

m g စိတ်ကူးချီချီအနုပညာ

# အများနှင့်ဆက်ဆံ ပြောဆိုသည့်ပညာ

THE ART OF  
DEALING WITH PEOPLE

Les Giblin

အောင်လှိုင်-မြန်မာပြန်



mgyc.com

# အများနှင့်ဆက်ဆံ ပြောဆိုသည့်ပညာ

THE ART OF  
DEALING WITH PEOPLE  
Les Giblin

စာအုပ်လွှဲပြောင်းခြင်း



AH0031

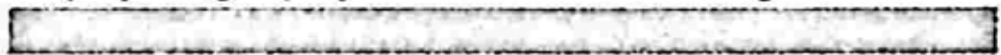
700.00

KS.

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊ ၈၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ၊  
 ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း၊  
 ၂၀၁၅၊ ဇွန်လ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀  
 ရောင်းစျေး ၇၀၀ ကျပ်



အများနှင့်ဆက်ဆံပြောဆိုသည်ပညာ  
 အောင်လှိုင်၊ ရန်ကုန်၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊  
 စာမျက်နှာ ၆၂ မျက်နှာ၊ ၁၀ စင်တီ x ၁၆.၅ စင်တီ



စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်



အများနှင့်ဆက်ဆံ  
ပြောဆိုသည့်ပညာ  
THE ART OF  
DEALING WITH PEOPLE  
**Les Giblin**

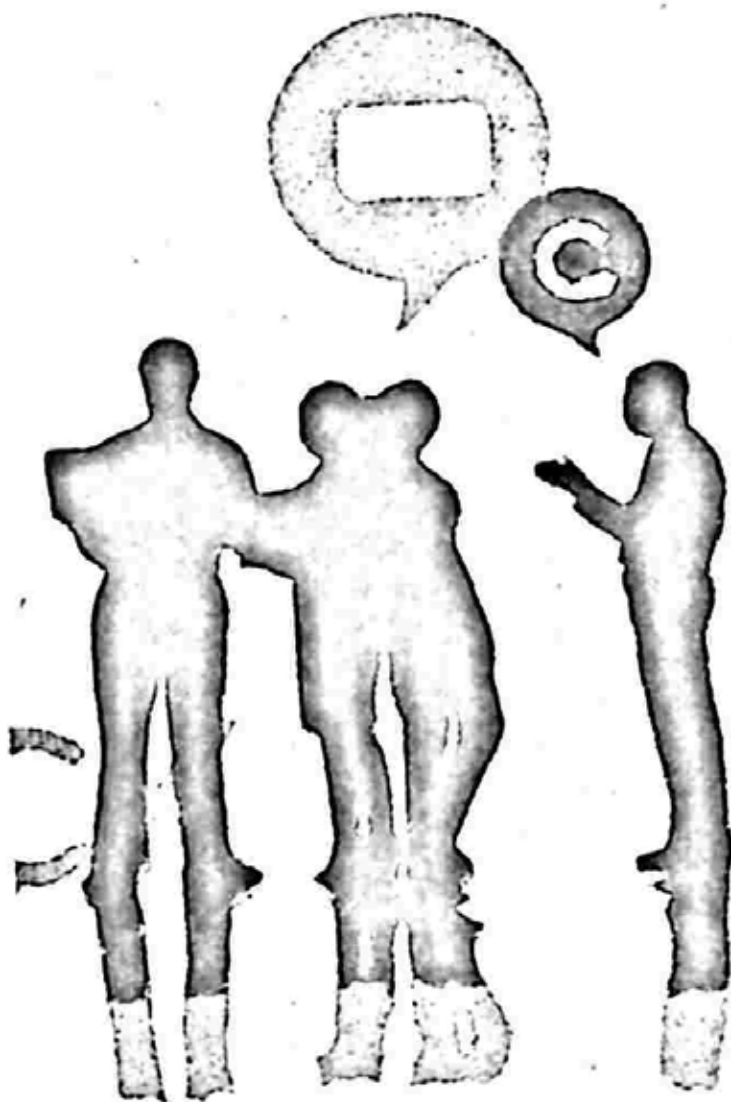
အောင်လှိုင်

မြန်မာပြန်



mgyc.com

mgyc.com



### မာတိကာ

- ၁။ လူသား၏ ပြောဆိုဆက်ဆံရေးနှင့် ၂  
ပတ်သက်၍ ဖန်တီးနိုင်စွမ်းသော  
တွေးခေါ်ဉာဏ်
- ၂။ လူသားအတ္တအား နားလည်ခြင်း ၈
- ၃။ သံတမန်နည်းကျဆက်ဆံရေး၌ ၁၆  
စိတ်မကျေနပ်စရာဖြစ်စေသည့်  
အချက်များ
- ၄။ အခြားသူတို့၏ အပြုအမူနှင့် ၂၀  
သဘောထားများအား ထိန်းချုပ်ခြင်း
- ၅။ ကောင်းသောအသွင်အပြင်များ ၂၈  
ရရှိရန် ဖန်တီးခြင်း

- ၆။ လက်ခံနိုင်စွမ်း၊ ကျေနပ်နှစ်ထောင်း ၃၁  
အားရ ဖြစ်နိုင်စွမ်းများဖြင့်  
လူအများအား ဆွဲဆောင်ခြင်း
- ၇။ ထိထိရောက်ရောက် ဆက်ဆံပြောဆို ၃၅  
နိုင်ရေးအတွက် သင်ယူခြင်း
- ၈။ နားထောင်ခြင်း ၄၂
- ၉။ သဘောတူညီမှုရရှိခြင်း ၄၆
- ၁၀။ ချီးမွမ်းစကား ပြောကြားခြင်း ၅၂
- ၁၁။ ဆန့်ကျင်တိုက်ခိုက်ခြင်း မရှိဘဲ ၅၉  
တစ်ဖက်သားအပေါ် ဝေဖန်ပါ



**အခန်း - ၁**

**လူသား၏ ပြောဆိုဆက်ဆံရေးနှင့်ပတ်သက်၍  
ပန်တီးနိုင်စွမ်းသော တွေးခေါ်ဉာဏ်**

ဘဝတစ်သက်တာအတွင်း ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး အလိုချင်ဆုံးဖြစ်တဲ့အရာ ၂ ခုကတော့ အောင်မြင်ခြင်း နဲ့ ပျော်ရွှင်ခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးဟာ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ကွဲပြားခြားနားမှုတွေရှိနေပါတယ်။ အထူးသဖြင့် အောင်မြင်ရေးနဲ့ပတ်သက်တဲ့ စိတ်ကူးတွေက သိသာစွာကွဲပြားခြားနားကြပါတယ်။

အမျိုးမျိုးသော သိပ္ပံနည်းကျလေ့လာချက်များက သက်သေအထောက်အထားခိုင်လုံစွာနဲ့ ထောက်ပြရာမှာ လူအများနဲ့ ပြောဆိုဆက်ဆံရေးကို ဘယ်လို သင်ယူရမယ်ဆိုတာနဲ့ ဆက်ဆံရေးကောင်းမွန်တဲ့သူ

တွေဟာ ဘယ်စီးပွားရေးလုပ်ငန်း နယ်ပယ်ထဲမှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် အောင်မြင်မှု ၈၅ ရာခိုင်နှုန်းကနေ ၉၀ ရာခိုင် နှုန်းအထိ ရရှိမှာဖြစ်ပါတယ်။

ကောင်းမွန်သောဆက်ဆံရေးဟာ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ဆိုင်ရာ ကျေနပ်မှုအမျိုးမျိုးကိုဖြစ်စေပြီး တစ်ချိန် တည်းမှာပဲ တစ်ဖက်လူတို့ရဲ့အတ္တကို နင်းချေပစ်နိုင် ပါတယ်။

- ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းသောလူတွေဘဝမှာ ကျရုံးရ ခြင်းဟာ လူအများနဲ့ ပြောဆိုဆက်ဆံရေးမှာ အောင်မြင်မှုမရတာကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။

သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ပတ်ပတ်လည်ကို တစေ့တ စောင်းကြည့်လိုက်ပါ။ လက်ရှိအောင်မြင်နေတဲ့သူ တွေဟာ အကောင်းဆုံးသောဦးနှောက်ကို ပိုင်ဆိုင် ထားပြီး အကောင်းဆုံးသောကျွမ်းကျင်မှုတွေ ရှိနေကြ ပါသလား . . . ၊ ဘယ်သူတွေက အခြားသူတွေထက် ဘဝရဲ့ ပျော်ရွှင်မှုတွေကို အကောင်းဆုံးရနေပါသလဲ။

သင့်အနေနဲ့ အထက်ပါမေးခွန်းတွေအတွက် တွေးခေါ်ဉာဏ်သုံးပြီး စဉ်းစားဆင်ခြင်ပေးပါ။

- ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာပြဿနာဟာ အခြားသူ တွေနဲ့ဖြစ်တဲ့ ပြဿနာပဲ ဖြစ်တယ်။

ယနေ့ခေတ် သန်းနဲ့ချီသောလူတွေဟာ မဝံ့မရဲ

ရှိုးတိုးရှုန့်တန့်ဖြစ်တာတွေ၊ ရှက်သလို၊ ကြောက်သလို ဖြစ်တာတွေ၊ လူမှုရေးဆိုင်ရာ အခြေအနေအမျိုးမျိုး မှာ သက်သောင့်သက်သာမရှိတာတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်နေ ကြရပါတယ်။

တကယ်တော့ အဲဒီလူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ ဆက် ဆံရေးညံ့ဖျင်းမှုကြောင့် အထက်ပါ မကောင်းတဲ့ခံစား မှုတွေဖြစ်နေရတယ်ဆိုတာကို သဘောမပေါက်ကြ ပါဘူး။ ဆက်ဆံရေးမကောင်းတဲ့ (သို့) လူ့အသိုင်း အဝိုင်းထဲမှာ ဝင်ဆံ့နိုင်ခြင်းမရှိတဲ့သူတွေအားလုံး အနာဂတ်ကာလ အောင်မြင်ရေးနဲ့ ပျော်ရွှင်ရေးတွေမှာ ဆက်ပြီး ကျရှုံးနေဦးမှာဖြစ်ပါတယ်။

ရှက်ကြောက်ခြင်းကင်းဝေးပြီး မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုရှိတဲ့သူတွေကျပြန်တော့ ၎င်းတို့ကျင်လည် ကျက်စားရာ ဘယ်နယ်ပယ်မှာမဆို သူများကို ဩဇာ ပေးတာ ဆရာကြီးလုပ်တာတွေ၊ သူတစ်ပါးအပေါ် လွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်လိုတာတွေ ရှိနေတတ်ပါတယ်။

အရှက်အကြောက်ကင်းခြင်းဟာ ဆက်ဆံရေး ကောင်းမွန်ဖို့အတွက် လိုအပ်ချက်ဖြစ်ပေမဲ့ တစ်ဖက် သားအပေါ် ရဲရဲဝံ့ဝံ့ဖိနှိပ်ဆက်ဆံတာကတော့ ကောင်း တဲ့ဆက်ဆံရေး ဖြစ်မလာနိုင်ပါဘူး။ တကယ်ကောင်း မွန်သင့်တင့်လိုက်ဖက်တဲ့ ဆက်ဆံရေးမှာ ရှက်ကြောက်

အများနှင့်ဆက်ဆံပြောဆိုသည့်ပညာ

ခြင်းမရှိသလို လွန်ကဲစွာရဲတင်းခြင်းလည်း ရှိစရာမလိုပါဘူး။ ကောင်းတဲ့ဆက်ဆံရေးဟာ အစွန်း ၂ ဖက်ကင်းတဲ့ ဆက်ဆံရေးသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကောင်းတဲ့ဆက်ဆံရေးဖြစ်စေဖို့ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်းမှာဖြစ်စေ၊ မိသားစုအတွင်းမှာဖြစ်စေ စိတ်ပါလက်ပါ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုတွေ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အပြန်အလှန်ဖေးမ နားလည်မှုတွေ အဓိကလိုအပ်ပါတယ်။

မိမိက ဆက်ဆံရေးကောင်းတဲ့သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာပြီဆိုရင် . . . မိမိအပေါ်သစ္စာရှိသူ၊ ချစ်ခင်သူ၊ စောင့်ရှောက်သူ၊ ယုံကြည်လက်ခံသူတွေ များလာမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအခါ သင့်ဘက်က မိမိအတွက် ရော၊ အများအတွက်ပါ ကောင်းကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမယ့် ပြောဆိုဆက်ဆံမှုတွေကို သင့်စိတ်ကြိုက် ပြန့်ပွားအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ကောင်းမွန်တဲ့ ဆက်ဆံရေးဟာ ဘယ်သူနဲ့မှ ပြဿနာမဖြစ်စေဘဲ တစ်ယောက်က တစ်ရာအထိ ကောင်းကျိုးကိုသာ ပေးစွမ်းပါတယ်။ ယနေ့ ခေတ်မီတိုးတက်သောကမ္ဘာ၌ တိုးတက်မှုမရှိသေးတဲ့အရာတွေကတော့ အောင်မြင်ခြင်းနဲ့ ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။

လက်ရှိ ကာလမှာ ဘဝတစ်သက်တာအတွက်

လိုအပ်ချက်ဖြစ်တဲ့ အောင်မြင်ခြင်းနဲ့ ပျော်ရွှင်ခြင်းကို လူအနည်းငယ်လောက်ကသာ ခံစားနိုင်ကြပါတယ်။

အောင်မြင်ခြင်းနဲ့ ပျော်ရွှင်ခြင်းရရှိဖို့အတွက် မိမိတစ်ဦးတည်းနဲ့သာ ရယူနိုင်ခြင်းမရှိဘဲ သက်ဆိုင်ရာ ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝန်း လိုအပ်ပါတယ်။

ဆရာဝန်၊ ရှေ့နေ၊ အရောင်းစာရေး၊ မက္ကင်းနစ် တို့ဟာ ၎င်းတို့ရဲ့ ဆိုင်ရာနယ်ပယ်အလိုက် ကျွမ်းကျင်မှုတစ်မျိုးစီကြောင့် ပျော်ရွှင်ခြင်းနဲ့ အောင်မြင်ခြင်းကို ရရှိကြပါတယ်။

အလားတူ ဇနီး၊ ခင်ပွန်းတို့ရဲ့ ပျော်ရွှင် အောင်မြင်မှုတွေဟာ တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး အပြန်အလှန် ဆွဲဆောင်ခြင်းကြောင့်မဟုတ်ဘဲ ၎င်းတို့ ၂ ဦးရဲ့ သီးခြား အခြေအနေတစ်ခုကြောင့် ပျော်ရွှင်အောင်မြင်မှုကို ရရှိတာဖြစ်ပါတယ်။

လူသားရဲ့ ကျွမ်းကျင်သော ဆက်ဆံရေးဟာ ဘယ်လုပ်ငန်းနယ်ပယ်မှာမဆို ကျွမ်းကျင်လိမ္မာမှုရှိတဲ့ သဘောကို ပြဆိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူတစ်ဦးချင်းစီရဲ့ ကွဲပြားမှုတစ်ခုစီအလိုက် ကွဲပြားသော အရည်အချင်းတွေကိုယ်စီ ပိုင်ဆိုင်ကြပြီး ကွဲပြားတဲ့ အောင်မြင်ခြင်းနဲ့ ပျော်ရွှင်ခြင်းကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။





### အခန်း - ၂

### လူသားအတ္တအား နားလည်ခြင်း

လူသားရဲ့အတ္တဟာ အသုံးချနိုင်ခြင်းအပေါ်မူ  
တည်ပြီး ကောင်းခြင်း၊ ဆိုးခြင်းကို ဖြစ်စေပါတယ်။

အတ္တဝါဒကို တစ်ဖက်ကနေကြည့်ရင် အလွဲသုံး  
စွဲခြင်းကြောင့် ရူးမိုက်ခြင်း၊ ဖျက်ဆီးတတ်ခြင်း၊  
အကျိုးမဲ့ခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေတတ်ပါတယ်။ အတ္တဝါဒ  
ကို သူ့ရဲ့ကောင်းဆန်ဆန် သုံးစွဲခြင်းကြောင့်လည်း  
အဖျက်သဘောကို ထင်ဟပ်စေပါတယ်။

.. သင့်စိတ်အတွင်း စွဲထပ်အောင်ခပ်နှိပ်ပေးမယ့်  
လောကသဘာဝတရား ၄ ရပ်ရှိပါတယ်။

- လူသား၏စိတ်အတွင်း စွဲကပ်နေသည့် သဘာဝ  
တရား ၄ ရပ် -

(၁) ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး အတ္တဝါဒများဖြစ်ကြသည်။

- (၂) ကျွန်ုပ်တို့ဟာ အခြားသောကိစ္စများထက် ကျွန်ုပ်တို့အရေးကိစ္စများကိုသာ ပိုမိုစိတ်ဝင်စား တတ်ပါတယ်။
- (၃) သင်နှင့်တွေ့ဆုံသည့်လူတိုင်း တစ်စုံတစ်ရာရရှိ ဖို့အတွက် အရေးကြီးသလို ခံစားတတ်ကြပါ တယ်။
- (၄) မိမိနှင့် အခြားသူတို့ ပျော်ရွှင်ရေးအတွက် လိုလား တောင့်တမှုတွေရှိနေပါမယ်။

**\* ဘယ်အရာကလူတွေကို တစ်ကိုယ်ကောင်း ဆန်စေပြီး ဘဝင်မြင့်သွေးကြီးခြင်းကို ဖြစ်စေပါ သလဲ \***

အတ္တကြီးပြီး ဘဝင်မြင့်သူတွေဟာ သူတို့ကိုယ် သူတို့ သိပ်ပြီး မြင့်မားသူတွေ သူတကာထက် သာလွန် နေသူတွေအဖြစ် အမြဲမှတ်ထင်နေတတ်ပါတယ်။

ဒီအနေအထားကြောင့်လည်း တစ်ကိုယ်ကောင်း ဆန်ပြီး ဘဝင်မြင့်သူတွေဟာ တစ်ဖက်သားအပေါ် ရိုင်းစိုင်းကြမ်းကြုတ်စွာနဲ့ ဆက်ဆံတတ်ပြီး အမြဲမိုလ် ကျ အနိုင်ယူတတ်ပါတယ်။ အတ္တဝါဒီတွေဟာ သာမန် စိတ်ထားရှိသူတွေထက် ပိုပြီးဆတ်ဆတ်ထိမခံတတ် သူတွေလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ လူတွေကို တစ်ကိုယ်ကောင်း

ဆန်ပြီး ဘဝင်မြင့်စေတဲ့အရာဟာ အခြေခံ စိတ်ဓာတ်  
မကောင်းဘဲ အနိုင်ရလိုစိတ် လွှမ်းမိုးနေတာကြောင့်ပဲ  
ဖြစ်ပါတယ်။

- သင်ကိုယ်တိုင် ကောင်းနေရင် အခြားသူတွေ  
နဲ့ ဆက်ဆံရာမှာလည်း ကောင်းမွန်နေပါမယ်

ဘယ်သူမဆို အခြေခံစိတ်ဓာတ် ကောင်းကောင်း  
နဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နှစ်သက်ရင် အခြားသူတွေအပေါ်  
မှာလည်း နှစ်သက်နိုင်စွမ်း ပိုမိုရှိတတ်ကြပါတယ်။  
တကယ်လို့ မိမိက ထိခိုက်နာကျင်မှုတွေ၊ စိတ်မကျေ  
နပ်မှုတွေကို ခံစားရပြီဆိုရင် အခြားသူတွေအပေါ်  
အလားတူထိခိုက်မှုမျိုးမဖြစ်စေလိုတဲ့ ကိုယ်ချင်းစာ  
စိတ်တွေ ရှိလာပါမယ်။

ထိုအခါ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ကို ဗဟိုပြုပြီး သူတစ်  
ပါးအပေါ် မကောင်းဝေဖန်တာ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချတာတွေ  
လျော့နည်းပျောက်ကွယ်ပြီး သူတစ်ပါးအပေါ်  
ခွင့်လွှတ်နားလည်စိတ်တွေ စိတ်ရှည်သည်းခံစိတ်တွေ  
လွှမ်းမိုးလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းနဲ့ အတ္တ  
လူတစ်ယောက်ဟာ ခန္ဓာကိုယ်လိုအပ်ချက်

အများနှင့်ဆက်ဆံပြောဆိုသည့်ပညာ

အတွက် တစ်နေ့ကို အစာ ၃ နပ်စားရတတ်ပါတယ်။ တကယ်လို့ လူတစ်ယောက်ကို အစားအစာမကျွေးဘဲ တစ်ရက် နှစ်ရက်လောက် ထားလိုက်မယ်ဆိုရင် အဲဒီ လူတွေဟာ ဆာလောင်မွတ်သိပ်ပြီး ဆာလောင်ခြင်း ကို ဖြည့်ဆည်းချင်တဲ့ အတ္တစိတ်ကလွဲပြီး အခြား ဘာကိုမှ အလိုမရှိတတ်ပါဘူး။

ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှုရဲ့ ဖိစီးခြင်းကြောင့် ပင်ကို စရိုက်လက္ခဏာနဲ့ အရည်အသွေးတွေပါ ပြောင်းလဲ သွားပြီး အစာရရှိရေးအတွက်သာသိတော့တဲ့ အခြေ အနေကို ရောက်ရှိလာပါမယ်။ ဒါဟာ သဘာဝရဲ့ စေ့ဆော်မှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရိုးရှင်းတဲ့ အတ္တ သာဖြစ်ပါတယ်။

တကယ်လို့ ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်း မရှိတဲ့သူ က လိုတာထက်ပိုပြီး လိုချင်စိတ်ရှိခဲ့ရင်တော့ သူ့ရဲ့ အတ္တဟာ ဝိသမ အတ္တအဖြစ် ပြောင်းလဲသွားပြီး အမြဲ ရယူလိုစိတ်တွေသာ လွှမ်းမိုးနေပါမယ်။ ဘဝတစ် သက်တာအတွင်း လောကကို အလှဆင်တယ်ဆိုရင် ဘယ်သူမဆို ဝိသမ အတ္တကင်းပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားလေးစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မိမိကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားလေးစားသူတွေဟာ စိတ်နေစိတ်ထား အခြေခံအားဖြင့် မြင့်မြတ်ကြပြီး

သူတစ်ပါးအပေါ် ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ရှိသူတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ အများအားဖြင့် အပေးအကမ်းရက်ရောပြီး စိတ်ရှည်သည်းခံကြတယ်။ သူတစ်ဖက်သားရဲ့စကားကို စိတ်ရှည်ရှည် နားထောင်ပြီး သူတစ်ပါးရဲ့ စိတ်ကူးတွေကိုလည်း လေးစားတန်ဖိုးထားတတ်ကြတယ်။ သူတစ်ပါးရဲ့ အားနည်းချက်ကို ဖြည့်ဆည်းပေးလိုပြီး လိုအပ်ချက်တွေကို ပြည့်စုံစေချင်စိတ်ရှိကြတယ်။ မိမိကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားလေးစားသူတွေဟာ စွန့်စားမှုကိုလည်း လုပ်တတ်ကြပြီး သူတို့ရဲ့ အမှားအယွင်းနဲ့ ခြွင်းချက်တွေကိုလည်း ထုတ်ဖော်ပြောဆိုပြီး ဝန်ခံတတ်ကြတယ်။

တကယ်လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားလေးစားမှုမရှိရင် အန္တရာယ်ဒုက္ခတွေ အလွယ်တကူ ကျရောက်တတ်ပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ခြိမ်းခြောက်ခံရတာတွေ၊ ဝေဖန်ကဲ့ရဲ့ခံရတာတွေလည်း ကြုံတွေ့ရတတ်တယ်။

- တစ်ဖက်သားအပေါ် တန်ဖိုးထား လေးစားမှုလျော့နည်းခြင်းကြောင့် ပြဿနာ ဒုက္ခများနှင့် ကြုံတွေ့ဆက်ဆံရတတ်ခြင်း

အထက်စီးကနေ ပြောဆိုဆက်ဆံတတ်သူတွေ

ဟာ အရာရာ သူတကာရဲ့ အပေါ်ကနေ နေလိုကြပါတယ်။

မာနကြီးပြီး စိတ်ကြီးဝင်သူတွေဟာ မိမိအရေးကိုသာ ဦးစားပေးတတ်ပြီး အခါအခွင့်ကြုံတာနဲ့ သင့်ကို အလဲထိုးတိုက်ခိုက်တတ်ကြပါတယ်။ တကယ်လို့ မာနကြီးပြီး တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သူဟာ စွမ်းရည် နိမ့်ကျသွားခဲ့ရင် ကြောက်ရွံ့ပြီး သင်နှင့် အတူအဖော် လုပ်လာတတ်ပါတယ်။ တစ်ဖက်သားအပေါ် တန်ဖိုးထားလေးစားမှု လျော့နည်းနေသူတွေဟာ ပြဿနာ ဒုက္ခတွေနဲ့ စဉ်ဆက်မပြတ် ကြုံတွေ့ခံစားရသည့်တိုင် အခွင့်အရေးရတာနဲ့ သူ့ကိုယ်ကျိုးစီးပွားအတွက် အမြတ်ထုတ်လာတတ်ပါတယ်။

**- အခြားသူများက အရေးပါသလို အရေးထားခြင်း**

လူအများနှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံရေး တိုးတက်မှုအတွက် အလျင်အမြန်ဆုံးသော နည်းလမ်းမှာ သင်ပိုင်ဆိုင်ထားသည့် ပစ္စည်းဥစ္စာများစွာထဲမှ အချို့ကို လိုအပ်ချက်ရှိနေသူအားလုံးအား ဝေငှလှူဒါန်းခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ သင့်အတွက် သိသာစွာ ထိခိုက်နစ်နာမှု မရှိသော ပေးကမ်းဝေငှမှုမျိုး လုပ်ပေးခြင်းက သူတစ်

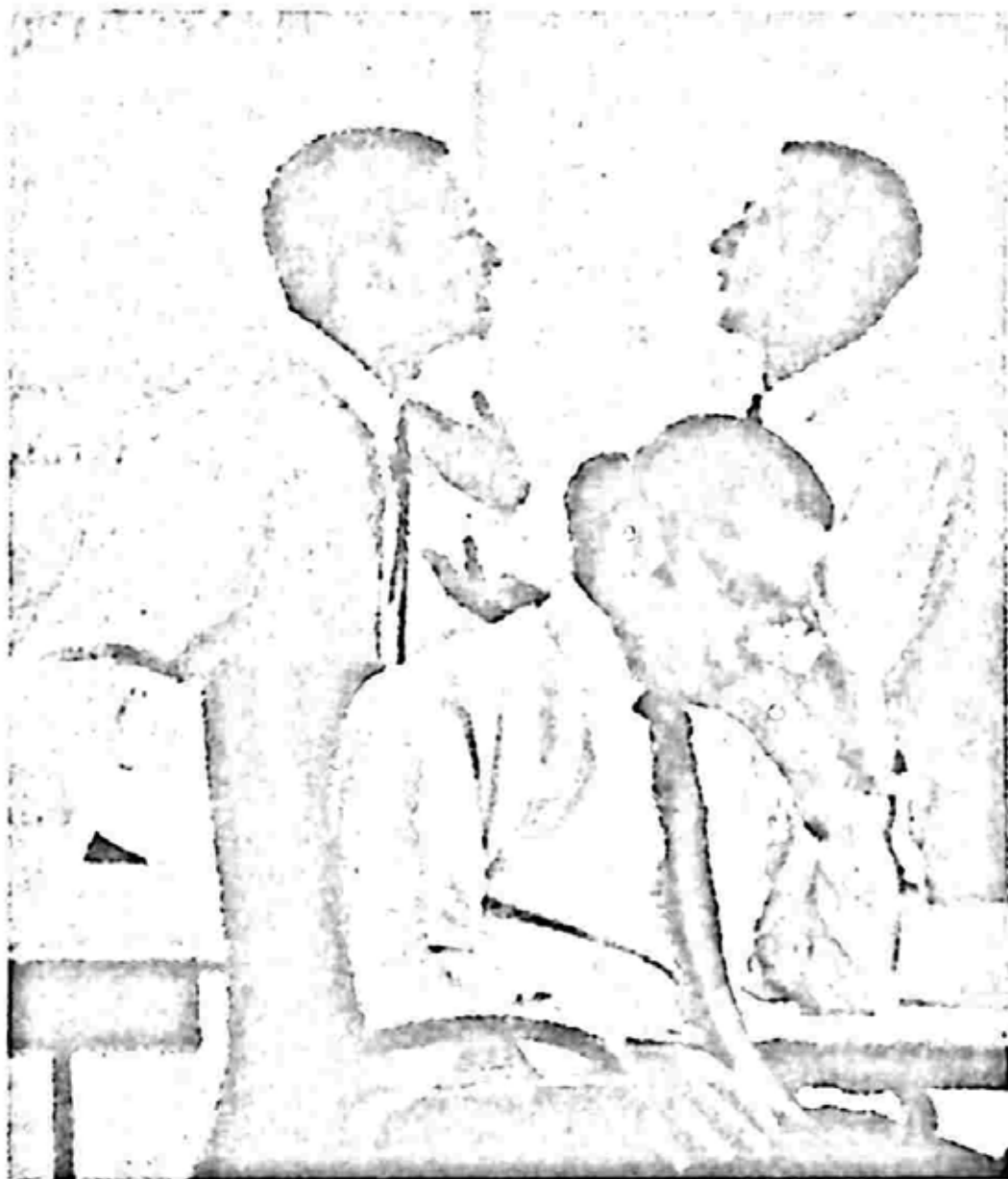
ပါးအတွက် သိသာသော အကျိုးသက်ရောက်မှုကို  
ဖြစ်စေပါတယ်။

လောကမှာ မိမိကသာ အရေးပါဆုံးလို့ ယူဆ  
ခြင်းထက် အခြားသူများက အရေးပါသလို အရေး  
ထားနိုင်ခြင်းက အင်မတန်မွန်မြတ်လှပါတယ်။

- အခြားသူများကို အသိအမှတ်ပြုပါ

လူအချင်းချင်း ပြောဆိုဆက်ဆံမှုတိုးတက်ခြင်း  
ဟာ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများအချင်းချင်း သံတမန်နည်းလမ်း  
ကျကျ ဆက်ဆံခြင်းအထိ တိုးတက်မှုဖြစ်စေရပါ  
တယ်။





**အခန်း - ၃**

**သံတမန်နည်းကျဆက်ဆံရေး၌  
စိတ်မကျေနပ်စရာဖြစ်စေသည့် အချက်များ**

- (၁) အကြံပြုခြင်းအတွက် ချီးမွမ်းလေးစားမှုပေးရန် ပျက်ကွက်ခြင်း
- (၂) မကျေနပ်ချက်၊ နာကြည်းချက်များ ပြုပြင်ရန် ပျက်ကွက်ခြင်း
- (၃) အားပေးရန် ပျက်ကွက်ခြင်း
- (၄) သူစိမ်းများရှေ့၌ မိမိဝန်ထမ်းအား ဝေဖန်ခြင်း
- (၅) ထင်မြင်ချက်များအား ဝန်ထမ်းများထံမှ မေးမြန်းရန် ပျက်ကွက်ခြင်း
- (၆) မိမိလုပ်ငန်း တိုးတက်မှုအဆင့်ဆင့်အတွက် ဝန်ထမ်းများအား သတင်းပေးရန် ပျက်ကွက်ခြင်း
- (၇) မျက်နှာသာပေး ဘက်လိုက်ခြင်း

အများနှင့်ဆက်ဆံပြောဆိုသည့်ပညာ

**\* အခြားသူများအား အရေးပါသည့်သူများအဖြစ် ခံစားနားလည်စေသော နည်းလမ်း ၄ ရပ် \***

**(၁) အခြားသူများကို အရေးပါသောသူများအဖြစ် စဉ်းစားပါ**

လက်တွေ့အသုံးချနိုင်သည့် အလွယ်ကူဆုံး သောနည်းလမ်းတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ အခြားသူများ အပေါ် အရေးပါသောသူများအဖြစ် စဉ်းစားသတ်မှတ်နိုင်ပါက သင်၏ စိတ်နေစိတ်ထားများက မူလ ထက်ပိုမိုနူးညံ့ပြီး ကောင်းကျိုးသက်ရောက်စေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

**(၂) သတိထားတတ်သောသူများ**

လူ ၅ ယောက်က တစ်လမ်းထဲကို အတူတူ လျှောက်သွားသည့်တိုင်အောင် ကွဲပြားသောကိစ္စ ၅ မျိုး ကို အသီးသီး သတိထားမိကြမည်ဖြစ်သည်။ အရာရာ သတိထားတတ်သူတွေဟာ အမိအမြင်တစ်ခုတည်းကို သာ အလေးမမူဘဲ အခြားသူတွေရဲ့ အမြင်နဲ့ ယူဆ ချက်တွေကိုပါ တန်ဖိုးထားတတ်ကြပါတယ်။

**(၃) လူတွေနဲ့ မယှဉ်ပြိုင်ပါနှင့်**

လူတိုင်းမှာ အရေးပါတဲ့ ကိစ္စတွေကိုယ်စီရှိနေ ကြပြီး တစ်ဦးရဲ့အရေးပါမှုနဲ့ အများရဲ့ အရေးပါမှုတို့ တူညီနေဖို့ လုံးဝမဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် လူတစ်