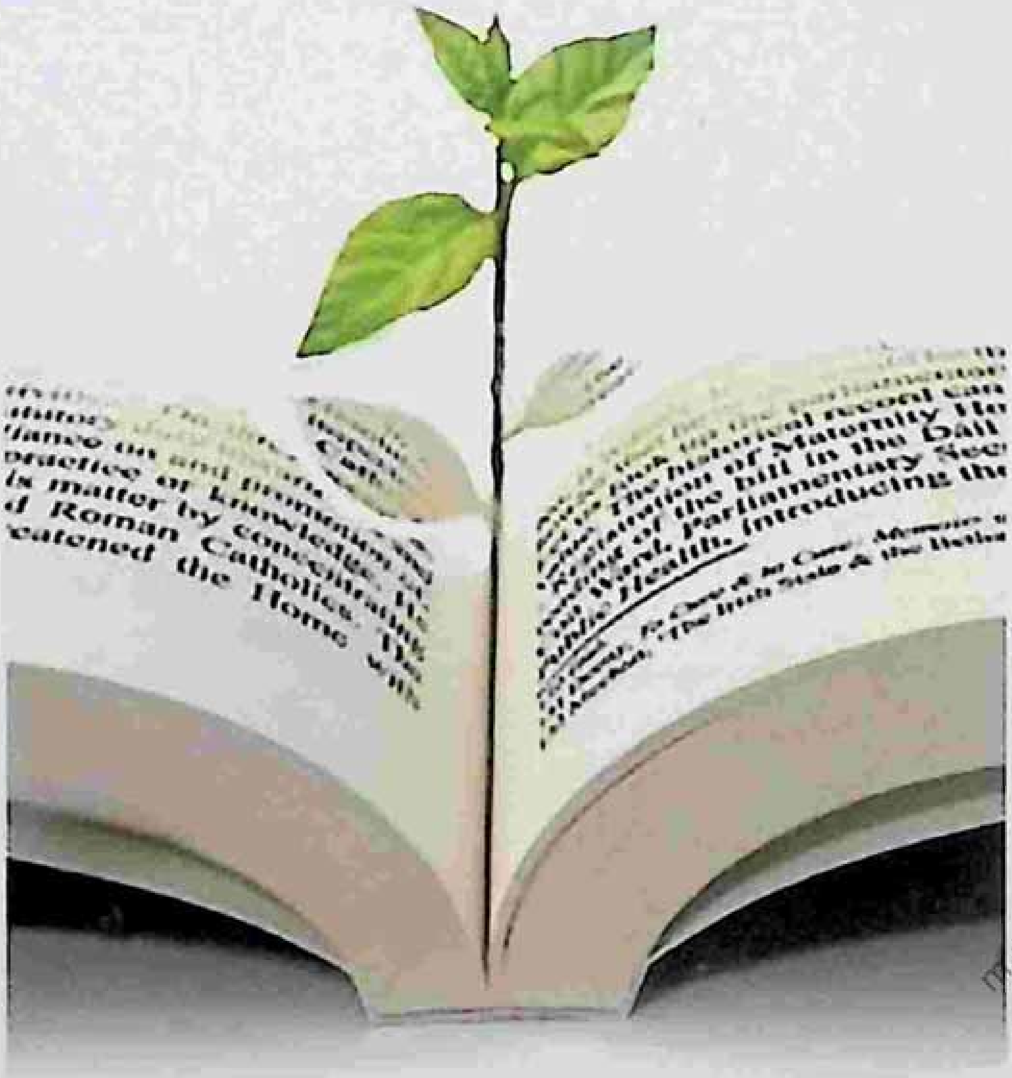
mgyoe.com
SAMPLE BOOK

Dear Teacher

Brad Johnson & Hal Bowman

ဆရာများတွက်တာ
ခွန်အားပေးစကား ၁၀၀

ဒေါက်တာစိုးသန်း
Ph.D. (English Studies)
University of Nottingham, U.K.
မြန်မာပြန်သည်။



mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

Dear Teacher

Brad Johnson & Hal Bowman

ဆရာများတွက်တာ ခွန်အားပေးစကား ၁၀၀

ဒေါက်တာစိုးသန်း
Ph.D. (English Studies)
University of Nottingham, U.K.
မြန်မာပြန်သည်။

ISBN9789997136466
DST26
9 789997 136466
MMK 15,000.00

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဆရာများတွက်တာ ခွန်အားပေးစကား ၁၀၀၊ ဒေါက်တာစိုးသန်း
စာမျက်နှာ ၂၄၈ မျက်နှာ၊ ၁၄ • ၅ စင်တီ× ၂၀ • ၇ စင်တီ

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၈)၊ ၈၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ၊ ရန်ကုန်။
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။
၂၀၂၅၊ ဇန်နဝါရီလ၊ ပထမအကြိမ်။

"All Rights Reserved"
"Authorized translation from the English language edition published by Routledge, a member of the Taylor & Francis Group LLC"

email: skccph@gmail.com ; P.O.Box: 705
www.facebook.com/SKCCmyanmarbook
www.skccmyanmarbook.com

mgyoe.com

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

Dear Teacher

ဆရာများတွက်တာ ခွန်အားပေးစကား ၁၀၀

ဒေါက်တာစိုးသန်း

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

မာတိကာ

– စာရေးသူများအကြောင်း ၉
– စာရေးသူ၏အမှာစကား ၁၁
– ဘာသာပြန်သူ၏အမှာစကား ၁၃

၁။ ကိုယ်သင်တဲ့ဘာသာကို ချစ်ပါ၊ ဒါပေမဲ့
ကိုယ်သင်ပေးရတဲ့ကလေးတွေကို ပိုချစ်ပါ ၁၅
၂။ ဆက်ဆံရေးက တင်းကျပ်မှုထက်အရေးကြီးတယ်
အမှတ်ထက် ရည်မှန်းမှုက အဓိကကျတယ်
သင်ရိုးတွေထက် စိတ်ရှည်ဖို့က ပိုလိုအပ်တယ်
သင်ခန်းစာထက် မေတ္တာကို ဦးစားပေးမယ် ၁၇
၃။ ကျောင်းသားတွေ မမေ့နိုင်တဲ့ဆရာ ဖြစ်ပါစေ
သို့သော် ကောင်းသောမှတ်မိခြင်း ဖြစ်ပါစေ ၁၉
၄။ သင်ဟာ ပြောင်းလဲမှုကို ဖန်တီးနိုင်သူပါ ၂၁
၅။ သင် ပြိုင်ပွဲဝင်နေသည် မဟုတ်ပါ ၂၃
၆။ သင်လိုအပ်သော ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့်
သင့်အား လိုအပ်သော ဆရာ၊ ဆရာမများဖြင့် ဝန်းရံထားပါ ၂၅

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

၇။ ကျောင်းသားတစ်ဦးအား ရုံးခန်းသို့ ပို့ဆောင်ရန်
ရာဇဝတ်မှုလောက် ဖြစ်မှသာ ပို့ဆောင်မည်။
စာသင်ခန်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ မိသားစုဖြစ်သည်၊
ဤနေရာတွင်ပင် ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းကြမည်။ ၂၇
၈။ သင့်အား မည်သည့်ကလေးက လိုအပ်သည်၊
မည်သည့်ကလေးက မလိုအပ်ဟု သင် ရွေးချယ်၍မရပါ။
သင့်ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် သင် ဆရာ၊ ဆရာမ ဖြစ်သည်ထက်
ပို၍ကောင်းသော ဇာတ်ဆောင်များ အမြဲဖြစ်နေမည်။ ၂၉
၉။ သင်သိသည့်အရာများကို သင်ကြားပေးနေခြင်းသာ မဟုတ်ပါ။
သူတို့သည် သင့်ကဲ့သို့ ဖြစ်လာနေကြခြင်းပင်။ ၃၁
၁၀။ တခြားဆရာရဲ့ အခန်း ၃၀ နဲ့
သင့်ရဲ့ အခန်း ၁ ကို မနှိုင်းယှဉ်ပါနဲ့ ၃၃
၁၁။ ကောင်းဖို့ဆိုတာ ပြီးပြည့်စုံနေဖို့ မလိုပါဘူး ၃၅
၁၂။ စိတ်ကို နုပျိုအောင်ထိန်းသိမ်းပါ ၃၇
၁၃။ သင့်ရဲ့အတွင်းစိတ်က ဘာတွေ ပြန်ပြောနေသလဲ ၃၉
၁၄။ အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေကို ဂုဏ်ယူတတ်ပါစေ ၄၁
၁၅။ ကျရှုံးမှုဟာ ပုဒ်မသာ၊ ပုဒ်ထီး မဟုတ်ပါ။ ၄၃
၁၆။ သင့်လျော်တဲ့အချိန်မှာ ပြောလိုက်တဲ့ စကားလုံးအနည်းငယ်က
ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ဘဝကို ထာဝရ ပြောင်းလဲစေနိုင်တယ် ၄၅
၁၇။ သင်ကြားမှု နောက်အဆင့်တိုင်းအတွက်
သင့်အဆင့်ကိုလည်း မြှင့်တင်ရပါမယ် ၄၇
၁၈။ သင် ဘာကြောင့် သင်ကြားပေးနေသလဲဆိုတာကို
သင့်ကျောင်းသားတွေ သိပ်သိချင်နေကြတယ် ၄၉
၁၉။ လိုတာထက် ပိုရှုပ်အောင်မလုပ်ဘဲ ကလေးတွေကို
မနက်ကျောင်းလာတုန်းကထက် နေ့လယ်ကျောင်းဆင်းချိန်မှာ
နည်းနည်းလေးပိုကောင်းသွားအောင် လုပ်ပေးပါ ၅၁
၂၀။ ဆင်းရဲမွဲတေမှုထဲက ရုန်းထွက်ဖို့ ကလေးတွေအတွက်
ဘယ်လောက်ခက်ခဲကြောင်း ကျွန်တော်တို့ လျှော့တွက်မိကြတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

အကူအညီမရှိဘဲ ဒီအခြေအနေကနေ ရုန်းထွက်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ၅၃

၂၁။ သင် ကမ္ဘာ့အဆင့်မီ ဖြစ်ပါစေ ၅၅

၂၂။ ကျေးဇူးသိစိတ်က သင့်ရဲ့စိတ်နေစိတ်ထားကို သတ်မှတ်ပေးတယ် ၅၇

၂၃။ အပေါ်ယံထင်မြင်ချက်အစား
အရာထင်တဲ့အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိပါစေ ၅၉

၂၄။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လျှော့တွက်တာ ရပ်လိုက်ပါ ၆၁

၂၅။ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေချရလွန်းလို့ မောပန်းခြင်း ၆၃

၂၆။ အခက်ကြုံနေတဲ့ ဆရာငယ်တစ်ယောက်နား
ဒီတိုင်းဖြတ်လျှောက်မသွားပါနဲ့။
ရပ်တန့်ပြီး ကူညီ၊ အားပေး၊ လမ်းညွှန်ပါ။ ၆၅

၂၇။ ကျွန်တော်တို့ ကျောင်းသားတွေကို ပြောတဲ့ နှစ်ထပ်ကွမ်း မှသား –
"ဒီနှစ် ငါ မင်းဆရာ" ၆၇

၂၈။ ပြောရတာ တစ်စက္ကန့်သာကြာပေမဲ့
တစ်သက်လုံး အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိတယ် ၆၉

၂၉။ လတ်တလောစိတ်ကျေနပ်မှုကို
တစ်သက်တာ အကျိုးသက်ရောက်မှုနဲ့ လဲလှယ်ချင်စိတ်ရှိပါ ၇၁

၃၀။ မလိမ္မာဆုံး ကလေးက သင့်ရဲ့အကူအညီ အများဆုံးလိုအပ်တယ် ၇၃

၃၁။ 'မလုပ်နိုင်ဘူး' လို့ ပြောလို့ ရပါတယ်။ ဝန်အပိမခံပါနဲ့။ ၇၅

၃၂။ အဆင်မပြေတဲ့နေ့ ရှိနိုင်ပါတယ် ၇၇

၃၃။ အပူချိန်တိုင်းကိရိယာ မဖြစ်စေနဲ့၊ အပူချိန်ထိန်းကိရိယာ ဖြစ်ပါစေ။ ၇၉

၃၄။ အပြုသဘောအမြင် အပြည့်နဲ့ ၈၁

၃၅။ ဆရာ၊ ဆရာမ သက်သက်ပါ ၈၃

၃၆။ ကျောင်းသားတွေကို နှလုံးသားထဲက မချစ်ခင်
သူတို့ကို အရင်ဆုံး ချစ်တတ်အောင် လုပ်ရပါမယ် ၈၅

၃၇။ သင်ကြားပေးမှုဟာ ကလေးတွေကို ပြောင်းလဲပစ်ဖို့ မဟုတ်ဘဲ
သူတို့ရဲ့ အကောင်းဆုံးပုံစံကို ဖော်ထုတ်နိုင်အောင်
စွမ်းဆောင်ရည်မြှင့်တင်ပေးဖို့ ဖြစ်ပါတယ် ၈၇

၃၈။ စာသင်နှစ်ထဲက မည်သည့်နေ့မဆို

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ပထမဆုံးကျောင်းစဖွင့်တဲ့နေ့လို ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ် ၈၉
၃၉။ သင့်ကျောင်းသားတွေကို မကြိုက်ဘူးဆိုရင်
အဲဒါ သင်က သူတို့ကို နားမလည်လို့ပါ ၉၁
၄၀။ ကွဲပြားခြားနားမှုတွေကို လက်ခံရုံပဲ မထားဘဲ
ဂုဏ်ယူဆင်နွှဲဖို့ ကြိုးစားကြပါစို့ ၉၃
၄၁။ သင်ကြားရေးဆိုတာ အသင်းလိုက်ကြိုးပမ်းမှုပါ ၉၆
၄၂။ တန်ဖိုးထားတတ်မှုဆိုတာ
လုပ်ဆောင်ချက် မဟုတ်ဘဲ စိတ်သဘောထားဖြစ်တယ် ၉၈
၄၃။ လုပ်ငန်းစဉ်ကို စိန်ခေါ်ပါ ၁၀၀
၄၄။ ကျောင်းသားတွေရဲ့ အကောင်းဆုံးကို ဖော်ထုတ်ခြင်း ၁၀၂
၄၅။ ဖိနပ်ကြိုးကို သေချာချည်ပါ ၁၀၄
၄၆။ သင့်ကျောင်းသားတွေ လိုအပ်တဲ့၊ ထိုက်တန်တဲ့၊
တစ်သက်တာ မမေ့နိုင်မယ့် ဆရာ၊ ဆရာမ ဖြစ်ပါစေ ၁၀၆
၄၇။ သင့်စာသင်ခန်းထဲက တကယ့်သင်ခန်းစာက ဘာလဲ။
သင့်ကျောင်းသားတွေ Google မှာ အဖြေရှာလို့မရတဲ့
သင်ခန်းစာက ဘာလဲ ၁၀၈
၄၈။ သူက အဲဒီလိုအပြုအမူမျိုး၊ အဲဒီလိုလုပ်ဆောင်ချက်မျိုး၊
အဲဒီလိုအရာတွေကို လုပ်တာ မဆန်းပါဘူး၊ အဲဒါကြောင့်ပဲ
သူက သင့်အတန်းထဲမှာ ရှိနေတာ၊ သူ သင့်ကို လိုအပ်နေလို့ပါ ၁၁၀
၄၉။ လုံးဝတာဝန်ခံရင် လုံးဝပြောင်းလဲပစ်နိုင်တယ် ၁၁၃
၅၀။ သင့်စာသင်ခန်းထဲမှာ ၁၀၀% တာဝန်ယူဖို့အကြောင်း
ကျွန်တော်ပြောတာကို မယုံရင် လွှမ်းမိုးနိုင်မှုကို အရေအတွက်အဖြစ်
သတ်မှတ်ကြည့်ကြရအောင်၊ ဒါဆို လွယ်သွားလိမ့်မယ်။ ၁၁၅
၅၁။ အကောင်းဆုံးဆရာဆုများ ၁၁၈
၅၂။ နေ့တိုင်းဟာ အသစ်စဖို့ အခွင့်အလမ်းတစ်ခုပါ ၁၂၀
၅၃။ သင့်ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း ၁၂၂
၅၄။ သင့်တန်ဖိုးကို သိပါသလား ၁၂၄
၅၅။ သင့်ရဲ့ရည်ရွယ်ချက်က သင့်ရဲ့ရုန်းကန်မှုထက် ပိုကြီးမားပါတယ် ၁၂၆

mgyoe.com

mgyoe.com . SAMPLE BOOK

၅၆။ ဆင်ခြေမပေးပါနဲ့ ၁၂၈
၅၇။ ရှေ့သို့ကိုင်းညွတ်ရုံမက အချင်းချင်းကိုလည်း မှီခိုပါ ၁၃၀
၅၈။ ....ရင် ဟွန်းတီးပါ ၁၃၂
၅၉။ ပစ်မေလီယန်အကျိုးသက်ရောက်မှုကို အသုံးချခြင်း ၁၃၄
၆၀။ သင့်စာသင်ခန်းကို အကျင့်စာရိတ္တ၊ ဖြစ်နိုင်ခြေအလားအလာနဲ့
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားမှု မွေးမြူရာနေရာ ဖြစ်ပါစေ ၁၃၆
၆၁။ အောင်မြင်မှုရဲ့ခံစားချက်ကို
မမှတ်မိတဲ့ကလေးက ဘယ်အောင်မြင်ချင်မလဲ ၁၃၈
၆၂။ ရှူး... သင့်ကို လျှို့ဝှက်ချက်တစ်ခု ပြောပြမယ် –
အရာရာကို ဂရုမစိုက်သလိုပြုမူနေတဲ့ ကောင်လေးဟာ
သရုပ်ဆောင်ကောင်းတယ် ၁၄၁
၆၃။ အတန်းတံခါးဝမှာ ကလေးတွေကို နှုတ်ဆက်ခြင်းဟာ
ပညာရေးလုပ်ငန်းစဉ်ရဲ့ အရေးအကြီးဆုံးအချိန် ဖြစ်တယ် ၁၄၄
၆၄။ ကျောင်းသားတစ်ယောက်ရဲ့ အတိတ်ကအကြောင်းတွေကို
သိထားတာ ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့အပေါ်
မျှော်လင့်ချက်တွေ လျှော့ချဖို့ မဟုတ်ဘဲ သူ့ကို
ဘယ်လို သင်ကြားပေးရမလဲ၊ ဘယ်လို ချစ်ခင်မှု
ပေးရမလဲဆိုတာကို ပိုမိုနားလည်ဖို့အတွက်သာ ဖြစ်ရပါမယ်။ ၁၄၇
၆၅။ ထူးခြားအောင်လုပ်ဖို့ဆိုရင် သင်ကိုယ်တိုင်လည်း ထူးခြားမှု ရှိရမယ် ၁၅၀
၆၆။ ရုန်းကန်နေရတဲ့ ကျောင်းသားတွေအတွက်
ပညာရေးဆိုင်ရာ မျှော်လင့်ချက်တွေကို မမြှင့်ခင်
သူတို့ဟာ ပညာရေးဆိုင်ရာ အောင်မြင်မှုရဲ့သက်သေကို
အရင်ဆုံး ခံစားဖို့လိုတယ် ၁၅၃
၆၇။ ကျောင်းသားတွေရဲ့ အောင်မြင်မှုဟာ
သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၊ ကျောင်းခေါင်းဆောင်မှု၊ သို့မဟုတ်
ရန်ပုံငွေကြောင့် မဟုတ်ဘူး။ သင့်ကြောင့်သာ ဖြစ်တယ်။ ၁၅၆
၆၈။ သင်က စာသင်ခန်းယဉ်ကျေးမှုရဲ့ ဗိသုကာနဲ့ လက်သမားပါ။
သင့်ကျောင်းသားတွေ ထိုက်တန်တဲ့ မိသားစုကို

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

မျှော်မှန်း၊ ဒီဇိုင်းဆွဲ၊ တည်ဆောက်ပါ။ ၁၅၉
၆၉။ တစ်ခါတစ်ရံ ကျောင်းသားတွေဟာ
သူတို့ရဲ့ အရေးအကြီးဆုံးမေးခွန်းတွေကို
စကားလုံးတွေနဲ့ မဟုတ်ဘဲ အပြုအမူတွေနဲ့ မေးတတ်ကြတယ် ၁၆၂
၇၀။ Maslow အရင်၊ Bloom နောက်မှ ၁၆၅
၇၁။ သင့်လမ်း သင်လျှောက်ပါ ၁၆၇
၇၂။ အချိန်ပြည့် ရှိနေပါ ၁၆၉
၇၃။ ရည်မှန်းချက် ပိုမိုထားရှိသူတစ်ယောက် ဖြစ်ပါစေ ၁၇၁
၇၄။ ဘဝမှာရှိသမျှအရာတိုင်းဟာ
လူမှုဆက်ဆံရေးပေါ်မှာ မူတည်နေတယ် ၁၇၃
၇၅။ သောက သစ်ပင် ၁၇၅
၇၆။ သင် သင့်ကျောင်းသားတွေရဲ့အရွယ်တုန်းက ကြားချင်ခဲ့တဲ့
စကားတွေကို သင် သူတို့ကို ပြောပြဖို့ အချိန်ယူပါ ၁၇၇
၇၇။ သင်ယူဖို့ သွက်လက်၊ စိတ်လှုပ်ရှား၊ တက်ကြွနေတဲ့
'အလုပ်ရုံ' တစ်ခုလို စာသင်ခန်းတစ်ခု ဖန်တီးပါ ၁၈၁
၇၈။ သင်လေးစားတဲ့ ပညာရှင်တစ်ယောက်နဲ့ တွဲဖက်၍
သင် ဘာကြောင့် သင်ကြားပေးရသလဲဆိုတဲ့ အနက်ရှိုင်းဆုံး
အကြောင်းရင်းကို တူးဆွရှာဖွေပြီး သင့်ကျောင်းသားတွေနဲ့ဝေမျှပါ ၁၈၅
၇၉။ လူ့မျိုးဆက်တစ်ခုရဲ့ ဦးတည်ရာလမ်းကြောင်းကို
သက်ရောက်မှုရှိနိုင်တဲ့ တစ်ခုတည်းသော
အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာ ၁၈၈
၈၀။ ထူးချွန်တဲ့ဆရာတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ ပုံသေနည်းမှာ
မရှိမဖြစ်လိုအပ်တဲ့ ပါဝင်ပစ္စည်းနှစ်ခု –
စိတ်အားထက်သန်မှုနဲ့ ရည်ရွယ်ချက် ၁၉၁
၈၁။ ဘယ်တော့မှ အရှုံးမပေးပါနဲ့ ၁၉၆
၈၂။ သင့်ရဲ့ပျော်ရွှင်မှုကို တခြားသူတွေ မခိုးယူစေနဲ့ ၁၉၈
၈၃။ သင့်ရဲ့အသံကို ရှာဖွေခြင်း ၂၀၀
၈၄။ စိတ်ခံစားမှုအရ ချိတ်ဆက်မိခြင်း ၂၀၂

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

၈၅။ သင်ဟာ ခေါင်းဆောင်တစ်ဦးပါ ၂၀၄
၈၆။ အတန်းထဲမှာသင်ရမယ့် အကြောင်းအရာကို
သင့်ကျောင်းသားတွေရဲ့အကျင့်စာရိတ္တအပေါ်
လွှမ်းမိုးမှုရှိအောင် အသုံးချပါ ၂၀၆
၈၇။ သေးငယ်တဲ့ တဖြည်းဖြည်းချင်း ပြောင်းလဲမှုတွေကနေ
ကြီးမားတဲ့သက်ရောက်မှုကိုဖြစ်စေတယ် ၂၁၀
၈၈။ ခရီးဆုံးပန်းတိုင်ကို စိတ်ထဲထားပြီး စတင်ခြင်း ၂၁၂
၈၉။ ဆရာတွေရဲ့ ပင်ပန်းမှုလိုမျိုး ပင်ပန်းမှုမရှိပါဘူး၊
ဒါပေမဲ့ ပင်ပန်းရကျိုး နပ်ပါတယ်။ ၂၁၅
၉၀။ စာသင်ခန်းခေါင်းဆောင်မှုနဲ့ စာသင်ခန်းစီမံခန့်ခွဲမှုကြား
ကမ္ဘာတစ်ခုစာ ကွာခြား၏။ ၂၁၉
၉၁။ သင့်ရဲ့သစ္စာရှိမှုအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ၂၂၂
၉၂။ ရယ်မောခြင်းသည်... ၂၂၄
၉၃။ အပြည့်အဝ ပါဝင်ခြင်း ၂၂၆
၉၄။ သင်ကြားရေးသည် အခွင့်ထူးတစ်ရပ် ၂၂၈
၉၅။ သင့်ကလေးတွေကို ပိုကောင်းအောင်လုပ်ဖို့ မတောင်းဆိုပါနဲ့၊
အံ့ဩဖွယ်ကောင်းအောင် လုပ်ဖို့ တောင်းဆိုပါ။ ၂၃၀
၉၆။ သင်က ကလေးတွေအတွက် မှန်ကန်တဲ့အရာကို လိုချင်တာကြောင့်
သူများက သင့်ကို ကြောင်နေတယ်လို့ မထင်ပါစေနဲ့ ၂၃၃
၉၇။ ကျေးဇူးပြုပြီး ကလေးကို ခဲတံတစ်ချောင်းလောက် ပေးလိုက်ပါ ၂၃၇
၉၈။ သင့်ကလေးတွေဟာ သင်ခန်းစာတွေကို မေ့နိုင်ပါတယ်၊
ဒါပေမဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကိုတော့ တစ်သက်လုံး မှတ်မိနေမှာပါ ၂၄၁
၉၉။ စကားလုံးတိုင်း၊ အကြည့်တိုင်းနဲ့ အမူအရာတိုင်းက
ကလေးတစ်ယောက်အပေါ် ထာဝရ သက်ရောက်နိုင်တယ် ၂၄၃
၁၀၀။ သင်ဟာ ခြားနားမှုတစ်ခုကိုသာ ဖန်တီးနေတာ မဟုတ်ဘူး၊
သင်ဟာ အမွေအနှစ်တစ်ခု ချန်ရစ်နေတာ ၂၄၆

❖

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

စာရေးသူများအကြောင်း

ဒေါက်တာဘရက်ဂျွန်ဆင်သည် ပညာရေးနှင့် ခေါင်းဆောင်မှုနယ်ပယ်များတွင် အထူးခြားဆုံးနှင့် ဆွဲဆောင်မှုအရှိဆုံး ဟောပြောသူများထဲမှ တစ်ဦးဖြစ်သည်။ သူ့မှာ ဆရာနှင့် စီမံခန့်ခွဲသူအဖြစ် တိုက်ပွဲဝင်အတွေ့အကြုံ နှစ်ပေါင်း ၂၅ နှစ် ရှိသည်။ ဒေါက်တာဂျွန်ဆင်သည် ဆရာများ စာသင်ခန်းထဲတွင် ဦးဆောင်ပုံနှင့် စီမံခန့်ခွဲသူများ ကျောင်းထဲတွင် ဦးဆောင်ပုံကို ပြောင်းလဲနေသည်။ သူသည် အခြားပညာရေးဆရာများ သူတို့၏အလားအလာကို အမြင့်ဆုံးဖြစ်စေရန် သူ၏ကျယ်ပြန့်သော အတွေ့အကြုံများနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို မျှဝေပေးသော ခေါင်းဆောင်ဝန်ထမ်းတစ်ဦးဖြစ်သည်။ သူသည် Principal Bootcamp, Putting Teachers First နှင့် Learning on Your Feet အပါအဝင် စာအုပ်များစွာကို ရေးခဲ့သူဖြစ်ပြီး ကမ္ဘာတစ်ဝန်း လှည့်လည်ကာ ဆရာများနှင့် ပညာရေးခေါင်းဆောင်များကို ဟောပြောလေ့ကျင့်ပေးခဲ့သည်။

စာသင်ခန်းထဲတွင် နှစ်ပေါင်း ၂၀ ကြာ လုပ်ခဲ့ပြီးနောက် ဟောလ်ဘိုးမန်းသည် လွန်ခဲ့သော ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုလုံး ပညာရေးဆရာ သောင်းချီသန်းချီကို စိတ်ဓာတ်ခွန်အားပေးခဲ့ပြီး စာသင်ခန်းနှင့် ကျောင်းဝင်းယဉ်ကျေးမှုကို ပြောင်းလဲစေသော ထိရောက်သည့် ကိရိယာများနှင့် နည်းဗျူဟာများကို ပို့ချပေးခဲ့သည်။ သူသည်

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

ထူးခြားသော အစီအစဉ်လေးခုဖြစ်သည့် – Teach Like a Rock Star, Hal Bowman's Be the One, Change a Kid's Life နှင့် Shout It from the Rooftops တို့ကို ဖန်တီးသူဖြစ်သည်။ စင်ပေါ်တွင် ဟောလ်၏ စွမ်းအားပြည့်၊ သက်ဝင်လှုပ်ရှားသော မိန့်ခွန်းများနှင့် ဟောပြောပွဲများသည် ပညာရေးတွင် ဆရာတို့၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို တော်လှန်ပြောင်းလဲစေခဲ့ပြီး ဆရာများအား သူတို့၏ကျောင်းသားများ၏ဘဝကို နက်နဲပြီး အဓိပ္ပာယ်ရှိသော နည်းလမ်းများဖြင့် ပြောင်းလဲစေရန် သူတို့၏ စိတ်အားထက်သန်မှုနှင့် ပြန်လည်ချိတ်ဆက်စေသော လန်းဆန်းသော ချဉ်းကပ်မှုတစ်ခုကို ပေးသည်။ အွန်လိုင်းပေါ်တွင် ဟောလ်သည် Teach Like a Rock Star Podcast နှင့် Help a Teacher Facebook Live with Hal Bowman တို့၏ လက်ခံကျင်းပသူအဖြစ် မရေတွက်နိုင်သော ဆရာများနှင့် အပတ်စဉ်တွေ့ရှိနေသည်။ သူသည် ကျောင်းသားများ၏ဘဝတွင် အမျိုးသားများ ဆောင်ရွက်နိုင်သော ထူးခြားသည့် အခန်းကဏ္ဍများကို ဖော်ပြသော လူ့အသိုင်းအဝိုင်း၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို ပေးအပ်သော ဆရာများအတွက် အွန်လိုင်းပလက်ဖောင်းတစ်ခုဖြစ်သည့် Men in Education ကို တည်ထောင်သူလည်း ဖြစ်သည်။ ဟောလ်သည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၏ ပညာရေးတွင် အမြဲပြောင်းလဲနေသော သွေးခုန်နှုန်းကို သူ၏ လက်ချောင်းဖြင့် ထိတွေ့ထားရန် သူ၏ဘဝကို မြှုပ်နှံထားသည်။ သူသည် သူ၏ ဇနီးနှင့် ကလေးနှစ်ဦးနှင့်အတူ တက္ကဆက်ပြည်နယ်၊ ဟူစတန်မြို့တွင် ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နေသည်။ သူ၏ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားပေး ကျွမ်းကျင်မှုကို လုံးဝ မတုန်လှုပ်သော ခြေလေးချောင်း အမွေးရှည်သတ္တဝါလေးတချို့နှင့်လည်း အိမ်ကို မျှဝေနေထိုင်ပါသည်။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

စာရေးသူ၏အမှာစကား

ဆရာ၊ ဆရာမများခင်ဗျား

နှစ်တွေကြာလာတာနဲ့အမျှ ကျွန်တော် ပညာရေးမှာ ပြောင်းလဲမှုတွေ အများကြီး မြင်တွေ့ခဲ့ရပါတယ်။ နည်းပညာ၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနဲ့ တခြားဆန်းသစ်တီထွင်မှုတွေလို ပြောင်းလဲမှုတွေပါ။ ဒါပေမဲ့ ပညာရေးရဲ့ကျောရိုးအဖြစ် အမြဲတည်ရှိနေတဲ့ တစ်ခုတည်းသောအရာကတော့ ကြိုးစားပြီး အလုပ်ကို နှစ်မြှုပ်လုပ်ကိုင်တဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေပါပဲ။ တကယ်တော့ သင့်ကျောင်းသားတွေအတွက် သင် အချိန်ပေး၊ ခွန်အားသုံး၊ အားစိုက်ထုတ်၊ အနစ်နာခံတာတွေကို နားလည်နိုင်တဲ့သူ သိပ်နည်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆရာအများစုက ဒါဟာ ဘဝပေးတာဝန်တစ်ခုလို့ ပြောကြတာပါ။

ညနေပိုင်းတွေနဲ့ စနေ၊ တနင်္ဂနွေတွေမှာ သင်ခန်းစာတွေ ပြင်ဆင်ဖို့နဲ့ အမှတ်ခြစ်ဖို့ သင် အချိန်ပေးခဲ့တဲ့ နာရီပေါင်းမရေတွက်နိုင်တာတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် ကျောင်းသုံးပစ္စည်းတွေအတွက် သင့်ကိုယ်ပိုင် ပိုက်ဆံထုတ်သုံးရတာတွေအတွက် သင့်ကို လုံလောက်တဲ့အသိအမှတ်ပြုမှု ဘယ်တော့မှ မရခဲ့ပါဘူး။ သင်ဟာ နွေပိတ်ရက်တွေမှာ စာဖတ်၊ ဖွံ့ဖြိုးရေးသင်တန်းတွေတက်၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအသစ်တွေ

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

အကောင်အထည်ဖော်၊ စာသင်ခန်းကို ပြင်ဆင်၊ အားလုံးကို အခမဲ့ လုပ်ခဲ့ရပါတယ်။ သူတို့ရဲ့ ပညာရှင်တွေဆီက အဲဒါမျိုး မျှော်လင့်တဲ့ တခြားအသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုကို ကျွန်တော် မသိပါဘူး။ ပြီးတော့ အဲဒါထက်ပိုတာက သင်ဟာ မကြာခဏ သင့်ကျောင်းသားတွေရဲ့ ကောင်းကျိုးအတွက် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ပါဝင်မိပါတယ်။ သင်ဟာ သူတို့ကို ဂရုစိုက်၊ စိုးရိမ်ပူပန်၊ သူတို့အတွက် အိပ်ရေးပျက်တာတောင် ရှိပါတယ်။

ကျွန်တော့်နှစ်ပေါင်း ၂၅ နှစ်မှာ သိပ်တော်တဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေ၊ စီမံခန့်ခွဲသူတွေနဲ့ အလုပ်လုပ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ကျောင်း ဒါမှမဟုတ် ကျောင်းခရိုင်တစ်ခုကို လွယ်လွယ်ကူကူ ဦးဆောင်နိုင်ပေမဲ့ သူတို့ရဲ့ ကျောင်းသားတွေအပေါ် နေ့စဉ် အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိစေဖို့ စာသင်ခန်းထဲမှာပဲနေဖို့ ရွေးချယ်တဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေပါ။ သင်ဟာ ကျောင်းသားတွေကို ပညာသင်ကြားပေးရုံသာမက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အနာဂတ်ကို တည်ဆောက်ရာမှာ ကူညီပေးနေတာပါ။ သည့်ထက်မြင့်မြတ်တဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း မရှိပါဘူး။

ဒါကြောင့် ဒီစာအုပ်က ဆရာတစ်ယောက်ဖြစ်တဲ့ သင့်ကို အားပေးမယ်၊ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားပေးမယ်၊ ပြီးတော့ အသိအမှတ်ပြုမယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်။ သင့်ကို ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လောက် တန်ဖိုးထားလဲဆိုတာလည်း သိစေပါတယ်။ သင့်ကျောင်းသားတွေကလည်း သူတို့ ဘယ်တော့မှ မပြောပြခဲ့ရင်တောင်၊ သင် သူတို့အတွက် လုပ်ပေးတဲ့အရာအားလုံးအတွက် ကျေးဇူးတင်ပြီး တန်ဖိုးထားကြပါတယ်။ ကျောင်းသားအများစုက သူတို့ဘဝတွေအပေါ် သင့်ရဲ့လွှမ်းမိုးမှုကြောင့် သင့်ကို ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပြောချင်ကြတယ်၊ ဒါမှမဟုတ် သင်ဟာ သူတို့ရဲ့ သူရဲကောင်းဖြစ်ကြောင်း သိစေချင်ကြပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ပါ ကိုးကားချက်နဲ့ ဖြစ်ရပ်တိုင်းက သင့်ကို စကားပြောပါစေ၊ အားပေးပါစေ၊ ပြီးတော့ သင် ရှိဖို့လိုတဲ့နေရာမှာ ရှိနေတယ်ဆိုတာ သိပါစေ။ အဲဒီနေရာကတော့ ကျောင်းသားတွေကို သင်ကြားပေးရင်း၊ ချစ်ပေးရင်း၊ ပြီးတော့ သင် သူတို့ရဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမ ဖြစ်ခဲ့လို့ နောက်မျိုးဆက်ကို ပိုကောင်းအောင် လွှမ်းမိုးမှုပေးနေတဲ့ စာသင်ခန်းထဲမှာပါ။ သင်ဟာ သင့်ရဲ့ လုပ်အားရလဒ်ကို အမြဲမမြင်ရပေမဲ့ ဒီစာအုပ်ရဲ့မျက်နှာဖုံးက ညွှန်ပြထားသလိုပဲ၊ သင်ဟာ ထာဝရ ရှင်သန်နေမယ့် အသိပညာ၊ မျှော်လင့်ချက်နဲ့ မေတ္တာတရားရဲ့ မျိုးစေ့တွေကို ချပေးနေတာပါ။

ဘရက်ဂျွန်ဆင်

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဘာသာပြန်သူ၏အမှာစကား

ကျွန်တော်တို့ ပညာရေးလောကမှာ teacher trainer တွေက သူတို့ လေ့ကျင့်လမ်းညွှန်ပေးရမယ့် ဆရာ၊ ဆရာမအသစ်လေးတွေကို "To teach John Latin, you must know both Latin and John." ဂျွန်ဟုအမည်ရသည့် ကောင်လေးကို လက်တင်ဘာသာစကားသင်ပေးရန် ဆရာဖြစ်သူက လက်တင် ဘာသာစကားကို တတ်သိရမည့်အပြင် ကျောင်းသားဖြစ်သူ ဂျွန်၏အကြောင်းကို လည်း သိထားရမည်ဆိုတဲ့ ဆိုရိုးစကားကို ပြောပြတတ်ကြတယ်။ ထိရောက် အောင်မြင်တဲ့သင်ကြားရေးဖြစ်လာဖို့ ဆရာဖြစ်သူဟာ ကိုယ်သင်ပေးရမယ့် ဘာသာ ရပ်ကို ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်နေရုံနဲ့ မလုံလောက်ပါဘူး။ classroom rapport အတန်းထဲမှာ ဆရာနဲ့ တပည့် အတိုင်အဖောက်ညီခြင်း၊ classroom chemistry ဆရာနဲ့ တပည့် လမိုင်းကပ်ခြင်းတို့ မရှိရင် ဆရာဟာ သင်ခန်းစာကို ဘယ်လိုကောင်းအောင် ပြင်ဆင်ထားသည်ဖြစ်စေ ကျောင်းသားရဲ့ စိတ်ဝင်စားမှု၊ တက်ကြွစွာ လိုက်နာသင်ယူမှုတို့ကို မရရှိနိုင်ပါဘူး။ ဒီစာအုပ်ရဲ့ မူရင်းစာရေးသူ နှစ်ယောက်ဟာ အမေရိကန်ကျောင်းပညာရေးစနစ်ကို ကျွမ်းကျင်သူများဖြစ်ကြပြီး နှစ်ပေါင်းများစွာ ဆရာများကို လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးခဲ့တဲ့ လုပ်သက်အတွေ့

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

အကြံရှိကြသူများဖြစ်တယ်။ ရာထူးယူထားပြီး ထိုင်ခုံပေါ်ထိုင်နေပ်နေတဲ့ arm-chair general လို ခေါင်းဆောင်မျိုးတွေမဟုတ်၊ ကိုယ်တိုင် လုပ်ငန်းခွင်ထဲမှာ ဆရာများနဲ့အတူ ဦးဆောင်လှုပ်ရှားနေကြတဲ့ practitioner တွေဖြစ်ကြပါတယ်။

ဒီ Dear Teacher ဆိုတဲ့ စာအုပ်လေးကို စဖတ်ခဲ့လိုက်ရကတည်းက ဒီစာအုပ်ထဲမှာ ပါသမျှတွေကို ကိုယ်သိတဲ့ ဆရာစဖြစ်ခါစ ညီ၊ ညီမငယ်တို့ကို ပြောပြချင်လိုက်တာ၊ ဒီစာအုပ်လေးကို ဘာသာပြန်ပြီး မြန်မာပြည်အနှံ့က ဆရာ၊ ဆရာမတွေလက်ထဲ အရောက်ပို့ချင်လိုက်တာဆိုတဲ့ စေ့ဆော်မှု ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ ဖြစ်နေခဲ့တာ ကြာပါပြီ။ ဒါကို စိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာရဲ့ ပုံကိုင်ရှင်ကိုပြောပြတော့ သူက မူရင်းစာအုပ်ထုတ်ဝေတဲ့ စာပေတိုက်ကို ဆက်သွယ်ပြီး တရားဝင် ဘာသာပြန်ခွင့်ကို ကျွန်တော့်အတွက် ဝယ်ယူပေးခဲ့တာမို့ ကျွန်တော့်ဆန္ဒ ပြည့်ခဲ့ရပါတယ်။ ကျေးဇူးပါ စိတ်ကူးချိုချို။

ဒီစာအုပ်ထဲမှာ Day 1 to Day 100 ဆိုပြီး ရက်ပေါင်းတစ်ရာစာ ဆရာတွေဟာ ကိုယ်သင်ပေးရမယ့် ကျောင်းသားတွေကို ပိုနားလည်အောင် မည်သို့မည်ပုံ ချဉ်းကပ်နိုင်ကြောင်း ပေးထားတဲ့နည်းလမ်းတွေ၊ အကြံတွေ၊ ဆရာတွေကို ပြောထားတဲ့ ချီးကျူးစကားတွေ၊ အားပေးစကားတွေ၊ သမားရိုးကျ ဆရာအတတ်သင် သင်တန်းတွေ၊ သင်ကြားမှုဆိုင်ရာ သီအိုရီတွေမှာ မပါနိုင်တဲ့ John ဘယ်သူလဲ ဆိုတာ သိအောင်လုပ်ဖို့ စိတ်ဝင်စားစရာ အဖိုးတန်နည်းလမ်းတွေ အများကြီး ပါပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ကို ဝတ္ထုတစ်အုပ်ကို ဖတ်သလို မနားတမ်း ဆက်တိုက် ဖတ်မသွားပါနဲ့။ တစ်ခါဖတ်ရင် one day at a time တစ်ရက်စာကို ဖတ်ပါ၊ ဖတ်ပြီးတာကို reflect ပြန်ဆင်ခြင်သုံးသပ်ကြည့်ပါ၊ သူတို့ပြောထားတာတွေနဲ့ ကိုယ့် teaching context ကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ၊ သူတို့ပေးထားတဲ့ အကြံဉာဏ်ကို အသုံးချပြီး ကိုယ်သင်နေရတဲ့အတန်းကို ဘယ်လိုပိုကောင်းမွန်အောင် adapt လုပ်နိုင်သလဲ တွေးဆပါ။ လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ကြည့်ပါ။ သူတို့ပြောပြထားတဲ့ သူတို့ကျောင်းသားတွေအကြောင်းကို နားထောင်ပြီး ကိုယ့်ကျောင်းသားတွေ အကြောင်းကိုလည်း ကိုယ် ပိုသိနားလည်လာပြီဆိုရင် ဆရာ၊ ဆရာမတို့ရဲ့ သင်ကြားရေးခရီးစဉ် ပိုတွင်လာမယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။

မေတ္တာဖြင့်
ဒေါက်တာစိုးသန်း

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

1

ကိုယ်သင်တဲ့ဘာသာကို ချစ်ပါ၊ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်သင်ပေးရတဲ့ကလေးတွေကို ပိုချစ်ပါ

မူလတန်း ဆရာတွေက ကျောင်းသားတွေကို ချစ်တယ်၊ အထက်တန်းဆရာတွေက သူတို့သင်တဲ့ ဘာသာရပ်ကို ချစ်တယ်၊ တက္ကသိုလ်က ဆရာတွေကတော့ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ချစ်တယ်လို့ ကျွန်တော် မြင်မိတာလေးကိုပြောချင်တယ်။ အိုး... အလယ်တန်းဆရာတွေကတော့ ရှန်းရင်းဆန်ခတ်နဲ့ ဝိုင်ကို ချစ်တယ်တဲ့။ ဒါကို ကျွန်တော် ဟောပြောပွဲတွေမှာ ထည့်ပြောတော့ ပရိသတ်တွေ ရယ်ကြတယ်။ တကယ်တော့ အလယ်တန်းဆရာတွေက သူတို့ကျောင်းသားတွေရဲ့ ဖြောင်းဆန်နေတဲ့ သဘာဝကို ကောင်းကောင်းသိကြတာကိုး။ ဒါပေမဲ့ အမှန်တကယ်တော့ ထိရောက်တဲ့ ဆရာတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ ကိုယ်သင်တဲ့ဘာသာကို စိတ်ဝင်စားရမယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်သင်ပေးတဲ့ကလေးတွေကို အဲဒီထက် ပိုချစ်ရမယ်ပေါ့။

ဒီလိုပြောလို့ ကျောင်းသားတိုင်းကို သဘောကျရမယ်လို့ မဆိုလိုဘူးနော်။ တကယ်တမ်း အချို့ကျောင်းသားတွေက သင့်ကို သည်းမခံနိုင်လောက်တဲ့အထိ စိတ်ကသိကအောက်ဖြစ်စေနိုင်တယ်၊ ရှုးသွပ်သွားအောင် လုပ်နိုင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သင့်

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

သူတို့ကို လူသားတစ်ယောက်အနေနဲ့ မချစ်ဘူး၊ သူတို့အတွက် အကောင်းဆုံးကို မလိုလားဘူးလို့ မဆိုလိုပါဘူး။ တကယ်တော့ အဲဒီလိုကလေးတွေက ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို အများဆုံးလိုအပ်နေတာပါ။ ပညာရေးလောကမှာ ၂၅ နှစ် လုပ်လာတဲ့ အတွေ့အကြုံအရ ကျွန်တော်နဲ့ လမိုင်းမကပ်တဲ့ ကျောင်းသားတွေက များသောအားဖြင့် အတန်းထဲမှာ အနှောင့်အယှက်ပေးတာတို့၊ မကောင်းတဲ့နည်းနဲ့ အာရုံစိုက်ခံချင်တာတို့ လုပ်တတ်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် သင်ခန်းစာတွေမစခင် ကလေးတွေနဲ့ အရင်ဆုံး ချိတ်ဆက်မှုရအောင် လုပ်ရမယ်ဆိုတာ စောစောကတည်းက သိခဲ့တယ်။ နှစ်တွေကြာလာတော့ ဒီနည်းက အတန်းထဲမှာ အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာတွေကို တော်တော်လေး လျော့ပါးသွားစေခဲ့တယ်။ ကျောင်းသားတွေနဲ့ ရင်းနှီးမှုရသွားပြီဆိုရင် လောကမှာ ဒီအလုပ်ထက် ပိုကောင်းတဲ့အလုပ် တကယ်မရှိတော့ဘူး။ ကျွန်တော့်သင်ကြားရေးနှစ်တွေကို ပြန်တွေးကြည့်တော့ သိပ္ပံသင်ရတာ ပျော်ခဲ့တယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကလေးတွေကို ချစ်ခဲ့တယ်။ အခုဆိုရင် မူလတန်းကနေ အထက်တန်းထိ သင်ကြားရေးကနေ ထွက်လာပြီးတဲ့နောက် အဲဒီကလေးတွေကိုပဲ အများဆုံး လွမ်းတယ်။

ဒါကြောင့် ကလေးတွေအပေါ် စစ်မှန်တဲ့ကြင်နာမှု ရှိမှ ဆရာ၊ ဆရာမဘဝမှာ ရှင်သန်နိုင်မှာပေါ့။ အချိန်ပေးရတာတွေ၊ စီစဉ်ရတာတွေ၊ စာသင်ခန်းသုံးပစ္စည်းတွေအတွက် ကိုယ့်အိတ်ထဲက ပိုက်ဆံထုတ်သုံးရတာတွေ၊ စနေ၊ တနင်္ဂနွေတွေမှာတောင် သင်ခန်းစာပြင်ဆင်ရတာတွေကို စဉ်းစားကြည့်ရင် ဒါတွေအားလုံးက ကျောင်းသားတွေကို ချစ်လို့ လုပ်နေတာဆိုတာ သိလာမှာပါ။ ဒါကြောင့်လည်း ဆရာ၊ ဆရာမအများစုက သူတို့ရဲ့အတန်းလို့ မခေါ်ကြဘဲ 'ငါ့ကလေးတွေ' လို့ ခေါ်ကြတာပေါ့။ သူတို့နဲ့အတူ နေရတဲ့ တစ်နှစ်တာကာလမှာ သူတို့ဟာ တကယ့်ကို သင့်ရဲ့ကလေးတွေ ဖြစ်သွားလို့ပါပဲ။ သင်လည်း သူတို့ကို တကယ်ချစ်မိသွားမှာပါ။

❖

mgyoe.com

2

ဆက်ဆံရေးက တင်းကျပ်မှုထက်အရေးကြီးတယ်
အမှတ်ထက် ရည်မှန်းမှုက အဓိကကျတယ်
သင်ရိုးတွေထက် စိတ်ရှည်ဖို့က ပိုလိုအပ်တယ်
သင်ခန်းစာထက် မေတ္တာကို ဦးစားပေးမယ်

၂၀၂၀ မတ်လမှာ ကိုဗစ်ကပ်ရောဂါ စဖြစ်တုန်းက ပညာရေးလောကကြီး ဘယ်လောက်တောင် ကျွမ်းထိုးမှောက်ခုံဖြစ်သွားခဲ့လဲ မှတ်မိသေးလား။ ဆရာ၊ ဆရာမတွေက ရိုးရိုးစာသင်ခန်းကနေ အွန်လိုင်းကမ္ဘာထဲကို ရုတ်တရက် ခုန်ဆင်းရတော့တာပေါ့။ ကမ္ဘာအနှံ့က ဆရာ၊ ဆရာမတွေဆီက စိတ်ညစ်နေကြတယ်၊ သောကများနေကြတယ်၊ ငိုနေကြတယ်ဆိုတဲ့ သတင်းစကားတွေ ကျွန်တော့်ဆီ ရောက်လာခဲ့တယ်။ အများကြီးက သူတို့ရဲ့ စွမ်းဆောင်နိုင်မှုကို သံသယဖြစ်နေကြပြီး ဆရာအလုပ်ကို ဆက်လုပ်သင့်လား မလုပ်သင့်လားတောင် မေးနေကြရှာတယ်။ သင်လည်း အဲဒီဆရာ၊ ဆရာမတွေထဲက တစ်ယောက်ဖြစ်နေမလား မသိဘူး။ ဒါနဲ့ပဲ အထက်က ကောက်နုတ်ချက်လေးကို တွစ်တာမှာ ကျွန်တော် တင်လိုက်တာ။ တိုင်းပြည်တစ်ဝန်းက ကျောင်းအုပ်

mgyoe.com

 mgyoe.com SAMPLE BOOK

တွေရော ဆရာ၊ ဆရာမတွေကပါ ကြိုက်ကြလို့တဲ့။

အဓိက,က အကျပ်အတည်းကာလမှာ ဘာက တကယ်အရေးကြီးလဲဆိုတာ အာရုံစိုက်စေချင်လို့ပါ။ ပညာရေးမှာတောင် ကျွန်တော်တို့ အမြဲတမ်း ဦးစားပေးနေကျထက် ပိုအရေးကြီးတဲ့ အရာတွေရှိနေတယ်လေ။ ဥပမာ – ကျောင်းသားတွေက အင်တာနက်တောင် မသုံးနိုင်ဘူး၊ ဒါမှမဟုတ် အိမ်မှာ ညီ ညီမလေးတွေကို ထိန်းပေးနေရတယ်ဆိုရင် စည်းကမ်းတင်းကျပ်စွာသင်ကြားရေးက ဘယ်လောက်များ အရေးကြီးနေဦးမှာလဲ။ အကျပ်အတည်းကာလမှာ အရာတွေကို မတူတဲ့ ရှုထောင့်ကနေ မြင်ရတာ ပိုလွယ်ပေမဲ့ ကျွန်တော်မေးချင်တာက – ဒါဟာ အမြဲတမ်း ဦးစားပေးဖြစ်သင့်တာ မဟုတ်ဘူးလား။

ဒါကြောင့် သင့်ကျောင်းသားတွေအပေါ် မျှော်လင့်ချက်မြင့်မြင့်ထားပြီး သူတို့ရဲ့ အကောင်းဆုံးကို မျှော်လင့်တာ ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ဟာ လူသားတွေဆိုတာ အရင်ဆုံး သတိရပါ။ ဆက်ဆံရေးနဲ့ စိတ်ရှည်သည်းခံမှုလို အရာတွေကို ဦးစားပေးလိုက်ရင် သူတို့က တကယ်ကို ပိုကြိုးစားလာပြီး ပိုအောင်မြင်လာမှာပါ။ ကျောင်းသားတွေဟာ သူတို့သဘောကျတဲ့၊ သူတို့ကိုလည်း သဘောကျတဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေအတွက် ပိုပြီး ကြိုးစားကြပါတယ်။ အပေါ်မှာပြောထားတဲ့ ကောက်နုတ်ချက်လေးကို ဒီနှစ်ကျန်တဲ့အချိန်နဲ့ သင့်ရဲ့လုပ်ငန်းတစ်သက်တာအတွက်ပါ ဆောင်ပုဒ်အဖြစ် ထားလိုက်ပါလား။

❖

mgyoe.com

3

ကျောင်းသားတွေ မမေ့နိုင်တဲ့ဆရာ ဖြစ်ပါစေ
သို့သော် ကောင်းသောမှတ်မိခြင်း ဖြစ်ပါစေ

ဆရာ၊ ဆရာမတွေကို နှစ်ပေါင်းများစွာ စစ်တမ်းကောက်ကြည့်တဲ့အခါ အများစုက ဆရာဖြစ်ချင်တဲ့စိတ် ဝင်လာတာ သူတို့ရဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေကြောင့်လို့ ပြောကြတယ်။ များသောအားဖြင့် ဘာသာရပ်တစ်ခုအပေါ် စိတ်ဝင်စားမှု မွေးပေးခဲ့တဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေကို သူများတွေက မယုံကြည်တဲ့အချိန်မှာ သူတို့ကို ယုံကြည်ပေးခဲ့တဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေကို ချစ်ခင်စွာ အမှတ်ရနေကြတာပေါ့။ ကျွန်တော်လည်း ကျွန်တော့် ဆရာ၊ ဆရာမတိုင်းလိုလိုကို မှတ်မိနေဆဲပါ။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော့်ဘဝကို အပြုသဘောဆောင်တဲ့ သက်ရောက်မှုပေးခဲ့တဲ့ ဆရာမတချို့ကိုတော့ ဘယ်တော့မှ မမေ့နိုင်ဘူး။ မစ်စ်မူလာက ကျွန်တော့်ရဲ့ သတ္တမတန်း သိပ္ပံဆရာမ။ သူဟာ ကျွန်တော့်ပေါ်မှာ အတော်လွှမ်းမိုးခဲ့ပါတယ်။ သူက သိပ္ပံဘာသာကို ပျော်စရာကောင်းအောင် သင်ပေးရုံတင်မဟုတ်ဘူး၊ ပြန်လှန်သင်ကြားမှုဂိမ်းတွေ ကစားပြီး UGA Bulldog ခွက်ထဲ သကြားလုံးတွေထည့်ပြီး ဆုပေးတာတွေလည်း လုပ်သေးတယ်။ ကျွန်တော်က စာတော်တဲ့ ကျောင်းသားကောင်းဖြစ်ပေမဲ့ အဲဒီဆုတွေရနိုင်ဖို့ ပိုပြီး ကြိုးစားခဲ့ရပါတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ထူးဆန်းတာက ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် နှစ်တွေအကြာကြီး အလယ်တန်းမှာ သိပ္ပံပြန် သင်ပေးတော့ ပျော်စရာကောင်းတဲ့ ပြန်လှန်သင်ကြားမှုဂိမ်းတွေ လုပ်ပေးပြီး တစ်ခါ တလေ ဆုတွေပေးဖြစ်ခဲ့တယ်။

ကျွန်တော် ဆရာလုပ်တာ ဒုတိယနှစ်မှာ ဖြစ်ခဲ့တဲ့ အဖြစ်အပျက်တစ်ခုလည်း မှတ်မိနေသေးတယ်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် ဆရာမတစ်ယောက်က ကျွန်တော်ကသင်ပေး ပြီး လေ့ကျင့်ပေးခဲ့တဲ့ ကျောင်းသားတစ်ယောက်အကြောင်း ပြောပြဖူးတယ်။ သူက အင်္ဂလိပ်စာအတန်းမှာ သူအားအကျဆုံးလူတစ်ယောက်အကြောင်း စာတစ်ပုဒ် ရေးခဲ့ တယ်တဲ့။ စာထဲက အကြောင်းအရာတွေကို အသေးစိတ် မပြောတော့ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်လို လူကြီးတစ်ယောက် မျက်ရည်ကျရတဲ့အထိပါပဲ။ သူကိုယ်တိုင်က ကျွန်တော့်ကို မပြောပြခဲ့ဘူး။ ကျွန်တော်လည်း သူ့ဆရာမက သူရေးထားတဲ့စာကို ကျွန်တော့်ကို ပေးလိုက်တယ်ဆိုတာ သူ့ကို မပြောပြခဲ့ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကျောင်းသား တစ်ယောက်ရဲ့ဘဝကို ကျွန်တော် အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိစေခဲ့တယ်ဆိုတာ သိရတာ ဂုဏ်ယူစရာပါ။ ပြီးတော့ သူကလည်း ကျွန်တော့်ဘဝကို သက်ရောက်မှုရှိစေခဲ့ပါတယ်။ ဒါဟာ ကျွန်တော် ဘယ်တော့မှ မမေ့နိုင်တဲ့ အရာတစ်ခုပါ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီဆရာမက မပြောပြရင် ကျွန်တော် ဘယ်တော့မှ သိမှာမဟုတ်ဘူး။

မှတ်ထားပါ – သင်ဟာ သင့်ကျောင်းသားတွေရဲ့ဘဝမှာ အရေးပါတဲ့ လွှမ်းမိုးမှု တစ်ခု ဖြစ်နေပါတယ်။ သူတို့က သင့်ကို ဘယ်တော့မှ မမေ့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် သူတို့ရဲ့ မှတ်ဉာဏ်ထဲမှာ သင့်အကြောင်း အကောင်းတွေချည်းပဲ ကျန်ရစ်အောင် လုပ်ပါ။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

4

သင်ဟာ ပြောင်းလဲမှုကို ဖန်တီးနိုင်သူပါ

သင့်ကျောင်းသားတွေရဲ့ စာသင်ခန်းထဲမှာ ဒီနှစ် အောင်မြင်မှုမှာ သင်ဟာ အရေးအကြီးဆုံး အချက်ဆိုတာ သိပါသလား။ ကျွန်တော် ပြီးခဲ့တဲ့ နှစ်အနည်းငယ်က ရော်ဂျီယာပြည်နယ် ပညာရေးအကြီးအကဲ ကက်သီ ကောက်စ်နဲ့ စာသင်ခန်းထဲက ဆက်ဆံရေးရဲ့ အရေးပါပုံအကြောင်း လူတွေ့မေးမြန်းဖူးတယ်။ သူ့နာမည်ကို မှတ်မိကောင်း မှတ်မိကြမယ် ထင်ပါတယ်၊ "Are You Smarter Than a 5th Grader?" ဆိုတဲ့ အမေရိကန် တီဗီဂိမ်းရှိုးမှာ ဒေါ်လာတစ်သန်း ပထမဆုံး ဆုရခဲ့သူလေ။ သူက ဒီအကြောင်းအရာနဲ့ပတ်သက်ပြီး သုတေသနတွေ အများကြီး လုပ်ထားတယ်။ အင်တာဗျူးမှာ သူက ဒီလိုပြောပြခဲ့တယ် – "ကျောင်းသားတွေရဲ့ အောင်မြင်မှုအတွက် အိမ်မှာ အခက်အခဲရှိတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မိဘတွေရဲ့ အားပေးမှု နည်းတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စီးပွားရေး အခြေအနေ မကောင်းတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဆရာ၊ ဆရာမနဲ့ ကောင်းမွန်တဲ့ ဆက်ဆံရေးထက် ပိုအရေးကြီးတာ မရှိဘူး" တဲ့။

ပညာရေးအောင်မြင်မှုဆိုတာ နည်းပညာကြောင့်မဟုတ်ဘူး၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကြောင့်လည်းမဟုတ်ဘူး၊ ဆရာကြောင့်သာဖြစ်တယ်လို့ ကျွန်တော် အမြဲပြော

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

လေ့ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် နည်းပညာ၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၊ တခြား သင်ထောက်ကူပစ္စည်းတွေကို သင် မထိန်းချုပ်နိုင်ပေမဲ့ သင်ဟာ သင့်ကျောင်းသားတွေရဲ့ အဖိုးတန်ဆုံး အရင်းအမြစ်ဆိုတာ သိထားပါ။ သင်ဟာ ပြောင်းလဲမှုကို ဖန်တီးနိုင်သူပါ။ ပျော်စရာကောင်းပြီး စိန်ခေါ်မှုရှိတဲ့၊ အားပေးမှုရှိတဲ့ သင်ယူမှုပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုကို ဖန်တီးပါ။ ကျောင်းသားတွေဟာ သူတို့ သဘောကျပြီး လေးစားတဲ့သူအတွက် ပိုပြီး ကြိုးစားကြတယ်။ ကလေးတွေက သူတို့မိဘတွေကို ကျေနပ်စေချင်သလိုပဲ၊ ကျောင်းသားတွေကလည်း သူတို့နဲ့ အပြုသဘောဆောင်တဲ့ ဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်ထားတဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေအတွက် အဲဒီလိုပဲ လုပ်မှာပါ။ စာသင်နှစ် ပထမနေ့ကစပြီး ဆက်ဆံရေးကို ဦးစားပေးပါ။ သူတို့အပေါ် ယုံကြည်မှုရှိတယ်ဆိုတာ သိပါစေ။ ဒါဆိုရင် ကျန်တဲ့ တစ်နှစ်တာလုံး ပိုအကျိုးရှိလာမှာပါ။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

5

သင် ပြိုင်ပွဲဝင်နေသည် မဟုတ်ပါ

ကျောင်းများအတွက် ကျွန်တော့်ရဲ့ဆောင်ပုဒ်ကတော့ အကောင်းဆုံးအသင်းက အနိုင်ရတယ်ဆိုတာပါပဲ။ ဝမ်းနည်းစရာကတော့ အချို့ကျောင်းတွေမှာ ပြိုင်ဆိုင်မှု ယဉ်ကျေးမှု ရှိနေပုံရပါတယ်။ ဆရာ၊ ဆရာမများအကြား စာသင်ခန်း အလှဆင်မှု အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားကြတာဖြစ်စေ၊ အကောင်းဆုံးသင်ခန်းစာများ ဖန်တီးဖို့ ကြိုးစားကြတာဖြစ်စေမျိုးပေါ့။ ဒီလိုလုပ်ကြတာ မှားယွင်းမှု မရှိသော်လည်း ဝန်ထမ်း များအပေါ် လုံလောက်သော အားပေးထောက်ခံမှုနှင့် အသိအမှတ်ပြုမှု မပေးတတ်တဲ့ ကျောင်းအုပ်များထံမှ အာရုံစိုက်မှုရရန် ကြိုးစားနေခြင်း ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်တယ်။

သို့သော် သတိရပါ။ သင်ဟာ အသင်းတစ်သင်း၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး အချင်းချင်းနှင့် ပြိုင်ဆိုင်နေခြင်း မဟုတ်ပါ။ သင်ဟာ ဟိုဘက်အတန်းထဲက ဆရာ၊ ဆရာမတစ်ယောက်လို ဖြစ်ရန်၊ သို့မဟုတ် သူ့ထက်ပိုကောင်းရန် မလိုအပ်ပါ။ သို့သော် အခြားဆရာ၊ ဆရာမများထံမှ သင်ယူခြင်းမျိုးက ကိစ္စမရှိပါ။ အထူးသဖြင့် သူတို့က တစ်ခုခုကို အလွန်ကောင်းမွန်စွာ လုပ်ဆောင်နိုင်ပါက သင်ယူပါ။ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ဆရာဖြစ်သင်တန်း တက်ရောက်စဉ်ကာလတစ်ခုလုံးထက် ပထမနှစ် သင်ကြားရင်း

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များထံမှ ပိုမိုသင်ယူခဲ့ရပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် အိုင်ဒီယာများ မျှဝေရန် မကြောက်ပါနှင့်။ သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များထံမှ အိုင်ဒီယာများ တောင်းခံရန်လည်း မကြောက်ပါနှင့်။

အရေးအကြီးဆုံးအချက်မှာ သင်သည် အသင်းဝင်တစ်ဦးဖြစ်သည်ဟု သတိပြုမိသောအခါ သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များအား ပို၍အားပေးရန်၊ ပံ့ပိုးရန်နှင့် စိတ်ဓာတ်ခွန်အားပေးရန် စိတ်အားထက်သန်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အချင်းချင်း စိတ်ဓာတ်ခွန်အားပေးပါ။ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် အားပေးမြှင့်တင်ပါ။ အောင်မြင်အောင် ကူညီပါ။ သင်နှင့်အတူ သင်ကြားနေသော ဆရာ၊ ဆရာမများသာမက၊ ဝန်ထမ်းများနှင့် စီမံခန့်ခွဲသူများကပါ သင့်ထံမှ အားပေးမှုနှင့် ပံ့ပိုးမှုများ ရရှိရန် လိုလားကြပါတယ်။

❖

mgyoe.com

mgyee.com
SAMPLE BOOK

6

သင်လိုအပ်သော ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် သင့်အား လိုအပ်သော ဆရာ၊ ဆရာမများဖြင့် ဝန်းရံထားပါ

သင်ကြားရေးပညာမှလွဲ၍ အခြားမည်သည့် သက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုတွင်မဆို ဒီအကြံပြုချက်တစ်ခုတည်းကိုသာ ကြားရမည်ဖြစ်သည် – "သင် အောင်မြင်လိုက အတော်ဆုံးသူများနှင့် လက်တွဲပြီး ကျန်သူများနှင့် ဝေးဝေးနေပါ"။

ထိုအကြံပြုချက်သည် "ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့အချိန်အများဆုံး အတူနေသူများ၏ ပျမ်းမျှအဆင့်အတန်းအတိုင်း ဖြစ်လာတတ်သည်"ဆိုသော သီအိုရီပေါ်တွင် အခြေခံထားခြင်းဖြစ်သည်။ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအားဖြင့် ထိုအယူအဆသည် မှန်ကန်နိုင်သည်ဟု ကျွန်တော်ထင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် သက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းခွင်တွင် ဖြစ်သည်။ အမှန်အတိုင်းပြောရလျှင် သင်သည် အာမခံပေါ်လစီ ရောင်းချသူဖြစ်ပါက အကောင်းဆုံး အရောင်းသမားများနှင့် အချိန်ကုန်ဆုံးသင့်သည်။ သို့မှသာ သင်ယူနိုင်မည်၊ တိုးတက်နိုင်မည်၊ အောင်မြင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့အတူ အရေးကြီးသည်မှာ 'ကျန်သူများ' နှင့် ဝေးဝေးနေရန်ပင်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ရှန်းကန်နေရသူများနှင့် ဝန်းရံနေခြင်းဖြင့် ထိရောက်သော နည်းဗျူဟာများနှင့် အကောင်းဆုံး လုပ်ထုံးလုပ်နည်း

mgyee.com

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

များကို သင်ယူနိုင်မည် မဟုတ်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။

ဤအရာအားလုံးသည် အဓိပ္ပာယ်ရှိပါသည်။ သို့သော် သင်ကြားရေးသည် သိသိသာသာ ကွာခြားပါသည်။ ကွာခြားရခြင်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာရပ်တွင် ရှန်းကန်နေရသော ပညာရှင်များသည် စာသင်ခန်းထဲတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကလေးများကို နေ့စဉ်သင်ကြားပေးနေရပြီး ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိနေသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ပြောချင်သည်မှာ ထိုဆရာ၊ ဆရာမများ၏ ထိရောက်အောင် မသင်ကြားတတ်မှုသက်သက်အကြောင်း မဟုတ်။ အကျိုးဆက်အနေဖြင့် ထိခိုက်နစ်နာရသော ကျောင်းသားများအကြောင်း ပိုဖြစ်ပါသည်။ ပညာရေးတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆောင်ပုဒ်သည် ကွဲပြားပါသည် – "အကောင်းဆုံးသူများနှင့် ဝန်းရံထားပါ၊ သို့မှသာ ကျန်သူများကို လွှမ်းမိုးနိုင်မည်"။ ပထမဦးစွာ အပြုသဘောအဆောင်ဆုံး၊ စိတ်အားအထက်သန်ဆုံးနှင့် ထိရောက်မှုအရှိဆုံး ပညာရှင်များနှင့် ဝန်းရံထားပါ။ ထို့နောက် တစ်ယောက်ပြီးတစ်ယောက် 'ကျန်သူများ' ကို သင့်အဝန်းအဝိုင်းထဲသို့ ဆွဲခေါ်ပါ၊ သို့မှသာ သူတို့သည် 'အကောင်းဆုံးသူများ' ထံမှ သင်ယူနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ထိုချဉ်းကပ်နည်းသည် သင့်အတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ ရှန်းကန်နေရသော ဆရာ၊ ဆရာမများအတွက်လည်း အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ ပြီးတော့ အရေးအကြီးဆုံးက ကျွန်ုပ်တို့၏ ကလေးများအတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

7

ကျောင်းသားတစ်ဦးအား ရုံးခန်းသို့ ပို့ဆောင်ရန်
ရာဇဝတ်မှုလောက် ဖြစ်မှသာ ပို့ဆောင်မည်။
စာသင်ခန်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ မိသားစုဖြစ်သည်၊
ဤနေရာတွင်ပင် ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းကြမည်။

ကျွန်တော့်မှာ ဆယ်ကျော်သက်အရွယ် ကလေးနှစ်ယောက် ရှိပါတယ်။ ကလေးတိုင်းလိုပဲ သူတို့မှာလည်း ကလေးဘဝတစ်လျှောက် အပြုအမူဆိုင်ရာ ပြဿနာ အနည်းငယ် ရှိခဲ့ပါတယ်။ 'ဆိုးရွားတဲ့' ပြဿနာတွေတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ သာမန် ဆယ်ကျော်သက်တွေလို အရာအားလုံးကို နားလည်အောင် ကြိုးစားနေတဲ့ ပြဿနာ မျိုးတွေသာ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို မိဘအနေနဲ့ ကိုင်တွယ်ရတဲ့ အခြေအနေတွေမှာ တင်းမာမှုတွေ တိုးလာတဲ့အခါ၊ စိတ်ခံစားမှုတွေ ပြင်းထန်လာတဲ့အခါ၊ အသံတွေ ကျယ်လာတဲ့အခါ၊ ကျွန်တော့်သားကို "မင်း ခုချက်ချင်း မရပ်ရင် အိမ်ရာအသင်းဥက္ကဋ္ဌ မစ္စ ဆဘူကိုကို ခေါ်ပြီး ဒီကိစ္စကို သူ့ကို ကိုင်တွယ်ခိုင်းလိုက်မယ်" လို့ အော်ပြောမယ်ဆိုပါစို့။

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

ဘယ်လောက်ရယ်စရာကောင်းမလဲ။ မစ္စ ဆဘူကိုကို ကျွန်တော်တို့ လေးစားပါတယ်၊ သူလည်း အိမ်ရာအသင်းကို ကောင်းကောင်း စီမံခန့်ခွဲပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူက ကျွန်တော့်ကလေးရဲ့ မိဘ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အနီးကပ်မိသားစုထဲက တစ်ယောက် မဟုတ်ပါဘူး။ ပြီးတော့ ကျွန်တော်တို့မိသားစုရဲ့ သဘောသဘာဝကိုလည်း နားမလည်ပါဘူး။

ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတစ်ယောက်ကို ရုံးခန်းပို့တာ၊ သို့မဟုတ် အတန်းထဲမှာ အပြုအမူပြဿနာတွေကို ကိုင်တွယ်ဖို့ ကျောင်းအုပ်ကြီးကို ခေါ်တာကလည်း ဒီလိုပဲဖြစ်ပါတယ်။

စည်းကမ်းမလိုက်နာလို့ ကိုင်တွယ်ရခက်တဲ့ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတွေကို စီမံခန့်ခွဲဖို့ ကျောင်းအုပ်ကြီးဆီ တွန်းပို့လိုက်တဲ့အခါ အတန်းထဲက ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတိုင်းကို ရှင်းလင်းတဲ့ သတင်းစကားတစ်ခု ပို့လိုက်သလို ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါက ကျွန်တော်တို့မိသားစု မဟုတ်ဘူး၊ ဒီဆရာ၊ ဆရာမဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ခေါင်းဆောင်အစစ်အမှန် မဟုတ်ဘူးဆိုတဲ့ သတင်းစကားပါပဲ။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများရဲ့စိတ်ထဲမှာ သူတို့အကောင်းဆုံးအချိန်နဲ့ အဆိုးဆုံးအချိန် နှစ်မျိုးစလုံးမှာ ချစ်ခင်စောင့်ရှောက်မယ့် ဆရာ၊ ဆရာမက ဦးဆောင်သော မိသားစု၏ အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သည်ဟု ခံစားရန် လိုအပ်ပါတယ်။

❖

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

8

သင့်အား မည်သည့်ကလေးက လိုအပ်သည်၊

မည်သည့်ကလေးက မလိုအပ်ဟု သင် ရွေးချယ်၍မရပါ။

သင့်ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် သင် ဆရာ၊ ဆရာမ ဖြစ်သည်ထက်

ပို၍ကောင်းသော ဇာတ်ဆောင်များ အမြဲဖြစ်နေမည်။

ကျွန်တော့်ကျောင်းသားဟောင်းများရဲ့ ၁၀ နှစ်ပြည့် ပြန်လည်ဆုံတွေ့ပွဲကို တက်ရောက်ဖို့ ကျောင်းစားသောက်ခန်းမထဲ လမ်းလျှောက်ဝင်လာတာနဲ့ ကျွန်တော် ပထမဆုံးနှစ် ဆရာဖြစ်ခဲ့တဲ့ ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုအကြာက နေရာကနေ ပြန်စလိုက်ကြ တယ်။ အတူတူရှိနေတဲ့ ခံစားချက်၊ သူတို့ရဲ့ ပုံစံစရိုက်လေးတွေ၊ ကိုယ့်အချင်းချင်း သာသိတဲ့ ရယ်စရာဟာသတွေ – ဘာမှ မပြောင်းလဲသလိုပဲ ခံစားရတယ်။

ဒါပေမဲ့ ညနက်တဲ့အထိ စကားထိုင်ပြောကြတဲ့အခါ အရာအားလုံး ပြောင်းလဲ သွားခဲ့တယ်။

ကျေးလက်ဒေသ၊ အလွန်ဆင်းရဲတဲ့ နောက်ခံကနေ ကြီးပြင်းလာတဲ့ ကလေး တွေက သူတို့ရဲ့ ကလေးဘဝကို ပြောပြတဲ့အခါ မိသားစုတွေရဲ့ ရင်းနှီးမှု၊ ချစ်ခင်မှု၊

mgyoe.com

ထောက်ပံ့မှုတွေကြောင့် ပျော်ရွှင်မှု၊ ဝမ်းမြောက်မှုတွေနဲ့ ပြန်အမှတ်ရကြတယ်။

စီးပွားရေးအဆင့်အတန်း ပိုမြင့်တဲ့ နောက်ခံကနေ ကြီးပြင်းလာတဲ့ ကလေးတွေထဲက အများအပြားက သူတို့ရဲ့ အလွန်နာကျင်ခဲ့ရတဲ့ ကလေးဘဝတွေအကြောင်း ပြောပြကြတယ်။ အဲဒီကလေးဘဝတွေဟာ အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု၊ အရက်စွဲမှု၊ ကြောက်ရွံ့မှုတွေနဲ့ ပြည့်နှက်နေခဲ့တယ်။

သင်ကြားရေး နှစ်ပေါင်း ဆယ်နှစ်ကြာပြီးမှ နောက်ဆုံး သဘောပေါက်လာခဲ့တယ်။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတွေဟာ အလုပ်အကိုင်ကောင်းကောင်းရှိတဲ့ မိဘနှစ်ပါးနဲ့အတူ ကြီးပြင်းလာနိုင်တယ်၊ ကားကောင်းနဲ့ ဘောလုံးကလပ်နဲ့ လူငယ်အဖွဲ့တွေကို ပို့ပေးနိုင်တယ်၊ ရှေ့ဘက်မြက်ခင်းပြင်မှာ Labrador ခွေးနဲ့အတူ ကြီးမားလှပတဲ့ အိမ်ကြီးမှာ နေထိုင်နိုင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအိမ်ထဲမှာ တကယ်ဖြစ်ပျက်နေတာကို သင် ဘယ်တော့မှ တကယ်မသိနိုင်ဘူး။

ဘယ်ကလေးက သင့်အား လိုအပ်သည်၊ ဘယ်ကလေးက မလိုအပ်သည်ကို သင် ဘယ်တော့မှ သေချာသိနိုင်မည် မဟုတ်။ သူတို့အားလုံးက သင့်ကို လိုအပ်ပါတယ်။ တစ်ယောက်ချင်းစီတိုင်း။ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း။

❖

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

9

သင်သိသည့်အရာများကို သင်ကြားပေးနေခြင်းသာ မဟုတ်ပါ။
သူတို့သည် သင့်ကဲ့သို့ ဖြစ်လာနေကြခြင်းပင်။

ပြန်တွေးကြည့်တဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့အားလုံးမှာ အတန်းထဲမှာ အဲဒီလို ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတစ်ယောက် ရှိခဲ့ဖူးပုံရပါတယ်။ သူ့အကြောင်း အမှတ်တရတွေက စိတ်ပျက်အားငယ်မှု၊ ဝမ်းနည်းမှု၊ ဒေါသ၊ အမှားများ၊ စိတ်လှုပ်ရှားပြင်းထန်မှုများနဲ့ တစ်ခါနှစ်ခါ အကြီးအကျယ် စိတ်ပျက်လက်ပျက် ဖြစ်သွားတာမျိုးတွေ အဓိက ပါဝင်နေတာမျိုး။ သင်တွေးမိတယ်၊ "ငါ့အတန်းထဲမှာ တစ်နှစ်လုံးရှိခဲ့တဲ့ အဲဒီကလေး၊ သူ တစ်ခုခုများ သင်ယူမိသွားရဲ့လား"။

သူ အမှန်တကယ် သင်ယူမိသွားခဲ့ပါတယ်။

ဆယ်စုနှစ်များစွာ ကြာသွားတဲ့အခါ အဲဒီကောင်လေးဟာ တာဝန်သိတတ်တဲ့ လူငယ်တစ်ယောက် ဖြစ်လာပြီး သူ့ကိုယ်ပိုင်သားသမီးတွေကို ပြုစုပျိုးထောင်နေတဲ့အခါ သူဟာ ခက်ခဲတဲ့ မိဘတာဝန်များနဲ့ ရင်ဆိုင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သူ့ကလေးတွေ စိတ်ပျက်အားငယ်နေတဲ့အခါ သူက အားပေးမှာပါ။ သူ့ကလေးတွေ ဝမ်းနည်းနေတဲ့အခါ သူက နှစ်သိမ့်မှာပါ။ သူ့ကလေးတွေ ဒေါသထွက်

mgyoe.com

 mgyoe.com SAMPLE BOOK

နေတဲ့အခါ သူက နားလည်ပေးမှာပါ။ သူ့ကလေးတွေ အမှားလုပ်မိတဲ့အခါ သူက နောက်ထပ်အခွင့်အရေး ပေးမှာပါ။ သူ့ကလေးတွေ စိတ်ပေါက်ကွဲတဲ့အခါ သူက စိတ်ရှည်သည်းခံမှာပါ။ သူ့ကလေးတွေ အကြီးအကျယ် စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြစ်ပြီး မထိန်းချုပ်နိုင်အောင် ငိုကြွေးနေတဲ့အခါ သူက သူတို့ကို ရင်ခွင်ထဲ ပိုက်ထားပြီး ချစ်တယ်လို့ ပြောပြမှာပါ။

ပြီးတော့ အဲဒါအားလုံးကို သူ ဘာလို့လုပ်မှာလဲဆိုတော့ သူ အဲဒါတွေကို သင့်ဆီက သင်ယူခဲ့ရလို့ပါပဲ။

❖

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

10

တခြားဆရာရဲ့အခန်း ၃၀ နဲ့ သင့်ရဲ့အခန်း ၁ ကို မနှိုင်းယှဉ်ပါနဲ့

ဆရာအလုပ်ဆိုတာ ထူးဆန်းပါတယ်။ ပထမဆုံးနေ့ စသင်တဲ့ဆရာတစ်ယောက်ကို နှစ် ၃၀ အတွေ့အကြုံရှိတဲ့ ဆရာကြီးတွေလိုပဲ စွမ်းဆောင်နိုင်မယ်လို့ မျှော်လင့်ကြတဲ့ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ တစ်ခုတည်းသော အလုပ်လို့တောင် ပြောလို့ရမလားပဲ။ အလုပ်စဝင်တဲ့နေ့မှာတင် ဆရာမသစ်လေးတစ်ယောက်ဟာ အတွေ့အကြုံရင့် ဆရာကြီးတွေလိုပဲ သင်ကြားရမယ်၊ ကျောင်းသားတွေကိုလည်း စံသတ်မှတ်ချက်အတိုင်း စစ်ဆေးရမယ်၊ ရမှတ်တွေကလည်း အဲဒီလောက် နှစ်ပေါင်းများစွာ အတွေ့အကြုံရှိတဲ့ ဆရာတွေရဲ့ ကျောင်းသားတွေနဲ့ တန်းတူရမယ်တဲ့။

ကျွန်တော် နိုင်ငံတစ်ဝန်း လှည့်လည်ပြီး ထူးချွန်တဲ့ဆရာတွေနဲ့ တွေ့ဆုံခဲ့တာတွေအရ သူတို့မှာ တူညီတဲ့အချက်နှစ်ခုရှိတာ တွေ့ရပါတယ်။ ပထမတစ်ခုက စာသင်ခန်းထဲမှာ အချိန်ပေးနိုင်မှု၊ နောက်တစ်ခုက တခြားဆရာတွေနဲ့ နှစ်ပေါင်းများစွာ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်မှုပါ။ ဒီနှစ်ခုစလုံးက ပထမဆုံးနေ့ စသင်တဲ့ဆရာတစ်ယောက်အတွက် မဖြစ်နိုင်သေးတဲ့ အရာတွေပါ။

mgyoe.com

 mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဝတ္ထုကောင်းတစ်ပုဒ်လိုပဲ၊ ဆရာတစ်ယောက်ရဲ့ အခန်း ၁ ဟာ စိတ်ဝင်စားဖွယ် ဇာတ်ကောင်တွေ၊ မျှော်လင့်မထားတဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေ၊ ခက်ခဲကြီးမားတဲ့ စိန်ခေါ်မှုတွေ၊ အံ့အားသင့်စရာ အတွေ့အကြောက်တွေနဲ့ ပြည့်နှက်နေမယ့် ဖတ်ချင်စရာ ပုံပြင်တစ်ပုဒ်အတွက် အခင်းအကျင်းတွေ ဖန်တီးတတ်ဖို့ သင်ယူရတဲ့ အခန်း ဖြစ်သင့်ပါတယ်။

သင်ဟာ နှစ် ၃၀ အတွေ့အကြုံရှိတဲ့ ဆရာကြီးဖြစ်နေရင်တော့ ရုန်းကန်နေရတဲ့ ဆရာငယ်လေးတွေကို အတွေ့အကြုံမျှဝေပြီး လမ်းညွှန်ပေးပါ။ သူတို့ရဲ့ ပထမဆုံး အခန်းကို ရေးသားနေချိန်မှာ လက်တွဲခေါ်ဆောင်ပေးတဲ့ ကောင်းမွန်တဲ့ဇာတ်ဆောင် တစ်ယောက် ဖြစ်ပေးပါ။

❖

mgyoe.com

11

ကောင်းဖို့ဆိုတာ ပြီးပြည့်စုံနေဖို့ မလိုပါဘူး

ဆရာတွေဟာ ပြီးပြည့်စုံစေချင်တဲ့စိတ် ရှိတတ်ကြတာမို့ 'အကောင်းဆုံး' ဆိုတာ 'အပြည့်အဝပြီးပြည့်စုံမှု' လောက် မကောင်းဘူးလို့ ထင်တတ်ကြပါတယ်။ ပြီးပြည့်စုံမှုဆိုတာ ရနိုင်တယ်လို့လည်း ယူဆတတ်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ အကောင်းဆုံးကြိုးစားသူတွေကတော့ ပြီးပြည့်စုံအောင်လုပ်ချင်သူတွေထက် ပိုအောင်မြင်ကြပါတယ်။ အကြောင်းက သူတို့မှာ စိတ်ဖိစီးမှု ပိုနည်းပြီး အလုပ်ကောင်းကောင်း ပြီးမြောက်သွားရင် ကျေနပ်တတ်လို့ပါ။ အကောင်းဆုံးကြိုးစားသူတွေက အသေးစိတ် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီး ဘာတွေပိုကောင်းအောင် လုပ်လို့ရနိုင်သေးလဲဆိုတာကို မရှာဖွေတတ်ကြပါဘူး။

ဒါကြောင့် သင် အကောင်းဆုံးသာ လုပ်ပါ၊ ဒါဆိုလုံလောက်ပါပြီ။ ကျောင်းသားတွေရဲ့ဘဝမှာ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေရဲ့ဘဝမှာ ပြောင်းလဲမှုတစ်ခု ဖန်တီးပေးဖို့ အပြည့်အဝ ပြီးပြည့်စုံနေဖို့ မလိုအပ်ပါဘူး။ ကျွန်တော့်အနေနဲ့ မြင်မိတာက ဆရာတွေမှာ အပြစ်ရှိသလိုခံစားတတ်တဲ့ မျိုးဗီဇတစ်ခု ပါလာသလိုပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပြင်းထန်ဆုံး ဝေဖန်တတ်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပြီးပြည့်စုံချင်တဲ့စိတ်ကို လွှတ်ပေးတတ်ဖို့လိုပါတယ်။ တခြားသူတွေကို ကူညီဖို့အတွက် သင့်ဘဝ အားလုံးအဆင်ပြေနေဖို့

mgyoe.com

 gyoe.com SAMPLE BOOK

မလိုပါဘူး။ တကယ်တော့ သင်ကိုယ်တိုင် အခက်အခဲတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်နေရချိန်မှာတောင် တခြားသူတွေကို အားပေးနိုင်ပါတယ်၊ စိတ်ဓာတ်ခွန်အား ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ လူသားချင်း နားလည်စာနာမှုရှိတာက ကျွန်တော်တို့ကို တခြားသူတွေနဲ့ ရင်းနှီးစေပါတယ်။ သူတို့ရဲ့အခက်အခဲတွေကနေ၊ ကိုယ့်ရဲ့အခက်အခဲတွေကနေ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် နားလည်မှုရကြပါတယ်။ အံ့ဩစရာကောင်းတာက ကိုယ့်မှာ အရာအားလုံး အဆင်မပြေသေးချိန်မှာတောင် တခြားသူတွေကို အာရုံစိုက်ပေးခြင်းက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပိုကောင်းလာစေတတ်ပါတယ်။

ရှေးစကားပုံတစ်ခုမှာ "ပြီးပြည့်စုံမှုဟာ အကောင်းဆုံးဖြစ်မှုရဲ့ ရန်သူပဲ" လို့ ဆိုထားပါတယ်။ ပြီးပြည့်စုံအောင် အာရုံစိုက်လွန်းရင် လက်တွေ့မကျတဲ့ မျှော်လင့်ချက်တွေကြောင့် စိတ်ပင်ပန်းပြီး အကျိုးသက်ရောက်မှု နည်းသွားတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပြီးပြည့်စုံမှုကို မရှာပါနဲ့၊ သင့်ရဲ့ အကောင်းဆုံးနဲ့ပဲ ကျေနပ်ပါ။

❖

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

12

စိတ်ကို နုပျိုအောင်ထိန်းသိမ်းပါ

ဆရာအလုပ်ဟာ အမေရိကားမှာ အခက်ခဲဆုံး အလုပ်တွေထဲက တစ်ခုလို့ ပြောကြတယ်။ ကျောင်းသားတွေနဲ့ အလုပ်လုပ်ရတာ ကျေနပ်စရာကောင်းပေမဲ့ ပင်ပန်းတဲ့အလုပ်လည်း ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဆရာတစ်ယောက်မှာ ရှိသင့်တဲ့ အရေးကြီးဆုံး အရည်အသွေးတစ်ခုက ငယ်ရွယ်တဲ့စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းထားဖို့ပါ။ ကလေးတွေနဲ့အတူ ပျော်ရွှင်နေတဲ့အချိန်တွေ၊ ရယ်မောသံတွေ၊ သေးငယ်တဲ့အရာလေးတွေကနေ ပျော်ရွှင်မှုတွေကို မခံစားတတ်တော့ရင် သင်ကြားခြင်းမှရတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုကို ဆုံးရှုံးသွားပါလိမ့်မယ်။

၁၅ နှစ်၊ နှစ်၂၀၊ ၂၅ နှစ်လောက် သင်ကြားနေခဲ့ကြတဲ့ ဆရာတွေက "တခြားဘာအလုပ်မှ လုပ်မယ်လို့ မတွေးမိဘူး" လို့ ပြောတာကို ကြားရတာ ကျွန်တော်သဘောကျပါတယ်။ ဒီလိုဆရာတွေက ငယ်ရွယ်တဲ့စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင်သူတွေပါ။ ကျွန်တော် နိုင်ငံတစ်ဝန်း လှည့်လည်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ကျွန်တော် လက်တွဲသင်ဖူးသမျှထဲမှာ အကောင်းဆုံးဆရာမက Tammy McElroy လို့ခေါ်တဲ့ ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်းပါလို့ ရဲရဲကြီးပြောရပါတယ်။ နှစ်ပေါင်း ၂၀ ကျော် သင်ကြားပြီးတဲ့အထိ သူမဟာ

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

ကျောင်းဖွင့်ရာသီ စတိုင်းမှာ အရင်နှစ်ကလိုပဲ စိတ်လှုပ်ရှားနေဆဲပါ။ ကျောင်းသားတွေကလည်း သူ့အတန်းကို တက်ရတာ ပျော်ကြပါတယ်။

သူက ကျောင်းသားတွေဆီက မျှော်လင့်ချက် မြင့်မြင့်ထားပေမဲ့ သူတို့အောင်မြင်နိုင်အောင် သူတို့နားလည်လောက်တဲ့အဆင့်နဲ့ ဘယ်လိုချဉ်းကပ်ရမယ်ဆိုတာ သိပါတယ်။ ပျော်ရွှင်စရာကောင်းအောင်လည်း လုပ်တတ်ပါတယ်။ ပျော်စရာဂိမ်းတွေ အမြဲတီထွင်နေပြီး လူကြီးတွေ သူ့အတန်းထဲ ဝင်လာရင် မေးခွန်းတစ်ခု ဖြေမှ ဝင်ခွင့်ပြုပါတယ်။ ဆရာတွေ၊ ကျောင်းအုပ်တွေ မသိပေမဲ့ ကျောင်းသားတွေ အဖြေသိတဲ့ ခက်ခဲတဲ့မေးခွန်းတွေ မေးလေ့ရှိတာမို့ ကျောင်းသားတွေက အဖြေကို အားရပါးရအော်ပြောပြီး ဂုဏ်ယူဝမ်းသာကြတာပေါ့။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်လည်း သူ့အတန်းထဲ သိပ်မဝင်ဖြစ်ပါဘူး။

နုပျိုတဲ့စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းချင်ရင် နေ့တိုင်း ကိုယ့်ကိုကြောက်စရာကောင်းစေတဲ့ အရာတစ်ခုခု လုပ်ကြည့်ပါ။ အသက်အရွယ်နဲ့ လိုက်ဖက်အောင် မနေပါနဲ့၊ သဘာဝကျကျပဲ နေပါ။ နောက်ပြီးတော့ သင်ယူလေ့လာရာမှာ စူးစမ်းလိုစိတ်နဲ့ အံ့ဩစိတ်တွေကို ထည့်သွင်းဖို့ မမေ့ပါနဲ့။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

13

သင့်ရဲ့အတွင်းစိတ်က ဘာတွေ ပြန်ပြောနေသလဲ

ဆရာအလုပ်ဟာ တစ်ကိုယ်တည်း လုပ်ရတဲ့အလုပ်လို့ ပြောလို့ရပါတယ်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေထက် ကျောင်းသားတွေနဲ့ပဲ ကိုယ့်အချိန်ကို ပိုကုန်စေတယ်။ ဆိုလိုတာက တစ်နေ့တာရဲ့ အချိန်အများစုမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စကားပြောနေရတာပေါ့။ တကယ်တော့ တစ်နေ့တာမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြောနေတဲ့စကားတွေက အများဆုံးပဲ။ ဒါဆို သင်က ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဘာတွေပြောနေသလဲ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြောတဲ့စကား၊ စိတ်ထဲက ပြန်ကြားနေရတဲ့အသံတွေဟာ ဆရာ၊ ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်အနေနဲ့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ထိရောက်မှုအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိတယ်။ မကြာခဏဆိုသလို အဲဒီစကားတွေက အနုတ်လက္ခဏာဆောင်နေတတ်ပါတယ်။ ရှက်စရာကောင်းတဲ့ အရာတစ်ခုခု လုပ်မိပြီးနောက် ဘာဖြစ်လဲ။ စိတ်ထဲက အသံက "အဲဒါ တော်တော်တုံးတာပဲ" လို့ ပြောနေသလား။ မှားယွင်းတာတောင် မလုပ်မိသေးဘဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပြစ်တင်နေသလား။ "အခု ဘာမှမပြောနဲ့၊ မင်း ဘာမှမသိကြောင်း လူတိုင်းသိသွားလိမ့်မယ်" ဆိုတာမျိုးပေါ့။

ဒီလိုဖျက်ဆီးတတ်တဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြောဆိုမှုတွေက သင့်ကိုယ်သင်

mgyoe.com

mgyoe.com

သံသယဖြစ်စေပြီး မသေချာမရေရာမှုတွေနဲ့ ဘာမှမလုပ်နိုင်အောင် ဖြစ်သွားစေနိုင်ပါတယ်။ အဆုံးမှာတော့ သင့်ရဲ့ တစ်ခုတည်းသော ပြိုင်ဘက်က သင်ကိုယ်တိုင်ပါပဲ။ တခြားသူတွေနဲ့ ယှဉ်ပြိုင်နေတာ မဟုတ်ဘဲ သင့်ရဲ့ အကောင်းဆုံးဖြစ်ဖို့ သင်ကိုယ်တိုင်နဲ့ပဲ ယှဉ်ပြိုင်နေတာပါ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြောဆိုတာတွေက အကျိုးရှိသင့်ပါတယ်။ အကောင်းဆုံးလုပ်ဖို့၊ အကောင်းဆုံးဖြစ်ဖို့ အားပေးနေသင့်ပါတယ်။ တချို့အတွက်တော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြောဆိုတာဟာ ကိုယ့်ရဲ့ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေတာပါ။ တခြားသူတွေမှာ မရှိတဲ့ ဘာကို သင်က ပေးနိုင်သလဲ။ ဘယ်လိုပါရမီ၊ စွမ်းရည်တွေ သင့်မှာ ပါလာသလဲ။

သင့်မှာ ခေါင်းဆောင်မှုအခန်းကဏ္ဍအတွက် ယူဆောင်လာနိုင်တဲ့ အားသာချက်တွေ ရှိနေကြောင်း သိလာတဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မကြာခဏအားပေးဖို့ လိုပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြောဆိုတာ၊ စိတ်ထဲက ပြန်ကြားနေရတဲ့အသံတွေဟာ တစ်ခါတလေပဲ ဖြစ်မနေသင့်ပါဘူး။ "ငါလုပ်နိုင်တယ်" ဆိုတဲ့စကားကို အစဉ်မပြတ် ပြန်လည်ဖွင့်နေသင့်ပါတယ်။ သင့်ရဲ့အောင်မြင်မှု ၉၉ ရာခိုင်နှုန်းဟာ သင့်စိတ်ထဲက ပြန်ကြားနေရတဲ့အသံတွေပေါ် မူတည်နေပါတယ်။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

14

အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေကို ဂုဏ်ယူတတ်ပါစေ

ကျောင်းသားတွေနဲ့ အထူးသဖြင့် ကလေးငယ်တွေနဲ့ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါ ဘာတစ်ခုကိုမှ ပုံသေ မသတ်မှတ်ပါနဲ့။ အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေကို ဂုဏ်ယူတတ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ သင်္ချာသဘောတရားတစ်ခုကို နားလည်သွားတဲ့ ကျောင်းသား၊ စာမေးပွဲမှာ ပထမဆုံးအကြိမ် A ရတဲ့ ကျောင်းသားကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ဘဝကြီးတစ်ခုလုံးနဲ့ယှဉ်ရင် သိပ်မကြီးကျယ်သလို ထင်ရပေမဲ့ အဲဒီအချိန်မှာတော့ သူတို့အတွက် အရမ်းကြီးကျယ်တဲ့ အောင်မြင်မှုတွေပါ။

ကျွန်တော်တို့က မကြာခဏဆိုသလို စာသင်နှစ်ဝက်ကုန်၊ တစ်နှစ်ကုန်၊ ပညာရေးဆုချီးမြှင့်ပွဲလို 'အခမ်းအနားကြီး' တွေမှာမှ အောင်မြင်မှုတွေကို ဂုဏ်ယူချီးမြှင့်လေ့ရှိကြတယ်။ အချိန်ကြာလာတော့ အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေက မေ့လျော့သွားပြီး အရေးမကြီးသလို ဖြစ်သွားတယ်။ ဒီအောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေကို အချိန်မီ အသိအမှတ်ပြုဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ သူတို့က ကျွန်တော်တို့ကို စိတ်အားတက်ကြွစေပြီး ရှေ့ဆက်လှမ်းစေပါတယ်။ အရှိန်အဟုန်ကောင်းအောင် တည်ဆောက်ဖို့ ခက်ခဲတာမို့ အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေနဲ့ စလိုက်ပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

အောင်မြင်တဲ့နှစ်တစ်နှစ် ဖြစ်ဖို့ အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းက အောင်မြင်မှု သေးသေးလေးတွေကို စုဆောင်းဖို့ပါ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အဲဒီအောင်မြင်မှု သေးသေးလေးတွေက တော်တော်များများမှာ ကြီးကျယ်တဲ့ပြောင်းလဲမှုတွေ ဖြစ်စေနိုင်လို့ပါ။ သူတို့က အလုပ်ကို ပိုမိုအဓိပ္ပာယ်ရှိစေပြီး ရှေ့ဆက်လုပ်မှ်းဖို့ စိတ်အားတက်ကြွစေပါတယ်။ ဒါကြောင့် စာသင်ခန်းမှာ ပထမဆုံးအကြိမ် တက်ကြွစွာပါဝင်လာတဲ့ ကျောင်းသား၊ အမှတ်တိုးတက်လာတဲ့ ကျောင်းသားကို ဂုဏ်ယူပါ။ သင်္ချာ၊ သို့မဟုတ် သိပ္ပံသဘောတရားတစ်ခုကို နားလည်သွားတဲ့ ကျောင်းသားကို ချီးကျူးသင့်ပါတယ်။ အသိအမှတ်ပြုခြင်းဟာ ဘက်စုံအောင်မြင်မှုအတွက် အရေးကြီးပြီး အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေဟာလည်း အောင်မြင်မှုတွေပါပဲ။

အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေကို ဂုဏ်ယူပါ။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သူတို့က အခိုက်အတန့်လေးတွေကို ကြီးကျယ်တဲ့အရာတွေအတွက် အရှိန်အဟုန်အဖြစ် ပြောင်းလဲပေးနိုင်လို့ပါ။ လူကြီးတွေတောင် အလုပ်ကောင်းကောင်း လုပ်ပြီးတဲ့အခါ အသိအမှတ်ပြုခံရတာကို နှစ်သက်ကြပါတယ်။ ကျောင်းသားတွေလည်း ဒီအတိုင်းပါပဲ။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

15

ကျရှုံးမှုဟာ ပုဒ်မသာ၊ ပုဒ်ထီး မဟုတ်ပါ။

ဒီအတွေးအခေါ် ဘယ်ကစခဲ့တယ်ဆိုတာ မသေချာပေမဲ့ ဒါဟာ ကျွန်တော့်ရဲ့ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး သုံးခဲ့တဲ့ ဆောင်ပုဒ်တစ်ခုပါ။ တစ်ခါတုန်းက ဒီစကားကို ပြောပြတော့ ဆရာမတစ်ယောက်က "ပုဒ်ဖြတ်ပုဒ်ရပ်နဲ့ အားတက်စရာ အတွေးလေးပါလား" လို့ပြောဖူးတယ်။ သူက အင်္ဂလိပ်စာဆရာမဆိုတော့ ကျွန်တော် ပုဒ်ဖြတ်ပုဒ်ရပ် မှန်မှန် သုံးနိုင်တာ ဝမ်းသာမိပါတယ်။

အခု သင့်ဘဝမှာ ရုန်းကန်နေရချိန် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ကျောင်းသားတွေကို၊ မိသားစုကို တာဝန်မကျေနေသလိုလို၊ အလုပ်နဲ့ကျောင်းကြား ဟန်ချက်ညီအောင် မထိန်းနိုင်သလိုလို ခံစားနေရနိုင်ပါတယ်။ ကျရှုံးနေသလို ခံစားနေရပေမဲ့ အဲဒါက သင့်ကို ကျရှုံးသူတစ်ယောက် မဖြစ်စေပါဘူး၊ အမြဲတမ်းလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ လူ့သဘာဝက ကောင်းကောင်းလုပ်နိုင်တာထက် မလုပ်နိုင်တာတွေကို ပိုအာရုံစိုက်မိတတ်ပါတယ်။ ဒီလိုပြောလို့ ကျရှုံးမှုကို ပေါ့ပေါ့တန်တန် သဘောထားသင့်တယ်လို့ ဆိုလိုတာမဟုတ်ပါ။ အမြဲတမ်း အကောင်းဆုံးကြိုးစားပြီး အောင်မြင်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်ခါတလေမှာ အောင်မြင်မှုကနေ သင်ယူရသလိုပဲ ကျရှုံးမှုကနေလည်း

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

သင်ခန်းစာယူရပါတယ်။

အားကစားလောကမှာ အထူးသဖြင့် လူငယ်အားကစားတွေမှာ အနိုင်အရှုံးဆိုတာ မရှိဘူး၊ အနိုင်ရခြင်းနဲ့ သင်ယူခြင်းပဲရှိတယ်လို့ ပြောကြပါတယ်။ လူကြီးတွေအနေနဲ့ မှတ်သားသင့်ပြီး ကျောင်းသားတွေကိုလည်း သင်ကြားသင့်တဲ့အချက်ပါ။ ရလဒ်ကိုပဲ အာရုံမစိုက်ဘဲ လုပ်ငန်းစဉ်ကနေ တိုးတက်အောင်သင်ယူဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ကျရှုံးသွားပြီလို့ ခံစားရတဲ့အခါ ရပ်လိုက်ပြီး အသက်တစ်ချက်ရှူလိုက်ပါ။ ပြန်လည်သုံးသပ်၊ လိုအပ်တဲ့ပြောင်းလဲမှုတွေလုပ်၊ ပြီးရင် ရှေ့ဆက်လှမ်းပါ။ ကျရှုံးမှုဟာ သေဆုံးခြင်းမဟုတ်သလို အဆုံးသတ်လည်း မဟုတ်ပါဘူး။ အောင်မြင်မှုဆီသွားတဲ့ လမ်းအခိုက်အတန့်မှာ ခဏနားတာ၊ သင်ယူစရာအချိန်လေး ရတာပါ။

❖

mgyoe.com

 SAMPLE BOOK

16

သင့်လျော်တဲ့အချိန်မှာ ပြောလိုက်တဲ့ စကားလုံးအနည်းငယ်က ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ဘဝကို ထာဝရ ပြောင်းလဲစေနိုင်တယ်

ကျွန်တော်တို့ ပညာရေးဝန်ထမ်းတွေဟာ ကျောင်းမဖွင့်ခင် အလုပ်ခွင်သင်တန်းတွေမှာ ကျောင်းအုပ်ကြီးတွေက ကျောင်းသားတွေရဲ့ဘဝကို ပြောင်းလဲစေမယ့် ရှုပ်ထွေးတဲ့ မဟာဗျူဟာတွေ ရှင်းပြတာကို နားထောင်ခဲ့ရဖူးပါတယ်။ ဇယားတွေ၊ ဂရပ်တွေ၊ သုတေသနအခြေပြု အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းတွေနဲ့ အတိုကောက်စာလုံးတွေ။ အတိုကောက်စာလုံးတွေ အများကြီးပါပဲ။

တစ်နှစ်က အပြုသဘောဆောင်တဲ့ အပြုအမူ ၁၁ ခုကို မှတ်မိအောင် TEMPERATURE ဆိုတဲ့ အတိုကောက်စကားလုံး သင်ပေးခံခဲ့ရတာ မှတ်မိနေပါသေးတယ်။ ကလေးတွေ အံ့ဩဖွယ်လူသားတွေ ဖြစ်လာအောင် ကူညီဖို့ အများကြီး ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခဲ့တာကို ကျွန်တော် သဘောကျပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်ဆန္ဒက မှန်ကန်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အခု အသက် ၄၀ နီးပါးရှိကြပြီဖြစ်တဲ့ ရာနဲ့ချီတဲ့ ကျောင်းသားဟောင်းတွေကို စကားပြောခဲ့တဲ့အခါ ဘယ်သူတစ်ယောက်မှ "ဆရာတွေက ကျောင်းမှာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့အပြုအမူ TEMPERATURE ကို အမှတ်ပေးဖို့ ၆ ပေရှည်တဲ့ အရောင်

mgyoe.com

 mgyoe.com SAMPLE BOOK

စုံ သာမိုမီတာကြီးတွေ လုပ်ခဲ့တဲ့နှစ်ကို မှတ်မိနေပါတယ်။ အဲဒါက ကျွန်တော့်ဘဝကို တကယ့်ကို ပြောင်းလဲပစ်လိုက်တာပဲ" လို့ မပြောခဲ့ကြပါဘူး။ တစ်ယောက်မှ မရှိပါဘူး။

အဲဒီအစား သူတို့က ကျွန်တော် ဘယ်တော့မှ အရေးကြီးမယ်လို့ မထင်ထားခဲ့တဲ့ အရိုးရှင်းဆုံး အချိန်လေးတွေအကြောင်း ပြောကြပါတယ်။ "ကျောင်းစကြိမှာ ဆရာက ကျွန်တော့်ပခုံးကို ကိုင်ထားပြီး မျက်လုံးချင်းဆိုင်ကြည့်ကာ 'ဆရာ မင်းကို ယုံကြည်တယ်။ မင်းကို ဂုဏ်ယူတယ်။ မင်းကို ချစ်တယ်' လို့ ပြောခဲ့တဲ့နေ့ကို ဘယ်တော့မှ မမေ့ပါဘူး" တဲ့။

Pinterest မှာ အလှပဆုံးပြသလို့ရမယ့် စာသင်ခန်းအလှဆင်မှုတွေ လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ဘဝမှာ တကယ့်အပြောင်းအလဲ ဖြစ်စေမှာကတော့ အချိန်ယူပြီး တစ်ဦးချင်းနဲ့ အပြုသဘောဆောင်တဲ့ စိတ်ခံစားမှုပါတဲ့ အချိန်လေးတွေ ဖန်တီးပေးခြင်းပါပဲ။ အဲဒီကနေ တစ်သက်တာ တည်တံ့မယ့် ဆက်ဆံရေး တစ်ခု တည်ဆောက်နိုင်မှာပါ။

❖

mgyoe.com

17

သင်ကြားမှု နောက်အဆင့်တိုင်းအတွက် သင့်အဆင့်ကိုလည်း မြှင့်တင်ရပါမယ်

သုတေသီ ထောင်ပေါင်းများစွာရဲ့ လေ့လာမှုစာမျက်နှာ ထောင်ချီက ကျောင်းသားတွေရဲ့ ပညာရေးအောင်မြင်မှုမှာ အဓိကအဆုံးအဖြတ်ပေးတဲ့ တစ်ခုတည်းသော အချက်က သူတို့ရဲ့ဆရာဖြစ်တယ် – နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ကလေးတွေရဲ့ရှေ့မှာ ရပ်တည်ပြီး ပညာရေးခရီးလမ်းကို ဦးဆောင်နေတဲ့သူဖြစ်ကြောင်း တူညီတဲ့ကောက်ချက်ကို ချခဲ့ကြပါတယ်။

ဒီသုတေသနတွေအရ "ကျွမ်းကျင်တဲ့ ပို့ချသူတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်ရင် သင်ကြားရေးနည်းစနစ်တွေကို ကျွမ်းကျင်ဖို့လိုတယ်" ဆိုတဲ့ ယုတ္တိရှိတဲ့ကောက်ချက်ကို ဆွဲထုတ်နိုင်ပါတယ်။

တခြားအလုပ်တွေမှာ "ဗဟုသုတတိုးရင် ရလဒ်တိုးမယ်" ဆိုတာ မှန်ကောင်းမှန်မယ်၊ ဒါပေမဲ့ စာသင်ခန်းမှာတော့ အဲဒီလို မဟုတ်တာကို တွေ့ရပါတယ်။ အလုပ်ခွင်သင်တန်းတွေ အမြဲတက်နေပေမဲ့ သင်ကြားရေးစွမ်းရည် တိုးမလာတဲ့ ဆရာတွေကို ကျွန်တော်တို့ တွေ့ဖူးကြမှာပါ။

mgyoe.com

 mgyoe.com SAMPLE BOOK

သင်ကြားခြင်းဆိုတာ ဆရာ့ဦးနှောက်ထဲက အသိပညာကို ကျောင်းသား ဦးနှောက်ထဲ ထိရောက်စွာ လွှဲပြောင်းပေးရုံသက်သက် မဟုတ်ပါဘူး။ ကလေးတွေကို ကြွယ်ဝတဲ့ဇဟုသုတရှိရုံသာမက ကြင်နာတတ်ပြီး စွမ်းဆောင်ရည်မြင့်တဲ့ ထူးခြားတဲ့ စရိုက်လက္ခဏာရှိတဲ့ လူကြီးတွေ ဖြစ်လာအောင် မြှင့်တင်ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။

သင်္ချာပညာရှင် မဟုတ်ပေမဲ့ အံ့မခန်း သင်္ချာဆရာတွေ ကျွန်တော် တွေ့ဖူးပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ထူးခြားတဲ့စရိုက်လက္ခဏာရှိတဲ့ဆရာ မဟုတ်ဘဲနဲ့ ကလေးတစ်ယောက်ကို ထူးခြားတဲ့စရိုက်လက္ခဏာရှိတဲ့ လူငယ်တစ်ယောက်အဖြစ် ပုံဖော်နိုင်တာကို တစ်ခါမှ မတွေ့ဖူးပါဘူး။

ကျွန်တော်တို့ဟာ ကိုယ့်ကျောင်းသားတွေကို ဖြစ်စေချင်တဲ့သူမျိုး ကိုယ်တိုင်လည်း ဖြစ်လာဖို့ အမြဲတမ်း သင်ယူနေ၊ တိုးတက်နေဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

❖

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

18

သင် ဘာကြောင့် သင်ကြားပေးနေသလဲဆိုတာကို သင့်ကျောင်းသားတွေ သိပ်သိချင်နေကြတယ်

ကျောင်းသားတစ်ယောက်က "ဆရာ ဘာကြောင့် စာသင်ပေးနေတာလဲ" လို့ မေးလာတယ်ဆိုပါစို့။

ဆရာအများစုလိုပဲ သင်လည်း ဒီမေးခွန်းအတွက် အဖြေနှစ်မျိုးလောက် ရှိမှာပါ။ အဖြေတစ်ခုက ချက်ချင်းပေးနိုင်တဲ့၊ လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ ခေါင်းထဲကပေါ်လာတဲ့ အဖြေပါ။ နောက်အဖြေတစ်ခုကတော့ သင့်နှလုံးသားထဲမှာ ရှိတဲ့အဖြေပါ။ အဲဒီအဖြေက မလွယ်သလို ချက်ချင်းလည်း မရနိုင်ပါဘူး။ ရှာဖွေဖို့ ကြိုးစားရမှာဖြစ်သလို တစ်ခါတလေ ပထမဆုံးအကြိမ် တွေ့ရှိရတာမျိုးလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

သင့်နှလုံးသားထဲက အဖြေကို ခေါင်းထဲရောက်အောင် လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခု အတူလုပ်ကြည့်ရအောင်။

ပထမဆုံးအနေနဲ့ "ဘာကြောင့် သင်ကြားရသလဲ" ဆိုတဲ့မေးခွန်းအတွက် ခေါင်းထဲ အမြန်ဆုံးပေါ်လာတဲ့၊ လွယ်လွယ်ကူကူရတဲ့အဖြေကို ချရေးပါ။

အခု သင်ရေးထားတာကို ပြန်ကြည့်ပြီး "ဘာကြောင့်လဲ" လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်

mgyoe.com

 mgyoe.com SAMPLE BOOK

မေးကြည့်ပါ။ ဒုတိယမေးခွန်းရဲ့အဖြေက ပထမအဖြေထက် နည်းနည်း ပိုနက်နဲတာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ပြီးရင် အဲဒီဒုတိယအဖြေကို စဉ်းစားကြည့်ပြီး နောက်တစ်ခါ "ဘာကြောင့်လဲ" လို့ ထပ်မေးပါ။ ဒီတစ်ခါ ပိုနက်တဲ့အဖြေ ထပ်တွေ့ပါလိမ့်မယ်။

အနက်ရှိုင်းဆုံး၊ အစစ်အမှန်ဆုံးဖြစ်တဲ့ နှလုံးသားထဲက အဖြေရတဲ့အထိ ဒီလိုပဲ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဆက်လုပ်သွားပါ။ နောက်ဆုံးရောက်ပြီဆိုတာ သင်သိပါလိမ့်မယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ နောက်ဆုံးအကြိမ် 'ဘာကြောင့်လဲ' လို့ မေးတဲ့အခါ အဖြေက မရှိတော့လို့ပါပဲ။ အဲဒါက အဲဒီအတိုင်းပဲ ဖြစ်နေတာပါ။

ဆရာကောင်းအများစုလိုပဲ သင့်ရဲ့နောက်ဆုံးအဖြေက "ငါ့ကလေးတွေကို ချစ်လို့" ဆိုတဲ့အဖြေမျိုး ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။

❖

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

19

လိုတာထက် ပိုရှုပ်အောင်မလုပ်ဘဲ ကလေးတွေကို မနက်ကျောင်းလာတုန်းကထက် နေ့လယ်ကျောင်းဆင်းချိန်မှာ နည်းနည်းလေးပိုကောင်းသွားအောင် လုပ်ပေးပါ

ဆရာဖြစ်လာပြီး နှစ်အနည်းငယ်ကြာတဲ့အခါ ပညာရေးအဆင့်အတန်း မြှင့်တင်ဖို့ဆိုပြီး ကျောင်းတစ်ကျောင်းလုံး အသုံးပြုဖို့ နောက်ဆုံးပေါ် အကောင်းဆုံးလို့ဆိုတဲ့ အစီအစဉ်အသစ်တွေကို လက်ခံကျင့်သုံးရဖို့ကို ကျွန်တော်တို့တွေ နည်းနည်း ငြီးငွေ့လာတတ်ကြပါတယ်။

လက်ခံအသုံးပြုလိုက်တဲ့ အစီအစဉ်အသစ်တိုင်းဟာ ပိုပြီး ရှုပ်ထွေးလာသလို သိပ္ပံနည်းကျဆန်လာပါတယ်။ ရှုပ်ထွေးပြီး နည်းပညာဆန်လေ ဆရာတွေက ဒါဟာ တကယ်အလုပ်ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ ပိုယုံကြည်လာလေ ဖြစ်မယ်ထင်ပါတယ်။

ကျွန်တော်ကတော့ ကျောင်းသားတွေရဲ့ ပြောင်းလဲမှုကို ပိုရိုးရှင်းတဲ့နည်းနဲ့ စဉ်းစားပါတယ်။

လေယာဉ်မှူးတစ်ယောက် မြေပြင်ကနေ ထွက်ခွာတဲ့အခါ သူ့ရဲ့ ပျံသန်းမှု လမ်းကြောင်းက အလွန်သေးငယ်တဲ့ အပိုင်းလေးလောက် လွဲနေမယ်ဆိုရင် နာရီပေါင်း

mgyoe.com

များစွာ မိုင်ပေါင်းထောင်ချီ ပျံသန်းပြီးတဲ့အခါ မူလရည်ရွယ်ထားတဲ့နေရာနဲ့ လုံးဝကွာခြားတဲ့နေရာကို ရောက်သွားမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်က ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝလမ်းကြောင်းကို ပြန်လည်ညှိပေးတဲ့အခါ ဒီလိုပဲ ချဉ်းကပ်ပါတယ်။ ကျွန်တော့် ကျောင်းသားတွေကို နေ့စဉ် မနက်က ကျောင်းလာတုန်းကထက် နည်းနည်းလေးပဲ ဖြစ်ဖြစ် ပိုကောင်းလာအောင် လုပ်ပေးပြီးမှ အိမ်ပြန်လွှတ်ဖို့ပဲ ကြိုးစားနေတာပါ။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝလမ်းကြောင်းကို အပြုသဘောဆောင်တဲ့ဘက်ကို မျက်စိနဲ့မမြင်နိုင်လောက်အောင် နည်းနည်းလေးပဲဖြစ်ဖြစ် ပြောင်းပေးနိုင်ရင် ဒီနေ့ချက်ချင်း ရလဒ်ကို မမြင်ရပေမဲ့ နောက်ဆယ်စုနှစ်များစွာကြာတဲ့အခါ အဲဒီကလေးဟာ ဘယ်သူမှ မမျှော်လင့်ထားတဲ့ လုံးဝကွာခြားတဲ့ ကမ္ဘာတစ်ခုကို ရောက်သွားမှာမို့ပါ။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

20

ဆင်းရဲမွဲတေမှုထဲက ရုန်းထွက်ဖို့ ကလေးတွေအတွက်
ဘယ်လောက်ခက်ခဲကြောင်း ကျွန်တော်တို့ လျှော့တွက်မိကြတယ်။
အကူအညီမရှိဘဲ ဒီအခြေအနေကနေ ရုန်းထွက်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

Robin Miller ဟာ ဒီတိုင်းပြည်မှာ ကျွန်တော် အကြိုက်ဆုံး ဆရာတွေထဲက တစ်ယောက်ပါ။ သူ့ရဲ့ ဆင်းရဲတဲ့မိသားစုက လာတဲ့ကလေးတွေအပေါ် နားလည်မှုက အံ့မခန်းပါပဲ။

သူက "မျိုးဆက်ဆင်းရဲမှုလို့ တွေးမယ့်အစား မျိုးရိုးဆင်းရဲမှု လို့ စဉ်းစားကြည့်ရင် အဲဒီကလေးတွေ ဘယ်လိုခံစားနေရလဲဆိုတာ နားလည်လာပါလိမ့်မယ်။ မျိုးဆက်ဆင်းရဲမှုကို ကျော်လွှားဖို့က ခက်ခဲတယ်လို့ ခံစားရပေမဲ့ မျိုးရိုးဆင်းရဲမှုကို ကျော်လွှားဖို့ကတော့ မဖြစ်နိုင်တာလို့ ခံစားရတယ်" လို့ ပြောပါတယ်။

တကယ်တော့ Robin က ဆင်းရဲခြင်းဟာ မျိုးရိုးကြောင့်လို့ မယူဆပါဘူး။ သူပြောချင်တာက ကလေးတစ်ယောက်ကို သူ့ဘဝဟာ ဆင်းရဲမွဲတေမှုထဲမှာပဲ နစ်မြုပ်နေရမှာကလွဲလို့ အခြားမရှိနိုင်ဘူးလို့ ယုံကြည်ခိုင်းတာဟာ သူ့သိသမျှအမှန်တရားတွေကို မေ့ပစ်ပြီး လုံးဝကွာခြားတဲ့ လက်တွေ့ဘဝတစ်ခုကို လက်ခံဖို့ ခိုင်းတာနဲ့

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

တူနေတယ်ဆိုတာပါ။

ကျွန်တော်က ပုပါတယ်။ အရပ် ၅ ပေ ၃လက်မပဲ ရှိတာမို့ သတ္တမတန်းကျောင်းသားတွေလောက်ပဲ ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆင်းရဲတဲ့ကလေးတစ်ယောက်ကို "မင်း အောင်မှတ်ကောင်းကောင်းရရင် အလုပ်ကောင်းကောင်း၊ လှပတဲ့အိမ်နဲ့ ပျော်ရွှင်တဲ့ မိသားစုဘဝ ရနိုင်တယ်" လို့ပြောတာဟာ တစ်ယောက်ယောက်က ကျွန်တော့်ကို "ခင်ဗျား အရပ်ရှည်လာအောင်ပဲ လုပ်ပါ" လို့ပြောသလိုပါပဲ။

နှစ်ခုစလုံးက မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ ခံစားရပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ကွာခြားချက်က – ကလေးတွေရဲ့ လက်တွေ့ဘဝကို ပြောင်းလဲပေးဖို့က ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ဒါဟာ သူတို့ကို အကြွင်းမဲ့ချစ်ပြီး၊ မပြတ်ယုံကြည်ပေးပြီး၊ အခြေအနေတိုင်းမှာ အားမှာရှိပေးတဲ့သူရဲ့ နေ့စဉ်မပြတ် ကြိုးပမ်းမှုရဲ့ ရလဒ်ပါ။

အဲဒီလူက သင်ပါပဲ။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

21

သင် ကမ္ဘာ့အဆင့်မီ ဖြစ်ပါစေ

ကျွန်တော် ဟောပြောပွဲတွေမှာ ဒီအယူအဆကို မပါမဖြစ် ထည့်ပြောလေ့ရှိပါတယ်။ ကျွန်တော်က ပင်ကိုစိတ်ကိုက သူများတွေကို အများဆုံးဖြစ်အောင် အားပေးတတ်သူဖြစ်ပါတယ်။ ဆိုလိုတာက လူတွေရဲ့အားသာချက်တွေကို သိမြင်လာအောင် ကူညီပြီး အမြင့်ဆုံးဖြစ်အောင် မြှင့်တင်ပေးတာပါ။ သင့်ရဲ့ပါရမီနဲ့ စိတ်အားထက်သန်မှုတွေကို အာရုံစိုက်ပြီး ဖွံ့ဖြိုးအောင်လုပ်မယ်ဆိုရင် ကမ္ဘာ့အဆင့်မီ သင်ကိုယ်တိုင်ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။

ဆရာတွေဟာ ဟိုဘက်စာသင်ခန်းထဲက တခြားဆရာလို၊ ဒါမှမဟုတ် သူတို့နားထောင်ဖူးတဲ့ ကျွမ်းကျင်သူတွေကို အတုခိုးရမယ်လို့ ထင်နေကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သင်က ဘယ်သူ့ကိုမှ ပုံတူကူးနေစရာမလိုပါဘူး။ အကောင်းဆုံး သင်ကိုယ်တိုင်ဖြစ်ဖို့ပဲ လိုပါတယ်။

လူ့ဘဝမှာ အရေးကြီးဆုံးနေ့ နှစ်ရက်ရှိတယ်လို့ ပြောကြပါတယ်။ သင်မွေးဖွားတဲ့နေ့နဲ့ ဘာအတွက် သင့်ကိုမွေးဖွားလာတယ်ဆိုတာ သိလာတဲ့နေ့ပါ။ ကျွန်တော်တို့အားလုံး ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုနဲ့ မွေးဖွားလာကြပါတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ပါရမီနဲ့ စိတ်အား

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

ထက်သန်မှုတွေကို သိမြင်ပြီး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် လုပ်တဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို တွေ့ရှိရလေ့ရှိပါတယ်။ ဆရာတွေကို သူတို့ရဲ့အားသာချက်တွေ ရှာဖွေတွေ့ရှိအောင် ကူညီပေးဖို့ အရေးကြီးပုံကို ဆွေးနွေးခဲ့ကြပြီးပါပြီ။ ဒါမှ သူတို့ရဲ့ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာနဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းဘဝမှာ ပိုအောင်မြင်မှာဖြစ်လို့ပါ။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း နေထိုင်လုပ်ဆောင်တာထက် စိတ်လှုပ်ရှားစရာ ကောင်းတာ သိပ်မရှိပါဘူး။ ဆရာတွေက သူတို့ရဲ့အားသာချက်တွေနဲ့ စိတ်အား ထက်သန်မှုတွေကို ရှာဖွေတွေ့ရှိပြီး စာသင်ခန်းနဲ့ ကျောင်းအသိုင်းအဝိုင်းမှာ အသုံးချတဲ့ အခါ သူတို့ကိုယ်တိုင်လည်း စိတ်အားတက်ကြွသလို တခြားသူတွေကိုလည်း စိတ်အား တက်ကြွစေပါတယ်။

ညီမျှခြင်းက ရိုးရှင်းပါတယ်။

အားသာချက်များ + စိတ်အားထက်သန်မှုများ = ရည်ရွယ်ချက်

သင့်ရဲ့အားသာချက်တွေ၊ ဒါမှမဟုတ် သင်ကောင်းကောင်းလုပ်နိုင်တဲ့အရာ တွေက ဘာတွေလဲ။ သင့်ရဲ့စိတ်အားထက်သန်မှုတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် သင့်စိတ်ခံစားချက် တွေကို နှိုးဆော်တဲ့အရာတွေက ဘာတွေလဲ။ အားသာချက်တွေနဲ့ စိတ်အားထက် သန်မှုတွေကို ပေါင်းစပ်နိုင်တဲ့အခါ သင်ဟာ ဘဝမှာ သင့်ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော် နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။

ဆရာအများစုက သင်ကြားရေးဟာ ဘဝပေးတာဝန်တစ်ခုလို့ ခံစားကြပါ တယ်။ ဆိုလိုတာက အဲဒါသင့်ရည်ရွယ်ချက်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အကောင်းဆုံး သင်ကိုယ်တိုင် ဖြစ်လာအောင် အာရုံစိုက်ပါ။ ကမ္ဘာ့အဆင့်မီ သင်ကိုယ်တိုင် ဖြစ်လာ အောင် ကြိုးစားပါ။ သင်ဟာ သင်ကြားရေးမှာ ပိုပြီးစိတ်အားတက်ကြွလာမှာ၊ အားပြည့် လန်းဆန်းလာမှာဖြစ်သလို သင့်ကျောင်းသားတွေကိုလည်း သူတို့ရဲ့ ဖြစ်နိုင်ခြေအလား အလာတွေကို အကောင်အထည်ပေါ်အောင် ကူညီနိုင်မှာပါ။

❖

mgyoe.com

mgyee.com SAMPLE BOOK

22

ကျေးဇူးသိစိတ်က သင့်ရဲ့စိတ်နေစိတ်ထားကို သတ်မှတ်ပေးတယ်

နှစ်ပေါင်းများစွာ ကျွန်တော် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခဲ့တဲ့ အောင်မြင်သူတွေဟာ နေ့စဉ်မနက်ခင်းကို တိတ်ဆိတ်စွာ စဉ်းစားဆင်ခြင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ကျေးဇူးတရားကို အာရုံပြုခြင်းနဲ့ စတင်လေ့ရှိပါတယ်။ ဒါကို မနက်စောစောထပြီး ကိုယ်နဲ့မိသားစုက ကျောင်းသွားဖို့ ပြင်ဆင်ပြီး ကားလမ်းပေါ်မှာ ပိတ်မိနေတဲ့အချိန်မတိုင်ခင် လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဆရာတစ်ယောက်အနေနဲ့ ကျွန်တော်ကတော့ ကျောင်းကို စောစောရောက်ပြီး အဲဒီအချိန်ကို နေ့စဉ်အတွက် အာရုံစူးစိုက်ဖို့နဲ့ ပြင်ဆင်ဖို့ သုံးတာကို ပိုကြိုက်ပါတယ်။ မိနစ် ၂၀ စောပြီးထွက်လာပြီး ကျောင်းသားတွေ မရောက်ခင် စာသင်ခန်းထဲမှာ အဲဒီအချိန်ကို ကျွန်တော့်ရဲ့ တိတ်ဆိတ်တဲ့အချိန်အဖြစ် သုံးလေ့ရှိပါတယ်။ ဒီလိုလုပ်တာ အဆင်ပြေပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အချိန်မီရောက်တာမို့ နောက်ကျမှာကို စိုးရိမ်စရာ မလိုသလို အလုပ်သွားရင်း ကားမောင်းခဲ့ရတဲ့ စိတ်ဖိစီးမှုကိုလည်း ပြန်လျော့ကျစေလို့ပါ။

တိတ်ဆိတ်တဲ့အချိန်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ဘာလဲ။ နေ့တစ်နေ့အတွက် အာရုံစူးစိုက်ဖို့နဲ့ ပြင်ဆင်ဖို့ပါ။ တိတ်ဆိတ်တဲ့အချိန်ကို အသုံးချဖို့ အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း

mgyee.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

ကတော့ ကျေးဇူးတရားကို အာရုံပြုဖို့ပါ။ သင့်ဘဝမှာ ဘာတွေအတွက် ကျေးဇူးတင်နေသလဲ။ မိသားစု၊ အလုပ်၊ သူငယ်ချင်းတွေ၊ ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်မှုတွေအတွက်လား။ နေ့တစ်နေ့ကို ကျေးဇူးတရားနဲ့ စတင်တာဟာ တစ်နေ့တာအတွက် လောင်စာဆီဖြည့်တာနဲ့ တူပါတယ်။ ဒါဟာ အခက်အခဲအများဆုံးနေ့တွေကို ကျော်ဖြတ်ဖို့ လောင်စာဆီဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

နောက်တစ်ဆင့်က မနေ့က အောင်မြင်ခဲ့တဲ့အရာတစ်ခုကို အာရုံစိုက်ပါ။ ဘဝမှာ အရှိန်အဟုန်ဟာ အရေးကြီးတယ်ဆိုတာ မှတ်ထားပါ။ ဒါကြောင့် မနေ့က အောင်မြင်မှုတစ်ခုကို ပြန်စဉ်းစားတာဟာ သင့်ကို အောင်မြင်မှုစိတ်နေစိတ်ထား ဖြစ်စေပြီး ဒီနေ့လည်း အောင်မြင်မှုရရှိအောင် အာရုံစိုက်ဖို့ အထောက်အကူပြုပါလိမ့်မယ်။ အထူးသဖြင့်ပညာရေးမှာ အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေဟာ ဝါရင့် ဆရာတစ်ယောက်အတွက်တောင် စိတ်အားတက်ကြွစေတဲ့အရာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

နောက်ဆုံးအနေနဲ့ နေ့တစ်နေ့အတွက်ချမှတ်ထားတဲ့ ပန်းတိုင်တွေကို အာရုံစိုက်ပါ။ တိုင်းတာလို့ရတဲ့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်တွေ မရှိရင် တစ်နေ့တာ အောင်မြင်မှုရှိမရှိ သိဖို့ခက်ပါတယ်။ ကြီးကြီးမားမားပန်းတိုင်တွေ ဖြစ်စရာမလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ တစ်နေ့တာမှာ ပန်းတိုင်သေးသေးလေးတွေကို ဆိုက်ရောက်နိုင်တဲ့အခါ ပိုပြီး အောင်မြင်တယ်လို့ ခံစားရပြီး ကျေးဇူးပိုတင်မိပါတယ်။

❖

mgyoe.com

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

23

အပေါ်ယံထင်မြင်ချက်အစား အရာထင်တဲ့အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိပါစေ

ကျွန်တော်တို့ လုပ်သမျှကြောင့် လူတွေဟာ နေ့စဉ် ကိုယ့်အပေါ်ကို ထင်မြင်ချက်တွေ ဖြစ်စေပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အသွင်အပြင်၊ စကားပြောဆိုပုံ၊ ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံတွေက တစ်စုံတစ်ယောက်အပေါ် အထင်တစ်ခုဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်နှခါ တကယ့်အကျိုးသက်ရောက်မှု ဖြစ်စေခဲ့ပါသလဲ။ impression အထင်အမြင်နဲ့ impact အရာထင်မှုက ဘာကွာခြားပါသလဲ။

ထင်မြင်ယူဆချက်ဆိုတာ တစ်စုံတစ်ယောက်အပေါ် မရေရာတဲ့အသိ၊ အမှတ်ရမှု၊ ဒါမှမဟုတ် သဘောထားတစ်ခုပါ။ သို့သော် အရာထင် အကျိုးသက်ရောက်မှုကတော့ ကိုယ့်မှာဖြစ်စေ တခြားသူမှာဖြစ်စေ တကယ့်အပြောင်းအလဲတစ်ခု ဖန်တီးပေးတာပါ။

အထင်အမြင်တွေက အကျိုးသက်ရောက်မှုထက် ယာယီဆန်ပြီး အပေါ်ယံဆန်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့က အဲဒါကိုပဲ အာရုံစိုက်ဖို့ လေ့ကျင့်ခံထားရပါတယ်။ သင့်အား လူတစ်ယောက်က မြင်မြင်ချင်း အထင်အမြင်ကြီးစေရန် အခွင့်အရေးတစ်ခါသာရနိုင်၏ ဆိုတဲ့ ရှေးဆိုရိုးစကားကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ အလုပ်အင်တာဗျူး

mgyoe.com