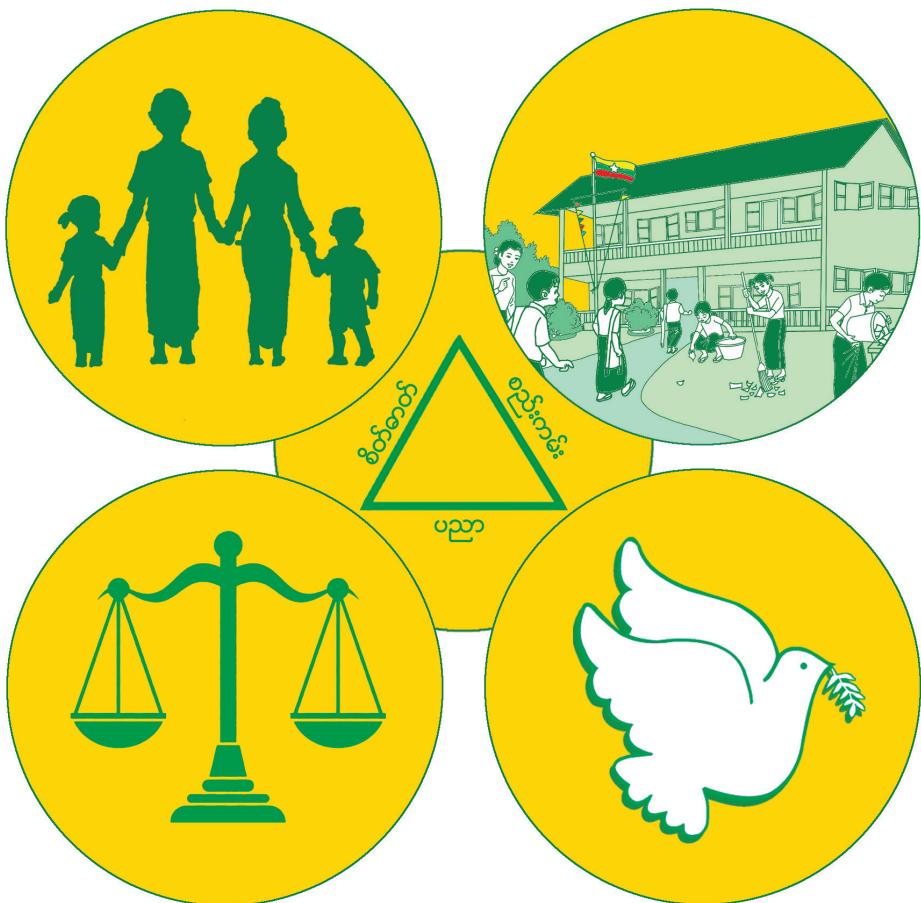


ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ^၁
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

ကျောင်းသုံးစာအုပ်

စရိတ်နှင့်ပြည်သူနိတိ ဆွဲမတန်း



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ

ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူနိတိ ဆင့်မတန်း

နိုင်ငံတော်မှ အခမဲ့ထောက်ပံ့ပေးသည်။

အခြေခံပညာသင်ရှိုးညွှန်းတမ်း၊ သင်ရှိုးမှတိကာနှင့် ကျောင်းသုံးစာအုပ်ကော်မတီ

၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ၊ အပ်ရော့ - ၁၆၉၁၉၃၂

၂၀၁၉-၂၀၂၀ ပညာသင်နှစ်

အခြေခံပညာသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၊ သင်ရိုးမာတိကာနှင့်
ကျောင်းသုံးစာအပ်ကော်မတီ၏ မူပိုင်ဖြစ်သည်။

အလုပ်အမိန့်အမှတ် - /၁၉ ဖြင့်

မြန်မာနိုင်ငံပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ထုတ်ဝေသူလုပ်ငန်းရှင်များအသင်း

()ပုဂ္ဂိုလ်တိုက်၊ ရန်ကုန်မြို့တွင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်။

ကျောင်းသုံးစာအုပ်မိတ်ဆက်

ဤအတန်းတွင် စာရိတ္ထနှင့်ပြည်သူနှီတိဘာသာရပ်အကြောင်းနှင့် ယင်းဘာသာရပ်ကို လက်တွေ့ဘဝတွင် အသုံးချပ်များကို ပိုမိုနားလည်နှင့်စေမည့် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များ ဖွံ့ဖြိုးလာရန် ကျောင်းသူကျောင်းသားများက အဖွဲ့လိုက်လုပ်ငန်းများကို ဆရာနှင့်အတူ လုပ်ဆောင် သင်ယူရမည်။ ထိုအပြင် ပြဿနာအခြေအကဲများကို ပြောရှင်းတတ်ရန်နှင့် စဉ်းစားတွေးခေါ်ဖန်တီးတတ်ရန် လေ့လာသင်ယူမည်။ အချို့စာသင်ချိန်များတွင် အဖွဲ့လိုက်လုပ်ဆောင်ကြပြီး အချို့စာသင်ချိန်များတွင် အတန်းလိုက် သို့မဟုတ် တစ်ဦးချင်း လေ့လာသင်ယူကြမည်ဖြစ်သည်။

သင်ယူရမည့်အကြောင်းအရာ

ဆင့်မတန်း၊ စာရိတ္ထနှင့်ပြည်သူနှီတိဘာသာရပ် ကျောင်းသုံးစာအုပ်တွင် အောက်ပါအဓိက အကြောင်းအရာများပါဝင်သည်။

- လူမှုကျင့်ဝတ်
- အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်
- စည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေ
- ပြိုမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ခြင်း

သင်ယူကြရမည့်နည်းလမ်းများ

သင်ခန်းစာအားလုံးတွင် တက်ကြစွာပါဝင်သင်ယူနှင့်ရန် အထောက်အကူပြုမည် ၂၁ရာစု ကျွမ်းကျင်မှုများဖြစ်သည့် C-ဥလုံးကို လေ့လာသင်ယူကြရမည်။

- ✓ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း (Collaboration)- သင်ခန်းစာများ၊ သင်ယူရာတွင် ကျောင်းသူကျောင်းသားများသည် အတန်းဖော်များနှင့်အုပ်စုဖွံ့ဖြိုး အတွေးအခေါ်များမျှဝေခြင်း၊ အဖြေများအတူ ရှာဖွေခြင်းတို့ကို လုပ်ဆောင်မည်။
- ✓ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း (Communication)- သင်ခန်းစာများကို ရေးခြင်း၊ ဖတ်ခြင်း၊ ပြောခြင်း၊ နားထောင်ခြင်းနှင့် နှိုတ်ဖြင့်ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း၊ ကိုယ်အမူအရာဖြင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်းတို့ကို လုပ်ဆောင်ရမည်။
- ✓ လေးနက်စွာဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်းနှင့်ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်း (Critical Thinking and Problem Solving)- ဖြေရှင်းရန် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ပြဿနာများ၏ အဖြေများကို ရှာဖွေခြင်းနှင့်တင်ပြခြင်း၊ အမှားများကို ရှာဖွေခြင်းနှင့်ပြုပြင်ခြင်းတို့ ပြုလုပ်ကြရမည်။

- ✓ **တိထွင်ဖန်တီးခြင်း (Creativity and Innovation)-** ဘောင်ခတ်ထားသည့် အခြေအနေ ထဲမှတွက်၍ တွေးခေါ်ခြင်း၊ အတွေးအခေါ်သစ်များ၊ နည်းလမ်းသစ်များဖြင့် ပြသနာများ ပြရှုံးခြင်းကို လုပ်ဆောင်ရမည်။
- ✓ **နိုင်ငံသားကောင်းပြစ်ခြင်း (Citizenship)-** နိုင်ငံသားကောင်းပြစ်စေရန် ကျောင်း၊ လူမှု အဖွဲ့အစည်းတွင် တက်ကြွောပါဝင်လုပ်ဆောင်ခြင်း၊ စည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေကို လေးစားလိုက်နာခြင်း၊ တရားမျှတွင်၊ သဘောထားကဲလဲမှု ပြရှုံးခြင်းစာတည်တို့ကို လေ့ကျင့်သင်ယူရမည်။

စာသင်နှစ်အဆုံးတွင် သိရှိသွားပြီး လုပ်ဆောင်နိုင်မည့်ရလဒ်များ

ဆင့်မတန်း၊ စာရိတ္ထနှင့်ပြည်သူ့နိုတိဘာသာရပ် ကျောင်းသုံးစာအုပ်ကို သင်ယူပြီးသောအခါ ကျောင်းသူကျောင်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်မည်။

သင်ယူးမာတိကာအကျဉ်းချုပ် (သင်ယူမှုမှုရလဒ်များ)

အခန်း(၁) လူမှုကျင့်ဝတ်

မိသားစုအတွင်း ယဉ်ကျေးသောအပြုအမှုများကို နားလည်ပြီး နေ့စဉ်ဘဝတွင် ကျင့်သုံးတတ်လာမည်။ မိသားစုဝင်များကြားတွင် အပြန်အလှန် ရှိသေသေးစားမှုများကို ဖော်ထုတ်ပြီး နေ့စဉ်ဘဝတွင် ကျင့်သုံးနိုင်မည်။ မိသားစုအတွင်း မည်သိရှိုးသားဖြောင့်မတွေ့ နေထိုင်ရမည်ကို ရှင်းပြတတ်လာ မည်။ ရှိုးသားဖြောင့်မတ်သူတစ်ဦးပြစ်လာရန်အတွက် လိုအပ်သောအရည်အချင်းများကို ဖော်ထုတ် တတ်လာပြီး နေ့စဉ်ဘဝတွင် လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်လာမည်။ မိသားစုအတွင်း ချစ်ခင်မြတ်နိုး တန်ဖိုးထားရမည့် အပြုအမှုများကိုလေ့လာပြီး ထိုအပြုအမှုများကို လက်တွေ့ဘဝတွင်ကျင့်သုံး တတ်လာမည်။

အခန်း(၂) အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်

အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှင်းပြတတ်မည်။ မိသားစု၏အဓိပ္ပာယ်နှင့် မိသားစု အတွင်း တာဝန်ခွဲဝေယူခြင်းသည် အရေးကြီးကြောင်း နားလည်လာမည်။ မိသားစုအတွင်း မိမိတို့၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ယူ့အခေါ်ကဏ္ဍများကို ခွဲခြားတတ်လာမည်။ ကျောင်း၌ မိမိတို့ ရရှိသင့်သော အခွင့်အရေးများကို ဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး ထိုအခွင့်အရေးများနှင့် အတူယူဦးတွေ့နှင့်တာဝန်များကိုလည်း လက်တွေ့ဘဝတွင် ဆောင်ရွက်တတ်လာမည်။ မိမိနိုင်ငံကို ချစ်ခြတ်နိုးတန်ဖိုးထားပြီး သိုးဘွားအမွှေအနှစ်များကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရောက်ရန် မိမိတို့တွင် အပြည့်အဝတာဝန်ရှိုံးကြောင်း သိရှိနားလည်၍ တာဝန်ယူ့ထိုးများဖြစ်ပေါ်လာမည်။

အခန်း(၃) စည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေ

စည်းကမ်း၏အဓိပ္ပာယ်ကို သိရှိနားလည်ပြီး ငှါး၏အရေးပါပုံကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။ ကျောင်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေများကိုသိရှိပြီး လိုက်နာရမည့်အချက်များကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။ ကျောင်းတွင်း အဖွဲ့အစည်းများ၏ စည်းကမ်းများကိုသိရှိပြီး ငှါးအဖွဲ့အစည်းများ၏ လှပ်ရှုံးမှုများတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၏ အရေးပါပုံကို အကဲဖြတ်တတ်မည်။ စည်းကမ်းနှင့်

ဥပဒေကို လေးစားလိုက်နာခြင်းသည် မိမိတစ်ဦးချင်းအတွက်ဖြစ်စေ၊ ကျောင်း၊ လူအဖွဲ့အစည်း နှင့် နိုင်ငံအတွက်ဖြစ်စေ အရေးပါကြောင်းကို ရှင်းပြတတ်မည်။

အခန်း(၄) ဌီမီးချမ်းစွာအတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ခြင်း

ဌီမီးချမ်းရေးကို ချမ်းမြတ်နီးတတ်သော လူတစ်ယောက်၏ သဘောထားနှင့် အပြုအမှုကောင်းများ ကို သိရှိနားလည်ပြီး နေစဉ်ဘဝတွင် ကျင့်သုံးတတ်မည်။ မိသားစုအတွင်း ဖြစ်လေဖြစ်ထရှိသော အငြင်းပွားမှုများကို ဌီမီးချမ်းစွာ ဖြေရှင်းနိုင်မည့်နည်းလမ်းများ အကြော်ပြုတတ်မည်။ ကျောင်းတွင် ဖြစ်လေဖြစ်ထရှိသော အငြင်းပွားမှုများကို ဌီမီးချမ်းစွာ ဖြေရှင်းနိုင်မည့်နည်းလမ်းများ အကြော်ပြုတတ်မည်။ ကျောင်းတွင် ဌီမီးချမ်းစွာ ပညာသင်ကြားခြင်းကို မြတ်နီးတတ်မည်။

ဤကျောင်းသုံးစာအုပ်တွင် ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ လေ့လာသင်ယူမှုများကို ကူညီလမ်းညွှန်ပေးမည် အောက်ပါ သင်္ကောက်တများ (Icons) ကိုတွေ့ရလိမ့်မည်-



စတ်ပါ



အိုင်စီတီ/အင်တာနက်ချိတ်ပါ



ရေးပါ



သူငယ်ချင်းတွေကိုဖြောပြုပါ



နားထောင်ပါ



ဆွေးနွေးပါ



စဉ်းစားပါ



ရွှေးချယ်နိုင်သောသင်ခန်းစာ/လေ့ကျင့်ခန်း



စဉ်းစားပြီးရေးပါ



ဇိမ်စာ



ရှာဖွေပါ



နှိမ်းယှဉ်ပါ/ယှဉ်တွဲပါ

အောက်ဖော်ပြပါ လေးထောင့်ကွက်များကလည်း ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ လေ့လာသင်ယူမှုများကို ကူညီလမ်းညွှန်ပေးလိမ့်မည်။

အမိအချက်များ
⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮
⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮

သင်သိခဲ့သောအချက်များ
⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮
⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮

အုပြုချက်များ
⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮
⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮

အကြော်ချက်များ
⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮
⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮ ⋮

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
အခန်း ၁။ လူမှုကျင့်ဝတ်		၁
(၁.၁) မိသားစုအတွင်းယဉ်ကျေးခြင်း		J
(၁.၂) ရှိသေလေးစား ဝတ္ထရား		၆
(၁.၃) ရှိုးသားဖြောင့်မတ်ခြင်း		၈
(၁.၄) အေးချမ်းသာယာ မိသားစုကဗ္ဗာ		၁၂
အခန်း ၂။ အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်		၁၅
(၂.၁) အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန် မိတ်ဆက်		၁၆
(၂.၂) မိသားစုအတွင်း အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်များ		J၁
(၂.၃) ကျောင်းသားများ၏အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်		J၄
(၂.၄) တို့ချစ်တဲ့တို့နိုင်ငံ		J၃
အခန်း ၃။ စည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေ		၃၂
(၃.၁) ကျောင်းစည်းကမ်းနှင့်စာသင်ခန်းစည်းကမ်းများ		၃၃
(၃.၂) ကျောင်းကောင်စီ		၃၆
(၃.၃) စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေ၏အရေးကြီးမှု		၄၀
အခန်း ၄။ ပြိုမ်းချမ်းစွာအတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ခြင်း		၄၅
(၄.၁) ပြိုမ်းချမ်းရေးမိတ်ဆက်		၄၆
(၄.၂) ပြိုမ်းချမ်းရေးကိုမြတ်နိုးခြင်း		၄၉
(၄.၃) စုပေါင်းစွမ်းအားကောင်းကျိုးပွား		၅၃

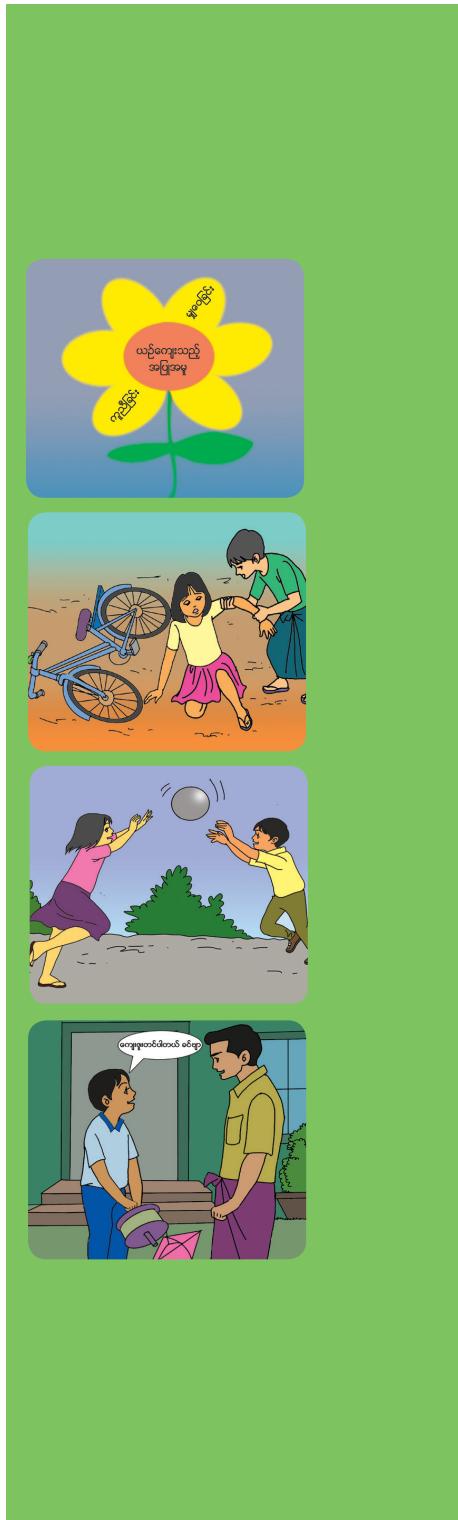
အခန်း(၁)

လူမှုကျင့်ဝတ်

ဤအခန်းတွင် မြန်မာနိုင်ငံသူနိုင်ငံသားများ၏ တန်ဖိုးထားလေးစားရမည့် ကိုယ်ကျင့်တရားများနှင့် ကျင့်ဝတ်များဖြစ်သော ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာ ပြုမှုပြောဆိုခြင်း၊ အပြန်အလှန် ရှိသောလေးစားမှုရှိခြင်း၊ ရီးသားဖြောင့်မတ်စွာ ကျင့်ကြံနေထိုင်ခြင်းနှင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ချစ်ခင်မြတ်နီး တန်ဖိုးထားခြင်းတို့ကို လေ့လာသင်ယူကြရမည်။

ဤအခန်း၏လုပ် ကျောင်းသုံးများသည် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

- မိသားစုအတွင်း ယဉ်ကျေးသောအပြုအမူများကို နားလည်ပြီး နေစဉ်ဘဝတွင် ကျင့်သုံးတတ်လာမည်။
- မိသားစုဝင်များကြားတွင် အပြန်အလှန် ရှိသောလေးစားမှုများကို ဖော်ထုတ်ပြီး နေစဉ်ဘဝတွင် ကျင့်သုံးတတ်လာမည်။
- မိသားစုအတွင်း မည်သိရှိရီးသားပြောင့်မတ်စွာနေထိုင်ရမည် ကို ရှင်းပြတတ်လာမည်။
- ရီးသားဖြောင့်မတ်သူတစ်ဦး ဖြစ်လာရန်အတွက်လိုအပ်သော အရည်အချင်းများကို ဖော်ထုတ်တတ်လာပြီး နေစဉ်ဘဝတွင် လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်လာမည်။
- မိသားစုအတွင်း ချစ်ခင်မြတ်နီးတန်ဖိုးထားရမည် အပြုအမူများ ကို လေ့လာပြီး ထိုအပြုအမူများကို နေစဉ်ဘဝတွင် ကျင့်သုံးတတ်လာမည်။



သင်ခန်းစာ(၁.၁) မိသားစုအတွင်းယဉ်ကျေးမြင်း:

လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် ယဉ်ကျေးမြင်းသည် လွန်စွာအရေးကြီးသည်။ ယဉ်ကျေးမြင်းဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးဆက်ဆံရာတွင် မိမိ၏အပြုအမှု အပြောအဆိုတိသည် အခြားသူများအား ထိခိုက် နှစ်နာဖော်ငြင်း၊ အနောင့်အယှဉ်ဖြစ်စေခြင်းမရှိဘဲ ပြုမှုပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ လူတိုင်းသည် မိမိ၏မိသားစုဝင်များနှင့်ဖြစ်စေ အခြားသူများနှင့်ဖြစ်စေ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သောအပြုအမှု၊ ချိုသာသော အပြောအဆိုများဖြင့် ပြုမှုပြောဆိုဆက်ဆံရမည်။ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာ ပြုမှုပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းဖြင့် မိမိနှင့်မိသားစုဝင်၏ ဂုဏ်သိက္ခာမြင်မားအောင် ဆောင်ရွက်ရနိုင်သည်။

(က)ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ခြင်း

 အောက်ပါတို့ကို စဉ်းစားဆွေးပါ။

- လူကြီးမိသားနှင့်စကားပြောဆိုသည့်အကိုတွင် မည်သို့ပြောဆိုရမည်နည်း။
- မိမိ၏မိသားစုဝင်များကို အဘယ်ကြောင့်ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာ ပြောဆိုဆက်ဆံရနိုင်လိုအပ်သနည်း။

၆၅ ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

ဖြစ်ရပ်(၁)

နေထက်တို့အိမ်တွင် မိသားစုလေးယောက်ရှိသည်။ နံနက်တိုင်း မိခင်သည် သားနှင့်သမီးကို ကျောင်းသွားရန်အတွက် အိပ်ရာမှုထရန် အော်ဟစ်ရွှေ့နှီးလေ့ရှိသည်။ နံနက်စာစားရာတွင် နေထက် သည် ညီမလေး၏ မူန့်ကိုလုပ်စား၍ မိခင်ကဆူသောကြောင့် “အမေက ညီမလေးကိုတော့ အရမ်း ချစ်တယ်၊ ကျွန်းတော့ကိုလိုတော့ အမြဲဆူနေတာပဲ” ဟု ပြန်ပြောလေသည်။ ထိုအချိန်တွင် ဖောင်သည် အိပ်ရာမှုထလာပြီး “ဟောကောင်တွေ ဆူည်နေကြတာပဲ။ ငါ အိပ်ရေးဝအောင်တောင် မောင်ရသူး”ဟု ဆိုကာ အေးလုံးကို ဆူပူကြိမ်းမောင်းပြီး လက်ဖက်ရည်ဆိုင်သို့ ထွက်သွားသည်။

ဖြစ်ရပ်(၂)

အောင်ကိုတို့မိသားစုသည် နံနက်(၅)နာရီတွင် အိပ်ရာမှုထလေ့ရှိသည်။ မိခင်သည် နံနက်စာပြင်ဆင်ရွှေ့ ဖောင်သည် အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အူမှိုက်များကို ရှင်းလင်းသည်။ အောင်ကိုတို့ မောင်နှုမသည် မိသားကိုကူးညီပြီးနောက် ကျောင်းသွားရန်ပြင်ဆင်ကြသည်။ နံနက်စာကို မိသားစုလေးယောက်အတူ ပျော်ရွှေ့စွာ စားသောက်ပြီးနောက် မောင်နှုမနှစ်ယောက်က “စားလိုကောင်းလိုက်တာ၊ မေမနဲ့ဖေဖေကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ သားတို့ကျောင်းသွားတော့မယ်”ဟု ပြောကြသည်။ မိသားကလည်း “အေး . . . ဟုတ်ပြီ . . . । ကောင်းကောင်းသွားကြနော်”ဟု ပြန်လည် ပြောကြားကြသည်။

 အောက်ပါတို့ကိုဆွေးပါ။

(က)ဖြစ်ရပ်(၁)ကိုလေ့လာပြီး သင်၏စိတ်တွင် မည်သို့ခံစားရသနည်း။

(ခ) ဖြစ်ရပ်(၂)ကိုလေ့လာပြီး သင်၏စိတ်တွင် မည်သို့ခံစားရသနည်း။

(ဂ) ထိုဖြစ်ရပ်နှစ်ခုတွင် မည်သည့်အပြုအမှုအပြောအဆိုများသည် မိသားစုဆက်ဆံရေးတွင် ကျင့်သုံးသင့်သနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

(ခ)အိမ်၏ယဉ်ကျေးမြင်း

ကျောင်းသားလူငယ်ထဲ အိမ်မှာယဉ်ကျေးမှု

- အိပ်ရာထလှုင် စောင်၊ ခြင်ထောင်ခေါက်လို သူနေရာအရောက်သိမ်းပါမယ်။
- လူကြီးမိဘ ဦးစားပေး ဂါရဝ ထမင်း၊ အာဟာရ စားသောက်ဖွယ်။
- စားဦး စားဖျား ဦးချုလိုသာ ခွင့်ပြုပါမှ တို့စားမယ်။
- သူတစ်ပါးစားစဉ် ရောင်ကြံုံကြွယ့် တံတွေး၊ နှပ်၊ ခွဲဟက် ဆင်ခြင်မယ်။
- တံခါးပေါက်တွေ ဖွင့်ပိတ်တဲ့ခါ ဖြည်းညင်းညင်သာ ရှုပါကွယ်။
- ရေဒီယို၊ ရှုပ်မြင် ပတ်ဝန်းကျင်ငဲ့လို အသံမချုံနဲ့ တို့လူငယ်။
- ကိုယ်နှင့်မဆိုင် ခွင့်မပိုင်ခဲ့လှုင် ဆွဲကိုင်မကြည့်ဖို့ စောင့်ထိန်းမယ်။ ယဉ်ကျေးတယ်... ယဉ်ကျေးမယ်။

မောင်ကျေးမှုး



အောက်ပါတို့ကိုဆွေးနွေးပါ။

- (က) လူကြီးမိဘများနှင့်ဆက်ဆံရာတွင် ကျင့်သုံးရမည့်အပြုအမူအပြောအဆိုများကို ဖော်ပြပါ။ အဘယ်ကြောင့် ထိုသို့ပြုမှုပြောဆိုသင့်ပါသနည်း။
- (ခ) အိမ်၏ယဉ်ကျေးမြင်းဆိုင်ရာ အခြားအပြုအမူများကို ဆွေးနွေးဖော်ထုတ်ပါ။
- (ဂ) မိသားစုဝင်များနှင့်ဆက်ဆံရာတွင် ယဉ်ကျေးသောအမူအရာများ မရှိပါက မည်သိဖြစ်လာနိုင် သနည်း။

(က)ယဉ်ကျေးပူ။၍၏ကိုယ်နှင့်အမူအရာ

(၁) ယဉ်ကျေးသည်အပြုအမူများကို စဉ်းစား၍ အောက်ပါပုံတွင် ဖြည့်စွက်ပါ။



(၂) ယဉ်ကျေးသည်အပြုအဆိုများကို စဉ်းစား၍ အောက်ပါပုံတွင် ဖြည့်စွက်ပါ။



(၃) မိသားစုအတွင်း ကျင့်သုံးသင့်သော ယဉ်ကျေးသည့်ကိုယ်အမူအရာ၊ နှိုတ်အမူအရာများကို ဆွဲးနွေးပြီး ပိုစတာတစ်ခုဖန်တီးပါ။

(လ)ကျေးဇူးတင်ပါတယ်

အောက်ပါတို့ကိုစဉ်းစားဖြေဆိုပါ။

- ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ဆိုသော စကားကို မည်သည့်အခါန်တွင် ပြုဗုံးလေ့ရှိကြသနည်း။
- သင်က တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ဟု ပြုဗုံးသည့်အခါ သင်၏စိတ်တွင် မည်သို့ ခံစားရပါသနည်း။
- သင့်ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ဟု တစ်စုံတစ်ယောက်ကပြောလာသည့်အခါ သင်၏စိတ်တွင် မည်သို့ ခံစားရပါသနည်း။



ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ခင်ဗျာ



ဖိုးထူးသည် စွဲနှုန်းလွှာတ်ကစားရသည်ကို အလွန် နှစ်သက်သည်။ သူသည် တန်ဂိုံးနွေးလေနေတိုင်း ဖခင်နှင့် အတူ မြှင့်ကေးကေးသို့သွား၍ စွဲနှုန်းလွှာတ်ကစားလေ့ရှိသည်။ သို့ဟုတ် ဖခင်နာမကျန်းဖြစ်နေသောကြောင့် ဖိုးထူး စွဲနှုန်းလွှာတ်မကစားရသည်မှာ ရက်အတန်ကြောခဲ့ပြီ။



တစ်နေ့တွင် ဖိုးထူး၏ ဦးလေး အိမ်သို့ အလည် ရောက်လာခဲ့သည်။ ဦးလေးက ဖိုးထူးစွန်လွှတ်ဝါသနာ ပါသည်ကို ထိုး ပြောခဲ့သည်။ “စွန်လွှတ်ကစားရန် နောက်နေ့လာခေါ် မယ်”ဟု ပြောခဲ့သည်။ ဖိုးထူးသည် အလွန်ပျော်ရွှင်သွားပြီး နောက်တစ်နေ့တွင် စွန်နှင့်ရှစ်ဘီးကို အဆင်သင့်ပြင်ဆင် ကာ ဦးလေးကို စိတ်အားထက်သန့်စွာ စောင့်မျှော်နေသည်။ ထိုနေ့နေနေတွင် ဦးလေးနှင့်အတူ နေဝင်သည်အထိ ပျော်ရွှင်စွာ စွန်လွှတ်ကစား ခဲ့ကြသည်။



အိမ်ပြန်ရောက်ချိန်တွင် ဖိုးထူးက ဦးလေးကို “ကျွန်တော်ကို စွန်လွှတ်ဖို့သွားတဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ငွေ့ပွဲ”ဟု လိုက်လိုက်လွှဲလွှဲပြောလိုက်ပါတော့သည်။

ဤအောက်ပါမေးခွန်းများကို ဆွေးနွေးပါ။

- ဖိုးထူးသည် ဦးလေးကို မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ကျေးဇူးတင်သနည်း။
- ဖိုးထူးသည် ဦးလေးကို ကျေးဇူးတင်ကြောင်း မည်သို့ဖော်ပြသနည်း။
- သင်သည်“ကျေးဇူးတင်ပါတယ်”ဟု လိုက်လိုက်လွှဲလွှဲပြောဖူးပါသလား။
မည်သို့သောအခြေအနေတွင် ပြောဆိုဖူးပါသနည်း။

အဓိကအချက်များ

- လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးဆက်ဆံရာတွင် မိမိ၏အပြုအမူအပြောအဆိုတို့သည် အမြားသူများအား ထိခိုက်နှစ်နာစေခြင်း၊ အနောင့်အယုက်ဖြစ်စေခြင်းမရှိဘဲ ပြုမှုပြောဆိုဆက်ဆံရမည်။
- လူဟိုင်းသည် မိမိ၏မိသားစုဝင်များနှင့်ဖြစ်စေ အမြားသူများနှင့်ဖြစ်စေ ယဉ်ကျေးသိမ့်မွေ့သော အပြုအမူ၊ ချိသာသောအပြောအဆိုများဖြင့် ပြုမှုပြောဆိုဆက်ဆံရမည်။



ဤအောက်ပါမေးခွန်းများကို ရေးသားပြောဆိုပါ။

- ‘ယဉ်ကျေးမြှင်း’ကိုမည်သို့နားလည်ပါသနည်း။
- မိသားစုအတွင်း ဆက်ဆံရာတွင် မည်သည့်အပြုအမူများသည် ယဉ်ကျေးသိမ့်မွေ့သော ကိုယ်အမူအရာများ ဖြစ်သနည်း။
- မိသားစုအတွင်း ဆက်ဆံရာတွင် မည်သည့်အပြောအဆိုများသည် ယဉ်ကျေးသိမ့်မွေ့သော နှုတ်အမူအရာများ ဖြစ်သနည်း။
- မိသားစုအတွင်း ယဉ်ကျေးသိမ့်မွေ့စွာ ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းဖြင့် မည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးများရရှိ နိုင်သနည်း။

သင်ခန်းစာ(၁.၂) ရှိသေလေးစား ဝတ္ထာရား

သိရှိထားရမည့် အစီပွားယ်ဖွင့်ဆိုချက်

၅၃ ရှိသေလေးစားခြင်း

ရှိသေလေးစားခြင်းဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးဆက်ဆံရာတွင် သူတစ်ပါးအပေါ်အလေးထားခြင်း၊ ဦးစားပေးခြင်း၊ ပိမိကိုယ်ကိုနှိမ်ချေစားဆက်ဆံခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

(က)မိဘနှင့်သားသမီးကြား အပြန်အလှန်ရှိသေလေးစားမှု

မိဘနှင့်သားသမီးတို့၏ဆက်ဆံရေး ကောင်းမွန်စေရန် လုပ်ဆောင်ရမည့်နည်းလမ်းများကို ဆွေးနွေးဖော်ထုတ်ပါ။



(ခ)ညီအစ်ကိုမောင်နှမအချင်းချင်း အပြန်အလှန်ရှိသေလေးစားမှု

အောက်ပါတို့ကိုစဉ်းစားဆွေးပါ။

- သင့်တွင်ညီအစ်ကိုမောင်နှမများရှုပါသလား။ ညီအစ်ကိုမောင်နှမရှုံးသည့်အတွက် သင်မည်သို့ ခံစားရပါသနည်း။
- သင့်ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ညီအစ်ကိုမောင်နှမကဲ့သို့ ရင်းနှီးသူများရှုပါသလား။ ထိုသူတို့ရှုံးသည့်အတွက် သင်မည်ကဲ့သို့ ခံစားရပါသနည်း။

ညီအစ်ကိုမောင်နှမအချင်းချင်း ကောင်းမှန်သောဆက်ဆံရေးရရှိစေရန် နည်းလမ်းများ



ကူညီတတ်ခြင်း



ယဉ်ကျေးမှုရှိခြင်း



ရင်းနှီးမှုရှိခြင်း



နောက်ခွဲ့ကြင်နာမှုရှိခြင်း

အောက်ပါတို့ကိုဆွေးနွေးပါ။

- (က) အထက်ပါရှင်ပုံများတွင် မည်သည်တို့ကို တွေ့ရသနည်း။
(ခ) ထိုအပြုအမူများနှင့် ပတ်သက်၍ သင်၏ထင်မြင်ချက်ကို ဖော်ပြုပါ။



ကုလိုဏ်ဖြေရှင်းကြမယ်

ကိုင်သည် ဆင့်မတန်းကျောင်းသုံးဖြစ်၍ သူ၏ညီမလေးယမင်းသည် စတုတ္ထတန်း ကျောင်းသူဖြစ်သည်။ ကျောင်းတွင် မူလတန်းအဆင့် စာစိစာကုံးပြိုင်ပွဲ ကျင်းပမည်ဖြစ်သောကြောင့် ယမင်းသည် ပြိုင်ပွဲတွင် ဝင်ရောက်ယူဉ်ပြိုင်မည်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ယမင်းသည် စာစိစာကုံး ခေါင်းစဉ်နှင့် သက်ဆိုင်သောအကြောင်းအရာကို စဉ်းစားရန်ခက်ခဲနေပါသည်။ ညနေအိမ်သို့ ပြန်ရောက်လာသောအခါ ယမင်းသည် ကိုင်အား စာစိစာကုံးပြိုင်ပွဲအကြောင်း ပြောပြုပါသည်။ ထိုအခါ ကိုင်က စာစိစာကုံးစာအုပ်များတွင် ခေါင်းစဉ်နှင့် သက်ဆိုင်သောအကြောင်းအရာများ ကို ရှာဖွေပေးခြင်းဖြင့် ယမင်းအား စာစိစာကုံးပြိုင်ပွဲဝင်ရန် အကူအညီပေးပါသည်။ ထို့ကြောင့် ယမင်းသည်ကိုင်၏အကူအညီဖြင့် စာစိစာကုံးပြိုင်ပွဲကိုဝင်ရောက်ယူဉ်ပြိုင်ခဲ့ပါသည်။ နောက်နောက် ယမင်းကျောင်းသုံး ရောက်သောအခါ အတန်းပိုင်ဆရာမက “စာစိစာကုံးပြိုင်ပွဲမှာ ယမင်းပတ်မဆုံး ရတယ်” ဟုပြောပါသည်။

အောက်ပါတို့ကိုဆွဲးနွေးဖြေဆိုပါ။

- သင်သည် အခက်အခဲကြုံလာပါက သင်၏အစ်ကို အစ်မထွင် အကူးအညီတောင်း၍ ဖြေရှင်းသင့်သည်ဟု ထင်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
- သင်၏ညီမလေး၊ ညီလေးတွင် အခက်အခဲကြုံနေပါက ကူးညီဖြေရှင်း ပေးပါမည်လား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
- ညီအစ်ကိုမောင်နှုံးတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အခက်အခဲများကို အတူတက္ခကူးညီဖြေရှင်းခြင်းဖြင့် မည်သည် အကျိုးကျေးဇူးများရရှိနိုင်ပါသနည်း။

(g)ရုံးသေလေးစားမှုကို နေ့စဉ်ဘဝတွင် လက်တွေ့ကျင့်သုံးခြင်း

သရုပ်ဆောင်ကားမြို့ပါး

အောက်ပါအချက်များကိုအမြဲးမြဲ အပြန်အလှန် ရုံးသေလေးစားသောမိသားစုတစ်စု ပြစ်စေရန် မည်သို့လက်တွေ့ကျင့်သုံးမည်ကို ဘတ်လမ်းတစ်ခု ဖန်တီးပါ။ အုပ်စုလိုက် သရုပ်ဆောင်ပြပါ။

- အိမ်ရှိမိသားစုဝင်များကို ဖော်ပြရန်
- မိဘနှင့်သားသမီးများဆက်ဆပုကို သရုပ်ဆောင်ပြရန်
- ညီအစ်ကိုမောင်နှုံးမာချင်းချင်း အပြန်အလှန်ရုံးသေလေးစားမှုကို သရုပ်ဆောင်ပြရန်

အခိုကအချက်များ

- လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးဆက်ဆပုရာတွင် သူတစ်ပါးအပေါ်အလေးထားခြင်း၊ ဦးစားပေးခြင်း၊ မိမိတို့ယိုကိုနှစ်ခုစွာဆက်ဆပြုခြင်းသည် ရုံးသေလေးစားခြင်းပင်ပြစ်သည်။
- မိသားစုဝင်အချင်းချင်း အပြန်အလှန်ရုံးသေလေးစားမှုရှိခြင်းသည် ပျော်ရွှေ့ပွုလ်ကောင်းသောမိသားစုဘဝကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

အောက်ပါမေးခွန်းများကိုရေးသားဖြေဆိုပါ။

- မိသားစုဝင်အချင်းချင်း အလေးထားဆက်ဆပုမှုရှိခြင်းဖြင့် မည်သည်အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိပါသနည်း။
 - (J) သင်မြိုင်တွေ့ဖူးသော မိသားစုတစ်စုအတွင်း ဆက်ဆပုရေးအခြေအနေကို ဆွဲးနွေးတင်ပြပါ။
- သင်ခန်းစာ(၁.၃) ရိုးသားဖြောင့်မတ်ခြင်း

ကျောင်းသားတိုင်းသည် ငယ်စဉ်ဘဝကပင် ရိုးသားဖြောင့်မတ်သူတစ်ဦးပြစ်လာစေရန် ကြိုးစားနေထိုင်သင့်သည်။ ရိုးသားဖြောင့်မတ်သူတို့၏ ပြုမှုပြောဆိုနေထိုင်မှုများကို အတူယူပြီး နေ့စဉ်လူမှုဘဝတွင် လက်တွေ့ကျင့်သုံးနေထိုင်ရမည်။



ရိုးသားခြင်းသစ်ပင်

တစ်ခါတုန်းက သာယာဝပြောသည့် တိုင်းပြည်တစ်ပြည်တွင် ရိုးသားဖြောင့်မတ်သော ဘုရင်ကြီးတစ်ပါးက မင်းကျင့်တရားနှင့်အညီ အုပ်ချုပ်သည့်အတွက် ပြည်သူ့အများ ပျော်ရွင်စွာ နေထိုင်ကြရလေသည်။ ဘုရင်ကြီးတွင် ထိုးမွှေ့နှင့်မွှေ့ဆက်ခံရန် သားတော်တစ်ပါးမျှ မထွန်းကား သည့်အတွက် တိုင်းသုပြည်သားများထဲမှုတစ်ဦးကို အိမ်ရွှေ့မင်းသားအဖြစ် တင်မြောက်လို သောကြောင့် တိုင်းပြည်အတွင်းရှိ လူငယ်လူရွှေ့များကို နှစ်းရင်ပြင်တွင် စုဝေးစေသည်။

ဘုရင်ကြီးက “အမောင်လုလင်အပေါင်းတို့ ကျွန်ုပ်မှာ ထိုးမွှေ့နှင့်လျှောဆက်ခံဖို့ သားတော် တစ်ပါးမျှမထွန်းကားတဲ့အတွက် အမောင်တို့အတဲ့က ထူးချွန်ထက်မြှက်သူတစ်ယောက်ကို အမွှေ့စား အမွှေ့ခံအဖြစ် မွေးစားလို့တယ်။ အမောင်တို့ရဲ့ အရည်အချင်းတွေကို သိလိုတဲ့အတွက် သစ်စေ တစ်စောင်းပေးလိုက်မယ်။ ဒီသစ်စောင်းကို အကောင်းဆုံးပျိုးထောင်စိုက်ပျိုးရမယ်။ နောက်ခြောက်လ ကြောတဲ့အခါ အမောင်တို့စိုက်ပျိုးထားတဲ့ သစ်ပင်တွေတို့ကြည့်ပြီး အမောင်တို့ အရည်အချင်းတွေကို အကဲဖြတ်မှုဖြစ်တယ်”လို့ အိမ်နှင့်ရှုပြုး သစ်စောင်းစောင်းပေးလိုက်လေသည်။

လူငယ်လူရွှေ့များသုပေါင်းကလည်း အလွန်ရခဲ့သည့် အခွင့်အရေးဖြစ်သည့်အတွက် တယုတယ စိုက်ပျိုးလေသည်။ ထို့အတဲ့တွင် မောင်လူရှိုးလေးလည်း အပါအဝင်ပင်ဖြစ်သည်။ မောင်လူရှိုးလေး သည် ဘုရင်ကြီးပေးလိုက်သောသစ်စောင်းကို ပန်းအိုးတစ်အိုးတွင်စိုက်ပျိုးပြီး နောက်ရေမှန်မှန် လောင်းသော်လည်း အပင်ပေါက်မလာချေ။ မောင်လူရှိုးလည်း အလွန်စိတ်အားငယ်နေလေ သည်။ သို့သော် အားမလျှော့တမ်း နောက်စွဲတို့ငါးရော်မှန်လောင်းနေလေသည်။

ခြောက်လပြည့်သောအခါ လူငယ်လူရွှေ့များသည် အရွက်၊ အပွင့် ဝေဝေဆာဆာနှင့် သစ်ပင်ကိုယ်စိဖြင့် နှစ်းရင်ပြင်တွင် စုဝေးနေကြသည်။ အခြားသူ့များ၏ လုပေဝေဆာနေသော သစ်ပင်များကိုကြည့်ပြီး မောင်လူရှိုးလေး စိတ်အားငယ်နေလေတော့သည်။ ဘုရင်ကြီးလည်း မျှူးမတ်ပို့လုပ်ပါခြုံရလျက် နှစ်းရင်ပြင်ကို ကြွေရောက်လာပြီး လူငယ်များကြီးစားစိုက်ပျိုးထားသော သစ်ပင်များကို လွှေည့်လည်ကြည့်ရှုကြသည်။ မောင်လူရှိုးရှုံးရောက်သောအခါ “အမောင် လုလင် ကျွန်ုပ်ပေးတဲ့သစ်စောင်းကို မစိုက်ပျိုးဘူးလား မင်းသားမဖြစ်ချင်ဘူးထင်တယ်”ဟုပြော သောအခါ “အရှင်မင်းကြီး ပေးသနားလိုက်သောသစ်စောင်းကို ကျွန်ုပ်တော်မျိုးကြီးစား စိုက်ပျိုး သော်လည်း အပင်ဖြစ်မလာပါ။ အရှင်မင်းကြီး၏ သားတော်အဖြစ် မွေးစားခံလို့သော်လည်း ကျွန်ုပ်တော်မျိုး မည်သို့မျှ မတတ်နိုင်ပါ”ဟု လျှောက်ထားလေသည်။ ထို့အခါ ဘုရင်ကြီးက “အမောင်လုလင်တို့ ကျွန်ုပ်ပေးလိုက်တဲ့သစ်စောင်းတွေဟာ အပင်မပေါက်နိုင်အောင် စီမံထားတဲ့ သစ်စောင်းတွေသာဖြစ်တယ်။ သင်တို့ရှိုးသားမှုကို စမ်းသပ်လိုတဲ့အတွက် ဒီလိုအောင်ရွှေ့က်ရ ခြင်းဖြစ်တယ်။ တိုင်းပြည်ကိုအုပ်ချုပ်ရသူ ပြည့်ရွင်မင်းဆိုတာ ရှိုးသားဖြောင့်မတိဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဒါကြောင့် မောင်လူရှိုးလေးကို သားတော်အဖြစ်မွေးစားပြီး အိမ်ရွှေ့မင်းအဖြစ် တင်မြောက်လိုက် တယ်”ဟု ကြည်းလိုက်လေသည်။

 အောက်ပါတို့ကိုဆွေးနွေးပါ။

- မောင်လူရှိသည် အဘယ်ကြောင့် အမိမဲ့ရှုံးမင်းအဖြစ် တင်ခြောက်ခဲ့ခဲ့ရသနည်း။
- ရှိသားဖြောင့်မတ်စွာ နေထိုင်ရန်အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးပါသနည်း။
- အောင်မြင်သောဘဝတစ်ခု တည်ဆောက်နိုင်ရန် ရှိသားဖြောင့်မတ်ခြင်းအပြင် အခြားမည်သည် အရာ လိုအပ်သနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

ရှိသားဖြောင့်မတ်ခြင်းဆိုင်ရာအဆိုများ

အောက်ပါအဆိုတို့ကို သင်မည်သိမှားလည်ပါသနည်း။

- “သူကိုမူးမလှည့်စားနှင့်၊ စကားစမြည်၊ မြိုက်သည်စစာ ပြောသမျှကိုမှန်လှစေ”
(ရှင်မဟာရွှေသာရ ဆုံးမစာ ကောက်နှတ်ချက်)
- “ရှိသားဖြောင့်မတ်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံးမူဝါဒဖြစ်သည်။”
(ဘင်ဂျမင်ဖရန်.ကလင်)
- “ရှိသားဖြောင့်မတ်ခြင်းသည် တစ်စုံတစ်ယောက်က စောင့်ကြည့်မနေသည့်တိုင် မှန်ကန်သည့် အရာကို ပြုလုပ်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။”
(စီအက်စ်လူးဝင်)
- “သဘောမတူညီကြောင်းကို ရှိသားပွင့်လင်းစွာပြောခြင်းသည် တိုးတက်မှုအတွက် လက္ခဏာ ကောင်း ဖြစ်သည်။”
(မဟတ္တုမဂန္ဒီ)

 အောက်ပါယေားတွင် ဖော်ပြထားသော ရှိသားဖြောင့်မတ်သူ၏ အရည်အသွေးများကို လေ့လာပါ။ သင်၏ နေ့စဉ်ဘဝတွင် မည်သိမှုအသုံးပြုမည်ကို ဆွေးနွေးပါ။

ရှိသားဖြောင့်မတ်သူ၏ အရည်အသွေးများ	နေ့စဉ်ဘဝတွင် အသုံးပြုရမည်ကိုလည်းများ
မှန်ကန်စွာပြောဆိုခြင်း	
ဘဝနှင့်ယူတတ်ခြင်း	
ရုံသေလေးစားမှုရှိခြင်း	မိဘ၊ ဆရာ၊ အသက်အရွယ်ကြီးသူများကို ရှိသေစွာဆက်ဆံခြင်း
မျှတမှုရှိခြင်း	
ယုံကြည်အားကိုးထိုက်ခြင်း	
-----	-----
-----	-----

ရိုးသားပြောင့်မတ်သူ၏အရည်အသွေးများ

ရိုးသားပြောင့်မတ်သူတစ်ဦးသည် မှန်ကန်သည်ဟု ယုံကြည်သည့်ဘက်တွင် ရပ်တည်ပြီး တန်ဖိုးရှိစွာ နေထိုင်တတ်သူဖြစ်သည်။ အပြောနှင့်အလုပ်ကိုက်ညီစွာ ဆောင်ရွက်လေ့ရှိသည်။ မှားယွင်းသည်ဟု သိတေသနသောအလုပ်များကိုလည်း ဆောင်ရွက်ခြင်းမပြုပေ။ မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် သူတစ်ပါးကို လေးစားတတ်ပြီး ရိုးသားစွားဆက်ဆံလေ့ရှိသည်။ ပွင့်လင်းမြင်သာမှုရှိသည်။ ယုံကြည်ထိုက်သည်။ လိမ့်ညာခြင်းခါးယူခြင်းများမရှိပေ။ အမှန်တရားကိုသာ ပြောဆိုလေ့ရှိပြီး တစ်စုံတစ်ယောက်၏ ဒေါသတွက်မှုံးစွာ မှန်ကန်စွာ ဆောင်ရွက်လေ့ရှိသည်။

အောက်ပါတို့ကိုအော်မျှော်ဖော်ပေးပါ။

- (က) သင့်ကို ရိုးသားပြောင့်မတ်သူဟု အခြားသူများက ယုံကြည်ပါက မည်သို့ခံစားရပါသနည်း။
- (ခ) အခြားသူများက သင့်ကို ရိုးသားစွာမဆက်ဆံပါက သင်မည်သို့ခံစားရပါသနည်း။
- (ဂ) ရိုးသားပြောင့်မတ်သူတစ်ဦးဖြစ်လာစေရန် မည်ကဲ့သို့ ကျင့်ကြံနေထိုင်ရမည်နည်း။ သူငယ်ချင်များနှင့်အော်များ၏ ကျင့်ကြံနေထိုင်ရမည်အပြုအမှား အပြောအဆိုများကို စာရင်းပြုစုံပါ။

ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

ကျော်ကျော်သည် ကျောင်းအားကစားကွင်းတွင် သူငယ်ချင်များ ဘောလုံးကစားနေသည်ကိုတွေ့သည်။ သူငယ်ချင်များသည် ကျော်ကျော်နှင့် အလွန်ခင်မင်ကြသူများ ဖြစ်ကြသည်။ ကစားပြီးသောအခါ “ဒီဘောလုံးကိုယူသွားရအောင်၊ ကျောင်းမှာ ဘောလုံးတွေ အများတိုးရှိတာပဲ”ဟု ပြောသံကြားလိုက်သည်။ နောက်တစ်နောက်တိုင်တွင် ဆရာက ဘောလုံးပျောက်သဖြင့် လိုက်ရှာနေသည်ကို တွေ့လိုက်သည်။ ကျော်ကျော်ကို တွေ့သောအခါ ဆရာက “ဘောလုံးတစ်လုံးပျောက်သွားလို့ တွေ့မိသေးလား”ဟု မေးသည်။ ထိုအခါ ကျော်ကျော်မည်သို့ ဖြေရမှန်း မသိဖြစ်နေသည်။

အောက်ပါတို့ကိုအော်မျှော်ဖော်ပေးပါ။

- (က) ဖြစ်ရပ်တွင် ကျော်ကျော်အတွက် အမှန်တရားကို ပြောရန်ခက်ခဲသည်ဟု ထင်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
- (ဂ) သင်သာ ကျော်ကျော်ဆိုလျှင် မည်ကဲ့သို့ ပြုလုပ်မည်နည်း။
 - (က) သူငယ်ချင်များအား ဘောလုံးကိုသူနေရာသူပြန်ထားရန်ပြောမည်။
 - (ခ) ဆရာကမေးသောအခါ အမှန်အတိုင်းပြောမည်။
 - (ဂ) မသိဟန်ဆောင်နေမည်။

အမိကအချက်များ

- ကျော်းသားများသည် ရှိုးသားဖြောင့်မတ်စွာ ကျင့်ကြံ့ပြောဆိုနေထိုင်ရန်လိုအပ်သည်။
- ရှိုးသားဖြောင့်မတ်သူ၏ အရည်အသွေးများကို လေ့လာပြီးနေ့စဉ် ဘဝတွင်လိုက်နာကျင့်သုံးသင့်သည်။
- ခက်ခဲသောအခြေအနေများကို ရင်ဆိုင်ကြံ့တွေ့ရသည့်တိုင် ရှိုးသားဖြောင့်မတ်မှုကိုသာ ဦးစားပေးရ မည်ဖြစ်သည်။

 အောက်ပါမေးခွန်းများကို ရေးသားဖြေဆိုပါ။

- (၁) ရှိုးသားဖြောင့်မတ်သူ တစ်ဦးတွင်ရှိသော အရည်အသွေးများအနက် သင့်အတွက် အရေးကြီးသုံး (၅)ခု ကိုဖော်ပြပါ။
- (၂) ရှိုးသားဖြောင့်မတ်သူများ၏ အရည်အသွေးများအနက် သင့်တွင် မည်သည့်အရည်အချင်းများ ရှိပါသနည်း။
- (၃) ရှိုးသားစွာနေထိုင်ရန်ခက်ခဲသည့်အခြေအနေမျိုးနှင့်ကြံ့တွေ့လာပါက သင်မည်သို့ဖြေရှင်းမည်နည်း။

သင်ခန်းစာ(၁.၄) အေးချမ်းသာယာ မိသားစုကဗ္ဗာ

မိသားစုဝင် သို့မဟုတ် မိသားစုကဲ့သို့ အတူတကွ နေထိုင်ကြသူအချင်းချင်း ဆက်ဆံရာတွင် ယဉ်ကျေးသိမ်းမွေ့သောအပြုအမှု အပြောအဆိုများဖြင့်ဆက်ဆံခြင်း၊ အပြန်အလှန်ရှိသော လေးစားမှုရှိခြင်းနှင့် ချစ်ခင်မြတ်နှုံး တန်ဖိုးထားတတ်ခြင်းဖြင့် အေးချမ်းသာယာသော မိသားစု ဘဝကို ရရှိစေနိုင်သည်။

(က) ချစ်ခင်မြတ်နီးဖွယ် အမူအကျင့်ကောင်းများ

နွေးထွေးရိပ်မြို့

အဖေအမေ အဘိုးအဘွားနဲ့
ဆွဲမျိုးများကိုလေးစားပါ။
အစ်ကိုအစ်မကို မေတ္တာထားတော့
သားလှ ညီချစ်ကြင်နာစွာ။
တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ဖေးကူးကြလို့
အေးတူပူမျှနွေးထွေးမှာ။
စားစရာရှိရင် ဝေကာမျှလို့
ညီတူရွှေ့ပျစားကြပါ။
တစ်ယောက်မအားရင် ရိုင်းပင်းကြလို့
အချင်းချင်းမို့ ကူညီပါ။
အပြစ်မယူ ခွင့်လွှတ်ခြင်းနဲ့
မှားယွင်းရှိက သည်းခံပါ။
ကြီးငယ်မောင်နဲ့ ချစ်ကြည်ကြလို့
နှစ်ရှည်လများ ပျော်ရွှင်စွာ။
အပြန်အလှန် စောင့်ရွှောက်ပေးလို့
မိသားစုလေး ပျော်စရာ။
နေကြပါ . . . နေကြပါ။

မြတ်နီး(မောင်တင်စွာနှင့်)



အောက်ပါတို့ကိုဆွေးနွေးဖြေဆိုပါ။

- (က) လူကြီးမိဘများကို မည်သို့ ဆက်ဆံရမည်နည်း။
- (ခ) မိမိ၏ညီအစ်ကိုမောင်နှုမများကို မည်သို့ဆက်ဆံသင့်သနည်း။
- (ဂ) မိမိနှင့်အတူတကွ နေထိုင်ကြသူများနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် ပြမှုသင့်သောအမူအကျင့်များကိုဖော်ပြပါ။

**(ခ) မေတ္တာတရားကို မိသားစုတွင်လက်တွေ့ကျင့်သုံးခြင်း
အပ်စုဖွဲ့သရုပ်ဆောင်ခြင်း**

ချုပ်ခင်မြတ်နှီးဖွှံယူရာ အမူအကျင့်များကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် အေးချမ်းသာယာသော မိသားစုတစ်စုတို့ သရုပ်ဆောင်ပြပါ။

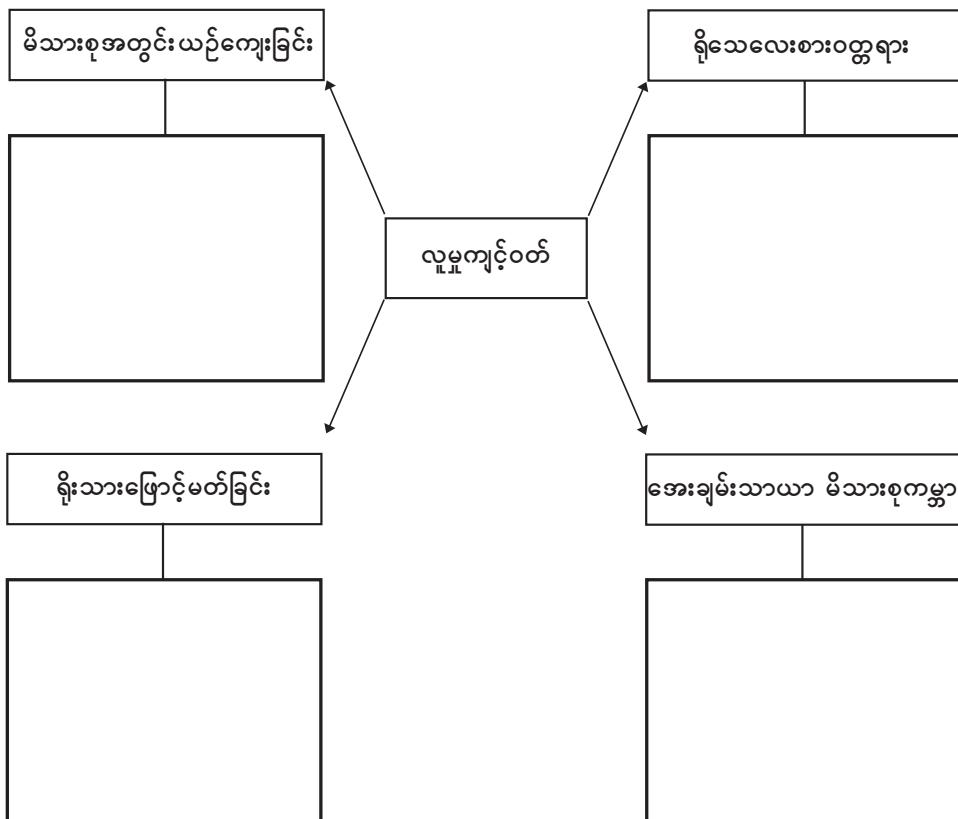
အဓိကအချက်

- မိသားစုဝင်အချင်းချင်း ချုပ်ခင်ကြင်နာမူရှိခြင်း၊ နားလည်ခြင်း၊ သည်ခံခွင့်လွှတ်တတ်ခြင်း၊ ရီးသားပွင့်လင်းမှုရှိခြင်းနှင့် ကူညီတတ်ခြင်းဖြင့် အေးချမ်းသာယာသော မိသားစုဘဝကို တည်ဆောက်နိုင်သည်။



- (၁) မိသားစုဝင်အချင်းချင်းဆက်ဆံရာတွင် ပြောဆိုပြုမူရမည့် ချုပ်ခင်မြတ်နှီးဖွှံယူ အမူအကျင့်ကောင်းများအနက် အရေးကြီးဆုံးဟု သင်ထင်သောအမူအကျင့် ၃ ခုကိုဖော်ပြပါ။ အဘယ်ကြောင့်အမူအကျင့်တို့ကို အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သည်ဟု ထင်သနည်း။

အခန်း(၁)တွင် သင်ယူခဲ့သည့်အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။



အခန်း(၂)

အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်

လူသားတစ်ယောက် အနေဖြင့် လူအခွင့်အရေးများကို
မည်သူကမျှ ပိတ်ပင်တားဆီးခွင့်မရှိဘဲ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင်
ခံစားပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ ကျောင်းသုံးများသည် မိသားစုတွင်ဖြစ်စေ
ကျောင်းတွင်ဖြစ်စေစာသင်ခန်းတွင်ဖြစ်စေပတ်ဝန်းကျင်တွင်ဖြစ်စေ
လူအခွင့်အရေးများကို ခံစားပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ လူအခွင့်အရေးများကို
သိရှိထားသင့်သကဲ့သို့ အခွင့်အရေးကိုခံစားပြီး တာဝန်များကိုလည်း
ကျော်စွာထမ်းဆောင်ကြရမည်။ ဤအခန်းတွင် မိမိတို့ရရှိရှိနိုင်သော
အခွင့်အရေးများနှင့် ထမ်းဆောင်ရမည့် တာဝန်များကို လေ့လာသင်ယူ
ကြရမည်။

ဤအခန်းပြီးလျှင် ကျောင်းသုံးများသည် အောက်ပါတို့ကို
လုပ်ဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

- အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်၏အဓိပ္ပာယ်ကို ရှင်းပြတတ်မည်။
- မိသားစု၏အဓိပ္ပာယ်နှင့် မိသားစုအတွင်း တာဝန်ခွဲဝေယူ
ခြင်းသည် အရေးကြီးကြောင်းရှင်းပြတတ်မည်။
- မိသားစုအတွင်း မိမိတို့၏ အခွင့်အရေးများကို ဖော်ပြနိုင်ပြီး
တာဝန်ယူမှုများနှင့် အခန်းကဏ္ဍများကို ခွဲခြားတတ်လာမည်။
- ကျောင်း၌မိမိတို့ရရှိသင့်သောအခွင့်အရေးများကို ဖော်ထုတ်
နိုင်ပြီး ထိုအခွင့်အရေးများနှင့် အတူယူဉ်တဲ့နေသော တာဝန်
များကိုလည်း လက်တွေ့ဘဝတွင် ဆောင်ရွက်တတ်လာမည်။
- မိမိနိုင်ငံကို ချစ်မြတ်စိုးတန်ဖိုးထားပြီး ဘုံးဘွားအမွှအနှစ်
များကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရောက်ရန် မိမိတို့တွင် အပြည့်အဝ
တာဝန်ရှိကြောင်း သိရှိနားလည်၍ တာဝန်ယူစိတ်များဖြစ်ပေါ်
လာမည်။



သင်ခန်းစာ(၂၁) အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန် မိတ်ဆက်

ကျောင်းသားများသည် မိမိတို့၏အခွင့်အရေးများကို သိရှိထားရန်လိုအပ်သည်။ အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်သည် သီးမြားစီရပ်တည်နေခြင်းမဟုတ်ဘဲ အပြန်အလှန် အမှုတဲ့ကဲပြေနေဖြတ်သည်။ အခွင့်အရေးများနှင့်အတူ တာဝန်များကိုလည်း ကျော်စွာထမ်းဆောင်ရန် လိုအပ်သည်။

သိရှိထားရမည့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ

အခွင့်အရေး

အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာ အမျိုးသားဖြစ်စေ၊ အမျိုးသမီးဖြစ်စေ၊ ငယ်သည်ဖြစ်စေ၊ ချမ်းသာသည်ဖြစ်စေ၊ ဆင်းရဲသည်ဖြစ်စေ နောက်ခံအခြေအနေ သိမဟုတ် ယဉ်ကြည်မှုများကို မခွဲခြားဘလူအားလုံး မျှဝေရယူနိုင်သောအရာဖြစ်သည်။

တာဝန်

တာဝန်ဆိုသည်မှာ မိမိကိုယ်တိုင်က လုပ်ဆောင်ရမည်ဟု ခံယူသိရှိထားသော ဆောင်ရွက်ရမည့်အလုပ်ဖြစ်သည်။

အောက်ပါပုံများကိုလေ့လာ၍စဉ်းစားဆွေးနွေးပါ။ မည်သည့်အခွင့်အရေးများ ရရှိသနည်း။ မည်သည့်အခွင့်အရေးများ ဆုံးရှုံးနေပါသနည်း။





အောက်ပါတို့တွင် အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်အချို့ကို နမူနာဖော်ပြထားပါသည်။



ကလေးများသည် အိမ် ကျောင်းနှင့်
မည်သည့်နေရာတွင်မဆို သန်ရှင်းသော
ပတ်ဝန်းကျင်တွင် နေထိုင်ခွင့်ရှိသည်။



ပတ်ဝန်းကျင်သန်ရှင်းအောင် တတ်စွမ်းသမျှ
ဆောင်ရွက်ရန်တာဝန်ရှိသည်။



ကလေးများသည် ပညာသင်ယူခွင့်ရှိသည်။



တတ်စွမ်းသမျှကြီးစားသင်ယူရန်နှင့်
သူငယ်ချင်းများကို လိုအပ်ပါက
ကူညီသင်ပြရန်တာဝန်ရှိသည်။



ကလေးများသည် လွှတ်လပ်စွာ
တွေးခေါ်ယူဆပိုင်ခွင့်ရှိသည်။



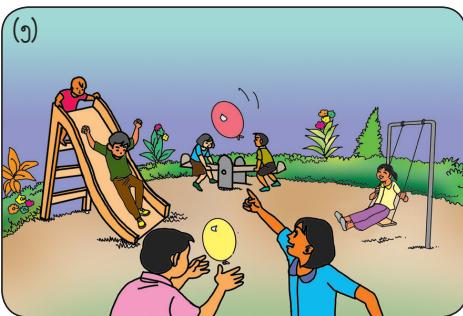
အခြားသူများ၏ အတွေးအခေါ်နှင့်အယူအဆကို
လေးစားရန်တာဝန်ရှိသည်။



ကလေးများသည် သင့်တင့်မျှတေသာ
အစားအစာ စားသောက်ခွင့်ရှိသည်။



အစားအသောက်များကို အလယာသု
ဖြန်းတီးမပစ်ရန်တာဝန်ရှိသည်။



ကလေးများသည် အပန်းဖြေအနားယူခွင့်
ကစားခွင့်၊ လှပ်ရှားဆောင်ရွက်ခွင့်ရှိသည်။



အခြားသူများကိုလည်း ကစားခြင်းကို
လှပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများတွင် ပါဝင်ခွင့်ပြုရန်တာဝန်ရှိသည်။



ကလေးများသည် ကျိုးမာရေးစောင့်ရှောက်မှု
ခံယူခွင့်ရှိသည်။



မိမိကိုယ်ကိုဂျစ်စိုက်နေထိုင်ရန် တာဝန်ရှိသည်။

၁၃ ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

<p>ညီမလေးက ကျောင်းဆင်းချိန်တွင် အိမ်သိအတူ ပြန်ရန် ဝင်းဝင်းကို ကျောင်းရွှေတွင်စောင့်နေသည်။ ဝင်းဝင်းသည် သူငယ်ချင်းများနှင့် ကျောင်းဆင်းချိန် တွင်ကစားကွင်း၌အတူကစားလိုသည်။ထိုကြောင့် ညီမလေးကို သတိမရတော့ဘဲ သူငယ်ချင်းများနှင့် နာရီဝက်ခန့် ကစားနေမိသည်။</p>	<p>(က) ဝင်းဝင်းသည်ကြုံသိပြုမှုသင့်ပါသလား။ (ခ) ဝင်းဝင်းရွှေချယ်လိုက်သော အပြုအမှု၏ အကျိုးဆက်သည် မည်သို့ဖြစ်လာနိုင်သနည်း။</p>
<p>ဝေမီးသည် သူငယ်ချင်းများနှင့်အတူ ကစားကွင်းတွင် ဘေးလုံးကုန်နေသည်။ သူအမောက် ညနေ ဒြန်ချိန်တွင်မိသားစုစုပေါင်းလိုက်သော မှာလိုက်သည်။ ညနေ ၆ နာရီ ထိုးခါနီးတွင် သူငယ်ချင်းများက အခြားကစားနည်းတစ်မျိုးကစား မည်ဟု ပြောသည်။ ယခုအချိန် အိမ်သို့မပြန်လျှင် ညစာထမင်းပိုင်းကို မိမည်မဟုတ်ပေါ်။ ဝေမီးအိမ်သို့ ပြန်လာသည်။</p>	<p>(က) ဝေမီး၏ဆုံးပြုတ်ချက်မှန်ကန်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ (ခ) ဝေမီးသည်အိမ်ပြန်မလာဘဲ သူငယ်ချင်းများနှင့် ကစားနေပါက မည်သို့ဖြစ်လာနိုင်သနည်း။</p>
<p>သင်းသင်းသည် ကျောင်းပိတ်ရက်တိုင်းတွင် အဘွား အိမ်သို့ အိမ်သန့်ရှင်းရေး ကူးလိုလုပ်ကိုင်ရန် သွားလေ ရှိသည်။ ထိုနေ့တွင် မိုးသည်ထန်စွာ ရွှေ့နေသော ကြောင့် အဘွားအိမ်သို့ မသွားလိုပေါ်။ သို့သော်မြိုကာ အကျိုးဝိပြုး အဘွားအိမ်သို့ထွေက်လာခဲ့သည်။</p>	<p>(က) သင်းသင်း လုပ်ရပ်မှန်ကန်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ သင်ဆုံးလျှင် မည်သို့ ပြုမှုမည်နည်း။ (ခ) သင်းသင်း ရွှေ့ချယ်လိုက်သော အပြုအမှု၏အကျိုးဆက်ကိုခန့်မှန်းကြည့်ပါ။</p>
<p>သက်ပိုင်အတွက် မွေးနေ့လက်ဆောင်အဖြစ် မိဘ များက စက်ဘီးတိုင်း လက်ဆောင်ဝယ်ပေးသည်။ စက်ဘီးကို ရှိရှိသေသေအသုံးပြုရန်မှာထားသည်။ တစ်နေ့၌ စက်ဘီးကို လမ်းပေါ်တွင် ရပ်ထားခဲ့ပြီး သူငယ်ချင်းများနှင့် ကစားနေသည်။ ထိုစဉ် ကားတစ်စီးက စက်ဘီးကို ဝင်တိုက်သည်။</p>	<p>(က) သက်ပိုင်တွင် မည်သည့်တာဝန် ရှိသနည်း။ (ခ) သက်ပိုင်၏ လုပ်ရပ်ကြောင့် အကျိုးဆက်သည် မည်သို့ဖြစ်လာနိုင်သနည်း။</p>

အမိန့်အရျက်များ

- ကလေးသူငယ်တိုင်းသည် အသက်ရှင်သန်ရန်၊ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန်၊ ကာကွယ်ဆောင့်ရှောက်မှု ရရှိရန်နှင့် လူအဖွဲ့အစည်းတွင် ပါဝင်ဆက်ခံခွင့်ရရှိရန် အခွင့်အရေးများရှိသည်။
- ကလေးသူငယ်များတွင် အခွင့်အရေးများနှင့်အတူ ထမ်းဆောင်ရမည့် တာဝန်များလည်းရှိသည်။

 အောက်ပါမေးခွန်းများကိုရေးသားဖြေဆိုပါ။

- (က) အခွင့်အရေးဆိုသောစကားရပ်ကို သင်မည်သိနားလည်သနည်း။
- (ဂ) တာဝန်ဆိုသောစကားရပ်ကို သင်မည်သိနားလည်သနည်း။
- (ရ) ကလေးများအတွက် မည်သည့်အခွင့်အရေးများရရှိရန်လိုအပ်သနည်း။
- (င) ထိုအခွင့်အရေးများနှင့် လျှပ်စီးသာ ဆောင်ရွက်ရမည့်တာဝန်များကိုဖော်ပြပါ။

သင်ခန်းစာ(J.J) မိသားစုအတွင်း အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်များ

မိသားစုတစ်စုနေထိုင်ရာ အိမ်ထောင်စုတစ်ခုသည် လူတို့နေထိုင်ရာ ရပ်ကွက်ငယ် တစ်ခုကဲ့သို့ပင်ဖြစ်သည်။ မိသားစုဝင် အနည်းအများသာလျှင်ကွားမြားသည်။ မိသားစုဝင် တို့သည် မိမိတို့ရသင့်ရထိက်သာ အခွင့်အရေးများကို ရရှိသင့်သကဲ့သို့ တာဝန်ဝါယာရားများ ကိုလည်း ကျေပွန်ကြရမည်။ သို့မှာသာ ချမ်းမြေးပျော်ရွင်ဖွံ့ဖြိုးကောင်းသာ မိသားစုတစ်ခုဖြစ် လာပေမည်။

 အောက်ပါတို့ကို စဉ်းစားဆွေးနွေးပါ။

- မိဘတို့သည် သားသမီးတို့အတွက် မည်သည့်အရာများ လုပ်ဆောင်ပေးသင့်သနည်း။
- သားသမီးတို့သည် မိဘတို့အတွက် မည်သည့်အရာများ လုပ်ဆောင်ပေးသင့်သနည်း။

 မိသားစုအတွင်း မွေးစမှုယန္ဓုတိရရှိခဲ့သောအခွင့်အရေးများကို ဆွေးနွေးပါ။





အထက်ပါအခွင့်အရေးများအတွက် မည်သည့်တာဝန်ဝါဒရားများ ရှိပါသနည်း။

မွေးစုံယန်ထိရရှိခဲ့သောအခွင့်အရေးများ	တာဝန်များ
-----	-----
-----	-----
-----	-----



ပျော်စရာကောင်းသော မီသားစုံ

ဝေယံတို့မီသားစုံ၏အိမ်ကလေးသည် ခမ်းနားထည်ဝါမှုမရှိလှုသော်လည်း သပ်သပ်ရပ်ရပ်နှင့် နေချင့်စဖွယ်လေးအဖြစ် တည်ရှိနေပါသည်။ ဝေယံ၏ဖခ်မှာ ရုံးဝန်ထမ်းတစ်ဦးဖြစ်ပြီး၊ မိခင်မှာ ဆရာမတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ မမကြီးသည် နာမတန်း၊ မမငယ်သည် အငွေမတန်း၊ ဝေယံသည် ဆွဲမတန်း၊ တို့တွင် အသီးသီးပညာသင်ယူနေကြပါသည်။

နံနက်အိမ်ရာမှုထွေး ဝေယံတို့မှာ လောက်သည် ကျောင်းသင်ခန်းစာ၊ လေ့ကျင့်ခန်းများ၊ ဆွဲးနွေးကြော်သည်။ တို့အခါန်တွင် ဖေဖေနှင့်မေမေသည် မီသားစုံအတွက် ထမင်းဟင်းများကို ပြင်ဆင်ချက်ပြုတ်ပါသည်။ မေမေသည် အာဟာရမျှတစေရန်အတွက် နှေအလိုက်အသား၊ ဝါးနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကို ရယားဆဲရှု ချက်လေ့ရှုပါသည်။ ရွေးဖိုးအကုန်အကျသက်သာစေရန်နှင့် ဓာတုဆေးဝါးအန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးစေရန်အတွက် ခြိုင်းထဲတွင် သီးပင်စားပင်များကို ဖေဖေက စိုက်ပိုးထားပါသည်။

ဖေဖေနှင့်မှာပြန်လာသည့်အခါ ဝေယံနှင့်အတူ ခြိုင်းထဲရှိအပင်များကို ရေလောင်းပေါင်းသင်ပါသည်။ မမငယ်က ကျောင်းမှာပြန်လာသည်နှင့် အိမ်သန်ရှင်းရေးလုပ်ပြီး အဝတ်လျှော်ပါသည်။ မမကြီးက မေမေနှင့်အတူ ညာနေစာပြင်ဆင်ပြီး ဖေဖေက ပန်းကန်ကူးဆေးပေးပါသည်။

ဝေယံတို့မီသားစုံ၏ ချိစ်ရာကောင်းသည့် အလေ့အထမှု မီသားစုံစုံလင်မှ ညစာကို အတူတက္ကာစားခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ မီသားစုံဝင်အချင်းချင်း ချစ်ခင်မှုရှိပြီး တစ်ဦးကိုတစ်ဦး အပြန်အလှန်လေးစားကြသည်။ မီမိ၏တာဝန်ကို ကျေပွန်စွာထမ်းဆောင်ကြသဖြင့် ပျော်စရာကောင်းသောမီသားစုံလေးအဖြစ် တည်ရှိနေပါသည်။



အောက်ပါမေးခွန်းများကိုဆွေးနွေးပါ။

- ဝေယံတို့မီသားစုံ၏နေစဉ်တာဝန်များကိုဖော်ပြပါ။
- ဝေယံတို့မီသားစုံသည် ပျော်စရာကောင်းသောမီသားစုံ ဖြစ်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
- သင်သည်သင်၏အိမ်တွင် မည်သည့်တာဝန်များထမ်းဆောင်ရပါသနည်း။
- မီမိ၏တာဝန်ကိုကျေပွန်အောင်ထမ်းဆောင်ရန်လိုအပ်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
- သင်သည်တာဝန်ကို ကျေပွန်အောင်ဆောင်ရွက်ဖူးပါသလား။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ပြီးသည့်အခါ သင်၏စိတ်တွင် မည်ကဲ့သို့စားရပါသနည်း။

ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

ဖြစ်ရပ်(၁)

အောင်အောင်၏ အဖြစ်ချင်ဆုံးဆန္ဒကိုပြောပါဆိုလျှင် အင်ဂျင်နီယာကြီးတစ်ယောက်ဖြစ်ချင်ပါသည်။ အောင်အောင်၏ဖေဖေမှာ ဘဏ်မန်နေဂျာဖြစ်၍ မေမေမှာ ဆရာဝန်ဖြစ်ပါသည်။ အောင်အောင် သည် တံတားကြီးများ၊ အဆောက်အအုံကြီးများ ဆောက်လပ်ချင်ကြောင်းပြောပြသည့်အခါ ဖေဖေက သဘောတူခေါင်းညိတ်သည်။ မေမေက အောင်အောင်ကို ဆရာဝန်ဖြစ်စေချင်သည်။ သို့သော် အောင်အောင် ဆန္ဒသဘောအတိုင်းကြီးစားပါဟု တိုက်တွန်းအားပေးသည်။

ဖြစ်ရပ်(၂)

ကျော်ကျော်သည် ဓန္တလအသင်း၏ ပိုက်ကျော်ခြင်း လက်ရွေးစင်ကစားသမားတစ်ဦးဖြစ် သည်။ ကျောင်းတွင်းပြုင်ပွဲတွင် အကောင်းဆုံးဆုကိုရရှိသဖြင့် မြို့နယ်အဆင့်ပြုင်ပွဲသို့ သွားရောက် ယဉ်ပြုင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ကျောင်းစာများတွင် ကျော်ကျော်အားနည်းမည်စုံရိမ်သဖြင့် မေမေက သူကို အားကစားပြုင်ပွဲသို့ မသွားသင့်ကြောင်းပြောသည်။

ဖြစ်ရပ်(၃)

စုစုသည် ကျောင်း(၃)ရက်ပိတ်သဖြင့် မိသားစုနှင့်အတူ အပန်းဖြေခရီးသွားချင်ကြောင်းပြော သည်။ စုစု၏ဖေဖေနှင့်မေမေသည် အလုပ်မအားသဖြင့် အပန်းဖြေခရီးကို မသွားစေချင်သေးပါ။ ဖေဖေနှင့်မေမေ မအားလုံးကြီးကြီးက လိုက်ပိုပေးမည်ဟု ပြောသည်။

 ဖြစ်ရပ်များကိုလေ့လာ၍ လေ့ကျင့်ခန်းစာအပ်တွင် ရေးသားပါ။

ဖြစ်ရပ်	ဆုံးဖြတ်ချက်	အကြောင်းပြချက်	ဆီလျှော်မှုရှိမရှိ
(၁)			
(၂)			
(၃)			
အခြား			

ချမ်းမြေးပြုပွဲဖွံ့ဖြိုးဆောင်းသော မီသားစုတစ်စုအဖြစ်စာတ်ဟန်ခင်းကျင်းပါ။

အမိကအချက်များ

- မီသားစုအတွင်း အခွင့်အရေးများကို သိရှိပြီး အခြားသူများ၏ အခွင့်အရေးများကိုလည်း တန်ဖိုးထားရန် လိုအပ်သည်။
- တာဝန်သိစိတ်ရှုရန်၊ တာဝန်များကို ခွဲဝေယူတတ်ရန်၏ မီမံတာဝန်ကို ကျေပွန်စွာထမ်းဆောင် တတ်ရန် အလွန်အရောကြီးသည်။ သို့မှသာ ကလေးများသည် တာဝန်ကျေပွန်သော သားကောင်းသမီးကောင်းများ ဖြစ်လာကြမည်။

အောက်ပါမေးခွန်းများကိုရေးသားဖြေဆိုပါ။

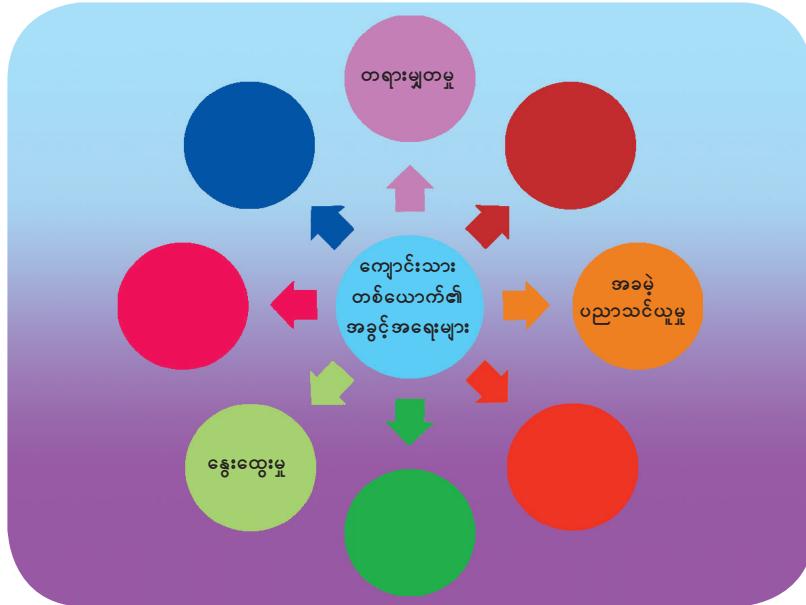
- မီသားစုတစ်စုတွင် တာဝန်များကို အဘယ်ကြောင့် ခွဲဝေယူသင့်သနည်း။
 - မီသားစုတွင်တာဝန်ခွဲဝေယူသည့်အတွက် မည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးများရရှိပါသနည်း။
 - မီသားစုတစ်စုတွင် ရှိသင့်သည့် တာဝန်ဝါယာရားများကို ဖော်ပြပါ။
- သင်ခန်းစာ(၂.၃) ကျောင်းသားများ၏ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်

ကျောင်းသားများသည် မီမံ၏အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်ကို ကောင်းစွာနားလည်သော ပေါက်ရန်လိုအပ်သည်။ ကျောင်းသားတိုင်း တစ်းတူညီမျှ ရရှိခဲ့စားနိုင်သောအရာ အားလုံး သည် ကျောင်းသားများ၏ အခွင့်အရေးဖြစ်သည်။ ကျောင်းသားများတွင် လုံခြုံစိတ်ချ ရသောပတ်ဝန်းကျင်၌ ပညာသင်ယူခွင့်၊ လွှတ်လပ်စွာပြောဆိုဆွေးနွေးခွင့် စသည့်အခွင့်အရေး များရှိသည်။

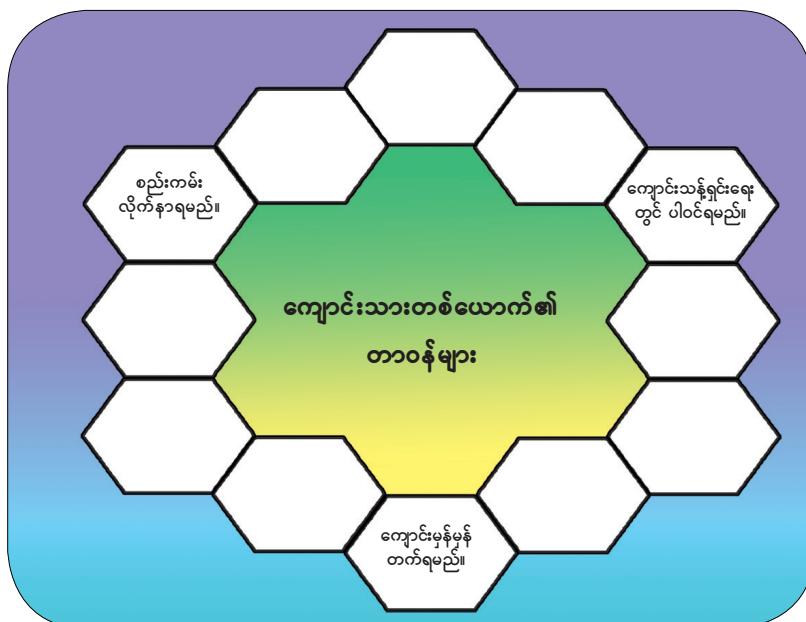
ထိန်ည်းတူ ကျောင်းနေစဉ်ကာလတွင် မီမံရရှိသောအခွင့်အရေးများနှင့်အတူ ယဉ်ယူတဲ့နေ သောတာဝန်များကိုလည်း ကျေပွန်စွာထမ်းဆောင်ရန်လိုအပ်သည်။ တာဝန်ဟူဆိုရာ၌ သူတစ် ပါး၏စေခိုင်းမှုမပါဘဲ မီမံ၏အသိစိတ်ဖြင့် လုပ်ဆောင်တတ်သော အလေ့အကျင့်ကိုဆိုလိုသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် မီမံလုပ်ဆောင်သောအလုပ်တစ်ခုကို အကောင်းဆုံးဖြစ်မြောက်အောင် ဂရှုတစိုက်ဆောင်ရွက်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ကျောင်းသားလူငယ်များသည် ကျောင်းလုပ်ငန်းများ၌ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ဆရာများကို ရှိသေော်စားစွာဆက်ဆံခြင်း၊ မီမံ၏စွမ်းရည်ကို သိရှိနားလည်ပြီး ထူးချွန်ထက်မြှုက်အောင် အစဉ်ကြီးပမ်းအားထုတ်ခြင်းစသည့် တာဝန်များကို ကျေပွန်အောင်ဆောင်ရွက်ကြရမည်။ သို့မှသာ တာဝန်သိပြီး တာဝန်ယူတတ်သော နိုင်ငံသား ကောင်းများ ဖြစ်လာနိုင်ပေမည်။

 အောက်ပါတို့ကို ဆွဲဖွေးပါ။

(၁) ကျောင်းသားတစ်ယောက်တွင် မည်သည့်အခွင့်အရေးများရှိသနည်း။ သင်တွေးမိသမျှကို အောက်ဖော်ပြပါပို့တွင်ဖြည့်ပါ။



(၂) ပညာသင်ယူခွင့်ရရှိသော ကျောင်းသားတစ်ယောက်တွင် မည်သည့်တာဝန်များရှိသနည်း။ သင်တွေးမိသမျှကို အောက်ဖော်ပြပါပို့တွင်ဖြည့်ပါ။



(၃) အောက်ဖော်ပြပါယော်မှ ကျောင်းသားများ၏ အခွင့်အရေးများကို လျှပ်ညီသောတာဝန်များနှင့် ယူဉ်တွဲပါ။

အခွင့်အရေး	တာဝန်
(က) လွတ်လပ်စွာပြောဆိုခွင့်ရှိသည်။	(က) ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွားမှုမှ ရှောင်ကြော်ရမည်။
(ခ) လုပ်ခေါ်အေးချမ်းစွာ ပညာသင်ယူခွင့်ရှိသည်။	(ဂ) အမိုက်များကို အမိုက်ပုံးတွင်ထည့်ရမည်။
(ဂ) သင်ခန်းစာနှင့်ပတ်သက်၍ သိလိုသည်များကို မေးမြန်ခွင့်ရှိရှိသည်။	(ဃ) သူတစ်ပါး ထိခိုက်နစ်နာစေမည့် အပြော အဆိုများကို ရှောင်ကြော်ရမည်။
(ဃ) သန်ရှင်းသောကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်တွင် ပညာ သင်ယူခွင့်ရှိသည်။	(င) သူတစ်ပါးထိခိုက်နစ်နာစေမည့် အပြုအမှု များကို ရှောင်ကြော်ရမည်။
(င) ကျော်မာရေးစောင့်ရွောက်မှုရရှိရန် အခွင့်အရေး ရှိသည်။	(စ) ဆရာ၊ ဆရာမများ၏ သင်ကြားပြသမှုကို ဂရုဏ်စိုက်နားထောင်ရမည်။
(စ) သူငယ်ချင်းများနှင့် ကစားခွင့်ရှိသည်။	(ဆ) မိမိ၏ ကျော်မာရေးကို ဂရုဏ်စိုက်ရမည်။
	(ဇ) ကျောင်းမှန်မှန်တက်ရမည်။
	(ဈ) ကျောင်းလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင် ဆောင်ရွက်ရမည်။

(၄) အောက်ပါဝါကျများကို အမိဘာယ်ပြည့်စုံအောင်ဖြည့်စွက်ပါ။

- (က) ကျွန်ုပ်တွင် ဘေးကင်းလုပ်မြန်ချိန်သောစာသင်ခန်း၌ ပညာသင်ယူခွင့်ရှိပြီး တာဝန်ရှိပါသည်။
- (ခ) ကျွန်ုပ်တွင် စာသင်ခန်း၌ ထင်မြင်ချက်များကိုတင်ပြခွင့်ရှိပြီး တာဝန်ရှိပါသည်။
- (ဂ) ကျွန်ုပ်တွင် အရည်အသွေးပြည့်ဝသောပညာရေးကို သင်ယူခွင့်ရှိပြီး တာဝန်ရှိပါသည်။
- (ဃ) ကျွန်ုပ်တွင် တန်းတူညီမှုဆက်ဆံခံရခွင့်ရှိပြီး တာဝန်ရှိပါသည်။
- (င) ကျွန်ုပ်တွင် ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ရှိစာအုပ်များကို ဖတ်ရှုခွင့်ရှိပြီး တာဝန်ရှိပါသည်။

(၅) ကျောင်းသုံးကျင်းပသော အခမ်းအနားတစ်ခုတွင် မည်သို့ပါဝင်ဆောင်ရွက်ကြမည်ကို သူငယ်ချင်းများနှင့်ဆွေးနွေးရှု သရုပ်ဆောင်ပါ။

အဓိကအချက်များ။

- ကျောင်းသုံးတိုင်း တန်းတူညီမျှရရှိခဲ့စားနိုင်သောအရာအားလုံးသည် ကျောင်းသုံးများ၏ အခွင့်အရေးဖြစ်သည်။
- မိမိရရှိသောအခွင့်အရေးနှင့်အတူယှဉ်တဲ့နေသောတာဝန်များကိုကျော်ဖို့စွာဆောင်ရွက်ကြရမည်။
- မိမိကိုယ်မိမိ တန်ဖိုးထားပြီး မိမိအကျိုး၊ အများအကျိုးကို ဆောင်ရွက်တတ်သောအလေ့အထကောင်းများရှုရမည်။
- အသင်းအစွဲများနှင့်လုပ်ဆောင်တတ်ပြီး မိမိတာဝန်ကိုကျော်ဖို့စွာ ထမ်းဆောင်တတ်သောအလေ့အကျင့်ကောင်းများရှုရမည်။

 အောက်ပါမေးခွန်းများကို ရေးသားဖြေဆိုပါ။

- (၁) ‘ကျောင်းသုံးများ၏အခွင့်အရေး’ကို မည်သို့နားလည်သနည်း။
- (၂) ကျောင်းသုံးတစ်ယောက်တွင် မည်သည်အခွင့်အရေးများရှိသနည်း။
- (၃) ‘ကျောင်းသုံးများ၏တာဝန်’ကို မည်သို့နားလည်သနည်း။
- (၄) ကျောင်းသုံးတစ်ယောက်တွင် မည်သည့်တာဝန်များရှိသနည်း။
- (၅) သင်သည် အခွင့်အရေးများအပေါ်တာဝန်ယူခြင်းမရှိပါက မည်သို့ဖြစ်လာနိုင်သနည်း။

သင်ခန်းစာ(၂၄) တို့ချစ်တဲ့တို့နိုင်ငံ

ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံသည် တရားများကြောင်း၊ လွှတ်လပ်ခြင်း၊ ငြိမ်းချမ်းခြင်း၊ နိုင်ငံသားအားလုံးတန်းတူအခွင့်အရေးရရှိခြင်းနှင့်ရှိခိုးရာယဉ်ကျေးမှုအမွှေအနှစ်များရှိသောတိုင်းရင်းသားလူမျိုးပေါင်းစုံနေထိုင်သည့် ပြည်ထောင်စုသမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်ဖြစ်ပါသည်။ ဤနိုင်ငံတွင် မြို့တော်းနေထိုင်သောနိုင်ငံသားအားလုံး နိုင်ငံကိုချုပ်မြတ်နှုန်းပြီး နိုင်ငံတော်တည်တဲ့ခိုင်မြေရေးအတွက် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရွှေ့က်ရန် တာဝန်ရှိပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံသည် ဘုံးဘွားအစဉ်အဆက် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရွှေ့က်နေထိုင်လာခဲ့သောနိုင်ငံဖြစ်ပါသည်။သာယာလှုပသောရေဖြေတောာတောင်နှင့် သဘာဝရွှေခိုင်းများ မြေပေါ်မြေအောက်သယ်ယူအတွက် အလေ့အကာင်း ဒေသအလိုက်တွက်ကုန်သီးနှံများ၊ ရှေးဟောင်းအနုပညာသုတေသနများပေါ်များ ကြွယ်ဝပါသည်။ မြို့တော်းနေထိုင်သူ တောင်ပေါ်မြေပြန် တိုင်းရင်းသားများ၏ ချစ်မြတ်နှုန်းဖွားလုပ်ကုန်ကျေးမှု၊ စလေ့ထုံးစံများလည်းရှိသည့် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံကို ချစ်မြတ်နှုန်းတန်ဖိုးထားပြီး ရိုးရာအမွှေအနှစ်များကို ပျောက်ကွယ်ပျက်စီးခြင်းမရှိအောင် ထိန်းသိမ်းကာကွယ်စောင့်ရွှေ့က်ရပါမည်။ နိုင်ငံအကျိုးကို တက်ညီလက်ညီထမ်းဆောင်ကြရမည်မှာ နိုင်ငံသားအားလုံး၏ တာဝန်ဖြစ်ပါသည်။

ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

ဖြစ်ရပ်(၁)

စုစုတို့ရပ်ကွက်သည် တစ်အိမ်နှင့်တစ်အိမ် ချစ်ခင်လေးစားရှင်းပင်းကူညီပြီး နေထိုင်ကြသည်။ ရပ်ကွက်သူရပ်ကွက်သားများအချင်းချင်း သာရေးနာရေး၊ လုပ်ချောင်းကိစ္စများတွင် ဖူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြသည်။ ရုံးပိတ်ရက်၊ ကျောင်းပိတ်ရက်များနှင့် တန်းနှင့်နှေ့တိုင်း မိမိတို့လမ်းရှိ အမှိုက်များ သန့်ရှင်းခြင်း၊ ပျက်စီးနေသောလမ်းများပြုပြင်ခြင်း၊ မိုးရွာသောအခါ ရေလုံမှုရှိစေရန် ရေမြောင်းတွင် ပိတ်နေသော အမှိုက်များကို သန့်ရှင်းခြင်း၊ ဓာတ်တိုင်ရှိ လျှပ်စစ်ကြိုးများ ပျက်စီးမှုရှိမရှိ ဝိုင်းဝန်းကြည့်ရှုပြီးသက်ဆိုင်ရာသို့ အသိပေးအကြောင်းကြားခြင်းတို့ကို စုပေါင်းရှု ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး အတွက် ပရဟိတလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ကြသည်။

ဖြစ်ရပ်(၂)

ပေါ်ဖော်တို့ရပ်ကွက်သည် တစ်အိမ်နှင့်တစ်အိမ် အခေါ်အပြားမရှိ ရင်းရင်းနှီးမရှိ ကူညီရှင်းပင်းမှုမရှိဘဲ နေထိုင်ကြသည်။ အမှိုက်များကို စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ စွန့်ပစ်ကြခြင်းကြောင့် လမ်းများ၊ မြောင်းများတွင် အမှိုက်များနှင့် ပြည့်လျှုံနေသည်။ မိုးရွာသောအခါ လမ်းပေါ်တွင် ရေများဖုံးလွှမ်းနေသည်။ ဓာတ်တိုင်ရှိ လျှပ်စစ်ကြိုးများပေါ်တွင် သစ်ကိုင်းများ၊ နွယ်ပင်များ၊ ပြေားလျှော့နေသော်လည်း သက်ဆိုင်ရာသို့ အကြောင်းကြားခြင်းမရှိပါ။ ခြောက်ရှိများပျက်စီးရှု လမ်းဘက်သို့ဖုံးလွှမ်းနေဖြစ်နေသည်။

အောက်ပါတို့ကိုဆွေးနွေးပါ။

- (က) ဖြစ်ရပ်နှစ်ခုအနက် မည်သူတို့၏ရပ်ကွက်တွင် နေထိုင်လိုပါသနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
- (ခ) မိမိတို့နေထိုင်သောရပ်ရွာ အေးချမ်းသာယာလုပ်တဲ့ရေးသည် မည်သူတို့၏တာဝန်ဖြစ်သနည်း။
- (ဂ) သင်ပါဝင်ဆောင်ရွက်ဖူးသော ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းများကိုဖော်ပြပါ။ တို့သို့ ပါဝင်ဆောင်ရွက်သည့်အတွက် မည်သို့ခံစားရသနည်း။

ထာဝရမြန်မာ

တေးရေး-မီရာမို့ရုံ

တေးဆို-ရာဇာင်ယ်၊
နိုင်ခင်ဒေါ်

ဟေး... .

❖ (တောင်တန်းမြေပြန့်ပင်လယ်မြစ်မင်း

သွေးချင်းတို့ရဲ့ တေးသံကြားနေ

ထာဝရလက်တွဲခိုင်မြှုလိုင်

တစ်အူထှုံးဆင်း သွေးရင်းပျော်ရာမြော)

❖ တို့ညီနော်အဆွဲတွေ တစ်မိုးသားအောက်မှာနေ

လွှတ်လပ်တဲ့တေးသွား တို့တွေညီတူဆိုရင်းလေ

အပြေးတွေဝေါးရာနေ ယဉ်ကျေးတဲ့ရိုးရာအမွှေ

ရှင်းသန့်စိမ်းလန်းတဲ့ တို့ကမ္မာမြေကို ဂုဏ်ယူရင်းလေ

❖ ယုံကြည်ခြင်းများအောက်တည်ထား

ထာဝရမြေသောလက်များနဲ့

လုပ်ရာမြေ ဌိမ်းချမ်းရာမြေ ဒါတိပိုင်တဲ့မြေ

မျှော်လင်ခြင်းရဲ့ မနက်ဖြန့်များ

ရွှေရောင်လွှေ့များတဲ့ အိပ်မက်နဲ့

လုပ်ရာမြေ ဌိမ်းချမ်းရာမြေ ဒါတိပိုင်တဲ့မြေ

❖ လာ လာ လာ မောင်နှမများ ညီညာတ်ခြင်းအနာဂတ်ကို ခင်မင်ရင်းနှီးစွာ အတူခရီးဆက်မယ်

❖ လာ လာ လာ ညီအစ်ကိုများ ရှင်သန်ခြင်းရဲ့ကောင်းကင် ပျော်ရွှေ့ငြှေ့များအားစွာပုံသန်းစို့လေ

ထာဝရာ... . ထာဝရာ... . ထာဝရာ... .



ဖြစ်ရပ်(၃)

ပိတောက်မြှုပ်ရွာက အိမ်ကလေးတစ်အိမ်တွင် မေမျိုးချစ်တို့ မောင်နှမလေးယောက်သည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ရိုင်းပင်းကူညီကာ ချစ်ချစ်ခင်ခင် စည်းစည်းလုံးလုံး နေထိုင်ကြသည်။ ဤအိမ်ကလေးသည် ဘိုးဘွားများလက်ထက်ကတည်းက နေထိုင်လာခဲ့သော အိမ်ကလေးလည်းဖြစ်သည်။ အိမ်ကလေးမှာ တောင့်တော်းခိုင်မှာပြီး သန်ရှင်းသပ်ရပ်ရှု နေချင်စွုယ်ကောင်းသည်။ အိမ်ကလေးကို မြင်တွေ့ရသူတို့က သဘောကျော်မြှုပ်ပြီး အချို့က ဤကဲ့သို့အိမ်ကလေးမျိုးကို ပိုင်ဆိုင်ချင်ကြသည်။

 အောက်ပါတို့ကို ဆွဲဖွေးပါ။

- (က) မေမျိုးချစ်တို့မောင်နှမလေးယောက်နေထိုင်သော အိမ်ကလေးကို မည်သူပေးခဲ့သနည်း။
- (ခ) ဘိုးဘွားအမွှာအနှစ် မပျက်စီး၊ မပျောက်ပျက်အောင ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရန် မည်သူတို့တွင် တာဝန်ရှိသနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

အောက်ပါ ကဗျာကိုဖတ်၍ အမိကအချက်များကို ထုတ်နှစ်ပါ။ သူငယ်ချင်းများနှင့် ဆွဲဖွေး၍ ပိုစတာတစ်ခုပြုလုပ်ပါ။

ဘိုးမွေ ဘွားမွေ

- ❖ ကြာလေကြာလေ
ဘိုးမွေဘွားမွေ၊ ဘိုးဘွားအမွှာကို
ရှိသေမြတ်နှီး၊ ဆထက်တိုး၍
တန်ဖိုးထားမိပါသည်တကား။
- ❖ ဤတိုင်း ဤပြည့် ဤငြာနီကား
ဘိုးဘွားစဉ်ဆက်၊ အဘက်ဘက်မှ
အသက်ပေးကာ၊ တည်ထောင်ပါ၍
ခိုင်မာတည်မြေ ရှိနေ၏။
- ❖ ဤမြို့၊ ဤရွာ၊ ဤဒေသာနှင့်
လမ်းတာတံတား၊
ဆောက်အုံများလည်း
ဘိုးဘွား တည်ဆောက်ခဲ့ကြ၏။
- ❖ ဤလယ်ဤကွင်း၊ ဤယာခင်းလည်း
ကြီးစွာလုံးလှ၊ ဥသာဟဖြင့်
ထကြလှပ်ရှား၊ မနေနားဘဲ
ဘိုးဘွား စတင်တည်ခဲ့၏။
- ❖ ဤတော်ဤချို့မှုံးမား၊ လုံးလှုံးမား
စွမ်းအင်ကြီးမား၊ လုံးလှုံးမားဖြင့်
ဘိုးဘွား စတင်စိုက်ခဲ့၏။
- ❖ ဤဆည်ဤမြောင်း၊ ဤမြစ်ချောင်းနှင့်
ကျောင်းကန်ဘုရား၊ စေတီများတို့
များပြားလွှာ၊ အုံစရာတည့်
မေတ္တာကြီးမား၊ စေတနာထား၍
ဘိုးဘွား တည်ဆောက်ခဲ့ကြ၏။
- ❖ ဤသို့စသား၊ အမွှာများနှင့်
စိတ်ထားဖြူလွှာ၊ နှုလုံးလှနှင့်
ရင်မှုမေတ္တာ၊ စေတနာနှင့်
သွေ့စွေ့ကြာ၊ လုံးလွှေ့နှင့်
ရဲရင့်အားမာန်၊ အတိမာန်နှင့်
စွမ်းညက်သတ္တိ၊ တိုဝင်ယူရှိသည်
ဘိုး၏ ဘွား၏ အမွှာများ။။
- ❖ မင်းယူဝေ

အဓိကအချက်များ

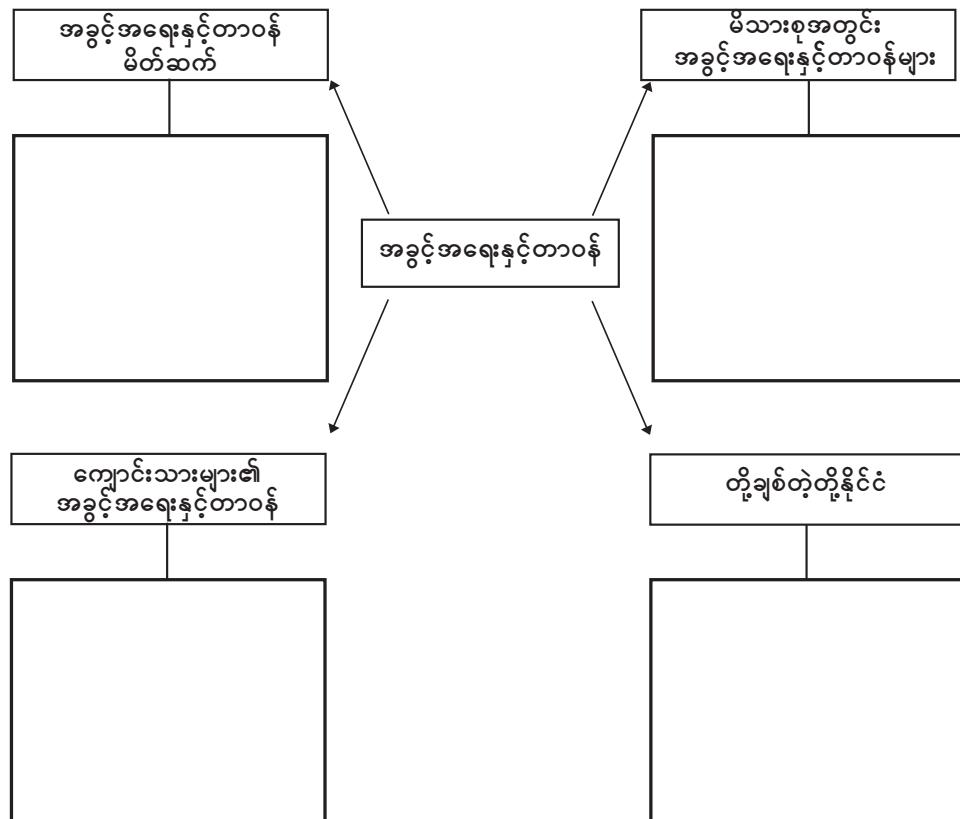
- ကျောင်းသုံးများသည် မိမိနိုင်ငံကို ချစ်မြတ်နီးပြီး ရပ်စွာအကျိုး နိုင်ငံအကျိုးသယ်ပိုး ထမ်းဆောင်ရမည့်တာဝန်ဖို့သည်။
- ဘိုးဘွားအမွှေအနှစ်များကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရောက်ခြင်းသည် နိုင်ငံသုံးတစ်ဦး၏တာဝန်ဝေါယ်ရေးရာရှင်များကို ကျောင်းအောင်ထမ်းဆောင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

အောက်ပါမေးခွန်းများကို ရေးသားဖြေဆိုပါ။

၁။ ဘိုးဘွားအမွှေအနှစ်များကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရောက်ရန် မည်သူတို့တွင် တာဝန်ရှိသနည်း။
မည်သည်တို့ကို လုပ်ဆောင်ကြရမည်နည်း။

၂။ သင်သည် နိုင်ငံတော်ကို ချစ်မြတ်နီးသူပါဝီ နိုင်ငံတော်အကျိုးအတွက် မည်သို့ လုပ်ဆောင်သင့်သနည်း။

အခန်း(၂)တွင် သင်ယူခဲ့ရသည့်အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။



အခန်း(၃)

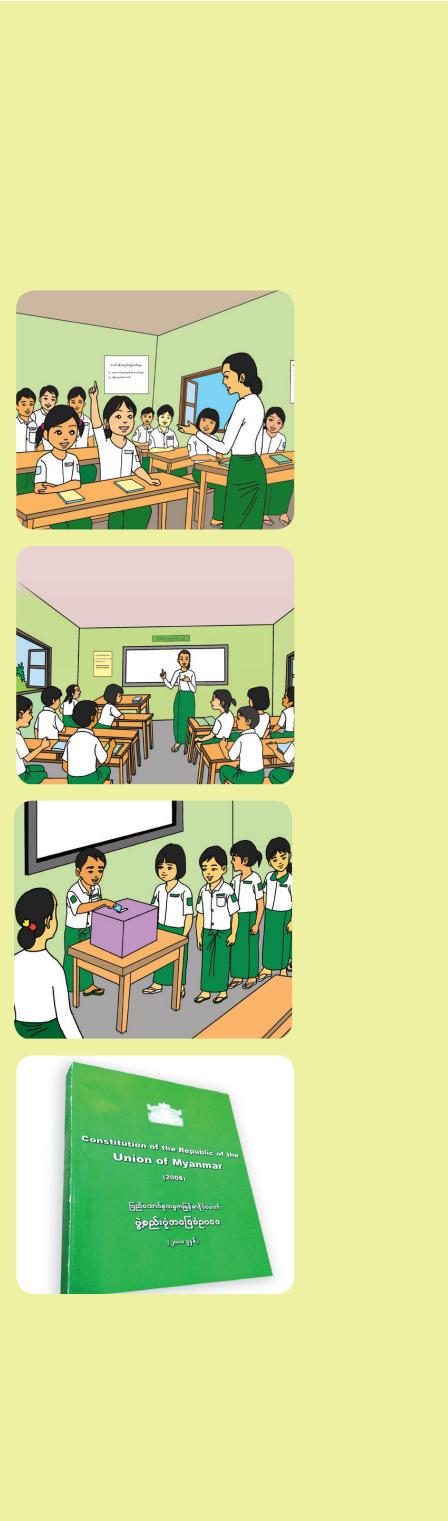
စည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေ

နိုင်ငံသားတို့သည် စည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေကို လေးစားလိုက်နာ ကြရမည်။ စည်းကမ်းတော် နေထိုင်တတ်သော အလေ့အကျင့်ကောင်းများကို မိသားစုတွင် စတင်လေ့ကျင့်ခဲ့ကြရသည်။ ထို့နောက် ကျောင်းများတွင် ကျောင်းစည်းကမ်းများကိုလိုက်နာခြင်းဖြင့် စည်းကမ်းရှိသူ တစ်ဦးဖြစ်လာစေရန် သင်ယူရပြန်သည်။ ထို့အပြင် ကျောင်းတွင် အဖွဲ့အစည်းများတွင်ပါဝင်ပြီး ထို့အဖွဲ့အစည်းများ၏ စည်းကမ်းများကိုလိုက်နာခြင်းဖြင့်လည်း စည်းကမ်းရှိသူတစ်ဦးဖြစ်လာစေရန် လေ့ကျင့်သင်ယူနိုင်သည်။ စည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေများကို လေးစားလိုက်နာမှုသာ မိမိတိုနိုင်ငံကို လုပ်ခြေားချမ်းပြီး တရားများမှုရှိသည့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော နိုင်ငံတစ်နိုင်းအဖြစ် တည်ထောင်နိုင်ပေါ်မည်။ ကျောင်းသားကောင်းတစ်ဦးဖြစ်စေရန် မိမိကိုယ်မိမိ လေ့ကျင့်ယူခြင်းမှုအစပြော် တရားဥပဒေများကို လေးစားလိုက်နာသူ တစ်ဦးဖြစ်လာသည်အထိ လေ့ကျင့်သင်ယူကြရမည်။ သို့မှာသာ တရားဥပဒေစိုးမိုးပြီး တည်ပြုမှု အောင်သောလူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ရပ်ကိုတိတည်ဆောက်နိုင်ပေလိမ့်မည်။

စည်းကမ်းဆိုသည်မှာ လိုက်နာစောင့်ထိန်းရမည့် ကျောင်းဝင်ဖြစ်သည်။

ဥပဒေဆိုသည်မှာ အများပြည်သူတို့လိုက်နာရန် ဥပဒေပြုအာဏာပိုင်အဖွဲ့က ပြဋ္ဌာန်းထားသည့်ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းပင်ဖြစ်သည်။

- ကျောင်းစည်းကမ်း၏ အမိဘာယ်ကို သိရှိနားလည်ပြီး ငှုံး၏ အရေးပါပုံကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- ကျောင်းစည်းကမ်းများကိုသိရှိပြီး လိုက်နာရမည့်အချက်များကိုဖော်ထုတ်တတ်မည်။
- ကျောင်းတွင်း အဖွဲ့အစည်းများ၏ စည်းကမ်းများကို သိရှိပြီး ငှုံးအဖွဲ့အစည်းများ၏ လူပုံရှားမှုများတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၏ အရေးပါပုံကိုအကဲဖြတ်တတ်မည်။
- စည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေကို လေးစားလိုက်နာခြင်းသည် မိမိတစ်ဦးချုံးအတွက်ဖြစ်စေ ကျောင်းသားလူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့်နိုင်ငံအတွက်ဖြစ်စေ အရေးပါကြောင်းကိုရှင်းပြုတတ်မည်။



သင်ခန်းစာ(၃.၁) ကျောင်းစည်းကမ်းနှင့်စာသင်ခန်းစည်းကမ်းများ

သိရှိထားရမည့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ

ကျောင်းစည်းကမ်း:

ကျောင်းစည်းကမ်းဆိုသည်မှာ ကျောင်းသားများ အေးချမ်းလုပ်ခြေမှုနှင့် ဘက်စုစုံဖြိုးတိုးတက်မှု ရှိစေရန် ကျောင်းနှင့်ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်တွင် လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် အပြုအမှုကောင်းများ ဖြစ်သည်။

စာသင်ခန်းစည်းကမ်း:

စာသင်ခန်းစည်းကမ်းဆိုသည်မှာ ကျောင်းသားများ သင်ယူမှုတိုးတက်စေရန် စာသင်ခန်းနှင့် စာသင်ခန်းပတ်ဝန်းကျင်တွင် လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် အပြုအမှုကောင်းများဖြစ်သည်။

(က) ကျောင်းစည်းကမ်းကိုလိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း

ကျောင်းသားများသည် မိမိ၏အသိစိတ်စာတ်ဖြင့် ကျောင်းစည်းကမ်းများကို လေးစားလိုက်နာ ကြရမည်။

ဤ: အောက်ပါပုံတရဲ့ကျောင်းသားများသည် ကျောင်းစည်းကမ်း လိုက်နာသူများဖြစ်ကြပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။



ကျောင်းစည်းကမ်းပိုစတာလေ့လာခြင်း

မှတ်: ကျောင်းစည်းကမ်းနှင့်ပတ်သက်သော နှုန်းပိုစတာတစ်ခုကို အောက်တွင်ဖော်ပြထားသည်။ ဤစည်းကမ်းများသည် သင့်ကျောင်းနှင့်ကိုက်ညီမှုရှိပါသလား။ အုပ်စုလိုက် ပိုစတာကိုလေ့လာပြီး သင့်ကျောင်းစည်းကမ်းများနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိမရှိ ဆွေးနွေးပါ။ လိုအပ်ပါက ထပ်မဖြည့်စွာက်ပါ။

ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများလိုက်နာရန်ကျောင်းစည်းကမ်းများ

- ၁။ နံနက်ပိုင်းဖြစ်စေသောနေပိုင်းဖြစ်စေ ကျောင်းတက်ခေါ်စေလောင်းမထိုးမှ ကျောင်းသို့ရောက်ရမည်။
- ၂။ ကျောင်းမတက်မှ ပြုလုပ်သောစုဝေးမွှဲ(Assembly)သို့ မပျက်မကွက် တက်ရောက်ရမည်။
- ၃။ အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာကြောင့် အတန်းတက်ချိန်နောက်ကျပါက အတန်းပိုင်ဆရာမ သို့မဟုတ် အတန်းတွင်ရှိ ဆရာထဲ ဝင်ခွင့်ပန်ပြီး ခွင့်ပြုချက်ရမှ အတန်းတွင်သို့ဝင်ရမည်။
- ၄။ ကျောင်းပျက်လျှင် ခွင့်တိုင်ရမည်။
- ၅။ ကျောင်းသားအချင်းချင်းဖြစ်စေ ဆရာ/ဆရာမများနှင့်ဖြစ်စေ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာ ဆက်ဆံရမည်။
- ၆။ ကျောင်းသားအချင်းချင်း ကြီးစဉ်ကယ်လိုက်စောင့်ရှောက်ရမည်။
- ၇။ ကျောင်းအဆောက်အအုံ ပရီဘောဂများနှင့် ကျောင်းပိုင်ပစ္စည်းများကို ပိုမိုကြောင့်မပျက်စီး မပျောက်ပျက်စေရန် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရမည်။
- ၈။ ကျောင်းက အခါအားလျှင်စွာ ထုတ်ပြန်သောစည်းကမ်းများကို လိုက်နာရမည်။
- ၉။ ကျောင်းသားများ အချင်းချင်း ဆွေးထွက်သံယုံဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ခြင်း၊ နာကျင်စေခြင်းများ ပြုလုပ်ပါက ကျောင်းမှထုတ်ပယ်သည်အထိ အရေးယူနိုင်သည်။

ကျောင်းအတွင်းဆောင်ရန်ရှောင်ရန်များ

မှတ်: သင့်ကျောင်းတွင် မည်သည့်အရာများကိုပြုလုပ်သင့်ပြီး မည်သည့်အရာများကိုရှောင်ကြုံရမည်။ အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးပြီး အောက်ပါလေားကိုဖြည့်ပါ။

ပြုလုပ်ရမည့်အရာများ(ဆောင်ရန်)	မပြုလုပ်ရမည့်အရာများ(ရှောင်ရန်)
ဆရာ/ဆရာမများကို ချို့သာစွာပြောဆိုဆက်ဆံရမည်။	ဆရာ/ဆရာမများကို အော်ကာစ်မပြောရ။

(ခ)စာသင်ခန်းစည်းကမ်းများ

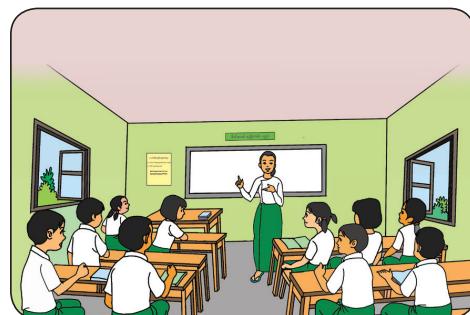
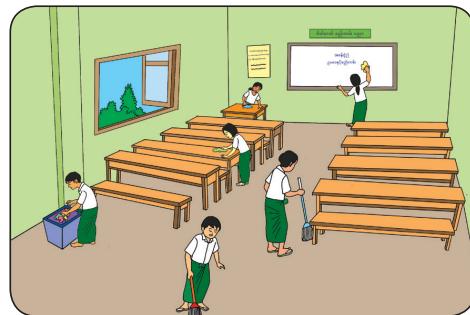
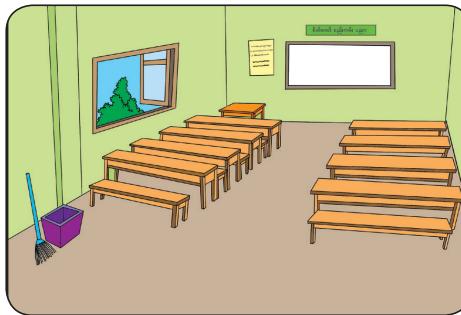
စာသင်ခန်းစည်းကမ်းများလိုက်နာခြင်း

စာသင်ခန်းတိုင်းတွင် စာသင်ခန်းစည်းကမ်းရှိရမည်။ ထိုစည်းကမ်းများကို အတန်းပိုင်ဆရာနှင့် ကျောင်းသုံးများ စုပေါင်းချမှတ်ရမည်။ စာသင်ခန်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာခြင်းဖြင့် သင့်ကျောင်းသည် စည်းကမ်းရှိသော စာသင်ကျောင်းတစ်ကျောင်းဖြစ်လာမည်။

 သင်တို့စာသင်ခန်းတွင် လိုက်နာကျင့်သုံးသင့်သော စာသင်ခန်းစည်းကမ်းအချို့ကို ချမှတ်ပါ။ အဓိကကျေသည့်အချက် ၅ ချက်ကို အုပ်စုလိုက် ရွှေးချယ်ပါ။

ရပ်ပုံလေ့လာခြင်း

 ရုပ်ပုံများကိုလေ့လာပါ။ စည်းကမ်းရှိသောစာသင်ခန်းဟု သင်ယူဆပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ အုပ်စုလိုက် လေ့လာဆွေးနွေးပါ။



စာသင်ခန်းစဉ်းကမ်းများကိုလိုက်နာခြင်းနှင့်မလိုက်နာခြင်းတို့၏အကျိုးဆက်များ

အောက်ပါမေးခွန်းများကိုအုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနေးပါ။

(က) စာသင်ခန်းစဉ်းကမ်းများကိုလိုက်နာခြင်းဖြင့်မည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးများရရှိမည်နည်း။

(ခ) စာသင်ခန်းစဉ်းကမ်းများကိုမလိုက်နာခြင်းဖြင့်မည်သည့်အကျိုးဆက်များဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သနည်း။

အဓိကအချက်များ

- ကျောင်းစဉ်းကမ်းနှင့်စာသင်ခန်းစဉ်းကမ်းများကိုလိုက်နာသူသည်စဉ်းကမ်းရှိသူဖြစ်သည်။နောက်လိုက်တောင်းတစ်ယောက်အဖြစ်လည်းကောင်း၊ခေါင်းဆောင်ကောင်းတစ်ယောက်အဖြစ်လည်းကောင်းဆောင်ရွက်နိုင်ပေမည်။
- ကျောင်းစဉ်းကမ်းနှင့်စာသင်ခန်းစဉ်းကမ်းများသည်ကျောင်းသားများအေးချမ်းလုံခြုံမှုနှင့်ဘက်စုံဖြီးတိုးတက်မှုရှိစေရန်ရည်ရွယ်ချမှတ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။စဉ်းကမ်းကောင်းမွန်သောကျောင်းသားသည်တာဝန်ကိုကျော်ဖွံ့ဖြိုးအောင်ဆောင်ရွက်သူဖြစ်သည်။
- ကျောင်းစဉ်းကမ်း၊စာသင်ခန်းစဉ်းကမ်းများကိုလိုက်နာကျင့်သုံးတတ်သောကျောင်းသားများသည်ကျောင်းသားကောင်းများဖြစ်ပြီးထိုမှုတစ်ဆင့်မြှုပ်နှံရန်နှင့်နားလည်ပြီးလက်တွေကျင့်သုံးသောနိုင်ငံသားကောင်းများဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

လွှေကျင့်ခန်း

ဂိုစတာပြုလုပ်ခြင်း

ကျောင်းသားများအေးချမ်းလုံခြုံမှုနှင့်ဘက်စုံဖြီးတိုးတက်မှုရှိစေရန်စာသင်ခန်းအတွင်းတွင်မည်သည့်စဉ်းကမ်းများကိုလိုက်နာသင့်သနည်း။သင်၏သူငယ်ချင်းများနှင့်ဆွေးနွေးသဘောတူညီမှုရယူပြီးပိုစတာတစ်ခုစုပေါင်းဖန်တီးပါ။

သင်ခန်းစာ (၃.၂) ကျောင်းကောင်စီ

ကျောင်းကောင်စီဆိုသည်မှာကျောင်းဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရာတွင်လွတ်လပ်စွာထုတ်ဖော်ပြောဆိုခွင့်၊ရွှေးချယ်တင်ပြောက်ပွဲများတွင်ပါဝင်ခွင့်စသည်တိုကိုလေ့ကျင့်သင်ယူနိုင်ရန်စဉ်းမှုပြုးစဉ်းကမ်းနှင့်အညီဖွဲ့စဉ်းထားသောဆရာများနှင့်ကျောင်းသားများပါဝင်သောကျောင်းတွေအဖွဲ့အစဉ်းတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။

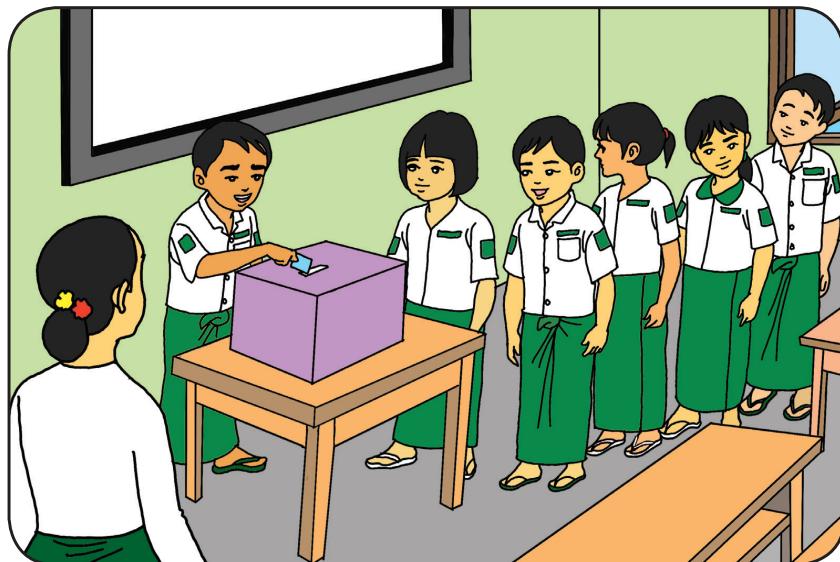
ထိုပြောဆိုခွင့်ကျောင်းကောင်စီလူပ်ရှားမှုများတွင်ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့်ကျောင်းတွေ့ဒီမိုကရေစီအလေ့အကျင့်ကောင်းများကိုရှင်သနဖွံ့ဖြိုးစေပါသည်။ကျောင်းကောင်စီအသင်းအလိုက်ကျရာတာဝန်များကိုပါဝင်ထားဆောင်ခြင်းဖြင့်တာဝန်ယူတတ်သောအလေ့အကျင့်ကောင်းများရှိလာနိုင်သည်။ထိုမှုတစ်ဆင့်ဒီမိုကရေစီကိုနားလည်ပြီးလက်တွေကျင့်သုံးသောနိုင်ငံသားကောင်းများဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

ကျောင်းကောင်စီရွေးချယ်တင်မြောက်ပဲများ၏ အရေးပါပဲ

ကျောင်းကောင်စီရွေးချယ်ပဲသည် ကျောင်းကောင်စီ၏ လူပ်ရှားမှုလုပ်ငန်းများအနက်တစ်ခု ဖြစ်သည်။ ကျောင်းသားများ၏ သဘောထားဆန္ဒများဖြင့် ကျောင်းကောင်စီခေါင်းဆောင်များကို ရွေးချယ်တင်မြောက်နှင့်ပေးသည်။ ပိမိတို့ရွေးချယ်ပဲလိုက်သော ကျောင်းကောင်စီ ခေါင်းဆောင်များ၏ ဦးဆောင်မှုဖြင့် ကျောင်းဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများ၊ ကျောင်းသန္တရှင်း သာယာလှပရေးလုပ်ငန်းများကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျပါဝင်ခြင်းဖြင့် တာဝန်ယူတတ်သူများ ဖြစ်လာပေမည်။

ကျောင်းကောင်စီရွေးချယ်တင်မြောက်ပဲ

၁။ ကျောင်းကောင်စီရွေးချယ်ပဲတွင် ပါဝင်ဖူပါသလား။ အောက်ပါပဲသည် ကျောင်းကောင်စီရွေးချယ်ပဲတွင် ကျောင်းသားများပါဝင်နေပဲဖြစ်ပါသည်။ ကျောင်းကောင်စီရွေးချယ်ပဲများတွင် ပါဝင်ခြင်းဖြင့် မည်ကဲသို့သော အလေ့အကျင့်ကောင်းများ ရရှိနိုင်သည်ကို သူငယ်ချင်းများနှင့်ဆွေးနွေးပါ။



ကျောင်းကောင်စီဖွံ့ဖြိုးခြင်း

၂။ ကျောင်းကောင်စီတွင်ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း

ကျောင်းကောင်စီသည်ကျောင်းသားများကို ကျောင်း၏လူပ်ရှားမှုများတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ဦးဆောင်ပေးသည့် အရေးပါသောအဖွဲ့အစည်းဖြစ်သည်။ ကျောင်းကောင်စီတွင် ကျောင်းအုပ်ကြီးက ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ်ဦးဆောင်၍ ဆရာများနှင့် ကျောင်းသားများသည် ရည်မှန်းချက်၊ ရည်ရွယ်ချက်များ အောင်မြင်စေရန် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြပါသည်။ ကျောင်းကောင်စီက ချမှတ်ထားသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့်အညီ ဆောင်ရွက်နိုင်သော ဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများလည်းရှိသည်။

ကျောင်းကောင်စီရွှေ့ကောက်ပွဲတွင်ပါဝင်ပြီး အတွင်းရေးမှူးအဖြစ် ရွှေ့ချယ်ခံရသောကျောင်းသူ တစ်ဦး၏ အောက်ပါကြိုးဆိုနှင့်ခွင့်းဆက်စကားကို လေ့လာပါ။

ကျောင်းကောင်စီအသင်းဝင်သူငယ်ချင်းအားလုံးမင်္ဂလာပါရှင်

ကျွန်ုင်မကတော့ ကျောင်းကောင်စီအတွင်းရေးမှူးအဖြစ် ရွှေ့ချယ်တင်မြောက်ခြင်းခံရတဲ့ နိုဝင်ဘာန်းကျောင်းသူ မေးမြတ်အောင်ဖြစ်ပါတယ်ရင့်။ ကျောင်းကောင်စီဆိုတာ ကျောင်းဖွံ့ဖြိုး ပေါ်လုပ်ငန်းတွေကို ဆောင်ရွက်တဲ့အခါ လွှတ်လပ်စွာ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခွင့်၊ ရွှေ့ချယ်တင် မြောက်ပွဲများတွင် ပါဝင်ခွင့်တွေကို လေ့ကျင့်သင်ယူနိုင်ရန် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနဲ့အညီ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ကျောင်းတွင်းအဖွဲ့အစည်းတစ်ရိပ်ပါပြစ်ပါတယ်။

ပထမဦးစွာ ကျွန်ုင်မကကျောင်းကောင်စီ အတွင်းရေးမှူးအဖြစ် ရွှေ့ချယ်တင်မြောက် ခဲ့ကြတဲ့ သူငယ်ချင်းတို့အားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ကျောင်းကောင်စီဟာ ကျွန်ုင်မတို့ ကျောင်းအတွက် အလွန်အရေးပါတဲ့ အဖွဲ့အစည်းတစ်ရိပ်ပါပြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းကောင်စီ လှုပ်ရှုးမှုတွေမှာ တက်ကြစွာပါဝင်ဆောင်ရွက်ပြောပြီး တာဝန်ဆို တာဝန်ကျေပွန်တဲ့ ကျောင်းသူ ကျောင်းသားများဖြစ်လာမဲ့ အပြင်ကျောင်းစည်းကမ်းတွေကိုလိုက် နာဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် စည်းကမ်းရှိသူတွေလ ဖြစ်လာမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟကိုပိုအရေးပြုးတာက ကျောင်းကောင်စီက တစ်ဆင့် ကျွန်ုင်မတို့အားလုံး ကျောင်းလုပ်ငန်းတွေကို ညီညွတ်ညွတ်နဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက် နိုင်တော့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်ုင်မတို့ကျောင်းကောင်စီမှာ ကျောင်းအုပ်ကြီးး ဆရာ၊ ဆရာမတွေနဲ့ ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားအားလုံး ပါဝင်ဆောင်ရွက်ကြော့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းကောင်စီ အသင်းခေါင်းဆောင်တွေတို့ ကျောင်းသူ ကျောင်းသားအားလုံးက ဆန္ဒမဲ့ပေး ရွှေ့ချယ်နိုင်တယ် ဆိုတာ အားလုံးအသိပ်ပြစ်ပါတယ်။ ဒါဟကာမိမိကရေစိစန်းရဲ့ အရေးပါတဲ့အလေ့အထပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်ုင်မတို့ကျောင်းကောင်စီမှာအနော်ရထားကျွန်ုင်သား ဘုရှင်နောက် အလောင်းဘုရားနဲ့ ပဲနဲ့လဆိုတဲ့အသင်းပါးသင်းပါဝင်ပါတယ်။ ကျွန်ုင်မက ပဲနဲ့လအသင်းဝင်ပါ။ ကျောင်းကောင်စီ ဆောင်ပုဂ္ဂကတော့စုပေါင်းညီညာအောင်ကြောင်းဖြာနဲ့အများအကျိုးဆောင်ကိုယ့်အကျိုးအောင် တို့ပဲဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်ုင်မတို့ ချုပ်ခေါင်လေးစားရတဲ့ ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီးဒေါ်မြတ်မြင့်ခိုင်က ကျောင်းကောင်စီဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဆောင်ရွက်မှာဖြစ်ပြီး ဒုတိယ ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဆရာဦးးကျော်လွှင်က ရွှေ့ကောက်ခံရပါတယ်။ ကျွန်ုင်မကတော့ အတွင်းရေးမှူး အဖြစ်ဆောင်ရွက်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းရဲ့လျှပ်ရှုးမှုတွေကို ကျောင်းကောင်စီအဖွဲ့နဲ့အတွက် အားလုံးရဲ့ ဝိုင်းဝန်းပူးပေါင်းမှုနဲ့ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားကြပါစို့လို့ တိုက်တွန်းရင်း နိုင်းချုပ်အပ်ပါတယ်ရှင်။ အားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။



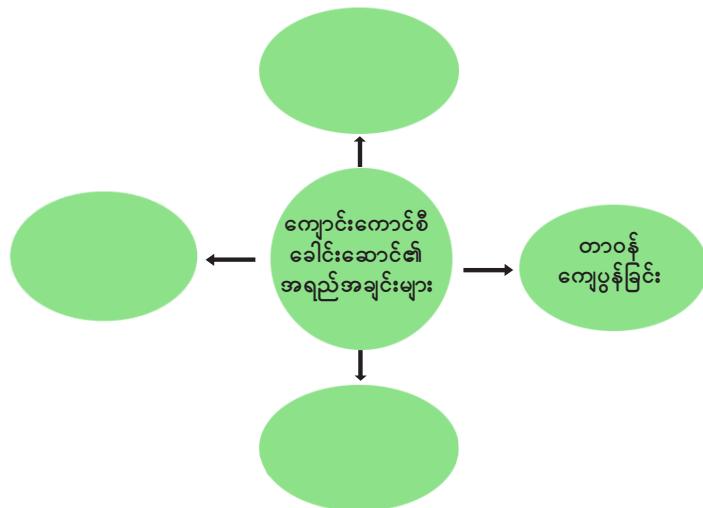
အောက်ပါတို့ကို ဆွေးနွေးဖြေဆိုပါ။

- (က) ကျောင်းကောင်စီကို အဘယ်ကြောင့်ဖွဲ့စည်းသင့်သနည်း။
- (ဂ) ကျောင်းကောင်စီတွင် မည်သူတို့ပါဝင်နိုင်သနည်း။ မည်သည့် အသင်းများပါဝင်သနည်း။ မည်သူ့ ဖွဲ့စည်းထားသနည်း။
- (ရ) ကျောင်းကောင်စီလှုပ်ရှုးမှုများတွင် မည်ကဲ့သို့ပါဝင်ဆောင်ရွက်မည်နည်း။

ကျောင်းကောင်စီကတိသွား

ကျောင်းကောင်စီခေါင်းဆောင်ဖြစ်ထိုက်သူ၏အရည်အချင်းများဖော်ထုတ်ခြင်း

 ကျောင်းကောင်စီခေါင်းဆောင်များတွင်မည်သည့်အရည်အချင်းများနှင့်သနည်း။ အပ်စလိုက်ဆွဲးနေးဖော်ထုတ်ပြီး အောက်ဖော်ပြပါပါယွင်းဖြည့်စက်ပါ။



ကျောင်းကောင်စီကတိသွား င ရပ်

 ကျောင်းကောင်စီခေါင်းဆောင်များနှင့် ကျောင်းကောင်စီအသင်းဝင်များအားလုံးသည် အောက်ပါ ကတိသွား င ရပ်ကို လိုက်နာကျင့်သုံးရမည်။

- ၁။ မိမိကိုယ်ကိုကောင်းအောင်ကြီးစားမည်။
- ၂။ မိမိအတန်းကို ကောင်းအောင်ကြီးစားမည်။
- ၃။ မိမိကျောင်းကိုကောင်းအောင်ကြီးစားမည်။
- ၄။ မိမိတိုင်းပြည်အတွက်ကောင်းအောင်ကြီးစားမည်။

 အထက်ပါ ကတိသွားများကိုမည်ထို့ နားလည်သည်ကိုဆွဲးနေးပါ။

ကျောင်းကောင်စီသိချင်းကို အသင်း ၅ သင်းဖွံ့ဖြိုး ညီညာတက်ကြစွာသုံးပြိုင်သိဆိုပါ။

ကျောင်းကောင်စီသိချင်း

(မိမိကိုယ်ကို ကောင်းအောင်ကြီးစားမည် ×× မိမိအတန်းကို ကောင်းအောင်ကြီးစားမည် ×× မိမိကျောင်းကို ကောင်းအောင်ကြီးစားမည် ×× မိမိတိုင်းပြည်အတွက် ကောင်းအောင်ကြီးစားမည် ××)၂

ကတိလေးချက်ကိုမှတည် ×× ဖွဲ့စည်းခဲ့တဲ့ကျောင်းကောင်စီ ×× အသင်းပါးသင်းဖွဲ့ (ခွဲ)ပါသည် ×× အနောက်ရထား ကျွန်ုပ်စစ်သားနဲ့ဘူရင့်နောင် ×× အလောင်းဘူရားနဲ့ပစ္စာလတဲ့အမည် ×× ကိုယ့်ဝန်ကိုယ်ထမ်း ×× လုပ်ငန်းမှန်သမျှ စုပေါင်းဆောင်ရွက်မည် ×× ကိုယ်ကောင်းရန် ×× တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန် ×× ထက်သန်သော မျိုးချစ်စိတ်နဲ့ ×× ဒွဲလွှဲလအညီ ကိုယ်အားကိုကိုယ်ကိုးလို့ ×× ကိုယ်ကျိုးစွဲကြမည် ×× ကျောင်းတွင်း ဒီမိုကရေစိတုထောင်မည် ×× ပြည့်သူ့သားကောင်းသမီးကောင်း ကျောင်းကောင်စီ ××။

အမိကအရျက်များ

- ကျောင်းကောင်စီလုပ်ငန်းများတွင်ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့်ကျောင်းနှင့်လူမှုအဖွဲ့အစည်းများအတွက် ဒီမိုကရေစိကျင့်စဉ်များကို လက်တွေ့လေ့ကျင့်သင်ယူရာ ရောက်ပေသည်။ နောင်တစ်ခါးနှင့်တွင် သင့်နိုင်ငံ၏ ဒီမိုကရေစိလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်လာနိုင်သူတစ်ဦးပြစ်လာပေမည်။
- ကျောင်းကောင်စီအဖွဲ့ဝင်အသီးသီးသည်အတူတက္ခ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကျောင်း၏ လူပိရှားမှုလုပ်ငန်းများအတွက် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း၊ သဘောတူညီခြင်း၊ မတူညီခြင်း၊ အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း၊ အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းများကို သာတူညီမြှုပြုလုပ်နိုင်သည့် အခွင့်အလပ်းများရရှိကြသည်။ အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးချင်းစီ၏ တာဝန်နှင့်အခွင့်အရေးများရရှိရေးကိုလည်းအားပေးသည်။
- ကျောင်းသားများသည် လူမှုအဖွဲ့အစည်း၊ နိုင်ငံအတွက်တာဝန်နှင့် အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်ကောင်းများရရှိပြီး နိုင်ငံသားကောင်းများ ဖြစ်လာပေမည်။

 အုပ်စုအလိုက် ကျောင်းကောင်စီခေါင်းဆောင်များနှင့်တွေ့ဆုံးပြီး အောက်ပါ အချက်အလက် များကို မေးမြန်းဆွေးနွေးပါ။

- သင်တို့အသင်းက မည်သည့်ကျောင်းကောင်စီလူပိရှားမှုကို ဆောင်ရွက်နေသနည်း။
- ထိုလူပိရှားမှုများဆောင်ရွက်ရန် မည်သည့်အစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်ထားသနည်း။
- ထိုလူပိရှားမှုများကို အစီအစဉ်တကျဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့ပါသလား၊ အခက်အခဲများရှိခဲ့ပါသလား၊ ရှိခဲ့ပါက မည်သို့ကျော်လွှားခဲ့သနည်း။

သင်ခန်းစာ(၃.၃) စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေ၏ အရေးကြီးမှု

လူအဖွဲ့အစည်းများနှင့် နိုင်ငံတော်တွင် နိုင်ငံသားများကျင့်သုံးလိုက်နာရမည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ ချမှတ်ထားသည်။ ထိုစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေများကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် လူအဖွဲ့အစည်းအတွင်း စည်းစနစ်ကျနှုန်းမှုနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။

သိရှိထားရမည့် အမိပွာပ်ဖွင့်ဆိုချက်များ

စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း

အိမ်၊ ကျောင်း၊ ရပ်ရွာစသော လူအဖွဲ့အစည်းတိုင်းတွင် လိုက်နာရန် သတ်မှတ်ထားသော အပြုအမှုစုနှင့်များရရှိကြသည်။ ထိုအပြုအမှုစုနှင့်များသည် သက်ဆိုင်ရာ လူအဖွဲ့အစည်း၏လွှတ်လပ်မှု၊ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုနှင့်တိုးတက်မှုအတွက် သတ်မှတ်ထားခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ဥပဒေ

ဥပဒေဆိုသည်မှာ အများပြည့်သူတို့လိုက်နာရန် ဥပဒေဖြေအာဏာပိုင်အဖွဲ့က ပြဋ္ဌာန်းထားသည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း၊ ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေပင်ဖြစ်သည်။

(က) စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေကိုလိုက်နာရန်လိုအပ်ခြင်း:

၁၃ ကျောင်းသုံးများအား ကျောင်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာစေရာမှ မိမိနိုင်ငံ၏ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေများကို လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်သော နိုင်ငံသားကောင်းများ ဖြစ်လာစေသည်။

ကျောင်းတွင် ကျောင်းစည်းကမ်းများရှိသကဲ့ထို လူအဖွဲ့အစည်းတော်ကောင်းလုပ်ခြုံရန်နှင့် ပြည်သူ့လူထု၏ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်စောင့်ရောက်နိုင်ရန် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေများကို နိုင်ငံတိုင်းတွင် ထုတ်ပြန်ထားရှိ ကြသည်။ နိုင်ငံသားတိုင်းသည် ထုတ်ပြန်ထားသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေများကို လိုက်နာကျင့်သုံးရန် လိုအပ်သည်။

အောက်ပါ အဆိုအမိန့်များက စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေကို လိုက်နာသင့်ပြောင်းဖော်ပြန်သည်။



လွတ်လပ်ရေးဆိုတဲ့ အမို့ပွားယောက်ဟာ စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ သဘောမျိုးမဟုတ်ဘူး။ စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့သဘောမျိုးသာဖြစ်တယ်။ စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့ရှိမှုသာလျှင် လွတ်လပ်ရေးဆိုတာဖြစ်နိုင်တယ်။ အဲဒီတော့ လွတ်လပ်ရေးဆိုတာကို ကျွန်တော်တို့ရတဲ့အခါမှာလဲ နားလည်ရမှာက ငါတို့တိုင်းပြည်ဟာ ပို့ပြီးစည်းကမ်းရှိဖို့လိုတယ်။

(ပုံလျှပ်အောင်ဆန်း၏မိန့်ခွန်းကောက်နှင့်ချက်

စည်းကမ်းဆိုသည်မှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်က(ဝါ) လူတစ်စုက အတင်းအကျပ် ပြုလုပ်ထားရှိသဖြင့် ကျွန်လူ အများကလိုက်နာရသည့် စည်းကမ်းမျိုးမဟုတ်ဘဲ လူတိုင်းက သဘောပေါက်ပြီးလျှင် ကျွန်းကြုံလိုက်နာကြရသည့် စည်းကမ်းမျိုးဖြစ်စေလိုပေသည်။ လူအများနှင့် ရောနောနေ ထိုင်ရသဖြင့် လူအများ၏ အကျိုးအတွက်(ဝါ) လူအများ အား အနောင့်အယုက်မဖြစ်စေရန်အတွက် စောင့်စည်းရ သော စည်းကမ်းမျိုးသာဖြစ်ရမည်။

(ဦးသန်း)
ဦးသန်း၏ ကျောင်းတွင်းဒီမိုကရေစီ
စာအုပ်မှ ကောက်နှင့်ချက်



[ဣ] နေစဉ်လူမှုဘဝတွင် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေကိုလိုက်နာခြင်း ရပ်ပုံများကို
ကြည့်ပြီး မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုပါ။

- အောက်ပါသက်တ အမှတ်အသားများတွင် မည်သည့်စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာရန်ဖော်ပြထားပါသနည်း။
- ထိစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာရန်အဘယ်ကြောင့် လိုအပ်သည်ဟု ထင်ပါသနည်း။
အဘယ်ကြောင့်နည်း။

၁။

၁။



၂။

၂။



၃။

၃။



၄။

၄။



၅။

၅။

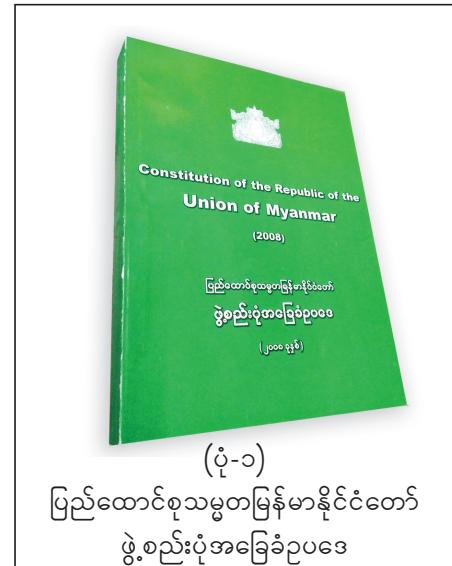


အချက်အလက်များကိုရှာဖွေခြင်း

- အောက်ပါအချက်အလက်များကိုသိရှိစေရန် သင်၏ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့်မေးမြန်းဆွေးနွေးပါ။
- ကျောင်းမှန်စေးတန်းတွင် ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများ လိုက်နာရမည့်စည်းကမ်းများ
 - သန့်စင်ခန်းအသုံးပြုမှုနှင့်ပတ်သက်သောစည်းကမ်းများ
 - ကျောင်းသွားကျောင်းပြန်ချိန်နှင့်ပတ်သက်သောစည်းကမ်းများ
 - အမှိုက်စွဲနှင့်ပတ်ရာတွင် လိုက်နာသင့်သောစည်းကမ်းများ

(၁)နိုင်ငံဥပဒေနှင့်စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း၏ အရေးပါမှု

၁။ ကမ္ဘာပေါ်ရှိနှင့်တိုင်းလိုလိုတွင် ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေကို ရေးဆွဲပြဋ္ဌာန်းထားရှိသည်။ (ပုံ-၁) ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေသည် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ အမြှင့်မားဆုံးသော ဥပဒေဖြစ်သည်။ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ ရည်မှန်းချက်များနှင့် အလေးထား တန်ဖိုးထားမှု များကို ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေတွင် ဖော်ပြသည်။ ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေအရ အခြားသော ဥပဒေနှင့် စည်းကမ်းများကို ရေးဆွဲတော်သည်။ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံ ဥပဒေတွင်နိုင်ငံသားတိုင်းတန်းတူညီမှု အခွင့်အရေး ရရှိစေရန် ရေးဆွဲပြဋ္ဌာန်းထားသည်။



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်
ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ

အပ်စုံယွေးနွေးပါ။

၂. အောက်ပါ ဥပဒေနှင့်စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်းမရှိပါက မည်သည့် အခြေအနေများ ဖြစ်ပွားလာနိုင်သနည်း။ ဖြစ်နိုင်သည့် အခြေအနေတစ်ခုစိုက် ဆွေးနွေးဖော်ထုတ်ပါ။

ဥပဒေနှင့်စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ	ဖြစ်နိုင်သည့်အခြေအနေ
၁။ သူတစ်ပါး၏ပစ္စည်းကိုဖျက်ဆီးခြင်းမပြုရ။	
၂။ ကလေးများသည်ပညာသင်ယူခွင့်ရရှိရမည်။	
၃။ နိုင်ငံသားများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ ပေးနိုင်ရန် ပြည်သူလူထုသည် အခွန်အကောက် များကို နိုင်ငံတော်သို့ပေးဆောင်ရမည်။	
၄။ ပြည်သူလူထုအားလုံးသည်ခြေားခံရမှုမရှိဘဲ ကျော်မာရေးစောင့်ရောက်မှုကိုရရှိသင့်ကြသည်။	
၅။ ဥပဒေအရ တားမြှစ်ထားသော ဆေးဝါးများကို မသံ့ဖွံ့ရ။	
၆။ လူတိုင်းသည် လမ်းစည်းကမ်းများကို လေ့လာရမည်။	
၇။ ကလေးများနှင့် လူငယ်များကိုအရက်သောက် သုံးခွင့်မပြုစေရ။	

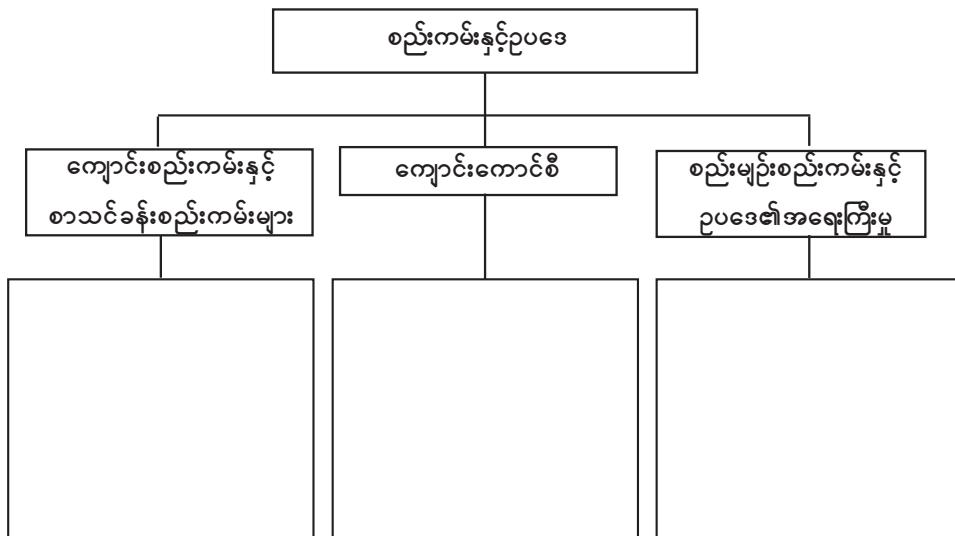
အမိကအချက်များ

- စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေသည် နိုင်ငံသားများအနေဖြင့် မည်ကဲ့သို့ ပြုမှုလိုက်နာရမည်ဆို သည်နှင့် အစိုးရအနေဖြင့် လုပ်ခြေမှာ အေးချမ်းမှုနှင့် တရားဥပဒေစိုးမီးမှုအတွက် မည်သို့ဆောင်ရွက်ရမည်ကို သတ်မှတ်ထားခြင်းပင်ဖြစ်သည်။
- နိုင်ငံသားများသည် နိုင်ငံတော်ကချမှတ်ထားသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေများကို လိုက်နာရမည်။
- ဥပဒေကိုချိုးဖောက်ပါက လူအဲဖွံ့ဖြိုးစည်းနှင့်နိုင်ငံတော်၏ တည်ပြုမှုအေးချမ်းမှုကို ပျက်ယွင်းစေသည့်အတွက် ထိုက်သင့်သောအပြစ်ဒဏ်ခံရမည်။

အောက်ပါမေးခွန်းများကို ရေးသားဖြေဆိုပါ။

- သင်သည် စည်းကမ်းကိုလေးစားလိုက်နာသူတစ်ဦးဖြစ်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
- အခြားသူများကို တရားဥပဒေ လေးစားလိုက်နာသူတစ်ဦးဖြစ်လာစေရန် သင်မည်သို့တိုက်တွန်းမည်နည်း။
- ကလေးများသည်ပညာသင်ယူခွင့်ရှိရမည်ဆိုသောဥပဒေပြဋ္ဌာန်းချက်ကိုသင်ထောက်ခံပါသလား။ သင်၏အမြင်ကို ဆွေးနွေးပါ။

အခန်း(၃)တွင် သင်ယူခဲ့ရသည့်အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။



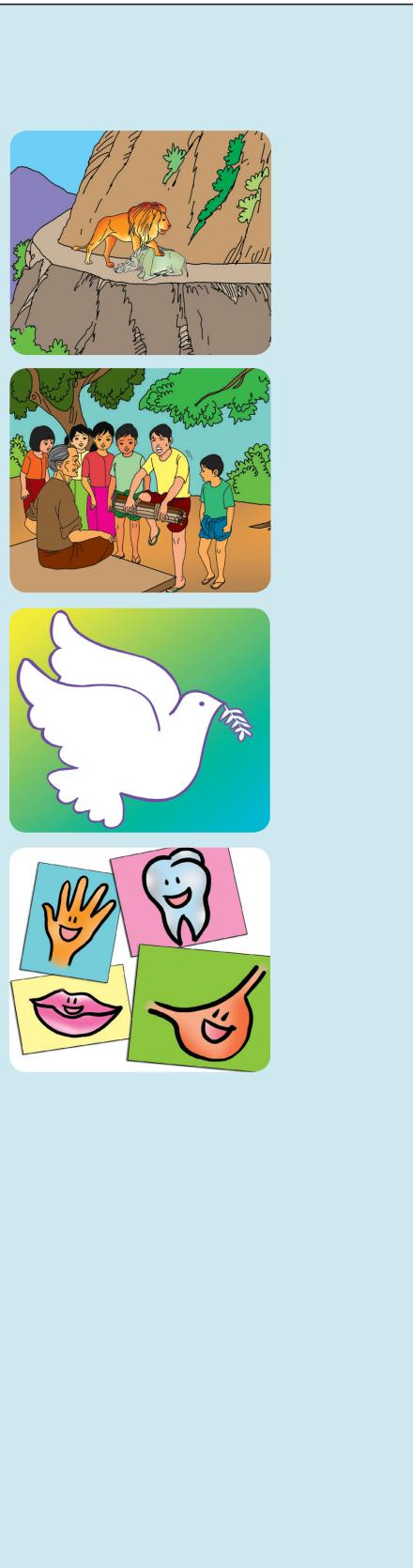
အခန်း(၄)

ြြမ်းချမ်းစွာအတူယှဉ်တဲ့နေထိုင်ခြင်း

ကျောင်းသုံးများသည် ြြမ်းချမ်းရေးကို မြတ်နိုးတတ်ပြီး ြြမ်းချမ်းရေးကို တန်ဖိုးထားထိန်းသိမ်းတတ်သူများ ဖြစ်စေရန် လေ့ကျင့်သင်ယူရမည်။ အိမ်တွင်ဖြစ်စေ ကျောင်းတွင်ဖြစ်စေ ရပ်စွာတွင်ဖြစ်စေ အငြင်းပွားမှုများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြော်တွေ့ရသည်အခါ ြြမ်းချမ်းစွာဖြေရှင်းနိုင်ရန် လေ့ကျင့်သင်ယူကြရမည်။ သို့သော မိမိတို့ နေထိုင်ရာပတ်ဝန်းကျင်တွင် ြြမ်းချမ်းစွာအတူယှဉ်တဲ့နေထိုင်တတ်မည်။

ဤအခန်းပြီးလျှင် ကျောင်းသုံးများသည် အောက်ပါ တို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

- ြြမ်းချမ်းရေးကို ချစ်မြတ်နိုးတတ်သော လူတစ်ယောက်၏ သဘောထားနှင့် အပြုအမှုကောင်းများကို သိရှိနားလည်ပြီး နေ့စဉ်ဘဝတွင် ကျင့်သုံးတတ်မည်။
- မိသားစုအတွင်း ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိသော အငြင်းပွားမှုများကို ြြမ်းချမ်းစွာ ဖြေရှင်းနိုင်မည်နည်းလမ်းများ အကြော်ပြုတတ်မည်။
- ကျောင်းတွင် ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိသော အငြင်းပွားမှုများကို ြြမ်းချမ်းစွာ ဖြေရှင်းနိုင်မည်နည်းလမ်းများ အကြော်ပြုတတ်မည်။
- ကျောင်းတွင်ြြမ်းချမ်းစွာနေထိုင်တတ်မည်။



သင်ခန်းစာ (၄.၁) ဌိမ်းချမ်းရေးစိတ်ဆက်

ဌိမ်းချမ်းရေးဆိုသည့် စကားလုံးကို လူမျိုး၊ ဒေသကွဲပြားမှုအပေါ်မှုတည်၍ အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုး ဖွင့်ဆိုကြပါသည်။ သို့သော် ဌိမ်းချမ်းရေးသည် မတူကွဲပြားမှုကို လေးစားတတ်ခြင်း၊ ပြဿနာများကို ဌိမ်းချမ်းစွာ ဖြေရှင်းတတ်ခြင်းနှင့် တစ်ဦးကိုတစ်ဦး နားလည်းမှုရှိခြင်း၊ သည်းခံခွင့်လွှဲတ်ခြင်းတို့အပေါ် တွင် အခြေခံပါသည်။

သိရှိထားရမည့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရှက်များ

ဌိမ်းချမ်းရေး

ဌိမ်းချမ်းရေးဆိုသည်မှာ စိုးရိမ်ပုပ်နှင့် အမျက်ဒေသထွက်ခြင်း၊ စိတ်အန္တာင့်အယူက် ဖြစ်ခြင်းများမရှိဘဲ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး တည်းပြုခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ လူအချင်းချင်းဆက်ဆံရာတွင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ရန်လိုအင်းပွားမှုမရှိခြင်း၊ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံနှင့်တစ်နိုင်ငံ အပြေားတိုက်ခိုက်မှု မရှိခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

အငြင်းပွားမှု သို့မဟုတ် ပဋိပက္ခ

အငြင်းပွားမှု သို့မဟုတ် ပဋိပက္ခဆိုသည်မှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးဆက်ဆံရာတွင် သဘောထားဂွဲလွှဲများ၊ နားလည်းကွဲလွှဲမှုများ ပေါ်ပေါက်သည့်အခါ ရန်လိုသောအပြုအမှုဖြင့် တွဲပြန်ခြင်းဖြစ်သည်။

အောက်ပါတို့ကို စဉ်းစားဆွေးနွေးပါ။

- သင့်ပတ်ဝန်းကျင်သည် ဌိမ်းချမ်းသောပတ်ဝန်းကျင် ဖြစ်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
- ဌိမ်းချမ်းသောပတ်ဝန်းကျင်တည်ဆောက်ရန် မည်သည့်အပြုအမှုများကို လိုက်နာရမည်နည်း။
- ဌိမ်းချမ်းသောပတ်ဝန်းကျင်တည်ဆောက်ရန် မည်သည့်အပြုအမှုများကို ရှောင်ကြည်ရမည်နည်း။

နှိမ့်ချုခြင်းအကျိုး

တစ်ရုံရောအခါ မြင့်မားသော တောင်ဗြီး

တစ်ခု၏တောင်စောင်းလမ်းတစ်နေရာတွင် ခြေချွေး

တစ်ကောင်နှင့် တော်ဝက်တစ်တို့ ရင်ဆိုင်

တွေ့မြှုပြုသည်။

တောင်စောင်းလမ်းမှာ အလွန်ကျဉ်းမြောင်း လှသည်။

တစ်ကောင်သာ သွားနိုင်ရှုရှိသည်။ တောင်

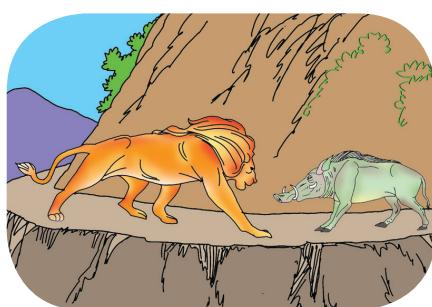
နံရံဗြီးမှာလည်းမြင့်မားသည်။ တောင်စောင်းလမ်းတစ်

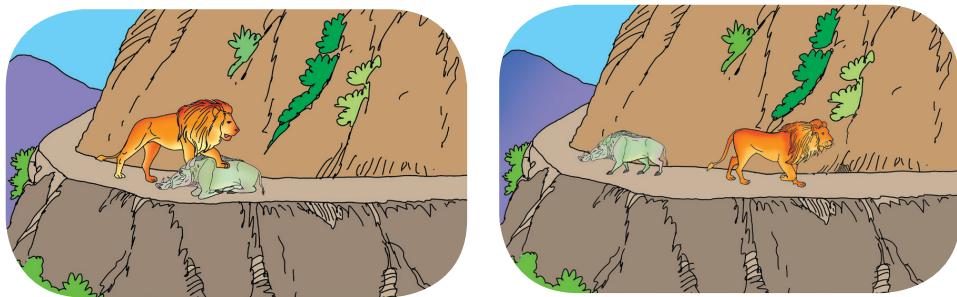
ဖက်တွင်လည်းနက်လှစွာသော ချောက်ဗြီးရှိနေသည်။

တစ်ကောင်ကို တစ်ကောင်တိုက်ခိုက်ပါက နှစ်ကောင်

လုံးချောက်ထဲသို့ကျ၍ သေဆုံးသွားကြမည်သာဖြစ်

သည်။





ဤတွင်စိတ်ထားမွန်မြတ်သောတော်ကဲလည့်မှာခွာဖြင့် ကိုယ်ကိုဝပ်၍ ပေးလိုက်သည်။ “အဆွဲခြင်း ကျွန်ုပ်၏ကျောကိုကျော်နင်းကာ သင်လိုရာအရပ်သို့သွားပါလော့” ဟူ၍ ဆို၏။

ခြင်းကလည်း “အဆွဲ သင်သည်မွန်မြတ်လျှပါပေသည်” ဟုဆိုကာ တော်ကို ကျောကို ညင်သာစွာနင်း၍ ကျော်ဖြတ်သွားသည်။ လိုရာအရပ်သို့ဖြင့် ချမ်းစွာထွက်သွားသည်။ ထိုအခါတွင်မှ တော်ကဲလည်း နေရာမှတကာ မိမိလိုရာ ခရီးသို့ထွက်ခွာသွားလေသည်။

မင်းယုဝေ

အောက်ပါတို့ကိုဆွဲ့နေးပေးပါ။

- ခြင်းနှင့်တော်ကဲတို့သည် လိုရာခရီးရောက်ရန် မည်သို့ဆောင်ရွက်ကြသနည်း။
- ခြင်းနှင့်တော်ကဲတို့၏ ညီနှင့်ဆောင်ရွက်မှုကို လေ့လာခြင်းဖြင့် သင်မည်သည်သင်ခန်းစာရရှိသနည်း။
- အငြင်းပွားမှုကိုအေးချမ်းစွာ ဖြေရှင်းခြင်းဖြင့်မည်သည့် အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်ပါသနည်း။

ြမ်းချမ်းရေးကို ဖြတ်နီးသူတစ်ဦး၏ သဘောထားနှင့် အပြုအမူကောင်းများ

ကျောင်းသုံးများသည် ြမ်းချမ်းရေးကို ဖြတ်နီးတန့်ထားတတ်သော အလေ့အကျင့်ကောင်းများရရှိရန် အလွန်အရေးကြီးသည်။ မိမိနေထိုင်ရာမိသားစု၊ စာသင်ကျောင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ပြုမှုပြောဆို နေထိုင်မှုများသည် ြမ်းချမ်းရေးကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရောက်သော အပြုအမှု၊ အပြောအဆို၊ အနေအထိုင်များ ဖြစ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ြမ်းချမ်းရေးကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ရန် ြမ်းချမ်းရေးကိုဖြတ်နီးသူတစ်ဦး၏ သဘောလက္ခဏာများကိုလေ့လာပြီးလက်တွေ့ကျင့်သုံးကြရမည်။

ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

ဖြစ်ရပ်(၁)

မေမေဖျော်သို့သွားနေစဉ် မောင်မောင်နှင့် ညီမလေး ကစားစရာလုရင်း ရန်ဖြစ်ကြသည်။ ကိုကိုက “ညီလေးနဲ့ညီမလေး ရန်မဖြစ်ရဘူးလေ၊ မောင်နှုမချင်းသင့်သင့်မြတ်မြတ် ကစားမှပေါ့ ညီလေးကလည်း ကိုယ့်ထက်အသက်ငယ်တဲ့ ညီမလေးကို ညာညာတာတာ ဆက်ဆံမှပေါ့။ ညီမလေးကလည်း ကိုယ့်အစ်ကိုကို ရှုရှိသေသေဆက်ဆံနော်”ဟု အကျိုးအကြောင်းကို ချို့သာစွာ ပြောဆိုဆုံးမသည်။

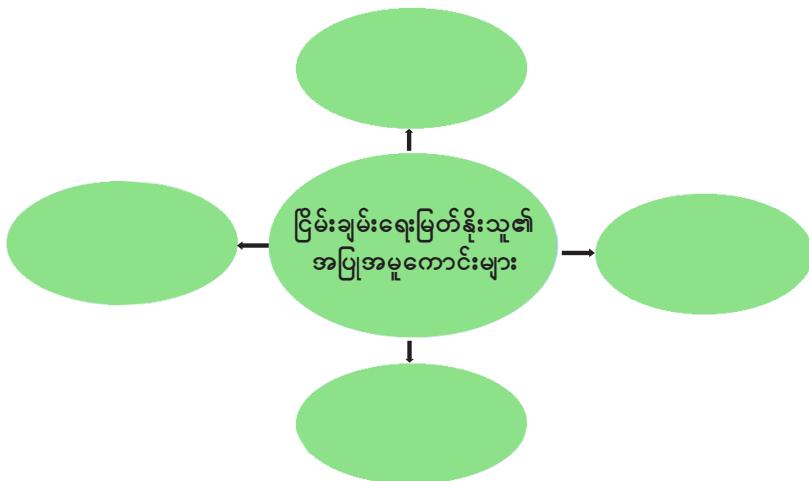
ဖြစ်ရင်(၂)

ဆင့်မတန်းကျောင်းသား မောင်ဝေဖြီးသည် ကျောင်းနောက်ကျေနောဖြင့် စာသင်ခန်းထဲသို့ အလျင်အဗြိုင်းဝင်လာစဉ် သူငယ်ချင်းဝေမှုးကို ဝင်တိုက်မိသဖြင့် စာအုပ်များကျကွော်သည်။ ဝေမှုးက “မင်းဘယ်လိုလုပ်လိုက်တာဘဲ”ဟုပြောသောအခါဝေဖြီးက “တမင်လုပ်တာမဟုတ်ပါဘူးသူငယ်ချင်းရယ် ဆရာမစာသင်တာမမိမှုစိုးလို့ မြန်မြန်လာလိုက်တာ၊ တိုက်မိသွားတာ တောင်းပန်ပါတယ်ကွာ” ဟု ချို့သာစွာ ရှင်းပြသည်။

အောက်ပါတို့ကို ဆွေးနွေးပေးပါ။

- (က) ညီအစ်ကိုမောင်နှုမအချင်းချင်း မည်သို့ပြုမှုဆက်ဆံရမည်နည်း။
- (ခ) သူငယ်ချင်းအချင်းချင်း မည်သို့ပြုမှုဆက်ဆံရမည်နည်း။
- (ဂ) သင့်အား နားလည်မှုလွှားပြီး ရန်လိုသည့် အပြုအမှုမျိုးဖြင့် ဆက်ဆံလာပါက မည်သို့တူပြန် မည်နည်း။

 ပြိုမ်းချမ်းရေးကို မြတ်နိုးသူတစ်ဦး၏ အပြုအမှုကောင်းများကို အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးဖော်ထုတ်ပါ။



ပြိုမ်းချမ်းရေးကို မြတ်နိုးသူတစ်ဦး၏ သဘောထားနှင့် အပြုအမှုကောင်းများကို နေ့စဉ် ဘဝတွင် မည်သို့ကျင့်သုံးမည်ကို ပိုစတာတစ်ခုဖန်တီးပါ။

အမိကအချက်များ

- တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ချစ်ခင်စွာဖြင့် အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်သင့်သည်။ အပြန်အလှန် လေးစားမှု စာနာနားလည်မှုဖြင့် ဆက်ဆပါက ပြိုးချမ်းသာယာသော အသိကိုအဝန်းတစ်ခုကို ဖန်တီးနိုင်ပါ လိမ့်မည်။
- အငြင်းပွားမှုများနှင့် ကြံးတွေ့ရသည့်အခါ အကြမ်းမဖက်ဘဲ ပြိုးချမ်းစွာဖြင့် ဖြေရှင်းသင့်သည်။ ထိုကြောင့်ပြိုးချမ်းရေးကို မြတ်နိုင်သူ၏သဘောထားနှင့် အပြုအမူကောင်းများကို လေ့လာပြီး တွေ့ကြံးရသော ပြဿနာများကို အေးအေးချမ်းချမ်း ဖြေရှင်းသင့်ပါသည်။

 အောက်ပါမေးခွန်းများကို ရေးသားဖြေဆိုပါ။

- ‘အငြင်းပွားမှု သို့မဟုတ် ပဋိပက္ခ’ကို မည်သို့နားလည်သနည်း။
- ‘ပြိုးချမ်းရေး’ကိုမည်သို့နားလည်သနည်း။
- ပြိုးချမ်းရေးကို မြတ်နိုင်သူများသည် မည်သို့သောသဘောထားနှင့် အပြုအမူများရှိကြပါသနည်း။
- ပြိုးချမ်းရေးကိုထိန်းသိမ်းရန် သင်မည်သို့ပြုမှုပြောဆို နေထိုင်မည်နည်း။
- ပြိုးချမ်းရေးကို ကာကွယ်ထိန်းသိမ်းရန် အဘယ်ကြောင့်အရေးကြီးပါသနည်း။
- ပြိုးချမ်းရေးကို မြတ်နိုင်သူ၏သဘောထားနှင့် အပြုအမူများမှ မည်သည့် အရည်အသွေးများကို သင်ပိုင်ဆိုင်ထားသနည်း။ မည်သည့်အရည်အသွေးများကို ထပ်မပြည့်ဆည်းရမည်နည်း။

သင်ခန်းစာ(င.၂) ပြိုးချမ်းရေးကိုမြတ်နိုင်ခြင်း

ကျောင်းသုံးများသည် အိမ်တွင်ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထုတို့သော အငြင်းပွားမှုများနှင့် ကျောင်းတွင် ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထုတို့သော အငြင်းပွားမှုများကို ဖြေရှင်းရာတွင် ပိမိနှင့်သူတစ်ပါးတို့ကို မထိခိုက်စေသော နည်းလမ်းများဖြင့် ပြိုးချမ်းစွာ ဖြေရှင်းခိုင်ရမည်။ ပြဿနာများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြံးတွေ့လာရပါက ပြိုးချမ်းစွာ ဖြေရှင်းခိုင်မည့်နည်းလမ်းများကို ဖော်ထုတ်လေ့လာကြရမည်။

 အောက်ပါတို့ကို စဉ်းစားဆွေးနွေးပါ။

- မိသားစုဝင်များ၊ သူငယ်ချင်းများနှင့် ပြိုးချမ်းစွာနေနိုင်ရန် မည်သို့ပြုမှုပြောဆိုသင့်သနည်း။
- မိသားစုဝင်များ၊ သူငယ်ချင်းများနှင့် ပြိုးချမ်းချမ်းစွာ နေနိုင်ရန်မည်သည့် အချက်များကိုရှောင်ကြုံသင့်သနည်း။



ထင်းစည်းဥပမာ

အဘိုးအို့တစ်ယောက်တွင် သားသုံးယောက်နှင့် သမီးသုံးယောက်ရှိသည်။ သားသမီးတို့ သည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတည်ကြတဲ့ အမြဲရန်လိုနေကြသည်။ သားသမီးများက တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ရန်လိုနေကြသည့်အတွက် မိသားစု၏ ပင်မစီးပွားရေးဖြစ်သော စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများကို ကူညီ နိုင်ခြင်း မရှိချေ။ ပြိုးချမ်းစွာမနေနိုင်ဘဲ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး အပြုံရှာနေကြသည့်အတွက် လယ်ယာ လုပ်ငန်းကို ထိခိုက်လာတော့သည်။ ကြောက်များက ကောက်ပင်များကို ဖျက်ဆီးလာသည့်အတွက် သားသမီးများနှင့် တိုင်ပင်သည့် အခါတွင်လည်း တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးပြုံး အချိန်ကုန်နေသည့် အတွက် ကောက်ပသီးနှံများ ပျက်စီးရလေသည်။



အဘိုးအို့က သားသမီးများကို အမျှုံးမျှုံးပြောဆိုဆုံးမသော်လည်း မရသဖြင့် စည်းလုံးမှု မရှိခြင်း၏ ဆုံးကျိုးများကို လက်တွေ့ပြသဆုံးမမှုဖြစ်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။ တစ်နောက်တွင် ထင်းစည်းတစ်စည်းကိုပေး၍ တစ်လုံးတို့ စီးပွားရေးစွာ စီးပွားရေးအခါတွင်လည်း ထင်းစည်းသည် မကျိုးချေ။ ထို့နောက် ထင်းစည်းကိုဖြေား တစ်ချောင်းချင်း ချိုးစေသောအခါ လွှာယ်ကူစွာ့ချိုးနိုင်လေသည်။

အဘိုးအို့က သားတို့သမီးတို့ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ချစ်ချစ်ခင်ခင် စည်းစည်းလုံးလုံးနေပါက မည်သည့်ရန်သူမျှ တိုက်ခိုက်ခံရမည်မဟုတ်ပေါ့။ အကယ်၍ စည်းလုံးမှုပြုကွဲပါက ထင်းချောင်းများ ကဲသိပင် ထိခိုက်လွှာယ်မည်ဟု ပြောဆိုဆုံးမလေသည်။

ထို့အခါ သားသမီးများက အဘိုးအို့၏ ဆုံးမစေကားများကို နားလည်လက်ခံပြီး အသက်ထက် ဆုံး စည်းလုံးညီညွှတွာ နေထိုင်သွားကြသဖြင့် မိသားစုစီးပွားရေးများ တိုးတက်လာလေသည်။

အောက်ပါတို့ကိုဆွေးနွေးပါ။

- (က) သားသမီးများသည် အဘယ်ကြောင့်တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးရန်လိုနေကြသနည်း။
- (ခ) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးရန်လိုနေသည့်အတွက် မည်သည့်ဆိုးကျိုးများရရှိသနည်း။
- (ဂ) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးချစ်ခင်စည်းလုံးစွာနေထိုင်ပါကမည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးများရရှိနိုင်သနည်း။

ပဋိပက္ခဖြေရှင်းရန်နည်းလမ်းများ

တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အငြင်းပွားသည့်အခါ မတူညီသောအယူအဆများနှင့် သဘောထားကွဲလွှဲမှုများကို လေ့လာပါ။ အပေးအယူ၊ အလျော့အတင်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ညီးနှင့်ကြည့်ပါ။ နောက်ဆုံးအဆင့်တွင် အများသဘောတူညီသော အချက်များကို ဖော်ထုတ်ပါ။

အိမ်၊ ကျောင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်တို့တွင် ပဋိပက္ခကိုလျင်မြန်စွာ သုံးသပ်တတ်ခြင်းနှင့်ထိခိုက်မှု ကင်းစေခြင်းစသည် နည်းလမ်းများကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ပဋိပက္ခများကို လျော့နည်းစေနိုင်သည်။ ပဋိပက္ခကို ဖြစ်ပွားစေနိုင်သော အကြောင်းရင်းများကို လိမ္မာပါးနပ်စွာသိရှိရန် လိုအပ်သည်။

ထိုအပြင် ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားနိုင်သည်ဟု ယူဆရသောအချက်များ၊ အမုန်းပွားမှုတိုးပွားခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းစသည်တို့ကို လျော့နည်းစေရန် အလေးထားဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ စည်းလုံးမှုကို မြှင့်တင်ခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကို ပပေါ်က်စေခြင်း၊ မတူကွဲပြားသောအချက်များကို လေးစားခြင်းနှင့် ဖြောင့်ပတ်ရှိသောမှုကို လျင်မြန်စွာသိရှိခြင်းတို့ဖြင့် ပဋိပက္ခများကို လျော့ချိုင်ပါသည်။

တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးဆက်ဆံရာတွင် မတူကွဲပြားမှုကိုလေးစားတတ်ခြင်း၊ သဘောထားကွဲလွှဲမှုများကို ပြုမှုးချမှုးစွာဖြေရှင်းခြင်းနှင့် သည်းခံခွင့်လွှဲတ်ခြင်းတို့ဖြင့် ပြုမှုးချမှုးသောပတ်ဝန်းကျင်ကို တည်ဆောက်နိုင်မည်။

အောက်ပါတို့ကိုဆွေးနွေးပါ။

- (က) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူညီသော အယူအဆများနှင့် သဘောထားကွဲလွှဲမှုများကြောင့် အပြင်းပွားမှုများ မဖြစ်ပေါ်စေရန်မည်သို့ ဆောင်ရွက်နိုင်သနည်း။
- (ခ) အငြင်းပွားမှုများမှုတစ်ဆင့် ရန်လိုသောအခြေအနေတစ်ရပ်သို့ောင်းတည်မသွားစေရန် မည်သို့ကာကွယ်မည်နည်း။
- (ဂ) သင်၏စာသင်ကျောင်းကို ပြုမှုးချမှုးမှုရရှိစေရန် သင်မည်သည့်အချက်များကို လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်ပါသနည်း။

၁၅။ ဖြစ်ရပ်လေလာခြင်း

ဖြစ်ရပ်(၁)

မေမေက ညီမလေးအတွက်အရှပ်ကလေး ဝယ်ပေးသည်။ ကိုကိုအတွက် ကားရှပ်ကလေး ဝယ်ပေးသည်။ “မောင်နှင့်မနှစ်ယောက် အတူတူကစားနော်”ဟု မေမေကပြောသည်။ ကိုကိုက “ပေးစမ်းအဲဒီအရှပ်” ဆိုပြီးဆွဲလုသည်။

ဖြစ်ရပ်(၂)

ကျောင်းဖွင့်စရက်မှာ စုစုတို့ သူငယ်ချင်းသုံးယောက်အဖွဲ့နှင့် မူမူတို့သူငယ်ချင်း သုံးယောက် အဖွဲ့တို့ ရှေ့ဆုံးတန်းမှာ သူတိုင်မယ်ငါတိုင်မယ်ဆိုပြီး နေရာလုရင်း စကားများကြသည်။ စုစုတို့က သူတို့အရင်ဆုံးရောက်လို့ သူတို့တိုင်မည်ဟုပြောသည်။ မူမူတို့ကလည်း “ထိုင်ရရင်ထိုင်ကြည့်စမ်း”ဟု ပြောသည်။

ဖြစ်ရပ်(၃)

နှင်းနှင်းနှင့်ရဲရင်း သူငယ်ချင်းနှစ်စီးကျောင်းလာရာ လမ်းတစ်လျှောက်တွင် အမိုက်များပြန်ကျော်သည်။ ရဲရင်းက “လူတွေကလဲကွာ စည်းကမ်းမရှိလိုက်တာ”ဟုပြောသည်။ နှင်းနှင်းက “နင်ပြောတာကို ဟု့အဖော်ကြေးကြေးသွားတယ်။ အပြစ်တင်နေခဲ့အစား တို့တတ်နိုင်သလောက် စံပြလုပ်ပေးရအောင်လေ” ဟုဆိုကာ အမိုက်များကို နီးစပ်ရာအမိုက်ပုံးသိပို့ပေးသည်။

ဤအငြင်းပွားမှုများကို လေလာပြီး သင်သာဆိုလျှင် မည်ကဲ့သို့ ဖြေရှင်းမည်ကိုဆွေးနွေးပါ။

(က) မေမေသည်ကိုကိုကို ညီမလေး၏အရှပ်ကို မလုသင့်ကြောင်း နားလည်အောင်မည်သို့ ရှင်းပြမည်ဟု ထင်ပါသနည်း။

(ခ) သင်သာဆိုလျှင်စုစုတို့အဖွဲ့နှင့် မူမူတို့အဖွဲ့ကိုမည်သို့ညိုနိုင်းပေးမည်နည်း။

(ဂ) နှင်းနှင်းနှင့်ရဲရင်းတို့ ဖြစ်ရပ်မျိုးသင်ကြံ့ရပါက အငြင်းပွားနိုင်သော အကြောက်များကို မည်သို့ ဖြေရှင်းမည်နည်း။

ငြိမ်းချမ်းရေးအထိမ်းအမှတ်သက်တများ

အောက်ပါပုံများကိုလေလာပါ။



ဘူင်ယ်ချင်းများနှင့်အတူ နှစ်သက်ရာ ဌ်မ်းချမ်းရေးအထိုင်းအမှတ် သက်းတတ်ခု စုပေါင်းဖန်တီးပါ။

အဓိကအချက်များ

- မိသားစုတွင်ဖြစ်စေ၊ ကောင်းတွင်ဖြစ်စေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်တွင်ဖြစ်စေ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအယူအဆများ မတူညီဘဲ ကွဲပြားခြားနားမှုများရှိနိုင်သည်။
- သဘောထားကဲလွှာမှုများ၊ အပြင်းပွားမှုများနှင့် ကြံးကြေးရလျှင် တစ်ဦး၏အယူအဆတို့ တစ်ဦးက လေးစားစွာနားထောင်ပြီး ဌ်မ်းချမ်းစွာညီးနှင့် ဆွေးနွေးဖြေရှင်းသင့်သည်။



အောက်ပါမေးခွန်းများကို ရေးသားဖြေဆိုပါ။

- ပတ်ဝန်းကျင်တွင်ကြံးကြေးဖြစ်သော အပြင်းပွားမှု ၃ မျိုးကို ဖော်ပြပါ။
- ထိုအပြင်းပွားမှုများတို့ ဖြေရှင်းနိုင်မည့်နည်းလမ်းများတို့ဖော်ပြပါ။
- ဌ်မ်းချမ်းရေးကို အဘယ်ကြောင့်မြတ်နိုင်းထိန်းသိမ်းသင့်သနည်း။

သင်ခန်းစာ(င.၃) စုပေါင်းစွမ်းအားကောင်းကျိုးပွား

လူတိုင်းတွင် သူနေရာနှင့်သူ စွမ်းဆောင်နိုင်သော မတူညီသည့်အရည်အချင်းကောင်းများရှိ ကြသည်။ ထိုထို မတူညီသည့် အရည်အချင်းကောင်းများပြင့် စုပေါင်းညီးနှင့်ရှုံး၍ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပါက အကြံးလုပ်ကောင်းများ ပိုမိုရရှိနိုင်ခြင်း၊ လုပ်ငန်းအဆင်ပြေ ချောမွေ့မှုရှိခြင်း၊ လျင်မြန်စွာအောင်မြင်မှ ရရှိခြင်းစသည့် အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်ပါသည်။



အောက်ပါတို့ကိုစဉ်းစားဆွေးနွေးပါ။

- သင်တို့သည် မည်သည့်လုပ်ငန်းများကို စုပေါင်းလုပ်ဆောင်လေ့ရှိသနည်း။
- စုပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် မည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးများရရှိနိုင်သည်ဟု ထင်ပါသနည်း။



ဝမ်းမိုက်နှင့်ကိုယ်အကိုအစီတ်အပိုင်းများ

တစ်ခါသော် လူ၏ကိုယ်ရှိ ဝမ်းမိုက်ကို ကျန်အကိုအစီတ်အပိုင်းတို့က မကောင်းဆိုကြသည်။ သူတို့က “ဝမ်းမိုက်သည် ဘာမျှအသုံးမဝင်၊ အလုပ်လည်းမလုပ်၊ ပျင်းရိသူသာဖြစ်သည်။” ထိုကြောင့် ဝမ်းမိုက်အတွက် သူတို့သည် ဘာမျှကူညီခြင်းမပြုလို”ဟူ၍ ပြောဆိုကြ၏။

လက်က “သူသည် သူ၏လက်ချောင်းများကို လျှပ်စီးပေးမည်မဟုတ်။” သိမှ ဝမ်းမိုက်သည် အစာမစားရတဲ့ ငတ်မွှတ်ခြင်းဖြစ်လတဲ့”ဟူဆို၏။ ပါးစပ်ကလည်း “သူသည် အစာတို့ကို ပါးစပ်တွင်းသိ သွေ့သွေ့သွေ့သောအခါ လက်ခံခြင်းပြုလိမ့်မည်မဟုတ်။” သို့ဖြစ်ပါက ဝမ်းမိုက်သည် မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ အစာစားခွင့် ရတော့မည်မဟုတ်”ဟူဆို၏။ သွားတို့ကလည်း အကယ်၍ ပါးစပ်သည်အစာကို လက်ခံသည့်တိုင်အောင် သူတို့ကမူဝါးမျိုးခြင်းပြုမည်မဟုတ်ဟူ၍ ဆိုကြပြန်၏။



သူတို့သည် ခိုးသည့်အတိုင်းပင် အညီအညွတ်ပြုမှုကြ၏။ သို့သော် ဤသို့ပြုမှု၏ များမကြာမိ အတွင်း၍ပင်လက်တို့သည် တစ်စတ်စအားနည်းလျက် ကြုံလိုလာကြ၏။ ပါးစပ်သည်လည်း သွေ့ခြားကို အသုံးမဝင်ဖြစ်လာ၏။ သွားတို့မှာလည်း ဝါးမျှပြင်းမပြုရသဖြင့် ကိုက်ခဲလာကြ၏။ သို့ဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာတစ်ခုလုံး မွတ်သိပ်သည့်ဘေးနှင့်ရင်ခိုင်တိုးရလေ၏။

နောက်ဆုံး၌ကား သူတို့သည် ဝမ်းပိုက်ထံ အစာပို့ဆောင်ကျေးမွားခြင်းမပြုပါက သူတို့ အားလုံးမှာလည်း ရှင်သန်ကြလိမ့်မည်မဟုတ်ကြောင်းကို သဘောပေါက်သွား၏။ ထိုပြင် ဝမ်းပိုက်မှာ သာမန်အားဖြင့်ကြည့်ပါက အသုံးမဝင်ဟုထင်ရသော်လည်း စင်စစ်မှာမူ အသုံး အဝင်ဆုံး အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သူသည် လူ၏အသက်ရှင်ရေးအတွက် ဆောင်ရွက်ရ ကြောင်းတိုကို သူတို့သိရှိသွားလေသည်။

သို့ဖြင့် သူတို့သည် မိုက်မဲ့သည့် သူတို့၏ အပြောဆည်နှင့်အပြုအမှုတို့ကို ရပ်စဲ လိုက်ကြ၏။ ဤတွင်မှ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်တွေ့ သူတို့အားလုံးသည် နဂိုအတိုင်း အားအင်ပြည့်ဖြီး သည့်အခြေသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိလာကြလေ၏။

မင်းယူဝေ

အောက်ပါတို့ကိုဆွေးနွေးပါ။

- ကိုယ်အဂါးအစိတ်အပိုင်းများက ဝမ်းပိုက်ပိုင်းကို အဘယ်ကြောင့်မကောင်းဆိုကြသနည်း။
- ကိုယ်ခန္ဓာတစ်ခုလုံး မွတ်သိပ်သည့်ဘေးနှင့် ရင်ခိုင်ရသည့်အခါ ကိုယ်အဂါးအစိတ်အပိုင်းများ ကမည်သိနားလည်သွားကြသနည်း။
- တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး နားလည်မှုရှိရှိ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပါက မည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်သနည်း။

ညီညာဖြဖြ လျှော်ခတ်ကြလော့?

- ရေလှိုင်းတံ့ပိုး၊ ဂယက်ဆိုးတွင်
တက်ကျိုးသော်လည်း တို့မကြောက်။
- ရေလှိုင်းထန်ဆဲ၊ ဂယက်ဝဲတွင်
လျှော့ကွဲသော်လည်း တို့မကြောက်။
- တက်၏ကိုယ်စား၊ တို့လက်ထား၍
မားမားလျှော်ကာ ရွှေ့ဆက်မည်။
- လျှော့မှုလျှင်၊ ရေတွေဝင်က
တွင်တွင်ပက်ကာ ရွှေ့ဆက်မည်။
- တက်ကျိုးလျှော့၊ ဂယက်ဝဲတွင်
ရဲရဲလျှော်ခတ်၊ မခိုကပ်ရ
ဖြဖြညီညာ၊ လျှော်ခတ်ပါလျှင်
ရွှေ့တွင်ဆိပ်ကမ်းရောက်မည်တည်း။

အညာမြေ-မောင်သူများ

အဓိကအချက်များ

- လူတိုင်းတွင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူညီသည့်အရည်အချင်းကောင်းများရှိကြသည်။
- တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဆက်ဆံရာတွင် ထိုအရည်အချင်းများကို တန်ဖိုးထားလေးစားပြီး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ပြိုမြင်းသော လူမှုအသိက်အဝန်းကို စုပေါင်းဖန်တီးနိုင်မည်ဖြစ်သည်။



အောက်ပါမေးခွန်းများကိုရေးသားဖြေဆိုပါ။

- (၁) ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းပြင့် မည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်သနည်း။
- (၂) ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု အောင်မြင်စေရန် လိုက်နာသင့်သောအချက်များကို ဖော်ပြပါ။
- (၃) ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု အောင်မြင်စေရန် ရှောင်ကြည်ရမည့်အချက်များကို ဖော်ပြပါ။

အခန်း(၄)တွင် သင်ယူခဲ့ရသည့်အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။

