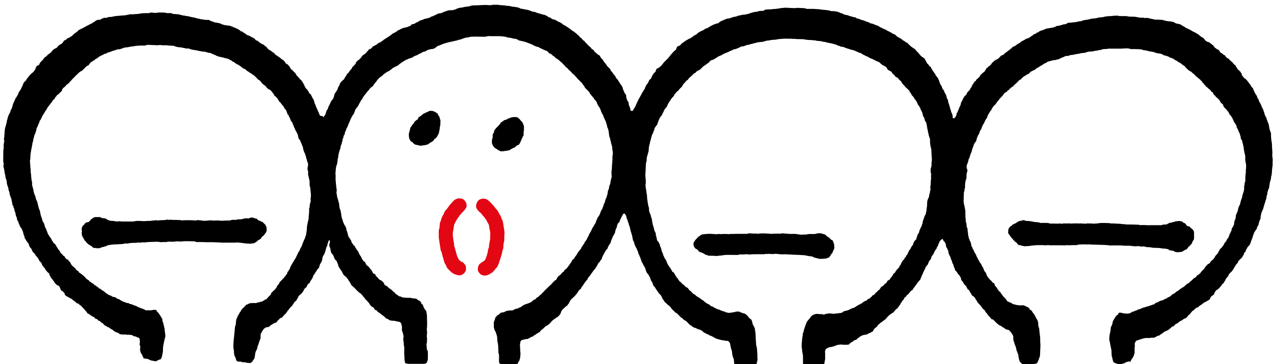
ဆန်းသစ်ရေးသားခြင်း

International Labour Organization

SCREAM

ကလေးအလုပ်သမားကို ရပ်ပစ်

ပညာရေး၊ အနုပညာနှင့် လူထုဆက်သွယ်ရေး
လမ်းကြောင်းများမှတဆင့်ကလေးများ၏အခွင့်အရေးများကို ပံ့ပိုးပေးခြင်း။



SCREAM

ကလေးအလုပ်သမားကို ရပ်ပစ်

ပညာရေး၊ အနုပညာနှင့် လူထုဆက်သွယ်ရေး လမ်းကြောင်းများမှ တဆင့်ကလေးများ၏အခွင့်အရေးများကို ပံ့ပိုးပေးခြင်း။

ဆန်းသစ်ရေးသားခြင်း

ILO (အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားရေးရာအဖွဲ့)

မူပိုင်ခွင့် - အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားရေးရာအဖွဲ့ ၂၀၁၇
ပထမအကြိမ်ထုတ်ဝေခြင်း ၂၀၁၇
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားရေးရာရုံး၏ ထုတ်ဝေမှုကို အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာမူပိုင်ခွင့်ရေးရာ သဘောတူညီချက် အမှတ် (၂)မှ အချက်များနှင့်အညီ ဆောင်ရွက်ထားပါသည်။ သို့သော်လည်း ထုတ်ဝေထားသည်များမှ ခွင့်ပြုချက်မရရှိဘဲ ကောက်နုတ်ဖော်ပြမှုများအတွက် ရင်းမြစ်ရယူရာနေရာကို ဖော်ပြ ရမည်ဖြစ်သည်။ ပြန်လည်ထုတ်ဝေခြင်း သို့မဟုတ် ဘာသာပြန်ဆိုခြင်းများအတွက် ILO ထုတ်ဝေခြင်းဆိုင်ရာဌာန (အခွင့်အရေးများနှင့်လိုင်စင်ဆိုင်ရာ)၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားရေးရာရုံး၊ CH -1211၊ ဆွစ်ဇာလန်သို့ လည်းကောင်း သို့မဟုတ် rights@ilo.org သို့ အီးမေးလ် ပို့၍ လည်းကောင်း လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားရေးရာရုံးမှလည်း ထိုသို့ လျှောက်ထားမှုများကို ကြိုဆိုပါသည်။
ပြန်လည်ထုတ်ဝေခွင့်ဆိုင်ရာ ခွင့်ပြုချက်များရရှိထားသည့် စာကြည့်တိုက်များ၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် အခြားသော မှတ်ပုံတင်ထားသူများ သည် ၎င်းတို့ကို ခွင့်ပြုထားသည့် ထုတ်ဝေခွင့်ဆိုင်ရာ လိုင်စင်ပါအချက်များနှင့်အညီ မိတ္တူကူးများ ဖြန့်ဝေရမည်ဖြစ်သည်။ သင်၏နိုင်ငံတွင် ရှိသော ပြန်လည်ထုတ်ဝေခွင့် ဆိုင်ရာ မူပိုင်ခွင့်များကို သိရှိနိုင်ရန်အတွက် www.ifrro.org သို့ဝင်ရောက်လေ့လာနိုင်ပါသည်။

IPEC
ပညာရေး၊ အနုပညာနှင့် လူထုဆက်သွယ်ရေး လမ်းကြောင်းများမှတစ်ဆင့် ကလေးများ၏အခွင့်အရေးများကို ပံ့ပိုးပေးခြင်း (SCREAM) - ပညာရေး ပစ္စည်းများ/ အပြည်အပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားရေးရာအဖွဲ့၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကလေးအလုပ်သမား ပပျောက်ရေးအစီအစဉ် (IPEC) - မြန်မာ - ILO , ၂၀၁၇

ISBN: 9782-831294-2-92- (Print), 9789-831295-2-92- (Web PDF)

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားရေးရာအဖွဲ့၊ ILO အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကလေးအလုပ်သမား ပပျောက်ရေးအစီအစဉ်

အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်လည်း ဖတ်ရှုနိုင်သည်။ Supporting children’s rights through education, the arts, and media (SCREAM): Education Pack (ISBN 9784-113240-2-92-), Geneva, 2002; အခြားသော ဘာသာစကား ၂၀ ဖြင့်လည်း ကြည့်ရှုနိုင်သည်။ http://www.ilo.org/ipec/Informationresources/WCMS_IPEC_PUB_1559/lang--en/index.htm.

ထုတ်ဝေမှုဆိုင်ရာအချက်အလက်များအတွက် ILO ၏ ကတ်တလောက်ထားရှိ

မှတ်စု

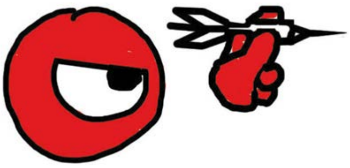
ဤစာစောင်သည် ပညာရေး၊ အနုပညာနှင့် လူထုဆက်သွယ်ရေး လမ်းကြောင်းများမှတစ်ဆင့် ကလေးများ၏အခွင့်အရေးများကို ပံ့ပိုးပေးခြင်း (SCREAM)- ပညာရေး ပစ္စည်းများဖြစ်သည်။ IPEC မှ ကလေးအလုပ်သမား ပပျောက်ရေးအတွက် လှုပ်ရှားမှုတိုးမြှင့်ရန် အလို့ငှာ ဤထုတ်ဝေခြင်း၏ အပိုင်းအားလုံး သို့မဟုတ် ဘာသာပြန်ဆိုမှု သို့မဟုတ် ဆီလျော်အောင်ပြုပြင်ခြင်း၊ ထပ်မံထုတ်ဝေခြင်း၊ ပြန်လည်ပုံနှိပ်ခြင်းများပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်း ထားသည်။
ဤပညာရေး ပစ္စည်းကို အီတာလီ အစိုးရမှ ထောက်ပံ့ထားသည့် IPEC စီမံကိန်း INT/99/M06/ITA ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် ၂၀၀၂ ခုနှစ်တွင် ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။
မြန်မာဘာသာဖြင့်ထုတ်ဝေမှုအတွက် ရံပုံငွေကို အမေရိကန်နိုင်ငံ အလုပ်သမားရေးရာဌာန မှကျခံပါသည် (Project MMR/1310//USA)။
ဤထုတ်ဝေမှုသည် အမေရိကန်အလုပ်သမားရေးရာဌာန၏ မူဝါဒများ သို့မဟုတ် အမြင်ရှုထောင့်များ၊ အမေရိကန်အစိုးရမှ ထောက်ခံခွင့်ပြုထားသည့် ကုန်သွယ်ရေးအမည်နာမများ၊ စီးပွားရေးထုတ်ကုန်များ သို့မဟုတ် အဖွဲ့အစည်းများကို ညွှန်းဆို ထင်ဟပ်ဖော်ပြထားခြင်းမဟုတ်ပါ။

ILO ထုတ်ဝေမှုများတွင် ရွေးချယ်သတ်မှတ်ချက်ခန့်ထားမှုများမှာ ကုလသမဂ္ဂ၏ အစဉ်အလာ သတ်မှတ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီပြီး ထည့်သွင်းတင်ပြသည့် အကြောင်းအရာများသည်လည်း မည်သည့်နိုင်ငံ၊ ဧရိယာ သို့မဟုတ် နယ်ပယ် သို့မဟုတ် အာဏာပိုင်များ၊ ယင်းနိုင်ငံ၏ နယ်နိမိတ်အကန့်အသတ် တို့နှင့် သက်ဆိုင်သော ဥပဒေအကြောင်းခြင်းရာများ အပေါ်တွင် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားအဖွဲ့ရုံး၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ညွှန်းဆို ဆောင်ရွက်ထားခြင်း မဟုတ်ပါ။
သုံးသပ်တင်ပြသည့် ဆောင်းပါးများ၊ လေ့လာမှုများနှင့် အခြားသော အကြံပြုဆွေးနွေးမှုများတွင် ပါရှိသည့် အယူအဆ ထင်မြင်ချက်များသည် ၎င်းတို့ကိုရေးသားသူများအပေါ်တွင်သာ လုံးဝသက်ဆိုင်တာဝန်ရှိပြီး အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားအဖွဲ့ရုံးမှ ထိုဖော်ပြချက်များအပေါ်တွင် ထောက်ခံအကြံပြုခြင်း မပါဝင်ပါ။
စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများနှင့် စီးပွားဖြစ်ထုတ်လုပ်သော ကုန်ပစ္စည်းများ၊ လုပ်ငန်းစဉ်များ၏ အမည်များကို ကိုးကားဖော်ပြခြင်း များသည် ILO ရုံးမှ ထောက်ခံတင်ပြထားခြင်း မဟုတ်ဘဲ ထိုသို့သော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ၊ ကုန်ပစ္စည်းများ၊ လုပ်ငန်းများ ၏အမည်များကို မဖော်ပြခြင်းသည်လည်း ထည့်သွင်းရန် သဘောမတူကြောင်း ပြသခြင်းမဟုတ်ပါ။
ILO မှထုတ်ဝေမှုများနှင့် ဒစ်ဂျစ်တယ်နည်းပညာဖြင့် ထုတ်ကုန်များကို အကြီးစား စာအုပ်ရောင်းဝယ်သူများနှင့် ဒစ်ဂျစ်တယ် နည်းပညာဖြန့်ဝေမှု ပလက်ဖောင်းများမှ တဆင့် ရရှိနိုင်ပြီး ilo@turpin-distribution.com မှလည်း တိုက်ရိုက် မှာယူ ရရှိနိုင်ပါသည်။
အချက်အလက်များပိုမိုရယူလိုပါက www.ilo.org/publns သို့မဟုတ် ilopubs@ilo.org သို့ဆက်သွယ်ပါ။

www.ilo.org/ipec သို့ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ

PDF ဖြင့်သာ ကြည့်ရှုနိုင်သည်။

ဦးတည်ချက်။ ရိုးရိုးဇာတ်လမ်းတစ်ခု ရေးသားပြီးဖေါ်ထုတ်ပြပါ။ ကလေးအလုပ်သမားအကြောင်း ဇာတ်လမ်းရေးသည့် နည်းကို သုံးပါ။

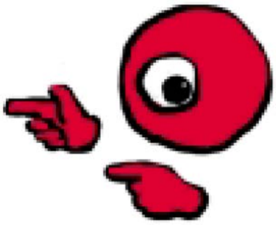


အကျိုးအမြတ်။ စာပေရေးသားခြင်းနှင့် ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း ကျွမ်းကျင်မှုများဖွံ့ဖြိုးလာမည်။ ကလေးအလုပ်သမားအကြောင်းအလေးအနက် ခံစားရမှုများကို ဖေါ်ပြနိုင်သည့်နည်းများ ပေးသည်။ ပြဇာတ်လုပ်ငန်းစုကဲ့သို့ သော ဇာတ်ညွှန်းရေးသားခြင်းပါဝင်သည့် အခြားလုပ်ငန်းစုများကိုပံ့ပိုးပေးသည်။

အချိန်။

သင်ကြားချိန် ၂ ချိန်

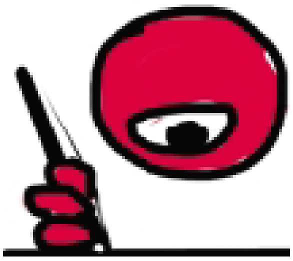
စေ့ဆော်မှု



ယနေ့ခေါ်ဝေါ်နေကြသည့် စီးပွားရေး"အသိဉာဏ်"ဟုအသစ်ရေးသားဖေါ်ထုတ်ခြင်းကို သတင်းပြန် ကြားရေးနည်း ပညာတွင် လျင်မြန်စွာ အသုံးပြုနေခြင်းသည် ဆန့်ကျင်မှုကိုဖြစ်နေပါသည်။ ကွန်ပျူတာသည် သဒ္ဒါနှင့် စာလုံးပေါင်းများ စစ်ဆေးပေးသည်။ လူရွယ်များ၏ စာပေဗဟုသုတ သို့မဟုတ် ကျင့်ဝတ်များကို အနည်းငယ်သာဖေါ်ပြသည်။ အချို့အစီ အစဉ်များသည် အသုံးပြုသူအတွက် ဇာတ်လမ်းများရေးပေးသည်။ စကားလုံးအစဉ်လိုက်သေချာစွာ ဖေါ်ပြပေးသည်။ နာမ်၊ကြိယာ၊ ကြိယာထောက်များ၊ ဝိဘတ်များ၊ နာမ်စားများ စသည်တို့ဖြစ်သည်။ ယင်းတွင်မည်သည့်စိတ်ပျော်ရွှင်စရာ များဘာပါသလဲ။ ဆန်းသစ်မှု၊ စိတ်ကူးဖန်တီးမှုများဘယ်မှာနည်း။ လူရွယ်များကို ၎င်းတို့၏ တီထွင်မှုနှင့် စိတ်ကူးဖန်တီးမှု များ အနှောင်အဖွဲ့မရှိ လွတ်လပ်စွာဆောင်ရွက်ခွင့်ပေးရန်လိုသည်။

ဤလုပ်ငန်းစုအတွဲများထဲမှ အချို့လုပ်ငန်းစုများသည် ရုပ်ပြအနုပညာကို အလေးပေးကြသည်။ မည်သို့ဆိုစေ စာပေဖြင့် ဖေါ်ထုတ်မှုသည် လူရွယ်၏ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် အရေးကြီးပါသည်။ လူရွယ်များအနေဖြင့် ဖေါ်ထုတ်ပြသနိုင်ရန် နည်းများလို သည်။ ၎င်းတို့အစား လုပ်ပေးသည့်အရာများကို မလိုပါ။ ၎င်းတို့၏ မေးရာပါစွမ်းရည်များကို

နှိုးဆွပေးခြင်းသာလိုသည်။ မှန်ကန်သော ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ပံ့ပိုးမှုသာရမည်ဆိုလျှင် လူငယ်များသည် ကလေးအလုပ်သမားအကြောင်း ပုံပြင် ဇာတ်လမ်းများနှင့် စိတ်မချမ်းမြေ့ ဖွယ်ရာများကို ကိုပြောပြနိုင်ပါသည်။ ကမ္ဘာနှင့်အဝှမ်းရှိ ၎င်းတို့၏ သက်ရွယ်တူများ နားလည်သဘောပေါက်ပြီး ဖေါ်ထုတ်ပြနိုင်သည့်ပုံစံဖြင့် ပြောပြနိုင်သည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ဇာတ်လမ်းများရေးသားနိုင်ပြီး အကူအညီရရေးအတွက် တောင်းခံနိုင်ပါသည်။ အခြားသူများအရေးယူဆောင်ရွက်ရန် လုပ်နိုင်ပါသည်။ ယင်းတို့ကို စကားလုံးများရေးသားပြီး လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။



စာရေးနိုင်ရန်နှင့် စိတ်ကူးဖန်တီးမှုကို အနှောင်အဖွဲ့မရှိလွတ်လပ်စွာ ရှာဖွေနိုင်ခြင်းတို့သည် လူငယ်များအတွက် လွတ်လပ်သောအရာများဖြစ်သည်။ ဤလုပ်ငန်းစုအတွဲများထဲ အခြားလုပ်ငန်းစုများတွင် လူငယ်များအား ကိုယ်စား သရုပ်ဆောင်ခြင်းလေ့ကျင့်ခန်းများ၊ ပြဇာတ်၊ သီချင်းနှင့် ပေးပို့ရန်စာများ၊ စုပေါင်းအရေး ဆိုမှုနှင့် သတင်းထုတ်ပြန်ချက် များကိုရေးစေခဲ့သည်။ စာပေရေးသားနိုင်သည့် အလွန်ကြီးမားသော လူငယ်များ၏အစွမ်းအစနှင့် ဆန်းသစ်ရေးသား နိုင်စွမ်းတို့ထွက်ပေါ်လာရန်ရည် ရွယ်၍ ဤလုပ်ငန်းစုကိုပြုစုထားသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ၎င်းတို့၏အနက်ရှိုင်းဆုံး တွေးခေါ်မှုနှင့် ခံစားမှုများကို စာရွက်ပေါ်ရေးသားဖေါ်ထုတ်ပြစေလိုသည်။ ဤသို့လုပ်နိုင်ရန်၎င်းမည်သူဆိုသည့် အသိတရားကို မေ့ထားပြီး ဇတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကိုအခြားပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးနေရာဝင်ယူကာရေးရသည်။ မိမိတို့တကယ်ခံစား နေရသည်ကိုဖေါ်ပြသည့် ဇာတ်ကောင်စရိုက်ကို ဖန်တီးရသည်။

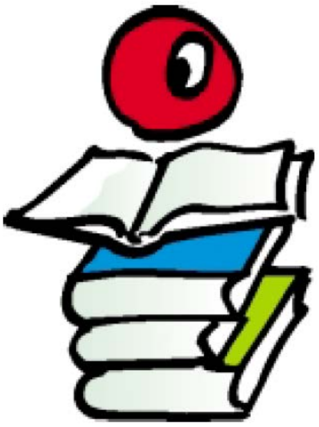
လူငယ်အများစုတွင် ကောင်းမွန်စွာနှင့် ဆန်းသစ်ရေးသားနိုင်သည့် အထုံပါရမီရှိပါသည်။ ယင်းကို၎င်းတို့ ကိုယ်တိုင် မသိလိုက်ကြပါ။ ယင်းအထုံပါရမီ ပေါ်ထွက်လာသည်ကို စောင့်ကြည့်ရသည်မှာ ထူးဆန်းအံ့သြ ဖွယ်ရာကောင်းပါသည်။ ၎င်းတို့ကိုလွတ်မြောက်ခွင့်ပေးခြင်းဖြင့် ကြွေးမြီနှောင်ဖွဲ့ခံနေရမှု၊ မရှိနွမ်းပါးမှုနှင့် ကြုံနေရမှုနှင့် အန္တရာယ်တွင်းကျရောက် နေရသည့်ကလေးများ လွတ်မြောက်စေရေးလမ်းကြောင်းပေါ် ကျွန်ုပ်တို့လျှောက် လမ်းသွားနိုင်ပါသည်။

လူငယ်များအား အရေးကြီးသည့်ဆွေးနွေးအဖြေရှာရမည့် ကိစ္စများကို တာဝန်ယူရန်ပြောဆိုခြင်းသည် ရှားပါးပါသည်။ ယင်းသည်လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွင်း ပြောင်းလဲလာရန် ဆောင်ရွက်သည့်ကိုယ်စားလှယ်များအဖြစ် ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် အစွမ်းအစကိုသတိမထားမိခဲ့ကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤလုပ်ငန်းစုသည်လူငယ်များကို အခွင့်အလမ်းနှစ်ခု ပေးထားပါ သည်။ ပထမတစ်ခုမှာ ဆန်းသစ်ပြီး စိတ်ကူးဖန်တီးဖေါ်ပြနိုင်ရန် ၎င်းတို့၏ အတွင်းစိတ်ကိုရှာဖွေရန်ဖြစ်သည်။ ဒုတိယမှာ ကမ္ဘာနှင့်အဝှမ်းအရေးကြီးသည့် ဆွေးနွေးအဖြေရှာရမည့်ကိစ္စရပ်များကို ၎င်းတို့၏ သက်ရွယ်တူပုဂ္ဂိုလ်များနှင့်

အခြား ရပ်ရွာများမှ ကိုယ်စားလှယ်များအားငင်းတို့၏ စာပေရေးသားမှု စွမ်းရည် ဖြင့်ရှင်းပြရန်တာဝန်ပေးခြင်း ဖြစ်သည်။

ဤလုပ်ငန်းစုသည် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးမှု ဖြစ်စဉ်ကိုပို၍ အသေးစိပ်စေပါသည်။ အုပ်စုအတွင်း ပို၍စုစည်းမှု ရှိစေမည့် ပုံစံပေါ်ထွက်ရန် ဆောင်ရွက်ပါသည်။ ဤလုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်အကောင်အထည်ဖေါ်ခြင်းသည် သင်နှင့်အတူ ဆောင်ရွက်နေသော လူရွယ်များ၏အစွမ်းအစနှင့်စရိုက်လက္ခဏာကို ဆန်းစစ်ရာတွင် သင့်အတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်စေမည် ဖြစ်သည်။ ခေါင်းဆောင်မှုအရည်အချင်း၊ ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်းနှင့် ခံစားနိုင်သည့် အရည်အသွေးများကို ဖေါ်ထုတ်နိုင်ပါသည်။ ငင်းတို့ရေးသားမှု၏ နက်ရှိုင်းမှုကို အသိအမှတ်ပြုလာသည်နှင့်အမျှ အလွန်ဆွဲကိုင်လှုပ်ရှားနိုင် သည့် အတွေ့အကြုံကို ရရှိစေမည်ဖြစ်သည်။

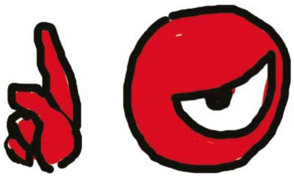
ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း



ဤလုပ်ငန်းစုအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရာတွင် တကိုယ်တည်းဆောင်ရွက်မည်လား၊ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင် အကူအညီ ရယူမည်လားဆိုသည်ကို သင်စဉ်းစားမိပေမည်။

သင်ကိုယ်တိုင်ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် ယုံကြည်စိတ်ချမှုရှိသည်ဆိုလျှင် ဆန်းသစ်ရေးသားခြင်းနှင့်ဆိုင်သော လွယ်ကူ သည့်စာအုပ်များကို ကိုးစားရပေမည်။ ယင်းတို့သည် လမ်းညွှန်းမှုများကို ထပ်ဆောင်းပေးနိုင်ပါသည်။ ယင်းစာအုပ်များ ကို စာကြည့်တိုက်များ၊ သင်တန်းကျောင်းများနှင့် စာအုပ်ဆိုင် များတွင်ရှာဖွေနိုင်ပါသည်။

ပထမလုပ်ငန်းရပ်အနေဖြင့် ပျော်ရွှင်စရာတေးကဗျာစာအုပ်တစ်အုပ် ဆောင်ထားရမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းစာအုပ်များကို စာကြည့်တိုက်များနှင့် စာအုပ်ဆိုင်များတွင်ရှာတွေ့နိုင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့်ကလေးများ အတွက်ကဏ္ဍတွင်ဖြစ်သည်။ ထိုကဗျာများကို ရှာဖွေနောက်ပြီး သင့်အုပ်စုအတွက် အသုံးတည့်မည့် ကဗျာများကိုရွေးချယ်ပါ။



အသုံးပြုမည့်သူအတွက် မှတ်စု

ဤလုပ်ငန်းစု ဆောင်ရွက်အကောင်အထည်ဖေါ်ရန် ပြင်ပအကူအညီရယူရန် ကျွန်ုပ်တို့ထောက်ခံအကြံပြုပါသည်။ ဤလုပ်ငန်းစုသည် အဓိကကျပါသည်။ လူရွယ်များရေးသားခြင်း စွမ်းရည်များ လိုအပ်သည့် အခြားလုပ်ငန်းစုတွင် အပြည့်အဝ ပါဝင်နိုင်ရန်လိုအပ်သည့် အရင်းအမြစ်များကိုပေးနိုင်၍ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဦးချင်း၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက်လည်း အရေးကြီးသည့်လုပ်ငန်းစုဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဖြစ်နိုင်လျှင် အခြားကြိုးပမ်းမှုနှင့် ရင်းနှီးမှုရထိုက်ပါသည်။

ပြင်ပအထောက်အကူ

ဆန်းသစ်ရေးသားခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ သင်ကြားမှုအတွေ့အကြုံရှိသူ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာအတွင်း ယင်းအတွေ့အကြုံရှိပြီး ကူညီလိုစိတ်ရှိသူတစ်ဦးဦးကို သိခဲ့လျှင် ၎င်းတို့၏ အထောက်အကူကိုရယူလျှင် အကျိုးရှိပါမည်။

နိုင်ငံအတော်များများတွင် သင်တန်းကျောင်းများနှင့် စာပေအသိုင်းအဝိုင်းများ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သည့် စနစ်တစ်ခု ရှိတတ်ပါသည်။ ဤစနစ်များတွင်စာရေးဆရာများ၊ ကဗျာဆရာများအားကျောင်းများနှင့် လူရွယ်အုပ်စုများကို စာရေး သားခြင်းနှင့် ဆန်းသစ်ရေးသားသည့် အနုပညာအကြောင်းဟောပြောရန် ဖိတ်ကြားခြင်းများပါဝင်ပါသည်။ သင့်နိုင်ငံတွင် ဤစနစ်ရှိခဲ့ပြီး ထိုပုဂ္ဂိုလ်များကို ရှာဖွေနိုင်လျှင်အကျိုးရှိပါသည်။ အဖိုးအခ အနည်းငယ်သာ ရှိပါမည်။ နိုင်ငံတော်က ကုန်ကျစရိတ်ပေးလေ့ရှိသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ သင်ဆောင်ရွက်နေသည့် အုပ်စုအသက်ပေါ်အခြေခံ၍ ထိုအဖွဲ့အား သင့်အုပ်စုမျိုးအတွက် စာအုပ်ရေးကဗျာစပ်ခဲ့သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များကို ညွှန်ပြရန်မေးနိုင်ပါသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် အသက် အုပ်စုနှင့် ကိုက်ညီစွာပြောနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး သင်ကြားသည့် အချိန်များတွင် အုပ်စုအရှိန်အဟုန်ပိုကောင်းစေမည် ဖြစ်သည်။

ဤပုဂ္ဂိုလ်များသည် လူရွယ်များအားစာပေဖြင့် ရေးသားဖေါ်ထုတ်ခြင်းတွင် အကူအညီပေးနိုင်ကြမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းမှာ ဤလုပ်ငန်းစု၏ အရေးပါသောပေါ်ထွက်လာသည့်အရာ ဖြစ်သည်။ လူရွယ်များသည် ကိုယ့်ကိုကိုယ် သတိထား တတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် အနုပညာဖြင့်ဖေါ်ထုတ်ခြင်းသည် အများစုအတွက် အလွယ်တကူမဖြစ်လာနိုင်ပါ။ ၎င်းတို့ကို အားပေးရန်လိုပါသည်။ ၎င်းတို့၏ စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုကို စကားလုံးများဖြင့် ဖေါ်ပြသည့်အခါပံ့ပိုးကူညီရပါသည်။ လူရွယ်များသည် အရာအားလုံးကို လက်ခံနိုင်ရန်မလွယ်ပါ။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့ကိုအထင်သေး သို့မဟုတ် လှောင်ပြောင် မည်မဟုတ်ကြောင်း အာမခံရမည်။

စီမံချက်၏ သဘောသဘာဝအရ အခြားပုဂ္ဂိုလ်များသည် အကူအညီပေးခြင်း၊ ပံ့ပိုးပေးခြင်းကို ငြင်းပယ်မည်မဟုတ်ပါ။ ၎င်းတို့အတွက် ကုန်ကျစရိတ်ကို မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်စေ ကျခံခြင်းနိုင်ခြင်းမရှိသည့်တိုင် ငြင်းပယ်မည် မဟုတ်ပါ။ ထို့သို့ဖြစ်လာလျှင်အဖွဲ့ဖြင့် ထိုအစီအစဉ်များအတွက် ညှိနှိုင်းရန်အချိန်ယူပါ။ သင့်အနေဖြင့် လျှော့ဈေးဖြင့် ရနိုင် သို့မဟုတ် လုံးဝမပေးဘဲနေနိုင်ပါသည်။ စာရေးဆရာအနေဖြင့် အဖိုးအခမယူဘဲ လာမည်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ယင်းသည်ခက်ခဲပါသည်။ စာရေးဆရာများ အနုပညာရှင်များအနေဖြင့် ၎င်းတို့ဘဝသက်မွေးဝမ်းကြောင်းအတွက် အခ ကြေးငွေ လိုမည်ဖြစ်ရာ အလွန်အကျွံတောင်းဆို၍ မသင့်ပါ။

စီမံချက်အကျိုးအတွက် စာရေးဆရာ၏ ကုန်ကျမှုကို တာဝန်ယူပေးမည့်သူကို ရှာတွေ့နိုင်ပါသည်။ ယင်းအလုပ်အတွက် အုပ်စုထဲမှ လူရွယ်များဖြင့်

ဆောင်ရွက်ရပါသည်။ မည်မျှလိုအပ်သည်ကိုတွက်ပါ။ ထို့နောက် အကုန်အကျခံနိုင်မည့် သူများကို ဆက်သွယ်ပြီး ၎င်းတို့ကိုအခြေအနေကိုတင်ပြပါ။ လူရွယ်များသည် တာဝန်ကိုကောင်းစွာ ယူနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ကုန်ကျစရိတ်ကာမိရန် အောင်မြင်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့လျှင် ကြိုးပမ်းရကျိုးနပ်ပါသည်။

သင်လိုအပ်မည့် အရာများ

- ✓ စာရွက်နှင့် မှင်တံ/ခဲတံ
- ✓ ပျော်ရွှင်စရာတေးကဗျာစာအုပ်များ
- ✓ ကျောက်သင်ပုန်း/သင်ပုန်းဖြူ သို့မဟုတ် ရုပ်လုံးကားချပ်

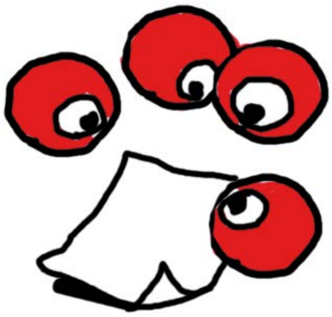
အစပျိုးခြင်း

သင်လုပ်ဆောင်မည့် ပုံစံသည် အကြောင်းအချက် အချို့ပေါ် မူတည်ပါသည်။

- သင်တန်းချိန်များတွင်ဟောပြောရန်စာပေပညာရှင် သို့မဟုတ် ရေးသားနိုင်သူများကို သင်ဖိတ်ကြားခြင်း ရှိ မရှိ
- သင်ကြားချိန်တွင် လိုလိုလားလား ဟောပြောပေးနိုင်သည့် အခြား ဆရာ/ဆရာမ သို့မဟုတ် မိတ်ဆွေ သင့်တွင် ရှိပါသလား။
- ဆန်းသစ်ရေးသားခြင်းနှင့်ဆိုင်သော ထိရောက်သည့် ကိုးကားစာအုပ်များ သင်ရရှိနိုင်ပါသလား။

အထက်ပါအတိုင်း ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်းမရှိလျှင် လုပ်ငန်းစုကို ဆောင်ရွက်အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ရန် အောက်ပါ ရှင်းလင်းဖော်ပြချက်သည် အသုံးဝင်ပါသည်။ အထက်ဖော်ပြပါ ချဉ်းကပ်နည်းအချို့အဖြစ် ပံ့ပိုးပေးနိုင်လျှင်လည်း ကောင်းပါသည်။

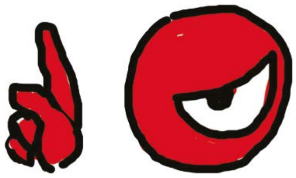
အုပ်စုဖွဲ့ခြင်း



အဖွဲ့အတွင်းမှ တစ်ဦးချင်းကို ရေးခိုင်း အုပ်စုတစ်ခုအနေဖြင့် ရေးခြင်း မပြုရန်လူရွယ်များကို တိုက်တွန်းရန်ဖြစ်ပါသည်။ မည်သို့ဆိုစေ ဤလုပ်ငန်းစုအစပိုင်းတွင် လူရွယ်များကို ၂ဦး မှ ၄ဦး ပါသော အဖွဲ့များကို ဖွဲ့ပြီး ဆောင်ရွက်စေလျှင် ပို၍ သင့်လျော်ပါသည်။ အဖွဲ့တွင် (၄) ဦးထက်မပိုသင့်ပါ။ ယင်းလေ့ကျင့်ခန်းများသည် ကိုယ့်ကိုကိုယ်ယုံကြည်မှု တည်ဆောက်ရာတွင် အကူအညီရစေသည်။ ပို၍ စာရေးလေ့ကျင့်ခန်းသို့

မကူးပြောင်းမီ ဤလေ့ကျင့်ခန်း ပြုလုပ်ရန် လိုပါသည်။ ဇာတ်လမ်းတို သို့မဟုတ် စကားပြေရေးရမည် ဖြစ်သည်။

လူတစ်ဦးချင်းစီ လုပ်ဆောင်ရန်အဆင်သင့် ဖြစ်သည့်အခါ အကောင်းဆုံးမှာ စာသင်ခန်းတွင်း ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ စာရေးစားပွဲနှင့် ရေးစရာပစ္စည်းများ ရှိနေရမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့အတွက် လွတ်လပ်စွာရေးနိုင်သည့် နေရာ လွတ်လိုမည် ဖြစ်သည်။



အသုံးပြုမည့်သူအတွက် မှတ်စု

အကယ်၍ စာရေးဆရာတစ်ဦး သို့မဟုတ် ကျွမ်းကျင်သူတစ်ဦးကို ဤလုပ်ငန်းစုအတွက် အကူအညီ ပေးရန် ရှာတွေ့ခဲ့မည်ဆိုလျှင် ရှင်းပြပြီးသောနည်းများကို အပြည့်အဝရှင်းပြရန် လိုမည်မဟုတ်ပါ။ သင့်အနေဖြင့်သင့်တွင်ရှိသမျှ အရင်းအမြစ်များကိုသာ အားထားနေရပြီး ဆန်းသစ်ရေးသားခြင်းတွင် အတွေ့အကြုံ မရှိလျှင်အောက်တွင် ရှင်းလင်းဖော်ပြထားသောနည်းများကို လေ့လာသင့်ပါသည်။

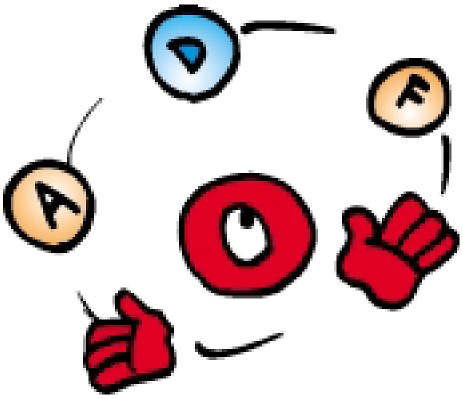
ပျော်ရွှင်စရာတေးကဗျာစာအုပ် သို့မဟုတ် စတုရန်းလေးကွက်နည်းတို့ကို တစ်ခုချင်း သို့မဟုတ် ဆက်တိုက် လုပ်နိုင်ပါ သည်။ သင့်အပေါ်နှင့် အချိန်ရရှိမှုတို့အပေါ်တွင်သာ လုံးဝမူတည်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၁)။ ပျော်ရွှင်စရာ တေးကဗျာ

၂၀ မိနစ်။ (သို့မဟုတ် သင်ကြားချိန် ထက်ဝက်)

ဆန်းသစ်ရေးသားခြင်းကို မိတ်ဆက်ရာတွင် စာရေးခြင်းသည် ခက်ခဲသည် ဆိုသည့်ယုံတမ်းစကားကို ချေဖျက်ခြင်းဖြင့် စတင်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ လူရွယ်များသည် ၎င်းတို့၏ ဆွေမျိုးများ သို့မဟုတ် သူငယ်ချင်းများထံ စာရေးခြင်းမှတစ်ပါး အခြားမရေးတတ်ဟု ထင်နေကြပါသည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ကဗျာ သို့မဟုတ် ကဗျာတေးရေးနိုင် သည်ကို ယုံကြမည် မဟုတ်ပါ။

ရိုးရှင်းသောကဗျာတေးများသည် မဝံ့မရဲစိတ်များကို တစစီဖြိုဖျက်နိုင်သော ကောင်းမွန်မြန်ဆန်ပျော်စရာ ကောင်းသည့် နည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။ ပျော်စရာကောင်းသော ကဗျာတေးများကို ကျယ်ကျယ်ဖတ်ခြင်းသည် စိတ်ပြေပျောက် စေပါသည်။ စိတ်လက်ပေါ့ပါးစေသည်။ ယင်းသည် အုပ်စုပါဝင်လာရန် နှိုးဆွ ပေးနိုင် သည်။ ကဗျာတေးများကို ဖတ်ပြစဉ် အုပ်စုကို ကြားဖြတ်စကားပြောပါ။ စကားလုံးများ မည်မျှရိုးရှင်းကြောင်း နှင့် ဟာသကဗျာများသည် စံပြုစည်းမျဉ်းများကို မည်သို့ချိုးဖေါက်နိုင်ကြောင်း ထုတ်နှုတ်ပြပါ။ ဤအဆင့် တွင် လူရွယ်များအနေဖြင့် စည်းမျဉ်းများကို စိတ်စွဲမနေသင့်ပါ။ အရေးကြီးသည်မှာကာရံနှင့် ကဗျာတေးသာ ဖြစ်သည်။



စည်းမျဉ်းအတော်များများကို ဖယ်ရှားလိုက်ခြင်းဖြင့် ကဗျာရေး ရန် ပို၍လွယ်လာသည်။ ရိုးရှင်းသော ကဗျာတေးများမှ ဂန္ထဝင်ကဗျာများသို့ လူရွှယ်များတက်လှမ်းလိုလျှင် စည်းမျဉ်းများ ကို လိုက်နာရမည်သာ ဖြစ်သည်။ သို့သော် ယခုလေ့ကျင့်ခန်းသည် ပျော်စရာနှင့် သဘာဝကျမှုရှိပါသည်။

ပျော်ရွှင်စရာတေးကဗျာတစ်ပုဒ်၏ သဘောသဘာဝကို မိတ်ဆက်ပေးပြီး နမူနာများဖတ်ပြကာ အကြောင်းအရာကို ပြောဆိုပြီးသည့်အခါ ၎င်းတို့နှင့်အတူ သင်ကိုယ်တိုင်ပျော်ရွှင်စရာ တေးကဗျာတစ်ပုဒ်ရေးမည် ဖြစ်ကြောင်းပြောပါ။ ကဗျာတစ်ပုဒ်အပြည့်ရေးရန် ကြောက်ရွံ့နေမည့်အစား တေးကဗျာများသည် ဝါကျနှစ်ကြောင်းမှ လေးကြောင်းဖြင့် သီကုံးထားကြောင်းရှင်းပြပါ။ ပထမနှင့် နောက်ဆုံးစာကြောင်းတို့၏ စာလုံးများကို ကာရံထည့်ထားပါသည်။ နောက်ဆက်တွဲ ၁ တွင် တေးကဗျာများ မည်သို့စပ်ဆိုရမည်ဆိုသည်ကို သင်ရှာတွေ့မည် ဖြစ်သည်။

အုပ်စုတစ်ခုလုံးဖြင့် လေ့ကျင့်ပြီးလျှင် မည်မျှအထိ သင်ယူတတ်မြောက်သွားသည်ကိုသိရန် အုပ်စုငယ်လေးများအား ပျော်ရွှင်စရာတေးကဗျာများ ရေးစပ်ရန်ပြောပါ။ တစ်ကြောင်း နှစ်ကြောင်းဖြင့်သာစပ်ရန်ပြောပါ။ ယင်းမှာ အရှင်းလင်းဆုံး ဖြစ်သည်။ ယင်းကို နည်းလမ်းနှစ်မျိုးဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်သည်။

- နောက်ဆုံးစာကြောင်းကို မည်သည့်စကားလုံးဖြင့် အဆုံးသတ်မည်ကို ဦးစွာစဉ်းစားပြီး တေးကဗျာ အပြည့်ကို စဉ်းစားရန်အုပ်စုတစ်ခုချင်းကို ပြောပါ။
- နောက်ဆုံးစာကြောင်းကို မည်သည့်စကားလုံးဖြင့် အဆုံးသတ်မည်ကို အုပ်စုတစ်စုလုံးအား စဉ်းစားရန် ပြောပါ။ ယင်းအပေါ် အုပ်စုငယ်လေးများက အခြေခံပြီး ပျော်ရွှင်စရာ တေးကဗျာများ ရေးစပ်ပါမည်။

အချိန်အကြာကြီးမပေးပါနှင့်။ ပျော်စရာနှင့် မြန်ဆန်စေလို၍ဖြစ်သည်။ အုပ်စုများထံ လှည့်ပတ်သွားပြီး လိုအပ်သော အဖွဲ့များကို အကူအညီပေးပါ။ အုပ်စုများအားလုံးကြားရန် အထွေထွေအကြံပြုချက်အော်ပြောပါ။ အဆုံးသတ်တွင် သုံးစွဲရန် သင့်စိတ်ကူးကို ပြောပြပါ။

ဆီလျော်မှုရှိပြီး လေ့ကျင့်ခန်းအရှိန်ရသွားရန် အုပ်စုများအား ပြိုင်ဆိုင်မှု အငယ်စားလုပ်စေနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ -

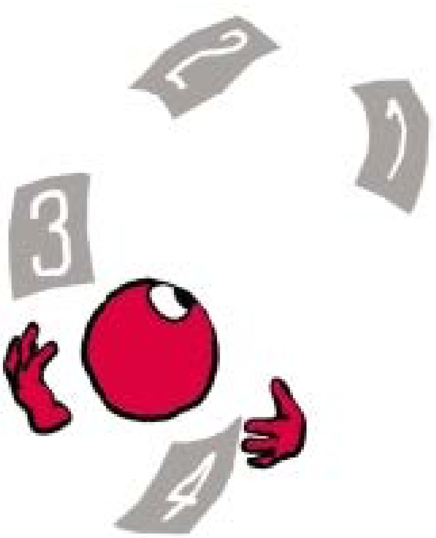
- ပထမဆုံးပြီးသည့်အဖွဲ့
- အုပ်စုကြီးတစ်ခုလုံးက မဲပေးသည့် အကောင်းဆုံးကဗျာတေး

လုပ်ငန်း (၂)။
စတုရန်း လေးကွက်နည်း။

၆၀ မိနစ် (သင်တန်းချိန် တစ်ချိန်ခွဲ)

အစပိုင်းတွင် ပြောခဲ့သကဲ့သို့ ဆန်းသစ်ရေးသားခြင်းကို မိတ်ဆက်ပေးနိုင်သည့် မတူညီသော နည်းပေါင်းစုံရှိပါသည်။ စတုရန်းလေးကွက်နည်းသည်လည်းတစ်နည်း ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းနည်းသည် ရိုးရှင်းပါသည်။ အုပ်စုအတွက် ရေးသားရန် ကောင်းစွာ ရှင်းပြနိုင်ပါသည်။ ယင်းအပေါ် အခြေခံပြီး ပို၍ ရည်ရွယ်ချက်ကောင်းသည့် ဇာတ်လမ်းများ ရေးနိုင်ပါသည်။

အောက်တွင် ဖေါ်ပြထားသော ပုံပေါ်တွင် စတုရန်းလေးကွက်နည်းက အခြေခံပါသည်။



အကွက်တစ်ကွက်သည် ဇာတ်လမ်းအပိုင်းတစ်ပိုင်းစီကို ကိုယ်စားပြုပါသည်။ အကွက် (၁)သည် ဇာတ်ကွက် ကို အခြေချပါသည်။ အကွက် ၂ နှင့် ၃ တို့သည် ဇာတ်လမ်း၏ ပင်မအပိုင်းဖြစ်သည်။ အကွက် ၄ သည် ဇာတ်သိမ်းပိုင်း ဖြစ်သည်။ ဇာတ်လမ်းတစ်ခုလုံးသည် ၁ မှ ၄ အထိ ပြောင်းလဲသွားသည်။ အုပ်စုများအနေဖြင့် စိတ်လက်ပေ့ါပါး ပျော်ရွှင်ပြီး မြန်ဆန်စေမှုရှိနေစေရမည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ၎င်းတို့ကိုယ်ပိုင် ဇာတ်လမ်း မရေးချမီ ယခုဖေါ်ပြသောနည်းကို သုံးစွဲပြီး ၎င်းတို့ဖြင့်ဇာတ်လမ်းတစ်ခု ဖန်တီး ရမည်။

အလွယ်ကူဆုံး ဥပမာအနေဖြင့် အကွက် ၁ တွင် စရိုက်(နာမည်တစ်ခုခု)၊ ယင်းစရိုက်နှင့် စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှု အခြေအနေကို ရှင်းလင်းဖော်ပြရမည်။ ယင်းသုံးမျိုးကို စကားလုံးတစ်လုံးတည်းဖြင့် ရေးရမည်။ ဤလေ့ကျင့်ခန်းအတွက် သင့်လျော်သည့် စကားလုံးမှာ စိတ်လှုပ်ရှားမှု စကားလုံးဖြစ်သည့် "ဝမ်းနည်း"ကို သုံးနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် အကွက် ၁ တွင် အောက်ပါအတိုင်း ရေးချနိုင်ပါသည်။ ဇာတ်လမ်းသည် "မောင်ကံနည်း" (အမည်နှင့် စရိုက်) အကြောင်းဖြစ်သည်။ သူသည် " ဆင်" တစ်ကောင် ဖြစ်သည်။ (ရှင်းလင်းဖော်ပြ)။ သူသည် "ဝမ်းနည်း" နေသည် (စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှု)။ ယင်းမှာ ဇာတ်လမ်း အစ ဖြစ်သည်။

နောက်တစ်ဆင့်မှာ ဇာတ်သိမ်းပိုင်း ဖြစ်သည်။ ဇယားကွက် ၄ ဖြစ်သည်။ စရိုက်သည် အတူတူကိုပင်သုံးရမည်။ ရှင်းလင်းဖော်ပြမှုလည်းတူရမည်။ သို့သော် စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုသည် ဆန့်ကျင်ဖက်ဖြစ်ရမည်။ အားလုံးကို ရိုးရိုးရှင်းရှင်း နှင့် စိတ်ရွှင်လန်းမှုရှိစေပြီး သင့်အနေဖြင့်အကွက် ၄ တွင် ဖော်ပြပါအတိုင်းရေးနိုင်သည်။ ဇာတ်လမ်းသည် "မောင်ကံနည်း" (အမည်နှင့်စရိုက်) အကြောင်းပင်ဖြစ်သည်။ သူသည် " ဆင်" တစ်ကောင်ဖြစ်သည်။ (ရှင်းလင်းဖော်ပြချက်)။ သို့သော် ယခုအခါ သူသည် "ပျော်ရွှင်" (ဆန့်ကျင်ဖက် စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှု) နေသည်။ ယင်းသည် သင့်ဇာတ်လမ်း၏ ဇာတ်သိမ်းပိုင်းဖြစ်သည်။

အကွက် ၂ နှင့် ၃ တွင် ပိုအသေးစိပ်သော အချက်များပါဝင်ရမည်။ အကွက် ၁ နှင့် ၄ အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိမှုကို ယုတ္တိရှိရှိ ဖော်ပြနိုင်ရမည်။

အကွက် ၂ တွင် ဆင် "မောင်ကံနည်း" အဘယ်ကြောင့် "ဝမ်းနည်း" နေရသည်ဆိုသည့် အသေးစိတ်အချက်နှစ်ချက်ခန့် ပါသည်။ အဖွဲ့အားသူဘာကြောင့် ဝမ်းနည်းနေရသည် ထင်သနည်းဟုမေးပါ။ အကြောင်းရင်းခံသုံးချက်ကို သင်ရေးချပါ။ ဥပမာ - ၎င်းတို့က မောင်ကံနည်းဝမ်းနည်းရခြင်းသည် သူငယ်ချင်းမရှိ၍၊ သူကိုယ်နံ့ဆော်နေ၍၊ သူသည် ဆာလောင် နေ၍ ဟု ပြောနိုင်ပါသည်။

ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်မှုဖြင့် နောက်တဆင့်ဖြစ်သော မောင်ကံနည်း ဝမ်းနည်းရသည့် အကြောင်းရင်းခံသုံးခုကို မည်သို့ ဆောင်ရွက်နိုင်မည်နည်းဆိုသည်ကို ဆက်လက်၍ ဖော်ထုတ်ရမည်ဖြစ်သည်။ သူ့ကိုမည်သည်က ပျော်ရွှင်စေနိုင်မည် ဆိုသည်ကိုစဉ်းစားရမည်။ ထို့ကြောင့် အကွက် ၃ သည် မောင်ကံနည်း ယခုအခါအဘယ်ကြောင့် ပျော်ရွှင်လာစေရ သနည်းဆိုသည့် အချက် (၃) ချက်ကိုဖော်ပြရမည်။ သူဝမ်းနည်းနေရသည့် အကြောင်းရင်းသုံးခုကိုမည်သို့ တုန့်ပြန်နိုင် မည်ကို အုပ်စုအားမေးပါ။ ၎င်းတို့ပြောနိုင်သည်မှာ သူသည်သူငယ်ချင်း အသစ်များရှာတွေ့သွားသည်၊ သူ့ခန္ဓာကိုယ် သည် နံ့ဆော်မနေတော့ပါ၊ ဆာလောင်မှုမရှိတော့ပါတို့ဖြစ်သည်။ ယင်းသည်အကွက် ၂ တွင်ပါဝင်သော ခံစားမှုများ၏ ဆန့်ကျင်ဖက်များ ဖြစ်သည်။ ဤနည်းဖြင့် အကွက် ၄ တွင် ဆင်ကလေး မောင်ကံနည်း ပျော်ရွှင်သွားပါသည်။ ယခုအခါ သင့်အနေဖြင့်

ဇာတ်လမ်းကျောရိုးတည်ဆောက်ပြီးဖြစ်၍ ယင်းအပေါ် အခြေခံကာဇာတ်လမ်း အပြည့်ဖြည့်နိုင်ပြီ ဖြစ်သည်။

အသေးစိတ် ဖြည့်စွက်ခြင်းဖြင့် ဇာတ်လမ်းအပြည့်တစ်ပုဒ်ကို သင်ဖန်တီးနိုင်ပြီဖြစ်သည်။ ယင်းကို "ဘယ်သူ" "ဘာကို" "ဘယ်တော့" "ဘယ်နေရာမှာ" "ဘာကြောင့်" ('ဘ'ငါးလုံး)နှင့် "ဘယ်လို" ဆိုသည့်နည်းကို သုံးနိုင်ပါသည်။

အကွက်တစ်ကွက်ချင်းစီတွင် ယင်းမေးခွန်း ၆ခုကို မေးပြီးစာရေးမည့်သူသည် ပိုအသေးစိပ်ကို ရေးချနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ယင်းတို့ကို ဆီလျော်သောစကားဖြင့် ပေါင်းစပ်ရန်သာလိုတော့သည်။ ဤနည်းဖြင့်ကျွန်ုပ်တို့ ဇာတ်လမ်းကိုရေးနိုင်ပါသည်။ ဉပမာ - မောင်ကံနည်းသူငယ်ချင်းများကို မည်သို့ရှာတွေ့သနည်း။ သူတို့သည်မည်သူတို့နည်း။ သူစားစရာ ဘယ်နေရာမှာရှာတွေ့သနည်း။ သူခန္ဓာကိုယ်ဘာကြောင့်နံဆော်နေသနည်း။ နံဆော်ခြင်းမရှိရန် မည်သို့ ပြုလုပ်လိုက် သနည်းစသည်ဖြင့်ဖြစ်သည်။ အဖြေတစ်ခုချင်းရပြီဆိုလျှင် ဇာတ်လမ်းကို ထပ်ချဲ့၍ရမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းအဖြေများကို အလားတူမေးခွန်း ထပ်မေးရမည်ဖြစ်သည်။ မည်သို့ဆိုစေ၍လေ့ကျင့်ခန်းအတွက် အားလုံးကိုလိုရင်းတိုရှင်းရေးပါ။

အုပ်စုကြီးတစ်ခုလုံးဖြင့် အကွက် ၄ ကွက် နည်းကိုအဆုံးသတ်သွားလျှင် ၎င်းတို့ကိုအဖွဲ့ငယ်များခွဲပါ။ ၎င်းတို့အား ဇာတ်လမ်းတစ်ခုကို ကန့်သတ်ထားသော အချိန်အတွင်းဖေါ်ထုတ်ရန်ပြောပါ။ အကွက် ၁ မှ ၄ အထိအသေးစိပ် အချက်များကို သင့်အနေဖြင့်ပေးထားသင့်သည်။ သင့်အနေဖြင့်နမူနာအဖြစ် ကိုယ်တိုင်စဉ်းစားခြင်း၊ သို့မဟုတ် အုပ်စုဖြင့်ဆွေးနွေးအဖြေရှာခြင်းဖြင့် နမူနာတစ်ခုကိုဖေါ်ထုတ်နိုင်ပါသည်။ အကွက် ၁ သည်မြင်းကလေး မကံဆိုးဖြစ်နိုင် ပါသည်။ သူသည် ဝမ်းနည်းနေသည်။ အကွက် ၄ တွင် သူသည် ယခုအခါပျော်ရွှင်နေပါသည်။ အကွက် ၂ နှင့် ၃ ကို အထက်ပါနည်းအတိုင်းအုပ်စုများက အပြီးသတ်ရေးရမည်။ ဇာတ်လမ်းတစ်ခုကို 'ဘ' ငါးလုံးနှင့် 'မည်သို့' နည်းကို သုံးပြီး ဖေါ်ထုတ်ရန် ပြောပါ။

အုပ်စုများကို ၅ မိနစ်မှ ၁၀ မိနစ်သာအချိန်ပေးပါ။ ပိုမကြာပါစေနှင့်။ လူရွှယ်များကို ဖိအားပေးလုပ်ဆောင်စေလျှင် ပိုကောင်းသော ရလာဒ်ပေါ်ထွက်နိုင်ပါသည်။ လေ့ကျင့်ခန်းတွင်စိတ်ပေါ့ပါးလွတ်လပ်စွာနှင့် ပျော်ရွှင်မှုရှိစေရန်ဖြစ်သည်။ အချိန်စေ့သွားလျှင် တဖွဲ့ချင်း၏ ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ပြပါစေ။

အများစိတ်တက်ကြွပြီး အရှိန်ရစေရန် ယှဉ်ပြိုင်မှု အငယ်စား ပြုလုပ်မည် ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ။

- ပေးထားသည့်အချိန်အတွင်း ပျော်စရာအကောင်းဆုံး ဇာတ်လမ်းဖန်တီးမှု
- ပေးထားသည့်အချိန်အတွင်း အကောင်းဆုံး ဇာတ်လမ်း ဖန်တီးမှု

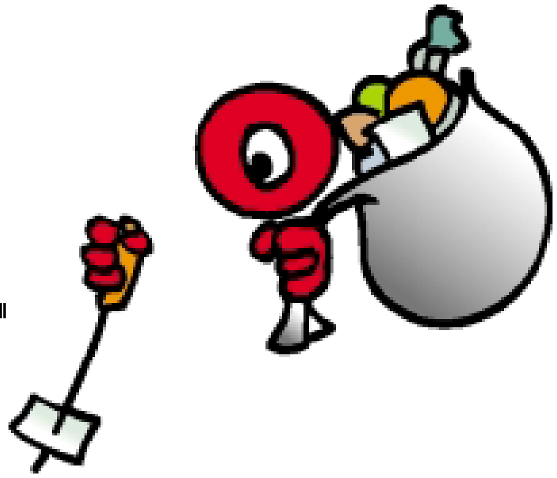
လုပ်ငန်း (၃)။ ကလေးအလုပ်သမားတစ်ဦး၏ ဇာတ်လမ်း

သင်ကြားချိန် ၁ ချိန်

ဤလုပ်ငန်းစု၏ ပျော်စရာအပိုင်းများပြီးဆုံးသွားပါပြီ။ အုပ်စု၏စိတ်ဝင်စားမှုရှိရန်လည်းလုပ်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ဇာတ်လမ်း များရေးရန် မည်မျှလွယ်သည် ကိုလည်းပြခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ယခုအခါ ၎င်းတို့အားစီမံချက်၏ အနှစ်သာရပိုင်းဖြစ်သော ကလေးအလုပ်သမားဆိုသည့်လမ်းကြောင်းပေါ်သို့ တစ်ဦးချင်းကို ပြန်လည်ဆွဲခေါ်ရန် အချိန်ကျရောက်ပြီဖြစ်သည်။ ဤအပိုင်းတွင် အုပ်စုကို စာသင်ခန်းပုံတစ်ခု အတိုင်းနေရာယူစေရမည်။ တစ်ယောက်ချင်း သက်တောင့်သက်သာစွာဖြင့် ရေးနိုင်သည့်နေရာရှိနေစေရမည်။ နောက်အပိုင်းတွင် တစ်ဦးချင်းလုပ်ဆောင်လျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ သို့သော် လိုအပ်လျှင် အုပ်စုငယ်လေးများဖွဲ့၍ လုပ်ဆောင်စေရမည်။ ဥပမာ - အချို့သည် သင်ယူနိုင်မှုတွင်အခက်အခဲ ဖြစ်နေ လျှင်၊ စာကောင်းစွာမတတ်လျှင်၊ စာကောင်းစွာမဖတ်နိုင်လျှင်၊ အုပ်စုငယ်လေးများဖွဲ့ပြီး လေ့ကျင့်ခန်းတွင် စကား ပြောပြီး ပါဝင်နိုင်ရန်စီစဉ်ပေးရမည်။ ယင်းတို့ကိုအုပ်စုတွင်း ပါဝင်မှုရှိ မရှိ သတိကြီးစွာထားရမည်။

ယခုတကြိမ်တွင် တစ်ဦးချင်းစီအား ကလေးအလုပ်သမားအကြောင်း ဇာတ်လမ်းတို တစ်ပုဒ်ရေးရန် ပြောရမည်။ ယင်းကို သုံးနည်းထဲမှ တစ်နည်းနည်းဖြင့် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

- တစ်ဦးချင်းအကွက် ၁ အတွက် ကလေးအလုပ်သမားတစ်ဦးစီ၏ အမည် အသက် နှင့် စိတ်လှုပ်ရှား ခံစားရမှုကို ရွေးရမည်။ ထို့နောက် အကွက် ၄ အတွက် ဖေါ်ပြနိုင်သည်တို့ကို ချမှတ်ရမည်။
- အုပ်စုကြီးတစ်ခုလုံးဖြင့် အကွက် ၁ နှင့် ၄ တွင် ထိုကလေးအလုပ်သမားအတွက် အသေးစိတ်ရေးချနိုင်သည်။ ထိုအခါလူတိုင်းကလေးအလုပ်သမားတစ်ဦးတည်းအတွက်ရေးရမည်ဖြစ်သည်။
- တစ်ဦးချင်းစီအား မိမိစိတ်ကြိုက်သို့ အများဖြင့် သင်နှင့်အတူဖေါ်ထုတ်ခဲ့သော ပုံစံအတိုင်းရေးစေနိုင်သည်။



ဤလေ့ကျင့်ခန်းတွင် အကွက် ၁ နှင့် ၄ တွင် စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုတို့သည် လုံးဝဆန့်ကျင်ဖက်ဖြစ်နေရန် မလိုဟုအဖွဲ့ကို ပြောပြပါ။ ဥပမာ - ဇာတ်လမ်းအစတွင် ဝမ်းနည်းမှုဖြင့်စတင်ပြီး အဆုံးတွင်လည်း ဝမ်းနည်းမှုဖြင့်

အဆုံးသတ်ထားသည်။ မည်သို့ဆိုသော်၍လုပ်ငန်းစုများသည် ကမ္ဘာကြီးအထူးသဖြင့် ကလေးအလုပ်သမားများအတွက် မျှော်လင့်ချက်ပေးစွမ်းနိုင်သည့်သတင်း အချက်အလက်ကို ဖေါ်ထုတ်နိုင်မည်ဆိုသည့် အယူအဆအပေါ်ကျွန်ုပ်တို့ အခြေခံထား ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ကလေးအလုပ်သမားကို ဝမ်းနည်းမှုဖြင့် စတင်ခဲ့လျှင်အဆုံးသတ်တွင် မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်စေ ကလေးအလုပ်သမားအနေဖြင့် အနည်းငယ်ပျော်ရွှင်ခဲ့သည်ဆိုလျှင်ပင် ဆုလာဒ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

နောက်ဆက်တွဲ ၂ တွင် သင်မည်သို့အဆုံးသတ်လိုမည်နှင့်ဆိုင်သော ရိုးရှင်းသည့်ဥပမာများပေးထားပါသည်။ ယင်းဥပမာများကို နောက်ဆုံးမတတ်သာမှသုံးပါ။ သင့်အနေဖြင့်၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ဇာတ်လမ်းကိုသာဖေါ်ထုတ်စေ လိုမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့၏စိတ်ကူးပုံဖေါ်မှုနှင့် ၎င်းတို့၏ စိတ်လှုပ်ရှားခံစားရမှုများကိုသာ ဖေါ်ပြစေလိုမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ရေးသားနေစဉ် လှည့်ပတ်ကြည့်ရှုနေပြီး 'ဘ' ၅လုံးနှင့် 'မည်သို့' ဆိုသည့် နည်းကို အကွက်တိုင်းတွင် သုံးစွဲရန် သတိပေးပါ။ အသေးစိပ်များကို ၎င်းတို့စဉ်ဆက်မပြတ်မေးနေခြင်းဖြင့် ဇာတ်လမ်းကို တည်ဆောက်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။ မကြာမီ ၎င်းတို့ အနေဖြင့် မေးခွန်းများမေးစရာလိုတော့ မည်မဟုတ်ပါ။ စကားလုံးများ အလိုအလျောက်ပေါ်လာကြမည် ဖြစ်သည်။ ဤအဆင့်သို့ ၎င်းတို့ရောက်ခဲ့လျှင် ၎င်းတို့သည် စာရေးဆရာများအဖြစ် တက်လှမ်းလာပြီဖြစ်သည်။

သင်လှည့်လည်ကြည့်ရှုနေစဉ်အချို့သည် စကားလုံးများအလွယ်တကူရှာ၍ရပြီးတချို့က မိမိကိုယ်မိမိမယုံမရဲနှင့် အကန့်အသတ်များဖြင့် စကားလုံးရှာမရဖြစ်နေကြမည်ကို တွေ့မည်ဖြစ်သည်။ အခက်အခဲဖြစ်နေသူများဖြင့် ထိုင်၍ ကူညီအားပေးပါ။ ၎င်းတို့၏ဇာတ်ကောင်များကို မည်သူမည်ဝါဖြစ်သည်၊ ၎င်းတို့၏ဘဝနှင့် ခံစားမှုများကို သတ်မှတ်ခိုင်း ပါ။ ယင်းဇာတ်ကောင်စရိုက်ရှိနေသော အခြေအနေအကြောင်းပြောပါ။ ယင်းသည်ယောကျ်ားလေး သို့မဟုတ် မိန်းကလေးဖြစ်ပါသလား။ ထိုနေရာကိုမည်သို့ ရောက်ရှိသွားသလဲ၊ ဘယ်နိုင်ငံကလဲ။ မည်သို့သောအလုပ်များ လုပ်နေ သလဲ။ ရိုးရှင်းသောမေးခွန်းများဖြင့် စတင်ခြင်းဖြင့်လူငယ်များအနေဖြင့် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်စိတ်ချသွားပြီး မိမိကိုယ်မိမိ အသေးစိတ်မေးခွန်းများ မေးလာမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့၏ဇာတ်ကောင်စရိုက်များ ပေါ်ထွက်လာပြီးစာရွက်ပေါ် ရေးချလာ မည် ဖြစ်သည်။

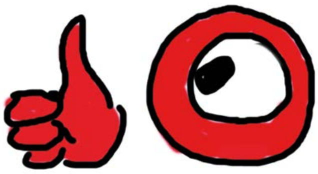
အချို့စာရေးဆရာများက သင်ကိုယ်တိုင် ဇာတ်ကောင်စရိုက်နေရာဝင်ယူသင့်သည်ဟုပြောသည်။ စာရေးဆရာသည် ကင်မရာတစ်လုံး ဖြစ်လာသည်။ ရုပ်ရှင်ဇာတ်ကားတစ်ခု၏ အဖွင့်မြင်ကွင်းကိုစဉ်းစားကြည့်ပါ။ ယင်းမြင်ကွင်းတွင် သင်၏ ဇာတ်ကောင်စရိုက်ကိုထားကြည့်ပါ။ ကင်မရာကိုအားကိုးပြီးရုပ်ရှင် ပေါ်ထွက်လာရန် အသေးစိပ်များကိုဖေါ်ပြရန် ဆောင်ရွက်ပါ။ သင့်ဇာတ်ကောင်သည်

ဘယ်နေရာမှာရပ်နေပါသလဲ။ မည်သို့ရပ်နေသလဲ။ နေ့အချိန်လား၊ ညအချိန်လား။ နေ့ညဘယ်အချိန်လဲ။ ဇာတ်ကောင်သည်ဝမ်းနည်းနေသလား။ ဘာကြောင့်ဝမ်းနည်းနေသလဲ။ မည်သို့ ဝမ်းနည်း နေသလဲ။ ငိုနေခြင်းလား၊ အတွင်းကြိတ် ငိုကြွေးနေခြင်းလား။ ထိခိုက်ခံစားနေရသလား အစရှိသည်ဖြင့်ဖြစ်သည်။

လူရွယ်တစ်ယောက်စာရေးသည့်ဈာန်ကို မည်သည့်အချိန်တွင်ရသွားသည်ကို သင်သိမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့၏ စိတ်အား ထက်သန်မှု၊ ၎င်းတို့ဦးနှောက်အတွင်း ဇာတ်ကွင်းများပေါ်လာလျှင် တောက်ပလာသောမျက်လုံးများကို တွေ့မြင်နိုင်မှု၊ စာရေးနှုန်းပြောင်းလာမှု၊ တွေးမရသည့်ဇာတ်ကွက်ကြောင့် အဝေးတနေရာသို့ ငေးမျှော်နေမှု အစရှိသည်တို့ ဖြစ်သည်။ ယင်းကို တွေ့မြင်နေရသည်မှာ ထူးဆန်းအံ့သြဖွယ် ကောင်း သည်။ ၎င်းတို့စွမ်းပကားသည် အလွန်ဖော်ပြရန် ခက်ပြီး ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် သတိမထားမိကြပါ။ သို့သော်သင်သတိထားမိနိုင်သည်။ ယင်းကို သင်တွေ့မြင်နိုင်ပြီး ပီတိဖြစ်နိုင်ပါသည်။ လူရွယ်တစ်ယောက်တွင်ရှိနိုင်သော အကောင်းဆုံးလက်ဆောင်မွန်ကို ၎င်းတို့ရှာတွေ့နိုင်ရန် သင်ကူညီခဲ့ပြီ ဖြစ်သည်။

လိုအပ်လျှင်၎င်းတို့ အဆုံးသတ်နိုင်ရန်အချိန်ပိုပေးပါ။ သို့သော် အချိန်အကြာကြီးမယူပါစေနှင့်။ ကန့်သတ်ပေးထားသောအချိန်အတွင်းပြီးစီးသည့် ထွက်ပေါ်မှုသည်ပို၍ သဘာဝကျပါသည်။

ဆောင်ရန်များနှင့် ရှောင်ရန်များ



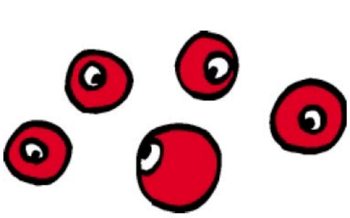
- လူတိုင်းလေ့ကျင့်ခန်းတိုင်းတွင် ပါဝင်မှုရှိပါစေ။ လူရွယ်များအတွက် တွန့်ဆုတ်နေမည်ဖြစ်သည်။ သင့်အနေဖြင့် ယင်းအဟန့်အတားတွန့်ဆုတ်မှုများ ကွယ်ပျောက်သွားရန် ဤလေ့ကျင့်ခန်းကို သုံးစွဲရမည်ဖြစ်သည်။ လူတိုင်း တစ်ခုခုကိုရေးသားပါစေ။ မည်မျှတို့သည် သို့မဟုတ် အသေးစိတ်သိပ်မကျခြင်းသည် အကြောင်းမဟုတ်ပါ။
- သင်ခန်းစာဆက်လက်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် အုပ်စုအတွင်းဟာသနှင့် ရင်းနှီးစွာကျီဆယ်နောက်ပြောင်ခြင်းများ သုံးပါ။ ဤလုပ်ငန်းစုသည်ပျော်စရာကောင်းပါသည်။ သို့သော်ခွန်အားလည်း အပြည့်ရှိပါသည်။ လူရွယ်များအနေဖြင့် ဤနည်းများကို အခြားလုပ်ငန်းစုများတွင် စတင်မသုံးရမချင်း ၎င်းတို့မည်မျှအထိ သင်ယူခဲ့ကြ သည်ကို နားလည်သိရှိသွားဦးမည်မဟုတ်ပါ။ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ဘဝနှင့် ပညာရေးတွင် မသုံးစွဲ မချင်းဖြစ်သည်။

- သင်ခန်းစာအချိန်အတွင်း သို့မဟုတ် အခြားအဖွဲ့မှအဖွဲ့ဝင်များ၏ ရေးသားထားမှုအပေါ် ဝေဖန်ခြင်း သို့မဟုတ် ပြင်းထန်သော စကားလုံးများ သုံးခြင်းကိုခွင့်မပြုရပါ။
- တစ်ဦးချင်းစီအား ၎င်းတို့ဇာတ်လမ်းများကို အဖွဲ့အားဖတ်ပြရန် တိုက်တွန်းပါ။ ၎င်းတို့၏ ဇာတ်လမ်းကို ၎င်းတို့ မနှစ်မြို့လျှင်အသံကျယ် ကျယ်ဖတ်ပြရန် မတိုက်တွန်းပါနှင့်။မိမိမည်သူဆိုသည်ကိုမိတ်မဆက်လျှင် လက်ခံပါ။
- အုပ်စုရေးသားထားသော ဇာတ်လမ်းတိုများကို သိမ်းထားပါ။

အပြီးသတ်ဆွေးနွေးခြင်း

သင်ကြားချိန် ၁ချိန်။

ဤလုပ်ငန်းစု၏ နောက်ဆုံးအပိုင်းဖြစ်သည့် ကလေးအလုပ်သမားတစ်ယောက်အကြောင်း ဇာတ်လမ်းတိုများ ရေးသား ခြင်းသည် အလွန်အာရုံစိုက်ရပြီး စိတ်လှုပ်ရှားခံစားရသည့် အချိန်ဖြစ်ပါသည်။ တချိန်တည်းတွင် ခြေကုန်လက်ပမ်း ကျနိုင်ပါသည်။ သင်၏အချို့အုပ်စုသည် ဤလေ့ကျင့်ခန်းမျိုး ယခင်ကပြုလုပ်ဖူးမည်မဟုတ်ပါ။ ၎င်းတို့ အဆုံးသတ် နိုင်ရေးအတွက် အကူအညီအချို့လိုကောင်းလို မည်ဖြစ်သည်။ ဆန်းသစ်ရေးသားခြင်းတွင် အားရပါးရလုပ်ဆောင်၍ စိတ်လှုပ်ရှားခံစားရမှုရှိခဲ့လျှင် စာရေးဆရာစျာန်ဝင်စားပြီးသည့်အခါ၎င်းတို့ကို သင့်အနေဖြင့်အကာအကွယ်ပေးရမည် ဖြစ်သည်။ စိတ်လှုပ်ရှားခံစားရမှုကို ကျော်ဖြတ်နိုင်ရန်လုပ်ပေးရမည်။

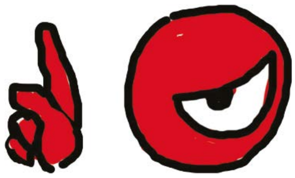


ထို့ကြောင့် သင့်အုပ်စုအား အကျဉ်းချုံးပြန်လည်တင်ပြသောအခါ အေးဆေးငြိမ်သက်သောပတ်ဝန်းကျင် ဖြစ်နေစေ ရမည်။ ၎င်းတို့စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုများကို ဖေါ်ထုတ်ပြပါစေ။ ၎င်းတို့ခံစားရသမျှ အသေးစိပ်ကိုပြောပြပါစေ။ အကယ်၍ အဖွဲ့အချို့က၎င်းတို့၏ ဇာတ်လမ်းများကို အခြားသူများအားဖတ်ပြလိုလျှင် ဖတ်ပြခွင့်ပေးပါ။ မည်သို့ဆိုစေ ၎င်းတို့ ထိုင်နေသော နေရာများမှ ဖတ်ပြပါစေ။ ထိုအခါအများမြင်ကွင်း ရှေ့မှောက်ရောက်သည့်ခံစားရမှု လျော့သွားမည် ဖြစ်သည်။ အုပ်စုတွင် ပါဝင်သူများအား မေးခွန်းမေးခွင့်ပေးပါ။ အချင်းချင်းမေးခွန်းများမေးရန် တိုက်တွန်းပါ။ တစ်ဦးချင်း အနေဖြင့် ၎င်းတို့အဘယ်ကြောင့် ထိုဇတ်ကောင် စရိုက်မျိုးဖန်တီးရသည်နှင့် မည်သို့ဖန်တီးသည်၊ ယင်းဇာတ်ကောင် စရိုက်များမည်သည်တို့ လုပ်ဆောင်သည်တို့မှာ အလွန်စိတ်ဝင်စားဖွယ် သိအပ်သည့်အရာများဖြစ်သည်။ ဇာတ်လမ်း တစ်ခုဖတ်ပြီးတိုင်း ယင်းအကြောင်း ပြောဆိုပါ။ ပြောနိုင်သမျှ ပြောကြားပါ။

အချို့ဇာတ်လမ်းများသည် အရှည်အဝေး အလွန်မြင့်မားနိုင်ပါသည်။ လူတိုင်းထိုဇာတ်လမ်းအပေါ် အာရုံစိုက်ကြမည် ဖြစ်သည်။ မည်သို့ဆိုစေ ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ချင်းစီကိုစစ်ဆေးပြီး ၎င်းတို့၏ရိုးသားမှုကို အသိအမှတ်ပြုပါ။ ၎င်းတို့သည် လူရွယ်တစ်ဦး၏ခံစားမှုကို အတွင်းကျကျဖေါ်ပြခြင်းဖြစ်သည်။ ကလေးအလုပ်သမားဆိုသည်ကို မည်သို့ရုပ်လုံး ဖေါ်သည်ကို ဖေါ်ပြသည်။

အုပ်စုအားယင်းဇာတ်လမ်းများကို တစ်နည်းနည်းဖြင့် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေရေးစဉ်းစားရန်ပြောပါ။ (ဆန်းသစ်အကဲဖြတ်ခြင်းနှင့် နောက်ဆက်တွဲ လေ့လာခြင်းတွင် ကြည့်ပါ) တစ်ဦးချင်းမည်သို့ ထင်မြင်ကြောင်းနှင့် ၎င်းတို့၏အယူအဆကို လေးစားမှု ပြုပါ။ ၎င်းတို့ဇာတ်လမ်းများကို သင့်အနေဖြင့် သိမ်းထားစေလိုလျှင် ပုံနှိပ်ဖြန့်ချိခြင်းမပြုပါနှင့်။ သင့်အနေဖြင့်အုပ်စုအပေါ် ရိုးသားမှုပြုပါ။ သူတို့အနေဖြင့်ယင်းကို အသိအမှတ်ပြုပြီး ယုံကြည်မှုရှိမည်ဖြစ်သည်။

အကယ်၍အုပ်စုထဲမှ အဖွဲ့ဝင်မည်သူမဆိုရေးသားခြင်းတွင် အထုံပါရမီရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခဲ့လျှင် အထူးသဖြင့် ၎င်းတို့ ရေးသားခဲ့သောဇာတ်လမ်းမျိုးတွင် အထုံရှိသည်ဟုယူဆလျှင် ၎င်းဇာတ်လမ်းကို ပို၍အသေးစိတ်ရေးလိုမည်လားဟုမေးရန် စဉ်းစားမိပေမည်။ ဇာတ်လမ်းတိုလေးကို ဇာတ်လမ်းကြီးတပုဒ်အဖြစ်ရေးနိုင်ပါသည်။ ရပ်ရွာလူထုအများ အပြား စိတ်ဝင်စားမှုကိုဖမ်းစားနိုင်သည့် ပိုမိုအသေးစိတ် တင်ပြရေးသားနိုင်ပါသည်။ စီမံချက်နှင့် ကလေးအလုပ်သမားအရေး ဆောင်ရွက်မှုကို မြှင့်တင်နိုင်ပါသည်။



အသုံးပြုမည့်သူအတွက် မှတ်စု

ဤကလေးအလုပ်သမားများလုပ်ငန်းစုကို ဆောင်ရွက်အကောင်အထည်ဖေါ်သည့် ဖြစ်စဉ်တွင် ဤအနပညာနှင့် စာပေသည်အသုံးဝင်ပြီး ပတ်ဝန်းကျင်အမျိုးမျိုးအတွက် အကျိုးရှိလာစေသည့်အခါမျိုးနှင့် ကြုံတွေ့လာနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ - သင့်အနေဖြင့် ပြဇာတ်လုပ်ငန်းစုကို အခါအားလျော်စွာ ဆောင်ရွက်အကောင်အထည်ဖေါ်ခဲ့လျှင် ဤလုပ်ငန်းစုဆောင်ရွက်နေစဉ်ရေးသားခဲ့သော ဇာတ်လမ်းတိုများကို တင်ပြလိုမည်ဖြစ်သည်။ လူထုအနေဖြင့်ပါဝင်သည့် ဆွေးနွေးအဖြေရှာရမည့်ကိစ္စများကို နားလည်သဘောပေါက်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။ ရေးသားမှု၏နက်ရှိုင်းမှု၊ စိတ်ကူးပုံဖေါ်မှုနှင့် နှစ်မြှုပ်ဆောင်ရွက်မှုတို့ကို အသိအမှတ်ပြုမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းတို့သည် အခြေအနေပေးလာလျှင် လူရွယ်များအတွက် တွန်းအားဖြစ်စေပါသည်။ ယင်းဇာတ်လမ်းများသည်ပြဇာတ်၏ လိုအပ်သောနေရာတွင် အပြည့်အဂဖြည့်စွက်ပေးနိုင်ပြီး တကယ့်ကလေးအလုပ်သမားဇာတ်လမ်းကို ဖေါ်ထုတ်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ဇာတ်လမ်းအားလုံးကို သင့်အနေဖြင့် လုံခြုံစွာသိမ်းထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကိုသုံးနိုင် သည့် နည်းလမ်းပေါင်းစုံဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်းနှင့် နောက်ဆက်တွဲ စောင့်ကြည့်ခြင်း

ဤလုပ်ငန်းစုအတွက် တိုင်းတာနိုင်သည့်အရာများတွင် ထွက်ပေါ်လာမည့်တိုင်းတာနိုင်သောအရာများ ရှိပါသည်။ အချို့သည် ပေါ်ထွက်လာခြင်းရှိပြီးအချို့သည် ပေါ်ထွက်လာခြင်းမရှိသေးခြင်းသာရှိသည်။ အုပ်စုထဲမှ တစ်ဦးချင်းစီ သည် ကလေးအလုပ်သမား၏ အခြေအနေတစ်ရပ်ကို ရေးသားဖေါ်ပြသည့် ဇာတ်လမ်းတို တစ်ပုဒ်ထုတ်လုပ်ခဲ့ပါသည်။ အရည်အသွေးများသည် တစ်ဦးချင်းစီပေါ်တွင် မူတည်ပါသည်။ ထို့အပြင် လုပ်ငန်းစုကို မည်သို့ဆောင်ရွက်အကောင် အထည်ဖေါ်နိုင်ခဲ့သနည်းဆိုသည်နှင့် သင့်အနေဖြင့် အုပ်စုဖြင့်မည်သို့ဆက်ဆံခဲ့သနည်းဆိုသည့်အပေါ်တွင်လည်း မူတည်ပါသည်။ ပြင်ပအကူအညီရှိခဲ့လျှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ ဆက်ဆံခဲ့မှုပေါ်တွင်လည်း မူတည်ပါသည်။

နောက်ဆက်တွဲ စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်းအနေဖြင့် ဇာတ်လမ်းတိုအားလုံး သို့မဟုတ် အချို့ကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေနိုင်ရန် အခွင့်အလမ်း ရှိ မရှိ သင့်အုပ်စုအား မေးမြန်းရန်လိုမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ကျောင်းမဂ္ဂဇင်းတွင် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေ နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် အများပြည်သူဖတ်နိုင်ရန် ကြေငြာသင်ပုန်းတွင် ကပ်ထားနိုင်ပါသည်။ ဒေသတွင်းရှိ သတင်းစာ နှင့် မဂ္ဂဇင်းများသည် အချို့ကို ပုံနှိပ်ဖေါ်ပြရန် စိတ်ဝင်စားကြမည်ဖြစ်သည်။ အယ်ဒီတာများဖြင့် အဆက်အသွယ်ပြု၍ မေးမြန်းကြည့်ပါ။ အချို့သည်၎င်းတို့၏ အမည်ကိုရေးသားသူနေရာတွင် ဖေါ်ပြလိုစိတ်ရှိမည်မဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့၏ သဘောတူညီချက်မရဘဲ စာရေးသူအမည်မဖေါ်ပြရန် အရေးကြီးပါသည်။ ဇာတ်လမ်းတို အတော်များများ သည် အလွန်ကောင်းနိုင်ပါသည်။ ဤလူရွယ်များ၏ သက်ရွယ်တူများအတွက် အရေးဆိုပြီးဖြစ် နေပေလိမ့်မည်။ လူကြီးများအနေဖြင့်လည်း ဤဇာတ်လမ်းတိုများအပေါ် အထင်ကြီးနိုင်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်များကို ရပ်ရွာ အတွင်းခေါ်ထုတ်ပါ။ ယင်းသည် ရပ်ရွာပူးပေါင်းမှုနှင့် အသိတရားမြှင့်တင်ရေး လုပ်ငန်းစဉ်၏ အစိတ်အပိုင်း ဖြစ်သည်။

ဤလူရွယ်များ၏ ကိုယ့်ကိုကိုယ်ယုံကြည်မှုရှိလာရေးကို တွန်းအားပေးသည့်အနေဖြင့် ၎င်းတို့သည်သာဇာတ်လမ်းတို များ ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေရန် နည်းလမ်းရှာလိုကြသူများဖြစ်သည်ဟု အကြံပေးနိုင်ပါသည်။ သင်ဆောင်ရွက်နေသည့် ပတ်ဝန်း ကျင်ပေါ်အခြေခံလျက်အုပ်စုအနေဖြင့် ထိုပတ်ဝန်းကျင်တွင်ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေရန် ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြပါသည်။ ဥပမာ
- ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင် သို့မဟုတ် ပြင်ပမှထုတ်ဝေပေးမည့်သူကို ရှာဖွေကြမည်ဖြစ်သည်။ ဒေသတွင်း သတင်းစာတိုက် သို့မဟုတ် ရပ်ရွာမဂ္ဂဇင်း သို့မဟုတ် သတင်းလွှာတို့ဖြစ်သည်။ ယင်းတို့သည် အောင်မြင်မှုကို

ဖေါ်ပြနိုင်သည့်အချက်များ ဖြစ်သည်။ သင်၏လုပ်ငန်းစုအတွက် ပိုမိုခိုင်မြဲ စေမည် ဖြစ်သည်။

သင့်အနေဖြင့် စိတ်ကျေနပ်သည်အထိ ဤလုပ်ငန်းစုကို အဆုံးသတ်နိုင်ခဲ့လျှင် လုပ်ငန်းစုအသစ်ကိုဆက်လုပ်ပါ။ နောက်လုပ်မည့်လုပ်ငန်းစုသည် အုပ်စု၏ ရေးသားမှုအရည်အသွေး ပိုတိုးတက်လာစေမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ - လူထု ဆက်သွယ်ရေးလှုပ်ရှားမှု ဖွံ့ဖြိုးရေးတွင် ဖြစ်သည်။ (လူထုဆက်သွယ်ရေး၊ သတင်းပြန်ကြားရေးလုပ်ငန်းစု)

နောက်ဆက်တွဲ ၁

ပျော်ရွှင်စရာတေးကဗျာ လေ့ကျင့်ခန်း

ပျော်ရွှင်စရာတေးကဗျာကို စတင်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းမှာ စာကြောင်းနှစ်ကြောင်းဖြင့် စတင်ခြင်းဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံးစာကြောင်း၏ နောက်ဆုံးစာလုံးသည် ဘာဖြစ်မည်ကို ဆုံးဖြတ်ပြီး နောက်ကြောင်းပြန် ဆောင်ရွက်ရသည်။

ရေမြင်း ဟစ်ပို ပိုတေးမတ်

ဤဥပမာတွင် နောက်ဆုံးစာကြောင်း၏ နောက်ဆုံးစာလုံးမှာ ရေမြင်းမ "ဟစ်ပိုပိုတေးမစ်စ်" ဖြစ်သည်။ ယင်းစာလုံး သည် မရှိသော စာလုံးဖြစ်သည်။ သို့သော် ကာရံလိုက်ရန် အလွန်လွယ်ပြီး စ စခြင်းတွင် ရယ်စရာကောင်းနေသည်။ "ရေမြင်းမ" သည်ရေမြင်း၏ ဇနီးဖြစ်သည်။ ယင်းစာလုံးကို ကျောက်သင်ပုန်း အလယ်ခေါင်တွင်ရေးပါ။ ၎င်းအရှေ့တွင် စာကြောင်းရေးရန်အတွက် လုံလောက်သောနေရာချန်ထားပါ။ သင့်အုပ်စုသည် ထိုစာလုံးကိုကြည့်ပြီး စတင်ပြုံးနေ ကြမည် ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံးစာလုံးဖြစ်သည့် "မစ်စ်" ဆိုသည် နောက်ဆုံးစာလုံး၏ အဆုံးပိုင်းနှင့် ကာရံလိုက်မည့် အခြားစာလုံးများကို စဉ်းစားနေကြမည် ဖြစ်သည်။

နောက်ထပ်လုပ်ရမည့်အလုပ်မှာ "မစ်စ်" ဆိုသည်နှင့် ကာရံညီမည့် စကားလုံးများစဉ်းစားရန် ဖြစ်သည်။ ယင်းကို ပထမစာကြောင်း၏ စာလုံးအဖြစ်ရွေးပါ။ ကဗျာ၏ဥပဒေသအတိုင်း လိုက်နာရန်ဖြစ်သည်။ အုပ်စုအားလုံးစဉ်းစား၍ ရသောစာလုံးများကို အော်ပြောရန်ပြောပါ။ ၎င်းတို့ကို စာလုံးစာရင်းထဲရေးထည့်ပါ။ မြန်ဆန်စွာနှင့် ပျော်စရာဖြစ်ပါစေ။ သို့မှသာ ၎င်းတို့အနေဖြင့် တုန့်ပြန်ကြမည်ဖြစ်သည်။ အထင်ရှားဆုံးစာလုံးမှာ "ကစ်စ်" ဖြစ်မည်ဖြစ်သည်။ ထိုစာလုံးကို ပထမစာကြောင်း နောက်ဆုံးတွင် ရေးပါ။

ယခုအခါသင့်တွင် ပျော်ရွှင်စရာတေးကဗျာ၏ အဓိကအပိုင်းနှစ်ခုကို ရရှိပြီဖြစ်သည်။ စာကြောင်းနှစ်ကြောင်း၏ နောက်ဆုံးစာလုံးနှစ်လုံး ဖြစ်သည်။ အုပ်စုအနေဖြင့် ယခုလုပ်ရမည့်အလုပ်မှာ စာကြောင်းနှစ်ကြောင်းတွင် လိုသော အခြားစာလုံးများကို ရှာရန်သာဖြစ်သည်။ သင်၏အလုပ်မှာဆွေးနွေးမှုကို ညွှန်ပြရန်သာဖြစ်သည်။ သို့မှသာ အပြင် ရောက်မသွားဘဲ စာကြောင်းများသည် အဓိပ္ပါယ်ရှိမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းသည်ကဗျာမှ ဇာတ်လမ်းတိုတစ်ပုဒ် ဖန်တီးရခြင်းနှင့် တူပါသည်။ စာကြောင်းနှစ်ကြောင်းဖြင့်သာ ဇာတ်လမ်းတိုရေးရခြင်းဖြစ်သည်။ ဥပမာ - ဟစ်ပိုပိုတေးမတ်စ်သည် မည်သို့သော ကစ်စ်ကို ပေးလိုသည်ကိုမေးပါ။ အားလုံးသည် "စလိုပီ" သို့မဟုတ် ၎င်းနှင့်ဆင်တူကို ပြောကြမည်။ ဤအရည် အသွေးအတိုင်း အခြားကာရံများကို ရွေးထုတ်ပါ။ မည်သူက "ပေါ့ပျက်ပျက် အနမ်းမျိုးပေးချင်ပါသလဲ" "ဘာကြောင့်" "ဘာအတွက်" စသည်ဖြင့် မေးနိုင်သည်။

ဥပမာ - ဟစ်ပိုပိုတေးမစ်စ်၏ ခင်ပွန်းသည် သက်ဆိုင်ရာဇာတ်ကောင်ဖြစ်လာပြီး သူ့အမည်မှာ "ဟယ်ရီ ဟစ်ပို" ဖစ်သည်။ ဤသည်မှာ ဥပမာတစ်ခုသာ ဖြစ်ပြီး အခြားဖြစ်နိုင်စရာ အများအပြား ရှိသည်။ အဓိက မှာ ပြုလုပ်ရာတွင် ပျော်ရွှင်စေရန်နှင့်အဆုံးတွင် ပျော်ရွှင်စရာတေးကဗျာဖြစ်လာရန်ဖြစ်သည်။ ထိုအခါ

သင်၏အုပ်စုသည် စကားလုံး တစ်လုံးထဲဖြင့် ဖန်တီးနိုင်သည်ကို သိလာကြမည်ဖြစ်သည်။ သင်၏ နောက်ဆုံးပျော်စရာတေးကဗျာသည် ဤသို့ ဖြစ်ပေ လိမ့်မည်။

ဟယ်ရီဟစ်ပိုသည် ပေါ့ပျက်ပျက် အနမ်းများကိုပေးခြင်းဝါသနာပါသည်၊
သို့သော် ထိုအနမ်းများကိုရသူမှာ သူ၏ ဟစ်ပိုပိုတေးမစ်စစ် ဖြစ်သည်။

နောက်ဆက်တွဲ ၂။

ဆူတာနာ ဇာတ်လမ်း

အောက်ပါဇာတ်လမ်းကို ဇယားကွက် ၄ ကွက်နည်းသုံးပြီး ရေးထားပါသည်။

- အကွက် ၁။ ဆူလ်တာနာသည် ၈ နှစ်ရှိပြီဖြစ်သည်။ မိန်းကလေးဖြစ်သည်။ ကလေးအလုပ်သမားဖြစ်သည်။ ဝမ်းနည်း နေသည်။
- အကွက် ၂။ မိသားစုထံမှအဝေးသို့ ခေါ်ထုတ်ခံရသဖြင့် ဝမ်းနည်းရခြင်းဖြစ်သည်။ မိသားစုကစွန့်ပစ်ထား၍လည်း ဖြစ်သည်။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရပြီးနေမကောင်းဖြစ်နေ၍လည်း ဝမ်းနည်းသည်။
- အကွက် ၃။ ဆူလ်တာနာကို ကယ်တင်ပြီး ပြုစုစောင့်ရှောက်ထားသည်။
- အကွက် ၄။ ဆူလ်တာနာသည် မိသားစုဖြင့် ပြန်ပေါင်းစည်းသွားသည်။ သူပျော်ရွှင်နေသည်။

ဇာတ်လမ်းတွင် ဆူလ်တာနာအကြောင်း အသေးစိတ်ဖြည့်စွက်ပြီး ရေးသားရမည်ဖြစ်သည်။ ဆူလ်တာနာ၏ ဘဝကို သူ့အားသူ့မိသားစုထံမှ ခေါ်ထုတ်သွားပြီး အတင်းအကျပ် အလုပ်လုပ်ခိုင်းခံရပြီးနောက် ပြန်လည်ကယ်တင်ပြီး မိသားစုထံ ပြန်ရောက်သွားသည်အထိရေးရမည်။ 'ဘ' ၅ လုံးနှင့် အဘယ်ကြောင့်နည်းကို သုံးပြီးဇာတ်လမ်းကို ဖန်တီးနိုင်သည်။ နိုင်ငံတစ်ခုခုမှ မရှိနွမ်းပါးမှုကိုသရုပ်ဖေါ်သည့်ဇာတ်လမ်းရေးနိုင်သည်။။ ယင်းနိုင်ငံ၏ တစ်နေရာတွင်ဆူလ်တာနာကို အထည်ချုပ်စက်ရုံ အသေးတစ်ရုံသို့ အလုပ်သင်အဖြစ်ရောင်းချခံရသည်။ စက်ရုံသည် ၎င်းတို့နေသောရွာဖြင့် ဝေးကွာသောနေရာတွင်ရှိသည်။ ၎င်း၏အလုပ်ရှင်နှင့် မိသားစု၏မညာမတာဆက်ဆံမှုနှင့် မတော်မတရားပြုမူ ဆက်ဆံခြင်းခံရသဖြင့် ဆူလ်တာနာနေမကောင်းဖြစ်ရသည်။ စက်ယန္တယားတစ်ခုတွင် လုပ်ကိုင်ရင်းမူးလဲကျသွားပြီး ဆိုးဆိုးရွားရွား ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသွားသည်။ ဆူလ်တာနာက ထွက်ပြေးရန် အကြိမ်ကြိမ်ကြိုးစားသည်။ တစ်ကြိမ်တွင် ၎င်း၏အလုပ်ရှင်က စေခိုင်းလိုက်သော လူဆိုးများသူ့နောက်လိုက်မမီခင်ဝေးကွာသော သူ့မိသားစုရှိသည့်ရွာသို့ ပြန်ရောက်သွားသည်။ ထိုလူဆိုးများက သူ့အမေနှင့် အဖေကိုရိုက်နက်ကြပြီး သူ့အားပြန်ခေါ်သွားသည်။ အလုပ်ရှင်၏ ပြင်းထန်စွာ ရိုက်နက်မှုကို ခံရပြီး အလွန်စိုးရိမ်ရသည့် နာမကျန်းမှု ဖြစ်ရသည်။ သေလုမျောပါး ဖြစ်သည်။

ဆက်လက်ဖျားနာခြင်း၊ မတော်မတရားဆက်ဆံခံရခြင်းတို့ ဆက်ဖြစ်နေပြီးအချိန်များ ကုန်လွန်သွားသည်။ ထိုနိုင်ငံတွင် လူ့အခွင့်အရေးဆောင်ရွက်နေသော အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့သည် ကလေးများကို အလုပ်ခန့်ထားခိုင်းစေနေကြောင်း ကြားသိလိုက် ရသည်။ ယင်းအဖွဲ့က ယင်းအလုပ်နေရာမျိုးကို ဝင်ရောက်စီးနင်းပြီး ကလေးများကို ကယ်တင်ကာပိုင်ရှင်များကို တရား ဥပဒေနှင့် ရင်ဆိုင်စေခဲ့သည်။ တစ်ညတွင် ထိုအဖွဲ့သည် ဆူလ်တာနာအလုပ်လုပ်နေသည့် စက်ရုံကိုဝင်ရောက်စီးနင်း ခဲ့သည်။ သူနှင့်အခြားကလေး ၁၅ဦး လွတ်မြောက်သွားသည်။ ဆေးရုံတွင် သူ၏နာတာရှည်မကျန်းမာမှုနှင့် ထိခိုက် ဒဏ်ရာရမှုတို့ကို ကုသခံပြီးနောက် ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်ကြာသွားသည့်အခါ သူ၏မိသားစုဖြင့်ပြန်၍ ပေါင်းစည်း မိသွားသည်။

စက်ရုံပိုင်ရှင်များအားတရားရုံးတွင် စစ်ဆေးပြီးနောက် ထောင်ချလိုက်သည်။ လူ့အခွင့်အရေးအုပ်စုက ဆူလ်တာနာ အဖေအား ကိုယ်ပိုင်စီးပွားရေးလုပ်နိုင်ရန် အကူအညီပေးသည်။ သစ်သီးစိုက်ပျိုးသူအနေဖြင့် လုပ်ကိုင်နိုင်ရန်ဖြစ်သည်။ ယခုအခါသူသည် မိသားစုကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်နိုင်ပြီဖြစ်သည်။ ဆူလ်တာနာ အပြည့်အဝကျန်းမာလာသည်။ သူသည် အလွန်ပျော်နေသည်။

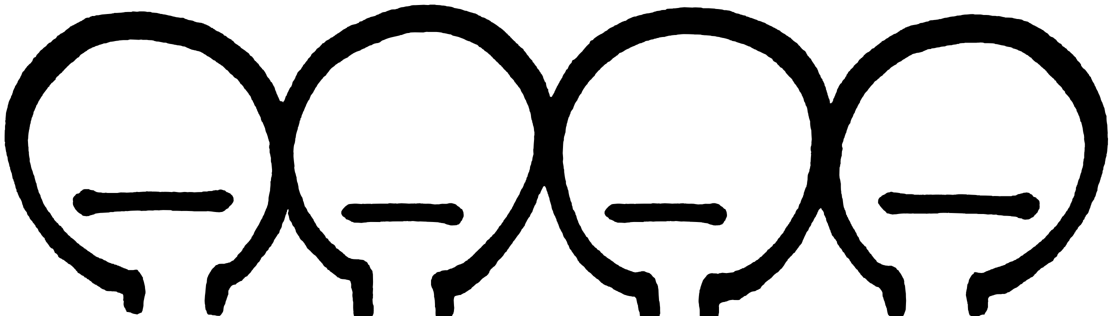
ကလေးအလုပ်သမားကို ရပ်ပစ်

Fundamental Principles and Rights
at Work Branch (FUNDAMENTALS)

International Labour Organization
4 route des Morillons
CH-1211 Geneva 22 – Switzerland
Tel.: +41 (0) 22 799 61 11
Fax: +41 (0) 22 798 86 95

fundamentals@ilo.org - www.ilo.org/childlabour

@ILO_Childlabour



ISBN 978-92-2-831294-2