငန်းကိုပြစ်ထားလိုက်လျှင် မည်သို့ရှိမည်နည်း။ (စိတ်ပူမနေပါနှင့်။ သစ်ရွက်များသည် သင်၏ဆံပင်များကို တိုးဝှေ့ပွတ်တိုက်သွားရုံသာ ရှိပါလိမ့်မည်။)

ဖြေပါ၊ မေးပါ။

သင်သည် သစ်ရွက်များကြားတွင်ရှိနေပါက သင်၏ဆရာ (သင်၏ကလေးငယ်)က “ခူကောင်တစ်ကောင်က ဒီသစ်ရွက်က

အပေါက်ကိုဖောက်တာလား” ဟုမေးကောင်းမေးပါလိမ့်မည်။ ထိုအပေါက်ကို သင်စိတ်ဝင်စားလာအောင် သင်ကြားပေးခြင်းအတွက် သူ့ ကိုကျေးဇူးတင်သင့်သည်ဟု သဘောထားပြီး “ခူကောင်က ဒီအပေါက်ကိုဖောက်တာပေါ့” ဟုပြန်ဖြေလိုက်ပါ။ ပြီးလျှင် “အခု အဲဒီခူ ကောင်ဘယ်ရောက်သွားပြီလို့ ထင်သလဲ” ဟုမေးရင်းပို၍ သင်ကြားပေးသည့် အခွင့်အလမ်းတစ်ခုဖွင့်ပေးလိုက်ပါ။

မေးခွန်းတစ်ခုသည် မည်မျှတန်ဖိုးရှိသနည်း။ ဖျတ်လတ်သောစိတ်သည် ဦးစွာမေးခွန်းကိုဖြေသည်။ စူးစမ်းလေ့လာသည်။ ရှာဖွေဖော်ထုတ်သည်။ မေးခွန်းတစ်ခုကို မည်သည့်အခါမျှ လစ်လျူရှုခြင်း၊ ဝေဖန်ခြင်းမပြုပါနှင့်။

မေးခွန်းမေးသောကလေးငယ်တစ်ဦးနှင့် ပတ်သက်၍အလားတူ အမှားတစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသည်။ (၁) လစ်လျူရှုခြင်း၊ ရှောင်လွှဲခြင်း၊ ထိုအခိုက်အတန့်ကလေး၏ အလှတရားနှင့် စွမ်းအားကိုသတိမပြုခြင်း။ (၂) နှစ်ဦးသားအကျိုးအကြောင်း ဝေဖန်မည့်အစား ဖြေကြားခြင်း၊ ကလေးငယ်၏ကိုယ်ပိုင်အဖြေရရှိရေးအတွက် ကူညီခြင်း သို့မဟုတ် မေးမြန်းခြင်း။ မေးခွန်းတစ်ခုအား အချိန်ယူ၍ ဆွေးနွေးခြင်းအားဖြင့် ကလေးငယ်အား ကျိုးကြောင်းဆင်ခြင်ခြင်း၊ ကြံစည်စိတ်ကူးခြင်းနှင့် သုတေသနပြုခြင်းတို့၏စိတ် ဝင်စားဖွယ်ကောင်သော သဘောတရားများကို နားလည်ရန် ကူညီရာရောက်ပါသည်။

လှုံ့ဆော်ခြင်း/လှုပ်ရှားတက်ကြွစေခြင်း

ကလေးငယ်များအမြင်အာရုံရသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် အမြင်အာရုံကို လှုံ့ဆော်ပေးမှု လိုအပ်ပါသည်။ ရွေ့လျားမှုများ၊ တောက်ပ သောအရောင်များ၊ ရွေ့လျားနေသော ဝတ္ထုပစ္စည်းများကို ကလေးငယ်စူးစမ်းလာစေရန် လိုအပ်ပါသည်။ မိဘများသည် ကလေးငယ်များ အားဝတ္ထုပစ္စည်းများကို ပြသင့်သည်။ အမြင်အာရုံသစ်များ အကြားအာရုံသစ်များနှင့် ထိတွေ့မှုအာရုံသစ်များကို ပေးသင့်သည်။ မတူညီ သောဝတ္ထုပစ္စည်းများဖြင့် ခံစားသိရှိစေရမည်။

မေးခွန်းမေး၍ ကစားနည်း

မေးခွန်းကောင်းတစ်ခုမေးတတ်ခြင်းသည် အဖြေမှန်တစ်ခုဖြေတတ်ခြင်းထက် တစ်ခါတစ်ရံပို၍ အရေးကြီးကြောင်းကို ညစာ စားချိန်တွင်ဖြစ်စေ အခြားသင့်တော်သည့်အချိန်တွင်ဖြစ်စေ ရှင်းလင်းပြပါ။ သင်က ကလေးများအား အမျိုးအစားတစ်ခု ပေးမည်ဖြစ် ကြောင်းပြောပြီး မေးရမည့်မေးခွန်းကောင်းတစ်ခု သူတို့မည်သို့စဉ်းစားနိုင်သည်ကို လေ့လာပါ။ ထိုနောက် အမျိုးအစား၏အမည်ကို သတ်မှတ်ပါ။ (မိုးတိမ်များ သို့မဟုတ် ကားများ သို့မဟုတ် ဖေဖေ၏ရုံးခန်းစသည်) ဤကစားနည်းကို ကြိမ်ဖန်များစွာဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြင့်ဘယ်အရာ ဘယ်အချိန် ဘယ်နေရာ ဘယ်သူနှင့် ဘယ်လို တို့ကိုအသုံးပြုရသည့် မေးခွန်းများရှိကြောင်း ကလေးများအားရှင်းပြနိုင် ပါသည်။

မိသားစုဖတ်စာအုပ်

ကလေးများသည် သူတို့၏စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် စူးစမ်းလေ့လာမှုတို့အရ လှုံ့ဆော်ချက်များကို ဂုဏ်ယူလိုစိတ်ရှိသကဲ့သို့ သူတို့ လေ့လာတွေ့ရှိသည်များကိုလည်း လျှင်မြန်စွာမျှဝေ ပြောပြချင်ကြပါသည်။ သူတို့၏ စူးစမ်းလေ့လာတွေ့ရှိချက်များ သို့မဟုတ် စူးစမ်း မှုနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုတို့၏ အကျိုးတရားများကို မျှဝေနည်းရရှိလျှင် ထိုနည်းသည်ပိုမိုစူးစမ်းလေ့လာ လိုစိတ်နှင့်စိတ်ဝင်စားမှုတို့ကို ဆက်လက်လှုံ့ဆော်ရန် လှုံ့ဆော်နည်းတစ်ခုဖြစ်လာပေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့မိသားစုတွင် “စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသောစာအုပ်” တစ်အုပ်ရှိပါသည်။ ပစ္စည်းဥစ္စာအတွက် ငွေရေးကြေးရေးအတွက် မဟုတ်ပါ။ စိတ်ဝင်စားမှုအတွက် သာဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသည်ခိုင်မြဲစွာ ချုပ်ထားသော သာမန်စာအုပ်တစ်ခုထက်ပို၍ မထူးခြားပါ။ ဤ စာအုပ်ထဲတွင် မိသားစုဝင်တိုင်းက သူတို့လေ့လာတွေ့ရှိခဲ့သော ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့သော စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ အကြောင်းအရာတစ်ခုကို မှတ် စုရေးသားနိုင်သည်။ မူကြိုအရွယ်ကလေးများအနေဖြင့် သူတို့၏လေ့လာတွေ့ရှိချက်ကို စာအုပ်ထဲတွင် ရေးမှတ်ရေးအတွက် လူကြီးတစ် ဦးအား နှုတ်ဖြင့်ပြောပြရပါသည်။ အဆိုပါ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသောစာအုပ်ကို ပြန်၍ဖတ်ကြည့်ရခြင်းကား အလွန်ပျော်ရွှင်ဖွယ် ကောင်းပါသည်။

“နက်ပြာရောင် ငှက်တစ်ကောင်သည် အိမ်ထောင့်ရှိသစ်ပင်ပေါ်တွင် အသိုက်ဆောက်နေသည်” (ဆာရင် ၄၃၈)

“ဆာနေး (ကျွန်ုပ်တို့အိမ်မှ ခွေးကြီးသည် သူ့သူငယ်ချင်းအိမ်သို့ကူး၍ သွားနိုင်သည်။ အကြောင်းမူ အိမ်ဘေးဘက်ခြံစည်းရိုး တွင် အပေါက်ကြီးတစ်ပေါက်ရှိနေ၍ ဖြစ်သည်။ (ရှောနီ ၃၃၈)

ကျွန်ုပ်တို့၏ မိသားစုဖတ်စာအုပ်ကို မိသားစုအခန်းရှိ ချိတ်တစ်ခုတွင် ချိတ်ဆွဲထားသည်။ ထိုစာအုပ်ကို အလေးထားကြပြီး စာအုပ်ထဲတွင် ရေးသမျှဝေရခြင်းကို သဘောကျကြသည်။ စာအုပ်ထဲတွင် ကျွန်ုပ်တို့ရေးမှတ်ထားသမျှကို လတိုင်းဖတ်လေ့ရှိကြသည်။ အခြားသော စိတ်ဝင်စားဖွယ် မိသားစုဖတ်စာအုပ်ပုံစံမျိုးကဲ့သို့ပင် ကျွန်ုပ်တို့ဘဝများသည်လည်း အချိန်ကာလအလျောက် တန်ဖိုးရှိစွာ တိုးတက်ကြီးပြင်းလာကြပေသည်။

စိတ်ကူးခြင်းနှင့် တီထွင်ဖန်တီးခြင်း၏ပျော်ရွှင်မှုကိုသင်ကြားပေးခြင်း

ကလေးငယ်၏အမြင်

တစ်ညနေတွင် ကျွန်ုပ်သည်အလုပ်မှ စောစောပြန်ခဲ့ပြီး အိမ်နောက်ဖေးတံခါးမှ တိတ်တဆိတ်ဝင်ခဲ့သည်။ ကျွန်ုပ်၏အသံကို မည်သူကမျှ မကြားမှ ၅နှစ်နှင့် ၄နှစ်စီရှိသော သမီးကလေးနှစ်ဦး၏ အိပ်ခန်းထဲမှ ပြောဆိုသံကိုကြားလိုက်ရသည်။

“ကောင်းပြီလေ။ ညည်းက သူနာပြုဆိုတော့ ငါကဆရာဝန်မပေါ့”

“အေး ဟုတ်တယ်”

“ဘာနေး (ခွေးကြီး) ကိုဒီအခင်းတွေနဲ့ ဖုံးလိုက်ရင်း သူကလူနာဖြစ်သွားပြီပေါ့”

“ဟုတ်တယ်။ ဒီတုတ်ကိုတော့ ခွဲစိတ်ဖို့သုံးရမယ်” (ခွေးကြီးအားမလုပ်ရန် တားမြစ်ချင်သည့်စကားကို ကျွန်ုပ်မျိုသိပ်ထားလိုက်ရသည်။)

“မခွဲစိတ်ခင်မှာ ဒီလူနာကို အိပ်အောင်လုပ်ရင်ပိုကောင်းမယ်”

“အိပ်ဆေးတိုက်လို့ရတာပေါ့”

“အိုး ဒါပေမဲ့ ဘာနေးကမျက်လုံးပိတ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ သူ့ကိုသီချင်းဆိုပြရင်ကောင်းမယ်။ ဒါမှ သူမျက်လုံးမပိတ်ဘဲနေလို့ရမယ်။ နာမှာလည်းမဟုတ်ဘူး။ အိုး လူနာကြီးရယ် လူနာကြီးရယ် မင်မှာကြီးမားရှည်လျားတဲ့ လျှာကြီးရှိတယ်။ မင်းကို တို့ခွဲစိတ်ပေးပါမယ်။ ဒါမှ မင်းနေကောင်းသွားမယ်”

ကလေးသူငယ်များ၏ စိတ်များသည်အလွတ်လပ်ဆုံး တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိဆုံးဖြစ်ပြီး ကန့်သတ်ပိတ်ပင်မှုနှင့် ဓလေ့ထုံးစံတို့ဖြင့်စည်းနှောင်မှု အနည်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့အား တီထွင်ဖန်တီးနိုင်မှုနှင့် စိတ်ကူးခြင်းတို့ကို သင်ကြားပေးရန်လွယ်ကူပါသည်။ ထို့ပြင် “ဒါက မိုက်မဲတာပဲ” သို့မဟုတ် “လူကြီးဆန်စမ်းပါ” သို့မဟုတ် “စိတ်ကူးယဉ်မနေစမ်းပါနဲ့” စသည့်စကားမျိုးကို အန္တရာယ်ကြီးစွာ အလွယ်တကူပြောမိတတ်ကြသည်။ မိဘများက ကလေးငယ်များအား လူကြီးဆန်စမ်းပါဟုပြောသော အချိန်များသည် ကလေးများ ပျော်ရွှင်ကြည်နူးမှု အပြည့်ဝဆုံးရရှိသည့် အချိန်များဖြစ်လျှင် အမှန်တကယ်စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသည့် ချမ်းမြေ့ဖွယ်နေ့ရက်များဖြစ်သည်။ သို့သော် ကလေးငယ်များအား ကျွန်ုပ်တို့အမှန်တကယ်ကြီးပြင်း စေချင်ပါသလား။ သို့မဟုတ် ကြီးပြင်းဖွံ့ဖြိုးမှု နိမ့်ကျအောင်လုပ်နေသလား သို့မဟုတ် ပို၍လွတ်လပ်ပြီး ပို၍စိတ်ကူးနိုင်စွမ်းရှိကာ တားမြစ်ကန့်သတ်ချက်နည်းပါးစွာ ကြီးပြင်းလာစေချင်ပါသလား။

စိတ်ကူးကြံစည်လေ့ရှိသော ကလေးငယ်သည် တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိသော အခြေခံကျသောတွေးခေါ် မြော်မြင်မှုဖြင့်ပြဿနာကိုဆန်းသစ်သော အဖြေများဖြင့် ဖြေရှင်းနိုင်စွမ်းရှိသော လူကြီးတစ်ဦးဖြစ်လာပေလိမ့်မည်။ ထို့ပြင် ထင်ရှားသိသာမှုနည်းပါးသည်ကို သိမြင်လွယ်သော အများနှင့်မတူဘဲ ထူးခြားစွာဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိသောသူ တစ်ဦးလည်းဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။

သူတို့၏မိဘများတွင် စိတ်ကူးစိတ်သန်းများရှိကြသည်ကို ကလေးငယ်များသိရှိကြလျှင် သူတို့မည်မျှ သဘောကျကြပေလိမ့်မည်နည်း။ တစ်ညတွင် အိမ်ရှေ့လူသွားလမ်းပေါ်ရှိ နှင်းခဲများကို ကော်ထုတ်ရှင်းလင်းပြီးနောက် သမီးငယ်လေး ဂြိုဟ်၏အိပ်ခန်းဆီသို့ တက်လာခဲ့သည်။ ကျွန်ုပ်၏ကိုယ်တွင် သားမွေးအကျီအပွကြီးကို ဝတ်ထားဆဲဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်၏ခေါင်းစွပ်ကိုဆွဲချလိုက်ပြီး မျက်နှာကိုအုပ်ကာ မြောက်ဝင်ရိုးစွန်းမှ ဝန်ရိုးစွန်းဝက်ဝံကြီး ပုံပြောဖို့လာပြီဟု ကြေငြာလိုက်သည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ ပိုလာဝက်ဝံကြီးအဖြစ်တစ်လလျှင် တစ်ကြိမ်ခန့်ဖြစ်စေ အခြားပုံစံများဖြင့် ရုပ်ဖျက်၍ဖြစ်စေ စိတ်ကူးဖန်တီးကာ သမီးငယ်များအား ပုံပြောခဲ့ရပါသည်။

သင်ကြားနည်း

လူကြီးတစ်ဦးအရန်သင့်နေ၍ရက်ရောစွာအားပေးပါ။

ကလေးငယ်၏သေးငယ်သော တီထွင်ဖန်တီးမှုကိုဖြစ်စေ ကြီးမားရက်ရောစွာအားပေးပါ။ သစ်တုံးကလေးများဖြင့်တည်ဆောက်သည်မှစ၍ ရုပ်ပုံကားချပ်တစ်ခု ရေးဆွဲခြင်း အထိအားပေးမှုလိုသည်။ ပြောင်မြောက်သောလက်ရာကို ထုလုပ်ဖော်ပြနေသကဲ့သို့ စောင့်ကြည့်အားပေးပါ။ ရန်ဖန်ရန်ခါ စကားလုံးဖြင့်အားပေးခြင်းထက် လက်တွေ့ပါဝင်ကူညီပေးရမည်။ ဥပမာ ၃နှစ်အရွယ်ကလေးငယ် ပုံဆွဲရန်အတွက် စာရွက်လိပ်ကို ဖြန့်ပေးခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။

လူကြီးတစ်ဦးအရန်သင့်နေ၍ ကလေးအဖြစ်ပါဝင်ကစားပါ။

ကလေးငယ်များစိတ်ကူးသောအခါ ကျွန်ုပ်တို့လည်းစိတ်ကူးပါ။ အပြောင်းအလဲဖြစ်စေရန် ရွံ့ထဲတွင်သူတို့နှင့်အတူ ကစားပါ။ မလိုအပ်ဘဲ တင်းကျပ်စွာတားမြစ်ပိတ်ပင်ခြင်း မပြုပါနှင့်။

ပစ္စည်းများပြုလုပ်ခြင်း

ပစ္စည်းပြုလုပ်သည့် လက်နက်ကိရိယာအစုံ ဝယ်နိုင်လျှင် သို့မဟုတ် ပစ္စည်းကိုအကြမ်းမျှ ပြုလုပ်တတ်သည်ဆိုလျှင် အဆင်သင့်ပြုလုပ်ပြီးသော ပစ္စည်းများကိုမဝယ်ပါနှင့်။ တူရိယာပစ္စည်းများ (စည်းဝါးလိုက်သည့်သစ်တုံးများ၊ ဝါးလက်ခုပ်များစသည်) ပြုလုပ်နည်းကို စဉ်းစားပါ။ အခြားသောရိုးရှင်းသည့် အသုံးဝင်ပစ္စည်းများ ပြုလုပ်နည်းကိုစဉ်းစားပါ။

ဟန်ဆောင်ခြင်း

၁။ အဝတ်အစားဟောင်းများ၊ ရှူးဖိနပ်ဟောင်းများ၊ ဦးထုပ်ဟောင်းများကို စုဆောင်း၍ပုံးခွံတစ်ခု သို့မဟုတ် သေတ္တာတစ်ခုထဲတွင် ထည့်ကာ ဟန်ဆောင်ဇာတ်ရုပ်အတွက် အဝတ်အစားလဲရန် အသုံးပြုပါ။ မည်သည့် ရတနာကို ကလေးများစွဲစွဲလန်းလန်း စိတ်ကူးနိုင်ပါသနည်း။

၂။ သက်မဲ့ပစ္စည်းများ စကားပြောသကဲ့သို့ ဟန်ဆောင်ပါ။ ကိုယ်သွားအစိတ်အပိုင်းများ စကားပြောသကဲ့သို့ ဟန်ဆောင်ပါ။ ဝမ်းဗိုက်ထဲသို့ဝင်ရောက်ချင်သော အစားအစာများ၊ ကစားချင်သောအရုပ်များ၊ နာဖာချေးကလော်ခံချင်သော နားများစသည်တို့စကားပြောသကဲ့သို့ဟန်ဆောင်ပါ။

ပြဿနာများဖြေရှင်းခြင်း

“ဘယ်လိုနည်းနဲ့ရအောင်လုပ်မလဲ” ကစားနည်းကို ကစားပါ။ ဥပမာ ကုလားထိုင်ကို ဘယ်လိုနည်းနဲ့ ဒီနေရာရောက်အောင် လုပ်မလဲ။ (ကုလားထိုင်ကို ကြိုးနှင့်ချည်၍ဆွဲပါ။) ဆိုဖာအောက်က ကျောက်ခဲကိုဘယ်လိုနည်းနဲ့ ရအောင်ထုတ်မလဲ။ (တုတ်နှင့်ကော်ထုတ်ပါ။) ပျော်ပွဲစားထွက်တဲ့နေ့မှာ လေတိုက်နေရင်စားပွဲခင်းကို ဘယ်လိုနည်းနဲ့ရအောင်ခင်းမလဲ။ (ကျောက်တုံးများဖြင့်ဖိထားပါ။) တစ်ချိန်တည်းမှ ပစ္စည်အများကြီးကို ဘယ်လိုနည်းနဲ့သယ်မလဲ။ (အိတ်ထဲထည့်၍ ပုံးထဲထည့်၍)

အကြားစွမ်းရည်ပန်တီးခြင်း

အတူတကွသီချင်းဆိုပါ။ စနစ်တကျ သင်ကြားပေးလျှင် ကလေးငယ်များသည် သံပြိုင်ပိုဒ်များကို ကောင်းစွာသီဆိုနိုင်ကြပါသည်။

အမြင်စွမ်းရည်ပန်တီးခြင်း

ခရေယွန်များ၊ သင်္ဘောဆေးများ၊ ရေဆေးပင်များကိုယူ၍ မိသားစုတစ်စုအဖြစ် အတူတကွပန်းချီဆွဲပါ။ ပန်းချီကားတစ်ခုချင်းကိုကောင်သည် ဆိုးသည် မနှိုင်းယှဉ်ဘဲချီးမွမ်းပါ။ မျှတမှုရှိပါစေ။ ကလေးများ၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကူးများကို အသုံးပြုပါစေ။

ကြော်ငြာဆိုင်းဘုတ်ပြုလုပ်ခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့၏ကြော်ငြာဆိုင်းဘုတ်ကို “ဖေဖေနှင့်မေမေ ဂုဏ်ယူဖွယ်ဆိုင်းဘုတ်” ဟုအမည်ပေးထားသည်။ ထိုဆိုင်းဘုတ်တွင် သားသမီးများဆွဲထားသမျှ ကားချပ်များ၊ အရောင်ခြယ်ပုံများနှင့် ဖန်တီးပြုလုပ်မှုများကို နောက်ထပ်အသစ်တစ်ခု မလာမချင်းချိတ်ဆွဲထားသည်။ အသစ်ရရှိပါက အဟောင်းကိုဖြုတ်၍ ရုပ်ပုံစာအုပ်ထဲတွင် ညှပ်ထားလိုက်သည်။ ကလေးငယ်များသည် အားလုံးသောအနုပညာများကို နှစ်သက်ကြပါသည်။ ၎င်းတို့၏ ဖန်တီးမှုမီးတောက်ကို လက်ခံမှုချီးမြှင့်မှု လောင်စာတို့ဖြင့် အားဖြည့်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

နာခံခြင်းနှင့်ဆုံးဖြတ်ချက်များ၏ပျော်ရွှင်မှုကိုသင်ကြားပေးခြင်း

“သူငယ်သွားရာလမ်း၌ ဆုံးမသွန်သင်လော့။ သို့ပြုလျှင်သူသည် အိုသောအခါ ထိုလမ်းမှမလွဲ လိုက်သွားရလိမ့်မည်။” (သုတ္တံ ၂၂:၆)

ကလေးငယ်၏အမြင်

ငွေကြေးရေတွက်တတ်ကာစ ၄နှစ်သမီးလေး ဆာရင်သည် စတိုးဆိုင်မှရန်ပေါက်ထွက်လာရင်း သူမအား ၂၅ဆင့်အမ်းရမည့် အစား ဆင့်၅၀အမ်းလိုက်ကြောင်း တွေ့ရှိလိုက်ရသည်။ ဦးစွာအံ့ဩသွားပြီး “သစ်သီးဆိုင်က ပိုက်ဆံပိုပြီးအမ်းလိုက်တယ်” ဟုပြောလိုက်သည်။ ထိုနောက် သတိရလာကာ “ဆိုင်ရှင်ကိုပြန်ပေးရမယ်” ပြောပြီးဆိုင်ထဲပြေးဝင်သွားသည်။ ဆိုင်ထဲမှပြန်ထွက်လာသောအခါ ပကတိဝမ်းသာကြည်နူးစွာဖြင့် “ဖေဖေ လူတိုင်းဟာသမီးလို ရိုးသားကြရင်သိပ်ကောင်းမှာပဲလို့ ဆိုင်ရှင်ကြီးက ပြောလိုက်တယ်” ဟု အားရပါးရပြန်ပြော ပြပါသည်။ ဤကား စာရိတ္တဥပဒေသကို အလိုအလျောက်နာခံခြင်းကြောင့် ရရှိသောစစ်မှန်သည့် ပီတိသုခပင် တည်း။

ဤဖြစ်ရပ်ကလေးက အခြားတစ်ချိန် အခြားစတိုးဆိုင်တစ်ခုတွင် အခြားကလေးတစ်ဦးဖြစ်သည့် ဆာရင်၏ဖခင်ကျွန်ုပ်၏အဖြစ်အပျက်ကို အမှတ်ရစေခဲ့သည်။ ထိုစဉ်က ကျွန်ုပ်သည် ၈နှစ်သားသာရှိသေးပြီး ကျွန်ုပ်၏ပထမဦးဆုံးသော ဘိုင်စကယ်ကို ဝယ်ယူခြင်းဖြစ်သည်။ ဘွားဘွားပေးသောငွေ ကျွန်ုပ်စုသောငွေနှင့် ကုတ်အင်္ကျီချိတ်များနှင့် ပုလင်းဟောင်းများရောင်းရငွေ စုစုပေါင်း ၂၆ဒေါ်လာရှိသည်။ စတိုးဆိုင်တွင် ၂၅ဒေါ်လာတန် အသုံးပြုပြီးသား စက်ဘီး ၂စီးရှိသည်။ တစ်စီးမှာ အနီရောင် ချွင်း (Schwinn) အမျိုးအစားဖြစ်ပြီး တစ်စီးမှာ ငွေရောင် ဆစ်လ်ဗားချိတ် (Silverchief) အမျိုးအစားဖြစ်သည်။ ပထမတွင် တစ်စီးကိုလိုချင်သည်။ ထိုနောက်အခြားတစ်စီးကို လိုချင်ပြန်သည်။ အမြော်အမြင်ကြီးမားသော ဖေဖေကကျွန်ုပ်အားဆိုင်မှ ခေါ်ထုတ်ကာ ကားဆီသို့ခေါ်လာခဲ့သည်။ ထိုနောက် စာရွက်ချုပ်ကြီးတစ်ခုကို ဖြန့်ကာအလယ်တွင် မျဉ်းတားလိုက်သည်။ “ကဲ တစ်ဘက်မှာ အနီရောင်ကို လိုချင်ရတဲ့အကြောင်းတွေနဲ့ ကျန်တစ်ဘက်မှာတော့ ငွေရောင်ကိုလိုချင်ရတဲ့အကြောင်းတွေကို ရေးချကြည့်ရအောင်” ဟုပြောပါသည်။ ဖေဖေပြောသည့်အတိုင်းရေးပါသည်။ ကျွန်ုပ်တစ်ခါမျှ မတွေးဖူးသောနည်းဖြင့် စဉ်းစားရသည်မှာ ရင်တုန်တွယ်ပင်ဖြစ်ပါသည်။ ရေးချပြီးသောအခါ ငွေရောင်စက်ဘီးကို ဝယ်ရန်ရွေးချယ်ခဲ့သည်။ (နောက်ဆုံးတွင် ဤစက်ဘီးမျိုးမည်သူတွင်မျှ မရှိကြောင်းသိရသည်။) ထိုစက်ဘီးလေးကို ကျွန်ုပ်ဆယ်နှစ်တာမှ ထိန်းသိမ်းထားခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ထိုစက်ဘီးကလေးဝယ်ရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည့်အဖြစ်သည်လည်း မှေးမှိန်မသွားခဲ့ပါချေ။

ဝတ္ထုပစ္စည်းများကို ဥပဒေများဖြင့် ထိန်းချုပ်ထားသည်ကို လေ့လာသင်ယူခြင်းကား အလွန်အလွန်ပျော်ရွှင် ကျေနပ်ဖွယ်ကောင်းလှပါသည်။ ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ဆန္ဒများက အခြေအနေများကို ထိန်းချုပ်ကြပြီး ဝတ္ထုပစ္စည်းများကို ၎င်းတို့၏ဆန္ဒအတိုင်းဖြစ်ပေါ်စေသည်ဟု ယုံကြည်ကြကြောင်း စိတ်ပညာရှင်များက ကျွန်ုပ်တို့ကိုပြောပြကြသည်။ ထိုသို့ယုံကြည်သည့်အတိုင်းမဟုတ်ဘဲဝတ္ထုပစ္စည်းများက သဘာဝအတိုင်းသာ လွတ်လပ်စွာဖြစ်ပေါ်ကြရသည်ဆိုခြင်းကို ၃-၄နှစ်သား ကလေးငယ်သတိထားမိလျှင် သူ့အတွက်စိတ်ထိခိုက်သွားနိုင်ပေသည်။ သို့မဟုတ်ဘဲ အပြုသဘောဆောင်သော အကျိုးရှိသောနည်းဖြင့် သူ့အားဥပဒေများအကြောင်းကို သင်ကြားပေးမည်ဆိုလျှင် ကလေးငယ်အတွက် ပျော်ရွှင်အမှန်တကယ်နိုးကြွသောအချိန်ပင်ဖြစ်ပေသည်။

ကလေးသူငယ်များအား ၎င်းတို့၏ကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ရေးအတွက် နယ်ခြားမျဉ်းများကန့်သတ်ပေးရန် လိုအပ်သည်။ သူတို့သည် အချို့သောအမှားများ ပြုလုပ်နိုင်ကြမည် ဖြစ်သော်လည်း ကျွန်ုပ်တို့၏ ကူညီဖေးမမှုနှင့် နောက်ဆက်တွဲအကျိုးဆက်တို့ဖြင့်အမှားများကို ပြုပြင်ရန်သင်ယူလာကြပါလိမ့်မည်။ ၎င်းတို့ငယ်ရွယ်စဉ်တွင် ဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် နောက်ဆက်တွဲအကျိုးဆက်များသည် ထာဝရပျက်စီးလောင်အောင် ကြီးမားလေးလံမှုမရှိကြပါ။ ထိုအချိန်တွင် ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် အရေးကြီးလာပြီး မည်သို့ဆုံးဖြတ်ရမည်ကို သူတို့သိရှိလာကြပါလိမ့်မည်။

သင်ကြားနည်း

ဥပဒေဖြင့်ထိန်းချုပ်သောအခြေအနေများနှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ဖြင့်ထိန်းချုပ်သောအခြေအနေများအကြား ခွဲခြားသိမြင်စေရန် သင်ကြားပေးခြင်း

၁။ “တို့ဘာလုပ်သင့်သလဲ” ဟုမေး၍ရသော ဇာတ်လမ်းများဖန်တီးပါ။ (သူ့အားပြောပြသော ဥပဒေတစ်ခုရှိပါသလား သို့မဟုတ် ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခု ချမှတ်ပါသလား။)

၂။ စည်းကမ်းမရှိသော နေအိမ်/ မိသားစုတစ်ခုအကြောင်းပြောပြပါ။ ဘာဖြစ်သလဲ။ ထိုမိသားစုပျော်ရွှင်ပါသလား။ (စည်းကမ်းမရှိသော

ကျောင်းအကြောင်းလည်း ပြော၍ရပါသည်။)

“ရွှင်လန်းတက်ကြွသောနာခံမှု”ကိုမျှော်လင့်တောင်းဆိုခြင်း

“ရွှင်လန်းတက်ကြွသောနာခံမှု” ဆိုသည်မှာ “ဟုတ်ကဲ့ပါမေမေ” သို့မဟုတ် “ဟုတ်ကဲ့ပါဖေဖေ” စသည်ဖြင့်ပြောဆိုရန်နှင့် တစ်စုံတစ်ရာကို လုပ်ခိုင်းလျှင်ဖြစ်စေ မလုပ်ရန်တားမြစ်လျှင်ဖြစ်စေ ချက်ချင်းနာခံခြင်းဖြစ်ကြောင်း ကလေးများကို ရှင်းပြပါ။ ဤကိစ္စ သည်အတင်းအကျပ်သဘော သို့မဟုတ် စစ်တပ်သဘောဆန်သည်ဟု ယူဆနိုင်ဖွယ်ရှိသော်လည်း ကလေးများသည် စည်းကမ်းကိုချစ် မြတ်နိုးတတ်သော မွေးရာပါဗီဇဓိတ်ရှိကြပြီး စည်းကမ်းကြောင့် ဘေးကင်းလုံခြုံသည်ဟု ခံစားတတ်ကြပါသည်။ ထို့ပြင် စည်းကမ်းဟု သည်ရှောင်လွှဲ၍မရသော အရာဟုလည်းနားလည် သဘောပေါက်ကြပါသည်။ ကလေးများအား “ကျေးဇူးပြု၍” ဟုစဉ်ပြောလေ့ရှိသ ဖြင့်သင်၏ အလေးထားမှုနှင့် ချစ်မြတ်နိုးမှုကို သူတို့နားလည်ခံစားကြရပါသည်။ “ကျေးဇူးပြု၍” ဟူသောစကားကို ကြားသည့်အခါတိုင်း “ဟုတ်ကဲ့ပါမေမေ” ဟုပြန်ပြောပြီး နာခံလုပ်ဆောင်ရမည်ကို သင်ကြားပေးပါ။ ကလေးများက ချက်ချင်းမတုန့်ပြန်လျှင် “ရွှင်လန်းတက် ကြွသောနာခံမှု” ဟူသောစကားကိုပြောကာ သတိပေးပြီး “ဟုတ်ကဲ့ပါမေမေ” ဟုပြောပါစေ။

ကလေးများတွင် ဘာဖြစ်လို့လဲဟု ပြန်၍မေးပိုင်ခွင့်ရှိကြောင်း သိသင့်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဘာကြောင့်လဲ/ဘာဖြစ်လို့လဲ ဟူသောမေးခွန်းကို ဖြေကြားပြီးမှသာ “ရွှင်လန်းတက်ကြွသောနာခံမှု” (ဟုတ်ကဲ့ပါမေမေ ဟူသောစကားနှင့်အတူ) ကိုမျှော်လင့်ရပါမည်။

ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်နိုင်ခွင့်အခါမလတ်ပန်တီးပေးခြင်း

ကလေးများအား အိပ်ရာဝင်ပုံပြင်ကို ရွေးချယ်ခိုင်းပါ။ သစ်သီးရည်အရောင်နှစ်မျိုးအနက် တစ်မျိုးကိုရွေးချယ်ခိုင်းပါ။ စသည် ဖြင့်

သင်ပြုလုပ်ခဲ့သော အမြော်အမြင်ရှိသော သို့မဟုတ် မိုက်မဲသောဆုံးဖြတ်ချက်များ၊ ယင်းတို့၏အကျိုးဆက်များနှင့် ဆက်စပ် သောဖြစ်ရပ်များကို ပြောပြခြင်း၊ ဆုံးဖြတ်ချက်၏ နောက်ဆက်တွဲအကျိုးဆက်များကို အားဖြည့်ဆွေးနွေးပါ။ “ဒီလိုလုပ်ရင် ဘယ်လိုဖြစ် လာမလဲ”၊ “ဒီလိုလုပ်ရင် သားရဲ့အစ်မ စိတ်ချမ်းသာမလား၊ စိတ်ဆင်းရဲမလား”။

တောင်းပန်မှုစည်းမျဉ်းကိုသင်ကြားပေးခြင်း

စိတ်ရင်းမှန်ဖြင့် တောင်းပန်စကားပြောခြင်းဖြင့် အပြစ်ဒဏ်ပေးမှုကို ရှောင်လွှဲနိုင်ကြောင်း ကလေးများသိရှိသင့်ပါသည်။ အချင်း ချင်းကို “စိတ်မကောင်းပါဘူး” ဟုတောင်းပန်စကားပြောခြင်း၏ အလှတရားကို ကလေးများအားသင်ကြားပေးပါ။ ကျွန်ုပ်တို့၏ မိသား စုတွင်လေ့လာတွေ့ရှိသည်မှာ ကလေးတစ်ဦးက အခြားတစ်ဦးကိုစလျှင် သို့မဟုတ် နာကျင်အောင်ပြုလုပ်လျှင် ရိုးရှင်းသောတောင်းပန် စကားသည် အပြစ်ပေးခြင်းထက် ပို၍လျှင်မြန်စွာ စိတ်သက်သာရာရစေခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့က အပြစ်ရှိသောကလေးကို “သား တောင်းပန်လိုက်ရင် ကောင်းမယ်” ဟုသတိပေးပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ကလေးများအတွက် ထိုဖြစ်စဉ်တွင် အချက်အလက်ပါဝင်သည်။ ယင်း တို့မှာ (၁) အခြားကလေးငယ်တစ်ဦးအား ပွေ့ဖက်ခြင်း (၂) တောင်းပန်ခြင်း “ကျွန်တော့်ကိုခွင့်လွှတ်မယ် မဟုတ်လား” နှင့် (၃) “နောက် ဒီလိုထပ်မဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါမယ်” ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။ (ဒယ်ဒီတာ ယင်းသည်ထိခိုက်နာကျင်မှု၏ အဆင့်ပေါ်တွင်မူတည်ပါသည်။ ထိခိုက်နာကျင်မှုသည် ပြင်းထန်လျှင် သို့မဟုတ် တမင်ရည်ရွယ်ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်လျှင် သင့်တော်သောအပြစ်ပေးမှု လိုအပ်ပါမည်။)

မိသားစုဥပဒေများကားချပ်

မိသားစုအတူတကွ အချိန်ဖြုန်းကြသော ညနေခင်းများအနက် အမှတ်ရဆုံးသောညမှာ “မိသားစုဥပဒေများ” ကိုသဘောတူခဲ့ ကြသောည ဖြစ်ပါသည်။ ပိုစတာဘုတ်ဒီတစ်ချပ်ကို နံရံတွင်သံရိုက်၍ ချိတ်ထားပါသည်။ ထိုနောက် ကျွန်ုပ်တို့မိသားစု၏ ဥပဒေများကို ရေးချကြမည်ဖြစ်ကြောင်း ဆာရင် (၄နှစ်) နှင့် ရှောနီ (၃နှစ်) တို့ကိုရှင်းပြပါသည်။

- “ဖေဖေတို့လိုက်နာမယ်ဆိုရင် တို့မိသားစုကို စိတ်ချမ်းသာစေမယ့် ဘယ်လိုမိသားစု ဥပဒေမျိုးတွေရှိမလဲ”
- “တခြားမိန်းကလေးငယ်လေးတွေကို မရိုက်ရဘူး”
- “ပလတ်ပေါက်ထဲကို ပလတ်ထိုးမထည့်ရဘူး”
- “ဖျက်ဆီးဖို့မဟုတ်တဲ့ ပစ္စည်းတွေကို မဖျက်ဆီးရဘူး”
- “ယဉ်ကျေးသောစကားများပြောရမယ် (ကျေးဇူးပြု၍ ကျေးဇူးတင်ပါတယ် တစ်ဆိတ်လောက် စသည်)
- သူတို့မတွေးမိသော အချို့အချက်များကို သတိရရန်ကျွန်ုပ်တို့က ကူညီပေးပါသည်။
- “အိပ်ရာထဲကိုပို့ရင် အိပ်ရာထဲမှာနေရမယ်”

“ကားစီးရင် နောက်ဘက်ခုံမှာထိုင်ရမယ်”

“ကလေးချိုထားရင် အမြဲတန်းထိုင်နေရမယ်”

“မေမေလက် ဒါမှမဟုတ် ဖေဖေလက်ကိုမကိုင်ဘဲ လမ်းပေါ်မသွားရဘူး”

“ခွန်းတုန့်ပြန်မပြောဖို့ သတိထားရမယ်” (ဆာရင်က ရှင်းလင်းချက်တစ်ခုကို ဖြည့်စွက်သည်။ “ဒါပေမဲ့ ဘာဖြစ်လို့လဲသမီးတို့ မေးနိုင်တယ်လေ”)

ထိုအချက်များက မည်မျှအထောက်အပံ့ပြုလိမ့်မည်ကို ထိုအချိန်က ကျွန်ုပ်တို့သတိမထားခဲ့ကြပါ။ မကြာခင်မှာပင် သူတို့ပါဝင် ကူညီဆုံးဖြတ်ခဲ့သော ကျွန်ုပ်တို့မိသားစုအား ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုပေးနိုင်သော မိသားစုဥပဒေများကို ကလေးများကလိုလားစွာ လိုက်နာခဲ့ ကြသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

အချိန်ကာလအနည်းငယ်ကြာသောအခါ မည်သည့်မိသားစုဥပဒေကို ချိုးဖောက်လျှင် မည်သည့်ပြစ်ဒဏ်နှင့်ထိုက်သင့်သည်ကို မိသားစုသဘောမျိုး ဝိုင်းဝန်းဆွေးနွေးဆုံးဖြတ်ခဲ့ကြပါသည်။ အချို့ဥပဒေများတွင် ပြစ်ဒဏ်မပေးမီ သတိပေးမှုတစ်ခုပြုလုပ်ရန် လိုအပ် သည်ဟုဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါသည်။ ပြစ်ဒဏ်တစ်ခုချင်းစီကို မဲပေးရွေးချယ်သတ်မှတ်ပြီး “မိသားစုဥပဒေကားချပ်” တွင်ရေးမှတ်ထားခဲ့ပါသည်။

အစီအစဉ်ဦးစားပေးမှုများနှင့် ရည်မှန်းချက်ကြီးပမ်းအားထုတ်ခြင်း၏ ပျော်ရွှင်မှုကိုသင်ကြားပေးခြင်း

တစ်ခါက သာမန်မေးခွန်းတစ်ခုအတွက် သာမန်မဟုတ်သော အဖြေကိုပေးသွားသည်။ စကားပြောသူတစ်ဦးကို အမှတ်ရမိ သည်။ သူ၏မေးခွန်းမှာ “ခင်ဗျားမှာ ဒီလောက်အလုပ်တွေများနေတာတောင် ဘယ်လိုဖြစ်လို့ ပင်ပန်းပုံမပေါက်တာလဲ” ဟူ၍ဖြစ်သည်။ (မေးခွန်းမေးသူ လူငယ်ကလေးတစ်ဦးက အဖြစ်မှန်တစ်ဝက်ဖြင့်ဆက်၍ ပြောပြသည်မှာ သူ၏ဖခင်တွင် တာဝန်သိပ်မများသော်လည်း အမြဲတန်းပင်ပန်း နွမ်းနယ်နေပုံရသည်ဟူ၍ဖြစ်သည်။) အဖြေမှာ “သီတင်းပတ်တစ်ခုရဲ့ တိကျတဲ့နေ့တစ်နေ့ရဲ့ သတ်မှတ်ထားတဲ့အချိန် မှာကျွန်ုပ်တစ်ဦးတည်း အချိန်ဖြုန်းပြီး ဒီသီတင်းပတ်အတွက် ရည်မှန်းချက်တွေချပါတယ်။ မိသားစုရဲ့ဦးစားပေးမှုတွေက ပထမ၊ တခြား ကိစ္စတွေက ဒုတိယနဲ့ ကျွန်ုပ်အတွက်ကတော့ တတိယဦးစားပေးပေါ့။ ဦးစားပေးမှုတိုင်းအတွက် ရည်မှန်းချက်တွေသတ်မှတ်ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်လုပ်ချင်တာတွေအားလုံးအတွက် အချိန်မရဘူးဆိုရင် ကျွန်ုပ်ရဲ့ရည်မှန်းချက်ကို ဦးစားပေးမှုသတ်မှတ်ထားတဲ့ အစဉ်အတိုင်းထည့် လိုက်တယ်။ ဒီတော့ အရေးကြီးဆုံးကိစ္စတွေတော့ပြီးအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်မယ်ဆိုတာ သိလာတယ်။ နောက်ပြီးဘယ်လိုလုပ်မလဲဆိုတာ ကိုအစီအစဉ်ချပြီး အဲဒီအစီအစဉ်ကို ကျွန်ုပ်ရဲ့အပတ်စဉ် ပြက္ခဒိန်/အချိန်ဇယားစာအုပ်မှာ ချရေးလိုက်ပါတယ်။

သောကအများစုမှာ ကျွန်ုပ်တို့ဘယ်မှာရှိသင့်သလဲ သို့မဟုတ် ကျွန်ုပ်တို့ဘာလုပ်သင့်သလဲဟူသော အချက်များမှ ပေါ်ထွက်လာ ခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုနှစ်ရပ်လုံးကိုသိရှိခြင်းဖြင့် ပျော်ရွှင်မှုကို ရရှိစေပါသည်။

သင်ကြားနည်း

ရည်မှန်းချက်ကြီးပမ်းအားထုတ်ခြင်းနှင့် အောင်မြင်ခြင်း၏ ပျော်ရွှင်မှုသည် အကွက်မျိုးစုံသွေးထားသော စိန်တစ်လုံးနှင့်တူပါ သည်။ အကွက်တစ်ကွက်တွင် ထူးခြားသော ပျော်ရွှင်မှုတစ်ရပ်ရှိပါသည်။ ရေရှည်ရည်မှန်းချက်ကို သိရှိခြင်းအတွက် ပျော်ရွှင်မှုဖြစ်ရ သည်။ တာဝန်သိမှုတွင်လည်း ပျော်ရွှင်မှုရှိသည်။ ရေတိုရည်မှန်းချက်များအတွက်လည်း ပျော်ရွှင်မှုဖြစ်ရသည်။ အကြောင်းရင်းများနှင့် အာမခံမှုများ ဖွဲ့စည်းမှုနှင့် အမိန့်တို့တွင်လည်း ပျော်ရွှင်မှုရှိပါသည်။

ရည်မှန်းချက်၏သဘောထားကို နားလည်ခြင်း

၃-၄ နှစ်အရွယ်ကလေးတစ်ဦးသည် သဘောထားနှင့် ရည်မှန်းချက်များ၏ သဘာဝကိုနားလည်နိုင်စွမ်း ရှိပါသည်။ ရည်မှန်း ချက်ဆိုသည်မှာ “ကျွန်ုပ်တို့လိုချင်သော ကျွန်ုပ်တို့လုပ်ရမည်ဖြစ်သော ကောင်းသည့်အရာ” ဖြစ်သည်ဟုရှင်းပြပါ။

ရည်မှန်းချက်တစ်ခုကိုတွေ့ကြုံခြင်း

၃-၄ နှစ်အရွယ်ကလေးတစ်ဦးသည် ရိုးရှင်းသောရည်မှန်းချက်တစ်ရပ် ချမှတ်ခြင်းနှင့် အောင်မြင်မှုတို့၏ ပျော်ရွှင်မှုကိုတွေ့ကြုံ ခံစားနိုင်ပါသည်။ ကလေးတစ်ဦးအား သူကိုယ်တိုင်အတွက် ရည်ရွယ်ချက်တစ်ရပ်ကို စဉ်းစားနိုင်မှုရှိ မရှိမေးပါ။ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု ဆုံးဖြတ်ရေးကို ကူညီပါ။ တစ်ကိုယ်ရည်တိုးတက်မှုလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဥပမာ ကုတ်အင်္ကျီစစ်ဆွဲတက်ရန် သင်ယူခြင်း၊ ရေအိမ်သာ တွင်ရေဆွဲချတတ်ခြင်း သို့မဟုတ် လမ်းကိုဘေးကင်းစွာ ဖြတ်ကူးတတ်ခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။ ပြဿနာတစ်ခုကို ဖြေရှင်းခြင်းလည်းဖြစ် နိုင်ပါသည်။ ဥပမာ ကျောင်းတွင်အလွန်ညစ်ပတ် ပေကျံမှုမရှိခြင်း သို့မဟုတ် လက်ညှိုးကိုမစုပ်တော့ခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။ သူငယ်ချင်း

သစ်တစ်ဦးရရှိလာခြင်း သို့မဟုတ် ပစ္စည်းတစ်ခုခုဝယ်ယူရန် ပိုက်ဆံစုခြင်းတို့လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ရည်မှန်းချက်ကို ရေးချပြီးစက်ဝိုင်းကြီးကြီးတစ်ခုဖြင့် ဝိုင်းထားပါ။ အချိန်ကာလအလျောက် အောင်မြင်မှုရှိလျှင် ကလေးငယ် အားစက်ဝိုင်းအတွင်း ရေးမှတ်ခိုင်းပါ။ (ရည်မှန်းချက်တစ်ခုစီ အောင်မြင်လျှင် စက်ဝိုင်းတစ်ခုစီဖြည့်ပြီးသွားမည် ဖြစ်သည်။)

သူ၏ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရေးအတွက် အစီအစဉ်တစ်ခုရေးဆွဲရန် ကလေးငယ်အားကူညီပါ။ ကလေးငယ်သည် ညအိပ်ရာ မဝင်မီ ကုတ်အင်္ကျီစစ်ကို ဆွဲမဆွဲ ညစ်ပတ်သည့်နေရာများတွင် ခူးထောက်ခြင်းရှိမရှိ သူငယ်ချင်းသစ်တစ်ဦးကို ကစားရန်ဖိတ်ခေါ်ခြင်း ရှိမရှိ သူ၏စောင်ကို ဖယ်ခွာပစ်မပစ် စသည့်မေးခွန်းများကို အိမ်နီးချင်းများကို မေးကြည့်ခြင်းဖြင့် ကူညီပါ။

ရည်မှန်းချက်ချမှတ်ခြင်းကို ချီးမွမ်းပါ။ အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်းအတွက် ချီးမွမ်းပါ။ ရည်မှန်းချက်ရောက်အောင် ဆောင်ရွက်သည့် အဆင့်တစ်ခုစီအတွက် ချီးမွမ်းပါ။

ရည်မှန်းချက်ချမှတ်ခြင်းနှင့်အတူတကွဆောင်ရွက်ခြင်း၏ပျော်ရွှင်မှုကိုခံစားခြင်း

စာအုပ်တစ်အုပ်ဖတ်ခြင်းမှသည် နွေဦးရာသီတွင် မိသားစုအဖြစ်အတူတကွ အိမ်သန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ခြင်း ကဲ့သို့သော အကျိုးရှိသည့် လုပ်ငန်းတစ်ခုခုဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ကလေးငယ်များ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပါစေ။ ရည်မှန်းချက်ကိုရေးချပြီး ဦးစွာလုပ်ငန်း အစီအစဉ်ကိုအတူတကွ ရေးဆွဲပါ။ အတူတကွဆောင်ရွက်ပါ။ အဆင့်တစ်ခုချင်းစီ၏ ရလဒ်များကိုဆွေးနွေးပါ။ သင်မည်သို့ဆောင်ရွက်မည် နည်း။ ရည်မှန်းချက်အစိတ်အပိုင်း တစ်ရပ်အောင်မြင်တိုင်း မည်သို့ခံစားရသည် စသည်တို့ဖြစ်သည်။

၁။ မြင်သာသောအကျိုးကျေးဇူးရရှိသည်။ ပေါင်းရှင်းခြင်း၊ ပြတင်းပေါက်များကို ဆေးကြောခြင်း၊ အမှိုက်များကို ထွန်ခြစ်ဖြင့်ဆွဲခြင်း သို့မဟုတ် ကြမ်းခင်းကိုဖယောင်းတိုက်ခြင်း၊ ကားဆေးခြင်းစသည့် အိမ်ဗဟိုရ ကိစ္စမျိုးများကိုအတူတကွ ဆောင်ရွက်ပါ။

၂။ မိသားစုတစ်ဦးချင်းစီအတွက် မိသားစုအလုပ်နှင့် တာဝန်များရှိပါစေ။ ဥပမာ ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် တနင်္ဂနွေနေ့ညစာ စားပြီးနောက် ပန်းကန်များဆေးကြောရာတွင် ကြီးကြပ်နိုင်ပါသည်။ ကလေးငယ်အား “သိပ်ပြီးလှသွားတယ်မဟုတ်လား/ သိပ်သန့်ရှင်းသွားတယ် မဟုတ်လား” ဟုပြော၍အားရပါးရ ချီးမွမ်းပါ။ မိသားစုဝင်တစ်ဦးချင်းစီ၏ တာဝန်ကိုဖော်ပြသော ကားချပ်တစ်ခုပြုလုပ်ပါ။ အဆိုပါ တာဝန်များကို မိသားစုအဖြစ်ဆွေးနွေးပါ။

စူးဆွတ်ရိတ်သိမ်းသည့်ဥပဒေကိုသင်ကြားခြင်း

သင်စိုက်ပျိုးသည့်အရာကို သင်ရူးဆွတ်ရိတ်သိမ်းရမည်ကို သိခြင်းသည်ဘေးကင်းလုံခြုံမှုရှိပါသည်။ ထိုအလုပ်ကို အမှန် တကယ်စိုက်ပျိုးရူးဆွတ် ရိတ်သိမ်းခြင်းဖြင့် သင်ကြားပါ။ ကလေးများအား စိုက်ပျိုးပေါင်းသင်ရေလောင်း ရူးဆွတ်ရိတ်သိမ်းခိုင်းပါ။ ဥယျာဉ်တစ်ခုကို ပမာပြု၍အကြောင်းအရာများစွာကို ရှင်းပြနိုင်ပါသည်။ သွားပိုးမစားသော စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရရှိအောင်သွားမည်သို့ တိုက်ရပုံ မွန်မြတ်သောလုပ်ငန်းများကြောင့် ပျော်ရွှင်မှုခံစားရပုံ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှုသည် ပေါင်းပင်များကသစ်ပင်ကို ဖျက်ဆီးသကဲ့ သို့ မိသားစုဘဝကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ရပုံ စသည်ဖြင့်ရှင်းလင်းနိုင်ပါသည်။

စုစည်းမှုနှင့်အဓိအစဉ်

ကလေးငယ်တစ်ဦး၏ အိပ်ခန်းတွင်ကောင်းမွန်သော စင်ကလေးများပြုလုပ်ပေးပါ။ သူ၏ပိုင်ဆိုင် ပစ္စည်းများကို စုစည်း၍ စင်၏ တစ်နေရာတွင် ပစ္စည်းတစ်မျိုး သိမ်းဆည်းရန်ကူညီပါ။ ပစ္စည်းများ နေရာတကျထားသည့်အခါတိုင်း ကလေးငယ်ကို ချီးမွမ်းပါ။ ထိုသို့ သောကလေးငယ်ဘဝတွင် အစီအစဉ်တကျရှိစေသော သင်ခန်းစာများသည် သူ၏ကျန်ရှိသောဘဝတွင် သူ၏အတွေးအခေါ်များနှင့် အ ယူအဆများ စုစည်းမှုစွမ်းရည်ကို ရေရှည်တည်ဆောက်နိုင်စွမ်း ရှိလာပါလိမ့်မည်။

အခန်းကြမ်းခင်းအလယ်တွင် ကလေးများကိုစုစည်းကာ စကားလုံးနှစ်လုံး၏ အဓိပ္ပါယ်ကိုနားလည်ခြင်း ရှိမရှိ သင်သိ လိုကြောင်းပြောပြပါ။ ပထမစကားလုံးမှာ ရှုတ်ထွေးခြင်းဖြစ်သည်။ ယင်း၏အဓိပ္ပါယ်ကိုမေးပါ။ ပစ္စည်းများရှုတ်ထွေးနေခြင်းကြောင့် စိတ်မသက်မသာဖြစ်ရပုံ ပစ္စည်းများအလွယ်တကူပျောက်ဆုံးပုံတို့ကို ပြောပြပါ။

နောက်စကားလုံးမှာ အစီအစဉ်ကျခြင်းဖြစ်ကြောင်းပြောပါ။ ရှုတ်ထွေးမနေလျှင် အစီအစဉ်ကျခြင်းဖြစ်ကြောင်းရှင်းပြပါ။ ပစ္စည်း များအစီအစဉ်တကျရှိနေသဖြင့် မည်သည့်ပစ္စည်းမျှ မပျောက်ဆုံးနိုင်ပုံ အရာတိုင်းသပ်ရပ်သန့်ရှင်းပုံနှင့် အစီအစဉ်ကျမှု၏ ကောင်းမွန်ပုံ နှင့်ရှုတ်ထွေးပုံတို့ကို ရှင်းပြပါ။

ထိုနောက် အစီအစဉ်ကျမှု၏ လျှို့ဝှက်ချက်ကိုပြောပြမည့်အကြောင်းရှင်းပြပါ။ ယင်းသည်အရေးကြီးသော လျှို့ဝှက်ချက်ဖြစ် ပြီးမှတ်သားရန်အရေးကြီးကြောင်း ပြောပြပါ။ သင်က ခပ်တိုးတိုးပြောသည်ကို ကြားရစေရန်ကလေးများအား တိုးကပ်စုစည်းခိုင်းပါ။

ထို နောက် “တစ်ကြိမ်မှာ ပစ္စည်းတစ်ခုကိုယူပြီး နောက်ပစ္စည်းတစ်ခုမယူခင် ပထမယူတဲ့ပစ္စည်းကို သူ့နေရာသို့ပြန်ထားရင် ပစ္စည်းတွေ အစီအစဉ်တကျ ရှိနေလိမ့်မယ်” ဟုထပ်ကာထပ်ကာပြောပါ။

အမှားများနှင့်ရှုံးနိမ့်မှုအတွက်ပျော်ရွှင်ခြင်း

သင်၏ကိုယ်ပိုင် ရှုံးနိမ့်မှုများကို ဆွေးနွေးပါ။ သင်သည်အားလုံးပြည့်စုံသူတစ်ဦး မဟုတ်ကြောင်း သို့သော် ရှုံးနိမ့်မှုကိုလက်ခံ နိုင်ပြီးရှုံးနိမ့်မှုများမှ သင်ခန်းစာယူရန်ကြိုးစားကြောင်းကို သင့်ကလေးငယ်များ သိအောင်ပြသပါ။ အဓိကသော့ချက်မှာ ကလေးငယ်များ ရှုံးနိမ့်သည့်အခါတွင်လည်း သူတို့အောင်မြင်မှုရရှိသည့်အခါကဲ့သို့ပင် ချီးမွမ်းပါ။ ကြိုးစားမှုကို ချီးမွမ်းခြင်းဖြစ်သည်။ ရလဒ်ကိုချီးမွမ်း ခြင်းမဟုတ်ပါ။

သင်၏ရည်မှန်းချက်အချို့ကိုသင်၏ကလေးငယ်များအားပြောပြပါ။

ဤစာအုပ်ကို ဖတ်နေခြင်းကြောင့်သင်သည် သာလွန်ကောင်းမွန်သော မိဘတစ်ဦးဖြစ်ရန် ရည်မှန်းချက်ရှိကြောင်း ညွှန်ပြနေပါ သည်။ ထိုရည်ရွယ်ချက်ကို ကလေးငယ်များအား အဘယ်ကြောင့်မရှင်းပြနိုင်ရမည်နည်း။ သင်၏ရည်မှန်းချက်မှာ အကောင်းဆုံးမေမေ တစ်ဦးသို့မဟုတ် အကောင်းဆုံးဖေဖေတစ်ဦးဖြစ်လိုကြောင်း သင်၏ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရေးအတွက် သူတို့၏အကူအညီလိုအပ် ကြောင်းသင်၏ ရည်မှန်းချက်မည်သို့ တိုးတက်မှုရှိသည်ကို သင့်အားပြောပြစေလိုကြောင်း ရှင်းပြပါ။

ယုံကြည်မှုနှင့်ကြိုးစားရန်ယုံကြည်မှုတို့၏ပျော်ရွှင်မှုကိုထိန်းသိမ်းခြင်း

ကျွန်ုပ်သည် တစ်နှစ်အလုပ်လုပ်ကာ ကျောင်း၏နောက်စာသင်နှစ်အတွက် ငွေစုရင်းနှီးငွေရာသီတစ်ခုတွင် ဟာပိုင်ယီသို့သွား ရောက်အပန်းဖြေခဲ့ပါသည်။ ဟာပိုင်ယီတွင် ကေသီ (Kathy) ဟုခေါ်သော သူငယ်ချင်းတစ်ဦးရှိခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့နှစ်ဦးစလုံးအ တွက်ဤသတင်းပတ်သည် ဟာပိုင်ယီ၏ ပထမဆုံးသီတင်းပတ်ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့နှစ်ဦး အချင်းချင်းတွေ့ပြီးကာစမှာပင် ကီကီ (KiKi) ဟုခေါ်သော ဟာပိုင်ယီသားတစ်ဦးနှင့် မိတ်ဆွေဖြစ်ခဲ့ကြသည်။ ကီကီက ကျွန်ုပ်တို့အား “ဟာပိုင်ယီပွဲစစ်စစ်” ဟုသပြောသည့် ကမ်းခြေပါတီတစ်ခုသို့ ဖိတ်ခေါ်ခဲ့ပါသည်။ ပါတီပွဲမှာ တနင်္ဂနွေနေ့ခင်းတွင်ဖြစ်ပြီး ပါတီပွဲကို ဟာပိုင်ယီကျွန်း၏ခပ်လှမ်းလှမ်း ကမ်း ခြေတစ်နေရာတွင် ကျင်းပပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့မိသလောက် ဤပါတီတွင် သီးခြားကဏ္ဍသုံးခုစလုံးကို စောင့်ကြည့်ရန်ဖြစ်ပြီး ကေသီ၏ ဝါသနာမှာ ထိုသုံးခုစလုံးကိုပါဝင်ဆောင်ရွက်လိုခြင်းဖြစ်သည်။

ကြိုးစားဆောင်ရွက်ကြည့်ခြင်း၏ ပျော်ရွှင်မှုနှင့် ဝါသနာအသစ်တွင် အသစ်ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့၏ ပျော်ရွှင်မှုကား ကဏ္ဍ ဝင်မြောက်ထူးခြားသော ပျော်ရွှင်မှုဖြစ်သည်။ လောကကြီးတွင် လုပ်ဆောင်စရာများစွာရှိပါသည်။ ကြိုးစားကြည့်စရာများစွာ ရှိပါသည်။ ဒီဂရီ ၃၆၀ ပတ်လည်မျှသောအတွေ့အကြုံများ ဝိုင်းဝိုင်းလည်နေပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့အများစုမှာ ၁၀ဒီဂရီဝန်းကျင်တွင်သာ ထပ်ကာထပ်ကာ ကျင်လည်ကျက်စားနေကြပြီး ကျန်သော၃၅၀ဒီဂရီ ဝန်းကျင်ကိုကြိုးစားကြည့်ရန် အလွန်ကြောက်ရွံ့နေကြသည်။ သို့မ ဟုတ်ဟန်တားပိတ်ပင်ထားကြသည်။ (သို့မဟုတ် နံ့စပ်ကျွမ်းကျင်နေ၍ပေလား) တစ်နေရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ကြိုးစားကြည့်ရန် အခြေခံ ယုံကြည်မှု၏ ပျော်ရွှင်ခြင်းသည် အလှမ်းကွာသွားပေတော့သည်။

လောကကြီးတွင် အခြေခံအကြောင်းတရားနှစ်မျိုးရှိသည်။ ထိခိုက်နာကျင်မည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်းနှင့်ရှုံးနိမ့်မည်ကို ကြောက်ရွံ့ ခြင်းတို့ပင်ဖြစ်သည်။ ဘဝ၏ရှုထောင့်အားလုံးတွင် အဆိုပါအကြောက်တရားနှစ်မျိုးလွှမ်းမိုးနေသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ရုပ်အားဖြင့်ဖြစ်စေ စိတ်အားဖြင့်ဖြစ်စေ ခံစားမှုအားဖြင့်ဖြစ်စေ လူမှုရေးအားဖြင့်ဖြစ်စေ ရှုံးနိမ့်မည်ကို ထိခိုက်မည်ကိုလည်း ကြောက်ရွံ့ကြသည်။ အကြောက် တရားနှစ်မျိုးစလုံးသည် ကိုယ်တိုင်ဖြည့်ဆည်းမှုသာ ဖြစ်ကြသည်။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကြောက်ရွံ့မှုကြောင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာထိခိုက်မှုကိုဖြစ်ပေါ် စေလေ့ရှိပြီး ရှုံးနိမ့်မှုကိုကြောက်ရွံ့ခြင်းသည်လည်း ဆုံးရှုံးမှုကိုဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

ကလေးများအား အဆိုပါအကြောက်တရား နှစ်ပါးမှကင်းလွတ်ကာမွေးဖွားလာကြသူများ ဖြစ်ကြသည်။ အကြောက်တရားကို လေ့လာသင်ယူခြင်းကြောင့် ပျော်ရွှင်ခြင်းကို လွင့်မျောပျောက်ကွယ်စေပါသည်။

ကလေးငယ်၏အမြင်

ကျွန်ုပ်တို့၏ ၂နှစ်သမီး ရှောနီသည် သူ့အစ်မ၏အကသင်တန်းသို့ လိုက်ပါလာခဲ့သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ၂နှစ်သမီးလေးကို ခုံတန်းတွင် ထိုင်ခိုင်းထားခဲ့ကာ သူ့အစ်မကိုစောင့်ကြည့်နေကြသည်။ သူမကိုလှမ်းကြည့်လိုက်ရာ ရှောနီမျက်လုံးကလေးများ ပြူးဝိုင်းနေ သည်ကိုတွေ့ရသည်။ ခဏကြာသောအခါ ထိုင်ရာမှထလိုက်ပြီး လှည့်လည်ဝေဝဲ၍ ဝေကာဝိုက်ကာ ကနေပါတော့သည်။ ၂နှစ်သမီးလေး

၏မော်ဒန်အကပုံတူပေတည်း။ သူမကကြည့်ချင်သည်။ အတွေ့အကြုံရချင်ပေသည်။

ကလေးများအားလုံးနီးပါး ပျော်ရွှင်မှုကိုရကြသော်လည်း စောစီးစွာပင်ပျောက်ကွယ်သွားကြသည်။ ထိုပျော်ရွှင်မှုမျိုးကို ထိန်းသိမ်းထားရပါမည်။ (၃နှစ်အရွယ်ကလေးတစ်ဦး နှင်းခဲကိုထိကိုင်ရန် ကြောက်ရွံ့ခြင်းနှင့် ၄နှစ်သားကလေးငယ်တစ်ဦးက လူသစ် တစ်ဦးကို တွေ့ဆုံရန်ကြောက်ရွံ့ခြင်းတို့ကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။) ထိုသို့ပျော်ရွှင်မှုများ ပျောက်ဆုံးသည့်လက္ခဏာများမှာ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး ကြားပြီးဖြစ်သော “အိုး သားမလုပ်နိုင်ပါဘူး” “သမီးကိုကူညီမှာလား” “ကျွန်တော်ကြောက်တယ်” ဟူသောစကားစုများပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဘယ်အချိန်တွင် ပျောက်ဆုံးခဲ့ကြသနည်း။ ဘယ်နေရာတွင် ထားရစ်ခဲ့သနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ ၎င်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ အပြစ်ပင်ဖြစ်သည်။ ထိုပျော်ရွှင်မှုကို ကျွန်ုပ်တို့သည်နည်းလမ်း ၃ သွယ်ဖြင့်ထိန်းသိမ်းရ ပျက်ကွက်ခဲ့ကြသည်။ ပထမနည်းမှာ ကျွန်ုပ် တို့၏စိတ်စွဲလန်းမှုနှင့် “အလုပ်များမှု” ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်ပင် ပစ္စည်းသစ်အခြေအနေများကို တွေ့ကြုံရန်ပျက်ကွက်ခဲ့ကြပြီး အဆိုပါ အခြေအနေသစ်များမှ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ပျော်ရွှင်မှုကို ထင်ရှားစွာဖော်ပြရန် ပျက်ကွက်ခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် ပျက်ကွက်မှုအမှတ် (၁)မှာ နမူနာမပြနိုင်ခြင်း

ဒုတိယအချက်မှာ “ပို၍အရေးကြီးသောကိစ္စရပ်များတွင် “ကျွန်ုပ်တို့၏ပါဝင်ပတ်သက်မှုပင် ဖြစ်သည်။ ကလေးများ၏ စူးစမ်းရှာဖွေမှုကို ချီးမြှောက်အားပေးရန် ပျက်ကွက်ခဲ့ကြပြန်သည်။ အားပေးခြင်းဟူ၍ နှုတ်ဖြင့်ဖြစ်စေ သူတို့ထံမှသင်ယူကာ သူတို့နှင့် အတူကြိုးစားပြုလုပ်ခြင်းဖြင့်ဖြစ်စေ ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ချီးမြှောက်မည့်အစား ဝေဖန်ခြင်းဖြင့် အကြောက်တရားကိုတည်ဆောက်ပြီး ဆက်လက် ကြိုးပမ်းလိုစိတ်ကို ဖျောက်ဖျက်ပြစ်လိုက်ကြသည်။ ကလေးတစ်ဦးက သူ၏ဟင်းချိုပန်းကန်ထဲသို့ နွားနို့ကိုလောင်းထည့်ခြင်း၊ အရေး ကြီးသော လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုတစ်ခုကို ပြုလုပ်သည်။ သူ့ကို ကျွန်ုပ်တို့က ရှုတ်နေသည်ဟုဆိုသည်။ ကလေးတစ်ဦးက သူ၏ဘိနပ် ကိုချွတ်၍မြက်ခင်းကို နင်းစမ်းကြည့်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့က “တယ်မိုက်တာကိုး” ဟုပြောသည်။ သူ့ခြေထောက်ညစ်ပတ်မည်ကို သူမသိရ တော့ပေ။ ထို့ကြောင့် ပျက်ကွက်မှုနံပါတ် ၂မှာ ချီးမြှောက်မည့်အစားဝေဖန်ခြင်း

တတိယအချက်မှာ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့၏သားသမီးအချင်းချင်းကိုဖြစ်စေ အခြားကလေးများနှင့်ဖြစ်စေ နှိုင်းယှဉ်ဝေဖန် လေ့ရှိကြသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့တွင် သိမ်ငယ်စိတ်ခံစားလေ့ရှိကြရသည်။ ဂျန်နီသည် အပြေးပြိုင်ပွဲတစ်ခုတွင် ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ရန် ကြိုးစားသည် သို့မဟုတ် စန္ဒရားတီးကျွမ်းကျင်အောင် ကြိုးစားသည်။ ကြိုးစားခြင်း၏ ပျော်ရွှင်ခြင်းရသကို ခံစားရသည့်တိုင်အောင် ကျွန်ုပ်တို့က “ဂျန်းရဲ့သားက ပိုပြီးမြန်မြန်တက်မှာ သေချာတယ်” သို့မဟုတ် “စမစ်ရဲ့သမီးလေးက စန္ဒရားတီးဒီလောက်ကောင်းတာ အံ့ရော သူလည်းဂျန်နီသင်သလိုပဲ အတူတူသင်ရတာ” စသည်ဖြင့် နှိုင်းယှဉ်ခဲ့ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ပျက်ကွက်မှုနံပါတ် ၃မှာ နှိုင်းယှဉ် ခြင်းဖြင့်ဖြစ်စေ စိုးရိမ်မှုလွန်ကဲခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ စွမ်းအားလျော့ပါးစေခြင်း

သင်ကြားနည်း

ကလေးများအားရှုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကြီးစားစမ်းသပ်ခွင့်ပေးခြင်း

ကလေးများနှင့်အတူ ကြိုးစားစမ်းသပ်ကြည့်ပါ။ သစ်ပင်တက်ကြည့်ပါ။ ဒိုက်ဗင်ခုံပေါ်မှ ခုန်ချကြည့်ပါ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်း အားဖြင့်သင့်ကလေးများ၏ ရှုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ယုံကြည်မှုရရှိစေရန် စကားဖြင့်ဖြစ်စေ၊ စကားမပြောဘဲဖြစ်စေ အားပေးနိုင်ပါလိမ့်မည်။ အထူးသဖြင့် သင်မကျွမ်းကျင်သောအရာများကို ကြိုးစားကြည့်ပါ။ ကျွမ်းကျင်မှုမရှိခြင်းသည် ကြိုးစားမှုမရှိ၍ဖြစ်ကြောင်း သင့်ကလေး များသိမြင်ပါစေ။

ရှုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်နိုင်သည့် အန္တရာယ်များကို အမြဲတစေသတိပေးနေခြင်းထက် အခြေခံအားဖြင့်ဘေးကင်းသော ဝန်းကျင် ကိုဖန်တီးပေးပါ။

မွေ့ရာဖြစ်စေ ရှမ်းစောင်ထူထူကို အလျားလိုက်ခေါက်၍ဖြစ်စေ အခင်းပြုလုပ်ကာ သင့်ကလေးများအား ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် လှဲချ လှိုမ့်ချခိုင်းပါ။ သင်ကိုယ်တိုင် ကျွမ်းကျင်ပတ် နှစ်ပတ်လှိုမ့်ပြပါ။

ကလေးများ၏ယုံကြည်မှုကိုရယူထိန်းသိမ်းခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့က ကလေးများ၏ယုံကြည်မှုကို ချိုးဖောက်သည့်တိုင် သူတို့ကကျွန်ုပ်တို့အပေါ် ယုံကြည်လေ့ရှိကြပါသည်။ ပြိုကွဲ သွားသော ယုံကြည်မှုတစ်ရပ်သည် ကလေးငယ်များအား ပြိုကွဲသည့်အခိုက်အတန့်တွင်သာမက ထာဝရထိခိုက်စေပါသည်။ အကြောင်း မူယင်းအဖြစ်အပျက်က ထိခိုက်မည်ကိုကြောက်ရွံ့တတ်သည့် သင်ခန်းစာကိုပေးလိုက်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ မည်သည့်အခါတွင်မဆို အနည်းငယ်မျှ လိမ်ပြောခြင်းဖြင့် ကလေးများ၏ ယုံကြည်မှုကိုထိန်းသိမ်းပါ။ “ဆရာဝန်က နာအောင်လုပ်မှာမဟုတ်ပါဘူး” ဟုမပြောပါ နှင့်။ နောက်တစ်ခါ လုပ်လျှင်ရိုက်မည်ဟုပြောပြီး နောက်တစ်ခါလုပ်သောအခါ မရိုက်ဘဲနှင့် ထိုစကားမျိုးကိုမပြောပါနှင့်။ တယ်လီဖုန်း ခေါ်သူကို သင်အိမ်မှာမရှိဘူးဟု ကလေးများအား မလိမ်ခိုင်းပါနှင့်။ ပေးပြီးကတိကို မမေ့ပါနှင့်။ အသေးအဖွဲ့ကိစ္စကလေးများတွင် သင့် အပေါ်သံသယမရှိလျှင် သင်၏ချီးမွမ်းမှု အကြံပေးမှုနှင့် သင်၏ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို သူတို့ဘယ်အခါမျှ သံသယရှိကြမည်မဟုတ်ပါ။

ကလေးများအားအတွေ့ကြုံသစ်များကြီးစားစမ်းသပ်ရန်အားပေးခြင်း

အတွေ့အကြုံသစ်များ ရှာဖွေချမှတ်ပေးပါ။ သူတို့က အကူအညီတောင်းလျှင် “အကူအညီပေးဖို့ ဒီမှာရှိနေတာပဲ။ ဒါပေမဲ့အရင် စမ်းသပ်ကြည့်ပါဦး” ဟုဦးစွာပြောပါ။ ၎င်းတို့၏ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု သို့မဟုတ် အောင်မြင်မှုကိုအားပေးပါ။

အားထုတ်မှုကိုချီးမြှောက်ခြင်းမှားလျှင်ကိစ္စမရှိကြောင်းပြောခြင်း

အားထုတ်မှု၏ ရလဒ်ကိုချီးမြှောက်လျှင် ရလဒ်မကောင်းပါက ယုံကြည်မှုပျက်ပြားတတ်သည်။ သို့သော် ကြိုးစားမှုကို ချီးမြှောက်ခြင်း အားထုတ်မှုကို ချီးမွမ်းခြင်းတို့သည် ပို၍ကြိုးစားအားထုတ်လာစေသည့်ပြင် နောက်ဆုံး၌ပို၍အောင်မြင်မှု ရတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အောင်မြင်မှုရှိသကဲ့သို့ ရှုံးနိမ့်မှုလည်းရှိတတ်ကြောင်း သင်ကြားပေးပါ။ ရှုံးနိမ့်မှုမှ သင်ခန်းစာရယူပြီး အောင်မြင်မှု ရှင်သန်နိုင်ပေသည်။ “မလုပ်နိုင်တာ ကိစ္စမရှိဘူး။ လွဲသွားတာ လဲကျသွားတာ မှားသွားတာ ဘာမှကိစ္စမရှိဘူး။ ဒီလိုပဲ ကြိုးစားကြရတာ ဒီလိုနဲ့ရှင်သန်ကြရတာပဲ”

မိသားစုလုံခြုံမှု၊ ထပ်တူညီမျှနှင့် ဂုဏ်ယူမှုတို့၏ပျော်ရွှင်မှုကိုသင်ကြားခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့ကြီးပြင်းလာသောအခါ ညီအစ်ကိုမောင်နှံမတစ်စုနှင့် ကျွန်ုပ်၏ကျောင်းနေဘက်များကို သိရှိလာခဲ့ရသည်။ သူတို့သည်ဤကဲ့သို့ ညီအစ်ကိုမောင်နှံမတစ်စုတည်းအဖြစ် နေကြရသည်ကို ကြောင့်ကျမှုကင်းစွာ လုံခြုံအေးချမ်းနေသည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့ထင်မြင်နေခဲ့မိသည်။ နောက်ဆုံးပေါ်စတိုင် အဝတ်အစားများ၊ အဝတ်အစားအသစ်အဆန်းများ၊ ဝတ်စားဆင်ယင်ခြင်းကိုပင် သူတို့အလေးမထားကြပါ။ သူတို့အားလုံး ရင်းနှီးပွင့်လင်းကြသည့်တိုင် သူတို့အားလုံးတစ်ပုံတည်း ဖြစ်ကြသည်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဘေးကင်းလုံခြုံစိတ်ချပုံရသည်။ ရှုံးနိမ့်မည်ကို ပူပန်ခြင်းမရှိကြပါ။

ခြောက်ဦးစလုံးတွင် ကိုယ်ပိုင်ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရှိကြသော်လည်း အရည်အသွေးတစ်ရပ်မှာမူ အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ ထိုအရည်အသွေးကို ကျွန်ုပ်တို့အလွန်အလွန် မြတ်နိုးသည်။ ယင်းမှာ ငြိမ်းချမ်းခြင်း တည်ငြိမ်ခြင်း လုံခြုံခြင်း သဘာဝဆန်ခြင်း ယုံကြည်မှုရှိခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ယင်းတို့ကို ဖော်ပြရန်မစွမ်းနိုင်သော်လည်း အမှန်တကယ်တည်ရှိနေသည်။ သူတို့တွင် ထိုအရည်အသွေးရှိကြောင်း သင်ခန်းစာသိရှိနိုင်ပါသည်။ ထိုအရည်အသွေးဘယ်ကလာသနည်းဟူသည် ကျွန်ုပ်တို့အစဉ်စိတ်ဝင်စားလေ့ရှိသည်။ ယင်းသည် တစ်ဦးချင်းစိတ်ထူးချွန်ထက်မြက်မှု၊ ခြွင်းချက်မရှိသော အားစကားစွမ်းရည် သို့မဟုတ် ထူးခြားစွာချောမောလှပမှု သို့မဟုတ် တင့်တယ်ပြေပြစ်မှုတို့မှဆင်းသက်လာခြင်းမဟုတ်။ သူတို့အားလုံးတွင် ထိုအမျိုးအစားများ ပျမ်းမျှအားဖြင့်ပိုင်ဆိုင်ကြသည်။ သဲလွန်စမှာ သူတို့၏ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် တစ်ဦးအပေါ်လက်ခံခြင်းတို့မှ ဆင်းသက်လာခြင်းဖြစ်တန်ရာပေသည်။

တစ်နေ့တွင် သူတို့ယုံကည်မှု၏ အကြောင်းရင်းမှန်ကို စူးစမ်းရှာဖွေရန် မမျှော်လင့်သောအခွင့်အလမ်းတစ်ခု ရရှိလာခဲ့သည်။ ထိုမိသားစုသည် ကျွန်ုပ်တို့နေအိမ်၏ လမ်းတစ်ဘက်မှ အိမ်တစ်အိမ်သို့ ပြောင်းရွှေ့လာခဲ့ကြသည်။ ယခုအခါသူတို့အား ကျောင်းတွင် တွေ့မြင်ရရှိသာမက အိမ်တွင်ပါမြင်နေရပြီး လျှို့ဝှက်ချက်လည်းပေါ်ပေါက်လာခဲ့ရသည်။ ယုံကြည်မှုမူ အာမခံမှု လုံခြုံမှု စုစည်းမှုတို့သည်သူတို့နေအိမ်ထဲရှိ ခြွင်းချက်မရှိသောချစ်ခြင်းမေတ္တာမှ ပေါက်ဖွားလာခြင်းပင်တည်း။ သူတို့နေအိမ်သည် အပြင်ပန်းမှကြည့်လျှင် သူလိုငါလိုသာမန်မျှပင်။ နေအိမ်အတွင်းတွင်မူကား အတိုင်းထက်အလွန် ထူးခြားနေပါသည်။

၂နှစ်သား ပြည့်ကာစအငယ်ဆုံးကလေးကို ကျွန်ုပ်တို့သတိရမိသည်။ သူ့အမြဲပြောလေ့ရှိသည့် ပထမဆုံးစကားလုံးမှာ မိသားစုအတွင်းသူ့အား ပွေဖက်၍ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချစ်ခင်နှစ်သက်မှုကို ပြဆိုသည့် “အား အရိုးတွေကျေပါပြီ” ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။

လျှို့ဝှက်ချက်သည် မိသားစုအတွက် နွေးထွေးမှု လက်ခံမှုနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုတို့မှ ဆင်းသက်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း အစားထိုး၍ မရနိုင်သော ပျော်ရွှင်မှုဖြစ်ကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့ကောင်းစွာသဘောပေါက်ခဲ့ ရပါသည်။

သင်ကြားနည်း

ဆွေမျိုးစဉ်ဆက်ဆင်းသက်ပုံ (ဗီဇဗေဒ)

ကလေးများသည် ဗီဇဗေဒအသိအရာ သူတို့မည်သည့်မျိုးရိုးမှ ဆင်းသက်လာကြောင်းသိရှိမှုကို မြတ်နိုးကြသည်။ ယင်းအချက်ကိုဖော်ပြနိုင်သော နည်းလမ်းအချို့မှာ -

- ၁။ မိသားစုပုံဟောင်းများကို ဘောင်သွင်းပါ။ သီးခြားနံရံတစ်ခုတွင် ဆွေစဉ်မျိုးဆက်ပုံ အားလုံးကိုတစ်စုတစ်စည်းတည်း ချိတ်ဆွဲထားပါ။

၂။ မိသားစုသစ်ပင်ပုံဆွဲပါ။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီကို သစ်ကိုင်းတစ်ကိုင်းစီအဖြစ် မိဘများပင်စည်အဖြစ် နှစ်ဘက်အဘိုးအဘွားများကို သီးခြားအမြစ်များအဖြစ် ရေးဆွဲပါ။ မိဘများနှင့်အဘိုးအဘွားများ၏ ပုံများကို ပင်စည်နှင့်အမြစ်များတွင်လည်းကောင်း ညီအစ်ကိုမောင်နှံမများ၏ပုံများကို အကိုင်းများတွင်လည်းကောင်း ကပ်ပါ။ ယင်းပုံကို ဘောင်သွင်း၍မျိုးရိုးစဉ်ဆက်ပုံများ ချိတ်ဆွဲရာနံရံတွင် ချိတ်ဆွဲထားပါ။

တသမတ်တည်းရှိမှု

ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ဘဝတွင် အချို့သောတသမတ်တည်းရှိမှုများပေါ်၌ မှီခိုနိုင်စွမ်းရှိရန် လိုအပ်သည်။ တသမတ်တည်းရှိမှု အထူးအရေးကြီးသော နယ်ပယ်လေးခုရှိပါသည်။

၁။ စည်းကမ်းချမှန်မှု - မိသားစုဥပဒေကို ချိုးဖောက်လျှင် အပြစ်ပေးမှုသို့မဟုတ် နောက်ဆက်တွဲအကျိုးဆက်တစ်ခုကို အလိုအလျောက်မျှော်မှန်းထားရန် တသမတ်တည်းဖြစ်ရမည်။

၂။ နမူနာဖြစ်မှု - သင်၏ကလေးများကို သင်ကိုယ်တိုင်ကြိုတင်ခန့်မှန်းထားပါ။ သူတို့၏ မျက်မှောက်တွင် အမြဲတန်းမှန်ကန်စွာလုပ်ဆောင်ရန် ကြိုးစားပါ။ သို့သော် မှားယွင်းမှုများကို ဝန်ခံပါ။

၃။ ညနေစာ သို့မဟုတ် အပတ်စဉ်မိသားစုတွေ့ဆုံမှုတို့ကဲ့သို့သော အရေးကြီးသည့် အချို့ကိစ္စများအတွက် ပုံမှန်လုပ်ငန်းဇယားရေးဆွဲထားရှိမှု

၄။ ကတိများကို အမြဲတန်းထိန်းသိမ်းမှု

ကတိများကိုအမြဲမပြတ်သတိရှိနေမှု

၁။ အချင်းချင်း၏ လုပ်ငန်းများကို အပြန်အလှန်ကူညီပါ။

၂။ သင်၏ ဇနီး/ခင်ပွန်းအား ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ပွင့်လင်းစွာပြသပါ။ “သားသမီးများအတွက် ဘခင်တစ်ဦးအမြင့်မြတ်ဆုံးဆောင်ရွက်နိုင်သည်မှာ သူတို့၏မိခင်ကို ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်းပင်ဖြစ်သည်” ဟူသောဆိုရိုးကိုလိုက်နာပါ။

မိသားစုသိချင်း

* မာမီ သားကိုအမြဲချစ်သည်
မိသားစုပီပီ။
ဒယ်ဒီ သားကိုပွေ့ချီတော့
အကြောက်ပြေပြီပေါ့။ ။

* တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦးဝိုင်းကူညီ
မိသားစုပီပီ။
တူတူညီညီ ပွေ့ဖက်ထား
ချစ်ခြင်းမေတ္တာတရား။ ။

* သားတို့အကောင်းဆုံးကြိုးစားမည်
မိသားစုပီပီ။
စုစည်းညီညာ တို့လုပ်အား
အိမ်ကလေး သန့်ရှင်းသွား။ ။

* သဘောမညီလျှင် အဖြေရှာမည်
မိသားစုပီပီ။
မာမီ ဒယ်ဒီ ဂုဏ်ဝင့်ကြွား
ချစ်သောသားသမီးများ။ ။

* အစ်ကိုနဲ့ညီချစ်ကြသည်
မိသားစုပီပီ။
အကူအညီလိုသူတွေ့လာငြား
မိသားစုလုံးသွား ကူညီကြစို့လား။ ။

ကလေးများအားကျေးဇူးတင်ကြောင်းပွင့်လင်းစွာပြသခြင်း

မည်မျှရိုးရှင်းပါစေ။ မည်မျှပင်မယုံနိုင်ဖွယ်ဖြစ်ပါစေ။ ကလေးများအား ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပွင့်လင်းစွာပြသရန် အရေးကြီးပါသည်။ ကလေးတစ်ဦးအား သူ့ကိုမည်မျှလိုချင်ကြောင်း မည်မျှလိုအပ်ကြောင်း မည်မျှတန်ဖိုးရှိကြောင်း သူသည်မိသားစုအတွက် မည်မျှအရေးကြီးကြောင်းသိရှိပါစေ။

ကလေးတစ်ဦးအား ၎င်းမွေးဖွားသည့်နေ့ (သို့မဟုတ် ည) အကြောင်းကို ပြောပြပါ။ သူ့ကိုမည်မျှလိုချင်ကြောင်းနှင့် သူ့ကြောင့် မည်မျှပျော်ရွှင်ရကြောင်းကို ပြောပြပါ။

တစ်ဦးချင်းစီယုံကြည်မှုနှင့်သီးခြားစီဖြစ်မှု၏ပျော်ရွှင်ခြင်းကိုသင်ကြားခြင်း

တက္ကသိုလ်ကျောင်းသားဘဝက ကျွန်ုပ်တို့သည်လေးစားသော ဆရာတစ်ဦးရှိခဲ့ပါသည်။ ထိုဆရာမှာ ပါမောက္ခတစ်ဦးဖြစ်ပြီး သူ၏လှုပ်ရှားမှုတိုင်းကို “မင်းတို့လည်း အိုကေ ငါလည်းအိုကေပဲ” ဟူသောစကားကို အမြဲပြောကာ သူ့အနားတွင် ဝိုင်းနေသူအားလုံးကို ရယ်မောပျော်ရွှင်စေလေ့ရှိပါသည်။ သူသည် ထူးခြားစွာစိတ်ရှည်လှသူ ဖြစ်သည်။ ကျောင်းသားတစ်ဦးက အကြောင်းအရာတစ်ခုကို သဘောမပေါက်လျှင် ကြိမ်းမောင်းခြင်း ဝေဖန်ခြင်းပြုမည်မဟုတ်သည့်ပြင် ထိုကျောင်းသား၏ အခြားသောအားသာချက်များကို ထုတ်ဖော်ချီးမွမ်းလေ့ရှိသည်။

သူသည် သီချင်းမဆိုတတ်သလို စကားပြောလည်းမကောင်းပါ။ သူ့တွင် ထူးခြားသောစွမ်းရည် အနည်းငယ်ရှိပုံရသည့်တိုင် သူ့ကိုယ်သူ ယုံကြည်မှုအပြည့်အဝရှိသည်။ ဘဝင်မြင့်ခြင်း နိုင်ထက်စီးနင်းပြုလိုခြင်းမရှိဘဲ သူ့ဘယ်အရာကိုမဆို ဆွေးနွေးနိုင်သည်။ ဘယ်အလုပ်ကိုမဆို လုပ်နိုင်သည်ဟူသော ပကတိတည်ငြိမ်သည့် ယုံကြည်မှုမျိုးဖြစ်သည်။

သူ့အား အလွန်စိတ်ဝင်စားသဖြင့် သူ့အတန်းတွင် ကျွန်ုပ်ကောင်းစွာ ကြိုးစားခဲ့သည်။ နှစ်ကုန်ကာနီးတွင် သူနှင့်အတူနေ့လည်စာစားဖြစ်ခဲ့သဖြင့် သူ့အကြောင်းကို အတော်အတန်သိခွင့်ရခဲ့သည်။ သူ၏ ယုံကြည်မှုရရှိသော အရင်းခံအကြောင်းတရားကို ကျွန်ုပ်မေးကြည့်ခဲ့သည်။ ဆရာက သူ့တွင် အကြောင်းတရားနှစ်ရပ်ရှိကြောင်း ပထမတစ်ရပ်မှာ သူ၏ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုဖြစ်ကြောင်း ပြောပြသည်။ သူ ဆုတောင်းဝတ်ပြုသော ပုဂ္ဂိုလ်၏မြင့်မားသော စွမ်းရည်ကိုယုံကြည်ကြောင်း ထိုပုဂ္ဂိုလ်က သူ့ဘဝတစ်လျှောက်လုံး လမ်းပြသွန်သင်ကူညီလိမ့်မည်ဟု သူ့စွဲစားရကြောင်းကို မဆိုင်းမတွမကွယ်မငှက် ပြောပြသည်။

“ဒုတိယအကြောင်းတရားကကောဆရာ” ဟုကျွန်ုပ်ကမေးသောအခါ သူက “ဟုတ်ပေသားပဲ။ ကမ္ဘာ့အကောင်းဆုံး တရောကို လုပ်ခဲ့တဲ့ စတရာဒီဗာရီ (Stradivari) လိုပဲ ဆရာလည်းလက်မှုပညာရှင်ကြီး တစ်ယောက်နဲ့တူတယ်။ စတရာဒီဗာရီက ဘုရားသခင် ဟာအန်ထိုနီယို စတရာဒီဗာရီ (Antonio Stradivari) မရှိဘဲ စတရာဗာရီတရော မလုပ်နိုင်ဘူးလို့ ပြောသလိုပေါ့။ ဆရာမှာ ထူးချွန်တဲ့ ပါရမီအချို့ရှိတယ်။ ဘယ်လိုပါရမီတွေ အဖြစ်နိုင်ဆုံးလဲဆိုတာကို ဆရာသိပြီးပြီလို့ထင်တယ်။ အခြားသူတွေနဲ့တန်းတူနယ်ပယ် ၂ခု ၃ခုလောက်မှာ ပြည့်စုံလုံလောက်တဲ့ ယုံကြည်မှုဆရာမှာရှိနေတယ်” ဟုရှင်းပြခဲ့ပါသည်။

ဆရာပြောခဲ့သည့်စကားကို ကျွန်ုပ်အကြီးအကျယ် စဉ်းစားတွေးခေါ်ကြည့်မိသည်။ သူ၏ပျော်ရွှင်မှုကား ယုံကြည်မှုပင်တည်း။ သူ၏ယုံကြည်မှုကား ဘာသာတရားကို လေးစားယုံကြည်မှုနှင့် ပါရမီတို့ဖြင့်ဆက်စပ်နေပါသည်။ လူတိုင်းတွင် ထိုအကြောင်းတရားနှစ်ရပ်စလုံးရှိနိုင်သည်။ မည်သူမျှ ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုကို ကြိုတင်ကာကွယ်ထား၍မရ။ မည်သူမျှ သီးခြားပါရမီမရှိဘဲ မနေနိုင်ဟူသည်ကို ကျွန်ုပ်သဘောပေါက်ခဲ့မိသည်။

ကလေးသူငယ်များသည် တစ်ဦးချင်းစီ၏ ယုံကြည်မှုနှင့်သီးခြားစီဖြစ်တည်မှု၏ ပျော်ရွှင်ခြင်းကို ခံစားနိုင်ကြပါသည်။ ထိုအချက်ကို ကျွန်ုပ်တို့၏လက်တွေ့စမ်းသပ်မှု ပျော်ရွှင်ဖွယ်ကျောင်း(Joy School) တွင် ကလေးများကိုယ်တိုင် ထုတ်ဖော်ပြသကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ကျောင်း၏ ပထမနှစ်စတွင် ကာယဆိုင်ရာပျော်ရွှင်မှုကို လက်တွေ့စမ်းသပ်နေဆဲ၌ တစ်ဦးချင်းစီ၏ ယုံကြည်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ သင်ခန်းစာရခဲ့သော အတွေ့အကြုံတစ်ခု ရှိခဲ့ပါသည်။ ကလေးတစ်စုကနေကြပြီး ဆရာကသူတို့အား မည်သို့ခန့်ရမည်ကို သင်ကြားပေးနေသည်။ ကျွန်ုပ်ကဘေးနားတွင်ထိုင်၍ လေ့လာနေပါသည်။ ကလေးများမှာ ဆယ်ဦးခန့်ရှိပြီး ၎င်းမှာခန့်ခြင်းနည်းစနစ်ကိုသဘောမပေါက်ဘဲ ဖြစ်နေသည်။ ၎င်းအနက် ၃ဦးမှာ မခန့်တတ်ကြသောကြောင့် စိတ်ညစ်ကာ စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြစ်နေပုံရသည်။ ထို ၃ဦးစလုံး သူနည်းသူဟန်နှင့် စိတ်ပျက်လက်လျှော့ကြသည်။ သူတို့သည် ကြိုးစားကခြင်းမပြုဘဲ ရပ်ပြစ်လိုက်သည်။ တစ်ဦးကအော်ဟစ်နေသည်။ တစ်ဦးက ထွက်သွားသည်။ တစ်ဦးကမူ သူ၏မစွမ်းဆောင်နိုင်မှုအတွက် စိတ်ဝင်စားမှု မရှိတော့ဘဲဒေါသထွက်နေသည်။ စတုတ္ထမြောက်ကလေးကား စိတ်ပျက်ပုံလည်းမပြ မခန့်တတ်ခြင်းအတွက် စိုးရိမ်ပုံလည်းမရ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတိမမိပုံလည်းမရပေ။ သူက စောင့်ကြည့်နေပြီး ကြိုးစား၍ခန့်သည်။ ခန့်၍မရ။ စောင့်ကြည့်၍ကြိုးစားခန့်သည်။ ခန့်၍မရ။ လေ့ကျင့်ခန်းပြီးဆုံးသွားသောအခါ သူ့ကိုကျွန်ုပ်က အနည်းအပါးမေးမြန်းခဲ့မိသည်။

“သားက ခန့်တာကိုသဘောကျလို့လား”
“ဟုတ်ကဲ့ ဒါပေမဲ့ သားကသိပ်မခန့်တတ်ဘူး”

“သူတို့ကို ခုန်တာရပ်ပြီး သားလုပ်နိုင်တာကို ပြောင်းစေချင်သလား”

“မပြောင်းချင်ပါဘူး။ သားကဘယ်လို ခုန်သလဲဆိုတာသိချင်လို့”

“သား မခုန်တက်လို့ စိတ်ညစ်နေသလား”

“ဟင့်အင်း မညစ်ပါဘူး”

“ဘာဖြစ်လို့ စိတ်မညစ်တာလဲ”

“ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ တခြားဟာတွေမှာသားကတော်လို့ပေါ့”

“ဘယ်လိုဟာမျိုးလဲ”

“သားက ပန်းချီဆွဲတော်တယ်လို့ မေမေကပြောတယ်”

“ဟုတ်လား”

“ပြီးတော့ ညီလေးကိုမြူတာမှာ သားကပိုပြီးတော်သေးတယ်”

“တော်လိုက်တာ ဂျင်မီရယ် ကဲမေးသမျှဖြေတဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ကွာ”

“ကောင်းပါပြီ စိတ်မပူပါနဲ့။ တစ်နေ့မှာ သားလည်းခုန်တာကျွမ်းကျင်လာမှာပါ”

လေးနှစ်သားကလေးတစ်ဦးအတွက် အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသောစကား ဖလှယ်မှုပင်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုနောက်ကွယ်ရှိ အခြေခံစည်းမျဉ်းမှာထူးပြီး အံ့ဩဖွယ်မကောင်းပါ။ သဘာဝအတိုင်းမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။ အချို့ကိစ္စများတွင် သူသည်ကျွမ်းကျင်သည်ဟု ခိုင်မာစွာ ယုံကြည်သောသူတစ်ဦးသည် သူမကျွမ်းကျင်သောကိစ္စများကိုလည်း ပို၍လွယ်ကူစွာလက်ခံနိုင်ပါသည်။

သင်ကြားနည်း

သိသာပွင့်လင်း၍ခြင်းချက်မရှိသောချစ်ခြင်းမေတ္တာ

မိဘများ၏ခြင်းချက်မရှိသော ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ခံစားသိရှိသည့်ကလေးငယ်တစ်ဦးတွင် ယုံကြည်မှုအတွက် ခိုင်မာသောအုတ်မြစ်တစ်ခုရှိသည်။ ရှုံးနိမ့်မှုမရှိ အမှားအယွင်းမရှိဟု သူသိရှိနေခြင်းက အဆိုပါခြင်းချက်မရှိသော ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် မိသားစုလက်ခံမှုတို့ကို သူထံမှလှလက်ယူဆောင်သွားပေ လိမ့်မည်။ သင်၏တသမတ်တည်း မပြောင်းလဲသောချစ်ခြင်းမေတ္တာကို သူ့အားပြောပြပါ။

ကလေးတစ်ဦးအားပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းစီအဖြစ်ကောင်းစွာသိမြင်ခြင်း

ကလေးငယ်၏မွေးရာပါ ပါရမီများနှင့် စွမ်းရည်များကိုကောင်းစွာ သိမြင်မှုမရှိလျှင် ကလေးငယ်အား ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်မပေးနိုင်ပါ။ ထိုပါရမီများနှင့် စွမ်းရည်များကို လေ့လာနိုင်သောနည်းလမ်း ၂ခုမှာ (၁) ကလေးငယ်နှင့် နှစ်ဦးတည်းစကားစမြည်ပြောပါ။ အတူတကွ အချိန်ဖြုန်းရင်းစောင့်ကြည့်ပါ။ နားလည်သဘောပေါက်အောင်ကြိုးစားပါ။ (၂) မိသားစု စုစည်းချိန်တွင် ဇနီးမောင်နှံနှစ်ဦးတို့ကလေးတစ်ဦးစီ အကြောင်းကိုဆွေးနွေးပါ။ သဘောထားများဖလှယ်ပါ။ မှတ်ချက်များရေးသားထားပါ။ တစ်ဦးချင်းစီ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့်အကျင့်စရိုက်မကို ဇနီးမောင်နှံနှစ်ဦး အတူတကွစူးစမ်းလေ့လာပါ။

ကလေးတစ်ဦးချင်းစီနှင့်သူ၏ကိုယ်ပိုင်ပါရမီများကို စစ်မှန်စွာအလေးထားခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့၏ကလေးငယ်များသည် လူသားများဖြစ်ကြပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ချစ်ခြင်းမေတ္တာကိုသာမက အလေးထားမှုကိုပါထိုက်တန်ကြပါသည်။ ဤအချက်ကို စွဲမှတ်ထားခြင်းဖြင့် ရံဖန်ရံခါ (၁) ရှုံးနိမ့်မှုတွေ့ပြီးသည့်အခါ သူတို့အားအလေးထားယုံကြည်ကြောင်း ထပ်လောင်းပြဆိုရန် (၂) ကျွန်ုပ်တို့၏ ရှုံးနိမ့်မှုများကို သူတို့နှင့်ဆွေးနွေးကာ ထိုရှုံးနိမ့်မှုမှရရှိသော သင်ခန်းစာကို သူတို့အားပြောပြရန် (၃) သူတို့၏အောင်မြင်ပြီးစီးမှုကို ရက်ရာစွာချီးမြှောက်ရန် အထူးသဖြင့်ကျွန်ုပ်တို့ အလေးထားသောအရည်အသွေး ပြည့်စုံမှုကိုအထူးချီးမြှောက်ရန်နှင့် (၄) ကလေးငယ်အား ဝေဖန်မှုမပြုရန်နှင့် သူ့အားပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရ နှိမ့်ချခြင်းမပြုရန် စသည်တို့ကို လွယ်ကူစွာဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ သူတို့ပြုခဲ့သော အမှားများကိုဝေဖန်ခြင်းထက် သူတို့အပေါ်ထားရှိသော ကျွန်ုပ်တို့၏ထာဝရမေတ္တာကို သူတို့သဘောပေါက်ဆဲပြစ်ဒဏ်သေချာအောင်ပြုလုပ်ပါ။ လူတော်ထဲတွင်မဝေဖန်ပါနှင့်။ “လူတော်ထဲတွင် ချီးမြှောက်ပါ။ နှစ်ဦးချင်းတွေ့မှပြုပြင်ပါ။”

ငယ်စဉ်ကတည်းကလွတ်လပ်မှု ကိုယ်ထူကိုယ်ထပြုမှုနှင့် တာဝန်သိမှုရှိစေခြင်း

ယုံကြည်မှုနှင့်ယင်း၏ ပျော်ရွှင်မှုသည် အကျိုးရှိသောကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းမရှိမှုနှင့် တိုက်ရိုက်စည်းနှောင်နေပါသည်။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီတွင် မိသားစုအတွင်း၌ မိသားစုအတွက်နေ့စဉ် သို့မဟုတ် အပတ်စဉ်အလုပ်တာဝန်များရှိစေသင့်ပါသည်။ သို့ဖြင့်

သူ့အားချီးမြှောက်မှုပြုနိုင်ပြီး သူ့အနေဖြင့်လည်း အလွန်စွမ်းဆောင်နိုင်သော အလွန်အရေးပါသော မိသားစု၏အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်အဖြစ် တန်ဖိုးထားလျက် ယူလာတတ်စေပါသည်။

ကလေးသူငယ်များအား သူတို့၏ကိုယ်ပိုင်သီးခြားပါရမီများကို သိရှိရေးနှင့် အဆိုပါပါရမီများသည် အခြားသူများကဲ့သို့ပင် ကောင်းမွန်ကြောင်းသဘောပေါက်စေရန်ကူညီခြင်း

၁။ “သင့်ကို ကျွန်ုပ်သဘောကျသောအချက်” ကစားနည်း။ ကလေး ၅ ဦး ဖြစ်ပြီး ဖခင်ကိုစက်ဝိုင်းပုံစံ ဝိုင်းထိုင်ခိုင်းပြီး တစ်ဦးကို စက်ဝိုင်းအလည်တွင် ထိုင်ခိုင်းပါ။ ကျန်ကလေးတစ်ဦးချင်းက စက်ဝိုင်းထဲရှိကလေးနှင့်ပတ်သက်၍ “သင့်ကိုကျွန်ုပ်သဘောကျသော အချက်မှာ ရှုဖွဲ့ဖိနပ်ကိုကြိုးချည်တတ်ခြင်းဖြစ်တယ်” စသည်ကဲ့သို့ပြောခိုင်းပါ။

၂။ တစ်ဦးချင်းစီ၏ ကိုယ်ရေးအတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း ပိုစတာပေါ်ရှိ ကလေးတစ်ဦးစီ၏ပုံမှ သူ၏ကိုယ်ရေးအချက်အကလက်များကို ခြေရာခံခိုင်းပါ။ အတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်းအောက်တွင် မျက်လုံးအရောင် ဆံပင်အရောင် လိင် အသက် မိသားစုအတွင်းရှိအဆင့် ကလေးငယ် ကျွမ်းကျင်သည့်အချက်တို့ကို ရေးမှတ်ပါ။ ပိုစတာကိုနံရံတွင် ချိတ်ကာသူတို့၏ ထူးခြားမှုများ သီးခြားဖြစ်မှုများကို ဂုဏ်ယူပါစေ။

ကလေးတစ်ဦးစီအတွက်အထူးနာမည်ပြောင်ပေးခြင်း

သီးခြားဖြစ်မှုခံစားချက်ကို ချစ်စနိုးပေးထားသော အထူးနာမည်ပြောင် အထူးသဖြင့်မိဘတစ်ဦးတည်းက သီးသန့်သုံးရသော နာမည်ပြောင်များမှလည်း ဖြစ်ပေါ်စေတတ်ပါသည်။ ဖေဖေက ဆာရင်ကို “သမီးတော်လေး” ရှာနီကို “နတ်သမီးလေး” ဂျိုးရှ်ကို “ဟားကီးစား” စသည်ဖြင့် ခေါ်သကဲ့သို့ဖြစ်သည်။

မေမေနှင့်ဖေဖေတို့၏ချိန်းဆို့မှု

ကလေးတစ်ဦးစီနှင့် မိခင်သို့မဟုတ် ဖခင် (သို့မဟုတ် မိဘနှစ်ဦးစလုံး) တို့တစ်ဦးချင်းစီ ပြောဆိုဆက်ဆံနိုင်သည့် သီးခြား အချိန်ကို သီတင်းပတ်တိုင်းအတွက် ချန်လှပ်ထားပါ။ အဆိုပါ တွေ့ဆုံမှုအတွက် တစ်ခါတစ်ရံ အစီအစဉ်ချမှတ်ရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပြီး အခြားအခြေအနေများတွင်မူ တွေ့ဆုံချိန်ကို အများဆုံးရအောင် သာမန်အတိုင်းဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

“စာအုပ်လွတ်များ”

ကျွန်ုပ်တို့၏ ကလေးနှစ်ဦးငယ်ရွယ်စအချိန်တွင် ကျွန်ုပ်၏သူငယ်ချင်းတစ်ဦးက သူသည်စာအုပ်လွတ်များကို ဝယ်ထားပြီး သူကလေးရလာသောအခါ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ ထူးခြားသောဖြစ်ရပ်များ ငယ်ရွယ်စဉ်မှကြီးပြင်းလာသည်အထိ ပြောင်းလဲသော စရိုက်လက္ခဏာများကို ကလေးတစ်ဦးလျှင် စာအုပ်လွတ်တစ်အုပ်ကျရေးမှတ်ကာ သူတို့အရွယ်ရောက်လာပြီး လက်ထပ်သည့်နေ့တွင် လက်ဆောင်ပေးရန် ရည်ရွယ်ထားကြောင်းပြောပြခဲ့သည်။

ကျွန်ုပ်တို့လည်း သူ၏နမူနာအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးခဲ့ရာ ကျွန်ုပ်တို့မျှော်မှန်းမထားသော လျာထားမထားသောအကျိုးကျေးဇူး များရရှိခဲ့သည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ကလေးများက သူတို့အတွက် စာအုပ်တစ်အုပ်စီရေးမှတ်သိမ်းဆည်းထားကြောင်း သိရှိကြသဖြင့်သူ တို့၏သီးခြားစွာဖြစ်တည်မှုအတွက် ဝမ်းသာကြည်နူးနေကြသည်။ စာအုပ်တွင် ရေးမှတ်ထားသည်များမှာ သူတို့၏လက်ထပ်သည့်နေ့မှ တိုင်ခင်အထိ လျှို့ဝှက်သည့်အကြောင်းအရာများဖြစ်သော်လည်း မိဘများ၏မျက်စေ့ထဲတွင် သူတို့ကိုယ်တိုင်ပင် တစ်ဦးချင်းသီးခြား မှတ်ယူရသည်ကို ဂုဏ်ယူလျက်ရှိကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့အတွက်လည်း ထိုစာအုပ်များကို ပြန်လည်ဖတ်ရှုရသဖြင့် ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ ၏စိတ်တိုးတက်မှုနှင့် လိုအပ်ချက်များကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခွင့်ရပေသည်။

ခမ်မှန်မှု ရှိသားမှုနှင့်ပွင့်လင်းမှုတို့၏ ပျော်ရွှင်ခြင်းကိုသင်ကြားခြင်း

ကျွန်ုပ်၏၃နှစ်သား ဂျိုးရှ်ကိုရေချိုးပေးစဉ်က ဖြစ်သည်။ ခေါင်းလျှော်ရင်း ပုလင်းသစ်ကြီးထဲတွင် ဘာမျှမရှိတော့ပေ။ ကျွန်ုပ်က “ခေါင်းလျှော်ရည်တွေ သွန်ပြစ်လိုက်သလား ဂျိုးရှ်” ဟုမေးသောအခါ အဆိုးဆုံးအခြေအနေကို ကြိုတင်တွက်ဆမိထားသကဲ့သို့ သူ၏ နဖူးကြောကိုတွန့်ကာ “ဟုတ်ကဲ့ဖေဖေ” ဟုဖြေလိုက်သည်။ ခေါင်းလျှော်ရည်ကို သွန်ပြစ်ခြင်းအတွက် ကျွန်ုပ်တို့တွင် မိသားစုဥပဒေရှိသည်။ ထိုဥပဒေကို ဂျိုးရှ်လည်းသိသည်။ ထို့ကြောင့် သူ့ကိုပေါ့ပါးသော အပြစ်ပေးရန်လိုအပ်နေသည်။ သို့သော် ကျွန်ုပ်ကသူမှန်သည့်အတိုင်း ဝန်ခံခြင်းကို အလွန်အလွန် ချီးမွမ်းလိုက်ခြင်းဖြင့် ကျခံရမည့်အပြစ်ဒဏ်ကျေပျက်သွားခဲ့သည်။

ဂျိုးရှ်၏ဆံပင်ကို ခြောက်အောင်သုတ်ပေးနေသကဲ့သို့ ကျွန်ုပ်၏စိတ်ထဲတွင် ပွင့်လင်းရိုးရှင်းနေသည်။ ယခုအခါ ဖန်စုံရှိပြီဖြစ်သောဆာရင်ကို ပွင့်လင်းရိုးသားသည့် အရည်အသွေးရရှိရန် ခက်ခဲစွာကြိုးပမ်းနေချိန်၌ ဆာရင်၏ ပြောစကားကိုကြားရန် အကြောင်းဖန်လာခဲ့သည်။ သူမ၏ ကျောင်းမှသူငယ်ချင်းသစ်တစ်ဦးနှင့် အိပ်ခန်းထဲတွင် သူတို့၏အရုပ်ကလေးများအကြောင်းကို ပြောနေကြသည်။

- ဆာရင် - “ဒီအရုပ်ကလေးမှာ ပြဿနာတစ်ခုရှိတယ်။ သူ့စကားက လျှော့ကြိုးလျှော့နေတော့ ကျွတ် ကျွတ်ကျနေတယ်”
 - သူငယ်ချင်း - “ကြိုးကလေးနဲ့ပတ်ထားရအောင်” (အတန်ကြာငြိမ်သက်သွားကြသည်။)
 - ဆာရင် - “မစ္စခရစ္စတီး အတန်းထဲမှာငါ့ကို စာဖတ်ခိုင်းရင် ငါသိပ်ကြောက်တာပဲ။ ညည်းကောမကြောက်ဘူးလား”
 - သူငယ်ချင်း - “နည်းနည်းကြောက်တယ်”
 - ဆာရင် - “ငါလည်းကြောက်မှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး”
 - သူငယ်ချင်း - “ညည်းများများဖတ်လေ ပိုပြီးလွယ်လေပေါ့ဟယ်”
 - ဆာရင် - “ငါလည်းဒီလိုပဲထင်ပါတယ်။ ဒီမှာ စကတ်အဆင်သင့်ဖြစ်သွားပြီ (ရပ်လိုက်သည်)
 - သူငယ်ချင်း - “ဆာရင်ငါ့ကို သဘောကျလား”
 - ဆာရင် - “တကယ်မိုက်တာပဲ ညည်းလုပ်တာငါအကုန်သဘောကျတယ်”
 - သူငယ်ချင်း - “အကုန်လုံးပဲလား”
 - ဆာရင် - “အားလပ်ချိန်မှာ ညည်းပတ်တီနဲ့ကစားတာကို မကြိုက်တာကလွဲလို့ပေါ့။ ဒါပေမဲ့ ငါကမနာလိုဖြစ်တာလို့ မေမေကပြောတယ်”
 - သူငယ်ချင်း - “မနာလိုတယ်ဆိုတာဘာလဲ”
 - ဆာရင် - “ညည်းထက်ဘယ်သူ့ကိုမှ ပိုပြီးမပျော်စေချင်တာပေါ့”
 - သူငယ်ချင်း - “ငါလည်းညည်းကို သဘောကျပါတယ် ဆာရင်ရယ်”
- ရိုးသားပါ။ ပွင့်လင်းပါ။ အမှန်အတိုင်းလွတ်လွတ်လပ်လပ်ပြောပါ။ မည်မျှပျော်စရာကောင်းပါသနည်း။

သင်ကြားနည်း

နမူနာဖြစ်ခြင်း

သင်၏ကလေးငယ်များအား စစ်မှန်ပွင့်လင်းပါစေ။ သင်၏ပကတိခံစားချက်များ၊ ကြောက်ရွံ့မှုများနှင့် မလုံခြုံမှုများကိုသင့်ကလေးများအား ဖွင့်ဟပြောပြသကဲ့သို့ သင်၏ပျော်ရွှင်မှုများနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာတရားများကိုလည်း ပြောပြပါ။ ထိန်းချုပ်မှုကိုပြပါ။ သို့သော်ရိုးသားမှုကိုပြပါ။ သင်မည်သို့ ခံစားရသည်ကိုပြောပြပါ။ “ဒီနေ့ညနေ ဖြစ်ခဲ့ရတာကို တော်တော်စိတ်မကောင်းဘူး။ ဖေဖေသားကိုစိတ်ဆိုးသင့်တာထက်ပိုပြီး ဒေါသထွက်သွားမိတယ်” တစ်ဦးတစ်ယောက်အား သင်ကတစ်ခုခုလိမ်ပြောသည်ကို သင့်ကလေးများဘယ်တော့မှ မကြားမိပါစေနှင့်။

အားကူဖြည့်ပါ။ ချီးမြှောက်ပါ။

သူတို့အား အလေးပေးသည့်အရာကို သူတို့ထပ်၍ပြုလုပ်ကြပါလိမ့်မည်။ သူတို့အား ချီးမြှောက်သောအရာကို သူတို့ပို၍ပြုလုပ်ကြပါလိမ့်မည်။ သူတို့ ပျော်ရွှင်မှုရရှိသည့်အပြင် ချီးမြှောက်ခံရသောအရာကိုလည်း သူတို့အတိအကျထပ်မံ ပြုလုပ်ကြပါလိမ့်မည်။ သူတို့မည်သို့ ခံစားနေရသည်ကို သင့်ကိုသာမက အခြားမိသားစုဝင်များ ဆရာများနှင့်သူငယ်ချင်းများအား ဖွင့်ဟပြောပြရန် အမြဲအားပေးပါ။

ရိုးသားစွာဆွေးနွေးခြင်း

“အမှန်အတိုင်းပြောရမယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကိုနားလည်လား” ဟုကလေးများကိုမေးပါ။ လိုအပ်ပါက သူတို့၏အဖြေများကို ဖြည့်စွက်ရှင်းလင်းပါ။ အမှန်အတိုင်း ပြောခြင်းဟူသည် ဝတ္ထုပစ္စည်းများအား ပကတိအရှိအတိုင်းပြောခြင်း အမှန်တကယ်ဖြစ်ပျက်သည့် အတိုင်းပြောခြင်း အမှန်တကယ် ဆွေးသည့်အတိုင်း အမှန်တကယ်ဘယ်လိုခံစားရသည်ကို ခံစားရသည့်အတိုင်းပြောခြင်းဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

မေးခွန်းများနှင့်အဖြေများ

မေးခွန်းနမူနာ - သင့်မေမေစိုက်ထားသော သစ်ပင်ကိုမတော်တဆ တိုက်မိကာအရွက်များကြွေသွားလျှင် သင့်မိခင်အားအရွက်များကိုကလေးချွေပစ်သည်ဟု ပြောပါက အမှန်တရားကိုပြောတာလား (မဟုတ်ပါ) ဒါဖြင့်ဘာကိုပြောတာလဲ (လိမ်ပြောခြင်း)

နောက်အခြေအနေတစ်ခုကို ဆက်မသွားမီ “လိမ်ပြောခဲ့ရန် သားဘယ်လိုခံစားရမယ်လို့ထင်သလဲ” ဟုမေးပါ။ (ဝမ်းမည်းခြင်း မိုက်မဲခြင်း လူပန်ခြင်း ရှက်ခြင်း ကြောက်ရွံ့ခြင်း)

အခြားမေးခွန်းနမူနာ - နေ့လည်စာစားရန် သင်လက်ဆေးဖို့မေ့သွားသဖြင့် သင့်မေမေက “လက်ဆေးပြီးပြီလား” ဟုမေး၍ သင်က “မဆေးရသေးဘူး မေ့သွားလို့” ဟုဖြေလျှင် အမှန်တရားကိုပြောခြင်း ဖြစ်ပါသလား။ (ဟုတ်ပါတယ်)

ညအိပ်ရာဝင်ချိန်သည် မိဘနှင့်ကလေးအကြား ရိုးသားပြီးအရေးကြီးသော စကားစမြည်အနည်းငယ် ပြောဆိုရန်အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည်။

လွန်ခဲ့သောနှစ်များက ကလေးများအား အိပ်ရာထဲပို့ပြီးချိန်တွင် ကလေးတစ်ဦးချင်းစီအား မေးသောအလေ့အကျင့်ကို ကျွန်ုပ်တို့စတင်ခဲ့ကြသည်။ “ဒီနေ့အတွက် သားဘာကိုပျော်သလဲ။ ဘာကိုစိတ်ညစ်သလဲ” ကလေးများသည် ထိုနေ့ကအဖြစ်များကို ပြန်လည်သတိရရန် စဉ်းစားရသည်ကို နှစ်သက်ကြသည်။ ခံစားမှုအကြောင်း ပြောပြရသည်ကိုလည်း နှစ်သက်ကြသည်။ “ဒီနေ့ သားသူငယ်ချင်း လာလယ်လို့ပျော်တယ်” သို့မဟုတ် “ဖေဖေအိမ်ပြန်လာရင်ပျော်တယ်” သို့မဟုတ် “ကျောင်းဆင်းတော့ လီဆာကသမီးနဲ့ မကစားလို့ စိတ်မကောင်းဘူး” သို့မဟုတ် “ထုပ်စည်းကွင်းထဲမှာ ထုပ်စည်းမတိုးနိုင်လို့ဝမ်းနည်းတယ်” သို့မဟုတ် “လက်ကိုရှိသွားလို့” သို့မဟုတ် “ဒီနေ့ဝမ်းနည်းစရာဘာမှမရှိဘူး”

အဖြေများသည် ခံစားမှုများကို ပြောပြရန်အခွင့်အရေးကောင်းများဖြစ်၍ လျင်မြန်စွာပွင့်အန်လာကြပါသည်။ “ဆုဆန်နဲ့ကစားရတာဘယ်လိုနေသလဲ” “လီဆာမကစားနိုင်တာ ဘာကြောင့်လို့ထင်သလဲ။ စိတ်မကောင်းစရာ တစ်ခုခုများရှိနေလို့လား”။

ဆက်သွယ်ရေးနှင့်ဆက်ဆံရေးတို့၏ပျော်ရွှင်မှုကိုသင်ကြားခြင်း

တစ်ခါက သက်လတ်ပိုင်းအရွယ် အမျိုးသားတစ်ဦးကို သိကျွမ်းခဲ့ဖူးပါသည်။ သူသည်စာရင်းကိုင်တစ်ဦးဖြစ်ပြီး သူ့တွင်လယ်ဂျာစာအုပ်အရွယ်ခန့်ထူသော ခရစ္စမတ်ကတ်ပြားစာရင်း စာအုပ်ကြီးတစ်အုပ်ရှိပါသည်။ ထိုစာအုပ်အထူကြီးထဲတွင် စာမျက်နှာအားလုံးပြည့်နေသည်။ နာမည်များကလည်း ထောင်သောင်းမကရှိနေသည်။ “စီးပွားရေး အဆက်အသွယ်တွေလား” ဟုကျွန်ုပ်ကမေးသောအခါ သူက ကျွန်ုပ်တို့တစ်ချက်လှန်ကြည့်လိုက်ပြီး ကျွန်ုပ်အားအရေးတကြီး ပြောစရာရှိသကဲ့သို့ စဉ်းစားကာ “မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါတွေက ဆက်ဆံရေးကိစ္စတွေပါ” ဟုဖြေလိုက်သည်။ ကျွန်ုပ်နောက်ထပ် မေးလာမည့်မေးခွန်းကို ကြိုတင်ခန့်မှန်းမိသည့်အလား။ “ဘယ်လောက်သေးငယ်တဲ့ကိစ္စပဲဖြစ်ဖြစ် တကယ်စစ်မှန်တဲ့ ဆက်ဆံရေးတိုင်းကို ခင်ဗျားဖွဲ့စည်းထားရင် ထာဝရတည်တံ့တဲ့ပိုင်ဆိုင်ခိုင်ပစ္စည်း တစ်ခုဖြစ်လာနိုင်တယ်လေ။ တခြားဘယ်ပစ္စည်းကမှ သူ့ကိုချေမှုန်းပြစ်လို့မရဘူး။ တစ်ချို့လူတွေဟာ ငွေကြေးတို့ ရာထူးတို့ အောင်မြင်မှုတို့စတဲ့ ယာယီပိုင်ဆိုင်ခိုင်ပစ္စည်းတွေနဲ့ပိုပြီး အချိန်ဖြုန်းနေကြတယ်။ ကျွန်တော့်အနေနဲ့ ဆက်ဆံရေးလိုပဲ ထာဝရပိုင်ဆိုင်ခိုင်ပစ္စည်းတွေနဲ့ပိုပြီး အချိန်ကုန်ခံသင့်တယ်။ ခရစ္စမတ်ကတ်တစ်ခုရတိုင်း ဟောဒီခရစ္စမတ် အဝင်စာရင်းထဲမှာ ထည့်ထားလိုက်တယ်” ဟုဆက်လက်ရှင်းပြပါသည်။

ထိုမှစ၍ ထိုစာရင်းကိုင်ကို ကျွန်ုပ်အနီးကပ်စောင့်ကြည့်နေခဲ့မိသည်။ သူ့အကြံပြုသည့်အတိုင်း လက်တွေ့လုပ်ဆောင်သည်ကို တွေ့ရသည်။ လေယာဉ်ပေါ်တွင်ဖြစ်စေ သူ၏လုပ်ငန်းထဲတွင်ဖြစ်စေ ဆရာများအစည်းအဝေးတွင်ဖြစ်စေ တစ်စုံတစ်ဦးကို သူတွေ့လိုက်ရလျှင်သူ၏ သဘောထားမှာ “ခင်ဗျားဆီက ကျွန်တော်ဘာကိုလေ့လာနိုင်ပါသလဲ။ ဘာကိုစိတ်ဝင်စားပါသလဲ။ ခင်ဗျားနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ထူးခြားမှုကဘာလဲ” ဟူသည့်သဘောပင်။ သူ့အတွက်မူ ဘဝဟူသည် အဆုံးမရှိသောလူများ ထိုသူတစ်ဦးချင်းစီ၏ အဆုံးမရှိသော စိတ်ဝင်စားမှုများ တစ်ဦးချင်းစီက ကားသစ်တစ်စီး သို့မဟုတ် ရာထူးသစ်တစ်ခုထက်ပို၍ စွမ်းအားကြီးမားသော ပျော်ရွှင်မှုကိုကမ်းလှမ်းနေသည့် ဆက်ဆံရေးဘဝ၏ ပန်းစကြာမှန်ပြောင်းကြီး (kaleidoscope) ကဲ့သို့ပင်ဖြစ်ပါတော့သည်။

သင်ကြားနည်း

ယေဘုယျစိတ်ကူးများ

- ၁။ နားထောင်သည့် အလေ့အထကိုပျိုးထောင်ပါ။ စစ်မှန်စွာနားထောင်ပါ။
- ၂။ ဟာသဉာဏ်ရှိပါစေ။ သင်၏ကိုယ်ပိုင်အမှားများအတွက် ရယ်မောပါ။ သင့်ကလေးငယ်များနှင့်အတူ ရယ်မောခွင့်ရတိုင်းရယ်မောပါ။
- ၃။ သင့်ကလေးငယ်များအား ပွေ့ဖက်နှုတ်ဆက်/နှစ်သိမ့်/ချီးမြှောက်မှုကိုအားပေးပါ။ သဘောမတူညီမှုတစ်ခုဖြစ်ပြီး နောက်ပြင်ဆင်လိုက်ပါ။

၄။ မိဘများအကြား စိတ်ကူးယဉ်ဆန်သော ချစ်ခြင်းမေတ္တာကိုပြသပါ။ လက်ချင်းတွဲပါ။ သင်ထွက်ခွာကနီးတွင် နမ်း၍နှုတ်ဆက်ပါ။ ကားတံခါးကို ဖွင့်ပေးပါ။ အတူတကွပူးကပ်ထိုင်ပါ။ ခက်ထန်မာကြောသော စကားများကိုရှောင်ပါ။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် ယှဉ်သော စကားများကို အလေးပေးပါ။

၅။ အရေးကြီးသော စည်းမျဉ်းများကို သင်ကြားပေးပါ။ ရှင်းလင်းပြောကြားပါ။

၆။ အပြန်အလှန်သရုပ်ဆောင်ပါ။ ကလေးများက မိဘအဖြစ်သည်ဆောင်ပြီး သင်ကကလေးအဖြစ်သရုပ်ဆောင်ပါ။ သို့ဖြင့် သင်၏ ပြဿနာများကို သူတို့သိမြင်သဘောပေါက်လာကြလိမ့်မည်။

ဆက်သွယ်ခြင်း

၁။ ကလေးများအား ပွင့်လင်းစွာ ဆင်ခြင်စွာ သဘာဝယုတ္တိကျစွာပြောပါ။

၂။ ကလေးများအား ပေးစာများရေးတတ်အောင် သင်ပေးပါ။ သင်တို့ဖော်ပြချက်ကို သင်ကရေးပေးပါ။ ဝတ္ထုပစ္စည်းများကို စကားလုံး ဖြင့်ဖော်ပြတတ်မှုကို ချီးကျူးပါ။

၃။ ကလေးငယ်များက တစ်စုံတစ်ရာကို ထူးခြားစွာရှင်းပြ ပြောပြနိုင်သည့်အခါတိုင်း ရက်ရောစွာချီးမြှောက်ပါ။

၄။ ညစာစားစဉ်တွင် ကလေးငယ်အား သူများစွာသိရှိနေသောအကြောင်းအရာတစ်ခုကို ပြောပြရန်အားပေးပါ။ ထိုအကြောင်းအရာသည် သူသင်ယူလေ့လာပြီးကာ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်သည်။ သိရှိလျှင် ဂုဏ်ယူထိုက်သောအကြောင်းအရာလည်းဖြစ်ပါမည်။

၅။ ဖြစ်နိုင်သည့်အခါတိုင်း ကလေးများအားဖုန်းဖြင့်ပြောကြားပေးပါ။

၆။ စကားပြောရသည့်အခွင့်အလမ်းများရရှိတိုင်း လက်မလွှတ်ဘဲတက်ရောက်စကားပြောရန် ကလေးများကိုအားပေးပါ။ ပရိတ်သက်အား အမှန်တကယ် ဆက်သွယ်ပြောကြားတတ်ရန် ကူညီပါ။

ဆက်ဆံရေး

၁။ သင်နှင့်ကလေးများ၏ ဆက်ဆံရေးကို အမှန်တကယ်ပြေပြစ်လှပအောင် ကြိုးစားပါ။

၂။ သဘောမကိုက်ညီမှုများကို ဆွေးနွေးပါ။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး၏ ပြဿနာများ သဘောထားမကိုက်ညီမှုများကို ဖြေရှင်းရေးအတွက် ကလေးများကို မျက်နှာချင်းဆိုင်ထိုင်ခိုင်းပါ။

၃။ ကလေးများ၏ ဆက်ဆံရေးတွင်ပါဝင်ပတ်သက်ခြင်းမပြုပါနှင့်။ သို့မဟုတ် အလွန်အမင်းထိန်းချုပ်ရန် မကြိုးစားပါနှင့်။ ကလေးများ ကိုယ်တိုင်ဆောင်ရွက်ခွင့်ပေးပါ။ (တစ်ခါက ကျွန်ုပ်လည်ပင်းနာရောဂါဖြစ်နေစဉ် ကျွန်ုပ်၏ကလေးများသည် ကားနောက်ခန်း၌အကြီး အကျယ်ရန်ဖြစ်ခဲ့ကြသည်။ သို့ရာတွင် သူတို့ပြဿနာကို ကျွန်ုပ်ညွှန်ကြားချက်ကို ရယူခြင်းထက် သူတို့ဘာသူပို၍ ဖြေရှင်းနိုင်ကြ ကြောင်းတွေ့ရှိရပါသည်။)

၄။ သင်နှင့်ကလေးငယ်များ၏ ရင်းနှီးမှုအရေးကြီးပုံကို အလေးပေးသည့်အနေဖြင့် ကလေးများအား အထူးအစီအစဉ်ပြုလုပ်ပေးပါ။ သူတို့အားကားစီးရန် ခေါ်သွားခြင်း သူတို့အတွက် အံ့ဩဖွယ်ပစ္စည်းယူလာခြင်း

၅။ “ဘယ်လိုနည်းပိုကောင်းသလဲ” ကစားနည်းကိုကစားပါ။ ဤနည်းတွင် တနင်္ဂနွေနေ့ညစာစားပြီးသောအခါ ပန်းကန်များကို မည်သူ စတင်ဆေးမည်ကို ဆုံးဖြတ်ခြင်းဖြစ်သဖြင့် ကောင်သောနည်းလမ်း ဆိုးသောနည်းလမ်းများ ထုတ်ဖော်ရပါမည်။